การเตรียมตัว
สิ่งที่ทุกท่านต้องเตรียมมาจากบ้าน
 ๑. ผ้าห่ม (ธรรมสถานเตรียมไว้ให้เฉพาะที่นอน – หมอน เท่านั้น)
 ๒. เสื้อกันหนาว หรือผ้าคลุมไหล่ เนื่องจากห้องปฏิบัติธรรมเป็น
 ๓. ชุดขาว ต้องเพียงพอกับจำนวนวันที่เข้าปฏิบัติธรรม
 ไม่อนุญาตให้ซักหรือตากเสื้อผ้าภายในอาคาร
 ๔. ยารักษาโรคประจำตัว
 ๕. เครื่องใช้ส่วนตัว ไฟฉาย ร่ม

 1 / 1