|  |
| --- |
| หนังสือสวดมนต์แปล |
| วัดหนองป่าพงและวัดสาขา |
|  |
|  |



Contents

[คำทำวัตรเช้า 4](#_Toc45246404)

[คำบูชาพระรัตนตรัย 5](#_Toc45246405)

[ปุพพภาคนมการ 7](#_Toc45246406)

[พุทธาภิถุติ 8](#_Toc45246407)

[ธัมมาภิถุติ 10](#_Toc45246408)

[สังฆาภิถุติ 11](#_Toc45246409)

[รตนัตตยัปปณามคาถา 13](#_Toc45246410)

[สังเวคปริกิตตนปาฐะ 15](#_Toc45246411)

[สำหรับ พระภิกษุ - สามเณรสวด 18](#_Toc45246412)

[สำหรับอุบาสก, อุบาสิกา 18](#_Toc45246413)

[คำแผ่เมตตา 20](#_Toc45246414)

[ท๎วัตติงสาการปาฐะ 22](#_Toc45246415)

[อภิณหปัจจเวกขณปาฐะ 26](#_Toc45246416)

[บทพิจารณาสังขาร 27](#_Toc45246417)

[ตังขณิกปัจจเวกขณปาฐะ 29](#_Toc45246418)

[สัพพปัตติทานคาถา 32](#_Toc45246419)

[คำทำวัตรเย็น 33](#_Toc45246420)

[คำบูชาพระรัตนตรัย 34](#_Toc45246421)

[ปุพพภาคนมการ 36](#_Toc45246422)

[พุทธานุสสติ 37](#_Toc45246423)

[พุทธาภิคีติ 38](#_Toc45246424)

[(หมอบกราบ) 39](#_Toc45246425)

[ธัมมานุสสติ 40](#_Toc45246426)

[ธัมมาภิคีติ 41](#_Toc45246427)

[(หมอบกราบ) 42](#_Toc45246428)

[สังฆานุสสติ 43](#_Toc45246429)

[สังฆาภิคีติ 44](#_Toc45246430)

[(หมอบกราบ) 45](#_Toc45246431)

[(จบคำทำวัตรเย็น) 45](#_Toc45246432)

[สรณคมนปาฐะ 46](#_Toc45246433)

[เขมาเขมสรณทีปิกคาถา 47](#_Toc45246434)

[อริยธนคาถา 48](#_Toc45246435)

[ติลักขณาทิคาถา 49](#_Toc45246436)

[ภารสุตตคาถา 51](#_Toc45246437)

[ภัทเทกรัตตคาถา 52](#_Toc45246438)

[ธัมมคารวาทิคาถา 53](#_Toc45246439)

[โอวาทปาฏิโมกขคาถา 54](#_Toc45246440)

[ปฐมพุทธภาสิตคาถา 56](#_Toc45246441)

[ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ 57](#_Toc45246442)

[อุททิสสนาธิฏฐานคาถา 58](#_Toc45246443)

[บทสวดมนต์เสริม 61](#_Toc45246444)

[อานาปานสติสูตร 62](#_Toc45246445)

[(จบหมวดกาย) 64](#_Toc45246446)

[(จบหมวดเวทนา) 64](#_Toc45246447)

[(จบหมวดจิต) 65](#_Toc45246448)

[(จบหมวดธรรม) 66](#_Toc45246449)

[อริยมรรคมีองค์แปด 67](#_Toc45246450)

[ธัมมจักกัปปวัตนสุตตปาฐะ 73](#_Toc45246451)

[ปฏิจจสมุปปาทธัมมะ 76](#_Toc45246452)

[ธัมมนิยามสูตร 93](#_Toc45246453)

[มลคลสูตร 94](#_Toc45246454)

[อนุโมทนาคาถา 98](#_Toc45246455)

[อนุโมทนารัมภคาถา 99](#_Toc45246456)

[สามัญญานุโมทนาคาถา 100](#_Toc45246457)

[โภชนทานานุโมทนาคาถา 101](#_Toc45246458)

[ภะวะตุสัพฯ 102](#_Toc45246459)

[บทสวดและคาถาในโอกาสต่าง ๆ 103](#_Toc45246460)

[คำพินทุผ้า 104](#_Toc45246461)

[คำวิกัปป์ 104](#_Toc45246462)

[คำอธิษฐานเข้าพรรษา 104](#_Toc45246463)

[คำปาวารณาออกพรรษา 105](#_Toc45246464)

[คำลาสิกขา 105](#_Toc45246465)

[ชุมนุมเทวดา 106](#_Toc45246466)

[พุทธชัยมงคลคาถา (พาหุง) 107](#_Toc45246467)

# คำทำวัตรเช้า

## คำบูชาพระรัตนตรัย

**โย โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ**

พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น พระองค์ใด, เป็นพระอรหันต์,

ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง, ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**ส๎วากขาโต เยนะ ภะคะวะตา ธัมโม**

พระธรรม เป็นธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด, ตรัสไว้ดีแล้ว

**สุปะฏิปันโน ยัสสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด, ปฏิบัติดีแล้ว

**ตัมมะยัง ภะคะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง**

**อิเมหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปูชะยามะ**

ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอบูชาอย่างยิ่งซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

,พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์,

ด้วยเครื่องสักการะทั้งหลายเหล่านี้, อันยกขึ้นตามสมควรแล้วอย่างไร

**สาธุ โน ภันเต ภะคะวา สุจิระปะรินิพพุโตปิ**

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ, พระผู้มีพระภาคเจ้าแม้ปรินิพพานนานแล้ว,

ทรงสร้างคุณอันสำเร็จประโยชน์ไว้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย.

**ปัจฉิมาชะนะตานุกัมปะมานะสา**

ทรงมีพระหฤทัยอนุเคราะห์แก่พวกข้าพเจ้า อันเป็นชนรุ่นหลัง

**อิเม สักกาเร ทุคคะตะปัณณาการะภูเต ปะฏิคคัณหาตุ**

ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าจงรับเครื่องสักการะ อันเป็นบรรณาการของคน

ยากทั้งหลายเหล่านี้

**อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ**

เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ตลอดกาลนาน เทอญฯ

**อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา**

พระผู้มีพระภาคเจ้า, เป็นพระอรหันต์, ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง,

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ**

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน (กราบ)

**ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม**

พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสไว้ดีแล้ว

**ธัมมัง นะมัสสามิ**

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม (กราบ)

**สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า, ปฏิบัติดีแล้ว

**สังฆัง นะมามิ.**

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์ (กราบ)

## ปุพพภาคนมการ

**(หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความนอบน้อมอันเป็นส่วนเบื้องต้น แด่พระผู้มีพระภาคเจ้าเถิด

**นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต,**

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

**อะระหะโต,**

ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส

**สัมมาสัมพุทธัสสะ.**

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง.

(กล่าว ๓ ครั้ง)

## พุทธาภิถุติ

**(หันทะ มะยัง พุทธาภิถุติง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความชมเชยเฉพาะพระพุทธเจ้าเถิด

**โย โส ตะถาคะโต**

พระตถาคตเจ้านั้น พระองค์ใด

**อะระหัง**

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

**สัมมาสัมพุทโธ**

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**วิชชาจะระณะสัมปันโน**

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ

**สุคะโต**

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

**โลกะวิท**

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

**อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ**

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

**สัตถา เทวะมะนุสสานัง**

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

**พุทโธ**

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

**ภะคะวา**

เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์

**โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพ๎รัห๎มะกัง,**

**สัสสะมะณะพ๎ราห๎มะณิงปะชัง สะเทวะมะนุสสัง**

**สะยัง อะภิญญา สัจฉิกัต๎วา ปะเวเทสิ**

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด, ได้ทรงทำความดับทุกข์ให้แจ้ง

ด้วยพระปัญญาอันยิ่งเองแล้ว, ทรงสอนโลกนี้พร้อมทั้งเทวดา

มาร พรหม และหมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณพราหมณ, 

พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์ให้รู้ตาม

**โย ธัมมัง เทเสสิ**

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ทรงแสดงธรรมแล้ว

**อาทิกัล๎ยาณัง**

ไพเราะในเบื้องต้น

**มัชเฌกัล๎ยาณัง**

ไพเราะในท่ามกลาง

**ปะริโยสานะกัล๎ยาณัง**

ไพเราะในที่สุด

**สาตถัง สะพ๎ยัญชะนัง เกวะละปะริปุณณัง ปะริสุทธัง พ๎รัห๎มะจะริยัง ปะกาเสสิ**

ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือแบบแห่งการปฏิบัติอันประเสริฐ บริสุทธิ์

บริบูรณ์ สิ้นเชิง,พร้อมทั้งอรรถะ (คำอธิบาย) พร้อมทั้งพยัญชนะ (หัวข้อ)

**ตะมะหัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ**

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

**ตะมะหัง ภะคะวันตัง สิระสา นะมามิ**

ข้าพเจ้านอบน้อมพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้นด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระพุทธคุณ)

## ธัมมาภิถุติ

**(หันทะ มะยัง ธัมมาภิถุติง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความชมเชยเฉพาะพระธรรมเถิด

**โย โส ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม**

พระธรรมนั้นใด, เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว

**สันทิฏฐิโก**

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง

**อะกาลิโก**

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

**เอหิปัสสิโก**

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกะผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

**โอปะนะยิโก**

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

**ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ**

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน

**ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ**

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระธรรมนั้น

**ตะมะหัง ธัมมัง สิระสา นะมามิ**

ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรมนั้น ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระธรรมคุณ)

## สังฆาภิถุติ

**หันทะ มะยัง สังฆาภิถุติง กะโรมะ เส**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความชมเชยเฉพาะพระสงฆ์เถิด

**โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นหมู่ใด ปฏิบัติดีแล้ว

**อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติตรงแล้ว

**ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด, ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

**สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด, ปฏิบัติสมควรแล้ว

**ยะทิทัง**

ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ

**จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา**

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่, นับเรียงตัวบุรุษได้ ๘ บุรุษ\*

\* สี่คู่คือ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล, สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล,

อนาคามิมรรค อนาคามิผล, อรหัตตมรรค อรหัตตผล.

**เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ**

นั่นแหละสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

**อาหุเนยโย**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา

**ปาหุเนยโย**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

**ทักขิเณยโย**

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

**อัญชะลิกะระณีโย**

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

**อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ**

เป็นเนื้อนาบุญของโลก, ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า

**ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ**

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระสงฆ์หมู่นั้น

**ตะมะหัง สังฆัง สิระสา นะมามิ**

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์หมู่นั้น ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระสังฆคุณ)

## รตนัตตยัปปณามคาถา

**(หันทะ มะยัง ระตะนัตตะยัปปะณามะคาถาโย เจวะสังเวคะวัตถุปะริกิตตะนะปาฐัญจะ ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย กล่าวคำนอบน้อมพระรัตนตรัยและบาลีที่กำหนดวัตถุเครื่องแสดงความสังเวชเถิด

**พุทโธ สุสุทโธ กะรุณามะหัณณะโว**

พระพุทธเจ้าผู้บริสุทธิ์ มีพระกรุณาดุจห้วงมหรรณพ

**โยจจันตะสุทธัพพะระญาณะโลจะโน**

พระองค์ใด มีตาคือญาณอันประเสริฐหมดจดถึงที่สุด

**โลกัสสะ ปาปูปะกิเลสะฆาตะโก**

เป็นผู้ฆ่าเสียซึ่งบาปและอุปกิเลสของโลก

**วันทามิ พุทธัง อะหะมาทะเรนะ ตัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น โดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ

**ธัมโม ปะทีโป วิยะ ตัสสะ สัตถุโน**

พระธรรมของพระศาสดา สว่างรุ่งเรืองเปรียบดวงประทีป

**โย มัคคะปากามะตะเภทะภินนะโก**

จำแนกประเภท คือ มรรค ผล นิพพาน, ส่วนใด

**โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน**

ซึ่งเป็นตัวโลกุตตระ, และส่วนใดที่ชี้แนวแห่งโลกุตตระนั้น

**วันทามิ ธัมมัง อะหะมาทะเรนะ ตัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น โดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ

**สังโฆ สุเขตตาภ๎ยะติเขตตะสัญญิโต**

พระสงฆ์เป็นนาบุญอันยิ่งใหญ่กว่านาบุญอันดีทั้งหลาย

**โย ทิฏฐะสันโต สุคะตานุโพธะโก**

เป็นผู้เห็นพระนิพพาน, ตรัสรู้ตามพระสุคต, หมู่ใด

**โลลัปปะหี[[1]](#footnote-1)โน อะริโย สุเมธะโส**

เป็นผู้ละกิเลสเครื่องโลเลเป็นพระอริยเจ้า มีปัญญาดี

**วันทามิ สังฆัง อะหะมาทะเรนะ ตัง**

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้นโดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ

**อิจเจวะเมกันตะภิปูชะเนยยะกัง, วัตถุตตะยัง วันทะยะตาภิสังขะตัง,**

**ปุญญัง มะยา ยัง มะมะ สัพพุปัททะวา,มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา**

บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งวัตถุสาม, คือพระรัตนตรัยอันควรบูชายิ่งโดยส่วนเดียว,

ได้กระทำแล้วเป็นอย่างยิ่งเช่นนี้, ขออุปัทวะ(ความชั่ว) ทั้งหลาย,

จงอย่ามีแก่ข้าพเจ้าเลย, ด้วยอำนาจความสำเร็จอันเกิดจากบุญนั้น

## สังเวคปริกิตตนปาฐะ

**อิธะ ตะถาคะโต โลเก อุปปันโน**

พระตถาคตเจ้าเกิดขึ้นแล้วในโลกนี้

**อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ**

เป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**ธัมโม จะ เทสิโต นิยยานิโก**

และพระธรรมที่ทรงแสดงเป็นธรรมเครื่องออกจากทุกข์

**อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก**

เป็นเครื่องสงบกิเลส, เป็นไปเพื่อปรินิพพาน

**สัมโพธะคามี สุคะตัปปะเวทิโต**

เป็นไปเพื่อความรู้พร้อม, เป็นธรรมที่พระสุคตประกาศ

**มะยันตัง ธัมมัง สุต๎วา เอวัง ชานามะ**

พวกเราเมื่อได้ฟังธรรมนั้นแล้ว, จึงได้รู้อย่างนี้ว่า

**ชาติปิ ทุกขา**

แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์

**ชะราปิ ทุกขา**

แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์

**มะระณัมปิ ทุกขัง**

แม้ความตายก็เป็นทุกข์

**โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา**

แม้ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์

**อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข**

ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

**ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข**

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

**ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง**

มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นนั่นก็เป็นทุกข์

**สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา**

ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์

**เสยยะถีทัง**

ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ

**รูปูปาทานักขันโธ**

ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือรูป

**เวทะนูปาทานักขันโธ**

ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือเวทนา

**สัญญูปาทานักขันโธ**

ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสัญญา

**สังขารูปาทานักขันโธ**

ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสังขาร

**วิญญาณูปาทานักขันโธ**

ขันธ์ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือวิญญาณ

**เยสัง ปะริญญายะ**

เพื่อให้สาวกกำหนดรอบรู้อุปาทานขันธ์เหล่านี้เอง

**ธะระมาโน โส ภะคะวา**

จึงพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เมื่อยังทรงพระชนม์อยู่

**เอวัง พะหุลัง สาวะเก วิเนติ**

ย่อมทรงแนะนำสาวกทั้งหลาย, เช่นนี้เป็นส่วนมาก

**เอวัง ภาคา จะ ปะนัสสะ ภะคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี พะหุลา ปะวัตตะติ**

อนึ่งคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นย่อมเป็นไปในสาวกทั้งหลาย,

ส่วนมากมีส่วนคือการจำแนกอย่างนี้ว่า

**รูปัง อะนิจจัง**

รูปไม่เที่ยง

**เวทะนา อะนิจจา**

เวทนาไม่เที่ยง

**สัญญา อะนิจจา**

สัญญาไม่เที่ยง

**สังขารา อะนิจจา**

สังขารไม่เที่ยง

**วิญญาณัง อะนิจจัง**

วิญญาณไม่เที่ยง

**รูปัง อะนัตตา**

รูปไม่ใช่ตัวตน

**เวทะนา อะนัตตา**

เวทนาไม่ใช่ตัวตน

**สัญญา อะนัตตา**

สัญญาไม่ใช่ตัวตน

**สังขารา อะนัตตา**

สังขารไม่ใช่ตัวตน

**วิญญาณัง อะนัตตา**

วิญญาณไม่ใช่ตัวตน

**สัพเพ สังขารา อะนิจจา**

สังขารทั้งหลายทั้งปวง ไม่เที่ยง

**สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ**

ธรรมทั้งหลายทั้งปวง ไม่ใช่ตัวตน, ดังนี้

**เต (ตา) [[2]](#footnote-2)มะยัง โอติณณามหะ**

พวกเราทั้งหลายเป็นผู้ถูกครอบงำแล้ว

**ชาติยา**

โดยความเกิด

**ชะรามะระเณนะ**

โดยความแก่และความตาย

**โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ อุปายาเสหิ**

โดยความโศก ความร่ำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย

**ทุกโขติณณา**

เป็นผู้ถูกความทุกข์หยั่งเอาแล้ว

**ทุกขะปะเรตา**

เป็นผู้มีความทุกข์เป็นเบื้องหน้าแล้ว

**อัปเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา ปัญญาเยถาติ**

ทำไฉนการทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้, จะพึงปรากฏชัดแก่เราได้

### สำหรับ พระภิกษุ - สามเณรสวด

**จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภะคะวันตัง อุททิสสะ อะระหันตัง สัมมาสัมพุทธัง**

เราทั้งหลาย อุทิศเฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้ไกลจากกิเลส

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง, แม้ปรินิพพานนานแล้ว, พระองค์นั้น

**สัทธา อะคารัส๎มา อะนะคาริยัง ปัพพะชิตา**

เป็นผู้มีศรัทธา ออกบวชจากเรือน ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือนแล้ว

**ตัส๎มิง ภะคะวะติ พ๎รห๎มะจะริยัง จะรามะ**

ประพฤติอยู่ซึ่งพรหมจรรย์ ในพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

**ภิกขูนัง สิกขาสาชีวะสะมาปันนา**

ถึงพร้อมด้วยสิกขาและธรรมเป็นเครื่องเลี้ยงชีวิตของภิกษุทั้งหลาย

**ตัง โน พ๎รห๎มะจะริยัง อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะ กิริยายะ สังวัตตะตุ**

ขอให้พรหมจรรย์ของเราทั้งหลายนั้น, จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุดแห่งกอง ทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ

### สำหรับอุบาสก, อุบาสิกา

**จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภะคะวันตัง สะระณังคะตา**

เราทั้งหลาย ผู้ถึงแล้วซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า,

แม้ปรินิพพานนานแล้วพระองค์นั้น เป็นสรณะ

**ธัมมัญจะ สังฆัญจะ**

ถึงพระธรรมด้วย ถึงพระสงฆ์ด้วย

**ตัสสะ ภะคะวะโต สาสะนัง, ยะถาสะติ, ยะถาพะลัง**

**มะนะสิกะโรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ**

จักทำในใจอยู่ ปฏิบัติตามอยู่ ซึ่งคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

ตามสติกำลัง

**สา สา โน ปะฏิปัตติ**

ขอให้ความปฏิบัตินั้นๆ ของเราทั้งหลาย

**อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยายะ สังวัตตะตุ**

จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ

(จบคำทำวัตรเช้า)

## คำแผ่เมตตา

**(หันทะ มะยัง เมตตาผะระณัง กะโรมะ เส)**

**อะหัง สุขิโต โหมิ**

ขอให้ข้าพเจ้าจงเป็นผู้ถึงสุข

**นิททุกโข โหมิ**

จงเป็นผู้ไร้ทุกข์

**อะเวโร โหมิ**

จงเป็นผู้ไม่มีเวร

**อัพฺยาปัชโฌ โหมิ**

จงเป็นผู้ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน

**อะนีโฆ โหมิ**

จงเป็นผู้ไม่มีทุกข์

**สุขี อัตตานัง ปะริหะรามิ**

จงรักษาตนอยู่เป็นสุขเถิด

**สัพเพ สัตตา สุขิตา โหนตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ถึงความสุข

**สัพเพ สัตตา อะเวรา โหนตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร

**สัพเพ สัตตา อัพฺยาปัชฌา โหนตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงอย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน

**สัพเพ สัตตา อะนีฆา โหนตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีทุกข์

**สัพเพ สัตตา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงรักษาตนอยู่เป็นสุขเถิด

**สัพเพ สัตตา สัพพะทุกขา ปะมุญจันตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงพ้นจากทุกข์ทั้งมวล

**สัพเพ สัตตา ลัทธะสัมปัตติโต มา วิคัจฉันตุ**

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงอย่าได้พรากจากสมบัติอันตนได้แล้ว

**สัพเพ สัตตา กัมมัสสะกา กัมมะทายาทา**

**กัมมะโยนิ กัมมะพันธุ กัมมะปะฏิสะระณา**

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงมีกรรมเป็นของของตน, มีกรรมเป็นผู้ให้ผล,

มีกรรมเป็นแดนเกิด, มีกรรมเป็นผู้ติดตาม,มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศ้ย

**ยัง กัมมัง กะรัสสันติ, กัลฺยาณัง วา ปาปะกัง วา, ตัสสะ ทายาทา ภาวิสสันติ**

จักทำกรรมอันใดไว้, เป็นบุญหรือเป็นบาป, จักต้องเป็นผู้ได้รับผลกรรมนั้นๆ สืบไป

## ท๎วัตติงสาการปาฐะ

**(หันทะ มะยัง ท๎วัตติงสาการะปาฐัง ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาแสดงอาการ ๓๒ ในร่างกายเถิด

**อะยัง โข เม กาโย**

กายของเรานี้แล

**อุทธัง ปาทะตะลา**

เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา

**อะโธ เกสะมัตถะกา**

เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป

**ตะจะปะริยันโต**

มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดรอบ

**ปูโรนานัปปะการัสสะ อะสุจิโน**

เต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีประการต่างๆ

**อัตถิ อิมัสมิง กาเย**

มีอยู่ในกายนี้

**เกสา**

คือผมทั้งหลาย

**โลมา**

คือขนทั้งหลาย

**นะขา**

คือเล็บทั้งหลาย

**ทันตา**

คือฟันทั้งหลาย

**ตะโจ**

หนัง

**มังสัง**

เนื้อ

**นะหารู**

เอ็นทั้งหลาย

**อัฏฐี**

กระดูกทั้งหลาย

**อัฏฐิมิญชัง**

เยื่อในกระดูก

**วักกัง**

ไต

**หะทะยัง**

หัวใจ

**ยะกะนัง**

ตับ

**กิโลมะกัง**

พังผืด

**ปิหะกัง**

ม้าม

**ปัปผาสัง**

ปอด

**อันตัง**

ไส้ใหญ่

**อันตะคุณัง**

สายรัดไส้

**อุทะริยัง**

อาหารใหม่

**กะรีสัง**

อาหารเก่า

**ปิตตัง**

น้ำดี

**เสมหัง**

น้ำเสลด

**ปุพโพ**

น้ำเหลือง

**โลหิตัง**

น้ำเลือด

**เสโท**

น้ำเหงื่อ

**เมโท**

น้ำมันข้น

**อัสสุ**

น้ำตา

**วะสา**

น้ำมันเหลว

**เขโฬ**

น้ำลาย

**สิงฆาณิกา**

น้ำมูก

**ละสิกา**

น้ำมันไขข้อ

**มุตตัง**

น้ำมูตร

**มัตถะเกมัตถะลุงคัง**

เยื่อในสมอง

**เอวะมะยังเม กาโย**

กายของเรานี้อย่างนี้

**อุทธังปาทะตะลา**

เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา

**อะโธเกสะมัตถะกา**

เบื้องต่ำแต่ปลายผมลงไป

**ตะจะปะริยันโต**

มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดรอบ

**ปูโรนานัปปะการัสสะ อะสุจิโน**

เต็มไปด้วยของไม่สะอาด มีประการต่างๆ อย่างนี้แลฯ

## อภิณหปัจจเวกขณปาฐะ

**(หันทะ มะยัง อะภิณหะปัจจะเวกขะณะปาฐัง ภะณามะ เส)**

เชิญเถิดเราทั้งหลาย มาสวดอภิณหปัจจเวกขณะปาฐะกันเถิด

**ชะราธัมโมมหิ ชะรัง อะนะตีโต (อะนะตีตา)[[3]](#footnote-3)**

เรามีความแก่เป็นธรรมดาจะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้

**พ๎ยาธิธัมโมมหิ พ๎ยาธิง อะนะตีโต (อะนะตีตา)** [[4]](#footnote-4)

เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้

**มะระณะธัมโมมหิ มะระณัง อะนะตีโต (อะนะตีตา)**[[5]](#footnote-5)

เรามีความตายเป็นธรรมดาจะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้

**สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว**

เราจะละเว้นเป็นต่างๆ, คือว่าจะต้องพลัดพรากจากของรักของเจริญใจ ทั้งหลายทั้งปวง

**กัมมัสสะโกมหิ กัมมะทายาโท กัมมะโยนิ**

**กัมมะพันธุ กัมมะปะฏิสะระโณ (ณา)** [[6]](#footnote-6)

เราเป็นผู้มีกรรมเป็นของๆตน, มีกรรมเป็นผู้ให้ผล,

มีกรรมเป็นแดนเกิด, มีกรรมเป็นผู้ติดตาม, มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย

**ยัง กัมมัง กะริสสามิ, กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา,**

**ตัสสะ ทายาโท (ทา) [[7]](#footnote-7)ภะวิสสาม**

เราทำกรรมอันใดไว้, เป็นบุญหรือเป็นบาป,

เราจะเป็นทายาท, คือว่าเราจะต้องได้รับผลของกรรมนั้นๆ สืบไป

**เอวัง อัมเหหิ อะภิณหัง ปัจจะเวกขิตัพพัง**

เราทั้งหลายควรพิจารณาอย่างนี้ทุกวันๆ เถิด

## บทพิจารณาสังขาร

**(หันทะ มะยัง ธัมมะสังเวคะปัจจะเวกขะณะปาฐัง ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาพิจารณาธรรมสังเวชเถิด

**สัพเพ สังขารา อะนิจจา**

สังขารคือร่างกายจิตใจ, แลรูปธรรมนามธรรมทั้งหมดทั้งสิ้น,

มันไม่เที่ยง, เกิดขึ้นแล้วดับไปมีแล้วหายไป

**สัพเพ สังขารา ทุกขา**

สังขารคือร่างกายจิตใจ, แลรูปธรรมนามธรรมทั้งหมดทั้งสิ้น,

มันเป็นทุกข์ทนยาก, เพราะเกิดขึ้นแล้วแก่เจ็บตายไป

**สัพเพ ธัมมา อะนัตตา**

สิ่งทั้งหลายทั้งปวง, ทั้งที่เป็นสังขารแลมิใช่สังขารทั้งหมดทั้งสิ้น,

ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน, ไม่ควรถือว่าเราว่าของเราว่าตัวว่าตนของเรา

**อะธุวัง ชีวิตัง**

ชีวิตเป็นของไม่ยั่งยืน

**ธุวัง มะระณัง**

ความตายเป็นของยั่งยืน

**อะวัสสัง มะยา มะริตัพพัง**

อันเราจะพึงตายเป็นแท้

**มะระณะปะริโยสานัง เม ชีวิตัง**

ชีวิตของเรามีความตายเป็นที่สุดรอบ

**ชีวิตัง เม อะนิยะตัง**

ชีวิตของเราเป็นของไม่เที่ยง

**มะระณัง เม นิยะตัง**

ความตายของเราเป็นของเที่ยง

**วะตะ**

ควรที่จะสังเวช

**อะยัง กาโย อะจิรัง**

ร่างกายนี้มิได้ตั้งอยู่นาน

**อะเปตะวิญญาโณ**

ครั้นปราศจากวิญญาณ

**ฉุฑโฑ**

อันเขาทิ้งเสียแล้ว

**อธิเสสสะติ**

จักนอนทับ

**ปะฐะวิง**

ซึ่งแผ่นดิน

**กะลิงคะรัง อิวะ**

ประดุจดังว่าท่อนไม้และท่อนฟืน

**นิรัตถัง**

หาประโยชน์มิได้

**อะนิจจา วะตะ สังขารา**

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ

**อุปปาทะวะยะธัมมิโน**

มีความเกิดขึ้นแล้วมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

**อุปปัชชิตฺวา นิรุชฌันติ**

ครั้นเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป

**เตสัง วูปะสะโม สุโข**

ความเข้าไปสงบระงับสังขารทั้งหลาย, เป็นสุขอย่างยิ่ง, ดังนี้

## ตังขณิกปัจจเวกขณปาฐะ

**(นำ) หันทะ มะยัง ตังขณิกกะปัจจะเวกขณะปาฐัง ภะณามะ เส**

**ปะฏิสังขา โยนิโส จีวะรัง ปะฏิเสวามิ**

เราย่อมพิจาราโดยแยบคายแล้วนุ่งห่มจีวร

**ยาวะเทวะสีตัสสะปฏิฆาตายะ**

เพียงเพื่อบำบัดความหนาว

**อุณหัสสะ ปฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดความร้อน

**ฑังสะมะกะสะวาตาตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานังปฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดดและสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

**ยาวะเทวะ หิริโกปินนะปะฏิจฉาทะนัตถัง**

และเพียงเพื่อปกปิดอวัยวะอันให้เกิดจากความละอาย

**ปฏิสังขา โยนิโส ปิณฑะปาตัง ปะฏิเสวามิ**

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้วฉันบิณฑบาต

**เนวะ ทะวายะ**

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเพลิดเพลินสนุกสนาน

**นะ มะทายะ**

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเมามันเกิดกำลังพลังทางกาย

**นะ มัณฑะนายะ**

ไม่ให้เป็นไปเพื่อประดับ

**นะ วิภูสะนายะ**

ไม่ให้เป็นไปพื่อตกแต่ง

**ยะวะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ ฐิติยา**

แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้

**ยาปะนายะ**

เพื่อความเป็นไปได้ของอัตภาพ

**วิหิงสุปะระติยา**

เพื่อความสิ้นไปแห่ความลำบากทางกาย

**พรัหมะจะริยานุคคะหายะ**

เพื่ออนะเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์

**อิติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะฏิหังขามิ**

ด้วยการทำอย่างนี้ เราย่อมระงับเสียได้ซึ่งทุกขเวทนาเก่า คือความหิว

**นะวัญจะเวทะนัง นะ อุปปาเทสสามิ**

และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น

**ยาตฺรา จะ เม ภะวิสสะติ อะนะวัชชะตา จะ ผาสุวิหาโร จาติ**

อนึ่งความเป็นไปโดยสะดวกแห่งอัตภาพนี้ด้วย ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย และความเป็นอยู่โดยผาสุขด้วย จักมีแก่เรา ดังนี้

**ปะฏิสังขา โยนิโส เสนาสะนังปะฏิเสวามิ**

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้วใช้สอยเสนาสนะ

**ยาวะเทวะสีตัสสะ ปะฏิฆาตายะ**

เพียเพื่อบำบัดความหนาว

**อุณหัสสะปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดความร้อน

**ฑังสะมะกะสะวาตาตะปะสิริงสะปะสัมผัสสานัง ปะฏิฆาตายะ**

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจาก เหลือบยุงลมแดดและสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

**ยะวะเทวะ อุตุปะริสสะยะวิโนทะนัง ปะฏิสัลลานารามัตถัง**

เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะพึงมีจากดินฟ้าอากาศ และเพื่อความเป็นผู้ยินดีอยู่ได้ในที่หลีกเร้นสำหรับภาวนา

**ปะฏิสังขา โยนิโส คิลานะปัจจะยะเภสัชชปะริกขารัง ปะฏิเสวามิ**

เราย่อมพิจาณาโยแยบคายแล้วบริโภคเภสัชบริชารอันเกื้อกูลแก่คนไข้

**ยะวะเวทวะ อุปปันนานัง เวยยาพาธิกานัง เวทะนานัง ปะฏิฆาตายะ**

เพียงเพื่อบำบัดทุกขเวทนาอันบังเกิดขึ้นแล้ว มีอาพาธต่าง ๆ เป็นมูล

**อัพฺยาปัชณะปะระมะตายาติ**

เพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง ดังนี้

## สัพพปัตติทานคาถา

**(หันทะ มะยัง สัพพะปัตติทานะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคำแผ่ส่วนบุญให้แก่สรรพสัตว์ทั้งหลายเถิด

**ปุญญัสสิทานิ กะตัสสะ ยานัญญานิ กะตานิ เม,**

**เตสัญจะ ภาคิโน โหนตุ สัตตานันตาปปะมาณะกา**

สัตว์ทั้งหลาย ไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ, จงมีส่วนแห่งบุญที่ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้,

และแห่งบุญอื่นที่ได้ทำไว้ก่อนแล้ว

**เย ปิยา คุณะวันตา จะ มัยหัง มาตาปิตาทะโย,**

**ทิฏฐา เม จาป๎ยะทิฏฐา วา อัญเญ มัชฌัตตะเวริโน**

คือจะเป็นสัตว์เหล่าใด, ซึ่งเป็นที่รักใคร่และมีบุญคุณ,

เช่นมารดาบิดาของข้าพเจ้าเป็นต้น ก็ดี ที่ข้าพเจ้าเห็นแล้วหรือไม่ได้เห็น

ก็ดี, สัตว์เหล่าอื่นที่เป็นกลางๆหรือเป็นคู่เวรกัน ก็ดี

**สัตตา ติฏฐันติ โลกัส๎มิง เตภุมมา จะตุโยนิกา,**

**ปัญเจกะจะตุโวการา สังสะรันตา ภะวาภะเว**

สัตว์ทั้งหลายตั้งอยู่ในโลก, อยู่ในภูมิทั้งสาม, อยู่ในกำเนิดทั้งสี่,

มีขันธ์ห้าขันธ์ มีขันธ์ขันธ์เดียว มีขันธ์สี่ขันธ์, กำลังท่องเที่ยวอยู่ในภพ

น้อยภพใหญ่ ก็ดี

**ญาตัง เย ปัตติทานัมเม อะนุโมทันตุ เต สะยัง,**

**เย จิมัง นัปปะชานันติ เทวา เตสัง นิเวทะยุง,**

สัตว์เหล่าใด รู้ส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว, สัตว์เหล่านั้นจงอนุโมทนาเองเถิด,

ส่วนสัตว์เหล่าใดยังไม่รู้ส่วนบุญนี้, ขอเทวดาทั้งหลาย, จงบอกสัตว์เหล่านั้นให้รู้

**มะยา ทินนานะ ปุญญานัง อะนุโมทะนะเหตุนา,**

**สัพเพ สัตตา สะทา โหนตุ อะเวรา สุขะชีวิโน,**

**เขมัปปะทัญจะ ปัปโปนตุ เตสาสา สิชฌะตัง สุภา**

เพราะเหตุที่ได้อนุโมทนาส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว,

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง, จงเป็นผู้ไม่มีเวร, อยู่เป็นสุขทุกเมื่อ, จงถึงบทอัน

เกษม, กล่าวคือพระนิพพาน, ความปรารถนาที่ดีงามของสัตว์เหล่านั้นจงสำเร็จ เถิด

# คำทำวัตรเย็น

## คำบูชาพระรัตนตรัย

**โย โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,**

พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น พระองค์ใด, เป็นพระอรหันต์,

ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง, ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**ส๎วากขาโต เยนะ ภะคะวะตา ธัมโม,**

พระธรรม เป็นธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด, ตรัสไว้ดีแล้ว

**สุปะฏิปันโน ยัสสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด, ปฏิบัติดีแล้ว

**ตัมมะยัง ภะคะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง,**

**อิเมหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปูชะยามะ,**

ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอบูชาอย่างยิ่งซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

,พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์,

ด้วยเครื่องสักการะทั้งหลายเหล่านี้, อันยกขึ้นตามสมควรแล้วอย่างไร

**สาธุ โน ภันเต ภะคะวา สุจิระปะรินิพพุโตปิ,**

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ, พระผู้มีพระภาคเจ้าแม้ปรินิพพานนานแล้ว,

ทรงสร้างคุณอันสำเร็จประโยชน์ไว้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย.

**ปัจฉิมาชะนะตานุกัมปะมานะสา,**

ทรงมีพระหฤทัยอนุเคราะห์แก่ข้าพเจ้า อันเป็นชนรุ่นหลัง

**อิเม สักกาเร ทุคคะตะปัณณาการะภูเต ปะฏิคคัณหาตุ,**

ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าจงรับเครื่องสักการะ อันเป็นบรรณาการของคนยากทั้งหลายเหล่านี้

**อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ,**

เพื่อประโยชน์และความสุขแก่พวกข้าพเจ้าทั้งหลาย ตลอดกาลนาน เทอญฯ

**อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา,**

พระผู้มีพระภาคเจ้า, เป็นพระอรหันต์, ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง,

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ,**

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน (กราบ)

**ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม**

พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสไว้ดีแล้ว

**ธัมมัง นะมัสสามิ**

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม (กราบ)

**สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า, ปฏิบัติดีแล้ว

**สังฆัง นะมามิ.**

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์ (กราบ)

## ปุพพภาคนมการ

**(หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโร มะ เส)**

**เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความนอบน้อมอันเป็นส่วนเบื้องต้น แด่พระผู้มีพระภาคเจ้าเถิด**

**นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต,**

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

**อะระหะโต,**

ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส

**สัมมาสัมพุทธัสสะ.**

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง.

**(กล่าว ๓ ครั้ง)**

## พุทธานุสสติ

**(หันทะ มะยัง พุทธานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส)**

**เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความตามระลึกถึงพระพุทธเจ้าเถิด**

**ตัง โข ปะนะ ภะคะวันตัง เอวัง กัล๎ยาโณ กิตติสัทโท อัพภุคคะโต,**

ก็กิตติศัพท์อันงามของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น, ได้ฟุ้งไปแล้วอย่างนี้ว่า:-

**อิติปิ โส ภะคะวา,**

เพราะเหตุอย่างนี้ๆ, พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

**อะระหัง,**

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

**สัมมาสัมพุทโธ,**

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

**วิชชาจะระณะสัมปันโน,**

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ

**สุคะโต,**

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

**โลกะวิทู,**

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

**อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ,**

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

**สัตถา เทวะมะนุสสานัง,**

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

**พุทโธ,**

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

**ภะคะวา ติ.**

เป็นผู้มีความจำเริญจำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์, ดังนี้

## พุทธาภิคีติ

**(หันทะ มะยัง พุทธาภิคีติง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความขับคาถา พรรณนาเฉพาะพระพุทธเจ้าเถิด

**พุทธ๎ะวาระหันตะวะระตาทิคุณาภิยุตโต,**

พระพุทธเจ้าประกอบด้วยคุณ, มีความประเสริฐแห่งอรหันตคุณเป็นต้น

**สุทธาภิญาณะกะรุณาหิ สะมาคะตัตโต,**

มีพระองค์อันประกอบด้วยพระญาณ, และพระกรุณาอันบริสุทธิ์

**โพเธสิ โย สุชะนะตัง กะมะลังวะ สูโร,**

พระองค์ใดทรงกระทำชนที่ดีให้เบิกบาน, ดุจอาทิตย์ทำบัวให้บาน

**วันทามะหัง ตะมะระณัง สิระสา ชิเนนทัง,**

ข้าพเจ้าไหว้พระชินสีห์ผู้ไม่มีกิเลสพระองค์นั้นด้วยเศียรเกล้า

**พุทโธ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,**

พระพุทธเจ้าพระองค์ใดเป็นสรณะอันเกษมสูงสุดของสัตว์ทั้งหลาย

**ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,**

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่หนึ่ง ด้วยเศียรเกล้า

**พุทธัสสาหัส๎มิ ทาโสวะ (ทาสีวะ) พุทโธ เม สามิกิสสะโร,**

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระพุทธเจ้า, พระพุทธเจ้าเป็นนายมีอิสระเหนือ ข้าพเจ้า,

**พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,**

พระพุทธเจ้าเป็นเครื่องกำจัดทุกข์, และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

**พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,**

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้แด่พระพุทธเจ้า

**วันทันโตหัง (วันทันตีหัง) จะริสสามิ, พุทธัสเสวะ สุโพธิตัง,**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม, ซึ่งความตรัสรู้ดีของพระพุทธเจ้า

**นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง, พุทโธ เม สะระณัง วะรัง,**

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี, พระพุทธเจ้าเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุสาสะเน,**

ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้, ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

**พุทธัง เม วันทะมาเนนะ (วันทะมานายะ), ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระพุทธเจ้า, ได้ขวนขวายบุญใดในบัดนี้

**สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.**

อันตรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าด้วยเดชแห่งบุญนั้น

### (หมอบกราบ)

**กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,**

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

**พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,**

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้ว ในพระพุทธเจ้า

**พุทโธ ปะฏิคคัณ๎หะตุ อัจจะยันตัง,**

ขอพระพุทธเจ้าจงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

**กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทเธ.**

เพื่อการสำรวมระวัง ในพระพุทธเจ้า ในกาลต่อไป

*บทขอให้งดโทษนี้ มิได้เป็นการล้างบาป, เป็นเพียงการเปิดเผยตัวเอง;*

*และคำว่าโทษในที่นี้มิได้หมายถึงกรรม : หมายถึงโทษเพียงเล็กน้อยซึ่งเป็น “ส่วนตัว” ระหว่างกัน ที่พึงอโหสิกันได้.*

*การขอขมาชนิดนี้สำเร็จผลได้ ในเมื่อผู้ขอตั้งใจทำจริงๆ, และเป็นเพียงศีลธรรม และสิ่งที่ควรประพฤติ.*

## ธัมมานุสสติ

**(หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความตามระลึกถึงพระธรรมเถิด

**ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,**

พระธรรมเป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจา้ ได้ตรัสไว้ดีแล้ว

**สันทิฏฐิโก,**

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง

**อะกาลิโก,**

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ ไม่จำกัดกาล

**เอหิปัสสิโก,**

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกะผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

**โอปะนะยิโก,**

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

**ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหี[[8]](#footnote-8) ติ.**

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน, ดังนี้.

