

บทสวดมนต์  
ทำวัตรเช้า – เย็น และสวดมนต์แปล  
สำหรับรายการ สามเณร ปลูกปัญญาธรรม

สารบัญ

คำบูชาพระรัตนตรัย

คำทำวัตรเช้า

คำทำวัตรเย็น

บทสวดทำนองสรภัญญะ

บทสวดมนต์พิเศษ

บารมี ๓๐ ทศ

คาถาไพธิบาท

บทมงคล ๓๘ ประการ

บทสรภัญญะ..พระคุณครู

บทสรภัญญะ..กราบไหว้พระคุณบิดามารดา

ปณิธานของลูกพุทธบุตร

บทแผ่เมตตาให้แก่ตนเอง

บทแผ่เมตตาให้สรรพชีวิตทั้งหลาย

บทกรวดน้ำอุทิศบุญ (โดยย่อ)

บทอุทิศบุญกุศล (แบบเต็ม)

บทกรวดน้ำอุทิศบุญตอนเย็น (บทใหญ่)  
บทอนุโมทนา อำนวยพร (แปล)  
บทอำนวยพร ทำนองสรภัญญะ  
บทพิจารณาอาหาร  
คำถวายสังฆทานสามัญ  
คำถวายทาน (แบบย่อ)  
คำอธิษฐานก่อนตักบาตร  
คำกรวดน้ำอุทิศบุญ (โดยย่อ)  
คำอาราธนาศีล ๕  
คำแสดงตนเป็นพุทธมามกะ  
คำอาราธนาพระปริตร  
คำอาราธนาธรรม  
ข้อคิดคติธรรม คำกลอนสอนใจ  
คุณธรรมนำเด็กไทยสู่ความเป็นเลิศ  
อุดมการณ์ของลูกพุทธบุตร  
สามเณร คือ เหล่ากษของสมณะ  
วิธีเรียนที่ดี  
หัวใจนักปราชญ์  
อยู่ที่ใจของเรา  
สำคัญที่ใจใฝ่ดี

จงมี..จงเป็น..จงเจริญ

อานิสงส์ของการไหว้พระสวดมนต์

อานิสงส์ของการฝึกเจริญสติ นั่งสมาธิ

บรรณานุกรม

## คำบูชาพระรัตนตรัย

อระระหัง (รับพร้อมกัน) สัมมาสัมพุทโธ ภาวะะวา,

พระผู้มีพระภาคเจ้า, เป็นพระอรหันต์, ดับเพลิงกิเลส  
เพลิงทุกข์สิ้นเชิง, ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

พุทัง ภาวะะวันตัง อะภิวาเทมิ.

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิก บาน. (กราบ)

สวากขาโต (รับพร้อมกัน) ภาวะะวะตา ัมมิเม,

พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสไว้ดีแล้ว,

ัมมัง นะมัสสามิ.

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม. (กราบ)

สุปฏิปันโน (รับพร้อมกัน) ภาวะะวะโต สวาระกะสังโฆ,

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว,

สังฆัง นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์. (กราบ)

**บทนอบน้อมนมัสการพระพุทธเจ้า**

(เห็นทะ มะยัง พุทธัสสะ ภาวะะวะโต

ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส. )

นะโม ตัสสะ ภาวะะวะโต,

ขอนอบน้อมแต่พระผู้มีพระภาคเจ้า, พระองค์นั้น,

อะระหะโต, ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส,

สัมมาสัมพุทธัสสะ.

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง.

(๓ จบ)

## คำทำวัตรเช้า

### (บทพุทธานิถุติ)

(หันหน้า มายัง พุทธานิถุติ กะโรมะ เส)

โย โส ตะถาคะโต,

พระตถาคตเจ้านั้น พระองค์ใด

อะระหัง,

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธโ,

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชาจะระณะสัมปันโน,

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต,

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิฑู,

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร บุริสะทัมมะสาระถิ,

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้

อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

สัตถา เทวะมะนุสสานัง,

เป็นครูผู้สอน ของเทวดา

และมนุษย์ทั้งหลาย

พุกุโธ,

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

ภะคะวา,

เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรม

สั่งสอนสัตว์

โย อิมัง โลกััง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพรหมะกัง,

สัสสะมะณะ พราหมะณิง ปะชัง สะเทวะมะนุสสัง สะยัง

อะภิญญา สัจฉิกัตวา ปะเวเสสิ,

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด, ได้ทรง

ทำความดับทุกข์ให้แจ้งด้วยพระปัญญา

อันยิ่งเองแล้ว, ทรงสอนโลกนี้พร้อมทั้ง

เทวดา, มาร, พรหม, และหมู่สัตว์พร้อม

ทั้งสมณะพราหมณ์, พร้อมทั้งเทวดาและ

มนุษย์ให้รู้ตาม

โย รัมมัง เทเสสิ,

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด,

ทรงแสดงธรรมแล้ว

อาทิกัลยาณัง,

ไพเราะในเบื้องต้น

มัชฌะกัลยาณัง,

ไพเราะในท่ามกลาง

ปะริโยสานะกัลยาณัง,

ไพเราะในที่สุด

สาตถัง สะพัญญะชะนัง

เกราะละปะริปุณณัง

ปะริสุทถัง พรหมะจะริยัง ปะกาเสสิ,

ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือ แบบแห่ง  
การปฏิบัติอันประเสริฐ บริสุทธิ์ บริบูรณ์  
สิ้นเชิง,พร้อมทั้งอรรถะ (คำอธิบาย)  
พร้อมทั้งพยัญชนะ (หัวข้อ)

ตะมะหัง ภาคะวันตัง อะภิปุชเยยามิ,

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระผู้มี  
พระภาคเจ้าพระองค์นั้น

ตะมะหัง ภาคะวันตัง สิริสะสา นะมามิ,

ข้าพเจ้านอบน้อมพระผู้มีพระภาคเจ้า  
พระองค์นั้น ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกคุณพระพุทธรเจ้า)

(บทธัมมาภิตติ)

(หันทะ มะยัง ธัมมาภิตฺติง กะโรมะ เส)

โยโส สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,

พระธรรมนั้นใด, เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก,

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ ฟังเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก,

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ ไม่จำกัดกาล

เอหิภัสสิโก,

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก,

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจุตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ,

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน

ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ,

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง, เฉพาะพระธรรมนั้น

ตะมะหัง ธัมมัง สิริสะสา นะมามิ,

ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรมนั้น ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกคุณพระธรรม)

บทสังฆาภิถุติ



(หันทะ มะยัง สังฆาภิกขุติง กะโรมะ เส)

โย โส สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมู่ใด ปฏิบัติดีแล้ว  
อุชุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติตรงแล้ว  
ญายะปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด  
ปฏิบัติเพื่ออุรุธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว  
สามีจีปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด ปฏิบัติสมควรแล้ว  
ยะทิทัง, ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ

จัตตารี ปุริสะยุคานิ อัญญะ ปุริสะปุคคะลา,

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่ นับเรียงตัวบุรุษ ได้ ๘ บุรุษ  
เอสะ ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า  
อาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา  
ปาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ  
ทักษิณายโย,

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

อัญชวลีกะระณีโย,

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชวลี

อะนุตตะรัง ปุณฺณักเขตตัง โลกัสสะ,

เป็นเนื่อนาบุญของโลก, ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า

ตะมะหัง สังฆัง อะภิปุชฺชยามิ,

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง, เฉพาะพระสงฆ์หมู่ นั้น

ตะมะหัง สังฆัง สิริธสา นะมามิ,

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์หมู่ นั้น ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกคุณพระสงฆ์)

**คำทำวัตรเย็น**

**(พุทธานุสสติ)**

(หันทะ มะยัง พุทธานุสสะตินะยัง กะโรมะ เต)

(เชิญเกิด เราทั้งหลาย ทำซึ่งความระลึก ถึงพระพุทธรเจ้าเกิด)

ตัง ไช ปะนะ ภาคะวันตัง เอวัง กัลยาโณ กิตติศัพท์ อัมภคคะโต,

กั กิตติศัพท์อันงามของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

ได้ฟังไปแล้วอย่างนี้ว่า

อิติปิ โส ภาคะวา,

เพราะเหตุอย่างนี้ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

อะระหัง, เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธโธ,

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน,

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต, เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิทู, เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร บุริสสะทัมมะสาระถิ,

เป็นผู้สามารถฝึกบวชที่สมควรฝึกได้โดยไม่ใครยิ่งกว่า

สัตถา เทวะมะนุสสานัง,

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

พุทธโธ, เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

ภาคะวา ติ. เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้

(กราบลง แล้วกล่าวพร้อมกันว่า..)

กาเยนะ วาจาเยนะ วะ เจตตะสา วา,

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

พุทฺธะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,

กรรมน่าตีเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้ว ในพระพุทฺธเจ้า

พุทฺโธ ปะฏิคคัณฺหะตุ อัจจะยันตัง,

ขอพระพุทฺธเจ้า จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตฺตัง วะ พุทฺธะ .

เพื่อการสำรวมระวัง ในพระพุทฺธเจ้า ในกาลต่อไปฯ

**(บทธัมมานุสติ)**

(หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.)

(เชิญเถิด เราทั้งหลาย ทำซึ่งความตามระลึกถึงพระธรรมเถิด)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,

พระธรรม เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ดีแล้ว  
สันทิฏฐิโก, เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ ฟังเห็นได้ด้วยตนเอง  
อะกาลิโก, เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ ไม่จำกัดกาล  
เอหิภัสสิโก, เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด  
โอปะนะยิโก, เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว  
ปัจจุตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหี(ฮิ) ติ.

เป็นสิ่งที่ผู้รู้รู้ได้เฉพาะตน ดังนี้

(กราบลง กล่าวคำพร้อมกันว่า..)

กาเยนะ วาจาเยนะ เจตตะสา วา,

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้ว ในพระธรรม

ธัมโม ปะฏิคคัณ्हะตุ อัจจะยันตัง,

ขอพระธรรม จงดซึ่งโทษลวงเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม.

เพื่อการสำรวมระวัง ในพระธรรม ในกาลต่อไปฯ

## บทสังฆมานุสสติ

(หันทะ มะยัง สังฆมานุสสะตินะยัง กะโรมมะ เส.)

(เชิญเกิด เราทั้งหลาย ทำซึ่งความตามระลึกถึงพระสงฆ์เกิด)

สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติดีแล้ว

อุชุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติตรงแล้ว

ญายะปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติเพื่ออุรุธรรม

เป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

สามีจิปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า หมู่ใด, ปฏิบัติสมควรแล้ว

ยะทิทัง, ได้แก่บุคคลเหล่านี้ คือ

จัตตารี ปุริสะยุคานิ อัญญะ ปุริสะปะคคะลา,

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่, นับเรียงตัวบุรุษ ได้ ๘ บุรุษ

เอสะ ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า  
อาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา  
ปาหุเนยโย, เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ  
ทักษิณเวยโย, เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน  
อัญชะลีกระณเวยโย, เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี  
อะนุตตะรัง ปุณฺณุกเขตตัง โลกัสสา ตี.

เป็นเนื่อนาบุญของโลก, ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้

(กราบลง แล้วกล่าวคำพร้อมกันว่า..)

กาเยนะ วาจาเยนะ วะ เจตตะสา วา,  
ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี  
สังฆะ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,  
กรรมนำดีเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระสงฆ์  
สังโฆ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง,  
ขอพระสงฆ์ จงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น  
กาลันตะเร สังวะริตฺตุง วะ สังฆะ.  
เพื่อการสำรวมระวัง ในพระสงฆ์ ในกาลต่อไป

**บทสวดพระพุทธานุ**

อิติปิ โส (รับพร้อมกัน) ภาวะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, วิชา  
จะระณะสัมปันโน, สุคะโต โลกะวิฑู, อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ,  
สัสตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภาวะคะวาติ ฯ

### บทสวดทำนองสรภัญญะ

องค์ใดพระสัมพุทธ (รับพร้อมกัน)	สุวิสุทธิสันดาน
ตัดมูลเกลสมาร	บ มิหม่นมิหมองมัว
หนึ่งในพระทัยท่าน	ก็เบิกบานคือดอกบัว
ราศี บ พันพิ้ว	สุวคนธกำจร
องค์ใดประกอบด้วย	พระกรุณาดังสาคร
โปรดหมู่ประชากร	มละ โอบกั้นदार
ชี้ทางบรรเทาทุกข์	และชี้สุขเกษมศานต์
ชี้ทางพระนฤพาน	อันพ้นโคกวิโยคภัย
พร้อมเบญจพิธจัก-	ษุจรัลวิมลไส
เห็นเหตุที่ใกล้ไกล	ก็เจนจบประจักษ์จริง
กำจัดน้ำใจหยาบ	สันดานบาปแห่งชายหญิง
สัตว์โลกได้พึงฟัง	มละบาปบำเพ็ญบุญ
ข้าขอประณตน์อม	ศิระเกล้าบังคมคุณ
สัมพุทธการุญ-	ญาพานั้น นිරันดร ฯ



(กราบ)

**บทสวดพระธรรมคุณ**

สวากขาโต (รับพร้อมกัน) ภาคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก,  
อะกาลิโก, เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก, ปัจจัตตัง, เวทิตัพโพ  
วิญญูหิ (ฮึ) ตี ฯ

**บทสวดทำนองสรภัญญะ**

ธรรมะคือคุณากร (รับพร้อมกัน)	ส่วนชอบสาธ
ดูจดวงประทีปชัชวาล	แห่งองค์พระศาสดาจารย์
ส่องสัตว์สันดาน	สว่างกระจ่างใจมนต์
ธรรมไค่นับโดยมรรคผล	เป็นแปดพึงยลและแก้กับทั้งนฤพาน
สมญาโลกอุดรพิสดาร	อันลึกไอบำพร พิสุทธิพิเศษสุกใส
อีกธรรมต้นทางครวไร	นามขนานขานไช
ปฏิบัติปริยัติเป็นสอง	คือทางดำเนินดูจคลอง
ให้ล่งลุปอง	ยังโลกอุดรโดยตรง
ข้า ขออินอ่อนอุตมงค์	นบธรรมจ้านง
ด้วยจิต และกาย วาจา ฯ	

(กราบ)

**บทสวดพระสังฆคุณ**

สุปะฏิปันโน (รับพร้อมกัน) ภาคะวะโต สวาระกะสังโฆ,

อุชุปะฏิปันโน ภาวะวะโต สภาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภาวะวะโต  
 สภาวะกะสังโฆ, สามีจิปะฏิปันโน ภาวะวะโต สภาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง จัต  
 ตาริ ปุริสะยุดานิ อัญฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภาวะวะโต สภาวะกะสังโฆ,  
 อาหุเนยโย, ปาหุเนยโย, ทักขิเณยโย, อัญชลี้กะระณีโย, อะนุตตะรัง  
 ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ

### บทสวดสวดทำนองสรภัญญะ

สงฆ์ใดสาวกศาสดา (รับพร้อมกัน) รัปปฏิบัติมาแต่องค์สมเด็จพระศาสดา  
 เห็นแจ้งจตุสัจเสรีจบรร- ลูทางที่อันระงับและดับทุกข์ภัย  
 โดยเสด็จพระผู้ตรัสไตร ปัญญาแผ่องใสสะอาดและปราศมัวหมอง  
 เหนินห่างทางเข้าศึกปองบ มิลำพองด้วยกาย และวาจา ใจ  
 เป็นเนื่อนานบุญอันไพ- ศาลแต่โลกภัย และเกิดพิบุญผล  
 สมญาเอารสทศพล มีคุณอนนต์อเนกจะนับเหลือตรา  
 ข้า ขอนบหมู่พระศรา- พกทรงคุณา-นุคุณประดุจรำพัน  
 ด้วยเดชบุญข้าอภิวินท์พระไตรรัตน์อันอุดมดิเรกนิวัติศัย  
 จงช่วยขจัดโศภภัย อันตรายใดใดจงดับและกลับเสื่อมสุขุณ ฯ

(กราบ)

### บทสวดชยสิทธิคาถา

พาหุง (รับพร้อมกัน) สหัสสสะมะภินิมิตะสาธุธันตัง, ครีเมชชะลัง  
อุทิตะโฆระสะเสนะมารัง, ทานาทิธัมมะวิธินา ชิตะวามุณินโท, ต้นเตชะ  
สา ภาวะตุ เต ชะยะสิทธิ นิจัจจ ๕

### บทสวดทำนองสรภัญญะ

ปางเมื่อพระองค์ประมะพุท- (รับพร้อมกัน) ณะวิสุทธะศาสดา  
ตรัสรู้อุตตะระสะมา- ธิ ณ โภธิบัลลังก์  
ขุนมารสหัสสะพหุพา- หูวิชาวิชิตขลัง  
ชี้คีรีเมฆละประทัง คชะหิёмกระเหิมหาญ  
แสรังเสกสะราวุระประดิษฐ์ กลดคิดจะรอนราญ  
รุมพลพหลพยุหะปาน พระสมุททะนงมา  
หวังเพื่อผจญวะระมุณิน- ทะสุชินะราชา  
พระปราบพหลพยุหะมา- ระมเลื่องมลายสุญ  
ด้วยเดชะองค์พระทศพล สุวิมลไพบูลย์  
ทานาทิธัมมะวิธินุถ ชนนะน้อมมะโนตาม  
ด้วยเดชะสัจจะวะจะนะ และนะมาโมองค์สาม  
ขอจงนิกรพละสยาม ชะยะสิทธิทุกวาร  
ถึงแม้จะมีอริวิเศษ พละเดชะเทียมมาร  
ขอไทยผจญพิชิตะผลาญ อริแม่นมุณินทร ๕

(กราบ)

## บทสวดมนต์ พิเศษ

### บทปารมี ๓๐ ทັศ

ทานะ ปาระมี สัมปันโน , ทานะ อุปะปารมี สัมปันโน ,  
ทานะ ประระมัตตะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุเปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

