



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักบริหารกลาง ฝ่ายบริหารทั่วไป โทร. ๐ ๒๖๒๘ ๕๒๔๐ - ๕๙ ต่อ ๒๑๐๕

ที่ กษ ๐๔๐๑/ว ๗๕๕

วันที่ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๕๕

เรื่อง เอกสารแจ้งเวียน ( ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมในโครงการเพิ่มบุญ เต็มธรรม นำสุข )

เรียน ทุกหน่วยงานในสังกัดกรมตรวจบัญชีสหกรณ์

สำนักบริหารกลาง ขอส่งสำเนา  หนังสือ  ประกาศ  คำสั่ง

ของกลุ่มบริหารทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารกลาง ที่ กษ ๐๔๐๑.๒/๑๘๔๘ ลงวันที่ ๒๓ สิงหาคม ๒๕๕๕  
เรื่อง ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมในโครงการเพิ่มบุญ เต็มธรรม นำสุข

- จึงเรียนมาเพื่อ  โปรดทราบ  
 โปรดทราบและดำเนินการต่อไป  
 โปรดทราบและถือปฏิบัติต่อไป  
 โปรดทราบและแจ้งผู้ที่เกี่ยวข้องทราบ

(นางโสภา กฤตลักษณ์กุล)  
ผู้อำนวยการสำนักบริหารกลาง



# บันทึกข้อความ

สำนักบริหารกลาง
เลขรับ ๗๕๒
วันที่ ๒๓ ส.ค. ๒๕๕๕
เวลา ๑๕.๑๐ น.

ส่วนราชการ กลุ่มบริหารทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารกลาง โทร. ๔๒๐๘

ที่ กษ ๐๔๐๑.๒/๑๗๕๗ วันที่ ๒๓ สิงหาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมในโครงการเพิ่มบุญ เติมธรรม นำสุข

เรียน อธิบดีกรมตรวจบัญชีสหกรณ์

รับที่ ๗๕๒
วันที่ ๒๓ ส.ค. ๒๕๕๕
เวลา ๑๑.๐๐

ด้วยวัดสามพระยาวรวิหาร ได้มีหนังสือเชิญชวนบุคลากรในสังกัดกรมตรวจบัญชีสหกรณ์ ร่วมปฏิบัติธรรมในโครงการเพิ่มบุญ เติมธรรม นำสุข โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงเจริญพระชนมพรรษา ๘๕ พรรษา สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ทรงเจริญพระชนมพรรษา ๘๐ พรรษา สมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร ทรงเจริญพระชนมพรรษา ๖๐ พรรษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ข้าราชการและลูกจ้าง ในส่วนราชการมีความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา น้อมนำไปประพฤติปฏิบัติเป็น แนวทางในการดำเนินชีวิตได้ ในวันศุกร์-เสาร์-อาทิตย์ ระหว่างวันที่ ๑๖ สิงหาคม ถึง ๑๖ กันยายน ๒๕๕๕

กลุ่มงานวินัยและระบบคุณธรรมพิจารณาแล้ว เห็นว่าโครงการดังกล่าว เป็นการส่งเสริม คุณธรรม จริยธรรมให้กับบุคลากรของกรมตรวจบัญชีสหกรณ์ ประกอบกับแผนพัฒนาองค์การของกรม ตรวจบัญชีสหกรณ์ พ.ศ. ๒๕๕๕ ด้านการพัฒนาปรับปรุงวัฒนธรรมองค์กร แผนการเสริมสร้างทีมงาน คุณภาพ กำหนดให้แต่ละหน่วยงานจัดกิจกรรมเพื่อให้บุคลากรกรมในสังกัดได้เข้าร่วมกิจกรรม อย่างน้อยเดือนละ ๑ กิจกรรม ดังนั้น เพื่อเป็นการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมให้กับบุคลากรของกรม สอดคล้องกับแผนพัฒนา องค์การของกรมตรวจบัญชีสหกรณ์ พ.ศ. ๒๕๕๕ ควรให้ความร่วมมือสนับสนุนโครงการดังกล่าวโดยการส่ง บุคลากรเข้าร่วมโครงการ ในวันศุกร์ที่ ๗ กันยายน ๒๕๕๕ เวลา ๑๗.๐๐ น. ถึงวันเสาร์ที่ ๘ กันยายน ๒๕๕๕ เวลา ๑๖.๐๐ น.

