

DHAMMIKA  
ASHRAMAYA  
CHANTING BOOK

正直寺課誦本



# 目 錄

Morning Chanting 早 課 .....	1
Ti-saraṇa 三歸依.....	2
Dasa Sīla 十戒 .....	3
Ārāḍhanā 邀請 .....	5
1. Tela - Padipa Pūjā 供油燈 .....	5
2. Sittha Pūjā 供燈燭 .....	5
3. Sugandhī Pūjā 供香.....	6
4. Pānīya Pūjā 供水.....	6
5. Puppha Pūjā 供花.....	6
Buddha Vandanā 禮敬佛 .....	7
Dhamma Vandanā 禮敬法 .....	7
Saṅgha Vandanā 禮敬僧.....	8
Bodhi Vandanā 禮敬菩提樹.....	8
Cetiya Vandanā 禮敬塔等 .....	11
The Utmost Reverence to Triple Gems 對三寶最高的禮敬 .....	12
Karaṇīya Mettā Sutta 應行慈愛經.....	13
Dasa-Dhamma Sutta 十法經.....	17
Mora-Paritta 孔雀護衛經 .....	21
Sugatovādaya 善逝教誡 .....	22

Sharing Merits 分享功德 .....	24
Devānumodanā 諸天隨喜 .....	24
Puññānumodanā 隨喜所累積的功德 .....	25
Patthanā 發願 .....	26
Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕 .....	27
Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒 .....	28
祝福聖法大長老 .....	30
Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒（尼師） .....	30
長者祝福 .....	32
Evening Chanting 晚 課 .....	34
Ārāḍhanā 邀請 .....	35
1. Tela - Padipa Pūjā 供油燈 .....	35
2. Sittha Pūjā 供燈燭 .....	35
3. Sugandhī Pūjā 供香 .....	36
4. Pānīya Pūjā 供水 .....	36
5. Gilāna Pūjā 供非時漿 .....	36
6. Puppha Pūjā 供花 .....	37
Buddha Vandanā 禮敬佛 .....	37
Dhamma Vandanā 禮敬法 .....	39
Saṅgha Vandanā 禮敬僧 .....	40

Bodhi Vandanā 禮敬菩提樹 .....	42
Cetiya Vandanā 禮敬塔等 .....	45
Respect to four Holy Places 禮敬四個聖地 .....	45
The Utmost Reverence to Triple Gems 對三寶最高的禮敬 .....	47
Cuddasa Buddha-Nāṇāni 佛陀的 14 種智 .....	48
Devārādhana 邀請諸天 .....	51
Buddha Vandanā 禮敬佛 .....	52
Dhamma Vandanā 禮敬法 .....	52
Saṅgha Vandanā 禮敬僧 .....	52
SUTTA 經 .....	54
Mahā-māṅgala Sutta 大吉祥經 .....	54
Ratana Sutta 寶經 .....	58
Karaṇīya Mettā Sutta 應行慈愛經 .....	68
Dhajagga Sutta 旌旗頂經 .....	73
Mahā-Kassapātthera-Bojjhaṅga-Sutta 大迦葉覺支經 .....	81
Mahā-Moggallānatthera-Bojjhaṅga-Sutta 目犍連覺支經 .....	86
Mahā-Cundatthera-Bojjhaṅga-Sutta 純陀覺支經 .....	91
Girimānanda Sutta 吉利馬難達經 .....	95
Dhammacakkavattana-Sutta 轉法輪經 .....	110
Aṭṭha-Vīsati Buddha Paritta 二十八佛護衛 .....	133
Mora-Paritta 孔雀護衛經 .....	135

Khanda Paritta 蘊護經 .....	136
Sugatovādaya 善逝教誡 .....	139
Catu-Paccavekkhanā 四資具省思 .....	141
Sharing Merits 分享功德 .....	146
Devānumodanā 諸天隨喜 .....	146
Puññānumodanā 隨喜所累積的功德 .....	147
Patthanā 發願 .....	148
Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕 .....	149
Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒 .....	150
祝福聖法大長老 .....	152
Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒 (尼師) .....	152
長者祝福 .....	154
<b>正直寺佛法開示日誦經 .....</b>	<b>156</b>
Ārādhanā 邀請 .....	156
1. Tela - Padipa Pūjā 供油燈 .....	156
2. Sittha Pūjā 供燈燭 .....	157
3. Sugandhī Pūjā 供香 .....	157
4. Pānīya Pūjā 供水 .....	157
5. Puppha Pūjā 供花 .....	157
Buddha Vandanā 禮敬佛 .....	158

Dhamma Vandanā 禮敬法 .....	159
Saṅgha Vandanā 禮敬僧 .....	159
Cetiya Vandanā 禮敬塔等 .....	160
Karaṇīya Mettā Sutta 應行慈愛經 .....	160
Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕 .....	166
Patthanā 發願 .....	170
Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕 .....	171
Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒 .....	172
<b>Sīla 持戒</b> .....	174
Nekkhamā Dasa Sīla 出離十戒 .....	174
Aṭṭhaṅga-Uposatha Sīla 伍婆薩塔戒 .....	178
Ājīva-aṭṭhamaka Sīla 活命八戒 .....	183

# **Morning Chanting**

**早 課**

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa (x3)

那摩 答色 帕咖瓦多 阿拉哈多 三瑪三-不達色 (三遍)

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者

### **Ti-saraṇa 三歸依**

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

菩當 薩拉囊 嘎恰米

我歸依佛

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

當忙 薩拉囊 嘎恰米

我歸依法

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

桑康 薩拉囊 嘎恰米

我歸依僧

Dutiyam'pi, Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

度地揚'比 菩當 薩拉囊 嘎恰米

第二次我歸依佛

Dutiyam'pi, Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

度地揚'比 當忙 薩拉囊 嘎恰米

第二次我歸依法

Dutiyam'pi, Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

度地揚'比 桑康 薩拉囊 嘎恰米

第二次我歸依僧

Tatiyam'pi, Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達地揚'比 菩當 薩拉囊 嘎恰米

第三次我歸依佛



Tatīyam'pi, Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達地揚'比 當忙 薩拉囊 嘎恰米

第三次我歸依法

Tatīyam'pi, Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達地揚'比 桑康 薩拉囊 嘎恰米

第三次我歸依僧

## Dasa Sila 十戒

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

把那地把達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米

我受持離殺生學處

2. Adinnā-dānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

阿釘那-達納 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米

我受持離不與取學處

3. Abrahma-cariyā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

阿不拉馬-恰裏亞 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米

我受持離非梵行學處

4. Musā-vādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

目薩-瓦達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米

我受持離妄語學處

5. Surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

素拉-梅拉亞-馬加-把馬達他那 為拉馬尼 西卡巴當  
薩馬迪亞米

我受持離放逸之因的諸酒類學處

6. Vikāla-bhojanā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

V 卡樂-波加納 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米

我受持離非時食學處

7. Naca-gīta-vādita-visūka-dassanā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.

那恰-gi 德-瓦迪德- V 素可-達薩納 為拉馬尼 西卡巴當  
薩馬迪亞米

我受持離觀（聽）跳舞、唱歌、音樂、表演學處

8. Mālā-gandha-vilepana-dhāraṇa-mandana-vibhūsanatthānā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.

馬拉-趕德-V 雷巴呢-達拉呢-滿達呢-V 部薩呢他那  
為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米

我受持離戴持、塗抹、莊嚴原因的花鬘、香、塗香學處

9. Uccā-sayana mahā-sayanā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.

烏恰-薩亞呢 馬哈-薩亞那 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離（坐臥）高、大座臥具學處

10. Jāta-rupa-rajata-patiggahaṇā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.

加德-如巴-拉加德-把地嘎哈那 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬  
迪亞米

我受持離接受金銀（錢）學處

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa (x3)

那摩 答色 帕咖瓦多 阿拉哈多 三瑪三-不達色 (三遍)

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者

### Ārādhana 邀請

Yāvata Bhagavā loke - tiṭṭheyya tava sāsanaṃ

亞瓦大 帕咖瓦 略給 - 地爹亞 達瓦 撒薩囊

Tāvata patigaṇhātu - pūjā lokānukampayā

達瓦大 把地趕哈度 - 補加 咯卡努看臥亞

世尊，只要您的教法還住於世間的時候，

願您出於對世間的悲憫而接受供養。

### 1. Tela - Padipa Pūjā 供油燈

Gandha-telappadittena - dīpena tama-dhamṣinā

趕得-爹樂把地跌呢 - 迪杯呢 達麼-當西那

Tiloka-dīpaṃ Sambuddhaṃ - pūjāyāmi tamo-nudaṃ.

地咯可-迪幫 三補當 - 補加亞米 達磨-努當

以這驅除黑暗的燃燒油燈，

我供養滅除（無明）黑暗三界燈正覺佛陀。

### 2. Sittha Pūjā 供燈燭

Sittha-telappadittena - dīpena tama-dhamṣinā

希特-爹樂把地跌呢 - 迪杯呢 達瑪-當西那

Tiloka-dīpaṃ Sambuddhaṃ - pūjāyāmi tamo-nudaṃ.

地咯可-地幫 三補當 - 補加亞米 達磨-努當

以這驅除黑暗的燃燒燈燭，

我供養滅除（無明）黑暗三界燈正覺佛陀。

### 3. Sugandhī Pūjā 供香

Sugandhi-kāya-vadanam – ananta-guṇa-gandhinam  
素趕地-卡亞-瓦德囊 – 阿南得-古呢-趕地囊  
Sugandhinā'ham gandhena – pūjāyami Tathāgataṁ  
素趕地那'航 趕爹呢 – 不加亞米 達它嘎當  
我以此香供養具足無量功德身語香的如來。

### 4. Pānīya Pūjā 供水

Sugandham sītaṁ kappam – pasanna-madhuraṁ subham  
素趕當 西達浪 卡幫 – 把三呢-馬度嚙-素幫  
Pānīyam·etaṁ Bhagavā – patigaṇhātu·m·uttama  
把尼亞 美當 帕咖瓦 – 把地趕哈度 目達麼  
世尊，至上者，願您接受此清香、清涼、舒適、  
澄淨、甘甜與清淨之水。

### 5. Puppha Pūjā 供花

Vaṇṇa-gandha-guṇopetaṁ – etaṁ kusuma-santatiṁ  
完呢-趕特-古諾杯當 – A 當 庫素麼 – 三達定  
Pūjāyāmi Munindassa – siri-pāda-saroruhe  
補加亞米 目您達色 – 西麗 – 把得 – 薩略如黑  
Pūjemi Buddhaṁ Kusumena nena  
補街米 補當 庫素梅呢 內呢  
Puñṇena me tena labhāmi mokkham  
補捏呢 梅 爹呢 拉八蜜 磨康  
Pupphaṁ milāyati yathā idaṁ me

布旁 米拉亞地 亞他 依當 梅

Kāyo tathā yāti vināsa-bhāvaṃ

卡啣 塔他 亞地 V 那色-帕王

我將這具足色德質的花聚供養于牟尼王（佛陀）的蓮足。

我供養花給佛陀，以我的這種功德使我能獲得解脫（輪回）；  
猶如這些花將會枯萎，我的身體也將會走向毀滅。

### **Buddha Vandanā 禮敬佛**

Iti'pi so Bhagavā Arahaṃ, Sammāsambuddho, Vijjā-caraṇa-  
sampanno, Sugato, Loka-vidū, Anuttaro purisa-damma-sārathi, Satthā  
deva-manussānaṃ, Buddho, Bhagavā'ti.

依弟' 比 叟 帕卡哇 阿拉航，三瑪三不多，V 家-恰拉呢-三般  
諾，速嘎多，羅可-V 杜，阿努德羅 不立色-唐瑪-薩拉弟，薩他  
爹哇-瑪努薩囊，不多，臥卡瓦' 弟。

世尊即是：阿羅漢、全自覺者、明行足、善逝、世間解、無上  
調禦丈夫、天人師、佛陀、世尊。

### **Dhamma Vandanā 禮敬法**

Svākkhāto Bhagavatā Dhammo, Sandhiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko,  
Opanayiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhī 'ti.

