



ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์
๔๑ ถนนพระอาทิตย์ กทม. ๑๐๒๐๐ โทร. ๐๒-๒๘๑-๙๕๖๓

กรมทะเบียนการค้า
วันที่ 24770
วันที่ 7 ก.ค. 2551 140264

ที่ รศท.๖๔/๒๕๕๑

ส
ก กจ
Ok
7 กค ๕1

๓ กรกฎาคม ๒๕๕๑

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มพูนคุณภาทชีวิต และประสิทธิภาพในการทำงาน

กองการเจ้าหน้าที่
7 กค 2551 24770
หน่วยงานผู้รับผิดชอบเวลา 15.551
 กพ. กอพ.
 สบค. สสป.
 สบห. อื่น

เรียน อธิบดีกรมประชาสัมพันธ์

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการศึกษาอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ) รุ่นที่ ๔๒ - ๔๓
- ๒. กำหนดการฝึกอบรม ฯ และใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรม

ด้วยชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ซึ่งเป็นองค์การกุศลสาธารณประโยชน์ ดำเนินการส่งเสริมการศึกษา และปฏิบัติธรรมะขั้นพื้นฐานเพื่อให้เห็นประโยชน์ของพระพุทธศาสนา เพื่อได้เรียนรู้และปฏิบัติตามธรรมบัญญัติซึ่งประโยชน์ให้มีความสุข ความเจริญ ความร่มเย็นทั้งในกาย ใจ ในการครองชีวิต ตลอดถึงในกิจการงาน และเป็นการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาด้วย

เพื่อประโยชน์ดังกล่าวแล้ว ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ฯ จึงได้ดำเนินการจัดฝึกอบรมกรรมฐานหลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ) ในปี ๒๕๕๑ รวม ๔ รุ่น คือรุ่นที่ ๔๐ - ๔๑ - ๔๒ - ๔๓ รุ่นที่ ๔๐ - ๔๑ ได้มีการจัดอบรมเสร็จสิ้นไปแล้ว ส่วนรุ่นที่ ๔๒ จะทำการฝึกอบรมกรรมฐาน ในวันที่ ๒๕ - ๒๙ กันยายน ๒๕๕๑ และรุ่นที่ ๔๓ จะทำการฝึกอบรมกรรมฐานในวันที่ ๑๔ - ๑๘ ธันวาคม ๒๕๕๑ ทั้ง ๒ รุ่น จัดอบรม ณ วัดโสมนัสวรวิหาร เป็นการอบรมเพื่อพัฒนาจิต พัฒนาตนเอง ให้มีศักยภาพและเพิ่มคุณภาพในการทำงานให้ดีขึ้น ชมรมศิษย์กรรมฐาน ฯ จึงขอเชิญชวนให้ช่วยประกาศและเวียนหนังสือให้เจ้าหน้าที่ในหน่วยงานของท่านได้ทราบโดยทั่วกัน และมีโอกาสได้เข้ารับการอบรมกรรมฐานเบื้องต้นเพื่อขัดเกลาความทุกข์ ความกังวล ความเศร้าหมอง ให้หมดสิ้นไปคงไว้ซึ่งความสุขในการทำงาน การอบรมทั้ง ๒ ครั้งนี้ ไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น

ชมรมศิษย์กรรมฐาน ฯ ขอความกรุณาให้ท่านส่งรายชื่อบุคลากรในสังกัดของท่านที่จะเข้าอบรมกรรมฐาน รุ่นที่ ๔๒ ภายในวันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๕๑ และรุ่นที่ ๔๓ ภายในวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๕๑

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา ขออนุโมทนาในกุศลเจตนาของท่าน และขอขอบพระคุณในความกรุณา มา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(Signature)

(ศ.ดร.ภญ. ไทรินทร์ เพชรคล้าย)

ประธานชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย

13/07/2551
ธิดาสกนพ
สุกตธ

รปส. (นายรักนบุรี อสิศัพท์) ๒๒ ก.ค. 2551

เรื่องกลับ กกจ.
วันที่ 23 ก.ค. 2551

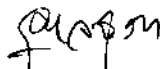
รปส. (นายกฤษณพร เสริมพานิช) 24770
22 ก.ค. 2551

② เรียน รปส. (นายรัตนบุรี อติศัพท์) ไปรษณีย์กรุงเทพ
 พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรม

ราชูปถัมภ์ ขอเชิญข้าราชการและเจ้าหน้าที่ กปส.
 เข้าร่วมฝึกอบรมกรรมฐาน ในรุ่นที่ 42 วันที่ 25 - 29
 กันยายน 2551 และรุ่นที่ 43 วันที่ 14 - 18
 ธันวาคม 2551 ณ วัดโสมนัสวรวิหาร กรุงเทพฯ

เห็นสมควรเวียนแจ้งให้ผู้สนใจได้ทราบ
 โดยทั่วกัน หากประสงค์จะเข้าร่วมฝึกอบรมฯ
 ขอให้แจ้งรายชื่อพร้อมใบสมัครไปยัง กกจ. ภายใน
 วันที่ 15 สิงหาคม 2551 เพื่อรวบรวมส่งให้พุทธ
 สมาคมแห่งประเทศไทยฯ ต่อไป สำหรับ
 ค่าใช้จ่ายในการเดินทางให้เบิกจ่ายจากหน่วยงาน
 ต้นสังกัด

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หาก
 เห็นชอบขอได้กรุณาสั่งการด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

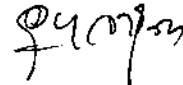

 (นางอุษา จารูภา)

กกจ.

22 ก.ค. 2551

④ เรียน ผอ.สำนัก/ผอ.กอง และหัวหน้าหน่วยราชการ

เพื่อโปรดเวียนแจ้งให้ข้าราชการ และเจ้าหน้าที่
 ในสังกัดได้ทราบโดยทั่วกัน ทั้งนี้ให้แจ้งรายชื่อพร้อม
 ใบสมัคร ส่งคืน กกจ. ภายในวันที่ 15 สิงหาคม 2551 ด้วย
 จะเป็นพระคุณยิ่ง



(นางอุษา จารูภา)

กกจ.

24 ก.ค. 2551

③ - ดำเนินการตามเสนอ



(นายกฤษณพร เสริมทานิช)

รปส.

23 ก.ค. 2551

กำหนดการอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ)

จัดโดยชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

สถานที่ ณ วัดโสมนัสสวรวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ

รุ่นที่ ๔๒ รับสมัครตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๕๑

ฝึกอบรมวันที่ ๒๕ - ๒๙ กันยายน ๒๕๕๑

รุ่นที่ ๔๓ รับสมัครตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๑

ฝึกอบรมวันที่ ๑๔ - ๑๘ ธันวาคม ๒๕๕๑

เวลาในการฝึกอบรมตั้งแต่ ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. รวม ๕ วัน

เฉพาะวันแรกของแต่ละรุ่น ให้มารายงานตัว ลงทะเบียน ๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.

สถานที่ฝึกอบรม พระวิหารวัดโสมนัสสวรวิหาร กรุงเทพฯ



โครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ)
จัดโดยชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์
วันที่ ๔๑ - ๔๓ ในเดือน มิถุนายน กันยายน และธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๑
ณ วัดโสมนัสวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ

๑. หลักการและเหตุผล

พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ เป็นองค์การสาธารณประโยชน์เพื่อการกุศล ดำเนินการส่งเสริม เผยแผ่และเชิดชูหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ด้วยการจัดกิจกรรมต่างๆ ต่อเนื่องกันมาตั้งแต่ พ.ศ. ๒๔๗๖ การฝึกอบรมกรรมฐานหรือการฝึกปฏิบัติจิตตภาวนาตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ได้เริ่มดำเนินการมาเพื่อ พ.ศ. ๒๕๑๑ โดยมีพระเดชพระคุณ พระศาสนาโสภณ (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก องค์ปัจจุบัน) วัดบวรนิเวศวิหาร เป็นพระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม ต่อมาได้มอบหมายให้ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย เป็นหน่วยงานรับผิดชอบ ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๓๑

