

สวดมนต์

ฉบับพุทธบริษัท ๔

กัลยาณมิตร

www.kalyanamitra.org



อสุชฌายมลา มนตา อนุชานมลา ฆรา
มลํ วรรณสุส โกสขุ ปมาโท รุกขโต มลํ ฯ

“มนต์ทั้งหลาย มีการไม่ท้อ่งบ่นเป็นมลทิน
เหือน มีความไม่หมั่นเป็นมลทิน
ความเกียจคร้าน เป็นมลทินของฉิวัพธณ
ความประมาท เป็นมลทินของผู้ศึกษา”

พุทธพจน์



วัดพระธรรมกาย

อ่านหนังสือเพิ่มเติมที่ www.kalyanamitra.org



สวดมนต์

ฉบับพุทธบริษัท ๔

บทสวดมนต์ เป็นบทสรรเสริญคุณของพระรัตนตรัย
ซึ่งเป็นที่เคารพสักการะสูงสุด ฉะนั้น ขอท่านทั้งหลายที่นำไปสวดมนต์
โปรดอย่านำไปวางไว้ในที่ไม่สมควร ไม่ใช่พัสดุ โยน พับหนังสือ
ยัดใส่กระเป๋ากางเกง และอื่นๆ ที่เป็นการแสดงถึงความไม่เคารพ



สารบัญ

สารบัญ

สวดมนต์จนเห็นธรรม	๕
ระเบียบการกราบพระรัตนตรัย	๙
ทำวัตรเช้า	๑๗
ทำวัตรเย็น	๒๗
บทสวดสรรเสริญ	๓๗
บทสวดสรรเสริญพระพุทธคุณ	๓๙
บทสวดสรรเสริญพระธรรมคุณ	๔๐
บทสวดสรรเสริญพระสังฆคุณ	๔๑
บทสวดธรรมกายานุสสติกา	๔๒
บทสวดสรรเสริญพระมหาสิริราชธาตุ	๔๔
มหาสุวรรณนินิสิริมังคลาธิษฐาน	๔๖
บทสวดสรรเสริญพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)	๔๘
บทสวดสรรเสริญคุณยายอาจารย์	
มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง	๕๐
คำแปล ทำวัตรเช้า	๕๓
คำแปล ทำวัตรเย็น	๖๑

วิธีบูชาพระรัตนตรัย	๗๑
คำอาราธนา และคำถวายต่างๆ	๗๗
บุญกิริยาวัตถุ ๓ (ทาน ศีล ภาวนา)	๘๗
วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น	๙๓
คำอธิษฐานประจำวัน	๑๐๕
การปฏิบัติตนก่อนไปวัด	๑๐๙
กฎระเบียบ และแผนที่ไปวัดพระธรรมกาย	๑๑๗
กฎระเบียบของวัดพระธรรมกาย	๑๑๙
แผนที่เส้นทางไปวัดพระธรรมกาย	๑๒๐





สวดมนต์ จนเห็นธรรม



สวดมนต์จนเห็นธรรม

ร่างกายมีความจำเป็นต้องได้รับการอาบน้ำชำระล้างเหงื่อไคลออกเป็นประจำฉันใด แม้จิตใจก็มีความจำเป็นต้องชำระให้ผ่องแผ้วอย่างน้อยวันละครั้งฉันนั้น แต่ความยุ่งยากอย่างยิ่งในการทำความสะดวกใจ คือ เราไม่สามารถจะใช้น้ำหรือสิ่งใดๆ ในโลกมาล้างใจให้สะอาดได้ ยกเว้น **พุทธธรรม** ที่เกิดขึ้นในใจของผู้นั่นเอง ทั้งนี้เพราะใจเป็นสิ่งที่เห็นได้โดยยาก ประการหนึ่ง

ประการที่สอง ใจไม่ค่อยยอมอยู่นิ่งๆ ชอบเที่ยว ชอบคิดตลอดเวลา

ประการที่สาม ใจมักจะหลงพอใจในอารมณ์ที่น่าชอบใจ จึงมักนำความเดือดเนื้อร้อนใจมาสู่ตัวเองเสมอ

วิธีสร้างพุทธธรรมให้เกิดขึ้นในดวงใจ มีวิธีง่ายๆ และนิยมกันมาก ตั้งแต่สมัยพุทธกาลเป็นต้นมา คือการท่องหรือสวดหัวข้อธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ซึ่งเราเรียกว่า **สวดพุทธมนต์** หรือเรียกสั้นๆ ว่า **สวดมนต์** ดังนั้น นับตั้งแต่โบราณกาลชาวไทยจึงนิยมสวดมนต์ มีการทำวัตรเช้า-เย็นตลอดมา

ผลของการสวดมนต์เป็นประจำทุกเช้า-เย็น ทำให้บรรพบุรุษของชาวไทยเป็นผู้มีใจสูง รักใคร่ปรองดองกัน มีเมตตาอารีต่อเพื่อนบ้าน

และรังเกียจการรุกรานหรือความรุนแรงใดๆ อาจมีบ้างบางครั้งก็พลั้งเผลอ ปล่อยให้อารมณ์ฝ่ายต่ำเข้าครอบงำ ทำให้ชาวไทยถึงกับแตกสามัคคีและทำร้ายกันเอง แต่เมื่อได้ยินเสียงสวดมนต์ ก็ราวกับได้ยินเสียงพระพุทธเจ้ามาเตือนให้ได้สติ หันหน้ากลับมาปรองดองคืนดีกันดังเดิม สลัดความขุ่นข้องหมองใจทิ้งไปได้อย่างน่าอัศจรรย์

ขณะนี้ประเทศไทยกำลังอยู่ในระยะพัฒนา นอกจากจะต้องอาศัยกำลังความคิด สติปัญญา และวิชาการแผนใหม่ เข้าช่วยขจัดอุปสรรคนานาประการแล้ว ยังต้องอาศัยความสามัคคี และความเป็นผู้มีใจสูงของประชาชนทุกๆ ฝ่ายอีกด้วย การพัฒนาประเทศจึงจะสำเร็จลุล่วงด้วยดีได้

เมื่อเป็นเช่นนั้น การสวดมนต์ชำระใจเป็นประจำทุกเช้า-เย็น จึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับประชาชนชาวไทย และนี่คือที่มาของหนังสือสวดมนต์เล่มนี้

การทำวัตรสวดมนต์ไหว้พระนั้น ถ้าปฏิบัติอย่างถูกต้องแล้ว นับว่าเป็นการบำเพ็ญศีล สมาธิ ปัญญา อย่างเป็นระเบียบที่สุด ฉะนั้นผู้ปรารถนาดวงตาเห็นธรรม จงอย่าละเลยการทำวัตรสวดมนต์เป็นอันขาด วิธีทำวัตรให้ได้ดวงตาเห็นธรรม ควรปฏิบัติดังนี้



ก่อนสวดมนต์ ให้พิจารณาพระพุทธรูปองค์ใดองค์หนึ่งที่เราศรัทธาเคารพมัน เมื่อจำได้แล้วก็หลับตาเบาๆ พอปิดสนิท นึกอาราธนาพระพุทธรูปองค์นั้นมาประดิษฐานอยู่ที่ศูนย์กลางกายของเรา ตรงช่องว่างกลางลำตัว เหนือสะดือขึ้นมา ๒ นิ้วมือ ขณะที่ทำวัตรสวดมนต์ต้องตั้งสตินึกถึงพระพุทธรูปควบคู่กันไปอยู่ที่ศูนย์กลางกายตรงนั้นทีเดียวอย่าให้เพเลอสติ

เมื่อใจหยุดนิ่ง ความสว่างก็จะเกิดขึ้น ท่ามกลางความสว่างนั้น จะเห็นพระพุทธรูปที่ระลึกถึงปรากฏขึ้นอย่างชัดเจน ต่อจากนั้นจะมีพระพุทธรูปองค์ใหม่ปรากฏขึ้นแทนที่ แต่สวยงามกว่าเดิมยิ่งนัก เรียกว่า **ธรรมกาย** นี่เป็นการเห็นธรรมเบื้องต้น

หมั่นระลึกถึง**ธรรมกาย**นั้นทุกอิริยาบถจนกระทั่งชำนาญ รักษา**ธรรมกาย** นี้ไว้เท่าชีวิต เมื่อทำได้ดังนี้ **ธรรมกาย** ในตัวจะสอนท่านเองว่าควรทำอะไรต่อไป จึงจะเห็นธรรมเบื้องต้นสูงยิ่งๆ ขึ้น



ระเบียบการกราบ พระรัตนตรัย



ระเบียบการกราบพระรัตนตรัย

การกราบ นิยมกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์ ซึ่งประกอบด้วย องค์ ๕ คือ หัวเข่า ๒ ฝ่ามือ ๒ และหน้าผาก ๑ ให้จรดลงแนบกับพื้น และกราบ ๓ ครั้ง

เมื่อกรานั้น ควรกล่าวคำมัสการให้จบเสียก่อน จึงค่อยน้อมตัวลงกราบ อย่างน้อมตัวลงในขณะที่กล่าวคำมัสการยังไม่จบ มิฉะนั้น คำมัสการจะขาดหายไป และเป็นการกราบที่ไม่พร้อมเพรียงกันไม่น่าดู





ภาพการกราบแบบเบญจางคประดิษฐ์

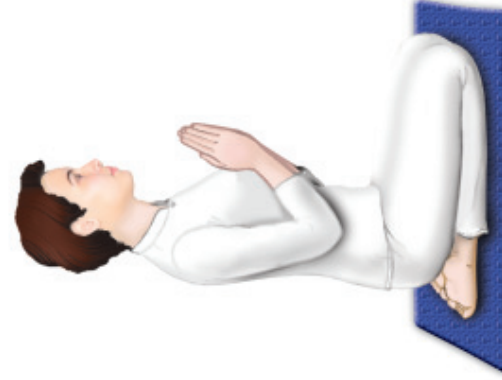


ท่านชาย นั่งคุกเข่า



ท่านหญิง นั่งคุกเข่าราบ

การเตรียมกราบ



จังหวะที่ ๑ ‘อัญชลี’ ยกมือขึ้นประนมระหว่างอก



ท่านชาย ศีรษะตั้งตรง



ท่านหญิง ก้มศีรษะเล็กน้อย

จังหวะที่ ๒ ‘วันทา’ ยกมือประนมขึ้นจรดหน้าผาก หัวแม่มือทั้งสองอยู่ระหว่างคิ้ว



ท่านชาย ช้อนอกตอกับหัวเข่า



ท่านหญิง ให้ข้อศอกทั้งสองชนขา

จังหวะที่ ๓ ‘อภิวาท’ หมอบกราบลงให้หน้าผากจรดพื้น วางฝ่ามือแบราบข้างกันหนึ่งฝ่ามือ
ก้มศีรษะลงให้หน้าผากจรดพื้นในระหว่างฝ่ามือทั้งสอง



๑๖

สวดมนต์ ฉบับพุทธบริษัท ๔

๑๗



ทำวัตรเช้า



ทำวัตรเช้า

ทำวัตรเช้า

ขณะที่ประธานกำลังจุดเทียน รูป บุษพาพระรัตนตรัย ให้ทุกคน
สำรวมใจ นั่งคุกเข่าประนมมือขึ้นพร้อมกัน ครั้นประธานกล่าวคำ
นมัสการนำ ทุกคนก็ว่าตามโดยพร้อมเพรียงกันอย่างชัดเจน ไม่ค่อย
หรือดงเกินไป พร้อมทั้งกำหนดนึกถึงพระพุทธรูปตามวิธีที่กล่าวมาแล้ว
ควบคู่กันไปด้วย

๑. คำบูชาพระโดยพิสดาร

โย โส ะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,^๑ สวากขาโต เยนะ
กะคะวาตา ธัมโม, สุปะฏิปันโน ยัสสะ ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,
ตัมมะยัง ะคะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง, อิมะหิ สักกาเรหิ
ยะถาระหัง อาโรปีเตหิ อะภิปูชะยามะ, สาธุ โน ภันเต ะคะวา
สุจิระปะรินิพพุโตปิ, ปัจฉิมาชะนะตานุกัมปะมานะสา, อิมะ สักกาเร
หิ ตะปะณัฏฐาปะณัฏฐาเต ปะฏิคคัณหาตุ, อัมหากัง ทีฆะรัตตัง
หิตายะ สุขายะ.

๒. ถ่านมัสการ

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ะคะวา, พุทธัง ะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

(กราบครั้งที่หนึ่ง)

สวากขาโต ะคะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นมัสสามิ.

(กราบครั้งที่สอง)

สุปะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ.

(กราบครั้งที่สาม)

๓. ปุพพะภาคะนะมะการะ

(กล่าวนำ - หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ะคะวะโต

ปุพพะภาคะนะมะการัง ะโรมะ เส.)

นะโม ตัสสะ ะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ.

(๓ ครั้ง)

๔. พุทธาภิวาตี

(กล่าวนำ - หันทะ มะยัง พุทธาภิวาตี ะโรมะ เส.)

โย โส ตะถาคะโต อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,
วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู, อะนุตตะโร

^๑ ให้สวดหยุดเป็นตอนๆ ตามสัญลักษณ์ “ , ” หรือ “ . ”

ทำวัตรเช้า

๖. สังฆากิอุติ

(กล่าวนำ - หันหน้า มายัง สังฆากิอุติ กะโรมะ เส.)

โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปันโน
 ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต
 สาวะกะสังโฆ, สามิจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง
 จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภะคะวะโต
 สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย^๑ ปาหุเนยโย ทักขิเนยโย
 อัญชะลีกระณีโย, อนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ,
 ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ, ตะมะหัง สังฆัง สิริสา
 นะมามิ ฯ

(กราบระลึกถึงพระสังฆคุณ)

๗. ระตนะตัตถะยัปปะณามะคาถา

ต่อไปนั่งพับเพียบตามปกติ แล้วสวด

(กล่าวนำ - หันหน้า มายัง ระตนะตัตถะยัปปะณามะคาถาโย เจวะ

สังเวคะปริกิตตะนะปาฐัญจะ ภะณามะ เส.)

พุทโธ สุสุทโธ ภะรุธามะหัตถะโน,
 โยจันตะสุทถัพพะระญาณะโลจะโน,

^๑ อ่านว่า อา - พุ - โน - โย (เย อ่านว่า โย ทุกแห่ง)

ปุริสธัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมนุสสานัง พุทโธ ภะคะวา, โย อิมัง
 โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพริหมะกัง^๑, สัสสะมะณะพราหมะณัง
 ปะชัง สะเทวะมนุสสัง สะยัง อะภิญญา สัจฉิกัตวา^๒ ปะเวเทสิ,
 โย ธัมมัง เทเสสิ อาทักกยาณัง มัชฌะกัลยาณัง ปะริโยสานะกัลยาณัง,
 สาดถัง สะพยัญชะนัง เกวะละปะริปุณณัง ปะริสุทัง
 พรหมะจะริยัง^๓ ปะกาเสสิ,

ตะมะหัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ, ตะมะหัง ภะคะวันตัง
 สิริสา นะมามิ ฯ

(กราบระลึกถึงพระพุทธคุณ)

๕. ธัมมาภิกุติ

(กล่าวนำ - หันหน้า มายัง ธัมมาภิกุติ กะโรมะ เส.)

โย โส สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก อะกาลิโก
 เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ,
 ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ, ตะมะหัง ธัมมัง สิริสา
 นะมามิ ฯ

(กราบระลึกถึงพระธรรมคุณ)

^๑ อ่านว่า สะ - พริ - มะ - กัง^๒ อ่านว่า สัต - ติ - กัต - ตะ - วา (เสียง อะ ครึ่งเสียง)^๓ อ่านว่า พริ - มะ - จะ - ริ - ยัง

ทำวัตรเช้า

โลกัสสะ ปาปุปะกิเลสะมาตะโก,
 วันทามิ พุทธัง อะหะมาตะเรนะ ตัง.
 ธัมโม ปะทีโป วียะ ตัสสะ สัตถุโน,
 โย มัคคะปากามะตะเกทะภินนะโก,
 โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน,
 วันทามิ ธัมมัง อะหะมาตะเรนะ ตัง.
 สังโฆ สุเขตตาทะยะติเขตตะสัณฺญาโต,
 โย ทิฏฐะสันโต สุคะตานุโพระโก,
 โลลัปปะทีโน^๑ อะริโย สุเมธะโส,
 วันทามิ สังฆัง อะหะมาตะเรนะ ตัง.
 อิจจะเวเมกัณตะภิปุชเณยยะกัง,
 วัตถุตตะยัง วันทะยะตาทิสังขะตัง,
 ปุณฺณัง มะยา ยัง มะมะ สัพพุปัททะวา,
 มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา.

