

ตารางอบรมจิตตภาวนา ประจำปี ๒๕๖๓ โดย มูลนิธิส่งเสริมการบริหารจิต ในพระสังฆราชูปถัมภ์

ณ ธรรมสถานเฉลิมพระเกียรติรัชกาลที่ ๙ วัดพระราม ๙ กาญจนานิกะ

เดือนมกราคม - มิถุนายน ๒๕๖๓



มูลนิธิส่งเสริมการบริหารจิต ในพระสังฆราชูปถัมภ์

วัดพระราม ๙ กาญจนานิกะ

กรุงเทพมหานคร



เป็นภาระหน้าที่ของคนไทยทุกคน ที่จะต้องให้การอบรมบ่มเพาะ ปลูกฝังจิตตินิสสัย ใจคอ กิริยา มารยาท ชาติตระกูล ศิลปะ วัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิตอันดีงาม ให้แก่กุลบุตร กุลธิดา ตั้งแต่เยาว์วัย ฝึกให้มีจิตใจอ่อนโยน โอบอ้อมอารี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน โดยเริ่มต้นฝึกฝนตัวเรา ให้มีคุณภาพก่อน

การฝึกคือการฝึก การฝึกคือการขัดเกลา เมื่อขัดเกลาก็จะเบาบางและเดินทางถูก ผู้ใดเข้าใจชีวิตได้ตั้งแต่เยาว์วัย ผู้นั้นย่อมไม่เดินหลงทาง

ทางเดินอันอุดมอยู่ที่สะสมบุญบารมี เส้นทางสายนี้ไม่มีคำว่าผิดพลาด โศกเศร้า เจ็บเหงา แต่จะเปี่ยมด้วยสติสัมปชัญญะกำกับชีวิต ไม่ตีใจมาก ไม่เสียใจมาก ไม่ผิดหวังมาก ไม่สมหวังมากจนสุดโต่ง การปฏิบัติธรรมคือการฝึกดำรงตนให้เกิดความสมดุลทางอารมณ์ให้ได้ ที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” จึงขอเชิญชวนท่านทั้งหลายมาฝึกปฏิบัติธรรม ณ ธรรมสถานเฉลิมพระเกียรติรัชกาลที่ ๙ แห่งนี้ตามโอกาสอันควร

