

กำหนดการ

โครงการจัดงานเฉลิมพระเกียรติ “การจัดงานฉลองสิริราชสมบัติครบ ๗๐ ปี
และงานเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ เนื่องในโอกาสพระราชพิธี
มหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ ๑๒ สิงหาคม ๒๕๕๙” กิจกรรมปฏิบัติธรรม
เพื่อเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ

วันพุธที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๕๙	
เวลา	กำหนดการ
๐๗.๓๐ น. - ๐๘.๓๐ น.	- ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม / อบรมวิปัสสนากรรมฐาน ลงทะเบียน ณ ห้องประชุม ๒ ชั้น ๖ อาคารศาลแขวงพระนครเหนือ
๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	- แนะนำโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๐๙.๓๐ น.	- พิธีถวายพระพร สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ - เลขาธิการสำนักงานศาลยุติธรรม กล่าวรายงาน - ประธานศาลฎีกา รับคำกล่าวรายงาน เสร็จแล้วเดินไปยืนหน้าโต๊ะหมู่ ประดิษฐานพระบรมฉายาลักษณ์ (ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนยืนขึ้น) - ประธานศาลฎีกา เปิดฉากรอยที่ครอบกระทงดอกไม้ บนรูปเทียนแพ หน้าพระบรมฉายาลักษณ์ วางไว้ด้านข้าง ถอยออกมาถวายความเคารพ (ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนถวายความเคารพพร้อมกับประธานศาลฎีกา) - ประธานศาลฎีกาอ่านคำสดุดีเฉลิมพระเกียรติถวายพระพรชัยมงคลจบแล้ว ถวายความเคารพพร้อมกัน - เพลงสรรเสริญพระบารมี และเพลงสดุดีมหาราชา
๐๙.๓๐ น. - ๑๐.๐๐ น.	- อาหารว่างและเครื่องดื่ม
กำหนดการแยก ๒ กิจกรรม	
กิจกรรมอบรมวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ธรรมกาญจนบุรี	
๑๐.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- คณะผู้อบรมวิปัสสนากรรมฐาน ออกเดินทางไปยังศูนย์วิปัสสนากรรมฐาน ศูนย์ธรรมกาญจนบุรี จ.กาญจนบุรี
***	<i>อาหารกลางวัน (อาหารกล่องบรรจุ)</i>
๑๖.๐๐ น. - ๑๗.๐๐ น.	- ลงทะเบียนและเข้ารับการประชุมนิเทศ - เข้ารับการอบรมตามกำหนดการของศูนย์อบรมวิปัสสนากรรมฐาน
กิจกรรมปฏิบัติธรรมและส่งเสริมจริยธรรม	
๑๐.๐๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	- บรรยาย เรื่อง ความสุข กับ การปฏิบัติธรรม โดย นายวรรณัฐ สังข์ใหม่ ผู้พิพากษาอาวุโส
๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- อาหารกลางวัน

เวลา	กำหนดการ
๑๒.๓๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- คณะผู้ปฏิบัติธรรม ออกเดินทางจากสำนักงานศาลยุติธรรมถึงวัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม จังหวัดนครราชสีมา
***	- <i>อาหารว่างและเครื่องดื่ม (กล่องบวรถ)</i>
๑๗.๐๐ น. - ๑๗.๔๕ น.	- เข้าที่พัก
๑๘.๐๐ น. - ๒๑.๐๐ น.	- บรรยาย เรื่อง มหาสติปัฏฐาน ๔ - สวดมนต์ ไหว้พระ และแนะนำวิธีการปฏิบัติ โดย <i>พระอาจารย์จรัส</i>
๒๑.๐๐ น.	- พักผ่อนอย่างมีสติ