ในระยะหลัง พุทธศาสนิกชน ได้ตื่นตัว ตระหนักในคุณค่า มีความศรัทธาในอันิสงส์ของการปฏิบัติธรรม เห็นว่าอำนาจผลดีต่อการพัฒนาจิต เพิ่มพูนคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ได้รับความเห็นชอบจากสำนักพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ให้เป็นสำนักปฏิบัติธรรม ตามโครงการปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน จึงได้ตอบสนองความมีศรัทธาของเยาวชน นิสิต นักศึกษา ข้าราชการ พนักงานของรัฐ พนักงานของเอกชน และประชาชนทั่วไป โดยการจัดโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ)

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อเป็นการเฉลิมพระเกียรติ แสดงความจงรักภักดีและถวายเป็นพระราชกุศล แต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
- ๒.๒ เพื่อฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้น แก่ศาสนิกชน ที่ศรัทธา ในหลักธรรมของพระพุทธศาสนา
- ๒.๓ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ในการปฏิบัติจิตตภาวนา อันเป็นหนทางนำไปสู่การแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันตามหลักธรรมได้อย่างถูกต้อง
- ๒.๔ เพื่อพัฒนาจิต คุณภาพชีวิต และประสิทธิภาพในการปฏิบัติหน้าที่ในชีวิตประจำวัน

๒.๕ เพื่อเพิ่มพูนคุณภาพและปริมาณทรัพยากรบุคคลในด้านศีลธรรมและคุณธรรม ให้เป็นพลเมืองดีของประเทศและเป็นกำลังสำคัญในการสืบทอดพระพุทธศาสนาตามเจตจำนงของพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์และชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย

๓. เป้าหมาย

- ๓.๑ รับสมัครผู้ที่มีศรัทธาในหลักธรรมของพระพุทธศาสนา เพื่อเข้ารับการฝึกอบรมได้แก่ ข้าราชการทุกหน่วยงาน พนักงานของรัฐและเอกชน เยาวชน นิสิต นักศึกษา และประชาชนทั่วไป อายุไม่ต่ำกว่า ๑๕ ปีบริบูรณ์ จำนวน ๑๐๐ คน
- ๓.๒ เป็นผู้มีความตั้งใจแน่วแน่ สามารถสละเวลาเข้ารับการฝึกอบรมได้อย่างต่อเนื่อง ตามวันเวลาที่กำหนดไว้ในหลักสูตร
- ๓.๓ ผู้ผ่านการฝึกอบรมตามหลักสูตรและเวลาที่กำหนด จะได้รับวุฒิบัตรและเพิ่มพูนความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ทั้งภาคปริยัติและภาคปฏิบัติ สามารถนำไปพัฒนาจิต บุคลิกภาพ เพิ่มคุณภาพชีวิต และประสิทธิภาพในการทำงานให้ดียิ่งขึ้น รวมทั้งเป็นพื้นฐานการฝึกอบรมชั้นวิปัสสนากรรมฐานหรือชั้นสูงให้ยิ่ง ๆ ขึ้นต่อไป

๔. การดำเนินงาน

๔.๑ เจ้าคุณอาจารย์วิทยากรผู้อำนวยความสะดวก

รุ่นที่ ๔๑,๔๒,๔๓ พระศรีญาณโสภณ (สุวิทย์ ปิยวิฑูโร ป.ธ.๔ คน.บ. MA)
ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระราม ๙ กาญจนาภิเษก กรุงเทพมหานคร

๔.๒ ระยะเวลาดำเนินการ

๔.๒.๑ ระยะเวลาประกาศรับสมัคร และวันเวลาในการฝึกอบรม

รุ่นที่ ๔๑ รับสมัครตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๕๑

ฝึกอบรมวันที่ ๑๕ - ๑๙ มิถุนายน ๒๕๕๑

รุ่นที่ ๔๒ รับสมัครตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๕๑

ฝึกอบรมวันที่ ๒๕ - ๒๙ กันยายน ๒๕๕๑

รุ่นที่ ๔๓ รับสมัครตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๕๑

ฝึกอบรมวันที่ ๑๔ - ๑๘ ธันวาคม ๒๕๕๑

รับสมัครทุกวันอังคาร-วันเสาร์ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

(เว้นวันอาทิตย์ วันจันทร์ และวันหยุดราชการ)

เวลาในการฝึกอบรมเวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. รวม ๕ วัน เฉพาะวัน
แรกของแต่ละรุ่น มีพิธีเปิดการฝึกอบรม ให้รายงานตัว ลงทะเบียน ๐๗.๐๐ - ๐๘.๐๐ น.

