



ตารางปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ประจำปี 2563

สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญาอุปการ

ดำเนินการสอนโดย พระอาจารย์กิตติเชษฐ สิริวฑฒโก
เจ้าอาวาสวัดพุทธเมตตาบุญญาอุปการ
ประธานมูลนิธิพุทธมหาเมตตา
ประธานมูลนิธิบุญญาอุปการ

คำปรารภ

ในห้วงเวลาที่ผ่านมา

ผู้คนมากมายต่างเดินทางค้นหาพุทธธรรมเป็นจำนวนมากขึ้น
เพื่อค้นหาเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ เพื่อเป็นหลักในการดำรงชีวิต
และเป็นที่น่ายินดีว่าใครก็ตามที่มีใจเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธเจ้า
เมื่อได้สดับรับฟังธรรม ปฏิบัติธรรม บำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา
ย่อมรับรู้ได้ถึงพลาณภาพแห่งความเมตตาที่จะนำพาชีวิตตนเอง
ครอบคลุม และสังคม ไปสู่ความสงบและสันติภายในใจตน

ขอน้อมกราบระลึกในคุณแห่งพระรัตนตรัย

อันยิ่งใหญ่บริสุทธิ์ไม่มีประมาณ

น้อมกราบอนุโมทนาสาธุการต่อพ่อแม่ครูบาอาจารย์

ผู้บ่มเพาะคุณธรรมอันประเสริฐแห่งพระบรมศาสดา

เพื่อขัดเกลาจิตผู้แสวงหาพระสัทธรรมด้วยความเมตตายิ่ง

ผู้ไม่ประมาทเห็นคุณค่า เห็นประโยชน์ จึงแสดงกุศลเจตนาที่จะสืบสานคุณค่า

แห่งพระสัทธรรมนั้น โดยร่วมกันจัดโมกขามแห่งความสุข

เพื่อการเจริญภาวนา เพื่อพัฒนาจิต ได้ทຸ່ມเทร่างกาย แรงใจ

เพื่อเปลี่ยนเป็นอริยทรัพย์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

ขอเป็นกำลังใจและน้อมอนุโมทนาแก่ผู้ตั้งใจมั่นในการน้อมนำ

พลาณภาพแห่งพระพุทธระมหาเมตตา เป็นหลักธรรมนำใจ นำชีวิต

มีจิตสงบเย็นเต็มกำลังจนถึงซึ่งการหลุดพ้นจากการเดินทางในสังสารวัฏ

เพื่อเข้าสู่ภาวะแห่งความว่างอันสว่าง สะอาด สงบ

คือพระนิพพานอันเกษมเทอญ

หลักสูตรปฏิบัติธรรม

หลักสูตร “พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข ของคุณแม่ดร.สิริ กรินชัย”

ระยะเวลา 8 วัน 7 คืน

กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้เข้าอบรมอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป
- ผู้สนใจและตั้งใจเรียนรู้การพัฒนาจิต เพื่อให้เกิดปัญญาและสันติสุข
ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน 4

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

- เรียนรู้ เข้าใจ และตระหนักถึงคุณค่าหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา
- ฝึกปฏิบัติเจริญสติ เพื่อการพัฒนาจิตให้สงบและพัฒนาปัญญา
สามารถดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความรักและสันติสุข
- ฝึกปฏิบัติตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 เพื่อการเจริญปัญญา ตื่นรู้ ระวังได้
และรู้เท่าทันอารมณ์ปัจจุบันและความจริงของชีวิต

แนวทางการอบรม

- ปฏิบัติเจริญสติ เพื่อการพัฒนาจิตให้สงบและพัฒนาปัญญา
ด้วยการบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา สวดมนต์ นั่งสมาธิ
- ฝึกการเจริญสติให้รู้เท่าทันปัจจุบันขณะ โดยการกำหนดอิริยาบถย่อย
การพิจารณาอาหาร การรับประทานอาหารด้วยสติ
การนอนด้วยสติ การใส่บาตร การเดินจงกรม 7 ระยะเวลา
- การปฏิบัติตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 ตามแนวทางของคุณแม่ดร.สิริ กรินชัย

หลักสูตร "จิตตภาวนา"

ระยะเวลา 3 วัน 2 คืน หรือ 2 วัน 1 คืน

กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้สนใจและตั้งใจเรียนรู้การพัฒนาจิต เพื่อให้เกิดปัญญาและสันติสุข ด้วยการเจริญจิตเมตตาภาวนา
- ผู้ประสงค์ดำเนินชีวิตด้วยคุณธรรมแห่งความเมตตา

