



หนังสือสวดมนต์

ทำวัตรเช้า-เย็น



- บทสวดมนต์ข้ามปี
- บทบารมี 30 ทิศ
- คำถวายทานต่างๆ
- วิธีการนั่งสมาธิ

ความหมายของการ
สวดมนต์ไหว้พระ



การสวดมนต์ คือ การกล่าวคำศักดิ์สิทธิ์อัน
มีพลัง มีอิทธิฤทธิ์ อันได้แก่การกล่าวคำสรรเสริญ
พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณ รวมถึง
มนต์ของพระพุทธเจ้า ที่เรียกว่า พระพุทธมนต์

บทสวดมนต์ไหว้พระ
สำหรับบุคคลทั่วไป

คำบูชาพระรัตนตรัย

อิมิณา สักกาเรนะ พุทธัง อะภิปูชะยามิ
อิมิณา สักกาเรนะ ธัมมัง อะภิปูชะยามิ
อิมิณา สักกาเรนะ สังฆัง อะภิปูชะยามิ

บทกราบพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภาวะะวา
พุทฺธัง ภาวะะวันตัง อะภิวาเทมิ
(กราบ ๑ หน)

สวากขาโต ภาวะะวะตา ธัมโม
ธัมมัง นมัสสามิ
(กราบ ๑ หน)

สุปะฏิปันโน ภาวะะวะโต สภาวะะสังโฆ
สังฆัง นมามิ
(กราบ ๑ หน)

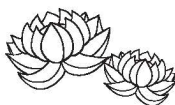


คำพหีสการพระพุทธเจ้า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต
อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต
อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ
นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต
อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

คำขอขมาพระรัตนตรัย

วันทามิ พุทธัง สัพพะ เมโทสัง ขะมะเถ เม ภันเต
วันทามิ ธัมมัง สัพพะ เมโทสัง ขะมะเถ เม ภันเต
วันทามิ สังฆัง สัพพะ เมโทสัง ขะมะเถ เม ภันเต



คำธาราฐพาฬ ๕

มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ
ติสสะระณณะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ
ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะ
ณัตถายะ ติสสะระณณะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ
ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะ
ณัตถายะ ติสสะระณณะ สะหะ ปัญจะ สีลานิ
ยาจามะ

บทสวดมนต์ก่อนนอนหลับ

สำหรับคนที่ต้องการสวดมนต์ก่อนนอนทุกคืน มีบทสวดดังนี้

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา พุทธัง
ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ ๑ ครั้ง)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ธัมมัง
นมะสสามิ (กราบ ๑ ครั้ง)



สัพพะภูมิจันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ
สังฆัง นะมามิ (กราบ ๑ ครั้ง)

พุทธานุชา มหาเตชะวันโต
ข้าพเจ้าขอบุชาพระพุทธ ขอให้ข้าพเจ้ามีเดชเดชะ

ธัมมานุชา มหาปัญญะวันโต
ข้าพเจ้าขอบุชาพระธรรม ขอให้ข้าพเจ้ามีปัญญา
อันยิ่งใหญ่

สังฆะอนุชา มหาโภคะวะโห
ข้าพเจ้าขอบุชาพระสงฆ์ ขอให้ข้าพเจ้าอุดมด้วย
อริยสมบัติ

ติโลกะนาถัง ระตะนัตตะยัง อะภิปูชะ
ยามิ

ข้าพเจ้าขอบุชาพระรัตนตรัย ซึ่งเป็นที่พึ่งของโลก
ทั้งสาม (๓๑ ภาวนามิ)

วันทามิ เจติยัง สัพพัง สัพพัฏฐาเน
สុปติภูมิจัง สารีริกธาตุ



ขอบูชากราบไหว้พระสถูปซึ่งประดิษฐานพระบรม-
สารีริกธาตุตามที่ต่าง ๆ

มหาโพธิ์ ชินะโยจะ พุทธะรูปัง สะกะ
ลังสะทา

ขอบูชากราบไหว้พระพุทธรูปทุกพระองค์และต้น
พระศรีมหาโพธิ์ ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้

นทิติปิ โส

อิติปิ โส ภาคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ
วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุต
ตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง
พุทโธ ภาคะวาติ

*ให้สวดเกินอายุ ๑ จบ เช่น อายุ ๓๕ ให้สวด ๓๖ จบ



พระคาถาขึ้นนัฏฐร ของ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต พรหมรังสี)

การเริ่มต้นและวิธีสวด

ให้เริ่มต้นครั้งแรกของการสวดท่องในวัน
พฤหัสบดี โดยเตรียมเครื่องสักการะมี ดอกไม้ ๓ สี
หรือดอกบัว ๙ ดอก ดอกมะลิร่วง ๑ กำ ฐูปหอม ๙
ดอก และเทียน ๙ เล่ม ก่อนที่เจริญภาวนาให้ตั้งนะโม
๓ จบ ต่อด้วยบทสรรเสริญพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ
และพระสังฆคุณ แล้วระลึกถึงเจ้าประคุณสมเด็จพระ
ด้วยคำว่า

ปุตตะกาโม ละเภ ปุตตัง ณะนะกาโม ละ
เภ ณะนัง อตติ กาเยกายะญายะ เทวานัง ปิยะ
ตัง สุตตะวา อิติปิ โส ะคะวา ยะมะราชาโน
ทำวเวสสุวัณโณ มะระณัง สุขัง อะระหัง สุกะ
โต นะโมพุทธายะ



๑. ชะยาสะนาคะตา พุทธา
เซตะวา มารัง สะวาหะนัง
จะตุสัจจาสะภัง ระสัง
เย ปิวิงสุ นะราสะภา
๒. ตัณ्हังกะราทะโย พุทธา
อัญฐะวีสะติ นายะกา
สัพเพ ปะติฏฐิตา มัยหัง
มัตถะเก เต มุนิสสะรา
๓. สีเส ปะติฏฐิโต มัยหัง
พุทโธ ธัมโม ทะวิโลจะเน
สังโฆ ปะติฏฐิโต มัยหัง
อุเร สัพพะคุณากะโร
๔. หะทะเย เม อะนุรุทโธ
สารีปุตโต จะ ทักขิณ
โกณฑัญญโณ ปิฏฐิภาคัสมิง
โมคคัลลานะ จะ วามะเก



๕. ทักขิณ สะวะเน มัยหัง
อาสุง อานันทะราหุลา
กัสสะโป จะ มะหানাโม
อุภาสุง วามะโสตะเก
๖. เกสันเต ปิณฺณฐิภาคฺสมิง
สุริโยวะ ปะกังกะโร
นิสินโน สิริสัมปนโน
โสภิตो มุนิปุญฺจโว
๗. กุมาระกัสสะโป เถโร
มะเหสี จิตตะวาตะโก
โส มัยหัง วะทะเน นิจจัง
ปะติฏฐาติ คุณากะโร
๘. ปุณฺณโณ อังคุลิมาโล จะ
อุปาสิ นันทะสีวะลี
เถรา ปญฺจะ อิเม ชาตา
นะลาญฺเฏ ติละกา มะมะ



๙. เสสาสีติ มหาเถรา
 วิชิตา ชินะสาวะกา
 เอเตสีติ มหาเถรา
 ชิตะวันโต ชินะระสา
 ชะลันตา สีละเตเชนะ
 อังคะมังเคสุ สัณฐิตา
๑๐. ระตะนัง ปุระโต อาสิ
 ทักขิณเมตตะสุตตะกัง
 ระชัคคัง ปัจฉะโต อาสิ
 วาเม อังคุลิมาละกัง
๑๑. ชันธะโมระปะริตัตถุจะ
 อาภานาภียะสุตตะกัง
 อากาเส ฉะทะนัง อาสิ
 เสสา ปาการะสัณฐิตา
๑๒. ชินาณา วัระระสังยุตตะ
 สัตตัพปาการะลังกะตะ
 วาตะปิตตะทิสัญชาตะ
 พาหิรัชฌัตตูปัททะวา



๑๓. อะเสสา วินะยัง ยันตุ
 อนันตะชินะเตชะสา
 วะสะโต เม สะกิจเจนะ
 สะทา สัมพุทเธปัญญาชะเร
๑๔. ชินะปัญญาชะระมัชฌัมหิ
 วิหารันตัง มะหิตะเส
 สะทา ปาเลนตุ มัง สัพเพ
 เต มะหาปริสาสะภา
๑๕. อิจจะวะมันโต สุกุตโต สุรักโข
 ชินานุภาเวนะ ชิตุปัททะโว
 ธัมมานุภาเวนะ ชิตารสังโค
 สังฆานุภาเวนะ ชิตันตะราโย
 สัทธัมมานุภาวะ ปาลิโต
 จะรามิ ชินะปัญญาชะเรติฯ
 (ชินะปัญญาชะระคาถา นิฉฐิตา)



ฉาฬิสงส์ชินบัญชร

พระคาถาชินบัญชรนี้ เป็นคาถาที่ศักดิ์สิทธิ์ ยิ่งนัก ตกทอดมาจากลังกา เจ้าประคุณสมเด็จพระสังฆราช ได้ดัดแปลงแก้ไขแต่งเติมให้ดีขึ้น เป็นเอกลักษณ์พิเศษ ได้นำอภัยยกระทรงความสมบูรณ์ แปลออกมาแล้วมีแต่สิ่งสิริมงคลแก่ผู้สวดภาวนาทุกประการ

พระคาถานี้เป็นการอัญเชิญพระพุทธานุภาพ แห่งพระบรมศาสดา สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและ พระพุทธเจ้าที่ได้เคยตรัสรู้ก่อนหน้านั้น จากนั้นเป็นการอัญเชิญพระอรหันต์ชีณาสพอันสำเร็จคุณธรรม วิเศษแต่ละองค์ไม่เหมือนกัน และยังอัญเชิญพระสูตร ต่างๆ อันโบราณจารย์เจ้าถือว่าเป็นพระพุทธรูปอัน วิเศษแต่ละสูตรมารวมกัน สอดคล้องเป็นกำแพง แก้วคุ้มกัน ตั้งแต่กระหม่อมจอมขวัญของผู้ภาวนา พระคาถาลงมาจนล้อมรอบตัว จนกระทั่งหาช่องโหว่ ให้อันตรายสอดแทรกเข้ามาไม่ได้



คำฉันทาภาพเวลาทำบุญ

สุทินนัง ะตะ เม ทานัง อาสะ วัค
ชะยาวะหัง โหตุ

คำแปล ขอให้ท่านที่ข้าพเจ้าถวายดีแล้วนี้
จงเป็นเหตุให้ข้าพเจ้าหมดความเศร้าหมองใจเถิด

คำถวายข้าวบูชาพระพุทธ

อิมัง สุปะพยัญชนะนะสัมปันนัง สาลีนัง
โกชะนัง อุทะกัง ะรัง พุทธัสสะ ปูเชมิ

คำแปล ข้าพเจ้าขอบูชาด้วยโภชนะข้าวสาลี
พร้อมทั้งแกงกับและน้ำอันประเสริฐนี้แด่พระพุทธเจ้า

คำสาข้าวพระพุทธ

เสสัง มังคะลัง ยาจามิ

คำแปล ข้าพเจ้าขอคืนเศษอันเป็นมงคลนี้
ข้าพเจ้าขอภัตต์ที่เหลือที่เป็นมงคลด้วยเถิด



คำถวายสังฆทาน (สามัญ)

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณชะยามะ สาธุโน
ภันเต ภิกขุสังโฆ อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ
ปะฏิคคัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ
สุขายะ

คำแปล ข้าแต่พระภิกษุสงฆ์ผู้เจริญ
ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมถวายซึ่งภัตตาหาร กับ
ทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระ
ภิกษุสงฆ์ จงรับภัตตาหารกับทั้งบริวารทั้งหลายนี้
ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุขแก่
ข้าพเจ้าทั้งหลาย สิ้นกาลนานเทอญ.



คำกรวดน้ำแบบย่อ

อิหัง เม ญาตินัง โหตุ สุขิตาโหนตุ
ญาตะโย

คำแปล ขอผลบุญนี้ จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลาย
ของข้าพเจ้า ขอให้ญาติทั้งหลาย จงมีความสุข
กายสุขใจเทอญ.

บทแผ่ส่วนกุศล

อิหัง เม มาตาปิตูนัง โหตุ สุขิตา โหนตุ
มาตาปิตะโร

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จ แก่มารดาบิดาของข้าพเจ้า
ขอให้มารดาบิดาของข้าพเจ้ามีความสุข

อิหัง เม ญาตินัง โหตุ สุขิตา โหนตุ
ญาตะโย

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า
ขอให้ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้ามีความสุข



อิทัง เม คระอุปัชฌายาจะรียานัง โหตุ สุขิตา
โหนตุ คระอุปัชฌายาจะรียา

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่ครูอุปัชฌาย์และอาจารย์
ของข้าพเจ้า ขอให้ครูอุปัชฌาย์และอาจารย์ของ
ข้าพเจ้ามีความสุข

อิทัง สัพพะเทวะตานัง โหตุ สุขิตา
โหนตุ สัพเพ เทวา

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จแก่เทวดาทั้งหลายทั้งปวง
ขอให้เทวดาทั้งหลายทั้งปวงมีความสุข

อิทัง สัพพะเปตานัง โหตุ สุขิตา โหนตุ
สัพเพ เปตา

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จ แก่เปรตทั้งหลายทั้งปวง
ขอให้เปรตทั้งหลายทั้งปวงมีความสุข

อิทัง สัพพะเวรีนัง โหตุ สุขิตา โหนตุ
สัพเพ เเวรี



ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จ แก่เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย
ทั้งปวง ขอให้เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลายทั้งปวง
มีความสุข

อิทัม สัพพะสัตตานัง โหตุ สุขिता โหนตุ
สัพเพ สัตตา

ขอส่วนบุญนี้จงสำเร็จ แก่สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ขอ
ให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง มีความสุขทั่วหน้ากันเทอญ

บทอธิฐานขอโอสถกรรมต่อกัน

กายะกัมมัง วะจิกัมมัง มะโนกัมมัง สัมมัจ
จะกัมมัง อะสัมมัจจะกัมมัง ขะมันตุเม อะโห
สิกัมมัง ภาวันตุเม



บทแผ่เมตตา

(แผ่เมตตาให้แก่ตัวเอง)

อะหัง สุขิโต โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข

นิททุกโข โหมิ

ปราศจากความทุกข์

อะเวโร โหมิ

ปราศจากเวร

อภัยปัชฌ โหมิ

ปราศจากอุปสรรคอันตรายทั้งปวง

อะนีโฆ โหมิ

ปราศจากความทุกข์กาย ทุกข์ใจ

สุขี อัตตานัง ปะริหะรามิ

มีความสุขกายสุขใจ รักษาตน ให้พ้นจากทุกข์ภัย

ทั้งสิ้นเถิด



บทแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์

สัพเพ สัตตา

สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่เจ็บ
ตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

อะเวรา โหนตุ

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีเวรแก่กัน
และกันเลย

อัปยาปัชฌา โหนตุ

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้เบียดเบียน
ซึ่งกันและกันเลย

อะนีฆา โหนตุ

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีความทุกข์
กายทุกข์ใจเลย

สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ

จงมีแต่ความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้พ้น
จากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิดฯ



ข้อ ๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สมาธิยามิ

การละเว้นจากการฆ่าสัตว์ทุกชนิด

ข้อ ๒. อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สมาธิยามิ

การเว้นจากการลักทรัพย์ หรือทรัพย์ที่เจ้าของ
เขาไม่ได้ให้

ข้อ ๓. กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี สิกขา
ปะทัง สมาธิยามิ

การละเว้นจากการประพฤติดัดในกาม

ข้อ ๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สมาธิยามิ

การละเว้นจากการพูดปดเท็จ พูดจาโกหก

ข้อ ๕. สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระ
มะณี สิกขาปะทัง สมาธิยามิ

การเว้นจากการดื่มสุราเมรัย และเครื่องดองของ
มีนเมาทุกชนิด



คาถาบูชาเทวดาพระเคราะห์สี่ผดุง

๑. คาถาคนเกิดวันอาทิตย์
อะ วิช สุนฺต สานฺตํ (สวด ๖ จบ)
๒. คาถาคนเกิดวันจันทร์
อิ ระ ชา คะ ตะ ระ สา (สวด ๑๕ จบ)
๓. คาถาคนเกิดวันอังคาร
ติ หัง จะ โต โร ถิ นัง (สวด ๘ จบ)
๔. คาถาคนเกิดวันพุธกลางวัน
ปิ สัม ระ โล ปุ สัต พุท (สวด ๑๗ จบ)
๕. คาถาคนเกิดวันพฤหัสบดี
กะ สัม สัม วิ สะ เท ภา (สวด ๑๙ จบ)
๖. คาถาคนเกิดวันศุกร์
วา โธ โน อะ มะ มะ วา (สวด ๒๑ จบ)
๗. คาถาคนเกิดวันเสาร์
โส มา ณะ กะ ริ ธา โธ (สวด ๑๐ จบ)
๘. คาถาคนเกิดวันพุธกลางคืน
คะ พุท ปัน ทุ ทัม ะ คะ (สวด ๑๒ จบ)