๘. สังเวคะปริกิตตะนะปาฐะ

อิระ ตะถาคะโต โลเก อุปันโน อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ,
 ธัมโม จะ เทสิโต นิยยานิโก^๒ อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก

สัมโพธะคามิ สุคะตูปะเวทิตโต, มะยัณตัง ธัมมัง สุตฺวา^๓ เอวัง
 ชานามะ, ชาติปิ ทุกขา ชะราปิ ทุกขา มะระณัมปิ ทุกขัง,
 โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา, อปปิเยหิ
 สัมปะโยโค ทุกโข ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข, ยัมปิจัจัง นะ ละภะติ
 ตัมปิ ทุกขัง, สังจิตเตนะ ปัญญาปาทานักขันธา ทุกขา, เสยยะถิทํ^๒,
 รูปุปาทานักขันโธ, เวทะนุปาทานักขันโธ, สัณฺญาปาทานักขันโธ,
 สังขารุปาทานักขันโธ, วิญญาณุปาทานักขันโธ, เยสัง ปะริญญาเย,
 ธะระมาโน โส ภะคะวา, เอวัง พะหุลัง สาวะเก วิเนติ, เอวัง ภาคา
 จะ ปะณัสสะ ภะคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี, พะหุลา ปะวัตตะติ,
 รูปัง อะนิจจัง, เวทะนา อะนิจจา, สัณฺญา อะนิจจา, สังขาร
 อะนิจจา, วิญญาณัง อะนิจจัง, รูปัง อะนัตตา, เวทะนา อะนัตตา,
 สัณฺญา อะนัตตา, สังขาร อะนัตตา, วิญญาณัง อะนัตตา, สัพเพ
 สังขาร อะนิจจา, สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ, เต มะยัง (ตา มะยัง^๓),
 โอติณณมะหะ ชาติยา ชะรามะระณะ, โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ
 โทมะนัสเสหิ อุปายาเสหิ, ทุกโขติณณา ทุกขะปะเรตา,
 อปปะเวณามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา
 ปัญญาเยถาติ, จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะตา,
 ธัมมัญจะ สังฆัญจะ, ตัสสะ ภะคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ

^๑ อ่านว่า โล - ลับ - ปะ - ฮี - โน

^๒ อ่านว่า นี - ยา - นิ - โก (นีย ออกเสียงเป็น นี)

^๓ อ่านว่า สุต - ตะ - วา (เสียง อะ ครึ่งเสียง)

^๒ อ่านว่า โส - ยะ - ถี - ทัง

^๓ ท่านชายว่า “ เต มะยัง ” , ท่านหญิงว่า “ ตา มะยัง ”

ทำวัตรเช้า

ยะถาพะลัง มะนะสิกะโรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ, สา สา โน
ปะฏิปัตติ, อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยาเย
สังวัตตะตุ.

๑๑. ปัตติทานะคาถา

(กล่าวนำ - หันหน้า มายัง ปัตติทานะคาถาโย ภะณามะ เส.)

ยา เทวะตา สันติ วิหาระวาสินี,
อุเป ฆะเร โพธิฆะเร ตะหิง ตะหิง,
ตา ธัมมะทานะเนะ ะวะนตุ ปุชิตา,
โสติดัง ะโรนตะระ วิหาระมณทะเส,
เถรา จะ มัชฌา นะวะกา จะ ภิกกะโว,
सारามิกา ทานะปะตี อุปาสะกา,
คามา จะ เทสา นิคะมา จะ อิสสะรา,
สัปปาณะภูตา สุจิตา ะวะนตุ เต,
ชะลาพูชา เยปี จะ อณทะสัมภะวา,^๑
สังเสทะชาตา อะถะโวปะปาติกา,
นียยานิกัง ธัมมะวะรัง ปะฏิจาจะ เต,
สัพเพปิ ทุกขัสสะ ะโรนตุ สังขะยัง,

ฐาตุ จิรัง สะตัง ธัมโม ธัมมัทธะรา จะ ปุคคะลา,
สังโฆ โหตุ สะมัคโค ะ ธัมมัทธะรา จะ ปุคคะลา,
อัมเท รักกะตุ สัทธัมโม สัพเพปิ ธัมมะจาริโน,
วุฑฒิง สัมปาปุณเณยยามะ ธัมเม อะริยัปปะเวทิตะ.

(จบทำวัตรเช้า)

ทำวัตรเช้าเสร็จแล้ว ให้ทุกคนสำรวมใจนั่งคุกเข่าประนมมือขึ้น
พร้อมกัน เพื่อสวดมนต์ระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัย ครั้นประธาน
กล่าวนำ ทุกคนก็ว่าตามโดยพร้อมเพรียงกัน

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ะกะวะตา, พุทธัง ะกะวันตัง อะภิวาเทมิ.

(กราบครั้งที่หนึ่ง กล่าว่า)

พุทโธ เม นาโถ, พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งของเรา.

สวากขาโต ะกะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ.

(กราบครั้งที่สอง กล่าว่า)

ธัมโม เม นาโถ, พระธรรมเป็นที่พึ่งของเรา.

สุปะฏิปันโน ะกะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ.

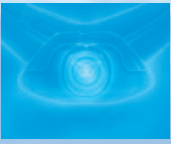
(กราบครั้งที่สาม กล่าว่า)

สังโฆ เม นาโถ, พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของเรา.

การกล่าวเช่นนี้ เป็นการแสดงความเคารพอย่างแน่นแฟ้น และเป็นการทำจิตใจ
ให้เลื่อมใสมั่นคงในพระรัตนตรัยยิ่งๆ ขึ้น อันจะเป็นบาทเบื้องต้นที่จะส่งผลให้เราเข้าถึง
พระรัตนตรัยภายในได้โดยง่าย

^๑ อ่านว่า วิ - หา - ระ - มั่น - ตะ - เล (ท ทุกแห่งออกเป็นเสียง ด)

^๒ อ่านว่า อัน - ตะ - ลัม - พะ - วา



ทำวัตรเย็น

ทำวัตรเย็น

๑. คำบูชาพระโดยพิสดาร

โย โส ณะกะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ^๑, สวากขาโต เยนะ
ณะกะวะตา ธัมโม, สุปะฏิปันโน ยัสสะ ณะกะวะโต สวาจะกะสังโฆ,
ตัมมะยัง ณะกะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง, อิมะหิ สักกาเรหิ
ยะถาระหัง อาโรปีเตหิ อะภิปูชะยามะ, สาธุ โน ภันเต ณะกะวา
สุจิริปะรินิพพุโตปิ, ปัจฉิมาชะนะตานุกัมปะมานะสา, อิมะ สักกาเร
หุคคะตะปณณการะภูเต ปะฏิคคัณหาตุ, อัมหากัง ทีฆะรัตตัง
หิตายะ สุขายะ.

๒. คำนมัสการ

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ณะกะวา, พุทธัง ณะกะวันตัง อะภิวาเทมิ.

(กราบครั้งที่หนึ่ง)

สวากขาโต ณะกะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ.

(กราบครั้งที่สอง)

สุปะฏิปันโน ณะกะวะโต สวาจะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ.

(กราบครั้งที่สาม)

๓. ปุพพะภาคะนะมะการะ

(กล่าวนำ - หันทะทานิ มะยังตัง ณะกะวันตัง วาจาเย อะภิกายิตุง,
ปุพพะภาคะนะมะการัญเจะวะ พุทธานุสสะตินะยัญจะ ณะโรมะ เส.)

นะโม ตัสสะ ณะกะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ.

(๓ ครั้ง)

๔. พุทธานุสสะติ

ตัง โข ปะนะ ณะกะวันตัง เอวัง กัลยาณะ กิตติสัทโท
อัพภูคคะโต, อิติปิ โส ณะกะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,
วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู, อะนุตตะโร
ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ณะกะวาติ.

๕. พุทธาภิกิธติ

(กล่าวนำ - หันทะ มะยัง พุทธาภิกิธิตัง ณะโรมะ เส.)

พุทเธวาระหันทะวะระตาทีคุณายิตโต,
สุทธาภิญาณะกะรุณาหิ สะมาคะตัตโต,
โพเธสิ โย สุชะนะตัง กะมะลังวะ สุโร,
วันทามะหัง ตะมะระณัง สีระสา ชินนัง.

^๑ ให้สวดหยุดเป็นตอนๆ ตามสัญลักษณ์ “ , ” หรือ “ . ”

ทำวัตรเย็น

พุทโธ โย สัพพะปาณีนัง สรรณัง เขมะมุตตะมัง,
 ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สีเรนะหัง.
 พุทธัสสาหัสมี^๑ ทาโส (ทาสี)^๒ วะ พุทโธ เม สามิกิสสะโร,
 พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาคา จะ หิตัสสะ เม.
 พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะริริญชีวัตถุญจิหัง,
 วันทันโตหัง (วันทันตีหัง)^๓ จะริสสามิ พุทธัสเสวะ สุโพธิตัง.
 นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง พุทโธ เม สรรณัง ะรัง,
 เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัชเณยยัง^๔ สัตถุ สาสะเน.
 พุทัง เม วันทะมานะ (วันทะมานายะ)^๕ ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,
 สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.

(หมอบกราบว่า)

กาเยนะ วาจาเย ะ เจตะสา วา,
 พุทธะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,
 พุทโธ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง
 กาลันตะเร สังวะริตุง ะ พุทธะ.

^๑ อ่านว่า พุด - ทัด - สา - หัด - สะ - มี (เสียง อะ ครึ่งเสียง)^๒ ท่านชายว่า “ ทาโส ” , ท่านหญิงว่า “ ทาสี ”^๓ ท่านชายว่า “ วันทันโตหัง ” , ท่านหญิงว่า “ วันทันตีหัง ”^๔ อ่านว่า วัด - ไท - ยัง (เย อ่านว่า โย ทุกแห่ง)^๕ ท่านชายว่า “ วันทะมานะ ” , ท่านหญิงว่า “ วันทะมานายะ ”

๖. ัมมานุสสะติ

(กล่าวนำ - หันทะ มะยัง ัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.)

สวากขาโต ภะคะวะตา ัมโม, สันทิฏฐิโก อะกาลิโก
 เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ.^๑

๗. ัมมาภิกิตี

(กล่าวนำ - หันทะ มะยัง ัมมาภิกิตีตัง กะโรมะ เส.)

สวากขาตะตาทิกุณะโยคะวะเสนะ เสยโย,
 โย มัคคะปากะปะริยัตติวิโมกขะเกโท,
 ัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธรี,
 วันทามะหัง ตะมะหะรัง ะระธัมมะเมตัง.

ัมโม โย สัพพะปาณีนัง สรรณัง เขมะมุตตะมัง,
 พุติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สีเรนะหัง.
 ัมมัสสาหัสมี ทาโส (ทาสี) ะ ัมโม เม สามิกิสสะโร,
 ัมโม ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาคา จะ หิตัสสะ เม.
 ัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สะริริญชีวัตถุญจิหัง,
 วันทันโตหัง (วันทันตีหัง) จะริสสามิ ัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง.
 นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง ัมโม เม สรรณัง ะรัง,

^๑ อ่านว่า วิน - ยู - ฮี - ตี



ทำวัตรเย็น

๙. สัมมาภิกษิตี

(กล่าวนำ - หันหน้า มายัง สัมมาภิกษิตี กะโรมะ เส.)

สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาทิยุตโต,
 โยภูฐัพพิโต อะริยะปุกะละสังฆะเสฏโฐ,
 สีลาทิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต,
 วันทามะหัง ตะมะริยานะคะณัง สุสุทัง.

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง	สระณะง์ เจมมะตตะมัง,
ตะติยานุสสะติภูฐานัง	วันทามิ ดัง สีเรนะหัง.
สังฆัสสะทิสฺมิ ทาโส (ทาสี) ะ	สังโฆ เม สามิกิสสะโร,
สังโฆ ทุกขัสสะ มาตา จะ	วิธาดา จะ หิตัสสะ เม.
สังฆัสสะทัง นิยามาเทมิ	สระริรัชชีวัตถุจิทัง,
วันทันทัง (วันทันทิหัง) จะริสสามิ	สังฆัสสะปะฏิปันนะตัง.
นัตถิ เม สระณะง์ อัญญัง	สังโฆ เม สระณะง์ ะรัง,
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ	วัชฌะยัง สัตถุ สาสะเน.
สังฆัง เม วันทะมานะ(วันทะมานายะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,	
สัพเพปิ อันตะรายา เม,	มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.

(หมอบกราบว่า)

กาเยนะ วาจาเย ะ เจตะสา วา,
 สังฆะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัชฌะยัง^๑ สัตถุ สาสะเน.
 สังฆัง เม วันทะมานะ(วันทะมานายะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,
 สัพเพปิ อันตะรายา เม, มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.

(หมอบกราบว่า)

กาเยนะ วาจาเย ะ เจตะสา วา,
 สังฆะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,
 สังโฆ ปะฏิคคัณหาตุ อัจจะยันตัง,
 กาลันตะเร สังวะริตุง ะ สังฆะ.

๘. สังฆานุสสะติ

(กล่าวนำ - หันหน้า มายัง สังฆานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.)

สุปะฏิปันโน กะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุกุปะฏิปันโน
 กะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน กะคะวะโต
 สาวะกะสังโฆ, สามิจะปะฏิปันโน กะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง
 จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ กะคะวะโต
 สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย^๒ ปาหุเนยโย ทักขิณเณยโย
 อัญชะลีกะระณีโย, อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ.

^๑ อ่านว่า วัด - ไท - ยัง^๒ อ่านว่า อา - หุ - ไน - โย



สังโฆ ปะภิกคัณหะตุ อัจจะยันตัง,
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเข.
(แล้วนั่งพับเพียบ)

๑๐. อุททิสสะนะคาถา

(กล่าวนำ - หันหน้า มายัง อุททิสสะนะคาถาโย ภะณามะ เส.)

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ	อุปัชฌายา คุณุตตะรา,
อาจะริยุปะการา จะ	มาตา ปิตา จะ ญาคะกา ปิยา มะมัง,
สุริโย จันทิมา ราชา	คุณะวันตา นะราปี จะ,
พรัหมะมารา จะ อินทา จะ	โลกะปาสา จะ เทวะตา,
ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ	มัจฉัตตา เวกาปี จะ,
สัพเพ สัตตา สุจี โหนตุ	ปุญญานิ ปะกะตานิ เม,
สุขัง จะ ติวัง เทนตุ	จิปปัง ปาเปละ โวมะตัง ฯ,
อิมินา ปุญญะกัมเมนะ	อิมินา อุททิสสะนะ จะ,
จิปปาหัง สุลละเก เจวะ	คัณหาปาทานะเจทะนัง,
เย สันตานิ หินา ธัมมา	ยาวะ นิพพานะโต มะมัง,
นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ	ยัตถะ ชาโต ภะเว ภะเว,
อุชฺชิตตัง สะติปัญญา	สัลเลโข วีริยัมหิโน,
มารา ละกันตุ โนกาสัง	กาตุญจะ วีริเยสุ เม,
พุทโธ ทีปะวะโร นาโถ	ธัมโม นาโถ ะรุตตะโม,

ทำวัตรเย็น

นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ	สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง,
เตโสตะมานุภาเวนะ,	มาโรกาสัง ละกันตุ มา ฯ

๑๑. อะภินะหะปัจจะเวกขณะปาฐะ

(กล่าวนำ-หันหน้า มายัง อะภินะหะปัจจะเวกขณะปาฐัง ภะณามะ เส.)

ชะราธัมโมมหิ* ชะรัง อะนะตีโต,
เรามีความแก่เป็นธรรมดา ยังไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้,
พยาธัมโมมหิ* พยาธัง อะนะตีโต,
เรามีความเจ็บเป็นธรรมดา ยังไม่ล่วงพ้นความเจ็บไปได้,
มะระณะธัมโมมหิ* มะระณัง อะนะตีโต,
เรามีความตายเป็นธรรมดา ยังไม่ล่วงพ้นความตายไปได้,
สัพเพ ปิเยหิ นานาภาโว วินาภาโว,
เราจักต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจด้วยกันหมดทั้งสิ้น,
ยัง กัมมัง กะริสสันติ,
ใครทำกรรมใดไว้,
กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา,
ดีหรือชั่วก็ตาม,
ตัสสะ ทายาทา ภะวิสสันติ,
ตนจักต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น.

(จบทำวัตรเย็น)



ทำวัตรเย็นเสร็จแล้ว ให้ทุกคนสำรวมใจนั่งคุกเข่าประนมมือขึ้น
พร้อมกัน เพื่อสวดมนต์ระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัย ครั้นประธาน
กล่าวนำ ทุกคนก็ว่าตามโดยพร้อมเพรียงกัน

อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ ะคะคะวา,
พุทธัง ะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

(กราบครั้งที่หนึ่ง กล่าวว่า)

พุทธโธ เม นาโถ, พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งของเรา,
สวากขาโต ะคะคะวะตา ัมโม, ัมมัง นะมัสสามิ.

(กราบครั้งที่สอง กล่าวว่า)

ัมโม เม นาโถ, พระธรรมเป็นที่พึ่งของเรา,
สุปะฏิปันโน ะคะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ.

(กราบครั้งที่สาม กล่าวว่า)

สังโฆ เม นาโถ, พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของเรา.

การกล่าวเช่นนี้ เป็นการแสดงความเคารพอย่างแน่นแฟ้น และ
เป็นการทำจิตใจให้เลื่อมใสมั่นคงในพระรัตนตรัยยิ่งๆ ขึ้น อันจะเป็น
บาทเบื้องต้นที่จะส่งผลให้เราเข้าถึงพระรัตนตรัยภายในได้โดยง่าย



^๑ ัมโมมมทิ อ่านว่า ทำ - โมม - ทิ

บทสวด
สรสรรเสริญ



บทสวดสรรเสริญ พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ

บทสวดสรรเสริญ

บทสวดสรรเสริญพระพุทธคุณ

(สวดทำนองสรภัญญะ)

(นำ) องค์ใดพระสัมพุทธ	(รับพร้อมกัน) สุวิสุทธิสันดาน
ตัตมุลเกลสมาร	บ มิหม่นมิหมองมัว
หนึ่งในพระทัยท่าน	ก็เบิกบาน คือดอกบัว
ราศี บ พันพัว	สุวคนธกำจร
องค์ใดประกอบด้วย	พระกรุณาดังสาคร
โปรดหมู่ประชากร	มละโหมกันดาร
ชี้ทางบรรเทาทุกข์	และชี้สุขเกษมศานต์
ชี้ทางพระนฤพาน	อันพ้นโศกวิโยคภัย
พร้อมเบญจพิธจัก-	ฯ จรัสวิมลไฉ
เห็นเหตุที่ใกล้ไกล	ก็เจนจบประจักษ์จริง
กำจัดน้ำใจหยาบ	สันดานบาปทั้งชายหญิง
สัตว์โลกได้พึงพิง	มละบาปบำเพ็ญบุญ
ข้าฯ ขอประณตนม	ศिरเกล้าบังคมคุณ
สัมพุทธการุญ-	ญ ภาพนั้นนิรันดร์ ฯ (กราบ)





บทสวดสรรเสริญ

บทสวดสรรเสริญพระธรรมคุณ

(สวดทำนองสรภัญญะ)

(นำ) ธรรมะคือคุณากร	(รับพร้อมกัน) ส่วนชอบสาทร
ดุจดวงประทีปชัชวาล	
แห่งองค์พระศาสดาจารย์	ส่องสัตว์สันดาน
สว่างกระจ่างใจมล	
ธรรมไฉนบโดยมรรคผล	เป็นแปดพึงยล
และแก้กับทั้งนฤพาน	
สมญาโลกอุดรพิสดาร	อันลึกโอฬาร
พิสุทธิ์พิเศษสุกใส	
อีกธรรมต้นทางครรไล	นามขนานขานไซ
ปฏิบัติปริยัติเป็นสอง	
คือทางดำเนินดุจคลอง	ให้ล่องลุปอง
ยังโลกอุดรโดยตรง	
ข้าฯ ขอโอนอ่อนอุตมงค์	นบธรรมจ้านง
ด้วยจิตและกายวาจา ฯ (กราบ)	

บทสวดสรรเสริญพระสังฆคุณ

(สวดทำนองสรภัญญะ)

(นำ) สงฆ์ใดสาวกศาสดา	(รับพร้อมกัน) รับปฏิบัติมา
แต่องค์สมเด็จพระโคตม	
เห็นแจ้งจตุลัจเสรีจบรร-	ลุทางที่อื่น
ระจับและดับทุกข์ภัย	
โดยเสด็จพระผู้ตรัสไตร	ปัญญาผ่องใส
สะอาดและปราศมัวหมอง	
เห็นห่างทางข้าศึกปอง	บ มีลำพอง
ด้วยกายและวาจาใจ	
เป็นเนื่อนาบุญอันไพ-	ศาลแด่โลกัย
และเกิดพิบูลย์พูนผล	
สมญาเอารสทศพล	มีคุณอนันต์
อเนกจะนับเหลือตรา	
ข้าฯ ขอนบหมู่พระศรา-	พกทรงคุณา-
นุคุณประดุจรำพัน	
ด้วยเดชบุญข้าอภิวันท์	พระไตรรัตน์อัน
อุดมดิเรกนิวัติคัย	
จงช่วยขจัดโศภภัย	อันตรายใดใด
จงดับและกลับเสื่อมสูญ ฯ (กราบ)	



บทสวดธรรมกายานุสติกถา

(สวดทำนองสรภัญญะ)

ลัทธิ พัง ชิดัง เม	พละเดชะจอมไตร
นบธรรมกายใส	สถิตในนฤพาน
อสงไขยหลายล้านโกฏิ	รังสีโชตนาการ
เชื่อมกายพุทธญาณ	กลั่นแก้โลกพันโคกตรม
กายธรรมงดงามนัก	วรลักษโณดม
สรรพางค์สง่าสม	มหาบุรุษทั้งกายา

บทสวดสรรเสริญ

เกตุบัวตูมใสเด่น	กายดั่งเซนเพชรโสภา
รู้แจ้งทั้งโลกา	สถิตอยู่ทุกผู้คน
กลางกาย ณ ฐานเจ็ด	ทางสำเร็จอริยผล
หยุดใจในบัดดล	กลางกมลละไมละมุน
กายธรรมผุดเป็นสาย	แผ่ขยายพระพุทธคุณ
อยู่แห่งทะเลบุญ	ยากจะหาใดเปรียบปาน
กายธรรมเป็นธรรมชั้น	มิแปรผันนิรันดร์กาล
เป็นอิตตาแหล่งสราญ	ที่ระลึกและพึ่งพา
รวมแปดหมื่นสี่พัน	ธรรมชั้นธอภิกุญญา
จรณะพร้อมวิชา	ปฏิสัมภิทาญาณ
สมบัติพระเจ้าภรต	ไม่ว่านรตนมหาศาล
มณีนทิพย์ท่วมพิมาน	แดนสราญผองเทวา
เมื่อเทียบธรรมรส	สุขทั้งหมดสามโลกา
ดังธูลีในนขา	บ่ปานเทียบพระธรรมกาย
ด้วยเดชะสรรเสริญ	สุเจริญมิเสื่อมคลาย
ขอพรพระธรรมกาย	แผ่ขยายกลางใจชน
รู้แจ้งวิชาเลิศ	ให้ประเสริฐด้วยมรรคผล
ทิพย์ธรรมทั่วแดนดล	ตามป้องปัดภัยแกวตา
โลกียอริยทรัพย์	คณานับทุกชีวา
ติดกลางดวงธรรมา	ประสบสุขทุกกัลป์กาล
เปี่ยมด้วยบุญฤทธิ์	กลั่นพิชิตพญามาร
เป็นสมุจเฉทประหาณ	บรรลुถึงที่สุดธรรม ฯ





บทสวดสรรเสริญ



บทสวดสรรเสริญพระมหาสิริราชธาตุ

(สวดทำนองสรภัญญะ)

ลิขณันตุ โสตถิ	สิริมีสวัสดีชัย
ดวงจิตประจักษ์ใส	สุวิสุทธิทุกวาร
สร้างองค์พระเจดีย์	คุณะมีมหาศาล
แกนกลางประดิษฐาน	ปฐิมาพระธรรมกาย
เกิดสันติสุขล้ำ	วรธรรมะกำจาย
บัณฑิตก็มากมาย	মনะมุ่งลุลูความดี

ท้าวธรรมพระต้นธาตุ
 มอบองค์พระทรงศรี
 มีพญาเหล็กเพชรดำ
 ฤทธิ์เดชขอนกนินต์
 คำแก้วมณีใส
 ดึงดูดกระแสสิน
 พร้อมลัทธิธาตุเสร็จ
 รวมเป็น “พระมหา-
 พิมพ์พาพญานาค
 แผ่คุ้มประทุมให้
 เปี่ยมบารมีเลิศ
 บุญฤทธิ์เดชดล
 รูปคุณธนาทรัพย์
 ทรงอายุผิวพรรณ
 ล้นทุกข้มลายโคก
 กอปรกิจเจริญชัย
 หมั่นสวดและสรรเสริญ
 บุญทัพบทวิคุณ

พุทฺธปราชญ์ภิเษมปรีดี
 สิริราชธาตุพลัน
 สิริล้ำประเสริฐสรรพ
 ชนะอุปสรรคกั้น
 นยนิยน์กระจำจันต์
 ธนจักรพรตติมา
 พระเสด็จภิบุญญา
 สิริราชธาตุ” ชัย
 จตุภาคพิทักษ์ภัย
 หิตะเกื้อคุณานนท์
 สุประเสริฐประสิทธิ์ผล
 ชินะคุณพระครบครัน
 คณะนับอนันต์กัลป์
 ชุติโรจน์นภาลัย
 นิรโรควิโยคภัย
 สุขภาพพิบูลย์พูน
 จะเจริญพิสุทธ์คุณ
 ประลุถึงพระธรรมกาย ฯ





บทสวดสรรเสริญ



มหาสุวรรณนิตินิสังขยา

(สวดทำนองสรภัญญะ)

กัมกราบนมัสการ	ชินะญาณพิสุทธิสร
บูชา “มหาสุวรรณ-	นิตี” พราวร่ามพราย
ตั้งจิตอธิษฐาน	นิกาญจน์กระจ่างใจ
หล่อองค์พระธรรมกาย	จะสถิต ณ เจตีย์

สืบทอดพระศาสนา
 แהל่งบุญญะบารมี
 ขอบุญกุศลล้ำ
 ถึงธรรมพระชินวร
 ได้กายพิสุทธิครอง
 ดั่งองค์พระจอมตรัย
 พรั่งพร้อมคุณานัก
 งดงามสง่าสม
 มีทรัพย์มหาศาล
 ชื่อเสียงขจรจาย
 เปี่ยมบุญญะปัญญา
 ส่งเสริมประสบความ
 ขององค์พระไตรรัตน์
 คัมภพและโลกให้
 สันทุกขมลายโคก
 สู่แดนเกษมศานต์

จิระกว่าลุปันปี
 พุชชนพนมกร
 วรรธมประทานพร
 มนะเชียววิรัชชัย
 ฉวีผ่องและอำไพ
 ลีริเลิศนิยชม
 วรลักษณเดม
 มนะพร้อมพจิกาย
 บริวารก็มากมาย
 จิรโรจน์ระบือนาม
 ปฏิภาณะติดตาม
 ชนะสิทธิสมใจ
 ลีริวัฒน์สวัสดิ์ชัย
 สุขะสันต์นิรันดร์กาล
 วิบโยคและกันดาร
 จระถึงที่สุดธรรม ฯ





บทสวดสรรเสริญ



บทสวดสรรเสริญพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

(สวดทำนองสรภัญญะ)

กัมกราบมนัสน้อม
นบองค์พระทรงญาณ
เอกสงฆ์พระนาม “จัน-
ทวยเทพมุนุชย์พรหม
ท่านหวังวิมุตติ์พื้น
มุ่งสุดนฤพาน

วรจอมวิชชาจารย์
ชินะบุตรชินโณดม
ทสโร” วิสุทธิ์สม
อภิวันทนาการ
ชนะกลพญามาร
อธิญาณพระนำชัย

พลีชีพถวายศาสน์
หยุดนิ่งสนิทใน
ดวงธรรมสว่างล้ำ
เห็นสุดตลอดสาย
วิชาพระชาญเชี่ยวชาญ
ปราบล้นกิเลสราน
รู้แจ้งกระจ่างจันต์
หยุดนิ่งลุ่มรรคผล
ยอมตายมียอมแพ้
กราศึกทุกคืนวัน
ใจท่านมีหวั่นไหว
สร้างพระและคนดี
ด้วยเดชะสรรเสริญ
ขอพร “พระมงคล-
อวยชัยมลายโคก
สบลุขเกษมคานต์
รู้แจ้งพระธรรมมา
เปี่ยมบุญญบารมี

มุนินาถ ณ เพ็ญใส
หฤทัย ณ กลางกาย
พุทธธรรมกายพราย
วรกายวิเศษคานต์
มนะเดี่ยวผจญมาร
อภิบาลมหาชน
พระถวิลจะรวมพล
อนุสนธิ์พระต้นธรรม์
มนะแนมมิแปรผัน
สละพลันอุทิศพลี
จะขยายพระศาสน์ศรี
คุณะมีตลอดชนม์
สุเจริญพิพัฒน์ผล
เทพมุนี” พิชิตมาร
นิรโรคลภัยพาล
ธนจักรพรรดิมี
ลูวิชชาพระชินสีห์
สุขะสันต์นิรันดร์กาล ฯ





บทสวดสรรเสริญคุณยายอาจารย์ มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง

(สวดทำนองสรภัญญะ)

น้อมจิตกราบบูชา	มหาอุบาสิกาจารย์
ก่องแก้วนฤพาน	ยอดทหารพระศพล
สืบทอดธรรมธาตุ	มุ่งประกาศทางมรรคผล
ศิษย์เอก พระมงคล-	เทพมุนี มิแปรผัน
เป็นหนึ่งในมิมีสอง	นามเกริกก้องคุณยายจันทร์
ขนนกยูง ห่มชีวัน	ทำวิชาพิชิตชัย

บทสวดสรรเสริญ

อดทนและเข้มแข็ง	มนะแกร่งพิสุทธิใส
โกฏิเพชรในภพไตร	เพียงเศษห้วงของดวงมัลย์
เป็นยอดกตัญญู	น้อมนบครูทุกวันวาร
เชื่อมวิชาพระนิพพาน	ผู้สร้างสาน ตะวันธรรม
รวมศิษย์พลิกผืนนา	สถาปนาให้เลิศล้ำ
วัดพระธรรมกายนำ	ธรรมขยายหทัยชน
ธารใดในโลกหล้า	รวมมหานทีดล
เทียบธารกรุณย์มน	แค่เศษเสี้ยวน้ำใจยาย
ยอดปฐุมการ	เอกบรมสมใจหมาย
หาเทียบสองมือนาย	ผู้ปั้นกายแห่งธรรมา
ยายเป็นเซนโพธิ์พฤษ	ให้ระลึกและพึงพา
ศิษย์ดังสกุณา	ได้อาศัยใต้บาร์มี
กลางยายใสพิสุทธิ	เปรียบประดุจพระเจดีย์
กายธรรมทับทวี	อลงไขยอนเอนนันท
ด้วยบุญกุศลล้ำ	วรธรรมคุณยายจันทร์
คุ้มศิษย์ทุกคืนวัน	สุขเกษมภิเษมปรีดี
ธรรมใดคุณยายซึ่ง	ขอศิษย์ถึงทุกชีวิ
ตามติดบ่มความดี	ทุกภพชาติพิฆาตมาร
เปี่ยมด้วยธรรมฤทธิ์	บุญศักดิ์สิทธิ์มหาศาล
สืบทอดอุดมการณ์	ปณิธานธาตุธรรมา
แผ่ขยายวิชาเลิศ	ให้บรรเจิดทั่วโลกา
ศิษย์มั่นคำสัญญา	แทนมาลาบูชาคุณ ฯ





คำแปล
ทำวัตรเช้า



คำแปลทำวัตรเช้า

๑. คำบูชาพระโดยพิสดาร

พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น พระองค์ใด พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคพระองค์ใดตรัสดีแล้ว พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์ใด เป็นผู้ปฏิบัติดีแล้ว ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอบูชาพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์ ด้วยสักการะทั้งหลายเหล่านี้ ทิยกขึ้นแล้วตามสมควร ข้าพเจ้าขอโอกาส ขอพระผู้มีพระภาคแม่เสด็จปริณิพพานเป็นเวลานานมาแล้ว โปรดมีพระทัยอนุเคราะห์ชุมนผู้เกิดในภายหลัง รับเครื่องสักการะเหล่านี้ อันเป็นบรรณาการของคนยาก เพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ตลอดกาลนานเทอญ.