蘇瓦卡都 臥卡瓦達 當摩，三迪提口，阿卡裡口，A hi 把西口，  
哦把那依口，把恰當 威迪達波 V 扭 hi 地。

世尊所善說的法、現前可見、無過時的、請來看、導向、為每  
個智者皆能證知的。

## Saṅgha Vandanā 禮敬僧

Supaṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, uju-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, ñāya-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, sāmīci-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, yad-idaṃ cattāri purisa-yugāni attha purisa-puggalā, esa Bhagavato sāvaka-saṅgho, āhuneyyo, pāhuneyyo, dakkhineyyo, añjali-karaniyo, anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā'ti.

速把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，烏足-八地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，尼亞呀-把地般諾 帕卡瓦多 薩瓦可-桑口，薩米起-把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，亞地當 恰他力 不裡色-又嘎尼 阿特 不裡色-不嘎拉，A 色 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，阿呼內啣，把呼內啣，達 ki 內啣，安家裡-卡拉尼啣，阿努德讓 補你亞給當 咯卡薩'地。

世尊的聲聞僧眾是善於行道；世尊的聲聞僧眾是正直行道；世尊的聲聞僧眾是真實行；世尊的聲聞僧眾是正當行道的；即四雙八輩的世尊的聲聞僧眾，是應供養、應供奉者、應施於者、應合掌（禮敬）者，為世間無上的福田。

## Bodhi Vandanā 禮敬菩提樹

Yassa mūle nisinnova - sabbāri vijayam akā

亞色 目雷 尼希耨哇-薩巴裏 V 加楊 阿卡

Patto sabbaññu taṃ satthā - Vande taṃ Bodhi pādapaṃ

巴豆 薩巴牛 當 薩他 - 萬爹 當 波迪 把德邦

Ime ete māha Bodhi - Loka nāthena pūjitā

一梅 A 爹 馬哈 波迪 - 咯可 那貼呢 不幾達

Ahampi te namassāmi - Bodhi Rājā namathu te

阿航比 爹 那馬薩米 - 波迪 拉加 那馬土 爹  
導師坐在它的下面戰勝了一切敵、  
証悟了一切知，我禮敬此菩提樹。  
這是世間守護者（佛陀）禮敬的大菩提樹。  
我也禮敬你，願禮敬你 - 偉大的菩提樹。

**\*有些場合也會接著念以下**

\*Paṭhamam bodhi pallankam - dutiyañ ca animmisam  
帕塔芒 波提 帕朗康 - 度地楊 恰 阿尼米桑  
Tatiyam caṅkamanam seṭṭham - catuttham ratanāgharam  
達地楊 墻卡瑪囊 誰唐 - 恰圖唐 拉塔納嘎讓  
第一處菩提樹下雙盤而坐 - 第二處目不轉睛，  
第三處勝經行路 - 第四處寶石室。

Pañcamam Ajapālañ ca - Muñcalindena chaṭṭhamam  
盤恰芒 阿加帕蘭 恰 - 目唵恰林爹呢 恰特芒  
Sattamam Rājāyatanam - vande tam Muni sevitaṃ  
薩得芒 拉加亞塔囊 - 萬爹 當 目尼 誰 V 當  
第五處 Ajapāla 樹下 - 第六處龍王處  
第七處 Rājāyata 樹 - 我禮敬牟尼所行處。

Mahā kārunā rasa patimaṇḍitassa  
瑪哈 卡如那 啦色 帕地曼迪達色  
Ananta ñāṇassa, asādhāraṇa paññāssa,  
啊難德 尼亞那色， 啊薩達啦呢 帕尼亞色  
Dasa pāramitā bala samuditassa,  
達色 帕啦蜜達 巴勒 薩目迪達色

Dasa bala samannāgattassa,

達色 巴勒 薩曼那嘎達色

Aparimeyya guna sāgarassa,

啊帕裏梅亞 古呢 薩嘎啦色

Amhākaṃ Satthuno

安哈康 撒圖耨

Sarasa ramsi jāla parikiṇṇaṃ

撒啦色 讓西 加勒 帕裏 kin 囊

Sammā Sambuddha pūjitaṃ

三嗎 三普答 布機當

Siri bodhi rājaṃ sirasā namāmi.

希裏 波迪 啦將 希啦薩 那瑪咪

（這是）我們被光芒所圍繞著的導師 - 正等正覺者，  
具有大悲、無邊智、不共慧、培育十波羅蜜力、具有十力、  
是無邊功德海，所敬奉的。  
我以頭禮敬莊嚴菩提樹王。

Inda-nīla-vaṇṇa-patta-seta-khanda-bhāsuram

印德-尼拉-萬呢-巴德-誰德-看德-帕嚨讓

Satthu-netta-paṅkajāhi pūjitaḅga-sātadaṃ

薩圖-內德-幫卡加 hi 布幾達個-薩德當

Agga-bodhi-nāma-vāma-deva-rukkha-sannibham

啊格-波迪-納麼-哇麼-爹哇-如可-三尼幫

Taṃ visāla-bodhi-pādapaṃ-namāmi-sabbadā.

當 V 薩勒-波迪-帕德幫-納嗎米-薩巴達

藍寶石色的葉子、白色的樹幹，明亮的閃耀著，  
以蓮花禮敬有如導師的眼睛，給予了最高的幸福 - 覺悟，



偉大的菩提樹、如天界的樹，我時常禮敬。

Supatitṭhita raṭṭh'Anurādhapure

嚧八地提德 啦塔啊努啦達普雷

Samaditṭhita dakkhiṇa sākha bhavaṃ

薩麼迪提德 達 ki 呢 薩可 帕望

Subha megha van'ambara megha nibhaṃ

嚧帕 梅噶 瓦難巴惹 梅噶 尼邦

Jaya bodhim'ahaṃ paṇamāmi varam

加亞 波迪嗎航 帕那嗎米 哇讓

根深蒂固的在阿努拉德普勒城，

望見南方高低一樣的樹枝，

于大雲林中，有如空中的雲彩閃亮，

我禮敬勝利的菩提樹。

### Cetiya Vandanā 禮敬塔等

Vandāmi cetiyaṃ sabbam - Sabba thānesu patitṭhitaṃ

萬達米 切地楊 薩幫 - 薩巴 塔內素 把地提當

Sāriṅka-dhātu Mahā-bodhiṃ - Buddha-rupaṃ sakalaṃsadā (x3)

薩裏利可-達度 馬哈-波叮 - 普德-如幫 薩卡朗色達 (三遍)

我至誠禮敬豎立於各處的塔、舍利、大菩提樹、佛像。

## The Utmost Reverence to Triple Gems 對三寶最高的禮敬

Buddha dhammā ca Pacceka Buddha Saṅghā ca sāmikā

不特 當瑪 恰 把切卡 不特 桑卡 恰 撒米卡

Dāso vāhasmi metesaṃ – guṇaṃ thātu sire sadā

答索 哇哈思米 梅爹桑 - 古囊 他度 希雷 薩達

佛陀、佛法、辟支佛以及僧伽，（他們）全都是我的主人，  
我就像是僕人一樣。願他們的功德永遠是我最崇高的禮敬。

Tisaraṇaṃ tilakkhaṇūpekkhaṃ – Nibbānamantimaṃ sukhaṃ

地薩拉囊 地拉卡努杯康 - 尼八囊滿地忙 蘇康

Suvande sirasā niccaṃ – labhāmi tividhā mahāṃ

蘇彎爹 希拉撒 尼腔 - 拉巴米 地 V 他 瑪航

三歸依，三相，捨以及最終的幸福-涅槃，

是我至上 - 時刻的禮敬！以此功德，願我得以證得道果。

Tisaraṇaṃ ca sire thātu – sire thātu tilakkhanaṃ

地薩拉囊 恰 希雷 他度 - 希雷 他度 地拉卡囊

Upekkhā ca sire thātu – Nibbānaṃ thātu me sire

烏別卡 恰 希雷 他度 - 尼八囊 他度 梅 希雷

願三寶成為我的至上、至安穩。願三相為我至上的意念。

願捨成為最珍貴的美德以及願涅槃為我最高的目標。

Buddhe sakaruṇe vande – Dhamme pacceka sambuddhe

不爹 薩伽如吶 彎爹 - 當梅 帕切可 三不爹

Saṅghe ca sirasā yeva – tidhā niccaṃ namāmaṃ

桑給 恰 西拉薩 耶哇 - 迪他 你腔 那瑪瑪航

慈悲的諸佛、他們所教導的法、所有的辟支佛與僧伽  
以言語及意念，肯定是我永遠的禮敬。

Namāmi sattunovādappamāda vacanantimaṃ

那瑪米 薩度諾哇達阿八瑪德 哇查難地忙

Sabbe pi cetiye vande upajjhā carīye mamaṃ

薩別 比 切地耶 萬爹 烏八加 恰麗耶 瑪忙

Myhaṃ panāma tejena – cittaṃ pāpehi mucatanti

馬揚 八拿麼 爹接呢 - 奇當 把杯 hi 目恰丹地

以頭頂禮我們導師最後的話語：“精勤奮鬥吧！”

我禮敬所有的塔。我恭敬的頂禮我的導師們與戒師，

以此禮敬的威力，願我的心擺脫所有不善的念頭。

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa (x3)

那摩 答色 八咖瓦多 阿拉哈多 三瑪三-不達色 (三遍)

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者

### **Karaṇīya Mettā Sutta 應行慈愛經**

Karaṇīya-mattha-kusalena,

yaṃ taṃ santaṃ padaṃ abhisamecca:

sakko ujū ca sūhujū ca,

suvaco c’assa mudu anatimānī;

卡拉尼亞-馬塔-枯薩雷呢

楊 當 三當 把當 阿比色美恰

薩扣 烏祖 恰 素呼祖 恰

素瓦湊 恰色 母度 阿納地馬尼

善求義利、領悟寂靜境界後應當作：

有能力、正直、誠實，順從、柔和、不驕慢；

Santussako ca subharo ca,  
appakicco ca sallahukavutti,  
sant'indriyo ca nipako ca,  
appagabbho kulesu ananugiddho.

三度色扣 恰 素帕柔 恰

阿巴 Ki 湊 恰 薩拉胡卡烏地

三丁地利啣 恰 尼帕扣 恰

阿巴嘎坡 枯雷素 阿納努 gi 都

知足、易扶養，少事務、生活簡樸，

諸根寂靜、賢明，不無禮與不貪著居家；

Na ca khuddam samācare kiñci,  
yena viññū pare upavadeyyum.  
sukhino vā khemino hontu,  
sabbe-sattā bhavantu sukhitattā.

那 恰 枯當 薩馬恰雷 kin 其

也呢 V 牛 帕雷 烏帕瓦爹用

素 ki 耨 瓦 K 米耨 洪度

薩貝-薩達 帕萬度 素 ki 達大

只要會遭智者譴責，即使是小事也不做。

願一切有情幸福、安穩！自有其樂！

Ye keci pāṇabhūt'atthi,  
tasā vā thāvarā vā anavasesā.  
dīghā vā ye mahantā vā,  
majjhimā rassakāṇukathulā;

也 給其 把呢普塔體

他撒 瓦 他瓦拉 瓦 阿呢瓦謝薩

迪嘎 瓦 也 馬漢他 瓦

馬吉馬 拉色卡阿努可圖拉

凡所有的有情生類，動搖的或不動的，

毫無遺漏，長的或大的，中的、短的、細的或粗的，

Dit̥ṭha vā yeva adit̥ṭhā,

Ye ca dūre vasanti avidūre.

bhūtā vā sambavesī vā,

sabbe-sattā bhavantu sukhittā.

迪他 瓦 也瓦 阿迪他

也 恰 度雷 瓦三地 阿 V 度雷

補他 瓦 三把維希 瓦

薩貝-薩達 帕萬度 素 ki 達大

凡是見到的或沒見到的，住在遠方或近處的，

已生的或尋求出生的，願一切有情自有其樂！

Na paro paraṃ nikubbetha,

nātimaññetha katthaci naṃ kañci;

byārosanā paṭighasaññā,

nāñña-maññassa dukkha-miccheyya.