๔.๒.๒ ใบสมัครและคำสมัคร

ผู้เข้ารับการฝึกอบรมต้องยื่นใบสมัครตามแบบใบสมัครของพุทธสมาคม
แห่งประเทศไทยฯ โดยยื่นต่อเจ้าหน้าที่รับสมัคร ณ ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคม
แห่งประเทศไทยฯ ผู้สมัครรับการอบรมไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

๔.๓ สถานที่รับสมัคร

ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์
เรือนไม้ ชั้น ๒ เลขที่ ๔๑ ถนนพระอาทิตย์ แขวงชนะสงคราม เขตพระนคร
กรุงเทพมหานคร รหัสไปรษณีย์ ๑๐๒๐๐ โทรศัพท์ ๐-๒๒๘๑-๔๕๖๓ กด ๔๒๐
โทรสาร ๐-๒๒๘๑-๔๕๖๔

๔.๔ สถานที่ฝึกอบรม

วันที่ ๔๑,๔๒,๔๓ ณ วัดโสมนัสวิหาร เขตป้อมปราบฯ กรุงเทพฯ

๔.๕ การแต่งกายของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

ชาย เสื้อสีขาว

กางเกงสีขาวหรือสีสุภาพ

หญิง เสื้อสีขาว

กระโปรงหรือผ้าซิ่นสีขาว (นำไปเปลี่ยนได้)

๔.๖ ประธานโครงการ การปฏิบัติฝึกอบรมกรรมฐานฯ ศ.ดร.ภญ.ไพรินทร์ เพชรคล้าย

๔.๗ งบประมาณ ในการดำเนินงาน สำหรับ ๑ รุ่น

๔.๗.๑ ราชภัฏ

เงินสนับสนุนจากพุทธสมาคมฯ

จำนวน ๕๐,๐๐๐ บาท

๔.๗.๒ ราชภัฏ

๑. ค่าอาหารกลางวันและเครื่องดื่มของผู้เข้าอบรม กรรมการ และเจ้าหน้าที่ รวม ๗ วัน

๒. ถวายพระอาจารย์วิทยากร

๓. ค่าเอกสาร การประชาสัมพันธ์และประสานงานต่าง ๆ

๔. ค่าจัดตกแต่งสถานที่ ค่าดอกไม้ ธูป เทียน

๕. ค่าใช้จ่ายเบ็ดเตล็ดอื่น ๆ เช่น อุปกรณ์เครื่องเขียน กระดาษชำระ ของที่ระลึก ฯลฯ

รวมราชภัฏ ๕๐,๐๐๐ บาท

๔.๘ วิธีการฝึกเข้าไป เย็นกลับ พระอาจารย์อำนวยการฝึกอบรมจะบรรยายเนื้อหาในหลักสูตร สลับกับการ

ฝึกปฏิบัติจิตตภาวนา โดยการเดินจงกรมสลับการนั่งสมาธิและการยืนสมาธิ

๔.๙ การประเมินผลการฝึกอบรมฯ

๔.๙.๑ จัดทำแบบประเมินผลแสดงความคิดเห็นของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

๔.๙.๒ การสังเกต และสอบถามหรือสนทนาตามโอกาส

๔.๑๐ ผู้เสนอโครงการ

ฝ่ายศึกษาอบรม ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

๕ ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๕.๑ มีผู้สมัครเข้ารับการฝึกอบรมตามวัตถุประสงค์และเป้าหมาย

๕.๒ ผู้ผ่านการฝึกอบรมตามหลักสูตร และเวลาที่กำหนด ได้รับความรู้เบื้องต้นตามหลักสูตร และหลักการปฏิบัติจิตตภาวนาในการพัฒนาจิต เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตให้มีประสิทธิภาพในการทำงาน ตลอดจนพื้นฐานในการปฏิบัติธรรมขั้นสูงขึ้น

๕.๓ เป็นยุทธวิธีการประชาสัมพันธ์ ที่จะอำนวยความสะดวกต่อการส่งเสริม เผยแผ่และเปิดหลักสูตรรวมในพระพุทธศาสนา ตามเจตจำนงขององค์กร พร้อมทั้งเผยแพร่ผลงานของพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ให้เป็นที่ประจักษ์แก่ประชาชนทั่วไป

๕.๔ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมครบหลักสูตร จะได้รับวุฒิบัตรจากพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

ดร.ไพรินทร์ เพชรคล้าย
นางสาว...
ดร.นริศ...

