

โครงการค่ายสมาธิเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตให้เป็นคนเก่งและดี (V-Smart Camp)

๑. หลักการและเหตุผล

ในปัจจุบัน เป็นยุคของโลกดิจิทัล ทุกอย่างเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา เป็นยุคที่โลกต้องการผู้ที่สามารถปรับตัวและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงได้อย่างสร้างสรรค์ นอกจากจะต้องเป็นผู้มีความรู้แล้ว ยังต้องเป็นผู้มีทัศนคติและจิตใจที่มั่นคงอีกด้วย ดังนั้น นิสิตนักศึกษา ซึ่งเป็นกลุ่มเยาวชนผู้ที่กำลังจะเติบโตเป็นกำลังสำคัญของประเทศ จึงจำเป็นต้องมี “ทักษะชีวิต” หรือ ทักษะภายในที่จะช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ รู้จักดูแลตนเอง ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ซึ่งจะส่งผลให้สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต

ชมรมพุทธศาสตร์สากล จึงได้จัดหลักสูตร ค่ายสมาธิเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตให้เป็นคนเก่งและดี (V-Smart Camp) ขึ้น เพื่อเปิดโอกาสให้นิสิตนักศึกษาได้เรียนรู้ และพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ เช่น การตระหนักรู้ในตน การจัดการกับอารมณ์ การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ฯลฯ โดยการใช้การฝึกสมาธิ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และกิจกรรมภายในค่าย อันจะส่งผลทำให้เป็นผู้มีจิตใจที่มั่นคง สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และเติบโตเป็นคนเก่งและดีของสังคมสืบไป

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้เรียนรู้และพัฒนาทักษะชีวิต ด้วยการฝึกสมาธิ และศึกษาหลักธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อให้สามารถดึงศักยภาพในตนเองมาใช้ได้อย่างเต็มที่
- ๒.๒ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้ฝึกพัฒนาจิตใจให้มั่นคง เข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าในตนเองและสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น
- ๒.๓ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้ฝึกทักษะการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น เข้าใจซึ่งกันและกันและสามารถดำรงตนในสังคมได้อย่างมีความสุข
- ๒.๔ เพื่อสร้างบุคลากร เยาวชนคนรุ่นใหม่ที่เป็นคนเก่งและดี สู่สังคมและประเทศชาติ

๓. กลุ่มเป้าหมาย

นิสิตนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาทั่วประเทศ

๔. หน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

ชมรมพุทธศาสตร์สากล

๕. ระยะเวลาและสถานที่จัดโครงการ

(สามารถเข้าร่วมโครงการได้ตามภูมิภาคของที่ตั้งสถาบันการศึกษา)

รุ่นที่	ช่วงวันที่จัด	สถานที่	ภาคที่เข้าร่วม
๑	๑๓ – ๑๕ ก.ย. ๖๗	อุทยานแห่งชาติเขาปู่-เขาย่า จ.พัทลุง	ภาคใต้
		สวนป่าหิมาวันต์ จ.เลย	ภาคอีสานตอนบน
		ศูนย์ปฏิบัติธรรม จ.เชียงใหม่	ภาคเหนือ
๒	๒๐ – ๒๒ ก.ย. ๖๗	ศูนย์ปฏิบัติธรรม V-Peace Valley เขาใหญ่ จ.นครราชสีมา	กรุงเทพฯ ภาคกลาง ภาคตะวันตก ภาคอีสานตอนล่าง และภาคตะวันออก
๓	๑๘ – ๒๐ ต.ค. ๖๗	ศูนย์ปฏิบัติธรรม V-Peace Valley เขาใหญ่ จ.นครราชสีมา	กรุงเทพฯ ภาคกลาง ภาคตะวันตก ภาคอีสานตอนล่าง และภาคตะวันออก

๖. ตารางภาพรวมกิจกรรมโครงการ

วัน	รายละเอียดกิจกรรม			
	ช่วงเช้า	ช่วงสาย	ช่วงบ่าย	ช่วงค่ำ
ศุกร์			เดินทางจากสถาบัน	กิจกรรมรับขวัญ, ปฐมนิเทศความเป็นอยู่
เสาร์	สวดมนต์ทำวัตรเช้า, นั่งสมาธิ	ฟังธรรม เรื่อง “สมาธิ ศาสตร์แห่งการพัฒนาความ Smart ที่แท้จริง”	กิจกรรม Walk Rally สร้างความคุ้นเคย และ เข้าฐานพัฒนาศักยภาพ และทักษะชีวิต	สวดมนต์ทำวัตรเย็น, นั่งสมาธิ, ฟังธรรม เรื่อง “สัมมาทิฐิและกฎแห่งกรรม”
อาทิตย์	สวดมนต์ทำวัตรเช้า, นั่งสมาธิ	ฟังธรรม เรื่อง “การใช้ชีวิตให้มีความสุข และความสำเร็จ ในมหาวิทยาลัย”	กิจกรรม Next Step, กิจกรรมจากใจพี่สู่ใจน้อง, เดินทางกลับ	

๗. รายละเอียดการเข้าร่วมโครงการ

๗.๑. การสมัครเข้าร่วมโครงการ

๑. สมัครเข้าร่วมโครงการได้ที่ เว็บไซต์ <https://bit.ly/V-Smart-Camp-67>

หรือที่เพจเฟซบุ๊ก <https://www.facebook.com/ibsclubthailand>

๒. ค่าลงทะเบียน ๓๐๐ บาท

๗.๒. คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมโครงการ

๑. เป็นนิสิตนักศึกษา ระดับอุดมศึกษาหรือเทียบเท่า

๒. สุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่เป็นไข้ หรือมีอาการของโรคติดเชื้อทางเดินหายใจ ไม่เป็นโรคติดต่อ หรือมีโรคประจำตัวร้ายแรง ทั้งนี้เพื่อความปลอดภัยในสุขภาพของผู้เข้าร่วมโครงการ

๓. เป็นผู้ที่มีสนใจในการนั่งสมาธิ

๔. สามารถรักษาศีล ๘ และสามารถปฏิบัติตามข้อกำหนดของโครงการได้

๗.๓. สิ่งที่ต้องเตรียมมาใช้ในการโครงการ

๑. ชุดลำลองอย่างน้อย ๒ ชุด ควรเป็นชุดที่สุภาพเรียบร้อย ไม่รัดรูป ไม่บางเกินไป เสื้อควรเป็นสีขาว หรือสีสุภาพและไม่ใส่เสื้อแขนกุด, เสื้อทับ (สำหรับนิสิตนักศึกษาหญิง), กางเกงควรเป็น กางเกงขายาว สีสุภาพ

๒. เสื้อกันหนาว ๑ ตัว

๓. รองเท้าผ้าใบ ๑ คู่ สำหรับใส่เล่นกีฬา และรองเทาลำลอง ๑ คู่

๔. ของใช้ส่วนตัว เช่น ผ้าเช็ดตัว, แปรงสีฟัน, ยาสีฟัน, สบู่, ยาสระผม ฯลฯ

๕. ยาประจำตัว, หน้ากากอนามัย

๗.๔. สิ่งห้ามนำมาในการเข้าร่วมโครงการ

ได้แก่ อาวุธ และสิ่งเสพติดทุกชนิด

๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๘.๑. ผู้เข้าร่วมโครงการได้เรียนรู้วิธีการฝึกสมาธิ และหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเบื้องต้น เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในด้านต่าง ๆ และสามารถปรับใช้กับการเรียน การทำงาน และชีวิตประจำวันได้
- ๘.๒. ผู้เข้าร่วมโครงการได้ฝึกพัฒนาจิตใจให้มั่นคง เข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าในตนเองมากขึ้น และสามารถจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้น
- ๘.๓. ผู้เข้าร่วมโครงการได้พัฒนาทักษะการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น และมีความสามารถในการดำรงตนอยู่ในสังคมได้ดียิ่งขึ้น
- ๘.๔. เกิดเครือข่ายเยาวชนรุ่นใหม่ ที่เป็นคนเก่งและดี มีทัศนคติและจิตใจที่มั่นคง และพัฒนาไปสู่เครือข่ายคนเก่งและดีระดับประเทศชาติ

๙. การติดต่อสอบถาม

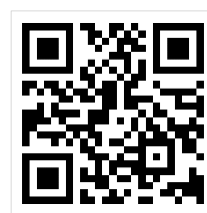
- ๙.๑ ผู้ประสานงานสถาบันการศึกษา

ภูมิภาคของสถาบันการศึกษา	ผู้ประสานงาน	เบอร์โทรศัพท์
กรุงเทพมหานคร ภาคกลาง และภาคตะวันตก	คุณคชาวุฒิ รักโนนสูง	๐๘-๘๐๐๒-๖๑๗๓
ภาคอีสานล่าง และภาคตะวันออก		
ภาคอีสานบน	คุณเกวลี จงรวมกลาง	๐๘-๐๕๔๔-๕๕๓๖
ภาคเหนือ	คุณธัญญารัตน์ คำแดง	๐๘-๒๔๕๐-๕๖๓๙
ภาคใต้	คุณสุธิธิดา จันทร์ประทุม	๐๙-๑๑๑๙-๑๘๙๓

- ๙.๒ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ เพจเฟซบุ๊ก <https://www.facebook.com/ibsclubthailand> หรือสแกน QR Code ด้านล่าง



เพจเฟซบุ๊ก : IBSClub



สมัครเข้าร่วมโครงการ