

๒

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตาก  
เลข 001.1/ 4210  
ที่ 30 เม.ย. 2561  
เวลา.....น.



ที่ สธ ๐๒๐๑.๐๒/ว ๒๕๖

ถึง กรม สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา สำนักงานรัฐมนตรี องค์การเภสัชกรรม หน่วยงานในสังกัด  
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด โรงพยาบาลศูนย์  
สำนักงานเขตสุขภาพที่ ๑ - ๑๓

โรงพยาบาลที่ไป  
กลุ่มงานบริหารทรัพยากรบุคคล  
เลขที่ 1065  
วันที่ 30 เม.ย. 2561  
เวลา 1๒.๐๖ น.

พร้อมนี้ ขอส่งสำเนาหนังสือชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย  
ในพระบรมราชูปถัมภ์ ที่ ช.ศ.พ. ๐๑๔/๒๕๖๑ ลงวันที่ ๑๗ เมษายน ๒๕๖๑ เรื่อง ขอเชิญบุคลากรในสังกัด  
เข้ารับการฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน รายละเอียดตามเอกสาร  
ที่แนบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและประชาสัมพันธ์ให้หน่วยงานในสังกัดทราบด้วย จะเป็นพระคุณ



สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
กองกลาง  
โทร. ๐ ๒๕๕๐ ๑๑๗๒  
โทรสาร ๐ ๒๕๕๐ ๑๑๗๔

เรียน ผอ. สสอ. ตาก

- เพื่อไว้จดหมาย

- นพ. มนต์ มีเดช. ประธานมูลนิธิธรรมะ

เพื่อขอจัดของพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย

เนติกาธรรมะสัมพันธ์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต

เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชน

1 พค ๖1

๒๖๖

(นายอดิสรณ์ วรรณะศักดิ์)  
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดตาก

ทศพ



ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย  
ในพระบรมราชูปถัมภ์  
๔๑ ถนนพระอาทิตย์ กทม. ๑๐๒๐๐ โทร. ๐๒-๒๕๑-๙๕๖๓

คำสั่งการบรรณ  
เลขรับ... 5134  
วันที่... 24/4/61  
เวลา... 13.10

กระทรวงสาธารณสุข  
เลขรับ... 22082  
วันที่... ๒๕ เม.ย. ๒๕๖๑  
เวลา... ๐7.50

ที่ ช.ศ.พ. ๐๑๔ / ๒๕๖๑

ผู้อำนวยการกองกลาง  
เลขรับ... 5592  
วันที่... ๒๕ เม.ย. ๒๕๖๑  
เวลา... 13.51

ห้องรองปลัดกระทรวงฯ  
พญ.พรรณพิมล วิบุลาภ  
เลขรับ... ๕๐๖๗  
วันที่... ๒๕ เม.ย. ๒๕๖๑  
เวลา... ๐๙:๕๓

๑๗ เมษายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขอบเชิญบุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน  
เรียน ปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการฝึกอบรมฯ และใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมฯ

ด้วยพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ เป็นองค์กรสาธารณประโยชน์เพื่อการกุศล ดำเนินการส่งเสริม เผยแผ่ และเชิดชูหลักธรรมพระพุทธศาสนาโดยวิธีการต่างๆ ค่อนข้างกันมาตั้งแต่ปี ๒๕๖๑ เป็นปีที่ ๘๕ โดยเฉพาะการฝึกอบรมกรรมฐานหรือการฝึกปฏิบัติจิตตภาวนาอันเป็นการส่งเสริมการบำเพ็ญกุศลตามหลักพระพุทธศาสนาวิธีหนึ่ง ซึ่งผู้ปฏิบัติจะได้านิสงส์นอกเหนือจากการสั่งสมบุญแล้ว ยังอำนวยผลดีต่อการพัฒนาจิต บุคลิกภาพ และการพัฒนาการทำงานเป็นการเพิ่มคุณภาพงานให้องค์กรและคุณภาพชีวิตของบุคลากรให้ดียิ่งขึ้น

ปีพุทธศักราช ๒๕๖๑ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ฝ่ายฝึกอบรม ได้มอบหมายให้ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ดำเนินการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) ๑ รุ่น คือรุ่นที่ ๖๐ กำหนดอบรมระหว่างวันศุกร์ ที่ ๓ ถึง วันพฤหัสบดี ที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๖๑ โดยได้รับความเมตตาจากท่านเจ้าคุณ พระกิตติวิมลเมธี (สุชีพ สุรมโม) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดบวรนิเวศราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร รับเป็นพระอาจารย์ผู้ดำเนินการฝึกอบรม

ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านและผู้บริหารได้มีส่วนร่วมบำเพ็ญกุศล ด้วยการส่งเสริม ให้บุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) รุ่นที่ ๖๐ เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน โดยประกาศและเวียนให้เจ้าหน้าที่ทุกหน่วยงานในสังกัดได้ทราบทั่วกัน ผู้สนใจโปรดสอบถามรายละเอียดที่ชมรมศิษย์กรรมฐานฯ หรือคุณดวงเด่น โพธิ์สุ (โทร. ๐๒-๒๕๑-๕๕๖๓-๔ กค ๑๑๖) และส่งใบสมัครทางไปรษณีย์ หรือโทรสาร ๐๒-๒๕๑-๔๒๗๕ หรือ E-mail Prai\_fa08@Hotmail.com ตั้งแต่บัดนี้ จนถึงวันเสาร์ ที่ ๗ กรกฎาคม ๒๕๖๑ การอบรมนี้มีค่าใช้จ่ายคนละ ๘๐๐ บาท ชำระได้ที่ฝ่ายการเงินพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (คุณดวงเด่น โพธิ์สุ) หรือฝากเข้าบัญชีพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ บัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาบางลำพู เลขที่ ๐๐๓-๒๐๐๔๒๘-๐ (กรณีชำระค่าสมัครผ่านธนาคาร กรุณาส่งใบนำฝากธนาคาร พร้อมใบสมัคร ทางจดหมาย หรือโทรสาร พร้อมทั้งโทรแจ้งคุณดวงเด่นให้ทราบด้วย)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง  
เรียน ปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
เพื่อโปรดทราบและเห็นควรแจ้ง  
หน่วยงานในสังกัด สธ. ทราบ  
จะเป็นพระคุณ

๒) ทราบ/ดำเนินการ

(นางอรชุดา บูรณปรีชา)

(รองศาสตราจารย์เกษร วีระชาติ)

(นางพรรณพิมล วิบุลาภ)  
รองปลัดกระทรวงสาธารณสุข รักษาราชการแทน  
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
๒๕ เม.ย. ๒๕๖๑

ผู้อำนวยการกองกลาง  
และประธานโครงการ การฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) รุ่นที่ ๖๐

๓) สารบรรณ (๑๙๙๙/๑๙๙๙)  
โปรดดำเนินการแจ้งเวียน

๒๑/๓ พ.ค.๒๕๖๑

(นางสาววนิดยา พวงเงิน)  
หัวหน้ากลุ่มสารบรรณ

๒๖ เม.ย. ๒๕๖๑



กำหนดการ การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตามโครงการฝึกอบรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)

ณ ชั้นล่างอาคารศาสตราจารย์สัญญา ธรรมศักดิ์ฯ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

วันที่ ๖๐ ระหว่างวันศุกร์ ที่ ๓ - วันพฤหัสบดี ที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๖๑

พระอาจารย์ผู้อำนวยการฝึกอบรม พระกิตติวิมลเมธี (สุชีพ สุธมฺโม) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดบุปผาราม กรุงเทพมหานคร

เวลา	กิจกรรมฝึกอบรม								
	๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ 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.	๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.	๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น.
วันที่หนึ่ง ( ๓ สิงหาคม ๒๕๖๑ )	พิธีเปิดการฝึกอบรม เริ่มเวลา ๐๙.๓๐ น. (แนะนำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน นายก/อุปนายกพุทธสมาคมฯ กล่าวเปิด)		พิธีมอบกาย ถวายตัว สวดมนต์	บรรยายเรื่อง <b>การบำเพ็ญสมาธิเบื้องต้น</b>		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	พัก	บรรยายเรื่อง <b>การตัดความกังวล</b> (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา
วันที่สอง ( ๔ สิงหาคม ๒๕๖๑ )	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง <b>ไตรสิกขา</b> (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง <b>อานัสสการเดินจงกรม</b> (พัก ๑๕ นาที)		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่สาม ( ๕ สิงหาคม ๒๕๖๑ )	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง <b>อานาปานสติภาวนา</b> (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง <b>นิรวันต์กัมมความดี</b> (พัก ๑๕ นาที)		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่สี่ ( ๖ สิงหาคม ๒๕๖๑ )	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง <b>เหตุเกิดและเหตุดับนิรวันต์</b> (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง <b>ตัวกำจัดนิรวันต์</b> (พัก ๑๕ นาที)		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่ห้า ( ๗ สิงหาคม ๒๕๖๑ )	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง <b>การปรับอินทรีย์</b> (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง <b>อัมปนาทโกศล</b> (พัก ๑๕ นาที)		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่หก ( ๘ สิงหาคม ๒๕๖๑ )	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง <b>การบำเพ็ญวิปัสสนาเบื้องต้น</b> (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง <b>คลายเครียด</b> (พัก ๑๕ นาที)		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่เจ็ด ( ๙ สิงหาคม ๒๕๖๑ )	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-รับศีล	บรรยายเรื่อง <b>อุบายระงับความโกรธ</b> (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง <b>พรหมวิหารธรรม</b> (พัก ๑๕ นาที)		ฝึกจิตตภาวนา พิธีปิดการฝึกอบรม มอบวุฒิบัตร	



ใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมโครงการอบรมกรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) รุ่นที่ ๖๐  
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 หน่วยงาน กระทรวง ทบวง กรม หรือหน่วยงานอิสระของทางราชการ/รัฐวิสาหกิจ/เอกชน/อื่นๆ)  
กระทรวง/รัฐวิสาหกิจ ..... กรม/สำนักงาน ..... ตำแหน่ง .....  
ถนน ..... แขวง/ตำบล ..... เขต/อำเภอ .....  
จังหวัด ..... รหัสไปรษณีย์ ..... โทรศัพท์ .....

ข้าพเจ้า  ไม่เคยเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานจากที่ใดมาก่อน

เคยเข้ารับการอบรม ดังนี้

กรรมฐานเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน รุ่นที่ ..... ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

จากที่อื่นๆ (โปรดระบุ) .....

ข้าพเจ้าขอสมัครเข้ารับการฝึกอบรมตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นฯ รุ่นที่ ๖๐ ระหว่างวันศุกร์ ที่ ๓ ถึง  
วันพฤหัสบดี ที่ ๘ สิงหาคม ๒๕๖๑ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ และยินดีปฏิบัติตามระเบียบทุกประการ

ลงชื่อผู้สมัคร ..... ลงชื่อผู้รับสมัคร .....  
(.....) (.....)

วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. .... วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

ชำระค่าสมัคร ๘๐๐ บาท เมื่อวันที่ ..... ใบเสร็จรับเงินเลขที่ .....

ลงชื่อผู้รับเงิน .....  
(.....)

หมายเหตุ ๑. โปรดเขียนใบสมัครด้วยตัวเอง แล้วรีบส่งใบสมัครด่วน ที่คุณดวงเด่น โพธิ์สุ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

ถนนพระอาทิตย์ เขตพระนคร กทม. ๑๒๐๐๐ โทร. ๐๒-๒๘๑-๕๕๖๓ - ๔ กด ๑๑๖ และกรุณาชำระค่าสมัคร

๘๐๐ บาท ที่ฝ่ายการเงิน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ภายในกำหนด ใบเสร็จนำไปลดหย่อนภาษีได้

๒. ในกรณีที่มีผู้สมัครเกินจำนวน จะพิจารณาผู้ที่ส่งใบสมัครตามลำดับก่อนหลัง ที่มีข้อมูลในใบสมัครครบถ้วน  
และชำระค่าสมัครเรียบร้อยแล้ว ให้เข้ารับการอบรมก่อน

๓. ถ้าส่งใบสมัครแล้ว ไม่สามารถเข้ารับการอบรมในรุ่นนั้นได้ กรุณาแจ้งทันที ที่คุณดวงเด่น โพธิ์สุ

(โทร. ๐๒-๒๘๑-๕๕๖๓ กด ๑๑๖) หรือที่ รศ.เกษร วีระชาติ (๐๘๖-๕๐๓-๓๐๕๑)

๔. เงินค่าสมัคร ๘๐๐ บาท เป็นปัจจัยถวายพระวิทยากร ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่าง น้ำปานะ และค่าใช้จ่ายอื่นๆ

๕. ท่านที่อยู่ต่างจังหวัด กรุณาติดต่อเรื่องที่พักได้ที่ หอพักของครูสภา โทร. ๐๒ ๖๕๔ ๖๕๕๗-๖๒ (องถ่วงหน้า

๑ เดือน) หรือคุณวัลลภา โชติสกุลสุข โทร. ๐๘๑ ๗๗๗ ๕๑๔๖