

**พาดิษย์คุณธรรม**  
**กิจกรรมส่งเสริมวินัย**  
**กิจกรรม การส่งเสริมพาดิษย์คุณธรรมด้านวินัย**  
**กองดัชนีเศรษฐกิจการค้า สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์การค้า**  
**ประจําปีงบประมาณ พ.ศ. 2564**  
**“กิจกรรม ทาน ศิล ภาวนา ครังที่ 1”**

ในวันที่ 1 ตุลาคม 2563 เวลา 12.00 น. ข้าราชการและเจ้าหน้าที่กองดัชนีเศรษฐกิจการค้า ดำเนินกิจกรรม “ทาน ศิล ภาวนา ครังที่ 1”



**การรักษาศิล 8**

- ข้อ 1 ปาณาติปาตา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการฆ่าสัตว์
- ข้อ 2 อทินนา ทานา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการลักสิ่งของที่ผู้อื่นมิได้ให้
- ข้อ 3 อพฺรหมจริยา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการประพฤดิผิดพรหมจรรย์ (ผู้ชายกับผู้หญิงอยู่ใกล้กันไม่ได้ แต่ศีล ๔ อยู่ใกล้กันได้)
- ข้อ 4 มุสาวทา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการพูดปด พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อ
- ข้อ 5 สุราเมรยมชฺชปมาทฏฐานา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการดื่มสุราเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท
- ข้อ 6 วิกาลโภชนา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการบริโภคอาหารในยามวิกาล (หลังเที่ยงวันถึงรุ่งเช้าของวันใหม่)
- ข้อ 7 นจฺจคิดฺวาติตฺวิสุทฺทสฺสนา มาลาคนฺธวิเลปนธารณมณฺฑนวิภูสณฺฏฐานา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการฟ้อนรำขับร้อง ประโคมดนตรี และประดับร่างกายด้วยดอกไม้ของหอม เครื่องประดับ เครื่องทา เครื่องย้อมข้อ
- ข้อ 8 อุจฺจาसनมหาสยนา เวรมณี สิกขาปทํ สมာทิยามิ : เว้นจากการนั่งนอนเหนือเตียงตั้ง ที่ทำสูงเกินภายในมุ้งหรือสาลี