



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
๗๙ หมู่ ๑ ตำบลลำไทร อำเภอน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๑๗๐  
โทรศัพท์ ๐ ๓๕๒๔ ๘๐๐๐-๕ โทรสาร ๐ ๓๕๒๔ ๘๑๓๔  
www.mcu.ac.th  
บัณฑิตวิทยาลัย

ที่ ศธ ๖๑๐๘/ ๑๕

เลขที่รับ ๗๒๐/๒๕๖๘

วันที่ 23 พ.ย. 25๖8

พฤศจิกายน ๒๕๕๘

เวลา ๑๖.๑๑ น.

เรื่อง ขอเชิญร่วมเป็นเจ้าภาพทอดผ้าป่ามหากุศล "๘๘ พรรษามหาราช องค์กรอัครศาสนูปถัมภก"

เจริญพร คณะบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย

- ๑. แผ่นพับผ้าป่ามหากุศล จำนวน ๑ แผ่น
- ๒. ใบตอบรับ ๑ แผ่น

ตามที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้จัดตั้งสถาบันวิปัสสนาธุระ โดยมีภารกิจส่งเสริมการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแก่นิสิตทุกระดับชั้น ประชาชนทั่วไปทุกหมู่เหล่า อบรมคุณธรรมให้กับเยาวชน สนับสนุนโรงเรียนวิถิพุทธ และการพัฒนาพระวิปัสสนาจารย์เพื่อสอนวิชาวิปัสสนากรรมฐานประจำมหาวิทยาลัยฯ ความทราบแล้วนั้น

สถาบันวิปัสสนาธุระ ได้ใช้งบประมาณจากกองทุนวิปัสสนาธุระเป็นทุนในการดำเนินการดังกล่าวข้างต้น ดังนั้น สถาบันวิปัสสนาธุระ จึงได้รวบรวมผู้มีจิตศรัทธาจัดทำผ้าป่าระดมทุนทรัพย์เข้ากองทุนวิปัสสนาธุระขึ้น

ในการนี้ จึงเจริญพรมาเพื่อเชิญชวนบุคลากรในหน่วยงานของท่านร่วมเป็นเจ้าภาพในกองทุนวิปัสสนาธุระ โดยส่งใบตอบรับการเป็นเจ้าภาพผ้าป่า มาที่สถาบันวิปัสสนาธุระ ภายในวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๘

จึง เจริญพรมาเพื่อทราบและสนับสนุนต่อไป ขออนุโมทนาขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เจริญพร

(พระราชสิทธิมนี วิ.)

รักษาการผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ

ประชาสัมพันธ์

ส่วนงานบริหารสถาบันวิปัสสนาธุระ  
โทร ๐๓๕-๒๔๘๐๐๐ ต่อ ๘๔๔๔, ๘๔๓๘

24 พ.ย. 25๖8



# สถาบันวิปัสสนาธุระ

www.vipassanathai.org

Vipassanadhura Institute ศูนย์ปฏิบัติธรรม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

อำนวยการสอนโดย พระราชสิทธิมุนี วิ. รักษาการผู้อำนวยการสถาบันวิปัสสนาธุระ

## ตารางปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสำหรับประชาชน นิสิต องค์กรหน่วยงานภาครัฐและเอกชน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๙

ครั้งที่	ระหว่างวันที่	วัน	ครั้งที่	ระหว่างวันที่	วัน
๑	๑ - ๕ ตุลาคม ๒๕๕๘	๕	๑๓	๑ - ๓ เมษายน ๒๕๕๙	๓
๒	๒๓ - ๒๕ ตุลาคม ๒๕๕๘	๓	๑๔	๒๒ - ๒๔ เมษายน ๒๕๕๙	๓
๓	๖ - ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๘	๕	๑๕	๒๙ เมษายน - ๑ พฤษภาคม ๒๕๕๙	๓
๔	๒๐ - ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๘	๓	๑๖	๑๖ - ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๙ (วันวิสาขบูชา)	๗
๕	๔ - ๑๐ ธันวาคม ๒๕๕๘ (วันพ่อแห่งชาติ)	๗	๑๗	๓ - ๕ มิถุนายน ๒๕๕๙	๓
๖	๓๐ ธันวาคม ๕๘ - ๓ มกราคม ๕๙ (วันขึ้นปีใหม่)	๕	๑๘	๒๐ - ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๙	๗
๗	๘ - ๑๐ มกราคม ๒๕๕๙	๓	๑๙	๖ - ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๙	๕
๘	๒๙ - ๓๑ มกราคม ๒๕๕๙	๓	๒๐	๑๘ - ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๕๙ (วันเข้าพรรษา)	๗
๙	๕ - ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙	๓	๒๑	๑๐ - ๑๔ สิงหาคม ๒๕๕๙ (วันแม่แห่งชาติ)	๕
๑๐	๑๙ - ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙ (วันมาฆบูชา)	๗	๒๒	๒๔ - ๒๘ สิงหาคม ๒๕๕๙	๕
๑๑	๒ - ๖ มีนาคม ๒๕๕๙	๕	๒๓	๙ - ๑๑ กันยายน ๒๕๕๙	๓
๑๒	๒๕ - ๒๗ มีนาคม ๒๕๕๙	๓	๒๔	๒๑ - ๒๕ กันยายน ๒๕๕๙	๕