สีละ ปาระมี สัมปันโน , สีละ อุปะปารมี สัมปันโน ,  
สีละ ประระมัตตะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุเปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

เนกขัมมะ ปาระมี สัมปันโน , เนกขัมมะ อุปะปารมี สัมปันโน ,  
เนกขัมมะ ประระมัตตะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุเปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

ปัญญา ปาระมี สัมปันโน , ปัญญา อุปะปารมี สัมปันโน , ปัญญา  
ประระมัตตะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุเปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

วิริยะ ปาระมี สัมปันโน , วิริยะ อุปะปารมี สัมปันโน ,  
วิริยะ ประระมัตตะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา

อุปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

ขันตี ปาระมี สัมปันโน , ขันตี อุปะปารมี สัมปันโน ,  
ขันตี ประระมัตถะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา,

สัจจะ ปาระมี สัมปันโน , สัจจะ อุปะปารมี สัมปันโน ,  
สัจจะ ประระมัตถะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

อะธิฏฐานะ ปาระมี สัมปันโน , อะธิฏฐานะ อุปะปารมี  
สัมปันโน , อะธิฏฐานะ ประระมัตถะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี  
กะรุณา มุทิตา อุปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

เมตตา ปาระมี สัมปันโน , เมตตา อุปะปารมี สัมปันโน , เมตตา  
ประระมัตถะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

อุปกขา ปาระมี สัมปันโน , อุปกขา อุปะปารมี สัมปันโน ,  
อุปกขา ประระมัตถะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

ทะสะ ปาระมี สัมปันโน , ทะสะ อุปะปารมี สัมปันโน ,  
ทะสะ ประระมัตถะปารมี สัมปันโน, เมตตา ไมตรี กะรุณา มุทิตา  
อุปกขา ปาระมีสัมปันโน , อิติปิ โส ภาคะวา

พุทฺธัง สระระณัง คัจฉามิ นะมามิหัง ฯ

## คาถาไพธิบาท

(๑) บูรพาจารย์สมิง พระพุทธะคุณัง บูรพาจารย์สมิง พระอัมเมตัง  
บูรพาจารย์สมิง พระสังฆมานัง ทุกขะโรคะภะยัง วิวัณฐชัยเย  
สัพพะทุกขัง สัพพะโสภัง สัพพะโรคะ สัพพะภักขัง สัพพะเคระระหัง  
เสนียคัจฉุโร วิวัณฐชัยเย สัพพะธะนัง สัพพะลาภัง ภาวันตุ เม  
รักขันตุ สุรักขันตุ ฯ

รอบต่อไปให้เปลี่ยนจาก (๑) บูรพาจารย์สมิง เป็น

- |                   |                   |                    |
|-------------------|-------------------|--------------------|
| (๒) อากเนย์ร์สมิง | (๓) ทักษิณร์สมิง  | (๔) หาระดีร์สมิง   |
| (๕) ปัจฉิมร์สมิง  | (๖) พายัพร์สมิง   | (๗) อุดรร์สมิง     |
| (๘) อีสานร์สมิง   | (๙) ประสูวีร์สมิง | (๑๐) อากาศร์สมิง ฯ |

ตามลำดับ.

## คำแปล (คาถาไพธิบาท)

ขอพระคุณของพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์  
จงมาปกป้องคุ้มครองในทิศบูรพา จนถึง ทิศอากาศ,

ขอให้ทุกข์ โรค ภัย จงสูญหายไป ขอให้ทุกข์ทั้งปวง  
โศกทั้งปวง โรคทั้งปวง ภัยทั้งปวง เคาระห์หามยามร้าย  
เสียดจัญไรทั้งปวง จงสูญหายไป, ขอให้ทรัพย์ทั้งปวง  
ลาภทั้งปวง จงเกิดแก่ข้าพเจ้า ขออานุภาพแห่งพระพุทธ  
พระธรรม พระสงฆ์ และสิ่งศักดิ์ทั้งปวง จงมาปกป้องรักษาด้วยเถิดฯ

บทมงคลสูตร (ทางแห่งความเจริญ ๓๘ ประการ)

พระหู เทวา มนุสสา จะ มังคะลานิ อะจินตะยุง,  
เทวดาองค์หนึ่งได้กราบทูลถามพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า, หม่อมเทวดาและ  
มนุษย์ทั้งหลาย, มุ่งหมายความเจริญก้าวหน้า, ได้คิดถึงเรื่องงศลแล้ว,  
อากังขะมานา โสติดานัง พรูหิ มังคะละมุตตะมัง,  
ขอพระองค์ทรงบอกทางมงคลอันสูงสุดเถิด, พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัส  
ตอบดังนี้ว่า,

อะเสวะนา จะ พาลานัง, การไม่คบคนพาล  
ปัตถนิตานัญจะ เสวะนา, การคบกับบัณฑิต  
ปฺชชา จะ ปฺชชนียานัง, การบูชาต่อบุคคลผู้ควรบูชา  
เอตัมมังคะละมุตตะมัง, กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด  
ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ, การอยู่ในประเทศอันสมควร  
ปฺพุพเพ จะ กะตะปะญญะตา, การเป็นผู้มีบุญได้ทำไว้ก่อนแล้ว  
อັตตะสัมมาปะณินิ จะ, การตั้งตนไว้ชอบ (ทำพุดคิดสุภาพ)

เอตัมมังคะละมุตตะมัง, กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

พาทุสัจจัญ จะ, การเป็นผู้ได้ยินได้ฟังมาก

สิปปัญ จะ, การมีศิลปวิทยา

วินะโย จะ สุกฺขิโต, วินัยที่ศึกษาดีแล้ว

สุภาสิตา จะ ยา วาจา, วาจาที่เป็นสุภาสิต

เอตัมมังคะละมุตตะมัง, กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

มาตาปิตุอุปัฏฐานัง, การบำรุงเลี้ยงมารดาบิดา

ปุตตะทาร์สสะ สังคะโห, การสงเคราะห์บุตรและภรรยา

อะนาकुลา จะ กัมมันตา, การงานที่ไม่ยุ่งเหยิงสับสน

เอตัมมังคะละมุตตะมัง, กิจสามอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

ทานัญจะ, การบำเพ็ญทาน

ธัมมะจะรียา จะ, การดำรงตนอยู่ในธรรม

ญาคะกานัญจะ สังคะโห, การสงเคราะห์หมู่ญาติ

อะนะวัชชานิ กัมมานิ, การงานอันปราศจากโทษ

เอตัมมังคะละมุตตะมัง, กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

อาระตี วิระตี ปาปา, การงดเว้นจากบาปกรรม

มัชชะปาณา จะ สัตฺตญฺจะมิ, การยับยั้งใจไว้ได้จากการดื่มน้ำเมา

อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ, การไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย

เอตัมมังคะละมุตตะมัง, กิจสามนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด



คาระโว จะ,	ความเคารพ
นิวาโต จะ,	ความอ่อนนุ่มต่อมตน
สันตุฎฐี จะ,	ความพอใจในสิ่งที่มี ยินดีในสิ่งที่ได้
กะตัญญูตา,	ความกตัญญู
กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง,	การได้ฟังธรรมตามกาล
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจห่าอย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด
ขันตี จะ,	ความอดทน
โสวะจัสสะตา ,	ความเป็นคนว่าง่ายสอนง่าย
สะมะน่านัญ จะ ทัสสะนัง,	การพบเห็นสมณะผู้สงบจากกิเลส
กาเลนะ ธัมมะสะกัจฉา,	การสนทนาธรรมตามกาล
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด
ตะโป จะ,	มีความเพียรเผากิเลส
พรหฺมะจะริยัญจะ,	การประพฤติพรหมจรรย์
อะริยะสัจจานะทัสสะนัง,	การเห็นความจริงของพระอริยเจ้า
นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ,	การทำพระนิพพานให้แจ้ง
เอตัมมังคะละมุตตะมัง,	กิจสี่อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด
มุฏฐัสสะ โลกะธัมเมหิ,	จิตของผู้ใดสงบ มั่นคง ย่อมไม่หวั่นไหว-
จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ,	ไปตามกระแสของโลกธรรมทั้งหลาย,
อะโสกัง,	เป็นจิตไม่เศร้าโศก,

วิระชัย,

เป็นจิตไร้รูปสิกิลเลส,

เซมัง,

เป็นจิตเกษมศานต์

เอตัมมังคะละมุตตะมัง,

กิจสื่ออย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

เอตาทิสานิ กัตวานะ สัพพัตถะมะปะราชิตา สัพพัตถะโสตติง  
คัจฉันติ ตันเตสัง มัง คะละมุตตะมันติ.

เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายได้กระทำมงคลเหล่านี้ ให้มีในตนได้แล้ว จึง  
เป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง ย่อมถึงซึ่งความสวัสดิ์ในทุกสถาน ชื่อนั้น  
เป็นมงคลอันสูงสุด ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เหล่านั้นโดยแท้ อิติ  
ด้วยประการฉะนี้แล ฯ

### บทสรภัญญะพระคุณครู

ข้าขอเคารพคุณ

ต่อคุณครูผู้อารี

ผู้มีใจอาทร

ได้สั่งสอนศิษย์เรื่อยมา

ศิษย์นี้มีความรู้

เพราะคุณครูให้วิชา

อบรมด้วยเมตตา	ศิษย์นี้หนาสำนึกคุณ
ศิษย์นี้จะตั้งใจ	สมที่ครูได้เกื้อหนุน
ทำดีตอบแทนคุณ	ต่อคุณครูทุกๆคน
ให้คุณครูมีความสุข	อย่าได้ทุกข์ห่วงกังวล
ลูกศิษย์ทุก ๆ คน	ให้กุศลคุ้มครองครู
สุขภาพพลานามัย	จิตผ่องใสไม่อวดสู
ก้มกราบไหว้คุณครู	ผู้มีคุณของศิษย์เอ๋ย (ข้า)

### บทสรภัญญะ..กราบไหว้พระคุณบิดามารดา

ข้าขอกราบไหว้คุณ	พระบิดาและมารดา
เลี้ยงลูกเฝ้ารักษา	แต่ก่อนมาจึงเป็นคน (ข้า)
แสนยากลำบากกาย	ไม่คิดยากลำบากตน

ในใจให้กังวล	อยู่ด้วยลูกทุกเวลา (ข้า)
ยามกินถ้ำลูกร้อง	ก็ต้องวางวิ่งมาหา
ยามนอนไม่เต็มตา	พอลูกร้องก็ต้องดู (ข้า)
ตัวเรือดยุ่งไรมด	จะกวนกัตรีบุ้มชู
อดกินอดนอนสู้	ทนลำบากหนักไม่เบา (ข้า)
คุณพ่อแม่มากนัก	เปรียบน้ำหนักรังนกเขา
แผ่นดินทั้งหมดเอา	เปรียบคุณท่านไม่เท่าทัน (ข้า)
เหลือที่จะแทนคุณ	ของท่านนั้นใหญ่อนันต์
เว้นไว้แต่เรียนธรรม	เอามาสอนพ่อสอนบุญ (ข้า)
สอนธรรมที่จริงใจ	รูปไม่เที่ยงไว้เป็นทุน
แล้วจึงแสดงคุณ	ให้เห็นจริงตามทำนอง (ข้า)
นั้นแหละจึงนับได้	ว่าสนองซึ่งคุณนา
แทนข้าวที่ป้อนมา	และน้ำนมที่ดื่มกิน (ข้า)
แทนคุณประการอื่น	ร้อยพันหมื่นเป็นอาจิดน
อย่างใดก็ไม่สิ้น	พระคุณนั้นอนันต์เอย (ข้า)

### ปณิธานของลูกพุทธบุตร

ขอตั้งจิต ปณิธาน อย่างหาญกล้า      ดวงจิตข้า จะคงมั่น ไม่หวั่นไหว

จะนับถือ สักการะ พระรัตนตรัย ทั่วทั้งกายใจ แน่วแน่ ไม่แปรปรวน  
 จะปฏิบัติ ตามหลักธรรม คำสอนสั่ง เพื่อเหนี่ยวรั้ง ดวงใจ ไม่ผันผวน  
 แม้จะมี ผู้ใด มุ่งใส่ชวน จะไม่คววน เปลี่ยนใจ ไปศรัทธา  
 จะแน่วแน่ ชื่อตรง องค์พุทธะ ด้วยสัจจะ ยึดมั่น พระศาสนา  
 จะทำทาน รักษาศีล ภาวนา ขอสัญญา ถือตรัยรัตน เป็นฉัตรชัย  
 จะศึกษา คุณธรรม น้อมนำจิต สิ่งใดผิด พร้อมปรับปรุง และแก้ไข  
 เพื่อเลื่อนขั้น ตัวเอง สูงขึ้นไป ยกตนให้ สูงค่า กว่าค่าคน  
 ต่อไปนี้ มีชื่อว่า “พุทธบุตร” ไม่ยั้งหยุด ตั้งใจ ใฝ่ฝึกฝน  
 จะรักเกียรติ และศักดิ์ศรี ความดีตน เพื่อทุกคน เอาอย่าง ในทางดี  
 จักเดินตาม รอยบาท องค์พระพุทธรูป พุทธบุตร ย่อมตระหนัก ในศักดิ์ศรี  
 ไม่กระทำ สิ่งต่ำทราม ความอับปรีย จักทำดี ด้วยกาย วาจาใจ  
 จักช่วยเหลือ ผู้อื่น ให้พ้นทุกข์ เป็นความสุข ของชีวิต จิตแจ่มใส  
 ทำความดี โดยไม่หวัง ผลจากใคร แต่ทำเพื่อ ยกจิตใจ ให้ถึงธรรม  
 สุดทำยนี้ ลูกขอขำ ในคำมั่น ตามปณิธาน อย่างมั่นใจ ไม่ถล่า  
 แม้มีทุกข์ ปางตาย ไม่ทิ้งธรรม รักษาความเป็น พุทธบุตร สุดชีพเอย.

## บทแผ่เมตตา

### คำแผ่เมตตาให้แก่ตนเอง

อะหัง สุขิโต โหมิ,

ขอให้ข้าพเจ้าจงมีความสุข

นิททุกโข โหมิ,	จงปราศจากความทุกข์
อเวโร โหมิ,	จงปราศจากเวร
อัพยาปัชฌโณ โหมิ,	จงปราศจากอุปสรรคอันตรราย และการเบียดเบียนทั้งปวง
อะนีโฆ โหมิ,	จงปราศจากความทุกข์กายทุกข์ใจ
สุขี อุตตานัง ปะริหะรามิ.	จงมีความสุขกาย สุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเทอญฯ

### คำแผ่เมตตาให้สรรพชีวิตทั้งหลาย

สัพเพ สัตตา,	สัตว์ทั้งหลาย ที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย, ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น
อะเวรา โหนตุ,	จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด, อย่าได้มีเวรต่อกัน และกันเลย,
อัพยาปัชฌา โหนตุ	จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้พยาบาท เบียดเบียน ซึ่งกันและกันเลย,
อะนีฆา โหนตุ,	จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด, อย่าได้มีความทุกข์กาย ทุกข์ใจเลย,
สุขี อุตตานัง ปะริหะรันตุ.	จงมีความสุขกาย สุขใจ

รักษาตนให้พ้น จากทุกข์ภัย,  
ทั้งสิ้นเทอญ ฯ

### คำกรวดน้ำอุทิศบุญ (โดยย่อ)

อิหัง เม (โน) ญาตีนั่ง โหตุ สุขิตา โหนตุ ญาตะโย.

#### คำแปล

ขอส่วนบุญนี้, จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลาย ของข้าพเจ้า,  
ขอให้ญาติทั้งหลาย ของข้าพเจ้า, จงมีความสุขเถิดฯ

ข้าพเจ้า ขอตั้งจิต อุทิศผล	บุญกุศล นี้แผ่ไป ให้ไพศาล
ถึงมารดา บิดา ครูอาจารย์	ทั้งลูกหลาน ญาติมิตร สนิทกัน
ประชาชน ทั่วไป ทั้งไกลใกล้	ขอให้ได้ ในกุศล ผลของฉัน
ทั้งเจ้ากรรม นายเวร และเทวัญ	ขอทุกท่าน ได้กุศล ผลนี้เทอญ.

### คำอุทิศบุญกุศล (แบบเต็ม)

อิหัง เม มาตาปิตูนัง โหตุ,  
ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่มารดาบิดาของข้าพเจ้า  
สุขิตา โหนตุ มาตาปิตะโร

ขอให้มารดาบิดาของข้าพเจ้า จงมีความสุข

อิหัง เม ญาตีนัง โหตุ

ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า

สุขิตา โหนตุ ญาตะโย

ขอให้ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า จงมีความสุข

อิหัง เม คุรุปิตฺถมายาจะรียานัง โหตุ

ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่ครูอุปัชฌาย์ อาจารย์ ของข้าพเจ้า

สุขิตา โหนตุ คุรุปิตฺถมายาจะรียา

ขอให้ครูอุปัชฌาย์ อาจารย์ ของข้าพเจ้า จงมีความสุข

อิหัง สัพพะเทวะตานัง โหตุ

ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่เทวดาทั้งหลาย

สุขิตา โหนตุ สัพเพ เทวา

ขอให้เทวดาทั้งหลาย จงมีความสุข

อิหัง สัพพะเปตานัง โหตุ

ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่เปรตทั้งหลาย

สุขิตา โหนตุ สัพเพ เปตา

ขอให้เปรตทั้งหลาย จงมีความสุข

อิหัง สัพพะเวรีนัง โหตุ

ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย

สุขิตา โหนตุ สัพเพ เเวรี



ขอให้เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย จงมีความสุข

อิทัม สัพพะสัตตตานัง โหนตุ

ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่สัตว์ทั้งหลาย

สุขิตา โหนตุ สัพเพ สัตตา

ขอให้สัตว์ทั้งหลาย จงมีความสุขทั่วหน้ากัน เทอญ ฯ

## อุททิสสนาธิฎฐานคาถา (แปล)

### บทกรวดน้ำอุทิศบุญ บทใหญ่

(หันหน้า มะยัง อุททิสสนาธิฎฐานะคาถาโย ภาณามะ เส)

(เชิญเถิด เราทั้งหลาย จงสวดบทอุทิศบุญและอธิษฐานเถิด)

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ                      ด้วยบุญนี้ อุทิศให้

อุปัชฌายา คุณุตตระราอุปัชฌาย์ผู้เลิศคุณ

อาจะริยุปะการา จะ                      และอาจารย์ผู้เฝ้าหนุน

มาตา ปิตา จะ ญาตะกา                      ทั้งพ่อแม่ และปวงญาติ

สุริโย จันทิมา ราชา                      สุรย์จันทร์ และราชา

คุณะวันตา นะราปี จะ ผู้ทรงคุณ หรือสูงชาติ

พรหมะมารา จะ อินทา จะ                      พรหมมาร และอินทราช

โลกะปาลา จะ เทวะตา                      ทั้งทวยเทพ และโลกบาล

ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ ยมราชา มนุษย์มิตร

มัชฌัตตา เวริกาปิ จะ ผู้เป็นกลาง ผู้ของผลาญ

สัพเพ สัตตา สุขี โหนตุขอให้เป็นสุขศานติ

ทุกท้วนหน้า อย่าทุกข์ทน

ปุกุญญานิ ปะกะตานิ เม

บุญผองที่ข้าทำจงช่วย

อำนาจศุภผล

สุขัง จะ ติวัง เทนตุ ให้สุข สามอย่างสิ้น

ชิปปัง ปาเปละ โว มะตัง ให้ลุถึงนิพพานพลัน

อิมินา ปุกุญญะกัมเมนะ ด้วยบุญนี้ ที่เราทำ

อิมินา อุกทิสเณ จะ และอุทิศ ให้ปวงสัตว์

ชิปปาหัง สุละเภ เจวะ เราพลันได้ ซึ่งการตัด

ตัณหาทานะเจทะนังตัวตัณหา อุปาทาน

เย สันตานิ หินา รัมมา สิ่งชั่ว ในดวงใจ

ยาวะ นิพพานะโต มะมัง กว่าจะเราถึงนิพพาน

นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ มลายสิ้นจากสันดาน

ยัตถะ ชาโต ภาเว ภาเว ทุกๆ ภพที่เราเกิด

อุชฺฐจิตตัง สะติปัญญา มีจิตตรงและสติ

	ทั้งปัญญาอันประเสริฐ
สัลলেখ วิริยัมหิना	พร้อมทั้งความเพียรเลิศ
	เป็นเครื่องชุกติเลศหาย
มารา ละกันตุ โนกาสังโโอกาสอย่าพึงมี	
	แก้ห่มุมารสิ้นทั้งหลาย
กาตุญจะ วิริเยสุ เม	เป็นช่องประทุษร้าย
	ทำลายล้างความเพียรจม
พุทธาธิปะวะโร นาโถ พระพุทธรูปบรรณาถ	
ธัมโม นาโถ ะรุตตะโม	พระธรรมที่พึงอุดม
นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ	พระปัจเจกะพุททสม
สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง	ทบพระสงฆ์ที่พึงผยอง
เตโสตะตมะนาฎภาเวนะ ด้วยอานุภาพนั้น	
มาโรกาสัง ละกันตุ มาขอห่มุมาร อย่าได้ช่อง	
ทะสะปะญญานาฎภาเวนะ ด้วยเดชบุญทั้งสิบป้อง	
มาโรกาสัง ละกันตุ มาอย่าเปิดโอกาสแก้มาร เทอญฯ	

### บทอนุโมทนา อำนวยพร (แปล)

ยะถา วาวิระหา ปุรา ปะริปุเรนติ สาคะรัง,

ห้วงน้ำที่เต็มยอมนัยสมุทรสาครให้บริบูรณ์ได้ ฉันทไฉ,  
เอวระเมวระ อิตโต ทินนัง เปตานิัง อุปะกัปปะติ,  
ทานที่ท่านอุทิศให้แล้วในโลกนี้, ย่อมสำเร็จประโยชน์  
แก่ผู้ทีละโลกนี้ไปแล้วได้ ฉันทันัน,  
อิจฉิตัง ปัตถิตัง ตุมหัง,  
ขออิฏฐะผลที่ท่านปรารถนาแล้ว ตั้งใจแล้ว,  
ชิปปะเมวระ สะมิชณะตุ,  
จงสำเร็จโดยฉับพลัน,  
สัพเพ ปุเรนตุ สังกัปปา,  
ขอความดำริทั้งปวงจงเต็มที,  
จันโทปัทธณะระโส ยะธา,  
เหมือนพระจันทร์ในวันเพ็ญ,  
มะณี โชติระโส ยะธา,  
เหมือนแก้วมณีอันสว่างไสว ควรยินดี.  
สัพพีติโย วิวัชชันตุ, ความจัญไรทั้งปวงจงบำราศไป,  
สัพพะโรโค วินัสสะตุ, โรคทั้งปวงของท่านจงหาย,  
มาเตภาวัตวันตะราโย, อันตรายอย่ามีแก่ท่าน,  
สุชี ทีชายุโก ภาวะระ, ท่านจงเป็นผู้มีความสุขมีอายุยืน,  
อะภิวาทะนะสี ลิสสะะ นิจัจัง วุฑฒาปะจายิน,

จัดตำรา ธรรมมา วัฒนันติอายุวัฒนโน สุขัง พะลัง,

ธรรมสี่ประการคืออายุวรรณะ

สุขะ พละ ย่อมเจริญแก่บุคคล

ผู้มีปกติไหว้กราบ มีปกติอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่เป็นนิจ.

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง,

ขอสรรพมงคลจงมีแก่ท่าน,

รักขันตุ สัพพะเทวะตา,

ขอเหล่าเทวดาทั้งปวง จงรักษาท่าน,

สัพพะ พุทธา นุกาเวนนะ,

ด้วยอานุภาพแห่งพระพุทธเจ้า ทั้งปวง,

สัพพะ ธรรมมา นุกาเวนนะ,

ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม ทั้งปวง,

สัพพะ สังฆา นุกาเวนนะ,

ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ ทั้งปวง,

สะทาโสตถิ ะวันตุเต,

ขอความสวัสดิ์ดีทั้งหลาย

จงมีแก่ท่าน ทุกเมื่อเทอญ.

### บทอำนวยการพร ทำนองสรภัญญะ

สามเณรอำนวยผล

แต่หมู่ชนท่านผู้ฟัง

จงสมอารมณ์หวัง

ดุจดั่งอำนวยพร (ข้า)

ขอให้อายุนั้น

อยู่ยืนมั่นสถาพร

ร้อยปีอย่างยั่งยืน

ได้เหมือนกลอนพรรณา (ข้า)

ขอให้มีความสุข	พรรณรายงามรจนา
ฝากใส่วิไลตา	พิศไสภาน่าชมเชย (ข้า)
ขอให้มีความสุข	นิราศทุกข์แสนเสบย
ธรรมใดที่ได้เคย	อย่าละเลยเลวเสื่อมทรม (ข้า)
ขอให้มีการ์	อนันตั้งมากเหลือหลาม
เดชาสง่างาม	เสร็จสมตามดังพรเทอญ (ข้า)
บรรดาสามเณร	ขอกล่าวกลอนเป็นทำนอง
ขอขอบคุณาติโยมทั้งผอง	ที่มามองเอาใจใส่ (ข้า)
ทำทานด้วยใจรัก	ไม่ว่าหนักแต่อย่างใด
ขอขอบคุณในน้ำใจ	เป็นผู้ให้เณรพึ่งพา (ข้า)
ปรารถนาสิ่งสิ่งใด	ขอให้ได้สิ่งนั้นหนา
เจริญในธรรมสัมมา	ทุกเวลาตลอดกาล (ข้า)
ทุกข์โศกทั้งโรคภัย	อันตรายอย่าฟ้องพาน
สุขสันต์ทุกคืนวัน	อายุจิวังดังพรเทอญ (ข้า)

### บทพิจารณาอาหาร

ปะฏิสังขา โยนิโส ปิณฑะปาตัง ปะฏิเสวามิ,  
 เราย่อมพิจารณาโดยแยกกายแล้วฉันปิณฑะปาต,

เนวะ ทะวายะ,           ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเพิดเพลินสนุกสนาน,  
นะมะทายะ,           ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเมามั่นเกิดกำลังพลังทางกาย,  
นะ มัณทะนายะ,       ไม่ให้เป็นไปเพื่อประดับ,  
นะ วิภูสะนายะ,       ไม่ให้เป็นไปเพื่อตกแต่ง,  
ยาวะทวะ อิมัสสะ กายัสสะ จิตฺติยา,  
                          แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้, ยาปะนายะ,  
                          เพื่อความเป็นไปได้ของอัตภาพ,  
วิหิงสุปะระติยา,       เพื่อความสิ้นไปแห่งความลำบากทางกาย,  
พรั้มะจะรียานุกะหยาเย,  
                          เพื่ออนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์  
อิตฺติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะภูหิงขามิ,  
                          ด้วยการทำอย่างนี้ เราอย่ามระงับเสียได้  
                          ซึ่งทุกขเวทนาเก่า คือความหิว,  
นะวัณฺณะ เวทะนัง นะ อูปปาเทสสามิ,  
                          และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น,  
ยาตะรา จะ เม ภาวิสสะติ อะนะวัชชะตา จะ ผาสุวิหาโร จาติ.  
อนึ่ง เพื่อความเป็นไปโดยสะดวกแห่งอัตตภาพนี้ด้วย,  
ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย, และความเป็นอยู่โดยผาสุกด้วย,  
จักมีแก่เรา ดังนี้ ฯ

## บทศาสนพิธีต่าง ๆ

### คำถวายสังฆทานสามัญ

อิมาโน มะยัง ภันเต, ภัตตานิ, สะปะริวารานิ, ภิกขุสังฆ์สสะ, โอิโณ  
ชะยามะ, สาธุ โน ภันเต, ภิกขุสังโฆ, อิมาโน ภัตตานิ, สะปะริวารานิ,  
ปะฏิคคัณหาคู อัมหากัง, ทีฆะรัตตัง, หิตายะ, สุขายะ.

### คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอน้อมถวาย, ภัตตาหาร,  
กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, แต่พระสงฆ์, ขอพระสงฆ์จงรับ, ซึ่ง  
ภัตตาหาร, กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้, ของข้าพเจ้าทั้งหลาย, เพื่อ  
ประโยชน์และความสุข, แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย, สิ้นกาลนานเทอญ ฯ

### คำถวายทาน (แบบย่อ)

สุทินนัง ะตะ เม ทานัง, อาสะวัคคะยะวะหัง โหตุ

(ว่า ๓ จบ)

ทานอันเราถวายดีแล้วหนอ, ขอผลทานนี้,



จงเป็นเหตุนำมา ซึ่งความสิ้นอาสวะ ด้วยเทอญ ฯ

คำอธิษฐานก่อนตักบาตร

( ตั้งนะโม ๓ จบ แล้วกล่าวพร้อมกันว่า )

ทานของข้าพเจ้า	บริสุทธิตั้งดอกบัว
ยกขึ้นเหนือหัว	บูชาคุณพระพุทธรูป
บูชาคุณพระธรรม	น้อมนำตักบาตรพระสงฆ์
ด้วยเจตจำนง	มุ่งตรงพระนิพพาน
ขอให้พบดวงแก้ว	ขอให้แคล้วบ่วงมาร
ขอให้ถึงพระนิพพาน	ในเร็ววันอันใกล้นี้เทอญ ฯ

### คำกรวดน้ำอุทิศบุญ (โดยย่อ)

อิหัง เม (โน) ญาตีนัง โหตุ สุขิตา โหนตุ ญาตะโย.

(คำแปล) ขอส่วนบุญนี้, จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลาย ของข้าพเจ้า,  
ขอให้ญาติทั้งหลาย ของข้าพเจ้า, จงมีความสุขเกิดขึ้น

ข้าพเจ้า ขอตั้งจิต อุทิศผล

ถึงมารดา บิดา ครูอาจารย์

ประชาชน ทั่วไป ทั้งใกล้ไกล

ทั้งเจ้ากรรม นายเวร และเทวัญ

บุญกุศล นี้แผ่ไป ให้ไพศาล

ทั้งลูกหลาน ญาติมิตร สนิทกัน

ขอให้ได้ ในกุศล ผลของฉัน

ขอทุกท่าน ได้กุศล ผลนี้เทอญ.

## คำอาราธนาศีล ๕

มะยัง ภันเต (วิสุทฺถัง วิสุทฺถัง รักฺขะณัตถายะ) ติสระระเณนะ สะหะ  
ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ,

ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต (วิสุทฺถัง วิสุทฺถัง รักฺขะณัตถายะ) ติสระระเณนะ  
สะหะ ปัญจะสีลานิ ยาจามะ,

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต (วิสุทฺถัง วิสุทฺถัง รักฺขะณัตถายะ) ติสระระเณนะ  
สะหะ ปัญจะ สีลานิ ยาจามะ,

### คำแปล

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอศีล ๕ พร้อมทั้งไตรสรณ  
คมน์เพื่อจะรักษา (ต่างๆ กัน หรือแยกรักษาแต่ละข้อ) แม้ครั้งที่ ๒ .....  
แม้ครั้งที่ ๓.....

หมายเหตุ :- ถ้าคนเดียวพึงเปลี่ยนคำว่า “มะยัง ”เป็น “อะหัง”, “ยา  
จามะ” เป็น “ยาจามิ” ถ้าศีล ๘ ให้เปลี่ยน “ปัญจะ” เป็น “อฏฐะ”

## คำแสดงตนเป็นพุทธมามกะ

เอเต มะยัง ภันเต, สุจิระปะรินิพพุตัมปิ, ตัง ภาคะวันตัง, สะระณัง  
คัจฉามิ, อัมมัญจะ, สังฆัญจะ, พุทธมามะโกติ, มัง สังโฆ ธาเรตุ.

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ, ข้าพเจ้าทั้งหลาย, ขอถึงพระผู้มีพระภาค  
เจ้าพระองค์นั้น, แม้ปริณิพพานไปนานแล้ว, ทั้งพระธรรมและพระสงฆ์,  
เป็นสรณะที่นับถือ, ขอพระสงฆ์จงจำข้าพเจ้าไว้ว่า, เป็นพุทธมามกะ, ผู้รับ  
เอาพระพุทธเจ้าเป็นของตน, คือ ผู้นับถือพระพุทธเจ้า ฯ

### คำอาราธนาพระปริตร

วิปัสติปะฎิพาหายะ                      สัพพะสัมปัตติสัทธินา

สัพพะทุกขะวินาสายะ    ประวัตตัง    พุทธะ    มังคะลัง,

วิปัสติปะฎิพาหายะ                      สัพพะสัมปัตติสัทธินา

สัพพะภะยะวินาสายะ    ประวัตตัง    พุทธะ    มังคะลัง

วิปัสติปะฎิพาหายะ                      สัพพะสัมปัตติสัทธินา,

สัพพะโรคะวินาสายะ    ประวัตตัง    พุทธะ    มังคะลัง

คำแปล

ขอพระคุณเจ้าโปรดสวดพระปริตรอันมงคล, เพื่อป้องกันความวิบัติ เพื่อ  
สำเร็จสมบัติทุกประการ, เพื่อให้ทุกข์ ภัย โรค อันตรายใดๆ ทุกชนิด, จง  
พินาศสูญไป ฯ

หมายเหตุ...ใช้อาราธนาเวลาพระเจริญพระพุทธรูปในงานมงคลต่างๆ.

### คำอาราธนาธรรม

พรหมมา จะ โลกาทิปะติ, สะหัมปะติ, กัตถัญชะลี  
อันธิวะรัง อะยาจะณะ, สันตีระ สัตตาปปะระชัคคะชาติกา,  
เทเสตุ รัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง.

### คำแปล

ท้าวสหัมบดี ผู้เป็นอธิบดีแห่งโลก, ได้ปกครองอัญชลี, ทูล  
วิงวอน พระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐว่า, สัตว์ผู้มีฤดีในดวงตาน้อยมีอยู่ในโลก, ขอ  
พระคุณเจ้าโปรดแสดงธรรมอนุเคราะห์ด้วยเถิด.

หมายเหตุ...ใช้อาราธนาเวลาพระแสดงธรรมและสวดงานอวมงคล

### ข้อคิด คติธรรม คำกลอนสอนใจ

#### บทที่ ๑

๑. เศษแก้วบาดคม                      เศษคารมบาดใจ  
คนรูปร่างงาม                              แต่ถ้าวาจาทรมลจะงามสักแค่ไหน
๒. ความสวยสะอาดตา                      แต่ความดีสะอาดใจ  
ความสวยไม่คงที่                              แต่ความดีนี้คงทน
๓. แข็งแรงนั่นดี                              แต่อย่าแข็งกระด้าง  
อ่อนน้อมนั่นดี                              แต่อย่าอ่อนแอ
๔. ความอ่อนน้อมถ่อมตน                      ไม่เคยทำให้คนเสียหาย  
วิชาสร้างอำนาจ                              มารยาทสร้างเสน่ห์
๕. วาจาสุภาพเป็นเสน่ห์                      กริยาสุภาพน่าเลื่อมใส  
วาจาหยาบโลนเป็นพิษ                      กริยาหยาบคายน่ารังเกียจ
๖. วาจาอ่อนหวาน                              ลูกหลานใกล้ชิด  
วาจาเป็นพิษ                              ญาติมิตรห่างไกล
๗. ผู้ชอบทะเลาะวิวาท                      ย่อมมีมิตรน้อย  
มีมิตร ๕๐๐ คน                              นับว่าน้อยไป  
มีศัตรูเพียง ๑ คน                              นับว่ามากเกินพอ
๘. โกรธให้เขา                              เท่ากับจุดไฟเผาใจตนเอง  
โกรธคือโง่                              โมหะคือบ้า ไม่โกรธดีกว่า ไม่บ้าไม่โง่
๙. จงทำในสิ่งที่ถูกต้อง                      มากกว่าสิ่งที่ถูกใจ  
เพราะสิ่งที่ถูกใจ                              ส่วนใหญ่จะไม่ถูกต้อง  
ฝันไว้..ได้กำไร                              ตามใจ..ขาดทุน
๑๐. ทำดี..ยอมได้ดี                              ทำชั่ว..ยอมได้ชั่ว

ดีชั่ว..อยู่ที่ตัวทำ

สูงต่ำ..อยู่ที่ทำตัว

## บทที่ ๒

๑. ไม่มีอะไรยาก ถ้าหากตั้งใจจริง  
ร้อยปีฝัน ไม่เท่าหนึ่งวันที่ทำจริง
๒. การเรียนแม้เห็นว่ายาก ทนลำบากอย่าทำถอย  
สุดทางที่รอคอย คืออนาคตอันงดงาม
๓. อดีตไม่ขยัน ปัจจุบันไม่ชวนขวย  
อนาคตไม่ต้องทำนาย ลำบากแน่นอน
๔. ความสะดวกสบายทำลายคน ความลำบากสร้างคน
๕. ความอดทนเป็นรากฐาน ของการสร้างความดีทุกอย่าง  
ความอดทนทำให้คนต้องขมขื่น แต่หวานขึ้นเมื่อภายหลัง
๖. ความอดทนทำให้คนเป็นคนดี อดทนถึงที่ได้ดีทุกคน
๗. ท้อแท้ทำให้หงอยเหงา ทำถอยทำให้พ่ายแพ้  
ทะเลสวยก็เพราะมีคลื่นชีวิตจะราบรื่นก็ต้องมีอุปสรรค
๘. โอกาสดีๆไม่มีบ่อย อย่าปล่อยให้เลยไป  
ทะเลไม่กลัวฝน คนกล้าไม่กลัวอุปสรรค
๙. อย่าท้อแท้เมื่อถูกหยาม จงพยายามให้ถึงที่สุด  
ชีวิตมันมีขื่น..ก็มีลง ยามขื่น..อย่าหลง ยามลง..อย่ายอมแพ้
๑๐. เดินเร็วต้องมีเข็มทิศ ดำเนินชีวิต ก็ต้องมีจุดหมาย  
ระยะทางพิสูจน์ม้า กาลเวลาพิสูจน์คน

## บทที่ ๓

๑. ความกตัญญูทเวที เป็นเครื่องหมายของคนดี  
ร้อยความดี ความกตัญญูทเวทีมาเป็นทีหนึ่ง
๒. นรกรหรือสวรรค์ของพ่อแม่ อยู่ทีการกระทำของลูก ๆ  
เพียงไม่ตี้ออย่างเดี๋ยว ทุกอย่างก็ตี้อหมด
๓. ชีวิตมีตี้อจึงมีค่า ทีชีวิตไร้ค่าเพราะไร้ตี้อ  
ความดีไม่มีขาย อยากรได้ตี้อต้องทำเอง
๔. เจริญทางวัตถุ จะคุเป็นไฟ  
เจริญทางใจ แจ่มใสใจสงบ
๕. เมมาเทศหมตราคา เมมาสุราหมตความสำคัญ  
เมมาการพนันหมตตี้อ เมมาเพื่อนชัวหมตตี้อ
๖. การปล้อยตี้อ ปล้อยใจ และปล้อยเวลาให้เสียไป  
อย่างไร้ประโยชน์ ถือเป็นการสูญเสียความมีค่าของชีวิต
๗. ทำอะไรตามอารมณ์ ทุกข์ระทมจะตามมา  
ทำความดีแล้วตาย ดีกว่าอยู่สบาย แล้วไม่ทำประโยชน์
๘. ความสำราญ ทีไม่มีธรรมเป็นรากฐาน  
ก็คือ ความทุกข์ทรมานทีกำลังรอเวลาอยู่
๙. สตีคือเพื่อนแท้ กันแก่ทุกข์ภัยนานา  
สตีมาปัญญาเกิด สตีเตลิดจะเกิดปัญหา
๑๐. คิดดี พูดดี ทำดี คบคนดี ไปสู่สถานทีดี ดีแน่นอน

คิดไม่ได้ พูดไม่ได้

ทำไม่ได้ ไปสู่สถานที่ที่ไม่ดี อับปรีย์แน่นอน

## บทที่ ๔

๑. คนที่ใช้ชีวิตอย่างคนรวย จะจน  
คนที่ใช้ชีวิตอย่างคนเจียมตน จะรวย
๒. อยากมั่งมี อย่าดีแต่จ่าย  
ถ้าขาดความพอดี จะมีแต่เดือดร้อน
๓. ถ้ากินเพื่ออิม จะมีปัญหาน้อย  
ถ้ากินเพื่อออรอย จะมีปัญหาหมาก
๔. กินเกินพอดี ไม่กี่ปีก็ไม่กิน  
พูดดีมีกำไร พูดร้ายขาดทุน
๕. อยากรวย..ต้องขยัน อยากไปสวรรค์..ต้องทำงาน  
อยากไปนิพพาน..ต้องมีสติ
๖. แบ่งกันดี ได้ดีทุกคน แบ่งกันดี ไม่ได้ดีสักคน  
แบ่งกันกิน ได้กินทุกคน แบ่งกันกิน ไม่ได้กินสักคน
๗. ไม่อยากผิดหวัง ให้ระวังความโลภ  
ไม่มีเศร้าโศก ถ้ามองโลกเป็นอนิจจัง
๘. คิดให้จึงให้ มีแต่ได้กับได้ คิดเอาจึงให้ จึงมีได้มีเสีย
๙. ยินดีในสิ่งที่ตนได้ พอใจในสิ่งที่ตนมี คือคนที่โชคดีที่สุดในโลก
๑๐. เศรษฐกิจพอเพียง คือ พอใจ พอใช้ พอมี พออยู่ พอกิน พอดี



๑๑. กระบวนการของเงินตรา คือ ต้องรู้จักหา รู้จักหว่าง รู้จักให้ รู้จักใช้ให้เกิดประโยชน์

## บทที่ ๕

๑. ผู้ให้สิ่งที่ชอบใจ ย่อมได้รับสิ่งที่ชอบ
๒. ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก ผู้ให้ย่อมผูกไมตรีไว้ได้
๓. จิตที่คิดจะให้ เบิกบาน และยิ่งใหญ่ กว่าใจที่คิดจะรับ
๔. จงเป็นอยู่ให้เขารัก จากไปให้เขาคิดถึง
๕. ถ้าต้องการสามัคคีกลมเกลียว ต้องรู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน
๖. คนดี คือ จิตใจดี ว่านอนสอนง่ายดี  
เลี้ยงง่ายดี กระทำแต่ความดี
๗. ถ้าอยากมีความสุขในชีวิต  
ของมีพิษอย่ากิน ของผิดกฎหมายอย่าทำ
๘. คนชอบโกหก ย่อมไม่มีความสุข  
โกหกเพียงครั้งเดียว ถูกสงสัยตลอดกาล
๙. ทุกข์มีเพราะยึด ทุกข์ยึดเพราะอยาก ทุกข์มากเพราะพลอย  
ทุกข์น้อยเพราะหยุด..ทุกข์หลุดเพราะปล่อย
๑๐. เหนื่อยกายหลับสนิท เหนื่อยจิตหลับไม่ลง  
เหนื่อยก็พัก หนักก็วาง วุ่นแล้วทำให้ว่าง

## คุณธรรมนำเด็กไทยสู่ความเป็นเลิศ

ยึดมั่นกตัญญู

ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน

มีความเพียรเสม้าเสมอ

ไม่เผลอใจใฝ่ต่ำ

เชื่อฟังคำผู้หลักผู้ใหญ่

รักไทยธำรงไทย

ใสใจในลกกว้าง

ยึดแบบอย่างที่ดี

รู้รักสามัคคีตลอดเวลา

ใช้ศำสนำดำเนินชีวิต คือสูตรพิชิตความสำเร็จ

## อุดมการณ์ของลูกพุทธบุตร

น อนริย์ กริสุสามิ

ลูกพุทธบุตร จักไม่กระทำสิ่งที่ต่ำทราม

ลูกพุทธบุตร จักกระทำแต่สิ่งที่ดีงาม  
ลูกพุทธบุตร จักช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์  
นี่คือความสุขของพวกเราชาว “พุทธบุตร”

สามเณร คือ เหล่ากอของสมณะ  
เราบวชเณร ฝึกนิสัย ฝึกความดี  
เป็นศักดิ์ศรี เป็นทายาท พระศาสนา  
มีโอกาส สนองคุณ บิดามารดา  
เป็นทางพา ให้พ้นทุกข์ เราสุขใจ  
สามเณร คือเหล่ากอ ของสมณะ พระจอมไตร  
เราจะได้ มีวิชา ผาสุกเออย

## วิธีเรียนที่ดี

จำขึ้นใจ	ในวิชา	ดีกว่าจด
จำไม่หมด	จดไว้ดู	เป็นครูสอน

ทั้งใจจำ ทำวิชา ให้ถาวร  
อย่านิ่งนอน รีบจดจำ หมั่นทำเคย.

