

สวดมนต์ภาวนา  
ทำวัตรสวดมนต์แปล



สวดมนต์ภาวนา  
ทำวัตรสวดมนต์แปล

# สวดมนต์ภาวนา

## พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย

หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โปรดติดต่อ

โรงเรียนทอสี โรงเรียนวิถียุทธ

๑๐๒๓/๔๖ ซอยปรีดีพนมยงค์ ๔๑

สุขุมวิท ๗๑ เขตวัฒนา กทม. ๑๐๑๑๐

โทร. ๐-๒๗๑๓-๓๖๗๔

WEBSITE : [www.thawasischool.com](http://www.thawasischool.com)

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : เมษายน ๒๕๔๙

๓,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒ : สิงหาคม ๒๕๔๙

๔,๐๐๐ เล่ม

ภาพปก : กลุ่มเพื่อนธรรมเพื่อนทำ

จัดทำโดย : โรงเรียนทอสี

# ท้าวตรี สวดมนต์แบบชาวพุทธ

**พุทธศาสนา** เป็นศาสนาแห่งการกระทำ ไม่ใช่ศาสน์แห่งการบวงสรวงอ้อนวอนบนบานศาลกล่าว หากแต่เป็นศาสน์แห่งปัญญา อันเป็นปัญญาที่เกิดขึ้นจากการกระทำ ตามคำสั่งสอนที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ ซึ่งปัญญานี้เอง จะเป็นสิ่งที่พัฒนาจิตใจมนุษย์ให้พ้นจากความหลงหรืออวิชชา อันเป็นเหตุของความทุกข์ ทั้งปวงของชีวิต

**ท้าวตรี** ในที่นี้หมายถึง การกระทำโดยต่อเนื่องเป็นกิจวัตร ซึ่งเป็นการฝึกหัด อันจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตนิสัย และเป็นหนทางให้เกิดคุณธรรมที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต เช่นความขยัน ความอดทน ความสำรวมระวัง ความตั้งมั่นแห่งจิต และความรู้แจ้งในสัจธรรม เป็นต้น

**สวดมนต์** หมายถึง “การศึกษาเล่าเรียน” คำว่า “ศึกษา” ในทางพุทธศาสนาครอบคลุมไปถึงการปฏิบัติด้วย คือ เมื่อยังไม่รู้ ก็เรียนให้รู้ ฟังให้มาก ท่องจำ พิจารณาไตร่ตรองสิ่งที่ได้เรียน ลงความเห็นว่าเป็นสิ่งใด ถูกต้อง สิ่งใดดีงาม แล้วก็ตั้งใจปฏิบัติตามนั้นไป

การทำวัตรสวดมนต์ที่จะให้ผลดีแก่ผู้กระทำนั้น ต้องระลึกให้ถูกต้องว่า ไม่ใช่เป็นการบวงสรวง อ้อนวอน หรือไปคิดแต่งตั้งให้พระพุทธองค์ตลอดจน พระธรรม และพระสงฆ์เป็นผู้รับรู้และเป็นผู้ที่จะ ดลบันดาลสิ่งที่ตนปรารถนา ซึ่งจะกลายเป็นการ กระทำที่ใกล้ต่อความมกมายไร้เหตุผล อันมิใช่วิสัยที่ แท้จริงของชาวพุทธ การทำวัตรสวดมนต์ควรกระทำ ในลักษณะของการภาวนา คือ ทำกุศลธรรมหรือสิ่งที่ ถูกต้องดีงามให้เจริญขึ้น และทำในลักษณะของการ ศึกษาเรื่อง ศิล สมาธิ ปัญญา

การทำวัตรสวดมนต์เมื่อทำด้วยความเคารพ สำรวมระวัง บังคับกายกิริยามารยาทให้เรียบร้อย เป็นปกติ วาจากกล่าวในสิ่งที่ถูกต้องดีงามส่วนนี้ จัดเป็น “**ศีล**”

ขณะสวดมนต์ ตั้งจิตจดจ่ออยู่ในเนื้อหาและความหมายของบทธรรม ทำให้จิตทั้งอารมณ์ต่างๆ มาสู่อารมณ์เดียวที่แน่วแน่ ขณะเช่นนั้นจัดเป็น “**สมาธิ**”

การมีความรู้สึกตัวทั่วพร้อม มีสติสัมปชัญญะ ชาบซึ่งอยู่ในบทธรรม และเกิดความเข้าใจแจ่มแจ้ง ส่วนนี้คือ “**ปัญญา**”

ขณะทำวัตรสวดมนต์ เมื่อตั้งใจศึกษา แก้ไขปรับปรุง เปลี่ยนความคิดความเห็นให้เป็นไปตามธรรมะที่ท่องบ่นอยู่ จนในขณะนั้นจิตใจเกิดความผ่องใส สงบ เยือกเย็น เป็นสภาวะธรรมปรากฏขึ้นในใจของเรา ปรากฏการณ์เช่นนี้ก็จะคล้ายกับที่เราได้พบกับพระพุทธองค์ เพราะธรรมะ คือ พระพุทธองค์ พระพุทธองค์ที่แท้จริงคือธรรมะ ดังที่ท่านตรัสไว้ว่า **“ผู้ใดเห็นธรรมผู้นั้นเห็นเรา”**

ดังนั้นการศึกษาธรรมะในขณะทำวัตรสวดมนต์ หากไม่ทำด้วยใจที่เลื่อนลอยหรือจำใจทำแล้ว หากแต่กระทำด้วยสติปัญญา ตั้งใจเรียนรู้ ไตร่ตรองตามเหตุผล แล้วนำไปปฏิบัติอย่างจริงจัง ย่อมเป็นบ่อเกิดแห่งการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ จากใจที่สกปรกไปสู่ใจที่สะอาด จากใจที่มีดมัวไปสู่ใจที่สว่าง และจากใจที่เร่าร้อนไปสู่ใจที่สงบในที่สุด อันเป็นสภาวะจิตใจที่พ้นทุกข์ ดังเช่นที่พระพุทธองค์ได้ทรงกระทำให้เราได้เห็นเป็นตัวอย่างแล้ว

# สารบัญ

|   | หน้า |
|---|------|
| <b>คำบูชาพระรัตนตรัย</b>                | ๑    |
| <b>บททำวัตรเช้า</b>                     |      |
| - ทำวัตรเช้า                            | ๔    |
| - ทวีตติงสาการปาฐะ (กายคตาสติ)          | ๑๙   |
| - บทพิจารณาสังขาร                       | ๒๒   |
| - อภินิหปัจจเวกชนปาฐะ                   | ๒๕   |
| - ภัทเทภรรตตคาถา                        | ๒๗   |
| - บทแผ่เมตตา                            | ๒๙   |
| - สัพพัตติทานคาถา (แผ่เมตตา)            | ๓๑   |
| <b>บทพิจารณาสำหรับพระภิกษุ - สามเณร</b> |      |
| - ตั้งขณิกปัจจเวกชนปาฐะ                 | ๓๓   |
| - ธาตุปัจจเวกชนปาฐะ                     | ๓๗   |
| - ปัพพชิตอภินิหปัจจเวกชนปาฐะ            | ๔๒   |
| - สมณสังญา                              | ๔๖   |
| <b>บททำวัตรเย็น</b>                     |      |
| - ทำวัตรเย็น                            | ๔๘   |
| - สรณคมณปาฐะ                            | ๖๒   |
| - เขมาเขมสรณที่คมณปริทีปิกคาถา          | ๖๓   |
| - ปฐมพุทธภาสิตคาถา                      | ๖๕   |

|                       | หน้า |
|-----------------------|------|
| - โอวาทปาฏิโมกขคาถา   | ๖๖   |
| - อริยธรรมาคาถา       | ๖๘   |
| - อัมมคารวาทิกาถา     | ๖๙   |
| - ติลักขณาทิกาถา      | ๗๑   |
| - ภาารสูตตคาถา        | ๗๔   |
| - ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ  | ๗๕   |
| - อุททิสสนาธิฐฐานคาถา | ๗๖   |

### บทธรรมคำสอน

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| - อัมมจักกัปปวัตตนสูตตปาฐะ          | ๘๐  |
| - อริยมรรคมีองค์แปด                 | ๙๔  |
| - อานาปานสติสูตร                    | ๑๐๕ |
| - มงคลสูตร (ทางแห่งความเจริญ)       | ๑๑๓ |
| - ปราภวสูตตปาฐะ (ทางแห่งความเสื่อม) | ๑๑๙ |
| - มิตตามิตตคาถา                     | ๑๒๓ |
| - กรณียกิจ                          | ๑๒๕ |
| - อารักขกัมมัฏฐาน                   | ๑๒๗ |

### บทพิจารณาสำหรับภิกษุ-สามเณร

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| - อดีตปัจจุเวกขณะปาฐะ | ๑๒๙ |
| - อัมปหังสนปาฐะ       | ๑๓๓ |
| - สมณสังญญา ๓ ประการ  | ๑๓๙ |

- สามเณรศึกษา ๑๔๒

### บทธรรมสำหรับภิกษุหลังฟังพระปาฏิโมกข์

- สัจจะกิริยะคาถา ๑๔๗
- สीलุทเทสปาฐุ ๑๔๘
- ตายนคาถา ๑๕๐

### บทอนุโมทนา

- อนุโมทนารัมภะคาถา ๑๕๒
- สามัญญานูโมทนาคาถา ๑๕๓
- โภชนาทานานูโมทนาคาถา ๑๕๔
- อัคคัปปสาทสุตตะคาถา ๑๕๕
- กาละทานะสุตตะคาถา ๑๕๗
- ติโรกุกุททกัณฑบทปัจฉิมภาค ๑๕๙
- ภาวะตุลัฟ ๑๖๑

### บทพิธีกรรมบางอย่างของพระภิกษุ

- คำขอขมา ๑๖๒
- คำอธิษฐานเข้าพรรษา ๑๖๔
- คำขอนิสัง ๑๖๕
- คำปวารณา (ออกพรรษา) ๑๖๗

## บทพิธีกรรมบางอย่างของอุบาสก - อุบาสิกา

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| - คำขอไตรสรณคมน์และศีลห้า   | ๑๖๙ |
| - คำประกาศอุโบสถ            | ๑๗๒ |
| - คำขอไตรสรณคมน์และศีลแปด   |     |
| ศีลอุโบสถ                   | ๑๗๕ |
| - คำอาราธนาธรรม             |     |
| (อาราธนาพระแสดงธรรม)        | ๑๘๐ |
| - คำถวายผ้าป่า              | ๑๘๑ |
| - คำถวายผ้ากฐิน             | ๑๘๒ |
| - คำสาธุการหลังฟังธรรม      | ๑๘๓ |
| - คำลากลับบ้าน              | ๑๘๕ |
| - พิธีการทำบุญบ้าน          | ๑๘๖ |
| คำบูชาพระรัตนตรัย           | ๑๘๖ |
| คำอาราธนาเบญจศีล            | ๑๘๖ |
| คำอาราธนาพระปริตร           | ๑๘๘ |
| คำถวายสังฆทาน               | ๑๘๙ |
| คำถวายสังฆทานอุทิศให้ผู้ตาย | ๑๙๐ |
| คำอุปโลกน์ภัตตาหาร          | ๑๙๑ |

|                             | หน้า |
|-----------------------------|------|
| - สิ่งที่ควรทราบในพิธีทำบุญ | ๑๙๓  |
| - พระสงฆ์นำเจริญพระพุทธมนต์ | ๑๙๖  |
| นมัสการ                     | ๑๙๖  |
| สรณคมน์                     | ๑๙๖  |
| สัมพุทธ                     | ๑๙๗  |
| นมการสัพพัญญู               | ๑๙๙  |
| นโม ๘ บท                    | ๒๐๒  |
| รัตนสูตร                    | ๒๐๓  |
| กรณียเมตตสูตร               | ๒๐๗  |
| ขันธปริตร                   | ๒๐๙  |
| โมรปริตร                    | ๒๑๐  |
| อาภานาฎิยปริตร              | ๒๑๔  |
| อังคลิมาลปริตร              | ๒๑๖  |
| โพชฌังคปริตร                | ๒๑๗  |
| อภัยปริตร                   | ๒๒๐  |
| เทวตาอุยโยชนคาถา            | ๒๒๗  |
| - บทถวายพรพระ               | ๒๒๙  |
| - พุทธชัยมงคลคาถา           | ๒๓๒  |
| ชัยปริตร                    | ๒๓๗  |

# คำบูชาพระรัตนตรัย

**โย โส ภาคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ**

พระผู้มีพระภาคเจ้านั้นพระองค์ใด เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**สวากขาโต เยนะ ภาคะวะตา ธัมโม**

พระธรรมเป็นธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ตรัสไว้ดีแล้ว

**สุปะฏิปันโน ยัสสะ ภาคะวะโต สวากะสังโฆ**

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด ปฏิบัติดีแล้ว

**ตัมมะยัง ภาคะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง, อิมะหิ**

**สัkkาระหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปุชชะยามะ**

ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอบูชาอย่างยิ่งซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์ ด้วยเครื่องสักการะทั้งหลายเหล่านี้ อันยกขึ้นตามสมควรแล้วอย่างไร

**สาธู โน ภันเต ภาคะวา สุจิระปะรินิพพุโตปิ**

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระผู้มีพระภาคเจ้าแม่ปรินิพพานนานแล้ว ทรงสร้างคุณอันสำเร็จ

ประโยชน์ไว้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

### **ปัจฉิมา ชะนะตานุกัมปะมานะสา**

ทรงมีพระหฤทัยอนุเคราะห์แก่พวกข้าพเจ้าอัน  
เป็นชนรุ่นหลัง

### **อิเม สักกาเร ทุคคะตะป็นณาการะภูเต**

### **ปะฎีกคัณหาตุ**

ขอพระผู้มีพระภาคเจ้า จงรับเครื่องสักการะอัน  
เป็นบรรณาการของคนยากทั้งหลายเหล่านี้

### **อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ**

เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย  
ตลอดกาลนานเทอญฯ



### **อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภาวะะวา**

พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิง  
กิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์  
เอง

### **พุทธีง ภาวะะวันตัง อะภิวาเทมิ**

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ ผู้ตื่น  
ผู้เบิกบาน (กราบ)

**สวากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม**

พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัส  
ไว้ดีแล้ว

**ธัมมัง นะมัสสามิ**

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม (กราบ)

**สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวากะสังโฆ**

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว

**สังฆัง นะมามิ**

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์ (กราบ)



**ปุพพภาคนมการ**

**หันทะ มะยัง พุทฺธัสสะภาคะวะโต ปุพพะภาคะนะ  
มะการัง กะโรมะ เส**

**นะโม ตัสสะ ภาคะวะโต** ขอนอบน้อมแด่พระผู้มี  
พระภาคเจ้าพระองค์นั้น  
**อะระหะโต** ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส  
**สัมมาสัมพุทฺธัสสะ** ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์

เอง

(๓ ครั้ง)



# ทำวัตรเช้า

## พุทธานิถุติ

หันทะ มะยัง พุทธานิถุติง กะโรมะ เส

โย โส ตะถาคะโต

พระตถาคตเจ้านั้นพระองค์ใด

อะระหัง

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธโ

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิทู

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มี  
ใครยิ่งกว่า

## สัตถา เทวะมะนุสสาณัง

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

## พทุโธ

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

## ภะคะวา

เป็นผู้มีความจำเริญจำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์

โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพรัหมะกัง,  
สัสสะมะณะพราหมะณิง ปะชัง สะเทวะมะนุสสัง  
สะยัง อะภิญญา สัจฉิกัตตวา ปะเวเทสิ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ได้ทรงทำความ  
ดับทุกข์ให้แจ้งด้วยพระปัญญาอันยิ่งเองแล้ว ทรง  
สอนโลกนี้พร้อมทั้งเทวดามารพรหมและหมู่สัตว์  
พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและ  
มนุษย์ให้รู้ตาม

## โย ธัมมัง เทเสสิ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ทรงแสดงธรรมแล้ว

## อาทิกัลยาณัง

ไพเราะในเบื้องต้น

## มัชฌะณิกัลยาณัง

ไพเราะในท่ามกลาง

## ปะริโยसानะกัลยาณัง

ไพเราะในที่สุด

สาทถัง สะพยุญชะนัง เกวะละปะริปุณณัง

ปะริสุทธัง พรหมจะริยัง ปะกาเสสิ

ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือแบบแห่งการปฏิบัติ  
อันประเสริฐบริสุทธิ์บริบูรณ์สิ้นเชิง พร้อมทั้ง  
อรรถะ (คำอธิบาย) พร้อมทั้งพยุญชะนะ (หัวข้อ)

ตะมะหัง ภาคะวันตัง อะภิปุชะยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่งเฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า  
พระองค์นั้น

ตะมะหัง ภาคะวันตัง สิระสา นะมามิ

ข้าพเจ้านอบน้อมพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์  
นั้นด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระพุทธรูป)



# ธัมมาภิกขุติ

หันทะ มะยัง ธัมมาภิกขุติง กะโรมะ เส

โย โส สุวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

พระธรรมนั้นใด เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้  
ตรัสไว้ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

เอหิปปัสสิโก

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้อื่นว่าท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน

ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปุชยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่งเฉพาะพระธรรมนั้น

ตะมะหัง ธัมมัง สิริสา นะ मामิ

ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรมนั้นด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระธรรมคุณ)

# สังฆาภิกขุติ

หันทะ มะยัง สังฆาภิกขุติง กะโรมะ เส

**โย โส สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นหมู่ใด  
ปฏิบัติดีแล้ว

**อุชุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติ  
ตรงแล้ว

**ญายะปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติ  
เพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

**สามีจิปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติ  
สมควรแล้ว

**ยะทิทัง**

ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ

**จัตตารี ปุริสะยูกานิ อัญญะ ปุริสะปุคคะลา**

คู่แห่งบุรุษสี่คู่ นับเรียงตัวบุรุษได้แปดบุรุษ<sup>๑</sup>

---

<sup>๑</sup>สี่คู่คือ โสตาปัตติมรรค-โสตาปัตติผล, สกทาคามิมรรค-สกทาคามีผล  
อนาคามิมรรค-อนาคามีผล, อรหัตตมรรค-อรหัตตผล

**เอสะ ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

นั่นแหละสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

**อาหุเนยโย**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา

**ปาหุเนยโย**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

**ทักขิณเยโย**

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

**อัญชะลิกะระณียโย**

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

**อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ**

เป็นเหนือนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า

**ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ**

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่งเฉพาะพระสงฆ์หมู่ นั้น

**ตะมะหัง สังฆัง สิริสะสา นะมามิ**

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์หมู่ นั้นด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระสังฆคุณ)



# รัตนัตตยัปปณามคาถา

หันทะ มะยัง ระตะนัตตยัปปะณามะคาถาโย

เจวะ สังเวคะปะริกิตตะนะปาฐัญจะ ภาณามะ เส

พุทโธ สุสุทโธ กะรุณามะหังณะโว

พระพุทเจ้าผู้บริสุทธิ์มีพระกรุณาดุจดั่งมหารณพ

โยจันตะสุทฐัพพะระญาณะโลจะโน

พระองค์ใดมีตาคือญาณอันประเสริฐหมดจดถึง  
ที่สุด

โลกัสสะ ปาปุปะกิเลสสะมาตะโก

เป็นผู้ฆ่าเสียซึ่งบาปและอุปกิเลสของโลก

วันทามิ พุทธัง อะหะมาทะเรนะ ตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทเจ้าพระองค์นั้นโดยใจเคารพ  
เอื้อเฟื้อ

ธัมโม ปะทีโป วยะ ตัสสะ สัตถุโน

พระธรรมของพระศาสดาสว่างรุ่งเรืองเปรียบดวง  
ประทีป

โย มัคคะปากามะตะเภะภินนะโก

จำแนกประเภทคือมรรคผลนิพพาน ส่วนใด

โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน

ซึ่งเป็นตัวโลกุตตระ และส่วนใดที่ชี้แนวแห่ง

โลกุตตระนั้น

**วันทามิ ธัมมัง อะหะมาทะเรนะ ตัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้นโดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

**สังโฆ สุเขตตาทุญชะติเขตตะสัญญิตโต**

พระสงฆ์เป็นนาบุญอันยิ่งใหญ่กว่านาบุญอันดี  
ทั้งหลาย

**โย ทิฏฐุสะสันโต สุคะตานุโพระโก**

เป็นผู้เห็นพระนิพพาน ตรัสรู้ตามพระสุคตหมู่ใด

**โลลัปปะหิ\*โน อะริโย สุเมธะโส**

เป็นผู้ละกิเลสเครื่องโลเลเป็นพระอริยเจ้ามี  
ปัญญาดี

**วันทามิ สังฆัง อะหะมาทะเรนะ ตัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่หนึ่งโดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

**อิจเจวะเมกัันตะภิปุชะเนยยะกัง, วัตถุตตะยัง**

**วันทะยะตาทิสังชะตัง, ปุญญัง มะยา ยัง มะมะ**

**สัพพูปัททะวา, มาโหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา**

บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งวัตถุสาม คือพระ

รัตนตรัยอันควรบูชายิ่งโดยส่วนเดียว ได้กระทำ

แล้วเป็นอย่างยิ่งเช่นนี้ ขออุปัททวะ (ความชั่ว)

ทั้งหลาย จงอย่ามีแก่ข้าพเจ้าเลย ด้วยอำนาจ

ความสำเร็จอันเกิดจากบุญนั้น

---

\* ออกเสียงฮี

# สังเวคปริกิตตนาปาฐะ

**อิธะ ตะถาคะโต โลกเ อูปันโน**

พระตถาคตเจ้าเกิดขึ้นแล้วในโลกนี้

**อะระหัง สัมมาสัมพุทธโ**

เป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**ธัมโม จะ เทสิโต นียยานิโก**

และพระธรรมที่ทรงแสดงเป็นธรรมเครื่องออก  
จากทุกข์

**อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก**

เป็นเครื่องสงบกิเลส เป็นไปเพื่อปรินิพพาน

**สัมโพธะคามิ สุกะตปปะเวทิตโต**

เป็นไปเพื่อความรู้อพร้อม เป็นธรรมที่พระสุคต  
ประกาศ

**มะยันตัง ธัมมัง สุตฺวา เอวัง ชานามะ**

พวกเราเมื่อได้ฟังธรรมนั้นแล้ว จึงได้รู้อย่างนี้ว่า

**ชาติปิ ทุกขา**

แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์

**ชะราปิ ทุกขา**

แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์

## มะระณัมปิ ทุกขัง

แม้ความตายก็เป็นทุกข์

## โสกะปะริทเวหะทุกขะ โทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา

แม้ความโศกความร่ำไรร่ำพันความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจความคับแค้นใจก็เป็นทุกข์

## อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข

ความประสพกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์

## ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์

## ยัมปิจัจัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง

มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็น

ทุกข์

## สังขิตเตนะ ปัญญาปาทานักขันธา ทุกขา

ว่าโดยย่ออุปาทานขันธทั้งห้า<sup>๑</sup>เป็นตัวทุกข์

## เสยยะถิทัง

ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ

## รูปูปาทานักขันโธ

ขันธอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือรูป

---

<sup>๑</sup> ขันธห้า คือ ส่วนประกอบทั้งห้าที่รวมกันเป็นชีวิต คือ รูป (ร่างกาย) เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ (ส่วนทั้งสี่นี้รวมเรียกว่า “จิตใจ”)

## เวทนะอุปาทานักขันโธ

ขันธอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือเวทนา

## สัญญาอุปาทานักขันโธ

ขันธอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือสัญญา

## สังขารอุปาทานักขันโธ

ขันธอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือสังขาร

## วิญญาณอุปาทานักขันโธ

ขันธอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือวิญญาณ

## เยสััง ปะริญญาเย

เพื่อให้สาวกกำหนดรอบรู้อุปาทานขันธเหล่านี้เอง

## ธะระมาโน โส ภะคะวา

จึงพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นเมื่อยังทรงพระชนม์อยู่

## เอวััง พะหุสััง สาวะเก วิเนติ

ย่อมทรงแนะนำสาวกทั้งหลาย เช่นนี้เป็นส่วนมาก

## เอวััง ภาคา จะ ปะนัสสะ ภะคะวะโต สาวะเกสุ

## อนุสาสะนี พะหุลา ปะวัตตะติ

อนึ่ง คำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น ย่อม

เป็นไปในสาวกทั้งหลาย ส่วนมาก มีส่วนคือการ

จำแนกอย่างนี้ว่า

## รูปัง อะนิจัจัง

รูปไม่เที่ยง

**เวทนา อเนจจา**

เวทนาไม่เที่ยง

**สัญญา อเนจจา**

สัญญาไม่เที่ยง

**สังขาร อเนจจา**

สังขารไม่เที่ยง

**วิญญาณัง อเนจัจัง**

วิญญาณไม่เที่ยง

**รูปัง อนัตตา**

รูปไม่ใช่ตัวตน

**เวทนา อนัตตา**

เวทนาไม่ใช่ตัวตน

**สัญญา อนัตตา**

สัญญาไม่ใช่ตัวตน

**สังขาร อนัตตา**

สังขารไม่ใช่ตัวตน

**วิญญาณัง อนัตตา**

วิญญาณไม่ใช่ตัวตน

**สัพเพ สังขาร อเนจจา**

สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง

## สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ

ธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน ดังนี้

## เต (ตา)<sup>๑</sup> มะยัง โอตินณามะหะ

พวกเราทั้งหลายเป็นผู้ถูกครอบงำแล้ว

## ชาติยา

โดยความเกิด

## ชะรามะระณณะ

โดยความแก่และความตาย

## โสเกหิ परिเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

## อุปายาเสหิ

โดยความโศกความร่ำไรรำพันความไม่สบายกาย  
ความไม่สบายใจความคับแค้นใจทั้งหลาย

## ทุกโขติณณา

เป็นผู้ถูกความทุกข์หยังเอาแล้ว

## ทุกชะปะเรตา

เป็นผู้มีความทุกข์เป็นเบื้องหน้าแล้ว

## อัปเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกชกขันธัสสะ

## อันตะกิริยา ปัญญาเยถาติ

ทำไฉนการทำที่สุตแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ จะพึง  
ปรากฏชัดแก่เราได้

---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

(สำหรับภิกษุสามเณรवाद)

**จิระประรินิพพุตัมปิ ตัง ภาคะวันตัง อุททิสสะ  
อะระหังตัง สัมมาสัมพุทัง**

เราทั้งหลายอุทิศเฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้  
ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง แม้  
ปรินิพพานนานแล้วพระองค์นั้น

**สัทธา อะคารัสฺมา อะนะการิยัง ปัพพะชิตา**

เป็นผู้มีศรัทธาออกบวชจากเรือนไม่เกี่ยวข้องด้วย  
เรือนแล้ว

**ตัสฺมิง ภาคะวะติ พรัหมะจะริยัง จะรามะ**

ประพฤติดูอยู่ซึ่งพรหมจรรย์ในพระผู้มีพระภาคเจ้า  
พระองค์นั้น

**ภิกขุณัง ลิกขาสาชีวะสะมาปันนา**

ถึงพร้อมด้วยสิกขาและธรรมเป็นเครื่องเลี้ยง  
ชีวิตของภิกษุทั้งหลาย

**ตัง โน พรัหมะจะริยัง อิมัสสะ เกวะลัสสะ  
ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยาเย สังวัตตะตุ**

ขอให้พรหมจรรย์ของเราทั้งหลายนั้น จงเป็นไป  
เพื่อการทำให้สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ

(สำหรับอุบาสก -อุบาสิกาสด)

**จิระประรินิพพุตัมปี ตัง ภะคะวันตัง สระระณัง**

**คะตา**

เราทั้งหลาย ผู้ถึงแล้วซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า แม้  
ปรีนิพพานานแล้วพระองค์นั้นเป็นสรณะ

**ธัมมัญจะ สังฆัญจะ**

ถึงพระธรรมด้วยถึงพระสงฆ์ด้วย

**ตัสสะ ภะคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง**

**มะนะสิกะโรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ**

จักทำในใจอยู่ปฏิบัติตามอยู่ซึ่งคำสั่งสอนของ  
พระผู้มีพระภาคเจ้านั้นตามสติกำลัง

**สา สา โน ปะฏิปัตติ**

ขอให้ความปฏิบัตินั้นๆ ของเราทั้งหลาย

**อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยายะ**

**สังวัตตะตุ**

จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุตแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้  
เทอญ

(จบคำทำวัตรเช้า)



# กายคตาสติ

(การระลึกอยู่เสมอว่ากายเป็นสิ่งปฏิภูลและไม่ใช  
เป็นของเราอย่างแท้จริง)

หันทะ มะยัง ทวัตติงสาการะปาฐัง ภาณามะ เส

อะยัง โข เม กาโย

กายของเราี้แล

อุทัง ปาทะตะลา

เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา

อะโธ เกสะมัตตะกา

เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป

ตะจะปะริยันโต

มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดรอบ

ปุโรหานัปะการัสสะ อะสุจิโน

เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่างๆ

อัตถิ อิมัสฺมิง กาเย

มีอยู่ในกายนี้

เกสา

คือผมทั้งหลาย

โลมา

คือขนทั้งหลาย

นะขา

คือเล็บทั้งหลาย

หันทา

คือฟันทั้งหลาย

|              |                |
|--------------|----------------|
| ตะโจ         | หนัง           |
| มังสัง       | เนื้อ          |
| นหารู        | เอ็นทั้งหลาย   |
| อัฏฐิ        | กระดูกทั้งหลาย |
| อัฏฐิมิถุขัง | เยื่อในกระดูก  |
| วิกัง        | ไต             |
| หะทะยัง      | หัวใจ          |
| ยะกะนัง      | ตับ            |
| กิโลมะกัง    | พังผืด         |
| ปีหะกัง      | ม้าม           |
| ปีปผาสัง     | ปอด            |
| อันตัง       | ไส้ใหญ่        |
| อันตะคุณัง   | สายรัดไส้      |
| อุทะริยัง    | อาหารใหม่      |
| กะรีสัง      | อาหารเก่า      |
| ปีตตัง       | น้ำดี          |
| เสมหัง       | น้ำเสลด        |
| ปุพโพ        | น้ำเหลือง      |
| โลหิตัง      | น้ำเลือด       |
| เสโท         | น้ำเหงื่อ      |
| เมโท         | น้ำมันชั้น     |

|                     |             |
|---------------------|-------------|
| อัสสุ               | น้ำตา       |
| วะสา                | น้ำมันเหลว  |
| เขโฬ                | น้ำลาย      |
| สิงคาณิกา           | น้ำมูก      |
| ละสิกา              | น้ำมันไขข้อ |
| มุตตัง              | น้ำมูตร     |
| มัตตะเก มัตตะลุงคัง | เยื่อในสมอง |
| เอวะ มะยัง เม กาโย  |             |

กายของเราเป็นอย่างนี้

**อุทธัง ปาทะตะลา**

เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา

**อะโธ เกสมะตตะกา**

เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป

**ตะจะปะริยันโต**

มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุตรอบ

**ปุโรนानัปปะการัสสะ อะสุจิโน**

เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่างๆ อย่างนี้แล



# บทพิจารณาสังขาร

## สัพเพ สังขารา อะนิจจา

สังขารคือร่างกายจิตใจ แลรูปธรรมนามธรรม  
ทั้งหมดทั้งสิ้น มันไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วดับไปมี  
แล้วหายไป

## สัพเพ สังขารา ทุกขา

สังขารคือร่างกายจิตใจ แลรูปธรรมนามธรรม  
ทั้งหมดทั้งสิ้น มันเป็นทุกข์ทนยาก เพราะเกิด  
ขึ้นแล้วแก่เจ็บตายไป

## สัพเพ ธัมมา อนัตตา

สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ทั้งที่เป็นสังขารแลมิใช่สังขาร  
ทั้งหมดทั้งสิ้น ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ไม่ควรถือว่าเรา  
ว่าของเราว่าตัวว่าตนของเรา

## อะธวัจ ชีวัตัง

ชีวิตเป็นของไม่ยั่งยืน

## ธวัจ มะระณัง

ความตายเป็นของยั่งยืน

## อะวัสสัง มะยา มะริตัพพัง

อันเราจะพึงตายเป็นแท้

**มะระณะปะริโยสานัง เม ชีวิตัง**

ชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุดรอบ

**ชีวิตัง เม อะนियะตัง**

ชีวิตของเราเป็นของไม่เที่ยง

**มะระณัง เม นียะตัง**

ความตายของเราเป็นของเที่ยง

**วะตะ**

ควรที่จะสังเวช

**อะยัง กายโย**

ร่างกายนี้

**อะจิริง**

มิได้ตั้งอยู่นาน

**อะเปตะวิญญาโณ**

ครั้นปราศจากวิญญาณ

**จุกุทโ**

อันเขาทิ้งเสียแล้ว

**อะธิเสสสะติ**

จักนอนทับ

**ปะฐะวิง**

ซึ่งแผ่นดิน

## กะลิงคะรัง อิวะ

ประจูดังว่าท่อนไม้และท่อนฟืน

## นิรัตถ์

หาประโยชน์มิได้

## อะนิจจา วัตตะ สังขารา

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ

## อุปปาทวะยะธัมมิโน

มีความเกิดขึ้นแล้วมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

## อุปปัชชิตฺวา นิรุชฌันติ

ครั้นเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป

## เตสัง วูปะสะโม สุโข

ความเข้าไปสงบระงับสังขารทั้งหลาย เป็นสุข  
อย่างยิ่ง ดังนี้



# อภิณหปัจจเวกขณะปาฐะ

หันทะ มะยัง อะภินหะปัจจจะเวกขณะปาฐัง  
ภะณามะ เส

**ชระธัมโมมุหิ ชะรัง อะนะตีโต (อะนะตีตา)°**

เรามีความแก่เป็นธรรมดาจะล่วงพ้นความแก่ไป  
ไม่ได้

**พยาธัมโมมุหิ พุยาธิง อะนะตีโต (อะนะตีตา)°**

เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดาจะล่วงพ้นความ  
เจ็บไข้ไปไม่ได้

**มะระณะธัมโมมุหิ มะระณัง อะนะตีโต  
(อะนะตีตา)°**

เรามีความตายเป็นธรรมดาจะล่วงพ้นความตาย  
ไปไม่ได้

**สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว**

เราจะละเว้นเป็นต่าง ๆ คือว่าเราจะต้องพลัดพราก  
จากของรักของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวง

---

° หมายถึงในวงเล็บ

**กัมมัตสะโกมุหิ (กามหิ)° กัมมะทายาโท (ทา)°  
กัมมะโยนิ กัมมะพันธุ กัมมะปฏิสระโณ (ณา)°**

เรามีกรรมเป็นของของตน มีกรรมเป็นผู้ให้ผล มี  
กรรมเป็นแดนเกิด มีกรรมเป็นผู้ติดตาม มีกรรม  
เป็นที่พึ่งอาศัย

