

06/20/00160

ที่ กป ๑๕ ๑๕

อาคารวิปัสสนาธุระ สมเด็จพระพุฒาจารย์

(อาจ อาสภมหาเถร)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๗๙ หมู่ ๑ ต.ลำไทร อ.วังน้อย

จ.พระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด	พระนครศรีอยุธยา
รับเลขที่	๖๕๕๗
วันที่	๑๕ มิ.ย. ๒๕๖๐
เวลา	๐๙.๓๓.๕

วันที่ ๓ มิถุนายน ๒๕๖๐

เรื่อง ประชามสัมพันธ์โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น

เรียน นายแพทย์พิทยา ไทพุดยศิริ

สิ่งที่แนบมาด้วย ๑.ใบตอบรับ

๒.คำอธิบายหลักสูตร

๓.กำหนดการ

ด้วยโครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น ได้จัดอบรมหลักสูตรปฏิบัติธรรม สำหรับ ข้าราชการ พนักงานในหน่วยงาน และองค์กร นักเรียน นักศึกษา เพื่อเป็นการน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ ถวายพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช มีเจ้าภาพอุปถัมภ์โครงการโดย คุณหญิงสมปอง และนางแพทย์ รัศมี วรณิสสร ภายใต้โครงการเผยแผ่ศีลธรรมนำธรรมะสู่สังคม เพื่อเป็นการพัฒนาศักยภาพในการทำงานให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมีสติ และช่วยขัดเกลาจิตใจให้สะอาด บริสุทธิ์ ด้วยการเจริญสติปัญญา

ฐาน ๔ ณ อาคารวิปัสสนาธุระ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๗๙ หมู่ ๑ ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐

ในการนี้ จึงเรียนมาเพื่อประชาสัมพันธ์หลักสูตร เพื่อหน่วยงานได้แจ้ง ผู้บริหาร บุคลากร เจ้าหน้าที่ หรือ บุคคลทั่วไป เข้าร่วมโครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น โดยสามารถสมัครผ่าน www.vipassanacenter.com แล้ว คลิกที่ วิปัสสนาเบื้องต้น หรือตอบรับในนามหน่วยงาน ตามแบบฟอร์มที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาประชาสัมพันธ์และเข้าร่วมโครงการ

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวฉันทนา สุวรรณประกร)

ผู้อำนวยการหลักสูตรวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ติดต่อประสานงาน

คุณฉันทนา สุวรรณประกร

คุณเจริญรัตน์ พงศ์พิพัฒน์พันธุ์

โทร. ๐๘๙-๖๙๙-๓๒๒๓. ๐๙๓-๑๐๘-๕๘๘๑

๑๐๘-๕๘๘๑

พณ.
เจริญรัตน์

กลุ่มงานพัฒนาคุณภาพและรูปแบบบริการ
รับเลขที่ ๗๐๖
วันที่ 16 Dec 60
เวลา 9-30 น

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

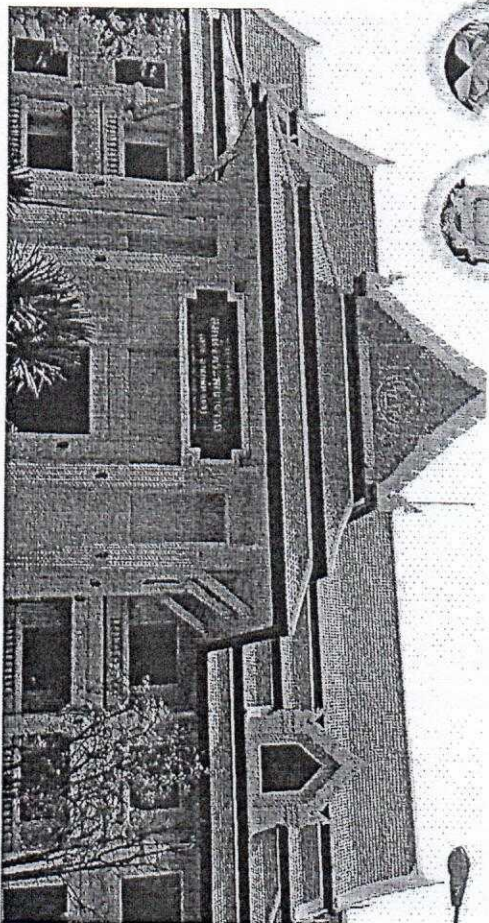
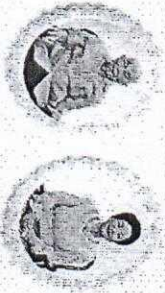
จัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้นตลอดปี ๒๕๖๐

โดยพระราชสิทธิมนี วิ. ดร. และคณะวิทยากรฝ่ายฆราวาส

เพื่อน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ ภาย

พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช

อุปถัมภ์โครงการโดยคุณหญิงสมปอง และนายแพทย์รัศมี วรณิสสร



พุทธลักษณะและเขียนขึ้นเพื่ออบรมที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช

วิทยาลัย ณ อาคารวิปัสสนาธุระ สมเด็จพระเทพาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร)

สมัครออนไลน์ที่ www.vipassanacenter.com คลังสมัครที่ วิปัสสนาเบื้องต้น

หรือติดต่อสมัครได้ที่

โทร.๐๓๕ - ๒๔๔๐๐๐ ต่อ ๗๑๐๖,๗๑๐๗

มือถือ โทร: ๐๘๙-๖๙๙-๓๒๒๓ ,๐๙๑-๗๑๖-๒๓๒๖

ตารางอบรมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ประจำปี ๒๕๖๐

ครั้งที่	ระหว่างวันที่	จำนวนวัน
๑	๑๑ - ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๐	๔
๒	๐๑ - ๐๔ กรกฎาคม ๒๕๖๐	๔
๓	๐๗ - ๑๐ กันยายน ๒๕๖๐	๔
๔	๑๒ - ๑๕ ตุลาคม ๒๕๖๐	๔
๕	๐๕ - ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๐	๗

ขอเชิญผู้ปฏิบัติธรรมร่วมบริจาคเป็นค่าใช้จ่ายใน

การจัดปฏิบัติธรรมตามกำลังศรัทธา

บริจาคได้ที่อาคารวิปัสสนารัฐะ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์(อาจ อาสนมหาเถร)

หรือติดต่อคุณฉันทนา สุวรรณประการ โทร.๐๘๙-๖๙๙-๓๒๒๓

โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น
หลักสูตร “ปฏิบัติธรรม เพื่อฝึกสติในการดำรงชีวิตประจำวัน”

โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ด้วยเจตนารมณ์ของคุณหญิงสมปอง วรรณิสสร และท่านได้มีโอกาสใช้ชีวิตผูกพันกับพระพุทธศาสนาอย่างยาวนานด้วยการทำบุญ และได้สร้างคุณูปประโยชน์ให้กับพุทธศาสนาด้วยความศรัทธาอันสูงสุด จึงเล็งเห็นความสำคัญของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะช่วยเผยแผ่พระพุทธศาสนาและยึดหลักปณิธานขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้พระพุทธศาสนาของเราได้เจริญก้าวหน้าไปทั่วสากลโลก ด้วยการเผยแผ่วิชาวิปัสสนากรรมฐานซึ่งเป็นหัวใจหลักอันสำคัญของพระพุทธศาสนา จึงได้จัดตั้ง โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น ขึ้นมาเพื่อรองรับความเจริญก้าวหน้าและการเติบโตไปข้างหน้าของพระพุทธศาสนาต่อไปในภายภาคหน้า และเพื่อให้เกิดประโยชน์อันสูงสุดแก่ผู้มาอบรมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ให้นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีสติและก่อให้เกิดปัญญา

จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติพระกรรมฐานนั้นก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์สะอาดหมดจดจนกระทั่งถึงบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงมอบพระพุทธศาสนาให้เป็นสมบัติของพุทธบริษัท ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา การที่บริษัทใดบริษัทหนึ่งได้บรรลุธรรมระดับใดก็ตามด้วยการเจริญพระกรรมฐานก็ย่อมจะทำให้พุทธบริษัทเหล่านี้เกิดความมั่นใจในการเจริญพระกรรมฐานโดยเห็นว่า การเจริญพระกรรมฐานเป็นการปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ ผู้ที่เคยเจริญพระกรรมฐานอย่างไร้จุดหมายหรือมีความท้อแท้หมดกำลังใจในการปฏิบัติ ก็จะมีกำลังใจในการปฏิบัติมากขึ้น ในขณะที่ผู้ที่ยังไม่สามารถบรรลุธรรมระดับใดระดับหนึ่งก็สามารถพัฒนาจิตของตนขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งสามารถบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพานได้ สังคมโลกก็จะได้รับประโยชน์คือสันติภาพพร้อมๆ กับผู้ปฏิบัติธรรม ปัญหาต่างๆ ที่โลกกำลังประสบอยู่ เช่น การเบียดเบียนกัน การเข่นฆ่ากัน การแย่งชิงผลประโยชน์กัน ก็จะลดน้อยลงไปตามลำดับ เพราะอาศัยบุคคลผู้มีคุณภาพดี มีจำนวนมากขึ้นในสังคม

