



กำหนดการเข้าอบรมกรรมฐานภาคปฏิบัติ
นักศึกษาชั้นปีที่ ๔ ภาคพิเศษ รหัส ๕๗ และภาคปกติ (คฤหัสถ์)
ณ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีล้านช้าง
กำหนด ๑๕ วัน (๕ สัปดาห์) อบรมวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์

วันศุกร์ที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐

- เวลา ๑๘.๐๐ น. - คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ นักศึกษาพร้อมกันที่
ห้องประชุมใหญ่ มจร.วิทยาเขตศรีล้านช้าง
- พระครูปริยัติสาทร,ดร. รองอธิการบดี จุฑารูปเทียน
บูชาพระรัตนตรัย นำไหว้พระสวดมนต์
 - ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ
- เวลา ๑๙.๐๐ น. - ผอ.วิทยาลัยศาสนศาสตร์หรือผู้แทน กล่าวถวายรายงาน
- พิธีสมานานศีล
 - ฟังชี้แจงกฎระเบียบการเข้าอบรมกรรมฐานภาคปฏิบัติ
 - รับฟังการอบรมสมาธิเบื้องต้น โดยพระวิทยากร
 - ฝึกนั่งสมาธิ ฝึกเดินจงกรม
- เวลา ๒๑.๐๐ น. - กลับที่พักตามอัยาศัย

หมายเหตุ :

๑. อบรมระยะเวลา ๕ สัปดาห์ ตั้งแต่วันศุกร์ที่ ๒๐ ตุลาคม ถึงวันอาทิตย์ที่ ๑๘ พฤศจิกายน
๒. นักศึกษานุ่งขาว เสื้อขาว รักษาศีล ปฏิบัติธรรม
๓. นักศึกษาที่ขาดการอบรมตามที่วิทยาเขตกำหนดนี้ ต้องมาปฏิบัติเพิ่มเติมนอกเวลา จนกว่าจะครบกำหนดตามสมุดบันทึก
๔. นักศึกษาทุกคนมาลงทะเบียนตามระเบียบมหาวิทยาลัยว่าด้วยการปฏิบัติกรรมฐานรับเอกสารคู่มือการปฏิบัติกรรมฐานและสมุดบันทึกการเข้าอบรมกรรมฐาน
๕. ให้นักศึกษาชำระค่าลงทะเบียนเข้าอบรมกรรมฐานคนละ ๕๐๐ บาทตามระเบียบมหาวิทยาลัย ติดต่อชำระที่ฝ่ายการเงิน ตั้งแต่บัดนี้ถึงวันที่ ๒๒ ตุลาคม ๒๕๖๐



กำหนดการประจำวัน
(สำหรับนักศึกษา)

ณ ห้องประชุมใหญ่อาคาร ๙๐ ปีหลวงปู่ศรีจันทร์ วัณณาโก
ระหว่างวันที่ ๒๐ ตุลาคม – ๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

ภาคเช้า

- เวลา ๐๕.๐๐ น. พร้อมกัน ณ ห้องประชุมใหญ่อาคาร ๙๐ ปีหลวงปู่ศรีจันทร์ วัณณาโก
เวลา ๐๕.๑๐ น. ทำวัตรเช้า
เวลา ๐๕.๔๕ น. ฟังธรรมะรับอรุณ และปฏิบัติภาวนา (นั่งสมาธิ สลับเดินจงกรม)
เวลา ๐๗.๐๐ น. แยกย้ายกันกลับที่พัก เตรียมตัวเข้าเรียนตามตารางเรียนปกติ

ภาคค่ำ

- เวลา ๑๘.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ
เวลา ๑๙.๐๐ น. รับฟังการบรรยายธรรมภาคปฏิบัติ อบรมโดยพระวิทยากร
เวลา ๒๐.๓๐ น. ปฏิบัติภาวนา ซ้อมสวดมนต์
เวลา ๒๑.๐๐ น. แยกย้ายกันเข้าที่พัก พักผ่อนตามอัธยาศัย

หมายเหตุ : นักศึกษาที่ขาดการอบรมตามเวลาที่มหาวิทยาลัยกำหนดนี้ ต้องมาปฏิบัติเพิ่มเติมนอกเวลาจนกว่าจะครบกำหนดตามสมุดบันทึก