**ยัง กัมมัง กะริสสามิ กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา  
ตัสสะทายาโท (ทา)° ภาวิสสามิ**

เราทำกรรมอันใดไว้ เป็นบุญหรือเป็นบาป เรา  
จะเป็นทายาท คือว่าเราจะต้องได้รับผลของกรรม  
นั้นๆสืบไป

**เอวัง อัมเหหิ อะภินัน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

เราทั้งหลายควรพิจารณาอย่างนี้ทุกวัน ๆ เกิด



---

° หมายถึงในวงเล็บ



เอวัง วิหาริมาตาปิง อโหรัตตะมะตันทิตัง, ตัง  
เวภัทเทกะรัตโตติ สันโต อาจิกขะเต มุณี

มุณีผู้สงบยอมกล่าวเรียกผู้มีความเพียรอยู่เช่นนั้น  
ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันกลางคืนว่า “ผู้เป็นอยู่  
แม้เพียงราตรีเดียวก็น่าชม”



# บทแผ่เมตตา

หันทะ มะยัง เมตตามุหุระณัง กะโรมะ เส

อะหัง สุขิโต โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้าจงเป็นผู้ถึงสุข

นิททุกโข โหมิ

จงเป็นผู้ไร้ทุกข์

อะเวโร โหมิ

จงเป็นผู้ไม่มีเวร

อัพยาปัชฌ โหมิ

จงเป็นผู้ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน

อะนีโฆ โหมิ

จงเป็นผู้ไม่มีทุกข์

สุขี อัตตานัง ปะริหะรามิ

จงรักษาตนอยู่เป็นสุขเถิด

สัพเพ สัตตา สุขิตา โหนตุ

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ถึงความสุข

สัพเพ สัตตา อะเวรา โหนตุ

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร

สัพเพ สัตตา อัพยาปัชฌา โหนตุ

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงอย่าได้เบียดเบียนซึ่ง

กันและกัน

**สัพเพ สัตตา อะนีมา โหนตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีทุกข์

**สัพเพ สัตตา สุขี อัตตานัง परिहरันตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงรักษาตนอยู่เป็นสุขเถิด

**สัพเพ สัตตา สัพพะทุกขา ปะมุญจันตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงพ้นจากทุกข์ทั้งหมด

**สัพเพ สัตตา ลัทธะสัมปัตติโต มา วิคัจฉันตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงอย่าได้พรากรจากสมบัติ  
อันตนได้แล้ว

**สัพเพ สัตตา กัมมัสสะกา กัมมะทายาทา กัมมะ**

**โยนิ กัมมะพันธู กัมมะประภิสสะระณา**

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงมีกรรมเป็นของของตน มี  
กรรมเป็นผู้ให้ผล มีกรรมเป็นแดนเกิด มีกรรม  
เป็นผู้ติดตาม มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย

**ยัง กัมมัง กะริสสันติ, กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา**

**ตัสสะ ทายาทา ภาวิสสันติ**

จักทำกรรมอันใดไว้ เป็นบุญหรือเป็นบาป จัก  
ต้องเป็นผู้ได้รับผลของกรรมนั้นๆ สืบไป



# สัพพปัตติทานคาถา

หันทะ มะยัง สัพพะปัตติทานะคาถาโย ภาณ  
มะ เส

บุญญัสสีทานิ กะตัสสะ ยานัญญานิ กะตานิ  
เม, เตสฺสึจะ ภาคิโน โหนตุ สัตตานิ นตาปะ  
มาณะกา

สัตว์ทั้งหลายไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ จงมีส่วน  
แห่งบุญที่ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้ และแห่งบุญอื่น  
ที่ได้ทำไว้ก่อนแล้ว

เย ปิยาคุณะวันตา จะ มัยหัง มาตาปิตาทะโย,  
ทิกฺกุฐา เม จาปุยาทิกฺกุฐา วา อัญญเณ มัชฌัตตะ เเวรีโน  
คือจะเป็นสัตว์เหล่าใด ซึ่งเป็นที่รักใคร่และมี  
บุญคุณ เช่นมารดาบิดาของข้าพเจ้าเป็นต้นก็ดี  
ที่ข้าพเจ้าเห็นแล้วหรือไม่ได้เห็นก็ดี สัตว์เหล่าอื่น  
ที่เป็นกลาง ๆ หรือเป็นคู่เวรกันก็ดี

สัตตตา ติกฺกุนฺติ โลกัสสมิง เต ภูมมา จะตุโยนิกา,  
ปัญเจะจะตุโวการา สังสะรันตา ภาวาระเว

สัตว์ทั้งหลายตั้งอยู่ในโลก อยู่ในภูมิทั้งสาม อยู่ใน  
กำเนิดทั้งสี่ มีชั้นห้าชั้นมีชั้นชั้นเดียวมีชั้น  
สี่ชั้น กำลังท่องเที่ยวอยู่ในภพน้อยภพใหญ่ก็ดี

ญาติัง เย ปัตติทานัง เม อะนุโมทนต์ุ เต สะยัง,  
เย จิมัง นปีปะชานันติ เทวา เตสัง นิเวทะยุง

สัตว์เหล่าใดรู้ส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว สัตว์  
เหล่านั้นจงอนุโมทนาเองเถิด ส่วนสัตว์เหล่าใด  
ยังไม่รู้ส่วนบุญนี้ ขอเทวดาทั้งหลาย จงบอกสัตว์  
เหล่านั้นให้รู้

มะยา ทินนานะ ปุญญานัง อะนุโมทะนะเหตุนา,  
สัพเพ สัตตา สะทา โหนตุ อะเวรา สุขะซีวิโน,  
เขมปปะทัณฺเฑจะ ปปีโปนตุ เตสาสา สิขณะตัง สุภา

เพราะเหตุที่ได้อนุโมทนาส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้  
แล้ว สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงเป็นผู้ไม่มีเวร อยู่  
เป็นสุขทุกเมื่อ จงถึงบพอันเกษม กล่าวคือ  
พระนิพพาน ความปรารถนาที่ดั่งใจของสัตว์  
เหล่านั้นจงสำเร็จเถิด



# ตั้งขณิกปัจจเวกขณปาฐะ

หันทะ มะยัง ตั้งขณิกะปัจจเวกขณะปาฐัง  
ภะณามะ เส

**ปะฏิสังขา โยนิโส จีวะรัง ปะฏิเสวามิ**

เราย่อมพิจารณาโดยแยกคายแล้วหุ้มห่มจีวร

**ยวาทะ สัตตัสสะ ปะฏิฆาตายะ**

เพียงเพื่อบำบัดความหนาว

**อุณหัสสะ ปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดความร้อน

**ทังสะมะกะสะวาตตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง**

**ปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด

และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

**ยวาทะ หิริโกปินะ ปะฏิจจาทะนัตถัง**

และเพียงเพื่อปกปิดอวัยวะอันให้เกิดความละอาย

**ปะฏิสังขา โยนิโส ปิณฑะปาตัง ปะฏิเสวามิ**

เราย่อมพิจารณาโดยแยกคายแล้วฉันบิณฑบาต

**เนวะ ทะวายะ**

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเพลิดเพลिनสนุกสนาน

**นะ มะทายะ**

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเมามันเกิดกำลังพลังทางกาย

**นะ มัณฑะนายะ**

ไม่ให้เป็นไปเพื่อประดับ

**นะ วิภูสะนายะ**

ไม่ให้เป็นไปเพื่อตกแต่ง

**ยวอะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ จูติยา**

แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้

**ยาปะนายะ**

เพื่อความเป็นไปได้ของอัตภาพ

**วิหิงสุปะระตียา**

เพื่อความสิ้นไปแห่งความลำบากทางกาย

**พรัหมะจะรียานุกคะหายะ**

เพื่ออนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์

**อิตติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะภูหังขามิ**

ด้วยการทำอย่างนี้ เราอย่ามระงับเสียได้ซึ่ง

ทุกขเวทนาเก่า คือความหิว

**นะวัณณะ เวทะนัง นะ อุปปาเทสสามิ**

และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น

**ยาตรา จะ เม ภาวิสสะติ อะนะวัชชะตา จะ  
ผาสุวิหาโร จาติ**

อนึ่งความเป็นไปได้โดยสะดวกแห่งอรรถภาพนี้ด้วย  
ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย และความเป็นอยู่โดย  
ผาสุกด้วย จักมีแก่เรา ดังนี้

**ปะฏิสังขา โยนิโส เสนาสะนัง ปะฏิเสวามิ**

เราย่อมพิจารณาโดยแยกกายแล้วใช้สอยเสนาสะ

**ยาระทวะ สัตัสสะ ปะฏิฆาตายะ**

เพียงเพื่อบำบัดความหนาว

**อุณหัสสะ ปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดความร้อน

**ทังสะมะกะสะวาตาตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง**

**ปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด  
และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

**ยาระทวะ อุตุปะริสสะยะ วิโนทะนัง ปะฏิสัลลา**

**นารามัตถัง**

เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะพึงมีจากดินฟ้า  
อากาศ และเพื่อความเป็นผู้นอนดีอยู่ได้ในที่หลีกเร้น  
สำหรับภาวนา

**ปะฏิสังขา โยนิโส คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริก  
ขารัง ปะฏิเสวามิ**

เราย่อมนพิจารณาโดยแยกกายแล้วบริโภคเภสัช  
บริขารอันเกื้อกูลแก่คนไข้

**ยวะเทวะอุปันนัง เวยยาพาธิกานัง เวทะนานัง  
ปะฏิฆาตายะ**

เพียงเพื่อบำบัดทุกขเวทนาอันบังเกิดขึ้นแล้ว มี  
อาพาธต่าง ๆ เป็นมูล

**อัပ္ยาปัชณะ ประมะตยาติ**

เพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง  
ดังนี้



# ธาตุปัจจเวกชนปาฐะ

หันทะ มะยัง ธาตุปัจจจะเวกขณะปาฐัง ภะณา  
มะ เส

**ยะธาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง**

สิ่งเหล่านี้เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เบื้องนี้จ

**ยะทิทัง จีวะรัง ตะหุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล**

สิ่งเหล่านี้คือจิ๋ว และคนผู้ใช้สอยจิ๋วนั้น

**ธาตุมัตตะโก**

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

**นิสสัตโต**

มิได้เป็นลัตวะอันยังยืน

**นิชชีโว**

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

**สุญโญ**

ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน

**สัพพานิ ปะนะ อิมานิ จีวะรานิ อะชิจฺจจะนียานิ**

ก็จิ๋วทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

**อิมัง ปูตีกายัง ปัตวา**

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

**อะติวิยะ ชิคจจะนียานิ ชายันติ**

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

**ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัดตะเมเวตัง**

สิ่งเหล่านี้เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เบื้องนิจ

**ยะทิทัง ปิณฑะปาโต ตะหุปะภุญชะโก จะ**

**ปุคคะโล**

สิ่งเหล่านี้คือบิณฑบาต และคนผู้บริโภคน

บิณฑบาตนั้น

**ธาตุมัตตะโก**

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

**นิสสัตโต**

มิได้เป็นสัตว์อันยั่งยืน

**นิชชีโว**

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

**สุญญโณ**

ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน

**สัพโพ ปะนายัง ปิณฑะปาโต อะชิคจจะนีโย**

ก็บิณฑบาตทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมา

แต่เดิม

## อิมัง ปุติกายัง ปัตวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

## อะติวิยะ ชิคุจจะนีโย ชายะติ

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

## ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัดตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

## ยะทิทัง เสนาสะนัง ตะหุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้คือเสนาสนะ และคนผู้ใช้สอยเสนาสนะ  
นั้น

## ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

## นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตวะอันยังยืน

## นิชชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

## สุญโญ

ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน

## สัพพานิ ปะนะ อิมานิ เสนาสะนานิ อะชิคุจจะนียานิ

ก็เสนาสนะทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมา  
แต่เดิม

**อิมัง ปุติกายัง ปัตวา**

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

**อะติวิยะ ชิคุจจะนียานิ ชายันติ**

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

**ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัดตะเมเวตัง**

สิ่งเหล่านี้เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

**ยะทิทัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร**

**ตะหุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล**

สิ่งเหล่านี้คือเภสัชบริขารอันเกี่ยวแก่คนไข้ และ

คนผู้บริโภคะเภสัชบริขารนั้น

**ธาตุมัดตะโก**

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

**นิสสัตโต**

มิได้เป็นสัตว์อันยังยืน

**นิชชีโว**

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

**สุญโญ**

ว่างเปล่าจากความหมายแห่งความเป็นตัวตน

**สัพโพ ปะนายัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร  
อะชิจฺจนะนีโย**

ก็คิลานเภสัชบริหารทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของหน้า  
เกลียดมาแต่เดิม

**อิมัง ปุติกายัง ปัตวา**

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันหน้าอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

**อะติวิยะ ชิจฺจนะนีโย ชายะติ**

ย่อมกลายเป็นของหน้าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน



# ปัพพชิตอภินหปัจจเวกขณปาฐะ

หันทะ มะยัง ปัพพะชิตะอะภินหะ ปัจจเวกขะ  
ณะปาฐัง ภาณามะ เส

**ทะสะอิเม ภิกขะเว ธัมมา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายสืบประการ  
เหล่านี้ มีอยู่

**ปัพพะชิตะนะ อะภินหัง ปัจจเวกขิตัพพา**

เป็นธรรมที่บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่  
เบื้องนี้จ

**กะตะเม ทะสะ**

ธรรมทั้งหลายสืบประการนั้นเป็นอย่างไรเล่า

**เวว์ณณิยัมหิ อัจฉูปะคะโตติ ปัพพะชิตะนะ**

**อะภินหัง ปัจจเวกขิตัพพัง**

คือบรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องนี้จ  
ว่า เราเป็นผู้เข้าถึงเฉพาะแล้ว ซึ่งวรรณะอันต่าง  
อันพิเศษ ดังนี้

**ปะระปะฏิพัทธา เม ชีวกาติ ปัพพะชิตะนะ**

**อะภินหัง ปัจจเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องนี้จว่า  
การเลี้ยงชีวิตของเรา เนื่องเฉพาะแล้วด้วยผู้อื่น ดังนี้

**อัญญโณ เม อากัปปโ กะระณียโติ ปัพพะชิตนะ  
อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องหน้าว่า  
ระเบียบการปฏิบัติอย่างอื่น ที่เราจะต้องทำมีอยู่  
ดังนี้

**กัจจि นุโข เม อตฺตา สีละโต นะ อุปะวะทะตีติ  
ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องหน้าว่า  
เมื่อกล่าวโดยศีล เราย่อมตำหนิตีเดียตนเองไม่  
ได้มีใช่หรือ ดังนี้

**กัจจิ นุโข มัง อะนุวิจจะ วิญญู สะพรหมะจารี  
สีละโตนะ อุปะวะทนต์ติ ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง  
ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องหน้าว่า  
เมื่อกล่าวโดยศีล เพื่อนสหพรหมจารีที่เป็นวิญญูชน  
ใคร่ครวญแล้ว ย่อมตำหนิตีเดียเราไม่ได้มีใช่  
หรือ ดังนี้

**สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว  
ติ ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องหน้าว่า  
ความพลัดพรากจากของรัก ของชอบใจทั้งสิ้น จัก

มีแก่เรา ดังนี้

**กัมมัชสะโกมหิ กัมมะทายาโท กัมมะโยนิ กัมมะ  
พันธุ กัมมะปะฏิสะระโณ ยัง กัมมัง กะริสสามิ  
กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา ตัสสะทายาโท ภาวิส  
สามิติ ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องหน้าว่า  
เราเป็นผู้มีกรรมเป็นของตน มีกรรมที่ต้องรับผล  
เป็นมรดกตกทอด มีกรรมเป็นที่กำเนิด มีกรรม  
เป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เราทำกรรม  
ใดไว้ ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม เราจักเป็นผู้รับผลตกทอด  
แห่งกรรมนั้น ดังนี้

**กะถัมภูตัสสะ เม รัตตินทิวา วีติปะตันตตี**

**ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องหน้าว่า  
วันคืนล่วงไปล่วงไป ในเมื่อเรากำลังเป็นอยู่ใน  
สภาพเช่นไร ดังนี้

**กัจจิ นุโข หัง สุญญาคาเร อะภิระมาสีติ**

**ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เบื้องหน้าว่า  
เราย่อมยินดีในโรงเรือนอันสงัด อยู่หรือหนอ ดังนี้

**อัติ นุโข เม อุตตะริมะนุสสะธัมมา อะละมะริยะ-  
ญานะทัสสะนะวิเสโส อะธิคะโต โสหัง ปัจฉิเม  
กาเล สัพพะหมะจารีหิ ปุฏฐุ นะ มังกุ ภาวิสสามีติ  
ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่เนืองนิจว่า  
ญาณทัศนะอันวิเศษ ควรแก่พระอริยเจ้า อันยิ่งกว่า  
วิสัยธรรมดาของมนุษย์ ที่เราได้บรรลุแล้ว เพื่อ  
เราจะไม่เป็นผู้ก่อเขิน เมื่อถูกเพื่อนสหพรหมจารี  
ด้วยกันถามในภายหลัง มีอยู่แก่เราหรือไม่ ดังนี้

**อิเม โข ภิกขเว ทะสะ ธัมมา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายสืบประการ  
เหล่านี้แล

**ปัพพะชิตนะ อะภิน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพา**

เป็นธรรมที่บรรพชิตพึงพิจารณาโดยแจ่มชัด อยู่  
เนืองนิจ

**อิติ**

ด้วยอาการอย่างนี้แล



# สมณสัญญา

หันทะ มะยัง สะมะณะสัญญาปาฐัง ภาณามะ เส

สะมะณา สะมะณาติ โว ภิกขเว ชะโน สัญชานาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มหาชนเขาย่อมรู้จักเธอ  
ทั้งหลายว่าเป็นสมณะ

ตุมเห จะ ปะนะ เก ตุมเหหิ ปุณฺฐา สะมานา

ก็แหละเธอทั้งหลายเล่า เมื่อถูกถามว่าท่านเป็น  
อะไร

สะมะณัมหาติ ปะฏิชานาถะ

พวกเธอก็ย่อมปฏิบัติสัญญาว่า เราเป็นสมณะ

เตสัง โว ภิกขเว เอวัง สะมัญญานัง สะตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อพวกเธอนั้นมีชื่อว่า  
สมณะอยู่อย่างนี้

เอวัง ปฏิญญานัง สะตัง

ทั้งปฏิญญาตัวว่า เป็นสมณะอยู่อย่างนี้

ยา สะมะณะสามีจิปะฏิปะทา

ข้อปฏิบัติอย่างใด เป็นความสมควรแก่สมณะ

ตัง ปะฏิปะทัง ปะฏิปัชชิสสามะ

เราจะปฏิบัติซึ่งข้อปฏิบัติอย่างนั้น

**เอวันโน**

เมื่อการปฏิบัติของเราอย่างนี้ มีอยู่

**อะยัง อัมหากัง สมะณฺญา จะ สัจจา ภาวิสสะติ**

**ปะณฺญญา จะ ภูตา**

ทั้งชื่อทั้งความปฏฺญญาของเรานี้ก็จักเป็นจริงได้

**เยสฺสึจะ มะยัง จีวะระ ปิณฑะปาตะ เสนาสนะ**

**คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปริกขาเรปะริภุญชามะ**

อนึ่ง เราบริโภคจีวรบิณฑบาตเสนาสนะ และ

คิลานะเภสัชบริขารของชนเหล่าใด

**เตสฺนเต การา อัมहेสุ มะหฺปละลา ภาวิสสันติ**

**มะหานิสฺงสา**

ความอุปการะของเขาเหล่านั้นในเราทั้งหลาย

ก็จักมีผลใหญ่ มีอาณิสงส์ใหญ่

**อัมหากัญเจวายัง ปัพพชชา อวิญญา ภาวิสสะติ**

อนึ่ง การบรรพชาของเราจักไม่เป็นหมันเปล่า

**สะณะลา สะอุทธะยาติ**

แต่จักเป็นบรรพชาที่มีผล เป็นบรรพชาที่มีกำไร

**เอวัณฺหิ โว ภิกขะเว ลิกขิตฺตัพพัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงศึกษา

สำเหนียกอย่างนี้แล

# ทำวัตรเย็น

(คำบูชาพระและบุพพภาคนมการ ใช้อย่างเดียว  
กับคำทำวัตรเช้า)

## พุทธานุสสติ

หันทะ มะยัง พุทธานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส

ตั้ง โข ปะนะ ภาคะวันตัง เอวัง กัลยาโณ  
กิตติสัทโธ อัพภูคคะโต

ก็กิตติศัพท์อันงามของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น ได้  
ฟังไปแล้วอย่างนี้ว่า

อิตปิ โส ภาคะวา

เพราะเหตุอย่างนี้ๆพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

อะระหัง

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธโธ

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

## โลกะวิฑู

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

## อนุตตะโร ปุริสัทมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มี  
ใครยิ่งกว่า

## สัตถา เทวะมะนุสสานัง

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

## พุทโธ

เป็นผู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

## ภะคะวา ตี

เป็นผู้มีความจำเริญจำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์  
ดังนี้



# พุทธาภิศิตี

หันทะ มะยัง พุทธาภิศิติง กะโรมะ เส

**พุทธวาระหันทะวะระตาทิกุณาภิตโต**

พระพุทธเจ้าประกอบด้วยคุณ มีความประเสริฐ  
แห่งอรหันตคุณเป็นต้น

**สุทธาภิญญาณะกะรุณาหิ สะมาคะตัตโต**

มีพระองค์อันประกอบด้วยพระญาณ และพระ-  
กรุณาอันบริสุทธิ

**โพเธสิ โย สุชนะตัง กะมะลังวะ สุโร**

พระองค์ใดทรงกระทำชนที่ดีให้เบิกบาน ดุจ  
อาทิตย์ทำบัวให้บาน

**วันทามะหัง ตะมะระณัง สิริสะสา ชินเนทัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระชินสีห์ผู้ไม่มีกิเลสพระองค์นั้น  
ด้วยเศียรเกล้า

**พุทโธ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง**

พระพุทธเจ้าพระองค์ใดเป็นสรณะอันเกษมสูงสุด  
ของสัตว์ทั้งหลาย

**ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้นอันเป็นที่ตั้ง  
แห่งความระลึกองค์ที่หนึ่งด้วยเศียรเกล้า

**พุทธัสสาหฺสมิ ทาสฺ (ทาสี)<sup>๑</sup> วะ, พุทฺโธ เม  
สามิกิสสะโร**

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้า  
เป็นนายมีอิสระเหนือข้าพเจ้า

**พุทฺโธ ทุกขฺสสะ มาตา จะ วิธาดา จะ หิตฺสสะ เม**  
พระพุทธเจ้าเป็นเครื่องกำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่ง  
ประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

**พุทธัสสาหฺง นียยาเทมิ สะรียฺญชิวิตฺตฺยจิทฺัง**

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้แด่พระพุทธเจ้า

**วันทฺนโตหฺง (วันทฺนตีหฺง)<sup>๑</sup> จะริสสามิ, พุทฺธัสเสวะ  
สุโพธิตฺัง**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพุดติดตาม ซึ่งความตรัสรู้ดี  
ของพระพุทธเจ้า

**นัตถิ เม สระระณฺง อัญญฺง, พุทฺโธ เม สระระณฺง ะรัง**  
สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระพุทธเจ้าเป็นสรณะ  
อันประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ, วัทฺเตยยังฺ สัตถุ สาสะเน**

ด้วยการกล่าวคำสัจนี้ ข้าพเจ้าพึงเจริญใน  
พระศาสนาของพระศาสดา

---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

พุทธัง เม วันทะมานะ (วันทะมานายะ)<sup>๑</sup>, ยัง  
บุญญัง ปะสุตัง อีระ

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระพุทธเจ้า ได้ชวนชวายนบุญ  
ใดในบัดนี้

สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาhesung ตัสสะ เตชะสา  
อันตรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าด้วยเดชแห่ง  
บุญนั้น

\*กาเยนะ วาจาเย วะ เจตะสา วา  
ด้วยกายก็ดีด้วยวาจาก็ดีด้วยใจก็ดี

พุทธเอ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง  
กรรมน่าติเตียนอันใดที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วใน  
พระพุทธเจ้า

พุทธเอ ปะภิกคัณหะตุ อัจจะยันตัง  
ขอพระพุทธเจ้าจงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทธเอ  
เพื่อการสำรวมระวังในพระพุทธเจ้าในกาลต่อไป



---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

\* หมอบกราบลง

# ธัมมานุสสติ

หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส

สุวากขาโต ภาวะะวะตา ธัมโม

พระธรรมเป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้  
ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

เอหิปัสสิโก

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้อื่นว่าท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ\* ติ

เป็นสิ่งที่ผู้รู้รู้ได้เฉพาะตน ดังนี้



---

\* ออกเสียงสี่

# ธัมมาภิกษิตี

หันทะ มะยัง ธัมมาภิกษิตัง กะโรมะ เส

**สุวากขาตตะตาทีคุณะโยคะวะเสนะ เสยโย**

พระธรรมเป็นสิ่งที่ประเสริฐเพราะประกอบด้วยคุณ  
คือความที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้วเป็นต้น

**โย มัคคะปาเกปะริยัตติวิโมกขะเกโท**

เป็นธรรมอันจำแนกเป็นมรรคผลปริยัติและ  
นิพพาน

**ธัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธารี**

เป็นธรรมทรงไว้ซึ่งผู้ทรงธรรมจากการตกไปสู่  
โลกที่ชั่ว

**วันทามะหัง ตะมะหะรัง วะระธัมมะเมตัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมอันประเสริฐนั้นอันเป็น  
เครื่องขจัดเสียซึ่งความมืด

**ธัมโม โย สัพพะปาณีนัง สาระณัง เขมะมุตตะมัง**

พระธรรมใดเป็นสรณะอันเกษมสูงสุดของสัตว์  
ทั้งหลาย

**ทุดิยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความ  
ระลึกองค์ที่สองด้วยเศียรเกล้า

**ธัมมัสสาหัสสิ ทาโส (ทาสี)<sup>๑</sup> วะ, ธัมโม เม  
สามิกิสสะโร**

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระธรรม พระธรรมเป็นนาย  
มีอิสระเหนือข้าพเจ้า

**ธัมโม ทุกข์สสะ มาตา จะ วิธาดตา จะ หิตัสสะ เม**  
พระธรรมเป็นเครื่องกำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่ง  
ประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

**ธัมมัสสาหัง นียยาเทมิ สรรีรัญชีวิตัญจิทัง**

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้แด่พระธรรม

**วันทันโตหัง (วันทันตีหัง)<sup>๑</sup> จะริสสามิ, ธัมมัสเสวะ  
สุธัมมะตัง**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม ซึ่งความเป็น  
ธรรมดีของพระธรรม

**นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง, ธัมโม เม สรรณัง ะรัง**

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระธรรมเป็นสรณะ  
อันประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ, วัตถเวยยัง สัตถุ สาสะเน**

ด้วยการกล่าวคำสัจนี้ ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระ  
ศาสนาของพระศาสดา

---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

**ธัมมัง เม วันทะมานะ (วันทะมานายะ)<sup>๑</sup>, ยัง  
บุญญัง ปะสุตัง อีระ**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระธรรม ได้ชวนชวายนบุญใด  
ในบัดนี้

**สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาhesung ตัสสะ เตชะสา  
อันตรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าด้วยเดชแห่ง  
บุญนั้น**

**\*กาเยนะ วาจาเย วะ เจตตะสา วา  
ด้วยกายก็ดีด้วยวาจาที่ดีด้วยใจก็ดี**

**ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง  
กรรมน่าติเตียนอันใดที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วใน  
พระธรรม**

**ธัมโม ปะภิกคัณหะตุ อัจจะยันตัง  
ขอพระธรรมจงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น**

**กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม  
เพื่อการสำรวมระวังในพระธรรมในกาลต่อไป**



---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

\* หมอบกราบลง

# สังฆานุสสติ

หันทะ มะยัง สังฆานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส

**สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติ  
ดีแล้ว

**อุชุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติ  
ตรงแล้ว

**ญายะปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติ  
เพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

**สามีจิปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติ  
สมควรแล้ว

**ยะทิทัง**

ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ

**จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัญญะ ปุริสะปุคคะลา**

คู่แห่งบุรุษสี่คู่ นับเรียงตัวบุรุษได้แปดบุรุษ

**เอสะ ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

นั่นแหละสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

**อาหุเนยโย**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา

**ปาหุเนยโย**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

**ทักษิณนโย**

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

**อัญชลีภะระณียโย**

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

**อะนุตตะรัง ปุณฺณุกเขตตัง โลกัสสา ตี**

เป็นเนืองนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้



# สังฆาภีคีติ

หันทะ มะยัง สังฆาภีคีติง กะโรมะ เส

**สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาทิยุดโต**

พระสงฆ์ที่เกิดโดยพระสัทธรรม ประกอบด้วยคุณ  
มีความปฏิบัติดีเป็นต้น

**โยภุญฺหัพโพ อะริยะปุคคะละสังฆะเสฏฺฐโฐ**

เป็นหมู่แห่งพระอริยบุคคลอันประเสริฐแปดจำพวก

**สีลาทิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต**

มีกายและจิตอันอาศัยธรรมมีศีลเป็นต้นอันบวร

**วันทามะหัง ตะมะรียานะคะณัง สุสุทัง**

ข้าพเจ้าไหว้หมู่แห่งพระอริยเจ้าเหล่านั้นอัน  
บริสุทธิ์ด้วยดี

**สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง**

พระสงฆ์หมู่ใดเป็นสรณะอันเกษมสูงสุดของสัตว์  
ทั้งหลาย

**ตะตยานุสสะติภฺฐานัง วันทามิ ตัง สีเรนะหัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้นอันเป็นที่ตั้งแห่ง  
ความระลึกองค์ที่สามด้วยเศียรเกล้า

**สังฆัสสหาหฺสมิ ทาสฺ (ทาสี)<sup>๑</sup> วะ, สังโฆ เม  
สามิกิสสะโร**

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระสงฆ์ พระสงฆ์เป็นนาย  
มีอิสระเหนือข้าพเจ้า

**สังโฆ ทุกขัสสะ มาตา จะ วิธาดา จะ หิตัสสะ เม**  
พระสงฆ์เป็นเครื่องกำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่ง  
ประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

**สังฆัสสาหัง นียยาเทมิ สะริริญชีวิตฺถิจิหัง**

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้แต่พระสงฆ์

**วันทันโตหัง (วันทันตีหัง)<sup>๑</sup> จะริสสามิ, สังฆัสโส  
ปะฏิปันนะตัง**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติดตาม ซึ่งความปฏิบัติ  
ดีของพระสงฆ์

**นัตถิ เม สระระณัง อัญญัง, สังโฆ เม สระระณัง ะรัง**  
สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระสงฆ์เป็นสรณะ  
อันประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ, วัตเตนยยัง สัตถุ สาสะเน**  
ด้วยการกล่าวคำสัจนี้ ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระ  
ศาสนาของพระศาสดา

---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

สังฆัง เม วันทะมานะเน (วันทะมานายะ)<sup>๑</sup>,

ยังปญญัง ปะสุตัง อีระ

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระสงฆ์ ได้ชวนชวายนุญใด  
ในบัดนี้

สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาhesung ตัสสะ เตชะสา

อันตรรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าด้วยเดชแห่ง  
บุญนั้น

\*กาเยนะ วาจาเย วะ เจตตะสา วา

ด้วยกายก็ดีด้วยวาจาที่ดีด้วยใจก็ดี

สังฆะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง

กรรมหน้าตีเตียนอันใดที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วใน  
พระสงฆ์

สังโฆ ปะภิกคัณหะตุ อัจจะยันตัง

ขอพระสงฆ์จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังฆะ

เพื่อการสำรวมระวังในพระสงฆ์ในกาลต่อไป

(จบคำทำวัตรเย็น)



---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

\* หมอบกราบลง

# สรณคมนปาฐะ

หันทะ มะยัง ติสระระณะคะมะนะปาฐัง ภาณามะ เส

**พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทเจ้าเป็นสรณะ

**ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ทุตติยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าถือเอาพระพุทเจ้าเป็นสรณะ

**ทุตติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**ทุตติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ตะตติยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าถือเอาพระพุทเจ้าเป็นสรณะ

**ตะตติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**ตะตติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

## เขมาเขมสรณคมนปริทีปิกคาถา

หันทะ มะยัง เขมาเขมะสละระณะคะมะนะปะริ  
ทีปิกะคาถาโย ภาณามะ เส

พะหุง เว สละระณัง ยันติ ปัพพะตานิ ะนะนานิ จะ,  
อารามะรูกขะเจตยานิ มะนุสสา ภายะตัสชิตา

มนุษย์เป็นอันมาก เมื่อเกิดมีภัยคุกคามแล้ว ก็ถือ  
เอาภูเขาบ้าง ป่าไม้บ้าง อารามและรุกขเจดีย์บ้าง  
เป็นสรณะ

เนตัง โข สละระณัง เขมัง, เนตัง สละระณะมุตตะมัง,  
เนตัง สละระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ

นั่นมิใช่สรณะอันเกษมเลย นั่นมิใช่สรณะอัน  
สูงสุด เขาอาศัยสรณะนั้นแล้ว ย่อมไม่พ้นจาก  
ทุกข์ทั้งปวงได้

โย จะ พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สละระณัง  
คะโต, จัตตาริ อะริยะสัจจานิ สัมมปปัญญาเย ปัสสะติ

ส่วนผู้ใดถือเอาพระพุทธพระธรรมพระสงฆ์เป็น  
สรณะแล้ว เห็นอริยสัจคือความจริงอันประเสริฐ  
สี่ด้วยปัญญาอันชอบ

ทุกขัง ทุกขะสะสมุปาทัง ทุกข์สสะ จะ อติกกะมัง,  
อริยัญญูจฺจฺฐังคิกัง มัคคัง ทุกขุปะสะมะคามินัง

คือเห็นความทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความก้าวล่วง  
ทุกข์เสียได้ และหนทางมีองค์แปดอันประเสริฐ  
เครื่องถึงความระงับทุกข์

เอตัง โข สระระณัง เขมัง, เอตัง สระระณะมุตตะมัง,  
เอตัง สระระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ

นั่นแหละเป็นสรณะอันเกษม นั่นเป็นสรณะอัน  
สูงที่สุด เขาอาศัยสรณะนั้นแล้ว ย่อมพ้นจากทุกข์  
ทั้งปวงได้



