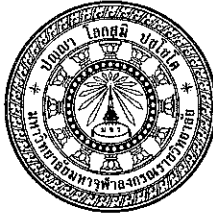


ที่ ศธ ๖๑๐๘.๑ / ๑๑



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย  
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐  
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๓๔  
www.mcu.ac.th

๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

เรื่อง ขอเชิญชวนเข้าอบรมวิปัสสนากรรมฐานโครงการปฏิบัติธรรมประชาชน  
เจริญพร  
สิ่งที่ส่งมาด้วย แผ่นพับประชาสัมพันธ์โครงการ ๕ แผ่น

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี	
เลขที่รับ	๑๐๒
วันที่	๘/๒/๖๑ เวลา

ด้วยสถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้มีการจัดหลักสูตรปฏิบัติธรรม  
ทุกวันศุกร์ เสาร์และอาทิตย์ ช่วงต้นเดือนและปลายเดือนตลอดทั้งปี รวมทั้งในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา  
และวันนักขัตฤกษ์ โดยมีหลักสูตรทั้ง ๓ - ๕ และ ๗ วัน ณ อาคารหอฉัน ชั้น ๔ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ  
ราชวิทยาลัย อำเภอน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน ๒๔ ครั้ง ตั้งแต่เดือน ตุลาคม ๒๕๖๐ -  
กันยายน ๒๕๖๑ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวราง  
กูร และสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ในรัชกาลที่ ๙ และเพื่อเปิดโอกาสให้พระสงฆ์ สามเณร  
อุบาสก อุบาสิกา ตลอดจนพุทธศาสนิกชนผู้สนใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ได้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมได้  
ตลอดทั้งปี เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิต บำเพ็ญบุญกุศลวิเวกเพิ่มพูนปัญญาบารมี อันจะนำมาซึ่งความสุข  
สงบร่มเย็นในชีวิตของตน หน้าที่การงานและสังคมส่วนรวมต่อไป โดยสมัครผ่านระบบออนไลน์ตาม  
แบบฟอร์มในเว็บไซต์ [www.vipassanathai.org](http://www.vipassanathai.org)

ในการนี้ สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จึงขอเชิญท่านผู้บริหารได้ส่ง  
บุคลากรในหน่วยงานเข้าปฏิบัติธรรม และช่วยอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์หลักสูตรการปฏิบัติธรรมนี้ แก่ผู้สนใจ  
ต่อไป จึงขออัญมโทนาขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เป็นอย่างดียิ่ง จึงเจริญ  
พรมาเพื่อทราบดำเนินการต่อไป

เจริญพร

(พระราชสิทธิมนี วิ.)

ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ

อาคารหอฉัน ชั้น ๓ ส่วนงานบริหาร สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
โทร ๐๓๕-๒๔๘-๐๐๐ ต่อ ๘๑๓๙ และ ๘๑๔๔

ติดต่อสอบถามได้ในวันทำการ วันจันทร์ - เสาร์ (ยกเว้นวันพระ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์) หรือ  
ติดต่อได้ในวันที่มีการปฏิบัติธรรม (ตามแผ่นพับประชาสัมพันธ์หรือในเว็บไซต์)

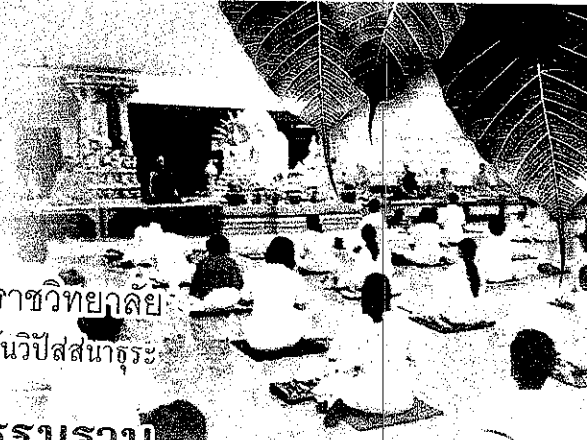


# สถาบันวิปัสสนาธุระ

## Vipassanadhura Institute

www.vipassanathai.org

ศูนย์ปฏิบัติธรรม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
 อำนวยการสอนโดย พระราชสิทธิมุนี วิ. ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ



### ตารางปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

สำหรับพระภิกษุ สามเณร ประชาชน องคกร ภาครัฐและเอกชน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๑

ลำดับ	วัน	วัน	วัน	วัน
๑	๖ - ๑๐ ตุลาคม ๒๕๖๐	๕	๑๓	๕ - ๙ เมษายน ๒๕๖๑
๒	๒๐ - ๒๒ ตุลาคม ๒๕๖๐	๓	๑๔	๒๐ - ๒๒ เมษายน ๒๕๖๑
๓	๓ - ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐	๕	๑๕	๔ - ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๑
๔	๑๗ - ๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๐	๓	๑๖	๑๙ - ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๑ (วันวิสาขบูชา)
๕	๑ - ๗ ธันวาคม ๒๕๖๐	๗	๑๗	๙ - ๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๑
๖	๒๙ ธันวาคม ๒๕๖๐ - ๑ มกราคม ๒๕๖๑ (ปีใหม่)	๔	๑๘	๒๒ - ๒๖ มิถุนายน ๒๕๖๑
๗	๕ - ๗ มกราคม ๒๕๖๑	๓	๑๙	๖ - ๘ กรกฎาคม ๒๕๖๑
๘	๑๙ - ๒๓ มกราคม ๒๕๖๑	๕	๒๐	๒๐ - ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๑ (วันอาสาฬหบูชา)
๙	๒ - ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑	๓	๒๑	๑๐ - ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๑ (วันแม่)
๑๐	๑๖ - ๑๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑	๓	๒๒	๒๔ - ๒๖ สิงหาคม ๒๕๖๑
๑๑	๒๘ กุมภาพันธ์ - ๔ มีนาคม ๒๕๖๑ (วันมาฆบูชา)	๕	๒๓	๗ - ๑๓ กันยายน ๒๕๖๑
๑๒	๒๓ - ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๑	๓	๒๔	๒๑ - ๒๓ กันยายน ๒๕๖๑

### พระวิปัสสนาจารย์

๑. พระราชสิทธิมุนี วิ. ดร.
๒. พระญาณสุนทร, รศ.
๓. พระครูภาวนาวราลังการ วิ.
๔. พระครูศรีนิคมพิทักษ์
๕. พระปลัดสมภาร สมภาโร, ผศ.
๖. พระมหาวิชาญ สุวิชาโน
๗. พระวิหาร เขมวโร
๘. พระครูใบฎีกาชัยพล โสภโณ
๙. พระวิปัสสนาจารย์ผู้ได้รับแต่งตั้งจากมหาวิทยาลัย

### วิธีการจองเข้าปฏิบัติ

๑. เข้าไปที่เว็บไซต์ [www.vipassanathai.org](http://www.vipassanathai.org)
๒. สามารถดูตารางวันและเวลาที่ปฏิบัติ เลือกหลักสูตรที่ต้องการ และคลิกคำว่า "สมัคร"
๓. สามารถเลือกหลักสูตรที่ต้องการได้ โดยสามารถจองการเข้าปฏิบัติได้ ๓ หลักสูตร คือ

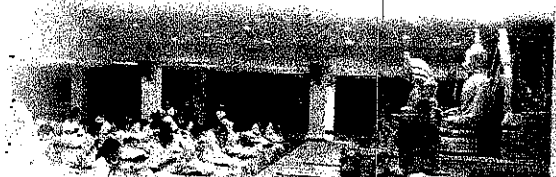
- จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับบุคคล สำหรับประชาชนทั่วไป
- จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับหน่วยงาน สำหรับหน่วยงานในภาครัฐและเอกชน ที่ต้องการปฏิบัติเฉพาะหน่วยงานของตน
- ขอนิมนต์พระวิปัสสนาจารย์ไปสอนการปฏิบัติ สำหรับหน่วยงานหรือองค์กรใดที่ไม่สะดวก มาปฏิบัติที่สถาบันวิปัสสนาธุระสามารถนิมนต์พระวิปัสสนาจารย์ให้ไปสอนการปฏิบัติได้

### การเดินทาง

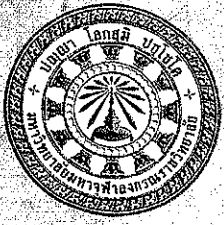
- ในวันแรกของโครงการ มีรถรับออกจากวัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ เวลา ๑๓.๐๐ น. และรถส่งกลับในวันสุดท้าย เวลา ๑๕.๐๐ น.
- ในกรณีเดินทางมาเอง สามารถนั่งรถตู้สายที่มุ่งหน้าสู่นิคมอุตสาหกรรมโรจนะ สระบุรี ลพบุรี

