

ประสบการณ์ครั้งหนึ่งใน...

"ค่ายพัฒนาจิตสำนักคุณธรรม จริยธรรมและบริการสังคม"

นักเรียนนายเรือ กิรติ ภาชนะพิচারย์

หัวหน้าห้อง ๑/๑

กระผมได้มีโอกาสที่ดีในช่วงปิดเทอม ภาคเรียนที่ ๑ หลังจากใช้ชีวิตอย่างสุขสบายอยู่เกือบหนึ่งสัปดาห์ ผมได้มีโอกาสไปเข้าค่ายพัฒนาจิตสำนักคุณธรรม จริยธรรม และบริการสังคม ณ วัดโศการาม และมูลนิธิสิริวัฒนา เซสเซอร์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดสมุทรปราการ ระหว่างวันที่ ๓ - ๔ ตุลาคม ๒๕๕๒ ในตอนแรกต้องบอกเลยว่าผมรู้สึกไม่อยากไป เพราะเป็นช่วงปิดเทอมพอดีอยากจะทำบ้านมากกว่า เมื่อถึงวันศุกร์ที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๕๒ ผมกลับมาถึงโรงเรียนในตอนบ่ายจึงจัดเตรียมข้าวของเครื่องใช้ จัดกระเป๋าเตรียมไปเข้าค่ายเช้าวันเสาร์ที่ ๓ ตุลาคม ๒๕๕๒ ออกเดินทางไปที่วัดโศการามซึ่งอยู่ไม่ไกลจากโรงเรียนมากนัก เดินทางแค่ประมาณ ๒๐ นาทีก็ถึง เป็นวัดที่พัฒนาแล้วมีพื้นที่กว้างขวางใหญ่โต มีผู้คนมาทำบุญและมาพักผ่อนหย่อนใจกันมากพอสมควร เมื่อไปถึงวัดพวกกระผมได้จัดเก็บกระเป๋าสัมภาระไว้บนศาลาทรงไทยหรือศาลาสำหรับปฏิบัติธรรม และ เตรียมที่สำหรับนอน และที่สำหรับนั่งฟังธรรมและ ฝึกสมาธิ จากนั้นก็ไปอาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร (ทางแวงวอร์มกับเสื้อยืดสีขาว) เสร็จแล้วก็รับประทานอาหารเย็น เมื่อทำธุระส่วนตัวเสร็จ พวกกระผมได้พบกับพระอาจารย์ ๒ รูป ทำหน้าที่เหมือนพระพี่เลี้ยง คอยดูแลตลอดเวลาที่เรพักอยู่ที่วัด พระอาจารย์ทั้งสองใจดีมาก พูดไปก็สอนไป จนกระผมลืมนำเอาของที่คิดในครั้งแรกไปเลย รู้สึกสนุกกับการพูดการสอนของพระอาจารย์ จากนั้นพระอาจารย์ได้เปิดคลิป์วิดีโอเกี่ยวกับการรับกรรมจากการทำบาป ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ได้ดูผลกระทบต่าง ๆ ที่ตามมา เช่น คนที่ฆ่าหมู เมื่อตัวเองใกล้ตายก็มีอาการเหมือนหมูที่ตนเองเคยกระทำไว้ คนที่รังแกสัตว์ ฆ่าสัตว์ไม่นานก็ได้รับผลกระทบต่าง ๆ นานา ไม่ต้องรอถึงชาติหน้า เมื่อผมได้ดูแล้วรู้สึกเกรงกลัวต่อบาป ไม่อยากจะทำบาป ฆ่าสัตว์ ทำร้ายสัตว์เลย เพราะผลกระทบมันน่ากลัวจริง ๆ นอกจากนั้นยังได้ดูคลิป์วิดีโอเกี่ยวกับศพ การตายจากอุบัติเหตุต่าง ๆ สภาพศพที่ไม่สวยงาม พวกนี้ก็เกิดจากกรรมเก่าทั้งนั้น และทำให้กระผมคิดได้อีกว่า ความประมาทเป็นหนทางสู่ความตาย

