



ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์

๔๑ ถนนพระอาทิตย์ กทม. ๑๐๒๐๐ โทร. ๐๒-๒๘๑-๙๕๖๓

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
เลขรับ..... ๒๗๘๙
วันที่..... ๒๕ พ.ค. ๖๐
เวลา..... ๑๐.๐๑๖

ที่ ช.ศ.พ. ๐๑๖/๒๕๖๐

๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน
เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต
สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการฝึกอบรมฯ และใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมฯ

ด้วยพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ เป็นองค์กรสาธารณณะประโยชน์เพื่อการกุศล
ดำเนินการส่งเสริม เผยแผ่ และเชิดชูหลักธรรมพระพุทธศาสนาโดยวิธีการต่างๆ ต่อเนื่องกันมาถึงปี ๒๕๖๐ เป็นปีที่
๘๔ โดยเฉพาะการฝึกอบรมกรรมฐานหรือการฝึกปฏิบัติจิตตภาวนาอันเป็นการส่งเสริมการบำเพ็ญกุศลตามหลัก
พระพุทธศาสนาวิธีหนึ่ง ซึ่งผู้ปฏิบัติจะได้อันนิสงฆ์นอกเหนือจากการสั่งสมบุญแล้ว ยังอำนวยผลดีต่อการพัฒนาจิต
บุคลิกภาพ และการพัฒนาการทำงานเป็นการเพิ่มคุณภาพงานให้องค์กรและคุณภาพชีวิตของบุคลากรให้ดียิ่งขึ้น

ปีพุทธศักราช ๒๕๖๐ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ได้มอบหมายให้ชมรม
ศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ดำเนินการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) ๑
รุ่น คือรุ่นที่ ๕๘ กำหนดอบรมระหว่างวันเสาร์ ที่ ๘ ถึง วันศุกร์ ที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐ โดยได้รับความเมตตาจาก
พระเดชพระคุณ พระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิขโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัด โสมนัสราชวรวิหาร รับเป็นพระอาจารย์
ผู้อำนวยการฝึกอบรม

ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านและผู้บริหารได้มีส่วนร่วม
บำเพ็ญกุศล ด้วยการส่งเสริม ให้บุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)
รุ่นที่ ๕๘ เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ซึ่งเป็นการพัฒนาบุคลากรให้กับองค์กรทางอ้อม
โดยประกาศและเวียนให้เจ้าหน้าที่ทุกหน่วยงานในสังกัดได้ทราบทั่วกัน ผู้สนใจโปรดสอบถามรายละเอียดและส่ง
ใบสมัคร ที่คุณดวงเด่น โพธิ์สุ (โทร. ๐๒-๒๘๑-๕๕๖๓-๔ กด ๑๑๖ โทรสารกด ๑๑๐) ตั้งแต่บัดนี้ จนถึงวันที่ ๒๕
สิงหาคม ๒๕๖๐ การอบรมนี้มีค่าใช้จ่ายคนละ ๗๐๐ บาท ชำระได้ที่ฝ่ายการเงินพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ
(คุณดวงเด่น โพธิ์สุ) หรือฝากเข้าบัญชีพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ บัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขา
บางลำพู เลขที่ ๐๐๓-๒๐๐๔๒๕-๐ (กรณีชำระค่าอบรมผ่านธนาคาร กรุณาส่งใบนำฝากธนาคาร พร้อมใบสมัคร
ทางจดหมาย / โทรสาร พร้อมทั้งโทร.แจ้งคุณดวงเด่นให้ทราบ)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

Yw/นท/ นพ.ดร.คณิศ .

(ศาสตราจารย์ ดร.ภญ.ไพรินทร์ เพชรคล้าย)

ประธานชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์
และประธานโครงการ การฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)



กำหนดการ การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตามโครงการฝึกอบรมกรมการเมืองต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)

ณ ชั้นล่างอาคารศาสตราจารย์สัญญา ธรรมศักดิ์ฯ พระสภามณฑลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

วันที่ ๔๙ ระหว่างวันเสาร์ ที่ ๙ - วันศุกร์ ที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐

พระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม พระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิชาโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร

วัน	เวลา	กิจกรรมที่อบรม													
		๐๙.๓๐-๑๑.๐๐ น.	๑๑.๐๐-๑๑.๓๐ น.	๑๑.๓๐-๑๒.๐๐ น.	๑๒.๐๐-๑๒.๓๐ น.	๑๒.๓๐-๑๓.๐๐ น.	๑๓.๐๐-๑๓.๓๐ น.	๑๓.๓๐-๑๔.๐๐ น.	๑๔.๐๐-๑๔.๓๐ น.	๑๔.๓๐-๑๕.๐๐ น.					
วันที่หนึ่ง (๙ กันยายน ๒๕๖๐)		พิธีเปิดการฝึกอบรม (แนะนำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน นายกฤษณ์ กฤษณะกุล)	พิธีมอบกาย ถวายตัว สวดมนต์	บรรยายเรื่อง การบำเพ็ญสมาธิเบื้องต้น	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)							บรรยายเรื่อง การตัดความกังวล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.	๑๔.๐๐-๑๕.๐๐ น.
วันที่สอง (๑๐ กันยายน ๒๕๖๐)		บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง ไตรสิกขา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)							บรรยายเรื่อง อานิสงส์การเดินจงกรม (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่สาม (๑๑ กันยายน ๒๕๖๐)		บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อานาปานสติภาวนา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)							บรรยายเรื่อง นิรโรคตัวกันความดี (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่สี่ (๑๒ กันยายน ๒๕๖๐)		บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง เหตุเกิดและเหตุดับนิรวรณ์ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)							บรรยายเรื่อง ตัวกัจัดนิรวรณ์ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่ห้า (๑๓ กันยายน ๒๕๖๐)		บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง การรับอิทธิพล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)							บรรยายเรื่อง อัมภนาภค (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่หก (๑๔ กันยายน ๒๕๖๐)		บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง การบำเพ็ญวิปัสสนาเบื้องต้น (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)							บรรยายเรื่อง คลายเครียด (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		
วันที่เจ็ด (๑๕ กันยายน ๒๕๖๐)		บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สภาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง อุบายระงับความโกรธ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)							บรรยายเรื่อง พรหมวิหารธรรม (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		



ใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมโครงการอบรมกรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) รุ่นที่ ๕๙
จัดโดยชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

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

วุฒิการศึกษา อายุ ปี เกิดวันที่ เดือน พ.ศ.

อยู่บ้านเลขที่ หมู่ที่ หมู่บ้าน ซอย ถนน

แขวง/ตำบล เขต/อำเภอ จังหวัด รหัสไปรษณีย์

สถานที่ทำงาน (โปรดระบุ หน่วยงานราชการ กระทรวง ทบวง กรม หรือหน่วยงานอิสระของทางราชการ/รัฐวิสาหกิจ/เอกชน/อื่นๆ)
กระทรวง/รัฐวิสาหกิจ กรม/สำนักงาน ตำแหน่ง

ถนน แขวง/ตำบล เขต/อำเภอ

จังหวัด รหัสไปรษณีย์ โทรศัพท์

ข้าพเจ้า ไม่เคยเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานจากที่ใดมาก่อน

เคยเข้ารับการอบรม

กรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน รุ่นที่ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

จากที่อื่นๆ (โปรดระบุ)

ข้าพเจ้าขอสมัครเข้ารับการฝึกอบรมตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นฯ รุ่นที่ ๕๙ ระหว่างวันเสาร์ ที่ ๙ ถึง
วันศุกร์ ที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ และยินดีปฏิบัติตามระเบียบทุกประการ

ลงชื่อผู้สมัคร ลงชื่อผู้รับสมัคร

(.....)

(.....)

วันที่ เดือน พ.ศ.

วันที่ เดือน พ.ศ.

ชำระค่าสมัคร ๗๐๐ บาท เมื่อวันที่ ใบเสร็จรับเงินเลขที่

ลงชื่อผู้รับเงิน

(.....)

- หมายเหตุ ๑. โปรดเขียนใบสมัครตัวบรรจง แล้วรีบส่งใบสมัครด่วน ที่คุณดวงเด่น โพธิ์สุ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ
ถนนพระอาทิตย์ เขตพระนคร กทม. ๑๒๐๐๐ โทร. ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓ - ๔ กค ๑๑๖ และกรุณาชำระค่าสมัคร
๗๐๐ บาท ที่ฝ่ายการเงิน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ภายในกำหนด ใบเสร็จนำไปลดหย่อนภาษีได้
๒. ในกรณีที่ผู้สมัครเกินจำนวน จะพิจารณาผู้ที่ส่งใบสมัครตามลำดับก่อนหลัง ที่มีข้อมูลในใบสมัครครบถ้วน
และชำระค่าสมัครเรียบร้อยแล้ว ให้เข้ารับการอบรมก่อน
๓. ถ้าส่งใบสมัครแล้ว ไม่สามารถเข้ารับการอบรมในรุ่นนั้นได้ กรุณาแจ้งทันที ที่คุณดวงเด่น โพธิ์สุ
(โทร. ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓ กค ๑๑๖) หรือที่ รศ.เกษร วีระชาติ (๐๘๖-๕๐๓-๓๐๕๑)
๔. เงินค่าสมัคร ๗๐๐ บาท เป็นปัจจัยถวายพระวิทยากร ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่าง น้ำปานะ และค่าใช้จ่ายอื่นๆ