# ปฐมพุทธภาสิตคาถา

หันทะ มะยัง ปะฐุมะพุทธะภาสิตะคาถาโย  
ภะณามะ เส

**อะเนกะชาติสังสารัง สันธาวิสสัง อะนิพพิสัง**

เมื่อเรายังไม่พบญาณ ได้เล่นท่องเที่ยวไปในสังสาร  
เป็นอเนกชาติ

**คะหะการัง คะเวสันโต ทุกขา ชาติ ปุณ்பุณัง**

แสวงหาอยู่ซึ่งนายช่างปลุกเรื่อน คือค้นหาผู้  
สร้างภพ การเกิดทุกคราวเป็นทุกข์รำไป

**คะหะการะกะ ทิฏฐุสสิ ปุณะ เคหัง นะ กาทะสิ**

นี่แหละนายช่างปลุกเรื่อน เรารู้จักเจ้าเสียแล้ว เจ้า  
จะทำเรื่อนให้เราไม่ได้อีกต่อไป

**สัพพา เต ผาสุกา ภาคคา คะหะภูมิง วิสังขะตัง**

โครงเรื่อนทั้งหมดของเจ้าเราหักเสียแล้ว ยอด  
เรื่อนเราก็รื้อเสียแล้ว

**วิสังขาระคะตัง จิตตัง ตัณหานัง ขะยะมัจฉณะคา**

จิตของเราถึงแล้วซึ่งสภาพที่อะไรปรุงแต่งไม่ได้อีก  
ต่อไป มันได้ถึงแล้วซึ่งความสิ้นไปแห่งตัณหา  
(คือ ถึงนิพพาน)

# โอวาทปาฏิโมกขคาถา

หัตถะ มะยัง โอวาทะปาฏิโมกขคาถาโย

ภะณามะ เส

**สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง**

การไม่ทำบาปทั้งปวง

**กุสะลัสสุปะสัมปะทา**

การทำกุศลให้ถึงพร้อม

**สะจิตตะปะริโยทะปะนัง**

การชำระจิตของตนให้ขาวรอบ

**เอตัง พุทธาณะ สาสะนัง**

ธรรม ๓ อย่างนี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า  
ทั้งหลาย

**ขันติปะระมัง ตะโป ตีติกขา**

ขันตีคือความอดกลั้นเป็นธรรมเครื่องเผากิเลส  
อย่างยิ่ง

**นิพพานัง ปะระมัง ะหันทิ พุทธา**

ผู้รู้ทั้งหลายกล่าวพระนิพพานว่าเป็นธรรมอันยิ่ง

**นะ หิ ปัพพะชิตโต ปะรุปะมาตี**

ผู้กำจัดสัตว์อื่นอยู่ไม่ถือว่าเป็นบรรพชิตเลย

**สละโณ โหติ ปะรัง วิหฺรฺฐะยฺนโต**

ผู้ทำสัตว์อื่นให้ลำบากอยู่ไม่ถือว่าเป็นสมณะเลย

**อะนฺนุปะวาโท อะนฺนุปะมาโต**

การไม่พูดร้าย การไม่ทำร้าย

**ปาฎิโมกฺเข จะ สังวะโร**

การสำรวมในปาฎิโมกข์

**มัตตัญญุตฺตา จะ ภัตตัสฺมิง**

ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค

**ปันตัญฺจจะ สะยะนาสะนัง**

การนอน การนั่งในที่อันสงัด

**อะธิจิตเต จะ อาโยโค**

ความหมั่นประกอบในการทำจิตให้ยิ่ง

**เอตัง พุทธานะ สาสะนัง**

ธรรม ๖ อย่างนี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

ทั้งหลาย



# อริยธรรมา

หัตถะ มะยัง อริยะธรรมาโย ภะณามะ เส

**ยัสสะ สัทธา ตะถาคะเต อะจะลา สุปะติฏฐิตา**

ศรัทธาในพระตถาคตของผู้ใดตั้งมั่นอย่างดีไม่  
หวั่นไหว

**สีลัญจะ ยัสสะ กัลยาณัง อริยะกัณตัง ปะสังสิตัง**

และศีลของผู้ใดงดงาม เป็นที่สรรเสริญที่พอใจ  
ของพระอริยเจ้า

**สังฆะ ปะสาโท ยัสสตัถิ อชุกฺขัตถัญจะ ทัสสะนัง**

ความเลื่อมใสของผู้ใดมีในพระสงฆ์ และความเห็น  
ของผู้ใดตรง

**อะทะลิตโหติ ตัง อาหุ อะโมฆันตัสสะ ชีวิตัง**

บัณฑิตกล่าวเรียกเขาผู้นั้นว่าคนไม่จน ชีวิตของ  
เขาไม่เป็นหมัน

**ตัสมา สัทธัญจะ สีลัญจะ ปะสาทัง ธัมมะทัสสะนัง,**

**อะนุญญะเชถะ เมธาวิ สะรัง พุทธานะสาสะนัง**

เพราะฉะนั้น เมื่อระลึกได้ถึงคำสั่งสอนของ  
พระพุทธเจ้าอยู่ ผู้มีปัญญาควรก่อสร้างศรัทธา  
ศีล ความเลื่อมใส และความเห็นธรรมให้เนื่องๆ

# ธัมมคารวาทิคาถา

หันทะ มะยัง ธัมมะคาระวาทิคาถาโย ภะณามะ เส

เย จะ อะตีตา สัมพุทธา เย จะ พุทธา อะนาคะตา,  
โย เจตะระหิ สัมพุทโธ พะหุณนัง โสกะนาสะโน

พระพุทเจ้าบรรดาที่ล่วงไปแล้วด้วย ที่ยังไม่  
มาตรัสรู้ด้วย และพระพุทเจ้าผู้จัดโคกของ  
มหาชนในกาลบัดนี้ด้วย

สัพเพ สัทธัมมะคะรุโน วิหะริงสุ วิหาติ จะ, อะถาปิ  
วิหะริสสันติ เอสา พุทธานะ ธัมมะตา

พระพุทเจ้าทั้งปวงนั้นทุกพระองค์เคารพพระธรรม  
ได้เป็นมาแล้วด้วย กำลังเป็นอยู่ด้วย และจักเป็น  
ด้วย เพราะธรรมตาของพระพุทเจ้าทั้งหลาย  
เป็นเช่นนั้นเอง

ตัสมา หิ อัตตะกาเมนะ มะหัตตะมะภิกังขะตา,  
สัทธัมโม คะรุกาตัพโพ สะรัง พุทธานะ สาสะนัง

เพราะฉะนั้น บุคคลผู้รักตน หวังอยู่เฉพาะคุณ  
เบื้องสูง เมื่อระลึกได้ถึงคำสั่งสอนของพระพุทเจ้า  
อยู่ จึงทำความเคารพพระธรรม

**นะ หิ ธัมโม อะธัมโม จะ อุโก สมะหวิปากิโน**

ธรรมและอธรรมจะมีผลเหมือนกันทั้งสองอย่าง  
หามีได้

**อะธัมโม นิระยัง เนติ ธัมโม ปาเปติ สุกะตัง**

อธรรมย่อมนำไปนรก ธรรมย่อมนำให้ถึงสุคติ

**ธัมโม หะเว รักขะติ ธัมมะจารัง**

ธรรมแหละย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรมเป็นนิจ

**ธัมโม สัจฉินโน สุขะมาวะหาติ**

ธรรมที่ประพฤติดีแล้วย่อมนำสุขมาให้ตน

**เอसानิสังโส ธัมเม สัจฉินเณ**

นี่เป็นอานิสงส์ในธรรมที่ตนประพฤติดีแล้ว



# ติลักขณาทิกาถา

หั้นทะ มะย้ง ติลักขณาทิกาถาโย ภาณามะ เส

**สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสะติ**

เมื่อใดบุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวง  
ไม่เที่ยง

**อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**

เมื่อนั้นย่อมเห็น้อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ที่ตน  
หลง นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็น  
ธรรมหมดจด

**สัพเพ สังขารา ทุกขาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสะติ**

เมื่อใดบุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวง  
เป็นทุกข์

**อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**

เมื่อนั้นย่อมเห็น้อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ที่  
ตนหลง นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็น  
ธรรมหมดจด

**สัพเพ อัมมา อะนัตตาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสะติ**

เมื่อใดบุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า ธรรมทั้งปวงเป็น  
อนัตตา

**อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**

เมื่อนั้นย่อมเห็น้อยหน้าในสิ่งที่เป็นทุกข์ที่ตน  
หลง นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็น  
ธรรมหมดจด

**อัปะกา เต มนะุสเสสุ เย ชะนา ปาระคามิโน**

ในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย ผู้ที่ถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน  
มีน้อยนัก

**อะถายัง อิตะรา ปะชา ตีระเมวานุธาวะติ**

หมู่มนุษย์นอกนั้นย่อมวิ่งเลาะอยู่ตามฝั่งในนี้เอง

**เย จะ โข สัมมะทักขาเต ธัมเม ธัมมานุวัตติโน**

ก็ชนเหล่าใดประพฤติธรรมสมควรแก่ธรรมใน  
ธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้ว

**เต ชะนา ปาระเมสสันติ มัจจุเธยยัง สุทุดตะรัง**

ชนเหล่านั้นจักถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน ข้ามพ้นบ่วง  
แห่งมัจจุที่ข้ามได้ยากนัก

**กัณ्हัง ธัมมัง วิปะหายะ สุกัง ภาเวถะ ปัณทิโต**

จึงเป็นบัณฑิตละธรรมดำเสีย แล้วเจริญธรรมขาว

โสภา อะโนกะมาคัมมะ วิเวเก ยัตถะ ทูระมัง,  
ตัตตรา ภีระติมิจเจยยะ หิตฺวา กามะ อะกิญฺจะโน

จงมาถึงที่ไม่มีน้ำ จากที่มีน้ำ จงละกามเสีย เป็น  
ผู้ไม่มีความกังวล จงยินดีเฉพาะต่อพระนิพพาน  
อันเป็นที่สัจซึ่งสัตว์ยินดีได้โดยยาก



# การสูตตคาถา

หันทะ มะยัง ภาระสูตตคาถาโย ภาณามะ เส

ภारा หะเว ปัญจักขันธา

ขันธทั้งห้าเป็นของหนักหน่อ

ภาระหาโร จะ ปุคคะโล

บุคคลแหละเป็นผู้แบกของหนักพาไป

ภाराทานัง ทุกขัง โลเก

การแบกถือของหนักเป็นความทุกข์ในโลก

ภาระนิกเขปะนัง สุขัง

การสลัดของหนักทิ้งลงเสียเป็นความสุข

นิกขิปิตวา คะรุง ภารัง

พระอริยเจ้าสลัดทิ้งของหนักลงเสียแล้ว

อัญญัง ภารัง อะนาทियะ

ทิ้งไม่หยาบฉวยเอาของหนักอันอื่นขึ้นมาอีก

สะมุลลัง ตัณหัง อัพพุหะ

ก็เป็นผู้ถอนตัณหาขึ้นได้กระทั่งราก

นิจจาโต ปะรินิพพุโต

เป็นผู้หมดสิ่งปรารถนาดับสนิทไม่มีส่วนเหลือ



# ปัจฉิมพทุธโรวาทปาฐะ

หั้นทะ มะยั้ง ปัจฉิมะพทุธโรวาทะปาฐัง ภาณามะ เส

หั้นทะทานิ ภิกขะเว อามันตะยามิ โว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้ เราขอเตือนท่าน  
ทั้งหลายว่า

วะยะธัมมา สังขารา

สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

อัปปะมาเทนะ สัมปาเทถะ

ท่านทั้งหลายจงทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม  
เถิด

อะยัง ตะถาคะตัสสะ ปัจฉิมา วาจา

นี่เป็นพระวาจามีในครั้งสุดท้ายของพระตถาคตเจ้า



อุททิสสนาธิฎฐานคาถา  
หันทะ มะยัง อุททิสสะนาธิฎฐานะคาถาโย  
ภะณามะ เส

อิมิณา ปุญญะกัมเมนะ

ด้วยบุญนี้อุทิศให้

อุปัชฌายา คุณุตตะรา

อุปัชฌาย์ผู้เลิศคุณ

อาจะริยูปะการา จะ

แลอาจารย์ผู้เกื้อหนุน

มาตา ปิตา จะ ญาตะกา

ทั้งพ่อแม่แลปวงญาติ

สุริโย จันทิมา ราชา

สุรย์จันทร์และราชา

คุณะวันตา นะราปี จะ

ผู้ทรงคุณหรือสูงชาติ

พรหมะมารา จะ อินทา จะ

พรหมมารและอินทราช

โลกะपालา จะ เทวะตา

ทั้งทวยเทพและโลกบาล

**ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ**

ยมราชมนุชย์มิตร

**มัชฌัตตา เวริกาปิ จะ**

ผู้เป็นกลางผู้จ้องผลาญ

**สัพเพ สัตตา สุขี โหนตุ**

ขอให้มีความสุขสานต์ทุกถ้วนหน้าอย่างทุกข์ทน

**บุญญานิ ปะกะตานิ เม**

บุญผ่องที่ข้าทำจงช่วยอำนวยศุภผล

**สุขัง จะ ติวริัง เทนตุ**

ให้สุขสามอย่างสิ้น

**ชิปปัง ปาเปถะ โวมะตัง**

ให้ลุถึงนิพพานพลัน

**อิมินา บุญญะกัมเมนะ**

ด้วยบุญนี้ที่เราทำ

**อิมินา อุกทิสเณะ จะ**

แลอุทิศให้ปวงสัตว์

**ชิปปาหัง สุละเภ เจวะ**

เราพลันได้ซึ่งการตัด

**ตัณหาปาทานะเจทะนัง**

ตัวตัณหาอุปาทาน

เย สันตानะ หีนา ธัมมา

สิ่งชั่วในดวงใจ

ยาวะ นิพพานะโต มะมัง

กว่าเราจะถึงนิพพาน

นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ

มลายสิ้นจากสันดาน

ยัตถะ ชาโต ภาเว ภาเว

ทุก ๆ ภาพที่เราเกิด

อุชฺจิตตัง สะติปัญญา

มีจิตตรงและสติทั้งปัญญาอันประเสริฐ

สัลเลโข วิริยัมหิชา

พร้อมทั้งความเพียรเลิศเป็นเครื่องขุดกิเลสหาย

มารา ละภันตุ โนกาสัง

โอกาสอย่าพึงมีแก่หมู่มารสิ้นทั้งหลาย

กาตญฺจะ วิริเยสุ เม

เป็นช่องประทุษร้ายทำลายล้างความเพียรจม

พุทธาธิปะ ะโร นาโถ

พระพุทธผู้บรรณาถ

ธัมโม นาโถ ะรุตตะโม

พระธรรมที่พึงอุตม

**นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ**  
**พระปัจเจกะพุทโธสม**  
**สังโฆ นาโถต ตะโร มะมัง**  
**ทบพระสงฆ์ที่พึงผยอง**  
**เตโสตตะมานุภาเวนนะ**  
**ด้วยอานุกาพนั้น**  
**มาโรกาสัง ละภันตุ มา**  
**ขอหม่อมมารอย่าได้ช้อง**  
**ทสะปัญญญาณุภาเวนนะ<sup>๑</sup>**  
**ด้วยเดชบุญทั้งลิปป้อง**  
**มาโรกาสัง ละภันตุ มา**  
**อย่าเปิดโอกาสแก่มาร เทอญ**

- 
- <sup>๑</sup>บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ข้อปฏิบัติที่ช่วยชำระจิตใจให้ปราศจากความโลภ โกรธ หลง เพื่อบรรเทาและกำจัดทุกข์ในชีวิต
๑. ทาน - การให้ เสียสละ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ทั้งวัตถุทาน (ปัจจัย ๔) และอภัยทาน
  ๒. ศีล - ควบคุมการกระทำทางกาย วาจา ให้เรียบร้อยเป็นปกติ ไม่เบียดเบียนตนและคนอื่น
  ๓. ภาวนา - อบรมจิตใจให้สงบ และเกิดปัญญาารู้แจ้งเห็นจริงในอริยสัจ
  ๔. อปายชนะ - อ่อนน้อมถ่อมตนอยู่เสมอ
  ๕. เวชยวิวัจจะ - ช่วยเหลือเกื้อกูลในกิจที่ถูกต้องตั้งตามแก่เพื่อนและสังคม
  ๖. ปัตติทานะ - แม่เมตตาและบุญกุศลที่ตนได้ทำแก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย
  ๗. ปัตตานุโมทนา - อนุโมทนาพลอยยินดีกับความดีของผู้อื่น
  ๘. ธรรมสวณะ - การฟังหรือศึกษาธรรมะอยู่เสมอ
  ๙. ธรรมเทศนา - แนะนำข้อธรรมที่ตนได้ศึกษาและปฏิบัติมาให้แก่ผู้อื่น
  ๑๐. ทิฏฐชุกัมมะ - อบรมความคิดเห็นให้ถูกต้องกับหลักธรรมในพุทธศาสนา เช่น เชื่อเรื่องอริยสัจ, กรรม ทำดี...ดี! ทำชั่ว...ชั่ว! เป็นต้น

# ธัมมจักกัปปวัตตนสูตรปาฐะ

หัตถะ มะยัง ธัมมจักกัปปวัตตนะสุตตะปาฐัง

ภะณามะ เส

เทวเม<sup>๑</sup> ภิกขเว อันตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ที่สุดแห่งการกระทำสอง  
อย่างเหล่านี้ มีอยู่

ปีพพะชิตนะ นะ เสวิตัพพา

เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย

โย จายัง กาเมสุ กามะสุขัลลิกานุโยโค

นี่คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความใคร่ใน  
กามทั้งหลาย

หีโน<sup>๒</sup>

เป็นของต่ำทราม

คัมโม

เป็นของชาวบ้าน

โปถุชชะนิโก

เป็นของคนชั้นปถุชน

---

<sup>๑</sup> เทวเม อ่านว่า ทะ-เว-เม

<sup>๒</sup> หีโน อ่านว่า ฮีโน

## อะนะริโย

ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า

## อนัตตะสัจฺญฺหิโต

ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย นี้อย่างหนึ่ง

## โย จายัง อัตตะกิลมะมะถานุโยโค

อีกอย่างหนึ่ง คือการประกอบกรรมทานตนให้  
ลำบาก

## ทุกโข

เป็นสิ่งที่นำมาซึ่งทุกข์

## อะนะริโย

ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า

## อนัตตะสัจฺญฺหิโต

ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย

## เอเต เต ภิกขเว อุกโธ อันเต อะนุปะคัมมะ มัชฌิมา

## ปะฐึปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง  
ไม่เข้าไปหาที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนั้น  
มีอยู่

## ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้เฉพาะแล้ว

## จักขุภาวะระณี

เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ

## ญาณภาวะระณี

เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ

## อุปะสะมายะ

เพื่อความสงบ

## อะภิญญายะ

เพื่อความรู้อยิ่ง

## สัมโพธายะ

เพื่อความรู้อพร้อม

## นิพพานายะ สังวัตตะติ

เป็นไปเพื่อนิพพาน

## กะตะมา จะ สา ภิกขะเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง  
นั้นเป็นอย่างไรเล่า

## อะยะเมวะ อะริโย อัญ्ञังคิโกมัคโค

ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้นคือ ข้อปฏิบัติ  
เป็นหนทางอันประเสริฐ ประกอบด้วยองค์แปด  
ประการ นี้เอง

## เสยยะถิทัง

ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

## **สัมมาทิฏฐิ**

ความเห็นชอบ

## **สัมมาสังกัปปो**

ความดำริชอบ

## **สัมมาวาจา**

การพูดจาชอบ

## **สัมมากัมมันโต**

การทำกรงานชอบ

## **สัมมาอาชีโว**

การเลี้ยงชีวิตชอบ

## **สัมมาวายาโม**

ความพากเพียรชอบ

## **สัมมาสะติ**

ความระลึกชอบ

## **สัมมาสมาธิ**

ความตั้งใจมั่นชอบ

## **อะยัง โข สา ภิกขเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้แลคือข้อปฏิบัติเป็นทาง

สายกลาง

## **ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา**

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว

**จักขุภาวะ**

เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ

**ญาณภาวะ**

เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ

**อุปเสมา**

เพื่อความสงบ

**อะภิญญา**

เพื่อความรู้อย่าง

**สัมโพธายะ**

เพื่อความรู้อพร้อม

**นิพพานายะ สังวัตตะติ**

เป็นไปเพื่อนิพพาน

**อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขัง อะริยะสัจจัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือทุกข์นี้ มีอยู่

**ชาติปิ ทุกขา**

คือความเกิดก็เป็นทุกข์

**ชะราปิ ทุกขา**

ความแก่ก็เป็นทุกข์

**มะระณัมปิ ทุกขัง**

ความตายก็เป็นทุกข์

**โสกะปะริเทวะทุกขะ โทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา**

ความโศกความร่ำไรร่ำพันความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจก็เป็นทุกข์

**อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข**

ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์

**ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข**

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์

**ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง**

มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์

**สังขิตเตนะ ปัญญาพาทานักขันธา ทุกขา**

ว่าโดยย่ออุปาทานขันธทั้งห้าเป็นตัวทุกข์

**อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะสสมุทะโย อะริยะ**

**สัจจัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์

นี้ มีอยู่

**ยายัง ตัญหา**

นี่คือตัณหา

**โปโนพะภาวิกา**

อันเป็นเครื่องทำให้มีการเกิดอีก

**นันทิราคะสะหะคะตา**

อันประกอบอยู่ด้วยความกำหนัดด้วยอำนาจ

ความเพลิน

**ตฺตฺระ ตฺตฺราภินันฺทินิ**

เป็นเครื่องทำให้เพลินอย่างยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ

**เสยยะถิทัง**

ได้แก่ตัณหาเหล่านี้ คือ

**กามะตัณหา**

ตัณหาในกาม

**ภะวะตัณหา**

ตัณหาในความมีความเป็น

**วิภะวะตัณหา**

ตัณหาในความไม่มีไม่เป็น

**อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธ อะริยะสัจจัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือความดับไม่  
เหลือแห่งทุกข์นี้ มีอยู่

**โย ตัสสาเยวะ ตัณหายะ อะเสสะวิราคะนิโรธ**

นี่คือความดับสนิทเพราะจางไปโดยไม่มีเหลือของ  
ตัณหาเหล่านั้นเอง

**จาโค**

เป็นความสลัดทิ้ง

**ปะภฺนินิสสัคโค**

เป็นความสลละคืน

**มุตติ**

เป็นความปล่อย

**อะนาละโย**

เป็นความทำให้มีที่อาศัยซึ่งตณหานั้น

**อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินี**

**ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำให้สัตว์ให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นี้ มีอยู่

**อะยะเมวะ อะริโย อัญญังคิโก มัคโค**

นี่คือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐ ประกอบด้วยองค์แปดประการ

**เสยยะถิทัง**

ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

**สัมมาทิฏฐิ**

ความเห็นชอบ

**สัมมาสังกัปป**

ความดำริชอบ

**สัมมาวาจา**

การพูดจาชอบ

**สัมมากัมมันโต**

การทำงานชอบ

## สัมมาอาชีโว

การเลี้ยงชีวิตชอบ

## สัมมาวาจาโม

ความปากเพียรชอบ

## สัมมาสะติ

ความระลึกชอบ

## สัมมาสะมาธิ

ความตั้งใจมั่นชอบ

อิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจันติ เม ภิกขเว, ปุพเพ  
อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ, จักขุ อุทะปาติ, ญาณัง  
อุทะปาติ, ปัญญา อุทะปาติ, วิชชา อุทะปาติ,  
อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา  
ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา  
วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา  
ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสัจคือ  
ทุกข์เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจัง ปะริญญะย -  
ยันติ

ว่าก็อริยสัจคือทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้  
ดังนี้

**ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจัง ปะริญญาตันติ**

ว่าก็อริยสังข์คือทุกข์นั้นแล เรากำหนดรู้ได้แล้ว

ดังนี้

**อิทัง ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจันติ เม ภิกขเว,**

**ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ, จักขุง อุทะปาติ,**

**ญาณัง อุทะปาติ, ปัญญา อุทะปาติ, วิชชา อุทะปาติ,**

**อาโลโก อุทะปาติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา

ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา

วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา

ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสังข์คือ

เหตุให้เกิดทุกข์ เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

**ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจัง**

**ปะหาตัพพันติ**

ว่าก็อริยสังข์คือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควร

ละเสีย ดังนี้

**ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจัง**

**ปะหีนันติ**

ว่าก็อริยสังข์คือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เราละได้

แล้ว ดังนี้

**อิทัง ทุกขะนิโรโธ อระริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว,  
ปุพเพ อณะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ, จักขุง อุทะปาติ,  
ญานัง อุทะปาติ, ปัญญา อุทะปาติ, วิชชา  
อุทะปาติ, อาโลโก อุทะปาติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ญาณ  
เกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา วิชชา  
เกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ใน  
ธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสัจคือความ  
ดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

**ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรโธ อระริยะสัจจัง**

**สัจฉิกาตัพพันติ**

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล  
เป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง ดังนี้

**ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรโธ อระริยะสัจจัง**

**สัจฉิกะตันติ**

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล  
เราทำให้แจ้งได้แล้ว ดังนี้

**อิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา อระริยะสัจจันติ  
เม ภิกขะเว, ปุพเพ อณะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ, จักขุง  
อุทะปาติ, ญานัง อุทะปาติ, ปัญญา อุทะปาติ,  
วิชชา อุทะปาติ, อาโลโก อุทะปาติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ญาณ  
เกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา วิชชา  
เกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ใน  
ธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสัจ คือ ข้อ  
ปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์  
เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

**ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา  
อะริยะสัจจัง ภาเวตัพพันติ**

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความ  
ดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรทำให้  
เกิดมี ดังนี้

**ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา  
อะริยะสัจจัง ภาวัตันติ**

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความ  
ดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เราทำให้เกิดมีได้แล้ว  
ดังนี้

**ยาวะกั๊วญจะ เม ภิกขะเว, อิมะสุ จะตฺตฺสุ อะริยะ  
สัจเจสุ, เอวันติปะริวัฏฏัง ทฺวาหะสาการัง ยะถา  
ภุตัง ญาณะทัสสะนัง นะสุวิสุทฺธัง อะโหสิ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปัญญาเครื่องรู้เห็นตามที่  
เป็นจริง มีปรีวัฏฏ์สามมีอาการสิบสองเช่นนั้น ใน

อริยสัจทั้งสี่เหล่านี้ ยังไม่เป็นของบริสุทธิตมจด  
ด้วยดีแก่เราอยู่เพียงใด

**เนวะ ตาวาหัง ภิกขเว สะเทวะเก โลเก สะมา  
ระเก สะพรัหมะเก, สัสสะมะณะพราหมะณียา  
ปะชาเย สะเทวะมะนุสสาเย, อะนุตตะรัง  
สัมมาสัมโพธิง อะภิสัมพุทโธ ปัจฉัญญาสิง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตลอดการเพียรนั้น เรายัง  
ไม่ปฏิบัติญาณว่า ได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ซึ่ง  
อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ในโลกพร้อมทั้งเทวโลก  
มารโลกพรหมโลก ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณ  
พราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์

**ยะโต จะ โข เม ภิกขเว, อิมesu จะตฺตสุ อริยะสัจ  
เจสุ, เอวันติ ปะริวัณฺณัง ทฺวาหะสาการัง ยะถาภูตัง  
ญาณะทัสสะนัง สุวิสุตัง อะโหสิ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อใดปัญญาเครื่องรู้เห็น  
ตามที่เป็นจริง มีปริวัณณสามมีอาการสิบสองเช่น  
นั้นในอริยสัจทั้งสี่เหล่านี้ เป็นของบริสุทธิตมจด  
ด้วยดีแก่เรา

**อะถาหัง ภิกขเว สะเทวะเก โลเก สะมาระเก  
สะพรัหมะเก, สัสสะมะณะพราหมะณียา ปะชาเย  
สะเทวะมะนุสสาเย, อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง**

## อะภิสัมพุทโธ ปัจฉัญญาสิง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อนั้น เราปฐิฏญญาว่าได้  
ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิ-  
ญาณ ในโลกพร้อมทั้งเทวโลกมารโลกพรหมโลก  
ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ พร้อมทั้ง  
เทวดาและมนุษย์

## ญาณัญจะ ปะนะ เม ภิกขะเว ทัสสะนัง อุกุปะทาที

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ญาณและทัสสะนะได้เกิดขึ้น  
แล้วแก่เรา

## อะกุปปา เม วิมุตติ

ว่าความหลุดพ้นของเราไม่กลับกำเริบ

## อะยะมันติมา ชาตี

ความเกิดนี้เป็นความเกิดครั้งสุดท้าย

## นัตถิทาณี ปุณฺพะวะโวัตติ

บัดนี้ความเกิดอีกย่อมไม่มี ดังนี้



# อริยมรรคมีองค์แปด

หัตถะ มะยัง อริยัญ्ञคิกะมัคคะปาฐัง

ภะณา มะ เส

อะยะเมวะ อะริโย อัญ्ञคิกโก มัคโค

หนทางนี้แล เป็นหนทางอันประเสริฐ

ซึ่งประกอบด้วยองค์แปด

**เสยยะถิทัง**

ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ

**สัมมาทิฏฐิ**

ความเห็นชอบ

**สัมมาสังกัปป**

ความดำริชอบ

**สัมมาวาจา**

การพูดจาชอบ

**สัมมากัมมันโต**

การทำกรงานชอบ

**สัมมาอาชีโว**

การเลี้ยงชีวิตชอบ

**สัมมาวายาโม**

ความพากเพียรชอบ

## สัมมาสติ

ความระลึกชอบ

## สัมมาสมาธิ

ความตั้งใจมั่นชอบ

## กตะมา จะ ภิกขเว สัมมาทิฏฐิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเห็นชอบเป็นอย่างไรเล่า

## ยัง โข ภิกขเว ทุกเข ญาณัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้อันใด เป็นความรู้ใน  
ทุกข์

## ทุกขะ สะมุทะเย ญาณัง

เป็นความรู้ในเหตุให้เกิดทุกข์

## ทุกขะ นิโรธ ญาณัง

เป็นความรู้ในความดับแห่งทุกข์

## ทุกขะนิโรธคามินิยา ปะฏิปะทายะ ญาณัง

เป็นความรู้ในทางดำเนินให้ถึงความดับแห่งทุกข์

## อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาทิฏฐิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า  
ความเห็นชอบ

## กตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสังกัปป

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความดำริชอบเป็นอย่างไรเล่า

## เนกขัมมะสังกัโป

ความดำริในการออกจากกาม

## อัပ္ยาปาหะสังกัโป

ความดำริในการไม่มุ่งร้าย

## อะวิหิงสาสังกัโป

ความดำริในการไม่เบียดเบียน

## อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสังกัโป

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า  
ความดำริชอบ

## กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาวาจา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การพูดจาชอบเป็นอย่างไรเล่า

## มุสาวาทา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดไม่จริง

## ปิสุณายะ วาจาเย เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดส่อเสียด

## ผะรุสายะ วาจาเย เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดหยาบ

## สัมผัปปะลาปา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

## อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาวาจา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า

การพูดจาชอบ

**กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมากัมมันโต**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การทำการงานชอบเป็น  
อย่างไรเล่า

**ปาณาติปาตา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฆ่า

**อะทินนาทานา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่  
เจ้าของไม่ได้ให้แล้ว

**กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการประพฤติดิฉันในกาม  
ทั้งหลาย

**อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมากัมมันโต**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า  
การทำการงานชอบ

**กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาอาชีโว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การเลี้ยงชีวิตชอบ  
เป็นอย่างไรเล่า

**อิธะ ภิกขเว อะริยะสาวะโก**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สาวกของพระอริยเจ้า  
ในธรรมวินัยนี้

## มิจฉาอาชีวัง ปะหาเยะ

ละการเลียงชีวิตที่ผิดเสีย

## สัมมาอาชีวะนะ ชีวิกัง กัปปเปติ

ย่อมสำเร็จความเป็นอยู่ด้วยการเลียงชีวิตที่ชอบ

## อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า

การเลียงชีวิตชอบ

## กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาวายาโม

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความพากเพียรชอบ

เป็นอย่างไรเล่า

## อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อะนุปปีนนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง

อะนุปปาทายะ, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง

อาระภะติ, จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม

ปรารภความเพียร ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อจะยัง

อกุศลธรรมอันเป็นบาปที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น

อุปปีนนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง

ปะหานายะ, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง

อาระภะติ, จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม  
ปรารถนาความเพียร ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อจะละ  
อกุศลธรรมอันเป็นบาปที่เกิดขึ้นแล้ว

**อะนุปปีนนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง อูปปาทายะ,  
ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง อาระกะติ, จิตตัง  
ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ**

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม  
ปรารถนาความเพียร ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อจะยัง  
กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

**อุปปีนนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง จูติยา, อะสัมโม  
สายะ, ภิกขุโยภาวายะ, เวปุลลายุสสวาณายะ  
ปารีปุริยา, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง  
อาระกะติ, จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ**

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม  
ปรารถนาความเพียร ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อความตั้ง  
อยู่ ความไม่เลอะเลือน ความงอกงามยิ่งขึ้น  
ความไพบุลย์ ความเจริญ ความเต็มรอบ แห่ง  
กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า  
ความ پاکเพียรชอบ

## **กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาสะติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความระลึกชอบเป็นอย่างไร  
เล่า

## **อิธะ ภิกขเว ภิกขุ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

## **กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ  
อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก  
อะภิชฌาโทมะนัสสัง

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะมีสติ  
ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออก  
เสียได้

## **เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย  
อยู่เป็นประจำ  
อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลเก  
อะภิชฌาโทมะนัสสัง

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะมีสติ  
ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออก  
เสียได้

### **จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นประจำ

**อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลก**

### **อะภิชฌาโทมะนัสสัง**

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะมีสติ  
ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออก  
เสียได้

### **ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่  
เป็นประจำ

**อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา, วิเนยยะ โลก**

### **อะภิชฌาโทมะนัสสัง**

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะมีสติ  
ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออก  
เสียได้

### **อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสะติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า  
ความระลึกชอบ

### **กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสะมาธิ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความตั้งใจมั่นชอบ  
เป็นอย่างไรเล่า

