

คู่มือปฏิบัติธรรม

นางเนือง อัมสมบัติ

พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการในการทอดกฐิน

ณ วัดหนองหลาย จังหวัดลำปาง

วันที่ ๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๐๒

294.3
น878ค



หอสมุดแห่งชาติรัชมังคลาภิเษก
จันทบุรี

คู่มือปฏิบัติธรรม

นางเนื่อง อัมสมบัต

พิมพ์เป็นธรรมบรรณาการในการทอดกฐิน

ณ วัดหนองหล่าย จังหวัดลำปาง

วันที่ ๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๑๒

เลขห้อง ๑๕,

294.3

เลขหมู่ ๙๖ 878 ค

เลขทะเบียน น.๓๑๓.๑๓๔๓๐

แถลงเรื่อง

คุณนายเนื่อง อิมสมบัติ ได้ปรารภถึงชีวิตที่เริ่มต้นในการติดต่อกับวัด トラบเท่าได้รักษาศีลฟังธรรมในวันธรรมสวนะเป็นประจำ เพื่อเป็นตัวอย่างแก่ผู้มีปรารถนาคำเนินชีวิตเช่นนี้บ้าง และได้รวบรวมบทสวดมนต์ไหว้พระที่ใช้เป็นหลักอยู่ทั่วไปตามอารามนั้น ๆ สำหรับติดตัวไปวัดด้วย เมื่อใช้บ่อย ๆ จะค่อยจำได้โดยไม่ต้องดูตำรา ทั้งนี้เพื่อหวังให้ความสะดวกแก่ท่านผู้ประสงค์เข้าวัด ถือศีลกินเพล ได้ทราบวิธีสวดมนต์ไหว้พระ อันเป็นกิจเบื้องต้นไว้สำหรับตน

ในการถวายนักษัตรที่วัดหนองหลาย ตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง เพื่อรวบรวมเงินทุนซื้อกระเบื้องมุงหลังคาอุโบสถซึ่งยังค้างอยู่ ณ วันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๑๒ จึงถือโอกาสพิมพ์ข้อความที่ปรารภนั้น พร้อมกับบทสวดมนต์ไหว้พระ เป็นที่ระลึกในงานกุศลเหมือนเป็นการฉลองกุศลประการหนึ่ง โดยใช้วิธีชักจูงแนะนำผู้นับถือพระพุทธศาสนาทั้งหลายทั้งชายหญิง ด้วยการนำชีวิตของตนเองเป็นแบบอย่าง ทั้ง ๆ ที่ต้องกระทำการซื้อขายเป็นอาชีพอยู่อย่างตัวเป็นเกลียวก็ตาม เมื่อมีน้ำใจมุ่งมั่นต่อการบุญการกุศลอย่างแท้จริงแล้วย่อมมีโอกาสดุจพอจะปลีกปฏิบัติบำเพ็ญได้ตามสามารถ และการประพฤติในการบุญการกุศลแต่ละครั้งละคราวนั้น จะเท่ากับช่วยเบิกทางให้รู้เห็นชนิดในการทำบุญกุศล ปรากฏแก่ใจตนเองยิ่ง ๆ ขึ้น และเมื่อได้

ทำบุญด้วยน้ำใจเป็นบุญจริง ๆ แล้ว บุญย่อมส่งเสริมให้ได้มีโอกาส
บำเพ็ญบุญต่อไปไม่รู้จักหมดสิ้นเสื่อมสูญ

ส่วนคำสวคมนต์ไหว้พระ ก็เท่ากับเป็นอาจารย์แนะนำ พึงพยายาม
ท่องจำว่าปากเปล่าให้ได้ จะช่วยสนับสนุนกำลังศรัทธาอีกมาก เพราะ
เมื่อสำรวมกิริยา และอารมณ์สวดไปตามแบบจนกว่าจะจบ ก็ชื่อว่า
มีพุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ ประจำอารมณ์ ความอิมใจย่อม
ปรากฏเฉพาะตนเอง ยิ่งแสวงหาความรู้ให้ทราบเนื้อความในบทบาลีที่
สวดนั้นได้อีก บุญจะยิ่งเจริญทวีไม่น้อยทีเดียว

ขอผลานิสงส์ในการชักชวนให้ชาวพุทธสนใจเข้าวัด ถือนิสสัยกินเพล
บ้างตามโอกาส และบทสวคมนต์ไหว้พระ เป็นตำราประจำตน กับ
อานิสงส์ในการถวายผ้ากฐินครั้งนี้ จงประมวลเป็นกุศลราศี กองบุญ
ใหญ่ตลอดบันทาลให้คุณนายเนื่อง อิมสมบัติ พร้อมด้วยลูกหลานญาติมิตร
ตลอดผู้เคารพนับถือที่มีส่วนร่วมในงานกฐินครั้งนี้ทุกท่าน จงสมบุญ
ด้วยทรัพย์ ยศ ไมตรี มิตร และจตุรพิธพรชัยมงคล ทุกทิพาราตรี
เทอญ.

วัดราชบพิธ พระนักร

วันที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๑๒

คำนำ

ดิฉันตั้งใจเขียนการปฏิบัติเล่ม^{๕๕}นี้ เพราะเหตุมีความคิดว่า เมื่อ
ดิฉันตั้งใจจะเข้าวัดปฏิบัติธรรม ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร มันช่างโง่เสียจริง
ในระยยะอายุ ๒๑ ปีนั้นเดินไปวัดราชบพิธ เขวากันว่าวัด^{๕๕}นี้วัดเจ้าอย่า
เข้าไปนะลำบาก ดิฉันอยากปฏิบัติจริง ๆ จึงเชื่อซาเข้าไปนั่งข้างหลัง
ที่สุด เขาสวดมนต์กัน ดิฉันไม่รู้จัก ฟังไปอย่างไม่รู้ภาษา แต่จิต
ใจมันช่างอยากเข้าวัดเสียจริง ๆ ไปด้วยศรัทธาแท้ ๆ นานวันเข้าดิฉัน
ก็ใจกล้าขึ้นทุกครั้ง ไปทุกวันพระ แลที่บ้านใส่บาตรทุกวัน จำหน้าพระ
ได้บ้างว่าอยู่ที่วัด^{๕๕}นี้ จึงเริ่มไต่ถามพระเด็ก ๆ ว่าท่านชื่ออะไร ท่านว่าชื่อ
เกษม ดิฉันก็เลยถามว่าการเข้าวัด^{๕๕}นี้เขาห้ามคนชนิดใด ท่านก็บอกว่า
ไม่ห้ามใคร ๆ ก็ไปได้ ดิฉันจึงใจกล้าขึ้นเริ่มให้ลูกชายนำอาหารไป
ถวายท่านมหาทองเจือ ซึ่งเดี๋ยวนั้นเป็นเจ้าคุณธรรมจินดาภรณ์ ตอนเย็น
ท่านให้เด็กเอาสารรับมาส่ง มี จ. ม. โมทนาให้พรมาด้วย ดิฉันก็ใจเหลือ
เกิน นับแต่นั้นดิฉันก็ไปวัดทุกวันพระ ถูกรู้จักกับผู้ใหญ่หลายคน ต่อมา
วัดมีงานการดิฉันก็ได้ช่วยตามสติกำลังมาจนบัด^{๕๕}นี้ จึงกิตอยู่^{๕๕}นานวัน แต่
สติกำลังยังไม่พอ มาบัด^{๕๕}นี้เป็นเวลาว่างแลพอเข้าใจอะไรบ้าง จึงเริ่ม
เขียนการปฏิบัติ^{๕๕}นี้ เพื่อผู้มีศรัทธาอยากเข้าวัดใหม่ ๆ อยากจะปฏิบัติ
จะได้รู้วิธีเข้าวัด ผูกหัดตั้งใจเป็นประโยชน์บ้าง ทุกสิ่งที่ดิฉันได้ปฏิบัติ
มานี้^{๕๕}ได้ผลทุกประการ บัด^{๕๕}นี้ดิฉันอายุเจ็ดสิบปีแล้ว จึงขอฝากข้อปฏิบัติ

นี้ไว้แก่นุชนรุ่นหลัง หวังเป็นที่พึงของทนต์จะมีความสุขกายสบายใจ
ในเวลาปฏิบัติให้บริสุทธิ์บริบูรณ์

อนึ่งได้พิมพ์วิธีไหว้พระสวทมนต์แปล ทำวัตร เข้า เย็น บั๊จเวกชน
องค์อุโบสถศีล ซึ่งสมเด็จพระสังฆราชเจ้า วัดราชบพิธ ทรงแปลไว้ใน
เล่มนี้ด้วย

เนื่อง อัมสมบติ

การปฏิบัติรักษาศุโบสถที่ถูกต้อง

เมื่อถึงวัน ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ เป็นวันรักษาศุโบสถศีล ผู้ที่ตั้งใจจะปฏิบัติรักษาศุโบสถเป็นการฝึกเพื่อกิเลสให้หมดสิ้นไป จึงเป็นการเข้าไปสู่ความสงบสะอาดสว่างทางใจ ไม่มีสิ่งใดที่จะต้องกลัวหรือวิตกกังวลที่บางท่านโดยมากกลัว ผู้ไม่เคยรักษาศุโบสถ มักจะกลัวความหิวรบกวน นอนไม่หลับซึ่งเป็นความเข้าใจผิด ผู้รักษาศุโบสถจริง ๆ จิตใจของท่านจะสงบได้รับการพักผ่อนในการทำงาน จะทำให้ไม่รู้สึกริหิว ไม่ง่วงนอน จะทำให้เกิดปีติปราโมทย์ เป็นความสุข สงบ สะอาด สว่าง อันแท้จริงแก่ผู้ปฏิบัติ

ผู้รักษาศุโบสถไม่จริง คือไปวัดเพื่อความโอ้อวด ไม่มีการสำรวมระวัง แทนที่จะละกิเลส กลับไปเพิ่มพูนกิเลส ไปเพื่อจะอวดว่าฉันมีดีกว่าคนอื่น มีเครื่องเพชรประดับร่างกายอย่างหรู แต่งตัวดีกว่าผู้อื่น ทำบุญมากกว่าผู้อื่น ไม่มีความสงบใจ มักได้โน้มน้าวผู้อื่น ตูหมิ่นคนแก่คนจน และมัวเมาในการแต่งกาย ไปวัดเพื่อการจับกลุ่มสนทนาเรื่องทางโลก ไม่มีการงดเว้นข้อห้ามของศีล จึงถูกกิเลสแผดเผาพอกพูนความทุกข์กายใจ