กำหนดการ การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ)

วันที่ ๕๒ วันที่ ๒๕-๒๙ กันยายน ๒๕๕๑ ณ วัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพฯ

พระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม พระศรีญาณโสภณ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระราม ๙ กาญจนภิเษก กรุงเทพฯ

เวลา วัน	กิจกรรมที่อบรม									
	๐๘.๐๐-๐๙.๐๐ น.	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๐๙.๓๐-๑๐.๐๐ น.	๑๐.๐๐-๑๐.๓๐ น.	๑๐.๓๐-๑๑.๐๐ น.	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๑๒-๑๓ น.	๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.	๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น.	
พฤหัสบดี ที่ ๒๕ กันยายน ๒๕๕๑	พิธีเปิดการฝึกอบรม เริ่มเวลา ๐๗.๓๐ น. (แนวคำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน) ท่านนายกพุทธสมาคมฯ กล่าวเปิด		พิธีมอบกาย ถวายตัว สวดมนต์	บรรยายการเรื่อง การบำเพ็ญสมาธิเบื้องต้น อานิสัยการนั่งสมาธิ อานิสัยการเดินจงกรม		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	พัก	บรรยายเรื่อง การตัดความกังวล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
ศุกร์ ที่ ๒๖ กันยายน ๒๕๕๑	เต้าเต๋อซินฉี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง ไตรสิกขา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		รับ		บรรยายเรื่อง อุบายระงับความโกรธ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
เสาร์ ที่ ๒๗ กันยายน ๒๕๕๑	เต้าเต๋อซินฉี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อานาปานสติภาวนา อานาปานสติขั้นสูง (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)				ประ	บรรยายเรื่อง การบำเพ็ญวิปัสสนา เบื้องต้น (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา
อาทิตย์ ที่ ๒๘ กันยายน ๒๕๕๑	เต้าเต๋อซินฉี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง เหตุเกิดและเหตุดับนิเวรณ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)					ทาน	บรรยายเรื่อง ตัวกำจัดนิเวรณ คลายเครียด (พัก ๑๕ นาที)
จันทร์ ที่ ๒๙ กันยายน ๒๕๕๑	เต้าเต๋อซินฉี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อัมปนาทโกศล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)				อาหาร		บรรยายเรื่อง สัมมาสมาธิ จตุรวิภังคกรรมฐาน (พัก ๑๕ นาที)

กำหนดการ การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ)

วันที่ ๔๓ วันที่ ๑๔-๑๘ ธันวาคม ๒๕๕๑ ณ วัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพฯ

พระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม พระศรีญาณโสภณ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระราม ๙ กาญจนาภิเษก กรุงเทพฯ

