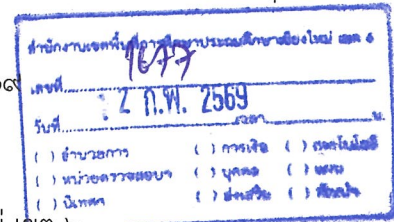


๒๑ มกราคม ๒๕๖๙



เรื่อง โครงการปฏิบัติธรรมครูฟื้นฟูศีลธรรมโลก

เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงใหม่ เขต ๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กำหนดการ

๒. สิ่งที่ต้องทราบในการเข้าร่วมโครงการฯ

๓. สื่อประชาสัมพันธ์

ด้วยชมรมพุทธศาสตร์สากล ได้จัดโครงการปฏิบัติธรรมครูฟื้นฟูศีลธรรมโลก เพื่อให้ผู้บริหารการศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษาและครูอาจารย์ ได้ทำทาน รักษาศีล ฟังธรรม เจริญสมาธิภาวนา ส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้ศึกษาหลักการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ได้ศึกษาธรรมะที่เข้าใจง่าย เกิดพลังใจในการดำเนินชีวิต พัฒนาสภาพจิตใจให้มีคุณภาพ ตลอดจนเข้าถึงความสุข ความสงบภายใน และพักกายพักใจไปกับการปฏิบัติธรรมท่ามกลางธรรมชาติ โดยไม่เสียค่าลงทะเบียน ทั้งนี้สำหรับรุ่นที่จัด ณ World Peace Valley อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา ทางโครงการฯ มีบริการรถรับส่งทั้งไปและกลับจากชมรมพุทธศาสตร์สากลไปยังสถานที่จัดโครงการ ในวันเวลาและสถานที่ตามรายละเอียดที่ส่งแนบมานี้

ในการนี้ คณะกรรมการฯ จึงเรียนมาเพื่อขอเรียนเชิญท่าน บุคลากรในสังกัดของท่าน เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมดังกล่าว และขอความอนุเคราะห์ท่านในการออกหนังสือประชาสัมพันธ์เชิญชวนผู้บริหารสถานศึกษาและคุณครูในโรงเรียนในสังกัดของท่านเข้าร่วมโครงการ โดยกรอกข้อมูลผ่าน www.ibsofficial.com/meditationteacher หรือสแกน QR Code ด้านล่าง สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ผู้ประสานงานจังหวัดของท่าน

คณะกรรมการฯ หวังเป็นอย่างยิ่งในความสนับสนุนจากท่าน เพื่อเสริมสร้างรากฐานความเข้มแข็งทางศีลธรรมให้กับบุคลากรทางการศึกษา ในการนำหลักธรรมมาใช้พัฒนาดน สังคม และประเทศชาติ ให้เจริญก้าวหน้าสืบไป ขอขอบพระคุณ และอนุโมทนาบุญมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายสันติ รุ่งสุพลากร)