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบกลุ่มงานวินัยและระบบคุณธรรมจะได้แจ้ง เวียนให้ทุกหน่วยงานทราบและส่งบุคลากรในสังกัดที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ โดยการส่งแบบตอบรับเข้า ร่วมโครงการไปยังกลุ่มงานวินัยและระบบคุณธรรม ทาง Email address [dissect@cad.go.th](mailto:dissect@cad.go.th) ภายในวันที่ ๕ กันยายน ๒๕๕๕ ทั้งนี้ ได้แนบรายละเอียดการจัดกิจกรรม และแบบตอบรับสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม มาพร้อมนี้ด้วยแล้ว

(นางสาวเอ๋ออารีย์ จิตต์ตรง)

หัวหน้ากลุ่มงานวินัยและระบบคุณธรรม

(นางสาวสมรภัท กิตกัญญาวนนท์)

รองอธิบดีกรมตรวจบัญชีสหกรณ์ ปฏิบัติราชการแทน  
อธิบดีกรมตรวจบัญชีสหกรณ์

(นางสาวศิริรัตน์ บุญประเสริฐ)

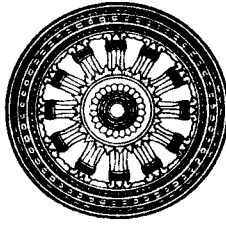
ผู้อำนวยการกลุ่มบริหารทรัพยากรบุคคล

(นางโสภา กตุตลักษณกุล)  
ผู้อำนวยการสำนักบริหารกลาง

๒๔ ส.ค. ๒๕๕๕



ที่ พิเศษ / ๒๕๕๕



วัดสามพระยาวรวิหาร  
เขตพระนคร กรุงเทพฯ  
๑๐๒๐๐

๒๒ สิงหาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมปฏิบัติธรรมในโครงการเพิ่มบุญ เติมธรรม นำสุข

เจริญพร อธิบัติกรรมตรวจบัญชีสหกรณ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการเพิ่มบุญ เติมธรรม นำสุข จำนวน ๑ ชุด

เนื่องด้วยกรมการศาสนาร่วมกับวัดสามพระยาวรวิหาร ได้จัดโครงการปฏิบัติธรรม “เพิ่มบุญ เติมธรรม นำสุข” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระชนพรรษา ๘๕ พรรษา สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ทรงมีพระชนพรรษา ๘๐ พรรษา และสมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร ทรงมีพระชนมายุ ๖๐ พรรษา และเพื่อให้ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ เด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา และประชาชน ผู้สนใจทั่วไปมีความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา และน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต โดยกำหนดทุกวันศุกร์-เสาร์-อาทิตย์ ระหว่างวันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๕๕ ถึง ๑๖ กันยายน ๒๕๕๕

ในการนี้ทางวัดสามพระยาวรวิหาร จึงขอความร่วมมือจากท่านได้สนับสนุนโครงการด้วยการ ประชาสัมพันธ์ และส่งบุคลากรเข้าร่วมโครงการตามรายละเอียดที่แนบมานี้

ขออานุภาพแห่งพระรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายทั้งปวงในสากลโลก จงดลบันดาล ประทานพรให้ท่านและครอบครัวมีความสุขความเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกและทางธรรม และขออนุโมทนาบุญ มา ณ โอกาสนี้.