### ติดต่อประสานงานได้ที่

โทรศัพท์ 035-248000 ต่อ 8139  
 Facebook/Fanpage : สถาบันวิปัสสนาธุระ มจร.  
 LINE : สถาบันวิปัสสนาธุระ



ขอเชิญร่วมบริจาคสมทบ "กองทุนวิปัสสนาธุระ"  
 ธนาคารทหารไทย สาขาวังน้อย ประเภทออมทรัพย์  
 ที่บัญชี มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทุนวิปัสสนาธุระ  
 เลขบัญชี 510-206699-9  
 ติดต่อสอบถาม โทร. 035-248007 ต่อ 8144, 8139, 8008



# หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

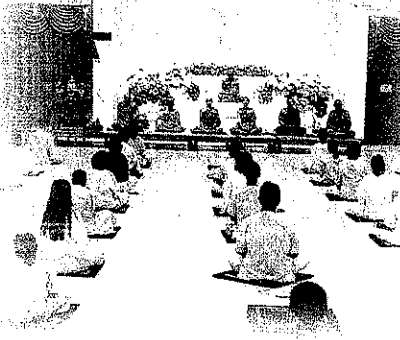
## สถาบันวิปัสสนาธุระ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

[www.vipassanathai.org](http://www.vipassanathai.org)



### สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จัดให้มีการ



๑. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสำหรับประชาชน เป็นหลักสูตรสำหรับอุบาสก-อุบาสิกา ให้ได้ปฏิบัติตามแนวทางของ "สติปัฏฐาน ๔" ถือกีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว เพื่อที่จะแสวงหาความสุขสงบ ร่มเย็น ให้แก่ชีวิตตามแนวทางของพระพุทธศาสนา จัดขึ้นเดือนละ ๒ ครั้ง ในสัปดาห์แรกและสัปดาห์สุดท้ายของเดือน โดยมีพระวิปัสสนาจารย์ สอนอารมณ์

๒. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับเด็กและเยาวชน เป็นหลักสูตรสำหรับเด็กเยาวชน นักเรียน นิสิตนักศึกษา ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของ "สติปัฏฐาน ๔" ถือกีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว เพื่อให้เด็ก เยาวชน นักเรียน นักศึกษา เจริญสติตามแนวทางพระพุทธศาสนา เกิดความสงบการ วาจา ใจ และเป็นการอบรมจิตใจให้เกิดความเจริญงอกงาม

๓. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชน เป็นหลักสูตรที่เปิดโอกาสให้บุคลากร ในหน่วยงานต่างๆ ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานร่วมกันเพื่อให้เกิดความสงบ มีสติพัฒนาคุณภาพชีวิต เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ให้มีความพร้อมทั้งในด้านร่างกายและด้านจิตใจ มีความฉลาดด้านอารมณ์ และสติสัมปชัญญะ โดย

ระยะเวลา	- หลักสูตร ๓ วัน	- หลักสูตร ๕ วัน	- หลักสูตร ๗ วัน
กิจกรรม	- ทำวัตร สวดมนต์ - นั่งสมาธิ วิปัสสนากรรมฐาน	- ปฏิบัติด้วยอิริยาบถ ๔ - ส่งและสอบอารมณ์ กรรมฐาน	- เดินจงกรม - ฟังธรรมะบรรยาย
กระบวนการอบรม	- การปฏิบัติส่วนตัว - การรับศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว - การปิดวาจา	- การส่งและสอบอารมณ์กรรมฐาน - การปฏิบัติพร้อมกันในห้องประชุม - การอบรมกลุ่มย่อย	

### ขอเชิญร่วมสมทบบริจาคกองทุนวิปัสสนาธุระ

เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานให้กว้างขวางออกไป ได้ที่

สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วังน้อย

หรือ โอนเงินเข้าบัญชีกองทุนวิปัสสนาธุระ

ธนาคารทหารไทย สาขาวังน้อย ประเภทออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 510-2-06699-9

ชื่อบัญชี "มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กองทุนวิปัสสนาธุระ"