๒. คำนมัสการ

พระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลส ดับเพลิงทุกข์ โดยสิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง ข้าพเจ้าขออิทา พระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน.

พระธรรม เป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว ข้าพเจ้าขอนมัสการพระธรรม.

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว ข้าพเจ้าขอ

คำแปล ทำวัตรเช้า

นอบน้อมพระสงฆ์.

๓. ปูพพะภาคะนะมะการะ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง.

๔. พุทธาภิลุติ

พระตถาคตเจ้านั้น พระองค์ใด ๑.เป็นผู้ไกลจากกิเลส ๒.เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง ๓.เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ ๔.เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี ๕.เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง ๖.เป็นผู้สามารถฝึกบรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า ๗.เป็นครูสอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ๘.เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม ๙.เป็นผู้มีความเจริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ได้ทรงทำความดับทุกขให้แจ้งด้วยพระปัญญาอันยิ่งเองแล้ว ทรงสอนโลกนี้พร้อมทั้งเทวดา มาร พรหม พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดา และมนุษย์ให้รู้ตาม

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ทรงแสดงธรรมไพเราะในเบื้องต้น ไพเราะในท่ามกลาง ไพเราะในที่สุด ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือแบบแห่งการปฏิบัติอันประเสริฐ บริสุทธ์บริบูรณ์สิ้นเชิง พร้อมทั้งอรรถ พร้อมทั้งพยัญชนะ



คำแปล ทำวัตรเช้า

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ข้าพเจ้านอบน้อมพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ด้วยเศียรเกล้า.

๕. ัมมภาณิฉฐิ

พระธรรมอันใด ที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ๑.ได้ตรัสไว้ดีแล้ว ๒.เป็น
สิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง ๓.เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้และ
ให้ผลได้ไม่จำกัดกาล ๔.เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้อื่นว่า ท่านจงมาเถิด
๕.เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว ๖.เป็นสิ่งที่ผู้รู้จะพึงรู้ได้เฉพาะตน

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระธรรมนั้น

ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรมนั้น ด้วยเศียรเกล้า.

๖. สังฆภาณิฉฐิ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมู่ใด ๑.ปฏิบัติดีแล้ว
๒.ปฏิบัติตรงแล้ว ๓.ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว
๔.ปฏิบัติสมควรแล้ว ซึ่งได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่ นับ
เรียงกันได้ ๘ บุรุษ นั่นแหละคือพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า
เป็นผู้ที่ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้
ต้อนรับ ควรแก่การรับทักษิณาทาน เป็นผู้ทีบุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

บุรุษ ๔ คู่ ได้แก่ ๑.โสดาปัตติมรรค ๒.โสดาปัตติผล ๓.สกิทาคามีมรรค ๔.สกิทาคามีผล
๕.อนาคามีมรรค ๖.อนาคามีผล ๗.อรหัตตมรรค ๘.อรหัตตผล

และเป็นเนื่อนานุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระสงฆ์หมู่ นั้น

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์หมู่ นั้น ด้วยเศียรเกล้า.

๗. ระตนัตตะยัปปะณามะกาลา

พระพุทธเจ้าผู้บริสุทธิ์ มีพระกรุณาจุฬามหรรณพ พระองค์ใด
มีตาคือญาณอันประเสริฐหมดจดถึงที่สุด เป็นผู้มาบัพและอุปกิเลสของ
โลกได้แล้ว ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น โดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

พระธรรมของพระศาสดาพระองค์นั้น สว่างรุ่งเรืองเปรียบ
ดวงประทีป พระธรรมใดเป็นโลกุตตระ จำแนกประเภทเป็น มรรค
ผล นิพพาน และพระธรรมซึ่งแสดงเนื้อความแห่งโลกุตตระนั้น
ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้นโดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

พระสงฆ์ใดเป็นนาบุญอันยิ่งใหญ่กว่านาบุญอันดีทั้งหลาย
เป็นผู้เห็นพระนิพพาน ตรัสรู้ตามพระสุตเจ้า ละความโลเลได้แล้ว
เป็นพระอรหันตบุคคล มีปัญญาดี ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่ นั้นโดย
ใจเคารพเอื้อเพื่อ

บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ไหว้วัตถุทั้งสาม คือพระรัตนตรัย อันควร
บูชายิ่งโดยส่วนเดียว ได้กระทำแล้วเป็นอย่างยิ่งเช่นนี้ เพราะความ
ศักดิ์สิทธิ์แห่งอานุภาพของบุญนั้น ขออุปมา (ความชั่ว) ทั้งปวง
จงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าเลย



๘. สังเวคะปริกิตตะนะปาฐะ

พระตถาคตเจ้าเกิดขึ้นแล้วในโลกนี้ เป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง และพระธรรมที่ทรงแสดงเป็นธรรมเครื่องออกจากทุกข์ เป็นเครื่องสงบกิเลส เป็นไปเพื่อปรินิพพาน เป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความรู้พร้อม เป็นธรรมที่พระสฤตเจ้าประกาศ พวกเราเมื่อได้ฟังธรรมนั้นแล้ว จึงได้รู้อย่างนี้ว่า

แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์

แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์

แม้ความตายก็เป็นทุกข์

แม้ความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์

ความประสพกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

มีความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์

ว่าโดยย่อแล้ว อุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ นั้นเองเป็นตัวทุกข์

ขันธ์ ๕ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ ๑.รูป

๒.เวทนา ๓.สัญญา ๔.สังขาร ๕.วิญญาณ เพื่อให้สาวกกำหนดรอบรู้ อุปาทานขันธ์ทั้ง ๕ เหล่านี้เอง ดังนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าเมื่อยังทรงพระชนม์อยู่ ย่อมทรงแนะนำสาวกทั้งหลายเช่นนี้เป็นส่วนมาก

คำแปล ทำวัตรเช้า

อนึ่ง คำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นย่อมเป็นไปในสาวกทั้งหลายเป็นส่วนมาก โดยการจำแนกอย่างนี้ว่า รูปย่อมไม่เที่ยง เวทนาย่อมไม่เที่ยง สัญญาย่อมไม่เที่ยง สังขารย่อมไม่เที่ยง วิญญาณย่อมไม่เที่ยง รูปย่อมไม่ใช่ตัวตน เวทนาย่อมไม่ใช่ตัวตน สัญญาย่อมไม่ใช่ตัวตน สังขารย่อมไม่ใช่ตัวตน วิญญาณย่อมไม่ใช่ตัวตน สังขารทั้งปวงย่อมไม่เที่ยง ธรรมทั้งปวงย่อมไม่ใช่ตัวตน ดังนี้

พวกเราทั้งหลายนั้น เป็นผู้ถูกรอบงำแล้วโดยความเกิด ความแก่ ความตาย ความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย เป็นผู้หยั่งลงแล้วสู่ความทุกข์ เป็นผู้มีทุกข์เป็นเบื้องหน้าแล้ว ทำอย่างไรหนอ การทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้จึงจะพึงปรากฏชัดแก่เราได้

พวกเราทั้งหลาย ผู้ถึงแล้วซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์นั้น กับทั้งพระธรรมและพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึก ย่อมใสใจ และปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นตามสติกำลัง ขอให้การปฏิบัติดังนี้ๆ ของพวกเราทั้งหลาย จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ.



๙. ปัตติทานะกาลา

เทพดาเหล่าใดมีปกติอาศัยอยู่ในวิหาร อาศัยที่พระสถูป ที่เรือน
ที่เรือนต้นโพธิ์ ในที่นั้นๆ เทพดาเหล่านั้นจึงเป็นผู้อันพวกเราทั้งหลาย
บูชาแล้ว ด้วยธรรมทาน ฉะนั้น จงทำความสวัสดีในบริเวณวิหารนี้เถิด

ขอภิกษุทั้งหลาย ทั้งที่เป็นพระเถระ พระมัชฌิมะ และพระนวกะ
ตลอดจนอุบาสกอุบาสิกาผู้เป็นเจ้าของทาน พร้อมด้วยผู้ที่อาศัยอยู่ใน
อาราม ชาวบ้าน ชาวเมือง ชาวนิคม ผู้เป็นใหญ่ทั้งหลาย ลัทธิที่มีชีวิต
ทั้งหลายเหล่านั้น จงมีความสุขเถิด

อนึ่งสัตว์เหล่าใด ที่เกิดในครรภ์ เกิดในไข่ เกิดในน้ำเน่า หรือลอย
เกิดขึ้นแล้วโตทันที ขอสัตว์เหล่านั้นทั้งหมด จงอาศัยธรรมอันประเสริฐ
ซึ่งเป็นเครื่องนำสัตว์ออกไปจากทุกข์ แล้วกระทำความสิ้นทุกข์เถิด

ขอให้ธรรมของสัตบุรุษ จงดำรงอยู่ตลอดกาลนาน

ขอให้บุคคลผู้ทรงธรรม จงมีอายุยืนนาน

ขอให้พระสงฆ์จงเป็นผู้พร้อมเพรียงกัน เพื่อประโยชน์และเพื่อ
ความเกื้อกูล

ขอให้พระลัทธิธรรม จงรักษาพวกเราทั้งหลายทั้งปวง ผู้มีปกติ
ประพฤติธรรม

ขอให้พวกเราจงถึงความเจริญงอกงามในพระธรรมอันพระอริยเจ้า
ประกาศไว้ดีแล้ว เทอญ.



คำแปล ทำวัตรเย็น



คำแปล ทำวัตรเย็น

คำแปลทำวัตรเย็น

๑. คำบูชาพระโดยพิสดาร ๒. คำนมัสการ
๓. ปุพพะภาคะนะมะการะ (เช่นเดียวกับทำวัตรเช้า)

๔. พุทธานุสสະติ

ก็กิตติศัพท์อันงามของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น ได้ฟังไปแล้ว
อย่างนี้ว่า พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น แม้เพราะเหตุนี้ๆ พระองค์

๑. เป็นผู้ไกลจากกิเลส
๒. เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง
๓. เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ
๔. เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี
๕. เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง
๖. เป็นผู้สามารถฝึกบรุษที่สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า
๗. เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
๘. เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม
๙. เป็นผู้มีความเจริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้

๕. พุทธาภิคีติ

พระพุทธเจ้าประกอบด้วยคุณ มีความเป็นอรหันต์ผู้ประเสริฐ เป็นต้น

มีพระองค์อันประกอบด้วยพระบริสุทธิคุณ พระปัญญาคุณ และพระกรุณาคุณยังหมู่ชนที่ดีให้เบิกบาน ดุจพระอาทิตย์ยังดอกบัวให้บานฉ่ำนั้น

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ผู้ไม่มีข้าศึก ผู้เป็นจอมชนะ ด้วยเศียรเกล้า

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นที่พึ่งอันเกษมสูงสุดของสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกถึง ครั้งหนึ่ง ด้วยเศียรเกล้า

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าเป็นนายใหญ่ของข้าพเจ้า

พระพุทธเจ้าเป็นผู้กำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่งประโยชน์เกื้อกูลแก่ข้าพเจ้า ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายชีวิตนี้แด่พระพุทธเจ้า

ข้าพเจ้าไหว้อยู่ซึ่งความที่พระพุทธเจ้าเป็นผู้ตรัสรู้โดยแท้ และจักประพาสติดตาม ที่พึ่งอันของข้าพเจ้าไม่มี พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอให้ข้าพเจ้าพึงเจริญในศาสนาของพระศาสดา บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ไหว้พระพุทธเจ้า ได้สร้างสมไว้แล้วในที่นี้ ด้วยอำนาจแห่งกุศลผลบุญนั้น ขออันตรายแม้ทุกอย่างอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าเลย

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

กรรมนาโมติยอนันโต ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระพุทธเจ้า

ขอพระพุทธเจ้า จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

เพื่อความสำรวมระวังในพระพุทธเจ้า ในกาลต่อไป

คำแปล ทำวัตรเย็น

๖. ชัมมานุสสะติ

พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ดีแล้วนั้น

๑. เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง

๒. เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้โดยไม่จำกัดกาล

(เมื่อมรรคเกิด ผลก็เกิดทันที)

๓. เป็นสิ่งที่ควรกล่าวแก่ผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

๔. เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

๕. เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน ดังนี้

๗. ชัมมาภิกิถิ

พระธรรมใด เป็นสิ่งประเสริฐ เพราะประกอบด้วยคุณคือ ความที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้วเป็นต้น เป็นธรรมอันจำแนกเป็นมรรค ผล ปรียติ และนิพพาน เป็นธรรมกันไว้ซึ่งบุคคลผู้ทรงธรรมจากการตกไปสู่โลกที่ชั่ว ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมอันประเสริฐนั้น อันเป็นเครื่องขจัดเสียซึ่งความมืด

พระธรรมใด เป็นที่พึ่งอันเกษมสูงสุดของสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกถึงครั้งที่สอง ด้วยเศียรเกล้า

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระธรรม พระธรรมเป็นนายใหญ่ของข้าพเจ้า

พระธรรมเป็นเครื่องกำจัดทุกข์และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

คำแปล ทำวัตรเย็น

ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายชีวิตนี้แต่พระธรรม

ข้าพเจ้าให้อยู่ซึ่งความที่พระธรรมเป็นธรรมดีแท้จริง จักประพฤติปฏิบัติตามที่พึงอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระธรรมเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอให้ข้าพเจ้าพึงเจริญในศาสนาของพระศาสดา บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ให้พระธรรม ได้สร้างสมไว้แล้วในที่นี้ ด้วยอำนาจแห่งกุศลผลบุญนั้น ขออันตรายแม้ทุกอย่าง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้าเลย

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

กรรมนาดีเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระธรรม

ขอพระธรรม จงดลซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

เพื่อความสำรวมระวังในพระธรรม ในกาลต่อไป

๘. สังฆานุสสติ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด

๑. ปฏิบัติดีแล้ว

๒. ปฏิบัติตรงแล้ว

๓. ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

๔. ปฏิบัติสมควรแล้ว

ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่ นับเรียงกันได้ ๘ บุรุษนั้นแหละคือพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระสงฆ์เหล่านั้นนั้น

๑. เป็นผู้ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา

๒. เป็นผู้ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

๓. เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

๔. เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

๕. เป็นนื่อนานุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้

๙. สังฆากิเลติ

พระสงฆ์ที่เกิดโดยพระสัทธรรม ประกอบด้วยคุณ มีการปฏิบัติเป็นต้น เป็นหมู่แห่งพระอริยบุคคลอันประเสริฐแปดจำพวก มีธำมะคัยมิกายและจิตอันประเสริฐ เพราะอาศัยธรรมมีศีล เป็นต้น ข้าพเจ้าไหว้หมู่พระอริยสงฆ์นั้น ผู้มีความสะอาดหมดจดดี

พระสงฆ์ใดเป็นที่พึ่งอันเกษมสูงสุดของสัตว์ทั้งหลาย ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกถึงครั้งที่สาม ด้วยเศียรเกล้า

