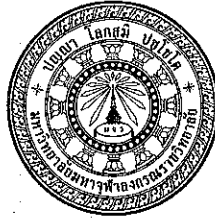


ที่ ศธ ๖๑๐๘ / ๖๑



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

๑๘ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอเชิญชวนเข้าอบรมวิปัสสนากรรมฐานโครงการปฏิบัติธรรมประชาชน
เจริญพร **มาฆมาสจากเทพเวียง**
สิ่งที่ส่งมาด้วย แผ่นพับประชาสัมพันธ์โครงการ ๕ แผ่น

สภากายภาพบำบัด	
เลขที่รับ	85
วันที่	26/1/22 เวลา

ด้วยสถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้มีการจัดหลักสูตรปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ทุกวันศุกร์ เสาร์และอาทิตย์ ช่วงต้นเดือนและปลายเดือนตลอดทั้งปี รวมทั้งในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและวันนักขัตฤกษ์ โดยมีหลักสูตรทั้ง ๓ - ๕ และ ๗ วัน ณ อาคารหอฉัน ชั้น ๔ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอลำไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน ๒๔ ครั้ง ตั้งแต่เดือน ตุลาคม ๒๕๖๑ - กันยายน ๒๕๖๒ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล แต่สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร และสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ในรัชกาลที่ ๙ และเพื่อเปิดโอกาสให้พระสงฆ์ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ตลอดจนพุทธศาสนิกชนผู้สนใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้เข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ตลอดทั้งปี เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิต บำเพ็ญบุญกุศลวิถุเพิ่มพูนปัญญาบารมี อันจะนำมาซึ่งความสุขสงบร่มเย็นในชีวิตของตน หน้าที่การงานและสังคมส่วนรวมต่อไป โดยสมัครผ่านระบบออนไลน์ตามแบบฟอร์มในเว็บไซต์ www.vipassanathai.org

ในการนี้ สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จึงขอเชิญท่านผู้บริหารได้ส่งบุคลากรในหน่วยงานเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และช่วยอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนี้ แก่ผู้สนใจต่อไป จึงขออนุโมทนาขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เป็นอย่างดี จึงเจริญพรมาเพื่อทราบดำเนินการต่อไป

เจริญพร

(พระราชสิทธิมนี วิ.,ดร.)

ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ

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

ติดต่อสอบถามได้ในวันทำการ วันจันทร์ - เสาร์ (ยกเว้นวันพระ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์) หรือติดต่อได้ในวันที่มีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (ตามแผ่นพับประชาสัมพันธ์หรือในเว็บไซต์)



หลักสูตรการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐาน

สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จัดให้มีการ

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

๒. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับเด็กและเยาวชน เป็นหลักสูตรสำหรับเด็กเยาวชน นักเรียน นิสิตนักศึกษา ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของ "สติปัฏฐาน ๔" ถือกีฬ ๘ นุ่งขาวห่มขาว เพื่อให้เด็ก เยาวชน นักเรียน นักศึกษา เจริญสติตามแนวทางพุทธศาสนา เกิดความสงบกาย วาจา ใจ และเป็นการอบรมจิตใจให้เกิดความเจริญอกงาม

๓. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชน เป็นหลักสูตรที่เปิดโอกาสให้บุคลากร ในหน่วยงานต่างๆ ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานร่วมกันเพื่อให้เกิดความสงบ มีสติพัฒนาคุณภาพชีวิต เพิ่ม ประสิทธิภาพในการทำงาน ให้มีความพร้อมทั้งในด้านร่างกายและด้านจิตใจ มีความฉลาดด้านอารมณ์ และสติสัมปชัญญะ โดย

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



✽ ขอเชิญร่วมสมทบบริจาคกองทุนวิปัสสนาธุระ ✽
เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานให้กว้างขวางออกไปได้ที่
สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วังน้อย
หรือ โอนเงินเข้าบัญชีกองทุนวิปัสสนาธุระ
ธนาคารทหารไทย สาขาอำเภออุทัย ประเภทออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 417-2-45937-4
ชื่อบัญชี "มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทุนวิปัสสนาธุระ"



สถาบันวิปัสสนาธุระ

Vipassana Meditation Institute

www.vipassanathai.org

ศูนย์ปฏิบัติธรรม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 อำนวยการสอนโดย พระราชสิทธิเมธี วิ. ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ

ตารางปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สำหรับประชาชน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๒



