

กำหนดการอบรม “การเผชิญความตายอย่างสงบ”

วันที่ 6-8 มกราคม 2566 ณ เดอะ รอยัลเจมส์ กอล์ฟ รีสอร์ท ศาลายา นครปฐม

วันศุกร์ที่ 6 มกราคม 2566

- 08.45 – 09.00 ลงทะเบียน
- 09.00 – 09.45 กิจกรรมแนะนำตัว กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ ความคาดหวัง ข้อตกลงร่วม
- 09.45 – 11.30 แบ่งปันมุมมองและความรู้สึกนึกคิดต่อเรื่องความตายในสังคมปัจจุบัน
- 11.30 – 12.30 อาหารกลางวัน
- 12.30 – 13.15 ผ่อนพักตระหนักรู้ (นอนภาวนา)
- 13.15 – 16.30 สภาพการตายที่พึงปรารถนาและไม่พึงปรารถนา
- 16.30 – 18.00 พักผ่อน และรับประทานอาหารเย็น
- 18.00 – 18.20 สมาธิภาวนา
- 18.20 – 19.30 ทำความเข้าใจเรื่องภาวะใกล้ตายและกระบวนการตาย ทั้งทางกายภาพและจิตวิญญาณ

วันเสาร์ 7 มกราคม 2566

- 08.10 – 08.30 สมาธิภาวนา
- 08.30 – 11.30 หลักการการดูแลจิตใจผู้ป่วยระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธและฝึกทักษะการเยียวยาจิตใจผู้ป่วยระยะสุดท้ายผ่านสถานการณ์จำลอง
- 11.30 – 12.30 อาหารกลางวัน
- 12.30 – 13.15 ผ่อนพักตระหนักรู้ (นอนภาวนา)
- 13.15 – 16.00 กิจกรรมสื่อความเข้าใจถึงผู้ล่วงลับ
- 16.00 – 17.00 พักผ่อน
- 17.00 – 18.00 อาหารเย็น
- 18.00 – 18.20 สมาธิภาวนา
- 18.20 – 19.00 ความปรารถนาในช่วงท้ายของชีวิต (พินัยกรรมชีวิตผ่านสมุดเบาใจ)
- 19.00 – 20.00 พิจารณามรณสติ (ตายก่อนตาย)

วันอาทิตย์ที่ 8 มกราคม 2566

- 08.10 – 8.30 สมาธิภาวนา
- 08.30 - 11.30 การฝึกทักษะการดูแลผู้อยู่ในภาวะสูญเสีย
- 11.30 – 12.30 อาหารกลางวัน
- 12.30 – 13.30 แบ่งกลุ่มแลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้เรียนรู้ และคำถาม/ข้อสงสัย
- 13.30 – 14.00 บรรยายธรรม “การเยียวยาความสูญเสีย”
- 14.00 – 15.00 ตอบคำถามข้อสงสัย และปิดการอบรม

** หมายเหตุ กำหนดการอบรมอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

วิทยากร: 1. พระไพศาล วิสาโล 2. นางสาววรรณ จารุสมบุญ

วิทยากรด้านการแพทย์ นพ. ฐากร กาญจนภาค

ผู้ช่วยวิทยากร: 1. นางสาวอมลวรรณ คำไร 2. นางสาวณพร นัยสันทัด