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งสถาปนาโดยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวล้านเกล้าฯ รัชกาลที่ ๕ โดยมีพระราชประสงค์จะให้เป็นที่แห่งการศึกษาชั้นสูง คือวิปัสสนากรรมฐาน ดังนั้นเพื่อสนองพระราชปณิธานขององค์ผู้สถาปนา มหาวิทยาลัยจึงได้ระบุนโยบายในการให้บริการด้านวิชาการแก่สังคม ด้วยการส่งเสริมการปฏิบัติธรรม เน้นวิปัสสนากรรมฐานตามแบบสติปัฏฐาน ๔ และได้ตั้งหน่วยงานขึ้นมารับผิดชอบโดยเฉพาะ เรียกว่า “สถาบันวิปัสสนาธุระ” ด้วยเหตุนี้ เพื่อสนองเจตนารมณ์ของคุณหญิงสมปอง วรรณิสสร ดังกล่าวมาข้างต้นนั้น สถาบันวิปัสสนาธุระ จึงได้โครงการนี้ขึ้น

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้เยาวชนและประชาชนได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างถูกต้องและมีระบบตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร
๒. เพื่อให้เยาวชนและประชาชนได้รับความสุข สงบ ร่มเย็น มีสติอันเป็นผลมาจากการปฏิบัติธรรม
๓. เพื่อให้มหาวิทยาลัยเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้พระพุทธศาสนาในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

เนื้อหาหลักสูตร

- ๑.สมาทานกรรมฐาน
- ๓.บรรยายธรรม
- ๕.ทำวัตรสวดมนต์

๒.สวดมนต์

๔.ปฏิบัติธรรม

วิธีการปฏิบัติ

- ๑.ไหว้พระ สวดมนต์
- ๒.รับชม VCD ธรรมะ
- ๓.ฟังธรรมะบรรยาย
- ๔.ปฏิบัติธรรม เดินจงกรม นั่งสมาธิ

สื่อ/อุปกรณ์

โปรเจคเตอร์ พร้อมจอ

แนวการวัดและประเมินผล

แบบประเมินความพึงพอใจ

ผู้เข้าร่วมอบรม

ผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ และพนักงาน ในองค์กร ครั้งละไม่เกิน ๑๐๐ คน

ผู้รับผิดชอบหลักสูตร

โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น ณ อาคารวิปัสสนาธุระ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (อาจ อาสภมหาเถร)

สถานที่

- ๑.มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (วังน้อย) ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา
- ๒.อาคารวิปัสสนาธุระ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร)

เวลาในการอบรม

หลักสูตร ๔ วัน ๓ คืน และหลักสูตร ๗ วัน ๖ คืน

วิทยากร

-วิทยากร(ฝ่ายฆราวาส)

- พระวิปัสสนาจารย์ โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ติดต่อสอบถาม

คุณฉันทนา สุวรรณประกร โทร. ๐๘๙- ๖๙๙-๓๒๒๓

คุณเจริญรัตน์ พงศ์พิพัฒน์พันธุ์ โทร. ๐๙๓-๑๐๘-๕๘๘๑

ใบตอบรับเข้าร่วม
โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น
ระหว่างวันที่ ๐๑ - ๐๔ กรกฎาคม ๒๕๖๐
โดย โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น สถาบันวิปัสสนาระ
ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา

ข้อมูลหน่วยงาน

ชื่อหน่วยงาน/แผนก: _____

ตำบล/แขวง : _____ อำเภอ/เขต: _____ จังหวัด : _____

รหัสไปรษณีย์: _____

ข้อมูลผู้ประสานงาน

ชื่อ - สกุล : _____ เบอร์โทรศัพท์ : _____

Line ID : _____ อีเมล : _____

ผู้เข้าปฏิบัติธรรม ชาย : _____ คน หญิง : _____ คน จำนวนรวมทั้งสิ้น : _____ คน

ที่	ชื่อ - นามสกุล	เบอร์โทร	หมายเหตุ

ลงชื่อ

(_____)

