

ประวัติผู้บรรยาย



ชื่อ - นามสกุล : นางสาวสุมาลี จำเริญ

สังกัดสาขา : สาขา ๐ วิศวกรรมมงคล

การศึกษา : นิติศาสตรมหาบัณฑิต (กฎหมายเอกชน
และธุรกิจ) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จบหลักสูตร : ครุสมาธิ รุ่นที่ ๓๕ (เอกุนจัตตาพิสโม) อุตตชัย
ญาณศาสมาธิ

อาจารย์ศาสมาธิ รุ่นที่ ๑๘

อาชีพปัจจุบัน : รับราชการ

**โครงการฝึกอบรมหลักสูตร
สมาธิกับการเพิ่มประสิทธิภาพ
ในการปฏิบัติงาน
และส่งเสริมคุณภาพชีวิต**

๑. โครงการฝึกอบรมหลักสูตรสมาธิกับการเพิ่ม
ประสิทธิภาพในการทำงาน (สำหรับผู้เริ่มต้นฝึกสมาธิ)

๒. โครงการฝึกอบรมหลักสูตรสมาธิเพื่อยกระดับ
คุณภาพชีวิตและการปฏิบัติงาน

๓. โครงการฝึกอบรมหลักสูตรสมาธิเพื่อการเป็น
ข้าราชการ ๔.๐

๔. โครงการฝึกอบรมหลักสูตรสมาธิกับการเพิ่ม
ประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานและส่งเสริมคุณภาพชีวิต

เนื้อหาบรรยายที่ผ่านการอบรมกันมาแล้ว

ทั้ง ๓ โครงการ

๑. จุดประสงค์ของการทำสมาธิ

๒. อริยาบถ ๔

๓. การบริการรรม

๔. ประโยชน์ของสมาธิ

๕. สมานธิกับการควบคุมอารมณ์

๖. วิทิตาสมาธิ

๗. สมานธิกับการเรียน

๘. สมานธิกับการทำงาน

ที่มาเนื้อหาทั้ง ๘ หัวข้อมาจากหนังสือหลักสูตรครูสมาธิ



ประโยชน์ของสมาธิ

1. ทำให้แน่นลัมสมทบกลางกัณฑ์
2. กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ
3. ทำให้สัมผัสของวัตถุ
4. ทำให้มีสมาธิรอมตอม
5. ทำให้ระงับชวามร่าบกาจ
6. บรรเทาชวามเตว้บงต
7. มีชวามสุกทักสม
8. ทำให้จิตใจอ่อนโยน
9. ควบคุมใจได้
10. ภาวนาสัมมาทกทางดี
11. เจริญชวามสมาธิ
12. ฌานกุศล



คุณธรรม ๓ ประการ ที่เกิดขึ้นจากการทำสมาธิ

๑. มีความเมตตา

๒. มีความรับผิดชอบสูง

๓. มีเหตุผล

เนื้อหาการบรรยายในโครงการที่ ๔



สถาบันพลังจิตตานุภาพ เปิดรับสมัครเรียน

หลักสูตร
สมาธิขั้นสูง
High-class

เว็ชชี่ตาฮูหน

เริ่ม 18 สิงหาคม - 16 ตุลาคม 2562
วันจันทร์ - ศุกร์ เวลา : 18.00 - 20.00 น.

เทปบรรยายโดย **พระพรหมมงคลญาณ จี.**
(หลวงพ่อวิริยงค์ สิริบุรโร)

สอบถามได้ที่ CCG : 02 311 1387, 02 311 3903

เนื้อหาตามเทพคำบรรยายและหนังสือสมาธิขั้นสูง





หลักการทําสมาธิ

๑๐ ประการ

๑. ต้องมีจุดประสงค์

ทําสมาธิเพื่ออะไร

จะทํางานใดต้องมีจุดประสงค์



พลังงาน



พลังจิต

(หน้าตาเป็นยังไง)



ต้องการมีชีวิต
➔ ได้สารอาหารบำรุงร่างกาย

๒. ฐานจิต

คนเรามีฐานจิตต่างกัน ฐานใหญ่ ฐานเล็ก

จิตรวมเร็ว หรือช้า



VS



๓. ความสำคัญของพลังจิต

พลังจิตมีอำนาจมากแค่ไหน ให้เปรียบเทียบด้วย
พลังงาน



๔. การผลิตพลังงาน มีกรรมวิธีอย่างไร พลังงานเสียไปอย่างไร

การผลิตพลังงานมีทางเดียว คือ การทำสมาธิ

ผลิตพลังงานอยู่ไม่เกิน ๓๕ ไม่น่าอย่างนั้น สูญเสียพลังงาน

เปรียบเทียบรับประทานอาหารต้องกินทางปาก ทำสมาธิ

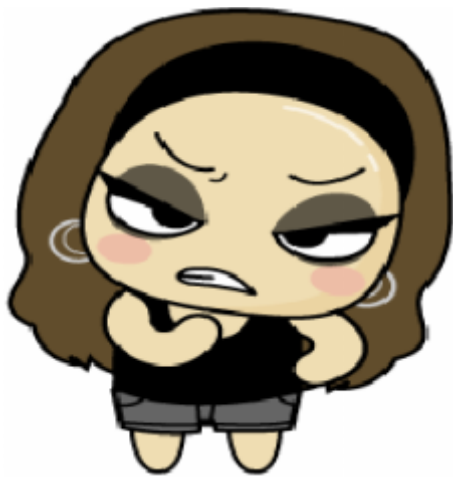
ให้ถูกต้อง



๕. การบริการ

คำบริการ คือ วิธีการทำจิตใจให้นิ่ง

เหตุผลที่จะต้องบริการ คือ บุคคลทุกๆ คน
จะต้องมีอารมณ์



๖. จุดพลังอำนาจ

ศูนย์ใหญ่ของพลังจิต เกิดมาจากความพอเพียง

มีความพร้อมที่จะสู้กับข้าศึก



๓. กระแสจิต

ทำสมาธิ → พลังจิต → กระแสจิต

กระแสจิตเกิดจากพลังจิต เหมือนกับกระแสไฟฟ้า
มาจากพลังงานมีแรงหมุนให้เกิดกระแสไฟฟ้า

กระแสไฟฟ้า → คอมพิวเตอร์

กระแสจิต → ความสุขสบาย มีพลังจิตเพิ่มมากขึ้น
หากทำพลังจิตให้แก่กล้า กระแสจิตจะแก่กล้าขึ้น



๘. ภูวังค์เกี่ยวกับสมาธิอย่างไร

ภูวังค์ธรรมชาติ ทำให้มนุษย์เป็นมนุษย์อยู่ได้
จิตมนุษย์ ถ้าไม่เข้าภูวังค์ก็หลับไม่ได้

ภูวังค์จากการทำสมาธิ เป็นภูวังค์จากการสร้างขึ้นมา
เราทำสมาธิมันเหมือนง่วงนอนแล้วหลับไป สัปหงก
เอนไปมา



๕. ผู้รู้

ทำสมาธิไปสักพักหนึ่ง ประมาณประเดี๋ยวนึงให้ถามตัวเอง
ว่า “ใครคือผู้รู้” แล้ววางไปเลย ทำสมาธิอีกก็ถามใหม่
พลังจิตเลื่อนชั้นขึ้นเรื่อยๆ ถ้าไม่ถาม หากเราได้ฌานสูงๆ
จะไปหลงฌาน จะทำให้เกิดวิปัสสนา ผู้รู้ทำให้เกิดสติ ผู้รู้ช่วย
ให้เราไม่หลงทาง



