

ตามทูล

สำนักพุทธสัมพันธ์

ที่ อา๘๐๐๘/ว๐๑๑



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

๓๐ ตุลาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอเชิญชวนเข้าอบรมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
เจริญพร
สิ่งที่ส่งมาด้วย แผ่นพับประชาสัมพันธ์โครงการ ๕ แผ่น

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์
เลขที่รับ 800๐.894
วันที่ 14 พ.ย. 2562
มูลค่าเงิน 15.00 บาท

วันที่ 18 พ.ย. 2562

ด้วยสถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้มีการจัดหลักสูตรปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ทุกวันศุกร์ เสาร์และอาทิตย์ ช่วงต้นเดือนและปลายเดือนตลอดทั้งปี รวมทั้งในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและวันนักขัตฤกษ์ โดยมีหลักสูตรทั้ง ๓ - ๕ และ ๖ วัน ณ อาคารหอฉัน ชั้น ๕ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อำเภอนับน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา จำนวน ๒๔ ครั้ง ตั้งแต่เดือน ตุลาคม ๒๕๖๒ - กันยายน ๒๕๖๓ เพื่อเปิดโอกาสให้พระสงฆ์ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ตลอดจนพุทธศาสนิกชนผู้สนใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ได้เข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ตลอดทั้งปี เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิต บำเพ็ญบุญกุญริยาวัตถุเพิ่มพูนปัญญาบารมี อันจะนำมาซึ่งความสุขสงบร่มเย็นในชีวิตของตน หน้าที่การงานและสังคมส่วนรวมต่อไป โดยสมัครผ่านระบบออนไลน์ตามแบบฟอร์มในเว็บไซต์ www.vipassanathai.org

ในการนี้ สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จึงขอเชิญท่านผู้บริหารได้ส่งบุคลากรในหน่วยงานเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และช่วยอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนี้ แก่ผู้สนใจต่อไป จึงขออุโมทนาขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์เป็นอย่างดี จึงเจริญพรมาเพื่อทราบดำเนินการต่อไป

เรียน อธิการบดี (เจ้าคณะฯ เจ้าอาวาส)

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์

เจริญพร

ขอเชิญชวนเจ้าอาวาสปฏิบัติ

ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เดือนพฤศจิกายน

๒๖-๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๒

๑. เจ้าอาวาสวัดป่าเลไลยก์

๒. เจ้าอาวาสวัดป่าอ้อ

๓. เจ้าอาวาสวัดป่าเลไลยก์

(พระเทพวิสุทธิมณี วิ.,ดร.)

ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ

วันที่ ๑๘/๑๑/๖๒

ดำเนินการตามเสนอ

อาคารหอฉัน ชั้น ๓ ส่วนงานบริหาร สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
โทร ๐๓๕-๒๔๘-๐๐๐ ต่อ ๘๑๓๙ และ ๘๑๔๔
ติดต่อสอบถามได้ในวันทำการ วันจันทร์ - เสาร์ (ยกเว้นวันพระ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์) หรือ
ติดต่อได้ในวันที่มีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (ตามแผ่นพับประชาสัมพันธ์หรือในเว็บไซต์)

ประชาสัมพันธ์

บัณฑิตวิทยาลัย

18 พ.ย. 2562



สถาบันวิปัสสนาธุระ

Vipassana Meditation Institute

www.vipassanathai.org

ศูนย์ปฏิบัติธรรม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

อำนวยการสอนโดย พระเทพวิสุทธิมณี วิ.,ดร. ผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ

ตารางปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

สำหรับประชาชนทั่วไป ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓

ครั้งที่	ระหว่างวันที่	จำนวนวัน
๑	๑๑ - ๑๕ ตุลาคม ๒๕๖๒ (วันสวรรคต ร.๙)	๕
๒	๒๓ - ๒๗ ตุลาคม ๒๕๖๒ (วันปิยมหาราช)	๕
๓	๘ - ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๒	๓
๔	๒๒ - ๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๒	๓
๕	๕ - ๑๐ ธันวาคม ๒๕๖๒ (วันพ่อแห่งชาติ)	๖
๖	๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๒ - ๑ มกราคม ๒๕๖๓ (ปีใหม่)	๓
๗	๑๐ - ๑๒ มกราคม ๒๕๖๓	๓
๘	๒๔ - ๒๖ มกราคม ๒๕๖๓	๓
๙	๗ - ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ (วันมาฆบูชา)	๕
๑๐	๒๑ - ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓	๓
๑๑	๖ - ๘ มีนาคม ๒๕๖๓	๓
๑๒	๒๗ - ๒๙ มีนาคม ๒๕๖๓	๓
๑๓	๔ - ๖ เมษายน ๒๕๖๓	๓
๑๔	๑๗ - ๑๙ เมษายน ๒๕๖๓	๓
๑๕	๓ - ๗ พฤษภาคม (วันวิสาขบูชา)	๕
๑๖	๒๒ - ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๓	๓
๑๗	๒ - ๖ มิถุนายน ๒๕๖๒ (วันเฉลิมพระชนมพรรษาพระราชินี)	๕
๑๘	๒๖ - ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๓	๓
๑๙	๓ - ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๓ (วันอาสาฬหบูชา)	๓
๒๐	๒๔ - ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๓ (วันเฉลิมพระชนมพรรษา ร.๑๐)	๕
๒๑	๑๒ - ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๓ (วันแม่แห่งชาติ)	๕
๒๒	๒๘ - ๓๐ สิงหาคม ๒๕๖๓	๓
๒๓	๑๑ - ๑๕ กันยายน ๒๕๖๓	๕
๒๔	๒๕ - ๒๗ กันยายน ๒๕๖๓	๓

