ที่ PV๐๓๑/๒๕๕๖

๑ มีนาคม ๒๕๕๖

เรื่อง นิมนต์พระสอนศีลธรรมในโรงเรียนเข้าร่วมอบรมภาวนาในโครงการปฏิบัติธรรมเพื่อการศึกษา

(จริยธรรมประยุกต์)

นมัสการ ท่านอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เอกสารโครงการจริยธรรมประยุกต์

๒. รายละเอียดงานภาวนา

๓. สูจิบัตรงานจาริกธรรมพระอาจารย์ติช นัท ฮันห์

ตามที่มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (มจร.) และมูลนิธิหมู่บ้านพลัม ประเทศไทย ได้นิมนต์พระอาจารย์ติช นัท ฮันห์ มาจาริกธรรมและนำภาวนาร่วมกับพุทธศาสนิกชนชาวไทย ในระหว่างวันที่ ๒๕ มีนาคม ถึงวันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๕๖ ความแจ้งแล้วนั้น

ในการจาริกธรรมข้างต้น มจร. และ มูลนิธิหมู่บ้านพลัม ได้ร่วมกันจัด**โครงการภาวนาจริยธรรมประยุกต์ (Applied Ethics : Mindfulness in Education) ระหว่างวันที่๔ – ๘ เมษายน ๒๕๕๖ ณ มจร.วังน้อย** โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาการเผยแพร่หลักธรรมและการเจริญสติ ให้เข้าสู่ระบบการศึกษาได้อย่างเป็นรูปธรรม ผ่านกลุ่มเป้าหมายซึ่งได้แก่ ข้าราชการครู นักการศึกษา ผู้บริหารด้านการศึกษา และพระสงฆ์หรือนักบวชผู้ที่ทำงานใกล้ชิดในระบบโรงเรียนและส่งเสริมการศึกษา จำนวนประมาณ ๑,๐๐๐ คนซึ่งขณะนี้ท่านสามารถติดตามรายละเอียดและลงทะเบียนผ่านเว็บไซต์ [www.thaiplumvillage.org](http://www.thaiplumvillage.org)

คณะผู้จัดงานฯ ขอนิมนต์/เรียนเชิญบุคลากรของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน เข้าร่วมงานภาวนานี้ โดยคณะผู้จัดงานฯ จะมอบประกาศนีบัตรสำหรับผู้ที่เข้าร่วมการอบรมตลอดโครงการในวันสุดท้ายของงานภาวนา พร้อมกันนี้ คณะผู้จัดฯ ใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านกรุณาประชาสัมพันธ์กิจกรรมนี้ไปยังบุคคลากรในสังกัดและหน่วยงานที่ท่านเห็นควร ดังรายละเอียดแนบ

จึงกราบนมัสการมาเพื่อขอได้โปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ ตามคำขอข้างต้น ทั้งนี้หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความเมตตาเกื้อกูลจากพระคุณเจ้าด้วยดี ดังที่เคยได้รับเสมอมา

ขอนมัสการมาด้วยความเคารพอย่างยิ่ง

(นางอุไร วนวิทย์)  
                                                            รองประธานกรรมการ  
                                         ปฏิบัติหน้าที่แทน ประธานกรรมการมูลนิธิหมู่บ้านพลัม

ผู้ประสานงาน : ศุภชล ภักดีศุภฤทธิ์ โทร ๐๘๙ ๑๐๘ ๖๑๓๐E-mail: [supachol\_b@hotmail.com](mailto:supachol_b@hotmail.com)

**รายละเอียดงานภาวนาจริยธรรมประยุกต์**  
วันที่ ๔-๘ เมษายน ๒๕๕๖(๕ วัน)  
สถานที่งานภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา

**ตัวอย่างตารางกิจกรรมภาวนาประจำวัน** (อาจปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม)  
05.00 น.    ตื่นนอน  
05.30 น.    นั่งสมาธิ สวดมนต์ เดินวิถีแห่งสติ  
07:30 น.    อาหารเช้าในความเงียบ  
09:00 น.    ฟังธรรมบรรยาย  
11.30 น.    รับประทานอาหารกลางวัน ในความเงียบร่วมกันเป็นสังฆะ  
13.30 น.    ผ่อนคลายอย่างสมบูรณ์ (นอนสมาธิ)  
14.30 น.    สนทนาธรรมในกลุ่มย่อย        
16.30 น.    ออกกำลังกายในวิถีแห่งสติ  
17.30 น.    อาหารเบามื้อเย็น  
19.30 น.    นั่งสมาธิ สวดมนต์ / นำเสนอ : ข้อฝึกอบรมสติ 5 ประการ/ การสร้างสังฆะ  
22.00 น.    สัมผัสความนิ่งเงียบภายในและภายนอก เข้านอน  
  
**คุณสมบัติผู้เข้าร่วม**  
ครู อาจารย์ และ นักการศึกษา  
ผู้นำองค์กรด้านการศึกษา ผู้นำองค์กรที่เกี่ยวเนื่องกับเยาวชน  
นักบวชผุ้ทำงานใกล้ชิดในโรงเรียน

**การเตรียมตัวเพื่อเข้าร่วมภาวนา**  
•  ผู้สมัครอยู่ร่วมตลอดทั้งกิจกรรม (๕วัน) วันแรกลงทะเบียน ๑๐.๓๐น. วันสุดท้าย กิจกรรมเสร็จสิ้นเวลา ๑๔.๐๐น  
•  แต่งกายสุภาพ ไม่จำเป็นต้องสวมชุดขาว (กรุณางดกางเกง/กระโปรงสั้นเหนือเข่า เสื้อไม่มีแขน เสื้อเอวลอย)  
•  รับประทานอาหารมังสวิรัติ (งดนม และ ผลิตภัณฑ์จากนม)  
•  กรุณาเตรียมร่ม/หมวก ไฟฉาย ผ้าคลุมไหล/เสื้อกันหนาว (ในหอปฏิบัติธรรมใช้เครื่องปรับอากาศ) เตรียมเบาะรองนั่ง สมาธิ ยากันแมลง เครื่องใช้ส่วนตัว นาฬิกาปลุกและยารักษาโรคประจำตัวมาด้วย  
•  ห้องนอนรวมแยกหญิง-ชาย กรุณาเตรียมมุ้ง หมอน ผ้าห่ม และอุปกรณ์กันแมลงส่วนตัว