## ธัมมาภิคีติ

**(หันทะ มะยัง ธัมมาภิคีติง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความขับคาถา พรรณนาเฉพาะพระธรรมเถิด

**ส๎วากขาตะตาทิคุณะโยคะวะเสนะ เสยโย,**

พระธรรมเป็นสิ่งที่ประเสริฐเพราะประกอบด้วยคุณ, คือความที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้วเป็นต้น

**โย มัคคะปากะปะริยัตติวิโมกขะเภโท,**

เป็นธรรมอันจำแนกเป็นมรรคผลปริยัติและนิพพาน

**ธัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธารี,**

เป็นธรรมทรงไว้ซึ่งผู้ทรงธรรม จากการตกไปสู่โลกที่ชั่ว

**วันทามะหัง ตะมะหะรัง วะระธัมมะเมตัง,**

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมอันประเสริฐนั้น อันเป็นเครื่องขจัดเสียซึ่งความมืด

**ธัมโม โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,**

พระธรรมใดเป็นสรณะอันเกษมสูงสุดของสัตว์ทั้งหลาย

**ทุติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,**

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่สองด้วยเศียรเกล้า

**ธัมมัสสาหัส๎มิ ทาโสวะ (ทาสีวะ), ธัมโม เม สามิกิสสะโร,**

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระธรรม, พระธรรมเป็นนายมีอิสระเหนือข้าพเจ้า

**ธัมโม ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,**

พระธรรมเป็นเครื่องกำจัดทุกข์, และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

**ธัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,**

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้แด่พระธรรม

**วันทันโตหัง (วันทันตีหัง) คำในวงเล็บสำหรับผู้หญิงว่า จะริสสามิ, ธัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง,**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม, ซึ่งความเป็นธรรมดีของพระธรรม

**นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง, ธัมโม เม สะระณัง วะรัง,**

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี, พระธรรมเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ, วัฑเฒยยัง สัตถุสาสะเน,**

ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้, ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

**ธัมมัง เม วันทะมาเนนะ (วันทะมานายะ), ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระธรรม, ได้ขวนขวายบุญใดในบัดนี้

**สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.**

อันตรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าด้วยเดชแห่งบุญนั้น.

### (หมอบกราบ)

**กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,**

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

**ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,**

กรรมน่าติเตียนอันใดที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระธรรม

**ธัมโม ปะฏิคคัณ๎หะตุ อัจจะยันตัง,**

ขอพระธรรมจงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

**กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม.**

เพื่อการสำรวมระวังในพระธรรมในกาลต่อไป

## สังฆานุสสติ

**(หันทะ มะยัง สังฆานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความตามระลึกถึงพระสงฆ์เถิด

**สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติดีแล้ว

**อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติตรงแล้ว

**ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

**สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด, ปฏิบัติสมควรแล้ว

**ยะทิทัง,** ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ :-

**จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา,**

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่, นับเรียงตัวบุรุษได้ ๘ บุรุษ[[9]](#footnote-9)

**เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,**

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

**อาหุเนยโย,**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะ ที่เขานำมาบูชา

**ปาหุเนยโย,**

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

**ทักขิเณยโย,**

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

**อัญชะลิกะระณีโย,**

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

**อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสา ติ.**

เป็นเนื้อนาบุญของโลก, ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้.

## สังฆาภิคีติ

**(หันทะ มะยัง สังฆาภิคีติง กะโรมะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำความขับคาถา พรรณนาเฉพาะพระสงฆ์เถิด

**สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาทิยุตโต,**

พระสงฆ์ที่เกิดโดยพระสัทธรรม, ประกอบด้วยคุณมีความปฏิบัติดีเป็นต้น

**โยฏฐัพพิโธ อะริยะปุคคะละสังฆะเสฏโฐ,**

เป็นหมู่แห่งพระอริยบุคคลอันประเสริฐแปดจำพวก

**สีลาทิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต,**

มีกายและจิตอันอาศัยธรรมมีศีลเป็นต้นอันบวร

**วันทามะหัง ตะมะริยานะ คะณัง สุสุทธัง,**

ข้าพเจ้าไหว้หมู่แห่งพระอริยเจ้าเหล่านั้น อันบริสุทธิ์ด้วยดี

**สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,**

พระสงฆ์หมู่ใดเป็นสรณะอันเกษมสูงสุดของสัตว์ทั้งหลาย

**ตะติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,**

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่สาม ด้วยเศียรเกล้า

**สังฆัสสาหัส๎มิ ทาโสวะ (ทาสีวะ), สังโฆ เม สามิกิสสะโร,**

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระสงฆ์, พระสงฆ์เป็นนายมีอิสระเหนือข้าพเจ้า

**สังโฆ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,**

พระสงฆ์เป็นเครื่องกำจัดทุกข์, และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

**สังฆัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,**

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้แด่พระสงฆ์

**วันทันโตหัง (วันทันตีหัง) สังฆัสโสปะฏิปันนะตัง,**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม, ซึ่งความปฏิบัติดีของพระสงฆ์

**นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง, สังโฆ เม สะระณัง วะรัง,**

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี, พระสงฆ์เป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

**เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ, วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน,**

ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้, ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

**สังฆัง เม วันทะมาเนนะ (วันทะมานายะ), ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,**

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระสงฆ์, ได้ขวนขวายบุญใด ในบัดนี้

**สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.**

อันตรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าด้วยเดชแห่งบุญนั้น.

### (หมอบกราบ)

**กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,**

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

**สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,**

กรรมน่าติเตียนอันใดที่ข้าพเจ้าได้กระทำแล้วในพระสงฆ์

**สังโฆ ปะฏิคคัณ๎หะตุ อัจจะยันตัง,**

ขอพระสงฆ์ จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

**กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ.**

เพื่อการสำรวมระวัง ในพระสงฆ์ในกาลต่อไป

### (จบคำทำวัตรเย็น)

## สรณคมนปาฐะ

**(หันทะ มะยัง ติสะระณะคะมะนะปาฐัง ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาเพื่อระลึกถึงพระรัตนตรัยเถิด

**พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ

**ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ**

ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ

**ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรมเป็นสรณะ

**ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์เป็นสรณะ

**ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ

**ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรม เป็นสรณะ

**ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ**

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์ เป็นสรณะ

## เขมาเขมสรณทีปิกคาถา

**(หันทะ มะยัง เขมาเขมะสะระณะทีปิกะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาแสดงสรณะอันเกษมและไม่เกษมเถิด

**พะหุง เว สะระณัง ยันติ ปัพพะตานิ วะนานิ จะ,**

**อารามะรุกขะเจต๎ยานิ มะนุสสา ภะยะตัชชิตา**

มนุษย์เป็นอันมาก, เมื่อเกิดมีภัยคุกคามแล้ว ก็ถือเอาภูเขาบ้าง,

ป่าไม้บ้าง, อารามและรุกขเจดีย์บ้างเป็นสรณะ

**เนตัง โข สะระณัง เขมัง, เนตัง สะระณะมุตตะมัง,**

**เนตัง สะระณะมาคัมมะ สัพพะ ทุกขา ปะมุจจะติ**

นั่น มิใช่สรณะอันเกษมเลย, นั่นมิใช่สรณะอันสูงสุด,

เขาอาศัยสรณะนั่นแล้ว, ย่อมไม่พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้

**โย จะ พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สะระณัง คะโต,**

**จัตตาริ อะริยะสัจจานิ สัมมัปปัญญายะ ปัสสะติ**

ส่วนผู้ใดถือเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะแล้ว,

เห็นอริยสัจคือความจริงอันประเสริฐสี่ด้วยปัญญาอันชอบ

**ทุกขัง ทุกขะสะมุปปาทัง ทุกขัสสะ จะ อะติกกะมัง,**

**อะริยัญจัฏฐังคิกัง มัคคัง ทุกขูปะสะมะคามินัง**

คือเห็นความทุกข,  เหตุให้เกิดทุกข์, ความก้าวล่วงพ้นทุกข์เสียได้,

และหนทางมีองค์แปดอันประเสริฐเครื่องถึงความระงับทุกข์

**เอตัง โข สะระณัง เขมัง เอตัง สะระณะมุตตะมัง,**

**เอตัง สะระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ**

นั่นแหละเป็นสรณะอันเกษม, นั่นเป็นสรณะอันสูงสุด,

เขาอาศัยสรณะนั่นแล้ว, ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้

## อริยธนคาถา

**(หันทะ มะยัง อะริยะธะนะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาสรรเสริญพระอริยเจ้าเถิด.

**ยัสสะ สัทธา ตะถาคะเต อะจะลา สุปะติฏฐิตา**

ศรัทธาในพระตถาคตของผู้ใดตั้งมั่นอย่างดีไม่หวั่นไหว

**สีลัญจะ ยัสสะ กัล๎ยาณัง อะริยะกันตัง ปะสังสิตัง**

และศีลของผู้ใดงดงาม, เป็นที่สรรเสริญที่พอใจของพระอริยเจ้า

**สังเฆ ปะสาโท ยัสสัตถิ อุชุภูตัญจะ ทัสสะนัง**

ความเลื่อมใสของผู้ใดมีในพระสงฆ์, และความเห็นของผู้ใดตรง

**อะทะลิทโทติ ตัง อาหุ อะโมฆันตัสสะ ชีวิตัง**

บัณฑิตกล่าวเรียกเขาผู้นั้นว่าคนไม่จน, ชีวิตของเขาไม่เป็นหมัน

**ตัส๎มา สัทธัญจะ สีลัญจะ ปะสาทัง ธัมมะทัสสะนัง,**

**อะนุยุญเชถะ เมธาวี สะรัง พุทธานะ สาสะนัง**

เพราะฉะนั้น, เมื่อระลึกได้ถึงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอยู่,

ผู้มีปัญญาควรสร้างศรัทธาศีล, ความเลื่อมใส, และความเห็นธรรมให้เนืองๆ

## ติลักขณาทิคาถา

**(หันทะ มะยัง ติลักขะณาคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาแสดงพระไตรลักษณ์เป็นเบื้องต้นเถิด

**สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ ยะทา ปัญญายะ ปัสสะติ**

เมื่อใดบุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า, สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง

**อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**

เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ที่ตนหลง,

นั่นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพานอันเป็นธรรมหมดจด

**สัพเพ สังขารา ทุกขาติ ยะทา ปัญญายะ ปัสสะติ**

เมื่อใดบุคคล เห็นด้วยปัญญาว่า, สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์

**อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**

เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ที่ตนหลง,

นั่นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพานอันเป็นธรรมหมดจด

**สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ ยะทา ปัญญายะ ปัสสะติ**

เมื่อใดบุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า, ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา

**อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**

เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง,

นั่นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพานอันเป็นธรรมหมดจด

**อัปปะกา เต มะนุสเสสุ เย ชะนา ปาระคามิโน**

ในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย, ผู้ที่ถึงฝั่งแห่งพระนิพพานมีน้อยนัก

**อะถายัง อิตะรา ปะชา ตีระเมวานุธาวะติ**

หมู่มนุษย์นอกนั้นย่อมวิ่งเลาะอยู่ตามฝั่งในนี่เอง

**เย จะ โข สัมมะทักขาเต ธัมเม ธัมมานุวัตติโน**

ก็ชนเหล่าใดประพฤติสมควรแก่ธรรมในธรรมที่ตรัสรู้ไว้ชอบแล้ว

**เต ชะนา ปาระเมสสันติ มัจจุเธยยัง สุทุตตะรัง**

ชนเหล่าใดจักถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน, ข้ามพ้นบ่วงแห่งมัจจุราชที่ข้ามได้ยากนัก

**กัณหัง ธัมมัง วิปปะหายะ สุกกัง ภาเวถะ ปัณฑิโต**

จงเป็นบัณฑิตละธรรมดำเสีย, แล้วเจริญธรรมขาว

**โอกา อะโนกะมาคัมมะ วิเวเก ยัตถะ ทูระมัง,**

**ตัต๎ราภิระติมิจเฉยยะ หิต๎วา กาเม อะกิญจะโน**

จงมาถึงที่ไม่มีน้ำ, จากที่มีน้ำ, จงละกามเสีย, เป็นผู้ไม่มีความกังวล,

จงยินดีเฉพาะต่อพระนิพพาน, อันเป็นที่สงัดซึ่งสัตว์ยินดีได้โดยยาก

## ภารสุตตคาถา

**(หันทะ มะยัง ภาระสุตตะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาแสดงภารสูตรเถิด

**ภารา หะเว ปัญจักขันธา**

ขันธ์ทั้งห้า เป็นของหนักเน้อ

**ภาระหาโร จะ ปุคคะโล**

บุคคลแหละเป็นผู้แบกของหนักพาไป

**ภาราทานัง ทุกขัง โลเก**

การแบกถือของหนักเป็นความทุกข์ในโลก

**ภาระนิกเขปะนัง สุขัง**

การสลัดของหนักทิ้งลงเสียเป็นความสุข

**นิกขิปิต๎วา คะรุง ภารัง**

พระอริยเจ้าสลัดทิ้งของหนักลงเสียแล้ว

**อัญญัง ภารัง อะนาทิยะ**

ทั้งไม่หยิบฉวยเอาของหนักอันอื่นขึ้นมาอีก

**สะมูลัง ตัณหัง อัพพุย๎หะ**

เป็นผู้ถอนตัณหาขึ้นได้กระทั่งราก

**นิจฉาโต ปะรินิพพุโต**

เป็นผู้หมดสิ่งปรารถนาดับสนิทไม่มีส่วนเหลือ

## ภัทเทกรัตตคาถา

**(หันทะ มะยัง ภัทเทกะรัตตะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาแสดงผู้มีราตรีเดียวเจริญเถิด

**อะตีตัง นาน๎วาคะเมยยะ นัปปะฏิกังเข อะนาคะตัง**

บุคคลไม่ควรตามคิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้วด้วยอาลัย, และไม่พึงพะวงถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง

**ยะทะตีตัมปะหีนันตัง อัปปัตตัญจะ อะนาคะตัง**

สิ่งเป็นอดีตก็ละไปแล้ว, สิ่งเป็นอนาคตก็ยังไม่มา

**ปัจจุปปันนัญจะ โย ธัมมัง ตัตถะ ตัตถะ วิปัสสะติ,**

**อะสังหิรัง อะสังกุปปัง ตัง วิทธา มะนุพ๎รูหะเย**

ผู้ใดเห็นธรรมอันเกิดขึ้นเฉพาะหน้าที่นั้นๆ อย่างแจ่มแจ้ง,

ไม่ง่อนแง่นคลอนแคลน, เขาควรพอกพูนอาการเช่นนั้นไว้

**อัชเชวะ กิจจะมาตัปปัง โก ชัญญา มะระณัง สุเว**

ความเพียรเป็นกิจที่ต้องทำวันนี้, ใครจะรู้ความตายแม้พรุ่งนี้

**นะ หิ โน สังคะรันเตนะ มะหาเสเนนะ มัจจุนา**

เพราะการผัดเพี้ยนต่อมัจจุราชซึ่งมีเสนามากย่อมไม่มีสำหรับเรา

**เอวัง วิหาริมาตาปิง อะโหรัตตะมะตันทิตัง,**

**ตัง เว ภัทเทกะรัตโตติ สันโต อาจิกขะเต มุนิ**

มุนีผู้สงบย่อมกล่าวเรียกผู้มีความเพียรอยู่เช่นนั้น,

ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันกลางคืนว่า, "ผู้เป็นอยู่แม้เพียงราตรีเดียว ก็น่าชม"

## ธัมมคารวาทิคาถา

**(หันทะ มะยัง ธัมมะคาระวาทิคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาแสดงความเคารพพระธรรมเถิด

**เย จะ อะตีตา สัมพุทธา เย จะ พุทธา อะนาคะตา,**

**โย เจตะระหิ สัมพุทโธ พะหุนนัง โสกะนาสะโน**

พระพุทธเจ้าบรรดาที่ล่วงไปแล้วด้วย, ที่ยังไม่มาตรัสรู้ด้วย,

และพระพุทธเจ้าผู้ขจัดโศกของมหาชนในกาลบัดนี้ด้วย

**สัพเพ สัทธัมมะคะรุโน วิหะริงสุ วิหาติ จะ,**

**อะถาปิ วิหะริสสันติ เอสา พุทธานะ ธัมมะตา**

พระพุทธเจ้าทั้งปวงนั้นทุกพระองค์เคารพพระธรรม,ได้เป็นมาแล้วด้วย,

กำลังเป็นอยู่ด้วย, และจักเป็นด้วย, เพราะธรรมดาของพระพุทธเจ้า ทั้งหลายเป็นเช่นนั้นเอง

**ตัส๎มา หิ อัตตะกาเมนะ มะหัตตะมะภิกังขะตา,**

**สัทธัมโม คะรุกาตัพโพ สะรัง พุทธานะ สาสะนัง**

เพราะฉะนั้น, บุคคลผู้รักตน, หวังอยู่เฉพาะคุณเบื้องสูง,

เมื่อระลึกได้ถึงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอยู่, จงทำความเคารพพระธรรม

**นะ หิ ธัมโม อะธัมโม จะ อุโภ สะมะวิปากิโน**

ธรรมและอธรรมจะมีผลเหมือนกันทั้งสองอย่างหามิได้

**อะธัมโม นิระยัง เนติ ธัมโม ปาเปติ สุคะติง**

อธรรมย่อมนำไปนรก, ธรรมย่อมนำให้ถึงสุคติ

**ธัมโม หะเว รักขะติ ธัมมะจาริง**

ธรรมแหละย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรมเป็นนิตย์

**ธัมโม สุจิณโณ สุขะมาวะหาติ**

ธรรมที่ประพฤติดีแล้วย่อมนำสุขมาให้ตน

**เอสานิสังโส ธัมเม สุจิณเณ**

นี่เป็นอานิสงส์ในธรรมที่ตนประพฤติดีแล้ว

## โอวาทปาฏิโมกขคาถา

**(หันทะ มะยัง โอวาทะปาติโมกขะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาแสดงพระโอวาทปาติโมกข์เถิด

**สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง**

การไม่ทำบาปทั้งปวง

**กุสะลัสสูปะสัมปะทา**

การทำกุศลให้ถึงพร้อม

**สะจิตตะปะริโยทะปะนัง**

การชำระจิตของตนให้ขาวรอบ

**เอตัง พุทธานะ สาสะนัง**

ธรรม ๓ อย่างนี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

**ขันตี ปะระมัง ตะโป ตีติกขา**

ขันติ คือความอดกลั้นเป็นธรรมเครื่องเผากิเลสอย่างยิ่ง

**นิพพานัง ปะระมัง วะทันติ พุทธา**

ผู้รู้ทั้งหลายกล่าวพระนิพพานว่าเป็นธรรมอันยิ่ง

**นะ หิ ปัพพะชิโต ปะรูปะฆาตี**

ผู้กำจัดสัตว์อื่นอยู่ไม่ชื่อว่าเป็นบรรพชิตเลย

**สะมะโณ โหติ ปะรัง วิเหฐะยันโต**

ผู้ทำสัตว์อื่นให้ลำบากอยู่ไม่ชื่อว่าเป็นสมณะเลย

**อะนูปะวาโท อะนูปะฆาโต**

การไม่พูดร้าย, การไม่ทำร้าย

**ปาติโมกเข จะ สังวะโร**

การสำรวมในปาติโมกข์

**มัตตัญญุตา จะ ภัตตัส๎มิง**

ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค

**ปันตัญจะ สะยะนาสะนัง**

การนอนการนั่งในที่อันสงัด

**อะธิจิตเต จะ อาโยโค**

ความหมั่นประกอบในการทำจิตให้ยิ่ง

**เอตัง พุทธานะ สาสะนัง**

ธรรม ๖ อย่างนี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

## ปฐมพุทธภาสิตคาถา

**(หันทะ มะยัง ปะฐะมะพุทธะภาสิตะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคาถาพุทธภาษิตครั้งแรกของพระพุทธเจ้าเถิด

**อะเนกะชาติสังสารัง สันธาวิสสัง อะนิพพิสัง**

เมื่อเรายังไม่พบญาณ, ได้แล่นท่องเที่ยวไปในสงสารอันเป็นอเนกชาติ

**คะหะการัง คะเวสันโต ทุกขา ชาติ ปุนัปปุนัง,**

แสวงหาอยู่ซึ่งนายช่างปลูกเรือน,

คือตัณหาผู้สร้างภพ, การเกิดทุกคราวเป็นทุกข์ร่ำไป

**คะหะการะกะ ทิฏโฐสิ ปุนะ เคหัง นะ กาหะสิ**

นี่แน่ะ นายช่างปลูกเรือน, เรารู้จักเจ้าเสียแล้ว, เจ้าจะทำเรือนให้เราไม่ได้อีกต่อไป

**สัพพา เต ผาสุกา ภัคคา คะหะกูฏัง วิสังขะตัง,**

โครงเรือนทั้งหมดของเจ้าเราหักเสียแล้ว, ยอดเรือนเราก็รื้อเสียแล้ว

**วิสังขาระคะตัง จิตตัง ตัณหานัง ขะยะมัชฌะคา**

จิตของเราถึงแล้วซึ่งสภาพที่อะไรปรุงแต่งไม่ได้อีกต่อไป,

มันได้ถึงแล้วซึ่งความสิ้นไปแห่งตัณหา (คือ ถึงนิพพาน)

## ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ

**(หันทะ มะยัง ปัจฉิมะพุทโธวาทะปาฐัง ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงกล่าวคำแสดงพระโอวาทครั้งสุดท้ายของพระพุทธเจ้าเถิด

**หันทะทานิ ภิกขะเว อามันตะยามิ โว**

ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย, บัดนี้เราขอเตือนท่านทั้งหลายว่า

**วะยะธัมมา สังขารา**

สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

**อัปปะมาเทนะ สัมปาเทถะ**

ท่านทั้งหลายจงทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด

**อะยัง ตะถาคะตัสสะ ปัจฉิมา วาจา**

นี้เป็นพระวาจามีในครั้งสุดท้ายของพระตถาคตเจ้า

## อุททิสสนาธิฏฐานคาถา

**(หันทะ มะยัง อุททิสสะนาธิฏฐานะคาถาโย ภะณามะ เส)**

เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงสวดคาถาอุทิศและอธิษฐานเถิด

**อิมินา ปุญญะกัมเมนะ**

ด้วยบุญนี้อุทิศให้

**อุปัชฌายา คุณุตตะรา**

อุปัชฌาย์ผู้เลิศคุณ

**อาจะริยูปะการา จะ**

แลอาจารย์ผู้เกื้อหนุน

**มาตา ปิตา จะ ญาตะกา**

ทั้งพ่อแม่แลปวงญาติ

**สุริโย จันทิมา ราชา**

สูรย์จันทร์และราชา

**คุณะวันตา นะราปิ จะ**

ผู้ทรงคุณหรือสูงชาติ

**พ๎รัห๎มะมารา จะ อินทา จะ**

พรหมมารและอินทราช

**โลกะปาลา จะ เทวะตา**

ทั้งทวยเทพและโลกบาล

**ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ**

ยมราชมนุษย์มิตร

**มัชฌัตตา เวริกาปิ จะ**

ผู้เป็นกลางผู้จองผลาญ

**สัพเพ สัตตา สุขี โหนตุ**

ขอให้เป็นสุขศานติ์ทุกทั่วหน้าอย่าทุกข์ทน

**ปุญญานิ ปะกะตานิ เม**

บุญผองที่ข้าทำจงช่วยอำนวยศุภผล

**สุขัง จะ ติวิธัง เทนตุ**

ให้สุขสามอย่างล้น

**ขิปปัง ปาเปถะ โว มะตัง**

ให้ลุถึงนิพพานพลัน

**อิมินา ปุญญะกัมเมนะ**

ด้วยบุญนี้ที่เราทำ

**อิมินา อุททิเสนะ จะ**

แลอุทิศให้ปวงสัตว์

**ขิปปาหัง สุละเภ เจวะ**

เราพลันได้ซึ่งการตัด

**ตัณหุปาทานะเฉทะนัง**

ตัวตัณหาอุปาทาน

**เย สันตาเน หินา ธัมมา**

สิ่งชั่วในดวงใจ

**ยาวะ นิพพานะโต มะมัง**

กว่าเราจะถึงนิพพาน

**นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ**

มลายสิ้นจากสันดาน

**ยัตถะ ชาโต ภะเว ภะเว**

ทุกๆ ภพที่เราเกิด

**อุชุจิตตัง สะติปัญญา**

มีจิตตรงและสติทั้งปัญญาอันประเสริฐ

**สัลเลโข วิริยัมหินา**

พร้อมทั้งความเพียรเลิศเป็นเครื่องขูดกิเลสหาย

**มารา ละภันตุ โนกาสัง**

โอกาสอย่าพึงมีแก่หมู่มารสิ้นทั้งหลาย

**กาตุญจะ วิริเยสุ เม**

เป็นช่องประทุษร้ายทำลายล้างความเพียรจม

**พุทธาธิปะวะโร นาโถ**

พระพุทธผู้บวรนาถ

**ธัมโม นาโถ วะรุตตะโม**

พระธรรมที่พึ่งอุดม

**นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ**

พระปัจเจกะพุทธสม

**สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง**

ทบพระสงฆ์ที่พึ่งผยอง

**เตโสตตะมานุภาเวนะ**

ด้วยอานุภาพนั้น

**มาโรกาสัง ละภันตุ มา**

ขอหมู่มาร อย่าได้ช่อง

**ทะสะปุญญานุภาเวนะ**

ด้วยเดชบุญทั้งสิบป้อง

**มาโรกาสัง ละภันตุ มา**

อย่าเปิดโอกาสแก่มาร เทอญ

# บทสวดมนต์เสริม

## อานาปานสติสูตร

**(อานาปานะสะติ ภิกขะเว ภาวิตา พะหุลีกะตา)**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว

**มะหัปผะลา โหติ มะหานิสังสา**

ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

**อานาปานะสะติ ภิกขะเว ภาวิตา พะหุลีกะตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว

**จัตตาโร สะติปัฏฐาเน ปะริปูเรนติ**

ย่อมทำให้สติปัฏฐานทั้งสี่ให้บริบูรณ์

**จัตตาโร สะติปัฏฐานา ภาวิตา พะหุลีกะตา**

สติปัฏฐานทั้งสี่อันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว

**โพชฌังเค ปะริปูเรนติ**

ย่อมทำโพชฌงค์ทั้งเจ็ดให้บริบูรณ์

**สัตตะ โพชฌังคา ภาวิตา พะหุลีกะตา**

โพชฌงค์ทั้งเจ็ดอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้ว

**วิชชา วิมุตติง ปะริปูเรนติ**

ย่อมทำวิชชาและวิมุติให้บริบูรณ์

**กะถัง ภาวิตา จะ ภิกขะเว อานาปานสะติ, กะถัง พะหุลีกะตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อานาปานสติอันบุคคลเจริญทำให้มากแล้วอย่างไรเล่า