## **อิธะ ภิกขเว ภิกขุ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

## **วิวิจเจวะ กาเมหิ**

สังัดแล้วจากกามทั้งหลาย

## **วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ**

สังัดแล้วจากธรรมที่เป็นอกุศลทั้งหลาย

**สะวิตักกัง สะวิจาร์ัง วิเวกะขัง ปิติสุขัง ปะฐุมัง**

**ณานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกวิจารณ์ มีปิติ

และสุขอันเกิดจากวิเวกแล้วแลอยู่

## **วิตักกะ วิจارانัง วูปะสะมา**

เพราะความที่วิตกวิจารณ์ทั้งสองระงับลง

**อัสสมัตตัง สัมปะสาทะนัง เจตะโส, เอโกทิภาวัง,**

**อะวิตักกัง อะวิจาร์ัง, สะมาธิขัง ปิติสุขัง ทุติยัง**

**ณานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึงทุติยฌาน เป็นเครื่องผ่อนคลายแห่งใจภายใน

ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดมีขึ้น ไม่มีวิตกไม่มี

วิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิแล้วแลอยู่

## **ปีติยา จะ วิจารณ์าคา**

อันหนึ่งเพราะความจางคลายไปแห่งปิติ

**อุปกะชโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน**

ย่อมเป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ

**สุขัญจะ กาเยนะ ปะฏิสังเวเทติ**

และย่อมเสวยความสุขด้วยนามกาย

**ยันทัง อะริยา อาจิกขันติ, อุปกะชโก สะติมา**

**สุขะวิหารีติ**

ชนิดที่พระอริยเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวสรรเสริญ

ผู้นั้นว่า เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติอยู่เป็นปกติสุข  
ดังนี้

**ตะตียัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึงตติยฌานแล้วแลอยู่

**สุขัสสะ จะ ปะหานา**

เพราะละสุขเสียได้

**ทุกขัสสะ จะ ปะหานา**

และเพราะละทุกขเสียได้

**ปุพเพวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสานัง อตถังคะมา**

เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง  
ในกาลก่อน

**อะทุกขะมะสุขัง อุปกะชาสะติปารีสุทธิง,**

**จะตตุตถัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกขไม่มีสุข มีแต่ความที่สติ

เป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาแล้วแลอยู่  
อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสมาธิ  
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า  
ความตั้งใจมันชอบ



# อานาปานสติสูตร

หัตถะ มะยัง อานาปานะสะติปาฐัง ภาณามะ เส

**อานาปานะสะติ ภิกขเว ภาวิตา พะหุสีกะตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติอันบุคคล  
เจริญทำให้มากแล้ว

**มะหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา**

ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

**อานาปานะสะติ ภิกขเว ภาวิตา พะหุสีกะตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติอันบุคคล  
เจริญทำให้มากแล้ว

**จัตตาริ สะติปฏิฐานะเน ปะริปุเรนติ**

ย่อมทำสติปฏิฐานทั้งสิ้นให้บริบูรณ์

**จัตตาริ สะติปฏิฐานา ภาวิตา พะหุสีกะตา**

สติปฏิฐานทั้งสิ้นอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว

**สัตตะ โพชฌังคะ ปะริปุเรนติ**

ย่อมทำโพชฌงค์ทั้งเจ็ดให้บริบูรณ์

**สัตตะ โพชฌังคา ภาวิตา พะหุสีกะตา**

โพชฌงค์ทั้งเจ็ดอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว

**วิชชา วิมุตติง ปะริปุเรนติ**

ย่อมทำวิชชาและวิมุตติให้บริบูรณ์

กะถิ่ง ภาวิตา จะ ภิกขะเว อานาปานะสะติ,  
กะถิ่ง พะหุลีกะตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อานาปานสติอันบุคคล  
เจริญทำให้มากแล้วอย่างไรเล่า

มะหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา

จึงมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อะรัญญะคะโต วา

ไปแล้วสู่ป่าก็ตาม

รุกขะมุละคะโต วา

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ตาม

สุญญาคาระคะโต วา

ไปแล้วสู่เรือนว่างก็ตาม

นีสีหะติ ปัลลังกัง อากุชิตวา

นั่งคู้ขาเข้ามาโดยรอบแล้ว

อุขุง กายัง ปะณีธายะ, ปะริมุขัง สะติง อุပ္ภุจระ  
เปตวา

ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่น

โส สะโต วะ อัสสะสะติ, สะโต ปัสสะสะติ

ภิกษุนั้น เป็นผู้ที่มีสติอยู่นั้นเทียว หายใจเข้า มีสติ

อยู่ หายใจออก

**ที่ฆัง วา อัสนะสันโต, ที่ฆัง อัสนะสามิติ ปะชานาติ**  
ภิกษุ นั้น เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า  
เราหายใจเข้ายาว ดังนี้

**ที่ฆัง วา ปัสสะสันโต, ที่ฆัง ปัสสะสามิติ ปะชานาติ**  
เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้สึกทั่วถึงว่า เราหายใจ  
ออกยาว ดังนี้

**รัสสัง วา อัสนะสันโต, รัสสัง อัสนะสามิติ**  
**ปะชานาติ**

ภิกษุ นั้น เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า  
เราหายใจเข้าสั้น ดังนี้

**รัสสัง วา ปัสสะสันโต, รัสสัง ปัสสะสามิติ**  
**ปะชานาติ**

เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า เราหายใจ  
ออกสั้น ดังนี้

**สัพพะกายะปะภุสังเวที อัสนะสิสสามิติ ลิกขะติ**

ภิกษุ นั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อม  
เฉพาะซึ่งกายทั้งปวง จักหายใจเข้า ดังนี้

**สัพพะกายะปะภุสังเวที ปัสสะสิสสามิติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่ง  
กายทั้งปวง จักหายใจออก ดังนี้

**ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง อัสนะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำกาย  
สังขารให้ร่างบออยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

**ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำกายสังขารให้  
ร่างบออยู่ จักหายใจออก ดังนี้

**ปิติปะภฺฐิสังเวที อัสนะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อม  
เฉพาะซึ่งปิติ จักหายใจเข้า ดังนี้

**ปิติปะภฺฐิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะ  
ซึ่งปิติ จักหายใจออก ดังนี้

**สุขะปะภฺฐิสังเวที อัสนะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อม  
เฉพาะซึ่งสุข จักหายใจเข้า ดังนี้

**สุขะปะภฺฐิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่ง  
สุข จักหายใจออก ดังนี้

**จิตตะสังขาระปะภฺฐิสังเวที อัสนะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อม  
เฉพาะซึ่งจิตตสังขาร จักหายใจเข้า ดังนี้

## **จิตตสังขาระปะฏิสังเวที ปัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะ  
ซึ่งจิตตสังขาร จักหายใจออก ดังนี้

## **ปัสสัมภะยัง จิตตสังขารัง อัสสะลิสสามีติ**

### **ลิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำ  
จิตตสังขารให้รำงับอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

## **ปัสสัมภะยัง จิตตสังขารัง ปัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตตสังขารให้  
รำงับอยู่ จักหายใจออก ดังนี้

## **จิตตะปะฏิสังเวที อัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้  
พร้อมเฉพาะซึ่งจิต จักหายใจเข้า ดังนี้

## **จิตตะปะฏิสังเวที ปัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะ  
ซึ่งจิต จักหายใจออก ดังนี้

## **อะภิปปะโมทะยัง จิตตัง อัสสะลิสสามีติ**

### **ลิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิต  
ให้ปราโมทย์ยิ่งอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

**อะภิปะโมทะยัง จิตตัง ปัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมนำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปราโมทย์  
ยังอยู่ จักหายใจออก ดังนี้

**สะมาทะหัง จิตตัง อัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิต  
ให้ตั้งมั่นอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

**สะมาทะหัง จิตตัง ปัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมนำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่  
จักหายใจออก ดังนี้

**วิโมจะยัง จิตตัง อัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิต  
ให้ปล่อยอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

**วิโมจะยัง จิตตัง ปัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมนำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปล่อยอยู่  
จักหายใจออก ดังนี้

**อะนิจจานุปัสสี อัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตาม  
เห็นซึ่งความไม่เที่ยงอยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า  
ดังนี้

**อะนิจจานุปัสสี ปัสสะลิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมนำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความ

ไม่เที่ยงอยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้

**วิราคานุปัสสี อัสนะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความจางคลายอยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้

**วิราคานุปัสสี ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความจางคลายอยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้

**นิโรธานุปัสสี อัสนะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความดับไม่เหลืออยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้

**นิโรธานุปัสสี ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความดับไม่เหลืออยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้

**ปะฏินิสัคคานุปัสสี อัสนะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ภิกษุหนึ่ง ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความสลัดคืนอยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้

**ปะฏินิสัคคานุปัสสี ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่ง

ความสลดคืนอยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้  
เอวัง ภาวิตา โข ภิกขเว อานาปานะสละติ เอวัง  
พะหุสีกะตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติอันบุคคล  
เจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว อย่างนี้แล

**มะหีปณะลา โทติ มะหานิสังสา**

ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

**อิติฯ**

ด้วยประการฉะนี้แล



# มงคลสูตร

(ทางแห่งความเจริญ)

หัตถะ มะยัง มังคะละสุตตะปาฐัง ภาณามะ เส

พะหุ เทวา มนุสสา จะ มังคะลานิ อะจินตะยุง  
อากังขะมานา โสตถานัง พุรุหิ มังคะละมุตตะมัง

บุคคลผู้หนึ่งได้กราบทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า  
หมู่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายมุ่งหมายความเจริญ  
ก้าวหน้าแล้ว แต่สิ่งใดเล่าคือมงคลอันแท้จริง  
ขอพระองค์ทรงบอกทางมงคลอันสูงสุดเถิด พระ  
ผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสตอบดังนี้ว่า

**อะเสวะนา จะ พาลานัง**

การไม่คบคนพาล

**ปณทิตานัญญุ จะ เสวะนา**

การคบบัณฑิต

**ปฺปชา จะ ปุชเชนียานัง**

การบูชาต่อบุคคลที่ควรบูชา

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

**ปะฐฺวีรุปะเทสะวาโส จะ**

การอยู่ในประเทศอันสมควร

**บุพเพ จะ กะตะปัญญะตา**

การเป็นผู้ทำบุญไว้ในกาลก่อน

**อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ**

การตั้งตนไว้ชอบ

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

**พาหุสัจจัญ จะ**

การเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก

**สิปปัญญ จะ**

การมีศิลปวิทยา

**วินะโย จะ สุลิกขิต**

วินัยที่ศึกษาดีแล้ว

**สุภาสิตา จะ ยา วาจา**

วาจาที่เป็นสุภาสิต

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

**มาตาปัตตูปัญฐานัง**

การบำรุงเลี้ยงมารดาบิดา

**ปุตตะทาร์สสะ สังกะโห**

การสงเคราะห์บุตรและภรรยา

**อะนากุลา จะ กัมมันตา**

การทำงานที่ไม่ยุ่งเหยิงสับสน

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

**ทานัญญ จะ**

การบำเพ็ญทาน

**ธัมมะจะรียา จะ**

การประพฤติธรรม

**ญูตตะกานัญญ จะ สังคะโห**

การสงเคราะห์หมู่ญาติมิตร

**อะนะวัชชานิ กัมมานิ**

การทำงานอันปราศจากโทษ

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

**อาระตี วิระตี ปาปา**

การงดเว้นจากบาปกรรม

**มัชชะปานา จะ สัจญญะโม**

การเห็นยวรั้งใจไว้ไม่ดื่มน้ำเมา

**อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ**

การไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

**คาระโว จะ**

ความเคารพอ่อนน้อม

**นิวาโต จะ**

ความอ่อนน้อมถ่อมตัวไม่เย่อหยิ่ง

**สันตุฎฐี จะ**

ความสันโดษยินดีในของที่มีอยู่

**กะตัญญตา**

ความเป็นคนกตัญญู

**กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง**

การฟังธรรมตามกาล

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

**ขันตี จะ**

ความอดทน

**โสวะจัสสะตา**

ความเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย

**สะมะณันญ จะ ทัสสะนัง**

การได้พบสมณะ ผู้สงบจากกิเลส

## กาเลนะ ธัมมะสากัจฉา

การสนทนาธรรมกันตามกาล

## เอตัมมังคะละมุตตะมัง

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

## ตะโป จะ

มีความเพียรเผากิเลส

## พรหฺมะจะริยัญจะ

การประพฤติพรหมจรรย์

## อะริยะสัจจานะ ทัสสะนัง

การเห็นอริยสัจ

## นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ

การทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

## เอตัมมังคะละมุตตะมัง

กิจเหล่านี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

## มฺหุจฺฐัสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ

จิตของผู้ใดอันโลกธรรม\*ทั้งหลายถูกต้องแล้วไม่  
หวั่นไหว

## อะโสกัง

เป็นจิตไม่เศร้าโศก

## วิระชัง

เป็นจิตไร้ธุลีกิเลส

---

\*คำอ่าน โลก-กะ-ธรรม

## เขม้ง

เป็นจิตอันเกษมศานต์

## เอตัมมังคะละมุตตะมัง

กิจเหล่านี้คือมงคลอันสูงสุด

เอตาทิสานี กัตวานะ สัพพัตถะมะปะราชาชิตา,  
สัพพัตถะ โสตถิง คัจฉันติ ตันเตสัง มังคะละ-  
มุตตะมันติ

หมู่มนุษย์ทั้งหลาย ถ้าได้กระทำมงคลทั้ง ๓๘  
ประการนี้ให้สิ้นในตนแล้ว จะเป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ (ไม่  
ถูกอกุศลธรรมครอบงำ) ในที่ทั้งปวง ย่อมถึงความ  
สามัคคีในทุกสถาน ทั้งหมดนี้เป็นมงคล คือ  
เหตุให้ถึงความเจริญก้าวหน้าอันสูงสุดของมนุษย์  
ทั้งหลายโดยแท้

## อิติ

ด้วยประการฉะนี้แล



# ปราภวสุตตปาฐะ

(ทางแห่งความเลื่อม)

หันทะ มะยัง ปะราภะวะสุตตะปาฐัง ภาณามะ เส

สุริชาโน ภาวังโหติ

ผู้รู้ดีเป็นผู้เจริญ

ทุริชาโน ปะระภาโว

ผู้รู้ชั่วเป็นผู้เลื่อม

ธัมมะกาโม ภาวัง โหติ

ผู้ใคร่ธรรมเป็นผู้เจริญ

ธัมมะเทสสี ปะระภาโว

ผู้เกลียดชังธรรมเป็นผู้เลื่อม

อะสันตัสสะ ปิยา โหนติ นะ สันเต กุรุเต ปิยัง,

อะสะตัง ธัมมัง โรเจติ ตัง ปะราภะวะโต มุขัง

เขานั้นทำความรักในอัสตบุรุษ\* ไม่ทำความรักใน

สัสตบุรุษ\*\* เขาชอบใจธรรมในอัสตบุรุษ ข้อนั้นเป็น

ทางแห่งความเลื่อม

---

\* อ่านว่า อะ - สัต - บุ - หรุต

\*\* อ่านว่า สัต - บุ - หรุต

**นิททาสิลี สะภาสิลี อะนุภูฐาตา จะ โย นะโร,  
อะละโส โกะระปัญญาโน ตัง ปะรากะวะโต มุขัง**

ผู้ใดเป็นผู้ชอบนอนหลับ ชอบพูดคุย ไม่ขยัน  
เกียจคร้านการทำงาน และเป็นคนมักโกรธ ข้อนั้น  
เป็นทางแห่งความเสื่อม

**โย มาตะรัง ปิตะรัง วา ชินณะกัง คะตะโยพะนะงั,  
ปะหุสันโต นะ ภาวะะติ ตัง ปะรากะวะโต มุขัง**

ผู้ใดมีความสามารถอยู่ ไม่เลื่องดูบิดามารดา  
ผู้ชราอันมีวัยหนุ่มผ่านไปแล้ว ข้อนั้นเป็นทางแห่ง  
ความเสื่อม

**โย พราหมะณัง สะมะณัง วา อัญญัง วาปิ ะณิพ-  
พะกัง, มุสาวาเทนะ วัญเจติ ตัง ปะรากะวะโต มุขัง**

ผู้ใดหลอกหลวงสมณะพราหมณ์ หลอกแม้วัณิพก  
คนขอทานอื่นใดด้วยมุสาวาท ข้อนั้นเป็นทางแห่ง  
ความเสื่อม

**ปะหุตะวัตโต ปุริโส สะหิริญโญ สะโกชะโน,  
เอโก ภูญชะติ สาธุนิ ตังปะรากะวะโต มุขัง**

ผู้ใดมีทรัพย์มีเงิน มีของเหลือกินเหลือใช้ เขา  
บริโภคสิ่งที่ดี ๆ นั้นแต่ผู้เดียว ข้อนั้นเป็นทางแห่ง  
ความเสื่อม

**ชาติถัทโธ ณะนะถัทโธ โคตตะถัทโธ จะ โย นะโร,  
สัจญญาติมมะติมัญญเอติ ตัง ปะระภาวะโตะ มุขัง**

ผู้ใดหยิ่งเพราะชาติกำเนิด หยิ่งเพราะทรัพย์ หยิ่ง  
เพราะโคตร แล้วดูหมิ่นซึ่งญาติของตน ข้อนั้น  
เป็นทางแห่งความเสื่อม

**อิตถิธุดโต สุรารุธุดโต อักขะธุดโต จะ โย นะโร,  
ลัทธัง ลัทธัง วินาเสติ ตัง ปะระภาวะโตะ มุขัง**

ผู้ใดเป็นนักเลงหญิง นักเลงสุรา และนักเลงเล่น  
การพนัน เขาได้ทำลายทรัพย์ที่หาได้มาให้พินาศ  
ฉิบหายไป ข้อนั้นเป็นทางแห่งความเสื่อม

**เสหิ ทาเรหิ อะสันตฺฏโฐ เวลียาสฺ ปะทุสสะติ,  
ทุสสะติ ปะระทาเรสุ ตัง ปะระภาวะโตะ มุขัง**

ผู้ใดไม่พอใจรักใคร่ในภรรยาตน กลับไปเที่ยว  
ชุกชนกับหญิงแพศยา และลอบทำชู้กับภรรยา  
ของผู้อื่น ข้อนั้นเป็นทางแห่งความเสื่อม

**อะตีตะโยพพะโน โปโส อาเนติ ทิมพะรุตถะนิง,  
ตัสสา อิสสา นะ สุปะติ ตัง ปะระภาวะโตะ มุขัง**

ชายแก่ผู้สรวัยหนุ่มผ่านไปแล้ว ได้นำหญิงสาวน้อย  
มาเป็นภรรยา เขานอนไม่หลับ เพราะความ  
หึงหวงและห่วงอาลัยในหญิงนั้น ข้อนั้นเป็นทาง  
แห่งความเสื่อม

**อิตถิง โสณทิง วิกิริณิง ปุริสัง วาปี ตาทิสัง,  
อิสสระริยัสมิง ฐาเปติ ตัง ปะระภะวะโต มุขัง**

ชายใดตั้งหญิงนักเลงใช้จ่ายสุรุษสุร่ายมาเป็น  
แม่เรือน และหรือหญิงใดตั้งชายนักเลงใช้จ่าย  
สุรุษสุร่ายมาเป็นพ่อเรือน ข้อนั้นเป็นทางแห่ง  
ความเลื่อม

**อัปะโกโค มะหาตณโห ชัตตะเย ชายะเต กุเล,  
โส จะรัสซัง ปัตถะยะติ ตัง ปะระภะวะโต มุขัง**

ผู้ใดมีภคะน้อย แต่มีความอยากใหญ่ ปรารถนา  
ราชสมบัติ ข้อนั้นเป็นทางแห่งความเลื่อม

**เอเต ปะระภะเว โลเก ปันธิโต สะมะเวกขิยะ,  
อะริโย ทัสสะนะสัมปันโน สะ โลเก ะชะเต สิวัง**

ผู้เป็นบัณฑิตสมบูรณ์ด้วยทัสสะนะอันประเสริฐ  
ได้เห็นเหตุแห่งความเลื่อมทั้งหลายเหล่านั้นชัดแล้ว  
ท่านย่อมละเว้นสิ่งเหล่านี้เสีย เมื่อเป็นเช่นนั้น  
ท่านจึงพบและเสพแต่โลกซึ่งมีแต่ความเจริญ

**อิติ**

ดังนี้แล



# มิตตามิตตคาถา

หันทะ มะยัง มิตตามิตตตะคาถาโย ภะณามะ เส

**อัญญะทัตถุหะโร มิตโต**

มิตรปอกลก นำไปทางเสื่อมอย่างเดียว

**โย จะ มิตโต วะจีปะระโม**

มิตรใดมีวาจาดีแต่ปราศย์เป็นอย่างยิ่ง

**อะนุปิยัญจะ โย อาหุ**

มิตรใดกล่าวคำประจบ

**อะปาเยสุ จะ โย สะขา**

มิตรใดเป็นเพื่อนในความฉิบหาย

**เอเต อะमितเต จัตตาโร อิติ วิญญาเย ปณทิตโต**

บัณฑิตพิจารณาเห็นว่า คนทั้ง ๔ จำพวกนี้ มิใช่

มิตรแล้ว

**อะระกา ปะริวัชเชยยะ**

พึงหลีกเลี่ยงเสียให้ห่างไกล

**มัคคัง ปะฏิภะยัง ยะธา**

เหมือนคนเดินทาง วนทางอันมีภัยเสียจะนั้น

**อุปะกาโร จะ โยมิตโต**

ส่วนมิตรใดมีอุปการะ

**สุขะทุกโข จะ โย สะชา**

เพื่อนใดร่วมทุกข์ร่วมสุขกันได้

**อັถถักขายี จะ โย มิตโต**

มิตรใดมีปกติบอกประโยชน์ให้

**โย จะ มิตตานุกัมปะโก**

และมิตรใดเป็นผู้อนุเคราะห์เอ็นดูซึ่งมิตร

**เอเตปิ มิตเต จัตตาโร อิติ วิญญาเย ปณฺทิตโต**

บัณฑิตพิจารณาเห็นว่า คนทั้ง ๔ จำพวกนี้ เป็น  
มิตรแท้จริงแล้ว

**สัักกัจจิง ปะยิริปาเสยยะ**

พึงเข้าไปคบหาโดยเคารพ

**มาตา ปุตตังวะ โอรสัง**

ให้เหมือนมารดา กับบุตรอันเป็นโอรส ฉะนั้น



## กรณียกิจ

หันทะ มะยัง กระณียะกิจจะคาถาโย ภะณามะ เส

กระณียะมัตถะกุสะเลนะ ยันตัง สันตัง ปะทัง  
อะภิสะเมจจะ

อันบุคคลผู้ฉลาดในประโยชน์ พึงทำกิจที่ท่านผู้  
บรรลู่ถึงซึ่งทางอันสงบได้กระทำแล้ว

**สักโก**

พึงเป็นผู้องอาจ

**อุชฺฐุ จะ**

เป็นผู้ซื่อตรง

**สุหุชฺฐุ จะ**

เป็นผู้ซื่อตรงอย่างดีด้วย

**สุวะโจ จัสสะ**

เป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย

**มทุ**

เป็นผู้อ่อนโยน

**อะนะติมานี**

เป็นผู้ไม่ดูหมิ่นผู้อื่น

**สันตุสสะโก จะ**

เป็นผู้ยินดีด้วยของอันมีอยู่แล้ว

**สุภะโร จะ**

เป็นผู้เลี้ยงง่าย

**อัปปะกัจโจ จะ**

เป็นผู้มีกิจการพอประมาณ

**สัลละหุกะวุตติ**

ประพடுத்தตนเป็นผู้เบากายเบาจิต

**สันตินทริโย จะ**

มีอินทรีย์อันสงบรับ

**นิปะโก จะ**

มีปัญญารักษาดนได้

**อัปปะคัพโภ**

เป็นผู้ไม่คะนองกาย วาจา

**กุเลสสุ อะนะนุคิโท**

เป็นผู้ไม่ติดพันในสกุลง่าย

**นะ จะ ขุททัง สะมาจะเรกิญจิจิ เยนะ วิญญู ปะเร**

**อุปะวะเทยยุง**

วิญญูชนพึงดีเทียบชนเหล่าอื่นได้ด้วยการกระทำ

อย่างใด เราไม่พึงกระทำอย่างนั้นแม้เพียงนิด

หนึ่งแลฯ



# อารักขกัมมัฏฐาน

หันทะ มะยัง อารักขกัมมัฏฐานะคาถาโย

ภะณามะ เส

พุทธานุสสะติ เมตตา จะ อสฺสภะ มะระณัสสะติ,  
อิจฺจิมะ จะตฺตารักขา กาดัप्พา จะ วิปัสสะนา

กัมมัฏฐานทั้ง ๔ นี้คือ :-

**พุทธานุสสติ** การระลึกถึงพระคุณของ  
พระพุทเจ้า

**เมตตา** การปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุข

**อสุภ** การพิจารณากายให้เห็นเป็น  
ของไม่งาม

**มรณัสสติ** การระลึกถึงความตาย

การปฏิบัติภาวนาทั้ง ๔ นี้ ชื่อว่า อารักขกัมมัฏฐาน  
และวิปัสสนาอันพึงบำเพ็ญ

วิสุทธะธัมมะสันตานิ อะนุตตะรายะ โภธียา,  
โยคะโต จะ ปะโพธา จะ พุทฺโธ พุทฺโธติ ญาเยเต

พระพุทเจ้าทรงมีพระทัยที่บริบูรณ์ด้วยพระธรรม  
อันบริสุทธิ์ ทรงเป็นผู้รู้ผู้ตื่นผู้เบิกบาน มีพระ  
ปัญญาตรัสรู้ธรรมอันยอดเยี่ยม ทรงชักนำสั่ง  
สอนหมู่มนุษย์ให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง

**นระรานะระติรัจฉานะ เกทา สัตตา สุขะสิโน,  
สัพเพปิ สุขิโน โหนตุ สุขิตัตตา จะ เขมิโน**

สัตว์ทั้งหลาย ทั้งมนุษย์อมนุษย์และดิรัจฉาน  
ต่างเป็นผู้แสวงหาความสุขด้วยกันทั้งนั้น ขอสัตว์  
ทั้งหลายเหล่านั้น จงเป็นผู้มีความสุข และเป็นผู้มี  
ความเบิกบาน เพราะถึงซึ่งความสุขนั้นเถิด

**เกสะ โลมา ทิฉะวานัง อะยะเมวะ สะมุสสะโย,  
กาโย สัพโพปิ เขคฺคุโจ วัฒนาทิโต ปะฏิกฺกุโล**

กายนี้แล เป็นที่รวมแห่งซากศพ มีผมขนเป็นต้น  
ซึ่งล้วนแต่เป็นของน่าเบื่อหน่าย เป็นของปฏิกูล  
โดยมีสีและกลิ่นอันน่าเกลียดเป็นต้น

**ชีวิตินทะริยุปัจเจทะ สังขาตะมะระณัง ลียา,  
สัพเพสังปิระ ปาณีนัง ตัณฺหิ ฐวัง นะ ชีวิตัง**

ความตายคือความแตกสลายแห่งชีวิต จะมีแก่  
สัตว์ทั้งหมดทั้งสิ้นในโลกนี้ เพราะว่าความตาย  
เป็นของเที่ยง ชีวิตความเป็นอยู่เป็นของไม่เที่ยง  
ดังนี้แลฯ



# อดีตปัจจเวกชนปาฐะ

หันทะ มะยัง อะติตะปัจจจะเวกขณะปาฐัง

ภะณามะ เส

อัสชะ มะยา อะปัจจจะเวกชิตฺวา ยัง จีวะรัง

ปะริภุตฺตัง

จีวรใดอันเราหุงห่มแล้วไม่ทันพิจารณาในวันนี้

ตัง ยาวะเทวะ สัตฺตัสสะ ปะฏิฆาตายะ

จีวรนั้นเราหุงห่มแล้วเพียงเพื่อบำบัดความหนาว

อุณหัสสะ ปะฏิฆาตายะ

เพื่อบำบัดความร้อน

ทังสะมะกะสะวาตตะปะสิริงสะปะสัมผัสฺสานัง

ปะฏิฆาตายะ

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด

และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

ยาวะเทวะ หิริโกปินะปะฏิจฺจาทะนัตถัง

และเพียงเพื่อปกปิดอวัยวะอันให้เกิดความละอาย

อัสชะ มะยา อะปัจจจะเวกชิตฺวา โย ปิณฑะปาโต

ปะริภุตฺโต

บิณฑบาตใดอันเราฉันแล้วไม่ทันพิจารณาในวันนี้

## **โส เนวะ ทะวายะ**

บิณฑบาตนั้นเราฉันแล้วไม่ใช่เป็นไปเพื่อความ  
เพลิตเพลิตสนุกสนาน

## **นะ มะทายะ**

ไม่ใช่เป็นไปเพื่อความเมามันเกิดกำลังพลังทางกาย

## **นะ มัณฑะนายะ**

ไม่ใช่เป็นไปเพื่อประดับ

## **นะ วิภูสะนายะ**

ไม่ใช่เป็นไปเพื่อตกแต่ง

## **ยาวะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ จูติยา**

แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้

## **ยาปะนายะ**

เพื่อความเป็นไปได้ของอัตภาพ

## **วิหิงสุปะระติยา**

เพื่อความสิ้นไปแห่งความลำบากทางกาย

## **พรัหมะจะรียานุกะหะยะ**

เพื่ออนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์

## **อิติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะภูหังขามิ**

ด้วยการทำอย่างนี้ เราย่อมนะงับเสียได้ซึ่งทุกข-  
เวทนาเก่าคือความหิว

**นะวิญจะ เวทะนัง นะ อุปปาเทสสามิ**

และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น

**ยาตุรา จะ เม ภาวิสสะติ อะนะวัชชะตา จะ  
ผาสุวิหาโร จาติ**

อนึ่ง ความเป็นไปโดยสะดวกแห่งอรรถภาพนี้ด้วยความ  
ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย และความเป็นอยู่โดย  
ผาสุกด้วย จักมีแก่เรา ดังนี้

**อัชชะ มะยา อะปัจจะเวกขิตฺวา ยัง เสนาสะนัง  
ปะริภุตตัง**

เสนาสนะใดอันเราใช้สอยแล้วไม่ทันพิจารณา  
ในวันนี้

**ตัง ยาวะเทวะ สัตฺสสะ ปะฏิฆาตายะ**

เสนาสนะนั้นเราใช้สอยแล้วเพียงเพื่อบำบัด  
ความหนาว

**อุณหัสสะ ปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดความร้อน

**ทังสะมะกะสะวาตาทะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง  
ปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด  
และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

**ยวาทะ อุตฺตฺริสสยวิโนทหนัง ปะฐิสัลลา  
นารามัตถัง**

เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะพึงมีจาก ดิน ฟ้า  
อากาศ และเพื่อความเป็นผู้ยืนดีอยู่ได้ ในที่  
หลีกเร้นสำหรับภาวนา

**อัสชะ มะยา อะปัจจะเวกชิตฺวา โย คิลานะ  
ปัจจะยะเภสัชชะปะริกาโร ปะริภุตโต**

คิลานะเภสัชชบริขารใดอันเราบริโภคแล้วไม่ทัน  
พิจารณาในวันนี้

**โส ยวาทะ อุปันนानัง เวยยาพาธิกานัง  
เวทะนानัง ปะฐิมายะ**

คิลานะเภสัชชบริขารนั้นเราบริโภคแล้วเพียงเพื่อ  
บำบัดทุกข์เวทนาอันบังเกิดขึ้นแล้วมีอาพาธต่าง ๆ  
เป็นมูล

**อัญญาปัชณะประมะตยาติ**

เพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง  
ดังนี้



# ธัมมปหังสนปาฐะ

หันทะ มะยัง ธัมมปะหังสณะสะมาทปะนาทิต  
วะจะนะปาฐัง ภาณามะ เส

**เอวัง สุวากขาโต ภิกขะเว มะยา ธัมโม**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรม เป็นธรรมอันเรากล่าว  
ดีแล้ว อย่างนี้

**อุตตानโน**

เป็นธรรมอันทำให้เป็นจุดของคว่ำที่หงายแล้ว

**วิระโณ**

เป็นธรรมอันทำให้เป็นจุดของปิดที่เปิดแล้ว

**ปะกาสิโต**

เป็นธรรมอันเรตถาคตประกาศก้องแล้ว

**ฉินนะปิโลติโก**

เป็นธรรมมีส่วนชี้รั้วอันเรตถาคตเฉือนออกหมด  
สิ้นแล้ว

**เอวัง สุวากขาเต โข ภิกขะเว มะยา ธัมเม**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อธรรมนี้เป็นธรรมอัน  
เรากล่าวดีแล้ว อย่างนี้

**อะละเมวะ**

ย่อมเป็นการสมควรแล้วนั้นเทียว

**สัทธา ปัพพะชิตนะ กุละปุตเตนะ วิริยัง อาระภิตุง**  
ที่กุลบุตรผู้บวชแล้วด้วยศรัทธา จะพึงปรารถนา  
กระทำความเพียร

**กามัง ตะโจ จะ นหารุ จะ อัญญิ จะ อะวะสีสสะตุ**  
ด้วยการอธิษฐานจิตว่า แม้หนึ่งเอ็นกระดุกเท่านั้น  
จักเหลืออยู่

**สระรีเร อุปะสุสสะตุ มังสะโลหิตัง**  
เนื้อและเลือดในสรีระนี้จักเหือดแห้งไปก็ตามที่

**ยันตัง ปุริสสะถาเมนะ ปุริสสะวิริเยนะ**

**ปุริสสะปะรังกะเมนะ ปัตตัพพัง**

ประโยชน์ใด อันบุคคลจะพึงลูถึงได้ด้วยกำลัง  
ด้วยความเพียร ความบากบั่นของบุรุษ

**นะ ตัง อะปาปุณิตุวา ปุริสัสสะ วิริยัสสะ สันฐานัง**  
**ภาวิสสะตีติ**

ถ้ายังไม่บรรลุประโยชน์นั้นแล้ว จักหยุดความ  
เพียรของบุรุษเสียเป็นไม่มี ดังนี้

**ทุกขัง ภิกขเว กุสีโต วิหะระติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คนผู้เกียจคร้านย่อมน้อยเป็น  
ทุกข์

**โวกณโณ ปาปะเกหิ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ**

ระคนอยู่ด้วยอกุศลธรรมอันลามกทั้งหลายด้วย

## มะหันตัญญ จะ สะทตถัง ปะริหาเปติ

ย่อมทำประโยชน์อันใหญ่หลวงของตนให้เสื่อมด้วย

## อารัทธะวิริโย จะ โข ภิกขะเว สุขัง วิหะระติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้มีความเพียรอัน  
ปรารถนาแล้ว ย่อมอยู่เป็นสุข

