

**หลักสูตรการอบรมพัฒนาจิต  
ระดับเด็กเล็ก (ป.4 – ม.1)**

วันที่	5.30 -	7.00 -	8.30-9.00	9.00-10.45	10.45 -	11.45 -	12.40 -		14.45-16.00	16.00 -	16.30 -	18.00-18.30	18.30-20.30
	7.00	8.20			11.45	12.30	13.00			16.30	18.00		
1		10.00 น. เดินทางถึงวัด 10.30 น. ปฐมนิเทศ							13.00 – 15.00 สร้างพลังจิตเพื่อ ชีวิตที่สดใส	15.00 – 16.00 เด็กดีต้องมีธรรม			
2	ทำวัตรเช้า		-อ่านหนังสือ -แลกเปลี่ยน ประสบการณ์	ตายแล้ว ไปไหน	เดินจงกรม นั่งสมาธิ	พัก	อ่าน หนังสือ	13.00-14.00 เสพติดพิษมหันต์	14.00 – 15.00 กฎ แห่งกรรม	15.00- 16.00 วิถีไทย		พัก	ศาสนพิธี แลกเปลี่ยน ประสบการณ์
3	เดินจงกรม	พัก		พระคุณอัน ยิ่งใหญ่	“สัญญาใจ”	- สรุปลผลการอบรม - มาลาบูชาคุณ - ทอดผ้าป่า  ปิดการอบรม							ทำวัตรเย็น เดินจงกรม ฟังธรรม นั่งสมาธิ สวดมนต์ แผ่เมตตา ดู VDO ธรรมะ สำรวจศีล

หมายเหตุ : การนั่งสมาธิ นั่งครั้งละ 20 – 30 นาที

**หลักสูตรการอบรมพัฒนาจิต**  
**ระดับมัธยมศึกษา – อุดมศึกษา ( 4 วัน)**

วันที่	5.00 -	7.00 -	8.30 -	9.00 - 10.45	10.45 -	11.45 -	12.40 -		15.00 -		18.00-18.30	18.30-21.40	
	7.00	8.20	9.00		11.45	12.30	13.00		16.30				
1	10.00 น. เดินทางมาถึงวัด 10.30 น. ปฐมนิเทศ							13.00 – 15.00 สร้างพลังจิต เพื่อชีวิตที่สดใส	ทุกข์เพื่อสุข พี่เล่าให้ฟัง		ปฐมนิเทศ ศาสนพิธี	พิธีเปิดอบรม	
2	ทำวัตรเช้า	พัก	อ่าน หนังสือ	ตายแล้วไปไหน	เดิน จงกรม	พัก	อ่าน หนังสือ	13.00 - 14.30 กฎแห่งกรรม	14.30 – 15.45 พลังบุญ- พลังบาป	นั่งสมาธิ	พัก	แลกเปลี่ยน ประสบการณ์	-ทำวัตรเย็น -เดินจงกรม -นั่งสมาธิ -ฟังธรรม -สวดมนต์ แผ่เมตตา -ดูหนังคุณธรรม -สำรวจจิต
3	เดินจงกรม			พระคุณอัน ยิ่งใหญ่	ฟังธรรม			13.00 – 14.30 มหัศจรรย์ใกล้ตัว	14.30 - 15.45 วิถีธรรม-วิถีไทย	15.45 - 16.30 นั่งสมาธิ			
4	นั่งสมาธิ			9.00-10.00 ถาม – ตอบ ปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> <li>- สรุปผลการอบรม</li> <li>- มาลาบูชาคุณ</li> <li>- ทอดผ้าป่า</li> </ul> <b>ปิดการอบรม</b>								

**หลักสูตรการอบรมพัฒนาจิต**  
**ระดับมัธยมศึกษา – อุดมศึกษา ( 5 วัน)**

วันที่	5.00 -	7.00 -	8.30 -	9.00-10.45	10.45 -	11.45 -	12.40 -	13.00-14.30	14.30 -		18.00-18.30	18.30-21.40	
	7.00	8.20	9.00		11.45	12.30	13.00		16.30				
1										14.00 - เดินทางมาถึงวัด 15.00 - ปฐมนิเทศ	ปฐมนิเทศ ศาสนพิธี	พิธีเปิดอบรม	
2	ทำวัตรเช้า	พัก	อ่านหนังสือ	สร้างพลังจิตเพื่อชีวิตที่สดใส	เดินจงกรม	พัก	อ่านหนังสือ	ทุกข์เพื่อสุข	14.30 – 16.00 กฎแห่งกรรม	16.00-16.30 พี่เล่าให้ฟัง	พัก	แลกเปลี่ยนประสบการณ์	
3	เดินจงกรม			ตายแล้วไปไหน	ฟังธรรม			วิถีไทย	14.30-15.45 พลังบุญ- พลังบาป	15.45-16.30 เดินจงกรม			-ทำวัตรเย็น -เดินจงกรม -นั่งสมาธิ -ฟังธรรม -สวดมนต์ แม่เมตตา -ดูหนังคุณธรรม -สำรวจศีล
4	ฟังธรรม			พระคุณอันยิ่งใหญ่	นั่งสมาธิ			มหันตภัยใกล้ตัว	14.30-15.30 วิถีธรรม	นั่งสมาธิ			
5	นั่งสมาธิ			“สัญญาใจ”	9.00 – 10.00 ถาม – ตอบ ข้อข้องใจ			- สรุปผลการอบรม - มาลาบูชาคุณ - ทอดผ้าป่า ปิดการอบรม	เดินทางกลับ				

หมายเหตุ : การนั่งสมาธิ นั่งครั้งละ 30 – 40 นาที  
การนั่งสมาธิในวันที่ 4 ของการอบรม เวลา 10.45 – 11.45 น. นั่งสมาธิฟังเทศเรื่อง “ดวงใจแม่”