**มะหัปผะลา โหติ มะหานิสังสา**

จึงมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

**อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

**อะรัญญะคะโต วา**

ไปแล้วสู่ป่าก็ตาม

**รุกขะมูละคะโต วา**

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ตาม

**สุญญาคาระคะโต วา**

ไปแล้วสู่เรือนว่างก็ตาม

**นิสีทะติ ปัลลังกัง อาภุชิตวา**

นั่งคู้ขาเข้ามาโดยรอบแล้ว

**อุชุง กายัง ปะณิธายะ, ปะริมุขัง สะติง อุปัฏฐะเปตวา**

ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่น

**โส สะโต วะ อัสสะสะติ, สะโต ปัสสะสะติ**

ภิกษุนั้น เป็นผู้มีสติอยู่นั้นเทียว หายใจออก มีสติอยู่หายใจเข้า

**(1) ทีฆัง วา อัสสะสันโต, ทีฆัง อัสสะสามีติ ปะชานาติ**

ภิกษุนั้น เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า เราหายใจออกยาว ดังนี้

**ทีฆัง วา ปัสสะสันโต, ทีฆัง ปัสสะสามีติ ปะชานาติ**

เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า เราหายใจเข้ายาว ดังนี้

**(2) รัสสัง วา อัสสะสันโต, รัสสัง อัสสะสามีติ ปะชานาติ**

ภิกษุนั้น เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า เราหายใจออกสั้น ดังนี้

**รัสสัง วา ปัสสะสันโต, รัสสัง ปัสสะสามีติ ปะชานาติ**

เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า เราหายใจเข้าสั้น ดังนี้

**(3) สัพพะกายะปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งกายทั้งปวง จักหายใจออก ดังนี้

**สัพพะกายะปฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งกายทั้งปวง จักหายใจเข้า ดังนี้

**(4) ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำกายสังขารให้รำงับอยู่ จักหายใจออก ดังนี้

**ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำกายสังขารให้รำงับอยู่จักหายใจเข้า ดังนี้

### (จบหมวดกาย)

**(5) ปีติปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งปีติจักหายใจออก ดังนี้

**ปีติปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งปีติ จักหายใจเข้า ดังนี้

**(6) สุขะปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งสุขจักหายใจออก ดังนี้

**สุขะปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งสุข จักหายใจเข้า ดังนี้

**(7) จิตตะสังขาระปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิตตสังขารจักหายใจออก ดังนี้

**จิตตะสังขาระปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิตตสังขารจักหายใจเข้า ดังนี้

**(8) ปัสสัมภะยัง จิตตะสังขารัง อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตตสังขารให้รำงับอยู่จักหายใจออก ดังนี้

**ปัสสัมภะยัง จิตตะสังขารัง ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตตสังขารให้รำงับอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

### (จบหมวดเวทนา)

**(9) จิตตะปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิตจักหายใจออก ดังนี้

**จิตตะปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้พร้อมเฉพาะซึ่งจิต จักหายใจเข้า ดังนี้

**(10) อะภิปปะโมทะยัง จิตตัง อัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปราโมทย์ยิ่งอยู่จักหายใจออก ดังนี้

**อะภิปปะโมทะยัง จิตตัง ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปราโมทย์ยิ่งอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

**(11) สะมาทะหัง จิตตัง อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่จักหายใจออก ดังนี้

**สะมาทะหัง จิตตัง ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

**(12) วิโมจะยัง จิตตัง อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปล่อยอยู่จักหายใจออก ดังนี้

**วิโมจะยัง จิตตัง ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ทำจิตให้ปล่อยอยู่ จักหายใจเข้า ดังนี้

### (จบหมวดจิต)

**(13) อะนิจจานุปัสสี อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็น

ซึ่งความไม่เที่ยงอยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้

**อะนิจจานุปัสสี ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็น

ซึ่งความไม่เที่ยงอยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้

**(14) วิราคานุปัสสี อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็น

ซึ่งความจางคลายอยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้

**วิราคานุปัสสี ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่งความจางคลาย

อยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้

**(15) นิโรธานุปัสสี อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็น

ซึ่งความดับไม่เหลืออยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้

**นิโรธานุปัสสี ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็นซึ่ง

ความดับไม่เหลืออยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้

**(16) ปะฏินิสสัคคานุปัสสี อัสสะสิสสามีติ สิกขะติ**

ภิกษุนั้น ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็น

ซึ่งความสลัดคืนอยู่เป็นประจำ จักหายใจออก ดังนี้

**ปะฏินิสสัคคานุปัสสี ปัสสะสิสสามีติ สิกขะติฯ**

ย่อมทำในบทศึกษาว่า เราเป็นผู้ตามเห็น

ซึ่งความสลัดคืนอยู่เป็นประจำ จักหายใจเข้า ดังนี้

### (จบหมวดธรรม)

**เอวัง ภาวิตา โข ภิกขะเว อานาปานสติ, เอวัง พะหุลีกะตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติอันบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว อย่างนี้แล

**มะหัปผะลา โหติ มะหานิสังสา**

ย่อมมีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

## อริยมรรคมีองค์แปด

**(นำ) หันทะ มะยัง อะริยัฏฐังคิกะมัคคะปาฐัง ภะณามะเส**

**อะยะเมวะ อะริโย อัฏฐังคิโก มัคโค**

หนทางนี้แล เป็นหนทางอันประเสริฐ ซึ่งประกอบด้วยองแปด

**เสยยะถีทัง**

ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ

**สัมมาทิฏฐิ**

ความเห็นชอบ

**สัมมาสังกัปโป**

ความดำริชอบ

**สัมมาวาจา**

ความพูดจาชอบ

**สัมมากัมมันโต**

การทำการงานชอบ

**สัมมาอาชีโว**

การเลี้ยงชีวิตชอบ

**สัมมาวายาโม**

ความพยายามชอบ

**สัมมาสติ**

ความระลึกชอบ

**สัมมาสมาธิ**

ความตั้งใจมั่นชอบ

**(๑) กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเห็นชอบเป็นอย่างไรเล่า

**ยังโข ภิกขะเว ทุกเขญาณัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้อันใด เป็นความรู้ในทุกข์

**ทุกขะสะมุทะเย ญาณัง**

เป็นความรู้ในเหตุให้เกิดทุกข์

**ทุกขะนิโรเธ ญาณัง**

เป็นความรู้ในความดับแห่งทุกข์

**ทุกขะนิโรธะคามินิยา ปะฏิปะทายะ ญาณัง**

เป็นความรู้ในทางดำเนินให้ถึงความดับแห่งทุกข์

**อะยัง วุจจะติ ภิขเว สัมมาทิฏฐิ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความเห็นชอบ

**(๒) กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสังกัปโป**

ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย ความดำริชอบเป็นอย่างไรเล่า

**เนกขัมมะสังกัปโป**

ความดำริในการออกจากกาม

**อัพฺยาปาทะสังกัปโป**

ความดำริในการไม่มุ่งร้าย

**อะวิหิงสาสังกัปโป**

ความดำริในการไม่เบียดเบียน

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสังกัปโป**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความดำริชอบ

**(๓) กะตะมา จะภิกขะเว สัมมาวาจา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การพูดจาชอบเป็นอย่างไรเล่า

**มุสาวาทา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดไม่จริง

**ปิสุณายะ วาจายะ เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดส่อเสียด

**ผะรุสายะ วาจายะ เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดหยาบ

**สัมผัปปะลาปา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวาจา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การพูดจาชอบ

**(๔) กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายการทำการงานชอบเป็นอย่างไรเล่า

**ปาณาติปาตา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการฆ่า

**อะทินนาทานา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่ผู้อื่นเขาไม่ได้ให้

**กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี**

เจตนาเป็นเครื่องงดเว้นจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การทำการงานชอบ

**(๕) กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การเลี้ยงชีวิตชอบเป็นอย่างไรเล่า

**อิธะ ภิกขะเว อะริยะสาวะโก**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สาวกของพระอริยเจ้าในธรรมวินัยนี้

**มิจฉาอาชีวัง ปะหายะ**

เว้นจากการเลี้ยงชีวิตที่ผิดเสีย

**สัมมาอาชีเวนะ ชีวิกัง กัปเปติ**

ย่อมสำเร็จความเป็นอยู่ด้วยการเลี้ยงชีวิตที่ชอบ

**อยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การเลี้ยงชีวิตชอบ

**(๖) กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาวายาโม**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความพากเพียรชอบเป็นอย่างไรเล่า

**อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

**อะนุปปันนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง อะนุปปาทายะ**

**ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระภะติ จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ**

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารภความเพียร

ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อจะยังอกุศลธรรมอันเป็นบาปที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น

**อุปปันนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง ปะหานายะ**

**ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระภะติ จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ**

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารภความเพียร

ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อจะละอกุศลธรรมอันเป็นบาปที่เกิดขึ้นแล้ว

**อะนุปปันนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง อุปปาทายะ**

**ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระภะติ จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ**

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อพยายาม ปรารภความเพียร

ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อจะยังกุศลกรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

**อุปปันนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง ฐิติยา อะสัมโมสายะ**

**ภิยะโยภาวายะ เวปุลายะ ภาวะนายะ ปาริปูริยา**

**ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระภะติ จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ**

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารภความเพียร

ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อความตั้งอยู่ ความไม่เลอะเลือน ความงอกงามยิ่งขึ้น

ความไพบูลย์ ความเจริญ ความเต็มรอบ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

**อะยัง วุจจติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความพากเพียรชอบ

**(๗) กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาสะติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย, ความระลึกชอบเป็นอย่างไรเล่า

**อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

**กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ

**อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา วิเนยยะ โลเก อภิชฌา โทมะนัสสัง**

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะมีสติ

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

**เวทนาสุ เวทนานุปสฺสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่เป็นประจำ

**อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา วิเนยยะ โลเก อะภิชฌา โทมะนัสสัง**

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปะชัญญะมีสติ

ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

**จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นประจำ

**อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา วิเนยยะ โลเก อะภิชฌา โทมะนัสสัง**

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปะชัญญะมีสติ

ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

**ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ**

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่เป็นประจำ

**อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา วิเนยฺยะ โลเก อะภิชฌา โทมะนัสสัง**

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปะชัญญะมีสติ

ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความระลึกชอบ

**(๘) กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ**

ดูก่อนภิกษุ ทั้งหลายความตั้งใจมั่นชอบเป็นอย่างไรเล่า

**อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

**วิวิจเจวะ กาเมหิ**

สงัดแล้วจากกามทั้งหลาย

**วิวิจ จะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ**

สงัดแล้วจากธรรมที่เป็นอกุศลทั้งหลาย

**สะวิตักกัง สะวิจารัง วิเวกะชัง ปีติสุขัง ปะฐะมัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึงปฐมฌาณ ประกอบด้วยวิตกวิจาร มีปีติ และสุขอันเกิดจากวิเวกแล้วแลอยู่

**วิตักกะ วิจารานัง วูปะสะมา**

เพราะความที่วิตกวิจารทั้งสองระงับลง

**อัชฌัตตัง สัมปะสาทะนัง เจตะโส เอโกทิภาวัง**

**อะวิตักกัง อะวิจารัง สะมาธิชัง ปีติสุขัง ทุติยัง ฌาณัง อุปฺสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึงทุติยะฌาณ เป็นเครื่องผ่องใส่แห่งใจในภายใจให้สามาธิเป้นธรรมอันเอกผุดมีขึ้น

ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิแล้วแลอยู่

**ปีติยา จะ วิราคา**

อนึ่ง เพราะความจางคลายไปแห่งปีติ

**อุเปกขะโก จะ วิหะระติ สะโต จะ สัมปะชาโน**

ย่อมเป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ

**สุขัญจะ กาเยนะ ปะฏิสังเวเทติ**

และย่อมเสวยสุขด้วยนามกาย

**ยันตัง อะริยา อาจิกขันติ อุเปกขะโก สะติมา สุขะ วิหารี ติ**

ชนิดที่พระอริยเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวสรรเสริญผู้นั้นว่า "เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติอยู่เป็นปกติสุข" ดังนี้

**ตะติยัง ฌาณัง อุปสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึงตติยฌาณแล้วแลอยู่

**สุขัสสะ จะ ปะหานา**

เพราะละสุขเสียได้

**ทุกขัสสะ จะ ปะหานา**

เพราะละทุกข์เสียได้

**ปุพเพวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสานัง อัตถังคะมา**

เพราะความดับไปแห่งโสมนัส และโทมนัสทั้งสองในกาลก่อน

**อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิง จะตุตถังฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ**

เข้าถึง จตุตฌาณ ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีแต่ความเป็นสติที่เป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา แล้วแลอยู่

**อยัง วุจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความตั้งใจมั่นชอบ

## ธัมมจักกัปปวัตนสุตตปาฐะ

**เทวเม ภิกขะเว อันตา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ที่สุดแห่งการกระทำทั้งสองอย่างเหล่านี้มีอยู่

**ปัพพะชิเตนะ นะ เสวิตัพพา**

เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย

**โย จายัง กาเมสุ กามะสุขัลลิกานุโยโค**

นี้คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยคววามใคร่ในกามทั้งหลาย

**หีโน (อ่านว่า ฮีโน)**

เป็นของต่ำทราม

**คัมโม**

เป็นของชาวบ้าน

**โปถุชชุนิโก**

เป็นของคนชั้นปุถุชน

**อะนะริโย**

ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า

**อะนัตถะสัญหิโต**

ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย นี้อย่างหนึ่ง

**โย จายัง อัตตะกิละมาถานุโยโค**

อีกอย่างหนึ่งคือการประกอบการทรมานตนให้ลำบาก

**ทุกโข**

เป็นสิ่งนำมาซึ่งทุกข์

**อะนะริโย**

ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า

**อะนัตถะสัญหิโต**

ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย

**เอเต เต ภิกขุเข อุโภ อันเต อนุปะคัมมะ มะฌิมา ปะฏิปะทา**

ดูก่อนภิกษุ ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางไม่เข้าไปหาที่สุดแห่งการกระทำทั้งสองนั้นมีอยู่

