



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กลุ่มงานคุ้มครองจริยธรรม กปส. โทร. ๐-๒๖๑๘-๒๓๒๓ ต่อ ๑๓๐๒, ๑๓๐๘

ที่ นร ๐๒๒๔/วส๗ วันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๐

เรื่อง กำหนดการปฐมนิเทศผู้เข้าฝึกอบรมโครงการปฏิบัติธรรมปีงบประมาณ ๒๕๖๐.

เรียน ผอ.สำนัก/กอง และ ผอ.สปช.๑ - ๘

ด้วย กรมประชาสัมพันธ์ จะดำเนินการจัดโครงการปฏิบัติธรรมเพื่อการปฏิบัติงาน โดยกำหนดจัดอบรมปฏิบัติธรรมนอกสถานที่ให้แก่บุคลากรกรมประชาสัมพันธ์ เพื่อสร้างความผูกพันและความพึงพอใจของบุคลากรและสร้างราชการใสสะอาด ตลอดจนส่งเสริมให้บุคลากรของกรมประชาสัมพันธ์มีการพัฒนาตนพัฒนาจิต ส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรม โดยกำหนดจัดอบรมการปฏิบัติธรรม ระหว่างวันที่ ๑๙ - ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา นั้น

ในการนี้ กองการเจ้าหน้าที่ ขอความอนุเคราะห์สำนัก/กอง และหน่วยงานทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาคเวียนแจ้งให้เจ้าหน้าที่ในสังกัด ได้แก่ ข้าราชการ พนักงานราชการ ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว ข้าราชการบำนาญที่สมัครเข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมตามโครงการดังกล่าว ซึ่งมีผู้ประสงค์เข้ารับการอบรมปฏิบัติธรรมจำนวน ๕๐ คน ตามคำสั่งกรมประชาสัมพันธ์ที่ ๖๗๐ /๒๕๖๐ ลงวันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๐

ทั้งนี้ กกจ. กำหนดจัดปฐมนิเทศผู้ไปปฏิบัติธรรมเฉพาะส่วนกลางในวันอังคารที่ ๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๐ เวลา ๐๙.๓๐ น. ณ ห้องประชุม ๒๑๑ A และขอให้ผู้เข้าอบรมจากส่วนกลางเข้ารับฟังการปฐมนิเทศในครั้งนี้ เพราะมีระเบียบข้อวัตรปฏิบัติใหม่ของทางวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม แจ้งเพื่อทราบก่อน สำหรับผู้เข้าอบรมจาก สปช.๑-๘ จะรับฟังการปฐมนิเทศบนรถบัสในวันจันทร์ที่ ๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๐

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและกรุณาแจ้งผู้มีรายชื่อในคำสั่งกรมประชาสัมพันธ์ดังกล่าวทราบต่อไปด้วย

(นางจรรยา อัมศิริฐ)

ผอ.กกจ.

รายละเอียดคำชี้แจงการเตรียมตัวเข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรม
เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพการทำงาน
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๐
ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม บ้านทรัพย์ทวี ตำบลวังหมี่
อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา
วันจันทร์ที่ ๑๙ - วันศุกร์ที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐ (๕ วันทำการ)

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม ได้ทราบข้อมูลเบื้องต้น และคำแนะนำในการเตรียมตัวก่อนเข้ารับการฝึกอบรม ฝ่ายสรรหาและประเมินประสบการณ์ กองการเจ้าหน้าที่ กรมประชาสัมพันธ์ ขอชี้แจงประเด็นต่างๆ ให้ทราบ ดังนี้

การเตรียมตัวก่อนเข้ารับการฝึกอบรม

- ๑.๑ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะต้องมอบหมายหน้าที่การงานให้เรียบร้อยก่อนเข้ารับการฝึกอบรม ทั้งนี้เพื่อสามารถเข้ารับการฝึกอบรมได้อย่างสม่ำเสมอตลอดหลักสูตร
- ๑.๒ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะต้องถึงวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา วันจันทร์ที่ ๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๐ ก่อนเวลา ๑๒.๐๐ น. หลังจากนั้นจะเป็นพิธีบวชและปฐมนิเทศ ผู้เข้ารับการฝึกอบรม เวลา ๑๓.๐๐ น.
- ๑.๓ เนื่องจากการฝึกอบรมหลักสูตรนี้ต้องอยู่ประจำและพักค้าง ผู้เข้ารับการฝึกอบรมต้องเตรียมของใช้ส่วนตัวที่จำเป็นมาให้พร้อม ดังนี้
 - ๑.๓.๑ เครื่องแต่งกาย ตลอด ๕ วัน ๔ คืน
(ยกเว้นการเดินทางไปและกลับให้แต่งกายสุภาพทั่วไป)

