

ด่วนที่สุด

เรียน อปส.

ด้วย สำนักงาน ก.พ. กำหนดจัดโครงการฝึกอบรมและประชุมเชิงปฏิบัติการหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำความรู้และประสบการณ์ในการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทและฝึกสมาธิไปพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีสติที่เข้มแข็ง มั่นคง มีจิตสำนึกที่ดี พร้อมทั้งจะประพฤติปฏิบัติตนในกรอบแห่งจรรยาบรรณ และมาตรฐานทางคุณธรรม จริยธรรมของแต่ละหน่วยราชการ เพื่อเป็นข้าราชการที่ดีและพลังของแผ่นดิน อันจะนำไปสู่ราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน (สิ่งที่ส่งมาด้วย 1) สำหรับในปีงบประมาณ 2549 ได้เตรียมการจัดฝึกอบรมฯ ไว้จำนวน 2 รุ่น ดังนี้

รุ่นที่ 1 : วันที่ 20 - 28 กุมภาพันธ์ 2549 และ

รุ่นที่ 2 : วันที่ 5 - 13 มิถุนายน 2549

ดังรายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย 2 ทั้งนี้ การฝึกอบรมดังกล่าวไม่เสียค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม

ในการนี้ เห็นสมควรเวียนแจ้งให้ข้าราชการที่ยังไม่เคยผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรนี้และสามารถเข้ารับการอบรมได้ตลอดหลักสูตร รุ่นละ 2 - 3 คน เข้ารับการอบรมฯ ด้วยการกรอรายละเอียดในใบสมัครที่แนบมาพร้อมนี้ (สิ่งที่ส่งมาด้วย 3) แล้วส่งคืนสำนักงาน ก.พ. สำหรับรุ่นที่ 1 โปรดส่งใบสมัครภายในวันศุกร์ที่ 27 มกราคม 2549 และส่วนรุ่นที่ 2 โปรดส่งใบสมัครภายในวันจันทร์ที่ 15 พฤษภาคม 2549

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบกรุณาอนุมัติด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

(นายบวร เตชะอินทร์)

อกจ.

4 ม.ค. 2549

แจ้งเวียนตามแผนอ

อธิบดี

ทศ. 1456

4 ส.ค. 2549

ก.พ. (นายอุทัย สันติธรรม)

๑๑๓๔๑

๑ ๒๑๐-๕๑

๑ ๒๑๐-๕๑

๑๐๐

ด่วนที่สุดที่ นร 0203/กช ๓๔๖

เรียน ผอ.สำนัก, ผอ.กอง และหัวหน้าหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อโปรดเวียนแจ้งให้ข้าราชการที่ยังไม่เคยผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน เข้ารับการอบรมหลักสูตรดังกล่าว หน่วยงานละ 1 คน จำนวน 2 รุ่น ดังนี้

รุ่นที่ 1 : วันที่ 20 - 28 กุมภาพันธ์ 2549 และ

รุ่นที่ 2 : วันที่ 5 - 13 มิถุนายน 2549

พร้อมกรอกใบสมัครตามที่แนบมาพร้อมนี้ (สิ่งที่ส่งมาด้วย 3) แล้วส่งคืน กกจ. สำหรับรุ่นที่ 1 โปรดส่งใบสมัครภายในวันจันทร์ที่ 23 มกราคม 2549 สำหรับรุ่นที่ 2 โปรดส่งใบสมัครภายในวันศุกร์ที่ 4 พฤษภาคม 2549

(นายธนา ท้วประโคน)

ท.ก.พ.

ป.แทน อกจ.

9 ม.ค. 2549

ด่วนที่สุด



กรมประชาสัมพันธ์	
วันที่	29/3/49
วันที่	๗๑ ๒๐๗๗

กองการเจ้าหน้าที่	
วันที่	28 S.A. 2548 ๗๑๓๔๗
ที่รับ	๑๔-๗๑
<input checked="" type="checkbox"/> กษ.พิเศษโลก	<input type="checkbox"/> กศพ. ๑๐๓๐๐
<input type="checkbox"/> สบต.	<input type="checkbox"/> สบป.
<input type="checkbox"/> สบห.	<input type="checkbox"/> สบค.