呢 帕柔 帕嚷 尼枯貝特

那地馬捏特 卡塔奇 囊 看其

比亞柔色那 帕迪卡三尼亞

那尼亞-馬尼亞色 度可-米切亞

不要有人欺騙他人，不要輕視任何地方的任何人，

不要以忿怒、瞋恚想，而彼此希望對方受苦！

Mātā yathā niyaṃ puttāṃ,

āyusā eka-puttam'anurakkhe;  
evam'pi sabba-bhūtesu,  
mānasam bhāvaye aparimānam.

馬塔 亞塔 你楊 普當

阿又撒 A 可-普特 馬努拉 K

A 往' 皮 薩巴-普爹素

馬呢桑 帕瓦也 阿巴裏馬囊

正如母親對待自己的兒子，會以生命來保護唯一的兒子；  
也如此對一切生類培育無量之心！

Mettañ ca sabba-lokasmim,  
mānasam bhāvaye aparimānam,  
uddham adho ca tiriyañ ca,  
asambādham averam asapattam.

梅丹 恰 薩巴-咯卡斯明

馬納桑 帕瓦也 阿帕裏馬囊

烏湯 阿都 恰 提裏楊 恰

阿三帕唐 阿維讓 阿色帕當

以慈愛對一切世界培育無量之心，  
上方、下方及四方，無障礙、無怨恨、無敵對！

Tiṭṭham caram nisinno vā,  
sayāno vā yāvat'assa vigatamiddho.  
etañ satim adhiṭṭheyya,  
brahma-metañ vihāram idha-māhu.

提唐 恰嚨 尼新耨 瓦

色亞耨 瓦 亞瓦塔色 V 嘎他米豆

A 當 色丁 阿迪貼亞

普拉馬-梅當 V 哈嚨 依德-馬乎  
站立、行走、坐著或躺臥，只要他離開睡眠，  
皆應確立如此之念，這是他們於此所說的梵住。

Dit̥ṭhiñ ca anupagamma sīlavā,  
dassanena sampanno;  
kāmesu vineyya gedham,  
na hi jātu gabbha-seyyaṃ punar'etī'ti.

迪聽 恰 阿努帕嚨麼 西樂瓦  
達色內呢 三槃耨

卡梅素 V 內亞 給唐  
那 hi 加度 嚨帕寫楊 普呢雷迪' 提  
不接受邪見，持戒，具足徹見，  
調伏對諸欲的貪求，確定不會再投胎！

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)  
A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)  
以此真實語，願你時常得安樂！

### Dasa-Dhamma Sutta 十法經

Evam me sutam: ekam samayaṃ Bhagavā, Sāvattihyaṃ  
A 望 梅 素當：A 剛 薩馬揚 帕嚨瓦，撒瓦體楊  
viharati Jetavane Anāthapiṇḍikassa ārāme. Tatra kho  
V 哈拉地 借達瓦捏 阿納特彬迪卡色 阿拉梅。他特拉 口  
Bhagavā bhikkhū āmantesi: “Bhikkhavo”ti. “Bhadante”ti te  
帕嚨瓦 比庫 阿曼爹西：‘比卡握’地。把單爹’地 爹  
bhikkhū Bhagavato paccassosum, Bhagavā etad-avoca:  
比庫 帕嚨瓦都 帕恰叟孫， 帕嚨瓦 A 特嗒我恰：

如是我聞：一時，世尊住在沙瓦地城揭答林給孤獨園。  
於其處，世尊稱呼比庫們：「諸比庫。」

那些比庫回答世尊：「尊者。」世尊如此說：

“Dasa.yi.me, bhikkhave, dhammā pabbajitena abhiṇham  
達色一梅，比卡為，當馬把拔吉爹呢阿賓航  
paccavekkhitabbā. Katame dasa?

把恰維 ki 達巴。卡達梅 達色？

「諸比庫，此十種法為出家人應當經常地省察。哪十種呢？

1. ‘Vevaṇṇiyamhi ajjhūpagato’ti, pabbajitena abhiṇham  
paccavekkhitabbam;

‘維萬尼揚 hi 阿就把嘎都’地 把拔吉爹呢阿賓航  
把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『我已經捨離美好。』

2. ‘Para-patibaddhā me jīvikā’ti, pabbajitena abhiṇham  
paccavekkhitabbam;

把惹-巴地拔達梅幾V嘎’地，把拔吉爹呢阿賓航  
把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『我的生活依賴他人。』

3. ‘Añño me ākappo karaṇīyo’ti, pabbajitena abhiṇham  
paccavekkhitabbam;

‘安尼啣梅阿卡波卡拉尼啣’地，把拔吉爹呢阿賓航  
把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『我的行儀舉止應與在家人不同。』



4. ‘Kacci nu kho me attā sīlato na upavadatī’ti, pabbajitena abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘卡其 努 口 梅 阿達 西拉豆 呢 烏巴瓦答地’地，把拔吉爹呢 阿賓航 把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『我是否不會因戒而譴責自己？』

5. ‘Kacci nu kho maṃ anuvicca viññū sabrahma-cārī sīlato na upavadantī’ti, pabbajitena abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘卡其 努 口 忙 阿努 v 恰 v 牛 薩不拉馬-恰裏 西拉豆 呢 烏巴瓦但地’地，把拔吉爹呢 阿賓航 把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『有智的同梵行者檢問時，是否不會因戒而譴責我？』

6. ‘Sabbehi me piyehi, manāpehi nānā-bhāvo, vinā-bhāvo’ti, pabbajitena abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘撒配 hi 梅 比耶 hi 馬納杯 hi 那納-巴我，v 那-把我’地，把拔吉爹呢 阿賓航 把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『一切我所喜愛、可意的會分散、別離。』

7. ‘Kamassako’mhi, kamma-dāyādo, kamma-yoni, kamma-bandhu, kamma-ṭṭisaraṇo, yaṃ kammaṃ karissāmi kalyāṇaṃ vā, pāpakaṃ vā, tassa dāyādo bhavissāmī’ti, pabbajitena abhiñhaṃ paccavekkhitabbaṃ;

‘卡馬薩空 hi, 卡馬-達亞都，卡馬-啣尼，卡馬-班杜，卡馬-八地撒拉耨，楊 康忙 卡裏薩米 卡裏亞囊 瓦，巴把康 瓦，達色 達雅都 把 v 薩米’地，把拔吉爹呢 阿賓航 把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『我是業的所有者，業的繼承者，以業為起源，以業為親屬，以業為歸依處。無論我所造的是善或惡之業，我將是它的承受者。』

8. ‘Katham·bhutassa me rattindivā vītipatantī’ti, pabbajitena abhiñham paccavekkhitabbam;

‘卡唐部達色 梅 拉定迪瓦 V 地把單地’地，把拔吉爹呢

阿賓航 把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『我是如何度過日日夜夜呢？』

9. ‘Kacci nu kho’ham suññāgāre abhiraṃmāmi’ti, pabbajitena abhiñham paccavekkhitabbam;

‘卡其 努 口’航 孫尼亞嘎雷 阿比拉嗎米’地 把拔吉爹呢

阿賓航 把恰維 ki 達邦；

出家人應當經常地省察：『我是否樂於空閒處呢？』

10. ‘Atthi nu kho me uttari-manussa-dhammā alamariya-ñāṇa-dassana-viseso adhigato, so’ham pacchime kāle sabrahma-cārīhi puttho na maṅku bhavissāmi’ti pabbajitena abhiñham paccavekkhitabbam.

‘阿迪 努 口 梅 烏達裏-馬努色-當馬 阿拉瑪力雅-尼亞呢-達色呢-V 誰叟 阿迪嘎都，搜’航 把其梅 卡雷 薩不拉馬-恰裏 hi 不透 呢 曼庫 八 V 薩米’地 把拔吉爹呢 阿賓航 把恰維 ki 達邦

出家人應當經常地省察：『我是否有證得上人法、能為聖者的殊勝智見呢？在我最後時刻，當同梵行者們問及時，我將不會羞愧？』

Ime kho, bhikkhave, dasa dhammā pabbajitena abhiñham  
paccavekkhitabbā'ti. Idam·avoca Bhagavā. Attamanā te bhikkhu  
Bhagavato bhāsitaṃ abhinandun'ti.

一梅 口，比卡為，達色 當馬 把拔吉爹呢 阿賓航 把恰維 ki 達  
把' 地。一達馬我恰 把嘎瓦。阿德馬納 爹 比庫 把嘎瓦豆 帕  
西當 阿比難敦' 地。

諸比庫，此十種法乃出家人應當經常地省察。」世尊如此說。  
那些比庫滿意與歡喜世尊之所說。

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語，願你時常得安樂！

### Mora-Paritta 孔雀護衛經

Udet'ayaṃ cakkhumā eka-rājā,

烏爹塔揚 恰庫媽 A 可-拉加

Harissavaṇṇo pathavippabhāso.

哈利色萬諾 帕塔 V 帕八叟

Taṃ taṃ namassāmi harissavaṇṇaṃ

當 當 那馬薩米 哈裏色萬囊

pathavippabhāsaṃ, tay'ajja guttā viharemu divasaṃ.

帕塔 V 帕八桑，他亞加 古達 V 哈雷目 迪瓦桑

這位具眼者、獨一之王（太陽）升起，金色且照耀大地，  
我禮敬彼金色且照耀大地者，今天在您的守護下度過白天。

Ye Brāhmaṇā vedagū sabba dhamme,

也 普拉馬納 維達古 薩巴 當梅

te me namo, te ca maṃ pālayantu.

爹美那摩，爹恰茫帕拉揚度

Namatthu Buddhānaṃ, namatthu Bodhiyā,

那馬圖 普達囊，那馬圖 伯迪亞

namo vimuttānaṃ, namo vimuttiyā.

那摩 V 目達囊，那摩 V 目地亞

通達一切法的諸婆羅門，我禮敬他們，願他們護佑我！

我禮敬諸佛，禮敬菩提；我禮敬諸解脫者，禮敬解脫！

Imaṃ so parittaṃ katvā - moro carati esanā'ti.

依茫叟帕裏當卡圖阿 - 莫羅恰拉地 A 薩那' 地

作此護衛後，孔雀前往覓食。

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語，願你時常得安樂！

### **Sugatovādaya 善逝教誡**

Appamādena bhikkhave sampādettha

阿八馬爹呢 比卡維 三帕爹特

Dullabho Buddhuppādo lokasmim

渡拉波 補度八都 咯卡斯名

Dullabho manussatta patilābho

渡拉波 馬努薩得 八地拉波

Dullabhā khaṇa sampatti

渡拉八 卡呢 三巴迪

Dullabhā pabbajjā

渡拉八 把八家

Dullabham saddhamma savaṇam

渡拉幫 薩達麼 薩瓦嚨

Dullabho sappurisa saṁsevo

渡拉波 薩不裡色 桑謝我

諸比丘，莫放逸，精勤奮鬥至成就吧！

稀有啊，佛出現於世；

稀有啊，今投生得人身；

稀有啊，得遇正確時機；

稀有啊，能成為出家人；

稀有啊，得以聽聞正法；

稀有啊，可以與善知識交往。

Ārabhatha, nikkhamatha – yuñjatha Buddha sāsane

阿拉派特，尼卡馬他特 – 運家特 補特 薩薩內

Dhunātha maccuno senam – naḷāgāram va kuñjaro

度那特 馬醋諾 謝囊 – 那拉嘎嚨 瓦 困家咯

開始吧！向前（繼續），在佛陀的教法中奮鬥吧！

如大象摧毀竹房般的摧毀魔的逼迫。

Yo imasmim dhamma vinaye – appamatto vihessati

啣 一馬斯名 當麼 V 那也 – 阿把馬多 V 嘿薩地

Pahāya jati saṁsāram – dukkhassantaṁ karissati

把哈亞 家地 桑薩嚨 – 度可三當 卡裡薩地

在佛陀的法與律裡奮鬥的人，

他將會拋棄這個輪回以及讓苦止息。

## Sharing Merits 分享功德

Devānumodanā 諸天隨喜

Ākāsaṭṭhā ca bhummaṭṭhā – devā nāgā mahiddhikā,  
阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡  
puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha - Sāsanāṃ.  
不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 薩撒囊  
空居與地居 - 大力諸天. 龍,  
隨喜功德後, 恆守護佛教!