เวลา วัน	กิจกรรมฝึกอบรม								
	๐๘.๐๐-๐๙.๐๐ น.	๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	๐๙.๓๐-๑๐.๐๐ น.	๑๐.๐๐-๑๐.๓๐ น.	๑๐.๓๐-๑๑.๐๐ น.	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๑๒-๑๓ น.	๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.	๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น.
อาทิตย์ ที่ ๑๔ ธันวาคม ๒๕๕๑	พิธีเปิดการฝึกอบรม เริ่มเวลา ๐๗.๓๐ น. (แนะนำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน) ท่านนายกพุทธสมาคมฯ กล่าวเปิด		พิธีมอบกาย กายตัว สวดมนต์	บรรยายการเรื่อง การนำเพ็ญสมาธิเบื้องต้น อานิสงส์การโงสมณิ อานิสงส์การเดินจงกรม		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	พัก	บรรยายเรื่อง การตัดความกังวล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แม่เมตตา
จันทร์ ที่ ๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๑	เค้าแต่อดินซี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง ไตรสิกขา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		รับ		บรรยายเรื่อง อนุบายระบับความโกรธ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แม่เมตตา
อังคาร ที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๑	เค้าแต่อดินซี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อานาปานสติภาวนา อานาปานสติขั้นสูง (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)				ประ	บรรยายเรื่อง การนำเพ็ญวิปัสสนา เบื้องต้น (พัก ๑๕ นาที)
พุธ ที่ ๑๗ ธันวาคม ๒๕๕๑	เค้าแต่อดินซี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง เหตุเกิดและเหตุดับนิวรณ์ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		ทาน			บรรยายเรื่อง ตัวกำจัดนิวรณ์ คลายเครียด (พัก ๑๕ นาที)
พฤหัสบดี ที่ ๑๘ ธันวาคม ๒๕๕๑	เค้าแต่อดินซี ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อัมปนาทโกศล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)				อาหาร	บรรยายเรื่อง สัมมาสมาธิ จตุรารักขกรรมฐาน (พัก ๑๕ นาที)



ลำดับที่.....

ใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมโครงการกรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๕ วัน (ไป-กลับ) รุ่นที่.....

จัดโดยชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

รุ่นที่ ๔๑ - ๔๓ ในเดือน มิถุนายน กันยายน และธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๑

ระหว่างวันที่ เดือน ๒๕๕๑

ณ. วัดโสมนัสวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพฯ ฯ

ข้าพเจ้า (นาย/นาง/นางสาว/ยศ).....นามสกุล.....

วุฒิการศึกษา..... อายุ ปี เกิดวันที่ เดือน..... พ.ศ.....

อยู่บ้านเลขที่ หมู่ที่ หมู่บ้าน ซอย.....

ถนน..... แขวง / ตำบล เขต / อำเภอ.....

จังหวัด รหัสไปรษณีย์ โทรศัพท์ อีเมล.....

สถานที่ทำงาน (โปรดระบุหน่วยงานราชการ กระทรวง ทบวง กรม หรือหน่วยงานอิสระของทางราชการ/รัฐวิสาหกิจ/เอกชน/อื่น ๆ)

กระทรวง / รัฐวิสาหกิจ..... กรม / สำนักงาน ตำแหน่ง.....

ถนน..... แขวง / ตำบล เขต / อำเภอ.....

จังหวัด รหัสไปรษณีย์ โทรศัพท์ ต่อ.....

ข้าพเจ้า

- ไม่เคยรับการฝึกอบรมกรรมฐานจากที่ใดมาก่อน
- เคยรับการฝึกอบรม
 - กรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๕ วัน รุ่นที่ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ฯ
 - จากที่อื่น ๆ (โปรดระบุ)
- รับประทานอาหารธรรมดา
- รับประทานอาหารมังสวิรัต

ข้าพเจ้าขอสมัครเข้ารับการฝึกอบรมการพัฒนาศีล ๕ ตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐาน ฯ รุ่นที่ ของชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ฯ ระหว่างวันที่ เดือน ๒๕๕๑ และยินดีปฏิบัติตามระเบียบทุกประการ

ลงชื่อผู้สมัคร

(.....)

วันที่ เดือน พ.ศ.....

ลงชื่อผู้รับสมัคร

(.....)

หมายเหตุ ๑. ในกรณีที่ผู้สมัครเกินจำนวน ๑๐๐ คน จะขอให้ท่านเข้าอบรมในรุ่นต่อไป

๒. โปรดส่งใบสมัครกลับมาที่ ศ.ดร.ภญ. ไพรินทร์ เพชรคล้าย ประธานชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ฯ

เลขที่ ๔๑ ถนนพระอาทิตย์ แขวงชนะสงคราม เขตพระนคร กรุงเทพฯ ๑๐๒๐๐

โทร. ๐-๒๒๔๑-๙๕๖๓ กศ ๔๒๐ มีอภิช ๐๘-๔๖๔๘-๒๓๗๓ แฟกซ์ ๐-๒๒๔๑-๙๕๖๔