



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองการเจ้าหน้าที่ ฝ่ายสรรหาและประเมินประสพการณ์ โทร. ๐-๒๖๑๘-๒๓๒๓ ต่อ ๑๓๐๒
ที่ นร ๐๒๐๓.๐๕/๑๑๔๗๗ วันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๑

เรื่อง แจ้งเวียนคำสั่งกรมประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรเข้าอบรมปฏิบัติธรรมปี ๒๕๖๑

เรียน ผอ.สำนัก/กอง ผอ.สพข.๑ - ๘ และ ปชส.จังหวัดทุกจังหวัด

ด้วย กรมประชาสัมพันธ์ จะดำเนินการจัดโครงการปฏิบัติธรรมเพื่อการปฏิบัติงาน โดยกำหนดการไปปฏิบัติธรรมนอกสถานที่ให้แก่บุคลากรกรมประชาสัมพันธ์ เพื่อสร้างความผาสุกและความพึงพอใจของบุคลากรและสร้างราชการใสสะอาด ตลอดจนส่งเสริมให้บุคลากรของกรมประชาสัมพันธ์มีการพัฒนาตนพัฒนาจิต ส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรม โดยกำหนดการไปปฏิบัติธรรม ระหว่างวันที่ ๔ - ๘ มิถุนายน ๒๕๖๑ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา นั้น

ในการนี้ กองการเจ้าหน้าที่ ขอความอนุเคราะห์สำนัก/กอง และหน่วยงานทั้งส่วนกลาง และส่วนภูมิภาคเวียนแจ้งให้เจ้าหน้าที่ในสังกัด ได้แก่ ข้าราชการ พนักงานราชการ ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว ที่สมัครเข้ารับการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมตามโครงการดังกล่าว ซึ่งมีผู้ประสงค์เข้ารับการอบรมปฏิบัติธรรมจำนวน ๕๔ คน ตามคำสั่งกรมประชาสัมพันธ์ที่ ๖๕๗ /๒๕๖๑ ลงวันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๑

ทั้งนี้ กองการเจ้าหน้าที่กำหนดจัดปฐมนิเทศผู้ไปปฏิบัติธรรมเฉพาะส่วนกลาง ในวันพฤหัสบดีที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๑ เวลา ๐๙.๓๐ น. ณ ห้องประชุม ๒๑๑ A และขอให้ผู้เข้าอบรมจากส่วนกลางเข้ารับฟังการปฐมนิเทศในครั้งนี้ เพราะมีระเบียบข้อวัตรปฏิบัติใหม่ของทางวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมารามแจ้งเพื่อทราบก่อน สำหรับผู้เข้าอบรมจาก สพข.๑-๘ จะรับฟังการปฐมนิเทศบนรถบัสในวันจันทร์ที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๑

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและกรุณาแจ้งผู้ที่มีรายชื่อในคำสั่งกรมประชาสัมพันธ์ดังกล่าวทราบต่อไปด้วย

ก ก ก

(นางจรรยา อัมศิริณ)

ผอ.กกจ.

- สำเนา -

คำสั่งกรมประชาสัมพันธ์

ที่ ๖๕๗ / ๒๕๖๑

เรื่อง ให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่เข้าร่วมการฝึกอบรมตามโครงการปฏิบัติธรรม
เพื่อการปฏิบัติงาน

ด้วย กรมประชาสัมพันธ์ มีกำหนดการไปปฏิบัติธรรมตามโครงการปฏิบัติธรรมเพื่อการ
ปฏิบัติงานแก่บุคลากรกรมประชาสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีการพัฒนาตนพัฒนาจิต และส่งเสริม
คุณธรรมและจริยธรรม ระหว่างวันที่ ๔ - ๘ มิถุนายน ๒๕๖๑ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม อำเภอวังน้ำเขียว
จังหวัดนครราชสีมา

เพื่อให้การจัดโครงการดังกล่าวเป็นไปตามวัตถุประสงค์ จึงให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่
เข้าร่วมการฝึกอบรมตามโครงการปฏิบัติธรรมเพื่อการปฏิบัติงาน ดังรายชื่อต่อไปนี้