๒๓ ธันวาคม ๒๕๔๘

เรื่อง การฝึกอบรมและประชุมเชิงปฏิบัติการหลักสูตร “การเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน”

เรียน อธิบดีกรมประชาสัมพันธ์

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
๑. รายละเอียดโครงการ จำนวน ๑ ชุด
 ๒. กำหนดการฝึกอบรมประจำปีงบประมาณ ๒๕๔๘ จำนวน ๑ ชุด
 ๓. ใบสมัครเข้ารับการอบรม จำนวน ๑ ชุด

ด้วย สำนักงาน ก.พ. กำหนดจัดโครงการฝึกอบรมและประชุมเชิงปฏิบัติการหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำความรู้และประสบการณ์ในการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทและฝึกสมาธิไปพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีสติที่เข้มแข็ง มั่นคง มีจิตสำนึกที่ดี พร้อมทั้งจะประพฤติปฏิบัติตนในกรอบแห่งจรรยาบรรณ และมาตรฐานทางคุณธรรม จริยธรรมของแต่ละหน่วยราชการ เพื่อเป็นข้าราชการที่ดีและพลังของแผ่นดิน อันจะนำไปสู่ราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน (สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑) สำหรับในปีงบประมาณ ๒๕๔๘ ได้เตรียมการจัดฝึกอบรมฯ ไว้จำนวน ๒ รุ่น ดังนี้รุ่นที่ ๑: วันที่ ๒๐-๒๘ กุมภาพันธ์ และรุ่นที่ ๒: วันที่ ๕-๑๓ มิถุนายน ๒๕๔๘ ดังมีรายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ๒

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาส่งข้าราชการในสังกัดที่ยังไม่เคยผ่านการฝึกอบรมหลักสูตรนี้ และสามารถเข้ารับการอบรมได้ตลอดหลักสูตร รุ่นละ ๒-๓ คน เข้ารับการอบรมฯ ด้วยการกรอกรายละเอียดในใบสมัครที่แนบมาพร้อมนี้ (สิ่งที่ส่งมาด้วย ๓) แล้วส่งคืนสำนักงาน ก.พ. สำหรับรุ่นที่ ๑ โปรดส่งใบสมัครภายในวันศุกร์ที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๔๘ ส่วนรุ่นที่ ๒ โปรดส่งใบสมัครภายในวันจันทร์ที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๔๘ ด้วย จะขอบคุณมาก โดยสามารถส่งได้ทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๕๔๗-๑๐๒๖ และ ๐-๒๕๒๖-๖๓๖๕

-นอกจากนี้...

นอกจากนี้ ยังสามารถดาวน์โหลดใบสมัคร เอกสารประกอบการอบรม รวมทั้ง ข้อมูลที่เกี่ยวข้องได้ที่
เว็บไซต์สำนักงาน ก.พ. www.ocsc.go.th หัวข้อ “งานส่งเสริมจริยธรรม” และ “การเรียนรู้ตามรอย
พระยุคลบาท” ตามลำดับ

ขอแสดงความนับถือ



(นางสาววนิดา นวลบุญเรือง)

รองเลขาธิการ ก.พ.

ปฏิบัติราชการแทนเลขาธิการ ก.พ.

ศูนย์ส่งเสริมจริยธรรม สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน

โทรศัพท์ ๐-๒๕๕๗-๑๐๒๒-๓๔

โทรสาร ๐-๒๕๕๗-๑๐๒๖, ๐-๒๕๒๖-๖๓๖๕

โครงการฝึกอบรมหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน

๑. หลักการและเหตุผล

เนื่องในวโรกาสอันเป็นมหามงคลสมัยที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ทรงมีพระชนมพรรษา ๖ รอบ ในวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๔๒ และตามมติคณะรัฐมนตรีเมื่อวันที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๒ เห็นชอบโครงการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในวโรกาสพระราชพิธีมหามงคลตามที่สำนักงาน ก.พ. เสนอ และประกาศเป็นโครงการสำคัญของรัฐบาลให้ทุกส่วนราชการได้เรียนรู้ ตามรอยพระยุคลบาท เพื่อเป็นข้าราชการที่ดีและพลังของแผ่นดิน

