



A SIMPLE AND POWERFUL  
MEDITATION TECHNIQUE  
FOR EVERYONE

**พระธรรมมงคลญาณ (พระอาจารย์หลวงพ่อ วิริยังค์ สิรินฺธโร)** ได้ศึกษาเรียนรู้การทำสมาธิจากหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต เป็นเวลาหลายปี หลวงปู่มั่นได้ออกพระอาจารย์หลวงพ่อวิริยังค์ไว้ว่า เห็นวิชาสมาธิไปเผยแพร่ให้แก่คนทั้งหลาย ได้ศึกษาและปฏิบัติ ก็จะเป็นประโยชน์มากมายนานาชาติ ฉะนั้น พระอาจารย์หลวงพ่อวิริยังค์ จึงมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องสมาธิและวิปัสสนา อย่างละเอียดพอสมควร ท่านได้สร้างหลักสูตรการทำสมาธิต่างๆ แบบโยทก เรียนง่าย เข้าใจไว เหมาะแก่ประชาชนทั่วไป ใครๆ ก็เรียนได้ ไม่ต้องใช้เวลานาน

**หลักสูตรครูสมาธิ คือสมาธิแบบพอติดๆ ไม่นานก็น้อยเกินไป**

หลักสูตรครูสมาธิ ของสถาบันพลังจิตตานุภาพ เน้นฝึกทำสมาธิอย่างกวีวิธี ปฏิบัติพอดี มีหลักการชัดเจน เป็น สมาธิสมาธิ มีจุดประสงค์อย่างไร ได้ประโยชน์อย่างไร ฝึกสมาธิอย่างไหนถูกต้อง อย่างไหนหลงผิด มีคำถาม คำตอบให้ พระอาจารย์หลวงพ่อกล่าวว่า ประโยชน์ของสมาธิมีทั้งหมด 12 ข้อคือ

- |                           |                          |                          |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. ทำให้หลับสบายคลายกังวล | 5. ทำให้ระงับความรำกายาก | 9. กลับใจได้             |
| 2. กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ     | 6. บรรเทาความเครียด      | 10. เวลาจะสิ้นลม พบทางดี |
| 3. ทำให้สมอง ปัญญาดี      | 7. มีความสุขพิเศษ        | 11. เจริญวาสนาบารมี      |
| 4. ทำให้รอบคอบก่อนทำงาน   | 8. ทำให้จิตอ่อนโยน       | 12. เป็นกุศล             |

**สมาธิที่ดีนำไปใช้ในการงานชีวิตประจำวันได้**

การทำสมาธิได้พลังจิต หรือกำลังใจ เมื่อมีพลังจิตเพียงพอก็นจะมีสติยังชี้แจ้ง ทำงานได้ดี เรียนได้ดี มีความ รับผิดชอบสูง มีเหตุผล มีความเสียสละ เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ต่อครอบครัว ต่อสังคม ต่อประเทศชาติ และต่อโลก สามารถสร้างสันติภาพสันติสุขให้โลกมากยิ่งขึ้นต่อไป ฉะนั้น การทำสมาธิจึงมีผลต่อชีวิตประจำวัน



ดูแลสุขภาพใจ ด้วยการทำสมาธิ  
ช่วงการทำงานมีประสิทธิภาพ  
วัดมีความสุขมากขึ้น



การมีสุขภาพใจดีนั้นมีความสุข

“

ทำกิจการงานต่างๆก็สามารถทำได้มากกว่าคนที่เสียสุขภาพจิต  
ในสังคมต่างๆนั้นต้องการบุคคลที่มีสุขภาพใจ

ซึ่งจะทำให้สังคมเกิดประสิทธิภาพเพราะจะมีบุคคลที่เสียสละเพิ่มขึ้น

ในกิจการต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านไหน

งานจะเพิ่มกำลังงานหรือประสิทธิภาพนั้นๆอีกหลายเปอร์เซ็นต์  
โดยเฉพาะความมีชีวิตชีวา หมายความว่ามีความแจ่มใส

มีคุณธรรมอันที่เรียกว่ามีความไม่เห็นแก่ตัว มีความเมตตา กรุณา

มีเหตุผล หมายความว่าความง่าย คือพูดกันรู้เรื่อง

สิ่งที่มีมนุษย์ต้องการก็เกิดขึ้นกับสุขภาพใจ รวมความว่า

สุขภาพใจมีความสำคัญมากต่อมวลมนุษยชาติ

”



**WS:SSSBบงกลาญาน**

(หลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺธโร)  
ประธานผู้ก่อตั้งสถาบันพลังจิตตานุภาพ





สภาการณ์การทำสมาธิมากกว่า 70 ปี พระธรรมมงคลญาณ ป็นหลักสูตรสมาธิ ใช้เวลาน้อยกว่าเรียนเพียงแค่ 6 เดือน เข้าใจสามารถนำไปสอนผู้อื่นได้

