



ข้อปฏิบัติ และกฎระเบียบ

วัดป่าเป้า (ศโปการาม) สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดเชียงใหม่แห่งที่ 2

ผู้สนใจเข้าปฏิบัติธรรม สำนักปฏิบัติธรรมวัดไร่เปิง (ตโปทาราม)

รายละเอียดที่ควรทราบในการเข้ามาปฏิบัติธรรม
ณ วัดไร่เปิง (ตโปทาราม) ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่
สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดเชียงใหม่ แห่งที่ 2

- ✓ ลงทะเบียนเข้าปฏิบัติธรรมที่สำนักงานแม่ชี (นักปฏิบัติธรรมหญิง) หรือที่สำนักงานสงฆ์ (นักปฏิบัติธรรมชาย) เวลา 7:00 น. ทุกวัน ยกเว้นวันพระ
- ✓ พิธีรับพระกรรมฐาน และรับศีล 8 เวลา 8:00 น. ของทุกวัน ยกเว้นวันพระ
- ✓ พิธีลาศีล 8 (กลับบ้าน) และรับศีล 5 เวลา 6:00 น. (หลังทำวัตรเช้า) ของทุกวัน



สิ่งที่ต้องเตรียมมา

1. บัตรประชาชนตัวจริง หรือมีบุคคลที่เชื่อถือได้มารับรอง
2. เสื้อ-ผ้าถุง หรือกางเกงขายาว-ผ้าสไบสีขาวสำหรับนักปฏิบัติธรรมหญิง ห้ามใส่เสื้อคอกว้าง-รัดรูป-แขนกุด-เอวลอย, เสื้อ-กางเกงขายาวสีขาว สำหรับนักปฏิบัติธรรมชาย
3. ของใช้จำเป็นส่วนตัว เช่น สบู่, แปรงสีฟัน, ยาสีฟัน, ผ้าเช็ดตัว, รองเท้าแตะ ฯลฯ (ไม่จำเป็นต้องเป็นสีขาว)
4. อื่นๆ เช่น นาฬิกาปลุก (ไม่อนุญาตให้ใช้โทรศัพท์มือถือเป็นนาฬิกาปลุก), เข็มกลัดซ่อนปลาย, เสื้อซับในสีขาว (สำหรับนักปฏิบัติธรรมหญิงสวมกับเสื้อชั้นในให้ดูเรียบร้อย) กระโปรงซับในขาว (กรณีเมื่อหุงผ้าถุง)

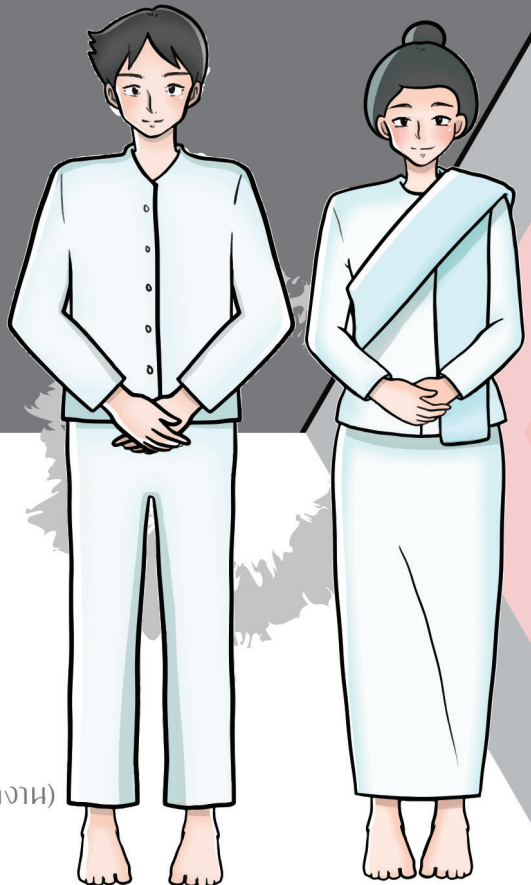
สิ่งที่ต้องปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ในระหว่างอยู่ปฏิบัติธรรม

1. ห้ามสวมเครื่องประดับตกแต่งร่างกาย, ห้ามนำของมีค่า-เครื่องประดับติดตัวมา เช่น สร้อยพระ แหวน กำไล
2. ห้าม ไม่ให้นำโทรศัพท์มือถือมาด้วย งดการใช้โทรศัพท์ และไม่ติดต่อกับใครๆ ตลอดเวลาที่อยู่ปฏิบัติธรรม
3. ห้ามใช้เครื่องสำอาง-ของหอม ตกแต่งใบหน้าและร่างกาย และให้เก็บ-มัดรวบผมให้เรียบร้อย
4. เพื่อความสะดวกสบายในขณะที่อยู่ปฏิบัติธรรม ควรสวมรองเท้าแต่ไม่มีส้น
5. เพื่อเป็นการไม่เสียเวลาในการปฏิบัติฯ ทางวัดได้จัดเตรียมอาหารตามความเหมาะสม ให้ทั้งมือเช้าและกลางวันดังนั้นจึงไม่อนุญาตให้ออกไปซื้ออาหารหรือปรุงอาหารทานเอง
6. ผู้ปฏิบัติฯ สามารถซื้อของใช้ที่จำเป็นได้ที่ร้านค้าของวัด
7. ไม่อนุญาตให้ผู้ปฏิบัติฯ ออกไปนอกบริเวณวัดโดยเด็ดขาด หากมีความจำเป็นจริงๆ จะต้องได้รับอนุญาตจากพระอาจารย์ผู้สอบอารมณ์เป็นลายลักษณ์อักษร และนำหลักฐานมาแจ้งต่อเจ้าหน้าที่สำนักงานก่อนทุกครั้ง
8. ต้องเข้าร่วมปฏิบัติธรรมพร้อมกันทุกวัน เวลา 4:30 น. 13:00 น. และ 18:00 น. นอกจากนี้ได้รับการยกเว้นจากพระอาจารย์ผู้สอบอารมณ์
9. ห้ามจับกลุ่มคุยกัน ไม่ว่าจะป็นภายในห้องพักหรือบริเวณอื่นๆ ในวัด ไม่ว่าจะกับโยคีด้วยกันหรือกับพระ-เณร-แม่ชี ภายในวัด เพราะจะทำให้เสียอารมณ์การปฏิบัติ ให้สำรวมกิริยามารยาท ไม่พูดคุยเสียงดัง และห้ามการเรียไร การทรงเจ้า และดูดวงทุกชนิด
10. หากมีเพื่อนหรือญาติมาเยี่ยม ห้ามพากันไปพูดคุยภายในที่พัก/ห้องพัก และไม่ควรพูดคุยกันเกิน 30 นาที ห้ามพาบุคคลภายนอกเข้าพักหรืออาศัยในกุฏิ/ห้องพัก และห้ามบุคคลต่างเพศเข้าไปในกุฏิ/ห้องพักโดยเด็ดขาด
11. หากเจ็บป่วยหรือไม่สบาย ควรแจ้งพระพี่เลี้ยง(สำหรับโยคีชาย) แม่ชีพี่เลี้ยง(สำหรับโยคีหญิง) หรือแจ้งเจ้าหน้าที่สำนักงาน
12. หากมีปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติให้เรียนปรึกษาพระอาจารย์ผู้สอบอารมณ์ หรือแจ้งเจ้าหน้าที่สำนักงานเท่านั้น งดการพูดคุย ทักทายหรือส่งอารมณ์กันเองโดยเด็ดขาด
13. ในระหว่างอยู่ปฏิบัติธรรมตามหลักสูตรนี้ ไม่อนุญาตให้นำวิธีการปฏิบัติแบบอื่นมาปฏิบัติ
14. ต้องเข้าสอบอารมณ์ทุกวัน ตามวันและสถานที่ที่จัดให้กับพระวิปัสสนาจารย์เท่านั้น และต้องปฏิบัติตามคำสอนของพระวิปัสสนาจารย์โดยเคร่งครัด
15. กำหนดระยะเวลาที่อยู่ปฏิบัติธรรมที่วัด อยู่อย่างน้อย 3 คืนขึ้นไป นานที่สุด 1 เดือน
16. ถ้าไม่ทำตามระเบียบนี้ เจ้าหน้าที่ของวัดมีสิทธิ์ให้ออก และจะไม่รับประกันการเข้าอยู่วัดในครั้งต่อไป



การแต่งกาย

สำหรับพระภิกษุ สามเณร ต้องนุ่งห่มดอง
เพื่อเป็นปริมนทล ทุกครั้งที่ออกมาทำกิจนอกกุฏิ
เช่นการสอบอารมณฺ์ หรือ บิณฑบาตที่รอบวิหารลายคำ



การแต่งกาย

สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมทั่วไปให้นุ่งห่มชุดขาว
โดยผู้ปฏิบัติธรรมหญิง
ต้องมีผ้าสไบสีขาวด้วย
(หากไม่สามารถแจ้งยืมจากเจ้าหน้าที่สำนักงาน)



กุฏิ และห้องพัก

สำนักปฏิบัติธรรมวัดไร่เปิง (ตโปทาราม)

กุฏิ, ห้องพัก 1 ห้อง ต่อผู้ปฏิบัติ 1 ท่าน

ควารดูแลรักษาความสะอาดภายในกุฏิ, ห้องพักและบริเวณรอบกุฏิ, ห้องอยู่เสมอ ห้ามเคลื่อนย้ายสิ่งของที่มึประจำกุฏิ, ห้องพักออกไปไว้ที่อื่นหรือนำไปกุฏ, ห้องอื่น ตลอดจนห้ามประกอบอาหารภายในกุฏิ ห้ามให้อาหารสัตว์ทุกชนิดในบริเวณสถานที่ปฏิบัติธรรมและในวัดไม่อนุญาตนำเครื่องใช้ไฟฟ้าอื่น ๆ มาใช้ในกุฏิ เช่นเครื่องปรับอากาศ เคลื่อนที่ หรือกระแสไฟฟ้า เป็นต้น เมื่อถึงกำหนดกลับ ต้องแจ้งกับเจ้าหน้าที่สำนักงานก่อนวันกลับ 1 วัน ทำความสะอาดกุฏิ, ห้องพัก ให้เรียบร้อย และนำกุญแจ, ห้องพักทั้งเครื่องนอนส่งคืนที่สำนักสงฆ์ ก่อนเวลา 16.30 น.

ที่พักชาวต่างชาติ



ที่พักชาย (ป่ายาง)



ที่พักฝ่ายหญิง

เขตปฏิบัติธรรมฝ่ายหญิง

- อาคารวิปัสสนา 1 กุฏิห้องพักเตียงเดี่ยว สำหรับโยคีผู้สูงอายุ
- อาคารวิปัสสนา 2 กุฏิห้องพักเตียงคู่ สำหรับโยคีผู้ปฏิบัติธรรมใหม่
- เขตปฏิบัติธรรมพิเศษ ธรรมภาวนา กุฏิเดี่ยว สำหรับโยคีเข้าปฏิบัติธรรมแบบเคร่งครัด

ผู้สนใจเข้าปฏิบัติธรรม

สำนักปฏิบัติธรรมวัดไร่เปิง (ตโปทาราม)

ควรโทรศัพท์ ติดต่อกับเจ้าหน้าที่ก่อนเข้ามา โดยผู้ปฏิบัติธรรมพัก กุฏิ / ห้อง
พัก 1 ห้อง ต่อผู้ปฏิบัติ 1 ท่าน โดยกำหนด ระยะเวลาในการเข้าอยู่ปฏิบัติธรรมทุก
ครั้ง จะไม่ต่ำกว่า 3 วัน และไม่เกิน 1 เดือน (วันพระไม่มี การรับกรรมฐาน)

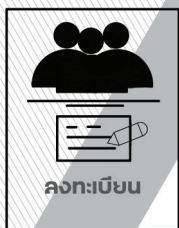


ติดต่อเข้าปฏิบัติธรรม

สำนักงานแม่ชี 053 278 620 ต่อ 109, 062-216 8339 (สำหรับผู้หญิง)

สำนักงานสงฆ์ 053 278 620 ต่อ 102, 065-032 7592 (สำหรับพระภิกษุ สามเณร ผู้ชาย)

สำนักงานฝ่ายต่างประเทศ 082 1857 701



ลงทะเบียน

สำนักปฏิบัติธรรมวัดไร่เปิง (ตโปทาราม)

ทางวัดจำเป็นต้องฝึกลงทะเบียนเพื่อไม่ให้ผู้มาปฏิบัติธรรมกระทำผิดกฎ และไม่ให้ผู้อื่นเดือดร้อน เพราะมีผู้คนอยู่ร่วมกันเป็นจำนวนมาก ทางวัดจึงขอความร่วมมือกับผู้ปฏิบัติทุก ๆ ท่านทราบก่อนเข้ามาอยู่ในสถานที่ปฏิบัติธรรม ผู้ที่จะปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต้องลงทะเบียน ที่สำนักวิปัสสนากรรมฐานทุกครั้งก่อนการขึ้นกรรมฐาน เวลา 07.000 น. ของทุกวัน (ยกเว้นวันพระ)



เอกสารที่ใช้

สำนักปฏิบัติธรรมวัดไร่เปิง (ตโปทาราม)

บัตรประชาชนตัวจริง หรือมีบุคคลที่เชื่อถือได้มารับรอง พระภิกษุ - สามเณร - แม่ชี - ให้อธิบายสิทธิบัตรที่ออกโดย พระสงฆ์ในกรณีที่ยังไม่มีใบสุทธิ ต้องมีหลักฐานการบวชมาแสดง พร้อมบัตรประจำตัวประชาชน สำหรับพระภิกษุที่ยังบวชไม่ถึง ๕ พรรษาต้องมีหนังสือส่งตัวจากวัดต้นสังกัด



สำนักสงฆ์



สำนักงานแม่ชี

การรับ / ลา พระกรรมฐาน



ทางสำนักปฏิบัติธรรมวิปัสสนาวัดไร่เปิง (ตโปทาราม) มีการรับ-ลา
กรรมฐานทุกวัน (ยกเว้นวันพระ) ผู้ที่มาปฏิบัติธรรมจะต้องแจ้งชื่อกับ
เจ้าหน้าที่สำนักงาน และมาพร้อมกัน ในเวลา ๙.๐๐ น ที่ศาลาชวน
ภาวนา

พระวาสนผู้เข้ามาปฏิบัติธรรมทุกท่าน จะต้องรับศีล ๘ ตลอดระยะเวลา
ที่เข้าปฏิบัติธรรม

หลังพิธีรับพระกรรมฐาน สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมใหม่ จะได้รับการแนะนำ
แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ จากผู้ช่วยพระ
วิปัสสนาจารย์หรือเจ้าหน้าที่ก่อนการเริ่มปฏิบัติทุกครั้ง



อาหารเช้า / เพล

สำนักปฏิบัติธรรมวัดไร่เปิง (ตโปทาราม)

ทางโรงครัวของวัดไร่เปิง จะดูแลจัดเตรียมอาหาร ๒ มื้อ ทั้งอาหารปกติและมังสวิรัต เพียงพอสำหรับพระภิกษุ สามเณร และผู้เข้าปฏิบัติธรรมทุกท่านไม่ต้องกังวลเรื่องอาหาร

ผู้ปฏิบัติธรรมต้องมาตรงต่อเวลาที่กำหนดไว้ คือ



-พระภิกษุ, สามเณร

ฉันเช้าเวลา ๐๖.๐๐ น.

ฉันเพล ๑๐.๓๐ น.

โดยต้องนำบาตรมาบิณฑบาต และให้พระเจ้าภาพภัตตาหาร



-แม่ชี, อุบาสก, อุบาสิกา

ฉันเช้า 06.00 น.

อาหารกลางวัน 10.30 น.

สถานที่รับประทานอาหารเช้าที่เดียวกัน คือหอฉัน

แนวทางการปฏิบัติ

วิปัสสนากรรมฐาน ในแนวสติปัฏฐาน ๔



ผู้ปฏิบัติธรรมทุกท่าน ต้องปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ในแนวสติปัฏฐาน ๔ ต้องมีการกราบสติปัฏฐาน เติงทรงกรม และนั่งสมาธิ กำหนด พองหนอ - ยุบหนอ ตามผู้ที่ช่วยพระวิปัสสนาจารย์หรือเจ้าหน้าที่ แนะนำก่อนการปฏิบัติเท่านั้น

ผู้ปฏิบัติธรรมทุกท่าน ควรปฏิบัติให้ได้ไม่น้อยกว่า ๘-๑๒ ชั่วโมง ยึดหลัก “กินน้อย พุดน้อย นอนน้อย ปฏิบัติเยอะ”

ผู้ปฏิบัติต้องสวดอารมณฺ์พระกรรมฐานทุกวัน



กิจกรรมในแต่ละวัน

๑. พระภิกษุ - สามเณร แม่ชี โยคี และผู้ปฏิบัติธรรมต้องทำวัตรเช้า - เย็นทุกวัน ร่วมกัน

๒. เวลา ๑๓.๐๐ น ผู้ปฏิบัติธรรมต้องออกมาปฏิบัติรวมกัน ณ ศาลาชวนภาวหา

พระภาวนาธรรมาภิช พระวิปัสสนา เจ้าอาวาสวัดไร่เปิง กล่าวถึงความเกี่ยวข้องของสถานที่กับการปฏิบัติไว้ว่า ...
“...เรื่องของสถานที่ที่มีความสำคัญอยู่ เพราะว่า ในกรรมฐานบางบท พระพุทธเจ้าถึงกับกำหนดด้วยว่า เป็นป่า เป็นโค่นไม้ เป็นเรื่องว่าง พระองค์ใช้คำว่าอรัญญคโต วา รุกขมุสคโต วา สุนฺญาคารคโต วา คือไปแล้วสู่ป่าก็ดี สู่เรือนว่างก็ดี เพราะกรรมฐานบางบทนั้นจะต้องอาศัยความละเอียด ความสงบของสถานที่ จึงจะสามารถเห็นอารมณ์ได้ชัดเจน ทำให้ผู้ปฏิบัติดูอาการของจิตได้ชัดเจนความหวั่นไหวของจิตได้ชัดเจน มันจึงจะสามารถช่วยทำให้โยคีนั้นมีสมาธิได้ดี”

สำหรับคนไทยเรานั้น ก็จะมีการแบ่งออกเป็นผู้ปฏิบัติธรรมะระยะยาว ให้อยู่ในเขตพิเศษ ที่เราจะมีผู้ควบคุมดูแลเป็นพิเศษ และก็ให้อยู่ในห้องเดี่ยว กุฏิเดี่ยวเท่านั้น ไม่ให้อยู่คู่ ส่วนผู้ปฏิบัติทั่วๆ ไปที่มาระยะสั้น เราก็จะให้อยู่แบบห้องเดี่ยวบ้าง ห้องคู่บ้าง ตามสภาพคนมาากน้อย

วัดไร่เปิงเตรียมพร้อมที่จะรับชาวต่างชาติ ทุกเวลาและจากทุกประเทศ ไม่ว่าจะประเทศไหน เพราะว่าเรามีสำนักงานต่างประเทศที่มีเจ้าหน้าที่อยู่แล้ว มีเจ้าหน้าที่ต้อนรับ สอนและสาธิตให้ แล้วสามารถสอบอารมณ์ในภาษาอังกฤษได้

เยาวชนตั้งแต่เด็กจนถึงกลุ่มนักเรียน นักศึกษา หรือหน่วยราชการผู้ใหญ่ก็จะให้อยู่อีกกลุ่มหนึ่ง เรียกว่า เป็นการปฏิบัติเข้าค่ายธรรมาภาวาก็จะมีอาคารที่รับรองเป็นที่พักรวม เป็นห้องปฏิบัติธรรมแล้วมีวิทยากรดูแลเป็นสัดส่วน



กิจกรรมพิเศษ

วันโกน และ วันพระ



วันโกน ในเวลา ๑๘.๐๐ น พระสงฆ์ สามเณร แม่ชี โยคี ผู้ปฏิบัติธรรม ทุกๆ ท่าน (ยกเว้นผู้เข้าอธิษฐาน) ต้องมาร่วมกันทำวัตร สวดมนต์ สมาทานศีล และรับฟังพระธรรมเทศนา

วันพระ พระสงฆ์ สามเณร แม่ชี โยคี ผู้ปฏิบัติธรรม (ยกเว้นผู้เข้าอธิษฐาน) ร่วมกิจกรรมวันพระ

-ช่วงเช้าเวลา ๐๘.๐๐ น พระสงฆ์สามเณร รับบิณฑบาต รอบวิหาร ลายคำ รับสมาทานศีล ฟังธรรมเทศนา (ยกเว้นผู้เข้าอธิษฐาน)

-ช่วงเวลา ๑๗.๐๐ น.พระสงฆ์ทุกรูปลงอุโบสถ (เฉพาะวันขึ้น ๑๕ ค่ำ และแรม ๑๕ ค่ำ)

-ช่วงค่ำเวลา ๒๐.๐๐ น. ฟังปาฐกถาธรรม จากเจ้าอาวาสและ เวียนเทียนร่วมกัน เสร็จแล้วนั่งภาวนา



สอบอารมณ

การสอบอารมณคือ การรายงาน การส่งอารมณ สภาวะ การปฏิบัติ และรับคำชี้แนะการปฏิบัติจากพระอาจารย์ในแต่ละวัน โดยผู้ปฏิบัติ ทุกคนต้องไปส่งอารมณการปฏิบัติกับพระอาจารย์ที่ทางสำนักงานจัดให้ทุกวัน(ยกเว้นวันพระ) วันละ ๑ ครั้งเท่านั้น ไม่อนุญาตให้เปลี่ยนพระอาจารย์สอบอารมณโดยพลการ



วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม)

สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดเชียงใหม่แห่งที่ 2 สังกัด มหาเถรสมาคม

เป็นสถานที่ฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 สำหรับพระภิกษุสามเณร ประชาชนชาวไทยและต่างประเทศ ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2516 โดยพระพรหมมงคล (หลวงปู่ทอง สิริมจฺจโล) จนถึงปี พ.ศ. 2534 ท่านได้รับพระบัญชาจากสมเด็จพระสังฆราชให้ไปดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร ต.บ้านหลวง อ.จอมทอง จ.เชียงใหม่ โดยมีพระสมุห์สุพันธ์ อาจิณฺณสีโล เป็นรักษาการเจ้าอาวาส

จนกระทั่ง ปี พ.ศ. 2539 พระภาวนาธรรมาภิช ฐ ว. (สุพันธ์ อาจิณฺณสีโล) ได้รับการแต่งตั้งเป็นเจ้าอาวาสวัดร่ำเปิง (ตโปทาราม) และสืบสานงานเผยแผ่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมาจนถึงปัจจุบัน



เวลา 04.30 น.
สวดมนต์ทำวัตรเช้า



เวลา 06.00 น.
ฉันภัตตาหารเช้า
รับประทานอาหารเช้า

เวลา 07.30 น.
บิณฑบาต รอบวิหาร



เวลา 09.30 น.
รับพระกรรมฐานพระภิกษุ, สามเณร,
ชาย, หญิง รับฟังโอวาทกาลาชวนภาวนา

เวลา 10.30 น.
ฉันภัตตาหารเช้า
รับประทานอาหารเช้า





เวลา 13.00 น.
ปฏิบัติธรรมรวม (หญิง)
ณ ศาลาชวนภาวนา



เวลา 17.00 น.
สอบอารมณ์กรรมฐาน
(พระภิกษุ, สามเณร, ผู้ชาย)



เวลา 18.00 น.
สวดมนต์ ทำวัตรเย็น
พร้อมกัน ณ อุโบสถ

เวลา 20.00 น.
ฟังพระธรรมเทศนา (วันโกน)
ปาฐกถาธรรม (วันพระ)



เวลา 21.00 น.
เวียนเทียน (วันพระ)

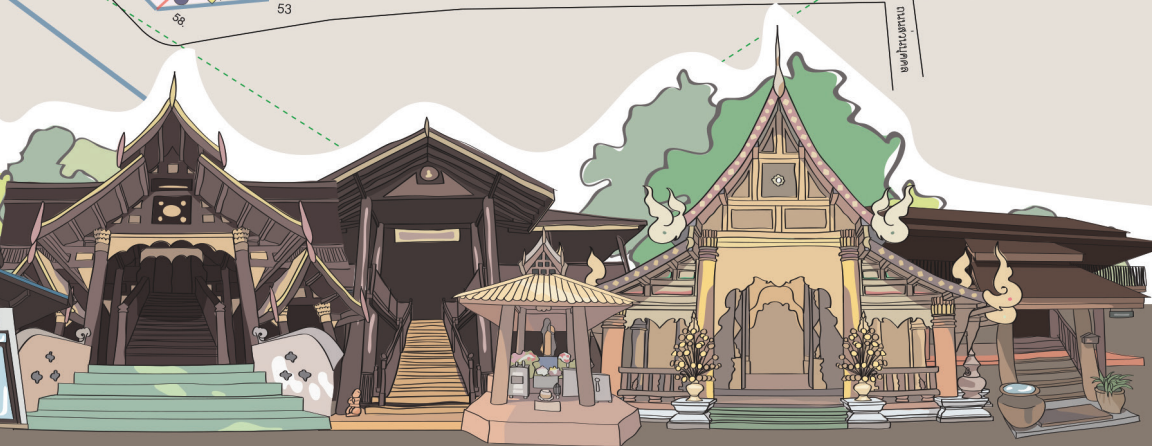
สัญลักษณ์

- | | |
|---|---|
| ■ ก. อุโบสถ | ■ 24. กุฏิแม่ชีห้องคู่ |
| ■ ข. พระธาตุเจดีย์ | ■ 25. กุฏิแม่ชีห้องแถว 3 ห้อง |
| ■ ค. วิหาร | ■ 26. กุฏิแม่ชีห้องแถว 4 ห้อง |
| ■ ง. ศาลาชวนภาวนา / ห้องประชุมใต้ดิน | ■ 27. รั้วสังฆภัณฑ์ |
| ■ จ. กุฏิที่พักพิง | ■ 28. กุฏิโยคีปฏิบัติธรรม |
| ■ ฉ. กุฏิสงฆ์อยู่ประจำชั้นเดียวห้องคู่ | ■ 29. กุฏิโยคีปฏิบัติธรรมอยู่ประจำ 2 ชั้น |
| ■ ช. กุฏิสงฆ์อยู่ประจำชั้นเดียวห้องคู่ไม่ | ■ 30. กุฏิปฏิบัติธรรมฝ่ายหญิง แถว 6 ห้อง |
| ■ ซ. กุฏิสงฆ์อยู่ประจำชั้นเดียวห้องเดี่ยว | ■ 31. กุฏิรวมเ็น |
| ■ ญ. กุฏิสามเณรโรงเรียนปริยัติธรรม | ■ 32. อาคารวิปัสสนา 1 |
| ■ บ. อาคารชวนก่อนบุญ | ■ 33. อาคารวิปัสสนา 2 |
| ■ ป. กุฏิสงฆ์ | ■ 34. ห้องเก็บครุภัณฑ์ |
| ■ 1. โรงเรียนปริยัติธรรม | ■ 35. กุฏิกรรมฐานเดี่ยวฝ่ายต่างประเทศหญิง |
| ■ 2. อาคาร 80 ปี พระราชพรหมชาจารย์ | ■ 36. อาคารปฏิบัติธรรมฝ่ายต่างประเทศหญิง |
| ■ 3. หอพระไตรปิฎก/ ห้องปฏิบัติธรรมใต้ดิน | ■ 37. ห้องสุชา |
| ■ 4. หอระฆัง | ■ 38. ลานมณฑลธรรม |
| ■ 5. อาคารที่พักสงฆ์ประจำ | ■ 39. ลานปฏิบัติธรรมใต้ดินยางนา |
| ■ 6. หอพระธรรมมิ่งมงคลจารย์ | ■ 40. ลานปฏิบัติธรรมเรือดอขิฐานจิต |
| ■ 7. ศาลาแก้วมรกต | ■ 41. ลานปฏิบัติธรรมลานโพธิ์ |
| ■ 8. กุฏิกรรมฐานพระห้องเดี่ยว (ไม้) | ■ 42. บัณฑิตสถาน 1 |
| ■ 9. กุฏิกรรมฐานพระห้องคู่ (ไม้) | ■ 43. ศาลาที่เตรียมสออารามณ์ |
| ■ 10. กุฏิกรรมฐานพระห้องคู่ | ■ 44. กำแพงวัดชั้นใน |
| ■ 11. กุฏิกรรมฐานอุบลากห้องคู่ | ■ 45. กำแพงวัดชั้นนอก |
| ■ 12. กุฏิกรรมฐานอุบลากห้องแถว | ■ 46. ซุ้มป้ายหน้าวัด |
| ■ 13. กุฏิกรรมฐานชาวต่างประเทศชาย | ■ 47. ซุ้มป้ายหลังวัด |
| ■ 14. กุฏิรับรอง หิริญพฤกษ์ | ■ 48. ประตูหน้าวัด |
| ■ 15. กุฏิพระวิปัสสนาจารย์ | ■ 49. ประตูหลังวัด |
| ■ 16. สำนักงานวัดไร่เม็ง | ■ 50. ประตูวัดด้านเหนือ |
| ■ 17. สำนักงานสงฆ์วัดไร่เม็ง | ■ 51. ประตูวัดด้านตะวันตกเฉียงเหนือ |
| ■ 18. สำนักงานเสนาเจ้าอาวาส | ■ 52. ประตูวัดด้านทิศใต้ |
| ■ 19. หอนั่ง | ■ 53. ประตูทิศตะวันตกเฉียงใต้ |
| ■ 20. โรงครัว | ■ 54. ศาลาพระนอน |
| ■ 21. โรงรถ | ■ 55. บ่อน้ำ |
| ■ 22. ศาลาเรือนแรม | ■ 56. ลานเพ็ชร์ฟ้า |
| ■ 23. กุฏิแม่ชีห้องเดี่ยว | ■ 57. ร้านค้า |

- | |
|----------------------------------|
| ■ 58. แท่งคน้ำ |
| ■ 59. ศาลาเก็บครุภัณฑ์/สังฆภัณฑ์ |
| ■ 60. หนวยซ่อมบำรุง |
| ■ 61. หออภิรักษ์ (ศาลาพระเสด็จ) |
| ■ 62. มณฑลปรอยพระบาท |
| ■ 63. พระสิวลี |
| ■ 64. สำนักงานฝ่ายต่างประเทศ |
| ■ 65. ห้องพยาบาล |
| ■ 66. สำนักงานรองเจ้าคณะอำเภอ |
| ■ 67. หอนั่ง - น้ำปานะ |



แปลนวัดรำเปิง(ตโปทาราม)



วัดรำเปิง (ตโปทาราม) ติดต่อ



สำนักงานแม่ชี 053 278 620 ต่อ 109, 062-216 8339
สำนักงานสงฆ์ 053 278 620 ต่อ 102, 065-032 7592,
สำนักงานฝ่ายต่างประเทศ 0821 857 701



Email : wrp.vipassana@gmail.com
www.watrampoeng.com



วัดรำเปิง (ตโปทาราม) เลขที่ 1 หมู่ 5
ต. สุเทพ อ. เมือง จ. เชียงใหม่ 50200

สำนักปฏิบัติธรรม วัดรำเปิง (ตโปทาราม)

การอยู่ในสถานที่ ที่เอื้อต่อการดูจิต ดูอาการของจิตนั้น จะทำให้เราเข้าใจถึงความจริงของชีวิตว่า ชีวิตของเราดำเนินไปด้วยกำลังของบุญหรือบาป หรือกุศล อกุศล เหตุเกิดของปัญญานั้น มีสมาธิเป็นฐาน มีสมาธิเป็นมูล มีสมาธิเป็นปัจจัย จริงอยู่ วิปัสสนานั้นเราอาศัยหลักของ ขณิกสมาธิ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าต้องมีเสียงหรือสิ่งอื่นรบกวนเกินไป ขณิกสมาธิที่มีความต่อเนื่องขณิกสมาธิที่มีกำลังก็คือความต่อเนื่องของเขมื่ออยู่ตลอด จึงเป็นปัจจัย เป็นฐานอันเกิดปัญญาและปัญญาได้