### พระวิปัสสนาจารย์

- |                              |                         |  |
|------------------------------|-------------------------|--|
| ๑. พระราชสิทธิมุนี วิ. ดร.   | ๔. พระครูศรีนคิมพิทักษ์ | ๗. พระวิหาร เขมวโร                                 |
| ๒. พระญาณสุนทร, รศ.          | ๕. พระสมภาร สมภาโร      | ๘. พระชัยพล โสภโณ                                  |
| ๓. พระครูภาวนาวาราลังการ วิ. | ๖. พระมหาวิชาญ สุวิชาโน | ๙. พระวิปัสสนาจารย์ผู้ได้รับแต่งตั้งจากมหาวิทยาลัย |

### วิธีการจองเข้าปฏิบัติ:

- เข้าไปที่เว็บไซต์ [www.vipassanathai.org](http://www.vipassanathai.org)
- สามารถดูตารางวันและเวลาที่ปฏิบัติ เลือกหลักสูตรที่ต้องการ และคลิกคำว่า "สมัคร"
- สามารถเลือกหลักสูตรที่ต้องการได้ โดยสามารถจองการเข้าปฏิบัติ ได้ ๓ หลักสูตร คือ
  - จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับบุคคล สำหรับประชาชนทั่วไป
  - จองปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับหน่วยงาน สำหรับหน่วยงานใดภาครัฐและเอกชน ที่ต้องการปฏิบัติเฉพาะหน่วยงานของตน
  - ขอนิมนต์พระวิปัสสนาจารย์ไปสอนการปฏิบัติ สำหรับหน่วยงานหรือองค์กรใดที่ไม่สะดวกมาปฏิบัติที่สถาบันวิปัสสนาธุระ สามารถนิมนต์พระวิปัสสนาจารย์ให้ไปสอนการปฏิบัติได้

### การเดินทาง:

- ในวันแรกของโครงการ มีรถรับออกจากวัดมหาธาตุฯ ท่าพระจันทร์ เวลา ๑๓.๐๐ น. และรถส่งกลับในวันสุดท้าย เวลา ๑๖.๐๐ น.
- ในกรณีเดินทางมาเอง สามารถนั่งรถตู้สาย กรุงเทพฯ - ไรจนะ ขึ้นได้ที่ อนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ฝั่งโรงพยาบาลราชวิถี



### ติดต่อประสานงานได้ที่:

- นางสาวนันทนา วงศ์สมบุญ โทร: ๐๘๗ ๑๑๙ ๒๓๒๑ Email: [nannawong@hotmail.com](mailto:nannawong@hotmail.com)
- นางสาวทิพย์สุดา แสงคำ โทร: ๐๘๐ ๘๑๖ ๔๗๔๑ Email: [thipsuda1614@hotmail.com](mailto:thipsuda1614@hotmail.com)
- นางสาวราตรี รัตน์โสภา โทร: ๐๘๖ ๓๖๖ ๒๙๖๙ Email: [ch.koki2555@gmail.com](mailto:ch.koki2555@gmail.com)
- Facebook/Fanpage : สถาบันวิปัสสนาธุระ มจร. LINE: สถาบันวิปัสสนาธุระ

ขอเชิญร่วมบริจาคสมทบ "กองทุนวิปัสสนาธุระ"  
 ธนาคารทหารไทย สาขาวังน้อย ประเภทออมทรัพย์  
 ชื่อบัญชี มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทุนวิปัสสนาธุระ  
 เลขบัญชี ๕๑๐-๒๐๖๖๙๙-๙  
 ติดต่อสอบถาม โทร ๐๓๕-๒๔๘-๐๐๗ ต่อ ๘๑๔๔, ๘๑๓๙, ๘๘๐๘



# หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

www.vipassanathai.org

สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จัดให้มีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของสติปัฏฐาน ๔ ให้แก่ องค์กรหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ประชาชน เด็กเยาวชน และบุคคลทั่วไป ซึ่งมีหลักสูตรดังนี้

**๑. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสำหรับประชาชน** เป็นหลักสูตรสำหรับอุบาสก-อุบาสิกา ให้ได้ปฏิบัติตามแนวทางของ “สติปัฏฐาน ๔” ถือศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว เพื่อที่จะแสวงหาความสุขสงบ ร่มเย็นให้แก่ชีวิตตามแนวทางของพระพุทธศาสนา จัดขึ้นเดือนละ ๒ ครั้งในสัปดาห์แรกและสัปดาห์สุดท้ายของเดือน โดยมีพระวิปัสสนาจารย์สอนและสอบอารมณ์โดยศิษย์ผู้ปฏิบัติตามแนวทางสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ถูกต้อง ผู้สนใจสามารถสมัครเข้าปฏิบัติด้วยตนเอง โดยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น รับจำนวนจำกัด ไม่เกิน ๑๕๐ คน/ครั้ง