ชาย

- เสื้อสีขาว กางเกงขาสั้นสีขาว และ กางเกงขาสั้นสีดำ(๑ ตัว)
- เสื้อกันหนาว
- รองเท้าฟองน้ำ (ไม่ควรเป็นรองเท้ายาง) , รองเท้าที่สวมใส่สบายเท้า

หญิง

- เสื้อแขนยาวสีขาว ไม่รัดรูป ไม่สั้น ถ้าเสื้อเนื้อผ้าบางควรใส่เสื้อทับสีขาวข้างในหรือห่มผ้าสไบ
- ใส่ผ้าถุงสีขาว/สีดำ หรือ กางเกงขาสั้นสีขาวและสีดำไม่รัดรูป
- เสื้อกันหนาวสีขาว/ครีม/สีอ่อน
- รองเท้าฟองน้ำ (ไม่ควรเป็นรองเท้ายาง) , รองเท้าที่สวมใส่สบายเท้า

หมายเหตุ :*** ให้เตรียมเสื้อผ้าให้พอกับจำนวนวันที่อบรม เพื่อประหยัดน้ำในการซักผ้า และความสะดวกแก่ผู้มาปฏิบัติ

- ๑.๓.๒ เครื่องใช้ประจำตัวที่จำเป็น ได้แก่ ผ้าเช็ดตัว สบู่ ยาสระผม หวี แปรงสีฟัน ยาสีฟัน กระจกตาช
ทิชชู แก้วน้ำและขันสำหรับแปรงฟัน ไม้แขวนเสื้อ เสื้อกันหนาว ยาทากันยุง ยารักษาโรค
ประจำตัว ฯลฯ
- ๑.๓.๓ ควรนำไฟฉาย , รมกันฝน ไปด้วย
- ๑.๓.๔ งัดเว้น การใช้ เครื่องหอม และเครื่องสำอางทุกชนิด
- ๑.๓.๕ งัดเว้น ใส่เครื่องประดับทุกชนิด และของมีค่าติดตัวไป ทางวัดไม่รับผิดชอบ หากมีการสูญหาย
- ๑.๓.๖ งัดเว้น การสูบบุหรี่

หลักปฏิบัติ

- กรรณฐานโดยวิธีอานาปนสติภาวนา
แบบบริการม "พุทโธ" ของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต โดยความเมตตาของหลวงพ่อกัณหา สุขกาโม
เจ้าอาวาสวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม (หลานหลวงปู่ชา วัดหนองป่าพง)
- เน้น พุดน้อย กินน้อย และนอนน้อย
- รับประทานอาหาร ๒ มื้อ เวลา ๐๖.๓๐ น. และ เวลา ๑๑.๐๐ น.อาหารเป็นแบบมังสวิรัต

กำหนดการเฉพาะวันจันทร์ที่ ๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๐

- เวลา ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. - รับประทานอาหารกลางวัน
- เวลา ๑๒.๐๐ น. - เริ่มลงทะเบียน (ปิดรับลงทะเบียน ๑๒.๐๐ น.)
- เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๒.๔๕ น. - เข้าที่พัก , เปลี่ยนเครื่องแต่งกายให้พร้อมเข้ารับการฝึกอบรม
- เวลา ๑๒.๔๕ - ๑๓.๐๐ น. - ผู้เข้ารับการฝึกอบรมพร้อมกันที่ศาลา
- พิธีรับศีล

การเดินทางไปวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม

- ๓.๑ เดินทางไปกัณฑ์รถที่กองการเจ้าหน้าที่จัดให้ (ไม่เสียค่าใช้จ่าย) มีรถบัสรับส่ง รถจะออกจาก
กรมประชาสัมพันธ์เวลา ๐๖.๓๐ น.