

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์) 42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ

วันที่นั่งสมาธิ

17 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

ถ้าหากวันหนึ่งนักเรียนทำให้เพื่อนโกรธ นักเรียนควรจะทำอย่างไร
ก. ไม่สนใจเพื่อนคนนั้นอีกเลย
ข. ไม่เป็นไร เดี่ยวเพื่อนก็หายโกรธ
ค. ไปขอโทษเพื่อน เพื่อเพื่อนให้อภัยเรา
ง. ถูกทุกข้อ

MISSION

ให้นักเรียนได้เขียนให้อภัยตัวเอง
ในสิ่งที่เราเคยทำผิดพลาด 1 อย่าง

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์)

42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ



วันที่นั่งสมาธิ

18 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

กัลยาณมิตรคืออะไร

MISSION

ให้นักเรียนได้เขียนบอกว่ากัลยาณมิตร
ของนักเรียนมีใครบ้าง

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์)

42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ



วันที่นั่งสมาธิ

19 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

ทานมีกีประเภท อะไรบ้าง

MISSION

ให้นักเรียนเขียนข้อดีของการให้มา 3 ข้อ

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์)

42 DAYS CHALLENGE



วันที่นั่งสมาธิ

20 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

MISSION

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์)

42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ

วันที่นั่งสมาธิ

21 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

MISSION

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์)

42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ

วันที่นั่งสมาธิ

22 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

ศีลข้อ 1 คืออะไร

MISSION

ให้นักเรียน คัดลายมือประโยคดังต่อไปนี้ " ศีลข้อที่ 1 คือ
เว้นจากการฆ่าสัตว์ " 10 รอบ

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์) 42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ

วันที่นั่งสมาธิ

23 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

ถ้าเป็นนักเรียน นักเรียนจะอย่างไรกับยุ่ง เพื่อให้ไม่ผิดศีลข้อ 1

MISSION

วันนี้ทำความสะอาดบ้าน เพื่อลดที่อยู่ของยุ่ง บ้านของเรา
จะได้มียุ่งลดน้อยลง

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์)

42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ



วันที่นั่งสมาธิ

24 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

ภาพใด คือภาพที่ทำผิดข้อ 2

นายบอย เป็นคนพาล เข้มงวด รวด และแก่งัดสนับเป็นประจำ
จากภาพ ภาพใดคือภาพที่ทำผิดข้อ 2



MISSION

นักเรียนเคยทำแบบนายบอยหรือไม่ ถ้าเคยให้นักเรียน
กล่าวให้อภัยตัวเอง และให้คำสัญญากับตัวเองว่าจะไม่ทำ
แบบนี้อีก เพราะทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน และทำให้เราไม่มี
ความสุข เพราะทำผิดศีล

กิจกรรมนั่งสมาธิ 42 วัน เปลี่ยนนิสัย (ออนไลน์)

42 DAYS CHALLENGE

บันทึกการนั่งสมาธิ

วันที่นั่งสมาธิ

25 กุมภาพันธ์ 2565

นั่งสมาธิทั้งหมดของวันนี้ (นาที)

ผลการนั่งที่ดีที่สุดของวันนี้

คำถามประจำวัน

ดูวิดีโอแล้วตอบคำถาม

นสึลข้อ 2 คืออะไร

MISSION

วันนี้จัดบ้านให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เพื่อให้ข้าวอยู่เป็นที่
เป็นทาง อะไรที่หายไป จะได้อู้เท่าทัน