**๒. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาสำหรับเด็กและเยาวชน** เป็นหลักสูตรสำหรับเด็ก เยาวชน นักเรียน นิสิตนักศึกษา ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของ “สติปัฏฐาน ๔” ถือศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว เพื่อให้เด็ก เยาวชน นักเรียน นักศึกษา เจริญสติตามแนวทางพุทธศาสนา เกิดความสงบกาย วาจา ใจ และเป็นการอบรมจิตใจให้เกิดความเจริญงอกงาม ทั้งด้านศีล สมาธิ และปัญญา และยังสอดแทรกกิจกรรมฝึกสติ กิจกรรมพื้นฐานชาวพุทธ มารยาทชาวพุทธ และกระบวนการเรียนรู้สำหรับเด็กและเยาวชน โดยเหมาะสมกับวัย เพื่อให้ง่าย มีความสุข และสามารถนำไปปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวันได้

**๓. หลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาพัฒนาองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชน** เป็นหลักสูตรที่เปิดโอกาสให้บุคลากรในหน่วยงานต่างๆ ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานร่วมกัน เพื่อให้เกิดความสงบ มีสติพัฒนาคุณภาพชีวิต เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ให้ความพร้อมทั้งในด้านร่างกายและด้านจิตใจ มีความฉลาดด้านอารมณ์และสติสัมปชัญญะ โดยกระบวนการอบรมจะเป็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทาง “สติปัฏฐาน ๔” ถือศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว ฟังธรรมบรรยาย และกิจกรรมเสริมเพื่อบูรณาการสู่การพัฒนาองค์กร ที่สามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันให้สามารถพัฒนางานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ

<b>ระยะเวลา</b>	- หลักสูตร ๓ วัน	- หลักสูตร ๕ วัน	- หลักสูตร ๗ วัน
<b>กิจกรรม</b>	- ทำวัตร สวดมนต์ - นั่งสมาธิ วิปัสสนากรรมฐาน	- ปฏิบัติด้วยอิริยาบถ ๔ - ส่งและสอบอารมณ์กรรมฐาน	- เดินจงกรม - ฟังธรรมะบรรยาย
<b>กระบวนการอบรม</b>	- การปฏิบัติส่วนตัว - การรับศีล ๘ นุ่งขาวห่มขาว - การปิดวาจา	- การส่งและสอบอารมณ์กรรมฐาน - การปฏิบัติพร้อมกันในห้องประชุม - การอบรมกลุ่มย่อย	

ขอเชิญร่วมสมทบบริจาคกองทุนวิปัสสนาธุระ เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานให้กว้างขวางออกไป ได้ที่  
สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วังน้อย หรือโอนเงินเข้าบัญชีกองทุนวิปัสสนาธุระ  
ธนาคารทหารไทย สาขาวังน้อย ประเภทออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 510-2-06699-9  
ชื่อบัญชี “มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กองทุนวิปัสสนาธุระ”  
ส่งสลิปโอนเงินมาที่ Email: nannawong@hotmail.com



ใบแสดงความประสงค์เป็นเจ้าภาพ  
ผ้าป่ามหากุศล “๘๘ พรรษา มหาราชฯ องค์เอกอัครศาสนูปถัมภก”  
จำนวน ๘,๘๘๘ กอง กองละ ๘๘๘ บาท  
วันจันทร์ที่ ๗ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๘:

ชื่อเจ้าภาพ..... นามสกุล.....

ที่อยู่ ตำบล อำเภอ จังหวัด

รหัสไปรษณีย์..... โทรศัพท์มือถือ..... Email.....

มีความประสงค์ร่วมเป็นเจ้าภาพผ้าป่า จำนวน.....กอง กองละ ๘๘๘ บาท  
รวมเป็นเงิน.....บาท

มีความประสงค์เป็นเจ้าภาพ ตามกำลังศรัทธา จำนวน.....บาท

โดยท่านมีความประสงค์

เดินทางมาร่วมพิธีทอดผ้าป่า ณ สถาบันวิปัสสนาธุระ

โอนเงินเข้าบัญชีธนาคารทหารไทย เลขที่ ๕๑๐-๒-๐๖๖๙๙-๙ ประเภทออมทรัพย์ ชื่อบัญชี  
“มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทุนวิปัสสนาธุระ”

ส่งหลักฐานการโอนเงิน

ส่งหลักฐานการโอนมาที่ Email: nannawong@hotmail.com