

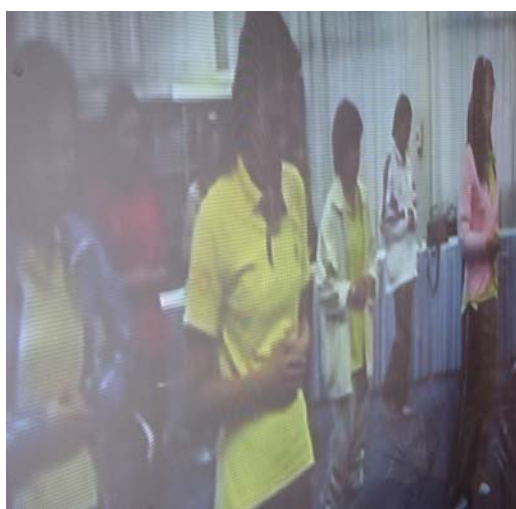
ภาคผนวก ง

ตัวอย่างภาพกิจกรรมการเจริญสติ

ภาพกิจกรรมการเจริญสติ



ผู้วิจัยให้คำแนะนำการฝึกเจริญสติแก่
ผู้เข้ารับการอบรมก่อนการอบรม



การฝึกเจริญสติโดยกิจกรรมการเดินจงกรมหรือเดินสมาธิ

ภาพกิจกรรมการเจริญสติ

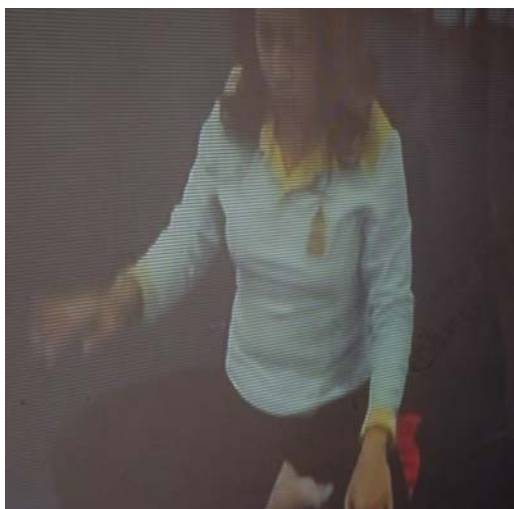


การฝึกเจริญสติโดยกิจกรรมการเดินจงกรมหรือเดินสมาธิ



ผู้เข้ารับการอบรมกำลังฝึกเจริญสติ
กิจกรรมการเคลื่อนไหว 15 ท่า 14 จังหวัด

ภาพกิจกรรมการเจริญสติ



ผู้เข้ารับการอบรมกำลังฝึกเจริญสติ
กิจกรรมการเคลื่อนไหว 15 ท่า 14 จังหวะ

ภาพกิจกรรมการเจริญสติ



การฝึกเจริญสติโดยกิจกรรมการนั่งสมาธิประกอบเพลง



ภาพกิจกรรมการเจริญสติ



การฝึกเจริญสติกิจกรรมการกดจุดบนใบหน้า



ภาพกิจกรรมการเจริญสติ



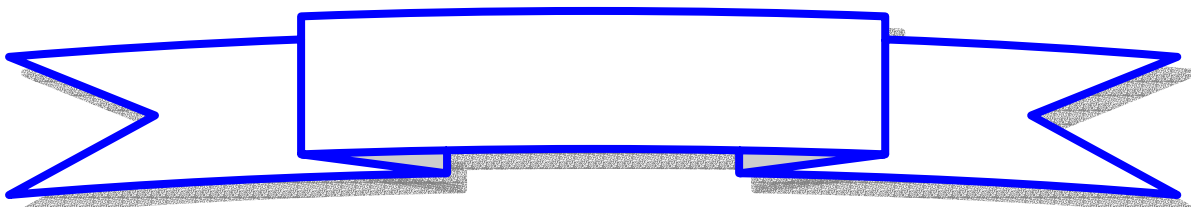
การฝึกเจริญสติกิจกรรมกำหนดอิริยาบถการกราบพระ



ภาพกิจกรรมการเจริญสติ



การฝึกเจริญสติกิจกรรมออกกำลังกายประกอบเพลง



ภาพกิจกรรมการเจริญสติ



การฝึกเจริญสติกิจกรรมออกกำลังกายประกอบเพลง