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

- เรียนรู้ เข้าใจ และตระหนักถึงคุณค่าหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา
- ฝึกปฏิบัติเจริญสติ เพื่อการพัฒนาจิตให้สงบและพัฒนาปัญญาด้วยการบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนา ขัดเกลากิเลส (ความโลภ ความโกรธ ความหลง) และอวิชชาที่ทำให้จิตใจเศร้าหมอง และเป็นทุกข์
- ดำเนินชีวิตด้วยมรรค 8 สติปัฏฐาน 4 พรหมวิหาร 4 คุณธรรมแห่งความเมตตา
- ดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความรักและสันติสุข

แนวทางการอบรม

- ฝึกการเจริญสติด้วยการเจริญเมตตาภาวนา พรหมวิหาร 4 สวดมนต์ นั่งสมาธิ เดินจงกรม 3 ระยะเวลา สมาทานศีล กำหนดอิริยาบถย่อย การพิจารณาอาหาร การรับประทานอาหารด้วยสติ
- ให้ความรู้ความเข้าใจในบุญกิริยาวัตถุ 3 (ทาน ศีล ภาวนา) ศีล 5 กฏแห่งกรรม มรรค 8 และสติปัฏฐาน 4
- น้อมจิตกราบพระ เจริญเมตตาด้วยธรรมคีตะ
- การแสดงความกตัญญูทเวทิต่อบิดา มารดา และผู้มีพระคุณ
- ฟังธรรม พิจารณาธรรม

หลักสูตร "พัฒนาจิต (คอร์สปกติ)"

ระยะเวลา 1 วัน (ไป - กลับ)

กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้ปฏิบัติธรรมเบื้องต้นแบบวิธิพุทธ
- ผู้เริ่มต้นเรียนรู้การพัฒนาจิตด้วยการเจริญสติ และคุณธรรมแห่งความเมตตา

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

- เรียนรู้ เข้าใจ และตระหนักถึงคุณค่าหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา
- ฝึกปฏิบัติเจริญสติ เพื่อการบำเพ็ญทาน ศีล ภาวนาเบื้องต้น
- ดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความรักและสันติสุข

แนวทางการอบรม

- ฝึกการเจริญสติด้วยการเดินจงกรม นั่งสมาธิ กราบพระรัตนตรัย และธรรมคัมภีร์
- ให้ความรู้ความเข้าใจในบุญกิริยาวัตถุ 3 (ทาน ศีล ภาวนา)
ศีล 5 กฎแห่งกรรม มรรค 8 และสติปัฏฐาน 4
- การแสดงความกตัญญูตเวทีต่อบิดา มารดา และผู้มีพระคุณ
- ฟังธรรม พิจารณาธรรม

หลักสูตร "พัฒนาจิต (คอร์สเข้ม)"

ระยะเวลา 1 วัน (ไป - กลับ)

กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้ปฏิบัติธรรมที่ผ่านหลักสูตรพัฒนาจิต (คอร์สปกติ) ตั้งแต่ 6 ครั้งขึ้นไป
- สำหรับผู้พัฒนาจิตและยกระดับจิต ด้วยการเจริญสติ เจริญเมตตา และพุทธานุสสติกรรมฐาน

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

- ฝึกฝนการเจริญเมตตา เพื่อสู่พุทธานุสสติกรรมฐาน
- เพื่อให้เกิดความซาบซึ้งในพระรัตนตรัยยิ่งขึ้นไป

แนวทางการอบรม

- ฝึกการเจริญสติ เจริญเมตตา และพุทธานุสสติกรรมฐาน ด้วยการเดินจงกรม นั่งสมาธิ และการาบพระรัตนตรัยด้วยธรรมคืตะ
- ฝึกการระลึกถึงและเข้าถึงคุณแห่งพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์
- ฝึกความชำนาญในเมตตาพรหมวิหารและพุทธานุสสติกรรมฐาน

หลักสูตร "พัฒนาจิตพุทธบุตร (คอร์สเด็ก)"

ระยะเวลา 1 วัน (ไป - กลับ)

กลุ่มเป้าหมาย

- เยาวชน พุทธศาสนิกชนทั่วไป

วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

- ส่งเสริมความรู้ความเข้าใจในการดำเนินชีวิต การศึกษาเล่าเรียนตามแนวทางพุทธศาสนา
- พัฒนาสมาธิจิตอันมีผลดีต่อการศึกษาเล่าเรียน การทำงาน การดำเนินชีวิต
- พัฒนาจิตและปลูกฝังศีลธรรม การทำความดี ละเว้นความชั่ว ความกตัญญูทุกเวที แก่เยาวชนผู้เข้าอบรม อันส่งผลให้เป็นคนเก่ง คนดีของครอบครัว สังคม และประเทศชาติต่อไป