ขอเจริญพร

พระครูปลัดสุวัฒนติลกคุณ  
(พระครูปลัดสุวัฒนติลกคุณ)

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดสามพระยา, เลขานุการเจ้าคณะภาค ๑๔

หัวหน้าคณะทำงานในโครงการ

ผู้ประสานงาน

พระครูปลัดสุวัฒนติลกคุณ ๐๘๑-๕๕๕-๗๑๓๒

พระมหาอุดร อุตตโร ๐๘๔-๙๓๙-๕๐๗๓

## โครงการ “ เพิ่มบุญ เต็มธรรม นำสุข ”

### หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยมีพระพุทธศาสนาที่คนไทยส่วนใหญ่นับถือมาเป็นเวลาช้านาน มีหลักพระธรรมคำสอนที่มุ่งเน้นการอบรมสั่งสอนให้พุทธศาสนิกชนได้น้อมนำไปปฏิบัติเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตจนกลายเป็นรากฐานทางวัฒนธรรม และเอกลักษณ์ของชาติไทยตราប់เท่าทุกวันนี้ จึงกล่าวได้ว่าสังคมไทย ทุกระดับได้รับเอาความเชื่อทางศาสนามาเป็นแบบอย่างแห่งการดำเนินชีวิตจนก่อให้เกิดเป็นวัฒนธรรมขึ้นมา ทั้งในด้าน ภาษา ศิลปกรรม ประเพณี และจิตใจ โดยยกตัวอย่างวัฒนธรรมที่มีป่อเกิดมาจากพระพุทธศาสนา ด้านจิตใจ คนไทยมีลักษณะนิสัยเฉพาะตัว ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากพระพุทธศาสนา เช่นความโอบอ้อมอารี ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเมตตา ความเคารพอ่อนน้อม ความอดทน รักอิสระ รักสันโดษ ชอบช่วยเหลือตนเอง ไม่มีการบังคับข่มเหงซึ่งกันและกัน ยิ้มง่าย ใจดี เป็นต้น จนกลายเป็นเอกลักษณ์ของคนไทย ทำให้สังคมไทยในอดีตอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขตลอดมา

แต่ในสภาวะการณ์ปัจจุบัน เด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา ตลอดจนประชาชนทั่วไป ซึ่งเป็นพุทธศาสนิกชนบางกลุ่มไม่มีความรู้ความเข้าใจ และไม่มีควมใส่ใจในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา ส่งผลให้วัฒนธรรมด้านจิตใจเสื่อมไปอย่างเห็นได้ชัด ดังนั้นการที่จะพัฒนาสังคมของเราให้มีคุณภาพ สิ่งสำคัญก็คือ การปลูกฝังให้คนเป็นพลเมืองดี มีคุณธรรมจริยธรรม เพื่อก่อให้เกิดความสงบสุขในสังคม วิธีการหนึ่งที่น่าจะให้ผลดีในการปลูกฝังและพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม ก็คือการใช้หลักไตรสิกขา ซึ่งประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา นั้นเอง

กองทุนส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม ได้ตระหนักถึงสภาพปัญหาความเสื่อมวัฒนธรรมด้านจิตใจ จึงมีความประสงค์ที่จะให้พระภิกษุสงฆ์ที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมพระสงฆ์และพุทธศาสนิกชนไปประกอบศาสนกิจ ณ สังฆนียสถาน ๔ ตำบล ณ ประเทศอินเดีย - เนปาล ได้จัดให้พระภิกษุสงฆ์ที่เข้าร่วมโครงการได้เผยแผ่พระพุทธศาสนา ทางวัดสามพระยาวรวิหาร จึงได้จัดให้มีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาขึ้น โดยใช้ชื่อโครงการ ว่า “ เพิ่มบุญ เต็มธรรม นำสุข ”

### วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระชนพรรษา ๘๕ พรรษา
๒. เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา และเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ รอบ
๓. เพื่อเฉลิมฉลองพุทธชยันตี ๒,๖๐๐ ปีแห่งการตรัสรู้

๔. เพื่อปลูกจิตสำนึกกระตุ้นเตือนให้ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ เด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา และประชาชนผู้สนใจทั่วไป ได้เห็นความสำคัญในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา
๕. เพื่อให้ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ เด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา และประชาชนผู้สนใจทั่วไปมีความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา และน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต
๖. เพื่อหาแนวทางการสร้างความสันติสุขให้เกิดแก่สังคมไทย โดยนำคุณธรรมพื้นฐาน ๘ ประการ เป็นหลักในการพัฒนาวัฒนธรรมด้านจิตใจ

#### เป้าหมาย

๑. ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ
๒. เด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา และประชาชนผู้สนใจทั่วไป