ลำดับ	วัน/เดือน/ปี	หลักสูตร	ระยะเวลา	รับ	ลงทะเบียน	ผู้เข้าอบรม
๑	ส. ๑๑ ม.ค. ๖๓	สนุกคิดส์ สนุกธรรม	๑ วัน	๖๐ คน	๐๗.๐๐ น.	เยาวชน อายุ ๘ - ๑๒ ปี
๒	อา. ๑๒ ม.ค. ๖๓	เกิดมามีบุญ เพิ่มทุนชีวิต (ทำบุญเดือนเกิด)	๑ วัน	๘๐ คน	๐๗.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๓	ศ. ๑๗-๑๙ ม.ค. ๖๓	พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข	๒ คืน ๓ วัน	๖๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๔	ส. ๑ ก.พ. ๖๓	สนุกคิดส์ สนุกธรรม	๑ วัน	๖๐ คน	๐๗.๐๐ น.	เยาวชน อายุ ๘ - ๑๒ ปี
๕	อา. ๒ ก.พ. ๖๓	เกิดมามีบุญ เพิ่มทุนชีวิต (ทำบุญเดือนเกิด)	๑ วัน	๘๐ คน	๐๗.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๖	ศ. ๗-๙ ก.พ. ๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๘๐ คน	๑๖.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๗	ศ. ๑๔-๑๖ ก.พ. ๖๓	พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข	๒ คืน ๓ วัน	๖๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๘	อา. ๑ มี.ค. ๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๑ วัน	๘๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๙	ส. ๗ มี.ค. ๖๓	สนุกคิดส์ สนุกธรรม	๑ วัน	๖๐ คน	๐๗.๐๐ น.	เยาวชน อายุ ๘ - ๑๒ ปี
๑๐	อา. ๘ มี.ค. ๖๓	เกิดมามีบุญ เพิ่มทุนชีวิต (ทำบุญเดือนเกิด)	๑ วัน	๘๐ คน	๐๗.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๑๑	ศ. ๑๓-๑๕ มี.ค. ๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๘๐ คน	๑๖.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๑๒	ศ. ๒๐-๒๒ มี.ค. ๖๓	พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข	๒ คืน ๓ วัน	๖๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๑๓	อา. ๑๕ มี.ค.-๑๓ เม.ย. ๖๓	บรรพชาสามเณรภาคเช้าสันทนาการ (ถ่ายทอดสด)	๓๐ วัน			เยาวชนอายุ ๘ - ๑๒ ปี
๑๔	ศ. ๒๙ มี.ค.-๑๓ เม.ย. ๖๓	บรรพชาสามเณรภาคเช้าสันทนาการ (ภาคดูร็อน)	๑๖ วัน	๘๙ คน		เยาวชนอายุ ๘ - ๑๒ ปี
๑๕	อา. ๕ เม.ย. ๖๓	เกิดมามีบุญ เพิ่มทุนชีวิต (ทำบุญเดือนเกิด)	๑ วัน	๘๐ คน	๐๗.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๑๖	ศ. ๑๗-๑๙ เม.ย. ๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๘๐ คน	๑๖.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๑๗	ส. ๒๕ เม.ย. ๖๓	สนุกคิดส์ สนุกธรรม	๑ วัน	๖๐ คน	๐๗.๐๐ น.	เยาวชน อายุ ๘ - ๑๒ ปี
๑๘	อา. ๒๖ เม.ย. ๖๓	พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข	๑ วัน	๖๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๑๙	อา. ๓ พ.ค. ๖๓	เกิดมามีบุญ เพิ่มทุนชีวิต (ทำบุญเดือนเกิด)	๑ วัน	๘๐ คน	๐๗.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๒๐	พ. ๖ พ.ค. ๖๒	Format จิต Delete อารมณ์	๑ วัน	๘๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๒๑	ส. ๙-๑๐ พ.ค. ๖๓	สนุกคิดส์ สนุกธรรม	๑ คืน ๒ วัน	๖๐ คน	๐๘.๓๐ น.	เยาวชน อายุ ๘ - ๑๒ ปี
๒๒	ศ. ๑๕-๑๗ พ.ค. ๖๓	พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข	๒ คืน ๓ วัน	๖๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๒๓	ศ. ๒๙-๓๑ พ.ค. ๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๖๐ คน	๑๖.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๒๔	ส. ๖ มิ.ย. ๖๓	สนุกคิดส์ สนุกธรรม	๑ วัน	๖๐ คน	๐๗.๐๐ น.	เยาวชน อายุ ๘ - ๑๒ ปี
๒๕	อา. ๗ มิ.ย. ๖๓	เกิดมามีบุญ เพิ่มทุนชีวิต (ทำบุญเดือนเกิด)	๑ วัน	๘๐ คน	๐๗.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๒๗	ส. ๑๓ มิ.ย. ๖๓	หลับสบายคลายทุกข์	๑ วัน	๔๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๒๘	อา. ๑๔ มิ.ย. ๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๑ วัน	๘๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๒๙	ศ. ๑๙-๒๑ มิ.ย. ๖๓	พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข	๒ คืน ๓ วัน	๖๐ คน	๐๘.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน
๓๐	ศ. ๒๖-๒๘ มิ.ย. ๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๘๐ คน	๑๖.๐๐ น.	ประชาชน/องค์กรรัฐ-เอกชน

ผู้ดูแลหลักสูตร :

- Format จิต Delete อารมณ์ โดย พระราชญาณกวี และคณะ
- สนุกคิดส์ สนุกธรรม โดย พระราชญาณกวี และคณะ
- เกิดมามีบุญ เพิ่มทุนชีวิต (ทำบุญเดือนเกิด) โดย พระราชญาณกวี และคณะ
- หลับสบายคลายทุกข์ โดย พระราชญาณกวี และคณะ
- พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข (คุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย) โดย อ.ทิพย์รัตน์ เผ่าวิจารณ์ และคณะ



ตารางอบรมจิตตภาวนา ณ สวนสันติภาพธรรมสถาน อ.บ้านนา จ.นครนายก
โดย มูลนิธิส่งเสริมการบริหารจิต ในพระสังฆราชูปถัมภ์ และมูลนิธิเพื่อนสันติภาพ



ขอเชิญชวนท่านที่รักธรรมชาติมาฝึกปฏิบัติธรรม และพักผ่อนในวันหยุดสุดสัปดาห์ ท่านจะได้ดื่มด่ำบรรยากาศแห่งดวงดาว ยามค่ำคืน แสงอาทิตย์ยามอรุณ แหมกไม้และสายลมอันอบอุ่น ณ สวนสันติภาพธรรมสถาน อ.บ้านนา จ.นครนายก

ตารางอบรมประจำปี ๒๕๖๓ - ๒๕๖๔

ลำดับ	วัน/เดือน/ปี	หลักสูตร	ระยะเวลา	รับจำนวน
๑	ศ. ๖ - ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๔๐ คน
๒	ศ. ๑๑ - ๑๓ ธันวาคม ๒๕๖๓	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๔๐ คน
๓	ศ. ๑๕ - ๑๗ มกราคม ๒๕๖๔	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๔๐ คน
๔	ศ. ๑๒ - ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔	Format จิต Delete อารมณ์	๒ คืน ๓ วัน	๔๐ คน

- ค่าลงทะเบียนท่านละ ๑,๓๙๙.- บาท
- สวนสันติภาพธรรมสถาน ไม่มีเครื่องปรับอากาศ และเครื่องทำน้ำอุ่น
- รดออกจากธรรมสถานเฉลิมพระเกียรติรัชกาลที่ ๙ เวลา ๑๓.๐๐ น.