สมัยพุทธกาลนานมา การเข้ารักษาศุโบสถศีลของชาวพุทธย่อมจะหยุดงานอาชีพประจำ ๑ วันกับหนึ่งคืน เพื่อมีเวลาหาความสุขทางใจ เพราะวันทำงานหาเงินทองมาเลี้ยงชีพ ย่อมมีความโลภอยากจะทำงานให้ได้ผลดีมาก เป็นค้ำหาความอยากความละโมภ เขาจึงหาโอกาสหยุดงานเข้ารักษาศุโบสถหาความสุขทางจิตใจตามกำลังความสามารถ

ฉะนั้นในวันรักษาอุโบสถศีล ควรจะครองชีวิตอย่างง่าย ๆ รับ
ประทานอาหารแต่พอควร งตเว็นอาหารการฟุ่มเฟือย จะนั่งจะนอน
อย่างง่าย ๆ แลเลือกหาที่นั่งที่นอนไม่เกี้ยวข้องหรือใกล้กับการงาน
งตเว็นอย่างจริงจัง ในวันหนึ่งคืนหนึ่งตามที่เราได้ปฏิญญารับจากพระ
มาแล้ว เป็นการบำเพ็ญศีลสมาธิปัญญาอย่างเคร่งครัด จะทำให้ผู้
ปฏิบัติบรรลุผล ได้มากน้อยตามความสามารถ เป็นการปฏิบัติ
ธรรมได้รับผลความสุขสงบ ไม่มีความทุกข์ทรมานหม่นหมองมารบกวน
จิตใจได้

การเตรียมตัวรักษาอุโบสถ

ควรจะตื่นนอนเวลาตี ๕.๐๐ น. ขำระร่างกายด้วยความสดชื่น แต่ง
กายด้วยเสื้อผ้าไม่มีการประดับตกแต่งแสดงความสวยงาม เพื่อเตรียมตน
ให้ถึงถึงความบริสุทธิ์สะอาดเสร็จแล้ว บูชาพระ ทำวัตรเช้า จนถึงเวลา
๗ โมงเช้า รับประทานอาหารเช้า และเตรียมตัวไปวัดเพื่อรับ
อุโบสถศีล ไปวัดควรจะมีดอกไม้ธูปเทียนไปสักการะ เพื่อน้อมใจระลึก
ถึงคุณพระรัตนตรัย การบูชาที่แท้ คือนอบน้อมต่อความตรัสรู้
พระธรรมอันสูงสุดขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น วัน
รักษาอุโบสถ ควรทำใจให้ถึงพระรัตนตรัย ทำวัตรเช้าเย็น ฟังธรรม
สวดมนต์ ภาวนา เป็นการปฏิบัติให้ถึงพระรัตนตรัย ถูกต้องตรง
ความมุ่งหมายจะได้รับผลก้าวหน้าในทางใจ ส่วนผู้ทำเล่นไม่จริงจัง ไม่
มีความมุ่งหมาย จะไม่ได้รับผล เมื่อไปวัดบูชาพระรัตนตรัยแล้ว มีการ

ทำวัตรเช้า การทำวัตรนี้คือการบูชาสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย ผู้ปฏิบัติต้องทำให้ชัดเจน จะเป็นประโยชน์แก่ตัวเองแลเป็นประโยชน์แก่ผู้ไต่ยนได้ฟังจะได้หมั่นจิตใจไปตามคำที่เราทั้งหลายได้กล่าวแล้ว การบูชาพระแลทำวัตรเป็นการทำให้จิตใจถึงคุณธรรมของพระรัตนตรัย ผู้ปฏิบัติจะมีจิตใจจกจ่อในคุณธรรมจริง ๆ การสำรวมระวังในการปฏิบัติคือทำวัตรเช้าแล้ว รับผิดชอบ เสร็จแล้วจะได้ประกาศตนเป็น อุบาสก อุบาสิกา ประกาศมีดังนี้ หัวหน้านำว่า

อะหัง พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ { สรรณัง คะโต (ชายว่า)
สรรณัง คะตา (หญิงว่า)

อุปาสะกัตตัง (ชายว่า) { เทเสสัง ภิกขุสังฆัสสะ สัมมูชา
อุปาสิกัตตัง (หญิงว่า)

เอตัง เม สรรณัง เขมมัง เอตัง สรรณะมุตกะมัง เอตัง สรรณะมากัมมะ
สัพพะทุกขา ปะมุจจะเย ยะถาพะลัง จะเรยาหัง สัมมาสัมพุทเธสาสะนัง

ทุกขะนิสสะระณัสเสวะ ภาคิอัสสัง (ชายว่า) อะนาคะเต
ภาคินิสสัง (หญิงว่า)

(เสร็จกิจตอนเช้าเพียงเท่านั้น)

คำแปลภาษาไทย

ข้าพเจ้าถึงแล้ว ซึ่งพระพุทธรเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า
ว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึกถึง

ข้าพเจ้าขอแสดงตนว่าเป็นอุบาสก (ชายว่า) อุบาสิกา (หญิงว่า)
ในที่เฉพาะหน้าพระภิกษุสงฆ์ พระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้าอัน
เกษม พระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งอันสูงสุด

เพราะอาศัยพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง ข้าพเจ้าพึ่งพ้นจากทุกข์
ทั้งปวง

ข้าพเจ้าจักประพฤติซึ่งพระธรรมคำสั่งสอน ของพระสัมมาสัมพุทธ-
เจ้า โดยสมควรแก่กำลัง

ขอข้าพเจ้าพึงมีส่วนแห่งพระนิพพาน อันเป็นที่ยกตนออกจากทุกข์
ในอนาคตกาลเบื้องหน้าโน้น เทอญ

ข้อปฏิบัติควรพึงธรรมด้วยความเคารพ

การรับศีล เป็นความมุ่งมาดปรารถนาเปลี่ยนแปลงกายใจไม่เกลือก
กลวกับความชั่วความทุกข์ เป็นผู้มีศรัทธาในพระพุทธ พระธรรม
พระสงฆ์ แลเป็นผู้มีศีลบริสุทธิ์ ไม่ฉ้อโกง ไม่พุดปดมดเท็จ ควร
ปฏิบัติโดยถูกต้องรอบคอบ ให้สมกับวาจาที่กล่าวว่า ขอถือเอาเป็น
สรณะที่พึ่ง ก็ต้องตั้งใจรักษาให้บริสุทธิ์ไม่ท่างพร้อย เป็นศีลที่พระ-
อริยเจ้าประทานให้ เป็นเครื่องระงับความโกรธ ความโลภ ความหลง
ความมัวเมา แลการพึงธรรมก็ควรพึงด้วยความเคารพ ให้ได้รับผล
เป็นการดับทุกข์ได้จริง ถ้าไม่มีเหตุจำเป็นอย่างใด ไม่ควรลุกไปในขณะ
ที่พระกำลังแสดงธรรม ผู้ที่ลุกไปในขณะที่พระกำลังแสดงธรรม เป็นผู้ไม่
เคารพธรรม แม้แต่จะสำรวมในขณะพึงธรรมก็ยังไม่ได้ จะปฏิบัติ
ธรรมให้สูงขึ้นไปได้อย่างไร

การทำวัตรเย็น

ผู้รักษาอุโบสถศีล ในตอนเย็น จะประชุมกันสวดทำวัตรเย็นเป็น
การระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย แลจะได้ตรวจตนว่าได้ปฏิบัติตนตามที่
สมาทานไว้บกพร่องหรือไม่

วิธีไหว้พระ บูชาพระ

มีรูปเทียนดอกไม้ ยกขึ้นบูชาอย่างง่าย ๆ

พุทธรูปบูชา มหาเศรษฐีโต ธรรมบูชา มหาปัญญา

สงฆ์บูชา มหาโลกวิ

ต่อจากนั้น หัวหน้าจะนำสวดทำวัตรเช้า

คำนมัสการพระรัตนตรัย

(หัวหน้านำให้ว่าตาม)

อรหัง สมมาสมพุทโธ ภควา พุทธัง ภควนตัม อภิวาเทมิ (กราบ)

สวากขาโต ภควตา ธมโม ธมมัม นมสฺสวามิ (กราบ)

สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สงฺฆัม นมามิ (กราบ)

(หัวหน้านำว่า) หนุตทานิ มยฺหํตัม ภควนตัม วาจาเย อภิกุตุ

ปุพฺพภาคนมการํ กโรมิ เส. (สวดพร้อมกันว่า)

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

ขอนอบน้อม แก่พระผู้มีพระภาค อรหันต-

สมฺมาสมฺพุทฺธเจ้า พระองค์นั้น

ทำวัตรเช้า

พุทฺธากิณฺตี

(หัวหน้านำว่า) หนฺต มยํ พุทฺธากิณฺตี กโรม เส.

(สวดพร้อมกัน)

โย โส ตถาคโต
อรหํ

พระตถาคตเจ้านี้ พระองค์ใด
เป็นผู้ไกลกิเลส เป็นผู้ควรไหว้
ควรบูชา

สมฺมาสมฺพุทฺโธ
วิชาจรณสมฺปนฺโน

เป็นผู้รู้ชอบเอง
เป็นผู้บริบูรณ์แล้วด้วยวิชาและ
จรณะ

สุกฺโต
โลกวิทู

เป็นผู้ไปดีแล้ว
เป็นผู้รู้แจ้งโลก

อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ

เป็นผู้ฝึกบุรุษที่ควรฝึก ไม่มีผู้อื่น
ยิ่งกว่า

สตถา เทวมนุสฺसानิ

เป็นผู้สอนของเทวคา และมนุษย์
ทั้งหลาย

พุทฺธโร

เป็นผู้เบิกบานแล้ว

ภควา

เป็นผู้จำแนกธรรม

โธ

พระองค์ใด

อิมํ โลกํ สเทวํ สมารกํ
สพฺรหฺมกํ สสฺสมณพฺรหฺมณํ
ปชํ สเทวมนุสฺสํ สยํ
อภิณฺเฐนา สจฺฉนิกตฺวา ปเวเทสิ

ทำให้แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่งเองแล้ว
สอนโลกนี้ กับทั้งเทวคา มาร
พรหม และหมู่สัตว์ พร้อมทั้ง
สมณพราหมณ์ และเทวคามมนุษย์
ให้รู้ตาม

โธ

พระองค์ใด

ธมฺมํ เทเสสิ

ทรงแสดงแล้วซึ่งธรรม

อาทิกถฺยาณํ

ไพเราะในเบื้องต้น

มชฺฌเมกถฺยาณํ

ไพเราะในท่ามกลาง

ปริโยสานกถฺยาณํ

ไพเราะในที่สุด

สาคฺคํ สพฺยณฺชนํ เกวล-

ประกาศพรหมจรรย์ พร้อมทั้ง

ปริปุณฺณํ ปริสุทฺธํ พฺรหฺมจริยํ

อรรณ พร้อมทั้งพญานะบริบูรณ์

ปกาสเสสิ

บริสุทธิ์สิ้นเชิง

ตมํ ภาควนฺตํ อภิปุชฺยามิ

ข้าพเจ้าขอบูชาโดยยิ่ง ซึ่งพระผู้มี

พระภาคเจ้าพระองค์นั้น

คมหํ ภควนฺตํ สิริสา นมามิ ฯ ข้าพเจ้าขอนอบน้อมซึ่งพระผู้มี
พระภาคเจ้าพระองค์นั้น ด้วย
เศียรเกล้า ฯ

ธัมมาภิกุติ

(หัวหน้านำว่า) หนฺต มยํ ธมฺมาภิกุตํ กโรม เส.

(สวดพร้อมกัน)

โย โส สุวากุขาโต
ภควตา ธมฺโม
สนฺติภูจโก
อกาลโก
เอหิปสฺสโก
โอปนยโก

ปัจจุตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิ

คมหํ ธมฺมํ อภิปูชยามิ

คมหํ ธมฺมํ สิริสา นมามิ ฯ

พระธรรมนั้นอันใด อันพระผู้มี
พระภาคเจ้า ตรัสดีแล้ว
เป็นของอันบุคคลพึงเห็นเอง
เป็นของไม่มีกาลเวลา
เป็นของร้องเรียกผู้อื่นให้มาดูได้
เป็นของอันบุคคลพึงน้อมเข้ามา
ใส่ใจ
เป็นของอันวิญญูชนทั้งหลายจะพึง
รู้แจ้งเฉพาะตัว
ข้าพเจ้าขอบูชาโดยยิ่ง ซึ่งพระ
ธรรมอันนั้น
ข้าพเจ้าขอนอบน้อมซึ่งพระธรรม
อันนั้น ด้วยเศียรเกล้า ฯ

สังฆาภิกขุ

(หัวหน้านำว่า) หนท มยฺ สงฆาภิกขุที กโรม เส.

(สวดพร้อมกัน)

โย โส สุปฺปิปนฺโน ภควโต สวากสงฺโฆ	พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เจ้าหมู่หนึ่งหมู่ใด เป็นผู้ปฏิบัติดี แล้ว
--------------------------------------	--

อุชุปฺปิปนฺโน ภควโต สวากสงฺโฆ	พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เจ้า (หมู่ใด) เป็นผู้ปฏิบัติตรง แล้ว
----------------------------------	---

ณายปฺปิปนฺโน ภควโต สวากสงฺโฆ	พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เจ้า (หมู่ใด) เป็นผู้ปฏิบัติถูก
---------------------------------	---

สามิจิปปิปนฺโน ภควโต สวากสงฺโฆ	พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เจ้า (หมู่ใด) เป็นผู้ปฏิบัติชอบ แท้
-----------------------------------	--

ยทิทํ	คือ
-------	-----

จตุตถาริ ปุริสยูกานิ	คู่แห่งบุรุษทั้งหลายสี่
----------------------	-------------------------

อญฺจ ปุริสปุคฺคลา	บุรุษบุคคลทั้งหลายแปด
-------------------	-----------------------

เอส ภควโต สวากสงฺโฆ	นี้พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระ ภาคเจ้า
---------------------	---

อาหุเนยฺโย	ท่านเป็นผู้ควรสักการะที่เขานำมา บูชา
------------	---

^๑ ^๗ ^๕
ท่านเป็นผัวของตอนรบ

ท่านเป็นผุ้ควรทักษณาทาน

ท่านเป็นผู้ควรอัญชลกรรม

ท่านเป็นนาบุญของโลก ไม่มี

ໄມ້

ข้าพเจ้าขอบุชาโดยยิ่ง ซึ่งพระ

ซึ่งพระ

ข้าพเจ้าขอขอบน้อมซึ่งพระสงฆ์

หม่นหม่น ตวยเคียรเกล้า

รัตนัตตยปณามคาถา

(หัวหน้านำว่า) หนุท มยิ รตนตุตยปณามคาถาโย เจว
 สัมเวทตฤปฐิที่ปกปาจณจ ภณาม เส.

(สวดพร้อมกัน)

พุทฺธโธ สุตฺตโธ กรุณา-
มหนฺตวโธ โยจฺจนตฺตฺตฺตฺตฺตฺต-
ตฺตฺตฺตฺตฺตฺต

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นผู้
หมดจดดีแล้ว มีพระกรุณา
ห้วงมหรรณพ มีพระปัญญาจักขุ
หมดจดแล้ว โดยส่วนเดียว

ฆ่าบาปและอุปกิเลสแห่งโลก

ข้าพเจ้าขอไหว้พระพุทธรเจ้าพระ-
องค์นั้น โดยความเคารพ

ธมฺโม ปทีโป วีย ตสฺส

สตฺถุโน

โย มคฺคปาการมตฺถกนิฺนโก

โลกุตฺตโร โย จ ตตฺถ-

ทีปโน

วนฺทามิ ธมฺมํ อหฺมาทเรน ตํ

สงฺฆโม สุขฺเตตาภยฺติเขตฺต-

สณฺณโต โย ทิฏฺฐสฺสโนโต

สูกฺคานุโพธโก

โลลปฺปหีโน อริโย สุขฺเมธโส

วนฺทามิ สงฺฆํ อหฺมาทเรน ตํ

อิจฺเจวเมกนฺตภิปุชเนยฺยํ

วตฺถุตฺตยํ วนฺทยตฺถาสงฺขตํ

ปฺปญฺญํ มยา ยํ มม สพฺพุปทุทฺวา

มา โหนฺตุ เว ตสฺส

ปภาวสิทฺธิยา ฯ

พระธรรมของพระศาสดาจารย์เจ้า

พระองค์นั้น ราวกะประทีป

พระธรรมอันใด ต่างโดยประเภท

คือมรรคผลและนิพพาน

เป็นธรรมข้ามโลก และธรรมอัน

ใด ส่องเนื้อความแห่งโลกุตตร-

ธรรมนั้น

ข้าพเจ้าขอไหว้พระธรรมอันนั้น

ด้วยความเคารพ

พระสงฆ์หมู่ใด จักเป็นนาดียิ่งกว่า

นาที่ดี มีความร่าเริงอันประจักษ์

แล้ว รู้ตามเสด็จพระสุคตเจ้า

มีกิเลสโลเลอันละได้แล้ว เป็น

อริยเจ้ามีปัญญาดี

ข้าพเจ้าขอไหว้พระสงฆ์หมู่ นั้น

ด้วยความเคารพ

บุญอันใด ที่ข้าพเจ้าไหว้วัตถุสาม

ซึ่งเป็นของควรบูชาโดยส่วนเดียว

สร้างสมแล้วอย่างนี้ ฯ ขอสรรพ

อุปัทวะทั้งหลาย จงอย่ามี ด้วยความ

ประสิทธิธานุภาพแห่งบุญนั้นแล ฯ

สังเวคปริกิตตนปาฐ

อิธ ตถาคโต โลก	ในโลกนี้ พระตถาคตอรหันต-
อุปฺปนฺโน อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ	สัมมาสัมพุทธเจ้าได้เกิดขึ้นแล้ว
ธมฺโม จ เทสิโต	และธรรมอันพระตถาคตเจ้าทรง
	แสดงแล้ว
นียฺยานิโก	เป็นไปเพื่อนำสัตว์ออก
อุปสมิโก	เป็นไปเพื่อนำสงบราบัง
ปรินิพฺพานิโก	เป็นไปเพื่อนำดับรอบ
สมโพธิคามิ	ให้ถึงความตรัสรู้
สุกตปฺปเวทิตो	พระสุกตประกาศแล้ว
มยฺนํ ธมฺมํ สุตฺวา เอว	เราได้ฟังธรรมนั้นแล้ว จึงรู้อย่าง
ชานาม	นี้ว่า
ชาติปี ทุกฺขา	แม้ความเกิด เป็นทุกข์
ชราปี ทุกฺขา	แม้ความแก่ เป็นทุกข์
มรณมฺปิ ทุกฺขํ	แม้ความตาย เป็นทุกข์
โลกปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุ-	แม้ความแค้นใจ ความร่ำไรเพื่อ
ปายาสาปี ทุกฺขา	ความทุกข์ ความเสียใจ ความ
	คับแค้นใจ เป็นทุกข์
อปฺปิเยหิ สมฺปโยโก ทุกฺโข	ความประจวบสิ่งอันไม่เป็นที่รัก
	เป็นทุกข์

ปีเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข

ยมฺปิ จํ น ลภติ

ตมฺปิ ทุกฺขํ

สงฺขิตฺเตน ปณฺจูปาทานกฺขนฺธา

ทุกฺขา

เสยฺยถิ

รูปฺปาทาณกฺขนฺโธ

เวทฺฐปาทาณกฺขนฺโธ

สณฺณปาทาณกฺขนฺโธ

สงฺขารูปาทานกฺขนฺโธ

วิญฺญาณูปาทานกฺขนฺโธ

เยสํ ปริณฺฑาย ธรรมานํ

โส ภควา เอวํ พหุลํ

สวาก วิเนติ

เอวํ ภากา จ ปนฺตฺส ภควโต

สวากสฺส อนุสาสนํ พหุลา

ปวตฺตติ

รูปํ อนิจฺจํ

ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก
เป็นทุกข์

ปรารถนาอยู่ย่อมนำไม่ได้ แม้อันใด

แม้อันนั้นเป็นทุกข์

โดยย่อ อุปาทานชั้นห้าเป็นทุกข์

กล่าวคือ

อุปาทานชั้นที่ ๑ คือ รูป

อุปาทานชั้นที่ ๒ คือ เวทนา

อุปาทานชั้นที่ ๓ คือ สัญญา

อุปาทานชั้นที่ ๔ คือ สังขาร

อุปาทานชั้นที่ ๕ คือ วิญฺญาณ

เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้ายังดำรง

พระชนมอยู่ ย่อมแนะนำสาวกทั้ง

หลาย เพื่อให้กำหนดรู้อุปาทาน

ชั้นห้าอย่างนี้โดยมาก

ก็แล อนุสาสนี้เป็นอันมาก ของ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

เป็นไปในสาวกทั้งหลาย มีส่วน

อย่างนี้

รูป ไม่เที่ยง

เวทนา อนิจจา

สญฺญา อนิจจา

สงฺขาร๑ อนิจจา

วิญฺญาณ๑ อนิจจํ

รูป๑ อนตฺตา

เวทนา อนตฺตา

สญฺญา อนตฺตา

สงฺขาร๑ อนตฺตา

วิญฺญาณ๑ อนตฺตา

สพฺเพ สงฺขาร๑ อนิจจา

สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตาติ

เต } มยํ โอตฺถิณฺณามุหฺชาติยา
ตา }

ชรามรณ๑ โสกะ๑ ปริเทว๑

ทุกฺข๑ โทมนสฺส๑ อุปายาส๑

ทุกฺโขตฺถิณฺณา

ทุกฺขปรต๑

อปฺเปวนามิมสฺส๑ เกวลสฺส๑

ทุกฺขกฺขณ๑ธสฺส๑ อนตฺตกิริยา

ปญฺญาเยถาติ

เวทนา ไม่เที่ยง

สัจฺญา ไม่เที่ยง

สังขารทั้งหลาย ไม่เที่ยง

วิญฺญาณ ไม่เที่ยง

รูป เป็นอนัตตา

เวทนา เป็นอนัตตา

สัจฺญา เป็นอนัตตา

สังขารทั้งหลาย เป็นอนัตตา

วิญฺญาณ เป็นอนัตตา

สังขารทั้งหลายทั้งปวง ไม่เที่ยง

ธรรมทั้งหลายทั้งปวง เป็นอนัตตา

ดังนี้

เราทั้งหลาย เป็นผู้อัน ชาติ ชรา

มรณะ โสกะ๑ ปริเทวะ๑ ทุกฺข

โทมนัส อุปายาส ครอบงำแล้ว

ชื่อเป็นผู้มีทุกฺขครอบงำแล้ว

มีทุกฺขเป็นเบื้องหน้าแล้ว

โฉน ความทำที่สุดแห่งกองทุกฺข

ทั้งมวลนี้ จะพึงปรากฏ

จิรปรินิพพุตมปิ ตํ ภควนํ
สรณํ กตา

เราถึงแล้วซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า
แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์
นั้น เป็นสรณะ

ธมฺมมฺยจ

ซึ่งพระธรรมด้วย

ภิกฺขุสงฺฆมฺยจ

ซึ่งภิกษุสงฆ์ด้วย

ตสฺส ภควโต สาสนํ

กระทำในใจอยู่ ปฏิบัติตามอยู่

ยถาสติ ยถาพลํ มนสิกะโรม

ซึ่งคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อนุปฺปิปชฺชาม

พระองค์นั้น ตามสติกำลัง

สา สา โน ปฺปิปคฺติ

ขอความปฏิบัตินั้น ๆ ของเรา

อิมสฺส เกวลสฺส ทุกฺขกฺขนฺธสฺส

จงเป็นไปเพื่ออันกระทำที่สุดแห่ง

อนตฺกิริยา ย ลํคฺตํ ๑

กองทุกข์ทั้งมวลนี้ เทอญ ฯ

จบทำวัตรเช้า

ทำวัตรเย็น

พุทธานุสสติ

ตอนเย็น ก็คล้ายกันกับตอนเช้า ไหว้พระบูชาพระ ทำวัตรเย็น
(หัวหน้านำว่า) หนุตทานิ มยมนต์ ภควนตํ วาจาเย อภิกายิตุ
ปุปุพภาคณมการณเจว พุทธานุสสตินยณจ กโรม เส ฯ

(สวดพร้อมกัน)

ตั้ง นโม ๓ จบ

ตํ โข ปน ภควนตํ เอว

กลุยาโณ กิตติสทโท

อพุกุคโต

อิติปิ

โส ภควา

อรหํ

สมมาสมพุทโธ

วิชาจรณสมปนโน

สุคโต

โลกวิทู

อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ

กิตติศัพท์อันงาม ของพระผู้มี

พระภาคเจ้า พระองค์นั้นแล พึง

เพื่องไปดังนี้

แม่เพราะเหตุนี้ ฯ

พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

เป็นผู้ไกลกิเลส เป็นผู้ควรไหว้

ควรบูชา

เป็นผู้รู้ชอบเอง

เป็นผู้บริบูรณ์แล้วด้วยวิชาและ

จรณะ

เป็นผู้ไปดีแล้ว

เป็นผู้รู้แจ้งโลก

เป็นผู้ฝึกบรูษที่ควรฝึก ไม่มีผู้อื่น

ยิ่งกว่า

สตถา เทวมนุสฺसानิ

เป็นผู้สอนของเทวดา และมนุษย์
ทั้งหลาย

พุทฺธโร

เป็นผู้เบิกบานแล้ว

ภควาติ ฯ

เป็นผู้จำแนกธรรม ดังนี้ ฯ

พุทฺธากัถิตี

(หัวหน้านำว่า) หนฺต มยํ พุทฺธากัถิตี กโรม เส.

(สวดพร้อมกัน)

พุทฺธวารหนตฺวราทา-
คณาภิกฺขุโต

พระพุทธเจ้า เป็นผู้ประกอบแล้ว
ด้วยพระคุณ มีความเป็นพระ
อรหันต์เป็นต้น

สุทฺธธาภิธานกรุณาหิ
สมาคตฺตโต

มีพระอริยาศัย ประกอบด้วย
พระบริสุทธิ์คุณ พระปัญญาคุณ
และพระกรุณาคุณ

โพเชติ โย สุขนตํ กมลํ
สุโร

พระองค์ใด ยังประชุมชนดีให้
เบิกบานแล้ว ตั้งดวงพระอาทิตย์
ยังดอกลำไยให้บานฉ่ำนั้น

วนฺทามหํ ตมรณํ สิริสา
ชินนุทํ

ข้าพเจ้า ขอไหว้พระผู้มีพระภาค
เจ้าพระองค์นั้น ผู้ไม่มีข้าศึก
ผู้เป็นจอมชนะ ด้วยเศียรเกล้า

พุทฺธโธ โย สพุพปาณัน
สรณํ เขมมุตฺตมํ

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็น
สรณะอันเกษมสุด ของสรรพสัตว์
ทั้งหลาย

ปจฺมานุสฺสติญฺจานํ วนทามิ ตํ
สิเรนหํ

ข้าพเจ้า ขอไหว้พระผู้มีพระภาค
เจ้าพระองค์นั้น ผู้เป็นที่ตั้งแห่ง
อนุสติที่หนึ่ง ด้วยเศียรเกล้า

พุทฺธสฺสสาหสมิ ทาโสว
ทาสีว }

ข้าพเจ้าขอเป็น ทาส
ทาสี } ของ

พระพุทธเจ้าเทียว

พุทฺธโธ เม สามิกิสฺสโร

พระพุทธเจ้า เป็นเจ้านายของ
ข้าพเจ้า

พุทฺธโธ ทุกฺขสฺส มาตา จ
วิชาตา จ หิตสฺส เม

พระพุทธเจ้าเป็นผู้กำจัดทุกข์ด้วย
เป็นผู้ทำซึ่งประโยชน์เกื้อกูลแก่
ข้าพเจ้าด้วย

พุทฺธสฺสสาหํ นิยุยาเทมิ
สรีรยชีวิตญฺจิทํ

ข้าพเจ้า ขอมอบกายถวายชีวิต
อันนี้ แก่พระพุทธเจ้า

วนทนฺโตหํ
วนทนฺตํ }

ข้าพเจ้าไหว้อยู่ จักประพาศ

พุทฺธสฺสเสว สุโพธิตํ

ซึ่งความตรัสรู้ดี ของพระพุทธเจ้า
ที่เดียว

นตฺถิ เม สรณํ อญฺญํ

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

พุทฺธो เม สรณํ วรํ

พระพุทธเจ้าเป็นสรณะอันประเสริฐ
ของข้าพเจ้า

เอเตน สจฺจวชฺเชน

ด้วยความกล่าวสัตย์นี้

วทฺธเมยฺยํ สตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺ

ขอข้าพเจ้า พึงเจริญในพระศาสนา
ของพระศาสดา

พุทฺธํ เม วนฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺ }
วนฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺ }

บุญใดอันข้าพเจ้า ผู้ไหว้พระ

ยํ ปุณฺณํ ปสฺสํ อธิ

พุทธเจ้า ขวนขวายแล้วในที่นี้

สพฺเพปิ อนฺตรายา เม

แม้สรรพอันตรายทั้งหลาย อย่า

มาหลู่ คตฺตฺตฺตฺตฺตฺ

ได้มีแก่ข้าพเจ้าด้วยเดชบุญนั้น ฯ

(กราบหมอบลงว่า)

กาเยน วาจา ย เจตสา วา

กรรมน่าเกลียดอันใด ที่ข้าพเจ้า

พุทฺธ กุณฺมํ ปกตํ มยา ยํ

ได้กระทำแล้ว ในพระพุทธเจ้า

ด้วยกายหรือวาจาใจ

พุทฺธ ปฏิกุณฺนํ อจฺจยณฺตํ

ขอพระพุทธเจ้าจงทรงงดโทษ

กาลนฺตเร สํวริตฺว พุทฺธ ๑

เพื่อระวังต่อไปในพระพุทธเจ้า ฯ

ธัมมานุสสติ

(หัวหน้านำว่า) หนฺต มยํ ธมฺมานุสสติณํ กโรม เส.

(สวดพร้อมกัน)

สฺวากฺขาโต ภกฺวา ธมฺโม

พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้า

ตรัสดีแล้ว

สนธิภูจิโก

เป็นของอันบุคคลพึงเห็นเอง

อกาลิโก

เป็นของไม่มีกาลเวลา

เอหิปสฺสโก

เป็นของจะร้องเรียกผู้อื่นให้มาดูได้

โอปนยิโก

เป็นของอันบุคคลพึงน้อมเข้ามา
ใส่ใจ

ปัจจุตัม เวทิตพฺโพ วิญญูหิติ ฯ

เป็นของอันวิญญูชนทั้งหลายพึง
รู้แจ้งเฉพาะตัว ดังนี้ ฯ

ธัมมภาณิตี

(หัวหน้านำว่า) หนฺต มยฺ ธมฺมภาณิตี กโรมฺ เส.

(สวดพร้อมกัน)

สฺวากฺขาตตาทีคุณโยคฺวเสน
เสยฺโยพระธรรมเป็นของอันประเสริฐ
ด้วยอำนาจอันประกอบด้วยคุณมี
ความเป็นแห่งสวากขาตะเป็นต้นโย มคฺคปากปรียตฺติ-
วิโมกฺขเกโทอันใด ต่างด้วยมรรคผล ปรียติ
และวิโมกข์

ธมฺโม กุโลกปตนา ตทธาริธารี

พระธรรม กันผู้ทรงธรรมนั้นจาก
ความตกไปในโลกที่ชั่ว

วนฺทามหํ ตมหรํ วรรธมฺเมตํ

ข้าพเจ้าขอไหว้พระธรรมอันขจัด
ความมืดอันนั้น

ธมฺโม โย สพฺพปาณิน
 สรณํ เขมมุตฺตมํ
 ทุติยานุสฺสติภูจํ
 วนทามิ ตํ สีเรนหํ

ธมฺมสฺสหาหฺมิมิ ทาโสว }
 ทาสีว }

ธมฺโม เม สามิกิสฺสโร

ธมฺโม ทุกฺขสฺส ฆาตา จ

วิธาทา จ หิตสฺส เม

ธมฺมสฺสหาหฺมิมิ นิยุยาเทมิ
 สรรณุชีวิตญฺจิหํ

วนทนฺโตหํ } จริสฺสทามิ
 วนทนฺตึหํ }

ธมฺมสฺสสว สฺสธมฺมตํ

นตฺถิ เม สรณํ อญฺญํ

พระธรรมอันใด เป็นสรณะอัน
 เกษมสฺก ของสรรพสัตว์ทั้งหลาย
 ข้าพเจ้า ขอไหว้พระธรรมอันนั้น
 ซึ่งเป็นที่พึ่งแห่งอนุสติที่สอง ด้วย
 ศีयरเกล้า

ข้าพเจ้าขอเป็น ทาส } ของพระ
 ทาสี }
 ธรรมเทียว

พระธรรม เป็นเจ้านายของ
 ข้าพเจ้า

พระธรรม เป็นธรรมกำจัดทุกข์
 ด้วย

เป็นธรรมทำซึ่งประโยชน์เกื้อกูล
 แก่ข้าพเจ้าด้วย

ข้าพเจ้า ขอมอบกายถวายชีวิต
 อันนี้แด่พระธรรม

ข้าพเจ้าไหว้อยู่ จักประพฤติ

ซึ่งความเป็นธรรมดีแห่งพระธรรม
 ที่เดียว

สรณะอันอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

ธมฺโม เม สรณํ วรํ

พระธรรมเป็นสรณะอันประเสริฐ
ของข้าพเจ้า

เอเตน สจฺจวชฺเชน

ด้วยความกล่าวสัตย์นี้

วทฺธเมยฺยํ สตฺถุสสาสนे

ขอข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนา
ของพระศาสดา

ธมฺมํ เม วนฺตมาเนน
วนฺตมานาย }

บุญใดอันข้าพเจ้าไหว้พระธรรม

ยํ ปุณฺณํ ปสฺสํ อธิ

ชวนชวายเป็นในที่นี้

สพฺเพปิ อนฺตรายา เม

แม้สรรพอันตรายทั้งหลายอย่าได้มี

มาเหลือ ตสฺส เตชสา ฯ

แก่ข้าพเจ้า ด้วยเดชบุญนั้น ฯ

(กราบหมอบลงว่า)

กาเยน วาจา ย ว เจตสา วา

กรรมน่าเกลียดอันใดที่ข้าพเจ้าได้

ธมฺเม กุณฺหมํ ปกตํ มया ยํ

กระทำแล้ว ในพระธรรม ด้วย

กายหรือวาจาใจ

ธมฺโม ปฏิกุณฺณเหตุ อจฺจยณฺตํ

ขอพระธรรมจงคโทษ

กาลนฺตเร สํวริตฺว ธมฺเม ฯ

เพื่อระวังต่อไปในพระธรรม ฯ

สังฆมานุสสติ

(หัวหน้านำว่า)

หนฺต มยํ สงฺฆมานุสสติณํ กโรม เส.

(สวดพร้อมกัน)

สุปฏิปนฺโน ภควโต

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค

สาวกสงฺโฆ

เจ้า เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว

อุชุปฏิปนฺโน ภควโต

สาวกสงฺโฆ

ฌายปฏิปนฺโน ภควโต

สาวกสงฺโฆ

สามิจิปฏิปนฺโน ภควโต

สาวกสงฺโฆ

ยทิทํ

จตุตถาริ ปุริสยูกานิ

อญฺช ปุริสปุคฺคลา

เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ

อาหุเนยฺโย

ปาหุเนยฺโย

ทกฺขิณเณยฺโย

อณฺชลิกรณิโย

อนุตฺตรํ ปุณฺณกฺเขตฺตํ

โลกสุสาตี ฯ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค
เจ้า เป็นผู้ปฏิบัติตรงแล้ว

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค
เจ้า เป็นผู้ปฏิบัติถูกแล้ว

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค
เจ้า เป็นผู้ปฏิบัติชอบแล้ว

คือ

คู่แห่งบุรุษทั้งหลายสี่

บุรุษบุคคลทั้งหลายแปด

นี้พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค
เจ้า

ท่านเป็นผู้ควรสักการะที่เขานำมา
บูชา

ท่านเป็นผู้ควรของต้อนรับ

ท่านเป็นผู้ควรทักษิณาทาน

ท่านเป็นผู้ควรอัญชลีกรรม

ท่านเป็นนาบุญของโลก ไม่มีนา
อื่นยิ่งกว่า ฯ

สังฆากิถิ

(หัวหน้านำว่า) หนุท มยฺ สงฆากิถิ กโรม เส.

(สวดพร้อมกัน)

สทฺธมฺมโห สุปฺปิปตฺติ-
 คุณฺหาติยฺตุโต

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระ
 ภาคเจ้า เป็นผู้เกิดจากสัทธรรม
 ประกอบแล้วด้วยคุณมีสุปฏิบัติคุณ
 เป็นต้น

โยญฺชฬฺหิโร อริยปฺกฺกฺลสงฺฆ-
 เสมฺมโห
 สีลาธิธมฺมปวราสยกายจิตุโต

พวกใดเป็นหมู่แห่งอริยบุคคล อัน
 ประเสริฐสุด แปลงจำพวก
 มีกายและจิต อาศัยธรรมอัน
 ประเสริฐมีศีล เป็นต้น

วนฺทามหํ ตมริยาน ฅณฺ์
 สุตฺตฺธ

ข้าพเจ้า ขอไหว้หมู่พระอริยะ
 ทั้งหลายพวกนั้น ซึ่งหมดจด
 สะอาด

สงฺโฆ โย สพฺพปาณินํ
 สรณํ เขมมุตฺตมํ
 ตตฺติยานุสฺสตีฏฺฐานํ
 วนฺทามิ ตํ ติเรนํ

พระสงฆ์พวกใด เป็นสรณะอัน
 เกษมสุขของสรรพสัตว์ทั้งหลาย
 ข้าพเจ้าขอไหว้พระสงฆ์พวกนั้น
 ผู้เป็นที่ตั้งแห่งอนุสติที่สาม ด้วย
 เคียรเกล้า

สงฆสสุตาสหสมิ ทาโสว }
ทาสิว }

ข้าพเจ้าขอเป็น ทาส } ของพระ
ทาสี }

สงฆ์เทียว

สงโฆ เม สามิกิสฺสโร
สงโฆ ทุกฺขสฺส ฆาตา จ
วิธาคา จ หิตสฺส เม

พระสงฆ์เป็นเจ้านายของข้าพเจ้า
พระสงฆ์เป็นผู้กำจัดทุกข์ด้วย
เป็นผู้ทำซึ่งประโยชน์เกื้อกูลแก่
ข้าพเจ้าด้วย

สงฆสสุตาสหํ นิยุบาเทมิ
สรีรณชีวิตณจิตํ

ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายชีวิตอันนี้
แก่พระสงฆ์

วนฺทนฺโตหํ } จริสฺสามิ
วนฺทนฺตึหํ }

ข้าพเจ้าไหว้อยู่ จักประพาศ

สงฆสฺสโตปปฏิปนฺนํ
นตฺถิ เม สรณํ อณฺเฏ
สงโฆ เม สรณํ วรํ

ซึ่งความปฏิบัติแห่งพระสงฆ์
สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี
พระสงฆ์เป็นสรณะอันประเสริฐ
ของข้าพเจ้า

เอเตน สจฺจวชฺเชน
วทฺธเมยฺยํ สตฺถุสฺสาสเน

ด้วยความกล่าวสัตย์
ขอข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนา
ของพระศาสดา

สงฺฆํ เม วนฺตฺมานเนน }
วนฺตฺมานาย }

บุญใดอันข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์

ยํ ปุณฺณํ ปสฺสํ อธิ

ชวนถวายแล้วในที่นี้

สพเพปี อนุตรายา เม
มาเหล่สุ ๓๓๓๓๓๓ ๓

แม่สรรพอันตรายทั้งหลายอย่าได้มี
แก่ข้าพเจ้า ๓๓๓๓๓๓๓๓ ๓

(กราบหมอบลงว่า)

กาเยน วาจา ย เวตสา วา
สงฆะ กุณมัม ปกตัม มยา ยัม

กรรมน่าเกลียดอันใดที่ข้าพเจ้าได้
กระทำแล้วในพระสงฆ์ ๓๓๓๓๓๓๓๓ ๓
หรือวาจาใจ

สงฆะ ปฏิกุณฺณเหตุ อจฺจนฺตัม
กาลนฺตเร สํวริตฺว สงฆะ ๓

ขอพระสงฆ์จงทอโทษ
เพื่อระวางต่อไป ในพระสงฆ์

บทสวดมนต์ต่อจากทำวัตรเย็น

(หัวหน้านำว่า) หนุท มยํ พุทฺธสฺส ภควโต ปุพฺพภาคนมการํ กโรมฺ เส.

