



## ใบสมัครปฏิบัติธรรม โครงการพัฒนาชีวิตด้วยจิตภาวนา

ณ สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดพิษณุโลก แห่งที่ ๔ วัดวังหิน ต.พลายชุมพล อ.เมือง จ.พิษณุโลก

ชื่อหลักสูตร  รู้ ตื่น เบิกบาน ปาฏิหาริย์แห่งชีวิต  ตื่นรู้  palliative care

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

เอกสารประกอบการสมัคร สำเนาบัตรประจำตัวประชาชนของผู้สมัคร

### ข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ  นาย  นาง  นางสาว  ด.ญ.  ด.ช.....นามสกุล.....

ชื่อเล่น.....เลขที่บัตรประชาชน.....เชื้อชาติ.....สัญชาติ.....

สถานภาพทางครอบครัว  โสด  แต่งงาน  หย่า มีบุตร.....คน ชาย.....คน หญิง.....คน

ที่อยู่ติดต่อสะดวก เลขที่.....หมู่ที่.....หมู่บ้าน.....ซอย.....

ถนน.....ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....จังหวัด.....

รหัสไปรษณีย์..... Email.....โทรศัพท์บ้าน.....โทรศัพท์มือถือ.....

วุฒิการศึกษาสูงสุด  ประถม  มัธยมต้น  มัธยมปลายหรือเทียบเท่า  อนุปริญญาหรือเทียบเท่า  ปริญญาตรี  ปริญญาโท

ปริญญาเอก  อื่นๆ.....

อาชีพ  ข้าราชการ  รัฐวิสาหกิจ  เอกชน  แม่บ้าน  อาชีพอิสระ  NGO  นักเรียน/นักศึกษา  อื่นๆ.....

ตำแหน่ง.....สถานที่ทำงาน.....เลขที่.....ซอย.....

ถนน.....ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....จังหวัด.....

รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....

สุขภาพกาย  แข็งแรง  มีโรคประจำตัว คือ.....ระยะเวลา.....เคยรับการรักษาที่.....

หมายเหตุ : ผู้มีปัญหาทางจิตประสาท ไม่ควรสมัครเข้ารับการอบรม

กรณีฉุกเฉินติดต่อคุณ.....เกี่ยวข้องกับ.....เบอร์ติดต่อ.....

เคยมาปฏิบัติธรรมที่วัดวังหินหรือไม่?  ไม่เคย  เคย.....ครั้ง ครั้งล่าสุดเมื่อเดือน.....พ.ศ.....

ความคาดหวังหลังจากการเข้าร่วมปฏิบัติ.....

สาเหตุที่เข้าปฏิบัติ.....

ท่านทราบข่าวโครงการหรือกิจกรรมจาก.....

ข้าพเจ้าได้อ่านและทำความเข้าใจกติกา ข้อบังคับ กฎระเบียบ และตารางเวลาปฏิบัติของหลักสูตรการอบรมครั้งนี้แล้ว และขอรับรองว่าจะปฏิบัติตามตลอดระยะเวลาการอบรมนี้ทุกประการ และจะอยู่ปฏิบัติจนครบหลักสูตร

ข้าพเจ้าขอรับรองว่า ข้าพเจ้ามาปฏิบัติ ด้วยความสมัครใจของข้าพเจ้าเอง ในกรณีที่ประสบอุบัติเหตุหรือเจ็บป่วย อันมีสาเหตุมาจากตัวข้าพเจ้าเอง ข้าพเจ้าสัญญาว่าจะไม่เอาผิดและ/หรือ เรียกร้องค่าเสียหายใดๆ กับผู้ดำเนินการและวัดวังหิน

ลงชื่อ.....ผู้สมัคร

(.....)

สมัครวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ขอขอบคุณสำหรับการกรอกข้อมูลอย่างครบถ้วน (ข้อมูลส่วนบุคคลถือเป็นความลับ)

ส่งใบสมัครได้ที่ คุณพรทิพย์ นवलศิริ วัดวังหิน ต.พลายชุมพล อ.เมือง จ.พิษณุโลก 65000 (สมัครปฏิบัติธรรม)

\*\*\*\*\*



## คำแนะนำการเตรียมตัวเข้าอบรม

๑. การแต่งกาย ชุดสุภาพ ตัวเลี้ยยาวและหลวมพอประมาณ ไม่อนุญาตให้สวมใส่เสื้อผ้าที่สั้น คอกกว้าง ลึก หรือรัดรูป ความสวมใส่ผ้าถุงขาว กางเกงขาขาว กางเกงวอร์ม หรือกระโปรงยาวสีขาวหรือดำ (ไม่อนุญาตให้ถุง กางเกงรัดรูป ขาสั้น) ควรจัดเตรียมให้ครบ ตามวันที่อบรม ๒ วัน หรือ ๓ วัน
๒. เครื่องใช้ส่วนตัวในห้องน้ำ (ผ้าเช็ดตัว สบู่ ยาสีฟัน กระจกยาสีฟัน ฯลฯ)
๓. ไฟฉาย ยาทากันยุง ยาประจำตัว
๔. ขวดน้ำส่วนตัวสำหรับใส่น้ำดื่ม
๕. อุปกรณ์อื่นๆ ประจำฤดูกาล เช่น ร่ม หรือ เสื้อกันฝน ชุดกันหนาว
๖. สำนักปฏิบัติธรรมฯ มีเครื่องนอน (ที่นอน หมอน ผ้าห่ม) ไว้บริการ หากต้องการความสะดวก ควรนำ ผ้าปูที่นอน ผ้าห่มและปลอกหมอนมาเอง

## ข้อตกลงในการอบรม

๑. ต้องอยู่ปฏิบัติจนครบกำหนดตามหลักสูตร
๒. พักค้างคืนที่สำนักปฏิบัติธรรมตลอดการอบรม ไม่ออกนอกสถานที่โดยไม่ได้รับอนุญาต
๓. รักษาศีล ๘ ประการ (ยกเว้นผู้ที่มีโรคประจำตัวไม่สามารถงดอาหารเย็นได้ ให้ปรึกษาเจ้าหน้าที่)
๔. สำรวมกาย วาจา ใจ เจริญสติทุกขณะ
๕. รักษาความสงบเรียบร้อย ให้ความเคารพต่อสถานที่
๖. ช่วยกันรักษาความสะอาด ที่พัก โรงทาน และบริเวณสำนักฯ
๗. ช่วยกันประหยัดไฟฟ้า-น้ำประปา ไม่เปิดน้ำ ไฟฟ้า พัดลมทิ้งไว้
๘. งดการพูดคุย คลุกคลีด้วยหมู่คณะ
๙. หากติดขัดในการปฏิบัติ ให้ปรึกษากับวิปัสสนาจารย์ที่ทางสำนักฯ กำหนดไว้เท่านั้น
๑๐. งดใช้เครื่องคอมพิวเตอร์และเครื่องมือสื่อสารทุกชนิด (ทางสำนักฯ ขออนุญาตเก็บโทรศัพท์มือถือไว้ด้วย)
๑๑. ไม่รับผู้ที่บวชแก่บ่น หรือมีอาการทางจิตประสาท
๑๒. เจ้าหน้าที่อาจรับหรือปฏิเสธการเข้ารับการอบรมของบางท่าน แล้วแต่ดุลยพินิจ
๑๓. เจ้าหน้าที่มีอำนาจในการเชิญผู้ที่ไม่ปฏิบัติตามข้อตกลงนี้ให้ออกจากสำนักฯ ได้ในทันที
๑๔. หากเจ็บป่วยไม่สบาย โปรดแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบ เพื่อดำเนินการต่อไป
๑๕. ในกรณีฉุกเฉิน ให้อาสาติดต่อที่ คุณพรทิพย์ นวลศิริ โทร.084-688-8272 หรือคุณสุพิชญา หารรขพันธ์ โทร. 089-640-5053

\*\*\*\*\*