

กำหนดการ ปฏิบัติธรรมสำหรับผู้บริหารการศึกษาคณะกรรมการฟื้นฟูศิลปกรรมโลก ประจำปี ๒๕๖๙
ระหว่างวันที่ ๖ - ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๖๙ ณ World Peace Valley เขาใหญ่ อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๒

วัน	เวลา	พัก	สาย	พัก	บ่าย	พัก	ค่ำ
	๐๕.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.		๐๘.๓๐ - ๑๑.๓๐ น.		๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.		๑๘.๓๐ - ๒๑.๐๐ น.
วันพุธที่ ๖ พฤษภาคม					๑๓.๐๐ น. ลงทะเบียนขึ้นรถจากโครงการฯ ณ อาคารสถาบันพัฒนาเยาวชนโลก (ชมรมพุทธศาสตร์สากล) ๑๖.๐๐ น. เปิดจุดลงทะเบียน (กรณีเดินทางมาเอง) ณ อาคาร World Peace Valley		๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๒๐.๐๐ น. ปฐมนิเทศ
วันพฤหัสบดีที่ ๗ พฤษภาคม	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา สมาทานอุตงค์ ๐๖.๓๐ น. ออกกำลังกาย	รับประทานอาหารเช้า	๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. จุดเริ่มต้นความสุขจากภายใน	รับประทานอาหารกลางวัน	๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธัมมจักกา ๑๔.๐๐ น. ศิลปะการหยุดใจ ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม / Take time to relax	ทำภารกิจส่วนตัว ตื่นมาป่ามะ	๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ความยิ่งใหญ่ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
วันศุกร์ที่ ๘ พฤษภาคม	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๓๐ น. ออกกำลังกาย		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. การจัดระเบียบและรักษาใจ		๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธัมมจักกา ๑๔.๐๐ น. ธรรมชาติของโลก และชีวิต ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม / Take time to relax		๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ปฏิปทาหาบุญนียาจารย์ และผู้นำต้นแบบการสร้างคนดี
วันเสาร์ที่ ๙ พฤษภาคม	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๓๐ น. ออกกำลังกาย		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. คนพุทธยุค Next Gen ๑๐.๓๐ น. ถวายสังฆทาน		๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธัมมจักกา ๑๔.๐๐ น. ธรรมาวุฒพัฒนานิสัย และกิจกรรมเสริมการเรียนรู้ ศิลปกรรม ๑๕.๓๐ น. ถ่ายภาพนั่งสมาธิ / ภาพหมู่ ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม / Take time to relax		๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ปกิณกะธรรม และ วิถีชีวิตสู่ความสุขที่ยั่งยืน
วันอาทิตย์ที่ ๑๐ พฤษภาคม	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ลาอุตงค์ MV ประมวลภาพ		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๙.๐๐ น. ปฏิบัติธรรม ๐๙.๔๐ น. พิธีมอบเกียรติบัตรเชิดชูเกียรติ สำหรับหน่วยงานส่งเสริมศิลปกรรม และ สนับสนุนโครงการฟื้นฟูศิลปกรรมโลก ประจำปี ๒๕๖๗ ๑๐.๒๐ น. พิธีปิดโครงการฯ /บูชาธรรมพระอาจารย์		เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ		

*** กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม