

法句经

Na tena paṇḍito hoti, yāvataṃ bahu bhāsati.
Khemī averī abhayo, paṇḍito' ti pavuccati.

多言的人，不一定是智者；只有寂静、无怨
敌、不伤害他人，才称为智者。

Na tāvatā dhamma dharo, yāvataṃ bahu bhāsati.
Yo ca appam pi sutvāna, dhammaṃ kāyena passati.
Sa ve dhamma dharo hoti, yo dhammaṃ nappamajjati.
单凭多说话，不一定就是依法奉行，虽听闻
少，但能身体力行，不放逸，才是真正的依法
奉行的人。

《法住品》第二百五十八至二百五十九偈

ĀRĀDHANĀ TISARAṆA PAÑCASĪLA 求授三皈五戒文

求受者念：

妈央！ 潘爹 (威孙 威孙 辣卡纳塔压)
滴刹辣内纳 刹哈 搬甲 洗拉匿 压甲妈²。
MAYAM¹ BHANTE (VISUM VISUM RAKKHAṆATTHĀYA)
TISARAṆENA SAHA PAÑCA SĪLANI YĀCĀMA²。
尊者大德我(们)向您求授三皈(与随分)五戒。

突低央比 妈央 潘爹 (威孙 威孙
辣卡纳塔压) 滴刹辣内纳 刹哈 搬甲
洗拉匿 压差妈。
DUTIYAMPI MAYAM BHANTE (VISUM VISUM
RAKKHAṆATTHĀYA) TISARAṆENA SAHA PAÑCA
SĪLANI YĀCĀMA。
第二次，尊者大德我(们)向您求授三皈(与随分)五戒。

搭滴央比 妈央 潘爹 (威孙 威孙
辣卡纳塔压) 滴刹辣内纳 刹哈 搬甲
洗拉匿 压甲妈。
TATIYAMPI MAYAM BHANTE (VISUM VISUM
RAKKHAṆATTHĀYA) TISARAṆENA SAHA PAÑCA
SĪLANI YĀCĀMA。
第三次，尊者大德我(们)向您求授三皈(与随分)五戒。

¹ 如果只有一个人受戒把 妈央(MAYAM)改为 阿沱(AHAM)。

² 如果只有一个人受戒把 压甲妈(YĀCĀMA)改为 压甲咪(YĀCĀMI)。

PUBBABHĀGANAMAĀKĀRAPĀṬHA

贊頌佛偈

接下来比丘念 NAMO TASSA----三遍：

纳摩 达洒 卧卡祿多 阿辣哈多 三妈
三善踏洒。(三遍)

NAMO TASSA BHAGAVATO ARAHATO SAMMĀ-
SAMBUDDHASSA. (3 TIMES)
礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉。(三遍)

接着受戒者随念三遍。

SARAṆAGAMANAPĀṬHA

三皈依

过后比丘继续念三皈依五戒文，受戒者随句重复诵念。

菩汤 洒辣囊 卡恰味
BUDDHAM SARANAM GACCHAMI
我皈依佛，

汤芒 洒辣囊 卡恰味
DHAMMAM SARANAM GACCHAMI
我皈依法，

上康 洒辣囊 卡恰味
SANGHAM SARANAM GACCHAMI
我皈依僧，

突滴央比 菩汤 洒辣囊 卡恰味
OUTIYAMPI BUDDHAM SARANAM GACCHAMI
第二次，我皈依佛，

突滴央比 汤芒 洒辣囊 卡恰味
OUTIYAMPI DHAMMAM SARANAM GACCHAMI
第二次，我皈依法，

突滴央比 上康 洒辣囊 卡恰味
OUTIYAMPI SANGHAM SARANAM GACCHAMI
第二次，我皈依僧，

搭滴央比 菩汤 洒辣囊 卡恰味
TATIYAMPI BUDDHAM SARANAM GACCHAMI
第三次，我皈依佛，

搭滴央比 汤芒 洒辣囊 卡恰味
TATIYAMPI DHAMMAM SARANAM GACCHAMI
第三次，我皈依法，

搭滴央比 上康 洒辣囊 卡恰味
TATIYAMPI SANGHAM SARANAM GACCHAMI
第三次，我皈依僧，

滴洒辣纳卡妈囊 匿替当。
BHIKKHU: TISARAṆAGAMANAM NITTHITAM.
比丘说：三皈依已授完毕。

阿妈 潘爹。
OBSERVER: ĀMA BHANTE.
受戒者答：是的，大德。

PAÑCASĪLA 五戒

巴那滴巴达 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
PĀNĀTIPĀTĀ VERAMAÑĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除杀生。(我学习受持不杀生戒)。

阿亭那搭那 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
ADINNĀDĀNĀ VERAMAÑĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除不与而取。(我学习受持不偷盗戒)

咖每素 味查甲拉 威辣妈尼 洗卡巴汤
刹妈剔压味。
KĀMESU MICCHĀCĀRĀ VERAMAÑĪ SIKKHĀPADAM
SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除于欲邪行。(我学习受持不邪淫戒)

木沙蛙他 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
MUSĀVĀDĀ VERAMAÑĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除妄语。(我学习受持不妄语戒)

素拉每辣压妈插八妈踏塔那 威辣妈尼
洗卡巴汤 刹妈剔压味。
SURĀMERAYAMAJJAPAMĀDATṬṬHĀNĀ VERAMAÑĪ
SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除饮酒。(我学习受持不饮酒戒)。[注:任何能
致使神志迷乱之物皆属酒类之范围]

一妈匿 搬甲 洗卡巴他匿 洒妈替鸭味³。(三遍)
IMĀNI PAÑCA SIKKHĀPADĀNI SAMĀDIYĀMI³. (3 TIMES)
这就是我应该持守的五项学处。

³ 比丘念一遍,接着受戒者念三遍。

接着受戒者俯首接受比丘的祝福, 而比丘即祝福如下:

洗类纳 素卡丁 央地,
SĪLENA SUGATIM YANTI,
由持戒故, 使你达生善道,

洗类纳 玻卡三巴他;
SĪLENA BHOGASAMPADĀ;
因持戒故, 使你成就财富,

洗类纳 匿扑丁 央地, 这是妈 洗朗 威搜踏耶。
SĪLENA NIBBUTIM YANTI, TASMĀ SĪLAM VISODHAYE.
因持戒故, 使你达证涅槃, 因此, 你(们)应当净化戒行。

过后受戒者回答如下:

SĀDHU!
善哉!

SĀDHU!
善哉!

SĀDHU!
善哉!

ĀRĀDHANĀ
TISARAṆA AṬṬHASĪLA
求授三皈八戒文

求受者念：

妈央⁴ 潘爹 滴刹辣内纳 刹哈 阿塔 洗拉匿
压甲妈⁵。

MAYĀM⁴ BHANTE TISARAṆENA SAHA AṬṬHA SĪLĀNI
YĀCĀMA⁵。

尊者大德我(们)向您求授三皈八戒。

突滴央比 妈央 潘爹 滴刹辣内纳 刹哈
阿塔 洗拉匿 压甲妈。

DUTIYAMPI MAYĀM BHANTE TISARAṆENA SAHA
AṬṬHA SĪLĀNI YĀCĀMA。

第二次，尊者大德我(们)向您求授三皈八戒。

搭滴央比 妈央 潘爹 滴刹辣内纳 刹哈
阿塔 洗拉匿 压甲妈。

TATIYAMPI MAYĀM BHANTE TISARAṆENA SAHA
AṬṬHA SĪLĀNI YĀCĀMA。

第三次，尊者大德我(们)向您求授三皈八戒。

⁴ 如果只有一个人受戒把 妈央(MAYĀM)改为 阿沱(AHAM)。

⁵ 如果只有一个人受戒把 压甲妈(YĀCĀMA)改为 压甲咪(YĀCĀMI)。

PUBBABHĀGANAMAKĀRAPĀṬHA
赞颂佛偈

接下来比丘念 NAMO TASSA ----- 三遍：

纳摩 达洒 趴卡祿多 阿辣哈多 三妈
三菩踏洒。(三遍)

NAMO TASSA BHAGAVATO ARAHATO SAMMĀ-
SAMBUDDHASSA. (3 TIMES)

礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉。(三遍)

接着受戒者随念三遍。

SARAṆAGAMANAPĀṬHA
三皈依

过后比丘继续念三皈依八戒文，受戒者随句重
复诵念。

菩汤	洒辣囊	卡恰咪
BUDDHAM	SARAṆAM	GACCHĀMI
我皈依佛，		

洒芒	洒辣囊	卡恰咪
DHAMMAM	SARAṆAM	GACCHĀMI
我皈依法，		

上康	洒辣囊	卡恰咪
SAṄGHAM	SARAṆAM	GACCHĀMI
我皈依僧，		

突滴央比 DUTIYAMPI 第二次，我皈依佛，	菩汤 BUDDHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
突滴央比 DUTIYAMPI 第二次，我皈依法，	汤芒 DHAMMAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
突滴央比 DUTIYAMPI 第二次，我皈依僧，	上康 SANGHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次，我皈依佛，	菩汤 BUDDHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次，我皈依法，	汤芒 DHAMMAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次，我皈依僧，	上康 SANGHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI

滴洒辣纳卡妈囊 匿替当。
BHIKKHU: TISARANAGAMANAM NITTHITAM.
比丘说：三皈依已授完毕。

阿妈 潘爹。
OBSERVER: AMA BHANTE.
受戒者答：是的，大德。

ATTHASILA 八戒

巴那滴巴达 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
PANATIPATA VERAMANĪ SIKKHAPADAM SAMADIYAMI.
我受持学处，戒除杀生。(我学习受持不杀生戒)

阿亭那搭那 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
ADINNADANA VERAMANĪ SIKKHAPADAM SAMADIYAMI.
我受持学处，戒除不与而取。(我学习受持不偷盗戒)

阿潘妈甲立压 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
ABRAHMACARIYA VERAMANĪ SIKKHAPADAM SAMADIYAMI.
我受持学处，戒除非梵行。(我学习受持不淫戒)

木沙蛙他 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
MUSAVADA VERAMANĪ SIKKHAPADAM SAMADIYAMI.
我受持学处，戒除妄语。(我学习受持不妄语戒)

素拉每辣压妈插八妈踏塔那 威辣妈尼
洗卡巴汤 刹妈剔压味 VERAMANĪ
SURAMERAYAMAJJAPAMADATTHANA SIKKHAPADAM SAMADIYAMI.
我受持学处，戒除饮酒。(我学习受持不饮酒戒)[注：任何能致使
神志迷乱之物皆属酒类之范围]

V加辣玻插那 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。
VIKALABHOJANA VERAMANĪ SIKKHAPADAM SAMADIYAMI.
我受持学处，戒除非时进食。(日中后至黎明)

纳甲 KEY 打蛙替打 为书咖踏洒那 妈拉干踏
为类巴纳 他辣纳 满他纳 威扑洒纳他那
威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈剔压味。

NACCAGĪTAVĀDITA VISŪKADASSANĀ MĀLĀGANDHA
VILEPANA DHĀRANA MAṄḌANA VIBHŪSANATṬHANA
VERAMAṆĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYAMI.

我受持学处，戒除跳舞、唱歌、奏乐、观看娱乐、戒除以花环、
香水、化妆品、装饰品、装饰美化身体。

悟甲洒压纳 妈哈洒压那 威辣妈尼 洗卡巴汤
刹妈剔压味。

UCCĀSAYANA MAHĀSAYANĀ VERAMAṆĪ SIKKHĀPADAM
SAMĀDIYAMI.

我受持学处，戒除坐卧高贵奢侈大床。

一妈匿 阿塔 洗卡巴他匿 洒妈替鸭味。(三遍)
IMĀNI ATṬHA SIKKHĀPADĀNI SAMĀDIYĀMI⁶. (3TIMES)
这就是我应该持守的八项学处。

接着受戒者俯首接受比丘的祝福，而比丘即祝福
如下：

洗类纳 素卡丁 央地，
SĪLENA SUGATĪM YANTI,
由持戒故，使你达生善道，

洗类纳 玻卡三巴他；
SĪLENA BHOGASAMPADĀ;
因持戒故，使你成就财富，

⁶ 比丘念一遍，接着受戒者念三遍。

洗类纳 匿扑丁 央地，这是妈 洗朗 威搜踏耶。
SĪLENA NIBBUTĪM YANTI, TASMĀ SĪLAM VISODHAYE.
因持戒故，使你达证涅盘，因此，你(们)应当净化戒行。

过后 受戒者回答如下：

SĀDHU!
善哉!

SĀDHU!
善哉!

SĀDHU!
善哉!

ĀRĀDHANĀ TISARAṆA UPOSATHASĪLA 求授三皈八关斋戒文

求受者念：

妈央⁷ 潘爹 滴刹辣内纳 刹哈
阿唐卡洒满那卡当 悟玻洒唐 压甲妈⁸。
MAYAM⁷ BHANTE TISARAṆENA SAHA
ATṬHANGASAMANNĀGATAM UPOSATHAM YĀCĀMA⁸。
尊者大德我(们)向您求授三皈依及八关斋戒。

突滴央比 妈央 潘爹 滴刹辣内纳 刹哈
阿唐卡洒满那卡当 悟玻洒唐 压甲妈。
DUTIYAMPI MAYAM BHANTE TISARAṆENA SAHA
ATṬHANGASAMANNĀGATAM UPOSATHAM YĀCĀMA。
第二次，尊者大德我(们)向您求授三皈依及八关斋戒。

搭滴央比 妈央 潘爹 滴刹辣内纳 刹哈
阿唐卡洒满那卡当 悟玻洒唐 压甲妈。
TATIYAMPI MAYAM BHANTE TISARAṆENA SAHA
ATṬHANGASAMANNĀGATAM UPOSATHAM YĀCĀMA。
第三次，尊者大德我(们)向您求授三皈依及八关斋戒。

⁷ 如果只有一个人受戒把 妈央(MAYAM)改为 阿泐(AHAM)。

⁸ 如果只有一个人受戒把 压甲妈(YĀCĀMA)改为 压甲味(YĀCĀMI)。

PUBBABHĀGANAMAKĀRAPĀṬHA 赞颂佛偈

接下来比丘念 NAMO TASSA ----- 三遍：

纳摩 达洒 叭卡祿多 阿辣哈多 三妈
三菩踏洒。(三遍)

NAMO TASSA BHAGAVATO ARAHATO SAMMĀ -
SAMBUDDHASSA. (3 TIMES)
礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉。

接着受戒者随念三遍。

SARAṆAGAMANAPĀṬHA 三皈依

过后比丘继续念三皈依及八关斋戒文，受戒者
随句重复诵念。

善汤 洒辣囊 卡恰味
BUDDHAM SARANAM GACCHAMI
我皈依佛，

汤芒 洒辣囊 卡恰味
DHAMMAM SARANAM GACCHAMI
我皈依法，

上康 洒辣囊 卡恰味
SAṄGHAM SARANAM GACCHAMI
我皈依僧，

突滴央比 DUTIYAMPI 第二次，我皈依佛，	善汤 BUDDHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
突滴央比 DUTIYAMPI 第二次，我皈依法，	汤芒 DHAMMAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
突滴央比 DUTIYAMPI 第二次，我皈依僧，	上康 SANGHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次，我皈依佛，	善汤 BUDDHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次，我皈依法，	汤芒 DHAMMAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次，我皈依僧，	上康 SANGHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI

滴洒辣纳卡妈囊
BHIKKHU : TISARANAGAMANAM
比丘说：三皈依已授完毕。

阿妈 潘爹。
OBSERVER : AMA BHANTE.
受戒者答：是的，大德。

匿替当。
NITTHITAM.

UPOSATHASĪLA 八关斋戒

巴那滴巴达 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
PĀNĀTIPĀTĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处，戒除杀生。(我学习受持不杀生戒)

阿亭那搭那 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
ADINNĀDĀNĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处，戒除不与而取。(我学习受持不偷盗戒)

阿潘妈甲立压 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
ABRAHMACARIYĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处，戒除非梵行。(我学习受持不淫戒)

木沙蛙他 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
MUSĀVĀDĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处，戒除妄语。(我学习受持不妄语戒)

素拉每辣压妈插八妈踏塔那 威辣妈尼
洗卡巴汤 刹妈别压味
SURĀMERAYAMAJJAPAMĀDATTHĀNĀ VERAMANĪ
SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处，戒除饮酒。(我学习受持不饮酒戒) [注：任何能致使
神志迷乱之物皆属酒类之范围]

V加辣玻插那 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
VIKĀLABHOJANĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处，戒除非时进食。(日中后至黎明)

纳甲 KEY 打蛙替打 为书咖踏洒那 妈拉干踏
为类巴纳 他辣纳 满他纳 威扑洒纳他那
威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。

NACCAGĪTAVĀDITA VISŪKADASSANĀ MĀLĀGANDHA
VILEPANA DHĀRANA MAṄḌANA VIBHŪSANATṬHĀNĀ
VERAMAṆĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYAMI.

我受持学处，戒除跳舞、唱歌、奏乐、观看娱乐、戒除以花环、香水、化妆品、装饰品、装饰美化身体。

悟甲洒压纳 妈哈洒压那 威辣妈尼 洗卡巴汤
刹妈别压味。

UCCĀSAYANA MAHĀSAYANĀ VERAMAṆĪ SIKKHĀPADAM
SAMĀDIYAMI.

我受持学处，戒除坐卧高贵奢侈大床。

接着比丘念以下词句后，受戒者随着重复念三遍：

一芒 阿唐卡洒满那卡当， 善踏班压当
乌玻沙唐， 一芒甲 辣丁 一芒甲 替袜上，
三妈爹袜 阿劈辣 KI 敦 洒妈替鸭味。(三遍)

IMAM ATṬHAṄGASAMANNĀGATAM, BUDDHAPAÑÑATTAM
UPOSATHAM, IMAṆCA RATTIM IMAṆCA DIVASAM,
SAMMADEVA ABHIRAKKHITUM SAMĀDIYAMI. (3TIMES)

我求受并持守佛所制订一天一夜之乌玻沙他(八关斋)戒。

戒着比丘念：

一妈匿 阿踏 锡卡巴他匿， 阿J扛 辣丁踢弯
乌玻洒塔袜斜纳 沙突扛 辣 KHI 打趴匿。

IMĀNI ATṬHA SIKKHĀPADĀNI, AJJEKAM RATTINDIVAM
UPOSATHAVASENA SĀDHUKAM RAKKHITABBĀNI.

从现在开始，(你应)好好的持守这一天一夜的八关斋学戒。

阿妈 潘爹。

OBSERVER : ĀMA BHANTE.

受戒者答：是的，大德。

接着受戒者俯首接受比丘的祝福，而比丘即祝福如下：

洗类纳 素卡丁 央地，
SĪLENA SUGATIM YANTI,
由持戒故，使你达生善道，

洗类纳 玻卡三巴他；
SĪLENA BHOGASAMPADĀ；
因持戒故，使你成就财富，

洗类纳 匿扑丁 央地，这是妈 洗朗 威搜踏耶。
SĪLENA NIBBUTIM YANTI, TASMĀ SĪLAM VISODHAYE.
因持戒故，使你达证涅槃，因此，你(们)应当净化戒行。

过后受戒者回答如下：

SĀDHU!
善哉!

SĀDHU!
善哉!

SĀDHU!
善哉!

ANAGARIKA* SĪLA 求授白衣男(女)*八戒文

求受者念：

A 沙沅 潘爹，素机辣巴立匿扑当比，当 趴卡
弯当 洒辣囊 卡恰味，汤茫甲 劈库
桑刊甲， 乌巴洒扛/乌巴洗扛 茫， 潘爹
他类杜 阿恰达 K 巴怒杯当，洒辣囊 卡当。
(三遍)

ESĀHAM BHANTE, SUCIRAPARINIBBUTAMPI, TAM BHAGA-
VANTAM SARANAM GACCHAMI, DHAMMAÑCA BHIKKHU
SAṄHAÑCA, UPĀSAKAM / UPĀSIKAM MAM BHANTE
DHĀRETU AJJATAGGE PĀNUPETAM, SARANAM GATAM.
(3 TIMES)

尊者大德，虽然世尊入般涅槃已久，但我还是以佛、法、
僧为皈依处。在此，请尊者忆持，从现在起，至尽形寿我
是一名优婆塞/优婆夷。(念三遍)

SĪLA FOR MAECHEE 求授为八戒女(美棋)

求受者念：

A 沙沅 潘爹，素机辣巴立匿扑当比，当 趴卡
弯当 洒辣囊 卡恰味，汤茫甲 劈库
桑刊甲， 爸趴江 茫 潘爹 上担 他类杜
阿恰达 K 巴怒杯当，洒辣囊 卡当。
(三遍)

• ANAGARIKA - 即是身着白衣，住于寺院中，持守八戒的男女信众。

ESĀHAM BHANTE, SUCIRAPARINIBBUTAMPI, TAM BHAGA-
VANTAM SARANAM GACCHAMI, DHAMMAÑCA BHIKKHU
SAṄHAÑCA, PABBAJAM MAM BHANTE, SAṄHO
DHĀRETU AJJATAGGE PĀNUPETAM, SARANAM GATAM.
(3 TIMES)

尊者大德，虽然世尊入般涅槃已久，但我还是以佛、法、
僧为皈依处。在此，请尊者忆持，从现在起，至尽形寿我
是一名“出家者”(美棋)。
(念三遍)

PUBBABHĀGANAMAKĀRAPĀṬHA 赞颂佛偈

接下来比丘念 NAMO TASSA -----三遍：

纳摩 达洒 趴卡祿多 阿辣哈多 三妈
三菩踏洒。(三遍)

NAMO TASSA BHAGAVATO ARAHATO SAMMĀ-
SAMBUDHASSA. (3 TIMES)

礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉。(三遍)

接着受戒者随念三遍。

SARANAGAMANAPĀṬHA 三皈依

过后比丘继续念三皈依及八戒文，受戒者随句
重复诵念。

善汤 BUDDHAM 我皈依佛,	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI	
汤芒 DHAMMAM 我皈依法,	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI	
上康 SANGHAM 我皈依僧,	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI	
突滴央比 DUTIYAMPI 第二次, 我皈依佛,	善汤 BUDDHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
突滴央比 DUTIYAMPI 第二次, 我皈依法,	汤芒 DHAMMAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
突滴央比 DUTIYAMPI 第二次, 我皈依僧,	上康 SANGHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次, 我皈依佛,	善汤 BUDDHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次, 我皈依法,	汤芒 DHAMMAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI
搭滴央比 TATIYAMPI 第三次, 我皈依僧,	上康 SANGHAM	洒辣囊 SARANAM	卡恰味 GACCHAMI

滴洒辣纳卡妈囊 匿替当。
OMIKKHU : TISARANAGAMANAM NITTHITAM.

比丘说 : 三皈依已授完毕。

阿妈 潘爹。
OBSERVER : ĀMA BHANTE.