ข้อปฏิบัติสำหรับผู้เข้าอบรมจิตตภาวนา

๑. แต่งกายสุภาพเรียบร้อย เสื้อผ้าไม่บาง ไม่รัดรูป ไม่สวมกางเกง ขาสั้นเหนือหัวเข่า เพื่อเป็นการเคารพต่อสถานที่
๒. ไม่ควรนำสิ่งของมีค่าติดตัวมา หากสูญหายทางธรรมสถาน จะไม่รับผิดชอบ
๓. ควรเข้าอบรมจิตตภาวนาครบตามวันและเวลาที่กำหนด
๔. ตลอดระยะเวลาที่อบรมจิตตภาวนา ต้องงดการสนทนาเพื่อไม่ให้รบกวนผู้ร่วมปฏิบัติธรรม ให้สำรวมกาย วาจา ใจ และทุกอิริยาบถ
๕. ไม่อนุญาตให้ออกนอกธรรมสถานตลอดช่วงการอบรม จิตตภาวนา หากมีกิจธุระจำเป็นกรุณาแจ้งเจ้าหน้าที่
๖. ไม่อนุญาตให้นำเครื่องมือสื่อสารทุกชนิดมา หากนำมาให้ฝากไว้กับเจ้าหน้าที่ในวันลงทะเบียน และขอรับคืนได้ในที่สุดท้ายของการอบรมจิตตภาวนา
๗. ธรรมสถานเป็นสถานที่ที่ท่านควรให้ความเคารพ ไม่ควรนำสิ่งเสพติดทุกชนิดเข้ามาเสพหรือจำหน่าย
๘. โปรดช่วยกันรักษาความสะอาด

วิธีการเข้าร่วมอบรมจิตตภาวนา

๑. ตรวจสอบวัน-เวลา และหลักสูตรที่ต้องการเข้าอบรม
๒. กรอกรายละเอียดในใบลงทะเบียนให้ครบถ้วน ชัดเจน
๓. ส่งใบลงทะเบียนล่วงหน้าอย่างน้อย ๑๕ วัน ก่อนเริ่มอบรมในแต่ละหลักสูตร และสำหรับผู้ที่ยังไม่เคยลงทะเบียน ให้แนบสำเนาบัตรประชาชนมาพร้อมกันนี้ด้วย หากมีผู้ลงทะเบียนเกินจำนวนที่เปิดรับให้ขึ้นบัญชีสำรองไว้
๔. ตรวจสอบรายชื่อผู้เข้าอบรม และกำหนดการอบรมได้จากเว็บไซต์
๕. สำหรับท่านที่ยืนยันเข้าอบรมแล้ว ถ้าต้องการยกเลิกให้แจ้งเจ้าหน้าที่ทันที

สิ่งที่คุณท่านต้องเตรียมมาจากบ้าน

๑. ผ้าห่ม (ธรรมสถานเตรียมไว้ให้เฉพาะที่นอน - หมอน เท่านั้น)
๒. เสื้อกันหนาว หรือผ้าคลุมไหล่ เนื่องจากห้องปฏิบัติธรรมเป็นห้องปรับอากาศ
๓. ชุดขาว ต้องเพียงพอกับจำนวนวันที่เข้าปฏิบัติธรรม ไม่อนุญาตให้ซักหรือตากเสื้อผ้าภายในอาคาร
๔. เครื่องใช้ส่วนตัว ไฟฉาย ร่ม ถุงเท้าสำหรับใช้ภายในอาคาร
๕. ยารักษาโรคประจำตัว

เครื่องอำนวยความสะดวกภายในธรรมสถาน

๑. มีลิฟต์สำหรับผู้สูงอายุ
๒. ห้องน้ำ และเตียงนอนสำหรับผู้สูงอายุ
๓. ห้องพักและห้องปฏิบัติธรรมมีระบบปรับอากาศ
๔. มีเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยตลอด ๒๔ ชั่วโมง
๕. มียาสามัญประจำบ้าน และการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

จาริกธรรม บำเพ็ญบุญ...พุทธสังฆเวชนียสถานทั้ง ๔ (อินเดีย - เนปาล)

กำหนดการเดินทาง ๔ รอบ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

รายละเอียดเพิ่มเติม



ติดต่อ : มูลนิธิส่งเสริมการบริหารจิต ในพระสังฆราชูปถัมภ์
๙๙๙/๙ ซ.๑๙ ถ.พระราม ๙ แขวงบางกะปิ เขตห้วยขวาง
กรุงเทพฯ ๑๐๓๒๐ E-mail: mindsparama9@gmail.com
โทรศัพท์ ๐-๒๗๑๙-๗๕๕๐, ๐-๒๗๑๙-๗๖๗๖
โทรสาร ๐-๒๗๑๙-๗๖๗๔ www.ธรรมสถาน.com
www.facebook.com/mindsparama9

