

คำขอขวเนกขัมมะ (ศีล ๘)

(พร้อมกัน) นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ (๓ จบ)

(ผู้นำว่า ใ้ให้หยุดเป็นจังหวัด ตามจุดภาค)

เอสาหัง ภันเต, สุจิระ, ปะรินิพพุตัมปิ, ตัง ภะคะวันตัง, สาระณัง คัจฉามิ, ชัมมัญจะ, ภิกขุสังฆัญจะ,
ปัพพัชชัง มัง ภันเต, สังโฆ ชาเรตุ, อชชะตักเค, ปาณูปะตัง, สาระณัง คะตัง,

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ, ข้าพเจ้าขอถึง, สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า, แม้เสด็จดับขันธ, ปรีนิพพานานแล้ว,
กับทั้งพระธรรม, และพระสงฆ์, ว่าเป็นสรณะที่พึ่ง, ที่ระลึก, ขอพระสงฆ์จงจำ, ข้าพเจ้าไว้ว่า, เป็นผู้
บวช, ในพระธรรมวินัย, ผู้ถึงพระรัตนตรัย, เป็นสรณะตลอดชีวิต, ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป.

คำอาราธนาศีล ๘

มะยัง ภันเต ทิสระระณนะ สะหะ อัญฺฐะ สีลานิ ยาจามะ (๓ ครั้ง)

(ถ้าคนเดียวว่า อะหัง แทน มะยัง และ ยาจามิ แทน ยาจามะ)

คำสมาทานศีล ๘

(ว่าตามพระสงฆ์) นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทฺธัสสะ ฯ (ว่า ๓ จบ)

(ขออนบ้น้อมต่อพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ผู้ไกลจากกิเลสควรแก่การกราบไหว้บูชา เป็นผู้
ตรัสรู้ชอบได้ด้วยพระองค์เอง ฯ)

(ว่าตามพระสงฆ์) พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ

ชัมมัง สาระณัง คัจฉามิ

สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดเอาพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึก)

ข้าพเจ้าขอยึดเอาพระธรรมเป็นที่พึ่งที่ระลึก

ข้าพเจ้าขอยึดเอาพระสงฆ์เป็นที่พึ่งที่ระลึก)

ทุติยัมปิ พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ ชัมมัง สาระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

(แม้วาระที่ ๒ ข้าพเจ้าก็ขอยึดเอาพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึก)

แม้วาระที่ ๒ ข้าพเจ้าก็ขอยึดเอาพระธรรมเป็นที่พึ่งที่ระลึก

แม้วาระที่ ๒ ข้าพเจ้าก็ขอยึดเอาพระสงฆ์เป็นที่พึ่งที่ระลึก)

ตะติยัมปิ พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ ชัมมัง สาระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

(แม้วาระที่ ๓ ข้าพเจ้าก็ขอยึดเอาพระพุทธรูปเจ้าเป็นที่พึ่งที่ระลึก

แม้วาระที่ ๓ ข้าพเจ้าก็ขอยึดเอาพระธรรมเป็นที่พึ่งที่ระลึก

แม้วาระที่ ๓ ข้าพเจ้าก็ขอยึดเอาพระสงฆ์เป็นที่พึ่งที่ระลึก)

(พระท่านว่า) ติสระระณะ คมะมะนัง นิฏฐิตัง (รับว่า) อามะ กันเต.

(1) ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิตผู้อื่น)

(2) อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้)

(3) อะพรหมจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการประพฤติล่วงละเมิดพรหมจรรย์)

(4) มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการพูดคำไม่จริง)

(5) สุราเมรัยยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการดื่มสุราและเครื่องดองของเมา อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทขาดสติ)

(6) วิกาละโภชนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการบริโภคอาหารในเวลากาล คือตั้งแต่เที่ยงวันจนถึงรุ่งอรุณวันใหม่)

(7) นัจจะกิตะวาทิตะวิสูกะทัสสะนา มาลาคันธะวิเลปะนะธาระณะ มัณทะนะวิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการฟ้อนรำ จากการขับร้อง จากการประโคมดนตรี จากการดูการเล่นชนิดที่เป็นข้าศึกต่อพรหมจรรย์ และงดเว้นจากการตัดทรงสวมใส่ประดับตกแต่งด้วยพวงดอกไม้มาลา ของหอม เครื่องหอมเครื่องทาผิวทั้งหลาย)

(8) อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอยึดถือเอาสิกขาบท คือตั้งใจงดเว้นจากการนั่งและนอนบนที่นอนสูงและที่นอนใหญ่ ซึ่งภายในขัดด้วยนุ่นหรือสำลี)

(ฟังพระท่านว่า) อิมานิ อัญฐะ สิกขาปะทานิ ... (ทั้งหมดนี้คือหัวข้อที่จะต้องศึกษาและปฏิบัติ ๘ ประการ)

สีเลนะ สุคะติง ยันติ

(ศีลเป็นปัจจัยให้มีความสุข)

สีเลนะ โภคะสัมปะทา

(ศีลเป็นปัจจัยให้มีโภคสมบัติ)

ลีเลนะ นิพพุตัง ยันติ

(ศีลเป็นปัจจัยให้เข้าถึงพระนิพพาน)

คัสมา ลีลัง วิโสธะเย ฯ

(เพราะฉะนั้น จึงทำจิตใจให้สะอาดหมดจดด้วยศีลตลอดกาลทุกเมื่อเถิดฯ)

คำขอขึ้นพระกัมมัฏฐาน

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทฺธัสสะ (๓ จบ)

อิมาหัง ภันเต ภะคะวา, อุตตะภาวัง, ภะคะวะโต, ปะริจจะขามิ,

ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ, พวกกระผม (หญิงว่า พวกคิณัน), ขอมอบอรรถะภาพร่างกายนี้, แต่พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น, ถึงแม้ว่าพระองค์, จะเสด็จดับขันธ, เข้าสู่พระนิพพาน, ไปนานแล้วก็จริงอยู่, เปรียบเสมือนหนึ่งว่า, ข้าพเจ้านี้, ได้กระทำวิปัสสนากัมมัฏฐาน, อยู่ในสำนัก, ของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น, ประคองหนึ่งว่า, พระองค์ทรงเสด็จ, มาประทับอยู่เฉพาะหน้า, แห่งข้าพเจ้านี้,

อิมาหัง ภันเต, อาจาริยะ, อุตตะภาวัง, อาจาริยัสสะ, ปะริจจะขามิ,

ข้าแต่พระคุณอาจารย์ผู้เจริญ, พวกกระผม (หญิงว่า พวกคิณัน), ขอมอบอรรถะภาพร่างกายนี้, แต่ท่านพระคุณอาจารย์, เพื่อให้พระคุณอาจารย์, แนะนำ, ตักเตือน, สั่งสอน, ว่ากล่าว, แก่พวกกระผม (หญิงว่า คิณัน),

นิพพานัสสะ เม ภันเต, สัจฉิกะระณัตถายะ, วิปัสสะนา, กัมมัฏฐานัง, เทหิ,

ข้าแต่พระคุณอาจารย์ผู้เจริญ, ขอพระคุณอาจารย์, ให้วิปัสสนากัมมัฏฐาน, แก่พวกกระผม (หญิงว่า คิณัน), เพื่อให้ได้กระทำ, พระนิพพานให้แจ้ง,

นิพพานะปิจจะโยโหตุ.

คำลาสิกขา(สึก) จากเนกขัมมะ

สิกขัง, ปัจจักขามิ, คิหิติมัง, ชาเรละ,

*ขอพระสงฆ์จงทราบ, กระผม (คิณัน) ด้วยว่า, กระผมขอลาสิกขา, จากเนกขัมมะ, ผู้ถือศีล ๘, เป็นคฤหัสถ์ดังเดิม, ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป...

(*ซ้ำเฉพาะภาษาไทย เพิ่มอีก ๒ จบ)

คำขอขมากรรม

(นะโม ๓ จบ) ด้วยกายก็ดี, ด้วยวาจาก็ดี, ด้วยใจก็ดี, กรรมอันใด, ที่พวกข้าพเจ้า, ได้สบบประมาทพลาดพลั้ง, ต่อพระพุทธเจ้า, ต่อพระธรรมเจ้า, ต่อพระสงฆ์เจ้า, ต่อคณะพระอาจารย์วิทยากร, พระอาจารย์ที่เลี้ยง, ต่อหน้าก็ดี, ลับหลังก็ดี, เจตนาก็ดี, ไม่เจตนาที่ดี, รู้ก็ดี, ไม่รู้ก็ดี, ระลึกได้ก็ดี, ระลึกมิได้ก็ดี, ขอได้โปรดคโทย, อดโทษ, อโหสิกรรมโทษทั้งปวงนั้น, ให้แก่พวกข้าพเจ้า, นับตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป, จะสร้างแต่กรรมดี, คุณงามความดี, ตลอดกาลนานเทอญ