*** หมายเหตุ ศึกษาดูกำหนดการแยกกิจกรรม

กิจกรรมปฏิบัติธรรมและส่งเสริมจริยธรรม ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม จ. นครราชสีมา	
วันพฤหัสบดีที่ ๒๕ - วันจันทร์ที่ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๕๙	
เวลา	กำหนดการ
๐๓.๐๐ น. - ๐๔.๐๐ น.	- ตื่นนอน / ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว
๐๔.๐๐ น. - ๐๖.๐๐ น.	- สวดมนต์ ทำวัตรเช้า / ปฏิบัติธรรม เจริญจิตภาวนา (นั่งสมาธิ / เดินจงกรม)
๐๖.๐๐ น. - ๐๗.๐๐ น.	- กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ (ทำความสะอาดศาลาและห้องน้ำส่วนร่วม)
๐๗.๐๐ น. - ๐๗.๓๐ น.	- ตักบาตร
๐๗.๓๐ น. - ๐๘.๐๐ น.	- อาหารเช้า
๐๘.๐๐ น. - ๑๐.๓๐ น.	- บรรยายธรรม เรื่อง มงคลชีวิต / ปฏิบัติธรรม ปฏิบัติกรรมฐาน เจริญจิตภาวนา โดยพระอาจารย์จรู
๑๐.๓๐ น. - ๑๐.๔๕ น.	- อาหารว่างและเครื่องดื่ม
๑๐.๔๕ น. - ๑๑.๐๐ น.	- นั่งสมาธิ
๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- รับประทานอาหารกลางวัน
๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.	- ปฏิบัติธรรม ปฏิบัติกรรมฐาน เจริญจิตภาวนา (นั่งสมาธิ / เดินจงกรม) โดยพระอาจารย์จรู
๑๓.๐๐ น. - ๑๗.๐๐ น.	- บรรยายธรรม เรื่อง มงคลชีวิต / ปฏิบัติธรรม ปฏิบัติกรรมฐาน เจริญจิตภาวนา โดยพระอาจารย์จรู
๑๗.๐๐ น. - ๑๗.๓๐ น.	- อาหารว่างและเครื่องดื่ม
๑๗.๓๐ น. - ๑๘.๐๐ น.	- ปฏิบัติในห้องปฏิบัติธรรมหรือในที่พัก
๑๘.๐๐ น. - ๒๑.๐๐ น.	- สวดมนต์ ทำวัตรเย็น ปฏิบัติธรรม ปฏิบัติกรรมฐาน เจริญจิตภาวนา (นั่งสมาธิ / เดินจงกรม) โดยพระอาจารย์จรู
๒๑.๐๐ น.	- พักผ่อนอย่างมีสติ

หมายเหตุ กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

- หัวข้อบรรยายธรรม มหาสติปัฏฐาน ๔, ขรรวาสธรรม, ปฏิบัติธรรมกับการปฏิบัติงาน, สัมปยุตธรรม, ศีลกับการครองตน, มงคลชีวิต
- วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๕๙ ในระหว่างพิธีการ (ช่วงเช้า)
การแต่งกาย เสื้อยืดสีฟ้าตราสัญลักษณ์เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ หรือเสื้อยืดตราสัญลักษณ์สำนักงานศาลยุติธรรม กางเกงหรือกระโปรงสีดำ
- วันที่ ๒๔ (ช่วงบ่าย) ถึง ๓๐ สิงหาคม ๒๕๕๙ และวันที่ ๒๔ สิงหาคม ถึง ๔ กันยายน ๒๕๕๙
การแต่งกาย ด้วยชุดสีขาวเท่านั้น
- กรณีปฏิบัติธรรม ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ให้จัดเตรียมกางเกงสีเข้ม และรองเท้าผ้าใบหรือรองเท้าเหมาะสำหรับเดินทางไกล จำนวน ๑ คู่ (เพื่อเดินธรรมยาตรา)

