

การปฏิบัติตนของผู้เข้าค่าย

การปฏิบัติตนของผู้เข้าค่ายคุณธรรม

จำนวน: 3 วัน 2 คืน (27-29 กรกฎาคม 2562)

สถานที่: วัดป่าดาราภิรมย์ อ.แม่ริม จ.เชียงใหม่

1. การเตรียมตัวก่อนเข้าค่ายคุณธรรม (เสื้อผ้า, ของใช้ส่วนตัว)

1.1 ชุดหรือเครื่องแบบของสถาบัน (วันแรก)

1.2 กางเกงวอร์ม (ไม่ควรเป็นกางเกงยีน) เสื้อยืดสีทึบ/เสื้อกีฬา 3 ชุด

– สำหรับการปฏิบัติ เติมน้ำดื่ม และ นั่งสมาธิ

– สำหรับใส่นอน

1.3 รองเท้าผ้าใบ รองเท้าฟองน้ำ

1.4 แก้วน้ำ

1.5 สบู่ แชมพู ยาสีฟัน แปรงสีฟัน

1.6 ผ้าเช็ดตัว ผ้าถูขยงยืด (สำหรับผู้หญิง เวลาอาบน้ำ)

1.7 ยารักษาโรคประจำตัว (*สำคัญมาก)

1.8 ยากันยุง (สำหรับคนแพ้ยุง)

1.9 ไฟฉายพร้อมถ่าน

1.10 ถุงนอน (ถ้ามี)

1.11 ถุงพลาสติกสำหรับใส่เสื้อผ้าเก่า (เมื่อนำกลับ)

2. สิ่งของที่ห้ามนำมาเข้าค่ายคุณธรรม

2.1 สิ่งของผิดกฎหมายทุกชนิด, อาวุธหรืออุปกรณ์ที่แหลมคม (มีการตรวจกระเป๋า)

2.2 ทรัพย์สินที่มีมูลค่าราคาแพง เช่น สร้อยทอง แหวนทอง เครื่องประดับราคาแพง โทรศัพท์มือถือ ราคาแพง และเงินสดจำนวนมาก ควรฝากหรือจัดเก็บไว้กับคณะผู้ควบคุม หากมีการสูญหาย หรือ ขำรุดเสียหาย จะไม่มีการรับผิดชอบใดๆ ทั้งสิ้น

2.3 เครื่องแต่งกายที่ไม่สุภาพ เช่น เสื้อสายเดี่ยว เหวลอย เกะออก เสื้อผ้าบาง กางเกงขาสั้นมาก เพราะเป็นสถานที่ปฏิบัติธรรม

2 / 2

3. การปฏิบัติระหว่างอยู่ค่ายคุณธรรม (ในระเบียบข้อห้าม หากมีการฝ่าฝืนหรือไม่ปฏิบัติตามคำตักเตือนของ คณาจารย์และเจ้าหน้าที่ ทางค่ายฯ จำเป็นต้องเชิญออกนอกพื้นที่ทันที)

3.1 ห้ามดื่มสุรา หรือของมึนเมา และสิ่งเสพติดทุกประเภท โดยเด็ดขาด

3.2 ห้ามเล่นการพนันทุกชนิด โดยเด็ดขาด

3.3 ห้ามสูบบุหรี่ในบริเวณอาคารพัก และ สถานที่จัดกิจกรรม

3.4 ห้ามทะเลาะวิวาทกัน

3.5 ห้ามส่งเสียงดังรบกวนผู้อื่นในอาคารพัก

3.6 ห้ามทำลายสิ่งแวดล้อม และ สิ่งของทางวัด

3.7 ปฏิบัติตามคำแนะนำอื่นๆ เพิ่มเติมตามที่เจ้าหน้าที่ชี้แจงอย่างเคร่งครัด