

การกินเจ กับ..เพลงสวดมหากรุณาฯ

นำเสนอเมื่อ : 16 ต.ค. 2552

[บทสวดเจ้าแม่กวนอิม - มหากรุณาธารณีสูตร\(ทิเบต\)](#)

[บทสวดเจ้าแม่กวนอิม.mp3 -](#)



การกินเจ

การกินเจ

กฎหมายสูงสุดของวงการลงโทษผู้ที่กระทำผิดคือการประหารชีวิต และสัตว์เหล่านั้นกระทำอะไรผิด ผู้ที่บงการศาลจะตัดสินลงโทษหนักกว่าผู้กระทำแล้วท่านยังบงการมาชีวิตสัตว์น้อยใหญ่อีกวันละเท่าไร ท่านรักชีวิตแล้วท่านคิดว่าสัตว์น้อยใหญ่รักชีวิตไหม การกินเจเพื่อเป็นการละเว้นจากเหวนจรกรรม และยังเป็นการที่ธรรมชาติที่สุดสำหรับมนุษย์ สัตว์กินเนื้อมักถูกออกแบบมาให้ฟันแหลมและมีกล้ามเนื้อในการหาเหยื่อ สัตว์กินพืชมักฟันเรียบปราศจากเขี้ยวเล็บ ท่านละเป็นแบบไหน มนุษย์มักใช้สมองและกำลังทำรายผู้ที่อ่อนแอกว่าและยกตัวเองวาทะคืบคลาน แต่มนุษย์ก็มีโอกาสจะธรรมชาติได้ หวังว่าเนื้อหาภายในจะมีประโยชน์สะท้อนถึงจิตศรัทธาที่ถูกบดบังโหม่งเกิด

อาหารธรรมชาติของมนุษย์

ตอนที่ 1...	ทำอย่างไรจึงจะมีอายุยืนยาวและสุขภาพแข็งแรง
ตอนที่ 2...	เหตุแห่งความมีอายุสั้นและสุขภาพเสื่อมโทรม
ตอนที่ 3...	เหตุแห่งความมีอายุยืนและสุขภาพแข็งแรง
ตอนที่ 4...	เนื้อสัตว์เป็นอาหารตามธรรมชาติที่แท้จริงของมนุษย์หรือไม่
ตอนที่ 5...	อะไรคืออาหารที่แท้จริงตามธรรมชาติของมนุษย์
ตอนที่ 6...	อันตรายจากการกินเนื้อสัตว์
ตอนที่ 7...	อาหารธรรมชาติของมนุษย์
ตอนที่ 8...	คุณค่าของอาหารธรรมชาติตามหลักโภชนาการ
ตอนที่ 9...	หลักในการรับประทานอาหารธรรมชาติ
ตอนที่ 10...	ตัวอย่างอาหารธรรมชาติและอาหารที่ผ่านการตัดแปลง
ตอนที่ 11...	สาวอาซาไมโบโรคอาหารพิเศษตะตังควรรัก
ตอนที่ 12...	กินดี มีอนามัย สำหรับผู้ป่วย เลข 10 วี

คำแก้ในพระโองาท (การงดทานเนื้อสัตว์)

คำแก้ในพระโองาท (การงดทานเนื้อสัตว์)

ตำราทำอาหารเจ 108 อย่าง

หลักในการทำอาหารเจและขอควรปฏิบัติ

น้ำพริกเครื่องแกงต่างๆ

หมวดที่ 1 ประเภทผัด

หมวดที่ 2 ประเภทต้ม

หมวดที่ 3 ประเภททอด

หมวดที่ 4 ประเภท นึ่ง, อบ, ย่าง

หมวดที่ 5 ประเภท ยำ พล่า

การทำหมี่กึ่ง (เนื้อเทียม)

การทำชีวจี้อสำหรับงานพิธีมงคล

สนุกกับการจัดทำตารางอาหารเจสำหรับครอบครัว

อาหิสงฆ์ 10 ข้อ ของการไม่กินเนื้อสัตว์

คำนำ.

- อาหิสงฆ์ 1 เป็นที่รักใคร่ของบรรดาเทพ พรหม ตลอดจนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย
- อาหิสงฆ์ 2 จิตอันเป็นมหาเมตตาย่อมบังเกิด
- อาหิสงฆ์ 3 สามารถตัดขาดความอาฆาต ตับอารมณ์เหี้ยมโหด เกรี้ยวแค้นในใจลงได้

รักสัตว์ ไยจึงกินเนื้อสัตว์

สุกร โภก และโค กุ้ง เบ็ดปลา
ต่างต้องมา เป็นอาหาร รับประทาน
สัตว์ทั้งหลาย ถูกฆ่าตาย ภายมดิน
ซาง ซาฮิน กินเลือดเนื้อ ไม่เบื่อกัน
คุณกับสัตว์ มีชีวิต รักชีวิต
ต่างก็มี ความรู้สึก มีเศกสสัย
เปลี่ยนพฤติกรรม การกิน เสียใหม่พลัน
รับประทาน มังสวิรัติน โมกขอเวร

สำนึกขอขมา

มีเมตตา ไม่ฆ่าสัตว์ ตัดชีวิต

ด้วยดวงจิต แน่วแน่ ไม่แปรผัน
จะรับประทาน มังสวิรัติน ขั้วชีวิต
เปิดศักราช อันแจ่มจรัส เพื่อตัดกรรม
มิหิรี โอดตูปปะ สละชั่ว
ไม่เกลือกกั่ว กัฏฐาบบถา มากลยขกถ์
ตั้งแต่นั้น ต่อไป จะไม่กรรม
อโหสิกรรม ขาดิน อยามเวร

☒ เทศกาลกินเจนี้ร่วมสำนึกขอขมาสัตว์ทั้งหลาย กินเจกันเถิด