Ākāsaṭṭhā ca bhummaṭṭhā – devā nāgā mahiddhikā,  
阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡  
Puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha - desanāṃ.  
不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 爹薩囊  
空居與地居 - 大力諸天. 龍,  
隨喜功德後, 恆守護佛法的傳揚!

Ākāsaṭṭhā ca bhummaṭṭhā – devā nāgā mahiddhikā,  
阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡  
Puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha- sāvakāṃ  
不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 薩瓦康  
Ciraṃ rakkhantu maṃ paraṃ'ti  
其讓 拉看度 忙 把讓' 第  
空居與地居 - 大力諸天. 龍,  
隨喜功德後, 恆守護聲聞弟子!  
恆守護我與他人!

## Puññānumodanā 隨喜所累積的功德

Kappa-sata-sahassāni, soḷasāpi asaṅkhaye,

卡巴-薩德-薩哈薩尼， 叟薩比 阿桑卡也

sambharaṃ bodhi-sambhāre, āgato jāti-jātisū,

三把讓 波迪 - 三把雷， 阿嘎都 加地-加地素

在十六阿僧祇和十萬大劫裏， 生生世世都累積菩提資糧，

Niyato Buddha-bhāvāya, bhadda-kappe idh’antime,

尼亞都 布德 帕瓦亞， 把德-卡杯 一旦地梅

Bodhi-satto ca Metteyyo, puññaṃ me anumodatu.

波迪-薩都 恰 梅爹啣， 不娘 梅 阿努莫達度

肯定會成佛， 是這個賢劫裏的最後一尊佛， 願彌勒菩薩隨喜我的功德。

Asmiṃ vihāre ca ārāme, adhivatthā ca devatā

阿斯名 V 哈雷 恰 阿拉梅， 阿迪瓦她 恰 爹瓦達

anumoditvā imaṃ puññaṃ, rakkhantu jina-sāsanaṃ.

阿努莫迪圖阿 一忙 不釀， 拉看度 幾呢-薩撒囊

願住在這寺院裏和園林裏的神明們隨喜這項功德後護持勝利者（佛陀）的教法。

Sabbe sattā ca majjhata hitā ca ahitā ca me,

薩杯 薩達 恰 馬加達 hi 達 恰 阿 hi 達恰 梅

Anumoditvā imaṃ puññaṃ Bujjhantu amataṃ padaṃ.

阿努莫迪圖阿 一忙 不釀 不將度 阿馬當 把當

願一切有情、無論是對我有益、無益或普通的都証悟不死（涅槃）之道。

Ettāvatā ca amhehi – sambhataṃ puñña-sampadaṃ,  
A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當  
sabbe devā anumodantu – sabba-sampatti-siddhiyā.  
薩杯 爹瓦 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地-西迪亞  
願一切神隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Ettāvatā ca amhehi – sambhataṃ puñña-sampadaṃ,  
A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當  
sabbe bhūtā anumodantu – sabba-sampatti-siddhiyā.  
薩杯 不達 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地-西迪亞  
願一切衆生隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Ettāvatā ca amhehi – sambhataṃ puñña-sampadaṃ,  
A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當  
sabbe sattā anumodantu - sabba-sampatti-siddhiyā.  
薩杯 薩達 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地-西迪亞  
願一切有情隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Idaṃ vo ñātīnaṃ hotu – sukhitā hontu ñātayo (x3)  
一當 我 尼亞地囊 後度 - 素 Ki 達 洪度 尼亞達啣 (三遍)  
回向此 (功德) 予我的親人，願他們快樂。

### Patthanā 發願

Iminā puñña-kammaṃ – mā me bāla-samāgamo  
一米納 不尼亞-卡梅呢 - 馬 梅 八拉-薩馬嘎莫  
sataṃ samāgamo hotu – yāva nibbāna-pattiyā. (x3)  
薩當 薩摩嘎莫 後度 - 亞瓦 尼巴納 - 把地亞 (三遍)  
願以此功德，令我不遇愚人，令我親近智者，直到我証悟涅槃。



Idaṃ me puññaṃ-kammaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu

一當 梅 不釀-康茫 阿色瓦卡亞瓦航 後杜

Sabbā dukkha pamuchātu

薩巴 度可 把目恰度

願我以此功德，導向諸漏盡，解脫一切苦。

Imāya Dhammānudhamma-paṭipattiya Buddhāṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼-八地八地亞 不當 不接米

以此法隨法行，我禮敬佛！

Imāya Dhammānudhamma-paṭipattiya Dhammāṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼 八地八地亞 當忙 不接米

以此法隨法行，我禮敬法！

Imāya Dhammānudhamma-paṭipattiya Saṅghāṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼 八地八地亞 桑康 不接米

以此法隨法行，我禮敬僧！

Addhā imāya paṭipattiyā jāti-jarā-maraṇamhā parimuccissāmi

阿達 一馬亞 八地八地亞 加迪-加拉-馬拉囊哈 把力目其薩米

依此而行，我肯定將會解脫生、老、病、死！

### **Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕**

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,

卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當

accayaṃ khama me Bhante – bhūri-pañña Thathāgata.

阿恰陽 卡麼 梅 班爹 – 不力 般尼亞 他塔嘎德

於身口意，因我疏忽所造，

請原諒我的過錯，世尊—廣慧、如來。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,  
卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當  
accayaṃ khama me Dhamma – sandiṭṭhika akālika.  
阿恰陽 卡麼 梅 當麼 – 三迪地可 阿卡裏可  
於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，佛法一當下可見、無時的。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,  
卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當  
accayaṃ khama me Saṅgha – puññakkhetta anuttara.  
阿恰陽 卡麼 梅 桑可 – 不尼亞給德 阿努得樂  
於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，僧伽一無上的福田

### **Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒**

下座：Okāsa, vandāmi, Bhante.

哦卡色，萬達米班爹  
請讓我禮敬尊者。（頂禮一拜）

上座：Sukhī hotu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度  
祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

下座：Mayā kataṃ puññaṃ sāminā anumoditabbaṃ.

馬雅 卡當 不釀 薩米納 阿努莫迪達邦  
請尊者隨喜我所作的功德。

上座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi.

薩度！薩度！ 阿努莫達米

好的！ 好的！ 我隨喜。

下座： Sāminā katam puñnam mayham dātabbam.

薩米納 卡當 不釀 馬揚 嗒達邦

請尊者與我分享您所作的功德。

上座： Sādhu! Anumoditabbam.

薩度！ 阿努莫迪達邦

好的！ 你應隨喜。

下座： Sādhu! Sādhu! Anumodāmi. Okāsa, dvārattayena

katam sabbam accayam khamatha me, Bhante.

薩度！ 薩度！ 阿努莫達米。 哦卡色， 度哇拉達耶呢

卡當 薩邦 阿恰楊 卡馬塔 梅 班爹

好的！ 好的！ 我隨喜。 尊者， 請原諒我由[身、語、意]

三門所作的一切過失。

上座： Khamāmi, khamitabbam.

卡馬米， 卡迷達邦

我原諒你， 你也應原諒我。

下座： Sādhu! Okāsa, khamāmi, Bhante.

薩度！ 哦卡色， 卡馬米， 班爹

好的！ 尊者， 我原諒您。（頂禮三拜）

上座： Sukhī hontu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度， 尼把那-帕恰啣 後度

祝你快樂！ 願此成爲你成就涅槃的助緣。

## 祝福聖法大長老

Dhammena nena matisiddha mudācitenā

當梅呢 內呢 馬蒂希特 目達奇貼呢

Buddhādi vatthu gata citta pasāditenā

菩達迪 瓦圖 嘎德 其德 帕薩迪貼呢

Therā sabho Ariyadhamma yatinda nātho

貼拉 薩婆 阿理雅當麼 雅丁德 那投

Sambodhi ñāṇa madhi gacchatu sādhu sādhu

三玻迪 尼亞納 瑪迪 嘎恰度 薩度 薩度

透過謹慎及歡喜地修法所累積的這些功德，

以及透過佛陀等（即三寶）的力量，

願聖法大長老達到圓滿覺悟，薩度，薩度。

## **Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒** (尼師)

下座：Okāsa, vandāmi, mathā.

哦卡色，萬達米 媽她

請讓我禮敬尼師（母親）。（頂禮一拜）

上座：Sukhī hotu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度

祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

下座：Mayā kataṃ puññaṃ mātiyā anumoditabbaṃ.

馬雅 卡當 不釀 馬地亞 阿努莫迪達邦

請尼師（母親）隨喜我所作的功德。

上座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi.

薩度！薩度！阿努莫達米

善哉！善哉！我隨喜。

下座：Mātiyā kataṃ puññaṃ mayhaṃ dātabbaṃ.

馬地亞 卡當 不釀 馬揚 嗒達邦

請尼師（母親）與我分享您所作的功德。

上座：Sādhu! Anumoditabbaṃ.

薩度！阿努莫迪達邦

善哉！你應隨喜。

下座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi. Okāsa,

dvārattayena kataṃ sabbaṃ accayaṃ khamatha me, mathā.

薩度！薩度！阿努莫達米。哦卡色，度哇拉達耶呢 卡當

薩邦 阿恰楊 卡馬特 梅 媽她

善哉！善哉！我隨喜。尼師（母親），請原諒我由[身、語、意]三門所作的一切過失。

上座：Khamāmi, khamitabbaṃ.

卡馬米，卡迷達邦

我原諒你，你也應原諒我。

下座：Sādhu! Okāsa, khamāmi, mathā.

薩度！哦卡色，卡馬米，媽她

善哉！尼師（母親），我原諒您。（頂禮三拜）

上座：Sukhī hontu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度

祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

## 長者祝福

\* (在家居士不用念，而是彎腰，把頭低下，接受祝福)

Sabbītiyo vivajjantu Sabba-rogo vinassatu,  
薩比低啲 V 瓦將杜 薩巴-咯夠 V 那撒度  
Mā te bhavatu. antarāyo Sukhī dīghāyuko bhava  
馬爹 帕瓦端達拉啲 素 ki 迪嘎又口 帕瓦  
願諸災免離、願諸疾消失；  
願你無障礙，得快樂長壽

Bhavatu sabba-maṅgalaṃ Rakkhantu sabba- devatā  
帕瓦杜 薩巴-忙嘎朗 拉看杜 薩巴-爹瓦達  
Sabba-buddhānubhāvena Sadā sotthi bhavantu te  
薩巴 - 布達努把為呢 薩達 搜地 巴萬度 爹  
願得諸吉祥，願諸天守護；  
依諸佛威力，願你常平安。

Bhavatu sabba-maṅgalaṃ Rakkhantu sabba- devatā  
帕瓦杜 薩巴-忙嘎朗 拉看杜 薩巴-爹瓦達  
Sabba-dhammānubhāvena Sadā sotthi bhavantu te  
薩巴 - 當馬努把為呢 薩達 搜地 巴萬度 爹  
願得諸吉祥，願諸天守護；  
依諸法威力，願你常平安。

Bhavatu sabba-maṅgalaṃ Rakkhantu sabba- devatā  
帕瓦杜 薩巴-忙嘎朗 拉看杜 薩巴-爹瓦達  
Sabba-saṅghānubhāvena Sadā sotthi bhavantu te  
薩巴 - 桑卡努把為呢 薩達 搜地 巴萬度 爹  
願得諸吉祥，願諸天守護；

依諸僧威力，願你常平安。

Abhivadāna sīlissa niccaṃ vaḍḍhāpacāyino

阿比瓦達那 西麗色 尼強 瓦達帕恰依諾

好樂禮敬者，常尊於長老，

Cattāro Dhammā vaḍḍhanti – āyu, vaṇṇo, sukhaṃ, balaṃ

恰達柔 當瑪 瓦但地 - 阿又，萬諾，素康，八浪

四法得增長 - 壽、美、樂與力

Āyurārogya sampatti, sagga sampatti.me.va ca,

阿又拉咯 gi 阿 三巴地，撒嘎 三巴地 梅瓦恰

透過這項（功德），願你獲得長壽、健康、

Atho nibbāna sampatti, Iminā te samijjhatu

阿透 尼巴呢 三把地，一米納 爹 薩米加杜

投生天趣、然後証悟涅槃。

# Evening Chanting

## 晚 課



Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa (x3)

那摩 答色 八咖瓦多 阿拉哈多 三瑪三-不達色 (三遍)

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者

### Ārādhana 邀請

Yāvata Bhagavā loke - tiṭṭheyya tava sāsanaṃ  
亞瓦大 八咖瓦 略給 - 地爹亞 達瓦 撒薩囊  
Tāvata patigaṇhātu - pūjā lokānukampayā  
達瓦大 把地趕哈度 - 補加 略卡努看趴亞  
世尊，只要您的教法還住於世間的時候，  
願您出於對世間的悲憫而接受供養。

### 1. Tela - Padipa Pūjā 供油燈

Gandha-telappadittena - dīpena tama-dhamṣinā  
趕特-爹樂把地跌呢 - 迪杯呢 達麼-當西那  
Tiloka-dīpaṃ Sambuddhaṃ - pūjāyāmi tamo-nudaṃ.  
地咯可-迪幫 三補當 - 補加亞米 達磨-努當  
以這驅除黑暗的燃燒油燈，  
我供養滅除（無明）黑暗三界燈正覺佛陀。

### 2. Sittha Pūjā 供燈燭

Sittha-telappadittena - dīpena tama-dhamṣinā  
希特-爹樂把地跌呢 - 迪杯呢 達麼 - 當西那  
Tiloka-dīpaṃ Sambuddhaṃ - pūjāyāmi tamo-nudaṃ.  
地咯可-地幫 三補當 - 補加亞米 達磨-努當

以這驅除黑暗的燃燒燈燭，  
我供養滅除（無明）黑暗三界燈正覺佛陀。

### 3. Sugandhī Pūjā 供香

Sugandhi-kāya-vadanam – ananta-guṇa-gandhinam  
素趕地-卡亞-瓦德囊 – 阿南得-古呢-趕地囊  
Sugandhinā’ham gandhena – pūjāyami Tathāgatam  
素趕地那’ 航 趕爹呢 – 不加亞米 達它嘎當  
我以此香供養具足無量功德身語香的如來。

### 4. Pānīya Pūjā 供水

Sugandham sītaṃ kappam – pasanna-madhuram subham  
素趕當 西德浪 卡幫 – 把三呢-馬度曠 素幫  
Pānīyam·etaṃ Bhagavā – patigaṇhātu·m·uttama  
把尼亞 美當 帕咖瓦 – 把地幹哈度 目達麼  
世尊，至上者，願您接受此清香、清涼、舒適、  
澄淨、甘甜與清淨之水。

### 5. Gilāna Pūjā 供非時漿

Adhivāsetu no Bhante-gilāna paccayāṃ imam  
阿地瓦謝度 諾 班爹- gi 拉呢 把查樣 一忙  
Anukampam upādāya patigaṇhātu muttama  
阿努看幫 烏把達亞 把地趕哈度 目德麼  
世尊，至上者，願您出於對我們的悲憫而接受此備好的非時漿。

## 6. Puppha Pūjā 供花

Vaṇṇa-gandha-guṇopetaṃ – etaṃ kusuma-santatiṃ  
完呢- 趕特-古諾杯當 - A 當 庫素麼-三達定

Pūjāyāmi Munindassa – siri-pāda-saroruhe  
補加亞米 目您達色 - 西麗-把得-薩咯如黑

Pūjemi Buddhaṃ Kusumena nena  
補街米 補當 庫素梅呢 內呢

Puñṇena me tena labhāmi mokkhaṃ  
補捏呢 梅 爹呢 拉八蜜 磨康

Pupphaṃ milāyati yathā idaṃ me  
不旁 米拉亞地 亞他 依當 梅

Kāyo tathā yāti vināsa-bhāvaṃ  
卡啣 塔他 亞地 V 那色-帕王

我將這具足色德質的花聚供養于牟尼王（佛陀）的蓮足。  
我供養花給佛陀，以我的這種功德使我能獲得解脫（輪回）；  
猶如這些花將會枯萎，我的身體也將會走向毀滅。

## Buddha Vandanā 禮敬佛

Iti'pi so Bhagavā Arahāṃ, Sammāsambuddho, Vijjā-caraṇa-  
sampanno, Sugato, Loka-vidū, Anuttaro purisa-damma-sārathi,  
Sattā deva-manussānaṃ, Buddho, Bhagavā'ti.

依弟' 比 叟 帕卡哇 阿拉航，三瑪三不多，V 家-恰拉呢-  
三般諾，速卡多，羅可-V 杜，阿努德羅 不立色-唐麼-薩拉弟，  
薩他 爹哇-瑪努薩囊，不多，臥卡瓦' 弟。

世尊即是：阿羅漢、全自覺者、明行足、善逝、世間解、無上  
調禦丈夫、天人師、佛陀、世尊。

Buddham jīvita-pariyantaṃ saraṇaṃ gacchāmi

補當 幾 V 得 - 把力依安當 薩拉囊 嘎查米

直至命終我歸依佛陀

Ye ca Buddhā atītā ca - ye ca Buddhā anāgatā

也 恰 補達 阿地達 恰 - 也 恰 補達 阿那嘎達

paccuppannā ca ye Buddhā - ahaṃ vandāmi sabbadā

把粗般那 恰 也 補達 - 阿航 完達米 薩八達

我時刻皆禮敬過去諸佛、未來諸佛、以及現在諸佛。

N’atthi me saraṇaṃ aññaṃ - Buddhho me saraṇaṃ varam

那地 梅 薩拉囊 安尼揚 - 補多 梅 薩拉囊 瓦讓

Etena sacca-vajjena - hotu me jaya-maṅgalaṃ

A 爹呢 薩恰-瓦街呢 - 後度 梅 加亞-忙咖浪

我沒有其它的歸依，佛陀是我至上的歸依；

以此真實語，願我得到吉祥勝利。

Uttamaṅgena vande’haṃ - padapaṃsu-varuttamaṃ

烏德忙給呢 完爹’航 - 把德幫素-瓦如德忙

Buddhe yo khalito doso - Buddhho khamatu taṃ mamaṃ.

補爹 啣 卡力都 都艘 - 補多 卡馬度 當 馬忙

我以頭禮敬最上者足上之塵；

若我對佛陀[所作的]一切錯誤與過失，願佛陀原諒我。

Sādhu! Sādhu! Sādhu! 薩度！薩度！薩度！

好的！好的！好的！

## Dhamma Vandanā 禮敬法

Svākkhāto Bhagavatā Dhammo, Sandhitthiko, Akāliko, Ehipassiko,  
Opanayiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhī 'ti.

蘇瓦卡都 臥卡瓦達 當摩，三迪提口，阿卡裡口，A hi 把西口，  
哦把那依口，把恰當 威地達波 V 扭 hi' 地。

世尊所善說的法、現前可見、無過時的、請來看、導向、  
為每個智者皆能證知的。

Dhammaṃ jīvita-pariyantaṃ saraṇaṃ gacchāmi  
當忙 幾 V 得 - 把力依安當 薩拉囊 咖查米  
直至命終我歸依法

Ye ca Dhammā atītā ca - ye ca Dhammā anāgatā  
也 恰 當瑪 阿地達 恰 - 也 恰 當瑪 阿那嘎達  
paccuppanā ca ye Dhammā - ahaṃ vandāmi sabbadā  
把粗般那 恰 也 當瑪 - 阿航 完達米 薩八達  
我時刻皆禮敬過去諸法、未來諸法、以及現在諸法

N'atthi me saraṇaṃ aññaṃ - Dhammo me saraṇaṃ varaṃ  
那地 梅 薩拉囊 安尼揚 - 當摩 梅 薩拉囊 瓦讓

Etena sacca-vajjena - hotu me jaya-maṅgalaṃ  
A 爹呢 薩恰-瓦街呢 - 後度 梅 加亞-忙咖浪  
我沒有其它的歸依，法是我至上的歸依；

以此真實語，願我得到吉祥勝利。

Uttamaṅgena vande'haṃ - Dhammaṃ ca tividhaṃ varaṃ  
烏德忙給呢 完爹' 航 - 當忙 恰 地 V 唐 瓦嚶

Dhamme yo khalito doso - Dhammo khamatu taṃ mamaṃ.  
當梅 啣 卡力都 都艘 - 當摩 卡馬度 當 馬忙

我以頭禮敬三種與最上之法；若我對法[所作的]一切錯誤與過失，願法原諒我。

Sādhu! Sādhu! Sādhu! 薩度！薩度！薩度！

好的！好的！好的！

### Saṅgha Vandanā 禮敬僧

Supaṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, uju-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, ñāya-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, sāmīci-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, yad-idaṃ cattāri purisa-yugāni attha purisa-puggalā, esa Bhagavato sāvaka-saṅgho, āhuneyyo, pāhuneyyo, dakkhiṇeyyo, añjali-karaniyo, anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā'ti.

速把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，烏足-八地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，尼亞呀-把地般諾 帕卡瓦多 薩瓦可-桑口，薩米起-把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，亞迪當 恰他力 不裡色-又嘎尼 阿特 不裡色-不嘎拉，A 色 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，阿呼內啣，把呼內啣，達 ki 內啣，安家裡-卡拉尼啣，阿努德讓補你亞給當 咯卡薩'地。

世尊的聲聞僧眾是善於行道；世尊的聲聞僧眾是正直行道；世尊的聲聞僧眾是真實行；世尊的聲聞僧眾是正當行道的；即四雙八輩的世尊的聲聞僧眾，是應供養、應供奉者、應施於者、應合掌（禮敬）者，為世間無上的福田。

Saṅghaṃ jīvita-pariyantaṃ saraṇaṃ gacchāmi

桑康 幾 V 得-八力楊當 薩拉囊 嘎查米

直至命終我歸依僧

Ye ca Saṅghā atītā ca - ye ca Saṅghā anāgatā

也 恰 桑卡 阿地達 恰 - 也 恰 桑卡 阿那嘎達

paccuppanā ca ye Saṅghā - ahaṃ vandāmi sabbadā

把粗般那 恰 也 桑卡 - 阿航 完達米 薩八達

我時刻皆禮敬過去僧、未來僧以及現在僧

N'atthi me saraṇaṃ aṅṅaṃ - Saṅgho me saraṇaṃ varaṃ

那地 梅 薩拉囊 安娘 - 桑口 梅 薩拉囊 瓦讓

我沒有其它的歸依，僧是我至上的歸依；

Etena sacca-vajjena - hotu me jaya-maṅgalaṃ

A 爹呢 薩擦-瓦街呢 - 後度 梅 加亞-忙咖浪

以此真實語，願我得到吉祥勝利。

Uttamaṅgena vande'haṃ - Saṅghaṃ ca tividhottamaṃ

烏德忙給呢 完爹'航 - 桑康 恰 地 V 哆德忙

Saṅghe yo khalito doso - Saṅgho khamatu taṃ mamaṃ.

桑給 啣 卡力都 都艘 - 桑口 卡馬度 當 馬忙

我以頭禮敬三種至上之僧；

若我對僧[所作的]一切錯誤與過失，願僧原諒我。

Sādhu! Sādhu! Sādhu! 薩度！薩度！薩度！

好的！好的！好的！

## Bodhi Vandana 禮敬菩提樹

Yassa mūle nisinnova – sabbāri vijayam akā

亞色 目雷 尼希耨哇 – 薩巴裏 V 加楊 阿卡

Patto sabbaññu taṃ satthā – Vande taṃ Bodhi pādapaṃ

巴豆 薩巴牛 當 薩他 – 萬爹 當 波迪 把德邦

Ime ete māha Bodhi – Loka nāthena pūjitā

一梅 A 爹 馬哈 波迪 – 咯可 那貼呢 不幾達

Ahaṃpi te namassāmi – Bodhi Rājā namathu te

阿航比 爹 那馬薩米 – 波迪 拉加 那馬土 爹

導師坐在它的下面戰勝了一切敵、

証悟了一切知，我禮敬此菩提樹。

這是世間守護者（佛陀）禮敬的大菩提樹。

我也禮敬你，願禮敬你 – 偉大的菩提樹。

### \*有些場合也會接著念以下

\*Paṭhamaṃ bodhi pallaṅkaṃ – dutiyaṃ ca animmiṣaṃ

帕塔芒 波提 帕朗康 – 度地楊 恰 阿尼米桑

Tatiyaṃ caṃkamaṇaṃ seṭṭhaṃ – catutthaṃ ratanāgharaṃ

達地楊 牆卡瑪囊 誰唐 – 恰圖唐 拉塔納嘎讓

第一處菩提樹下雙盤而坐 – 第二處目不轉睛，

第三處勝經行路 – 第四處寶石室。

Pañcamaṃ Ajapālaṃ ca – Muñcalindena chaṭṭhamaṃ

盤恰芒 阿加帕蘭 恰 – 目噁恰林爹呢 恰特芒

Sattamaṃ Rājāyatanam – vande taṃ Muni sevitaṃ

薩得芒 拉加亞塔囊 – 萬爹 當 目尼 誰 V 當



第五處 Ajapāla 樹下 - 第六處龍王處  
第七處 Rājāyata 樹 - 我禮敬牟尼所行處。

Mahā kārunā rasa patimaṇḍitassa

瑪哈 卡如那 啦色 帕地曼迪達色

Ananta ñāṇassa, asādhāraṇa paññāssa,

啊難德 尼亞那色， 啊薩達啦呢 帕尼亞色

Dasa pāramitā bala samuditassa,

達色 帕啦蜜達 巴勒 薩目迪達色

Dasa bala samannāgattassa,

達色 巴勒 薩曼那嘎達色

Aparimeyya guna sāgarassa,

啊帕裏梅亞 古呢 薩嘎啦色

Amhākaṃ Satthuno

安哈康 撒圖耨

Sarasa raṃsi jāla parikiṇṇaṃ

撒啦色 讓西 加勒 帕裏 kin 囊

Sammā Sambuddha pūjitaṃ

三嗎 三普答 布機當

Siri bodhi rājaṃ sirasā namāmi.

希裏 波迪 啦將 希啦薩 那瑪咪

（這是）我們被光芒所圍繞著的導師 - 正等正覺者，  
具有大悲、無邊智、不共慧、培育十波羅蜜力、具有十力、  
是無邊功德海，所敬奉的。  
我以頭禮敬莊嚴菩提樹王。

Inda-nīla-vaṇṇa-patta-seta-khanda-bhāsuram

印德-尼拉-萬呢-巴德-誰德-看德-帕嚩讓

Satthu-netta-pañkajāhi pūjitagga-sātadam

薩圖-內德-幫卡加 hi 布幾達個-薩德當

Agga-bodhi-nāma-vāma-deva-rukkha-sannibham

啊格-波迪-納麼-哇麼-爹哇-如可-三尼幫

Tam visāla-bodhi-pādapaṃ-namāmi-sabbadā.

當 V 薩勒-波迪-帕德幫-納嗎米-薩巴達

藍寶石色的葉子、白色的樹幹，明亮的閃耀著，

以蓮花禮敬有如導師的眼睛，給予了最高的幸福 - 覺悟，

偉大的菩提樹、如天界的樹，我時常禮敬。

Supatiṭṭhita raṭṭh'Anurādhapure

嚩八地提德 啦塔啊努啦達普雷

Samadiṭṭhita dakkhiṇa sākha bhavaṃ

薩麼迪提德 達 ki 呢 薩可 帕望

Subha megha van'ambara megha nibham

嚩帕 梅噶 瓦難巴惹 梅噶 尼邦

Jaya bodhim'ahaṃ paṇamāmi varaṃ

加亞 波迪嗎航 帕那嗎米 哇讓

根深蒂固的在阿努拉德普勒城，

望見南方高低一樣的樹枝，

于大雲林中，有如空中的雲彩閃亮，

我禮敬勝利的菩提樹。

## Cetiya Vandana 禮敬塔等

Vandāmi cetiyam sabbam - Sabba thānesu patitthitam

萬達米 切地楊 薩幫 - 薩巴 他內素 把地提當

Sāriṅka-dhātu Mahā-bodhim - Buddha-rupam sakalaṃsadā (x3)

薩裏利可-達度 馬哈-波叮 - 普德-如幫 薩卡朗色達 (三遍)

我至誠禮敬豎立於各處的塔、舍利、大菩提樹、佛像。

## Respect to four Holy Places 禮敬四個聖地

Māyā suto sugata sākiya sīhanātho

瑪亞 蘇都 蘇嘎德 薩 ki 亞 希哈那透

Jātakkaṇe sapadasā vabhi saṃkamitvā

家達卡內 薩八達薩 瓦比 桑卡米杜瓦

Yasmiṃ udāyagiraṃ vara Lumbinimhi

亞斯名 烏迪拉伊 gi 嚶 瓦拉 輪比寧 hi

Tam jāta cetiya maham siraṣā namāmi

當 家德 切迪亞 瑪杭 西拉薩 那瑪咪

輪毗尼園是摩耶夫人的兒子 - 悉達多喬達摩 - 釋迦族的至上者，在誕生的時刻，站在園裡，行走七步，宣說‘我是世間的至上者’的地方。

在這個殊聖的地方，建造了佛塔，我虔誠的禮敬它。

Yasmiṃ nisajja vajirāsana bandhanena

亞斯名 尼撒家 瓦及拉色呢 般他內呢

Jetvā savāsana kilesa balaṃ munindo

接度瓦 薩瓦色呢 ki 雷色 八浪 目您都

Sambodhi ṅāṇa mavagamma vihāsi sammā

三博迪 你亞呢 馬瓦嘎麼 V 哈西 三瑪

Taṃ bodhi cetiya maham sirasā namāmi

當 博迪 切迪亞 瑪杭 西拉薩 那瑪咪

這是至上者以坐著不動搖的姿勢，戰勝了所有的煩惱的地方。

以他的精進證得了一切之智。

在這個殊聖的地方，建造了佛塔，我虔誠的禮敬它。

Samkampayam dasa sahassiya loka dhātum

桑康趴洋 達色 薩哈西亞 羅可 答頓

Desesi yatra Bhagavā vara Dhamma Cakkham

爹謝希 亞特拉 趴卡瓦 瓦拉 當麼 查康

Bārāṇāsī pura samīpa vane migānam

八拉那西 不拉 薩咪八 瓦內 咪嘎囊

Taṃ Dhamma cetiya maham sirasā namāmi

當 當麼 切迪亞 瑪杭 西拉薩 那瑪咪

至上者 - 全自覺者讓一萬的世界震動，

在靠近 Benares 城市的鹿野苑，初次說法-轉法輪的地方。

在這個殊聖的地方，建造了法塔，我虔誠的禮敬它。

Katvāna loka hita matta hitaṅca Nātho

卡杜瓦呢 咯可 hi 得 馬德 hi 談恰 納托

Āsītikova Upavattana Kānanamhi

啊西地口瓦 烏把瓦達呢 卡那囊 hi

Yasmim nipajjagatavā nirupādhisesam

亞斯名 尼帕家嘎德瓦 尼如趴迪謝桑

Nibbāna cetiya maham sirasā namāmi

尼八呢 切迪亞 瑪杭 西拉薩 那瑪咪

世間的引導者 - 全自覺者圓滿他自身以及世間所有的利益後，  
在八十歲時，在娑羅樹林 (Upavattana Sāla)入般涅槃。  
在這個殊聖的地方，建造了涅槃塔，我虔誠的禮敬它。

## **The Utmost Reverence to Triple Gems 對三寶最高的禮敬**

Buddha dhammā ca Pacceka Buddha Saṅghā ca sāmikā

不特 當瑪 恰 把切卡 不特 桑卡 恰 撒米卡

Dāso vāhasmi metesaṃ – guṇaṃ thātu sire sadā

答索 哇哈思米 梅爹桑 - 古囊 他度 希雷 薩達

佛陀、佛法、辟支佛以及僧伽，（他們）全都是我的主人，  
我就像是僕人一樣。願他們的功德永遠是我最崇高的禮敬。

Tisaraṇaṃ tilakkhaṇūpekkhaṃ – Nibbānamantimaṃ sukhaṃ

地薩拉囊 地拉卡努杯康 - 尼八囊滿地忙 蘇康

Suvande sirasā niccaṃ – labhāmi tividhā maḥaṃ

蘇彎爹 希拉撒 尼腔 - 拉巴米 地 V 他 瑪航

三歸依，三相，捨以及最終的幸福-涅槃，

是我至上 - 時刻的禮敬！以此功德，願我得以證得道果。

Tisaraṇaṃ ca sire thātu – sire thātu tilakkhaṇaṃ

地薩拉囊 恰 希雷 他度 - 希雷 他度 地拉卡囊

Upekkhā ca sire thātu – Nibbānaṃ thātu me sire

烏別卡 恰 希雷 他度 - 尼八囊 他度 梅 希雷

願三寶成為我的至上、至安穩。願三相為我至上的意念。

願捨成為最珍貴的美德以及願涅槃為我最高的目標。

Buddhe sakaruṇe vande – Dhamme pacceka sambuddhe

不爹 薩咖如納 彎爹 - 當梅 帕切可 三不爹

Saṅghe ca sirasā yeva – tidhā niccaṃ namāmaḥaṃ

桑給 恰 西拉薩 耶哇 - 迪他 你腔 那瑪瑪杭

慈悲的諸佛、他們所教導的法、所有的辟支佛與僧伽  
以言語及意念，一定是我永遠的禮敬。

Namāmi sattunovādappamāda vacanantimaṃ

那瑪米 薩度諾哇達阿八瑪德 哇查難地忙

Sabbe pi cetiye vande upajjhā cariyē mamaṃ

薩別 比 切地耶 萬爹 烏八加 恰麗耶 瑪忙

Myhaṃ panāma tejena – cittaṃ pāpehi mucatanti

馬揚 八拿麼 爹接呢 - 奇當 把杯 hi 目恰丹地

以頭頂禮我們導師最後的話語：“精勤奮鬥吧！”  
我禮敬所有的塔。我恭敬的頂禮我的導師們與戒師，  
以此禮敬的威力，願我的心擺脫所有不善的念頭。

## Cuddasa Buddha-Ñāṇāni 佛陀的 14 種智

1. Dukkhe ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ

杜給 尼亞囊 不特 尼亞囊

苦智是佛陀之智

2. Dukkha samudaye ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ

杜可 撒目達耶 尼亞囊 不特 尼亞囊

苦集智是佛陀之智

3. Dukkha nirodhe ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ

杜可 尼略爹 尼亞囊 不特 尼亞囊  
苦滅是佛陀之智

4. Dukkha nirodhā gāmini paṭipadāya ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
杜可 尼略達 嘎米尼 八地八達雅 尼亞囊 不特 尼亞囊  
導致苦滅之道是佛陀之智
5. Attha patisambhide ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
阿特 八地三比爹 尼亞囊 不特 尼亞囊  
義無礙解智是佛陀之智
6. Dhamma patisambhide ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
當麼 八地三比爹 尼亞囊 不特 尼亞囊  
法無礙解智是佛陀之智
7. Nirutti patisambhide ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
尼如地 八地三比爹 尼亞囊 不特 尼亞囊  
辭無礙解是佛陀之智
8. Patibhāna patisambhide ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
八地趴呢 八地三比爹 尼亞囊 不特 尼亞囊  
辯無礙解是佛陀之智
9. Indriya paropariyatte ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
因迪立亞 八羅八裡亞爹 尼亞囊 不特 尼亞囊  
根上下智是佛陀之智
10. Sattānaṃ āsayānusaye ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
薩達囊 阿薩亞努薩也 尼亞囊 不特 尼亞囊  
有情意樂隨眠智是佛陀之智
11. Yamaka pātihāriye ñāṇaṃ Buddha ñāṇaṃ  
亞麻可 八地哈裡也 尼亞囊 不特 尼亞囊  
雙神變是佛陀之智

12. Mahākaruṇā samāpattiyā ṅaṇaṃ Buddha ṅaṇaṃ

馬哈卡如那 撒馬八地亞 尼亞囊 不特 尼亞囊  
大悲等至智是佛陀之智

13. Sabbaññuta ṅaṇaṃ Buddha ṅaṇaṃ

薩巴牛德 尼亞囊 不特 尼亞囊  
一切知智是佛陀之智

14. Anāvaraṇa ṅaṇaṃ Buddha ṅaṇaṃ

阿拿瓦拉呢 尼亞囊 不特 尼亞囊  
無障礙智是佛陀之智

Imāni cuddasa Buddha ṅaṇani. Imesaṃ attha ṅaṇani sāvaka  
sādhāranani, cha ṅaṇani, asādharanāni sāvakehi. Imehi cuddasa  
Buddha ṅaṇehi samannāgataṃ SammāsamBuddhaṃ Bhagavantaṃ  
sirasā namāmi.