受戒者答 : 是的, 尊者。

ATTHASĪLA 八戒

巴那滴巴达 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
PĀNĀTIPĀTĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除杀生。(我学习受持不杀生戒)

阿亭那搭那 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
ADINNĀDĀNĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除不与而取。(我学习受持不偷盗戒)

阿潘妈甲立压 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
ABRAHMACARIYĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除非梵行。(我学习受持不淫戒)

木沙蛙他 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
MUSĀVĀDĀ VERAMANĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除妄语。(我学习受持不妄语戒)

素拉每辣压妈插八妈踏塔那 威辣妈尼
洗卡巴汤 刹妈别压味
SURĀMERAYAMAJJAPAMĀDATTHĀNĀ VERAMANĪ
SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
我受持学处, 戒除饮酒。(我学习受持不饮酒戒) [注: 任何能致使
神志迷乱之物皆属酒类之范围]

V 咖辣玻插那 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。
VIKĀLABHOJANĀ VERAMAṆĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.
 我受持学处，戒除非时进食。(日中后至黎明)

纳甲 KEY 打蛙替打 为书咖踏洒那 妈拉干踏
 为类巴纳 他辣纳 满他纳 威扑洒纳他那
 威辣妈尼 洗卡巴汤 刹妈别压味。

**NACCAGĪTAVĀDITA VISŪKADASSANĀ MĀLĀGANDHA
 VILEPANA DHĀRANA MAṆḌANA VIBHŪSANATṬHĀNĀ
 VERAMAṆĪ SIKKHĀPADAM SAMĀDIYĀMI.**

我受持学处，戒除跳舞、唱歌、奏乐、观看娱乐、戒除以花环
 香水、化妆品、装饰品、装饰美化身体。

悟甲洒压纳 妈哈洒压那 威辣妈尼 洗卡巴汤
 刹妈别压味。

**UCCĀSAYANA MAHĀSAYANĀ VERAMAṆĪ SIKKHĀPADAM
 SAMĀDIYĀMI.**

我受持学处，戒除坐卧高贵奢侈大床。

一妈匿 阿塔 洗卡巴他匿 洒妈替鸭味。
IMĀNI ATṬHA SIKKHĀPADĀNI SAMĀDIYĀMI⁹. (3TIMES)
 这就是八项我应该持守的学处。(三遍)

接着受戒者俯首接受比丘的祝福，而比丘即祝福
 如下：

洗类纳 素卡丁 央地，
SĪLENA SUGATIM YANTI,
 由持戒故，使你达生善道，

⁹ 比丘念一遍，接着受戒者念三遍。

洗类纳 玻卡三巴他；
SĪLENA BHOGASAMPADĀ;
 因持戒故，使你成就财富，

洗类纳 匿扑丁 央地，这是妈 洗朗 威搜踏耶。
SĪLENA NIBBUTIM YANTI, TASMĀ SĪLAM VISODHAYE.
 因持戒故，使你达证涅槃，因此，你(们)应当净化戒行。

过后受戒者回答如下：

SĀDHU!
 善哉!

SĀDHU!
 善哉!

SĀDHU!
 善哉!

舍戒文

桑堪 潘爹 他累杜 喜康 巴甲卡蜜，
 搬踏朗卡， 巴趴七打威桑， 巴甲卡咪地。
SANĠHAM BHANTE DHĀRETU SIKKHAM PACCAKKHĀMI,
PANDARAṄGA, PABBAJITAVESAM, PACCAKKHĀMĪTI.
 尊者大德请忆持，我已舍去学戒，从现在起，不再是白衣八
 戒男/女了。

告别文

舍戒后离开寺院前之告别语：

居士说： 汉踏他匿 妈央 潘爹 阿不查妈
 趴呼KI甲 妈央 趴虎咖辣你压。

LAITY : **HANDADĀNI MAYAM BHANTE ĀPUCCHĀMA,**
BAHUKICCĀ MAYAM BAHUKARAṆĪYA.
 尊者大德，由于事务繁多需要处理，我们必须
 告别回去。

比丘回答说： 压洒他匿 敦HI 咖朗 满压塔。
BHIKKHU : YASSADĀNI TUMHE KĀLAM MAÑÑATHA.
 : 随时请便。

沙突 潘爹。

LAITY : **SĀDHU BHANTE.**

居士回答说： 是的，大德。



OTHERS

其它

法句经

Hīnaṃ dhammaṃ na seveyya, pamādena na saṃvase.
Micchā diṭṭhiṃ na seveyya, na siyā loka vaddhano.

不从事卑劣的事，生活不放纵，不执持邪恶的
见解，不为俗世财奴（这样才能出离生死）。

Uttīṭṭhe nappamajjeya, dhammaṃ sucaritaṃ care.
Dhamma cāri sukhaṃ seti, asmiṃ loke paramhi ca.

奋起！不放逸，实践善行的教法，实践教法的人，
今生来世皆安乐。

Dhammaṃ care sucaritaṃ, na naṃ duccharitaṃ care.
Dhamma cāri sukhaṃ seti, asmiṃ loke paramhi ca.

实践善行的教法，不可做恶的行为，实践教法
的人，今生来世皆安乐。

《世间品》第一百六十七至一百六十九偈

SĀMAṆERASIKKHĀ 沙弥学戒（学处）

阿嫩鴉西 拒 臥卡蛙， 沙妈内拉囊
踏杀西卡巴他匿， 贴素甲沙妈内累 HI 西 KHI 敦：
ANUÑÑASI KHO BHAGAVĀ, SĀMAṆERĀNAM
DASA SIKKHĀPADANI, TESU CA SĀMAṆEREHI SIKKHITUM:
这是世尊所许可的十项沙弥学处，沙弥应依此十项学处
来（自我）训练。

巴那地巴达 威辣抹尼， 阿听那他纳 威辣抹尼，
阿 BRAH 妈甲立鴉 威辣抹尼， 目沙蛙他 威辣抹尼，
素拉美辣压妈插巴妈踏他那 威辣抹尼，
V 加拉婆插那 威辣抹尼， 纳甲 GI 达蛙替达 V 素咖
踏沙那 威辣抹尼， 妈拉刊踏 V 累巴纳他辣纳
满踏纳 V 扑杀纳达那 威辣抹尼， 无甲杀压纳
妈哈洒压那 威辣妈尼， 差达路巴辣插达巴地卡哈那
威拉妈尼， 低。

PĀṆĀTIPĀTĀ VERAMAṆĪ, ADINNĀDĀNA VERAMAṆĪ,
ABRAHMACARIYĀ VERAMAṆĪ, MUṢĀVĀDA VERAMAṆĪ,
SURĀMERAYAMAJJAPAMĀDATTHĀNĀ VERAMAṆĪ,
VIKĀLABHOJANĀ VERAMAṆĪ, NACCAGĪTAVĀDITAVISŪKĀ
DASSANĀ VERAMAṆĪ, MĀLĀGANDHAVILEPANADHĀRANĀ
MANDĀNAVIBHŪSANATTHĀNĀ VERAMAṆĪ, UCCĀSAYANA
MAHĀSAYANĀ VERAMAṆĪ, JĀTARŪPARAJATAPATIGGA
HANĀ VERAMAṆĪ' TI.

一] 戒除杀生；二] 戒除不与而取；三] 戒除非梵行；四] 戒除妄语；五] 戒除饮酒；六] 戒除非时进食；七] 戒除跳舞、唱歌、奏乐、观看娱乐；八] 戒除不以花环、香水、化妆品、装饰品、装饰美化身体；九] 戒除坐卧高贵奢侈人床；十] 戒除接受金银及钱币。

阿嫩鸭西 拒 趴卡蛙， 踏洒 HI 安 KHI
杀满那卡当 沙妈内朗 那谁敦， 咖达每 HI
踏沙 HI?

ANUÑÑĀSI KHO BHAGAVĀ, DASAHI ANĀGEHI
SAMANNĀGATAM SĀMAÑERAM NĀSETUM, KATAMEHI
DASAHI?

这是世尊所允许的，若一位沙弥违犯这十项事中的任何一项，是应被摈斥，是那十项呢？

巴那地巴地火地，阿听那他依火地，阿 BRAH 妈甲立
火地，目沙蛙梯 火地，妈插巴一 火地，
扑踏洒 阿弯囊 趴洒滴，贪妈杀 阿弯囊
趴洒滴。桑卡杀 阿弯囊 趴洒滴， 咪查替
替拒 火地，劈苦尼杜洒拒 火地，
PĀNĀTIPĀTI HOTI, ADINNĀDĀYĪ HOTI, ABRAHMACĀRĪ
HOTI, MUSĀVĀDĪ HOTI, MAJJAPĀYĪ HOTI,
BUDDHASSA AVANĀNAM BHĀSĀTI, DHAMMASSA AVANĀNAM
BHĀSĀTI, SAṄGHASSA AVANĀNAM BHĀSĀTI, MICCHĀDI-
TTHIKO HOTI, BHIKKHUNĪDŪSAKO HOTI,
他犯了杀生罪。他犯了偷盗罪。他犯了淫罪。他犯了妄语罪。
他犯了饮酒罪。他毁谤佛。他毁谤法。他毁谤僧伽。他执
持邪见。他玷污比丘尼。

阿嫩鸭西 拒 趴卡蛙， 一美 HI 踏杀 HI
昂 K HI 杀满那卡当 沙妈内朗 那西敦‘滴。
ANUÑÑĀSI KHO BHAGAVĀ, IMEHI DASAHI
ANĀGEHI SAMANNĀGATAM SĀMAÑERAM NĀSETUN ‘TI.
这是世尊所允许的，若一位沙弥违犯了上述十项事中的任何
一项，是应受到摈斥的。

阿嫩鸭西 拒 趴卡蛙， 搬甲 HI 昂 K
HI 洒满那卡达杀 沙妈内辣杀 贪踏甘
茫如敦。 咖达每 HI 搬甲 HI?

ANUÑÑĀSI KHO BHAGAVĀ, PAÑCAHI ANĀGEHI
SAMANNĀGATASSA SĀMAÑERASSA DANḌAKAMMAM
KĀTUM. KATAMEHI PAÑCAHI?

这是世尊所允许的，若一位沙弥违犯这五项事中的任何一
项，是应受到处罚的，是那五项呢？

劈苦囊 阿拉趴压 巴立杀咖地， 劈苦囊
阿纳他压 巴立杀咖滴， 劈苦囊 阿那辣沙压
巴立洒咖滴， 劈苦囊 阿拒杀滴 巴立趴杀滴，
劈苦 劈苦 HI 胚贴滴。

BHIKKHŪNAM ALĀBHĀYA PARISAKKATI, BHIKKHŪNAM
ANATTHĀYA PARISAKKATI, BHIKKHŪNAM ANAVASĀYA
PARISAKKATI, BHIKKHŪNAM AKKOSATI PARIBHĀSĀTI,
BHIKKHŪ BHIKKHŪHI BHEDETI,

一、他致力使比丘们失去利得。二、他致力令比丘失去利
益。三、他致力使比丘离开住所。四、他侮辱诃骂比丘们。
五、他离间比丘，使他们分裂。

阿嫩鸭西 拒 趴卡蛙， 一每 HI 搬甲 HI 昂 K HI
杀满那卡达杀 沙妈内辣杀 贪他甘茫
如敦‘滴。

ANUÑÑĀSI KHO BHAGAVĀ, IMEHI PAÑCAHI ANĀGEHI
SAMANNĀGATASSA SĀMAÑERASSA DANḌAKAMMAM
KĀTUNTI.

这是世尊所允许的，若一位沙弥犯了上述五项事中的任何
一项，是应受到处罚。

METTĀNISAMSA SUTTAM

慈心功德经

A 汪 美 素当。A 扛 杀妈央 趴卡蛙
 沙袜替央 V 哈辣滴 J 达袜内 阿那塔挨替咖杀
 阿拉美。达他拉 拒 趴卡蛙 劈苦 阿满贴西
 劈卡我滴。趴贪贴滴 爹 劈苦 趴卡蛙多
 巴甲所孙。趴卡蛙 A 打他我甲。美达压 劈咖
 威 戒多 V 目地压 阿谢 V 达鸭 趴 V 达鸭
 趴护立咖达鸭 鸭尼咖达鸭 蛙杜咖达鸭
 阿努替达鸭 巴立及达鸭 素沙妈辣他鸭，A
 咖踏沙匿商沙 巴滴甘卡。咖达美 A 咖踏沙？
 素康 素巴滴，素康 巴地扑插滴，那 巴巴扛
 素比囊 扒杀滴，妈努沙囊 比喙 火地，
 阿妈努沙囊 比喙 火地，贴袜达 拉看地，那杀
 阿KEY 蛙 V 桑 蛙 沙当 蛙 咖妈滴，杜蛙当
 及当 洒妈替鸭地，目咖弯挪 V 巴素他滴，
 阿桑目或 咖朗 咖罗地，五达令 阿巴滴 V 赞多
 BRAH 妈罗故巴拒 火地。每达鸭 劈咖 V 戒多 V
 目替鸭 阿谢 V 达鸭 趴 V 达鸭 趴护立咖达鸭
 鸭尼咖达鸭 袜杜咖达鸭 阿努替达鸭 巴立及达鸭
 素杀妈辣他鸭。一美 A 咖踏沙尼上沙
 巴地甘卡滴。一他妈我甲 趴卡蛙。阿达妈那 爹
 劈苦 趴卡袜多 趴西当 阿劈难吞滴。

EVAM ME SUTAM. EKAM SAMAYAM BHAGAVA
 ŚAVATTHIYAM VIHARATI JETAVANE ANĀTHAPINDIKASSA
 ĀRĀME. TATRA KHO BHAGAVĀ BHIKKHŪ ĀMANTESI
 BHIKKHAVOTI. BHADANTETI TE BHIKKHŪ BHAGAVATO
 PACCASSOSUM. BHAGAVĀ ETADAVOCA. METTĀYA
 BHIKKHAVE CETOVIMUTTIYA ASEVITĀYA BHĀVITĀYA
 BAHULIKATĀYA YĀNIKATĀYA VATTHUKATĀYA
 ANUṬṬHITĀYA PARICITĀYA SUSAMĀRADDHĀYA,
 EKĀDASĀNISAMSA PĀTIKĀNKHĀ. KATAME EKĀDASA?
 SUKHAM SUPATI, SUKHAM PAṬIBUJJHATI, NA PĀPAKAM
 SUPINAM PASSATI, MANUSSANAM PIYO HOTI,
 AMANUSSANAM PIYO HOTI, DEVATĀ RAKKHANTI, NASSA
 AGGI VĀ VISAM VĀ SATTHAM VĀ KAMATI, TUVATAM
 CITTAM SAMĀDHIYATI, MUKHAVANNO VIPPASĪDATI,
 ASAMMULHO KĀLAM KAROTI, UTTARIM APPAṬIVIJHANTO
 BRAHMALOKŪPAGO HOTI. METTĀYA BHIKKHAVE
 CETOVIMUTTIYA ASEVITĀYA BHĀVITĀYA BAHULIKATĀYA
 YĀNIKATĀYA VATTHUKATĀYA ANUṬṬHITĀYA PARICITĀYA
 SUSAMĀRADDHĀYA. IME EKĀDASĀNISAMSA
 PĀTIKĀNKHĀTI. IDAMAVOCA BHAGAVĀ. ATTAMANĀ TE
 BHIKKHŪ BHAGAVATO BHĀSITAM ABHINANDUNTI.

如是我闻：有一次，世尊安住在舍卫城附近，祇树
 伽孤独长者的祇树园精舍。世尊召集比丘们，然后对他们说
 “比丘们，慈心能引发出不动摇之心。对于熟悉慈心并经常
 训练的行者，渐次掌握它并形成他的习性，该行者经过培
 育慈心后将获得十一种利益。那些利益呢？一、他睡时安宁
 ；二、醒时精神舒畅；三、不做恶梦；四、人所敬爱；五、
 非人也敬爱；六、天人护卫；七、刀兵火毒不能侵；八、易
 于心入定；九、肤色美好（容光焕发）；十、死时心不颠倒
 （临终不昏迷不恐惧）；十一、若未得解脱（生死）也将获
 生梵天界（如睡醒一般）。

比丘们，因而慈心能引发出不动摇之心。对于熟悉
 慈心并经常训练的行者，渐次掌握它并形成他的习性，该
 行者经过培育慈心后将获得这十一种利益。

佛陀宣说完后，众比丘皆欢喜信受。

ARIYATHAṄGIKAMAGGA PĀTHA 八支圣道

(汉他 妈央 阿立鸭唐 KI 卡妈
巴当 叭那妈 谢)

(HANDA MAYAM ARIYATHAṄGIKAMAGGA
PĀTHAṆ BHANĀMA SE)
(现在让我们来诵念八支圣道)

阿鸭 美祿 阿立喃 阿唐 KHI 果 妈拒, 谢鸭梯当
:上妈替替, 上妈柔伽波, 上妈蛙甲, 上妈
甘满多, 上妈阿七我, 上妈蛙鸭摩, 上妈杀滴,
上妈洒妈替。

AYAM' EVA ARIYO ATTHANGIKO MAGGO SEYYATHĪDAM
:SAMMĀDIṬṬHI, SAMMĀSAṄKAPPO, SAMMĀVĀCĀ, SAMMĀ
KAMMANTO, SAMMĀĀJĪVO, SAMMĀVĀYĀMO, SAMMĀSATI,
SAMMĀSAMĀDHI.

这条卓越的圣道, 是由八个部份组合而成。那即是: 正见、
正思维、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。

伽达妈 甲 劈卡威 上妈替替? 央 拒
劈卡威 突 K 鸭囊, 杜卡杀目他也 鸭囊,
杜卡匿罗贴 鸭囊, 杜卡尼罗他卡米尼鸭
巴地巴他鸭 鸭囊。 阿央 五甲滴 劈卡威
上妈体替。

KATAMĀ CA BHIKKHAVE SAMMĀDIṬṬHI? YAM KHO
BHIKKHAVE DUKKHE ṆĀṆAM, DUKKHASAMUDAYE ṆĀṆAM,
DUKKHANIRODHE ṆĀṆAM, DUKKHANIRODHAGĀMIṆIYĀ
VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀDIṬṬHI.

比丘们啊, 什么叫正见呢? 比丘们, 凡是知道苦, 苦生起的
原因, 苦的止息, 以及知道导致苦止息的方法, 比丘们, 这
就叫做正见。

伽达摩 甲 劈卡威 上妈商伽波? 内甘妈
又伽波, 阿拍鸭巴踏 商卡波, 阿 V HIM 沙商卡波。
阿央 五甲滴 劈卡威 上妈商卡波。

KATAMO CA BHIKKHAVE SAMMĀSAṄKAPPO? NEKKHAMMA -
SAṄKAPPO, ABYĀPĀDA SAṄKAPPO, AVIHIMSĀSAṄKAPPO.
AYAM VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀSAṄKAPPO.

比丘们啊, 什么叫做正思维呢? 凡是决心放弃感官欲乐的享
受, 决心不对任何人心怀怨恨, 决心不伤害任何生物, 比丘
们, 这就叫做正思维。

伽达妈 甲 劈卡威 上妈蛙甲? 目沙蛙他 威辣
妈尼。 比素那 蛙甲 威辣妈尼, 扒路沙
蛙甲 威拉妈尼, 上巴八拉八 威辣妈尼。 阿央
五甲地 劈卡威 上妈蛙甲。

KATAMĀ CA BHIKKHAVE SAMMĀVĀCĀ? MUSĀVĀDĀ VERA -
MANĪ, PISUNĀ VĀCĀ VERAMAṆĪ, PHARUSĀ
VĀCĀ VERAMAṆĪ, SAMPHAPPALĀPĀ VERAMAṆĪ. AYAM
VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀVĀCĀ.

比丘们啊, 什么叫做正语呢? 凡是不说妄语、不挑拨离间及
毁谤或中伤、不以恶言相向、不说无益的话语。比丘们, 这
就叫做正语。

咖达摩 甲 劈卡威 上妈甘满多? 巴那滴巴认
威辣妈尼, 阿亭那他那 威辣妈尼, 咖美素 米查
甲拉 威辣妈尼。阿央五甲地 劈卡 V 上妈
甘满多。

KATAMO CA BHIKKHAVE SAMMĀKAMMANTO? PĀNĀTIPĀTA
VERAMAÑĪ, ADINNĀDĀNĀ VERAMAÑĪ, KĀMESU MICCHĀ
CĀRĀ VERAMAÑĪ. AYAM VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀ
KAMMANTO.

比丘们啊, 什么叫做正业呢? 凡是不杀害生命, 不擅自取走他人未经许可的东西, 不邪淫(这是针对在家众, 若是比丘则为不行淫)。比丘们, 这就叫做正业。

咖打摩 甲 劈卡威 上妈阿七我? 一踏 劈卡 V
阿立鸭沙袜果, 米查阿七汪 巴哈鸭, 上妈阿七 V 纳
七 V 扛 咖比滴。阿央五甲滴 劈卡 V 上妈
阿七我。

KATAMO CA BHIKKHAVE SAMMĀĀJĪVO? IDHA BHIKKHAVE
ARIYASĀVAKO, MICCHĀĀJĪVAM PAHĀYA, SAMMĀĀJĪVENA
JIVIKAM KAPPETI. AYAM VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀ -
ĀJĪVO.

比丘们啊, 什么叫做正命呢? 比丘们, 圣者的弟子们舍弃那不正当的职业(如看相, 看风水, 经营生意等等)¹。以正当的方式维持生计(托钵化缘, 精进向道, 弘法利生等等)。比丘们, 这就叫做正命。

咖达摩 甲 劈卡威 上妈蛙鸭摩? 一踏 劈卡威
劈苦, 阿努搬那囊 八吧咖囊 阿古杀拉囊
贪妈囊 阿努巴他鸭, 祥汤 插内滴, 蛙压
妈滴, V 立央 阿拉趴滴, 几当 巴刊哈滴
巴踏哈滴。

¹ 注脚: 19 及 20 行括弧中的附注是针对出家比丘

KATAMO CA BHIKKHAVE SAMMĀVĀYĀMO? IDHA BHIKKHAVE
BHIKKHU, ANUPPANNĀNAM PĀPAKĀNAM AKUSALĀNAM
DHAMMĀNAM ANUPPĀDĀYA, CHANDAM JANETI, VĀYA -
MATI, VIRIYAM ĀRABHATI, CITTAM PAGGAÑHĀTI
PADAHATI.

比丘们啊, 什么叫做正精进呢? 比丘们, 这里有一位比丘, 心力(使心)热衷于所作, 努力振作, 精进不懈, 专心一敬, 防护那尚未生起的恶行, 令其不能生起。

五搬那囊 八吧咖囊 阿古杀拉囊 贪妈囊
巴哈那 鸭 祥汤 插内滴 蛙插妈滴 V 立央
阿辣趴滴, 几当 巴刊哈滴 巴踏哈滴。

UPPANNĀNAM PĀPAKĀNAM AKUSALĀNAM DHAMMĀNAM
PAHĀNA YA CHANDAM JANETI VĀYAMATI, VIRIYAM
ĀRABHATI, CITTAM PAGGAÑHĀTI PADAHATI.

心力(使心)热衷于所作, 努力振作, 精进不懈, 专心一敬, 舍弃那已生起的恶行, 令其断绝。

阿努搬那囊 古杀拉囊 贪妈囊 五巴他鸭
祥汤 插内滴 蛙鸭妈滴 V 立央 阿辣趴滴, 几当
巴刊哈滴 巴他哈滴。

ANUPPANNĀNAM KUSALĀNAM DHAMMĀNAM UP PĀDĀYA
CHANDAM JANETI VĀYAMATI, VIRIYAM ĀRABHATI, CITTAM
PAGGAÑHĀTI PADAHATI.

心力(使心)热衷于所作, 努力振作, 精进不懈, 专心一敬, 使尚未生起的善行, 得以生起。

五搬那囊 古杀拉囊 贪妈囊 替滴鸭
阿上抹煞鸭 劈嘴趴袜鸭 威不拉鸭 趴袜那鸭
巴立补立鸭 祥汤 插内滴 蛙压妈滴 V 立央
阿辣趴滴, 几当 巴刊哈替 巴踏哈滴。阿央
五甲滴 劈卡威 上妈蛙差摩。

UPPANNĀNAM KUSALĀNAM DHAMMĀNAM TTHITĪYĀ
ASAMMOSĀYA BHIYYOBHĀVĀYA VEPULLĀYA BHĀVANĀYA
PĀRIPURIYĀ CHANDAM JANETI VĀYAMATI, VIRIYAM
ĀRABHATI, CITTAM PAGGANHĀTI PADAHATI. AYAM
VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀVĀYĀMO.

致力（使心）热衷于所作，努力振作，精进不懈，专心一
致，维护那已生起之善行，得以不忘，并使其增长，以臻圆
满。比丘们，这就叫做正精进。

咖达妈 甲 劈卡威 上妈杀滴？ 一他 劈卡威
劈苦， 咖也 咖鸭努巴沙 V 哈辣滴， 阿打比
上巴甲挪 洒地妈， V 内鸭 罗给 阿劈差拖妈纳
商， 威踏那素 威踏那努巴西 V 哈辣滴。 阿达比
上巴差挪 杀滴妈， V 内鸭 罗给 阿劈差拖妈纳上，
几贴 几打努巴西 V 哈辣滴。 阿达巴 上巴
差挪 杀滴妈 V 内鸭 罗给 阿劈差拖妈纳上
贪美素 贪妈努巴西 V 哈辣地。 阿达比 上巴
差挪 杀滴妈， V 内鸭 罗给 阿劈差拖妈纳上。
阿央 五甲地 劈卡威 上妈杀滴。

KATAMĀ CA BHIKKHAVE SAMMĀSATI? IDHA BHIKKHAVE
BHIKKHU, KĀYE KĀYĀNUPASSĪ VIHARATI, ĀTĀPĪ
SAMPĀJĀNO SATIMĀ, VINEYYA LOKE ABHIJJHĀDOMANA-
SSAM. VEDANĀSU VEDANĀNUPASSĪ VIHARATI, ĀTĀPĪ
SAMPĀJĀNO SATIMĀ, VINEYYA LOKE ABHIJJHĀDOMANA-
SSAM. CITTE CITTĀNUPASSĪ VIHARATI, ĀTĀPĀ SAMPA
JĀNO SATIMĀ, VINEYYA LOKE ABHIJJHĀDOMANASSAM.
DHAMMESU DHAMMĀNUPASSĪ VIHARATI, ĀTĀPĪ SAMPA
JĀNO SATIMĀ, VINEYYA LOKE ABHIJJHĀDOMANASSAM.
AYAM VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀSATI.

比丘们啊，什么叫做正念呢？比丘们，这里有一位比丘。（
于日常生活中），应时时注意观察身及内身（粗及细之一切
现象），精进不懈，忆持不忘，了了分明，祛除世间的贪婪
及忧悲。（于日常生活中）应时时注意观察，受及内受（粗
与细之一切现象），精进不懈，忆持不忘，了了分明，祛除
世间的贪婪及忧悲。（于日常生活中）应时时注意观察，心
及内心（粗与细之一切现象），精进不懈，忆持不忘，了了
分明，祛除世间的贪婪及忧悲。（于日常生活中）应时时注
意观察，法及内法（粗与细之一切现象），精进不懈，忆持
不忘，了了分明，祛除世间的贪婪及忧悲。比丘们，这就叫
做正念。

咖达摩 甲 劈卡威 上妈上妈替？ 一踏 劈卡威
劈苦， VV 界蛙 咖美 HI， VV 甲 阿古杀累 HI
贪美 HI。 沙 V 达扛 沙 V 甲朗 V 威加将 比滴
素康 巴塔抹 差囊 五巴上巴插 V 哈辣滴
V 打加 V 甲拉囊， 无巴洒妈。 阿插当 上巴
沙他囊 姐达所， A 果替跃汪。 阿 V 达扛 阿 V 甲
朗， 杀妈替将 比滴素康， 杜地压差囊
无巴上巴插 V 哈辣滴。 比滴鸭 甲 V 拉卡， 五杯卡扭
甲 V 哈拉滴， 杀多甲 上巴差挪 素看甲 咖也纳
巴地上威爹滴， 央当 阿立鸭 阿几看地， 五杯卡扭
沙地妈 素卡 V 哈立地。 达地压 差囊 五巴
上巴插 V 哈辣滴， 素看 甲 巴哈那， 杜卡洒 甲
巴哈那， 不比袜 所妈纳洒拖妈纳沙囊
阿唐卡妈， 阿杜卡妈素康 五杯卡杀滴
巴立素听， 甲杜塔差囊 五巴商巴插
V 哈辣滴。 阿央 五甲滴 劈卡威 上妈沙妈替。

KATAMO CA BHIKKHAVE SAMMĀSAMĀDHI? IDHA BHIKKHAVE
 BHIKKHU, VIVICCEVA KĀMEHI, VIVICCA AKUSALEHI
 DHAMMEHI. SAVITAKKAM SAVICĀRAM VIVEKAJAM PĪTI -
 SUKKHAM PAṬHAMAJJHĀNAM UPASAMPAJJA VIHARATI.
 VITAKKVICĀRĀNAM VŪPASAMĀ. AJJHATTAM SAMPA -
 SĀDANAM CETASO EKODIBHĀVAM. AVITAKKAM AVICĀ -
 RAM, SAMĀDHIJAM PĪTISUKKHAM, DUTIYAJJHĀNAM
 UPASAMPAJJA VIHARATI. PĪTIYĀ CA VIRĀGĀ, UPEKKHAKO
 CA VIHARATI, SATO CA SAMPAJĀNO, SUKKHANCA KĀYENA
 PAṬISAMVEDETI. YANTAM ARIYĀ ĀCIKKHANTI, UPEKKHAKO
 SATIMĀ SUKKHA VIHĀRĪ TI. TATIYAJJHĀNAM UPĀ -
 SAMPAJJA VIHARATI SUKKHASSA CA PAHĀNĀ, DUKKHASSA CA
 PAHĀNĀ, PUBBEVA SOMANASSADOMANASSĀNAM
 ATṬHAṄGAMĀ, ADUKKHAMASUKKHAM UPEKKHĀSATI -
 PĀRISUDDHIM, CATUTTHAJJHĀNAM UPASAMPAJJA
 VIHARATI. AYAM VUCCATI BHIKKHAVE SAMMĀSAMĀDHI.

比丘们啊！什么叫做正定呢？这里有一位比丘，远离种种的
 感官欲求，舍弃了种种的不善之法，具足寻、伺、及喜乐²
 。此时他正住于初禅中（接下来）寻与伺也止息了（舍弃了
 ），只有喜与乐，心一境性也产生了。此时他正住于第二禅
 中（接下来）喜也渐渐淡了。他因舍离，没有执着，只处于
 正念与正知中（即忆持不忘，了了分明），此时他只剩下身³
 方面的乐，这就是圣者所赞叹的乐住，即有舍又有念，此时
 他正住于第三禅中。（接下来）乐也舍弃了，苦也舍掉了，
 先前的一切喜忧也消除了，他即进入第四禅，不苦也不乐，
 到达既有舍又有念的清静境界中。比丘们，这就叫做正定。

²根据《清净道论》的记载，初禅具有五禅支，但在大四念处经里，只有在第
 二禅时才提及心一境性。

³这里的“身”是指名身而言，不是指色身。

SĪLUDDESAPĀṬHO⁴诵戒偈²

乌波洒他祿沙内 洒差一打破：
 UPOSATHĀVASĀNE SAJJHĀYITABBO:
 诵戒结束后，应该读诵如下之偈：

卧西当 乙 DANG 贴纳 卧卡祿达 JA 纳达
 吧洒打 阿辣哈达 商妈三普贴纳，
 “SAM 撒纳西拉 BHI 卡威 V 哈辣塔
 SAM 撒纳巴滴摩卡， 巴滴摩卡 SAM 祿辣 SAM 悟达
 威哈辣塔 阿家辣 GO 甲辣三撒那 阿怒妈爹素
 辣丁素 卧压 DA 沙威 刹妈 DA 压 西卡塔
 西卡巴爹素”滴。

BHĀSITAM IDAM TENA BHAGAVATĀ JĀNATĀ
 PASSATĀ ARAHATĀ SAMMĀSAMBUDDHENA,
 “SAMPANNASĪLĀ BHIKKHAVE VIHĀRATHA
 SAMPANNA PĀṬIMOKKHĀ, PĀṬIMOKKHASAMVARASAMVUTĀ
 VIHĀRATHA ĀCĀRAGOCARASAMPANNĀ, ANUMATTESU
 VALJESU BHAYADASSĀVĪ SAMĀDĀYA SIKKHATHA
 SIKKHĀPADESŪ” TI.

这是由世尊、知者、见者、阿罗汉、正等正觉者所
 说的话：“比丘们，圆满地安住于正行之中，圆满地安住于
 波罗提木叉之中，依波罗提木叉之律仪而自我防护，在正行
 中而自我克制，能在微细的过失中看见可怕之处，于学处中
 自我训练”。

⁴以上之偈是以摩揭陀语音诵念。

答洒妈滴 HAM 黑 HI 西 KHI 答 BANG:
TASMĀTIHAMHEHI SIKKHITABBAM:
所以, 在这里我们应当学习:

“三振纳西拉 威哈立沙妈
三振纳巴滴摩卡, 巴滴摩卡三袜辣三悟
打 威哈立沙妈 阿家辣 GO 甲辣三振纳,
阿怒妈爹素 袜 J 素 趴压 DA 沙为
刹妈 DA 压 西 KHI 洒妈 西卡巴爹素”滴。
“SAMPANNASĪLĀ VIHARISSĀMA
SAMPANNAPĀṬIMOKKHĀ, PĀṬIMOKKHASAMVARASAMVU -
TĀ VIHARISSĀMA ĀCĀRAGOCARASAMPANNĀ,
ANUMATTESU VAJESU BHAYADASSĀVĪ
SĀMĀDĀYA SIKKHISSĀMA SIKKHĀPADESŪ” TI.

“圆满地安住于正行之中, 圆满地安住于波罗提木叉之中, 依波罗提木叉之律仪而自我防护, 在正行中而自我克制, 能在微细的过失中看见可怕之处, 于学处中自我训练”。

A 弯 HI 挪 西 KHIT 打 BANG.
EVAÑHI NO SIKKHITABBAM.
所以, 我们应该要这样地学习。

TĀYANAGĀTHĀ⁵

达亚那偈⁵

请 DA 受当 巴辣 KAM 妈 伽美 吧努 DA BRAH 抹纳,
CHINDASOTAM PARAKKAMMA KĀME PANŪDA BRĀHMAṆA,
梵行者呀, 努力勤奋地切断欲流, 摈弃那感官的欲乐吧!

纳吧哈压 慕尼 伽美 内伽答慕吧爸 JA 滴。
NAPPAHĀYA MUNI KĀME NEKATTAMUPAPAJATI.
若圣人不能摈弃那感官的欲乐, 则无法达到心一境性。

伽乙 RA 街 伽乙 RA 贴囊 DAN 哈美囊 巴辣伽美,
KAYIRĀ CE KAYIRĀTHENAM DAḤAMENAM PARAKKAME,
应当竭尽所能, 精进不懈地完成一切所该完成的事务,

西替罗 HI 巴立趴 JO BHI 喃 阿 KI 辣爹 辣将。
SITHILO HI PARIBBĀJO BHIYYO ĀKIRATE RAJAM.
出家者一旦放逸, 必将导致欲念的增长。

阿伽当 DU 伽当 谢喃 吧恰 打吧滴 DU 伽当,
AKATAM DUKKATAM SEYYO PACCHĀ TAPPATI DUKKATAM,
不造恶业是最好的, 因为造了过后必将带来热恼与烦忧,

伽担甲 素伽当 谢喃 央 伽答娃 纳努打吧滴。
KATAṆCA SUKATAM SEYYO YAM KATVĀ NĀNUTAPPATI.
积极行善是最好的, 因为造了善业必将带来清凉与安乐。

⁵ 以上之偈是以摩揭陀语音诵念。

古所 压踏 DU 加 HI 多 哈塔美娃努干答滴,
KUSO YATHĀ DUGGAHITO HATTHAMEVĀNUKANTATI,
就好像茅草的叶子, 必将割伤那不懂握持之人的手,

刹满央 DU 巴辣抹汤 匿 RA 压有巴咖
踏滴。

SĀMAÑÑAM DUPPARĀMATTHAM NIRAYĀYŪPAKA-
DDHATI.
同样的, 假如沙门不好好的修行, 也势将堕入地狱之中。

央 KIN 机 西替朗 干茫 三 KIT 立叹甲
央 抹当,
YAÑ KIÑCI SITHILAM KAMMAÑ SAÑKILITTHAÑCA
YAM VATAM,
放逸且懈怠, 行为不清净,

三卡洒朗 BRAH 抹甲立央 纳 当 后滴
抹哈卧兰' 滴。
SAÑKASSARAMĀ BRAHMACARIYAM NA TAM HOTI
MAHAPPHALAN' TI.
梵行生怀疑, 无法获大果。

MONGKOLCAKKAVAN GĀTHĀ

吉祥宇宙偈

依妈洒明 蒙空 家咖弯 糖北踢
PRA 喜踢,
IMASSAMING MONGKOL CAKKAVAN THANGPEDTHID
PRASITTHI,

中妈 PEN 甘 PENG KAIL 汤 CED 祥 妈 PONG 干
CONGMAPEN KAMPENGKEAW THANGCEDCHAN MAPONGKAN

HOM 龙 落 KROB TUAR 阿那搭 辣恰 谁妈那 K 爹
HOMLOM ROBKROB THURANATTA RACHA SAYMANAKHETTAY

洒满达 洒打哟 插纳 洒打 洒哈洒匿 普他 查拉
SAMANTA SATAYO CHANA SATA SAHASSANI BHUDDHA' CHĀLA

卧立 KED 爹 拉看杜 树拉看杜。
PARIK KHEDTAY RAKKHANTU SURAKKHANTU.

当第一遍诵念完毕时, 以上所画线的词汇可以由下列之词汇代替转诵
DHAMMA(贫妈) / PACCEKABHUDDHA(巴戒嘎普路) / SANGGHA(上上)

ATTHANGA DISANI

八方(十方)护卫偈

BU 拉臥 <u>BURABHĀ</u> *	拉洒明 RASSAMIN	PRA 普塔库囊, PHRABUDDHAGUNĀM,	
BU 拉臥 <u>BURABHĀ</u>	拉洒明 RASSAMIN	PRA 汤每当, PHRADHAMMETĀM,	
BU 拉臥 <u>BURABHĀ</u>	拉洒明 RASSAMIN	PRA 桑卡囊, PHRASANĠHĀNĀM,	
突加螺 DHUKKARO	卡臥央 KAPHAYĀM	威弯折耶, VIVANĠCHAIYE,	
洒臥突 洒臥 KROH, SAPPHATUK SAPPHAKROH,	洒臥 SOK SAPPHASOK	洒臥落 SAPPHAROK	洒臥拍 SAPPHAPAI
奢捏 洒臥拉 PHAM, SANIAD SAPPHALAPHAM,	沾来 JANRAI	威弯折耶 VIVANĠCHAIYE	洒臥他囊 SAPPHATHANĀM
臥弯杜美 BHAVANTUME	辣看杜 RAKKHANTU	树拉着杜。 SURAKKHANTU.	

*当第一遍诵念完毕时, 以上所画线的词汇可以由下列之词汇代替转诵:
AKANE(阿卡内) / TAKSIN(颺行) / HORADEE(HO 拉里) / PAJJIM(巴寻) /
PHAYAP(臥压) / UDORN(唔 DORN) / ISARN(一散) / PATHAVI(巴他威) /
AKARD(阿嘎). DASA(塔杀).

Phra Koon Harr 五重恩*

YOK MER KEN TER NAR, WAI BU CHA PHRA RATANA TRAI,
BU CHA KOON PHRA PUT, THI BORISUT LAA CHEAM SAI,
BU CHA KOON PHRA TAM, THI TARN NOOM NAM CHEDCHU WAI,
BU CHA KOON PHRA SONG, THI TARN DAM RONG PHRA SASANA,
BU CHA BIDA MANDA THI LIANG RAOW MA CHON TERB YAI,
BU CHA KROO ACHANT THI TARN BAN DARN VICHA HAI WAI,
BU CHA HAR YANG NI, CHAM HAI DI NA TARN EAI,
TRIAM TUA KRAB TERD NAR, TARN THI MA NAI KONG TARB TAM,

KRAB NEANG KOON PHRA PUT, THI BORISUT LAA CHEAM SAI,
KRAB SORNG KOON PHRA TAM, THI TARN NOOM NAM CHEDCHU WAI,
KRAB SAM KOON PHRA SONG, THI TARN DAM RONG PHRA SASANA,
KRAB SI BIDA MANDA DI LIANG RAOW MA CHON TERB YAI,
KRAB HAA KROO ACHANT THI TARN BAN DARN VICHA HAI WAI,
KRAB WAI HAI DAI HAR KRANG, TONG HAI CHAM NAR TARN EAI,

TOR PAI PHAI PHARK NAR, RAOW CA TERNG SERNG NIPAN.
RAOW CA TERNG SERNG NIPAN.

.....

O! Anicca 啊! 无常*

OO OOR ANICCA² SANKHARA MAN BOR TIANG²,
YANG VON VIAN NAI VATTA², KAN VIAN WAI TAI KERD²,
ROO MAI CIN ROO MAI NAE², KOR TORNG KERD³.
PROOK DAI KERD MA CHAI KAM³, NAI POB NI ROO CIN ROO NAE²,
ROO PRASERD HENG SANKHAN², MEE ARAI RAI NAI SANKHAN²,
MEE KHARN HAR U NAI SANKHAN², U NAI KAI KORNG RAOW NI²,
KAOW CAI LAEO CA LUT PORN², HENG KHUAM TUK KAN VIAN WAI²,
NAI VATTA KWAM SORNG SAN², KERD KAE LAEK CHEAB TAI²,
MA CHAI KAM NAI CHAT NI², MOOR KOR CHUEAI HAI MAI DAI²,
NAI CHAT NI³.

*以上之两首偈诵为泰文罗马化的拼音。
2 代表重复两次, 3 代表重复三次

DASAPĀRAMĪ GĀTHĀ

十波罗蜜之偈

他纳* 巴拉米 上撮擗,
DĀNA PĀRAMĪ SAMPANNO,

他纳 乌爸巴拉米 上撮擗,
DĀNA UPAPĀRAMĪ SAMPANNO,

他纳 巴辣抹塔巴辣米 上撮擗,
DĀNA PARAMATTHAPĀRAMĪ SAMPANNO,

美达 卖替立 咖路那 目替打 五杯卡 巴辣米
上撮擗,
METTĀ MAYTRĪ KARUṆĀ MUDĪTĀ UPEKKHĀ PĀRAMĪ
SAMPANNO,

一地比所 臥卡蛙,
ITIPISO BHAGAVĀ,

扑当 洒拉囊 卡查蜜 纳妈蜜沅。*
BUDDHAM SARANAM GACCHAMI NAMĀMIHAM.

* 当第一遍诵念完毕时，以上所画线的词汇可以由下列之词汇代替转诵：
SĪLA(西拉) / NEKKHAMMA(内甘妈) / PAṆṆA(搬鸭) / VIRIYA(V立鸭) /
KHANTI(看地) / SACCA(沙甲) / ADHIṬṬHĀNA(阿替他那) / METTĀ(美达)
/ UPEKKHĀ(乌杯卡)。

* 最後一句是在终结时念。

BRAHMAVIHĀRAPHARAṆĀM

四梵住

(汉他 妈央 BRAH 妈 V 哈拉巴拉囊
加罗妈 谢)
(HANDA MAYAM BRAHMAVIHĀRAPHARAṆĀM
KAROMA SE)
(现在让我们来诵念四梵住)

METTĀ

慈

洒胚 洒搭
SABBE SATTĀ
一切同在六道生死轮回的众生(一切众生),

阿威拉 哄杜,
AVERĀ HONTU,
愿他们都没有仇怨之心(无怨)。

阿臥压巴擦 哄杜,
ABYĀPAJJHĀ HONTU,
愿他们都不互相侵犯残害(无嗔)。

阿泥卡 哄杜,
ANĪGHĀ HONTU,
愿他们都安乐,没有身心之苦恼(无忧)。

输气 阿搭囊 巴立哈蓝杜。
SUKHĪ ATTĀNAM PARIHARANTU.
愿他们都善于保护自己,远离一切灾难与苦痛(善守自己的幸
福与安乐)。

KARUṆĀ

悲

洒胚 洒搭
SABBE SATTĀ

一切同在六道生死轮回的众生（一切众生），

杜卡 巴目占杜。

DUKKHĀ PAMUCCANTU.

愿他们都脱离苦。（脱离苦）

MUDITĀ

喜

洒胚 洒搭
SABBE SATTĀ

一切同在六道生死轮回的众生（一切众生），

妈 拉踏三巴地多 V 卡杆杜。

MĀ LADDHASAMPATTITO VIGACCHANTU.

愿他们不失去所获的利得。（不失利得）

UPEKKHĀ

舍

洒胚 洒搭, 甘妈沙咖, 甘妈他鸭他,

甘妈唷尼,

SABBE SATTĀ, KAMMASSAKĀ, KAMMADĀYĀDĀ,
KAMMAYONĪ,

一切众生，是己业的主人，是己业的继承人，由己业而生，

甘妈潘突, 甘妈巴地沙拉那, 央 甘芒
卡立三地,
KAMMABANDHŪ, KAMMAPATISARAṆĀ, YAM KAMMAM
KARISSANTI,
是己业的亲族，以己业为依皈，不论他们造的是何种的业，

卡拉鸭囊 蛙 爸吧扛 蛙, 达沙 他鸭他
跋 V 三地。

KALYĀṆAM VĀ PĀPAKAM VĀ, TASSA DĀYĀDĀ
BHAVISSANTI.

善的或恶的，他们必将去承担。

SĀDHU! SĀDHU! SĀDHU!

善哉! 善哉! 善哉!

SUÑÑATA BUDDHO

顺雅达铺陀

SUÑÑATA BUDDHO

太好了！今天我们还有生命。我们将尽最大的能力来履行为人的责任。对于每一件事情，都必须尽最大的努力，但是却不希望从那一个人身上得到任何回报，就算是一句短短的“谢谢您”，也不希求，因为此是法（大自然）的力量（权力）。

SUÑÑATA BUDDHO

我们的生命必定会老；必定会病；必定会死，这是肯定的。将是怎样的病法？怎样的死法？在什么时候？在哪里？我们应该作好准备。无论怎样，我们都不应该为此而苦恼，因为不是属于我们的，而是法（大自然）的。

SUÑÑATA BUDDHO

一切的亲戚朋友，由父母亲开始，直到一切财物，将会有一天远离消失。若是这样的发生了，我们将不应为此而苦恼，因为不是我们的，而是法（大自然）的。

SUÑÑATA BUDDHO

不论我们在做什么事，我们将会面对三种类的人，他说我们好（称赞）；他说我们不好（毁谤）；他对我们不感兴趣；我们将不应为此而苦恼。他说我们好，也是他的对；他说我们不好，也是他的对；他对我们不感兴趣，也是他的对；我们将不为此而苦恼，因为不是属于我们的，而是法（大自然）的。

SUÑÑATA BUDDHO

这个肉身，以及所有的成就，愿将一切都回归于法（大自然）。我们将不祈望什么；我们将不祈望成为什么，不论是此生或来生，都不祈求得到什么，因为一切都是属于法（大自然）的。

SUÑÑATA BUDDHO

每一个生命，都有苦恼。我们将不增加苦恼和罪恶于每一个生命（众生）。不论是他骂我们、诅咒我们、毁谤或破坏我们、殴打我们、甚至杀害我们，我们将不回报，因为报复的行为，比做的行为还要坏两倍；佛陀说，一切众生皆有苦恼，现在就让我们把一切的善行都回向于一切生命（众生），不论在生的或将来受生的，愿他们每一个都得到安乐吧！

SĀDHU! SĀDHU! SĀDHU!

善哉！善哉！善哉！

ABHIDHAMMA

DHAMMASAṄGAṆĪ

Kusalā dhammā, akusalā dhammā, abyakatā dhammā. Katame dhammā kusalā? Yasmiṃ samaye kāmāvacaram kusalam cittam uppannam hoti somanassasahagatam nāṇasampayuttam, rūpārammanam vā saddārammaṇam vā gandhārammaṇam vā rasārammaṇam vā phoṭṭhabbārammaṇam vā dhammārammaṇam vā yaṃ yaṃ vā panā-rabbha, tasmim samaye phasso hoti, avikkhepo hoti, ye vā pana tasmim samaye, aññepi aṭṭhi paṭicca samuppannā, arūpino dhammā, ime dhammā kusalā.

VIBHAṄGA

Pañcakkhandhā: rūpakkhando, vedanākkhandho, saññākkhandho, saṅkhārakkhandho, viññāṇakkhandho. Tattha katamo rūpakkhando? Yaṅkiñcirūpam atītānāgatapaccuppannam, ajjhattam vā bahiddhā vā, olārikam vā sukhumam vā, hīnam vā paṇītam vā, yaṃ dūre vā santike vā, tadekajjam abhisaññūhitvā, abhisankipitvā; ayam vuccati rūpakkhando.

DHĀTU-KATHĀ

Saṅgaho asaṅgaho: saṅgahitena asaṅgahitam, asaṅgahitena saṅgahitam, saṅgahitena saṅgahitam, asaṅgahitena asaṅgahitam, sampayogo, vippayogo, sampayuttena vippayuttam, vippayuttena sampayuttam, asaṅgahitam.

PUGGALA-PAÑÑATTI

Cha Paññattiyo: khandhapaññatti, āyatana-paññatti, dhātupaññatti, saccapaññatti, indriya-paññatti, puggalapaññatti. Kittāvatā puggalānam puggalapaññatti? Samayavimutto, asamayavimutto, kuppadhammo, akuppadhammo. Parihānadhammo, aparihānadhammo. Cetanābhabbo, anurakkhanābhabbo. Puthujjano, gotrabhū, bhayūparato, abhayūparato. Bhabbāgamano, abhabbāgamano. Niyato, aniyato. Paṭipannako phaleṭṭhito. Arahā, arahattāya paṭipanno.

KATHĀ-VATTHU

Puggalo upalabbhati: sacchikatthaparamatthenāti? Āmantā. Yo sacchikattho paramattho, tato so puggalo upalabbhati, sacchikatthaparamatthenāti? Na hevaṃ vatable, ājānāhi niggahaṃ, hañci puggalo upalabbhati, sacchikatthaparamatthena? Tena vata re vatable. Yo sacchikattho paramattho, tato so puggalo upalabbhati sacchikatthaparamatthenāti micchā.

YAMAKA

Ye keci kusalā dhammā, sabbe te kusalamūlā. Ye vā pana kusalamūlā, sabbe te dhammā kusalā. Ye keci kusalā dhammā, sabbe te kusalamūlena ekamūlā. Ye vā pana kusalamūlena ekamūlā, sabbe te dhammā kusalā.

PAṬṬHANA

Hetupaccayo,	ārammaṇapaccayo,
adhipaṭipaccayo,	anantarapaccayo,
samanantarapaccayo,	sahajātapaccayo,
aññamaññapaccayo,	nissayapaccayo,
upanissayapaccayo,	purejātapaccayo,
pacchājātapaccayo,	āsevanapaccayo,
kammaṇapaccayo,	vipākapaccayo,
āhārapaccayo,	indriyapaccayo,
jhānapaccayo,	maggapaccayo,
sampayuttapaccayo,	vippayuttapaccayo,
atthipaccayo,	natthipaccayo,
vigatapaccayo,	avigatapaccayo.

PAMSUKULA

DHAMMASAṄGAṆĪMATIKĀPĀṬHA

Kusalā dhammā, akusaḷā dhammā, abyākatā dhammā.

Sukhāya vedanāya sampayuttā dhammā, Dukkhāya vedanāya sampayuttā dhammā, Adukkhamasukhāya vedanāya sampayuttā dhammā.

Vipākā dhammā, Vipākadhammadhammā, Nevavipākanavipākadhammadhammā.

Upādinnupādāniyā dhammā, Anupādinnupādāniyā dhammā, Anupādinnānupādāniyā dhammā.

Saṅkiliṭṭhasaṅkilesikā dhammā, Asaṅkiliṭṭhasaṅkilesikā dhammā, Asaṅkiliṭṭhāsaṅkilesikā dhammā.

Savitakkasavicārā dhammā, Avitakkavicāramattā dhammā, Avitakkāvicārā dhammā.

Pītisahagatā dhammā, Sukhasahagatā dhammā, Upekkhāsahagatā dhammā.

Dassanena pahātabbā dhammā, Bhāvanāya pahātabbā dhammā, nevadassanena na bhāvanāya pahātabbā dhammā.

Dassanena pahātabbahetukā dhammā, Bhāvanāya pahātabbahetukā dhammā, Nevadassanena na bhāvanāya pahātabbahetukā dhammā.

Ācayagāmino dhammā, Apacayagāmino dhammā, Nevācayagāmino nāpacayagāmino dhammā.

Sekkhā dhammā, Asekkhā dhammā, Nevasekkhā nāsekkhā dhammā.

Parittā dhammā, Mahaggatā dhammā, Appamāṇā dhammā.

Parittārammaṇā dhammā, Mahaggatārammaṇā dhammā, Appamāṇārammaṇā dhammā.

—Hīnā dhammā, Majjhimā dhammā, Paṇitā dhammā.

Micchattaniyatā dhammā, Sammattaniyatā
dhammā, Aniyatā dhammā.

Maggārammaṇā dhammā, Maggahetukā
dhammā, Maggādhipatino dhammā.

Uppannā dhammā, Anuppannā dhammā, Uppā-
dino dhammā.

Atītā dhammā, Anāgatā dhammā, Paccuppan-
nā dhammā.

Atītārammaṇā dhammā, Anāgatārammaṇā
dhammā, Paccuppannārammaṇā dhammā.

Ajjhattā dhammā, Bahiddhā dhammā, Ajjhata-
bahiddhā dhammā.

Ajjhattārammaṇā dhammā, Bahiddhārammaṇā
dhammā, Ajjhatabhiddhārammaṇā dhammā.

Sanidassanasappaṭighā dhammā, Anidassana-
sappaṭighā dhammā, Anidassanappaṭighā dham-
mā.

PAṬṬHĀNAMĀTIKĀPĀṬHA

Hetupaccayo,	ārammaṇapaccayo,
adhipaṭipaccayo,	anantarapaccayo,
samanantarapaccayo,	sahajātapaccayo,
aññamaññapaccayo,	nissayapaccayo,
upanissayapaccayo,	purejātapaccayo,
pacchājātapaccayo,	āsevanapaccayo,
kammaṇapaccayo,	vipākapaccayo,
āhārapaccayo,	indriyapaccayo,
jhānapaccayo,	maggapaccayo,
sampayuttapaccayo,	vippayuttapaccayo,
atthipaccayo,	natthipaccayo,
vigatapaccayo,	avigatapaccayo.

PAṀSUKULAGĀTHĀ

Aniccā vata saṅkhārā, Uppādavayadhammino
Uppajjitvā nirujjhant, Tesarṃ vūpasamo sukkho.
Sabbe sattā maranti ca, Marimsu ca marissare
Tathevāhaṃ marissāmi, Natthi me ettha saṃsayo.

ADĀSIMEADIGĀTHĀ

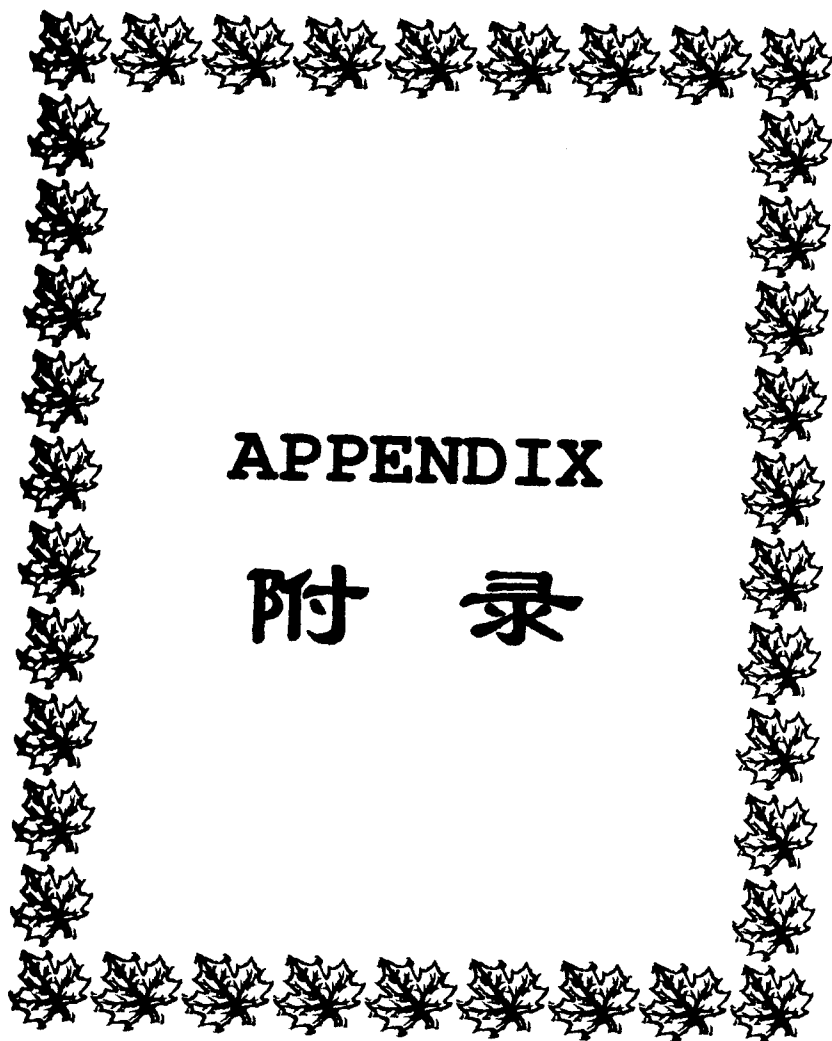
ADĀSI ME AKĀSI ME ÑĀTIMITTĀ SAKHĀ
CA ME, PETĀNAM DAKKHIṆAM DAJJĀ
PUBBE KATAMANUSSARAM.

NA HI RUṆṆAM VĀ SOKO VĀ YĀ VAÑÑĀ
PARIDEVANĀ, NA TAṀ PETĀNAMATTHĀ
YA EVAM TIṬṬHANTI ÑĀTAYO.

AYAÑCA KHO DAKKHIṆĀ DINNĀ SAṄ-
GHAM HI SUPATIṬṬHITĀ, DĪGHARATTAM
HITĀYASSA ṬHĀNASO UPAKAPPATI.

SO ÑĀTIDHAMMO CA AYAM NIDASSITO,
PETĀNA PŪJĀ CA KATĀ ULĀRĀ, BALAÑCA
BHIKKHŪNAMANUPPADINNAM, TUMHEHI
PUÑÑAM PASUTAM ANAPPAKANTI.

📖 札记：



APPENDIX

附录

法句经

Tam putta pasu sammattam, byāsatta manasam naram.
Suttam gāmaṃ mahogho' va, maccu ādāya gacchati.

溺爱儿子及家畜，心有种种执着者，为死神捕捉去，如洪水冲掉沉睡中的村落。

Na santi puttā tāṇāya, na pitā na' pi bandhavā.
Antakenādhpannassa, natthi nātisu tāṇatā.

儿子们不能救护，父亲及亲戚也不能救护；当为死神捕捉去时，无亲族能救护。

Etam atthavasam nātvā, paṇḍito sīla sam vuto. Nibbāna
gamanam maggam, khippam' eva visodhaye.

知道这道理，智者守持戒律，迅速地清除趋向涅槃之道的障碍。

《道品》第二百八十七至二百八十九偈

The Pāli Alphabet 巴利文字符

Pronunciation of Letters 与发音

a	as	u	in	but
ā	as	a	in	art
i	as	i	in	pin
ī	as	i	in	machine
u	as	u	in	put
ū	as	u	in	rule
e	as	e	in	ten
ē	as	a	in	fate
o	as	o	in	hot
ō	as	o	in	note
k	as	k	in	key
kh	as	kh	in	blackheath
g	as	g	in	get
gh	as	gh	in	ghost
ṅ	as	ng	in	ring
c	as	ch	in	rich
ch	as	ch-h	in	witch-house
j	as	j	in	jug
jh	as	jh	in	jhāna
ñ	as	gn	in	signor
t	as	t	in	not
th	as	t-h	in	cat-head

d	as	d	in	day
dh	as	dh	in	dhow
n	as	n	in	hint
t	as	t	in	temple
th	as	th	in	thunder
d	as	d	in	daddy
dh	as	dh	in	adherent
n	as	n	in	name
p	as	p	in	publicus
ph	as	ph	in	phantom
b	as	b	in	hall
bh	as	bh	in	abhorance
m	as	m	in	mother
y	as	y	in	yard
r	as	r	in	rat
l	as	l	in	felt
v	as	v	in	vile
s	as	s	in	sun
h	as	h	in	hat
l	as	l	in	asalha
m	as	ung	in	ungent

母音：A Ā I Ī U Ū E O

子音：	K	KH	G	GH	Ñ
	C	CH	J	JH	Ñ
	T	TH	D	DH	N
	Ṭ	ṬH	Ḍ	ḌH	N
	P	PH	B	BH	M
	Y	R	L	V	S
	H	L	M		

长音：Ā Ī Ū Ē O

鼻音：Ñ M (例如：SAÑ/GHA, TAM)

韵唇音：N Ñ N M (例如：VAN/DANĀ, PAÑ/ÑĀ, KARUNĀ, TAM)

韵母“e”和“o”如不加以标明皆发长音；只有在双声母之前例外，如：ettha, ottha。为了使诵读方便，一般上长“e”和长“o”，都标以调号，如：“ē”、“ō”。

声母“n”和“m”并无差别，这两个声母永不居后（尾音），经常出现在字词的前端。

声母“t”和“d”为齿音（舌尖置于上排牙齿，一并发音）。

声母“kh”、“gh”、“ṭh”、“ḍh”、“th”、“dh”、“ph”和“bh”为送气音，发音时以“h”为尾音。如：blockhead、pighead、cathead、loghead等，尾音与声母一并发音

当子音“y”用在最后时，以“i”来代替尾音，例如：“ney”变成“nei”、“sey”变成“sei”、“dhey”变成“thei”、“may”变成“mai”。

当发双“ññ”音时，第二个“ñ”是用“y”加以代替，而第一个“ñ”仍保持不变，例如：“puñña”变成“puñ-ya”、“koṇḍañña”变成“koṇ-ḍañ-ya”。

当子音“s”用在尾音时，发音的时候则以“t”为发音，例如：“tassa”变成“tat-sa”。

宁心寺信众

陈美娇

南 春

陈秀贞

陈倪廷

郑美容

齐志禄

陈庚辛

陈乾成

刘巧心

陈傅金

陈贵业

齐德恩

陈爱徽

杜成助

许荣发

钟伟盛

罗美芬

钟贵友

罗志伟

罗志鸿

刘敏慈

陈福荣

罗美霞

谢夏萍

郑启利

黄因端

谢玉龙

赖伟展

郭瑞芳

郭明俊

倪玉清

覃惠坤

林 盛

曾福龙

叶福盛

陈丽娘

罗 翰

罗陆娇

陈成英

淑 云

罗陆成

郭瑞银

何彦占

古文成

邓木城

苏文城

苏文好

古美玲

林丽娇

陈传师

陈海水

沈翠凤

沈玉英

沈宝英

杜丕发

杜征襄

杜征鸿

杜妍鸽

郭瑞英

黄龙鹏

陈传娣

王文福

罗碧霞

罗喜亮

罗喜健

罗碧湘

郑凯谦

郑凯价

助印者芳名录

陈家好

钟振东

钟振乐

钟海崇

钟曠丰

梁钻容

彭翠其

陈炳宏

林秀玲

林友清

林友金

许爱梅

林友华

王美娟

陈燕依

陈燕凤

陈燕佩

陈祥和

陈俊卿

林敏全

潘杜金

郑礼同

廖国中

助印者芳名录

陈秀琴	刘显福	陈菡敬	钟志鸿
邬威良	曾秀梅	陈贤胜	洪伟峰
黎桂泉	陈金花	张淑珍	洪伟豪
刘汉民	叶安琪	林荣德	李月明
陈彩凤	谭志华	张康辉	廖清发
郑伟强	陆思	张学辉	林琥翔
郑春镁	黄美兰	张明辉	吕亚财
张凤英	苏丽燕	刘亿祥	徐慷仁
孔洁桦	陈秀珍	林泗进	梁笑
杜金莲	陈矜珠	林泗炎	林赛琴
孔俊伟	赖麻桦	陈雪莲	陈丽如
孔俊强	廖小淇	吴昌发	陈昌盛
孔芙蓉	廖小淋	叶庆昌	林君文
吴威国	廖小雁	纪秀莲	陈喜文夫妇
高明春	许秀英	卢月娇	无名氏 1
张国良	陈菡琪	丘静仪	无名氏 2
张志豪	陈菡钰	叶维合	无名氏 3
张慧瑶	陈菡	叶婉茹	

符祥兴合家
林之兴合家
孙寿山合家
薛茂森合家

张雪莲合家
卓元禧合家
翁书庆合家
陈传生合家

王亚福合家
黄贵财合家
胡金福合家
净施合家

助印者芳名录

何美雅合家	苏丽萍合家	陈成宝 (已故)
李大信合家	陈锦松合家	林云英 (已故)
陈来英合家	江丽娟 (已故)	王贤琼 (已故)
陈金福合家	彭锦凌 (已故)	余昌龙 (已故)
陈金铭合家	洪素珍 (已故)	王朝炳 (已故)
陈秋山合家	吴雅 (已故)	刘淑琴 (已故)
苏丽美合家	林大闾 (已故)	

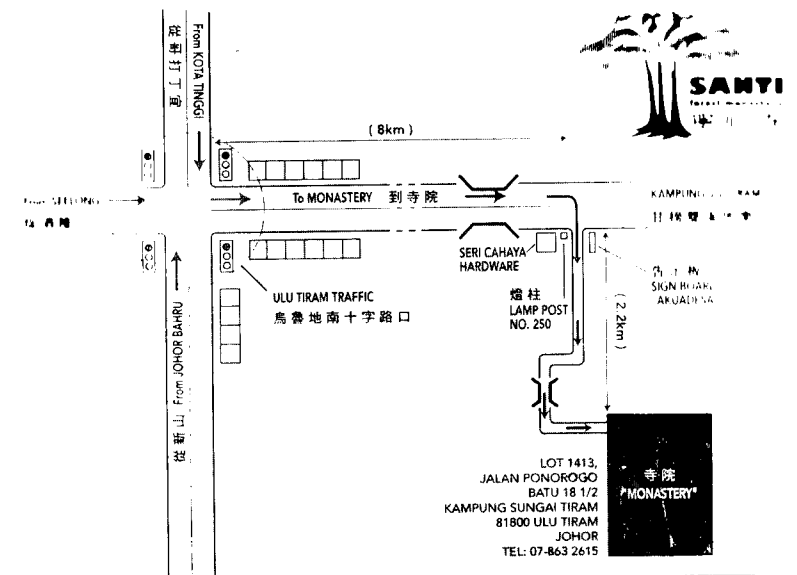
WANG SHIOW HUAY
K. Y. ONG
HEW CHEONG FATT & FAMILY
BRO. SAM & FAMILY
TAN KUI CHEN
TAN KUEE FONG
JENNY CHAN
SIM JOP MOI
TAN BOK TECK & FAMILY
MACHEE SART
MACHEE NAR
MACHEE BOONSEAM
MACHEE SUWAN

DELICATION OF MERITS

By the merits accrued in the printing of this book,
May all beings, seen and unseen,
live happily and peacefully,
Cultivating the Path of Mental Purification
leading ever towards the overcoming of all suffering
Thus attaining the bliss of Nibbana!

愿以此功德 回向于一切
我等与众生 皆共获解脱

LOCATION MAP OF SANTI MONASTERY



法光禅修林地址