(รับพร้อมกัน)

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส. (๓ ครั้ง)
พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ, ฌมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ, สงฺฆํ สรณํ
คจฺฉามิ. ทุติยมฺปิ พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ, ทุติยมฺปิ ฌมฺมํ สรณํ
คจฺฉามิ, ทุติยมฺปิ สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ. ตติยมฺปิ พุทฺธํ สรณํ
คจฺฉามิ, ตติยมฺปิ ฌมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ, ตติยมฺปิ สงฺฆํ สรณํ
คจฺฉามิ.

(หัวหน้านำว่า) หนุท มยํ เขมาเขมสฺสณคฺคณปริทีปิกาภาตา-
โย ภณามฺ เส.

(สวดพร้อมกัน)

พหุํ เว สรณํ ยนฺติ	ปพฺพตานิ วนานิ จ
อารามรฺกฺขเจตฺยานิ	มนุสฺสสา ภยตฺทชฺชิตา
เนตฺติ โข สรณํ เขมํ	เนตฺติ สรณมฺมุคฺคตมํ
เนตฺติ สรณเมาคมฺม	สพฺพทฺถกฺขา ปมฺจุจฺติ
โย จ พุทฺธณฺจ ฌมฺมณฺจ	สงฺฆณฺจ สรณํ คโต
จตุตฺตาริ อริยสจฺจานิ	สมฺมปฺปณฺณาย ปสฺสติ

ทุกขํ ทุกขสมุปปาทํ
อริยญฺจฏฺฐจํกํ มคฺคํ
เอตํ โข สรณํ เขมํ
เอตํ สรณมากมม

ทุกขสฺส จ อตฺตํกมํ
ทุกฺขุปสมคามินํ
เอตํ สรณมุตฺตมํ
สพฺพทุกฺขา ปมฺจุจตฺตี.

(หัวหน้านำว่า) หนฺต มยํ นตฺถิ เม สรณํ อณฺณนตฺถิอาทิกา
สจฺจกิริยกาถาโย ภณาม เส.

(สวดพร้อมกัน)

นตฺถิ เม สรณํ อณฺณ
เอเตน สจฺจวชฺเชน
นตฺถิ เม สรณํ อณฺณ
เอเตน สจฺจวชฺเชน
นตฺถิ เม สรณํ อณฺณ
เอเตน สจฺจวชฺเชน

พฺพุโธ เม สรณํ วรํ
โสตฺถิ เม โหตุ สพฺพทา.
ธมฺโม เม สรณํ วรํ
โสตฺถิ เม โหตุ สพฺพทา.
สงฺโฆ เม สรณํ วรํ
โสตฺถิ เม โหตุ สพฺพทา.

(หัวหน้านำว่า) หนฺต มยํ มหาการุณฺโณ นาโถตฺถิอาทิกา
สจฺจวชฺชนกาถาโย ภณาม เส.

(สวดพร้อมกัน)

มหาการุณฺโณ นาโถ
ปฺปรตฺวา ปารมี สพฺพทา
เอเตน สจฺจวชฺเชน

อตฺถาย สพฺพปาณินํ
ปตฺโต สมนุโพธิมุตฺตมํ
มา โหนฺตุ สพฺพปทฺททา.

มหาการุณิโก นาโถ	หิตาย สพฺพปาณิน
ปุเรตฺวา ปารมี สพฺพา	ปตฺโต สมฺโพธิมุตฺตม
เอเตน สจฺจวชฺเชน	มา โหนฺตุ สพฺพปทฺทวา.
มหาการุณิโก นาโถ	สุขาเย สพฺพปาณิน
ปุเรตฺวา ปารมี สพฺพา	ปตฺโต สมฺโพธิมุตฺตม
เอเตน สจฺจวชฺเชน	มา โหนฺตุ สพฺพปทฺทวา.

แถลงเรื่อง

คว้ายมีผู้ขอให้แปลคำบัจจเวกชนองค์อุโบสถศีล ยังไม่มีผู้แปลไว้ ข้าพเจ้าก็ยินดียิ่งรับแปลให้ เรื่องก็ไม่มากมายเท่าไร กำลังเตรียมจะแปลก็เผอิญอาพาธเสียต้องหยุดมานานวัน พออาการอาพาธค่อยบรรเทาลงจึงบอกแปลให้ผู้อื่นเขียน จนสำเร็จ.

คำบัจจเวกชนองค์อุโบสถศีลนี้ เมื่อผู้ต้องการประสงค์จะดูคำแปลก็จงอ่านแต่คำแปล ข้ามคำบาลีไปเสีย เมื่อผู้ต้องการประสงค์แต่คำบาลีเพื่อเล่าจำทรง ก็จงดูแต่คำบาลี ข้ามคำแปลไปเสีย เมื่อผู้ประสงค์ทั้งสองอย่าง คือทั้งบาลีทั้งคำแปล ก็จงดูทั้งสองอย่าง เป็นอันสมประสงค์ของผู้ต้องการทุกอย่าง

คำบัจจเวกชนองค์อุโบสถศีลนี้ เมื่ออุบาสกอุบาสิกาตั้งใจปฏิบัติจริง ๆ ก็ปฏิบัติได้ตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลายทั้ง ๗ องค์ แต่องค์ที่ ๖ ยากที่อุบาสกอุบาสิกาซึ่งบางท่านตั้งอยู่ในมัชฌิมวัย แต่ใกล้เข้าเขตปัจฉิมวัย บางท่านตั้งอยู่ในปัจฉิมวัย ยากที่จะปฏิบัติได้ตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เหมือนองค์ที่ ๗. เพราะองค์ที่ ๖ พระอรหันตเจ้าทั้งหลายท่านบริโภคอาหารในกาลมื้อเดียว อุบาสกอุบาสิกาผู้ทุพพลภาพทั้งกล่าวมาแล้ว ถ้าจะบริโภคอาหารในกาลมื้อเดียว เกรงจะมีอันตรายแก่ชีวิตอย่างหนึ่งอย่างใด เพราะเหตุฉะนั้น องค์ที่ ๖ นี้ อุบาสกอุบาสิกาผู้ทุพพลภาพเช่นนั้น แม้จะบริโภคอาหารสักกี่หนก็ตามแต่ในกาล เว้นแต่ไม่บริโภคในวิกาลเพียงเท่านั้น ก็ไม่น่าตะขิดตะขวงใจ เพราะบริโภคอาหารสักเท่าไร ๆ ในกาล ศีลก็ไม่ต่างพว้อย.

อนึ่ง ข้าพเจ้าเห็นคาถาในท้ายอุโบสถสูตรนี้ แสดงการงัดเง้าองค์
ทั้งแปด และแสดงอานิสงส์คุณขององค์ทั้งแปดไว้ เห็นสมควรผู้ยังไม่รู้
จะได้รู้ ทั้งใจปฏิบัติให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ เพื่อได้ประสพอานิสงส์คุณนั้น ๆ
ข้าพเจ้าจึงได้แปลคาถานี้ ต่อท้ายคำแปลปัจจุเวกขณะองค์อุโบสถศีลนี้ไว้
ด้วย.

กรมหลวงชินวรสิริวัฒน์

วัดราชบพิธ

๑๘ สิงหาคม ๒๔๘๐

คำแปลข้อเวกขณ้องค์อุโบสถ

(๑) ยาวชีว อรหันโต, ปาณาติปาตํ ปหาय, ปาณาติปาตา
ปฏีวिरตา, นิหิตทณฺหา นิหิตสตุถา, ลขฺชี ทยาปนฺนา, สพฺพปาณ-
ญตฺตหานุกมฺปิโน วิหรนฺติ.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เป็นผู้ละเสียซึ่งอันยังสัตว์มีชีวิตให้ตกลง
(คือฆ่าสัตว์มีชีวิต) เว้นแล้วจากอันยังสัตว์มีชีวิตให้ตกลง มีท่อนไม้
อันวางแล้ว มีศัสตราอันวางแล้ว มีความละเอียด เต็มด้วยความกรุณา
มีความเกื้อกูลและความเอ็นดูแก่ปวงสัตว์อยู่ตลอดชีพ.

อหฺมปฺชฺช อิมฺญจ รตฺตํ อิมฺญจ ทิวสํ, ปาณาติปาตํ ปหาय,
ปาณาติปาตา ปฏีวिरโต, นิหิตทณฺโท นิหิตสตุโถ, ลขฺชี ทยาปนฺโน,
สพฺพปาณญตฺตหานุกมฺปิ วิหรามิ.

मैंข้าพเจ้าก็เป็นผู้ละเสียซึ่งอันยังสัตว์มีชีวิตให้ตกลง เว้นจาก
อันยังสัตว์มีชีวิตให้ตกลงแล้ว มีท่อนไม้อันวางแล้ว มีศัสตราอันวาง
แล้ว มีความละเอียด เต็มด้วยความกรุณา มีความเกื้อกูลและความเอ็นดู
แก่ปวงสัตว์ อยู่ตลอดคืนและวันในเวลานั้น.