ครั้งที่	ระลอกวันที่	จำนวนเวลา
๑	๑๒ - ๑๖ ตุลาคม ๒๕๖๑ (วันคล้ายวันสวรรคต ร.๙)	๕
๒	๑๙ - ๒๓ ตุลาคม ๒๕๖๑ (วันปิยมหาราช)	๕
๓	๙ - ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๑	๓
๔	๒๓ - ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๑	๓
๕	๑ - ๗ ธันวาคม ๒๕๖๑ (วันคล้ายวันเฉลิมพระชนมพรรษา ร.๙)	๗
๖	๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๑ - ๑ มกราคม ๒๕๖๒ (ปีใหม่)	๓
๗	๑๑ - ๑๕ มกราคม ๒๕๖๒	๕
๘	๒๕ - ๒๗ มกราคม ๒๕๖๒	๓
๙	๑ - ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒	๓
๑๐	๑๖ - ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒ (เดือนมาฆบูชา)	๕
๑๑	๑ - ๓ มีนาคม ๒๕๖๒	๓
๑๒	๒๒ - ๒๔ มีนาคม ๒๕๖๒	๓
๑๓	๕ - ๗ เมษายน ๒๕๖๒	๓
๑๔	๑๙ - ๒๓ เมษายน ๒๕๖๒	๕
๑๕	๓ - ๕ พฤษภาคม ๒๕๖๒	๓
๑๖	๑๖ - ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๒ (เดือนวิสาขบูชา)	๕
๑๗	๗ - ๙ มิถุนายน ๒๕๖๒	๓
๑๘	๒๑ - ๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๒	๕
๑๙	๑๒ - ๑๖ กรกฎาคม ๒๕๖๒ (เดือนอาสาฬหบูชา)	๕
๒๐	๒๖ - ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๒ (วันเฉลิมพระชนมพรรษา ร.๑๐)	๓
๒๑	๙ - ๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๒ (วันแม่)	๕
๒๒	๒๓ - ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๒	๓
๒๓	๖ - ๑๐ กันยายน ๒๕๖๒	๕
๒๔	๒๐ - ๒๒ กันยายน ๒๕๖๒	๓

คณะพระวิปัสสนาจารย์

๑. พระราชสิทธิเมธี วิ.,คร.
๒. พระญาณสุนทร, รศ.
๓. พระปลัดสมภาร สมภาโร, ผศ
๔. พระมหาวิชาญ สุวิชาโน
๕. พระครูใบฎีกาชัยพล โสภโณ
๖. พระวิหาร เขมวโร
๗. พระวิปัสสนาจารย์ผู้ได้รับแต่งตั้งจากมหาวิทยาลัย

คณะคณาจารย์

๑. พระมหาบุญชู เขมจารี
๒. พระครูวินัยธรณรงค์ สุจิตจาโร
๓. พระใบฎีกาอภิชาติ อภิชาโต
๔. แมชีศรีนรัตน์ ชิตะธรรมสิทธิ์
๕. นางสาวมยุรี ลิขิตสุนทรกุล
๖. นางสาวฉันทนา สุวรรณประกร
๗. นางสาวเจิญรัตน์ พงศ์พิพัฒน์พันธ์
๘. นายจักรกฤษ เขตตะเคียน
๙. นางสาวพิมพ์พรไพโร ไกรสะอาด
๑๐. นางสาวปรีชญา คมพยัคฆ์

วิธีการจองเข้าปฏิบัติ

๑. เข้าไปที่เว็บไซต์ www.vipassanathai.org
๒. ดูตารางวันและเวลาที่ปฏิบัติ เลือกหลักสูตรที่ต้องการ และคลิกคำว่า "สมัคร"
๓. จองการเข้าปฏิบัติได้ ๓ หลักสูตร คือ

- จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับบุคคลทั่วไป
- จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับหน่วยงาน สำหรับหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ที่ต้องการปฏิบัติเฉพาะหน่วยงานของตน
- ขอนิมนต์พระวิปัสสนาจารย์ไปสอนการปฏิบัติณสถานที่อื่น

การรับเงินค่าจอง

- ในวันแรกของโครงการ มีรถรับออกจากวัดมหาธาตุฯ ทำพระจันทร์ เวลา ๑๓.๐๐ น. และรถส่งกลับในวันสุดท้าย เวลา ๑๕.๐๐ น.
- ในกรณีเดินทางมาเอง สามารถนั่งรถตู้สายที่มุ่งหน้าสู่นิคมอุตสาหกรรมโวจนะ สระบุรี ลพบุรี

ติดต่อประสานงานได้ที่

โทรศัพท์ 035-248000 ต่อ 8139, 8144
 Facebook/Fanpage : สถาบันวิปัสสนาธุระ มจร.
 Email : Vipassana.officer@gmail.com