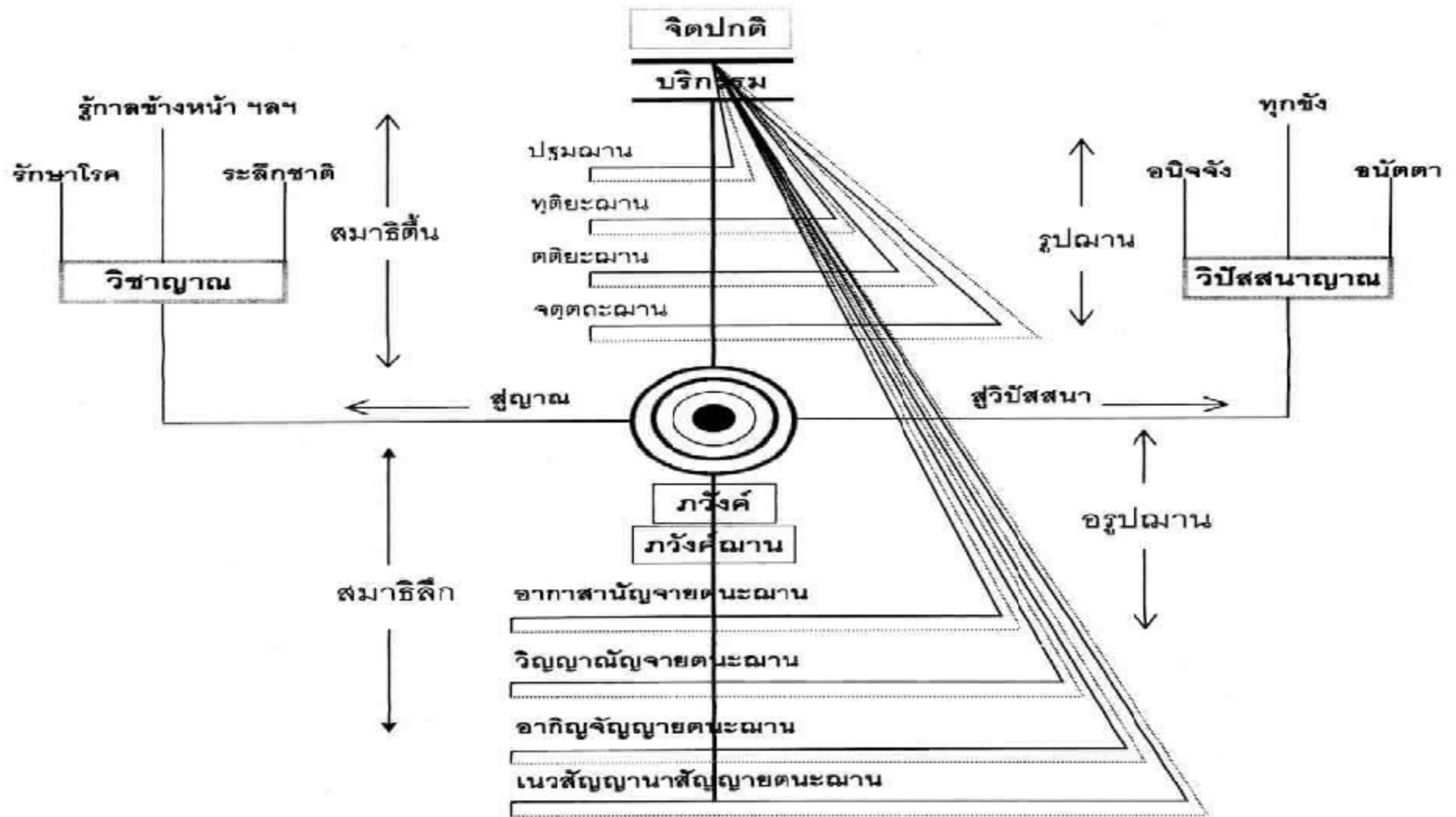
๑๐. อาทิสมานกาย

คนเรามี กายหยาบ คือ ร่างกาย และกายละเอียด หรือกายทิพย์ หรืออาทิสมานกาย

การทำปาฏิหาริย์ จิตต้องมีพลังสูง เข้าสู่จตุตตะ
ฌาน เข้าสู่ภวังค์ เข้าสู่อาทิสมานกาย คนทำปาฏิหาริย์
ใจไปอยู่ที่อาทิสมานกาย



แผนผังการทำสมาธิ ของหลักสูตรสมาธิ
 สถาบันพลังจิตตานุภาพ
 Willpower Institute



สรุป

การเรียนสมาธิ ไม่ใช่เราอยู่นอกสังคม ไม่ใช่เรียนสมาธิ
แล้วแตกต่าง อย่าไปทำตัวให้แตกต่าง มันจะแตกแยก
สมาธิขั้นพื้นฐานทำให้สังคมเป็นสุขและอยู่เย็นเป็นสุข



WILLPOWER INSTITUTE

www.samathi.com

ขอนุโมทนาบุญ
กับผู้ให้บริการ
ฝึกอบรมทุกท่าน
ค่ะ