#### สถานที่ดำเนินการ

วัดสามพระยาวรวิหาร ๑๖๕ ถนนสามเสน แขวงวัดสามพระยา เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร

#### ระยะเวลา

๑๖ สิงหาคม ถึง ๑๖ กันยายน ๒๕๕๕

#### งบประมาณ

กองทุนส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม

#### ตัวชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

ที่	ปัจจัยหลักแห่งความสำเร็จ	ตัวชี้วัดผลการดำเนินงานหลัก	เป้าหมายที่คาดว่าจะได้รับ
๑	ข้าราชการ และประชาชนทั่วไป เข้าร่วมกิจกรรมด้านส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม	- จำนวนบุคคลที่เข้าร่วมงาน	๕๐๐ คน
๒	ข้าราชการ และประชาชนทั่วไป มีความรู้หลักธรรมทางศาสนา	- ระดับความรู้	ร้อยละ ๗๐
๓	ความพึงพอใจ	-ระดับความพึงพอใจ	ร้อยละ ๗๐

**การประเมินผล**

ที่	ปัจจัยหลักแห่งความสำเร็จ	วิธีวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้
๑	ความรู้ทางหลักธรรมทางศาสนาและสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง	-ทดสอบความรู้ทางหลักธรรม	-แบบการให้คะแนน
๒	ความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรม	-ตอบแบบสอบถาม/สัมภาษณ์	-แบบสอบถาม/การสัมภาษณ์
๓	ผู้เข้าร่วมกิจกรรม	-นับจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	-แบบประเมิน

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ และประชาชนผู้สนใจทั่วไป ได้น้อมนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาไปประพฤติปฏิบัติเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต สร้างสันติสุขให้เกิดแก่สังคมไทย

**ประธานที่ปรึกษาโครงการ**

พระพรหมติลก กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าคณะภาค ๑๔, เจ้าอาวาสวัดสามพระยา

**รองประธานที่ปรึกษาโครงการ**

พระราชวิสุทธิติลก เจ้าคณะแขวงวัดสามพระยา, ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดสามพระยา

**หัวหน้าโครงการ**

1. พระมหาอุดร ปญฺญาวฑฒโก (จันทร์ชนะ) วัดสามพระยา
2. พระมหาประจวบ สทฺธาธิโก (แหล่งหล้า) วัดสามพระยา

**คณะทำงาน ประกอบด้วย**

- |                             |             |                   |
|-----------------------------|-------------|-------------------|
| 1. พระครูปลัดสุวัฒนติลกคุณ  | วัดสามพระยา | ประธานคณะทำงาน    |
| 2. พระมหาอิทธิยาวัฑฐ ธีรวโร | วัดสามพระยา | รองประธานคณะทำงาน |
| 3. พระมหาไชยา ชยวโร         | วัดสามพระยา | กรรมการ           |
| 4. พระมหาวิทยา อภิขุชโว     | วัดสามพระยา | กรรมการ           |
| 5. พระมหาอานนท์ ชยานนุโท    | วัดสามพระยา | กรรมการ           |
| 6. พระมหาบรรยงค์ จนทเมธี    | วัดสามพระยา | กรรมการ           |

7. พระมหาบรรจง ชยธมโม	วัดสามพระยา	กรรมการ
8. พระมหาอุดร อุตตโร	วัดสามพระยา	กรรมการและเลขานุการ
9. พระมหาบุญเลิศ มหาวีโร	วัดสามพระยา	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
10. คุณวิภาพร อุดมโชคปิติ		เหรียญก
11. คุณมัทธนะ พรหมสวัสดิ์		ผู้ช่วยเหรียญก

**สรุปการดำเนินการโครงการ**

หัวข้อ	สาระสำคัญ
๑. หลักการสำคัญ	“เพิ่มบุญ เต็มธรรม นำสุข”
๒. ยุทธศาสตร์ดำเนินงาน	ดำเนินชีวิตดี ตามวิถีพุทธธรรม
๓. กระบวนการจัดการโครงการฯ	๑. เสนอโครงการ ๒. ประชุมคณะทำงาน ๓. ดำเนินการตามโครงการ ๔. ประเมินผลการดำเนินโครงการ ๕. จัดทำรายงานและสรุปผลการดำเนินการ
๔. ความร่วมมือ/การมีส่วนร่วมของภาคต่างๆในพื้นที่	๑. พระภิกษุสามเณรภายในวัดสามพระยา ๒. อุบาสกอุบาสิกาวัดสามพระยา ๓. หน่วยงานราชการต่างๆในพื้นที่
๕. กลุ่มเป้าหมาย	ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ และประชาชนผู้สนใจทั่วไป