ตำแหน่ง _____

_____ / _____ / _____

ส่งใบตอบรับภายในวันที่ ๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๐

ติดต่อประสานงาน

โครงการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น

โทร. ๐๓๕-๒๔๘-๐๐๐ ต่อ๗๑๐๖,๗๑๐๗

กำหนดการ

วันแรกของการปฏิบัติ

เวลา	กิจกรรม
๐๘.๓๐ - ๐๙.๓๐ น.	ลงทะเบียนเข้าที่พัก
๐๙.๓๐ - ๑๑.๓๐ น.	-ปฐมนิเทศ -รับชม VCD ประวัติคุณหญิงสมปอง วรรณิสสร -คุณหญิงสมปอง วรรณิสสร กล่าวต้อนรับโยคี -รับชม VCD สาธิตการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์
๑๑.๓๐ - ๑๒.๓๐ น.	-พักรับประทานอาหาร
๑๒.๓๐ - ๑๓.๐๐ น.	-พระพรหมบัณฑิต, ศ.ดร. กล่าวเปิดอบรม -ไหว้พระ สวตมนต์ (วิทยากร) สมทานกรรมฐานแนะนำการปฏิบัติเบื้องต้น -ขึ้นพระกรรมฐานโดยพระราชสิทธิมนี (วิ) ดร.
๑๓.๓๐ - ๑๔.๓๐ น.	-แนะนำการปฏิบัติโดย พระราชสิทธิมนี(วิ)
๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น.	-น้ำปานะ
๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำ โดยคณะวิทยากร
๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.	-พักรับประทานอาหาร และสรีระกิจส่วนตัว
๑๗.๓๐ - ๑๙.๓๐ น.	-ไหว้พระ สวตมนต์ ฟังธรรม
๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำ โดยคณะวิทยากร

วันที่สองและวันที่สามของการปฏิบัติ

เวลา	กิจกรรม
๐๔.๐๐ - ๐๔.๓๐ น.	-ตื่นนอนสรีระกิจส่วนตัว
๐๔.๓๐ - ๐๕.๓๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๐๕.๓๐ - ๐๗.๓๐ น.	-ไหว้พระ สวตมนต์ -ฟังธรรมะบรรยาย
๐๗.๓๐ - ๐๘.๓๐ น.	-พักรับประทานอาหารเช้า (กำหนดการรับประทานด้วยสติ วิทยากรแนะนำ)
๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	-พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.	-พัก ๑๕ นาที น้ำปานะ
๑๔.๔๕ - ๑๖.๓๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๑๖.๓๐ - ๑๗.๔๕ น.	-พักรับประทานอาหารว่าง และสรีระกิจส่วนตัว
๑๗.๔๕ - ๑๙.๐๐ น.	-ไหว้พระ สวตมนต์ -ฟังธรรมะบรรยาย

๑๙.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๒๑.๐๐ น.	-เจริญสติจนกระทั่งหลับ

วันที่สี่ของการปฏิบัติ (วันปิดการอบรม)

เวลา	กิจกรรม
๐๔.๐๐ - ๐๔.๓๐ น.	-ตื่นนอน/สรีระกิจส่วนตัว
๐๔.๓๐ - ๐๕.๓๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๐๕.๓๐ - ๐๗.๓๐ น.	-ไหว้พระ,สวดมนต์,ฟังธรรม,ตอบคำถาม
๐๗.๓๐ - ๐๘.๓๐ น.	-พักรับประทานอาหารเช้า
๐๘.๓๐ - ๐๙.๓๐ น.	-ปฏิบัติธรรม - เดินจงกรม - นั่งสมาธิ นำโดย คณะวิทยากร
๐๙.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.	-พิธีปิดอบรม - ขอขมาโอฬาสีกรรมต่อหน้าพระวิปัสสนาจารย์ - โยคีแสดงความรู้สึก - พระราชสิทธิมุนี (จิ) ให้โอวาทโยคี - คุณหญิงสมปอง วรรณิสสร (ตัวแทนเจ้าภาพ)มอบของที่ระลึกให้แก่พระวิปัสสนาจารย์และคณะวิทยากร -ลาพระรัตนตรัย
๑๑.๐๐ น.	-รับประทานอาหารกลางวัน