สำนักงาน ก.พ. ในฐานะองค์กรกลางรับผิดชอบนโยบายการพัฒนาข้าราชการ ได้จัดกิจกรรมฝึกอบรมหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชนขึ้น เพื่อส่งเสริมและพัฒนาข้าราชการทุกระดับ ทบวง กรม ทุกระดับเป็นข้าราชการที่ดีและเป็นพลังของแผ่นดิน โดยเน้นการฝึกสมาธิ พัฒนาสติ ตามแนวพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติตนและเรียนรู้ ตามรอยพระยุคลบาทอันจะนำไปสู่การเสริมสร้างวินัย การประพฤติตามกรอบแห่งจรรยาบรรณมาตรฐานทาง คุณธรรมและจริยธรรม ประสบความสำเร็จในการเป็นหน่วยงานใสสะอาด ซึ่งเป็นการเสริมสร้างและพัฒนา ประสิทธิภาพในการปฏิบัติหน้าที่ของข้าราชการให้เหมาะสมยิ่งขึ้น

ศูนย์ส่งเสริมจริยธรรม สพช. สำนักงาน ก.พ. มีความมุ่งมั่น แน่วแน่ ที่จะส่งเสริมให้ข้าราชการทุกคน ทุกระดับ ได้ประพฤติ ปฏิบัติและรักษาคุณความดีเอาไว้อย่างยั่งยืนตลอดไป จึงได้จัดการฝึกอบรมหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชนตามรอยพระยุคลบาทขึ้น ตั้งแต่ปีงบประมาณ ๒๕๔๑ อย่างต่อเนื่องตลอดมา ทั้งนี้เพื่อเป็นการขยายผลการเรียนรู้ ตามรอยพระยุคลบาทให้ครอบคลุมข้าราชการทุกหมู่เหล่าทั่วทั้งประเทศโดยมุ่งเน้นให้ข้าราชการประพฤติปฏิบัติตนเป็นข้าราชการที่ดีและพลังของแผ่นดินเพื่อประโยชน์สุขของประชาชน

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อเชิญชวนให้ข้าราชการร่วมใจกันเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดปฏิบัติ หน้าที่ราชการเพื่อประโยชน์สุขของประชาชนน้อยแก่กล้า ถวายเป็นราชสักการะ เป็นราชสดุดี อันเป็นการถวายความ จงรักภักดีแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

๒.๒ เพื่อให้ข้าราชการที่ผ่านการฝึกอบรมตามหลักสูตรนี้แล้ว สามารถนำความรู้ประสบการณ์ในการฝึกสมาธิ การพัฒนาสติไปเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติตนเพื่อเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อเป็นข้าราชการที่ดีและพลังของแผ่นดิน รวมทั้งเป็นการเสริมสร้างวินัยและประพฤติปฏิบัติตามกรอบแห่งจรรยาบรรณ รวมทั้งมาตรฐานทางคุณธรรมและจริยธรรม อันเป็นการเสริมสร้างและพัฒนาประสิทธิภาพในการปฏิบัติหน้าที่ของข้าราชการได้เหมาะสมยิ่งขึ้น

๒.๓ เพื่อกระตุ้นใ้มน้ำใจจิตใจข้าราชการให้เกิดความศรัทธา ยอมรับด้วยสติปัญญา มีเหตุผลเกิดความคิดสร้างสรรค์ เห็นคุณค่าของการมีวินัยในตนเองและเห็นคุณประโยชน์ของการปฏิบัติตนตามกรอบแห่งจรรยาบรรณของข้าราชการพลเรือน ค่านิยมสร้างสรรค์ และมาตรฐานทางคุณธรรมและจริยธรรมของแต่ละหน่วยราชการ

๓. หลักการฝึกอบรมและระยะเวลาดำเนินการ

- ช่วงที่ ๑ ฝึกจิตภาวนา ณ วัดโสมนัสวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร
- ช่วงที่ ๒ กิจกรรมฝึกอบรมตามหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน ณ หอประชุมสุทุมณีย์ประดิษฐ์ สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงาน ก.พ. จังหวัดนนทบุรี
- วันที่ ๑: ช่วงที่ ๑ วันที่ ๒๐-๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๙
ช่วงที่ ๒ วันที่ ๒๖-๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๙
- วันที่ ๒: ช่วงที่ ๑ วันที่ ๕-๑๑ มิถุนายน ๒๕๔๙
ช่วงที่ ๒ วันที่ ๑๒-๑๓ มิถุนายน ๒๕๔๙

๔. กลุ่มเป้าหมาย

ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ผู้สนใจจากหน่วยงานภาครัฐทั่วประเทศ

วันที่ ๑: จำนวน ๒๖๐ คน

วันที่ ๒: จำนวน ๓๐๐ คน

๕. สถานที่จัดโครงการ

- ๕.๑ พระวิหารวัดโสมนัสวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร
- ๕.๒ หอประชุมสุทุมณีย์ประดิษฐ์ สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน จังหวัดนนทบุรี

๖. การประเมินผล/การติดตามความก้าวหน้า

- ๖.๑ การสังเกตพฤติกรรมผู้เข้ารับการอบรม
- ๖.๒ การสังเกตพฤติกรรม การร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งในพระวิหารวัดโสมนัสวิหาร และหอประชุมสุทุมณีย์ ประดิษฐ์ สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน จังหวัดนนทบุรี
- ๖.๓ แบบสอบถาม
- ๖.๔ การนำเสนอผลการเรียนรู้จากกลุ่มต่อที่ประชุม และรายงานผล
- ๖.๕ การจัดทำรายงานผลการฝึกอบรมและประชุมปฏิบัติการภายในเวลา ๑ เดือนหลังจากจบหลักสูตร

๗. ผู้รับผิดชอบโครงการ

สำนักงาน ก.พ.

๘. ความสอดคล้องกับเป้าหมายการให้บริการสาธารณะ / ยุทธศาสตร์ของสำนักงาน ก.พ.

- ๘.๑.๑ วิกฤตอันเป็นมหามงคลสมัยที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ทรงมีพระชนมพรรษา ๖ รอบ ในวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๔๒
- ๘.๑.๒ มติคณะรัฐมนตรี วันที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๒ เห็นชอบโครงการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในวโรกาสพระราชพิธีมหามงคล
- ๘.๑.๓ มติคณะรัฐมนตรีแผนการสร้างราชการใสสะอาดกำหนดให้เป็นโครงการสำคัญของรัฐบาลให้ทุกส่วนราชการได้เรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อเป็นข้าราชการที่ดีและพลังของแผ่นดินอย่างต่อเนื่อง

กำหนดการฝึกอบรมและประชุมเชิงปฏิบัติการหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาท
เพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน

วันที่ ๑:	ส่งใบสมัครภายในวันศุกร์ที่ ๒๗ มกราคม ๒๕๕๙
	ช่วงที่ ๑: วันที่ ๒๐-๒๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
	ช่วงที่ ๒: วันที่ ๒๖-๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
วันที่ ๒:	ส่งใบสมัครภายในวันจันทร์ที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๙
	ช่วงที่ ๑: วันที่ ๕-๑๑ มิถุนายน ๒๕๕๙
	ช่วงที่ ๒: วันที่ ๑๒-๑๓ มิถุนายน ๒๕๕๙

หมายเหตุ: ช่วงที่ ๑ ฝึกจิตภาวนา ณ วัดโสมนัสวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร
ช่วงที่ ๒ กิจกรรมฝึกอบรมตามหลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาท เพื่อราชการ
ใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน ณ หอประชุมสุโขทัยประดิษฐาน
สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงาน ก.พ. จังหวัดนนทบุรี