แนวทางการอบรม

- สวดมนต์ นั่งสมาธิ เดินจงกรม ธรรมคัมภีร์
- ศีล 5 กฎแห่งกรรม เพื่อสร้างคุณธรรม ปลูกฝังให้เป็นผู้ทำความดี ละเว้นความชั่ว ไม่ทำบาป (หิริโอตตัปปะ)
- กิจกรรมพระในบ้าน พระคุณครู เพื่อสร้างคุณธรรม ความกตัญญูต่อบิดา มารดา คุณครู และผู้มีพระคุณ

ตารางปฏิบัติธรรมปี 2563

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธะกลางใจ พาเวไนโยปนิพพาน	4 มกราคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนม.ค.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทธะ)	12 มกราคม 2563 (อาทิตย์) เรือนจิตพุทธะ หมู่บ้านปาริชาติ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ศรัทธาเข้าสู่นิพพาน	14 มกราคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม	มี	เปิดรับ ทั่วไป
ชาวาดะ ครอบครัวยุทธะ	15 มกราคม 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพุทธา นำพาสุข	18 มกราคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
ศรัทธิตบวรลุลุธรรม	19 มกราคม 2563 (อาทิตย์) บริษัท ศรีไทย ซุปเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) จ.กรุงเทพมหานคร	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ปฏิบัติบูชา ถวายสมเด็จพระองค์ปฐม และสมเด็จพระนเรศวรมหาราช	31 มกราคม 2563 (ศุกร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	เข้ม	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
แสงแรกแห่งธรรม นำสุข	31 มกราคม - 1 กุมภาพันธ์ 2563 (ศุกร์-เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
หนึ่งเดียวกับพุทธะ ด้วยใจศรัทธา	17 - 19 มกราคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน	10 - 12 มกราคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

ต่างประเทศ

ประเทศออสเตรเลีย

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
ความสุขแท้อยู่ที่ใจ	24 - 27 มกราคม 2563 (ศุกร์-จันทร์) นครซิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย สมัครปฏิบัติธรรมได้ที่ Line ID: nmaklum Whatsapp : (+61) 4 0342 0843 Phone no. (ประเทศออสเตรเลีย) : (+61) 4 2041 0818 (+61) 4 0342 0843 Phone no. (ประเทศไทย) : 085 426 2039	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาจิตดี	2 กุมภาพันธ์ 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
บำเพ็ญภาวนา "วันมาฆบูชา"	8 กุมภาพันธ์ 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนก.พ.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทธะ)	9 กุมภาพันธ์ 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธบูชา	10 กุมภาพันธ์ 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
เมตตาธรรมนำสุข (บ้านสามพราน)	16 กุมภาพันธ์ 2563 (อาทิตย์) บ้านรัตนสวัสดิ์ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
รู้ทันจิต ชีวิตเปี่ยมสุข	12 - 13 กุมภาพันธ์ 2563 (พุธ-พฤหัสบดี) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
สปาจิต ชีวิตเปลี่ยน	14 -16 กุมภาพันธ์ 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) สุนารีสอร์ท จ.ลพบุรี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออก

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ รัตนเสรีธรรม	28 - 29 กุมภาพันธ์ 2563 (ศุกร์-เสาร์) บจก. คิงส์แพ็ค อินดัสเทรียล จ.ชลบุรี	เข้ม	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พทรบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
แสงเทียนส่องธรรม (บ้านสะสมบุญ)	1 มีนาคม 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทระ)	2 มีนาคม 2563 (จันทร์) เรือนจิตพุทระ หมู่บ้านปาริชาติ จ. นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
บำเพ็ญภาวนา น้อมบูชาหลวงปู่ทวด	3 มีนาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ชาวดะ ครอบครวัธรรมะ	4 มีนาคม 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
บ้านพุทระเมตตา	8 มีนาคม 2563 (อาทิตย์) บริษัท บิ๊กเฮ็ด แทรเวล จำกัด จ.สมุทรปราการ	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
ศรีมิตรบรรลุลุธรรม	15 มีนาคม 2563 (อาทิตย์) บริษัท ศรีไทยซูเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) จ.กรุงเทพมหานคร	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
Seven Stars	16 มีนาคม 2563 (จันทร์) Seven Stars Pharmaceutical Co.,Ltd. จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
หนึ่งเดียวกับพุทระ ด้วยใจศรัทธา	17 มีนาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนมี.ค.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตเมตตา นำทางพันกุกษ์	18 มีนาคม 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิทินธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
สปาจิต ชีวิตเปลี่ยน	13 - 15 มีนาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) สวนารีสอร์ท จ.ฉะเชิงเทรา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน	6 - 8 มีนาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคใต้

