



ผู้เข้าร่วมอบรม ณ บ้านไร่ออ.ศรีราชา จังหวัดชลบุรี

เริ่มใช้ ม.ค.66

(แก้ไข ณ 01 ส.ค.66)

- พัฒนาจิตตามแนวคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย 8 วัน 7 คืน กัมมัฏฐานอุบายน้ำเย็น 9 วัน 8 คืน กลับมา...รู้สึกตัว 3 วัน 2 คืน
- พัฒนาจิตตามแนวคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย 4 วัน 3 คืน ระหว่างวันที่ วิถีโศดาบัน 3 วัน 2 คืน

ประวัติส่วนบุคคล

โปรดแสดงบัตรประชาชนตอนลงทะเบียนที่บ้านไร่ออด้วยทุกครั้ง

1. ชื่อ-สกุล

(นาย / นาง / นางสาว) อายุ ปี เลขที่บัตรประชาชน

2. ที่อยู่ เลขที่ ซอย ถนน จังหวัด รหัสไปรษณีย์

โทรศัพท์ มือถือ Fax E-mail

3. สถานภาพ โสด สมรส หย่า สามี / ภรรยาเสียชีวิต

4. การศึกษาสูงสุด ประถม มัธยมต้น มัธยมปลาย ปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก

จากโรงเรียน / สถาบัน

5. ที่ทำงาน ประเภทธุรกิจ

ตำแหน่ง

6. กรณีฉุกเฉินติดต่อ คุณ ที่อยู่ โทรศัพท์

7. โรคประจำตัว (หากมี กรุณานำยาติดตัวมาด้วย)

8. ผู้แนะนำ เบอร์โทรศัพท์ เกี่ยวข้องกับผู้ปฏิบัติ

ประวัติการอบรม

- ไม่เคยฝึกปฏิบัติธรรมเลย
- เคยฝึกปฏิบัติธรรม จาก(ชื่อสถานที่) (1) จำนวน ครั้ง ครั้งสุดท้ายปี พ.ศ.....
- (2) จำนวน ครั้ง ครั้งสุดท้ายปี พ.ศ.....

เหตุผลในการเข้าร่วมอบรมในครั้งนี้

.....

กฎระเบียบที่ต้องปฏิบัติอย่างเคร่งครัด *ผู้สมัครยอมรับ หากวิทยากรเห็นสมควรว่าท่านอาจต้องยุติการฝึกอบรม เนื่องจากท่านไม่สนใจปฏิบัติ

ตามกฎระเบียบและอาจรบกวนผู้ปฏิบัติท่านอื่น *

1. ข้าพเจ้าได้เขียนใบสมัครด้วยตนเอง
2. ข้าพเจ้าได้อ่านข้อปฏิบัติอย่างครบถ้วนและจะปฏิบัติตามระเบียบ อย่างเคร่งครัด เพื่อประโยชน์ของข้าพเจ้าและส่วนรวม
3. ข้าพเจ้าจะตั้งใจปฏิบัติอย่างเคร่งครัดให้ครบตามวันที่กำหนด โดยไม่มีข้อแม้ใดๆ ทั้งสิ้น
4. ข้าพเจ้าจะไม่พุดคุยกันเองตลอดเวลาที่ปฏิบัติธรรม

ลงชื่อ ผู้สมัคร

หมายเหตุ กรณีมีข้อสงสัย กรุณาสอบถาม โทร. 0-2785-4000 ต่อ 113 Fax. 0-2785-4040 , Email : vipassana@snpfood.com

เฉพาะพนักงาน S&P ข้าพเจ้าขอรับรองว่าผู้สมัคร (นาย/นาง/นางสาว) รหัสประจำตัว.....

ความตั้งใจจริง โดยสุจริตที่ จะเข้าปฏิบัติอย่างเคร่งครัดจนครบตามวันที่กำหนด

ลงชื่อ ผู้บังคับบัญชา

กำหนดการหลักสูตรกัมมัฏฐานอุบายน้ำเย็น(ตามแนวหลวงปู่เอื้อน ชันติพิโล)
จัดอบรม โดย คณะสงฆ์สายวัดป่า

วันที่ 1

11.30 น.	ลงทะเบียน
12.00 น.	ทานอาหารกลางวัน
13.30 น.	ปฐมนิเทศ และเริ่มการปฏิบัติ
15.00 น.	ดื่มน้ำปานะ
17.00 น.	พัก
18.30 น.	ทำวัตรเย็น
21.00 น.	พัก

กำหนดการประจำวัน

06.00 น.	ระฆังปลุก ครั้งที่ 1
06.15 น.	ระฆังปลุก ครั้งที่ 2
06.30 น.	ทำวัตรเช้า
07.15 น.	เตรียมตัวใส่บาตร
07.30 - 09.00 น.	พักรับประทานอาหารเช้า
11.30 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
15.00 น.	พักดื่มน้ำปานะ
17.00 น.	พัก
18.30 น.	ทำวัตรเย็น
20.00 - 21.00 น.	ฟังเทศน์ / ถาม-ตอบปัญหา

วันสุดท้ายของการปฏิบัติ

11.00 น.	ปิดการปฏิบัติ(มีอาหารกลางวัน)
----------	-------------------------------

การแต่งกายสำหรับผู้เข้าปฏิบัติธรรม

ผู้ชาย เสื้อสีขาว กางเกงขาวสีขาวหรือสีดำ

ผู้หญิง เสื้อสีขาว กางเกงขาว/ผ้าถุงสีขาวหรือสีดำ สไบขาวหรือผ้าคลุมไหล่สีขาว

คอร์สกัมมัฏฐานอุบายน้ำเย็น

การเตรียมตัวและการแต่งกาย :

1. เสื้อขาว กางเกงขายาว , กระโปรง/จิ้น(ดำ)
2. สไบขาว หรือ ผ้าคลุมไหล่สีขาว
3. เสื้อกันหนาว สีสุภาพ(สำหรับห้องแอร์)
4. ถุงเท้าสีขาว/สีดำ(สำหรับเดินจงกรม)
5. รองเท้าใส่ในบ้าน
6. รองเท้ากีฬา(สำหรับเดินจงกรมภายนอก)
7. ผ้าห่มบาง
8. ยาประจำตัว
9. ผลตรวจ ATK / ส่ง 1 วันก่อนวันเริ่มคอร์สปฏิบัติ



แผนที่บ้านไร่วา

139/2-3 หมู่ 4 ถนนสุขุมวิท ตำบลบางพระ อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี