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระสงฆ์ พระสงฆ์เป็นนายใหญ่ของข้าพเจ้า พระสงฆ์เป็นเครื่องกำจัดทุกข์ และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายชีวิตนี้แต่พระสงฆ์

ข้าพเจ้าให้อยู่ซึ่งความปฏิบัติดีของพระสงฆ์ จักประพฤติปฏิบัติตามที่พึงอื่นของข้าพเจ้าไม่มี พระสงฆ์เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอให้ข้าพเจ้าพึงเจริญในศาสนาของ

พระศาสดา บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ให้พระสงฆ์ ได้สร้างสมไว้แล้วในที่นี้ ด้วยอำนาจแห่งกุศลผลบุญนั้น ขออันตรายแม่มุขอย่าง อย่าได้มี แก่ข้าพเจ้าเลย

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระสงฆ์

ขอพระสงฆ์ จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

เพื่อความสำรวมระวังในพระสงฆ์ ในกาลต่อไป

๑๐. อุทิสสะนะคาถา

ด้วยผลบุญที่ข้าพเจ้ากระทำนี้ ขอพระอุปัชฌาย์ผู้มีพระคุณ อันยิ่งใหญ่ไพศาล อีกทั้งอาจารย์ผู้มีอุปการคุณ ทั้งมารดาบิดา และ คณาญาติ ผู้เป็นที่รัก ตลอดจนพระอาทิตย์ พระจันทร์ และพระเจ้าแผ่นดินผู้เป็นใหญ่ในเอกเทศแห่งเมฆนิคัล และนรชนผู้มีคุณงามความดีทั้งหลายทุกถิ่นฐาน อีกทั้งวามหาพรหมกับหมู่มาร และ ท้าวหมวณเทวราช ทั้งเทพยเจ้าผู้รักษาโลกทั้งสี่ทิศ และพระยายมราช อีกมวลมิตรสหาย ทั้งผู้ชวนชวาวางตนเป็นกลาง และผู้เป็น ศัตรูของข้าพเจ้าทุกๆ เหล่า จงมีความเกษมสุข นิราศภัย ขอบุญที่ ข้าพเจ้ากระทำไว้ด้วยไตรทวาร จงบันดาลให้สำเร็จไตรพิรุสขุ ถึงความ เกษมปราศจากทุกข์ คือพระอมตะมหานฤพานโดยพลัน

อีกโสดหนึ่งนั้น ด้วยบุญกรรมนี้และอุทิศเจตนานี้ ขอให้ข้าพเจ้า บรรลุทันที่ซึ่งการตัดขาดต้นหาอุปาทาน ธรรมอันชั่วในสันดานจงพินาศ ไปหมด จนตราบเท่าถึงนิพพานในกาลทุกเมื่อเทียว แม้ว่าข้าพเจ้ายัง จะต้องท่องเที่ยวไปเกิดในภพใดๆ ก็ขอให้มิจิตชื้อตรง ดำรงสติปัญญา ไวชาญฉลาด ให้มีความเพียรกล้า สามารถขัดเกลากิเลสให้สูญหาย ขอหมู่มารเหล่าร้าย อย่าได้กล้ากรายสบโอกาสเพื่อทำให้ข้าพเจ้าพินาศ คลายเพียรได้

อนึ่งไซ้ พระพุทธเจ้าผู้เป็นที่พึ่งอันยิ่งอย่างประเสริฐ พระธรรม เป็นที่พึ่งอันล้ำเลิศยิ่งประมาณ พระปัจเจกพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งอันไพศาล และพระสงฆ์เป็นที่พึ่งอันอุดมยิ่งประมาณของข้าพเจ้านี้ ด้วยอานุภาพ อันอุดมดีพิเศษสูงสุดของพระรัตนตรัยเหล่านั้น ขออย่าให้หมู่มาร ได้โอกาสทุกเมื่อไป เทอญฯ



วิธีบูชา พระรัตนตรัย



วิธีบูชาพระรัตนตรัย

วิธีบูชาพระรัตนตรัย

กล่าวก่อนนั่งภาวนาทุกครั้ง

ยะมะหัง สัมมาสัมพุทธัง, ะคะวันตัง สะระณัง คะโต (คะตา)^๑, อิมินา สักกาเรนะ, ตัง ะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ.

ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้ตรัสรู้แล้วเอง โดยชอบ, ซึ่งข้าพเจ้าถึง, ว่าเป็นที่พึ่ง, กำจัดทุกข์ได้จริง, ด้วยสักการะนี้.

ยะมะหัง สวากขาตัง, ะคะวะตา ธัมมัง สะระณัง คะโต (คะตา)^๑, อิมินา สักกาเรนะ, ตัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ.

ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระธรรม, อันพระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสดีแล้ว, ซึ่งข้าพเจ้าถึง, ว่าเป็นที่พึ่ง, กำจัดภัยได้จริง, ด้วยสักการะนี้.

ยะมะหัง สุปะฏิปันนัง, สังฆัง สะระณัง คะโต (คะตา)^๑, อิมินา สักกาเรนะ, ตัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ.

ข้าพเจ้าบูชาบัดนี้, ซึ่งพระสงฆ์ผู้ปฏิบัติดี, ซึ่งข้าพเจ้าถึง, ว่าเป็นที่พึ่ง, กำจัดโรคได้จริง, ด้วยสักการะนี้.

บูชาพระต่อไป

อะระหัง สัมมาสัมพุทธโ ะคะวา, พุทธัง ะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

(กราบครั้งที่หนึ่ง)

สวากขาโต ะคะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ.

(กราบครั้งที่สอง)

สุปะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ.

(กราบครั้งที่สาม)

(กล่าวนำ - หันตะ มะยัง พุทธัสสะ ะคะวะโต

บุพพะภาคะนะมะการัง ะโรมะ เสาฯ)

นะโม ตัสสะ ะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ ทน)

คำขอขมาโทษ

อุกาสะ, อัจจะโย โน ภันเต, อัจฉกะมา, ยะถาพาละ, ยะถาพุพพะเห, ยะถาอะกุสะเล, เย มะยัง ะรัมมา, เอวัง ภันเต มะยัง, อัจจะโย โน, ปะฎิคคัณหะละ, อายะติง สังวะเรยามะ.

ข้าพระพุทธเจ้าขอวโรกาส, ที่ได้พลั้งพลาดด้วยกาย วาจา ใจ, ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์, เพียงไร, แต่ข้าพระพุทธเจ้า, เป็นคนพาลคนหลง, อกุศลเข้าสิงจิต, ให้กระทำความผิด, ต่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์, ขอพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์,

^๑ ท่านชายว่า “ คะโต ” , ท่านหญิงว่า “ คะตา ”



จงจดความผิดทั้งหลายเหล่านั้น, แก่ข้าพระพุทธเจ้า, จำเดิมแต่ววันนี้ เป็นต้นไป, ข้าพระพุทธเจ้า, จักขอสำรวมระวัง, ซึ่งกาย วาจา ใจ, สืบต่อไปในเบื้องหน้า.

คำอาราธนา

อุกาสะ, ข้าพระพุทธเจ้าขออาราธนา, สมเด็จพระพุทธเจ้า, ที่ได้ตรัสรู้ล่วงไปแล้ว, ในอดีตกาล, มากกว่าเมตตารายในท้อง พระมหาสมุทรทั้ง ๔, และสมเด็จพระพุทธเจ้า, อันจักได้ตรัสรู้, ในอนาคตกาลภายภาคเบื้องหน้า, และสมเด็จพระพุทธเจ้า, ที่ได้ตรัสรู้, ในปัจจุบันนี้, ขอจงมาบังเกิด, ในจักขุทวาร โสตทวาร, ฆานทวาร ชิวหาทวาร, กายทวาร มโนทวาร, แห่งข้าพระพุทธเจ้า, ในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด.

อุกาสะ, ข้าพระพุทธเจ้าขออาราธนา, พระนพโลกุตตรธรรม-เจ้า, ๙ ประการ, ในอดีตกาลที่ล่วงลับไปแล้ว, จะนับจะประมาณมิได้, พระนพโลกุตตรธรรมเจ้า, ๙ ประการ, ในอนาคตกาลภายภาคเบื้องหน้า, และพระนพโลกุตตรธรรมเจ้า, ๙ ประการ, ในปัจจุบันนี้, ขอจงมาบังเกิด, ในจักขุทวาร โสตทวาร, ฆานทวาร ชิวหาทวาร, กายทวาร มโนทวาร, แห่งข้าพระพุทธเจ้า, ในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด.

อุกาสะ, ข้าพระพุทธเจ้าขออาราธนา, พระอริยสงฆ์กับสมมติ-สงฆ์, ในอดีตกาลที่ล่วงลับไปแล้ว, จะนับจะประมาณมิได้, และ

วิธีบูชาพระรัตนตรัย

พระอริยสงฆ์กับสมมติสงฆ์, ในอนาคตกาลภายภาคเบื้องหน้า, และพระอริยสงฆ์กับสมมติสงฆ์, ในปัจจุบันนี้, ขอจงมาบังเกิด, ในจักขุทวาร โสตทวาร, ฆานทวาร ชิวหาทวาร, กายทวาร มโนทวาร, แห่งข้าพระพุทธเจ้า, ในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด.

คำอธิษฐาน

ขอเดชคุณพระพุทธเจ้า, คุณพระธรรมเจ้า, คุณพระสงฆ์เจ้า, อีกทั้งคุณมารดาบิดา, คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ (คุณครูบาอาจารย์)^๑, คุณทานบารมี ศีลบารมี, เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี, วิริยบารมี ขันติบารมี, สัจจบารมี อธิษฐานบารมี, เมตตาบารมี อุเบกขาบารมี, ที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมา, นับตั้งแต่ร้อยชาติพันชาติ, หมื่นชาติแสนชาติก็ดี, ที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมา, ในปัจจุบันนี้, ตั้งแต่เล็กแต่น้อย, จะระลึกได้ก็ดี มิระลึกได้ก็ดี, ขอบุญบารมีทั้งหลายเหล่านั้น, จงมาช่วยประคับประคองข้าพเจ้า, ขอให้ข้าพระพุทธเจ้า, ได้สำเร็จมรรคและผล, ในกาลปัจจุบันนี้ เทอญฯ

นิพพานะ ปัจจะโย โหตุฯ



^๑ ท่านชื่อยาวว่า “คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์”, ท่านหญิงว่า “คุณครูบาอาจารย์”



คำอาราธนา และคำถวายต่างๆ



คำอาราธนา และคำถวายต่างๆ

คำกล่าวนำก่อนอาราธนาศีล

บัณฑิตทั้งหลายกล่าวว่า ศีลเป็นเบื้องต้น เป็นที่ตั้ง เป็นบ่อเกิดแห่งคุณความดีทั้งหลาย และเป็นประธานแห่งธรรมทั้งปวง บุคคลใด ชำระศีลให้บริสุทธิ์แล้ว จะเป็นเหตุให้เว้นจากความทุจริต จิตจะร่าเริงแจ่มใส และเป็นท่าหยั่งลงมหาสมุทร คือนิพพาน

ดังนั้น ขอเรียนเชิญทุกท่าน ฟังตั้งใจ กล่าวคำอาราธนาศีล โดยพร้อมเพรียงกันนะครับ

คำอาราธนาศีล ๕

มะยัง^๑ กัณเฑ วิสุัง วิสุัง รักขะณัตถายะ, ติสระเณนะ สะหะ, ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ^๒

ทุติยัมปิ มะยัง กัณเฑ วิสุัง วิสุัง รักขะณัตถายะ, ติสระเณนะ สะหะ, ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง กัณเฑ วิสุัง วิสุัง รักขะณัตถายะ, ติสระเณนะ สะหะ, ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ

คำอาราธนาศีล ๘

มะยัง^๑ กัณเฑ, ติสระเณนะ สะหะ, อัญจะ สีลานิ ยาจามะ^๒

^๑ คำอาราธนาศีลเพื่อตนเองตามลำพัง ให้เปลี่ยน มะยัง เป็น อะหัง และ ยาจามะ เป็น ยาจามิ

ทุติยัมปิ มะยัง กัณเฑ, ติสระเณนะ สะหะ, อัญจะ สีลานิ ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง กัณเฑ, ติสระเณนะ สะหะ, อัญจะ สีลานิ ยาจามะ

คำอาราธนาอุโบสถศีล

มะยัง^๑ กัณเฑ, ติสระเณนะ สะหะ, อัญจะคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ^๒

ทุติยัมปิ มะยัง กัณเฑ, ติสระเณนะ สะหะ, อัญจะคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง กัณเฑ, ติสระเณนะ สะหะ, อัญจะคะสะมันนาคะตัง อุโปสะถัง ยาจามะ

ศีล ๕

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี, ลิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง และใช้คนอื่นให้ฆ่า)

๒. อะทินนาทานา เวระมะณี, ลิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจากการลักทรัพย์ด้วยตนเอง และใช้คนอื่นให้ลัก)



คำอาราธนา และคำถวายต่างๆ

๓. กามเมสุมิจจาจารา เวระมะณี, สิกขาปะทัง สะมาทียามิ

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การประพฤติดิในกาม)

๔. มุสาวทา เวระมะณี, สิกขาปะทัง สะมาทียามิ

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การพูดปด พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ)

**๕. สุราเมระยัมมัสสะปะมาทักฺขณานา เวระมะณี,
สิกขาปะทัง สะมาทียามิ**

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การดื่มน้ำเมา อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท)

ศีล ๘**๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี, สิกขาปะทัง สะมาทียามิ**

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การฆ่าสัตว์ด้วยตนเอง และใช้คนอื่นให้ฆ่า)

๒. อะทินนาทานา เวระมะณี, สิกขาปะทัง สะมาทียามิ

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การลักทรัพย์ด้วยตนเอง และใช้คนอื่นให้ลัก)

๓. อะพรัหมะจะริยา^๑ เวระมะณี, สิกขาปะทัง สะมาทียามิ

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
กรรมอันเป็นข้าศึกต่อพรหมจรรย์)

๔. มุสาวทา เวระมะณี, สิกขาปะทัง สะมาทียามิ

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การพูดปด พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ)

**๕. สุราเมระยัมมัสสะปะมาทักฺขณานา เวระมะณี,
สิกขาปะทัง สะมาทียามิ**

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การดื่มน้ำเมา อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท)

๖. วิกาละโภชะนา เวระมะณี, สิกขาปะทัง สะมาทียามิ

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจากการ
บริโภคโภชนะในเวลาวิกาล คือตั้งแต่เที่ยงแล้วจนอรุณขึ้นใหม่)

**๗. นัจจะคีตะวาทิตะวิสุกะทัสสะนะ, มาลาคันธะ วิเลปะนะ
ธารณะ มัณทะนะ วิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี,
สิกขาปะทัง สะมาทียามิ**

(ข้าพเจ้าขอสมทานสิกขาบท คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การฟ้อนรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี ดูการละเล่นต่าง ๆ
อันเป็นข้าศึกแก่กุศล ตลอดจนการลูบไล้ทัดทรงประดับตกแต่ง
ร่างกายด้วยดอกไม้ ของหอม เครื่องย้อม เครื่องทา)

**๘. อูจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี,
สิกขาปะทัง สะมาทียามิ**

^๑ อ่านว่า อะ - พร่า - มะ - จะ - ริ - ยา



(ข้าพเจ้าขอสมนาทานลักษณะ คือ เจตนาเครื่องงดเว้นจาก
การนอนที่นอนอันสูงใหญ่ ภายในยัดด้วยนุ่นและสำลี)

คำอาราธนาพระปริต

วิปัสติปะภูพาหะ,	สัพพะสัมปัตติสัทธา,
สัพพะทุกขะวินาสายะ,	ปะริตตัง พุทธะ มังคะลัง,
วิปัสติปะภูพาหะ,	สัพพะสัมปัตติสัทธา,
สัพพะภะยะวินาสายะ,	ปะริตตัง พุทธะ มังคะลัง,
วิปัสติปะภูพาหะ,	สัพพะสัมปัตติสัทธา,
สัพพะโรคะวินาสายะ,	ปะริตตัง พุทธะ มังคะลัง,

คำอาราธนาธรรม

พรหมมา^๑ จะ โลกาธิปะตี สะหัมปะติ,
กัตถัณฐะลี อะนะธิวะรัง อะยาจะละ,
สันตีระ สัตตาปะระชัคกะชาติกา,
เทเสตุ ธัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง

คำกล่าวนำก่อนถวายสังฆทาน

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า, สัปบุรุษย่อมให้ทาน, เช่นข้าว
และน้ำ, ที่สะอาด ประณีต, ตามกาลสมควรอยู่เป็นนิตย์,

คำอาราธนา และคำถวายต่างๆ

แต่ผู้ประพฤติพรหมจรรย์, ซึ่งเป็นบุญเขตอันเยี่ยม,

สำหรับผู้ให้เครื่องบริโภคนั้น, ได้ชื่อว่า, ให้ฐานะหำประการ,
แก่ปฎิคาหก, ดังต่อไปนี้คือ, ให้อายุ, ให้วรรณะ, ให้สุขะ, ให้พละ,
และให้ปฎิภาณ, ผู้ให้ก็ย่อมได้รับฐานะหำประการนั้นด้วย,

ท่านสาธุชนทั้งหลาย, บุญเท่านั้น, เป็นที่พึงของพวกเรา
ทั้งหลาย,

ดังนั้น, ขอเรียนเชิญทุกท่าน, พึงตั้งใจ, กล่าวคำถวาย
ภัตตาหารเป็นสังฆทาน, โดยพร้อมเพรียงกันนะครับ

คำถวายสังฆทาน

อิมานิ มะยัง ภันเต, ภัตตานิ, สะปะริวารานิ, ภิกขุสงฆ์สสสะ,
โอโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสงฆ์, อิมานิ, ภัตตานิ,
สะปะริวารานิ, ปะภุคคัณหาตุ, อัมहाกัง, ทิฆะรัตตัง, หิตายะ,
สุขายะ, นิพพานายะ จะ

(คำแปล)

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย,
ภัตตาหาร, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แต่พระภิกษุสงฆ์,
ขอพระภิกษุสงฆ์, จงรับ, ภัตตาหาร, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลาย
เหล่านี้, ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, เพื่อประโยชน์, เพื่อความสุข,
เพื่อมรรคผลนิพพาน, แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ตลอดกาลนานเทอญ.

^๑ อ่านว่า พฺรา - มา



คำถวายผ้าป่า

อิมาณี มะยัง ภันเต, ปังสุกุละจีวรานิ, สะปะริวารานิ,
ภิกขุสังฆัสสะ, โธโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ,
อิมาณี, ปังสุกุละจีวรานิ, สะปะริวารานิ, ปะฏิคคัณหาตุ, อัมहाกัง,
ทิฆะมรตัง, หิตายะ, สุขายะ, นิพพานายะ จะฯ

(คำแปล)

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย,
ผ้าบังสุกุลจีวร, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แต่พระภิกษุสงฆ์,
ขอพระภิกษุสงฆ์, จงรับ, ผ้าบังสุกุลจีวร, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลาย
เหล่านี้, ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, เพื่อประโยชน์, เพื่อความสุข,
เพื่อมรรคผลนิพพาน, แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ตลอดกาลนานเทอญ.

คำถวายผ้าอาบน้ำฝน (วัสสิกสาฎก)

อิมาณี มะยัง ภันเต, วัสสิกสาฎกานิ^๑, สะปะริวารานิ,
ภิกขุสังฆัสสะ, โธโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ, อิมาณี,
วัสสิกสาฎกานิ^๑, สะปะริวารานิ, ปะฏิคคัณหาตุ, อัมहाกัง,
ทิฆะมรตัง, หิตายะ, สุขายะ, นิพพานายะ จะฯ

^๑ อ่านว่า วัต - ลี - กะ - ลา - ตี - กา - นิ

(คำแปล)

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย,
ผ้าอาบน้ำฝน, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แต่พระภิกษุสงฆ์,
ขอพระภิกษุสงฆ์, จงรับ, ผ้าอาบน้ำฝน, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลาย
เหล่านี้, ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, เพื่อประโยชน์, เพื่อความสุข,
เพื่อมรรคผลนิพพาน, แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ตลอดกาลนานเทอญ.

คำถวายผ้ากฐิน

อิมัง มะยัง ภันเต, สะปะริวารัง, กะฐินะจีวะระทุสสัง,
สังฆัสสะ, โธโณชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, สังโฆ, อิมัง สะปะริวารัง,
กะฐินะจีวะระทุสสัง, ปะฏิคคัณหาตุ, ปะฏิคคะเหตฺวาจะ,
อิมีนา ทุสเสนะ, กะฐินัง, อตตะระตุ, อัมहाกัง, ทิฆะมรตัง,
หิตายะ, สุขายะ, นิพพานายะ จะฯ

(คำแปล)

ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย,
ผ้ากฐิน, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แต่พระภิกษุสงฆ์,
ขอพระภิกษุสงฆ์, จงรับผ้ากฐิน, พร้อมด้วยบริวารทั้งหลายเหล่านี้,
ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, ครั้นรับแล้ว, จงกรานกฐิน, ด้วยผ้าผืนนี้,
เพื่อประโยชน์, เพื่อความสุข, เพื่อมรรคผลนิพพาน, แก่ข้าพเจ้า
ทั้งหลาย, ตลอดกาลนานเทอญ.



บุญกิริยาวัตถุ ๓ (ทาน ศีล ภาวนา)



บุญกิริยาวัตถุ ๓ (ทาน ศีล ภาวนา)

ทานคืออะไร

ทาน แปลว่า **การให้** คือการเสียสละสิ่งที่มีค่า มีประโยชน์ของตนให้แก่ผู้อื่น มีความมุ่งหมายเพื่อกำจัดความโลภ ความเห็นแก่ตัวเสีย ซึ่งเรานิยมเรียกว่า **ทำบุญ** เช่น ให้พระสงฆ์ หรือเพื่อสงเคราะห์ผู้รับ เช่น ให้สิ่งของแก่คนยากจน ซึ่งนิยมเรียกกันว่า **ทำทาน**

ทาน เมื่อทำแล้วย่อมได้บุญ เพราะ

๑. สามารถทำลายกิเลสตระกูลโลภะได้ โดยทำให้ผู้ให้ทานนั้นเกิดความรู้สึกว่าพอ แล้วคลายความตระหนี่ความเห็นแก่ตัวลง
๒. เกิดความเมตตา กรุณา เห็นอกเห็นใจ และความโอปออ่อนอารีขึ้นมาแทน

ทาน เป็นการให้สิ่งของที่ควรแก่ผู้ที่ควรให้ และ**ผลบุญของการให้ทานนี้จะมากได้ต่อเมื่อ**

๑. วัตถุ คือของที่ให้เป็นของที่ตนได้มาโดยสุจริต
 ๒. เจตนา คือความตั้งใจในการบำเพ็ญทาน ต้องมุ่งเพื่อชำระกิเลส
 ๓. บุคคล คือตัวผู้ให้ต้องมีศีล และผู้รับก็ต้องเป็นคนมีศีลด้วย
- ทาน นอกจากทำลายความตระหนี่ ความโลภแล้ว ยังส่งผลดีแก่ผู้ให้ทาน ทั้งในปัจจุบันและในอนาคตอีก คือ

๑. เป็นที่รักของคนหมู่มาก
๒. เป็นที่คบหาของคนดี
๓. มีชื่อเสียงดี
๔. แกล้วกล้าในท่ามกลางประชุมชน
๕. แม้ตายแล้วก็ไปเกิดในโลกสวรรค์

ทาน ที่ประชาชนร่วมใจกันเสียสละ ย่อมทำให้ประชาชนรักใคร่เห็นอกเห็นใจกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เป็นบ่อเกิดแห่งความสามัคคีของคนทั้งชาติ

ศีลคืออะไร

ศีล แปลว่า **ปกติ** คือการปฏิบัติที่เป็นการควบคุมรักษากาย วาจาของตนไว้ ให้นบริสุทธิ์หรือให้สงบ มีความมุ่งหมายเพื่อควบคุมโทษ ความโหดร้ายหยาบคายทางกาย วาจา รักษาตนไว้ไม่ให้เสียหาย

ถ้าใครรักษาศีลไว้ได้ไม่ครบ หรือรักษาไม่ได้เลย ก็เรียกว่า ผิดปกติของมนุษย์ เพราะปกติของมนุษย์ จะต้องไม่เบียดเบียนกันด้วยกาย วาจา เยี่ยงสัตว์ทั้งหลาย โดยมีศีล ๕ ประจําใจเป็นอย่างน้อย

ศีล เมื่อรักษาไว้ได้ย่อมได้บุญ เพราะ

๑. ทำให้สามารถรักษานูญเก่าไว้ได้ คือ ไม่เปิดโอกาสให้กิเลส รุกคืบหน้าเข้ามาได้
๒. ทำให้ได้บุญใหม่ คือ ใจตั้งมั่นพร้อมที่จะรับความดีที่สูงขึ้นอีกต่อไป



บุญกิริยาวัตถุ ๓ (ทาน ศีล ภาวนา)

ศีล จะเกิดขึ้นได้เพราะมีความตั้งใจอยู่เป็นทุนเดิมว่า จะไม่ล่วงละเมิด ไม่ใช่เพราะไม่มีโอกาสจึงไม่ล่วงละเมิด ดังนั้นบุญจากการรักษาศีล จะมากหรือน้อยจึงขึ้นอยู่กับ **ความตั้งใจจริง** เป็นประการสำคัญ

ศีล นอกจากทำให้ผู้รักษาสมาธิตั้งใจได้ ไม่ให้กำเริบ ตัดเวร ตัดภัยต่างๆ ได้แล้ว ยังส่งผลดีแก่ผู้รักษาศีลทั้งในปัจจุบันและในอนาคตอีกคือ

๑. สามารถบริโภคใช้สอยทรัพย์ที่เกิดขึ้นได้เต็มอัม โดยไม่ต้องหวาดระแวงอะไร
 ๒. เกียรติคุณพุ่งขจรไปว่าเป็นคนไว้วางใจได้ มีอนาคตดี
 ๓. แก่แล้วกล้าในท่ามกลางประชาชน
 ๔. จะเป็นคนไม่หลงลืมสติ มีจังหวะชีวิตดี
 ๕. เมื่อยังไม่บรรลुพระนิพพาน ตายแล้วก็ไม่บังเกิดในโลกสวรรค์
- ศีล ที่ประชาชนต่างช่วยกันรักษาไว้ ย่อมเป็นเครื่องป้องกันไม่ให้ประชาชนแตกสามัคคี และหวาดระแวงกันเอง

ภาวนาคืออะไร

ภาวนา แปลว่า **การทำให้เจริญ** คือการทำให้สมรรถภาพของใจในการรับ จำ คิด รู้ พัฒนายิ่งขึ้นไป โดยน้อมเอาการรับ จำ คิด รู้ มารวมเป็นจุดเดียวกัน และหยุดนิ่งมั่นคงอยู่ภายในศูนย์กลางกาย ครั้นใจตั้งมั่นได้ถูกส่วนแล้ว ก็จะเข้าถึง **กายธรรม** (ซึ่งซ่อนอยู่ภายในกายที่ประกอบด้วยเลือดเนื้อนี้) แล้วอาศัยกายธรรมนี้พิจารณาสภาวธรรม

ตามที่เป็นจริง เพื่อกำจัดกิเลสให้สิ้นไป

ภาวนา มีความมุ่งหมายเพื่อกำจัดโมหะ (ความหลง) และอวิชชา (ความไม่รู้) ให้สิ้นไปตามลำดับจนกระทั่งใจเป็นอิสระจากกิเลสได้เด็ดขาด

ภาวนา ทำให้มากแล้วย่อมจะได้บุญ เพราะ

๑. ในเบื้องต้น ทำให้กิเลส คือ โลภะ โทสะ โมหะ สงบลงได้
๒. ในเบื้องปลาย ทำให้กำจัดอวิชชา ซึ่งเป็นต้นเหตุแห่งกิเลสเหล่านั้นได้เด็ดขาด

ภาวนา นับว่าเป็นยอดของการทำความดีในชีวิตประจำวันเพราะ

๑. ทำให้ใจสงบระงับ เย็นกาย เย็นใจ ไม่ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์
๒. มีความร่าเริงใจ พร้อมทั้งจะทำงานในชีวิตประจำวัน
๓. กำจัดความเป็นคนเห็นแก่ตัว เจ้าอารมณ์และไร้เหตุผลลงได้
๔. มีการปฏิบัติตัวในชีวิตประจำวันถูกต้องตามทำนองคลองธรรม
๕. ทำให้เกิดความรู้ความเห็นบริสุทธิ์ หมดความสงสัยแคลงใจ

ในเรื่อง บาป บุญ คุณ โทษ นรก สวรรค์ ชาตินี้ ชาติหน้า เป็นต้น

ภาวนา ที่ประชาชนร่วมใจกันปฏิบัติให้มาก ย่อมทำให้ประชาชนรู้จักมองตัวเองเป็น คือ มองอดีต มองปัจจุบัน และอนาคต แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขปัญหาชีวิตประจำวันได้ดียิ่งขึ้น จะทำให้การพัฒนาประเทศสำเร็จลงได้เอง





วิธีฝึกสมาธิ เบื้องต้น



วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

สมาธิ คือความสงบ สบาย และความรู้สึกเป็นสุขอย่างยิ่งที่มนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนากำหนดเอาไว้เป็นข้อควรปฏิบัติ เพื่อการดำรงชีวิตทุกวันอย่างเป็นสุข ไม่ประมาท เต็มไปด้วยสติสัมปชัญญะและปัญญา อันเป็นเรื่องไม่เหลือวิสัย ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ง่ายๆ ดังวิธีปฏิบัติที่พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ได้เมตตาสั่งสอนไว้ดังนี้

๑. กราบบูชาพระรัตนตรัย เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจให้นุ่มนวล ไว้เป็นเบื้องต้น แล้วสมาทานศีลห้า หรือศีลแปด เพื่อย้ำความมั่นคงในคุณธรรมของตนเอง (วิธีบูชาพระรัตนตรัย ดูหน้า ๓๑)

๒. คุณเข่าหรือนั่งพับเพียบสบายๆ ระลึกถึงความดีที่ได้กระทำแล้วในวันนี้ ในอดีต และที่ตั้งใจจะทำต่อไปในอนาคต จนราวกับว่าร่างกายทั้งหมดประกอบขึ้นด้วยธาตุแห่งคุณงามความดีล้วนๆ

๓. นั่งขัดสมาธิ ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ขวาจรดนิ้วหัวแม่มือซ้าย ตั้งกายตรง นั่งให้อยู่ในท่าที่พอดี ไม่ฝืนร่างกายมากจนเกินไป ไม่ถึงกับเกร็ง แต่อย่าให้หลังโค้งงอ หลังตาพอสบาย คล้ายกับกำลังพักผ่อน ไม่บีบกล้ามเนื้อตาหรือว่าขมวดคิ้ว แล้วตั้งใจมั่นวางอารมณ์สบาย สร้างความรู้สึกให้พร้อมทั้งกายและใจว่า กำลังจะเข้าไปสู่ภาวะแห่งความสงบสบายอย่างยิ่ง

๔. นึกกำหนดนิมิตเป็น “ดวงแก้วกลมใส” ขนาดเท่าแก้วตาดำ

วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

ใสบริสุทธิ ปราศจากราคี หรือรอยตำหนิใดๆ ขาวใส เย็นตาเย็นใจ ดังประกายของดวงดาว ดวงแก้วกลมใส่นี้ เรียกว่า **บริกรรมนิมิต** นึกสบายๆ นึกเหมือนดวงแก้วนั้นมานิ่งสนิทอยู่ ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นึกไปภาวนาไปอย่างนุ่มนวลเป็นพุทธานุสติว่า “สัมมา อะระหัง” หรือค่อยๆ น้อมนึกดวงแก้วกลมใสให้ค่อยๆ เคลื่อนเข้าสู่ศูนย์กลางกายตามแนวทาง โดยเริ่มต้นตั้งแต่วินาที ๑ เป็นต้นไป น้อมนึกอย่างสบายๆ ใจเย็นๆ ไปพร้อมๆ กับคำภาวนา

อนึ่ง เมื่อนิมิตดวงแก้วกลมใสปรากฏแล้ว ณ กลางกาย ให้วางอารมณ์สบายๆ กับนิมิตนั้น จนเหมือนกับว่าดวงนิมิตเป็นส่วนหนึ่งของอารมณ์ หากดวงนิมิตนั้นเกิดอันตรายหายไป ก็ไม่ต้องนึกเสียตายให้วางอารมณ์สบาย แล้วนึกนิมิตนั้นขึ้นมาใหม่แทนดวงเก่า หรือเมื่อนิมิตนั้นไปปรากฏที่อื่น ที่มีใช้ศูนย์กลางกาย ให้ค่อยๆ น้อมนิมิตเข้ามาอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่มีการบังคับ และเมื่อนิมิตมาหยุดสนิท ณ ศูนย์กลางกาย ให้วางสติลงไปยังจุดศูนย์กลางของดวงนิมิต ด้วยความรู้สึกคล้ายมีดวงดาวดวงเล็กๆ อีกดวงหนึ่งซ้อนอยู่ตรงกลางดวงนิมิตดวงเดิม แล้วสนใจเอาใจใส่แต่ดวงเล็กๆ ตรงกลางนั้นไปเรื่อยๆ ใจจะปรับจนหยุดได้ถูกส่วน เกิดการตกศูนย์และเกิดดวงสว่างขึ้นมาแทนที่ดวงนี้เรียกว่า **“ดวงธรรม”** หรือ **“ดวงปฐมมรรค”** อันเป็นประตูเบื้องต้นที่จะเปิดไปสู่หนทางแห่งมรรคผลนิพพาน

การระลึกนึกถึงนิมิต สามารถทำได้ในทุกแห่ง ทุกที่ ทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะนั่ง นอน ยืน เดิน หรือขณะทำภารกิจใดๆ



ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ ฐาน



ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ ฐาน





วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

ข้อแนะนำ คือ ต้องทำให้สม่ำเสมอเป็นประจำ ทำเรื่อยๆ ทำอย่างสบายๆ ไม่เร่ง ไม่บังคับ ทำได้แค่ไหน ให้พอใจแค่นั้น ซึ่งจะเป็นการป้องกันมิให้เกิดความอยากจนเกินไป จนถึงกับทำให้ใจต้องสูญเสียความเป็นกลาง และเมื่อการฝึกสมาธิบังเกิดผลจนได้ “ดวงปฐมมรรค” ที่ใสเกินใส สวยเกินสวย ติดสนิทมันคงอยู่ที่ศูนย์กลางกายแล้ว ให้มันตรึงกระสิณถึงอยู่เสมอ

อย่างนี้แล้ว ผลแห่งสมาธิจะทำให้ชีวิตดำรงอยู่บนเส้นทางแห่งความสุข ความสำเร็จ และความไม่ประมาทได้ตลอดไป ทั้งยังจะทำให้สมาธิละเอียดลุ่มลึกไปตามลำดับอีกด้วย

ข้อควรระวัง

๑. อย่าใช้กำลัง คือไม่ใช่กำลังใดๆ ทั้งสิ้น เช่น ไม่บีบกล้ามเนื้อตา เพื่อจะให้เห็นนิมิตเร็วๆ ไม่เกร็งแขน ไม่เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง ไม่เกร็งตัว ฯลฯ เพราะการใช้กำลังตรงส่วนไหนของร่างกายก็ตาม จะทำให้จิตเคลื่อนจากศูนย์กลางกายไปสู่จุดนั้น

๒. อย่าอยากเห็น คือทำให้เป็นกลาง ประคองสติมิให้เผลอจากบริกรรมภาวนาและบริกรรมนิมิต ส่วนจะเห็นนิมิตเมื่อใดนั้น อย่ากังวล ถ้าถึงเวลาแล้วย่อมเห็นเอง การบังเกิดของดวงนิมิตนั้นอุปมาเสมือนการขึ้นและตกของดวงอาทิตย์ ไม่อาจจะเร่งเวลาได้

๓. อย่ากังวลถึงการกำหนดลมหายใจเข้าออก เพราะการฝึกสมาธิเจริญภาวนาเพื่อให้เข้าถึงธรรมกายอาศัยการกำหนด **อาโลกสิณ** คือ

กลืนความสว่างเป็นบาทเบื้องต้น เมื่อฝึกสมาธิจนเข้าถึงดวงปฐมมรรคแล้วฝึกสมาธิต่อไป ผ่านกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม จนกระทั่งเข้าถึงพระธรรมกายแล้ว จึงอาศัยพระธรรมกายเจริญวิปัสสนา ดังนั้นจึงไม่มีความจำเป็นต้องกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่ประการใด

๔. เมื่อเลิกจากนั่งสมาธิแล้ว ให้ตั้งใจไว้ที่ศูนย์กลางกายทีเดียว ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม เช่น ยืนก็ดี เดินก็ดี นอนก็ดี หรือนั่งก็ดี อย่าย้ายฐานที่ตั้งจิตไปไว้ที่อื่นเป็นอันขาด ให้ตั้งใจบริกรรมภาวนาพร้อมกับนึกถึงบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วใสควบคู่กันตลอดไป

๕. นิมิตต่างๆ ที่เกิดขึ้น จะต้องน้อมไปตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกายทั้งหมด ถ้านิมิตที่เกิดขึ้นแล้วหายไปก็ไม่ต้องตามหา ให้ภาวนาประคองใจต่อไปตามปกติ ในที่สุดเมื่อจิตสงบ นิมิตย่อมปรากฏขึ้นใหม่อีก

การฝึกสมาธิเบื้องต้นเท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ย่อมเป็นปัจจัยให้เกิดความสุขได้พอสมควร เมื่อชักซ้อมปฏิบัติอยู่เสมอๆ ไม่ทอดทิ้งจนได้ดวงปฐมมรรคแล้ว ก็ให้มันประคองรักษาดวงปฐมมรรคนั้นไว้ตลอดชีวิต ดำรงตนอยู่ในศีลธรรมอันดี ย่อมเป็นหลักประกันได้ว่าได้ที่พึงของชีวิตที่ถูกต้องดังาม ที่จะส่งผลให้เป็นผู้มีความสุขความเจริญทั้งในภพชาตินี้และภพชาติหน้า





ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ

๑. ผลต่อตนเอง

๑.๑ ด้านสุขภาพจิต

- ส่งเสริมให้คุณภาพของใจดีขึ้น คือทำให้จิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ เยือกเย็น ปลอดโปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความจำ และสติปัญญาดีขึ้น

- ส่งเสริมสมรรถภาพทางใจ ทำให้คิดอะไรได้รวดเร็วถูกต้อง และเลือกคิดแต่ในสิ่งที่ดีเท่านั้น

๑.๒ ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ

- จะเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า มีความมองอาจ สง่าผ่าเผย มีผิวพรรณผ่องใส

- มีความมั่นคงทางอารมณ์ หนักแน่น เยือกเย็น และเชื่อมั่นในตนเอง

- มีมนุษยสัมพันธ์ดี วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ เป็นผู้ มีเสน่ห์ เพราะไม่มักโกรธ มีความเมตตากรุณาต่อบุคคลทั่วไป

๑.๓ ด้านชีวิตประจำวัน

- ช่วยให้คลายเครียด เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน และการศึกษาเล่าเรียน

- ช่วยเสริมให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพราะร่างกายกับจิตใจย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง ย่อมเป็นภูมิด้านทานโรคไปในตัว

๑.๔ ด้านศีลธรรมจรรยา

- ย่อมเป็นผู้มีสัมมาทิวา เชื้อกฎแห่งกรรม สามารถคุ้มครองตนให้พ้นจากความชั่วทั้งหลายได้ เป็นผู้มีความประพฤติดี เนื่องจากจิตใจดี ทำให้ความประพฤติทางกายและวาจาดีตามไปด้วย

- ย่อมเป็นผู้มีความมักน้อย สันโดษ รักสงบและมีขันติเป็นเลิศ

- ย่อมเป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ย่อมเป็นผู้มีสัมมาคารวะ มีความอ่อนน้อม ถ่อมตน

๒. ผลต่อครอบครัว

๒.๑ ทำให้ครอบครัวมีความสุข เพราะสมาชิกในครอบครัว เห็นประโยชน์ของการประพฤติธรรม ทุกคนตั้งมั่นอยู่ในศีล ปกครองกันด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่ สามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

๒.๒ ทำให้ครอบครัวมีความสุขเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิกต่างก็ทำหน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่อง เป็นผู้เฝ้าเรือนกันแน่น เมื่อมีปัญหาครอบครัวหรือมีอุปสรรคใด ย่อมร่วมใจกันแก้ไขปัญหาลุล่วงไปได้

๓. ผลต่อสังคมและประเทศชาติ

๓.๑ ทำให้สังคมสงบสุข ปราศจากปัญหาอาชญากรรมและปัญหาสังคมอื่นๆ เพราะปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นในสังคม ไม่ว่าจะเป็น

ปัญหาการฆ่า การข่มขืน โจรผู้ร้าย การทุจริตคอร์รัปชัน ล้วนเกิดขึ้นมาจากคนที่ขาดคุณธรรม เป็นผู้มีจิตใจอ่อนแอ หัวนโหวตต่ออำนาจ ลังยั่วยวนหรือกิเลสได้ง่าย ผู้ที่ฝึกสมาธิย่อมมีจิตใจเข้มแข็ง มีคุณธรรมในใจสูง ถ้าแต่ละคนในสังคม ต่างฝึกฝนอบรมใจของตนให้หนักแน่น มั่นคง ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น ส่งผลให้สังคมสงบสุขได้

๓.๒ ทำให้เกิดความรู้สึกมีระเบียบวินัย และเกิดความรู้สึกประหยัด ผู้ที่ฝึกใจให้ตั้งมั่นด้วยการทำสมาธิอยู่เสมอ ย่อมเป็นผู้รักความรู้สึกมีระเบียบวินัย รักความสะอาด มีความเคารพกฎหมายของบ้านเมือง ดังนั้นบ้านเมืองเราก็จะสะอาด น่าอยู่ ไม่มีคนมกง่ายทั้งขยะลงบนพื้นถนน จะข้ามถนน ก็เฉพาะตรงทางข้าม เป็นต้น เป็นเหตุให้ประเทศชาติไม่ต้องสิ้นเปลืองงบประมาณ เวลา และกำลังเจ้าหน้าที่ ที่จะไปใช้สำหรับแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการไม่มีระเบียบวินัยของประชาชน

๓.๓ ทำให้สังคมเจริญก้าวหน้า เมื่อสมาชิกในสังคมมีสุขภาพจิตดี รักความเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพในการทำงานสูง ย่อมส่งผลให้สังคมเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย และเมื่อมีกิจกรรมของส่วนรวม สมาชิกในสังคมก็ย่อมพร้อมที่จะสละความสุขส่วนตน ให้ความร่วมมือกับส่วนรวมอย่างเต็มที่ และถ้ามีผู้ไม่ประสงค์ดีต่อสังคม จะมาข่มขู่ให้เกิดความแตกแยกก็จะเป็นผลสำเร็จ เพราะสมาชิกในสังคมเป็นผู้มีจิตใจหนักแน่น มีเหตุผลและเป็นผู้รักสงบ

๔. ผลต่อศาสนา

๔.๑ ทำให้เข้าใจพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง และรู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทธศาสนา รวมทั้งรู้เห็นด้วยตัวเองว่า การฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นวิธีเดียวที่จะทำให้พ้นทุกข์ เข้าสู่นิพพานได้

๔.๒ ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย พร้อมทั้งเป็นทนายแก้ต่างให้กับพระศาสนา อันจะเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ให้แพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง

๔.๓ เป็นการสืบอายุพระพุทธศาสนา ให้เจริญรุ่งเรืองตลอดไป เพราะตราบใดที่พุทธศาสนิกชนยังสนใจปฏิบัติธรรม เจริญภาวนาอยู่ พระพุทธศาสนาก็จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั่น

๔.๔ จะเป็นกำลังส่งเสริมทะนุบำรุงศาสนา โดยเมื่อเข้าใจซาบซึ้งถึงประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมด้วยตนเองแล้ว ย่อมจะชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาตามไปด้วย และเมื่อใดที่ทุกคนในสังคมตั้งใจปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เมื่อนั้นย่อมเป็นที่หวังได้ว่า สันติสุขที่แท้จริงก็จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน.



คำอธิษฐาน
ประจำวัน

คำอธิษฐานประจำวัน

บุญใด, ที่ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้, เพราะบุญนั้น, และการอุทิศ
แผ่ส่วนบุญนั้น,

ขอให้ข้าพเจ้า, ทำให้แจ้ง, โสกุตตรธรรมเก่า, ในทันที, ข้าพเจ้า,
เป็นผู้อภัพอยู่, ยังต้องท่องเที่ยวไป, ในวัฏสงสาร,

ขอให้ข้าพเจ้า, เป็นเหมือนพระโพธิสัตว์, ผู้เที่ยงแท้, ได้รับ
พยากรณ์, แต่พระพุทธเจ้าแล้ว, ไม่ถึงฐานะ, แห่งความอาภัพ,
๑๘ ประการ,

ขอให้ข้าพเจ้า, พึงเว้นจากเวรทั้งห้า, พึงยินดีในการรักษาศีล,
ไม่เกาะเกี่ยวในกามคุณทั้งห้า, พึงเว้นจากเปือกตมดังกล่าว, คือกามคุณ,

ขอให้ข้าพเจ้า, ไม่พึงประกอบด้วย, ทิฏฐิชั่ว, พึงประกอบด้วย,
ทิฏฐิที่ดีงาม, ไม่พึงคบมิตรชั่ว, พึงคบแต่บัณฑิตทุกเมื่อ,

ขอให้ข้าพเจ้า, เป็นบ่อที่เกิดแห่งคุณ, คือศรัทธา, สติ, หิริ,
โอตตปปะ, ความเพียรและขันติ, พึงเป็นผู้ที่, ศัตรูครอบงำไม่ได้,
ไม่เป็นคนเขลา, คนหลงมกมาย,

ขอให้ข้าพเจ้า, เป็นผู้ฉลาดในอุบาย, แห่งความเสื่อม, และความ-
เจริญ, เป็นผู้เฉียบแหลม, ในอรรถและธรรม, ขอให้ญาณของข้าพเจ้า,

คำอธิษฐานประจำวัน

เป็นไปไม่ขัดข้อง, ในธรรมะที่ควรรู้, ประจุลมพัดไปในอากาศฉะนั้น,
ความปรารถนาใดๆ, ของข้าพเจ้า, ที่เป็นกุศล, ขอให้สำเร็จ, โดยง่าย
ทุกเมื่อ, คุณที่ข้าพเจ้ากล่าวมาแล้วทั้งปวงนี้, จงมีแก่ข้าพเจ้า, ทุกภพ
ทุกชาติ,

เมื่อใด, พระสัมมาสัมพุทธเจ้า, ผู้แสดงธรรมเครื่องพ้นทุกข์,
เกิดขึ้นแล้วในโลก, เมื่อนั้น, ขอให้ข้าพเจ้า, พ้นจากกรรมอันชั่วช้า
ทั้งหลาย, เป็นผู้ได้อิถาส, แห่งการบรรลุธรรม,

ขอให้ข้าพเจ้า, พึงได้ความเป็นมนุษย์, ได้เพศบริสุทธิ,
ได้บรรพชาอุปสมบทแล้ว, เป็นคนรักศีล, มีศีล, ทรงไว้ซึ่งพระศาสนา,
ของพระบรมศาสดา,

ขอให้เป็นผู้มีการปฏิบัติธรรมได้, โดยสะดวก, ตรัสรู้ได้พลัน,
กระทำให้แจ้ง, ซึ่งอรรถเหตุผลอันเลิศ, อันประกอบด้วยธรรมะ, มีวิชา
เป็นต้น,

ถ้าหากพระพุทธเจ้า, ยังไม่บังเกิดขึ้น, แต่กุศลกรรมของข้าพเจ้า,
เต็มเปี่ยมแล้ว, เมื่อเป็นเช่นนี้, ขอให้ข้าพเจ้าพึงได้ญาณ,
เป็นเครื่องรู้เฉพาะตน, อันสูงสุด เทอญฯ





การปฏิบัติตน
ก่อนไปวัด

การปฏิบัติตนก่อนไปวัด

วัด เป็นสถานที่สำคัญในการปลูกฝังพระธรรม คือ ทาน ศีล ภาวนา ให้แก่ประชาชนสำหรับไว้ต่อสู้ทำลายล้างกิเลส โดยมีพระภิกษุเป็นผู้แนะนำ ได้แก่ อบรมสั่งสอนชี้ทางถูก และ ผู้นำ ได้แก่ประเพณีดี ประเพณีชอบให้ดูเป็นตัวอย่าง

วัด นอกจากเป็นแหล่งอบรมปลูกฝังพระธรรมแล้ว ยังเป็น จตุรรมให้ประชาชนเข้ามา วัด คือสอบตัวเองว่าการให้ทาน การรักษาศีล การเจริญภาวนาของตัวมีอยู่และถูกต้องหรือไม่ วัดกิริยามารยาท คุณสมบัติของผู้ดี คุณธรรมต่างๆ ฯลฯ ของแต่ละคนว่าจะมีหรือไม่ และมีมากหรือน้อยกว่ากันอย่างไร จะได้แก้ไขปรับปรุงให้มีและดียิ่งๆ ขึ้นไป

วัด เมื่อเป็นสถานที่ปลูกฝังพระธรรม ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญที่สุดของชีวิต จึงนับว่าเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ที่สุด เมื่ออยู่วัดทุกคนต้องระมัดระวังตนให้ คิด พูด ทำ แต่ในสิ่งที่เหมาะสมคือช่วยกันรักษาความสงบ ความสะอาด ความเรียบร้อย ทั้งของตนเองและของวัดให้ดี ถ้าคนใดประพฤติปฏิบัติไม่เหมาะสมภายในบริเวณวัด ก็จะเป็นความเสื่อมอย่างยิ่งทั้งแก่ตนเอง ผู้อื่น และพระพุทธศาสนา

การแต่งกายไปวัด

๑. เลือผ้า ควรใช้สีขาวหรือสีอ่อน ถ้ามีลายก็ลายเรียบๆ เย็นตา
๒. เนื้อผ้า ไม่โปร่งบาง ไม่ประณีตเกินไป ไม่หรูหราเกินไป
๓. การตัดเย็บ อย่าให้รัดรูป แต่หลวมพอสมควรเพื่อความสะดวกในการกราบไหว้พระ และนั่งสมาธิ สำหรับท่านหญิงไม่ควรนุ่งกระโปรงสั้น หรือชะเวิกชะวากผ่าหน้าผ่าหลัง แต่ควรนุ่งกระโปรงยาวพอสมควร หรือผ้าถุงสำเร็จ และนำผ้าคลุมเขามาด้วย เพื่อใช้ขณะนั่งพับเพียบ และนั่งสมาธิ
๔. ทรงผม ท่านชายตัดให้สั้น ถ้าไว้ยาวก็หวีให้เรียบ ท่านหญิงอย่าแต่งผมประณีตเกินงาม ผู้พบเห็นจะได้ไม่เกิดความคิดฟุ้งซ่าน
๕. น้ำมันใส่ผม ไม่ควรใช้ ถ้าจำเป็นต้องใช้ ควรเป็นชนิดกลิ่นอ่อนที่สุด จะได้ไม่รบกวนผู้อื่น
๖. น้ำหอม ควรเว้นเด็ดขาด
๗. การแต่งหน้า เขียนคิ้ว ทาปาก ทาเล็บ ฯลฯ จนเกินงาม ไม่ควรกระทำ
๘. เครื่องประดับราคาแพง เช่น แหวนเพชร นาฬิกาเรือนทอง หรือสร้อยทองคำเส้นโตๆ ฯลฯ ควรเว้นเด็ดขาด



การปฏิบัติตนก่อนไปวัด

๙. โปรดระลึกเสมอว่า

วัด ไม่ใช่เวทีประกวดความงามหรือสถานที่พลอดรัก

วัด ไม่ใช่สถานที่อวดความมั่งมี

วัด เป็นสถานที่แสวงบุญ กิเลสใดที่พอกำจัดได้เอง กรุณา
กองทิ้งไว้นอกประตูวัด

การนำเด็กไปวัด

การนำเด็กเข้าวัดนั้นเป็นการปลูกฝังนิสัยที่ดีแก่เด็ก เพราะทำให้
เด็กได้ใกล้ชิดพระศาสนาตั้งแต่วัยอันสมควร

ข้อควรระวัง

- อย่างนำเด็กอ่อนไปวัดโดยไม่จำเป็น เพราะอาจก่อความรำคาญ
แก่ผู้อื่นได้
- เด็กที่ค่อนข้างซุกซนหรือรังแกเพื่อนๆ ถ้านำไปด้วย ควรดูแล
อย่างใกล้ชิด หรือนำไปฝากไว้ที่จุดรับดูแลเด็ก (ศูนย์เด็ก)

พนักงานขับรถและผู้รับใช้

ทั้งพนักงานขับรถและผู้รับใช้ที่ติดตามไปวัด ควรให้เขามีโอกาส
ร่วมการบุญการกุศลด้วย อย่างกีดกันเป็นอันขาด

ข้อควรระวัง

- ดูแลการแต่งกายของพนักงานขับรถ และผู้รับใช้ของท่าน ให้
เรียบร้อย

- การเปิดวิทยุฟังในรถ ขณะที่พระกำลังเทศน์ สวดมนต์ หรือ
ขณะที่ผู้อื่นกำลังประกอบศาสนกิจ เป็นการไม่สมควรอย่างยิ่ง
- อย่าใช้แตรรถ และเร่งเครื่องยนต์ในเขตวัด
- จอดรถให้เป็นระเบียบในบริเวณที่กำหนด

การเตรียมอาหารไปวัด

อาหารที่ควรแก่พระภิกษุสงฆ์ ได้แก่ อาหารที่เราใช้รับประทาน
โดยทั่วไป คือปรุงขึ้นจาก พืช ผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ ที่มีขายอยู่แล้ว
ในท้องตลาด ฯลฯ แต่ต้องไม่ใช่อาหารที่เป็นเดน

ข้อควรระวัง

- อย่าทำอาหารที่ปรุงด้วยเนื้อต่อไปถวายพระ เพราะเป็นอาหาร
ต้องห้าม ไม่สมควรแก่สมณะบริโภคขบฉัน

- | | |
|-------------------|--------------------|
| ๑. เนื้อมนุษย์ | ๒. เนื้อช้าง |
| ๓. เนื้อม้า | ๔. เนื้อสุนัข |
| ๕. เนื้องู | ๖. เนื้อราชสีห์ |
| ๗. เนื้อเสือโคร่ง | ๘. เนื้อเสือเหลือง |
| ๙. เนื้อเสือดาว | ๑๐. เนื้อหมี |

- อย่างนำอาหารที่ปรุงจากเนื้อดิบๆ เลือดดิบๆ ไปถวายพระ
เช่น ปลาดิบ กุ้งดิบ ไก่ดิบ ฯลฯ จนกว่าจะทำให้สุกแล้วด้วยไฟ
- อย่างนำอาหารที่ปรุงด้วยสุรา จนมีสี มีกลิ่น หรือมีรสปรากฏ
ไปถวายพระ



การปฏิบัติตนก่อนไปวัด

- อย่าฆ่าสัตว์โดยจำเพาะเจาะจงว่า จะนำเนื้อนั้นไปทำอาหารถวายพระ

การเตรียมใจก่อนไปวัด

ความมุ่งหมายสำคัญของการไปวัด ก็คือ ไปเพื่อขัดกิเลสออกทั้งแต่กิเลสต่างๆ นั้นได้หมักดองใจมาเป็นเวลานานแล้ว ทำให้ขัดเกล่าไม่ค่อยออก หรือออกแล้วถ้าไม่ระวังให้ดีก็อาจกลับงอกใหม่ได้อีก งานขัดกิเลสเป็นงานที่ต้องใช้สติปัญญาอย่างเต็มที่ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องมีกำลังใจ ดังนั้นการเตรียมใจให้พร้อมก่อนไปวัด จึงมีความจำเป็น เช่นเดียวกับทหารที่ต้องเตรียมพร้อมก่อนลงสนามรบ

การเตรียมใจก่อนไปวัด ทำดังนี้

- ก่อนเข้านอนคืนนี้ จัดการภารกิจที่จำเป็นให้เสร็จเรียบร้อย ถ้าไม่เรียบร้อยก็มอบหมายผู้ที่ไว้วางใจได้ทำแทน ขณะประกอบกรรมบุญ จึงจะไม่เป็นกังวล

- สำนวณใจระลึกถึงการบุญกุศลที่เคยทำมาดีแล้วตลอดชีวิต เพื่อยังจิตให้แจ่มใส

- กราบบูชาพระรัตนตรัยหน้าทีบูชาพระ สวดมนต์ทำวัตรเย็น แล้วนั่งขัดสมาธิ เจริญภาวนา

- ให้หมั่นปฏิบัติเช่นนี้ต่อไปอย่าลดละ อย่างน้อย ๑๕-๒๐ นาที ก่อนนอนทุกๆ คืน

- เมื่อตื่นนอนตอนเช้า ก่อนอื่นกำหนดใจระลึกถึงพระธรรมกาย เพื่อทำให้บริสุทธิ์แล้ว เตรียมตัวไปวัดโดยกำหนดใจว่า วันนี้เราจะตักดวงบุญให้เต็มที่ ให้คุ้มกับความเสียสละที่ได้สู้กระทำ จะอาศัยบุญนี้ฆ่ากิเลสให้สิ้นซาก

ด้วยการให้ทาน เพื่อฆ่ากิเลสคือ โลภะ

รักษาศีลและแผ่เมตตา เพื่อฆ่ากิเลสคือ โทสะ

เจริญภาวนาให้เกิดปัญญา เพื่อฆ่ากิเลสคือ โมหะ

การเดินทางไปวัด

ขณะเดินทางไปวัด ไม่ควรสนทนากันในเรื่องที่ทำให้ใจขุ่นมัว เช่น เรื่องโจรผู้ร้าย ของแพง ไฟไหม้ น้ำท่วม ไข้หวัด การเมือง ฯลฯ แต่ควรกำหนดใจระลึกถึงเรื่องบุญกุศล เช่น ผลของการทำทานด้วยความเคารพ ผลของการถือศีล ๕ และศีล ๘ ตลอดชีวิต ผลของการแผ่เมตตา ผลของการเจริญภาวนาว่ามีอย่างไรบ้าง และตนได้สร้างบุญกุศลเหล่านั้นมากน้อยเพียงใด ฯลฯ

การปฏิบัติตนโดยทั่วไปภายในวัด

วัดเป็นที่รวมคนหลายประเภท ซึ่งแตกต่างกันมากทั้งอายุ ฐานะ ความเป็นอยู่ การศึกษา อาชีพ ตลอดจนนิสัยใจคอ โอกาสที่จะกระทบกระทั่งกันย่อมเกิดขึ้นได้โดยง่าย จำเป็นต้องระมัดระวังตน จึงจะได้บุญเต็มที่ ดังนั้นโปรดปฏิบัติดังนี้



- สำนวณกาย วาจา ให้สงบเรียบร้อย งดอาการคะนองด้วย
ประการทั้งปวง ทั้งนี้เพื่อให้ใจของเราเหมาะสมที่จะเป็นภาชนะรองรับ
ผลบุญที่จะบังเกิดขึ้น

- งดสูบบุหรี่และเคี้ยวหมากโดยเด็ดขาด

- เมื่อไปถึงสถานที่ที่จัดไว้ต้อนรับ ควรนั่งให้เป็นระเบียบ
ท่านชายนั่งแถบหนึ่ง ท่านหญิงนั่งอีกแถบหนึ่ง จึงจะเป็นการสมควร

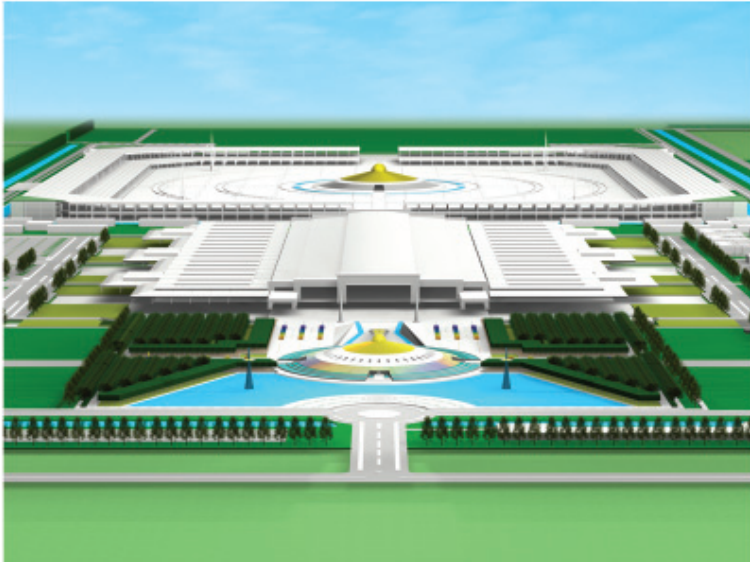
- ในการประกอบศาสนพิธี เช่น สวดมนต์ สมาทานศีล ถวาย
สังฆทาน ฯลฯ ควรเปล่งเสียงอย่างชัดเจนโดยพร้อมเพรียงกัน เพราะ
เป็นการแสดงความเคารพด้วยวาจา และก่อให้เกิดความปิติใจ

- สิ่งใดที่ทำให้ขุ่นหมองใจ เช่น อากาศร้อน หิวกระหาย กิริยา
อาการที่ไม่เหมาะสมของคนบางคน การไม่ได้รับความสะดวกใน
เรื่องต่างๆ ฯลฯ ขอจงพยายามอดทน เพื่อเพิ่มขันติบารมี และ
แผ่ความเมตตาให้ความเห็นอกเห็นใจทุกสิ่งทุกอย่าง อย่าให้เกิดโทสะ
ขึ้นได้

- ศึกษาระเบียบต่างๆ ภายในวัดจากเจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์
เช่น การทำทาน ว่ามีการตั้งมูลนิธิอะไรบ้าง มีการเทศน์ในวันใด
เวลาใดบ้าง หรือมีกิจกรรมงานบุญอะไรบ้าง เป็นต้น



กฎระเบียบ และแผนที่ ไปวัดพระธรรมกาย



กฎระเบียบของวัดพระธรรมกาย

วัดพระธรรมกาย เป็นบุญสถานของพุทธศาสนิกชนทุกท่าน เป็นสถานที่ที่ต้องการความสงบ ความสะอาด ความเรียบร้อย และสำรวม ดังนั้นโปรดให้ความเคารพต่อสถานที่ด้วยการปฏิบัติตามกฎระเบียบต่อไปนี้ อย่างเคร่งครัด

๑. ห้ามสูบบุหรี่ ตลอดจนไม่นำสิ่งเสพติดให้โทษเข้ามา
๒. ห้ามอ่านหรือนำ น.ส.พ.หรือสิ่งตีพิมพ์ที่นำมาซึ่งความร้อนใจ
๓. ห้ามนำสินค้าหรือสิ่งของใดๆ เข้ามาจำหน่าย
๔. ห้ามเปิดวิทยุ เครื่องกระจายเสียง และเทปบันทึกเสียงเพลง
๕. ห้ามนำสัตว์มาปล่อยในบริเวณวัด
๖. ห้ามโฆษณาชวนเชื่อหาเสียงใดๆ ทั้งสิ้น
๗. ห้ามร้องรำทำเพลง หรือแสดงการละเล่นทุกชนิด
๘. ห้ามทำนายทายทักโชคระตา และคุยกันด้วยเรื่องการเมืองที่ทำให้ร้อนใจ
๙. ห้ามเรียไร และแจกใบฎีกาทุกชนิด
๑๐. โปรดแต่งกายให้สุภาพเรียบร้อย

**“บัณฑิตย่อมรับรู้
และปฏิบัติตามระเบียบวินัย”**





บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (๑๙๗๗) จำกัด