



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักบริหารกลาง กลุ่มงานบุคคล โทร. ๐ ๒๒๗๑-๖๐๐๐ ต่อ ๖๔๐๔
ที่ ทส ๐๖๐๑.๒/ ๑.๔๐๓ วันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๐
เรื่อง การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน

เรียน รองอธิบดีกรมทรัพยากรน้ำ หัวหน้าผู้ตรวจราชการกรม ผู้อำนวยการสำนัก
ผู้อำนวยการศูนย์ ผู้อำนวยการกอง ผู้อำนวยการสำนักงานทรัพยากรน้ำภาค ๑ - ๑๑
ผู้อำนวยการกลุ่ม และผู้อำนวยการกลุ่มงานในสำนักบริหารกลาง

ด้วยชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ มีหนังสือ
ที่ ข.ศ.พ. ๐๑๒/๒๕๖๐ ลงวันที่ ๔ เมษายน ๒๕๖๐ แจ้งการฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและ
ประสิทธิภาพในการทำงาน ระหว่างวันที่ ๙ - ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐ ณ ชั้นล่างอาคารศาสตราจารย์สัญญา
ธรรมศักดิ์ฯ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ มีค่าลงทะเบียนจำนวน ๗๐๐ บาท (เจ็ดร้อย
บาทถ้วน) โดยสามารถดูรายละเอียดได้ที่เว็บไซต์กรมทรัพยากรน้ำ www.dwr.go.th หัวข้อ อบรม/สัมมนา

ในการนี้ หากมีความประสงค์จะเข้ารับการฝึกอบรมดังกล่าว โปรดส่งเอกสาร ดังนี้

๑. ใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรม หลักฐานประกอบการสมัคร
๒. ประวัติการเข้าอบรม/สัมมนาย้อนหลัง ๓ ปี
๓. แบบประเมินการเข้ารับการพิจารณาคัดเลือก (โปรดระบุแหล่งงบประมาณที่ใช้ให้ชัดเจน)

ให้กลุ่มงานบุคคล สำนักบริหารกลาง ภายในวันที่ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๐ เพื่อจะได้ดำเนินการในส่วนที่
เกี่ยวข้องต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(นางสุนทรี มิ่งประยูร)
ผู้อำนวยการสำนักบริหารกลาง



ชมรมศิษย์กรรมฐาน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย
ในพระบรมราชูปถัมภ์

๔๑ ถนนพระอาทิตย์ กทม. ๑๐๒๐๐ โทร. ๐๒-๒๔๑-๙๕๖๓

กรมทรัพยากรน้ำ
รับที่ 03602
วันที่ ๓ พ.ค. ๒๕๖๐
เวลา ๑๖.๐๓

ที่ ช.ศ.พ. ๐๑๒/๒๕๖๐

กลุ่มงานบุคคล
เลขที่รับ 2730
วันที่ ๕ พ.ค. ๒๕๖๐
เวลา 17.19 น.

๔ เมษายน ๒๕๖๐

สำนักงานอธิบดี
เลขที่รับ 3937
วันที่ ๓ พ.ค. ๒๕๖๐
เวลา 16.03

เรื่อง ขอบัญชีบุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน

เรียน อธิบดีกรมทรัพยากรน้ำ

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการฝึกอบรมฯ และใบสมัครเข้ารับการฝึกอบรมฯ

ด้วยพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ เป็นองค์กรสาธารณประโยชน์เพื่อการพัฒนา
ดำเนินการส่งเสริม เผยแพร่ และเชิดชูหลักธรรมพระพุทธศาสนาโดยวิธีการต่างๆ ต่อเนื่องกันมาถึงปี ๒๕๖๐ เป็นปีที่
๘๔ โดยเฉพาะการฝึกอบรมกรรมฐานหรือการฝึกปฏิบัติจิตตภาวนาอันเป็นการส่งเสริมการบำเพ็ญกุศลตามหลัก
พระพุทธศาสนาวิธีหนึ่ง ซึ่งผู้ปฏิบัติจะได้อันส่งผลนอกเหนือจากการสั่งสมบุญแล้ว ยังอำนวยผลดีต่อการพัฒนาจิต
บุคลิกภาพ และการพัฒนาการทำงานเป็นการเพิ่มคุณภาพงานให้องค์กรและคุณภาพชีวิตของบุคลากรให้ดียิ่งขึ้น

