



กำหนดการ

โครงการเผยแผ่ธรรมะสู่เยาวชน วัดป่าบ้านค้อ
หลักสูตร “ปัญญาอบรมใจ” (เวลา 3 วัน 2 คืน)

โรงเรียน.....

ณ วัดป่าบ้านค้อ

อ.บ้านฝ้อ จ.อุตรธานี

ระหว่างวันที่

วันแรก

- 08.30 - 09.30 น. ลงทะเบียน – เข้าที่พัก
- 09.30 - 10.30 น. ปฐมนิเทศ สมาทานศีล ให้โอวาท โดย พระอ.สุพิน ปัญญาโร
- 10.30 – 12.00 น. ชี้แจงกฎระเบียบ ข้อปฏิบัติตน และมารยาทชาวพุทธ โดยพระอ.มหาเกียรติศักดิ์
- 12.00 - 13.00 น. รับประทานอาหาร และพักกาย พักใจ**
- 13.00 – 14.00 น. บรรยายธรรมะ “การฝึกปัญญาอบรมใจ” โดย พระอ.บรรจง จินตามโย
- 14.00 - 16-00 น. ศึกษาธรรมะจากธรรมชาติ และแบ่งกลุ่มเดินป่าหาอุบายธรรม
พาศึกษาสถานที่สำคัญ และพิพิธภัณฑ์หลวงปู่ทูล จิปปปัญญาโร
- 16.00 - 17.00 น. บำเพ็ญประโยชน์ “สัมผัสธรรมจากการทำหน้าที่”
- 17.00 – 18.30 น. รับประทานอาหารเย็น อาบน้ำ พักทำกิจส่วนตัว
- 18.30 - 19.30 น. ทำวัตรเย็น , จิตตภาวนา โดย พระอ.สุพิน ปัญญาโร
- 19.30 - 21.30 น. “ราตรีนี้เพื่อแม่” โดย พระอ.บรรจง จินตามโย และ แม่ชีบัววรรณ บุตรจักร
- 21.30 น. พักผ่อนอย่างมีสติ

วันที่สอง

- 04.30 - 05.00 น. ตื่นนอนทำกิจส่วนตัว
- 05.00 - 06.00 น. ทำวัตรเช้า ทำสมาธิภาวนา ณ พระมหาธาตุเจดีย์ (โดยพระอ.เจียบ)
- 06.00 - 07.00 น. เดินจงกรม ธรรมะรับอรุณ ขยับกาย สบายชีวา โดยแม่ชีนวม และแม่ชีน้อย
- 07.00 - 07.15 น. ทำบุญ ตักบาตรพระสงฆ์
- 07.15 - 08.30 น. ร่วมกันที่ศาลาใหญ่, ถวายภัตตาหารพระ, รับพร
- 08.30 - 09.45 น. รับประทานอาหารเช้า
- 09.45 - 10.30 น. สันทนาการ
- 10.30 - 11.00 น. บรรยาย “กฎแห่งกรรม” โดยพระราชวงส์ ฐัมปาโล
- 11.00 - 12.00 น.
- 12.00 – 13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน และ พักกาย พักใจ**
- 13.00 – 14.15 น. บรรยายธรรม “ชีวิต happy เมื่อมีแผนที่ความสุข” พระอ.มหาเกียรติศักดิ์
- 14.15 – 16.00 น. แบ่งกลุ่มสนทนาธรรม และเขียนแผ่นชาร์จ
- 16.00 – 17.00 น. บำเพ็ญประโยชน์
- 17.00 - 18.30 น. รับประทานอาหารเย็น อาบน้ำ พักทำกิจส่วนตัว
- 18.30 - 19.30 น. ทำวัตรเย็น , จิตตภาวนา โดย พระอ.สุพิน ปัญญาโร
- 19.30 – 21.00 น. “จุดเทียนปณิธานใจ” โดย พระราชวงส์ ฐัมปาโล
- 21.00 น. พักผ่อนอย่างมีสติ

วันที่สาม

- 04.30-05.00น. ทำกิจส่วนตัว
- 05.00-07.00น. ทำวัตรเช้า ทำสมาธิภาวนา (พระมหาธาตุเจดีย์ (โดยพระอ.เจียบ)
- 06.00-07.00 น. เดินจงกรม ธรรมะรับอรุณ ขยับกาย สบายชีวา โดยแม่ชีนวม และแม่ชีน้อย
- 07.00-07.15 น. ทำบุญ ตักบาตรพระสงฆ์
- 07.15-08.45 น. ทำความสะอาด และบำเพ็ญประโยชน์
- 08.45-09.30 น. รับประทานอาหารเช้า

- 09.30-12.00 น. นำเสนอสิ่งที่ได้เรียนรู้และแสดงความรู้สึก โดย แม่ชีน้อย
- 12.00-13.00 น. รับประทานอาหารกลางวัน และ พักกาย พักใจ
- 13.00-14.00 น. รำลึกพระคุณครู เพื่อน
- 14.00-15.00 น. พิธีปิด ขอขมาพระรัตนตรัย วิทยากร และปัจฉิมโอวาท
เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม