



## สวดมนต์ทำวัตรเช้า

พระภิกษุสามเณรและสาธุชนนั่งคุกเข่าประนมมือ  
เมื่อประธานจุดธูปเทียนเสร็จแล้ว ฟังกล่าวคำนมัสการ  
ให้ว่าตามดังต่อไปนี้

### คำบูชาพระรัตนตรัยโดยพิสดาร

โย โส ภาคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, สักวาขาโต  
เยนะ ภาคะวะตา อัมโม, สุปะฏิปันโน ยัสสะ ภาคะวะโต  
สาวะกะสังโฆ, ตัมมะยัง ภาคะวันตัง สะธัมมัง สะสังขัง,  
อิเมหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปุชชะยามะ,  
สาธุ โน ภัันเต ภาคะวา สุจิระปะรินิพพุโตปิ, ปัจฉิมา-  
ชะนะตานุกัมปะมานะสา, อิเม สักกาเร ทุคคะตะ-  
ปัณณาการะภูเต ปะฐิคคัณหาตุ, อัมหากัง ทีฆะรัตตัง  
หิตายะ สุขายะ ฯ

### คำนมัสการพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภาคะวา,

พุทอัง ภาคะวันตัง อะภิวาเทมิ ฯ (กราบ)  
สัฎฐากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ ฯ (กราบ)  
สุปฏิปันโน ภาคะวะโต สภาวะะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ ฯ (กราบ)

## ปฐพภาคนมการ

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภาคะวะโต

ปฐพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส ฯ

นะโม ตัสสะ ภาคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธุัสสะ ฯ

(๓ ครั้ง)

## พุทธานิถุติ

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธานิถุติง กะโรมะ เส ฯ

โย โส ตะถาคะโต อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,  
วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิฑู, อะนุตตะโร  
ปุริสะทมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ  
ภาคะวา, โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง  
สะพรัหฺมะกัง, สัสสะมะณะพรัหฺมะณิง ปะชัง สะเทวะ-



มะนุสลัง สะยัง อะภิญญา ลัจฉิกัตถวา ปะเวเทสิ,  
 โย ธัมมัง เทเสสิ อาทิกัลยาณัง มัชฌะกัลยาณัง  
 ปะริโยสานะกัลยาณัง, สาทถัง สะพัสัญชนะนัง เกวะละ-  
 ปะริปุณณัง ปะริสุทถัง พรัหฺมะจะริยัง ปะกาเสสิ,  
 ตะมะหัง ภาคะวันตัง อะภิปุชะยามิ ตะมะหัง ภาคะวันตัง  
 สิระสา นะมามิ ฯ (กราบ)

### ธัมมาภิตฺติ

(นำ) หันตะ มะยัง ธัมมาภิตฺติง กะโรมะ เส ฯ

โย โส ลัวากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก  
 อะกาลิโก เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ  
 วิญญูหิ, ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปุชะยามิ ตะมะหัง ธัมมัง  
 สิระสา นะมามิ ฯ (กราบ)

### สังฆาภิตฺติ

(นำ) หันตะ มะยัง สังฆาภิตฺติง กะโรมะ เส ฯ

โย โส สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ,  
 สันทิฏฐิโก เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ  
 วิญญูหิ, ตะมะหัง สังฆัง อะภิปุชะยามิ ตะมะหัง สังฆัง  
 สิระสา นะมามิ ฯ (กราบ)

อุชุปะฐิปปันโน ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญาเยปะฐิปปันโน  
 ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามิจิปะฐิปปันโน ภาคะวะโต  
 สาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ  
 ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภาคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย  
 ปาหุเนยโย ทักขิณเยโย อัญชะลิกะระณิโย, อะนุตตะรัง  
 ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ ฯ ตะมะหัง สังฆัง อะภิปุชชยามิ  
 ตะมะหัง สังฆัง ลีระสา นะมามิ ฯ

(กราบ แล้วนั่งพับเพียบ)

## รตนัตตยัปปณามคาถา

(นำ) หันทะ มะยัง ระตะนัตตยัปปะณามะคาถาโย  
 เจวะ สังเวคะปะริกิตตะนะปาฐัญญะวะ ภาณามะ เส ฯ

พุทโธ สุสุทโธ กะรุณามะหัตถณะโว,  
 โยจันตะสุทธีัพพะระญาณะโลจะโน,  
 โลกัสสะ ปาปุปะกิเลสะฆาตะโก,  
 วันทามิ พุทธีัง อะหะมาทะเรนะ ตัง,  
 ธัมโม ปะทีโป วียะ ตัสสะ สัตถุโน,  
 โย มัคคะปากามะตะเกทะภินนะโก,



โลกุตตะโร โย จะ ตะทັถะทีปะโน,  
 วันทามิ ธัมมัง อะหะมาตะเรนะ ตัง,  
 สังโฆ สุเขตตารักขะติเขตตะสังญญิต,  
 โย ทิฏฐะสันโต สุคะตานุโพระโก,  
 โลลัปปะทีโน อะริโย สุเมธะโส,  
 วันทามิ สังฆัง อะหะมาตะเรนะ ตัง,  
 อิจเจวะเมกัันตะภิปุชเณยยะกัง,  
 วัตถุตตะยัง วันทะยะตารักขังขะตัง,  
 ปุญญัง มะยา ยัง มะมะ ลััพพุปัททะวา,  
 มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะลิตธิยา ฯ

## สังเวคปริกิตตนปาฐะ

อิธะ ตะถาคะโต โลเก อุปปันโน อะระหัง ลัมมา-  
 ลัมพุทโธ, ธัมโม จะ เทสิโต นียยานิโก อูปะสะมิโก  
 ประรินิพพานิโก ลัมโพระคามิ สุคะตูปะเวทีโต, มะยันตัง  
 ธัมมัง สุตฺวา เอวัง ชานามะ, ชาตีปี ทุกขา ชะราปี ทุกขา  
 มะระณัมปิ ทุกขัง, โสกะปะริทเวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปี  
 ทุกขา, อัมปิเยหิ ลัมปะโยโค ทุกโข ปิเยหิ วิปปะโยโค

ทุกโข ยัมปิจฉัง นะ ละภาติ ตัมปิ ทุกขัง, ลังชิตเตนะ  
 ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา, เสยยะถิทัง, รูปุปาทานัก-  
 ขันโธ, เวทะนุปาทานักขันโธ, ลัญญูปาทานักขันโธ,  
 ลังขารูปาทานักขันโธ, วิญญาณูปาทานักขันโธ, เยสัง  
 ประิณญาเย, ณะระมาน โส ภาคะวา, เอวัง พะหุลัง  
 สาวะเก วิเนติ, เอวัง ภาคา จะ ประนัสสะ ภาคะวะโต  
 สาวะเกสุ อะนุสาสะณี, พะหุลา ประวัตตะติ, รุปัง อะนิจัจัง,  
 เวทะนา อะนิจจา, ลัญญา อะนิจจา, ลังขารา อะนิจจา,  
 วิญญาณัง อะนิจัจัง, รุปัง อะนัตตา, เวทะนา อะนัตตา,  
 ลัญญา อะนัตตา, ลังขารา อะนัตตา, วิญญาณัง อะนัตตา,  
 ลัพเพ ลังขารา อะนิจจา, ลัพเพ รัมมา อะนัตตาติ, เต มะยัง  
 (ท่านหญิงว่า ตา มะยัง), โอตินณามะหะ ชาติยา  
 ชะรามะระณนะ, โสเกหิ ประิเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ  
 อุปายาเสหิ, ทุกโขติณณา ทุกขะปะเรตา, อัมเปวะะ-  
 นามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา  
 ปัญญาเยถาติ, จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภาคะวันตัง อุททิสสะ  
อะระหันตัง สัมมาสัมพุทัง, ลัทธา อะคาร์ลมา อะนะการิยัง  
ปัพพะชิตา, ตัสมิัง ภาคะวะติ พรัหมะจะริยัง จะรามะ,



ภิกขุหนึ่ง ลิกขาสาชีวะสะมาป็นนา (สามเณรพึงเว้น),  
ตั้ง โน พรีห์มะจะริยัง อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกข์กัณธัสสะ  
อันตะกิริยาเยะ ลังวัตตะตุ ๑

**(ที่ขีดเส้นใต้ คฤหัสถ์พึงเว้นแล้วสวดแทน**  
**ด้วยบทว่า)** จิระปะรินิพพุตัมปิ ตั้ง ภาคะวันตั้ง สาระณัง  
 คคะตา, อัมมัญจะ ภิกขุสังฆัญจะ, ตัสสะ ภาคะวะโต สาสะนัง  
 ยะธาสะติ ยะถาพะลัง, มะนะสิกะโรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ,  
 สาสา โน ปะฏิปัตติ, อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกข์กัณธัสสะ  
 อันตะกิริยาเยะ ลังวัตตะตุ ๑

## ตั้งขณิกปัจจะเวกขณปาฐะ

(นำ) หันทะ มะยัง ตั้งขะณิกะปัจจะเวกขะณะปาฐัง  
 ภาณามะ เส ๑

ปะฐิสังขา โยนิโส จิวะรัง ปะฐิสเววามิ, ยาวะเทวะ  
 สิตัสสะ ปะฐิฆาตายะ, อุณ्हัสสะ ปะฐิฆาตายะ,  
 ทังสะมะกะสะวาตาคะปะสิริงสะปะลัมผัสสานัง  
 ปะฐิฆาตายะ, ยาวะเทวะ หิริโกปนะปะฐิจฉาทะนัตถัง ๑

ปะฐิสังขา โยนิโส ปิณฑะปาตัง ปะฐิสเววามิ,

เนวระ ท้าวายะ นะ มะทายะ นะ มัณฑะนายะ นะ วิภูสะนายะ,  
 ยาวะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ ฐิติยา ยาปะนายะ  
 วิหิงสุประระติยา พรัทมะจะรียานุกะหะยะ, อิติ ปุราณัญจะ  
 เวทะนัง ปะฐิหังขามิ, นะวัญจะ เวทะนัง นะ อุปปาเทสสามิ,  
 ยาตฺตรา จะ เม ภาวิสสะติ อะนะวัชชะตา จะ ผาสุวิหาโร  
 จาติ ฯ

ปะฐิสังขา โยนิโส เสนาสะนัง ปะฐิเสวามิ,  
 ยาวะเทวะ สิตัสสะ ปะฐิฆาตายะ, อุณ्हัสสะ ปะฐิฆาตายะ,  
 ทังสะมะกะสะวาตาตะปะลิจังสะปะลัมผัสสานัง  
 ปะฐิฆาตายะ, ยาวะเทวะ อุตุปะริสสะยะวิโนทะนัง  
 ปฐิสัลลานารามัตถัง ฯ

ปะฐิสังขา โยนิโส คิลานะปัจจะยะเภลัชชะ-  
 ประริขารัง ปะฐิเสวามิ, ยาวะเทวะ อุปปันนานัง  
 เวยยาพาทิกานัง เวทะนานัง ปะฐิฆาตายะ, อัปฺยาปฺชณะ-  
 ประระมะตายาติ ฯ







## ธาตุปฏิภูมปัจจะเวกขณปาฐะ

(นำ) หันทะ มะยัง ธาตุปะฏิภูมปัจจะเวกขณะปาฐัง  
 ภาณามะ เส ฯ

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,  
 ยะทิทัง จีวะรัง ฯ ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล ธาตุมัตตะโก  
 นิสสัตโต นิชชีโว สุญญโณ ฯ สัพพานิ ปะนะ อิมานิ จีวะรา  
 อะชิคฺฉณะนียานิ, อิมัง ปุติกายัง ปัตฺวา อะติวิยะ  
 ชิคฺฉณะนียานิ ชายันติ ฯ

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,  
 ยะทิทัง ปิณฑะปาโต ฯ ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล  
 ธาตุมัตตะโก นิสสัตโต นิชชีโว สุญญโณ ฯ สัพโพ ปะนายัง  
 ปิณฑะปาโต อะชิคฺฉณะนियो, อิมัง ปุติกายัง ปัตฺวา  
 อะติวิยะ ชิคฺฉณะนियो ชายะติ ฯ

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,  
 ยะทิทัง เสนาสะนัง ฯ ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล  
 ธาตุมัตตะโก นิสสัตโต นิชชีโว สุญญโณ ฯ สัพพานิ ปะนะ  
 อิมานิ เสนาสะนานิ อะชิคฺฉณะนียานิ, อิมัง ปุติกายัง ปัตฺวา  
 อะติวิยะ ชิคฺฉณะนียานิ ชายันติ ฯ

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง,  
 ยะทิหัง คิลานะปัจจะยะเภลัชชะปะริกขาโร ฯ ตะทุปะภุญชะโก  
 จะ ปุคคะโล ธาตุมัตตะโก นิสลัตโต นิชชีโว สุญญโย ฯ  
 ลัฟโพ ปะนายัง คิลานะปัจจะยะเภลัชชะปะริกขาโร  
 อะชัคคะนियो อิมัง ปุติกายัง ปัตตวา อะติวियะ ชัคคะนियो  
 ชายะติ ฯ

## ปัตติทานคาถา

(นำ) หันทะ มะยัง ปัตติทานะคาถาโย ภาณามะ เส ฯ

ยา เทวะตา สันติ วิหาระวาสิณี  
 ฐเป ฆะเร โพธิฆะเร ตะหิง ตะหิง  
 ตา อัมมะทาเนนะ ภาวันตุ ปุชิตา  
 โสตถิง กะโรนเตธะ วิหาระมัณฑะเล  
 เถรา จะ มัชฌมา นะวะกา จะ ภิกขะโว  
 สาราณิกา ทานะปะตี อุปาสะกา  
 คามา จะ เทสา นิคะมา จะ อิสสะรา  
 ลัปปาณะภูตา สุชิตา ภาวันตุ เต  
 ชะลาพุชา เยปี จะ อัญทะลัมภะวา



สังเสทชะตาตา อะละโวปะปาติกา

นียยานิกัง ธัมมะวะรัง ปะฐิจจะ เต

ลัฟเพปิ ทุกข์สสะ กะโรนตุ ลังชะยัง ฯ

ฐาตุ จิรัง สะตัง ธัมโม ธัมมัทธะรา จะ ปุคคะลา

สังโฆ โหตุ สะมัคโค วะ อัตถายะ จะ หิตายะ จะ

อัมเห รักชะตุ ลัทธิธัมโม ลัฟเพปิ ธัมมะจารีโน

วุฑฺฒิง สัมปาปุณฺเณยยามะ ธัมเม อะริยัปปะเวทิตะ ฯ

*(บางแห่งสวดเพิ่มว่า)*

ปะสันนา โหนตุ ลัฟเพปิ ปาณิน พุทธะสาสะเน

ลัมมา ธารัง ปะเวจฉันโต กาละ เทโว ปะวัสสะตุ

วุฑฺฒิกาวายะ สัตตานิัง สะมิทัง เนตุ เมทะนิง

มาตา ปิตา จะ อัตระชัง นิจัจัง รักขันติ ปุตตะกััง

เอวัง ธัมเมนะ ราชานิน ประชัง รักขันตุ ลัฟพะทา ฯ

## โอวาทปาฏิโมกข์

(นำ) หันทะ มะยัง โอวาทะปาฏิโมกข์ชะคาถาโย ภาณามะ เส ฯ

ขันติ ประระมัง ตะโป ตีติกขา,

ความอดทน คือความอดกลั้น เป็นตบะอย่างยิ่ง

นิพพานัง ประระมัง ะทนต์ิ พุทธา,  
พระพุทธรเจ้าทั้งหลาย ตรัสว่าพระนิพพานเป็นเยี่ยม  
นะ ทิ ปัพพะชิตโต ประรูปะฆาตี,  
ผู้ล้างผลาญผู้อื่น, ไม่ชื่อว่าเป็นบรรพชิต  
สะมะโณ ทอติ ประรัง วิหะฐะยันโต,  
ผู้เบียดเบียนผู้อื่น, ไม่ชื่อว่าเป็นสมณะเลย  
เอตัง พุทธานะ สาสะนัง ฯ

นี่เป็นคำสอนของพระพุทธรเจ้าทั้งหลาย.

สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง,  
การไม่ทำบาปทั้งปวง หนึ่ง  
กุสะลัสสุปะสัมปะทา,  
การบำเพ็ญกุศลให้ถึงพร้อม หนึ่ง  
สะจิตตะปะริโยทะปะนัง,  
การกลั่นจิตของตนให้ผ่องแผ้ว หนึ่ง  
เอตัง พุทธานะ สาสะนัง ฯ

นี่เป็นคำสอนของพระพุทธรเจ้าทั้งหลาย.

อะนุปะวาโท,  
การไม่เข้าไปว่าร้ายกัน หนึ่ง



**อะนุปะฆาโต,**  
 การไม่เข้าไปล้างผลาญกัน หนึ่ง  
**ปาฏิโมกฺเข จะ สังวะโร,**  
 ความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ หนึ่ง  
**มัตตัญญูตา จะ ภัตตัสสัมมิง,**  
 ความเป็นผู้รู้ประมาณในโภชนาหาร หนึ่ง  
**ปันทัญญจะ สะยะนาสะนัง,**  
 การนอนการนั่งอันสงัด หนึ่ง  
**อะริจิตเต จะ อาโยโค,**  
 การประกอบความเพียรในอริจิต หนึ่ง  
**เอตัง พุทธานะ สาสะนัง ฯ**  
 นี้เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย.

ทำวัตรเช้าเสร็จแล้ว ให้ทุกท่านสำรวมใจนั่งคุกเข่า  
 ประนมมือ เพื่อสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยพร้อมเพรียงกัน  
 โดยมีประธานเป็นผู้กล่าวนำดังต่อไปนี้

**อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ะคะวา,**  
**พุทฺธัง ะคะวันตัง ะภิวาเทมิ ฯ**

(กราบครั้งที่หนึ่งแล้วกล่าวว่)

พุทโธ เม นาโถ, พระพุทโธเจ้าเป็นที่พึ่งของเรา.

ส้วากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิ ฯ

(กราบครั้งที่สองแล้วกล่าวว่)

ธัมโม เม นาโถ, พระธรรมเป็นที่พึ่งของเรา.

สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สภาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิ ฯ

(กราบครั้งที่สามแล้วกล่าวว่)

สังโฆ เม นาโถ, พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของเรา.

(จบทำวัตรเช้า)