**ตะถาคะเตนะ อภิสัมพุทธา**

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้เฉพาะแล้ว

**จักขุกรณี**

เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักษุ

**ญาณกะระณี**

เป็นเครื่องกระทำให้เกิดปัญญา

**อุปะสะมายะ**

เพื่อความสงบ

**อะภิญญายะ**

เพื่อความรู้ยิ่ง

**สัมโพธายะ**

เพื่อความรู้พร้อม

**นิพพานายะ สังวัตตะติ**

เป็นไปเพื่อนิพพาน

**กะตะมา จะ สา ภิกขะเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา**

ดูก่อภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้นเป็นอย่างไรเล่า

**อะยะเมวะ อะริโย อัฏฐังคิโก มัคโค**

ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางนั้นคือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐประกอบด้วยองค์แปดประการนี้เอง

**เสยยะถีทัง**

ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ

**สัมมาทิฏฐิ**

ความเห็นชอบ

**สัมมาสังกัปโป**

ความดำริชอบ

**สัมมาวาจา**

การพูดจาชอบ

**สัมมากัมมันโต**

การทำการงานชอบ

**สัมมาอาชีโว**

การเลียงชีวิตชอบ

**สัมมาวายาโม**

การพยายายามชอบ

**สัมมาสติ**

ความระลึกชอบ

**สัมมาสมาธิ**

ความตั้งใจมั่นชอบ

**อะยัง โข สา ภิกขะเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายนี้แลคือข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลาง

(คัดจากบท ธัมมจักกัปปวัตนสุตตปาฐะ)

## ปฏิจจสมุปปาทธัมมะ

**(นำ) หันทะ มายัง ปะฏิจจะสะมุปปาทะ ธัมเมสุ อิทัปปัจจะยะตาทิธัมมะปาฐัง ภาณามะเส**

**กะตะโม จะ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ปฏิจจสมุปบาท เป็นอย่างไรเล่า

**(๑) ชาติปัจจะยา ภิกขะเว ชะรามะระณัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, ชาติปัจจะยา ภิกขะเว ชะรา มะระณัง**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๒) ภะวะปัจจะยา ภิกขะเว ชาติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, ชาติปัจจะยา ภิกขะเว ชะรา มะระณัง**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติย่อมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๓) อุปาทานะปัจจะยา ภิกขะเว ภะโว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, อุปาทานะปัจจะยา ภิกขะเว ภะโว**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๔) ตัณหาปัจจะยา ภิกขะเว อุปาทานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, ตัณหาปัจจะยา ภิกขะเว อุปาทานัง**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๕) เวทะนาปัจจะยา ภิกขะเว ตัณหา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

ปัสสะถาติ จาหะ, เวทะนาปัจจะยา ภิกขะเว ตัณหา

**และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๖) ผัสสะปัจจะยา ภิกขะเว เวทะนา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, ผัสสะปัจจะยา ภิกขะเว เวทะนา**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๗) สะฬายะตะนะปัจจะยา ภิกขะเว ผัสโส**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, สะฬายะตะนะปัจจะยา ภิกขะเว ผัสโส**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๘) นามะรูปะปัจจะยา ภิกขะเว สะฬายะตะนัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, นามะรูปะปัจจะยา ภิกขะเว สะฬายะตะนัง**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๙) วิญญาณะปัจจะยา ภิกขะเว นามะรูปัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, วิญญาณะปัจจะยา ภิกขะเว นามะรูปัง**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๑๐) สังขาระปัจจะยา ภิกขะเว วิญญาณัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, สังขาระปัจจะยา ภิกขะเว วิญญาณัง**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**(๑๑) อวิชชาปัจจะยา ภิกขะเว สังขารา**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารย่อมมี

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง**

**อะนุปปาทา วา ตะภาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้ว นั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฎตายตัวแห่งธรรมดา

**อิทัปปัจจะยะตา**

คือความที่เมื่อสิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ ๆ จึงเกิดขึ้น

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะ ซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตฺวา อะภิสะเมตฺวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**ปัสสะถาติ จาหะ, อวิชชาปัจจะยา ภิกขะเว สังขารา**

และได้กล่าวแล้วในบัดนี้ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงมาดู เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารย่อมมี

**อิติ โข ภิกขเว**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุดังนี้แล

**ยาตัตฺระ ตะถะตา**

ธรรมธาตุใด ในกรณีนั้น อันเป็นตถตา คือความเป็นอย่างนั้น

**อะวิตะถะตา**

เป็นอวิตถตา คือความไม่ผิดไปจากความเป็นอย่างนั้น

**อะนัญญะถะตา**

เป็นอนัญญถตา คือความไม่เป็นไปโดยประการอื่น

**อิทัปปัจจะยะตา**

เป็นอิทัปปัจจยตา คือความที่เมื่อ สิ่งนี้ สิ่งนี้ เป็นปัจจัย สิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น

**อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะฏิจจะสะมุปปาโท**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมนั้น เราเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท คือธรรมอันเป็นธรรมชาติ อาศัยกันแล้วเกิดขึ้น

**อิติ**

ดังนี้แล

## ธัมมนิยามสูตร

**(หันทะ มะยัง ธัมมะนิยามะสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส)**

**อุปปาทา วา ภิกขะเว ตะถาคะตานัง อะนุปปาทา วา ตะถาคะตานัง**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุที่พระตถาคตทั้งหลาย จะบังเกิดขึ้นก็ตาม, จะไม่บังเกิดขึ้นก็ตาม

**ฐิตา วะ สา ธาตุ**

ธรรมธาตุนั้น ย่อมตั้งอยู่แล้วนั่นเทียว

**ธัมมัฏฐิตะตา**

คือความตั้งอยู่แห่งธรรมดา

**ธัมมะนิยามะตา**

คือความเป็นกฏตายตัวแห่งธรรมดา

**สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ**

ว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง ดังนี้

**ตัง ตะถาคะโต อะภิสัมพุชฌะติ อะภิสะเมติ**

ตถาคตย่อมรู้พร้อมเฉพาะ ย่อมถึงพร้อมเฉพาะซึ่งธรรมธาตุนั้น

**อะภิสัมพุชฌิตวา อะภิสะเมตวา**

ครั้นรู้พร้อมเฉพาะแล้ว ถึงพร้อมเฉพาะแล้ว

**อาจิกขะติ เทเสติ**

ย่อมบอก ย่อมแสดง

**ปัญญะเปติ ปัฏฐะเปติ**

ย่อมบัญญัติ ย่อมตั้งขึ้นไว้

**วิวะระติ วิภะชะติ**

ย่อมเปิดเผย ย่อมจำแนกแจกแจง

**อุตตานีกะโรติ**

ย่อมทำให้เป็นเหมือนการหงายของที่คว่ำ

**สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ**

ว่าสังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง ดังนี้

## มลคลสูตร

**(หันทะ มะยัง มังคะละสุตตะปาฐัง ภะณามะ เส)**

**พะหู เทวา มะนุสสา จะ มังคะลานิ อะจินตะยุง อากังขะมานา โสตถานัง พรูหิ มังคะละมุตตะมัง**

เทวดาองค์หนึ่งได้กราบทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า หมู่เทวดาและมนุษย์มากหลาย มุ่งหมายความเจริญก้าวหน้า ได้คิดถึงเรื่องมงคลแล้ว ขอพระองค์ทรงบอกทางมงคลอันสูงสุดเถิด สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสตอบดังนี้ว่า

**อะเสวะนา จะ พาลานัง**

การไม่คบคลพาล

**ปัณฑิตานัญจะ เสวะนา**

การคบบัณฑิต

**ปูชา จะ ปูชะนียานัง**

การบูชาต่อบุคคลที่ควรบูชา

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสามอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**ปะฎิรูปะเทสะวาโส จะ**

การอยู่ในประเทศอันสมควร

**ปุพเพ จะ กะตะปุญญะตา**

การเป็นผู้มีบุญได้ทำไว้ก่อนแล้ว

**อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ**

การตั้งตนไว้ชอบ

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสามอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**พาหุสัจจัญจะ**

การเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก

**สิปปัญจะ**

การมีศิลปะวิทยา

**วินะโย จะ สุสิกขิโต**

วินัยที่ศึกษาดีแล้ว

**สุภาสิตา จะ ยา วาจา**

วาจาที่เป็นสุภาษิต

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**มาตาปิตุอุปัฎฐานัง**

การบำรุงเลี้ยงมารดาบิดา

**ปุตตะทารัสสะ สังคะโห**

การสงเคราะห์บุตรและภรรยา

**อะนากุลา จะ กัมมันตา**

การงานที่ไม่ยุ่งเหยิงสับสน

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสามอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**ทานัญญะ**

การบำเพ็ญทาน

**ธัมมะจะริยา จะ**

การประพฤติธรรม

**ญาตะกานัญจะ สังคะโห**

การสงเคราะห์หมู่ญาติ

**อะนะวัชชานิ กัมมานิ**

การงานอันปราศจากโทษ

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**อาระตี วิระตี ปาปา**

การงดเว้นจากบาปกรรม

**มัชชะปานา จะ สัญญะโม**

การเหนี่ยวรั้งใจไว้ได้จากการดื่มน้ำเมา

**อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ**

การไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสามอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**คาระโว จะ**

ความเคารพอ่อนน้อม

**นิวาโต จะ**

ความถ่อมตัวไม่เย่อหยิ่ง

**สันตุฎฐี จะ**

ความสันโดษยินดีในของที่มีอยู่

**กะตัญญุตา**

ความเป็นคนกตัญญู

**กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง**

การฟังธรรมตามกาล

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจห้าอย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**ขันตี จะ**

ความอดทน

**โสวะจัสสะตา**

ความเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย

**สะมะณานัญจะ ทัสสนัง**

การพบเห็นสมณะผู้สงบจากกิเลส

**กาเลนะ ธัมมะสากัจฉา**

การสนทนาธรรมตามกาล

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**ตะโป จะ**

ความเพียรเผากิเลส

**พรหมะจะริยัญจะ**

การประพฤติพรหมจรรย์

**อะริยะสัจจานะ ทัสสะนัง**

การเห็นอริยสัจ

**นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ**

การทำพระนิพพานให้แจ้ง

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**ผุฎฐัสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ**

จิตของผู้ใดอันโลกธรรมทั้งหลาย ถูกต้องแล้ว ไม่หวั่นไหว

**อะโสกัง**

เป็นจิตไม่เศร้าโศก

**วิระชัง**

เป็นจิตไร้ธุลีกิเลส

**เขมัง**

เป็นจิตอันเกษมศานต์

**เอตัมมังคะละมุตตะมัง**

กิจสี่อย่างนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

**เอตาทิสานิ กัตตะวานะ สัพพัตถะมะปะราชิตา, สัพพัตถะ โสตถิง คัจฉันติ ตันเตสัง มังคะละมุตตะมันติ**

หมู่เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ได้กระทำมงคลทั้งสามสิบแปดประการเหล่านี้ให้มีในตนแล้ว จึงเป็นผู้ไม่พ้ายแพ้ในที่ทั้งปวง ย่อมถึงความสวัสดีในทุกสถาน ทั้งหมดนี้เป็นมงคล คือเหตุให้ถึงความเจริญก้าวหน้าอันสูงสุด ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายเหล่านั้นโดยแท้