## หัวใจนักปราชญ์

ผู้ฉลาด ผู้มีความรอบรู้

- ส. ตั้งใจฟังให้ดี อย่าชี้เกี้ยว
- จ. คิดให้ละเอียด ข้อสงสัย
- ป. หมั่นถามตามเนื้อหา ที่ข้องใจ
- ล. เขียนไว้เมื่อสงสัย ได้เปิดดู
- ส. นิ่งหรือคือฟัง ตั้งสติ
- จ. ดำริไตรตรอง ต้องเหตุผล
- ป. หมั่นถามความกังขา อย่านิ่งทน
- ล. ลิขิตจนจำมั่น ไม่พินเพื่อน

## อยู่ที่ใจของเรา

สุขหรือทุกข์	อยู่ที่ใจ	มิใช่หรือ
ถ้าใจถือ	ก็เป็นทุกข์	ไม่สุขสม
ถ้าไม่ถือ	ก็เป็นสุข	ไม่ทุกข์ตรม

เราอยากได้	ความสุข	หรือทุกข์เลย
ใครชอบ	ใครชัง	ช่างเถิด
ใครเซ็ด	ใครชู้	ช่างเขา
ใครเบื้อ	ใครบ่น	ทนเอา
ใจเรา	ร่วมเย็น	เป็นพอ
ฉันว่าแล้ว	ในโลกนี้	มีปัญหา
เขาไม่ด่า	ก็ชื่นชม	หรือเฉยๆ
สามประการ	ที่ว่านี้	ไม่ผิดเลย
โปรดวางเฉย	ใครถือสา	จะบ้าตาย
ก่อนจะทำ	สิ่งใด	ใจต้องคิด
ถูกหรือผิด	ทำสิ่งนี้ดีหรือไม่	
ถ้าเห็นว่า	ไม่ดี	มีโทษภัย
ต้องหาทาง	ทำใหม่	ทำให้ดี
คนจะงาม	งามน้ำใจ	ไซ้ไบหน้า
คนจะสวย	สวยจรรยา	ไซ้ตาหวาน
คนจะแก่	แก่ความรู้	ไซ้อยู่นาน
คนจะรวย	รวยศีลทาน	ไซ้บ้านโต

ความอดทน เป็นสมบัติ ของนักสู้  
 ความรู้ เป็นสมบัติ ของนักปราชญ์  
 ความฉลาด เป็นสมบัติ ของนักคิด  
 ความเป็นระเบียบทุกชนิด เป็นสมบัติ ของคนดี  
  
 อ่อนน้อมถ่อมกาย จิตใจสุภาพ  
 ซื่อซาบใจชน ผู้คนสรรเสริญ  
 กระด้างถือดี ไม่มีเจริญ  
 น่ารักเหลือเกิน อ่อนน้อมถ่อมกาย

### สำคัญที่ใจใฝ่ดี

ตั้งอก ตั้งใจ ตั้งไว้ ให้ดี  
 ตั้งแต่ บัดนี้ ขอจง ตั้งใจ  
 ตั้งตัว ตั้งต้น ตั้งตน ตั้งมั่น  
 ฝึกฝน ใฝ่ฝัน ฝ่าฟัน ฝันใฝ่  
 อบรม บ่มเพาะ เจาะจิต เจาะใจ  
 ส่งเสริม สอดใส่ สวมใส่ ศีลธรรม  
 ทำแต่..ความดี ทุกที่..ทุกเวลา สาธุ..สาธุ

จงมี..จงเป็น..จงเจริญ

จง...ยิ้มแย้มแจ่มใส

จง...ให้อภัยทุกผู้

จง...ทำดีแม้ศัตรู

จง...เป็นอยู่ด้วยเมตตา

จง...มอบความรักแก่ทุกคน

จง...อย่าดีนรณด้วยตัณหา

จง...ทำ พุด คิดด้วยเมตตา

จง...สร้างปัญญาให้กล้าคม

### อานิสงส์ของการไหว้พระสวดมนต์

๑. ช่วยเสริมสร้างสติปัญญา ให้รู้แจ้งอรรถ แจ่มธรรมที่กำลังสาธยาย
๒. เป็นการฝึกอบรมจิตใจ ให้สะอาด สว่าง สงบ เกิดสมาธิ ไม่ฟุ้งซ่าน
๓. เท่ากับได้เข้าไปหาพระพุทธเจ้าด้วยกาย วาจา ใจ ของตนเอง

๔. จิตใจเกิดปีติ ประณีต เิบอิม ภายสงบระงับ ผ่อนคลาย เป็นสุข
๕. เป็นบุญกิริยา เป็นวาสนาบารมี และเป็นสุขทางใจ
๖. เป็นสิริมงคลแก่ชีวิตของตนเอง ครอบครัว และบริวาร
๗. เป็นตัวอย่างที่ดีงามแก่อนุชนคนรุ่นหลัง
๘. ช่วยเสริมสร้างความพร้อมเพียง สามัคคีให้เกิดขึ้นในหมู่คณะ
๙. เป็นการรักษาวัดมณเฑียรประเพณีที่ดีของชาวพุทธให้คงอยู่
๑๐. เป็นการต่อยอดอายุพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืนสถาพรสืบไป

### อานิสงส์ของการฝึกเจริญสติ นั่งสมาธิ

๑. ทำให้จิตใจความสะอาด สว่าง สงบ บริสุทธิ์ ผ่องใส แซ่มชื่น เบิกบาน โปร่ง โล่ง เบาสบาย คลายเครียด (เป็นจิตแห่งความสุข)
๒. ทำให้มีจิตใจดีงาม มีความอ่อนน้อมถ่อมตน รู้จักละอายชั่ว กลัวบาป มีความเมตตากรุณา รู้จักเสียสละเอื้อเฟื้อแก่ผู้อื่น (เป็นจิตแห่งความดี)
๓. ทำให้มีจิตใจหนักแน่น แน่วแนว เชื้อมั่นในตัวเอง มีความอดทน มุ่งมั่น พยายาม ไม่ย่อท้อ ช่วยให้การเรียน และการทำงาน มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (เป็นจิตแห่งความสำเร็จ)
๔. ส่งเสริมให้มีสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง มีบุคลิกลักษณะ



สง่างาม นุ่มนวล กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า หนักแน่น  
มั่นคง อดทนต่อการทำงาน และการบำเพ็ญภาวนา

๕. ช่วยทำให้ร่างกายสงบ ระวัง ผ่อนคลาย สมองโปร่งโล่ง  
ผิวพรรณผ่องใส แก่ช้า มีอายุยืน ไม่ค่อยมีโรคภัยเบียดเบียน  
ช่วยทำให้บรรเทา และหายจากโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ได้
๖. ช่วยทำให้การกระทำ หรือการแสดงออกทางกาย ทางวาจา  
เป็นไปอย่างสุจริต ถูกต้อง เรียบร้อย นุ่มนวล อีกทั้งยัง  
สามารถตัดกิเลสอย่างหยาบ คือ ลด ละ เลิก อบายมุขและสิ่ง  
เสพติดได้
๗. ทำให้ครอบครัวมีความสุข ทุกคนตั้งมั่นอยู่ในศีลปรองดองกัน  
ด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ให้เมตตาเด็ก ทุกคนรักใคร่  
สามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน
๘. ทำให้ครอบครัวมีความสุขเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิกต่างตั้งใจทำ  
หน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่อง เป็นผู้ที่มีใจคอหนักแน่น เมื่อมี  
ปัญหาหรือมีอุปสรรคอันใด ย่อมร่วมใจกันแก้ไขปัญหานั้นให้ลุล่วง  
ไปได้
๙. ทำให้เข้าใจถึงคำสอนของพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง  
และรู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทธศาสนา ร่วมทั้งได้รู้เห็นด้วย  
ตนเองว่า การฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นหนทาง  
เดียวที่จะทำให้พ้นทุกข์ ตัดกรรม ดับกิเลส จนเข้าถึงพระนิพพาน

ได้อย่างแท้จริง

๑๐. ช่วยสืบทอดอายุพระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่ได้อย่างแท้จริง

### **บรรณานุกรม**

กรมการศาสนา, ระเบียบวิธีสวดมนต์ไหว้พระสำหรับโรงเรียน,

กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๕.

กลุ่มพัฒนาจิตเพื่อชีวิตดีงาม. คู่มือสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็น,

กรุงเทพฯ : ๒๕๕๔.

นิราลัย, โอวาทท่านอาจารย์พุทธทาส แต่..ยุวชน, กรุงเทพฯ :

สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๖.

พระมหาวิระพันธ์ ชุตินิพนธ์, ศาสตร์และศิลป์แห่งการอบรม,

๒๕๔๖.

มหาวิทยาลัยโรภิกขุ, ทำใจเป็น ก็เป็นสุข, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พิมพ์ดี,

๒๕๕๔.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คู่มือสวดมนต์ทำวัตร

เช้า-เย็น แปล, โครงการบรรพชาและอบรมเยาวชนภาคฤดู

ร้อน, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

ศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนาวัดชลประทานรังสฤษฎ์, พรอันประเสริฐ

จากหลวงพ่อบัณฑิตนันทะ.

สวนโมกขพลาราม ไชยา. คู่มืออุบาสกอุบาสิกาสิกขา,

กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๕.