คณะพระวิปัสสนาจารย์

- | | |
|-----------------------------|------------------------------|
| ๑. พระเทพวิสุทธิมณี วิ.,ดร. | ๔. พระครูใบฎีกาชัยพล โสภโณ |
| ๒. พระปลัดสมภาร สมภาโร, ผศ. | ๕. พระวิปัสสนาจารย์ผู้ได้รับ |
| ๓. พระมหาวิชาญ สุวิชาโน | แต่งตั้งจากมหาวิทยาลัย |

คณะทำงาน

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|
| ๑. พระมหาบุญชู เขมจารี | ๖. นางสาวฉันทนา สุวรรณประกร |
| ๒. พระครูวินัยธรณรงค์ อธิชาโร | ๗. นางสาวเจริญรัตน์ พงศ์พิพัฒน์พันธุ์ |
| ๓. พระใบฎีกาอภิชาติ อภิชาติโต | ๘. นายจักรกฤษ เขตตะเคียน |
| ๔. แม็คสิรินทร์คน ชิตธรรมสิทธิ์ | ๙. นางสาวพิมพ์พรไพ ไกรสะอาด |
| ๕. นางสาวมยุรี ลิขิตสุนทรกุล | ๑๐. นางสาวปรัชญา คมพัยค์ |

วิธีการจองเข้าปฏิบัติ

- เข้าไปที่เว็บไซต์ www.vipassanathai.org
- ดูตารางวันและเวลาที่ปฏิบัติ เลือกหลักสูตรที่ต้องการ และคลิกคำว่า "สมัคร"
- จองการเข้าปฏิบัติได้ ๓ หลักสูตร คือ
 - จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับบุคคลทั่วไป
 - จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับหน่วยงาน สำหรับหน่วยงานภาครัฐ และเอกชนที่ต้องการปฏิบัติเฉพาะหน่วยงานของตน
 - ขอนิมนต์พระวิปัสสนาจารย์ไปสอนการปฏิบัตินอกสถานที่ได้

การเดินทาง

- ในวันแรกของโครงการ มีรถรับออกจากวัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ เวลา ๑๓.๐๐ น. และรถส่งกลับในวันสุดท้าย เวลา ๑๕.๐๐ น. สำรองที่นั่ง ๐๓๕-๒๔๘-๐๐๐ ต่อ ๘๑๓๙,๘๑๔๔
- ในกรณีเดินทางมาเอง สามารถนั่งรถตู้สายที่มุ่งหน้าสู่นิมิตตสาทรธรรมโรจนะ สระบุรี ลพบุรี

ติดต่อประสานงานได้ที่

โทรศัพท์ ๐๓๕-๒๔๘-๐๐๐๐ ต่อ ๘๑๓๙,๘๑๔๔

Facebook / Fanpage : สถาบันวิปัสสนาธุระ มจร.

Email : Vipassana.officer@gmail.com



หลักสูตรการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐาน



สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จัดให้มีการปฏิบัติ ดังนี้

๑. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสำหรับประชาชน เป็นหลักสูตรสำหรับอุบาสก-อุบาสิกาให้ได้ปฏิบัติตามแนวทางของ “สติปัฏฐาน ๔” ถ้อยศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว เพื่อที่จะแสวงหาความสุขสงบ ร่มเย็นให้แก่ชีวิตตามแนวทางของพระพุทธศาสนา จัดขึ้นเดือนละ ๒ ครั้ง ในสัปดาห์แรกและสัปดาห์สุดท้ายของเดือน โดยมีพระวิปัสสนาจารย์ สอบอารมณ์

๒. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับเด็กและเยาวชน เป็นหลักสูตรสำหรับเด็กและเยาวชน นักเรียน นิสิตนักศึกษา ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของ “สติปัฏฐาน ๔” ถ้อยศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว เพื่อให้เด็ก เยาวชน นักเรียน นักศึกษา เจริญสติตามแนวทางพุทธศาสนา เกิดความสงบกาย วาจา ใจ และเป็นการอบรมจิตใจให้เกิดความเจริญงอกงาม

๓. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชน เป็นหลักสูตรที่เปิดโอกาสให้บุคลากรในหน่วยงานต่างๆ ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานร่วมกันเพื่อให้เกิดความสงบ มีสติพัฒนาคุณภาพชีวิต เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน 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

ขอเชิญร่วมบริจาคสมทบกองทุนวิปัสสนาธุระ

เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานให้กว้างขวางออกไป ได้ที่

สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วังน้อย

หรือ โอนเงินเข้าบัญชีกองทุนวิปัสสนาธุระ

ธนาคารทหารไทย สาขาอำเภออุทัย ประเภทออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 417-2-45937-4

ชื่อบัญชี “มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทุนวิปัสสนาธุระ”



Line Official
สถาบันวิปัสสนาธุระ