อิมินาปี อญฺเคน อรหํ อนุกโรมิ. อุโปสฺสโถ จ เม อุปวฺตุโถ
ภวิสฺสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์ मैं, และ
อุโบสถจากเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

(๒) ยาวชีว์ อรหันโต อทินนาทานํ ปหาย, อทินนาทานา ปฏิวิรตา, ทินนาทายี ทินนปาฎิกงจี, อเถเนน สัจญเตน อตุตนา วิหรนติ.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เป็นผู้ละเสียซึ่งอันถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้ เว้นแล้วจากอันถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้ มีปกติถือเอาสิ่งของที่เจ้าของให้ หวังแต่สิ่งของที่เจ้าของให้ มีตนไม่ใช่ขโมย สะอาด อยู่ตลอดชีพ.

อหมุปชช อิมญจ รตฺตี อิมญจ ทิวสํ, อทินนาทานํ ปหาย, อทินนาทานา ปฏิวิรโต, ทินนาทายี ทินนปาฎิกงจี อเถเนน สัจญเตน อตุตนา วิหรามิ.

แม้ข้าพเจ้าก็เป็นผู้ละเสียซึ่งอันถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้ เว้นแล้วจากอันถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ให้ มีปกติถือเอาสิ่งของที่เจ้าของให้ หวังแต่สิ่งของที่เจ้าของให้ มีตนไม่ใช่ขโมย สะอาดแล้ว อยู่ตลอดคืนและวันในวันนี้.

อิมินาปี องฺเคน อรหํ อนุกโรมิ. อุโปสโต จ เม อุปวุตฺโต ภวิสฺสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์ मैं, และอุปบสถจักเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

(๓) ยาวชีว์ อรหันโต อพฺรหฺมจฺริยํ ปหาย, พฺรหฺมจาริ อาราจาริ, วิรตา เมถุนา कामธมฺมา.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เป็นผู้เว้นเสียซึ่งอสังกรรมอันเป็นข้าศึก

แก่พรหมจรรย์ มีปกติประพฤติกังพรหม ประพฤติห่างไกล (จาก
อสังกัสนธรรมซึ่งเป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์) เว้นแล้วจากเมถุนธรรม อัน
เป็นธรรมดาของชาวบ้าน ตลอดจนชีพ.

อหมุปชช อิมญจ รตฺถิ อิมญจ ทิวสํ, พุรหุมจริยํ ปหาย,
พุรหุมจารี อาราจารี, วิรโต เมถุนา कामธมฺมา.

แม่นข้าพเจ้าก็เป็นผู้เว้นเสียซึ่งอสังกัสนธรรม อันเป็นข้าศึกแก่พรหม-
จรรย์ มีปกติประพฤติกังพรหม ประพฤติห่างไกล (จากอสังกัสนธรรมซึ่ง
เป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์) เว้นแล้วจากเมถุนธรรม อันเป็นธรรมดา
ของชาวบ้าน ตลอดจนกินและวันในเวลานั้น.

อิมินาปี อญฺเคน อรหํ อนุกโรมิ. อุโปสโธ จ เม อุปวุตฺโธ
ภวิสฺสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์แม่นี้, และ
อุโปสถจักเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

(๔) ยาวชีวํ อรหฺนฺโต, มุสาวาทํ ปหาย, มุสาวาทา ปฏฺวิรตา,
สจฺจวาที สจฺจสนฺธา เจตา ปจฺจยิกา, อวิสฺวาทกา โลกสฺส.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลายเป็นผู้ละเสียซึ่งอันกล่าวเท็จ เว้นแล้วจาก
อันกล่าวเท็จ มีปกติกล่าวแต่คำจริง มุ่งพูดแต่คำสัตย์ เป็นผู้มั่นคง
(ไม่เหาะเหิน) กล่าวมีปัจจัย (ซื่อสัตย์) ไม่แก่งกล่าว (คำเท็จ)
แก่โลก (คือไม่ลวงโลก) ตลอดจนชีพ.

อหมุปชช อิมญจ รตฺถิ อิมญจ ทิวสํ, มุสาวาทํ ปหาย,
มุสาวาทา ปฏฺวิรโต, สจฺจวาที สจฺจสนฺโธ, เจโต ปจฺจยิกโก,
อวิสฺวาทโก โลกสฺส.

แม่นข้าพเจ้าก็เป็นผู้ละเอียดซึ่งอันกล่าวเท็จ เว้นแล้วจากอันกล่าว
เท็จ มีปกติกล่าวแต่คำจริง มุ่งพูดแต่คำสัตย์ เป็นผู้มั่นคง กล่าวมี
ปัจจัย ไม่แก่งกล่าวแก่โลก ตลอดคืนและวันในเวลานี้.

อิมินาปี องฺเคน อรหํ อนุกโรมิ. อุโปสโก จ เม อุปวุตฺโต
ภวิสฺสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์ मैं, และ
อุโปสธจักเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

(๕) ยาวชีวํ อรหฺโณ, สุราเมรยมชฺชปมาทญฺชานํ ปหาय,
สุราเมรยมชฺชปมาทญฺชานา ปฏิวโรคา.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เป็นผู้ละเอียดซึ่งอันดื่มน้ำเมา คือสุรา
และเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เว้นแล้วจากอันดื่มน้ำเมา
คือสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทตลอดชีพ.

อหฺมปชฺช อิมญจ รตฺตี อิมญจ ทิวสํ, สุราเมรยมชฺชปมา-
ทญฺชานํ ปหาय, สุราเมรยมชฺชปมาทญฺชานา ปฏิวโรคา.

แม่นข้าพเจ้าก็เป็นผู้ละเอียดซึ่งอันดื่มน้ำเมา คือสุราและเมรัย อัน
เป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เว้นแล้วจากอันดื่มน้ำเมา คือสุราและ
เมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ตลอดคืนและวันในเวลานี้.

อิมินาปี องฺเคน อรหํ อนุกโรมิ. อุโปสโก จ เม อุปวุตฺโต
ภวิสฺสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์ मैं, และ
อุโปสธจักเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

(๖) ยาวชีว อรหันโต, เอกภตติกา รตฺตฺปรตา, วิตา
วิกาลโกชนา.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เป็นผู้บริโภคมัททาหารมือเดียว เว้น
บริโภคในราตรี เว้นแล้วจากอันบริโภคในเวลาวิกาล ตลอดชีพ.

อหฺมฺปชฺช อิมฺญจ รตฺตํ อิมฺญจ ทิวสํ, เอกภตฺติโก รตฺตฺปรโต,
วิโรโต วิกาลโกชนา.

แม้ข้าพเจ้าก็เป็นผู้บริโภคมัททาหารมือเดียว เว้นบริโภคใน
ราตรี เว้นแล้วจากอันบริโภคในเวลาวิกาล ตลอดคืนและวันในวันนี้.

อิมินาปี อญฺเณ อรหํ อนุกโรมิ. อุโปสโถ จ เม อุปวตฺตโ
ภวิสฺสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์ฉันนี้, และ
อุโปสถจักเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

(๗) ยาวชีว อรหันโต, นจฺจคิตฺวาทิตฺตวิสุทฺตสฺสณมาลาคนธ-
วิลปนธารณมณฺฑนวิภูสณญฺจนา ปฏฺฐิวิโรตา.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เป็นผู้เว้นเสียจากการฟ้อนรำ การขับ
ร้อง ประโคมเครื่องดนตรี และทศนาการ (คือการเห็นและการฟัง
สิ่งซึ่งเป็นข้าศึกแก่กุศล และทรง ประดับ ตกแต่ง (กาย) ด้วยระเบียบ
ดอกไม้ ของหอม และเครื่องลูบไล้ อันเป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด
ตลอดชีพ.

อหฺมฺปชฺช อิมฺญจ รตฺตํ อิมฺญจ ทิวสํ, นจฺจคิตฺวาทิตฺตวิสุท-
ตฺสณมาลาคนธวิลปนธารณมณฺฑนวิภูสณญฺจนา ปฏฺฐิวิโรโต.

แม่นข้าพเจ้าก็เป็นผู้เว้นเสียจากการผ่อนรำ การขับร้อง ประโคม เครื่องดนตรี และทักทายสิ่งซึ่งเป็นข้าศึกแก่กุศล และทรง ประดับ ตกแต่งด้วยระเบียบดอกไม้มัน ของหอม และเครื่องบูชาได้ อันเป็นที่ตั้ง แห่งความกำหนด ตลอดคืนและวันในวันนี้.

อิมินาปี อังเคน อรหัง อนุกโรมิ. อุโปสโต จ เม อุพุตโต ภวิสสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์แม่นี่, และ อุโปสถจักเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

(๘) ยาวชีโว อรหันโต อุกาสยนมมหาสยนิ ปหาย, อุกาสยนมมหาสยนา ปฏิวิรตา, นิจเสขุย์ กปุปนติ, มนุจเก วา ตินสนนุรเก วา.

พระอรหันตเจ้าทั้งหลาย เป็นผู้ละเสียซึ่งการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันสูง (เช่นเตียงเท้าสูงเกินกว่า ๘ นิ้วพระศอก ซึ่งกำหนดขนาด ๑๐ นิ้ว ๓ กระเบียดข้างไม้) และการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันวิจิตร เว้นแล้วจากการนั่งนอนบนอุจาสยนะและมหาสยนะ สำเร็จการนั่งนอนบนเตียงอันเป็นที่นั่งที่นอนต่ำ หรือเครื่องลาดอันทำด้วยหญ้า ตลอดชีพ.

อหมุชช อิมนุจ รตตี อิมนุจ ทิวส, อุกาสยนมมหาสยนิ ปหาย, อุกาสยนมมหาสยนา ปฏิวิโร, นิจเสขุย์ กปุปेमิ, มนุจเก วา ตินสนนุรเก วา.

แม่นข้าพเจ้าก็เป็นผู้ละเสียซึ่งการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันสูง และการนั่งนอนบนที่นั่งที่นอนอันวิจิตร เว้นแล้วจากการนั่งนอนบนอุจาส-

สยนะและมหาสยนะ สำเร็จการนั่งนอนบนเตียงอันเป็นที่นั่งนอนต่ำ
หรือบนเครื่องลาดอันทำด้วยหญ้า ตลอดจนและวันในเวลานั้น.