สำนักงานเลขานุการกรม

๑. นางสาวหทัยทิพย์ มั่นมณี เจ้าพนักงานธุรการปฏิบัติงาน

ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศการประชาสัมพันธ์

๒. นางสาวศิริกาญจน์ บุญลือ นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ

๓. นางณัฐกาญจน์ ต้นเจริญสุข นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

สำนักส่งเสริมและพัฒนางานเทคนิค

๔. นายศรีเมือง จันตะศรี นายช่างไฟฟ้าอาวุโส

๕. นายธีระพล ขำทุเรียน นายช่างไฟฟ้าปฏิบัติงาน

สำนักพัฒนาการประชาสัมพันธ์

๖. นางสาวปัทมาวดี เหลือสม นักประชาสัมพันธ์ปฏิบัติการ

๗. นางสาวศรุษา มุลมี นักประชาสัมพันธ์

สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย

๘. นางสุกานดา โตชะสุข นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการพิเศษ

๙. นายจิรโมท จันทรศิลา นายช่างไฟฟ้าอาวุโส

๑๐. นายสมพงษ์ โพธิ์พันธ์ นายช่างไฟฟ้าชำนาญงาน

๑๑. นางสาวสรินทร์ บรรพบุรุษ ผู้ประกาศและรายงานข่าว

๑๒. นางสาวธนาภรณ์ ศรีหาตา บุคลากร

สำนักข่าว

๑๓. นางสาวสุภาพร	ครุสารพิศิฐ	นักสื่อสารมวลชนชำนาญการพิเศษ
๑๔. นางปทุม	ฤทธิบัว	นักสื่อสารมวลชน

สถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทย

๑๕. นางสาวสมจิตต์	น้ำค้าง	นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ
๑๖. นางสาวกัญญาณัฐ	ภาธรสืบนุกูล	นักสื่อสารมวลชนปฏิบัติการ
๑๗. นางสาวพิไลพร	วินามนต์	นักสื่อสารมวลชน

สำนักประชาสัมพันธ์เขต ๑ ขอนแก่น

๑๘. นางวีรวรรณ	ดัดเพชร	ผู้อำนวยการสถานีวิทยุกระจายเสียง แห่งประเทศไทยอำเภอคำชะอี จังหวัดเลย
๑๙. นางสาวจุฑามาศ	จิเจริญ	ผู้อำนวยการสถานีวิทยุกระจายเสียง แห่งประเทศไทยจังหวัดเลย
๒๐. นางสาวชนกพร	โพธิสาร	ผู้อำนวยการสถานีวิทยุกระจายเสียง แห่งประเทศไทยจังหวัดอุดรธานี
๒๑. นางสาวระพีพรรณ	วิเศษ	นักสื่อสารมวลชนชำนาญการ

สำนักประชาสัมพันธ์เขต ๒ อุบลราชธานี

๒๒. นางวาสนา	แถวเพชร	ผู้อำนวยการสถานีวิทยุกระจายเสียง แห่งประเทศไทยจังหวัดบุรีรัมย์
๒๓. นายสมบุรณ์	แจ้กุล	นายช่างไฟฟ้าอาวุโส
๒๔. นางสาวเรวดี	หงษากุล	นักสื่อสารมวลชนปฏิบัติการ

สำนักประชาสัมพันธ์เขต ๔ พิษณุโลก

๒๕. นางสาวอรนุช	อินตา	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ
๒๖. นายปิยะ	เหล่าบุรินทร์	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ
๒๗. นางสาวสิริลักษณ์	อำไพพรรณวิจิต	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ
๒๘. นายภคิน	เลี้ยงสุข	นายช่างไฟฟ้าชำนาญงาน
๒๙. นางสาวภัทรวดี	สุขเปี่ยม	ผู้สื่อข่าว
๓๐. นางรัตนา	ท้วมนาค	ผู้ประกาศและรายงานข่าว

สำนักประชาสัมพันธ์เขต ๕ สุราษฎร์ธานี

๓๑. นางดวงสมร	นาคเพชรพูล	นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ
๓๒. นายฉัตรชัย	จิตจำนอง	นักสื่อสารมวลชนชำนาญการ
๓๓. นางสาวพร	นำชม	นายช่างศิลป์ชำนาญงาน

สำนักประชาสัมพันธ์เขต ๖ สงขลา

๓๔. นางสาวพิมพ์ศิกัทดี	บัณฑิตโต	ผู้อำนวยการสถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทยจังหวัดยะลา
๓๕. นางสาววดี	ชัยวิเศษ	นักสื่อสารมวลชนชำนาญการ
๓๖. นางสาวอุทัยวรรณ	เดชสิงห์โสภา	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ
๓๗. นางสาวปพิชฎานันท์	เทพรักษ์	นักสื่อสารมวลชนชำนาญการ

สำนักประชาสัมพันธ์เขต ๗ จันทบุรี

๓๘. นางสาวยุพจิรดา	กุลรักษา	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการพิเศษ
--------------------	----------	-------------------------------

สำนักประชาสัมพันธ์เขต ๘ กาญจนบุรี

๓๙. นางสาวกมลวรรณ	เนตร์เดชา	นักสื่อสารมวลชน
๔๐. นางฤดี	ศรีทรง	ผู้ประกาศและรายงานข่าว

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดอำนาจเจริญ

๔๑. นางสาวมธุริน	ศิริทัฬ	ประชาสัมพันธ์จังหวัด
------------------	---------	----------------------

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดยโสธร

๔๒. นางกมลพร	คำนึ่ง	ประชาสัมพันธ์จังหวัด
--------------	--------	----------------------

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดอุดรดิตถ์

๔๓. นางสุรีย์	แสงทอง	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ
---------------	--------	--------------------------

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดอุทัยธานี

๔๔. นางสาวกรุณา	จันทร์จินดา	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ
-----------------	-------------	--------------------------

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดราชบุรี

๔๕. นางอรรถจินดา	อินทรทัต	ประชาสัมพันธ์จังหวัด
------------------	----------	----------------------

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดกำแพงเพชร

๔๖. นางสาวสุภา	ชีวิทธิยานนท์	นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ
----------------	---------------	--------------------------

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดน่าน

๔๗. นางรรดา	บุญยะกาญจน์	เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน
-------------	-------------	---------------------------

/สำนักงาน....

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดพัทลุง

๔๘. นางสาวธัญพร น้อยเสียม ประชาสัมพันธ์จังหวัด

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดยะลา

๔๙. นางจิระพา หนูชัย นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ

๕๐. นางสาวกฤษฎาพร ฐิธรรมโม นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ

สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดนราธิวาส

๕๑. นายบัญชา กันหาสินธุ์ ประชาสัมพันธ์จังหวัด

๕๒. นางสาวธิดารัตน์ แก้ววงษ์ษา เจ้าพนักงานธุรการปฏิบัติงาน

คณะทำงานโครงการปฏิบัติธรรม

๕๓. นางดวงสวรรค์ ลิมนพวัฒน์กุล นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการพิเศษ

๕๔. นางสาวลลิตา การिया เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป

ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ ๔ - ๘ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๑

สั่ง ณ วันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๑

(ลงชื่อ) พลโท สรรเสริญ แก้วกำเนิด

(สรรเสริญ แก้วกำเนิด)

รักษาราชการในตำแหน่งอธิบดีกรมประชาสัมพันธ์

สำเนาถูกต้อง

ANUS

(นางดวงสวรรค์ ลิมนพวัฒน์กุล)
นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการพิเศษ

๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๑

ตารางโครงการปฏิบัติธรรม
ของข้าราชการกรมประชาสัมพันธ์
ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม บ้านทรัพย์ทวี ตำบลวังหมี่
อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา
วันจันทร์ที่ ๔ - วันศุกร์ที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๑ (๕ วันทำการ)