## ปะวิริตโต ปาปะเกหิ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ

สั่งแล้วจากอกุศลธรรมอันลามกทั้งหลายด้วย

## มะหันตัญญจะ สะทตถัง ปะริปุเรติ

ย่อมทำประโยชน์อันใหญ่หลวงของตนให้บริบูรณ์  
ด้วย

## นะ ภิกขะเว หีเนนะ อัคคัสสะ ปัตติ โหติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การบรรลุลุทธิอันเลิศด้วย  
การกระทำอันเลว ย่อมมีไม่ได้เลย

## อัคเคนะ จะ โข อัคคัสสะ ปัตติ โหติ

แต่การบรรลุลุทธิอันเลิศ ด้วยการกระทำอันเลิศ  
ย่อมมีได้แล

## มัตถะเปยยะมิทัง ภิกขะเว พรหมะจะริยัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พรหมจรรย์นี้หน้าดีม เหมือน  
มัตถะยอดโอซาแห่งโครส

## สัตถา สัมมุขีภูโต

ทั้งพระศาสดาก็อยู่ ณ ที่เฉพาะหน้านี้แล้ว

## **ตัสมาทิหะ ภิกขเว วิริยัง อาระภะถะ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะฉะนั้น เธอทั้งหลาย  
จงปรารภความเพียรเถิด

## **อัปปัตตัสสะ ปัตติยา**

เพื่อการบรรลุถึงซึ่งธรรมอันยังไม่บรรลุ

## **อะนะถิคะตัสสะ อะถิคะมาเย**

เพื่อการถึงทันซึ่งธรรมอันยังไม่ถึงทัน

## **อะสัจฉิกะตัสสะ สัจฉิกิริยาเย**

เพื่อการกระทำให้แจ้งซึ่งธรรมอันยังไม่ได้ทำให้แจ้ง

## **เอวัง โน อะยัง อัมหากัง ปัพพัชชา**

เมื่อเป็นอย่างนี้ บรรพชนของเราทั้งหลาย

## **อะวังกะตา อะวัณฺณยา ภาวิสสะติ**

จักเป็นบรรพชาไม่ต่ำทราวม จักไม่เป็นหมันเปล่า

## **สะณะลา สะอุทะระยา**

แต่จักเป็นบรรพชาที่มีผล เป็นบรรพชาที่มีกำไร

## **เยสัง มะยัง ปะริภุญชามะ จีวะระปิณฑะปาตะ**

## **เสนาสะนะคิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขารัง**

พวกเราทั้งหลาย บริโภคจีวรบิณฑบาตเสนาสนะ  
และเภสัช ของชนทั้งหลายเหล่านั้น ใน

## **เตสัง เต การา อัมहेสุ**

การกระทำนั้น ๆ ของชนทั้งหลายเหล่านั้น ใน

เราทั้งหลาย

**มะหีปณะลา ภะวิสสันติ มะหานิสังสาติ**

จักเป็นการกระทำมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่  
ดังนี้

**เอวัง หิ โว ภิกขะเว สิกขิตัพพัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายพึงทำความ  
สำเหนียกอย่างนี้แล

**อัตตัตถัง วา หิ ภิกขะเว สัมปัสสะมานะ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อบุคคลมองเห็นอยู่ซึ่ง  
ประโยชน์แห่งตน ก็ตาม

**อะละเมวะ อัปปะมาเทนะ สัมปาเทตุง**

ก็ควรแล้วนั้นเทียว เพื่อยังประโยชน์แห่งตนให้  
ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

**ปะรัตถัง วา หิ ภิกขะเว สัมปัสสะมานะ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อบุคคลมองเห็นอยู่ซึ่ง  
ประโยชน์แห่งชนเหล่าอื่นก็ตาม

**อะละเมวะ อัปปะมาเทนะ สัมปาเทตุง**

ก็ควรแล้วนั้นเทียว เพื่อยังประโยชน์แห่งชนเหล่า  
อื่นให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

**อุภะยัตถัง วา หิ ภิกขะเว สัมปัสสะมานะ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หรือว่าเมื่อบุคคลมองเห็น

อยู่ ซึ่งประโยชน์ของทั้งสองฝ่ายก็ตาม  
**อะละเมวะ อัปปะมาเทนะ สัมปาเทตุง**  
ก็ควรแล้วนั้นเทียว เพื่อยังประโยชน์ของทั้งสอง  
ฝ่ายนั้นให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

**อิติ**

ดังนี้แล



# สมณสัญญา ๓ ประการ

หันทะ มะยัง ติสสะสะมะณะสัญญาปาฐัง

ภะณามะ เส

ติสโส ภิกขเว สะมะณะสัญญา ภาวิตา

พะหุสีกะตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมณสัญญา ๓ ประการ  
อันบรรพชิตกระทำให้มากแล้ว

สัตตะ ธัมเม ปะริปุเรนติ

ย่อมกระทำธรรมะทั้ง ๗ ประการให้บริบูรณ์ได้

กะตะมา ติสโส

สมณสัญญา ๓ ประการคืออะไรบ้าง

เวว์ณณิยัมหิ อัญญปะคะโต

บัดนี้เรามีเพศแตกต่างจากคฤหัสถ์แล้ว อากา  
รกิริยาใด ๆ ของสมณะ เราต้องทำอากา  
รกิริยา  
นั้น ๆ

ปะระปะฏิพัทธา เม ชีวิกา

ความเลื่องชื่อของเราเนื่องด้วยผู้อื่น เราควร  
ทำตัวให้เขาเลื่องง่าย

อัญญู เม อากัปปิ กะระณิโย

อากาการกายวาจาอย่างอื่น ที่เราจะต้องทำให้ดีขึ้น-

ไปกว่านี้ยังมีอยู่ มิใช่เพียงเท่านั้น  
**อิม โข ภิกขเว ติสโส สมะณะสัณฺญา ภาวิตา  
พะหุสีกะตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมณสัณฺญา ๓ ประการ  
เหล่านี้แล อันบรรพชิตกระทำให้มากแล้ว

**สัตตะ ธัมเม ปะริปุเรนติ**

ย่อมกระทำธรรมะทั้ง ๗ ประการให้บริบูรณ์ได้

**กะตะเม สัตตะ**

ธรรมะ ๗ ประการคืออะไรบ้าง

**นิจฺจํ สัตตะการี โหติ สัตตะวุดฺติ สีเสสุ**

คือเป็นผู้มีปกติประพฤติในศีลด้วยความสม่ำเสมอ  
เป็นนิตย์

**อะนะภิชณฺลาสุ โหติ**

เป็นผู้ปกติไม่เพ่งเล็งสิ่งใด

**อัพฺยาปฺชโณ โหติ**

เป็นผู้ไม่เบียดเบียนใคร

**อะนะติมานี โหติ**

เป็นผู้ไม่ดูหมิ่นผู้อื่น

**สิกขากาโม โหติ**

เป็นผู้ใคร่ต่อการศึกษา

## อิจจัตถันติสสะโหติ ชีวิตะปะริกาเรสุ

เป็นผู้มีความพิจารณาให้เห็นประโยชน์ในบริหาร  
เครื่องเลี้ยงชีวิต

## อารัทธะวิริโย วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้ปรารถนาความเพียรอยู่

## อิเม โข ภิกขะเว ติสโส สมะณะสัณฺญา ภาวิตา

## พะหุลีกะตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมณสัณฺญา ๓ ประการ  
เหล่านี้แล อันบรรพชิตกระทำให้มากแล้ว

## อิเม สัตตะ ธัมเม ปะริปุเรนตีติ

ย่อมกระทำธรรมะทั้ง ๗ ประการ เหล่านี้ให้  
บริบูรณ์ได้ฉะนี้แลฯ



# สามเณรสิกขา

(สิกขาบท ๑๐ )

**อนุญญาสิ โข ภะคะวา**

พระผู้พระภาคเจ้าทรงอนุญาตไว้แล้วแล

**สามเณรณัง ทะสะ สิกขาปะทานิ**

ซึ่งสิกขาบทสิบประการแก่สามเณรทั้งหลาย

**เตสุ จะ สามเณเรหิ สิกขิตุง**

และเพื่อให้สามเณรศึกษาในสิกขาบทเหล่านั้นคือ

**ปาณาติปาตา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการทำสัตว์ที่มีชีวิตให้ตกลงไป

**อะทินนาทานา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการถือเอาของที่เจ้าของ  
ไม่ได้ให้

**อะพรัหมะจะริยา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากกรรมอันเป็นข้าศึกแก่  
พรหมจรรย์

**มุสาวาทา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการพูดปด

**สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากเหตุอันเป็นที่ตั้งแห่งความ

ประมาทคือการดื่มกินสุราและเมรัย

### **วิกาละโภชนา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการบริโภคอาหารในเวลา  
วิกาล

### **นัจจะคีตวาทิตะวิสุกะทัสสะนา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการขับร้องพ้อนรำและ  
ประโคมดนตรีและดูการเล่นต่างๆ

### **มาลาคันธะวิเลปะนะธาระณะมัตถะนะวิภูสะนัญ ฐานา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการตัดทรงดอกไม้ประดับ  
ตกแต่งด้วยดอกไม้ของหอมเครื่องย้อมเครื่องทา

### **อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการนั่งหรือนอน เหนือ  
ที่นั่งที่นอนอันสูงอันใหญ่

### **ชาตะรุปะระชะตะปะฎีกะคะหะณา เวระมะณี**

เจตนาเครื่องงดเว้นจากการรับเงินและทอง

(นาสนังคะ ๑๐ )

### **อนุญญาตี โข ภาคะวา**

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอนุญาตไว้แล้วแล

**ทะสะหิ อังเคหิ สะมันนาคะตัง สามะเณรัง  
นา เสตุง**

เพื่อยังสามเณรผู้ประกอบด้วยองค์สิบให้ฉิบหาย

**กะตะเมหิ ทะสะหิ**

องค์สิบอะไรบ้าง

**ปาณาติปาตี โหติ**

คือสามเณรชอบทำสัตว์ที่มีชีวิตให้ตกลงไป

**อะทินนาทายี โหติ**

สามเณรชอบถือเอาสิ่งของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้

**อะพรหฺมะจารี โหติ**

สามเณรไม่ชอบประพฤติพรหมจรรย์

**มุสาวาที โหติ**

สามเณรชอบพูดปด

**มัชชะปายี โหติ**

สามเณรชอบดื่มกินของเมา

**พุทฺธัสสะ อะวัณณัง ภาสะติ**

สามเณรกล่าวติเตียนพระพุทธเจ้า

**ธัมมัสสะ อะวัณณัง ภาสะติ**

สามเณรกล่าวติเตียนพระธรรม

**สังฆัสสะ อะวัณณัง ภาสะติ**

สามเณรกล่าวติเตียนพระสงฆ์

**มิจฉาทิภูริโก โหติ**

สามเณรเป็นผู้มีความเห็นผิดจากธรรมวินัย

## ภิกขุณีทุสะโก โหติ

สามเณรชอบประทุษร้ายภิกษุณี

## อนุญญาสิ โข ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอนุญาตไว้แล้วแล

อิเมหิ ทะสะหิ อังเคหิ สะมันนาคะตัง สามะเณรัง

## นาเสตุนติ

เพื่อยังสามเณรผู้ประกอบด้วยองค์สิบเหล่านี้ให้  
ฉิบหาย ดังนี้

(ทัณฑกรรม ๕ )

## อนุญญาสิ โข ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอนุญาตไว้แล้วแล

ปัญจะหิ อังเคหิ สะมันนาคะตัสสะ สามะเณรัสสะ

## ทัณฑะกัมมัง กาทุง

เพื่อทำทัณฑกรรมคือลงโทษแก่สามเณรผู้ประกอบด้วยองค์ห้าอย่าง

## กะตะเมหิ ปัญจะหิ

องค์ห้าอย่างอะไรบ้าง

## ภิกขุณัง อะลาภายะ ปะริสัักกะติ

คือสามเณรพยายามทำให้ภิกษุเสื่อมลาภที่ควรจะได้

## ภิกขุณัง อะนัตถายะ ปะริสัักกะติ

สามเณรพยายามทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์แก่

ภิกษุทั้งหลาย

**ภิกขุหนึ่ง อนะวาสาเยะ ปะริสัถกะติ**

สามเณรพยายามทำไมให้ภิกษุอยู่อย่างสงบ

**ภิกขุ อักโกสะติ ปะริภาสะติ**

สามเณรด่าและพูดขู่ภิกษุทั้งหลาย

**ภิกขุ ภิกขุหิ เภเทติ**

สามเณรขู่ให้ภิกษุแตกกัน

**อะนุญญาสิ โข ภาคะวา**

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงอนุญาตไว้แล้วแล

**อิเมหิ ปัญจะหิ อังคะหิ สมะนंनाคะตัสสะ**

**สามะเณรัสสะ ทัณฑะกัมมัง กาทุนติ**

เพื่อทำทัณฑกรรมแก่สามเณรผู้ทำผิดประกอบ  
ด้วยองค์ห้าอย่างเหล่านี้ ดังนี้

นอกจากนี้แล้ว สามเณรยังจะต้องศึกษาและ  
ปฏิบัติตามเสขียวัตถ ๗๕ ข้อ อีกด้วย เพื่อรักษา  
กิริยามารยาทให้เรียบร้อย สัมกับความเป็น  
เหล่ากอของสมณะที่ดี



# สัจจะกิริยะคาถา

หันทะ มะยัง สัจจะกิริยะคาถาโย ภาณามะ เส

**นัตถิ เม สระระณัง อัญญัง, พุทโธ เม สระระณัง ะรัง**  
ที่พึ่งอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งอัน  
ประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เม โหตุ สัพพะทา**  
ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ความเจริญสุขสวัสดิ  
จงมีแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย (ทุกเวลา)

**นัตถิ เม สระระณัง อัญญัง, ธัมโม เม สระระณัง ะรัง**  
ที่พึ่งอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระธรรมเป็นที่พึ่งอัน  
ประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เม โหตุ สัพพะทา**  
ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ความเจริญสุขสวัสดิ  
จงมีแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย (ทุกเวลา)

**นัตถิ เม สระระณัง อัญญัง สังโฆ เม สระระณัง ะรัง**  
ที่พึ่งอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระสงฆ์เป็นที่พึ่งอัน  
ประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เม โหตุ สัพพะทา**  
ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ความเจริญสุขสวัสดิ  
จงมีแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย (ทุกเวลา)

# สีลุตเทศปาโล

หันทะ มะยัง สีลุตเสสะปาโล ภาณามะ เส

ภาสิตะมิทัง เตนะ ภาคะวะตา ชานะตา ปัสสะตา  
อะระหะตา สัมมาสัมพุทเธนะ

พระผู้มีพระภาคเจ้า(ผู้รู้ผู้เห็น)เป็นพระอรหันต์ตรัสรู้  
ชอบได้โดยพระองค์เอง ได้ตรัสภาษิตไว้ ดังนี้ว่า

สัมปันนะสีลา ภิกขะเว วิหะระเถ สัมปันนะ  
ปาฏิโมกขา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้มีศีล  
สมบูรณ์ มีพระปาฏิโมกข์สมบูรณ์

ปาฏิโมกขะสังวะระสังวุตา วิหะระเถ อัจจระโค  
จระระสัมปันนา

จงเป็นผู้สำรวมแล้ว ด้วยความสำรวมในพระ-  
ปาฏิโมกข์ สมบูรณ์ด้วยอาจารย์คือมารยาทอันควร  
และสมบูรณ์ด้วยโคจรคือสถานที่ที่ภิกษุควรไป

อะณุมัตเตสุ วัชเชสุ ภายะทัสสาวี สะมาทายะ  
สิกขะเถ สิกขาปะเทสุติ

จงเป็นผู้มีปกติเห็นความน่ากลัวในโทษแม้เพียง  
เล็กน้อย สมาทานศึกษาและสำเหนียกในสิกขาบท  
ทั้งหลายเถิด

## **ตัสมาดิหัมเหหิ ลิกขิตัพพัง**

เพราะฉะนั้น พวกเราทั้งหลายควรศึกษาและ  
สำเหนียกว่า

## **สัมปันนะสีลา วิหาริสสามะ สัมปันนะปาฏิโมกขา**

เราทั้งหลายจักเป็นผู้มีศีลสมบูรณ์ มีพระ-  
ปาฏิโมกข์สมบูรณ์

## **ปาฏิโมกขะสังวะระสังวุตา วิหาริสสามะ อจาระ โคจระระสัมปันนา**

จักเป็นผู้สำรวมแล้วด้วยความสำรวมในพระ-  
ปาฏิโมกข์ สมบูรณ์ด้วยอาจารย์คือมารยาท  
อันควร และสมบูรณ์ด้วยโคจระคือสถานที่ที่ภิกษุ  
ควรไป

## **อะนุมัตเตสุ วัชเชสุ ภาวะะทัสสาวิ สะมาทายะ ลิกขิสสามะ ลิกขาปะเทสุติ**

เราทั้งหลายจักเป็นผู้มีปกติเห็นความน่ากลัวใน  
โทษแม้เพียงเล็กน้อย สมาทานศึกษาและ  
สำเหนียกในสิกขาบททั้งหลาย

## **เอวัญหิ โน ลิกขิตัพพัง**

พวกเราทั้งหลายพึงศึกษาและสำเหนียกอย่าง  
นี้แลฯ

## ตายนคาถา

หันทะ มะยัง ตายะนะคาถาโย ภาณามะ เส

**ฉินทะ โสติง ประรักกัมมะ กาเม ปะนุทะ พราหมะณะ**

เธอจงบากบั่นตัดกระแสแห่งตัณหาเสีย จงกำจัด  
กามคุณทั้งหลายเสียเถิด

**นัปปะหายะ มุณี กาเม เนกัตตะมุปะปะชชติ**

เพราะมุณีที่ไม่ละกามทั้งหลายแล้ว จะเข้าถึงความ  
สงบไม่ได้

**กะยิรา เจ กะยิราเถนัง ทัพพะเมนัง ประรักกะเม**

ถ้าจะทำการใดให้ทำการนั้นจริง ๆ ฟังบากบั่นทำ  
กิจนั้นให้มัน

**ลธิโล หิ ประริพพาโซ ภยโย อากิระเต ระชัง**

เพราะการบวชที่ยังย่อหย่อนหละหลวม ยิ่งไปรย  
โทษดุจธูลี

**อะกะตัง ทุกกะฐัง เสยโย ปัจฉา ตัปะปะติ ทุกกะฐัง**

อันความชั่วไม่ทำเสียเลยดีกว่า เพราะว่าความชั่ว  
ย่อมส่งผล คือความทุกข์แฉดเผาเราในภายหลัง

**กะตัญจะ สุกะตัง เสยโย ยัง กัตวา นานุตัปะปะติ**

อันความดีทำไว้นั้นแหละดีกว่า เพราะทำแล้วไม่  
ต้องเดือดร้อนใจในภายหลัง

**กุโส ยะถา ทุคคะหิตो हत्तमेवानुगन्तस्ति**

บุคคลจะถอนหญ้าคาแต่จับไม่ดี ย่อมบาดเจ็บได้  
ฉันใด

**สามัญญัง ทุปะรามัญญัง นิระยาญุปะกัทธะติ**

สมณธรรมที่บรรพชิตประพฤติด้วยความย่อหย่อน  
และซุ่มซ่าม ย่อมจุดลากเขาลงไปสู่นรกได้ฉันนั้น

**ยังกิญจิ สิริถัง กัมมัง สังกิลิฏฐัญญะ ยัง วะตัง**

การงานอันใดอันหนึ่งที่ย่อหย่อน และชั่ววัตร  
อันใดที่เจือด้วยความเศร้าหมอง

**สังกัสสะรัง พรหมะจะริยัง นะ ตัง โหติ มะหัพ-  
พะสันติ**

พรหมจรรย์อันใดที่ตนประพฤติย่อหย่อน ต้อง  
ระลึกถึงความรังเกียจ  
กิจทั้ง ๓ อย่างนั้น ย่อมเป็นของที่ไม่ให้ผลอัน  
ยิ่งใหญ่ ดังนี้



# อนุโมทนารัมภะคาถา

**ยะถา วาริระหา ปุรา ปะริปุเรนติ สาคะรัง**

ห้วงน้ำที่เต็มย่อมยังสมุทรสาครให้บริบูรณ์ได้  
ฉันใด

**เอวะเมวะ อีโต ทินนัง เปตานัง อุกัปปปะติ**

ทานที่ท่านอุทิศให้แล้วในวันนี้ ย่อมสำเร็จประโยชน์  
แก่ท่านและแก่ผู้ที่ละโลกนี้ไปแล้วได้ ฉันนั้น

**อิจฉิตัง ปัตถิตัง ตุมุหัง**

ขออภิวรรุผลที่ท่านปรารถนาแล้ว ตั้งใจแล้ว

**ชิปปะเมวะ สะมิชณะตุ**

จงสำเร็จโดยฉับพลัน

**สัพเพ ปุเรนตุ สังกัปปา**

ขอความดำริทั้งปวงจงเต็มที

**จันโท ปันณะระโส ยะถา**

เหมือนพระจันทร์วันเพ็ญ

**มะณี โชติระโส ยะถา**

เหมือนแก้วมณีอันสว่างไสวควรยินดี



# สามัญญาอนุโมทนาคาถา

**สัพพีதிய วิวัชชันตุ**

ความจัญไรทั้งปวง จงบำราศไป

**สัพพะโรโค วินัสสะตุ**

โรคทั้งปวงของท่านจงหาย

**มา เต ภาวัตวันตะราโย**

อันตรายอย่ามีแก่ท่าน

**สุขี ทีฆายุกो ภาวะ**

ท่านจงเป็นผู้มีความสุขมีอายุยืน

**อะภิวาทะนะสีลิสสะ นิจัจัง วุฑฒาปะจายโน**

**จัตตาโร ธัมมา วัฑฒันติ, อายุ วัณโณ สุขัง พะลัง**

ธรรมสี่ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ  
ย่อมเจริญแก่บุคคลผู้มีปกติกราบไหว้ มีปกติ  
อ่อนน้อมถ่อมตัวเป็นนิตย์



# โภชนทานานุโมทนาคาถา

อายุโท พละโท ธีโร

ผู้มีปัญญาให้อายุ ให้กำลัง

วิณะโท ปะฏิภาณะโท

ให้วรรณะ ให้ปฏิภาณ

สุขัสสะ ทาทา เมธาวิ

ผู้มีปัญญาให้ความสุข

สุขัง โส อะธิคัจฉะติ

ย่อมได้ประสพสุข

อายุง ทัตถวา พะลัง วิณณัง สุขัญจะ ปะฏิภาณะโท

บุคคลผู้ให้อายุ พละ วรรณะ สุขะ และปฏิภาณ

ที่มายุ ยะสะวา โหติ ยัตถะ ยัตถุปะปัชชะตีติ

บังเกิดในที่ใด ๆ ย่อมเป็นผู้มีอายุยืน มียศ มีสุข

ในที่นั้น ๆ ดังนี้



# อัคคัปปสาทสุตตะคาถา

**อัคคะโต เว ปะสันนानัง อัคคัง ธัมมัง วิชานะตัง**

เมื่อบุคคลรู้จักกรรมอันเลิศ เลื่อมใสแล้วโดยความ  
เป็นของเลิศ

**อัคเค พุทธะ ปะสันนानัง**

เลื่อมใสแล้วในพระพุทธรเจ้าผู้เลิศ

**ทักขิณเวยเย อะนุตตะเร**

ซึ่งเป็นทักษิณเวยเยบุคคลอันเยี่ยมยอด

**อัคเค ธัมเม ปะสันนानัง วิราคฺฐุปะสะเม สุขเ**

เลื่อมใสแล้วในพระธรรมอันเลิศ ซึ่งเป็นธรรม  
อันปราศจากราคะ และสงบระงับเป็นสุข

**อัคเค สังฆะ ปะสันนानัง**

เลื่อมใสแล้วในพระสงฆ์ผู้เลิศ

**ปุญฺญิกเขตเต อะนุตตะเร**

ซึ่งเป็นบุญเขตอย่างยอด

**อัคคัสฺมิง ทานัง ทะทะตัง**

ถวายทานในท่านผู้เลิศ

**อัคคัง ปุญฺญัง ปะวัตถะติ**

บุญที่เลิศย่อมเจริญ

**อัคคัง อายุ จะ วัฒนโณ จะ**

อายุ วรรณะที่เลิศ

**ยะโส กิตติ สุขัง พะลัง**

และยศ เกียรติคุณ สุขะ พละที่เลิศ ย่อมเจริญ

**อัคคัสสะ ทาดา เมธาวิ อัคคะธัมมะสะมาหิโต**

ผู้มีปัญญาตั้งมั่นในพระธรรมอันเลิศแล้ว ให้ท่าน

แก้ท่านผู้เป็นบุญเขตอันเลิศ

**ทเวระภูโต มนะุสโส วา**

จะไปเกิดเป็นเทพยดา หรือมนุษย์ก็ตาม

**อัคคัปปัตโต ปะโมหะตีติ**

ย่อมเป็นผู้ถึงความเป็นผู้เลิศ บันเทิงอยู่ ดังนี้



## กาละทานะสุตตะคาถา

กาเล ทะหันทิ สะปัญญา ะหัตถัญญ วีตะมัจจะรา,  
กาเลนะ ทินนัง อะริเยสุ อุกุญเตสุ ตาทิสฺสุ,  
วิปะสันนะมะนา ตัสสะ วิปูลา โหติ ทักขิณา

ทายกทายิกาทั้งหลายเหล่าใด เป็นผู้มึปัญญา มี  
ปกติรู้จักคำพูด ปราศจากตระหนี่มีใจเลื่อมใส  
แล้วในพระอริยเจ้าทั้งหลาย ซึ่งเป็นผู้ตรงคงที่  
บริจาคทานทำให้เป็นของที่ตนถวายโดยกาลนิยม  
ในกาลสมัย ทักขิณาทานของทายกทายิกานั้น  
เป็นคุณสมบัติมีผลไพบูรณ์

เย ตัตถะ อนะโมหันทิ เวยยาวัจจัง กะโรนติ วา

ชนทั้งหลายเหล่าใด อนุโมทนาหรือช่วยกระทำการ  
ชวนชวายเป็นทานนั้น

นะ เตนะ ทักขิณา โอนา

ทักขิณาทานของเขามีได้บกร่องไปด้วยเหตุนั้น

เตปิ ปุญญัสสะ ภาคิโน

แม้ชนเหล่านั้นย่อมเป็นผู้มีส่วนแห่งผลบุญนั้นด้วย

ตัสมา ทะเท อัปปะฏิวานะจิตโต ยัตถะ ทินนัง  
มะหัพพะลัง

เหตุนี้ทายกทายิกาควรเป็นผู้มีจิตไม่ท้อถอย

ให้ในที่ได้มีผลมากควรให้ในที่นั้น  
บุญญาณี ประระโลกัสุมิง ปะติฏฐา โหนติ  
ปาณินันติ

บุญย่อมเป็นที่พึ่งอาศัยของสัตว์ทั้งหลายในโลกหน้า  
ตั้งนี้



# ติโรกฐทกัณทปัจฉิมภาค

**อะทาสี เม อะกาสิ เม ญาติमितตา สะชา จะ เม**

บุคคลมาระลึกถึงอุปการะอันท่านได้ทำแก่ตนใน  
กาลก่อนว่า ผู้นั้นได้ให้สิ่งนี้แก่เรา ผู้นี้ได้ทำกิจ  
ของเรา ผู้นี้เป็นญาติเป็นมิตรเป็นเพื่อนของเรา

**เปตานัง ทักขิณัง ทัชชา ปุพเพ กะตะมนุสสะรัง**

ก็ควรให้ทักษิณาทานเพื่อผู้ที่ละโลกนี้ไปแล้ว

**นะ หิ รุณณัง วา โสโก วา ยาวัญญา परिทะนะ**

การร้องไห้ก็ดี การเศร้าโศกก็ดี หรือการรำไร  
รำพันอย่างอื่นก็ดี บุคคลไม่ควรทำเลย

**นะตัง เปตานะมัตถายะ เอวัง ติฏฐันติ ญาตะโย**

เพราะว่าการร้องไห้เป็นต้นนั้น ไม่เป็นประโยชน์  
แก่ญาติทั้งหลายผู้ละโลกนี้ไปแล้ว เพราะญาติ  
ทั้งหลายย่อมตั้งอยู่อย่างนั้น

**อะยัญจะ โข ทักขิณา ทินนา สังฆัมหิ สุปะติฏฐิตา**

ก็ทักษิณานุปทานนี้แล อันท่านให้แล้ว ประดิษ-  
ฐานไว้ดีแล้วในสงฆ์

**ทีฆะรัตตัง หิตายัสสะ ฐานะโส อุปะกัปปะติ**

ย่อมสำเร็จประโยชน์แก่กุล(ได้นาน) แก่ผู้ที่ละโลก  
นี้ไปแล้วตามฐานะ

โส ญาติธัมโม จะ อะยัง นิตัสสิโต

ญาติธรรมนี้นั้นท่านได้แสดงให้ปรากฏแล้ว

เปตานะ ปุชา จะกะตา อูฬารา

แลบูชาอันยิ่งท่านก็ได้ทำแก่ญาติผู้ละโลกนี้ไปแล้ว

พะลัญจะ ภิกขุณะมะนุปะทินนัง ตุมฺहेหิ ปุญญัง

ปะสุตัง อะนัปะปะกันติ

กำลังแห่งภิกษุทั้งหลาย ชื่อว่าท่านก็ได้เพิ่มให้แล้ว

ด้วย ท่านได้ชวนชวายนบุญอันมาก ดังนี้แล



# ภาวะตสุัพ

**ภาวะตสุ ทัพพะมังคะลิ่ง**

ขอสรรพมงคล จงมีแก่ท่าน

**รักขันตสุ ทัพพะเทวะตา**

ขอเหล่าเทวดาและกุศลทั้งปวงที่ท่านทำจงรักษา  
ท่าน

**ทัพพะพุทธานุภาเวนะ**

ด้วยอานุภาพแห่งพระพุทธรเจ้าทั้งปวง

**ทัพพะธัมมานุภาเวนะ**

ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรมทั้งปวง

**ทัพพะสังฆานุภาเวนะ**

ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ทั้งปวง

**สะทา โสตถี ภาวันตสุ เต**

ขอความสวัสดิ์ดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่านทุกเมื่อเทอญ



# คำขอขมา

ในพุทธศาสนา มีข้อปฏิบัติอย่างหนึ่งว่า ผู้ใดล่วงเกินผู้อื่น ผู้นั้นไม่ควรทำเฉยเมย เมื่อรู้สึกตัวแล้ว พึงขอโทษ เรียกว่า **ขอขมา** แปลว่า **ขอให้ยกโทษ** และผู้ใดถูกล่วงเกิน เมื่อได้รับการขอขมา ผู้นั้นไม่ควรถือโกรธไม่รู้หาย พึงรับขมายอมยกโทษให้

นอกจากนี้ การขอขมายังเป็นธรรมเนียมอย่างหนึ่งที่ภิกษุประพฤติกันในโอกาสต่าง ๆ เช่น ในวันเข้าพรรษาหรือในวันต่อจากนั้น ซึ่งเป็นกิจที่ผู้น้อยทำแก่ผู้ใหญ่ ศิษย์ทำแก่อุปัชฌาย์อาจารย์ แม้ไม่เคยล่วงเกินกัน ก็ยังถือว่าเป็นสิ่งที่ควรทำ

**คำขอขมา:-** (กล่าวพร้อมกัน)

ผู้ขอ \*เถเร ปะมาเทนนะ, ทวารัตตะเยนะ กะตัง

**สัพพัง อะปะราธัง \*\*ขะมะตุ โน ภันเต**

ขอท่านได้กรุณายกโทษทั้งปวง ที่ข้าพเจ้าได้ล่วงเกินท่านด้วย กาย วาจา ใจ เพราะความประมาทด้วยเทอญ

ผู้รับ **อะหัง ขะมามิ, \*\*ตุมเหหิปี เม ขะमितัพพัง**

ข้าพเจ้าขอยกโทษนั้นแก่ท่าน, แม้ท่านก็พึงยกโทษนั้นแก่ข้าพเจ้าด้วย

ผู้ขอ **\*\*ขะมามะ ภัันเต**  
ข้าพเจ้าขอยกโทษนั้นแก่ท่าน

**หมายเหตุ** \*คำว่า **เถเร** ใช้กับพระเถระตั้งแต่  
พรรษา ๑๐ ขึ้นไป  
ถ้าเป็น พระอุปัชฌาย์ เปลี่ยน **เถเร**  
เป็น **อุปัชฌายะ**  
ถ้าเป็น **พระอาจารย์** เป็น **อาจะริเย**  
หากภิกษุไปขอขมารูปเดียว เปลี่ยนแปลง  
บางอย่างดังนี้ : -  
- \*\*ผู้ขอ เปลี่ยน **ขะมะตุ โน ภัันเต** เป็น  
**ขะมะถะ เม ภัันเต**  
- ผู้รับ เปลี่ยน **ตุมเหหิปี** เป็น **ตะยาปี**  
- ผู้ขอ เปลี่ยน **ขะมามะ** เป็น **ขะมามิ**



## คำอธิษฐานเข้าพรรษา

เมื่อถึงฤดูฝน ภิกษุจะต้องหยุดเดินทาง แล้วเข้าพำนักในวัด หรือสถานที่ใดสถานที่หนึ่งที่สมควรตลอด ๓ เดือน เริ่มตั้งแต่แรม ๑ ค่ำ เดือน ๘ ถึงขึ้น ๑๕ ค่ำเดือน ๑๑ เรียกธรรมเนียมนี้ว่า **การจำพรรษา** (เมื่อมีเหตุจำเป็นหรืออุระอันสมควรสามารถไปที่อื่นได้คราวละ ๗ วัน)

เมื่อถึงวันเข้าพรรษา ภิกษุในอาวาสทั้งหมดพึงเข้าไปประชุมพร้อมกันในโรงอุโบสถหรือในวิหาร แล้วกล่าวคำอธิษฐานพร้อมกันว่า :-

**อิมัสฺมิง อาวาเส, อิมัง เตมาสัง วัสสัง อุเปมะ**  
(๓ ครั้ง)

“เราทั้งหลายจักอยู่ในอาวาสนี้ตลอด ๓ เดือนในฤดูฝน”

**หมายเหตุ** หากกล่าวที่ละรูปเปลี่ยนคำว่า **อุเปมะ** เป็น **อุเปมิ** และเปลี่ยนเราทั้งหลายเป็น **เรา** หรือ **ข้าพเจ้า**

ถ้าจำพรรษารูปเดียวเปลี่ยน**าวาเส**เป็น **วิหาร**  
(วิหาร)

## คำขอนิสัย

ภิกษุผู้อุปสมบทแล้ว ถ้าไม่ได้อยู่ในวัดเดียวกัน กับอุปัชฌาย์ จะต้องถือนิสัยในอาจารย์ หรือ เจ้าอาวาสวัดที่ตนอาศัยอยู่