จากนั้นกระผมก็นั่งสมาธิ ด้วยจิตใจสงบ ทำจิตใจให้ปลอดโปร่ง ไม่คิดฟุ้งซ่าน การนั่งสมาธิที่นี้จะทำประมาณ ๒๐-๓๐ นาที จากนั้นก็สวดมนต์ก่อนนอนแล้วก็เข้านอนกันประมาณสี่ทุ่มกว่าเพราะพรุ่งนี้ต้องตื่นนอนแต่เช้า เมื่อถึงวันใหม่พวกกระผมตื่นกันแต่เช้ามีเตรียมทำภารกิจส่วนตัวจากนั้นจึงรีบไปประจำที่เพื่อจะทำวัตรเช้า หลังจากนั้นพระอาจารย์ให้เราฝึกนั่งสมาธิและพาไปเดินจงกรมที่บริเวณรอบ ๆ พระธาตุเจดีย์ นอกจากทำวัตรเช้าแล้วยังได้อาหารนาฬิกา ๘ ด้วย คือ ๘ นั้น ต่างจากศีล ๕ ตรงที่มีเพิ่มข้อปฏิบัติมาอีก ๓ ข้อ คือ ๑. ห้ามรับประทานอาหารหลังจากรับประทานมื้อกลางวันแล้วตั้งแต่นั้นวัน



ถึงเช้า ๒. ห้ามทาเครื่องหอม ห้ามแต่งตัวหรือประดับเครื่องประดับใด ๆ และ ๓. ห้ามนอนบนที่นอนหนานุ่ม คือต้องนอนกับพื้นนั่นเอง ส่วนศีลข้อที่เหลือ จะเหมือนกับศีล ๕ ทุกประการ เมื่อรับศีลเสร็จ ก็รับประทาน อาหารเช้า ก่อนรับประทานอาหารนั้น มีการกล่าวบทสวดมนต์ พิจารณาอาหารก่อน เพื่อให้รู้คุณค่าของ อาหาร รู้ถึงการกินเพื่ออยู่ ไม่ได้อยู่เพื่อกิน เมื่อรับประทานอาหารเสร็จในช่วงเช้าได้นั่งฟังพระอาจารย์ เทศน์และสอนหลักธรรมความรู้ให้ฟัง ซึ่งเป็นประโยชน์แก่การนำไปใช้ในชีวิต ประจำวันมาก และยังได้ ความรู้ถึงการเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดีด้วย ซึ่งหลักสำคัญสามารถสรุปได้ ดังนี้

การเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดีนั้นต้องรักษาศีล ๕ ซึ่งได้แก่

๑. ห้ามฆ่าสัตว์ และจ้างวาน
๒. ห้ามลักทรัพย์ ยักยอกทรัพย์ของผู้อื่น
๓. เว้นจากการประพฤติดิฉินในกาม ทำให้เป็นพรหมจรรย์ทั้ง กาย วาจา ใจ
๔. เว้นจากการพูดเท็จ พูดปด เพื่อเจ้อ เหลวไหล
๕. เว้นจากการดื่มสุรา บุหรี่ สิ่งเสพติดและการพนัน

การเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดีควรจะรู้ถึงความรู้พื้นฐานของพุทธศาสนา ดังนี้

การกราบ ๓ ครั้ง หมายถึง

๑. กราบพระพุทธ : พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า
๒. กราบพระธรรม : พระธรรมเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า
๓. กราบพระสงฆ์ : พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า

ไตรสิกขา ประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา

หลักของพระพุทธศาสนา คือ พระรัตนตรัย อันได้แก่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

หลักคำสอนที่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา คือ โอวาท ๓ ข้อ

๑. งดการทำทุจริต ทางกาย วาจา ใจ
๒. ทำสุจริตทุกอย่างทั้ง กาย วาจา ใจ
๓. ทำจิตใจให้บริสุทธิ์

แม่แบบของศาสนาพุทธ คือ อริยสัจ ๔ อันได้แก่

- ทุกข์ : การเกิดทุกข์
 สมุทัย : สาเหตุที่เกิดทุกข์
 นิโรธ : หนทางดับทุกข์
 มรรค : ข้อการดับทุกข์

ทางดำเนินของศาสนาพุทธ คือ มรรค ๘

เมื่อเสร็จการฟังเทศน์จากพระอาจารย์ในช่วงเช้าแล้ว พวกเราก็พักรับประทานอาหารกลางวัน ซึ่งทุกคนต่างก็รับประทานอาหารกันอย่างมีความสุข เพราะ เ็นนี้ห้ามรับประทานอาหารแล้ว เนื่องจากถือศีล ๘ อยู่ จากนั้นช่วงบ่ายพระอาจารย์ให้แบ่งกลุ่มกันเพื่อออกไปทัศนศึกษาภายในวัด และบริเวณป่าชายเลน ภายในวัดจะมีป้ายคำคมหรือข้อคิดติดอยู่ที่ต้นไม้ ตามเสาไฟ ตามอาคารที่พัก ซึ่งมีบางส่วนกระผมประทับใจ จึงคัดลอกมา ดังนี้

- ศีลธรรมไม่ได้เสื่อม คนต่างหากที่เสื่อมจากศีลธรรม
- จิตที่คิดจะให้ ย่อมดีกว่าจิตที่คิดจะเอา
- รับศีลไปก็ไร้ค่า ถ้าไม่รักษาปฏิบัติตาม
- คิดทุกคำที่พูด แต่อย่าพูดทุกคำที่คิด
- อวดดี.... ไม่ใช่การอวดที่ดี
- เสียงหัวเราะภายในบ้าน มีความสำคัญต่อเด็ก ๆ
- โกรธเขา เราก็รู้ อยู่ว่าร้อน
- จะนั่งนอน ก็เป็นทุกข์ ไม่สุขใส
- แล้วยังดี้อ ด้านโกรธ จะโทษใคร
- หน้าแค่นใจ จริงหนา ไม่หน้าชม
- เมื่อรักกัน สรรเสริญ จนเกินหน้า
- เกลียดนินทา ลับหลัง ฟังไม่ไหว
- ทั้งสรรเสริญ นินทา ว่ากันไป
- ตามวิสัย โลกา ประสาคน
- อยากได้ดี ไม่ทำดี นั้นมีมาก
- ดีแต่อยาก หากไม่ทำ น่าขำหนอ
- อยากได้ดี ต้องทำดี อย่ารีรอ
- ดีแต่ขอ รอแต่ดี ไม่ดีเลย
- เพื่อนชวนไปเลี้ยง ควรไปช้า
- เพื่อนมีทุกข์ มีปัญหา ควรไปเร็ว

จากนั้นได้ไปทัศนศึกษาที่ป่าชายเลน กระผมได้เห็นธรรมชาติที่คงความอุดมสมบูรณ์ไปด้วยต้นไม้ต่าง ๆ เช่น ต้นโกงกาง ต้นแสม ซึ่งเป็นไม้ป่าชายเลน มีรากกระโยงระยางเพื่อยึดเกาะดินไว้ และมีสัตว์ในป่าชายเลน เช่น ปลาตีน ปูเปรี๊ยะหรือปูกำมดอบ เป็นต้น ซึ่งกระผมเพิ่งเคยมาป่าชายเลนเป็นครั้งแรก จึงรู้สึกว่าคุณเองได้ความรู้ใหม่ ๆ เกี่ยวกับป่าชายเลนอย่างมากและได้เห็นสิ่งแปลกใหม่มากมาย หลังจากได้

ทัศนศึกษาภายในวัดและป่าชายเลนเสร็จ พระอาจารย์ก็ให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มออกมานำเสนอข้อมูล ความรู้ที่ได้รับและยังให้แต่งบทความหรือคำกลอน มีการโหวตให้คะแนน ซึ่งกลุ่มของกระผมได้รับรางวัลด้วย จากนั้นพระอาจารย์ได้เปิดคลิปวิดีโอเกี่ยวกับการผ่าตัดศพให้ดูเพื่อให้รู้สึกปลง และยังถือเป็นหนึ่งในวิธีการทำสมาธิอีกด้วย ไม่ใช่เปิดให้ดูเพื่อให้เกิดความกลัว จากนั้นก็ไปอาบน้ำและทำภารกิจส่วนตัวก่อนจะไปฟังเทศน์ศึกษาธรรมะในช่วงหัวค่ำต่อ ซึ่งเย็นนี้จะได้กินข้าวเพราะถือศีล ๘ อยู่ ในช่วงนี้พระอาจารย์กำหนดให้เป็นช่วงสนทนาธรรม เปิดโอกาสให้สอบถามปัญหาหรือข้อสงสัยต่าง ๆ ซึ่งพวกกระผมได้สอบถามปัญหาเกี่ยวกับธรรมะกันหลายคนเป็นแถวยาวทั้งปัญหาของตัวเองและเพื่อนฝากมาถาม พระอาจารย์ได้ตอบคำถามทุกข้อมีประโยชน์กับพวกกระผมเป็นอย่างมาก

เช้าวันต่อมา พวกเราตื่นมา ทำวัตรเช้า และถือโอกาสลาศีล ๘ และรับศีล ๕ เป็นฆราวาสปกติ จากนั้นได้ไปทำบุญตักบาตรภายในวัดอโศการาม เนื่องจากเป็นวันออกพรรษาพอดี เมื่อทำบุญเสร็จ พวกเรารับประทานอาหารเช้าก็เตรียมตัวเก็บข้าวของ ทำความสะอาดที่พักเพื่อจะไปบำเพ็ญประโยชน์ที่มูลนิธิสิริวัฒนา เซสเซียร์ ฯ กันต่อไป ใช้เวลาเดินทางเพียง ๑๕ - ๒๐ นาที ก็ถึง เมื่อไปถึงเจ้าหน้าที่ของมูลนิธิ ฯ ให้การต้อนรับพวกเราเป็นอย่างดี และดีใจที่เห็นพวกเรามาช่วยกันในครั้งนี้ เพราะปัจจุบันคนในสังคมคิดว่าผู้พิการเป็นผู้ที่ไร้ค่า ไม่สนใจใยดีต่อผู้คนเหล่านี้ แต่เมื่อกระผมได้มาที่มูลนิธินี้ทำให้รู้สึกว่าผู้พิการเหล่านี้ เป็นผู้ที่มีความสามารถทั้งนั้น บางคนมีความสามารถดีกว่าคนปกติทั่วไปเสียอีก ผู้พิการเหล่านี้ทั้งทำงานได้ เล่นกีฬาได้ เล่นดนตรีร้องเพลงได้ กระผมรู้สึกชื่นชมกับพวกเขา

ในการบำเพ็ญประโยชน์ได้มีการแบ่งเป็นกลุ่ม ๆ ซึ่งกลุ่มของกระผมมีหน้าที่ จัดสวน ตัดวัชพืช และต้นไม้ที่ขึ้นรกรุงรังอยู่ภายในสวน ซึ่งพวกเราก็ช่วยกันทำอย่างขยันขันแข็ง นอกจากนี้ยังมีพี่ นักเรียนนายเรือ ชั้นปีที่ ๓ ที่เป็นพี่เลี้ยงและคนอื่น ๆ มาช่วยกันทำด้วย พวกเราใช้เวลาในการจัดสวนประมาณครึ่งวันจึงเสร็จเรียบร้อย ในขณะที่กลุ่มอื่น ๆ ก็บำเพ็ญประโยชน์ โดยการทำความสะอาดภายในอาคาร ที่พัก ผู้พิการ อาคารรับรอง ทำสวนผักด้านหลังมูลนิธิ ฯ ทำความสะอาดบริเวณสระน้ำ ทำสนามเปตองให้ผู้พิการ ดูแลช่วยเหลือผู้พิการ หลังจากนั้น พวกเรารับประทานอาหารกลางวันพร้อมกับผู้พิการและคนอื่น ๆ พวกเรามีวงดนตรีมาเล่นเพื่อความบันเทิง และความสนุกสนานกับผู้พิการ และหลังจากนั้นก็มีการเล่นเปตองแข่งกับผู้พิการ ซึ่งผลการแข่งขันนั้นสูสีกันมาก หลังจากบำเพ็ญประโยชน์เสร็จและร่วมกิจกรรมต่าง ๆ แล้ว พวกเราได้เดินทางกลับโรงเรียน ซึ่งกระผมคิดว่าการมาพัฒนาจิตสำนึกคุณธรรม จริยธรรมและบริการสังคมครั้งนี้เป็นสิ่งที่ดีมาก ไม่ได้น่าเบื่ออย่างที่คิด มีทั้งความรู้ ข้อคิดดี ๆ ที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวันและการรับราชการต่อไปได้ และมีความสนุกสนานเฮฮา ความสามัคคีร่วมแรงร่วมใจของเพื่อน ๆ ทุกคน และกระผมยังรู้สึกภูมิใจที่ได้สร้างชื่อเสียงให้แก่โรงเรียนของตัวเอง เพราะเราคงไม่มีโอกาสที่จะสร้างชื่อให้โรงเรียนของเราแบบนี้บ่อยนัก กระผมคิดว่าการจัดค่ายนี้ขึ้นเป็นสิ่งที่ถูก และอยากให้มีค่ายแบบนี้ต่อไปเรื่อย ๆ นักเรียนนายเรือจะได้มีความรู้ความสามารถไปพร้อมกับการกระทำ

ความดี มีคุณธรรม เพื่ออนาคตจะได้ออกไปรับใช้ประชาชนและประเทศชาติได้อย่างมีประสิทธิภาพและเป็น
รั้วที่แข็งแกร่งของชาติอีกด้วย