นเป็นระบบ มีตำรา มีทเรียน เป็นลำดับขั้นตอน เข้าใจง่าย บนภาคทฤษฎีและปฏิบัติ

สะดวกสบาย มีห้องบรรยาย นั่งสมาธิในห้องแอร์ ไม่มียุ่ง ปหลิกลิ้นเข้าป่า เขาจึงเพื่อปฏิบัติสมาธิ มีหลายสาขา ทศ ในเขตชุมชน เดินทางสะดวก

ได้ผลมาก ใช้ระยะเวลาการนั่งสมาธิไม่นานเกินไป อาศัยการ อย่างเป็นประจำเป็นสมาธิปฏิบัติทุกา คือ ปฏิบัติแต่พอดี ปากว่าแรงที่บุคคลทั่วไปจะทำได้ ครั้งละ 30 นาที

มพอเหมาะพอดีได้ประโยชน์เต็มที ได้เด่น กว่า 95% ของผู้เรียนจบหลักสูตรสมาธิ มีความสุขมากขึ้น นอนหลับง่าย มีความเครียดน้อยลง

อารมณ์ได้ดี ทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น ปฏิบัติสมาธิ ที่เหมาะกับชีวิตคนทั่วไป ทุกเพศ ทุกวัย ระจำวันได้ตามปกติ คือ ไปทำงานได้อยู่กับครอบครัวได้



www.samathi.com  
www.willpowerinstitute.com  
www.willpowerinstitute.org



สำนักงานใหญ่ วัดธรรมมงคล ถ.สุขุมวิท 101 บางจาก พระโขนง กรุงเทพฯ 10260 โทรศัพท์ : 02-311-1387, 02- 311 -3903 โทรสาร : 02- 741- 3551  
ศูนย์สมาธิวิริยานุภาพ : โทรศัพท์ : 02-741-7822

แผนที่



สถาบันพลังจิตตานุภาพ

HI-TECH  
MEDITATION



พระธรรมมงคลญาณ  
(หลวงพ่อริย์ยังก์ สิริบุญรส)  
ประธานผู้ก่อตั้งสถาบันพลังจิตตานุภาพ





พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ สุตสูตัสสละกะเขต ปัญญิง ”  
การฟังด้วยศรัทธาไม่ได้อัญญา เมื่อเราฟังธรรมฟังเทศน์แล้ว

เราก็มีความเชื่อมั่นในคำสอนของพระพุทธเจ้า

เราก็ทำสมาธิให้จิตมั่นคง

เมื่อทำจิตมั่นคงแล้วพลั้งจิตก็จะเพิ่มพูนให้แก่เรา

เมื่อพลั้งจิตเพิ่มพูนให้แก่เราแล้ว

เราก็สามารถตัดสินใจในทางที่ถูกต้องได้

#### คุณสมบัติของผู้สมัคร

- อายุไม่ต่ำกว่า 20 ปี และไม่เกิน 60 ปี (ยกเว้นบางกรณี)
- วุฒิการศึกษาชั้น ม.3 ขึ้นไป (ยกเว้นบางกรณี)
- สุขภาพดี แข็งแรง
- มีความอดทน และตั้งใจศึกษาเล่าเรียน
- ต้องปฏิบัติตามกฎข้อบังคับ โดยเคร่งครัด
- ไม่เป็นผู้มีสถิติพนันเพื่อน

#### หลักฐานการรับสมัคร

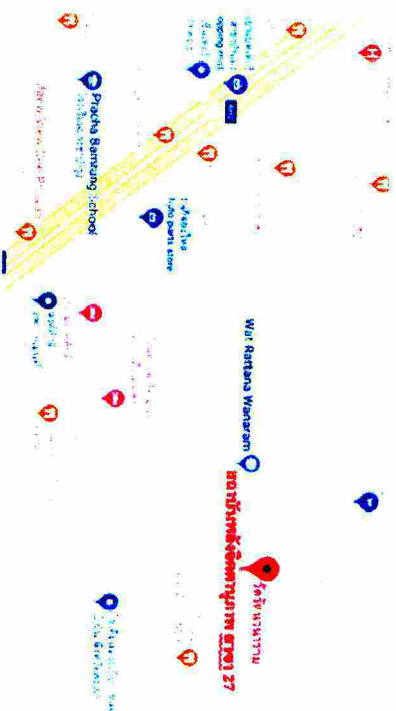
- รูปถ่ายขนาด 1 นิ้ว จำนวน 1 รูป
- สำเนาบัตรประชาชน 1 ชุด
- สำเนาทะเบียนบ้าน 1 ชุด

#### การเรียนการสอนมี 2 ภาค

- ภาควันเสาร์ – อาทิตย์ เรียนเวลา 09.00 – 16.30 น.
- ภาควันจันทร์ – ศุกร์ เรียนเวลา 17.00 – 19.00 น.
- ทั้ง 2 ภาคใช้เวลาเรียน 6 เดือน รวมการเรียน 200 ชั่วโมง



แผนที่จุดที่ตั้ง สถาบันพลังจิตตานาภาพ สาขา 27



พระธรรมมงคลญาณ(หลวงพ่อดาววิริยะศิริ)รับ

ประธานผู้ก่อตั้งสถาบันพลังจิตตานาภาพ

.....