**อิติ**

ด้วยประการฉะนี้แล

# อนุโมทนาคาถา

## อนุโมทนารัมภคาถา

**ยะถา วาริวะหา ปูรา ปะริปูเรนติ สาคะรัง**

ห้วงน้ำที่เต็มย่อมยังสมุทรสาครให้เต็มได้ฉันใด

**เอวะเมวะ อิโต ทินนัง เปตานัง อุปะกัปปะติ**

ทานที่ท่านอุทิศให้แล้วแต่โลกนี้, ย่อมสำเร็จ

ประโยชน์แก่ผูที่ละโลกนี้ไปแล้วได้ ฉันนั้น

**อิจฉิตัง ปัตถิตัง ตุมหัง ขิปปะเมวะ สะมิชฌะตุ**

ขออิฏฐผลที่ท่านปรารถนาแล้วตั้งใจแล้ว จงสำเร็จโดยฉับพลัน

**สัพเพ ปูเรนตุ สังกัปปา จันโท ปัณณะระโส ยะถา**

ขอความดำริทั้งปวงจงเต็มที่ เหมือนพระจันทร์วันเพ็ญ

**มะณิ โชติระโส ยะถา ฯ**

เหมือนแก้วมณีอันสว่างไสวควรยินดี ฯ

## สามัญญานุโมทนาคาถา

**สัพพีติโย วิวัชชันตุ สัพพะโรโค วินัสสะตุ**

ความจัญไรทั้งปวงจงบำราศไป โรคทั้งปวง(ของท่าน)จงหาย

**มา เต ภะวัตวันตะราโย สุขี ทีฆายุโก ภะวะ ฯ**

อันตรายอย่ามีแก่ท่าน ท่านจงเป็นผู้มีความสุขมีอายุยืน

**อะภิวาทะนะสีลิสสะ นิจจัง วุฑฒาปะจายิโน**

จัตตาโร ธัมมา วัฑฒันติ อายุ วัณโณ สุขัง พะลัง ฯ

**ธรรมสี่ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ ย่อมเจริญแก่**

ผู้มีปรกติไหว้กราบ,มีปรกติอ่อนน้อม (ต่อผู้ใหญ่) เป็นนิตย์ ฯ

## โภชนทานานุโมทนาคาถา

**อายุโท พะละโท ธีโร วัณณะโท ปะฏิภาณะโท**

ผู้มีปัญญา ให้อายุ ให้กำลัง ให้วรรณะ ให้ปฏิภาณ

**สุขัสสะ ทาตา เมธาวี สุขัง โส อะธิคัจฉะติ**

ผู้มีปัญญา ให้ความสุข ย่อมได้ประสพสุข

**อายุง ทัตวา พะลัง วัณณัง สุขัญจะ ปะฏิภาณะโท**

บุคคลผู้ให้อายุ พละ วรรณะ สุขะ แลปฏิภาณ

**ทีฆายุ ยะสะวา โหติ ยัตถะ ยัตถูปะปัชชะตีติ ฯ**

บังเกิดในที่ใดๆย่อมเป็นผู้มีอายุยืน

## ภะวะตุสัพฯ

**ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง**

ขอสรรพมงคล จงมีแก่ท่าน

**รักขันตุ สัพพะเทวะตา**

ขอเหล่าเทวดาทั้งปวงจงรักษาท่าน

**สัพพะพุทธานุภาเวนะ**

ด้วยอานุภาพ แห่งพระพุทธเจ้าทั้งปวง

**สะทา โสตถี ภะวันตุ เต ฯ**

ขอความสวัสดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

**ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง**

ขอสรรพมงคล จงมีแก่ท่าน

**รักขันตุ สัพพะเทวะตา**

ขอเหล่าเทวดาทั้งปวงจงรักษาท่าน

**สัพพะธัมมานุภาเวนะ**

ด้วยอานุภาพ แห่งพระธรรมทั้งปวง

**สะทา โสตถี ภะวันตุ เต ฯ**

ขอความสวัสดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

**ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง**

ขอสรรพมงคล จงมีแก่ท่าน

**รักขันตุ สัพพะเทวะตา**

ขอเหล่าเทวดาทั้งปวงจงรักษาท่าน

**สัพพะสังฆานุภาเวนะสะทา**

ด้วยอานุภาพ แห่งพระสงฆ์ทั้งปวง

**โสตถี ภะวันตุ เต ฯ**

ขอความสวัสดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

# บทสวดและคาถาในโอกาสต่าง ๆ

## คำพินทุผ้า

อิมัง พินทุกัปปัง กะโรมิ

## คำวิกัปป์

อิมัง จีวะรัง ตุยหัง วิกัปเปมิ

**(หลายผืนว่า)** อิมานิ จีวะรานิ ตุยหัง วิกัปเปมิ

**คำถอน** อิมัง จีวะมัง มัยหัง สันตะกัง ปะริภุญชะ วา

วิสัชเชหิ วา ยะถาปัจจะยัง วา กะโรหิ

**(ถ้าผู้ถอนอ่อนกว่า ว่า)** อิมัง จีวะรัง มัยหัง สันตะกัง ปะริภุญชะถะ วา

วิสัชเชถะ วา ยะถาปัจจะยัง วา กะโรถะ

## คำอธิษฐานเข้าพรรษา

อิมัสมิง อาวาเส อิมัง เตมาสัง วัสสัง อุเปมิ (ว่า ๓ จบ)

## คำปาวารณาออกพรรษา

..............สังฆัมภันเต ปะวาเรมิ ทิฏเฐนะ วา สุเตนะ วา

ปะริสังกายะ วา วะทันตุ มัง อายัสมันโต อะนุกัมปัง อุปาทายะ

ปัสสันโต ปะฏิกกะริสสามิ ฯ

..............ทุติยัมปิ ภันเต ปะวาเรมิ ทิฏเฐนะ วา สุเตนะ

วา ปะริสังกายะ วา วะทันตุ มัง อายัสมันโต อะนุกัมปัง อุปทายะ

ปัสสันโต ปะฏิกกะริสสามิ ฯ

..............ตะติยัมปิ ภันเต สังฆัง ปะวาเรมิ ทิฏเฐนะ วา สุเตนะ

วา ปะริสังกายะ วา วะทันตุ มัง อายัสมันโต อะนุกัมปัง อุปาทายะ

ปัสสันโต ปะฏิกกะริสสามิ ฯ

## คำลาสิกขา

**สิกขัง ปัจจักขามิ คิหีติ มัง ธาเรถะ**

ข้าพเจ้าลาสิกขา ท่านทั้งหลายจงจำข้าพเจ้าไว้ว่า เป็นคฤหัสถ์

## ชุมนุมเทวดา

**สะรัชชัง สะเสนัง สะพันธุง นะรินทัง**

**ปะริตตานุภาโว สะทา รักขะตูติ**

**ผะริตวานะ เมตตัง สะเมตตา ภะทันตา**

**อะวิกขิตตะจิตตา ปะริตตัง ภะณันตุ**

ท่านผู้เจริญทั้งหลาย ผู้มีเมตตา จงแผ่เมตตาจิต ด้วยคิดว่าขออานุภาพพระปริตร จงรักษาพระราชาผู้เป็นเจ้าแห่งนรชน พร้อมด้วยราชสมบัติ พร้อมด้วยราชวงศ์ พร้อมด้วยเสนามาตย์ อย่ามีจิตฟุ้งซ่าน ตั้งใจสวดพระปริตร

**สัคเค กาเม จะ รูเป คิริสิขะระตะเฏ จันตะลิกเข วิมาเน**

ขอเชิญเหล่าเทพเจ้าซึ่ง สถิตย์อยู่ในสวรรค์ชั้นกามภพก็ดี รูปภพก็ดีและภุมมเทวดา ซึ่งสถิตย์อยู่ในวิมานหรือยอดเขาและหุบผา ในอากาศก็ดี

**ทีเป รัฏเฐ จะ คาเม ตะรุวะนะคะหะเน เคหะวัตถุมหิ เขตเต**

ในเกาะก็ดี ในแว่นแคว้นก็ดี ในบ้านก็ดี ในต้นพฤกษาและป่าชัฏก็ดี ในเรือนก็ดี ในที่ไร่นาก็ดี

**ภุมมา จายันตุ เทวา ชะละถะละวิสะเม ยักขะคันธัพพะนาคา**

เทพยดาทั้งหลาย ซึ่งสถิตย์ตามภาคพื้นดิน รวมทั้งยักษ์ คนธรรพ์และพยานาคซึ่งสถิตย์อยู่ในน้ำ บนบก และที่อันไม่ราบเรียบ ก็ดี

**ติฏฐันตา สันติเก ยัง มุนิวะระวะจะนัง สาธะโว เม สุณันตุ**

ซึ่งอยู่ในที่ใกล้เคียง จงมาประชุมพร้อมกันในที่นี้ คำใดเป็นของพระมุนีผู้ประเสริฐ ท่านสาธุชนทั้งหลาย จงสดับคำข้าพเจ้านั้น

**ธัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทันตา**

ดูก่อน ท่านผู้เจริญทั้งหลาย กาลนี้เป็นกาลฟังธรรม

**ธัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทันตา**

ดูก่อน ท่านผู้เจริญทั้งหลาย กาลนี้เป็นกาลฟังธรรม

**ธัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทันตา**

ดูก่อน ท่านผู้เจริญทั้งหลาย กาลนี้เป็นกาลฟังธรรม

## พุทธชัยมงคลคาถา (พาหุง)

**พาหุง สะหัสสะมะภินิมมิตะสาวุธันตัง ค๎รีเมขะลังอุทิตะโฆระสะเสนะมารัง ทานาทิธัมมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนีได้ทรงชนะพญามารผู้เนรมิตแขนมากตั้งพัน ถืออาวุธครบมือ ขี่คชสารชื่อครีเมขละ พร้อมด้วยเสนามารโห่ร้องกึกก้อง ด้วยธรรมวิธี คือ ทรงระลึกถึงพระบารมี ๑๐ ประการ ที่ทรงบำเพ็ญแล้ว มีทานบารมีเป็นต้น ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**มาราติเรกะมะภิยุชฌิตะสัพพะรัตติง โฆรัมปะนาฬะวะกะมักขะมะถัทธะยักขัง ขันตีสุทันตะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนีได้ทรงชนะอาฬวกยักษ์ ผู้มีจิตกระด้าง ดุร้ายเหี้ยมโหด มีฤทธิ์ยิ่งกว่าพญามาร ผู้เข้ามาต่อสู้ยิ่งนัก จนตลอดรุ่ง ด้วยวิธีที่ทรงฝึกฝนเป็นอันดี คือ ขันติบารมี (คือ ความอดทน อดกลั้น ซึ่งเป็น ๑ ในพระบารมี ๑๐ ประการ) ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**นาฬาคิริง คะชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง ทาวัคคิจักกะมะสะนีวะ สุทารุณันตัง เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนีได้ทรงชนะพญาช้างตัวประเสริฐชื่อ นาฬาคิรี เป็นช้างเมามันยิ่งนัก ดุร้ายประดุจไฟป่า และร้ายแรงดังจักราวุธและสายฟ้า (ขององค์อินทร์) ด้วยวิธีรดลงด้วยน้ำ คือ พระเมตตา ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**อุกขิตตะขัคคะมะติหัตถะสุทารุณันตัง ธาวันติโยชะนะปะถังคุลิมาละวันตัง อิทธีภิสังขะตะมะโน ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนีทรงบันดาลอิทธิฤทธิ์ทางใจอันยอดเยี่ยม ชนะโจรชื่อองคุลิมาล (ผู้มีพวงมาลัย คือ นิ้วมือมนุษย์) แสนร้ายกาจ มีฝีมือ ถือดาบวิ่งไล่พระองค์ไปสิ้นทาง ๓ โยชน์ ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**กัตวานะ กัฏฐะมุทะรัง อิวะ คัพภินียา จิญจายะ ทุฏฐะวะจะนัง ชะนะกายะมัชเฌ สันเตนะ โสมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนีได้ทรงชนะความกล่าวร้ายของนางจิญจมาณวิกา ผู้ทำอาการประดุจว่ามีครรภ์ เพราะทำไม้สัณฐานกลม (ผูกติดไว้) ให้เป็นประดุจมีท้อง ด้วยวิธีสมาธิอันงาม คือ ความสงบระงับพระหฤทัย ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**สัจจัง วิหายะ มะติสัจจะกะวาทะเกตุง วาทาภิโรปิตะมะนัง อะติอันธะภูตัง ปัญญาปะทีปะชะลิโต ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนี ทรงรุ่งเรืองแล้วด้วยประทีป คือ ปัญญา ได้ชนะสัจจกนิครนถ์ (อ่านว่า สัจจะกะนิครนถ์, นิครนถ์ คือ นักบวชประเภทหนึ่งในสมัยพุทธกาล) ผู้มีอัชฌาสัยในที่จะสละเสียซึ่งความสัตย์ มุ่งยกถ้อยคำของตนให้สูงล้ำดุจยกธง เป็นผู้มืดมนยิ่งนัก ด้วยเทศนาญาณวิธี คือ รู้อัชฌาสัยแล้ว ตรัสเทศนาให้มองเห็นความจริง ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**นันโทปะนันทะภุชะคัง วิพุธัง มะหิทธิง ปุตเตนะ เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยันโต อิทธูปะเทสะวิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนีทรงโปรดให้พระโมคคัลลานะเถระพุทธชิโนรส นิรมิตกายเป็นนาคราชไปทรมานพญานาคราช ชื่อ นันโทปนันทะ ผู้มีความหลงผิดมีฤทธิ์มาก ด้วยวิธีให้ฤทธิ์ที่เหนือกว่าแก่พระเถระ ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**ทุคคาหะทิฏฐิภุชะเคนะ สุทัฏฐะหัตถัง พรัหมัง วิสุทธิชุติมิทธิพะกาภิธานัง ญาณาคะเทนะ วิธินา ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ ฯ**

พระจอมมุนีได้ทรงชนะพรหมผู้มีนามว่าพกาพรหม ผู้มีฤทธิ์สำคัญตนว่าเป็นผู้รุ่งเรืองด้วยคุณอันบริสุทธิ์ มีความเห็นผิดประดุจถูกงูรัดมือไว้อย่างแน่นแฟ้นแล้ว ด้วยวิธีวางยาอันพิเศษ คือ เทศนาญาณ ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

**เอตาปิ พุทธะชะยะมังคะละอัฏฐะคาถา โย วาจะโน ทินะทิเน สะระเต มะตันที หิตวานะเนกะวิวิธานิ จุปัททะวานิ โมกขัง สุขัง อะธิคะเมยยะ นะโร สะปัญโญ ฯ**

นรชนใดมีปัญญา ไม่เกียจคร้าน สวดก็ดี ระลึกก็ดี ซึ่งพระพุทธชัยมงคล ๘ บทนี้ทุก ๆ วัน นรชนนั้นจะพึงละเสียได้ ซึ่งอุปัทวันตรายทั้งหลายมีประการต่าง ๆ เป็นอเนกและถึงซึ่งวิโมกข์ (คือ ความหลุดพ้น) อันเป็นบรมสุขแล

1. อ่านว่า ฮี [↑](#footnote-ref-1)
2. คำในวงเล็บสำหรับผู้หญิงว่า [↑](#footnote-ref-2)
3. ผู้หญิงว่าคำในวงเล็บสำหรับ [↑](#footnote-ref-3)
4. ผู้หญิงว่าคำในวงเล็บสำหรับ [↑](#footnote-ref-4)
5. ผู้หญิงว่าคำในวงเล็บสำหรับ [↑](#footnote-ref-5)
6. ผู้หญิงว่าคำในวงเล็บสำหรับ [↑](#footnote-ref-6)
7. ผู้หญิงว่าคำในวงเล็บสำหรับ [↑](#footnote-ref-7)
8. *ศัพท์ที่มีคำว่า - หี ทุกแห่งให้ออกเสียงว่า - ฮี* [↑](#footnote-ref-8)
9. *สี่คู่คือ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล, สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล,อนาคามิมรรค อนาคามิผล, อรหัตตมรรค อรหัตตผล.* [↑](#footnote-ref-9)