นอกจากนี้การขอนิสัย ก็ยังนิยมทำกันต่อจาก การขอขมาพระอุปัชฌาย์อาจารย์ในวันเข้าพรรษาด้วย หรือในบางโอกาส เช่น เมื่อไปขอพำนักศึกษาพระ ธรรมวินัยกับพระอาจารย์ในวัดอื่น

### คำขอนิสัย :-

- ศิษย์           **อจาจะริโย เม ภันเต โหหิ, อายัสฺมะโต  
นิสสายะ วัจจามิ (๓ ครั้ง)**  
“ขอท่านได้โปรดเป็นอาจารย์ของข้าพเจ้า,  
ข้าพเจ้าขออาศัยท่าน”
- อาจารย์       **โอปายิกัง, ปะฐฺฐุปัง, ปาสาทิเกนะ  
สัมปาเทหิ (บทใดบทหนึ่งหรือทั้งสามบท)**  
“เป็นอุบายที่สมควรแล้ว”
- ศิษย์           **สาธฺ ภันเต (ฟังตอบรับทุกบท)**  
“ดีแล้ว ท่านผู้เจริญ”

จากนั้น  
ดังนี้:-

ภิกษุพึงกล่าวคำรับเป็นธุระให้ท่านสืบไป

**อชชะตคเคทานิ เถโร มัยหัง ภาโร,  
อะหัมปิ เถรัสสะภาโร (๓ ครั้ง)**

“ตั้งแต่วันนี้ไป พระเถระ (อาจารย์)  
ย่อมเป็นภาระของข้าพเจ้า และข้าพเจ้าก็  
ย่อมเป็นภาระของพระเถระ (อาจารย์)

**หมายเหตุ**

ถ้าภิกษุรูปใดอยู่โดยไม่ขอนิสัย ท่าน  
ปรับอาบัติทุกกฏแก่ภิกษุรูปนั้น



# คำปวารณา

สังฆัมภันเต ปะวาเรมิ, ทิฏฐุณะ वा सुतेन वा  
परिसังกายะ वा ะหันทตุ มัง, आयัสฺมันโต อะนุกัมปัง  
อุปาทายะ, ปัสสันโต ปะฎีกะริสสามิ

ข้าพเจ้าขอปวารณาต่อสงฆ์ หากความประพฤติดิบกพร่องใดๆ ของข้าพเจ้าปรากฏแก่ท่านทั้งหลาย ด้วยได้เห็นก็ดี ด้วยได้ยินก็ดี ด้วยสงสัยอยู่ก็ดี ขอท่านทั้งหลายจงอาศัยความกรุณาว่ากล่าวตักเตือนข้าพเจ้าด้วย ข้าพเจ้าทราบแล้วจักแก้ไขต่อไป

หุติยัมปิ ภันเต, สังฆัง ปะวาเรมิ, ทิฏฐุณะ वा  
สุเตน वा परिसังกายะ वा ะหันทตุ มัง, आयัสฺมันโต  
อะนุกัมปัง อุปาทายะ, ปัสสันโต ปะฎีกะริสสามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าขอปวารณาต่อสงฆ์ หากความประพฤติดิบกพร่องใดๆ ของข้าพเจ้าปรากฏแก่ท่านทั้งหลาย ด้วยได้เห็นก็ดี ด้วยได้ยินก็ดี ด้วยสงสัยอยู่ก็ดี ขอท่านทั้งหลายจงอาศัยความกรุณาว่ากล่าวตักเตือนข้าพเจ้าด้วย ข้าพเจ้าทราบแล้วจักแก้ไขต่อไป

ตะตียัมปิ ภัณฑะ, สังฆัง ปะวาเรมิ, ทิฏฐาญเณระ วา  
สุเตนะ วา ปะริสังกายะ วา เวทนต์ มัง,  
อายัสฺมันโต อะนุกัมปัง อุปาทายะ, ปัสสันโต  
ปะฏิกกะริสสามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าขอปวารณาต่อสงฆ์ หาก  
ความประพฤติกพร่องใดๆ ของข้าพเจ้าปรากฏ  
แก่ท่านทั้งหลาย ด้วยได้เห็นก็ดี ด้วยได้ยินก็ดี  
ด้วยสงสัยอยู่ก็ดี ขอท่านทั้งหลายจงอาศัยความ  
กรุณาว่ากล่าวตักเตือนข้าพเจ้าด้วย ข้าพเจ้า  
ทราบแล้วจักแก้ไขต่อไป



# คำขอไตรสรณคมน์และศีลห้า

**มะยัง ภันเต, ติสระणेณะ สะหะ, ปัญจะ สีลानิ  
ยาจามะ**

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอไตรสรณ-  
คมน์และศีลห้า

**ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสระणेณะ สะหะ, ปัญจะ  
สีลानิ ยาจามะ**

แม้ครั้งที่สอง ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย  
ขอไตรสรณคมน์และศีลห้า

**ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสระणेณะ สะหะ, ปัญจะ  
สีลानิ ยาจามะ**

แม้ครั้งที่สาม ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย  
ขอไตรสรณคมน์และศีลห้า

**พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าขอถือเอาพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ

**ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าขอถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าขอถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ทุดิยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าขอถือเอาพระพุทเจ้าเป็น  
สรณะ

**ทุดิยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าขอถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**ทุดิยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าขอถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ตะติยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าขอถือเอาพระพุทเจ้าเป็นสรณะ

**ตะติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าขอถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**ตะติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าขอถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการฆ่าและเบียดเบียนสัตว์  
ทุกชนิดรวมทั้งไม่ใช้ให้ผู้อื่นฆ่า

**อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการลัก ฉ้อโกงของผู้อื่นและ  
ไม่ใช้ให้ผู้อื่นลัก ฉ้อโกง

**กาเมสุ มิจฉาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง  
สะมาதியามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการประพฤติดัดในกาม  
ทั้งหลาย (ไม่เกี่ยวข้อง แย่งชิงของรักของคนอื่น)

**มฺุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาதியามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการพูดไม่จริง (พูดล้อเสียด  
พูดหยาบ พูดเพ้อเจ้อ พูดนินทา)

**สุราเมระยะมัชปะมาทัญญานา เวระมะณี  
สิกขาปะทัง สะมาதியามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการดื่มสุราและเมรัยอันเป็น  
เหตุแห่งความประมาท (รวมทั้งยาเสพติดทุกชนิด)

พระสงฆ์จะสรูปอานิสงค์ของศีล ๕ ตอนทำยว่า :-

**สีเลนะ สุคะติง ยันติ**

ศีลเป็นที่มาของความสงบสุข

**สีเลนะ โภคะสัมปะทา**

ศีลเป็นที่มาของความสมบูรณ์แห่งทรัพย์สิน

**สีเลนะ นิพพุติง ยันติ**

ศีลเป็นที่มาของการพ้นทุกข์ทั้งปวง



# คำประกาศอุโบสถ

อัชชะ โภจนโต ปักข์สสะ ปันณะระสีทิวะโส<sup>๑</sup> เอวารูโป  
โฆ โภจนโต ทิวะโส พุทเธนะ, ภาคะวะตา  
ปัญญุตตัสสะ ธัมมัสสะวะนัสสะ เจวะ ตะทตถายะ,  
อุปาสะกะอุปาสิกานัง อุโปสะถะกัมมัสสะ จะ กาลो  
โหติ, หันทะ มะยัง โภจนโต สัพเพ อิธะ สะมาคะตา,  
ตัสสะ ภาคะวะโต ธัมมานุธัมมะ ปะฏิปัตติยา  
ปุชชะนัตถายะ, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง  
อุโปสะถัง อุปะวะสิสสามาติ, กาละปะริจเฉทัง  
กัตถวาตัง ตัง เวระมะณิง อารัมมะณัง กะริตฺวา,  
อะวิกขิตตะจิตตา หุตฺวา สักกัจจัง อุโปสะถังคานิ  
สะมาทีเยยยามะ อิทิสัง หิ อุโปสะถะกาลัง  
สัมปัตตานิ อัมหากัง ซีวีตัง มา นิรัตถะกัง โหตุฯ

ข้าพเจ้าขอประกาศเริ่มเรื่องความที่จะได้สมาทาน  
รักษาอุโบสถตามกาลสมัย พร้อมไปด้วยองค์ ๘  
ประการให้สาธุชนซึ่งจะตั้งจิตสมาทานทราบ  
ทั่วกันก่อน แต่สมาทาน ณ กาลบัดนี้ ด้วยวันนี้  
เป็นวันปณณรสีตีสี่ที่ ๑๕ แห่งปีกษมาถึงแล้ว  
ก็แล้ววันเช่นนี้เป็นกาลที่จะพึงธรรม และจะทำการ  
รักษาอุโบสถของอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย เพื่อ

ประโยชน์แก่การพึงธรรม อันพระผู้มีพระภาค  
พุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ นั้น ขอคุณอันยิ่งใหญ่ คือ  
ตั้งจิตสมาทานอุโบสถ จงเกิดมีแก่เราทั้งหลาย  
บรรดาที่มาประชุมอยู่ ณ ที่นี้ เราทั้งหลายพึงมี  
จิตยินดีว่าจะรักษาอุโบสถประกอบไปด้วยองค์ ๘  
ประการ วันหนึ่งคืนหนึ่ง ณ เวลาวันนี้ ตั้งจิตคิด  
เว้นไกลจาก :-

- ทำสัตว์ซึ่งมีชีวิตให้ตกลงไป คือฆ่าสัตว์เอง  
และใช้ให้ผู้อื่นฆ่า ๑
- เว้นจากเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้ คือลักและ  
ฉ้อและใช้ให้ผู้อื่นลักและฉ้อ ๑
- เว้นจากกรรมที่เป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ๑
- เว้นจากเจรจาเท็จอันไม่จริง คือ ล้อลวง  
อำพรางทำนผู้อื่น ๑
- เว้นจากดื่มสุราและเมรัย สารพัดบรรดา  
น้ำกลั่นน้ำดองที่เป็นของทำผู้ดื่มแล้วให้เมา  
เป็นเหตุที่ตั้งแห่งความประมาท ๑
- เว้นจากบริโภคอาหารในเวลาวิกาล ตั้งแต่  
อาทิตย์เที่ยงแล้วไปจนถึงอรุณขึ้นใหม่ ๑
- เว้นจากการฟ้อนรำขับร้องและประโคมดนตรี

และดูการเล่นบรรดาเป็นข้าศึกแก่กุศล และ  
ตัดทรงลูบไล้ทำตัวด้วยดอกไม้เครื่องหอม  
เครื่องทาเครื่องย้อมเครื่องแต่งต่างๆ ๑

- เว้นจากนั่งนอนเหนือที่นั่งที่นอนอันสูงใหญ่ คือ  
เตียง ตั่งมีเท้าสูงเกินประมาณ และที่นอนใหญ่  
ภายในมีนุ่นและสำลีเครื่องลาดวิจิตรงาม ๑

พึงทำความเว้นจากองค์ที่จะพึงเว้นทั้ง ๘  
ประการนี้เป็นอารมณ์ อย่ามีจิตฟุ้งซ่านส่งไปอื่น  
พึงตั้งจิตสมาทานองค์อุโบสถ ๘ ประการนี้  
โดยเคารพเถิด เพื่อจะบูชาพระผู้มีพระภาคเจ้า  
ด้วยข้อปฏิบัติอย่างยิ่ง ตามกำลังของเรา  
ทั้งหลายที่เป็นคนฤหัสถ์ ชีวิตเราทั้งหลายซึ่ง  
เป็นมาจนถึงวันอุโบสถเช่นนี้จงอย่าล่องไป  
เปล่าโดยปราศจากประโยชน์เลยฯ



---

บท “ปณณรสีทิวโส” และคำแปลว่า “วันนี้เป็นวันปณณรสีตติที่ ๑๕ ”  
ประกาศเฉพาะวัน ๑๕ คำ ถ้าเป็นวัน ๑๔ คำ เปลี่ยนประกาศว่า “จาดุททสีทิวโส”  
คำแปลว่า “วันนี้เป็นวันจาดุททสีตติ ที่ ๑๔” ถ้าวัน ๘ คำ เปลี่ยนประกาศว่า  
“อฏฐมสีทิวโส” คำแปลว่า “วันนี้เป็นวันอฏฐมสีตติที่ ๘” นอกนั้นประกาศตามแบบ

# คำขอไตรสรณคมน์ และศีลแปด ศีลอุโบสถ

มะยัง ภันเต ติสระระณนะ สะหะ อัญฺฐะ สีลานิ  
ยาจามะ (อัญฺฐัง คะสะมันฺนาคะตัง อุโปสะถัง  
ยาจามะ)

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอไตรสรณ  
คมน์และศีลแปด (อุโบสถศีลทั้งแปดข้อ)

ทุดิยัมปิ มะยัง ภันเต ติสระระณนะ สะหะ  
อัญฺฐะ สีลานิ ยาจามะ (อัญฺฐัง คะสะมันฺนาคะตัง  
อุโปสะถัง ยาจามะ)

แม้ครั้งที่สอง ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย  
ขอไตรสรณคมน์และศีลแปด (อุโบสถศีลทั้งแปด  
ข้อ)

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต ติสระระณนะ สะหะ อัญฺฐะ  
สีลานิ ยาจามะ (อัญฺฐัง คะสะมันฺนาคะตัง อุโปสะถัง  
ยาจามะ)

แม้ครั้งที่สาม ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย  
ขอไตรสรณคมน์และศีลแปด (อุโบสถศีลทั้ง  
แปดข้อ)

**พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าขอถือเอาพระพุทเจ้าเป็นสรณะ

**ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าขอถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าขอถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ทุติยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าขอถือเอาพระพุทเจ้าเป็น  
สรณะ

**ทุติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าขอถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**ทุติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สองข้าพเจ้าขอถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ตติยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าขอถือเอาพระพุทเจ้าเป็น  
สรณะ

**ตติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าขอถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**ตติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สามข้าพเจ้าขอถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ปานาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการฆ่าและเบียดเบียนสัตว์  
ทุกชนิดรวมทั้งไม่ใช่ให้ผู้อื่นฆ่า

**อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการลัก ฉ้อโกงของผู้อื่นและ  
ไม่ใช่ผู้อื่นลัก ฉ้อโกง

**อะพรหมจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง**

**สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการกระทำอันเป็นข้าศึกแก่  
พรหมจรรย์ (ละเว้นการเกี่ยวข้องกับกามคุณ)

**มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการพูดไม่จริง (พูดส่อเสียด  
พูดหยาบ พูดเพ้อเจ้อ พูดนินทา)

**สุราเมระยะมัชปะมาทัญญานา เวระมะณี**

**สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการดื่มสุราและเมรัย อันเป็น  
เหตุแห่งความประมาท(รวมทั้งยาเสพติดทุกชนิด)

**วิกาละโภชะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง**

**สะมาทิยามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการบริโภคอาหารในเวลา  
วิกาล

**นัจจะคีตะวาทีตะวิสฎกะทัสณา มาลาคันธะวิเลปะ  
นะธารณะ มัณฑนะวิญฐะนัฎฐานา เวระมะณี  
สิกขาปะทัง สะมาทียามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจาก การดู ฟัง ฟ้อนรำ ขับร้อง  
และประโคมเครื่องดนตรีต่าง ๆ และดูการละเล่น  
ที่เป็นข้าศึกแก่กุศลธรรมและทัตทรงตกแต่ง  
ร่างกายด้วยเครื่องประดับ และดอกไม้ของหอม  
เครื่องย้อมเครื่องทา ผัดผิวทำกายให้งดงาม อัน  
เป็นเหตุที่ตั้งแห่งความกำหนัดยินดี

**อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง  
สะมาทียามิ**

ข้าพเจ้าจะละเว้นจากการนั่งนอนบนเตียง ตั้งผ้า  
ที่มีเท้าสูงเกินประมาณและที่นั่งนอนใหญ่ภายใน  
ใสนุ่นและสำลี และเครื่องปูลาดที่วิจิตรงดงาม

**อิมานิ อัญฐะ สิกขาปะทานิ สะมาทียามิ**

(กล่าว ๓ ครั้ง )

ข้าพเจ้าขอสมทานศึกษาและปฏิบัติในสิกขาบท  
ทั้งแปดประการนี้

(จบพิธีรับศีลแปด)

**หมายเหตุ :-**

- ถ้าขอรับศีลอุโบสถ เมื่อกล่าวรับศีลข้อ ๘ แล้ว  
พึงกล่าวบทต่อไปนี้ว่า

**อิมัง อัญญังคะสะมันนาคะตัง, พุทธะปัญญาตัง  
อุโปสะถัง, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง, สัมมะ-  
เทวะ อะภีรักขิตุง สะมาทียามิ**

ข้าพเจ้าขอสมათานอุโบสถพุทธบัญญัติ อัน  
ประกอบด้วยองค์แปดประการนี้ เพื่อจะรักษา  
ไว้ให้ตมิให้ขาดมิให้ทำลาย ตลอดวันหนึ่งคืน  
หนึ่งในเวลานี้

- **ศีลอุโบสถ** คือการศึกษาและปฏิบัติศีลแปด  
ประการในวันพระ วันอุโบสถ
- **อุโบสถ** คือการเข้าสู่หรือการเก็บตัวไว้ภายใน  
ข้อปฏิบัติที่ชำระล้าง กาย วาจา ใจให้เบาบาง  
จากความชั่วร้ายเลวทราม



# คำอาราธนาธรรม

พรหมมา จะ โลกาธิปะติ สหัมปะติ  
กัตถัญชาลี อ้นธิวะรัง อะยาจะถะ  
สันตีระ สัตตาปะระชั๊กชะชาติกา  
เทเสตุ ธัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง

ท้าวสหัมบดี ผู้เป็นอธิบดีแห่งพรหมโลก ได้  
ประคองอัญชลี ทูลวิงวอนพระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐ  
ว่า สัตว์ผู้มีรูลีในดวงตาน้อยมีอยู่ในโลกนี้  
ขอพระองค์โปรดแสดงธรรมอนุเคราะห์ด้วยเถิด



# คำถวายผ้าป่า

อิมานิ, มะยัง ภันเต, ปังสุกุละจีวะรานิ,  
สะปะริวารานิ, ภิกขุสังฆัสสะ, โอนิเชชยามะ,  
สาธุโน ภันเต, ภิกขุสังโฆ, อิมานิ, ปังสุกุละ  
จีวะรานิ, สะปะริวารานิ, ปะภิกคัณหาตุ, อัมหากัง  
ทีฆะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อม  
ถวายผ้าบังสุกุลจีวรกับทั้งบริวารเหล่านี้แต่พระ  
ภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์โปรดรับผ้าบังสุกุลจีวร  
กับทั้งบริวารเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อ  
ประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย  
สิ้นกาลนาน เทอญ



## คำถวายผ้ากฐิน

อิมัง ภันเต, สะปะริวารัง, กะฐินะจีวะระทุสสัง,  
สังฆ์สสะ, โอิโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, สังโฆ,  
อิมัง, สะปะริวารัง, กะฐินะจีวะระทุสสัง, ปะฏิคคัณ-  
หาตุ, ปะฏิคคะเหตฺวา จะ, อิมินา ทุสเสนะ กะฐินัง,  
อัตถะระตุ, อัมหากัง, ทีฆะรัตตัง, หิตายะ สุขายะ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อม  
ถวายผ้ากฐินจีวรกับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้แด่  
พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์โปรดรับผ้ากฐินจีวรกับทั้ง  
บริวารทั้งหลายเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย รับ  
แล้วได้โปรดกรานกฐินด้วยผ้านี้ เพื่อประโยชน์และ  
ความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนาน เทอญ



# คำสาธการหลังฟังธรรม

(เมื่อพระแสดงธรรมจบ ให้รับสาธการพร้อมกัน)

**สาธ พุทธะสุโพธิตา**

สาธ! ความตรัสรู้ดีจริงของพระพุทธเจ้า

**สาธ อัมมะสุอัมมะตา**

สาธ! ความเป็นธรรมดีจริงของพระธรรม

**สาธ สังฆัสสุปะฏิปัตติ**

สาธ! ความปฏิบัติดีจริงของพระสงฆ์

**อะโห พุทธโ**

พระพุทธเจ้า น่าอัศจรรย์จริง

**อะโห อัมโม**

พระธรรม น่าอัศจรรย์จริง

**อะโห สังโฆ**

พระสงฆ์เจ้า น่าอัศจรรย์จริง

**อะหัง พุทธัญจะ อัมมัญจะ สังฆัญจะ สาระณัง**

**คะโต (สาระณังคะตา)<sup>๑</sup>**

ข้าพเจ้าถึงแล้ว ซึ่งพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า

พระสงฆ์เจ้า ว่าเป็นที่พึงระลึกถึง

---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

**อุปาสดัตตัง (อุปาสิกัตตัง)<sup>๑</sup> เทเสสิง ภิกขุสังฆัสสะ  
สัมมูชา**

ข้าพเจ้าขอแสดงตน ว่าเป็นอุบาสก (อุบาสิกา)  
ในที่จำเพาะหน้าพระภิกษุสงฆ์

**เอตัง เม สรรณัง เขมัง, เอตัง สรรณะมุตตะมัง**  
พระรัตนตรัยนี้เป็นที่พึ่งของข้าพเจ้าอันเกษม  
พระรัตนตรัยนี้เป็นที่พึ่งอันสูงสุด

**เอตัง สรรณะมาคัมมะ, สัพพะทุกขา ปะมุจจะเย**  
เพราะอาศัยพระรัตนตรัยนี้เป็นที่พึ่ง ข้าพเจ้าพึง  
พ้นจากทุกข์ทั้งปวง

**ยะถาลังจะเรยยาหัง สัมมาสัมพุทเธสาสะนัง**  
ข้าพเจ้าจักประพฤติ ซึ่งพระธรรมคำสั่งสอน  
ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยสมควรแก่กำลัง

**ทุกขะนิสสัระณัสเสวะ ภาคิอัสสัง (ภาคินิสสัง)<sup>๑</sup>**

**อานาคะเต**

ขอข้าพเจ้าพึงมีส่วนแห่งพระนิพพาน อันเป็นที่  
ยกตนออกจากทุกข์ในอนาคตกาลเบื้องหน้าโน้น  
เทอญ



---

<sup>๑</sup> หมายถึงในวงเล็บ

# คำลากลับบ้าน

- (โยม) หันทะทานิ, มะยัง ภัันเต, อาปุจฉามะ,  
พะหุกิจจา มะยัง, พะหุกระระณียา  
ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอกล่าว  
ลาเพราะมีกิจมาก ชุระมาก
- (พระ) ยัสสะทานิ ตุมเห กาลัง มัญญะณะ  
ท่านทั้งหลายจงรู้กาล รู้เวลาเถิด
- (โยม) สาธุ ภัันเต  
ดีละเจ้าข้า

(กราบ ๓ ครั้ง)



# พิธีการทำบุญบ้าน

ประธานในพิธีจุดเทียนธูป และถวายขันน้ำมนต์ (ถ้ามี) แล้วกราบพระพร้อมกัน 3 ครั้ง ผู้นำกล่าวนำ

## คำบูชาพระรัตนตรัย

อิมิณา สักกาเรนะ, ตัง พุทฺธัง อะภิปุชฺชยามะ.

อิมิณา สักกาเรนะ, ตัง ธัมมํ อะภิปุชฺชยามะ.

อิมิณา สักกาเรนะ, ตัง สังฆํ อะภิปุชฺชยามะ.

อะระหัง สัมมาสัมพุทฺโธ ภาวะวา,

พุทฺธัง ภาวะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)

สุวากขาโต ภาวะวะตา ธัมโม,

ธัมมํ นะมัสสามิ (กราบ)

สุปะฏิปันโน ภาวะวะโต สวาจะกะสังโฆ,

สังฆํ นะมามิ (กราบ)

## คำอาราธนาเบญจศีล

มะยัง ภันเต, \*วิสุัง วิสุัง รักขณัตถายะ

ติสสะระณนะ สะหะ, ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ,

---

\* สมาทานเป็นนิจศีล ไม่ใช่คำ “วิสุัง วิสุัง รักขะณัตถายะ”

ทุติยัมปิ มะยัง ภัณฑเต, ติสระเรณนะ  
สะหะ, ปัญจะ สีลानी ยาจามะ,

ตะติยัมปิ มะยัง ภัณฑเต, ติสระเรณนะ สะหะ,  
ปัญจะ สีลानी ยาจามะ

เมื่อพระภิกษุให้ศีลท่านกล่าว นะโมฯ ๓ จบ  
จบแล้ว โยมจึงกล่าว นะโมฯ ๓ จบ พร้อมกัน

หลังจากนั้นให้ว่าตามพระ ทีละวรรค เมื่อพระ  
กล่าวถึงคำว่า “**ติสระคะมะนัง นิฏฐิตัง**” ให้ก้มลง  
เล็กน้อยพร้อมกับรับคำพร้อมกันว่า “**อามะ ภัณฑเต**”

แล้วจึงกล่าวสมาทานศีลตามพระทีละข้อจน  
จบดังนี้

ปาณาติปาตา เวระมณี สิกขาปะทัง สะมาதியามิ,  
อะทินนาทานา เวระมณี สิกขาปะทัง สะมาதியามิ,  
กาเมสุมิจฉาจารา เวระมณี สิกขาปะทัง สะมาதியามิ,  
มุสาวาทา เวระมณี สิกขาปะทัง สะมาதியามิ,  
สุรา เมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมณี  
สิกขาปะทัง สะมาதியามิ

เมื่อพระกล่าวสรูปอาณิสัยของศีลว่า “**อิมานิ**  
**ปัญจะ สิกขาปะทานิ, สีเลนะ สุคะตัง ยันติ, สีเลนะ**

โกศสัมปะทา, สีเสนะ นีพพุตัง ยันตัตตัสมา สีลัง  
วิโสธะเย” ฟังรับพร้อมกันว่า “สาธุ”

ผู้นำกล่าวคำอาราธนาพระปริตร (คำอาราธนา  
พระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์) ดังนี้

### คำอาราธนาพระปริตร

วิปตติปะฏิพาหายะ, สัพพะสัมปัตติสีทียา,  
สัพพะทุกขะวินาสายะ, ประริตตัง พุทธะ มังคะลัง,

วิปตติปะฏิพาหายะ, สัพพะสัมปัตติสีทียา,  
สัพพะภะยะวินาสายะ, ประริตตัง พุทธะ มังคะลัง,

วิปตติปะฏิพาหายะ, สัพพะสัมปัตติสีทียา,  
สัพพะโรคะวินาสายะ, ประริตตัง พุทธะ มังคะลัง.

พระภิกษุรูปที่สามชัตชุมนุมนเทวดา พระสงฆ์เจริญ  
พระพุทธมนต์จนจบ แล้วจึงเปิดฝาบาตร เชิญผู้มา  
ร่วมงานใส่บาตร ไม่ควรใส่บาตรขณะพระสงฆ์เจริญ  
พระพุทธมนต์(เพื่อเป็นการเคารพในพระธรรม) เมื่อ  
ใส่บาตรเสร็จแล้วปิดฝาบาตร นำบาตรมาวางไว้ตรง  
หน้าพระภิกษุทุกรูปโดยยังไม่ต้องประเคน

กล่าวคำถวายสังฆทาน โดยตั้ง นะโมฯ ๓ จบ  
(จะยกภาชนะหรือไม่ยกก็ได้ แต่ไม่ควรเปิดฝาภาชนะ)  
แล้วจึงว่าตามผู้นำดังนี้

## คำถวายสังฆทาน

\*อิมานิ, มะยัง ภันเต, ภัตตานิ, สะปะริวารานิ,  
\*\* ภิกขุสังฆัสสะ, โอนิเชชยามะ, สาธุ โน ภันเต,  
\*\*ภิกขุสังโฆ

\*อิมานิ, ภัตตานิ, สะปะริวารานิ,ปะภิกคัคคุหาตุ,  
อัมหากัญเจะ, มาตาปิตุ, อาทีนัญเจะ, ญาคะกาณัง,  
ทีฆะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะ

ข้าแต่\*\*พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อม  
ถวาย ซึ่งภัตตาหาร กับทั้งบริวาร ทั้งหลาย \*เหล่านี้ แต่  
\*\*พระภิกษุสงฆ์ ขอ\*\*พระภิกษุสงฆ์โปรดรับ ซึ่ง  
ภัตตาหาร กับทั้งบริวารทั้งหลาย\*เหล่านี้ ของข้าพเจ้า  
ทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้า  
ทั้งหลาย และญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า มีมารดา  
บิดาเป็นต้น ลี้ลกาลนาน เทอญ



---

|                                      |                 |      |               |
|--------------------------------------|-----------------|------|---------------|
| * ถ้าภัตตาหารอยู่ไกล ให้เปลี่ยนคำว่า | อิมานิ          | เป็น | เอตานิ        |
|                                      | เหล่านี้        | เป็น | เหล่านี้      |
| ** ถ้าพระมีน้อยกว่า 4 รูป เปลี่ยน    | ภิกขุสังฆัสสะ   | เป็น | สีละวันตัสสะ  |
|                                      | ภิกขุสังโฆ      | เป็น | สีละวันโต     |
|                                      | พระสงฆ์ผู้เจริญ | เป็น | ท่านผู้ทรงศีล |
|                                      | พระภิกษุสงฆ์    | เป็น | ท่านผู้ทรงศีล |

ในกรณีที่เป็นการทำบุญ อุทิศกุศล ให้ผู้ที่ล่วงลับ  
ไปแล้วให้ใช้คำถวายสังฆทานอุทิศให้ผู้ตาย ดังนี้แทน

## คำถวายสังฆทานอุทิศให้ผู้ตาย

\*อิมานิ, มะยัง ภันเต, มะตะกะภัตตานิ, สะ  
ปะริวารานิ, ภิกขุสังฆ์สสะ, โอนเณชะยามะ, สาธุ  
โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ,

\*อิมานิ, มะตะกะภัตตานิ, สะปะริวารานิ,  
ปะฏิคคัณหาตุ, อัมหากัณฺเฐวะจะ, มาตาปิตุอาที่นัญญ-  
จะ, ญฺาตะกานัง, ทีฆะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอ  
น้อมถวาย ซึ่งมะตะกะภัตตอาหาร กับทั้งบริวารทั้ง  
หลายเหล่านี้ แต่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์  
โปรดรับ ซึ่งมะตะกะภัตตอาหาร กับทั้งบริวารทั้ง  
หลายเหล่านี้ ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์  
และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย และญาติทั้งหลาย  
ของข้าพเจ้า มีมารดาบิดาเป็นต้น และขออุทิศให้  
(ชื่อของผู้ที่จะอุทิศกุศลให้) ลี้นกาลนานเทอญ

---

\* ถ้าภัตตาหารอยู่ไกล ให้เปลี่ยนคำว่า อิมานิ เป็น เอตานิ และเหล่านี้ เป็น เหล่านี้

เสร็จแล้วถวายบาตร และอาหารบางส่วนแก่  
ประธานสงฆ์ พระภิกษุรูปหนึ่งจะกล่าวคำอุปโลกน์  
ภัตตาหาร ดังนี้

## คำอุปโลกน์ภัตตาหาร

ยัคฆะ ภันเต สังฆโม ชานาตุ, อะยัง ปะฐุมมะ  
ภาโค เถรัสสะ ปาปุณาติ, อะวะเสสา ภาคา อัม  
หากัง (เจาะ) ปาปุณันติ, ภิกขุญญจะ สามะเณรา  
นัง คหัทฐานัง (เต) ยะถาสุขัง ปะริภุญชันตุ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ขอสงฆ์จงทราบ บัดนี้ทายก  
ทายิกาทั้งหลาย ได้น้อมนำมาถวายซึ่งภัตตาหาร  
พร้อมกับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้ แต่พระภิกษุสงฆ์  
จะได้จำเพาะเจาะจงแก่ภิกษุรูปหนึ่งรูปใดก็หามิได้  
ข้าพเจ้าขอสมมุติตนเป็นภัตตฺทูเทศก์ แจกแบ่งภัตต์  
เพื่อสงฆ์ ขอแจกดังนี้ ส่วนที่หนึ่งย่อมถึงแก่พระเถระ  
ส่วนที่สองย่อมถึงแก่ พระอนุเถระเป็นลำดับลงไปจนถึง  
พระสังฆนวกะ เหลือออกนั้นย่อมถึงแก่สามเณรและ  
คฤหัสถ์ทั้งหลาย ขอท่านทั้งหลาย พึงบริโภคได้ตาม  
สบายเถิด ถ้าภิกษุรูปใดเห็นไม่สมควรโปรดทักท้วงขึ้น

ณ ท่ามกลางระหว่างสงฆ์นี้, (หยุดฟังเสียงสัก ระยะเวลา  
หนึ่ง) ถ้าเห็นสมควรแล้วโปรดเปล่งวาจาสาธุการขึ้น  
ให้พร้อมกันเทอญ

(พระสงฆ์ สาธุพร้อมกัน)

จากนั้นโยมจึงประเคนบาตรพระณรงทุกรูป พร้อม  
ภาชนะเปล่า เพื่อรับอาหารบางส่วนออกจากบาตร  
ประเคนภัตตาหารเฉพาะพระสงฆ์ผู้เป็นประธาน โดย  
ท่านจะส่งต่อให้แก่พระภิกษุรูปต่อไป จนถึงรูปสุดท้าย  
(ให้โยมคนหนึ่งไปรอรับจากรูปสุดท้าย) ประเคน  
อาหารและเครื่องไทยทานในคราวเดียวทั้งหมด

จากนั้นผู้ร่วมงานมารวมกัน เพื่อรอรับคำ  
อนุโมทนาหรือการแสดงธรรมตามแต่ประธานสงฆ์  
เห็นควร พระสงฆ์ให้พร และประพรมน้ำพระพุทธมนต์  
(ถ้ามี) จากนั้นพระสงฆ์จะฉันภัตตาหาร ส่วนผู้ร่วมพิธี  
รับประทานอาหารจัดเลี้ยงกันตามประเพณี เป็นอัน  
เสร็จพิธี



## สิ่งที่ควรทราบในพิธีทำบุญ

\* การนิมนต์พระสงฆ์ไปทำบุญ ควรติดต่อเจ้าอาวาส ล่วงหน้าอย่างน้อย ๓ วัน โดยระบุวันที่เวลามารับ สถานที่ จำนวนพระ (โดยคำนึงถึงความเหมาะสมของสถานที่พิธี) ทางวัดงดเว้นการรับนิมนต์ในวันพระ และวันที่ทางวัดมีศาสนพิธีพิเศษ