ปีพุทธศักราช ๒๕๖๐ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ได้มอบหมายให้ชมรม
ศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ดำเนินการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ) ๑
รุ่น คือรุ่นที่ ๕๕ กำหนดอบรมระหว่างวันเสาร์ ที่ ๕ ถึง วันศุกร์ ที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐ โดยได้รับความเมตตาจาก
พระเดชพระคุณ พระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อภิชโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร รับเป็นพระอาจารย์
ผู้อำนวยการฝึกอบรม

ชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ จึงใคร่ขอเรียนเชิญท่านและผู้บริหารได้มีส่วนร่วม
บำเพ็ญกุศล ด้วยการส่งเสริม ให้บุคลากรในสังกัดเข้ารับการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)
รุ่นที่ ๕๕ เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ซึ่งเป็นการพัฒนาบุคลากรให้กับองค์กรทางอ้อม
โดยประกาศและเวียนให้เจ้าหน้าที่ทุกหน่วยงานในสังกัดได้ทราบทั่วกัน ผู้สนใจโปรดสอบถามรายละเอียดและส่ง
ใบสมัคร ที่คุณดวงเด่น โพธิ์สุ (โทร. ๐๒-๒๔๑-๕๕๖๓-๔ กด ๑๑๖ โทรสารกด ๑๑๐) ตั้งแต่บัดนี้ จนถึงวันที่ ๒๕
สิงหาคม ๒๕๖๐ การอบรมนี้มีค่าใช้จ่ายคนละ ๑๐๐ บาท ชำระได้ที่ฝ่ายการเงินพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ
(คุณดวงเด่น โพธิ์สุ) หรือฝากเข้าบัญชีพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ บัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขา
บางลำพู เลขที่ ๐๐๓-๒๐๐๔๒๕-๐ (กรณีชำระค่าอบรมผ่านธนาคาร กรุณาส่งใบนำฝากธนาคาร พร้อมใบสมัคร
ทางจดหมาย / โทรสาร พร้อมทั้งโทรแจ้งคุณดวงเด่นให้ทราบ)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไปด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง
เรียน ผอ. สบก.

แจ้งเวียนเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายวรศาสน์ อภัยพงษ์)

(ศาสตราจารย์ดร.ภญ.ไพรินทร์ เพชรคล้าย)

(นางสุนทรี มิ่งประยูร)

อธิบดีกรมทรัพยากรน้ำ

ผู้อำนวยการสำนักบริหารกลาง

ประธานชมรมศิษย์กรรมฐานพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

และประธานโครงการ การฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)

๕ พ.ค. ๒๕

เรื่องกลับ กสน
วันที่ ๕ พ.ค. ๒๕
เวลา ๖.๐๐



กำหนดการ การฝึกอบรมการพัฒนาจิตเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพในการทำงาน ตามโครงการฝึกอบรมฐานเบื้องต้นหลักสูตร ๗ วัน (ไป-กลับ)

ณ ชั้นล่างอาคารศาลาจารย์สัญญาธรรมศักดิ์ ตำหนักพระบรมราชูปถัมภ์

วันที่ ๔๙ ระหว่างวันที่ ๙ - วันศุกร์ ที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐

พระอาจารย์อำนวยการฝึกอบรม พระราชกิตติมงคล (กิตติชัย อริชโย) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดโสมนัสราชวรวิหาร

เวลา		กิจกรรมที่อบรม								
วัน	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 (๙ กันยายน ๒๕๖๐)	พิธีเปิดการฝึกอบรม เริ่มเวลา ๐๙.๓๐ น. (แนะนำพระอาจารย์ กล่าวต้อนรับ กล่าวรายงาน นายก/อุปนายกพุทธสมาคมฯ กล่าวเปิด)	พิธีมอบป้าย ถวายตัว สวดมนต์	บรรยายเรื่อง การบำเพ็ญสมาธิเบื้องต้น		ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		พัก	บรรยายเรื่อง การตัดความกังวล (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	
วันที่สอง (๑๐ กันยายน ๒๕๖๐)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัชรีศีล	บรรยายเรื่อง ไตรสิกขา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง อานาปานสติภาวนา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		รูป		
วันที่สาม (๑๑ กันยายน ๒๕๖๐)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัชรีศีล	บรรยายเรื่อง อานาปานสติภาวนา (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง นิรโรคันตราย (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	ประ			
วันที่สี่ (๑๒ กันยายน ๒๕๖๐)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัชรีศีล	บรรยายเรื่อง เหตุเกิดและเหตุดับนิรโรคันตราย (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง ตัวกัณฐิก (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		ทาน		
วันที่ห้า (๑๓ กันยายน ๒๕๖๐)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัชรีศีล	บรรยายเรื่อง การปรับอินทรีย์ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง อริยแปด (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา	อา			
วันที่หก (๑๔ กันยายน ๒๕๖๐)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัชรีศีล	บรรยายเรื่อง การบำเพ็ญวิปัสสนาเบื้องต้น (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง คลายเครียด (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม) สวดมนต์อุทิศส่วนกุศล-แผ่เมตตา		หาร		
วันที่เจ็ด (๑๕ กันยายน ๒๕๖๐)	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์ สมาทานศีล-วัชรีศีล	บรรยายเรื่อง อุบายระงับความโกรธ (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิ-เดินจงกรม)		บรรยายเรื่อง พรหมวิหารธรรม (พัก ๑๕ นาที)	ฝึกจิตตภาวนา พิธีเปิดการฝึกอบรม มอบวุฒิบัตร				



