

วันที่ 8 ตุลาคม 2553

เรียน สมาชิกสมาคมสปาสมุย

เรื่อง ประชาสัมพันธ์โครงการปฏิบัติธรรม หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น”

เอกสารแนบท้าย : 1. ใบสมัคร

2. กำหนดการ

เนื่องด้วย เนเชอรัล วิง เฮลท์ สปา แอนด์ รีสอร์ท ได้จัดกิจกรรมอบรมปฏิบัติธรรมตามหลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น” โดยคณะอาจารย์นิศารัตน์ ลาวัณยกุล ตามหลักสูตรคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย ซึ่งจัดต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี และได้รับการตอบรับเป็นอย่างดี และในปีนี้เป็นปีที่ 5 จะจัดขึ้นในระหว่างวันที่ 2 – 7 พฤศจิกายน 2553 จึงขอเรียนเชิญสมาชิกสมาคมฯ ที่สนใจเข้าร่วมปฏิบัติธรรมสมัครเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว โดยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น ตามรายละเอียดแนบด้านล่าง

จึงขอเรียนเชิญท่านที่สนใจสมัครเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว ได้ตั้งแต่วันที่ ถึงวันที่ 30 ตุลาคมนี้ โดยส่งใบสมัครมาที่ เนเชอรัล วิง เฮลท์ สปา แอนด์ รีสอร์ท โทร. 077 420 871 – 2 ติดต่อ คุณฉวีรินทร์ งานสัมพันธ์ฤทธิ์ (โทร. 087 547 8123) และ คุณชนิษฐา พรหมสุวรรณ (โทร. 086 954 6205) โทรสาร 077 420 871 รับสมัครจำนวน 30 ท่าน

ขอแสดงความนับถือ



(วัลลวี ตันติกาญจน์)

กรรมการผู้จัดการ

หมายเหตุ :

- ผู้เข้าปฏิบัติธรรมต้องเตรียมเสื้อผ้า สีขาว กางเกง, กระโปรงยาว หรือ ผ้าถุง (สำหรับสุภาพสตรี) ที่สุภาพ
- ในระหว่างปฏิบัติธรรมจะเข้าพักที่รีสอร์ทหรือไม่ก็ได้ โดยกรุณาแสดงความจำนงในใบสมัครเพื่อทำการสำรองห้องพัก โดยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ
- ระหว่างปฏิบัติธรรมทางเจ้าภาพบริการอาหารมังสวิรัตเท่านั้น

ใบสมัครเข้ารับการอบรมปฏิบัติธรรมหลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น”

โดยคณะวิทยากร อ.นิศารัตน์ ลาวัลยากุล ตามหลักสูตรคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย

ณ เนเชอรัล วิง เฮลธ์ สปา แอนด์ รีสอร์ท ระหว่าง วันที่ 2 – 7 พฤศจิกายน 2553

1. ชื่อ (นาย/นาง/นางสาว/เด็กหญิง/เด็กชาย/ยศ) นามสกุล
2. เลขที่บัตรประจำตัวประชาชน เชื้อชาติ..... สัญชาติ ศาสนา
3. เกิดวันที่ เดือน ปี พ.ศ. อายุ ปี ส่วนสูง..... ซม. น้ำหนักกก.
4. ที่อยู่ติดต่อได้ บ้านเลขที่ หมู่ที่ ตำบล/แขวง อำเภอ/เขต
จังหวัด รหัสไปรษณีย์..... โทรศัพท์ที่ติดต่อได้
5. อาชีพ สถานที่ทำงาน/สถานศึกษา/ตำแหน่ง เลขที่ตั้ง หมู่ที่
ตำบล/แขวง..... อำเภอ/เขต จังหวัด โทรศัพท์
- ผู้แนะนำชื่อ โทรศัพท์
6. การศึกษา ไม่ได้เรียน ประถมศึกษา มัธยมศึกษาปวช. ปวทปวส.
..... อนุปริญญาปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก
7. สุขภาพร่างกาย () แข็งแรง () มีโรคประจำตัว คือ เคยรักษาที่ เมื่อ
สุขภาพจิต () ปกติ () เคยเข้าบำบัดที่ เมื่อ
8. กรณีฉุกเฉิน โปรดติดต่อ ความสัมพันธ์ โทร.
9. ประสบการณ์ที่ปฏิบัติวิปัสสนาที่ผ่านมา เฉพาะหลักสูตร “พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข” ของคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย
() ไม่เคย () เคย ครั้ง (ครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. 3 ครั้งล่าสุด)
- 1) พ.ศ. สถานที่ อาจารย์ผู้สอน
- 2) พ.ศ. สถานที่ อาจารย์ผู้สอน
- 3) พ.ศ. สถานที่ อาจารย์ผู้สอน
10. ประสบการณ์การปฏิบัติธรรมหลักสูตรอื่นๆ

