

กำหนดการค่าย Mindful Leader Camp

ศ.26 – จ.29 ก.ค. 2567 ณ ฐานศาสนสถานจันทपुरะ จ.จันทบุรี

วันศุกร์ที่ 26 กรกฎาคม 2567

- 19.00 น. น้อยทยอยเดินทางมาถึง
ลงทะเบียน, ถ่ายรูป
21.30 น. กิจกรรมรับขวัญน้อง

วันเสาร์ที่ 27 กรกฎาคม 2567

- 05.30 น. ตื่นนอน
06.00 น. ออกกำลังกาย สันทนาการ
แบ่งกลุ่ม Walk Rally
07.15 น. รับประทานอาหารเช้า
08.30 น. กิจกรรม Walk Rally
10.20 น. พิธีเปิด, อาราธนาศีล 8 (ชุดนักศึกษา)
ประธานสงฆ์ให้โอวาท, ปฐมนิเทศ
11.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน
13.15 น. แนะนำสมาธิเบื้องต้น, นั่งสมาธิ 30 นาที
14.30 น. วัฒนธรรมชาวพุทธ 2 ฐาน
- ฟังบรรยายเนื้อหา
- ฐานที่ 1 จัดพับเก็บ
- ฐานที่ 2 การขัดล้าง
16.00 น. ดื่มน้ำและทำภารกิจส่วนตัว
18.30 น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม
18.45 น. สวดมนต์ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ
19.30 น. อบรมความเป็นผู้นำ ภาค 1
22.00 น. ดื่มน้ำและพักผ่อน

วันอาทิตย์ที่ 28 กรกฎาคม 2567

- 05.00 น. ตื่นนอน
05.30 น. สวดมนต์ทำวัตรเช้า, นั่งสมาธิ
06.15 น. ออกกำลังกาย สหواره เป่าดวงแก้ว
07.30 น. รับประทานอาหารเช้า
08.45 น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม
09.00 น. อบรมความเป็นผู้นำ ภาค 2

- 11.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน
12.50 น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม
13.25 น. นั่งสมาธิ
14.00 น. เข้าฐานเรียนรู้ทักษะต่างๆ
- การถ่ายภาพ - การตัดต่อวิดีโอ
- การนำเสนอ - การเป็นพิธีกร
17.00 น. ดื่มน้ำและทำภารกิจส่วนตัว
18.45 น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม
19.00 น. สวดมนต์ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ
19.45 น. ฟังธรรม “สัมมาทิฐิ+กฎแห่งกรรม”
22.00 น. ดื่มน้ำและพักผ่อน

วันจันทร์ที่ 29 กรกฎาคม 2567

- 05.00 น. ตื่นนอน
05.30 น. สวดมนต์ทำวัตรเช้า, นั่งสมาธิ
06.15 น. ตักบาตร (ในห้องปฏิบัติธรรม)
07.15 น. รับประทานอาหารเช้า
08.45 น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม
09.00 น. Talk Show แשרประสบการณ์จากพี
บัณฑิตที่ประสบความสำเร็จ
11.15 น. รับประทานอาหารกลางวัน (เก็บเครื่อง
นอน สัมภาระส่วนตัวไว้โรงอาหาร)
13:15 น. พิธีปิด
- ขอขมาพระอาจารย์/พี่เลี้ยง
- อาราธนาศีล 5
- รับเกียรติบัตร และของที่ระลึก
- กิจกรรมอำลา (เปิดประมวลภาพ)
- ฟังโอวาทจากประธานสงฆ์
15.00 น. เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ



วิทยาลัยสงฆ์จันทบุรีร่วมกับรุดงคสถานจันทปุระ ขอเชิญน้องๆ

มาปรับโฉมความสุข พักกายพักใจด้วยสมาธิ



Mindful Leader Camp

ผู้นำยุคใหม่ ใจเปี่ยมด้วยพลังความดี



รุดงคสถานจันทปุระ จังหวัดจันทบุรี



26-29 ก.ค.67



สแกนสมัครค่า



SCAN ME

คุณสมบัติ

นิสิต นักศึกษา

อายุ 18-23 ปี



- ค้นหาคะความสุขในตนเองด้วยสมาธิ
- พัฒนาศักยภาพผู้นำโดยวิทยาการผู้มากประสบการณ์
- เรียนรู้เทคนิคการถ่ายภาพและตัดต่อวิดีโอเบื้องต้น
- เสริมสร้างทักษะการเป็นพิธีกรนำกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์

ติดต่อสอบถาม สนใจโครงการ



พี่ดวงใจ : 083-540-6360

เดริว๋ข่ายจิตอาสา

เพื่อดีลธรรม



เอกสารนี้ลงนามด้วยลายเซ็นอิเล็กทรอนิกส์ ตรวจสอบได้ที่ (<https://e-sign.buu.ac.th/verify>)