วันเดินทาง (วันจันทร์ที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๑)		
เวลา	รายการ	ผู้บรรยายธรรม
๐๖.๓๐ น.	ปฐมนิเทศและออกเดินทางไป วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม จังหวัดนครราชสีมา	รถบัสจอดหน้าอาคารกปส.
วันแรก (วันจันทร์ที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๑)		
เวลา	รายการ	ผู้บรรยายธรรม
๑๑.๐๐ น.	ถึงวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม	
๑๑.๐๐ - ๑๑.๓๐ น.	- ทานอาหารกลางวัน	
๑๒.๐๐ - ๑๒.๔๕ น.	- ลงทะเบียน - เข้าที่พัก	
๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น.	- พิธีรับศีล ๘ / ศีล ๕	พระอาจารย์กัญหา สุขกาโม/ พระอาจารย์ที่ได้รับมอบหมาย
๑๓.๓๐ - ๑๗.๐๐ น.	- เริ่มการอบรม สมาธิวิปัสสนา (ศาลาปฏิบัติธรรม) - ปฏิบัติธรรมร่วมกัน	”
๑๗.๐๐ - ๑๗.๓๐ น.	ดื่มน้ำปานะ	
๑๗.๓๐ - ๑๙.๐๐ น.	ปฏิบัติธรรมร่วมกัน (นั่งสมาธิ / เดินจงกรม)	”
๑๙.๐๐ - ๒๐.๐๐ น.	- ทำวัตรเย็น - ฟังธรรมร่วมกัน (ศาลาปฏิบัติธรรม)	”
๒๐.๐๐ - ๒๑.๓๐ น.	ตอบคำถาม (ถ้ามี)	”
๒๑.๓๐ น.	กิจส่วนตัว (ที่พักร) / ดับไฟ	

วันที่ ๕ - ๗ มิถุนายน ๒๕๖๑		
เวลา	รายการ	ผู้บรรยายธรรม
๐๓.๐๐ น.	- ตีระฆังปลุก - ทำกิจส่วนตัว (ที่พักร)	
๐๔.๐๐ - ๐๕.๐๐ น.	- ทำวัตรเช้า - นั่งสมาธิ / เติมน้ำมัน	
๐๕.๐๐ - ๐๖.๐๐ น.	- ทำความสะอาดที่พักร/บริเวณวัด - ไปตักบาตรพระ	
๐๖.๓๐ - ๐๗.๓๐ น.	ทานอาหารเช้า (โรงภัตตาคาร)	
๐๗.๓๐ - ๐๘.๓๐ น.	พักรผ่อน	
๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.	ปฏิบัติร่วมกัน (ศาลาปฏิบัติธรรม หรือ บริเวณวัดฯ)	พระอาจารย์กัญหา สุขกาโม
๑๐.๓๐ - ๑๒.๔๕ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน - ทำข้อวัตรฝึกสติ (บริเวณวัด หรือ ที่พักร)	
๑๒.๔๕ น.	พร้อมกันที่ศาลาปฏิบัติธรรม	”
๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	ปฏิบัติธรรมร่วมกันตามที่อาจารย์กำหนด ที่ศาลาปฏิบัติธรรม	”
๑๕.๐๐ - ๑๕.๓๐ น.	พักรผ่อน	
๑๕.๓๐ - ๑๗.๐๐ น.	ปฏิบัติร่วมกัน (ศาลาปฏิบัติธรรม)	
๑๗.๐๐ - ๑๗.๓๐ น.	น้ำปานะ	
๑๗.๓๐ - ๑๙.๐๐ น.	- พักผ่อน - ทำความสะอาดที่พักร/บริเวณวัด	
๑๙.๐๐ - ๒๐.๐๐ น.	- ทำวัตรเย็น - ฟังธรรมร่วมกัน (ศาลาปฏิบัติธรรม)	”
๒๐.๐๐ - ๒๑.๓๐ น.	ตอบคำถาม (ถ้ามี)	”
๒๑.๓๐ น.	กิจส่วนตัว (ที่พักร) / ดับไฟ	