ที่อยู่ที่หนึ่ง: ณ พระวิหาร วัดโสมนัสวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร

การแต่งกาย: **สุภาพบุรุษ** สวมเสื้อและกางเกงสีขาว
สุภาพสตรี สวมเสื้อและผ้าถุงหรือกระโปรงสีขาว **ห้าม**สวมกางเกง

วันที่หนึ่ง

- ๐๗.๓๐ - ๐๘.๐๐ น. ลงทะเบียนและรับเอกสารที่เดินท่อนหน้าพระวิหาร ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน และ
คณะกรรมการศิษย์กรรมฐานผู้เกี่ยวข้องเข้าประชุมพร้อมกัน ณ พระวิหาร
วัดโสมนัสวิหาร
- ๐๘.๐๐ - ๑๐.๐๐ น. พิธีเปิดการฝึกอบรม พระธรรมวิสุทธิภิกขุ กล่าวต้อนรับและแนะนำให้
รู้จักวัดโสมนัสวิหาร โดยสังเขป แล้วแนะนำวิถีกราบ วิธียาราธนาศีลรับศีล
และวิธีอ่านเสียงภาษาบาลี เป็นต้น เสร็จแล้วจุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย
พิธีกรนำบูชาพระรัตนตรัย แล้วผู้เข้าฝึกอบรมอาราธนาศีล และรับศีลพร้อมกัน
พระธรรมวิสุทธิภิกขุ ให้โอวาทเปิดการอบรม เริ่มการฝึกอบรมด้วยการ
สวดมนต์ และการถวายตัว
- ๑๐.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. บรรยายเรื่อง "การบำเพ็ญจิตตภาวนา"
- ๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น. ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิลับการเดินจงกรม)
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น. บรรยายเรื่อง "การตัดความกังวล"
- ๑๓.๓๐ - ๑๖.๐๐ น. ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิลับการเดินจงกรม) พักรหว่าง ๑๕ นาที เมื่อใกล้หมดเวลา
สวดอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาประจำวัน

วันที่สอง

๐๗.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๒๐ น.	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์และสมาทานศีล
๐๙.๒๐ - ๐๙.๕๐ น.	บรรยายเรื่อง "ไตรสิกขา"
๐๙.๕๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง "อานิสงส์การเดินจงกรม"
๑๓.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม) พักในระหว่าง ๑๕ นาที เมื่อใกล้หมดเวลา สวดอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาประจำวัน

วันที่สาม

๐๗.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๒๐ น.	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์และสมาทานศีล
๐๙.๒๐ - ๐๙.๕๐ น.	บรรยายเรื่อง "อานาปานสติภาวนา"
๐๙.๕๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง "นิเวศน์ตัวกันความดี"
๑๓.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม) พักในระหว่าง ๑๕ นาที เมื่อใกล้หมดเวลา สวดอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาประจำวัน

วันที่สี่

๐๗.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๒๐ น.	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์และสมาทานศีล
๐๙.๒๐ - ๐๙.๕๐ น.	บรรยายเรื่อง "เหตุเกิดและเหตุดับนิเวศน์"
๐๙.๕๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง "ตัวกำจัดนิเวศน์"
๑๓.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม) พักในระหว่าง ๑๕ นาที เมื่อใกล้หมดเวลา สวดอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาประจำวัน

วันที่ห้า

๐๗.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๒๐ น.	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์และสมาทานศีล
๐๙.๒๐ - ๐๙.๕๐ น.	บรรยายเรื่อง "การปรับอินทรีย์"

๐๙.๕๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๓.๕๕ น.	เลือกคณะกรรมการประจำรุ่น
๑๓.๕๕ - ๑๔.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง "อัปปนาโกศล"
๑๔.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม) พักในระหว่าง ๑๕ นาที เมื่อใกล้หมดเวลา สวดอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาประจำวัน

วันที่หก

๐๙.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๒๐ น.	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์และสมาทานศีล
๐๙.๒๐ - ๐๙.๕๐ น.	บรรยายเรื่อง "การบำเพ็ญวิปัสสนาเบื้องต้น"

๐๙.๕๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง "คลายเครียด"
๑๓.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม) พักในระหว่าง ๑๕ นาที เมื่อใกล้หมดเวลา สวดอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาประจำวัน

วันที่เจ็ด

๐๙.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๒๐ น.	บูชาพระรัตนตรัย สวดมนต์และสมาทานศีล
๐๙.๒๐ - ๐๙.๕๐ น.	บรรยายเรื่อง "อุปายระงับความโกรธ"
๐๙.๕๐ - ๑๒.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	บรรยายเรื่อง "พรหมวิหารภาวนา"
๑๓.๓๐ - ๑๕.๐๐ น.	ฝึกจิตตภาวนา (นั่งสมาธิสลับการเดินจงกรม) สวดอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาประจำวัน พระธรรมวิสุทธิกวี มอบหนังสือ "แบบสวดมนต์และหลักการเจริญวิปัสสนา" แก่ผู้เข้าฝึกอบรม
๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	ทำพิธีปิดการฝึกอบรมมีรายการดังนี้ - ประธานศิษย์กรรมฐาน กล่าวสัมโมทนาธิ และถวายเครื่องสักการะแด่พระอาจารย์ - พระอาจารย์กล่าวอนุโมทนาให้โอวาทในโอกาสปัจฉิมนิเทศและมอบวุฒิบัตรเป็นอัน เสร็จพิธี

- ข้อแนะนำ ๑) เปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมถามปัญหาในการปฏิบัติและปัญหาทั่วไป ทางพระพุทธศาสนา ในช่วงพักได้ทุกวัน โดยถามปากเปล่า หรือเขียนปัญหาถามก็ได้

- ๒) โปรดแต่งกายด้วยเสื้อผ้าสีขาวในระหว่างการฝึกอบรมภาวนาปฏิบัติธรรม
สุภาพสตรีโปรดสวมกระโปรงหรือผ้าถุง ในช่วงที่ ๑ (ที่วัดมีชุดขาวจำหน่าย)

ช่วงที่สอง: ฝึกอบรม ณ สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงาน ก.พ. จังหวัดนนทบุรี

การแต่งกาย: ชุดปฏิบัติงานปกติ หรือชุดสุภาพ

วันที่แปด

- ๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐ น. ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. การบรรยายเรื่อง "การเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาท"
ห้องประชุมสุมนัยประดิษฐ์ สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน
สำนักงาน ก.พ.
๑๐.๓๐ - ๑๐.๕๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
๑๐.๕๕ - ๑๒.๐๐ น. การบรรยายเรื่อง "การเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาท" (ต่อ)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. รับประทานอาหารกลางวัน ณ สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. การประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การสร้างความคิดแก่สังคมและร่วมสร้างพลังของแผ่นดิน
๑๔.๓๐ - ๑๔.๕๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
๑๔.๕๕ - ๑๖.๓๐ น. การประชุมเชิงปฏิบัติการ ฯ (ต่อ)

วันที่เก้า

- ๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐ น. ผู้เข้าฝึกอบรมทุกท่าน ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. การบรรยายเรื่อง "การเสริมสร้างกระบวนการทัศนข้าราชการที่รักประชาชน"
๑๐.๓๐ - ๑๐.๕๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
๑๐.๕๕ - ๑๒.๐๐ น. การบรรยายเรื่อง "การเสริมสร้างกระบวนการทัศนข้าราชการฯ" (ต่อ)
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน อาคารสโมสร
๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. นำเสนอผลการประชุมเชิงปฏิบัติการฯ
๑๕.๐๐ - ๑๕.๑๕ น. พักรับประทานอาหารว่าง
๑๕.๑๕ - ๑๖.๐๐ น. พิธีถวายสัตย์ปฏิญาณเพื่อเป็นข้าราชการที่ดีและพลังของแผ่นดิน
โดย ประธานรุ่น เป็นประธาน
๑๖.๐๐ ปิดการฝึกอบรม

หมายเหตุ: หัวข้อและกำหนดการฝึกอบรมอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

ใบสมัครเข้าร่วมการฝึกอบรม

หลักสูตรการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาทเพื่อราชการใสสะอาดและประโยชน์สุขของประชาชน

ช่วงที่ ๑

อำนาจการฝึกอบรมโดยพระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตธมฺโณ ป.ธ.๘, ศน.บ.,M.A.)

ช่วงที่ ๒

อำนาจการฝึกอบรมโดยศูนย์ส่งเสริมจริยธรรม สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงาน ก.พ.

รุ่นที่ ระหว่างวันที่ เดือน พ.ศ.

(กรุณากรอกข้อความด้วยตัวบรรจง หรือพิมพ์ดีด เพื่อความชัดเจนด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง)

ชื่อ นาย/นาง/นางสาว ชื่อสกุล อายุ ปี

วุฒิการศึกษา บ้านเลขที่ หมู่

ซอย ถนน แขวง (ตำบล)

เขต (อำเภอ) จังหวัด รหัสไปรษณีย์

โทรศัพท์ โทรสาร

ตำแหน่ง กรม

กระทรวง ที่อยู่ที่ทำงาน

ซอย ถนน แขวง (ตำบล)

เขต (อำเภอ) จังหวัด รหัสไปรษณีย์

โทรศัพท์ โทรสาร

ลงชื่อ ผู้สมัคร

(.....)

วันที่ / /

หมายเหตุ

๑. กรุณากรอกข้อความให้ครบถ้วนเท่าที่มีข้อมูล เช่น ยศ หรือ นายแพทย์ วุฒิการศึกษาให้แจ้งด้วยว่า จบชั้น ประถม มัธยม อาชีวศึกษาปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก เพื่อประโยชน์ในการอบรม ให้ได้ผลดี และความถูกต้องในการจัดพิมพ์รายชื่อ ทำเนียบรุ่น และวุฒิบัตร

๒. ในช่วงที่ ๑ แต่งกายด้วยเสื้อผ้าสีขาวในระหว่างการฝึกอบรม สุภาพบุรุษโปรดสวมเสื้อและกางเกงสีขาว สุภาพสตรีโปรดสวมกระโปรงหรือผ้าถุง หุ้มสวมกางเกง (ที่วัดมีชุดขาวจำหน่ายเฉพาะวันที่เปิดการฝึกอบรม)

๓. ในช่วงที่ ๒ (ณ สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงาน ก.พ. จังหวัดนนทบุรี) แต่งกายสุภาพเช่นเดียวกับการ

ปฏิบัติราชการตามปกติ

๔. กรุณาส่งใบสมัครล่วงหน้า ๑๕ วัน ก่อนกำหนดการฝึกอบรมของแต่ละรุ่น ผู้ที่ได้รับการคัดเลือกแล้วไม่สามารถเปลี่ยนแปลงรุ่นได้

๕. สามารถตรวจสอบรายชื่อผู้ที่ได้รับคัดเลือกเข้าอบรมแต่ละรุ่นได้ที่เว็บไซต์สำนักงาน ก.พ. www.ocsc.go.th หน้า Homepage หรือเลือกหัวข้อ "งานส่งเสริมจริยธรรม" และ "โครงการเรียนรู้ตามรอยพระยุคลบาท" ตามลำดับ

๖. การแจ้งความจำนงเข้าพัก:

๖.๑ ช่วง ๗ วัน ที่วัดโสมนัสวิหาร: ติดต่อได้ที่ ภูมิกานต์เจ้าคุณฯ โทร. ๐-๒๒๕๑-๗๕๕๔ และกุฏิแม่ชี โทร. ๐-๒๒๕๑-๓๐๒๔

๖.๒ ช่วง ๒ วัน ที่สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน ติดต่อศูนย์ส่งเสริมจริยธรรม โทร. ๐-๒๕๔๗-๑๐๒๓, ๐-๒๕๔๗-๑๐๒๕