กิจกรรมปฏิบัติธรรมและส่งเสริมจริยธรรม ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม จ. นครราชสีมา	
วันอังคารที่ ๓๐ สิงหาคม ๒๕๕๙	
เวลา	กำหนดการ
๐๓.๐๐ น. - ๐๔.๐๐ น.	- ตื่นนอน/ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว
๐๔.๐๐ น. - ๐๖.๐๐ น.	- สวดมนต์ ทำวัตรเช้า / ปฏิบัติธรรม เจริญจิตภาวนา (นั่งสมาธิ / เดินจงกรม)
๐๖.๐๐ น. - ๐๗.๐๐ น.	- กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ (ทำความสะอาดศาลาและห้องน้ำส่วนรวม)
๐๗.๐๐ น. - ๐๘.๐๐ น.	- ตักบาตร /รับประทานอาหารเช้า
๐๘.๓๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	- บรรยายธรรม เรื่อง ศีลกับการครองตน - พิธีปิด / <u>มอบวุฒิบัตร</u> /ลาศีล
๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- <u>รับประทานอาหารกลางวัน</u>
๑๒.๐๐ น. - ๑๕.๓๐ น.	- <u>เดินทางกลับสำนักงานศาลยุติธรรม</u> (มีอาหารว่างและเครื่องดื่ม (กล่อง) แจกบนรถ)

****หมายเหตุ - กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม
- อาหารจัดเป็นมังสวิรัตืทุกมื้อ

กิจกรรมอบรมวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ธรรมกาญจนา จ. กาญจนบุรี	
วันพฤหัสบดีที่ ๒๕ - สิงหาคม ๒๕๕๙ วันเสาร์ที่ ๓ กันยายน ๒๕๕๙	
เวลา	กำหนดการ
๐๔.๐๐ น.	- ระฆังปลุก
๐๔.๓๐ น. - ๐๖.๓๐ น.	- นั่งปฏิบัติในห้องปฏิบัติรวมหรือในที่พักส่วนตัว
๐๖.๓๐ น. - ๐๘.๐๐ น.	- อาหารเช้า
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	- ปฏิบัติร่วมกันในห้องปฏิบัติรวม
๐๙.๐๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	- ปฏิบัติในห้องปฏิบัติรวม หรือในที่พักส่วนตัวตามที่อาจารย์กำหนด
๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- อาหารกลางวัน
๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.	- พักผ่อน
๑๓.๐๐ น. - ๑๔.๓๐ น.	- นั่งปฏิบัติในห้องปฏิบัติรวมหรือในที่พักส่วนตัว
๑๔.๓๐ น. - ๑๕.๓๐ น.	- ปฏิบัติร่วมกันในห้องปฏิบัติรวม
๑๕.๓๐ น. - ๑๗.๐๐ น.	- ปฏิบัติในห้องปฏิบัติรวม หรือในที่พักส่วนตัวตามที่อาจารย์กำหนด
๑๗.๐๐ น. - ๑๘.๐๐ น.	- รับประทานอาหารเย็น
๑๘.๐๐ น. - ๑๙.๐๐ น.	- ปฏิบัติร่วมกันในห้องปฏิบัติรวม
๑๙.๐๐ น. - ๒๐.๑๕ น.	- ฟังธรรมบรรยายในห้องปฏิบัติรวม
๒๐.๑๕ น. - ๒๑.๐๐ น.	- ปฏิบัติร่วมกันในห้องปฏิบัติรวม
๒๑.๐๐ น. - ๒๑.๓๐ น.	- สอบถามข้อสงสัยกับอาจารย์เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม
๒๑.๓๐ น.	- พักผ่อนอย่างมีสติ
วันอาทิตย์ที่ ๔ กันยายน ๒๕๕๙	
๐๔.๐๐ น.	- ระฆังปลุก
๐๔.๓๐ น. - ๐๖.๓๐ น.	- ฟังธรรมบรรยาย สวดมนต์ แผ่เมตตา
๐๖.๓๐ น. - ๐๘.๐๐ น.	- อาหารเช้า
๐๘.๓๐ น.	- เดินทางกลับกรุงเทพมหานคร

****หมายเหตุ - ศึกษากำหนดการ วิธีการปฏิบัติตนตามคำแนะนำของทางศูนย์ธรรมกาญจนา
โดยเคร่งครัด
- อาหารจัดเป็นมังสวิรัติน้ำมือ