วันสุดท้าย (วันศุกร์ที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๑)		
เวลา	รายการ	ผู้บรรยายธรรม
๐๓.๐๐ น.	- ตีระฆังปลุก - ทำกิจส่วนตัว (ที่พักร)	
๐๔.๐๐ - ๐๕.๐๐ น.	- ทำวัตรเช้า - นั่งสมาธิ / เดินจงกรม	พระอาจารย์กัญญา สุขกาโม
๐๕.๐๐ - ๐๖.๐๐ น.	- ทำความสะอาดที่พักร/บริเวณวัด - ไปตักบาตร	
๐๖.๓๐ - ๐๗.๓๐ น.	ทานอาหารเช้า (โรงภัตตาหาร)	
๐๗.๓๐ - ๐๘.๓๐ น.	- กลับที่พักรเตรียมเก็บกระเป๋า - ทำความสะอาดที่พักร - เก็บผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน ผ้าห่มที่ใช้ แล้วไปไว้ที่โรงครัว	
๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.	ปฏิบัติร่วมกัน (ศาลาปฏิบัติธรรม)	”
๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	
๑๓.๐๐ น.	- ลากธรรมฐาน - ไปกราบพระอาจารย์กัญญา สุขกาโม ที่กุฏิรับใบประกาศนียบัตร	”
๑๔.๓๐ น.	เดินทางกลับกรุงเทพ ฯ	

รายละเอียดคำชี้แจงการเตรียมตัวเข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรม
เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและประสิทธิภาพการทำงาน
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๐
ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม บ้านทรัพย์ทวี ตำบลวังหมี่
อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา
วันจันทร์ที่ ๔ - วันศุกร์ที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๑ (๕ วันทำการ)

เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม ได้ทราบข้อมูลเบื้องต้น และคำแนะนำในการเตรียมตัวก่อนเข้ารับการฝึกอบรม ฝ่ายสรรหาและประเมินประสบการณ์ กองการเจ้าหน้าที่ กรมประชาสัมพันธ์ ขอชี้แจงประเด็นต่างๆ ให้ทราบ ดังนี้

การเตรียมตัวก่อนเข้ารับการฝึกอบรม

- ๑.๑ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะต้องมอบหมายหน้าที่การงานให้เรียบร้อยก่อนเข้ารับการฝึกอบรม ทั้งนี้เพื่อสามารถเข้ารับการฝึกอบรมได้อย่างสม่ำเสมอตลอดหลักสูตร
- ๑.๒ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะต้องถึงวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา วันจันทร์ที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๑ ก่อนเวลา ๑๒.๐๐ น. หลังจากนั้นจะเป็นพิธีบวชและปฐมนิเทศ ผู้เข้ารับการฝึกอบรม เวลา ๑๓.๐๐ น.
- ๑.๓ เนื่องจากการฝึกอบรมหลักสูตรนี้ต้องอยู่ประจำและพักค้าง ผู้เข้ารับการฝึกอบรมต้องเตรียมของใช้ส่วนตัวที่จำเป็นมาให้พร้อม ดังนี้
 - ๑.๓.๑ เครื่องแต่งกาย ตลอด ๕ วัน ๔ คืน (ยกเว้นการเดินทางไปและกลับให้แต่งกายสุขภาพทั่วไป)

ชาย

- เสื้อสีขาว กางเกงขาสั้นสีขาว และ การเกงขาสั้นดำ(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 กระดาษทิชชู แก้วน้ำและขันสำหรับแปรงฟัน ไม้แขวนเสื้อ เสื้อกันหนาว ยาพอกันยุง ยารักษาโรคประจำตัว ฯลฯ

๑.๓.๓ ควรนำไฟฉาย , ร่มกันฝน ไปด้วย

๑.๓.๔ งดเว้น การใช้ เครื่องหอม และเครื่องสำอางทุกชนิด

๑.๓.๕ งดเว้น ใส่เครื่องประดับทุกชนิด และของมีค่าติดตัวไป ทางวัดไม่รับผิดชอบ หากมีการสูญหาย

๑.๓.๖ งดเว้น การสูบบุหรี่

หลักปฏิบัติ

- กรรณฐานโดยวิธีอานาปนสติภาวนา

แบบบริการ "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 ๔ มิถุนายน ๒๕๖๑

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 เดินทางไปกับรถที่กองการเจ้าหน้าที่จัดให้ (ไม่เสียค่าใช้จ่าย) มีรถบัสรับส่ง รถจะออกจากกรมประชาสัมพันธ์เวลา ๐๖.๓๐ น.