ประธานชมรมพุทธศาสตร์สากล



กำหนดการ โครงการปฏิบัติธรรมครูฟื้นฟูศีลธรรมโลก

รุ่นพิเศษ ระหว่างวันที่ ๓๐ มีนาคม - ๓ เมษายน ๒๕๖๙ ณ สวนพนาวัฒน์ จ.เชียงใหม่

เวลา วัน	เช้า		พัก		สาย		พัก		บ่าย		พัก		ค่ำ	
	๐๕.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.				๐๘.๓๐ - ๑๑.๓๐ น.				๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.				๑๘.๓๐ - ๒๑.๐๐ น.	
วันที่ ๑ ๓๐ มี.ค. ๖๙					๐๙.๐๐ น. เปิดจุดลงทะเบียน ณ สวนพนาวัฒน์ จ.เชียงใหม่				๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๓๐ น. เทศน์แห่งศีล นุ่งสมาธิ พิธีอาราธนาศีล ๘ สมาทานอุคคัง ๑๕.๐๐ น. ปฐมนิเทศ				๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น ๑๙.๓๐ น. สันติภาพภายนอก เกิดจากสันติสุขภายใน	
วันที่ ๒ ๓๑ มี.ค. ๖๙	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นุ่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย				๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. จุดเริ่มต้นความสุขจากภายใน				๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. จัดระเบียบใจ ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม				๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นุ่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ความยิ่งใหญ่ของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า	
วันที่ ๓ ๑ เม.ย. ๖๙	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นุ่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย				๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. ศิลปะการพหุใจ				๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. การเผยแพร่ธรรมะของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสู่ยุคปัจจุบัน ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม				๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นุ่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ปฏิปทามหาบุศยนิจายารย	
วันที่ ๔ ๒ เม.ย. ๖๙	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นุ่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย สวดวาระเดือนเกิด				๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. คนพุทธ ยุค New Normal ๑๐.๓๐ น. พิธีถวายสังฆทาน				๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. การพัฒนาผู้เรียนให้เก่ง ดี มีสุขอย่างยั่งยืน				๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นุ่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. มิตรแท้	
วันที่ ๕ ๓ เม.ย. ๖๙	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นุ่งสมาธิ ลาอุคคัง ๐๖.๓๐ น. พิธีบูชาธรรม พระอาจารย์								เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ					

กำหนดการ โครงการปฏิบัติธรรมครูพืฒ์ศีลธรรมโลก (หลักสูตร ๓ วัน)

ณ World Peace Valley อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา

เวลา วัน	เช้า	พัก	สาย		พัก	บ่าย	พัก	ค่ำ
	๐๕.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.	พัก	๐๘.๓๐ - ๑๑.๓๐ น.		พัก	๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	พัก	๑๘.๓๐ - ๒๑.๐๐ น.
วันที่ ๑	พระเดชพระคุณหลวงพ่อ							
วันที่ ๒	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย สวดภาวนาตอนเกิด	พระเดชพระคุณหลวงพ่อ		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. สมการความสุข		๑๓.๐๐ น. ลงทะเบียนขึ้นรถส่วนกลาง ณ ชมรมพุทธศาสตร์สากล ๑๖.๐๐ น. เปิดจุดลงทะเบียน ณ สถานที่ปฏิบัติธรรม	พระเดชพระคุณหลวงพ่อ	
		๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. พิจารณาจิต ๕ ๐๖.๓๐ น. พิจารณาสังขาร		๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท ๑๓.๓๐ น. สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. พระพุทธศาสนา สู่การพัฒนาเยาวชนไทย ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม			๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ความยิ่งใหญ่ของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า	
วันที่ ๓	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ลาธุรงค์ อารามาศีล ๕ ๐๖.๓๐ น. พิจารณาสังขาร	พระเดชพระคุณหลวงพ่อ		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๙.๐๐ น. ครูผู้มีหัวใจพระบรมโพธิสัตว์ ๑๐.๓๐ น. พิธีบูชาธรรมพระอาจารย์		เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ		
		๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. พิจารณาจิต ๕ ๐๖.๓๐ น. พิจารณาสังขาร		๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท ๑๓.๓๐ น. สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. พระพุทธศาสนา สู่การพัฒนาเยาวชนไทย ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม				

กำหนดการ โครงการปฏิบัติธรรมครูฟื้นฟูศีลธรรมโลก (หลักสูตร ๔ วัน)

ณ World Peace Valley อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา

เวลา วัน	เช้า		พัก	สาย		พัก	บ่าย		พัก	ค่ำ	
	๐๕.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.			๐๘.๓๐ - ๑๑.๓๐ น.			๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.			๑๘.๓๐ - ๒๑.๐๐ น.	
วันที่ ๑							๑๓.๐๐ น. ลงทะเบียนขึ้นรถส่วนกลาง ณ ชมรมพุทธศาสตร์สากล ๑๖.๐๐ น. เปิดจุดลงทะเบียน ณ สถานที่ปฏิบัติธรรม		๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ พิธีอาราธนาศีล ๘ สมาทานอุตงค์ ๒๐.๐๐ น. ปฐมนิเทศ		
วันที่ ๒	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. จุดเริ่มต้นความสุขจากภายใน				๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. จัดระเบียบใจ ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม		๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ความยิ่งใหญ่ของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า		
วันที่ ๓	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย สวดาระเดือนเกิด		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. ศิลปะการหยุดใจ ๑๐.๓๐ น. พิธีถวายสังฆทาน		๐๘.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. การเผยแผ่ธรรมะของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสู่ยุคปัจจุบัน ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม		๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. การเผยแผ่ธรรมะของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสู่ยุคปัจจุบัน ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม		๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ปฏิปทาหม่พูนปัญญาจารย์		
วันที่ ๔	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๙.๐๐ น. ธรรมอาวุธของครู สร้างสุข ในสถานศึกษา ๑๐.๓๐ น. พิธีบูชาธรรมพระอาจารย์						๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ปฏิปทาหม่พูนปัญญาจารย์		

เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

กำหนดการ โครงการปฏิบัติธรรมครูพุทธศัวรรษโมโลก (หลักสูตร ๕ วัน)

ณ World Peace Valley อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา

เวลา วัน	เช้า		พัก	สาย		พัก	บ่าย		พัก	ค่ำ		
	๐๕.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.			๐๘.๓๐ - ๑๑.๓๐ น.			๑๓.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.			๑๘.๓๐ - ๒๑.๐๐ น.		
วันที่ ๑			รถกระบะ ๒๕ คัน									๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ พิธีอาราธนาศีล ๘ สมาทานอุตงค์ ๒๐.๐๐ น. ปฐมนิเทศ
วันที่ ๒	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย											๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. จุดเริ่มต้นความสุขจากภายใน
วันที่ ๓	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. ศิลปะการหยุดใจ		๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. ปฏิปทามหาบุรุษนียาจารย์ ๑๖.๐๐ น. ประชุมกลุ่ม	๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. การเผยแพร่ธรรมะของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสู่ยุคปัจจุบัน						
วันที่ ๔	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย สวดาระเตือนเกิด		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๘.๔๕ น. ธรรมบท ๐๙.๐๐ น. คนพุทธ ยุค New Normal ๑๐.๓๐ น. พิธีถวายสังฆทาน		๑๓.๐๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๓.๑๕ น. ธรรมบท สวดมนต์บทธรรมจักร ๑๔.๐๐ น. การพัฒนาผู้เรียนให้เก่ง ดี มีความสุขอย่างยั่งยืน	๑๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๑๙.๐๐ น. ทำวัตรเย็น นั่งสมาธิ ๑๙.๓๐ น. ปกิณกรรม						
วันที่ ๕	๐๕.๐๐ น. ทำวัตรเช้า นั่งสมาธิ แผ่เมตตา ๐๖.๐๐ น. ออกกำลังกาย		๐๘.๓๐ น. เข้าห้องปฏิบัติธรรม ๐๙.๐๐ น. ธรรมอาวุธของครู สร้างสุข ในสถานศึกษา ๑๐.๓๐ น. พิธีบูชาธรรมพระอาจารย์		เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ							

สิ่งที่ควรทราบในการเข้าร่วม โครงการปฏิบัติธรรมครูฟื้นฟูศีลธรรมโลก

รุ่นปฏิบัติธรรม

- รุ่นพิเศษ ระหว่างวันที่ ๓๐ มีนาคม – ๓ เมษายน ๒๕๖๙ (สวนพนาวัฒน์ จ.เชียงใหม่)*
- รุ่นที่ ๑ ระหว่างวันที่ ๒๔ – ๒๘ เมษายน ๒๕๖๙ (หลักสูตร ๕ วัน)
- รุ่นที่ ๒ ระหว่างวันที่ ๑๙ – ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๙
- รุ่นที่ ๓ ระหว่างวันที่ ๒๖ – ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๙
- รุ่นที่ ๔ ระหว่างวันที่ ๑๐ – ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๖๙
- รุ่นที่ ๕ ระหว่างวันที่ ๑๗ – ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๙
- รุ่นที่ ๖ ระหว่างวันที่ ๑๒ – ๑๖ ตุลาคม ๒๕๖๙ (หลักสูตร ๕ วัน)
- รุ่นที่ ๗ ระหว่างวันที่ ๑๘ – ๒๒ ตุลาคม ๒๕๖๙ (หลักสูตร ๕ วัน)
- รุ่นที่ ๘ ระหว่างวันที่ ๑๐ – ๑๓ ธันวาคม ๒๕๖๙ (หลักสูตร ๔ วัน)