อิมินาปี อังเคน อรหํ อนุกโรมิ. อุโปสโธ จ เม อุปุตุโธ
ภวิสสตี.

ข้าพเจ้ากระทำตามพระอรหันต์เจ้าทั้งหลาย ด้วยองค์ मैंนี้, และ
อุโปสถจักเป็นธรรมอันข้าพเจ้ารักษาแล้ว.

๑๗ สิงหาคม ๘๐

วิธีไหว้พระ บูชาพระ

แบบของสมเด็จพระสังฆราช (สา ปุสฺสเทโว)

อรหิ สมฺมาสมฺพุทฺโธ ภควา

พระผู้มีพระภาคเจ้าซึ่งเป็นที่พึ่งที่นับถือของเราทั้งหลาย พระองค์
เป็นพระอรหันต์ตรัสรู้ชอบเองแล้ว ถึงวิเศษในการละและการเจริญ ละ
กิเลสจากสันดานกับทั้งवासนา เป็นผู้ไม่หลง มีความไม่หลงเป็น
ธรรมดา ตรัสรู้อริยสัจสี่ แจ่มแจ้งประจักษ์โดยลำพังพระองค์ ตรัสรู้ชอบ
ไม่วิปริต และสอนผู้อื่นให้ตรัสรู้ได้ด้วย เราทั้งหลายขออภิวาทกราบ
ไหว้พระผู้มีพระภาคเจ้าอรหันต์สมมาสัมพุทฺธพระองค์นั้น มีพระสณฺฑ
และพระพุทฺธรูปนี้เป็นพยาน

พุทฺธํ ภควนฺตํ อภิวาเทมิ (กราบ)

สุวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม

ธรรมะที่พระผู้มีพระภาคเจ้ากล่าวดีแล้ว แสดงทางดับกิเลส
และกองทุกข์ ให้ผู้ปฏิบัติถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบได้ เราทั้งหลาย
ขอนมัสการธรรมะ ที่พระพุทฺธเจ้ากล่าวดีแล้ว

ธมฺมํ นมสฺสามิ (กราบ)

สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ

หมู่สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าปฏิบัติดีแล้ว ได้บัญญัติตรัส
อริยสัจสี่ ทำกิเลสในสันดานของตนให้สิ้นไป ตามกำลังอริยมรรค ที่
ให้เกิดขึ้นแล้วในสันดานตน ความละกิเลสได้จริงเป็นการปฏิบัติดีแท้
เราทั้งหลายขอนอบน้อมสงฆ์สาวก ที่พระพุทฺธเจ้านั้นสอนให้ปฏิบัติดีแล้ว

สงฺฆํ นมามิ. (กราบ)

อภิณหปัจเจกขณะ

ขราธมฺโมมฺหิ	เรามีความแก่เป็นธรรมดา
ขรํ อนตฺตํโต	ล่วงความแก่ไปไม่ได้
พฺยาธิธมฺโมมฺหิ	เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา
พฺยาธิํ อนตฺตํโต	ล่วงความเจ็บไข้ไปไม่ได้
มรณธมฺโมมฺหิ	เรามีความตายเป็นธรรมดา
มรณํ อนตฺตํโต	ล่วงความตายไปไม่ได้
สพฺเพหิ เม ปิเยหิ มนาเปหิ	เราละเว้นเป็นต่าง ๆ คือว่าพลัด-
นानาภาโว วินาภาโว	พรากจากของรัก ของเจริญใจ
	ทั้งหลายทั้งปวง
กมฺมสฺสโกมฺหิ	เราเป็นผู้มีกรรมเป็นของ ๆ ตน
กมฺมทาทาโท	เป็นผู้รับผลของกรรม
กมฺมโยนิ	เป็นผู้มีกรรมเป็นกำเนิด
กมฺมพฺนฺธุ	เป็นผู้มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์
กมฺมปฏิสฺสรโณ	เป็นผู้มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย
ยํ กมฺมํ กริสฺสํ	จักทำกรรมอันใดไว้
กฺลฺยาณํ วา ปาปกํ วา	ดีหรือชั่ว
ตสฺส ทาทาโท ภวิสฺสํ	จักเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น
เอวํ อมฺหํหิ อภินฺหํ	เราทั้งหลายพึงพิจารณาเนื่อง ๆ
ปจฺจุเวกฺขิตพฺพํ	อย่างนี้แล.

คาถากรวดน้ำ

ปุลลสสุตทานิ กตสฺส
 ยานณฺณานิ กตานิ เม
 เทสญฺจ ภากิโน โหณฺตุ
 สตฺตทานนฺตาปฺปมาณกา
 เย ปิยา คุณฺวณฺตา จ
 มยฺหํ มาตาปิตาทโย

ทิจฺฉา เม จาปฺยทิจฺฉา วา
 อณฺเณ มชฺฌตฺตเวรีโน
 สตฺตา ติจฺฉนฺติ โลกสฺมี
 เต ภูมฺมา จตฺตโยนิกา
 ปณฺเฑกจตฺตโวการา
 สัสนฺตา ภวากเว
 ฌาคํ เช ปตฺตติทานมฺเม

อนฺนโมทนฺตุ เต สยํ

เย จิมํ นปฺปชานนฺติ

ขอสัตว์ทั้งหลายไม่มีที่สุด ไม่มี
 ประมาณ จงเป็นผู้มีส่วนแห่งบุญที่
 ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้ แลแห่งบุญ
 ๕ ทั้งหลายอื่นที่ข้าพเจ้าได้กระทำแล้ว
 คือชนเหล่าใดเป็นที่รักผู้มีคุณ
 มีมารดาและบิดาของข้าพเจ้าเป็น
 ตน

ที่ข้าพเจ้าได้เห็นหรือแม้ไม่ได้เห็น
 แลสัตว์ทั้งหลายอื่นที่เป็นกลางแลมี
 เวรกัน ตั้งอยู่ในโลก

เกิดในภุมิ ๓ เกิดในกำเนิด ๔
 มีชั้น ๕ แลชั้น ๑ แลชั้น ๔
 ท้องเที่ยวอยู่ในภพน้อย แลภพใหญ่
 สัตว์เหล่าใดทราบการให้ส่วนบุญ
 ของข้าพเจ้าแล้ว

ขอสัตว์เหล่านั้น จงอนุโมทนา
 เองเกิด

ก็สัตว์เหล่าใด ย่อมไม่ทราบการ
 ให้ส่วนบุญของข้าพเจ้านี้

เทวา เตสํ นิเวทยฺ

มยา ทินฺนํ ปุณฺณํ

อนฺุมทฺทนเหตุนา

สพฺเพ สตุตา สทา โหนตุ

อเวรา สุขชีโว

เขมปฺปทญฺจ ปปฺโปนตุ

เตสาสา สิขฺมตํ สุภา.

ขอเทพทั้งหลาย พึงแจ้งแก่สัตว์
เหล่านั้น

เพราะเหตุคืออนุโมทนาบุญทั้ง
หลายที่ข้าพเจ้าให้แล้ว

ขอสัตว์ทั้งปวงจงอย่ามีเวร

อยู่เป็นสุขเสมอเถิด

แลจงถึงทางอันเกษมเถิด

ขอความหวังอันดีของสัตว์เหล่านั้น

จงสำเร็จ เทอญ.

คำถวายสังฆทาน

ว่านโม ๓ หน ทุกบพ

อิมานิ มยฺ ภนฺเต ภคฺคานิ สปริวารานิ สงฺฆสฺส โอโณชยาม.

สํวโร โน ภนฺเต สงฺโฆ อิมานิ ภคฺคานิ สปริวารานิ ปฏิกุณฺณหาตุ

อมฺหากํ ทิฆมรตฺตํ หิตาย สุขาย.

คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายภัตตาหาร
กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านั้นแก่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับภัตตาหาร

กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านั้นของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และ

ความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ตลอดกาลนาน เทอญ.

คำถวายผ้ากฐิน

อิมิ ภนุเต สปริวาริ กจินทุสฺสํ สงฺฆสฺส โอโณชยาม.
 สาธุ โน ภนุเต สงฺโฆ อิมิ สปริวาริ กจินทุสฺสํ ปฏิกุคฺคฺหาตุ
 ปฏิกุคฺคฺเหตฺวา จ อิมินา ทุสฺเสน กจินิ อตุถรตุ อมฺหากิ ทิฆมฺรตฺติ
 หิตาย สุขาย.

คำแปล

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ถวายผ้ากฐินกับทั้งบริวารนี้
 แก่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับผ้ากฐินกับทั้งบริวารนี้ ของข้าพเจ้า
 ทั้งหลาย รับแล้วจงกรานด้วยผ้านี้ เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุข แก่
 ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ.

คำถวายผ้าป่า

เอตานิ มยิ ภนุเต จีวรานิ สปริวารานิ สงฺฆสฺสํ โอโณชยาม.
 สาธุ โน ภนุเต สงฺโฆ เอตานิ จีวรานิ สปริวารานิ ปฏิกุคฺคฺหาตุ
 อมฺหากิ ทิฆมฺรตฺติ หิตาย สุขาย.

คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อมถวายจีวรทั้งหลาย
 เหล่านี้ กับทั้งของที่เป็นบริวารแก่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับจีวร
 ทั้งหลายเหล่านี้ กับทั้งของที่เป็นบริวาร ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อ
 ประโยชน์และความสุข แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนาน เทอญ.

ร. พ. มหามกุฏราชวิทยาลัย หน้าวัดบวรนิเวศ ฯ กรุงเทพฯ ฯ
นายพินิจ อุ่ตำราญ ผู้พิมพ์โฆษณา ๒๘/๑๑/๒๕๑๒

ឃឹមឃឹក ទ្រង់ឃឹមឃឹមសកាសព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

សមរម្យស្រី ឯកឧត្តមនាយករដ្ឋមន្ត្រី តា. 817780

នាយករដ្ឋមន្ត្រី ឯកឧត្តមនាយករដ្ឋមន្ត្រី ឯក. 817780