**แผนปฏิบัติงาน**

โครงการ เพิ่มบุญ เต็มธรรม นำสุข

งบประมาณ กองทุนส่งเสริมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม

**วัตถุประสงค์**

๑. เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระชนพรรษา ๘๕ พรรษา
๒. เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา และเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระบรมโอรสาธิราช เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๕ รอบ



๓. เพื่อเฉลิมฉลองพุทธชยันตี ๒,๖๐๐ ปีแห่งการตรัสรู้
๔. เพื่อปลูกจิตสำนึกกระตุ้นเตือนให้ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ เด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา และประชาชนผู้สนใจทั่วไป ได้เห็นความสำคัญในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา
๕. เพื่อให้ข้าราชการและลูกจ้างจากหน่วยงานต่างๆ เด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิต นักศึกษา และประชาชนผู้สนใจทั่วไปมีความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา และน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต
๖. เพื่อหาแนวทางการสร้างความสันติสุขให้เกิดแก่สังคมไทย โดยนำคุณธรรมพื้นฐาน ๘ ประการเป็นหลักในการพัฒนาวัฒนธรรมด้านจิตใจ

ตารางปฏิบัติกิจประจำวัน  
โครงการเพิ่มบุญ เต็มธรรม นำสุข

เวลา/ วัน	๐๕.๐๐	๐๕.๓๐	๐๖.๐๐	๐๗.๐๐	๐๘.๐๐	๐๙.๓๐	๑๐.๕๕	๑๑.๑๕	๑๓.๐๐	๑๕.๓๐	๑๖.๐๐	๑๘.๓๐ - ๑๙.๓๐	๒๐.๓๐	
ศุกร์												ลงทะเบียนเข้า ที่พัก	-ทำวัตรสวดมนต์ -พิธีเปิด/รับศีล/มอบ ตัวเป็นศิษย์ -รับฟังโอวาท	- ตีมน้ำปานะ - พักผ่อนตาม อริยาถัย
เสาร์	ตื่น นอน	ปฏิบัติ ธรรม	สวดมนต์ ทำวัตรเช้า	รับประทาน อาหาร	รับบุญ ทำความ สะอาด	-ปฏิบัติ ธรรม -ฟังธรรม เทศนา พาสุขใจ	- พิธีถวายภัตตาหาร เป็นสังฆทาน - ประเคนภัตตาหาร	รับประทาน อาหาร	- ปฏิบัติธรรม - ฟังพระธรรม เทศนาพาสุขใจ	ถาม-ตอบ จากพระอาจารย์	สวดมนต์ ทำวัตรเย็น	-ปฏิบัติธรรม - ฟังธรรมเทศนาพา สุขใจ	- ตีมน้ำปานะ - พักผ่อนตาม อริยาถัย	
อาทิตย์	ตื่น นอน	ปฏิบัติ ธรรม	- สวดมนต์ ทำวัตรเช้า - ออกกำลังกาย	รับประทาน อาหาร	รับบุญ ทำความ สะอาด	-ปฏิบัติ ธรรม -ฟังธรรม เทศนา พาสุขใจ	- พิธีถวายภัตตาหารเป็น สังฆทาน - ประเคนภัตตาหาร	รับประทาน อาหาร	- ปฏิบัติธรรม - ฟังพระธรรม เทศนาพาสุขใจ	- ตอบแบบถาม เพื่อ ประเมินผลโครงการ - รับของที่ระลึก	กลับบ้านโดยสวัสดิภาพ			

\*\*หมายเหตุ - รายการอาจมีการปรับตามความเหมาะสม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้เข้าใจหลักการปฏิบัติอย่างถูกต้อง