\* การนิมนต์ห้ามระบุชื่ออาหารที่จะถวาย

\* ผู้ร่วมพิธีควรแต่งกายให้สุภาพ สะดวกในการนั่งและการกราบ

\* ควรงดมหรสพ การพนันต่างๆ ตลอดจนกระทั่งสุรายาเสพติดทุกชนิด

\* ในขณะที่ทำพิธี คือ ระหว่างพระสงฆ์เจริญพระพุทธมนต์ แสดงธรรม หรืออนุโมทนาให้พร ไม่ควรสวมหมวก คลุมศีรษะ สวมรองเท้า และให้อยู่ในอาการสงบ สำรวมเพื่อให้ได้รับประโยชน์จากการฟัง และเป็นการเคารพในพระธรรม

\* ไม่ควรถวายหมากพลู บุหรี่ และอาหารที่ขัดต่อพระธรรมวินัย เช่น อาหารประเภทเนื้อที่ปรุงไม่สุก

(ควรทำให้สุกด้วยไฟก่อนถวาย) เนื้อสัตว์ ๑๐ ชนิด  
ที่ทรงห้าม (คือ เนื้อมนุษย์ ช้าง ม้า สุนัข ราชสีห์ หมู  
เสือโคร่ง เสือดาว เสือเหลือง งูหรือปลาไหล)

\*การถวายหรือประเคนสิ่งของ ผู้ถวายควรอยู่ห่าง  
จากพระไม่เกินหนึ่งศอกกับอีกหนึ่งคืบ ยกของถวาย  
ให้พ้นพื้นพอแมวลอดได้ และถวายทีละอย่างโดย  
อาการนอบน้อม ไม่ควรถวายสิ่งที่เป็นอาหารภายหลัง  
จากพระฉันเสร็จแล้วในวันนั้น ถ้ามีสิ่งที่เป็นอาหารจะ  
ถวายอีกควรมอบไว้แก่โยมผู้ปฏิบัติจากพระ

\*พืชผักผลไม้ที่สามารถปลูกหรืองอกได้ เมื่อจะ  
ถวายพระพึงทำตามวินัยกรรม ให้เป็นของควรแก่พระ  
ภิกษุฉัน โดยเมื่อนำเข้ามาประเคน พระท่านจะกล่าว  
ว่า “กัปปิยัง กะโรหิ” ให้ผู้ประเคนใช้ของมีคมไฟ หรือ  
เล็บ ตัด แหวง จั้มของ สิ่งนั้น ภายในภาชนะนั้นพร้อม  
กับกล่าวว่า “กัปปิยัง ภัณฑะ (กะโรมิ)” แล้วจึงถวาย

\*ไม่ควรถวายธนบัตร เงิน ทองแก่พระภิกษุ  
สามเณร หากต้องการถวายให้ถวายเป็นใบปวารณา  
โดยมอบธนบัตร เงินทองนั้นแก่โยมปฏิบัติจากพระหรือ  
ผู้ที่จะไปส่งพระ เพื่อให้ นำเข้ากองกลางบำรุงปัจจัย ๔  
แก่พระภิกษุสามเณร

\*ภายหลังจากเที่ยงไปแล้ว หากจะถวายเครื่องดื่ม แก่พระควรเป็นน้ำผลไม้ที่ไม่มีเนื้อผลไม้ผสม เป็น เครื่องดื่มชนิดที่ ไม่มีส่วนผสมของนมเจือด้วยน้ำเมา หรือเป็นพวกธัญพืช พวกข้าวโอ๊ต ข้าวโพด น้ำถั่ว ตลอดจนสิ่งอื่นที่สามารถสำเร็จจิกอาหารได้ หรือน้ำ จากผลไม้ ที่มีขนาดผลใหญ่กว่าผลมะตูม เช่น น้ำมะพร้าว น้ำสัปะรด น้ำแตงโม เป็นต้น



# พระสงฆ์นำเจริญพระพุทธมนต์

## นมัสการ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา

สัมพุทธัสสะ

ขอนอบน้อม แต่พระผู้มีพระภาค อรหันตสัมมา  
สัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

(๓ จบ)

## สรณคมน์\*

พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอถึง พระพุทธเจ้า ว่าเป็นที่พึ่ง

ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอถึง พระธรรม ว่าเป็นที่พึ่ง

สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอถึง พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่ง

(๓ จบ จบที่ ๒ ขึ้นต้นด้วย **ทุติยัมปิ..**)

จบที่ ๓ ขึ้นต้นด้วย **ตติยัมปิ..**)

---

\*พระสูตร ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ เล่ม ๒๕ หน้า ๑

# สัมพุทธะ<sup>๑</sup>

(ปฐญาวัตฉันท์ ๘)

**สัมพุทธะ อัญญะวิสัยจะ ทูวาหะสัยจะ สะหัสสะเก**

ข้าพเจ้าขอนอบน้อม ด้วยเศียรเกล้า ซึ่งพระ  
สัมพุทธเจ้าทั้งหลาย

**ปัญจะสะตะสะหัสसानิ นะมามิ สिरสะ อะหัง**

ห้าแสนหนึ่งหมื่น สองพัน ยี่สิบแปด พระองค์

**เตสัง ธัมมัญจะ สังขัญจะ อาหะเรนะ นะมามิหัง**

ข้าพเจ้าขอนอบน้อม โดยเคารพซึ่งพระธรรมด้วย  
ซึ่งพระสงฆ์ด้วยของพระสัมพุทธเจ้าเหล่านั้น

**นะมะการานุกาเวนะ หันตฺวา สัพเพ อุปัททะเว**

**อะเนกา อันตะรายาปิ วินัสสันตุ อะเสสะโต**

ด้วยอานุภาพแห่งการกระทำความนอบน้อม จง  
ขจัดเสียซึ่งอุปัทวะทั้งปวง แม้อันตรายทั้งหลาย  
เป็นอันมาก จงพินาศไปโดยไม่เหลือ

**สัมพุทธะ ปัญจะปัญญาสัยจะ จะตฺวิสะติสะหัสสะเก**

ข้าพเจ้าขอนอบน้อม ด้วยเศียรเกล้า ซึ่งพระ  
สัมพุทธเจ้าทั้งหลาย

---

<sup>๑</sup>บท สัมพุทธะ เป็นบทที่แสดงความนอบน้อมพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในอดีต ซึ่งมีย่อเป็นจำนวนนับไม่ถ้วน จำนวนที่ยกมาสดประกอบเป็นคำฉันท์ ในที่นี้ เป็นการอ้างคุณของพระพุทธเจ้า พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์ เพื่อจัดอุปัทวันตรายและให้เป็นมงคลในพิธี เป็นความนิยมมาแต่เดิม ต่อมา สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้ทรงนิพนธ์ บท นมการลัทธิตคาถา ขึ้นบทหนึ่งสำหรับสวด ด้วยความมุ่งหมายอย่างเดียวกัน.

**ทษะสตะสหัสสานิ นะมามิ สิริสา อะหัง**

หนึ่งล้าน สองหมื่น สี่พัน ห้าสิบบ้า พระองค์

**เตสัง ธัมมัญจะ สังขัญจะ อาทะเรนนะ นะมามิหัง**

ข้าพเจ้าขออนอบน้อม โดยเคารพ ซึ่งพระธรรมด้วย  
ซึ่งพระสงฆ์ด้วยของพระสัมพุทธเจ้าเหล่านั้น

**นะมะการานุภาเวนะ หันตฺวา สัพเพ อุปัททเว**

ด้วยอาณูภาพแห่งการกระทำความนอบน้อม จง  
ขจัดเสียซึ่งอุปัททเวทั้งปวง

**อะเนกา อันตฺระรายาปิ วินัสสันตุ อะเสสะโต**

แม้อันตรรายทั้งหลาย เป็นอันมาก จงพินาศไป  
โดยไม่เหลือ

**สัมพุทธธะ นะวุตตะระสเสเต อัญญะจัตตาฬีสะสหัส-  
สะเก**

ข้าพเจ้าขออนอบน้อม ด้วยเศียรเกล้า ซึ่งพระ  
สัมพุทธเจ้าทั้งหลาย

**วีสะติสตะสหัสสานิ นะมามิ สิริสา อะหัง**

สองล้านสี่หมื่นแปดพันหนึ่งร้อยเก้าพระองค์

**เตสัง ธัมมัญจะ สังขัญจะ อาทะเรนนะ นะมามิหัง**

ข้าพเจ้าขออนอบน้อม โดยเคารพซึ่งพระธรรมด้วย  
ซึ่งพระสงฆ์ของพระสัมพุทธเจ้าเหล่านั้นด้วย

**นะมะการานุภาเวนะ หันตฺวา สัพเพ อุปัททเว**

ด้วยอาณูภาพ แห่งการกระทำความนอบน้อม

จงขจัดเสียซึ่งอุปัทวะทั้งปวง

**อะเนกา อันตะรายาปิ วินัสสันตุ อะเสสะโต**

แม้อันตรายทั้งหลาย เป็นอันมาก จงพินาศไป โดย  
ไม่เหลือ

## **นมการสิทธิคาถา\***

(อินทรวีเชียรฉันท์ ๑๑)

**โย จักขุมา โมหะมะลาปะกัฏฐุ สามัง วะ พุทโธ  
สุคะโต วิมุตโต**

พระพุทธเจ้าพระองค์ใดผู้มีพระปัญญาจักขุ ขจัด  
มลทินคือโมหะได้แล้ว ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง เป็น  
ผู้เสด็จไปดี พ้นทุกข์แล้ว

**มารัสสะ ปาสา วินิโมจะยันโต ปาเปสิ เขมัง  
ชะนะตัง วิเนยยัง**

ทรงช่วยชุมนุมนุชนผู้เป็นเวไนย ให้พ้นจากบ่วงแห่ง  
มาร ให้ถึงความปลอดภัย

**พุทธัง วรรณตัง สिरสะ นะ मामิ โลกัสสะ นาถัญจะ  
วินายะกัญจะ**

ข้าพเจ้าขอถวายนมัสการพระพุทธเจ้า ผู้ประเสริฐ  
พระองค์นั้นผู้เป็นนาถะและผู้นำแห่งโลก

---

\*ของ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส

**ตันเตชะสา เต ชะยะลัทธิ โหตุ สัพพันตะรายา จะ  
วินาสะเมนตุ**

ด้วยเดชพระพุทเจ้า พระองค์นั้นขอความสำเร็จ  
แห่งชัยชนะจงมีแก่ท่าน และอันตรายทั้งปวง  
จงถึงความเสื่อมสูญไป

**ธัมโม ะโซ โย วียะ ตัสสะ สัตถุ ทัสเสสิ โลกัสสะ  
วิสุทธิมัคคัง**

พระธรรมใด เป็นดุจธงชัย แห่งพระศาสดาพระ  
องค์นั้น แสดงทางแห่งความบริสุทธิ์แก่โลก

**นียยานิโก ธัมมะระรัสสะ ธารี สาตาวะโห สันติกะโร  
สุจินโน**

เป็นธรรมนำสัตว์ออกจากทุกข์ทรงไว้ซึ่งบุคคล ผู้  
ทรงธรรมประพุดดีแล้ว นำความสุขมาทำความ  
สงบ

**ธัมมัง ะรันตัง ลีระสา นะ मामิ โมหัพปะทาลัง  
อุปะสันตะทาหัง**

ข้าพเจ้าขอถวายนมัสการพระธรรมอันประเสริฐ  
นั้น อันเป็นธรรมทำลายโมหะ ระงับความเร่าร้อน  
(คือ กิเลส)

**ตันเตชะสา เต ชะยะลัทธิ โหตุ สัพพันตะรายา จะ  
วินาสะเมนตุ**

ด้วยเดชพระธรรมนั้น ขอความสำเร็จแห่งชัยชนะ

จงมีแก่ท่านและอันตรายทั้งปวง จงถึงความเสื่อม  
สิ้นไป

**สัทธัมมะเสนา สุคะตานุโค โย โลกัสสะ ปาปุปะกิเล  
สะเซตา**

พระสงฆ์ใด เป็นเสนา ประกาศพระสัทธรรม  
ดำเนินตามพระสุคตเจ้า ผจญเสียซึ่งบาปเครื่อง  
เศร้าหมองของโลก (คือปราบความชั่วของชุมชน  
ชนด้วยสั่งสอนให้ละเสีย)

**สันโต สะยัง สันติโยชะโก จะ สุวากขาตะธัมมัง  
วิทัง กะโรติ**

เป็นผู้สงบเองด้วย ประกอบผู้อื่นไว้ในความสงบ  
ด้วย ทำพระธรรมอันพระศาสดาตรัสไว้ดีแล้วให้  
ปรากฏ (คือเผยแผ่ธรรม)

**สังฆัง ะรันตัง สิระสา นะมามิ พุทธานุพุทธัง  
สะมะสีละทิฏฐิง**

ข้าพเจ้า ขอถวายนมัสการพระสงฆ์ ผู้ประเสริฐนั้น  
ผู้ตรัสรู้ตามพระพุทธเจ้า มีศีล และทิฏฐิเสมอกัน

**ตันเตชะสา เต ชะยะสิทธิ โหตุ สัพพันตะรายา จะ  
วินาสะเมนตุ**

ด้วยเดชพระสงฆ์นั้น ขอความสำเร็จแห่งชัยชนะจง  
มีแก่ท่านและอันตรายทั้งปวง จงถึงความเสื่อมหาย  
ไป เทอญ

## นโม ๘ บท<sup>๑</sup>

(ปฐมยวตฉนที ๘)

**นโม อระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ มะหะสิโน**

ขอนอบน้อมแต่พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ผู้เป็นมหาฤาษี

**นโม อุตตะมะธัมมัสสะ สวากขาตัสสวะ เตนิธะ**

ขอนอบน้อมแต่พระธรรมอันสูงสุดในพระศาสนา  
นี้ ที่พระองค์ตรัสดีแล้ว

**นโม มะหาสังฆัสสาปิ วิสุทธะสีละทิกฺขุโน**

ขอนอบน้อมแต่พระมหาสงฆ์ผู้มีศีล และทิกขุอัน  
หมดจดแล้ว

**นโม โอมายารัทธัสสะ ระตะนัตตะยัสสะ สาธุกัง**

ขอนอบน้อมด้วยดี แต่พระรัตนตรัย ที่เริ่มด้วยคำ  
ว่า โอม (คือ อ.อุ.ม.) ดังนี้

**นโม โอมะกาตัสสะ ตัสสะ วัตถุตตะยัสสะปิ**

ขอนอบน้อมแต่พระรัตนะทั้ง ๓ อันสูงส่งนั้น

**นโมการูปปะภาเวนะ วิคัจฉันตุ อุปัททวา**

ด้วยอานุภาพ แห่งการกระทำความนอบน้อม  
ขออุปัททวะทั้งหลายจงปราศจากไป

---

<sup>๑</sup> นโม ๘ บทนี้ เป็นพระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เรียกว่า นโมการัฐลกคาถา ใช้สวดเวลาทำน้ำพระพุทธมนต์ ถ้าไม่ตั้งขัน น้ำมนต์ไว้ก็ไม่ต้องสวด

**นะโมการานุภาเวนนะ สุวัตถิ โหตุ สัพพะทา**

ด้วยอานุภาพ แห่งการกระทำความนอบน้อม

ขอความสวัสดีจึงมีทุกเมื่อ

**นะโมการัสสะ เตชนะ วิมิหิ โหมิ เตชะวา**

ด้วยเดชแห่งการกระทำความนอบน้อม ขอเราจง

เป็นผู้มีอำนาจศักดิ์สิทธิ์ ใน (การประกอบ) มงคล

พิธีเกิด

## **รัตนสูตร\***

(อินทรวีเชียรฉันท์ ๑๑)

**ยังกิญจิ วิตตัง อีระ วา หุรัง วา สักเคสุ วา ยัง**

**ระตะนัง ปะณีตัง**

ทรัพย์ใดๆ ก็ตามในโลกนี้หรือโลกอื่น หรือรัตนะ

ใดๆ อันประณีตในสรวงสวรรค์

**นะ โน สะมัง อัตถิ ตะถาคะเตนะ อิทัมปิ พุทเธ**

**ระตะนัง ปะณีตัง**

ทรัพย์หรือรัตนะนั้น จะเสมอด้วยพระตถาคตย่อม

ไม่มี ชื่อนี้เป็นพุทธรัตนะอันประณีต ประการหนึ่ง

**เอเตนะ สัจจนะ สุวัตถิ โหตุ (วรรคนี้เป็นร้อยแก้ว**

**แทรกเข้ามาเพื่อให้พร)**

ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดีจึงมี

---

\*พระสูตร ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ เล่ม ๒๕ หน้า ๕. อธิบายเหตุของรัตนสูตร

(อุเปนทรวีเชียรฉันท์ ๑๑)

**ชะยั้ง วิวราคัง อะมะตัง ปะณีตัง ยะทัชณะคา สักยะ  
มุนี สะมาหิโต**

พระศากยมุนี มีพระหฤทัยดำรงมั่นได้บรรลुธรรม  
คือ การสิ้นกิเลสการสิ้นราคะ เป็นอมตธรรมอัน  
ประณีต

**นะ เตะนะ ธัมเมนะ สะมัดติ กิญจิจิ อิทัมปิ ธัมเม  
ระตะนัง ปะณีตัง**

ธรรมใดที่จะเสมอด้วยพระธรรมนี้ย่อมไม่มี ชื่อนี้  
เป็นธรรมรัตนะอันประณีต ประการหนึ่ง

**เอตะนะ สัจจนะ สุวัตติ โหตุ** (วรรคนี้เป็นร้อยแก้ว  
แทรกเข้ามาเพื่อให้พร)

ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์จึงมี

(อินทรวีเชียรฉันท์ ๑๑)

**ยัมพุททะเสฏฐโฐ ปะริวัณณะยิ สัจจิง สะมาธิมานัน-  
ตะริกัญญะมาหุ\***

พระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐสุด ทรงสรรเสริญสมาธิใด  
ว่า บริสุทธีท่านกล่าววว่า สมาธินั้นได้แก่ อานันตริก  
สมาธิ (คือ สัมมาสมาธิในอริยมรรค)

---

\* สมาธิมานนตริกัญญมาหุ ชื่อว่า อานันตริกสมาธิ เป็นสมาธิที่ให้ผลทันที  
ไม่มีระหว่างกัน

**สมาธินา เตนะ สะโม นะ วิชชะติ อิทัมปิ ธัมเม  
ระตะนัง ปะณีตัง**

สมาธิ ที่จะเสมอด้วยอานันตริกสมาธิ ย่อมไม่มี  
ข้อนี้ เป็นธรรมรัตนะอันประณีต ประการหนึ่ง  
**เอเตนะ สัจจนะ สุวัตถิ โหตุ** (วรรคนี้เป็นร้อยแก้ว  
แทรกเข้ามาเพื่อให้พร)

ด้วยคำสัจนี้ ขอความสวัสดีจงมี

(อินทรวีเชียรฉันท์ ๑๑)

**เย ปุคคะลา อัญญะ สะตัง ปะสัดถา จัตตาริ เอตานิ  
ยูกานิ โหนติ**

พระสาวกของพระสุคตเหล่าใด นับเรียงบุคคลได้  
๘ นับเป็นคู่ได้ ๔

**เต ทักขิณะยยา สุคะตัสสะ สาวะกา เอเตสุ ทินนานิ  
มะหัพพะลานิ**

อันสัตบุรุษทั้งหลาย สรรเสริญแล้ว พระสาวกของ  
พระสุคตเจ้าเหล่านั้น เป็นผู้ควรแก่ทักษิณาทาน  
อันบุคคลถวายท่านแล้วย่อมมีผลมาก

**อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณีตัง เอเตนะ สัจจนะ  
สุวัตถิ โหตุ**

ข้อนี้ เป็นสังฆรัตนะอันประณีต ประการหนึ่ง ด้วย  
คำสัจนี้ขอความสวัสดีจงมี

**เย สุปปะยุดตา มะนะสา ทัพเพนะ นิกามิโน  
โคตะมะสาสะนัมหิ**

พระสาวกทั้งหลายเหล่าใด กระทำความเพียรด้วย  
ดี ในพระศาสนาของพระโคตม มีจิตมุ่งมั่นเพื่อสิ้น  
กิเลส

**เต ปัตติปัตตา อะมะตัง วิคัยหะ ลัทธา มุธา  
นิพพุตัง ภูญชะมานา**

พระสาวกทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมบรรลุลมุลสู่มตะ  
เสวยสุขสงบ(ด้วยสิ้นตัณหา เข้าถึงพระนิพพาน)

**อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณีตัง เอเตนะ สัจเจนะ  
สุวัตถิ โหตุ**

ข้อนี้ เป็นสังฆรัตนะอันประณีต ประการหนึ่ง ด้วย  
คำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์จงมี

(อินทรีเชียรฉันท์ ๑๑)

**ซีณัง ปุราณัง นะวัง นัตถิ สัมภะวัง วิรัตตะจิตตายะ-  
ติเก ภาวะสุมิง**

กรรมเก่าผ่านไปแล้ว กรรมใหม่อันเป็นเหตุให้เกิด  
(ในภพใหม่)ไม่มี พระอริยบุคคลเหล่าใด มีจิต  
หน่ายแล้วในภพต่อไป

**เต ชีณะพีชา อะวิรุฬหิฉันทา นิพพันติ<sup>๑</sup> อีรา  
ยะถายัมปะทีโป**

พระอริยบุคคลเหล่านั้น มีพีช (ปฏิสนธิจิต) ลื่นไป  
แล้ว ไม่มีฉันทะที่จะเกิด (ใหม่) เป็นผู้มีปัญหาเย่อม  
นิพพาน เหมือนประทีปดวงนี้ดับไป ฉะนั้น

**อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ประณีตัง เอเตนะ สัจเจนะ  
สวัตถิ โหตุ**

แม้ข้อนี้ก็ประณีตอันประณีต ประการหนึ่ง  
ด้วยคำสัตย์นี้ขอความสวัสดิ์จึงมี

**กรณียเมตตสูตร\***

(สามัญจาคาถา)<sup>๑๑</sup>

**เมตตัญจะ สัพพะโลกัสสมิง มานะสัมภาวะเย อะปะ-  
ริมาณังอุทัง อะโร จะติริยัญจะ อะสัมพาธัง อะเวรัง  
อะสะปิตตัง**

บุคคลพึงตั้งใจเจริญเมตตา โดยไม่มีประมาณ  
ไม่มีขอบเขต ไม่มีความคิดปองร้าย ไม่มีความเป็น  
ศัตรูแผ่ไปในสรรพสัตว์ ทั้งในทิศเบื้องบน ทิศเบื้อง  
ต่ำ และทิศขวาง

<sup>๑</sup> ขึ้นบทว่า นิพพันติ ซึ่งแปลว่า ดับ ประธานสงฆ์ดับเทียบหน้ามนต์

\* พระสูตร ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ เล่ม ๒๕ หน้า ๑๗, ขุททกนิกาย สุตต  
นิบาต หน้า ๓๕๔. เหตุของกรณียเมตตสูตร

<sup>๑๑</sup> คือ คาถาธรรมดาที่มีได้เคร่งครัด ครู ลูก ถือเอาความเหมาะสมในการสวด  
เป็นสำคัญ

**ติฏฐัญญจะรัง นิสินโน วา สะยาโน วา ยาวะ ตัสสะ  
วิคะตะมัทโธเอตัง สะติง อะระฏิฏฐัญญะ พรัหมะเม-  
ตัง วิหารัง อิตะมาหุ**

ผู้เจริญเมตตาอย่างนี้ จะยืน เดิน นั่ง หรือนอน  
ก็ตาม พึงตั้งสติ (คือเจริญเมตตา) นั้นไว้ トラบ  
เท่าที่ มีทระ ความมุ่งว่งงุนยังไม่ครอบงำ บัณทิตทั้ง  
หลายกล่าวเมตตาวิหารธรรมนี้ว่า เป็นพรหมวิหาร  
ในพระศาสนา

(เมื่อเจริญพรหมวิหารจนได้ฌานแล้ว โยคีย่อมน  
ยกองค์ฌานขึ้นสู่วิปัสสนาจนสำเร็จมรรคผล ดัง  
พระคาถาว่า)

**ทิฏฐัญญจะ อะนุปะคัมมะ สีละวา ทัสสะเนนะ สัมปัน-  
โน กาเมสุ วิเนยยะ เคธัง นะ หิ ชาตุ คัพพะเสยยัง  
ปุณะเรตีติ**

บุคคลผู้นั้นย่อมนไม่ตกไปในมิจฉาทิฏฐิ ความเห็น  
ผิด เป็นผู้มศีลถึงพร้อมแล้ว ด้วยการรู้เห็นตาม  
ความเป็นจริง กำจัดความยินดีในกามทั้งหลาย  
ได้ ย่อมไม่เข้าถึงซึ่งความเกิดในครรภ์อีกโดยแท้  
ที่เดียวแล

## ขันธปริตร\*

(สามัญญคาถา)

**อัปปะมาโน พุทโธ** พระพุทโธเจ้า ทรงพระคุณสุด  
ประมาณ

**อัปปะมาโน ธัมโม** พระธรรม ทรงพระคุณสุด  
ประมาณ

**อัปปะมาโน สังโฆ** พระสงฆ์ ทรงพระคุณสุด  
ประมาณ

**ปะมาณะวันตานิ สิริงสะปานิ** (ภัยอันเกิดจาก) สัตว์  
เลื้อยคลานทั้งหลาย

**อะหิริจฉิกกา สะตะปะที** ที่พอกำหนดได้ มี งู

**อุณณานาภี สะระพู มุสิกา** แมงป่องตะขาบ แมงมุม  
ตุ๊กแก หนู(เหล่านี้)

**กะตา เมรั๊กขา กะตา เม ปริตตา** การรักษาป้องกัน  
เข้าได้กระทำแล้ว

**ปฏิกกะมันตุ ภูตานิ** ขอสัตว์ทั้งหลาย จงหลีกไป

**โสหัง นะโม ภาคะวะโต** ข้าขออนอบน้อมแด่พระ  
ผู้มีพระภาค

**นะโม สัตตันนัง** ข้าขออนอบน้อมแด่พระสัมมาสัม

**สัมมาสัมพุทธานัง** พุทโธเจ้า (ทั้ง) ๗ พระองค์.

---

\*พระสูตร ขุททกนิกาย ชาดก เล่ม ๒๗ หน้า ๗๕

## โมรปริตร\*\*

เมื่อเจริญพระพุทธมนต์โดยย่อประธานสงฆ์จะขึ้นต้น  
สวดด้วยบท “อเปตยญจกฐมา”

(เมื่อพระอาทิตย์แรกขึ้น พญานกยูงโพธิสัตว์กล่าว  
คำนมัสการว่า)

(สามัญคาถา)

**อุเทตะยัญจักขุมา เอกะราชา หะริสสะวัณโณ  
ปะฐะ วิปะภาโส ตัง ตัง นะมัสสามิหะริสสะวัณณัง  
ปะฐะ วิปะภาสัง**

พระอาทิตย์แรกขึ้น เป็นดวงดวงตาของโลก เป็น  
เอกราชา สีสุกปลั่งตั้งทองคำส่องปฐพีให้สว่าง  
เพราะเหตุนี้ ข้าขอนอบน้อมพระอาทิตย์นั้น ผู้มี  
สีสุกปลั่งตั้งทองคำ ส่องปฐพีให้สว่าง

**ตะยัชชะ คุณตา วิหะเรมุ ทิวะสัง**

ขอให้ข้าทั้งหลาย อันท่านได้คุ้มครองแล้ว พึงอยู่  
เป็นสุขตลอดทั้งวัน วันนี้

(เมื่อพญานกยูงโพธิสัตว์กล่าวคาถาแรก ใหว้พระ  
อาทิตย์แรกขึ้นนั้นแล้ว จึงกล่าวคาถาที่ ๒ ว่า)

---

\*\*พระสูตร ขุททกนิกาย ชาดก เล่ม ๒๗ หน้า ๕๓. อธิบายเหตุของโมรปริตร

(สามัญคาถา)

**เย พุราหุมะณา เวทะคุ สัพพะธัมเม**

ท่านผู้ลอบบาปแล้ว เหล่าใด เป็นผู้รู้จบในธรรม  
ทั้งปวง

**เต เม นะโม**

ขอขอบน้อมท่านผู้ลอบบาปแล้วเหล่านั้น

**เต จะ มัง ปาละยันตุ**

ขอท่านผู้ลอบบาปแล้วเหล่านั้น จงรักษาข้า

**นะมัตถุ พุทธาณัง**

ข้าขอบน้อมแต่พระพุทธรเจ้าทั้งหลาย

**นะมัตถุ โพธิยา**

ข้าขอบน้อม แต่พระโพธิญาณ

**นะโม วิมุตตานัง**

ข้าขอบน้อม แต่ท่านผู้วิมุต หลุดพ้นแล้ว  
ทั้งหลาย

**นะโม วิมุตตिया**

ข้าขอบน้อม แต่พระวิมุตติธรรม ความหลุดพ้น

**อิมัง โส ปะริตตัง กัตวา**

พญานกยูงนั้น เจริญพระปริตรนี้

**โมโร จะระติ เอสะนา**

แล้ว จึงเที่ยวแสวงหาอาหารไป

(เมื่อพระอาทิตย์ตก พญานกยูง โภธิสัตว์กล่าว  
คาถาว่า)

(อุเปนทรวีเชียรฉันท์ ๑๑)

**อะเปตะยัญจักขุมา เอกะราชา**

พระอาทิตย์กำลังลับไป เป็นดั่ง ดวงตาของโลก  
เป็นเอกราชา

**หะริสสะวัณโณ ปะฐะวะปิปะภาโส**

สีสุกปลั่งดั่งทองคำส่องปฐพีให้สว่าง

**ตัง ตัง นะมัสสามิ**

เพราะเหตุนั้น ข้าขอนอบน้อม

**หะริสสะวัณณัง ปะฐะวะปิปะภาสัง**

พระอาทิตย์นั้น ผู้มีสีสุกปลั่งดั่งทองคำ ส่องปฐพี  
ให้สว่าง

**ตะยัชชะ คุณตา วิหะเรมุ รัตติง**

ขอให้ข้าทั้งหลาย อันท่านได้คุ้มครองแล้ว พึงอยู่  
เป็นสุขตลอดทั้งคืน วันนี้

(พญานกยูง โภธิสัตว์กล่าวคาถาไหว้พระอาทิตย์  
อัสตงแล้วจึงกล่าวคาถาว่า)

(อินทรวงศ์ฉันทน์ ๑๒)

**เย พุราหุมะณา เวทอะคฺ สัพพะธัมเม**

ท่านผู้ลอบบาปแล้วเหล่าใด เป็นผู้รู้จบในธรรม  
ทั้งปวง

**เต เม นะโม**

ข้าขออนอบน้อมท่านผู้ลอบบาปแล้ว เหล่านี้

**เต จะ มัง ปาละยันตุ**

ขอท่านผู้ลอบบาปแล้วเหล่านั้น จงรักษาข้า

**นะมัตถุ พุทธธาณัง**

ข้าขออนอบน้อม แต่พระพุทธรเจ้า ทั้งหลาย

**นะมัตถุ โพธิยา**

ข้าขออนอบน้อม แต่พระโพธิญาณ

**นะโม วิมุตตานัง**

ข้าขออนอบน้อม แต่ท่านผู้วิมุต หลุดพ้นแล้ว  
ทั้งหลาย

**นะโม วิมุตตिया**

ข้าขออนอบน้อม แต่พระวิมุตติธรรม ความหลุดพ้น

**อิมัง โส ประิตตัง กัตวา**

พญานกยูงนั้น เจริญพระปริตรนี้

**โมโร วาสะมะกัปปะยீติ**

แล้ว จึงพักผ่อนอยู่แล

# อาฏานาฎิยปริตร\*

## วิปัสสิสสะ นะมัตถุ

ความนอบน้อมจงมี แต่พระวิปัสสิพุทธเจ้า

## จักขุมันตัสสะ สิริมะโต

ผู้มีจักขุ ผู้มีสิริ

## สิขิสสะปิ นะมัตถุ

ความนอบน้อมจงมี แต่พระสิขีพุทธเจ้า

## สัพพะภูตานุกัมปิโน

ผู้ทรงอนุเคราะห์สัตว์ ทั้งปวง

## เวสสะภุสสะ นะมัตถุ

ความนอบน้อมจงมี แต่พระเวสสภุพุทธเจ้า

## นะหาตะกัสสะ ตะปัสสิโน

ผู้มีกิเลสอันชำระแล้ว ผู้มีตบะ

## นะมัตถุ กะกุสันธัสสะ

ความนอบน้อมจงมี แต่พระกะกุสันธพุทธเจ้า

## มาระเสนปัปะมัททินโน

ผู้ยำยี่เสียได้ซึ่งมารและเสนามาร

## โกนาคะมะนัสสะ นะมัตถุ

ความนอบน้อมจงมี แต่พระโกนาคะมณฑพุทธเจ้า

## พราหมะณัสสะ วุสีมะโต

ผู้ลอยบาปแล้ว ผู้อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว

---

\* พระสูตร ที่มณฑกาย ปาฎิกวรรค เล่ม ๑๑ หน้า ๒๐๙  
อธิบายเหตุของอาฏานาฎิยปริตร

## กัสสะปัสสะ นะมัตถุ

ความนอบน้อมจงมี แต่พระกัสสปพุทธเจ้า

## วิปปะมุตตัสสะ สัพพะธิ

ผู้พ้นแล้วจากกิเลส ทุกสถาน

## อังคิระสัสสะ นะมัตถุ

ความนอบน้อมจงมี แต่พระอังคิรสพุทธเจ้า

## สักยปะตตัสสะ สิริมะโต

ผู้โอรสแห่งศากยราช ผู้ทรงไว้ซึ่งพระสิริ

## โย อิมัง ธัมมะมะเทเสสิ

ผู้ได้ทรงแสดงธรรมนี้ไว้

## สัพพะทุกขาปะนุทะนัง

อันเป็นเครื่องบรรเทาซึ่งทุกข์ทั้งปวง

## เย จาปี นิพพุดา โลเก

อันหนึ่ง ชนเหล่าใดในโลก

## ยะถาภูตัง วิปัสสิสุง

เห็นแจ้งธรรม ตามเป็นจริง ดับกิเลสเสียได้

## เต ชะนา อะปิสุณา<sup>๑</sup>

ชนเหล่านั้น เป็นผู้พูดด้วยปัญญา

## มะหันตา วีตะสาระทา

เป็นผู้เป็นใหญ่ ปราศจากความครั่นคร้าม

## หิตัง เทวะมะนุสสานัง

(ฝูงชน) พากันนอบน้อมอยู่ ซึ่ง

---

<sup>๑</sup>อปิสุณา มีความหมายว่า ไม่มุสา ไม่ส่อเสียด ไม่หยาบคาย พูดด้วยความไตร่ตรอง (จากสุ่มังคลวิลาสินี (อรรถกถาที่มณิกาย ปาฎิกวรรค) ภาค ๓ หน้า ๑๙๓)