บทสวดมนต์ทำวัตรเช้า

๑. คำบูชาพระรัตนตรัย

โย โส ณะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, สวาก
ขาโต เยนะ ณะคะวะตา ัมโม, สุปะฏิปันโน ยัสสะ
ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ตัมมะยัง ณะคะวันตัง
สะธัมมัง สะสังฆัง, อิมะหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง
อาโรปิเตหิ อะภิปูชะยามะ, สาธุ โน ภันเต ณะคะวา
สุจิริปะรินิพพุโตปิ, ปัจฉิมา ชะนะตานุกัมปะมานะ
สา, อิมะ สักกาเรหะคะตะปะณณการะภูเต ปะฏิค
คัณหาตุ, อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะฯ

๒. คำนมัสการพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ณะคะวา
พุทฺธัง ณะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)
สวากขาโต ณะคะวะตา ัมโม
ธัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)
สุปะฏิปันโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ
สังฆัง นะมามิ (กราบ)



๓. ปุพพะภาคะนมะการะ

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภาคะวะโต
ปุพพะภาคะนมะการัง กะโรมะ เส นะโม ตัสสะ
ภาคะวะโต อระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ จบ)

๔. พุทธาภิถุติ (คำสรรเสริญพระพุทธเจ้า)

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธาภิถุตัง กะโรมะ เสฯ
โย โส ตะถาคะโต อระหัง สัมมาสัมพุทธโ, วิชชา
จะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู, อเนุตตะโร
ปุริสัทธัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโ
ภาคะวา, โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง
สะพรัหมะกัง, สัสสะมะณะ พราหมะณิง ปะชัง
สะเทวะมะนุสสัง สะยัง อะภิญญา สัจฉิกัตวา ปะ
เวเทสิ, โย อัมมัง เทเสสิ อาทิกัลยาณัง มัชฌ
กัลยาณัง ปะริโยสานะกัลยาณัง, สาทถัง สะพยัญ
ชะนัง เกวะละปะริปุณณัง ปะริสุทัง พรัหมะจะ
ริยัง ปะกาเสสิ, ตะมะหัง ภาคะวันตัง อะภิปูชะยามิ
ตะมะหัง ภาคะวันตัง สิริสา นะมามิฯ (กราบ)



๕. ธัมมาภิกขุติ (คำสรรเสริญพระธรรม)

(นำ) หันทะ มะยัง ธัมมาภิกขุติง กะโรมะ เสฯ
โย โส สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก
อะกาลิโก เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ, ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง ธัมมัง สิริสะสา นะมามิฯ (กราบ)

๖. สังฆาภิกขุติ (คำสรรเสริญพระสงฆ์)

(นำ) หันทะ มะยัง สังฆาภิกขุติง กะโรมะ เสฯ
โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามิจีปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ยะทิหัง จัตตาริปุริสะยุดานิ อัญญะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิณเณยโย อัญชะลีกะระณีโย, อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง สังฆัง สิริสะสา นะมามิฯ (กราบ)



๗. ระตะนัตตะยัปปะณามะคาถา

(นำ) หันทะ มะยัง ระตะนัตตะยัปปะณามะคาถาโย

เจวะ สังเวคะวัตถุประทีปะกะปาลัญญะจะ ภาณามะ เส

พุทโธ สุสุทโธ กะรุณามะหังคะโว, โยจจันตะสุทธัพพะระ
ญาณะโลจะโน, โลกัสสะ ปาปุปะกิเลสะฆาตะโก, วันทา
มิ พุทธัง อะหะมาหะเรนนะ ตัง, อัมโม ปะทีโป วียะ ตัสสะ สัตถุ
โน, โย มัคคะปากามะตะเภทะภินนะโก, โลกุตตะโร โย จะ
ตะทัตตะทีปะโน, วันทามิ อัมมัง อะหะมาหะเรนนะ ตัง, สังฆ
สุเขตตาทะยะติเขตตะสัณฺญาโต, โย ภิฏฐะสันโต สุคะตานุ
โพระโก, โลลัปปะทีโน อะริโย สุเมธะโส, วันทามิ สังฆัง อะ
หะมาหะเรนนะ ตัง, อิจเจวะเมกัันตะภิปุชะเนยยะกัง, วัตถุต
ตะยัง วันทะยะตาภิสังฆะตัง, ปุณฺณัง มะยา ยัง มะมะ สัพพ
ปัททะวา มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา

๘. สังเวคะปะริกัตตะนะปาฐะ

อิธะ ตะถาคะโต โลเก อุปันโน อะระหัง
สัมมาสัมพุทโธ, อัมโม จะ เทสิโต นียยานิโก อุปะ
สะมิโก ปะรินิพพานิโก สัมโพธะคามิ สุคะตูปะ



เวทิตโต, มะยันตัง ธัมมัง สุตวา เอวัง ชานามะ ชา
ติปิ ทุกขา ชะราปิ ทุกขา มะระณัมปิ ทุกขัง, โสกะ
ปะริทเวหะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา, อัมปิ
เยหิ สัมปะโยโค ทุกโข ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข
ยัมปิจฉัง นะ ละกะติ ตัมปิ ทุกขัง, สังขิตเตนะ
ปัญจุปาทานักขันธาทุกขา, เสยยะถิทัง, รูปุปา
ทานักขันธ, เวทะนุปาทานักขันธ, สัณฺณูปาทานัก
ขันธ, สังขารูปาทานักขันธ, วิญญานูปาทานัก
ขันธ, เยสัง ปะริญญายะ, ณะระมานโน โส กะคะวา,
เอวัง พะหุลัง สาวะเก วิเนติ, เอวัง ภาคา จะ ปะ
นัสสะ กะคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี, พะหุลา
ปะวัตตะติ, รูปัง อะนิจจัง, เวทะนา อะนิจจา, สัณฺญา
อะนิจจา, สังขารา อะนิจจา, วิญญานัง อะนิจจัง,
รูปัง อะนัตตา, เวทะนา อะนัตตา, สัณฺญา อะนัตตา,
สังขารา อะนัตตา, วิญญานัง อะนัตตา, สัพเพ
สังขารา อะนิจจา, สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ, เต*

(ผู้หญิงใช้ ตา) มะยัง โอตินณามะหะ ชาติยา ชะ



รามะระณณะ, โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะ
นัสเสหิ อุปายาเสหิ, ทุกโขติณณา ทุกขะปะเรตา,
อัปเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ
อันตะกิริยา ปัญญาเยถาติ, จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง
กะคะวันตัง สะระณังกะตา ธัมมัญจะ ภิกขุสังฆัญจะ
ตัสสะ กะคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง
มะนะสิกะโรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ สา สา โน
ปะฏิปัตติ อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ
อันตะกิริยายะ สังวัตตะตุ

(จบทำวัตรเช้า)

สัพพัตติทานคาถา (กรวดน้ำระลึกพระคุณ)

(นำ) หันทะ มะยัง สัพพะปัตติทานะคาถาโย
ภะณามะ เส, ปุญญัสสีทานิ กะตัสสะ ยานัญญานิ
กะตานิ เม, เตสัญจะ ภาคีโน โหนตุ สัตตานั้น
ตาปปะมาณะกะ, เย ปิยา คุณะวันตา จะ มัยหัง
มาตาปิตาทะโย, ทิฏฐา เม จาปะยะทิฏฐิ วา อัญญะ



มัชฌัตตะเวรีโน, สัตตา ติฏฐันติ โลกัสมิง เต ภุมมา
จะตุโยนิกา, ปญฺเจกะจะตุโวการา สังสะรันตา
กะวากะเว, ญัตถึ เย ปัตติทานัมเม อะนุโมทนต์ุ เต
สะยัง, เย จิมัง นัปปะชานันติ เทวา เตสัง นิเวทะ
ยุง, มะยา ทินนानะ ปุญฺญานัง อะนุโมทนะ เหตุนา,
สัพเพ สัตตา สะทา โหนตุ อะเวรา สุขะชีวิโน,
เขมฺปปะทัญจะ ปโปนตุ เตสาสา สีขมะตัง สุภา

จบแล้วกล่าวเพิ่มว่า

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา พุทธัง ภะคะ
วันตัง อะภิวาเทมิ (กราบแล้วกล่าวคำว่า พุทโธ
เม นาโถ)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ธัมมัง นะมัสสามิ
(กราบแล้วกล่าวคำว่า ธัมโม เม นาโถ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สังฆังนะ
มามิ (กราบแล้วกล่าวคำว่า สังโฆ เม นาโถ)



บทสวดมนต์ทำวัตรเย็น

๑. คำบูชาพระรัตนตรัย

โย โส ณะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, สวาก
ขาโต เยนะ ณะคะวะตา ธัมโม, สุปะฏิปันโน ยัสสะ
ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ตัมมะยัง ณะคะวันตัง
สะธัมมัง สะสังฆัง, อิมะหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง
อาโรปิเตหิ อะภิปูชะยามะ, สาธุ โน ภันเต ณะคะวา
สุจิระปะรินิพพุโตปิ, ปังคิมา ชะนะตานุกัมปะมานะ
สา, อิมะ สักกาเรหะคะตะปัณณการะภูเต ปะฏิค
คัณหาตุ, อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะฯ

๒. คำนมัสการพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ณะคะวา
พุทฺธัง ณะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)
สวากขาโต ณะคะวะตา ธัมโม
ธัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)
สุปะฏิปันโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ
สังฆัง นะมามิ (กราบ)



๓. ปุพพะภาคะนะมะการะ

(นำ) หันทะทานิ มะยังตัง ภาคะวันตัง วาจา
ยะ อะภิกายิตุง, ปุพพะภาคะนะมะการัญญะ
พุทธานุสสะติ นะยัญจะ กะโรมะ เส.

นะโม ตัสสะ ภาคะวะโต อะระหะโต สัมมา
สัมพุทฺธัสสะ. (๓ จบ)

๔. พุทธานุสสะติ (คำระลึกถึงพระพุทธรเจ้า)

ตั้ง โข ปะนะ ภาคะวันตัง เอวัง กัลยาณ กิตติ
สัทโท อพภุคคะโต, อิติปิ โส ภาคะวา อะระหัง
สัมมาสัมพุทฺธ, วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต
โลกะวิทู, อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา
เทวะมะนุสสานัง พุทฺธो ภาคะวาติ.

๕. พุทธากิฉิตติ (คำสรรเสริญพระพุทธรเจ้า)

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธากิฉิตัง กะโรมะ เส พุทธะ
วาระหันตะวะระตาทิกุณายุตโต, สุทธากิณฺณะ
กะรุณahi สะมาคะตฺตโต, โพเธสิ โย สุชนะตัง กะมะ
ลัง วะ สุโร, วันทามะหัง ตะมะระณัง สิริสะสา ชินนัง



พุทโธ โย สัพพะปาณีนัง สະระณัง เขมะมุตตะมัง,
ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สีเรนะหัง
พุทฺธัสสาหสมิ ทาโส (ผู้หญิงใช้ ทาสี) ะ พุทโธ เม
สามิกิสสะโร, พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาทา จะ
หิตัสสะ เม, พุทฺธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะวีริญชี
วิตัญจิทัง, วันทันทโตะหัง (ผู้หญิงใช้ ดิถี) จะริสสามิ
พุทฺธัสเสวะ สุโพธิตัง นัตถิ เม สະระณัง อัญญัง
พุทโธ เม สະระณัง ะรัง, เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ
วัฑฒะยัง สัตถุ สาสะเน, พุทธัง เม วันทะมานะ
นะ (ผู้หญิงใช้ มานะยะ) ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิตะ,
สัพเพปิ อันทะรายา เม มาहेสุ ตัสสะ เตชะสา

(หมอบลงกราบว่า) กาเยนะ วาจาเย ะ เจ
ตะสา วา, พุทธะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง, พุทโธ
ปะภุคคัณหะตุ อัจจะยันตัง, กาลันตะเร สังวะริตุง
ะ พุทธะ.



๖. ัมมานุสสะติ (คำระลึกถึงพระธรรม)

(นำ) หันทะ มะยัง ัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส สวากขาโต ณะกะวะตา ัมโม, สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ.

๗. ัมมาภิกัถิ (คำสรรเสริญพระธรรม)

(นำ) หันทะ มะยัง ัมมาภิกัถิง กะโรมะ เส สวากขาตะตาทิกุณเอยะคะวะเสนะ เสยโย, โย มัคคะปาเกปะริยัตติวิโมกขะเณโท, ัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธาริ, วันทามะหัง ตะมะหะรัง ะระธัมมะเมตัง

ัมโม โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง, ทุตติยานุสสะติฏฐานัง, วันทามิ ตัง สีเรนะหัง ธัมมัสสาหัสมิ ทาโส(ผู้หญิงใช้ ทาสี) ะ ัมโม เม สามิกิสสะโร ัมโม ทุกัซสะ ฆาตา จะ วิธาทา จะ หิตัสสะ เม



ธัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สหะรีรัญชีวิตัญจิทัง,
วันทันโตหัง (ผู้หญิงใช้ ดิห์) จะริสสามิ, ธัมมัสเสวะ
สุธัมมะตัง

นัตถิ เม สหะระณัง อัญญัง ธัมโม เม สหะระณัง
วะรัง, เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัทเทมยยัง สัตถุ สา
สะเน

ธัมมัง เม วันทะมานะ (ผู้หญิงใช้ มานายะ)
ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิตะ, สัพเพปิ อันตะรายา เม,
มาหะสุง ตัสสะ เตชะสา

(หมอบกราบลงว่า) กาเยนะ วาจาเย วะ เจตะสา
วา, ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง, ธัมโม ปะภุค
คัณหะตุ อัจจะยันตัง, กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม.

๘. สังฆานุสสะติ (คำระลึกถึงพระสงฆ์)

(นำ) หันทะ มะยัง สังฆานุสสะตินะยัง กะ
โรมะ เส

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชฺ



ปะภูปีนโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะภู
ป็นโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามิจิปะภูปีนโน
ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะ
ยุดานิ อัญญะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ณะคะวะโต
สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิณเณยโย
อัญชะลีกะระณีโย, อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง
โลกัสสาติ

๙. สังฆาภิกษิตี (คำสรรเสริญพระสงฆ์)

(นำ) หันทะ มะยัง สังฆาภิกษิตัง กะโรมะ เส
สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคณาติยุตโต, โยภุสฺสัพ
พีโธ อะริยะปุคคะละสังฆะเสฏฺฐโธ, สีลาติธัมมะปะ
วะราสะยะกายะจิตโต, วันทามะหัง ตะมะรียานะ
คะณัง สุสุทัง

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง, สละระณัง เขมะมุตตะมัง
ตะตียานุสสะติฏฺฐานัง, วันทามิ ตัง สีเรนะหัง สัง
ฆัสสาหัสสมิ ทาโส (ผู้หญิงใช้ ทาสี) วะ, สังโฆเม สา



มิกิสสะโร

สังโฆ ทุกข์สสะ ฆาตา จะ, วิธาดา จะ หิตัสสะ เม
สังฆัสสาหัง นิยยาเทมิ, สะรียัญชีวัตถุจิหัง วันทัน
โตหัง (ผู้หญิงใช้ ดีหัง) จะริสสามิ, สังฆัสโส ปะฏิ
ป็นนะตัง

นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง, สังโฆ เม สะระณัง
วะรัง เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ, วัฑฒะยัง สัตถุ สา
สะเน สังฆัง เม วันทะมานะ (ผู้หญิงใช้ มานายะ),
ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อีธะ สัพเพปิ อันตะรายา เม,
มาhesu ตัสสะ เตชะสา

(หมอบกราบลงว่า) กาเยนะ วาจาเย วะ เจตะ
สา วา, สังฆะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง, สังโฆ
ปะฏิคคัณ

หะตุ อัจจะยันตัง, กาลันตะเร สังวะริตุง วะ
สังฆะ

(จบทำวัตรเย็น)





เพื่อเป็นธรรมะประจำชีวิต
ธรรมะสร้างการเริ่มต้นที่ดี
ธรรมะสอนใจไฟธรรม
ธรรมะสร้างชีวิตที่มีแต่ความสุข
ธรรมะสร้างงานที่ดี
ธรรมะสร้างให้เด็กเรียนดี



ดวงกมลพับลิชชิ่ง
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า