ใบสมัครเข้าร่วมการฝึกอบรมโครงการอบรมกรรมฐานเบื้องต้น 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 ☐ ไม่เคยเข้าร่วมการฝึกอบรมกรรมฐานจากที่ใดมาก่อน

☐ เคยเข้าร่วมการอบรม

☐ อบรมเบื้องต้น หลักสูตร ๗ วัน รุ่นที่ ณ พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ

☐ จากที่อื่นๆ (โปรดระบุ)

ข้าพเจ้าขอสมัครเข้าร่วมการฝึกอบรมตามโครงการฝึกอบรมกรรมฐานเบื้องต้นฯ 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. ๐๒-๒๘๑-๙๕๖๓ - ๔ กต ๑๑๖ และกรุณาชำระค่าสมัคร
๗๐๐ บาท ที่ฝ่ายการเงิน พุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ ภายในกำหนด ใบเสร็จนำไปลดหย่อนภาษีได้
๒. ในกรณีที่ให้มีผู้สมัครเกินจำนวน จะพิจารณาผู้ที่ส่งใบสมัครตามลำดับก่อนหลัง ที่มีข้อมูลในใบสมัครครบถ้วน
และชำระค่าสมัครเรียบร้อยแล้ว ให้เข้าร่วมการอบรมก่อน
๓. ถ้าส่งใบสมัครแล้ว ไม่สามารถเข้าร่วมการอบรมในรุ่นนั้นได้ กรุณาแจ้งทันที ที่คุณดวงเด่น โพธิ์สุ
(โทร. ๐๒-๒๘๑-๙๕๖๓ กต ๑๑๖) หรือที่ รศ.เกษร วีระชาติ (๐๘๖-๙๐๓-๓๐๕๑)
๔. เงินค่าสมัคร ๗๐๐ บาท เป็นปัจจัยถวายพระวิทยากร ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่าง น้ำปานะ และค่าใช้จ่ายอื่นๆ

แบบประเมินการเข้ารับการพิจารณาคัดเลือก

เพื่อเข้ารับการฝึกอบรม/สัมมนากับหน่วยงานภายนอก

ชื่อ..... ตำแหน่ง.....

สำนัก..... ส่วน/ฝ่าย.....

โครงการที่เข้ารับการฝึกอบรม/สัมมนา.....

๑. การนำความรู้ที่ได้รับจากการอบรม/สัมมนา มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อกรมทรัพยากรน้ำอย่างไร

.....
.....
.....
.....

๒. ท่านมีแนวทางและวิธีการบริหารจัดการงานราชการในระหว่างการเข้ารับการฝึกอบรม/สัมมนาอย่างไร

.....
.....
.....
.....

๓. แหล่งงบประมาณที่ใช้ในการลงทะเบียนเข้าร่วมการอบรม/สัมมนา

(โปรดแจกแจงแหล่งงบประมาณที่ใช้ในการลงทะเบียนทั้งในส่วนที่เป็นค่าใช้จ่ายภายในประเทศ
และค่าใช้จ่ายในส่วนต่างประเทศ)

.....
.....
.....

ลงชื่อผู้สมัคร

ลงชื่อผู้อำนวยการสำนัก/ศูนย์/กอง/กลุ่ม

(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่...../...../.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่...../...../.....

ประวัติการเข้ารับการอบรม/สัมมนาเกี่ยวกับหน่วยงานภายนอก ย้อนหลัง ๓ ปี

ชื่อ..... ตำแหน่ง..... ส่วน/ฝ่าย.....

[illegible]