

ข้อปฏิบัติช่วง ตื่นนอน และ ก่อนนอน

ตื่นนอน

ตื่นนอน หันหน้าเข้าหาหมอน กราบพระ 5 ครั้ง

(ให้สวดออกเสียงพอเราได้ยินเสียงได้)

อะระหังสัมมาสัมพุทธโธ ภะคะวา พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, ธัมมังนะมัสสามิ (กราบ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ (กราบ)

มาตาปิตุ อุปัฏฐานัง อะหังวันทามิ (กราบ)

คุณครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ะคุณัง อะหังวันทามิ (กราบ)

*** (อุปัชฌาย์ ผู้ชายกล่าว ผู้หญิงไม่ต้องกล่าว) ***

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต, อะระหะโต, สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ จบ)

ปาณาติปาตา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจาก การฆ่า

อะทินนาทานา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจาก การถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้
ด้วยอาการแห่งขโมย

กาเมสุมิจฉาจारा เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจาก การผิดลูกผิดเมีย

มุสาวาทา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจาก การพูดไม่จริง

สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจาก การดื่มสุรา และ เมรัย

อันเป็นที่ตั้งของความประมาท

แล้วให้ภาวนา พุทธโธ ธัมโม สังโฆ (3 ครั้ง) และพุทโธไปเรื่อยๆ

หรือดูลมก็แล้วแต่ ให้พยายามพุทโธทั้งวันได้ยิ่ง

กอนนอน

ให้ทวนศีลคือนึกถึงศีลว่าวันนี้ศีลของเราสมบูรณ์หรือขาดตกบกพร่องหรือไม่
หากทวนศีลแล้ว สมบูรณ์ ให้กล่าวคำว่า

สีลัง เม ปริสุทัง ศีลของเราบริสุทธิแล้วหนอ

สีลัง เม ปริสุทัง ศีลของเราบริสุทธิแล้วหนอ

สีลัง เม ปริสุทัง ศีลของเราบริสุทธิแล้วหนอ

สาธุ ดีแล้ว, สาธุ ประเสริฐแล้ว, สาธุ สมควรแล้ว
หากทวนศีลแล้ว ขาดตกบกพร่อง ไม่ต้องกล่าว

แล้ว กราบพระ 5 ครั้ง (ให้สวดออกเสียงพอเราได้ยินเสียงได้)

อะระหังสัมมาสัมพุทธโธ ภะคะวา พุทัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ(กราบ)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, ธัมมังนะมัสสามิ (กราบ)

สุปะฏิปัณโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ (กราบ)

มาตาปิตุ อุปัฏฐานัง อะหังวันทามิ (กราบ)

คุณครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ยะคุณัง อะหังวันทามิ (กราบ)

*** (อุปัชฌาย์ ผู้ชายกล่าว ผู้หญิงไม่ต้องกล่าว) ***

ศีลจะขาดได้ ก็ต่อเมื่อ ละเมิดองค์ 5 ประการ คือ

ข้อที่ 1: เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฆ่า

1.1 สัตว์นั้นมีชีวิต

1.2 เราว่ามีชีวิต

1.3 คิดจะฆ่า

1.4 พยายามฆ่า

1.5 สำเร็จในการกระทำนั้น

ข้อที่ 2: เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้
ด้วยอาการแห่งขโมย

2.1 ของนั้นมีเจ้าของ

2.2 เราว่าของมีเจ้าของ

2.3 คิดจะขโมย

2.4 พยายามขโมย

2.5 สำเร็จในการกระทำนั้น

ข้อที่ 3: เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการผิดลูกผิดเมีย

3.1 บุคคลนั้นมีเจ้าของ มีผู้ปกครอง

3.2 เราว่าบุคคลนั้นมีเจ้าของ มีผู้ปกครอง

3.3 คิดจะละเมิด

3.4 พยายามละเมิด

3.5 สำเร็จในการกระทำนั้น

ข้อที่ 4: เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดไม่จริง

4.1 คำนั้นเป็นคำไม่จริง (คำโกหก)

4.2 รู้ว่าคำพูดนั้นเป็นคำไม่จริง

4.3 คิดจะพูด

4.4 พยายามพูด

4.5 สำเร็จในการกระทำนั้น

ข้อที่ 5: เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการดื่มสุรา และเมรัย
อันเป็นที่ตั้งของความประมาท

5.1 ของนั้นเป็นของมีนเมา

5.2 เราว่าของนั้นเป็นของมีนเมา

5.3 คิดจะดื่ม, กิน ของมีนม

5.4 พยายามกระทำ

5.5 สำเร็จในการกระทำนั้น

ศีลจะมีได้ต้องสมาทาน

จะรู้ว่าศีลบริสุทธิ์ได้ต้องอาศัยการระลึกรววจศีล

จะรู้ว่าอานิสงส์ของศีลเป็นอย่างไรให้อนุโมทนาศีลตัวเองทุกวัน

(อนุโมทนาศีลคือ สาธุ 3 ครั้ง)

ศีลจะขาดได้ต้องอาศัยเจตนาละเมิดองค์ 5 ประการ ดังกล่าวมาแล้ว

ให้ตั้งสัจจะทำ อย่าให้ขาดแม้แต่วันเดียว เริ่มตั้งแต่เข้าพรรษา เป็นเวลา
เดือน จะได้ว่า สิ้นละสุขติง ยันติ เป็นอย่างไร

หมายเหตุ ให้แจ้งคณะที่ไปฟังธรรม ณ

ชมรมรักษพระบรมธาตุแห่งประเทศไทย สีสลม วันเสาร์ที่ 14 กรกฎาคม

2555 และคณะนครปฐม บ้านคุณหมอศรุตฯ พักนวม วันอาทิตย์ ที่ 15

กรกฎาคม 2555 และแจกจ่ายให้แก่บุคคลที่สนใจไปทำด้วย

จะได้อานิสงส์ธรรมทาน เรียกว่า “ให้ศีลเป็นทาน”

พ่อแม่ครูอาจารย์ หลวงพ่อครูบาเจ้าเพชร วชิรมโน