สถาบันพลังจิตตานาภาพ สาขา 27

วัดรัตนาวาส(วัดป่า) อ.เมือง จ.พะเยา



เปิดรับสมัครนักเรียนอาชีวศึกษา

รุ่นที่ 45"รัตนญาณ" (ญาณเปรียญด้วยรัตนนะ)

ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป พิธีปฐมนิเทศ

วันอาทิตย์ ที่ 4 สิงหาคม 2562 เวลา 08.00 น.

สอบถามเพิ่มเติม

อ.วิรัชพัชร(ผู้ดูแลสถาบัน) :089-851-6416

สาขา 27 : 083-959-9892, 086-191-8642





มงคลญาณ(พระอาจารย์หลวงพ่อวิริยังค์สิทธิ์โร )

ยอมรับรู้การทำสมาธิจากหลวงปู่้น ภูริทัตโต เป็นเวลา  
หลวงปู่้นได้บอกพระอาจารย์หลวงพ่อวิริยังค์ไว้ว่า  
มารีไปเผยแผ่ให้แก่มกัทั้งหลายได้ศึกษาและปฏิบัติ  
ระโยชน์มากมายนามหาศาล ฉะนั้น พระอาจารย์  
ริยังค์ จึงมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องสมาธิและวิปัสสนา  
ยต ท่านได้สร้างหลักสูตรการทำสมาธิต่าง ๆ แบบเรียน  
ไว เหมาะแก่ประชาชนทั่วไป ใคร ๆ ก็เรียนได้  
วลาาน

หลักสูตรครูสมาธิ คือสมาธิแบบพอดิ ๆ

ไม่มากไม่น้อยเกินไป

ารครูสมาธิ ของสถาบันพลังจิตตานุภาพ เน้นฝึกทำสมาธิ  
ธี ปฏิบัติพอดิ มีหลักการชัดเจน เป็นสมาธิสมาธิ มี  
้อย่างไร ได้ประโยชน์อย่างไร ฝึกสมาธิอย่างไรถูกต้อง  
หลงผิด มีคำถาม คำตอบให้



พระอาจารย์หลวงพ่อก้าวว่า ประโยชน์ของสมาธิมี 12 ข้อ คือ

1. ทำให้หลับสบายคลายกังวล
2. กำจัดโรคภัยไข้เจ็บ
3. ทำให้สมอง ปัญญาดี
4. ทำให้รอบคอบก่อนการทำงาน
5. ทำให้ระงับความร้ายกาจ
6. บรรเทาความเครียด
7. มีความสุขพิเศษ
8. ทำให้จิตใจอ่อนโยน
9. กลับใจได้
10. เวลาจะสิ้นลม พบทางดี
11. เจริญวาสนาบารมี
12. เป็นกุศล



ความรู้สึกลของนักศึกษาศูสมาธิ

“สมาธิที่ดีนำไปใช้ในการงานชีวิตประจำวันได้  
การทำสมาธิได้ปลั่งจิต หรือกำลังใจ เมื่อมีพลังจิตเพียงพอกก็จะมีสติ  
ยับยั้งชั่งใจ ทำงาน ได้ดี เรียนก็ได้

ทำให้เป็นคนมีความรับผิดชอบสูง มีเหตุผล มีความเสียสละ  
เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ต่อครอบครัว ต่อประเทศชาติ และต่อโลก  
สามารถสร้างสันติภาพสันติสุขให้โลกมากยิ่งขึ้นต่อไป ฉะนั้น การทำ  
สมาธิจึงมีผลดีต่อชีวิตประจำวัน“

คำสอน พระอาจารย์หลวงพ่อ วิริยังค์สิทธิ์โร



WILL POWER INSTITUTE

ความรู้สึกลของนักศึกษาศูสมาธิ

“ หลวงพ่อได้หยิบยิบสิ่งที่ว่าอยู่ให้หายออกมา สิ่งที่ไม่รู้ก็รู้  
อย่างสิ่งที่เข้าใจมาตลอดคือ การนั่งสมาธิยังนานยั้งดี แต่หลวงพ่อ  
วิริยังค์ ท่านแนะนำว่า อาจจะโดนเหมือนท่านที่นั่งสมาธิตั้งแต่  
สองทุ่มจนถึงตีสอง หลวงปู่้นท่านมาดลบลม้ง โลให้ไปนอน  
เพราะเป็นการนั่งสมาธิที่เกินไปเลย “

ตลอดอายุ 99 ปี สอนด้วยการปฏิบัติเป็นตัวอย่าง



WILL POWER INSTITUTE

