

# ช่องโทรทัศน์ทรูปลูกปัญญา แกะกล่องรายการธรรมะ เรียลลิตี้ “ลองธรรม” ฝีมือผู้จัดซูปตาร์ดัง “อ้อม สุนิ สา” และ “โอปอล ปาณิสรา” นำทีมดาราร่วมปฏิบัติ ธรรม ให้ติดตามชีวิตจริงได้แล้ววันนี้ ทางทรูวิชั่น ส์ช่อง 9

กรุงเทพฯ 14 พฤษภาคม 2556 – ช่องโทรทัศน์ทรูปลูกปัญญา โดยบมจ. ทรู คอร์ปอเรชั่น สร้างสรรค์รายการ  
ธรรมะเรียลลิตี้ชิ้นใหม่ “ลองธรรม” ให้ผู้ชมได้เรียนรู้และลองปฏิบัติธรรมด้วยตนเองผ่านทางหน้าจอ ไปพร้อมๆ  
กับศิลปินคนดังที่ร่วมรายการ งานนี้ ได้ซูปตาร์หัวใจธรรมะ “อ้อม สุนิสา” นั่งแท่นโปรดิวเซอร์คู่กับพิธีกรชั้นแนว  
หน้า ขวัญใจหมอไอ้ด “โอปอล ปาณิสรา” ที่แท้ก็ทีม นำขบวนเพื่อนๆ ศิลปินทั้ง เต๋ย จรินทร์พร, อู๋ นุดดา  
เบลส พร้อมด้วยดาราสาวที่ไม่เคยปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังมาก่อน ไปสลับตราบซูปตาร์ แล้วหันหน้าเข้าทางธรรม อาทิ  
ยิปโซ รมิตา, พลอย หอวัง และลูกกอล์ฟ คณาธิป พร้อมกับผู้ร่วมรายการจากที่บ้าน เพื่อมาลองฝึกธรรมะ  
ภาคปฏิบัติ พัฒนาจิตใจตนเอง และให้ผู้ชมรายการได้ลองดู ลองเข้าใจ และลองปฏิบัติตาม



ร่วมติดตามชีวิตจริงของเหล่าซูปตาร์และปฏิบัติธรรมไปพร้อมกัน ในรายการ “ลองธรรม” ที่จะทำให้คุณรู้ว่าธรรมะ  
ไม่ใช่เรื่องยาก หากได้ลองปฏิบัติจริง ออกอากาศแล้ววันนี้ ทุกวันอาทิตย์ เวลา 17.00 – 18.00 น. ทางช่อง  
ทรูปลูกปัญญา ทรูวิชั่นส์ 9 ซึ่งเปิดเป็นฟรีทูแอร์ ให้ทั่วประเทศสามารถรับชมรายการผ่านอุปกรณ์และจานรับ  
สัญญาณระบบ KU Band ได้แก่ TrueLife+ ช่อง 9, PSI True TV รวมทั้ง C Band ได้แก่ PSI O2 ช่อง 334, PSI  
S-X ช่อง 334 และ PSI S-9 ช่อง 334 โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ ยังสามารถติดตามรายการย้อนหลัง ได้ที่  
[www.trueplookpanya.com/tv](http://www.trueplookpanya.com/tv) อีกด้วย