一瑪尼 粗達色 不特 尼亞那尼。一美桑 阿特 尼亞那尼 薩瓦卡  
撒達拉那尼，恰 尼亞那尼，阿薩達拉那尼 薩瓦給 hi。一美 hi  
粗達色 不特 尼亞內 hi 三瑪拿嘎當 三瑪三補當 臥嘎彎當 西  
拉薩 那瑪咪

這是十四種佛陀之智。其中八種智為弟子所共通，六種智為弟  
子所不共。我以頭禮敬具足此十四種佛陀之智的全自覺者、世  
尊。



## Devārādhana 邀請諸天

Samantā cakka-vālesu

薩曼它 恰可-瓦雷素

Atr'agacchantu devatā

阿特拉嘎墻度 爹瓦達

Saddhammaṃ Muni-rajassā

薩當忙 目尼-拉加薩

Sunantu sagga-mokkhaḍḍam

素難度 薩格-莫可當

Parittassavana-kalo ayaṃ bhadantā

把利德薩瓦呢-卡咯 阿楊 把單達

Parittassavana-kalo ayaṃ bhadantā

把利德薩瓦呢-卡咯 阿楊 把單達

Paritta Dhammassavana-kalo ayaṃ bhadantā

把利德 當麼薩瓦呢-卡咯 阿楊 把單達

願普輪圍界，諸天來聆聽，牟尼王正法，導生天. 解脫！大德們，  
這是聆聽護衛經的時候！

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa (x3)

那摩 答色 八咖瓦多 阿拉哈多 三瑪三-不達色 (三遍)

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者

## Buddha Vandanā 禮敬佛

Iti'pi so Bhagavā Arahāṃ, Sammāsambuddho, Vijjā-caraṇa-sampanno, Sugato, Loka-vidū, Anuttaro purisa-damma-sārathi, Sattā deva-manussānaṃ, Buddho, Bhagavā'ti.

依弟'比 叟 帕卡哇 阿拉航，三瑪三不多，V 家-恰拉呢-  
三般諾，速嘎多，羅可-V 杜，阿努德羅 不立色-唐瑪-薩拉弟，  
薩他 爹哇-瑪努薩囊，不多，趴卡瓦'弟。

世尊即是：阿羅漢、全自覺者、明行足、善逝、世間解、  
無上調禦丈夫、天人師、佛陀、世尊。

## Dhamma Vandanā 禮敬法

Svākkhāto Bhagavatā Dhammo, Sandhiṭṭhiko, Akāliko, Ehipassiko, Opanayiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhī'ti.

蘇瓦卡都 趴卡瓦達 當摩，三迪地口，阿卡裡口，A hi 把西口，  
哦把那依口，把恰當 威地達波 V 扭 hi 地。

世尊所善說的法、現前可見、無過時的、請來看、導向、為每個智者皆能證知的。

## Saṅgha Vandanā 禮敬僧

Supaṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, uju-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, ṇāya-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, sāmīci-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, yad·idaṃ cattāri purisa-yugāni aṭṭha purisa-puggalā, esa Bhagavato sāvaka-saṅgho, āhuneyyo, pāhuneyyo, dakkhiṇeyyo, añjali-karaniyo, anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā'ti.

速把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，烏足-八地般諾 臥卡瓦多  
薩瓦可-桑口，尼亞呀-把地般諾 帕卡瓦多 薩瓦可-桑口，薩米  
起-把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口。亞地當 恰他力 不裡色-  
又嘎尼 阿特 不裡色-不嘎拉，A 色 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，阿  
呼內啣，把呼內啣，達 ki 內啣，安家裡-卡拉尼啣，阿努德讓  
補你亞給當 咯卡薩’地。

世尊的聲聞僧眾是善於行道；世尊的聲聞僧眾是正直行道；  
世尊的聲聞僧眾是真實行；世尊的聲聞僧眾是正當行道的；  
即四雙八輩的世尊的聲聞僧眾，是應供養、應供奉者、應施於  
者、應合掌（禮敬）者，為世間無上的福田。

Etena sacca-vajjena pātu tvaṃ ratanatayaṃ. (x3)

A 爹呢 薩恰-瓦接呢 八度 端 拉達納達揚（三遍）

藉這真實的話語，願三寶保佑你！

# SUTTA 經

## Mahā-maṅgala Sutta 大吉祥經

Evam me suttaṃ: ekaṃ samayaṃ Bhagavā Sāvattḥiyaṃ viharati Jetavane Anāthapiṇḍikassa ārāme. Atha kho aññatarā devatā abhikkantāya rattiyā abhikkantavaṇṇā, kevala-kappaṃ Jetavanaṃ obhāsetvā, yena Bhagavā ten'upasaṅkami; upasaṅkamitvā Bhagavantaṃ abhivādetvā ekam-antaṃ atṭhāsī. Eka-mantaṃ tṭhitā kho sā devatā Bhagavantaṃ gāthāya ajjhabhāsī:

A 望 梅 素當：A 康 薩 媽 楊 帕 嘎 瓦 薩 瓦 提 揚 V 哈 拉 迪 接 德 瓦 內 阿 納 特 品 迪 卡 色 阿 拉 梅。阿 特 口 阿 尼 亞 他 拉 爹 瓦 塔 阿 比 看 他 亞 拉 迪 亞 阿 比 看 塔 萬 納，給 瓦 勒-卡 邦 接 達 瓦 囊 哦 帕 誰 圖 啊，也 呢 帕 嘎 瓦 爹 努 帕 桑 卡 米；烏 帕 桑 卡 米 圖 阿 帕 嘎 萬 當 阿 比 瓦 爹 圖 阿 A 可 曼 當 阿 塔 西。

A 可 曼 當 提 塔 口 薩 爹 瓦 達 帕 嘎 萬 當 嘎 塔 亞 阿 加 帕 西：  
如是我聞：一時，世尊住在沙瓦提城揭答林給孤獨園。當時，在深夜，有位容色殊勝的天人照亮了整座揭答林，來到世尊之處。來到之後，禮敬世尊，然後站在一邊。站在一邊的那位天人以偈頌對世尊說：

Bahū devā maṇussā ca, maṅgalāni acintayum,  
ākaṅkhamānā sotthānaṃ, brūhi maṅgala-muttamaṃ.  
巴 呼 爹 瓦 馬 努 薩 恰，芒 嘎 拉 尼 阿 欽 特 運，  
阿 看 卡 媽 納 搜 塔 囊，普 魯 hi 芒 嘎 樂-目 得 芒。

「衆多天與人，思惟諸吉祥，希望得福祉，請說最吉祥！」

Asevanā ca bālānaṃ, paṇḍitānaṃ ca sevanā,

pūjā ca pūjanīyānaṃ, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.

阿誰瓦納 恰 把拉囊，班迪達難 恰 色瓦納，

不加 恰 不加尼亞囊，A 當 芒嘎樂-目得芒

(世尊說：)「不親近愚人，應親近智者，敬奉可敬者，此為最吉祥。

Patirūpa-desa-vāso ca, pubbe ca kata-puññatā,

atta-sammā-paṇīdhi ca, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.

把地如巴一爹色一瓦搜 恰，布北 恰 卡德一不尼亞達，

阿德一薩媽一把尼迪 恰，A 當 芒嘎樂-目得芒

居住適宜處，往昔曾修福，自立正志願，此為最吉祥。

Bāhu-saccaṃ ca sippaṃ ca, vinayo ca susikkhito,

subhāsītā ca yā vācā, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.

把胡一薩參 恰 西班恰，V 納有 恰 素西 ki 都

素帕西達 恰 亞 瓦恰，A 當 芒嘎樂-目得芒

博學技術精，善學於律儀，所說皆善語，此為最吉祥。

Mātā-pitu upaṭṭhānaṃ, putta-dārassa saṅgaho,

anākulā ca kammantā, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.

媽達一比圖 烏帕塔囊，布德一達拉色 桑嘎後，

阿納庫拉 恰 卡曼塔，A 當 芒嘎樂-目得芒

奉侍父母親，愛護妻與子，做事不混亂，此為最吉祥。

Dānaṃ ca dhamma-cariyā ca, ṇātakānaṃ ca saṅgaho,

anavajjāni kammāni, etaṃ maṅgala-muttamaṃ;

達難 恰 當麼一恰裏亞 恰，尼亞達卡難 恰 桑嘎後，

阿納瓦加尼 卡媽尼，A 當 芒嘎樂-目得芒  
佈施與法行，接濟諸親族，行為無過失，此為最吉祥。

Ārati virati pāpā, majja-pānā ca saññamo,  
appamādo ca dhammesu, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.  
阿拉地 V 拉地 帕帕，媽加一帕納 恰 三尼亞莫，  
阿巴媽都 恰 當美素，A 當 芒嘎樂-目得芒  
遠離. 離惡事，自製不飲酒，於法不放逸，此為最吉祥。

Gāravo ca nivāto ca, santuṭṭhi ca kataññutā,  
kālena dhammassavaṇaṃ, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.  
嘎拉我 恰 尼瓦都 恰，三度提 恰 卡達牛達，  
卡雷呢 當麼薩瓦囊，A 當 芒嘎樂-目得芒  
恭敬與謙虛，知足與感恩，適時聽聞法，此為最吉祥。

Khantī ca sovacassatā, samaṇānaṃ ca dassanaṃ,  
kālena dhamma-sākaṅkhaṃ, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.  
看迪 恰 搜瓦恰色達，薩瑪納難 恰 達色囊，  
卡雷呢 當麼一薩卡恰，A 當 芒嘎樂-目得芒  
忍耐與柔順，得見諸沙門，適時討論法，此為最吉祥。

Tapo ca brahma-cariyaṃ ca, ariya-saccāna dassanaṃ,  
nibbāna sacchi-kiriyaṃ ca, etaṃ maṅgala-muttamaṃ.  
塔破 恰 普拉馬一恰裏揚 恰，阿裏亞一薩恰呢 達色囊，  
尼巴呢 薩奇一ki 裏亞 恰，A 當 芒嘎樂-目得芒  
苦行與梵行，徹見諸聖諦，證悟於涅槃，此為最吉祥。

Phuṭṭhassa loka-dhammehi, cittaṃ yassa na kampati,  
asokaṃ virajaṃ khemaṃ, etaṃ maṅgala-muttamaṃ;

普塔色 洛可—當梅 hi，其當 亞色 呢 看帕迪  
阿搜康 V 拉將 給茫，A 當 芒嘎樂—目得芒  
接觸世間法，心毫不動搖，無愁. 無染. 安，此為最吉祥。

Etādisāni katvāna, sabbattha-maparājitā,  
sabbattha sotthim gacchanti, tam tesam maṅgala-muttaman'ti.  
A 達迪薩尼 卡圖阿呢，薩巴特—馬巴拉吉塔，  
薩巴特 搜丁 嘎參地，當 爹桑 芒嘎樂—目得芒' 地。  
依此實行後，各處無能勝，一切處平安，是其最吉祥！」

Etena sacca-vajjena, hotu te jaya-maṅgalam. (x3)  
A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢，後度 爹 加亞 芒嘎浪 (三遍)  
以此真實語，願你得到吉祥勝利！

## Ratana Sutta 寶經

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,  
bhum māni vā yāni va antalikkhe,  
sabbe'va bhūtā sumanā bhavantu,  
atho'pi sakkacca suṇantu bhāsitaṃ.