*** ข้าพเจ้าขอสัญญาว่าจะปฏิบัติตามกฎระเบียบของโครงการอย่างเคร่งครัดและขอรับรองว่าข้าพเจ้ามีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่เป็นปกติ หากมีปัญหาหรือสิ่งผิดปกติกับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะไม่เรียกร้องเอาความผิดไม่ว่ากรณีใดๆ

ผู้ปกครองผู้สมัครที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ ลงนามอนุญาต
ข้าพเจ้า
ความสัมพันธ์กับผู้สมัคร
อนุญาตให้ผู้อยู่ในความปกครองของข้าพเจ้าเข้าร่วมโครงการ
ได้ หากเกิดปัญหาหรือสิ่งผิดปกติใดๆ กับผู้อยู่ในความ
ปกครองของข้าพเจ้าในระหว่างเข้าร่วมโครงการ ข้าพเจ้าจะไม่
เรียกร้องเอาความผิดใดๆ ทั้งสิ้น
ลงชื่อ.....ผู้ปกครอง
วันที่.....

ลงชื่อ ผู้สมัคร

(.....)

วันที่

กรุณาส่งใบสมัครที่ เนเชอรัล วิง เฮลธ์ สปา แอนด์ รีสอร์ท

โทร. 077 420 871 – 2 โทรสาร 077 420 871

**หมายเหตุ ติดต่อ คุณวัลลวี ตันติกาญจน์ โทร. 081 923 2279,

คุณจรินทร์ งานสัมพันธ์สุทธิ โทร. 081 547 8123

(1) ในกรณีมีการเปลี่ยนแปลง แจ้งให้ทราบล่วงหน้าก่อนวันเปิด
อบรม “หนึ่งอาทิตย์”

(2) กรุณาส่งใบสมัครตามที่อยู่และเบอร์แฟกซ์ข้างต้น

(3) กรุณาเตรียมของใช้ส่วนตัว และยาประจำตัวมาเอง

กำหนดการ

การอบรมปฏิบัติธรรมหลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น”

โดยคณะวิทยากร อ.นิสารัตน์ ลาวัณยากุล ตามหลักสูตรคุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย

ระหว่าง วันที่ 2 – 7 พฤศจิกายน 2553 ณ เนเชอรัล วิง เฮลธ์ สปา แอนด์ รีสอร์ท

วันที่ 2 พ.ย. 2553	เวลา	รายละเอียด
วันเปิดการอบรม	09.30 – 10.30	ลงทะเบียน
	10.30 – 12.00	ปฐมนิเทศ แนะนำสถานที่ แนะนำการปฏิบัติ
	12.00 – 13.00	อาหารกลางวัน
	13.00	พิธีเปิดการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สมาทานศีล และสมาทานกรรมฐาน สัมโมทนียกถา และให้หลักการปฏิบัติ เริ่มการฝึกปฏิบัติ
	14.30	ดื่มน้ำปานะ
	15.00	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ
	16.30	อาหารเย็น
	17.45	สวดมนต์ ฟังธรรม
	19.30	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ
	20.30	พักผ่อน
3-6 พ.ย. 2553 การปฏิบัติ สลับกับ ธรรมะบรรยาย	04.00	ตื่นนอน ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ
	05.30	สวดมนต์ ฟังธรรม
	07.30	อาหารเช้า
	08.30	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ
	12.00	อาหารกลางวัน
	13.00	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ
	14.30	ดื่มน้ำปานะ
	15.00	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ
	16.30	อาหารเย็น
	17.45	สวดมนต์ ฟังธรรม
19.30	ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ	
20.30	พักผ่อน	
7 พ.ย. 2552 วันปิดการอบรม	04.00	ตื่นนอน ฝึกปฏิบัติ เดินจงกรม นั่งสมาธิ
	05.30	สวดมนต์ แผ่เมตตา บังสุกุล กรวดน้ำ ขออโหสิกรรม
	07.30	อาหารเช้า เดินทางกลับบ้าน

หมายเหตุ : ร่วมเป็นเจ้าภาพ หรือบริจาคสนับสนุนโครงการตามกำลังศรัทธา