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
เห็นธรรม เห็นทาง ชีวิตมีสุข	20 - 21 มีนาคม 2563 (ศุกร์-เสาร์) อ. หาดใหญ่ จ.สงขลา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข	9 - 11 มีนาคม 2563 (จันทร์ - พุธ) ศูนย์พัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติ ปฎินิสสัคโค จ.ภูเก็ต	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทธร)	3 เมษายน 2563 (ศุกร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธรมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
เริ่มต้นด้วยศรัทธา นำพาสู่นิพพาน และ พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง	6 เมษายน 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธรมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนเม.ย.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
บำเพ็ญภาวนา น้อมบูชาสมเด็จพระโต	17 เมษายน 2563 (ศุกร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธรมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ศรัทธานำสู่นิพพาน	20 เมษายน 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธรมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม	มี	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธะนำทาง	22 เมษายน 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธรมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
เมตตาธรรมนำสุข (บ้านสามพราน)	26 เมษายน 2563 (อาทิตย์) บ้านรัตนสวัสดิ์ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
พุทธานุสสติ	27 เมษายน 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธรมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	เข้ม	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พระแม่ประทานพร	3 - 5 เมษายน 2563 (ศุภ-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะคิตะ พุทธะสู่เวไนย (คอร์สคุณครู)	7 - 9 เมษายน 2563 (อังคาร-พฤหัสบดี) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
จิตพุทธะเมตตา รวมใจ	11 - 13 เมษายน 2563 (เสาร์-จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคเหนือ

คอร์ส 8 วัน 7 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พัฒนาจิต ให้เกิดปัญญาและสันติสุข ของคุณแม่ดร.สิริ กรินชัย	11 - 18 เมษายน 2563 (เสาร์-เสาร์) สำนักปฏิบัติธรรม ประจำจังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญาบุภาพ อ.เถิน จ. ลำปาง	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน	24 - 26 เมษายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคใต้

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
รุ่งทิวาพาสุข	18 - 19 เมษายน 2563 (เสาร์-อาทิตย์) จ. สุราษฎร์ธานี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพุทรา นำพาสุข	2 พฤษภาคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
พระแม่ประทานพร	3 พฤษภาคม 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทระ)	4 พฤษภาคม 2563 (จันทร์) เรือนจิตพุทระ หมู่บ้านปาริชาติ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
บำเพ็ญภาวนา "วันวิสาขบูชา"	6 พฤษภาคม 2563 (พร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนพ.ค.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
สวนไทย ใจเมตตา นำพาสุข	10 พฤษภาคม 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
ชีวิตเป็นสุข เมื่อคิดบวก โดยครอบครัวชาร์ป	1-3 พฤษภาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
แสงบุญ ส่องทาง สู่ธรรม	7 - 9 พฤษภาคม 2563 (พฤษภาคม - เสาร์) จ.นครราชสีมา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคเหนือ

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพบธรรม จึงเหนือทุกข์ทั้งปวง	9 - 10 พฤษภาคม 2563 (เสาร์-อาทิตย์) โรงแรมคุ้มภูคำ จ.เชียงใหม่	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ต่างประเทศ

ประเทศอังกฤษ - ประเทศสวิตเซอร์แลนด์

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตสงบ ด้วยรักและเมตตา	14 - 21 พฤษภาคม 2563 (พฤหัส-พฤหัส) Kairos Retreat, Conference Centre กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ สมัครปฏิบัติธรรมได้ที่ Line ID: dearvariya Phone no. (ประเทศไทย): 085 226 4182 Whatsapp : +66 852 264 182 Phone no. (ประเทศอังกฤษ): 074 9599 5656, 075 8664 2666	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตสงบ ด้วยรักและเมตตา	25 - 27 พฤษภาคม 2563 (จันทร์-พุธ) Pfadiheim Goesgen ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ สมัครปฏิบัติธรรมได้ที่ Line ID: 0850222553 Phone no. (ประเทศไทย): 076 805 0255 Line ID: dearvariya Phone no. : 085 226 4182	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพุทธะ พาเวไนย สู่ทางพ้นทุกข์	6 มิถุนายน 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนมิ.ย.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทธะ)	7 มิถุนายน 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
ความสุขอยู่ที่ใจ ด้วยพรหมวิหาร 4	13 มิถุนายน 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
เมตตารรณนำสุข (บ้านสามพราน)	14 มิถุนายน 2563 (อาทิตย์) บ้านรัตนสวัสดิ์ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
ชีวิตดี มีความสุข	15 มิถุนายน 2563 (จันทร์) บริษัท เพาเวอร์ แอร์ ซิสเต็ม จำกัด จ.สมุทรปราการ	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ
ศรัทธาบรรลุลิขิต	21 มิถุนายน 2563 (อาทิตย์) บริษัท ศรีไทยซูเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) จ.กรุงเทพมหานคร	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
บ้านพุทธเมตตา	28 มิถุนายน 2563 (อาทิตย์) บริษัท บิ๊กเฮ็ด แกรเวล จำกัด จ.สมุทรปราการ	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
ชาวาดะ ครอบครัวยุทธมະ	1 - 3 มิถุนายน 2563 (จันทร์-พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
แสงทอง ส่องธรรม นำสุข	12 - 14 มิถุนายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตตื่นรู้ ด้วยพุทธะเมตตา	16 - 18 มิถุนายน 2563 (อังคาร-พฤหัสบดี) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	เข้ม	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
สปปจิต ชีวิตเปลี่ยน	19 - 21 มิถุนายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) สวนนารีสอร์ท จ.ลพบุรี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน	26 - 28 มิถุนายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคตะวันออก

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตบริสุทธิ์ ด้วยพุทธะมหาเมตตา	29 หรือ 30 มิถุนายน 2563 (จันทร์-อังคาร) Sandalay Resort จ.ชลบุรี (เลือกสมัครวันใด วันหนึ่งได้)	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ รัตนเสวีธรรม (หลักสูตรพนักงานคิงส์แพค)	12 - 13 มิถุนายน 2563 (ศุกร์-เสาร์) บจก. คิงส์แพ็ค อินดัสเทรียล จ.ชลบุรี	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ

ภาคใต้

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตเบิกบาน นำพาสุข	9 มิถุนายน 2563 (อังคาร) จ.ภูเก็ต	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข	8 - 10 มิถุนายน 2563 (จันทร์-พุธ) ศูนย์พัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติ ปฏิสนธิ์สัคโค จ.ภูเก็ต	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
บำเพ็ญภาวนา "วันอาสาฬหบูชา"	4 กรกฎาคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
สงบนอก สว่างใน ใจเมตตา	14 กรกฎาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ปฏิบัติบูชา น้อมรำลึก พระคุณพระแม่กวนอิม และพระแม่จามเทวี	15 กรกฎาคม 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	เข้ม	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตใส ใจเมตตา พาเบิกบาน	26 กรกฎาคม 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ศรัทธานำสู่นิพพาน	27 กรกฎาคม 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนก.ค.	มี	เปิดรับ ทั่วไป
สวนไทย ใจเมตตา นำพาสุข	28 กรกฎาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาเบิกบาน	12 - 13 กรกฎาคม 2563 (อาทิตย์-จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธศรัทธา มหาเมตตาพระโพธิสัตว์	10 - 12 กรกฎาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ	20 - 22 กรกฎาคม 2563 (จันทร์-พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ชีวิตเป็นสุข เมื่อคิดบวก โดยครอบครัวชาร์ป	24 - 26 กรกฎาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) สวนธรรมศรีปทุม จ.ปทุมธานี	เข้ม	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน	17 - 19 กรกฎาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคใต้

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
เห็นธรรม เห็นทาง ชีวิตมีสุข	7 - 8 กรกฎาคม 2563 (อังคาร-พุธ) จ.หาดใหญ่	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
รุ่งทิวพาสุข	29 - 30 กรกฎาคม 2563 (พุธ-พฤหัสบดี) จ.สุราษฎร์ธานี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิทินธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วันมุกิตาจิต พระอาจารย์กิตติเชษฐ์ สิริวทุทโก	4 สิงหาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	งานพิธี	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
หนึ่งดวงใจ สองมือมอบให้ ด้วยรักและเมตตา	6 สิงหาคม 2563 (พฤหัสบดี) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตตื่นรู้ ด้วยพุทธะเมตตา	8 สิงหาคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนส.ค.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ความสุขอยู่ไม่ไกล พบได้ในใจเรา	9 สิงหาคม 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธบูชา	10 สิงหาคม 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรื่องจิตพุทธะ)	12 สิงหาคม 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
แสงเทียนส่องธรรม (บ้านสะสมบุญ)	15 สิงหาคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
ศรัทธาบรรลุลุธรรม	16 สิงหาคม 2563 (อาทิตย์) บริษัท ศรีไทยซูเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) จ.กรุงเทพมหานคร	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
เมตตาธรรมนำสุข (บ้านสามพราน)	23 สิงหาคม 2563 (อาทิตย์) บ้านรัตนสวัสดิ์ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
สวนไทย ใจเมตตา นำพาสุข	7 - 9 สิงหาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ
ชาวาดะ ครอบครัวธรรมะ	25 - 27 สิงหาคม 2563 (อังคาร-พฤหัสบดี) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออก

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ รัตนเสรีธรรม (หลักสูตรพนักงานคิงส์แพ็ค)	14 - 15 สิงหาคม 2563 (ศุกร์-เสาร์) บจก. คิงส์แพ็ค อินดัสเทรียล จ.ชลบุรี	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน	21 - 23 สิงหาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคใต้

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
เพื่อนธรรมนำสุข	28 - 30 สิงหาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ปากเมงรีสอร์ต จ. ตรัง	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
ชีวิตดี มีความสุข	3 กันยายน 2563 (พฤษ์) บริษัท เพาเวอร์ แอร์ ซิสเต็ม จำกัด จ.สมุทรปราการ	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ
จิตเมตตา พุทธนำทาง	12 กันยายน 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
บ้านพุทธเมตตา	13 กันยายน 2563 (อาทิตย์) วัดสุวรรณภูมิพุทธชนันต์ 989	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตใจสว่าง ด้วยพุทธเมตตา	21 กันยายน 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพุทรา นำพาสุข	22 กันยายน 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนก.ย.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธเมตตานำพาสุข	23 กันยายน 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ความสุขอยู่ที่ใจ ด้วยพรหมวิหาร 4	26 กันยายน 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทระ)	27 กันยายน 2563 (อาทิตย์) เรือนจิตพุทระ หมู่บ้านปาริชาติ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธะมหาเมตตา นำพาเด็กไทย	1 - 2 กันยายน 2563 (อังคาร-พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพุทธะเมตตา รวมใจ	4 - 6 กันยายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
สปาจิต ชีวิตเปลี่ยน	11 - 13 กันยายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) สวนริสอร์ท จ.ลพบุรี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
สวนธรรมนำพาสุข	25 - 27 กันยายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) สวนธรรมศรีปทุม จ.ปทุมธานี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันตก

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธ-ธรา	14 - 16 กันยายน 2563 (จันทร์-พุธ) ทรีธรา ริสอร์ท จ.กาญจนบุรี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
เมตตา พาเบิกบาน	29 - 30 กันยายน 2563 (อังคาร-พุธ) จ.ขอนแก่น	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	18 - 20 กันยายน 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

ต่างประเทศ

ประเทศญี่ปุ่น

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตฟ่องใส ใจเป็นสุข พันทุกข์ด้วยธรรมะ	7 - 9 กันยายน 2563 (จันทร์-พุธ) กรุงโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น สมัครปฏิบัติธรรมได้ที่ Line ID: dearvariya Phone no. (Thailand): 085 226 4182 Whatsapp : +66 852 264 182 Phone no. (Japan): 090 9475 1757, 080 5461 9494	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
งานกฐินสามัคคี ประจำปี 2563 วัดพุทธเมตตาบุญญาบุภาพ	4 ตุลาคม 2563 (อาทิตย์) สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญาบุภาพ	งานพิธี	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ชาวาละ ครอบครัวธรรมะ	7 ตุลาคม 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพุทธะ พาเวไนยสู่ทางพ้นทุกข์	8 ตุลาคม 2563 (พฤหัสบดี) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนต.ค.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
เมตตารรรมนำสุข (บ้านสามพราน)	11 ตุลาคม 2563 (อาทิตย์) บ้านรัตนสวัสดิ์ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
สวนไทย ใจเมตตา นำพาสุข	13 ตุลาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ
ศรีมิตตบรรลุลุธรรม	18 ตุลาคม 2563 (อาทิตย์) บริษัท ศรีไทยซูเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) จ.กรุงเทพมหานคร	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ศรัทธา นำสู่ นิพพาน	19 ตุลาคม 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม	มี	เปิดรับ ทั่วไป
งานกฐินสามัคคีประจำปี 2563 พุทธะมหาเมตตา	23 ตุลาคม 2563 (ศุกร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	งานพิธี	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ทำดี เพื่อพ่อ	25 ตุลาคม 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
รู้ทันจิต ชีวิตเปี่ยมสุข	29 ตุลาคม 2563 (พฤษ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข	31 ตุลาคม 2563 (เสาร์) บางนาทาวเวอร์ จ.สมุทรปราการ	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธบุตร นีโอ ดิจิตอล	31 ตุลาคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วัน-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธะกลางใจ พาเวไนยไปนิพพาน	9 - 11 ตุลาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมคิตะ พุทธะสู่เวไนย (คอร์สคุณครู)	14 - 16 ตุลาคม 2563 (พุธ-ศุกร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธระมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคเหนือ

คอร์ส 8 วัน 7 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พัฒนาจิต ให้เกิดปัญญาและสันติสุข ของคุณแม่ดร.สิริ กรินชัย	10 - 17 ตุลาคม 2563 (เสาร์-เสาร์) สำนักปฏิบัติธรรมประจำ จังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญาภภาพ อ.เถิน จ. ลำปาง	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคตะวันออก

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาवास ณ รัตนเสรีธรรม (หลักสูตรพนักงานคิงส์แพ็ค)	30 - 31 ตุลาคม 2563 (ศุกร์-เสาร์) บจก. คิงส์แพ็ค อินดัสเทรียล จ.ชลบุรี	ปกติ	ไม่มี	สำหรับ พนักงานและ บุคคลผู้สนใจ

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาवास ณ บ้านภูตะวัน	16 - 18 ตุลาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
ศรimitrบรรลุลธรรม	15 พฤษภาคม 2563 (อาทิตย์) บริษัท ศรีไทยซูเปอร์แวร์ จำกัด (มหาชน) จ.กรุงเทพมหานคร	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
พุทธบูชา และ แสงบุญ ส่องทาง สู่ธรรม	17 พฤษภาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
แสงทอง ส่องธรรม นำสุข	18 พฤษภาคม 2563 (พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทธะ)	22 พฤษภาคม 2563 (อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป
จิตพุทธา นำพาสุข	23 พฤษภาคม 2563 (จันทร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
หนึ่งเดียวกับพุทธะ ด้วยใจศรัทธา	24 พฤษภาคม 2563 (อังคาร) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนพ.ย.	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
สปาจิต ชีวิตเปลี่ยน	13 - 15 พฤษภาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) สวนารีสอร์ท จ.ลพบุรี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาवास ณ บ้านภูตะวัน	20 - 22 พฤษภาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 1 วัน (ไป-กลับ)

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
ตามรอยพ่อ	5 ธันวาคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ และเข้ม เดือนร.ค.	มี	เปิดรับ ทั่วไป
เมตตารรรมน้ำสุข (บ้านสามพราน)	6 ธันวาคม 2563 (อาทิตย์) บ้านรัตนสวัสดิ์ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
แสงธรรม นำพาสุข	10 ธันวาคม 2563 (พฤหัส) สวนธรรมศรีปทุม จ.ปทุมธานี	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาจิตดี	12 ธันวาคม 2563 (เสาร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
Seven Stars	13 ธันวาคม 2563 (อาทิตย์) 289/5 ถนนบางพรหม เขตบางพรหม เขตตลิ่งชัน จ. กรุงเทพมหานคร	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ภายใน
ธรรมะพาสุขใจ (เรือนจิตพุทธะ)	20 ธันวาคม 2563 (อาทิตย์) เรือนจิตพุทธะ หมู่บ้านปาริชาติ จ.นครปฐม	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
สวดมนต์ข้ามปี	31 ธันวาคม 2563 - 1 มกราคม 2564 (พฤหัส-ศุกร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	งานพิธี	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคกลาง

คอร์ส 2 วัน 1 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พระแม่ประทานพร	12 - 13 ธันวาคม 2563 (เสาร์-อาทิตย์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
จิตใส ใจเมตตา พาเบิกบาน	2 - 4 ธันวาคม 2563 (พุธ-ศุกร์) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป
ชาวาดะ ครอบครัวธรรมะ	7 - 9 ธันวาคม 2563 (จันทร์-พุธ) ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคเหนือ

คอร์ส 8 วัน 7 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
พัฒนาจิต ให้เกิดปัญญาและสันติสุข ของคุณแม่ดร.ศิริ กรินชัย	26 ธันวาคม - 2 มกราคม 2564 (เสาร์-เสาร์) สำนักปฏิบัติธรรมประจำ จังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญานุภาพ อ.เถิน จ. ลำปาง	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (อีสาน)

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข ณ บ้านภูตะวัน	18 - 20 ธันวาคม 2563 (ศุกร์-อาทิตย์) บ้านภูตะวัน จ.นครราชสีมา	ปกติ	มี	เปิดรับ ทั่วไป

ภาคใต้

คอร์ส 3 วัน 2 คืน

ชื่อคอร์ส	วันที่-สถานที่	ประเภท ปกติ - เข้ม	พุทธบุตร (เด็ก)	เปิดรับ ทั่วไป
วิปัสสนาพาสุข	14 -16 ธันวาคม 2563 (จันทร์-พุธ) ศูนย์พัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติ ปฏินิสสัคโค จ.ภูเก็ต	ปกติ	ไม่มี	เปิดรับ ทั่วไป

หมายเหตุ : ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

สามารถติดตามการอัปเดตตารางปฏิบัติธรรมได้ที่ www.bunyanupab.com และ www.buddha-mahametta.com