หมายเหตุ : *รุ่นพิเศษ จัดที่สวนพนาวัฒน์ จ.เชียงใหม่ ผู้เข้าร่วมโครงการเดินทางเอง หากต้องการให้เจ้าหน้าที่จัดรถให้ (มีค่าใช้จ่าย) กรุณาติดต่อผู้ประสานงานโครงการ (๐๖๑-๔๙๖๒๒๙๗, ๐๙๒-๙๑๖๑๑๕๕) เพื่อสำรองที่นั่งล่วงหน้า ภายในวันที่ ๒๓ มีนาคม ๒๕๖๙

ขั้นตอนการสมัครร่วมโครงการ

๑. สมัครด้วยตนเอง (เป็นรายบุคคล) ผ่านเว็บไซต์ www.ibsofficial.com/meditationteacher โดยสามารถสมัครเข้าร่วมโครงการได้มากกว่า ๑ รุ่น

** ระบบจะปิดการรับสมัครและการยกเลิก ๓ วัน ก่อนเริ่มโครงการในแต่ละรุ่น หากท่านต้องการสมัครหรือยกเลิกการเข้าร่วมโครงการหลังจากนั้น กรุณาติดต่อผ่านผู้ประสานงานจังหวัดที่ท่านสังกัด

๒. หากทำการสมัครเป็นครั้งแรก กรุณากรอกข้อมูลส่วนตัว และตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลให้เรียบร้อย เพราะมีผลต่อผู้สมัครของท่าน พร้อมทั้ง upload ภาพถ่ายที่เห็นใบหน้าชัดเจน

๓. หากเคยผ่านการเข้าร่วมโครงการ และมีข้อมูลเรียบร้อยแล้ว สามารถเลือกรุ่นที่ต้องการเข้าร่วมได้ทันที และเลือกการเดินทางมายัง World Peace Valley (ยกเว้นรุ่นพิเศษ)

- กรณีเลือกการเดินทางเป็น “ส่วนกลางจัดรถให้” ท่านสามารถขึ้นรถได้ที่ ชมรมพุทธศาสตร์สากล จ.ปทุมธานี (ลงทะเบียนภายในเวลา ๑๓.๐๐ – ๑๓.๓๐ น.)
- กรณีเดินทางมาเอง กรุณามาถึงสถานที่จัดปฏิบัติธรรมก่อนเวลา ๑๗.๐๐ น.

คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมโครงการ

๑. ผู้เข้าร่วมโครงการเป็นผู้บริหารการศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษา ศิษยานุศิษย์ ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ที่ยังปฏิบัติหน้าที่ในสถานศึกษา รวมถึงผู้บริหารหรือครูโรงเรียนเอกชน (ไม่อนุญาตให้นำเด็ก และบุคคลที่ไม่ใช่บุคลากรทางการศึกษามาด้วย)
๒. ผู้ที่มาปฏิบัติธรรมมีสุขภาพแข็งแรง ไม่เป็นไข้ หรือมีอาการของโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ ได้แก่ ไข้ ภูมิแพ้ ลมพิษ มีน้ำมูก ไอ จาม เจ็บคอ หอบเหนื่อย ฯลฯ
๓. รักษาศีล ๘ ได้ตลอดโครงการ และสามารถเข้าร่วมทุกกิจกรรมที่โครงการกำหนด
๔. งดออกนอกพื้นที่ศูนย์ปฏิบัติธรรมโดยไม่ได้รับอนุญาต

สิ่งที่ต้องเตรียมมา

๑. ชุดขาว หรืออย่างน้อยเสื้อขาว กางเกงสีสุภาพ ให้เพียงพอสำหรับการเข้าร่วมโครงการในรุ่นที่สมัคร
๒. อุปกรณ์กันหนาวสีสุภาพ
๓. ของใช้ส่วนตัว เช่น แปรงสีฟัน, ยาสีฟัน, สบู่, ยาสระผม, ผ้าเช็ดตัว ฯลฯ (ทางโครงการมีเครื่องนอนให้)
๔. ยาประจำตัว (ถ้ามี)
๕. สมุด-เครื่องเขียน สำหรับจดบันทึกธรรมะ

สิ่งที่ห้ามนำมา

๑. อาวุธทุกชนิด
๒. เครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสิ่งเสพติดทุกชนิด
๓. งดสูบบุหรี่ งดเล่นการพนันในพื้นที่อบรม