**ยัง นะมัสสันติ โคตะมัง**

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด ผู้เป็นโคตรมโคตร เกื้อกูล  
แก่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายผู้ถึงพร้อมแล้ว

**วิชชาจะระณะสัมปันนัง**

ด้วยวิชา และจรรยา

**มะหันตัง วิตะสาระทัง**

(ย่อม)เป็นผู้เป็นใหญ่ ปราศจากความครั่นคร้าม

**วิชชาจะระณะสัมปันนัง**

ข้าพเจ้าทั้งหลาย

**พุทธัง วันทามะ โคตะมันติ**

ขอนมัสการพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้เป็น  
โคตรมโคตร ผู้ถึงพร้อมแล้วด้วยวิชาและจรรยา

## **อังคุลิมาลปริตร\***

|                                   |                        |
|-----------------------------------|------------------------|
| <b>ยะโตหัง ภะคินิ อะริยาเย</b>    | ดูกรน้องหญิง จำเต็มแต่ |
| <b>ชาติยา ชาโต</b>                | อาตมาเกิดโดยชาติ       |
|                                   | อริยะแล้ว              |
| <b>นาภิชานามิ สัญจิจจะ</b>        | มิได้คิด               |
| <b>ปาณัง ชีวิตา โวโรเปตา</b>      | จงใจทำลายชีวิตสัตว์เลย |
| <b>เตนะ สัจเจนะ โสตถิ เต โหตุ</b> | ด้วยคำสัตย์นี้ขอความ   |
|                                   | สวัสดีจงมีแก่ตัวเจ้า   |
| <b>โสตถิ คัมภัสสะ</b>             | ขอความสวัสดีจงมีแก่    |
|                                   | กรรม์ของเจ้าเถิด       |

\* พระสูตร มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ เล่ม ๑๓ หน้า ๔๘๕ อธิบายเหตุ  
ของอังคุลิมาลปริตร

# โพชฌังคปริตร\*

(ปฐญาวัตฉันท์ ๘)

**โพชฌังโค สติสังขาโต ธัมมานัง วิจะโย ตะธา**

โพชฌงค์ ๗ ประการ คือ สติสัมโพชฌงค์ ธรรม  
วิจยสัมโพชฌงค์

**วิริยัมปติ ปัสสัทธิ โพชฌังคา จะ ตะธาปะเร**

วิริยสัมโพชฌงค์ ปิติสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิ-  
สัมโพชฌงค์

**สมาธูปะกขะโพชฌังคา สัตเต เต สัพพะทัสสินา**

สมาธิสัมโพชฌงค์ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ธรรม  
ทั้ง ๗ เหล่านี้

**มุณินา สัมมะทักขาตา ภาวิตา พะหุลีกะตา**

เป็นธรรมที่พระมุนีผู้ทรงเห็นธรรมทั้งปวง ได้  
ทรงสั่งสอนไว้อย่างถูกต้องดีแล้วบุคคลเจริญแล้ว  
ปฏิบัติให้มากแล้ว

**สังวัตตันติ อะภิญญาเยะ นิพพานายะ จะ โพธิยา**

ย่อมเป็นไปเพื่ออภิญญา เพื่อพระนิพพาน และ  
เพื่อความตรัสรู้

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เต โหตุ สัพพะทา**

ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดีจงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

---

\* ของโบราณจารย์รวบรวมไว้

ดูอภิธรรม เล่ม ๓๕ หน้า ๓๐๖ พระสูตร ที่มณีกาย มหารวรรค เล่ม ๑๐  
หน้า ๓๓๙

เอกัสมิง สะมะเย นาโถ โมคคัลลานัญจะ กัสสะปัง  
ในสมัยหนึ่ง พระโลกนาถ ทอดพระเนตรเห็น  
พระโมคคัลลานะและพระกัสสปะ

คิลานะ ทุกขิตะ ทิสฺวา โพชฌังคะ สัตตะ เทสเย  
เป็นใช้ได้ความลำบาก ทรงแสดงโพชฌงค์ ๗

เต จะ ตัง อะภินันทิตฺวา โรคา มุจฺจิงสุ ตังขะณ  
ท่านทั้งสอง เพลิดเพลินด้วยพระธรรมเทศนา  
หายโรคในบัดดล

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เต โหตุ สัพพะทา  
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

เอกะทา อัมมะราชาปิ เคลัญเณนาภิปิณีโต  
ครั้งหนึ่งองค์ธรรมราชาเอง (สมเด็จพระสัมมา  
สัมพุทธเจ้า) ทรงพระประชวร

จุนทัตถะเรนนะ ตัญเณวะ ภาณเปตฺวานะ สาหะรัง  
รับสั่งให้พระจุนทเถระ กล่าวโพชฌงค์นั้น ถวายโดย  
เคารพ

สัมโมทิตฺวา จะ อาพาธา ตัมหา วุฏฺฐาสี ฐานะโส  
ก็ทรงบังเทิงพระทุกข์ หายจากพระประชวรนั้น  
โดยพลัน

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เต โหตุ สัพพะทา  
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

ปะหีนา เต จะ อาพาธา ตินณันนัมปิ มะเหลสีนัง  
อาพาธทั้งหลาย ของพระมหาฤๅษีทั้งสามหายแล้ว  
ไม่กลับเป็นอีก

มัคคาหะตะกิเลสวาระ ปัตตานุปัตติธัมมะตั้ง  
ดูจดังกิเลสอันมรรคทำลายแล้วย่อมไม่เกิดอีก  
เป็นธรรมดา ฉะนั้น

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เต โหตุ สัพพะทา  
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดีจงมีแก่ท่านทุกเมื่อ



## อภัยปริตร\*

(อินทรวชิรฉันทน์ ๑๑)

**ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จามะนาโป  
สะกณฺสสะ สัทโท**

กลางร้ายอันใด และอวมงคลอันใด เสียงนกที่ไม่น่า  
ฟังใจอันใด

**ปาปคคะโห หุสสุปิณฺง อะกันตัง พุทธานุภาวณะ  
วินาสะเมนตุ**

เคราะห์ร้ายและฝันร้าย อันไม่น่าปรารถนาอันใด  
ขอความร้ายเหล่านี้ จงถึงความพินาศสลายไป  
ด้วยพุทธานุภาพ

**ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จามะนาโป  
สะกณฺสสะ สัทโท**

กลางร้ายอันใด และอวมงคลอันใด เสียงนกที่ไม่  
น่าฟังใจอันใด

**ปาปคคะโห หุสสุปิณฺง อะกันตัง ธัมมานุภาวณะ  
วินาสะเมนตุ**

เคราะห์ร้ายและฝันร้าย อันไม่น่าปรารถนาอันใด  
ขอความร้ายเหล่านี้ จงถึงความพินาศสลายไป  
ด้วยธรรมานุภาพ

---

\* ของโบราณอาจารย์

**ยันทุนนิมิตตั้ง อะวะมังคะลัญจะ โย จามะนาโป  
สะกุกัณฐะ สัทโท**

กลางร้ายอันใด และอวมงคลอันใด เสียงนกที่ไม่หน้า  
ฟังใจอันใด

**ปาปัคคะโห ทุสสุปันัง อะกันตัง สังฆานุภาเวนะ วิ-  
นาสะเมนตุ**

เคราะห์ร้ายและฝันร้าย อันไม่หน้าปรารถนาอันใด  
ขอความร้ายเหล่านั้น จงถึงความพินาศสลายไป  
ด้วยสังฆานุภาพ



# มงคลจักรวาลใหญ่\*

เมื่อเจริญพระพุทธมนต์ โดยปรกติประธานสงฆ์จะ-  
ขึ้นบท “สิริธิติมติเตโช” เว้นไว้แต่เวลาไม่พอจึงข้ามไป-  
สวด เทวตาอุยโยชนคาถา

## สิริธิติมติเตโชชยะสิทธิมะหิทธิ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระลักษณะ

## มหาคุณาปะริมิตะปัญญาธิการัสสะ

มหาบุรุษ ๓๒ ประการ

## สัพพันตะรายะนิวาระณะสมัตถัสสะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระอนุพยัญชนะ

## ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

(พระลักษณะปลีกย่อย)

## ทวัตติงสะมหาปุริสะลักขะณานุภาเวนะ

๘๐ ประการ ด้วยอาณุภาพแห่งพระมงคล

## อะสีตฺยานุพยัญชนะนานุภาเวนะ

ลักษณะ (ในฝ่าพระบาท)

## อัญจุตตะระสะตะมังคะลานุภาเวนะ

๑๐๘ ประการ

## ฉัพพันตะรังสียานุภาเวนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระฉัพพันรังสี

---

\*ของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ฉิม)

## เกตุมาลาอนุภาเวนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระเกตุมาลา

## ทหะสะปาระมิตานุภาเวนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระบารมี ๑๐

## ทหะสะอุปะปาระมิตานุภาเวนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระอุปะบารมี ๑๐

## ทหะสะปะระมัตถะปาระมิตานุภาเวนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระปรมัตถบารมี ๑๐

## สีละสะมาธิปัญญาอนุภาเวนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระศีลคุณ พระสมาธิคุณ และ  
พระปัญญาคุณของพระผู้มีพระภาคอรหันต  
สัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงมีความสำเร็จแห่งเดโชชัย  
อันเกิดแต่พระสิริ พระปัญญา และพระทิวัญญี  
มีพระฤทธิ์มาก มีพระคุณใหญ่ มีพระบุญญาธิการ  
อันหาประมาณมิได้ ผู้สามารถป้องกันอันตราย  
ทั้งปวงได้

---

บารมี ๓๐ ทิศ ได้แก่ บารมี (ขั้นต้น) ๑๐ ชั้นกลาง ๑๐  
และขั้นสูงสุด ๑๐ ที่พระโพธิสัตว์ต้องบำเพ็ญให้ได้ก่อนตรัสรู้

**บารมี ๑๐**

คือ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ  
ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตา และอุเบกขา

**อุปะบารมี ๑๐**

คือ อุปะทานบารมี อุปะศีลบารมี ฯลฯ

**ปรมัตถบารมี ๑๐**

คือ ปรมัตถทานบารมี ปรมัตถศีลบารมี  
 ฯลฯ

## พุกธานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระพุกุธเจ้า

## ธัมมานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระธรรม

## สังฆานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระสงฆ์

## เตชานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระเดช

## อิทธานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระฤทธิ์

## พะลานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระกำลัง

## เญยยะธัมมานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระไญยธรรม<sup>๑</sup>

## จะตุราสีติสะหัสสะธัมมักษันธานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระธรรมชั้น ๘ หมื่น ๔ พัน

## นะวะโลกุตตะระธัมมานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระโลกุตระธรรม ๘

## อัญญัจฉิกะมัคคานุภาเวนนะ

ด้วยอาณุภาพแห่งพระอริยมรรค มีองค์ ๘

---

<sup>๑</sup>ไญยธรรม ได้แก่ ธรรมที่ควรรู้ ๕ ประการ คือ สังขาร วิการ ลักษณะ นิพพาน และบัญญัติ

**อัญชุธะสมาปัตตียนุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพแห่งพระสมาบัติ ๘

**ฉะพะระภิญญานุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพแห่งพระอภิัญญา ๖

**จะตุสัจจะญาณานุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพแห่งพระญาณ ในอริยสัจ ๔

**ทะสะพะละญาณานุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพแห่งพระทศพลญาณ

**สัพพะปัญญุตะญาณานุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพแห่งพระสัพพะปัญญุตญาณ

**เมตตากะรุธามุทิตาอุเปกขานุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพแห่งพระเมตตา พระกรุณา พระมุทิตาพระอุเบกขา

**สัพพะปะริตตานุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพแห่งพระปริตรทั้งปวง

**ระตะนัตตะยะสะระณานุภาเวนะ**

ด้วยอาณุภาพ แห่งการระลึกถึงพระรัตนตรัย

**ตุยหัง สัพพะโรคะโสภุปีททะวะทุกขะโทมนัสสุปา**

**ยาสา วินัสสันตุ**

ขอสรรพโรค สรรพโศก สรรพอุปัทวะ ทุกข์โทมนัส  
อุปายาสทั้งปวง ของท่าน จงพินาศไป

**สัพพะอันตะรายาปิ วินัสสันตุ**

แม่เหล่าอันตรรายทั้งปวง จงสิ้นสูญไป

**สัพพะสังกัปปา ตฺยหัง สมะชิฆณันตุ**

ขอความดำริทุกประการ ของท่านจงสำเร็จด้วยดี

**ที่ขมายุตฺตา ตฺยหัง โหตุ**

ขอความมีอายุยืน จงมีแก่ท่าน

**สตะวัสสะชีเวนฺนะ สมะมังคิโก โหตุ สัพพะทา**

ท่านจงเป็นผู้ประกอบด้วยชีวิต อันจะยืนอยู่ได้ถึง

๑๐๐ ปี ทุกเมื่อ

**อากาศสัพพะตะวะระนะภูมิกังคามาหะสมุททา**

**อารักขะกา เทวะตา สะทา ตุมฺเห อะนุรักขันตุ**

ขออารักขเทวดาทั้งหลาย ผู้อยู่ในอากาศ อยู่ ณ

ภูเขาลำเนาป่า อยู่ ณ พื้นดิน ณ แม่น้ำ ณ มหา-

สมุทร จงตามรักษาท่านทั้งหลายทุกเมื่อ เทอญ



## เทวดาอุยโยชนคาถา\*

เมื่อเจริญพระพุทธรมณต์ย่อ ประธานสงฆ์จะเริ่ม  
ด้วยบท “ทุกขปุตตา”

(ปฐญาวัตฉันท์ ๘)

ทุกขปุตตา จะ นิททุกขา ภะยัปุตตา จะ นิพภะยา  
ขอสัตว์ทั้งปวง ที่มีทุกข์อยู่ จงหมดทุกข์ ที่มีภัยอยู่  
จงปราศภัย

โสภปุตตา จะ นิสโสกา โหนตุ สัพเพปิ ปาณิน  
และที่มีโคกอยู่ จงสิ้นโคก เทอญ

เอตตาวะตา จะ อัมเหหิ สัมภะตัง ปุญญะสัมปะทัง  
และขอเทวดาทั้งปวง จงอนุโมทนา ซึ่งบุญสมบัติ  
อันข้าพเจ้าทั้งหลาย ได้สั่งสมไว้แล้ว ถึงบัดนี้

สัพเพ เทวานุโมทันตุ สัพพะสัมปัตตติสิทธิยา  
(ทั้งนี้) เพื่อความสำเร็จแห่งสมบัติ ทั้งปวงเถิด

ทานัง ทะทันตุ สัทธาเยะ สีลัง รักขันตุ สัพพะทา  
ขอเทวดาทั้งหลาย จงให้ทาน รักษาศีล ยินดีใน  
ภาวนา

ภาวะนาภิระตา โหนตุ คัจฉันตุ เทวะตา คะตา  
ด้วยศรัทธาทุกเมื่อ เทวดาที่มาชุมนุมแล้ว ขอเชิญ  
กลับเถิด

---

\*ของ โบราณจารย์

**สัพเพ พุทธา พระลัปป์ตตา ปัจเจกานัญจะ ยัง พะลัง**  
ขออัญเชิญ พระพลังของพระพุทธเจ้าผู้ทรงพลัง  
ทุกพระองค์  
ขออัญเชิญ พลังของพระปัจเจกพุทธเจ้า ผู้ทรงพลัง  
ทุกพระองค์

**อะระหันตานัญจะ เตขนะ รักขัง พันธามิ สัพพะโส**  
และขออัญเชิญเดชแห่งพระอรหันต์ทุกพระองค์  
จงมาคุ้มครองรักษา โดยประการ ทั้งปวงเทอญ

จบการเจริญพรปริตร<sup>๑</sup>



---

<sup>๑</sup>ถ้าเป็นการสวดมนต์เย็น ก็จบเพียงนี้ ผู้ฟังพระสวดมนต์ กราบ ๓ ครั้ง

## ประธานสงฆ์ชั้นบทถวายพรพระ

### บทถวายพรพระ\*

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| อิตปิ                       | เพราะเหตุ ฯลฯ ดังนี้ <sup>๑</sup>                                |
| โส ภคควา                    | พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น  |
| อะระหัง                     | เป็นพระอรหันต์   |
| สัมมาสัมพุทธโ               | เป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ  |
| วิชชาจะระณะสัมปันโน         | เป็นผู้ถึงพร้อมแล้วด้วยวิชา<br>และจรณะ                           |
| สุคะโต                      | เป็นผู้เสด็จไปดีแล้ว   |
| โลกะวิทู                    | เป็นผู้ทรงรู้แจ้งโลก   |
| อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ | เป็นผู้ฝึกบุรุษ<br>ให้ละพยศร้าย ไม่มีผู้ใดเทียม                  |
| สัตถา เทวะมะนุสสานัง        | เป็นศาสดาของเทวดา และ<br>มนุษย์ทั้งหลาย                          |
| พุทธโ                       | เป็นพุทธะ (เพราะตรัสรู้เอง<br>และให้ผู้อื่นรู้ด้วย) <sup>๒</sup> |
| ภคควา ติ                    | เป็นภควา (เพราะตรัสรู้พร้อม<br>กับได้สัพพัญญุตญาณ) <sup>๓</sup>  |

<sup>๑</sup> เพราะเหตุความกลัวในเรื่องต่างๆ ดังกล่าวมาแล้ว ท่านพึงระลึกถึงเรา ตถาคตดังนี้ อิตปิ โส ภควา ฯลฯ (จนถึง) โลกัสสชาติ แล้วความกลัวจักหายไป (ธัชคคสูตร)

<sup>๒</sup> วิสุทธิมรรค ภาค ๑ ฉบับภูมิพโลภิกขุ หน้า ๓๓๕, ๓๓๖

<sup>๓</sup> วิสุทธิมรรค ภาค ๑ ฉบับภูมิพโลภิกขุ หน้า ๓๓๖

\* พระสูตร สังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่ม ๑๕ หน้า ๓๒๒ (ธัชคคสูตร)

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| สะวากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม         | พระธรรมอันพระ<br>ผู้มีพระภาคตรัสไว้ประเสริฐ<br>แล้ว   |
| สันทิฏฐิโก<br>อะกาลิโก           | อันบุคคลพึงเห็นด้วยตัวเอง<br>เป็นสิ่งที่ไม่มีกาลเวลา (ให้ผล<br>ทันทีคือผลจิตเกิดต่อมรรค<br>จิต) |
| เอหิปัสสิโก                      | เป็นความจริงที่จะร้องเรียก<br>ผู้อื่นมาได้  |
| โอปะนะยิโก                       | เป็นธรรม (พระนิพพาน) <sup>๑</sup><br>อันบุคคลพึงทำให้แจ้ง                                       |
| ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ<br>วัณฺณสีติ | เป็นสภาพอันวิญญูชน<br>ทั้งหลายพึงรู้เฉพาะตัว ดังนี้   |
| สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต             | พระสงฆ์ สาวกของพระผู้มี<br>พระภาค เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว  |
| อุชุปะฏิปันโน ภาคะวะโต           | พระสงฆ์สาวกของพระ<br>ผู้มีพระภาคเป็นผู้ปฏิบัติตรงแล้ว   |
| ญายะปะฏิปันโน ภาคะวะโต           | พระสงฆ์สาวกของ<br>พระผู้มีพระภาค เป็นผู้<br>ปฏิบัติถูกต้องแล้ว                                  |

<sup>๑</sup> วิสุทฺธิมรรค ภาค ๑ ฉบับภูมิพโลภิกขุ หน้า ๓๔๖,๓๔๗

**สามีจิปะฏิป็นโน ภาคะวะโต**      พระสงฆ์สาวก  
 ของพระผู้มีพระภาค  
**สาวะกะสังโฆ**      เป็นผู้ปฏิบัติชอบแล้ว  
**ยะทิทััง**      พระสงฆ์นี้คือผู้ใด  
**จัตตาริ ปุริสะยุดานิ** คือพระอริยบุคคลนับเป็นคู่ได้ ๔  
**อัญญะ ปุริสะปุคคะลา** นับเรียงองค์ได้ ๘,  
**เอสะ ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ**      นี้คือ พระสงฆ์  
 สาวกของพระผู้มีพระภาค  
**อาหุเนยโย**      เป็นผู้ควรแก่การสักการะ  
**ปาหุเนยโย**      เป็นผู้ควรแก่การต้อนรับ  
**ทักขิณเยโย**      เป็นผู้ควรแก่ทักษิณาทาน  
**อัญชะลิกระณีโย**      เป็นผู้ควรแก่อัญชลีกรรม  
**อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง** เป็นเหนือหาบุญของโลก  
**โลกัสสา ติ**      ไม่มีหาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้



## พุทธชัยมงคลคาถา

(วสันตดิถีจันท์ ๑๔)

พาหุง สะหัสสมะภินิมิตตสาวุธันตัง **คุรีเมชะลัง**  
**อุทิตะโฆระสะเสนะมารัง** ทานาที่ธัมมะวิธินา **ชิตะ**  
**วา มุนินโท** ตันเตชะสา **ภะวะตุ เต** **ชะยะมังคะลานิ**

พระจอมมุนี ทรงได้ชัยชนะพญามารผู้หิรมิตแขน  
ตั้งพัน ถือ ออาวุธครบมือ ชี้อ้างศิริเมษชะพร้อมด้วย  
เสนาमार โห้ร้องก้องกึกด้วยธรรมวิธี คือ เสี่ยง  
พระบารมี มีทานบารมี เป็นต้น ด้วยเดชแห่ง  
พระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมี  
แก่ท่าน

**มาราติเรกะมะภิชฌิตะสัพพะรัตติง โฆรัมปะ**  
**นาชะวะกะมักชะมะถัทธะยักขัง** **ขันตีสุทนต์ะวิธินา**  
**ชิตะวา มุนินโท** ตันเตชะสา **ภะวะตุ เต** **ชะยะมัง**  
**คะลานิ**

พระจอมมุนี ทรงชนะอาฬวกยักษ์ ผู้โหดร้ายบ้าคลั่ง  
น่าสะพรึงกลัว ซึ่งต่อสู้กับพระองค์ตลอดทั้งคืน  
รุนแรงยิ่งกว่าพญามารจนละลายศรัทธาได้สิ้น  
ด้วยขันติวิธีอันพระองค์ฝึกไว้ดีแล้ว ด้วยเดชแห่ง  
พระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคลทั้งหลาย  
จงมีแก่ท่าน

---

\* ของโบราณอาจารย์ ซึ่งได้อัญเชิญข้อความตอนสำคัญ มาจากพระไตรปิฎก

นาฬาคีริง คະชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง ทาวักคิจักกะ  
มะสะนีวะ สุทาร์รุณันตัง เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะ  
วา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ  
พระจอมมุนี ทรงได้ช่วยชนะพญาข้างชื่อนาฬาคีรี  
ซึ่งกำลังตกมันจับ ทาร์รุณโหดร้ายยิ่งนัก ตั้งไฟป่า  
จักรารูธ หรือสายฟ้าด้วยวิธีรดด้วยน้ำพระเมตตา  
ด้วยเดชแห่งพระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคล  
ทั้งหลายจงมีแก่ท่าน

อุกขิตตะชัคคะมะติหัตตะสุทาร์รุณันตัง ธาวันติโยชะ  
นะปะถังคฺคิมาละวันตัง อิทธิภิสังชะตะมะโน ชิตะ  
วา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ  
พระจอมมุนี ทรงได้ช่วยชนะ มหาโจรองคฺคิมาล ใน  
มือถือดาบเงื่อง่า โหดร้ายทาร์รุณยิ่งวิ่งไล่ตามพระ-  
องค์ (ห่างออก) ไปเป็นทางถึง ๓ โยชน์ ด้วยทรง  
บันดาล มโนมยิทธิ<sup>๑</sup> (ฤทธิ์ทางใจ) ด้วยเดชแห่ง  
พระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมี  
แก่ท่าน

---

<sup>๑</sup> คือ ทรงบันดาลให้แผ่นดินใหญ่เกิดเป็นคลื่นจำนวนมาก พระองค์ทรงอยู่ด้าน  
นอกของสันคลื่น (ลูกแรก) ส่วนด้านในของสันคลื่นเกิดเป็นลูกคลื่น  
มากมายไหลออก พาทองคฺคิมาลให้ห่างพระองค์ออกไป (แม้องคฺคิมาลจะวิ่ง  
เข้าหาพระองค์ด้วยเต็มกำลัง)(ดูพระสูตร มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ เล่ม  
๑๓ หน้า ๔๗๕ (อังคฺคิมารสูตร) และปปัญจสูทนี (อรรถกถามัชฌิมนิกาย  
มัชฌิมปัณณาสก์) เล่ม ๓ หน้า ๓๐๘

**กัตุวานะ กัฏฐะมุทะรัง อิวะ คัพภินียา จิณฺญาเย  
ทฺฐฐะวะจะนัง ชะนะกายะมัชเณ สันเตนะ  
โสมะวิธินา<sup>๑</sup> ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ  
เต ชะยะมังคะลานิ**

พระจอมมุนี ทรงได้ช่วยชนะ คำกล่าวใส่ร้ายท่ามกลางชุมชนของนางจิณฺจมาณวิกา ผู้ผูกท่อนไม้ (ซ่อนไว้) ที่ต้องแสรังทำเป็นหญิงมีครรภ์ ด้วยความจริง ด้วยความสงบเยือกเย็น ด้วยเดชแห่งพระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน

**สัจจัง วิหายะ มะติสัจจะกะวาหะเกตุง วาหากิโรปิตะ-  
มะนัง อะติอันธะภูตัง ปัญญาปะทีปะชะลิโต ชิตะ  
วา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ**

พระจอมมุนี ทรงได้ช่วยชนะ สัจจกนิครนถ์ ผู้มีตมยยิ่งนักเชิดชูลัทธิของตนว่าจริงแท้อย่างเลิศลอยราวกับชูธงขึ้นฟ้ามุ่งมาโต้ว่าทะกับพระองค์ ด้วยพระปัญญาดังประทีปอันโชติช่วง ด้วยเดชแห่งพระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน

---

<sup>๑</sup> คำว่า โสมะวิธินา ในบาฬีปิฎก ของ เจ้าคุณปริยัติธรรมธาดา แปลว่า “ด้วยพระสมาธิบารมีอันงาม”

นันทโปกษนันทะภุชะคัง วิพุธัง มะหิทถิง ปุตเตนะ  
เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยันโต อิทฐปะเทสะวิธินา  
ขิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมัง  
คะลანი

พระจอมมุนี ทรงได้ช่วยชนะ พญานาค ชื่อ  
นันทโปกษนันทะ<sup>๑</sup> ผู้มีฤทธิ์มาก หลงผิดโดยโปรดให้  
พระเถระภุชงค์ พุทธบุตร (พระโมคคัลลานะ)  
ไปปราบให้เชื่อด้วยวิธีแนะนำ (ให้ใช้) อิทถิฤทธิ์  
ด้วยเดชแห่งพระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคล  
ทั้งหลายจงมีแก่ท่าน

ทูกคาหะทิภุจฺฐิภุชะเคนะ สุทฺถฺฐะหัตถัง พรหมัง วิ-  
สุทฺธิขุติมิทธิพะกาภินัง ญาณาคะเทนะ วิธินา  
ขิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมัง  
คะลანი

พระจอมมุนี ทรงได้ช่วยชนะ พรหมชื่อท้าวพกะ ผู้  
รัตริงทิภุจฺฐิคือความเห็นผิดไว้แนบแน่นดังมีอ  
ณุกงักตติด โดยสำคัญผิดว่าตนบริสุทธิ์ มีฤทธิ์  
รุ่งโรจน์ ด้วยวิธีวางพระโอสถ คือเทศนาญาณ ด้วย  
เดชแห่งพระจอมมุนี พระองค์นั้น ขอชัยมงคล  
ทั้งหลายจงมีแก่ท่าน

---

<sup>๑</sup> ปรมัตถทีปนี (อรรถกถาเถรคาถา) ภาค ๓ ฉบับภูมิบาลโลกภิกขุ

-มหาโมคคัลลานเถรคาถาอรรถกถา

เอตปิ พุทธะชะยะมังคะละอัญญะคาถา โย วาจะ-  
โน ทินะทีเน สระระเต มะตันที หิตวานะเนกะวิวิธานิ  
จูปัททะวานิ โมกขัง สุขัง อะธิคะเมยยะ นะโร  
สะปัญโญ

แม่ในรชนใดไม่เกียจคร้าน สวดก็ดี ระลึกก็ดี ซึ่ง  
พุทธชัยมงคลคาถา ๘ บทนี้ ทุกวันๆ ย่อมเป็นเหตุ  
ให้พ้นอุปัทวันตรายใดๆต่างๆ ทั้งหลาย นรชนผู้มี  
ปัญญานั้น ย่อมถึงซึ่งความสุขสูงสุดแล



# ชัยปริตร\*

(ปฐญาวัตฉันท์ ๘)

**มะหาคารุณิโก นาโถ หิตายะ สัพพะปาณินัง**

พระพุทธเจ้าผู้ทรงเป็นที่พึ่งของสัตว์ ทรงประกอบ  
ด้วยพระมหากรุณา ทรงบำเพ็ญพระบารมีทั้งปวง  
เพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่สรรพสัตว์

**ปุเรตวา ปาระมี สัพพา ปัตโต สัมโพธิมุตตะมัง**

ทรงบรรลुพระสัมโพธิญาณ อันสูงสุดแล้ว

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โหตุ เต ชะยะมังคะลัง**

ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอชัยมงคลจงมีแก่ท่านเถิด

**ชะยันโต โพธิยา มูเล สักยานัง นันทิวฑฺฒะโน**

ขอท่านจงมีชัยชนะในชัยมงคลพีธี เหมือน  
พระจอมมุนี ผู้ยังความปิติ ยินดีให้เพิ่มพูนแก่  
ชาวศากยะ

**เอวัง ตวัง วิชะโย โหหิ ชะยัสสุ ชะยะมังคะเล**

ทรงมีชัยชนะมาร ณ โคนไม้โพธิพฤกษ์

**อะปะราชิตะปัลลังเก สีเส ปะฐะวิโปกชะเร**

ทรงพึงความเป็นผู้เลิศ ทรงปิติปราโมทย์อยู่เหนือ  
อชิตบัลลังก์อัน ไม้รู่ฟ่าย ณ โปกขรปฐพี<sup>๑</sup>

\* พระสูตร อังคตตรนิกาย ติกนิบาตร เล่ม ๒๐ หน้า ๓๗๙

<sup>๑</sup> โปกขรปฐพี คือ แผ่นดินที่เกิดขึ้นกับใหม่เป็นแห่งแรก หลังจากน้ำท่วมโลกเมื่อสิ้นกัปที่ผ่านมา แผ่นดินนี้จะเป็นที่เกิดของดอกบัวอันเป็นนิมิตหมายของจำนวนพระพุทธเจ้าที่จะมาตรัสรู้ในกัปนั้นๆ เช่น มีดอกเดียว ก็หมายถึงจะมีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ในกัปนั้นพระองค์เดียว ดังนี้

**อะภิสะเก สัพพะพุทธานัง อัคคัปปัตโต ปะโมหะติ**  
อันเป็นที่อภิเษกของพระพุทธเจ้าทุกพระองค์  
ฉะนั้นเกิด

**สุนักขัตตัง สุมังคะลัง สุปะภาตัง สุนุญฺญิตัง**  
เวลาที่กำหนดไว้ดี งานมงคลดีรุ่งแจ้งดี ความ  
พยายามดี

**สุขะโณ สุมุหุตโต จะ สุนุญฺญัง พรหมะจาริสุ**  
ช่วงขณะหนึ่งดี ช่วงรู้หนึ่งดี และการบูชาดีแก่สงฆ์  
ผู้บริสุทธิ์

**ปะทักขินัง กายะกัมมัง วาจา กัมมัง ปะทักขินัง**  
กายกรรมอันเป็นกุศล วจีกรรมอันเป็นกุศล

**ปะทักขินัง มะโนกัมมัง ปะณิธี เต ปะทักขินา**  
มโนกรรมอันเป็นกุศล ความปรารถนาของท่าน  
อันเป็นกุศล

**ปะทักขินานิ กัตวานะ ละภันตเตเต ปะทักขิเณ**  
ผู้ได้กระทำความอันเป็นกุศล ย่อมประสบโชคดีแล

(อธิบาย การงานมงคลที่ดี อันนำมาซึ่งความสุข  
ความเจริญควรกระทำในยามที่สะดวก ด้วยความ  
พยายามดี และด้วยการทำบุญแก่สงฆ์ผู้บริสุทธิ์  
ด้วยกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ที่เป็นกุศล  
ประกอบกับความปรารถนาที่เป็นกุศล ผู้กระทำ  
ย่อมประสบโชคดีแล)

(ปฐยาวัตฉันท์ ๘)

**ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะทเวตะตา  
สัพพะพุทธานุภาเวนะ สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต**

ขอสรรพมงคลจงมีแก่ท่าน ขอเหล่าเทวดาทั้งปวง  
จงรักษาท่านด้วยอานุภาพแห่งพระพุทธรเจ้า  
ทั้งปวง ขอความสวัสดิ์ทั้งหลายจงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

**ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะทเวตะตา  
สัพพะธัมมานุภาเวนะ สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต**

ขอสรรพมงคล จงมีแก่ท่าน ขอเหล่าเทวดาทั้งปวง  
จงรักษาท่านด้วยอานุภาพแห่งพระธรรมทั้งปวง  
ขอความสวัสดิ์ทั้งหลายจงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

**ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง รักขันตุ สัพพะทเวตะตา  
สัพพะสังฆานุภาเวนะ สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต**

ขอสรรพมงคล จงมีแก่ท่าน ขอเหล่าเทวดาทั้งปวง  
จงรักษาท่านด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ทั้งปวง  
ขอความสวัสดิ์ทั้งหลายจงมีแก่ท่านทุกเมื่อ เทอญ  
เมื่อพระสงฆ์สวดจบบทชัยปริตร ลงท้าย “สทา โสตถิ  
ภะวันตุเต” ให้ประธานในพิธีหรือเจ้าภาพนิมนต์ฉัน  
ภัตตาหาร เมื่อพระสงฆ์ฉันภัตตาหารเสร็จแล้ว  
ประธานในพิธีหรือเจ้าภาพถวายเครื่องไทยทาน  
ต่อจากนี้ ประธานในพิธีหรือเจ้าภาพเตรียมกรวดน้ำ





สวดมนต์ภาวนา  
ทำวัตรสวดมนต์แปล