งานพิธี - วันสำคัญต่างๆ ในปี 2563

รายละเอียดวันต่างๆ	วัน - เดือน - ปี
วันมุกิตาจิต พระอาจารย์กิตติเชษฐ์ สิริวฑฒโก ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา จ.พระนครศรีอยุธยา	วันอังคารที่ 4 สิงหาคม 2563
งานกฐินสามัคคี ประจำปี 2563 ณ สำนักปฏิบัติธรรมประจำ จังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญาภพ อ.เถิน จ. ลำปาง	วันอาทิตย์ที่ 4 ตุลาคม 2563
งานกฐินสามัคคี ประจำปี 2563 ณ ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา ต.เชียงรากน้อย อ.บางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา	วันศุกร์ที่ 23 ตุลาคม 2563
สวดมนต์ข้ามปี ณ ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา ต.เชียงรากน้อย อ.บางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา	วันพฤหัสบดีที่ 31 ธันวาคม 2563 ถึง วันศุกร์ที่ 1 มกราคม 2564

ในการเข้าร่วมพิธีมุกิตาจิต, งานกฐิน, งานสำคัญในโอกาสต่างๆ
ไม่นับว่าเป็นการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

การแต่งกายที่เหมาะสม เมื่อมาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน



สุภาพสตรีถือศีล 5

สวมเสื้อสีขาวมีแขน
คอไม่กว้าง หรือลึก

ควรสวมเสื้อทับ
หากเนื้อผ้าที่ใส่บาง

ไม่ควรสวมเสื้อผ้ารัดรูป

กระโปรง หรือผ้าถุง
ควรยาวมิดชิด
หรือกางเกงสีขาว



สุภาพสตรีถือศีล 8

สวมเสื้อสีขาวมีแขนปิดคอ
คอไม่กว้าง หรือลึก

ควรสวมเสื้อทับ
หากเนื้อผ้าที่ใส่บาง

ไม่ควรสวมเสื้อผ้ารัดรูป

กระโปรง หรือผ้าถุง
ควรยาวมิดชิด

สวมใส่สไบ (ถ้ามี)



สุภาพบุรุษ

สวมเสื้อ
และกางเกงสีขาว

ติดต่อสอบถามข้อมูล



ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา

โทร : 064-646-9595

LINE ID : @buddhamahametta

EMAIL : buddha-mahametta@hotmail.com

WhatsApp: +66 852 264 182

WeChat: variyadear



◀ สอบถามข้อมูลการปฏิบัติธรรมได้ที่
LINE ID : @contactbmm
สแกนคิวอาร์โค้ดเพื่อสอบถามข้อมูลต่างๆ
เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม



ตารางปฏิบัติธรรม
บนเว็บไซต์

◀ สแกนคิวอาร์โค้ดเข้าเว็บไซต์
"ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา"
เพื่อตรวจสอบตารางปฏิบัติธรรม
www.buddha-mahametta.com/calendar



สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญาอนุภาพ

โทร : 081-334-5880

054-019-775

054-019-776

LINE ID : @bunyanupab

EMAIL: bunyanupab@hotmail.com



ตารางปฏิบัติธรรม
บนเว็บไซต์

◀ สแกนคิวอาร์โค้ดเข้าเว็บไซต์
สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดลำปาง แห่งที่ 27
วัดพุทธเมตตาบุญญาอนุภาพ
เพื่อตรวจสอบตารางปฏิบัติธรรม
www.bunyanupab.com/calendar

แผนที่ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา

ที่อยู่ 59/9 หมู่ 10 ต.เชียงรากน้อย อ.บางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา 13180



สแกนคิวอาร์โค้ด
แผนที่การเดินทางมา
ธรรมสถานมูลนิธิ
พุทธะมหาเมตตา
จาก Google Map



BUDDHAMAHAMETTA MAP

สอบถามเส้นทางการเดินทางมา
ธรรมสถานมูลนิธิพุทธะมหาเมตตา

โทร : 098-264-2995

086-393-8052

แผนที่สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดลำปาง แห่งที่ 27 วัดพุทธเมตตาบุญญาบุภาพ

ที่อยู่ 134 หมู่ 9 ต.แม่ปะ อ.เถิน จ.ลำปาง 52160



สแกนคิวอาร์โค้ด
แผนที่การเดินทางมา
สำนักปฏิบัติธรรม
ประจำจังหวัดลำปาง แห่งที่ 27
วัดพุทธเมตตาบุญญาบุภาพ
จาก Google Map



BUNYANUPAB MAP

สอบถามเส้นทางการเดินทาง

โทร. 081-334-5880

054-019-775

054-019-776

บันทึก

บันทึก

บันทึก

บันทึก

บันทึก