亞尼德 普達尼 薩瑪噶達尼  
普瑪尼 瓦 亞尼 瓦 按達裏給  
薩貝' 瓦 普達 素瑪納 帕灣度  
阿投' 比 薩卡恰 素難度 帕西當  
(世尊說：) 凡會集此諸鬼神，無論地居或空居，  
願一切鬼神歡喜，請恭敬聽聞所說。

Tasmā hi bhūtā nisāmetha sabbe,  
mettaṃ karotha mānusiya pajāya,  
divā ca ratto ca haranti ye balīṃ,  
tasmā hi ne rakkhatha appamattā.  
他斯瑪 hi 普達 尼撒梅特 薩貝  
梅當 卡柔特 瑪努希亞 帕加亞  
迪瓦 恰 拉都 恰 哈然地 也 八玲  
他斯瑪 hi 內 拉卡特 阿巴瑪達  
故一切鬼神傾聽：散播慈愛給人類，  
日夜持來獻供者，故應保護莫放逸。

Yaṃ kiñci vittaṃ idha vā huraṃ vā,  
saggesu vā yaṃ ratanaṃ paṇītaṃ,  
na no samaṃ atthi Tathāgatena,  
Idaṃ'pi Buddhē ratanaṃ paṇītaṃ,



etena saccena suvatthi hotu.

楊 kin 其 V 當 依特 瓦 胡讓 瓦

薩給素 瓦揚 拉達囊 巴尼當

那 耨 薩芒 阿迪 塔塔嘎爹呢

依當’ 比 不爹 拉達囊 八尼當

A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

所有此. 他世財富, 或於天界殊勝寶, 無有等同如來者  
此乃佛之殊勝寶, 以此實語願安樂!

Khayaṃ virāgaṃ amataṃ paṇītaṃ,

yadajjhagā Sakyamunī samāhito,

na tena dhammena sam’atthi kiñci,

Idam’pi Dhamme ratanaṃ paṇītaṃ,

etena saccena suvatthi hotu.

卡揚 V 拉剛 阿瑪當 八尼當

亞達加嘎 薩 ki 呀牟尼 薩瑪 hi 都

呢 爹呢 當梅呢 薩媽地 kin 其

依當’ 比 當梅 拉達囊 八尼當

A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

盡. 離貪. 不死. 殊勝, 得定釋迦牟尼證, 無有等同彼法者  
此乃法之殊勝寶, 以此實語願安樂!

Yaṃ Buddha-seṭṭho parivaṇṇayī sucim,

samādhi-mānantarikañña-māhu,

samādhinā tena samo na vijjati,

Idam’pi Dhamme ratanaṃ paṇītaṃ,

etena saccena suvatthi hotu.

楊 不特-誰投 八裏萬納依 素清  
薩媽迪-瑪南達裏看尼亞-瑪胡  
薩瑪底納 爹呢 薩摩 呢 V 佳地  
依當’ 比 當梅 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

最勝佛所讚清靜，謂為無間三摩地，不見等同該定者  
此乃法之殊勝寶，以此實語願安樂！

Ye puggalā aṭṭha satam pasatthā,  
cattāri etāni yugāni honti,  
te dakkhiṇeyyā Sugatassa sāvakā,  
etesu dinnāni mahapphalāni;  
Idam’pi Saṅghe ratanam paṇītam,  
etena saccena suvatthi hotu.

也 不嘎拉 阿塔 色當 帕薩塔  
恰達裏 A 達尼 又嘎尼 洪地  
爹 達 ki 內亞 素嘎塔色 薩瓦卡  
A 爹素 定納尼 瑪哈帕拉尼  
依當’ 比 桑給 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

為諸善士稱讚者，他們乃四雙八輩，善逝弟子應供養，  
佈施於此得大果——此乃僧之殊勝寶，以此實語願安樂！

Ye suppayuttā manasā daḷhena,  
nikkāmino Gotama-sāsanamhi,  
te patti-pattā amataṃ vigayha,  
laddhā mudhā nibbutim bhuñjamānā;

Idam'pi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.

也 素帕又達 媽納薩 達勒黑呢  
尼卡米耨 苟達麼-薩色囊 hi  
爹 八地-巴達 阿瑪當 V 嘎亞  
拉達 目達 尼佈丁 不噠加瑪納  
依當' 比 桑給 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

以堅固意. 善用者, 苟答馬教中離欲, 彼達利得. 入不死,  
無償獲得享寂滅——此乃僧之殊勝寶, 以此實語願安樂!

Yath'inda-khīlo paṭhaviṃ sito siyā,  
catubbhi vātebhi asampakampiyo,  
tathūpamaṃ sappurisaṃ vadāmi,  
yo ariya-saccāni avecca passati;  
Idam'pi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.

亞聽達-ki 樓 帕達 V 因 西都 希亞  
恰圖比 瓦爹比 阿三帕看比啣  
塔圖帕芒 色不理桑 瓦達米  
啣 阿裏亞-薩恰尼 阿維恰 帕色地  
依當' 比 桑給 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

猶如帝柱依地立, 四面來風不動搖; 我說譬如善男子,  
決定見諸聖諦者——此乃僧之殊勝寶, 以此實語願安樂!

Ye ariya-saccāni vibhāvayanti,  
gambhīra - paññena sudesitāni,  
kiñcāpi te honti bhusappamattā,  
na te bhavaṃ aṭṭhamam ādiyanti;  
Idam’pi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.

也 阿裏亞-薩恰尼 V 帕瓦揚地  
剛比拉-槃捏呢 素爹希達尼  
Kin 恰比 爹 洪地 不撒八瑪達  
呢 爹 帕往 阿塔芒 阿迪揚地  
依當’ 比 桑給 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

凡明瞭諸聖諦者，由深慧者所善說，即使他們極放逸，  
亦不再受第八有——此乃僧之殊勝寶，以此實語願安樂！

Sahāv’assa dassana-sampadāya,  
tay’assu Dhammā jahitā bhavanti,  
sakkāya-ditṭhi vicikicchitaṃ ca,  
sīlabbataṃ vā’pi yad.atthi kiñci.

薩哈瓦色 達色呢-桑帕達亞  
塔亞素 當瑪 加 hi 達 帕往地  
薩卡亞-迪提 維其 ki 其攤 恰  
希臘八當 瓦’ 比 亞達迪 kin 其  
彼成就見之同時，實已斷除三種法：  
有身邪見與懷疑、戒禁取乃至其餘；

Catūh'apāyehi ca vippamutto,  
chaccābhiṭhānāni abhabbo kātum.  
Idam'pi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.  
恰度哈帕葉 hi 恰 V 帕目都  
恰恰比塔納尼 阿巴伯 卡頓  
依當'比 桑給 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度  
他已解脫四惡趣，不可能造六逆罪  
此乃僧之殊勝寶，以此實語願安樂！

Kiñcāpi so kammaṃ karoti pāpakaṃ,  
kāyena vācā uda cetasā vā,  
abhabbo so tassa paṭicchādāya,  
abhabbatā diṭṭhapadassa vuttā.  
Idam'pi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.  
Kin 恰比 搜 看芒 卡柔迪 帕帕康  
卡耶呢 瓦恰 物德 切他撒 瓦  
阿帕伯 搜 塔色 帕提恰達亞  
阿帕八達 迪塔帕達色 物達  
依當'比 桑給 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度  
即使他造作惡業，由身或語或心念，不可能將它覆藏，  
謂見道者不可能——此乃僧之殊勝寶，以此實語願安樂！

Vanappagumbe yathā phussitagge,  
gimhāna māse paṭhamasmiṃ gimhe,  
tathūpamaṃ Dhamma-varaṃ adesayī,  
Nibbāna-gāmiṃ paramaṃ hitāya.  
Idam’pi Buddhē ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.

瓦呢帕滾貝 亞塔 普希達給

Gim 哈訥 瑪瑟 帕塔馬斯名 gim 黑  
塔圖帕芒 當麼-瓦讓 阿爹薩依  
尼巴呢-嘎名 帕拉芒 hi 塔亞  
依當’比 不爹 拉達囊 巴尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

猶如熱季第一月，花開林中樹叢上；譬如所示最上法，  
導向涅槃至上利——此乃佛之殊勝寶，以此實語願安樂！

Varo varaññū varado varāharo,  
anuttaro Dhamma-varaṃ adesayī,  
Idam’pi Buddhē ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.

瓦柔 瓦啦牛 瓦拉都 瓦拉哈柔  
阿努德柔 當麼-瓦讓 阿爹薩依  
依當’比 不爹 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

最勝者知.與.持勝，無上者教示勝法  
此乃佛之殊勝寶，以此實語願安樂！

Khīṇaṃ purāṇaṃ navam natthi sambhavam,  
viratta-cittāyatike bhavasmim,  
te khīṇabījā avirūḷhi-chandā,  
nibbanti dhīrā yathā'yam padīpo.  
Idam'pi Saṅghe ratanaṃ paṇītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.

Ki 囊 不拉囊 那望 那提 桑帕往  
V 拉德-其達阿亞迪給 帕瓦斯名  
爹 ki 呢比加 阿 V 如 hi- 強達  
尼般地 迪拉 亞塔' 揚 帕迪波  
依當' 比 桑給 拉達囊 八尼當  
A 爹呢 薩切呢 素瓦迪 後度

已盡舊者新不生，於未來有心離染，彼盡種子不增欲，  
諸賢寂滅如此燈——此乃僧之殊勝寶，以此實語願安樂！

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,  
bhummaṇi vā yāni va antalikkhe,  
Tathāgataṃ deva-manussa-pūjitaṃ,  
Buddhaṃ namassāma suvatthi hotu.

亞尼德 不達尼 色瑪嘎達尼  
不瑪尼 瓦 亞尼 瓦 按達裏給  
塔塔嘎當 爹瓦-瑪努色-普濟當  
普當 那瑪薩瑪 素瓦迪 後度

（沙伽天帝說：）凡會集此諸鬼神，  
無論地居或空居，天人敬奉如來佛，我等禮敬願安樂！

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,  
bhummāni vā yāni va antalikkhe;  
Tathāgatam deva-manussa-pūjitam,  
Dhammam namassāma suvatthi hotu.

亞尼德 不達尼 色瑪嘎達尼  
不瑪尼 瓦 亞尼 瓦 按達裏給  
塔塔嘎當 爹瓦-瑪努色-普濟當  
當芒 那瑪薩瑪 素瓦迪 後度  
凡會集此諸鬼神，無論地居或空居，天人敬奉如來法，  
我等禮敬願安樂！

Yānīdha bhūtāni samāgatāni,  
Bhummāni vā yāni va antalikkhe;  
Tathāgatam deva-manussa-pūjitam,  
Saṅgham namassāma suvatthi hotu.

亞尼德 不達尼 色瑪嘎達尼  
不瑪尼 瓦 亞尼 瓦 按達裏給  
塔塔嘎當 爹瓦-瑪努色-普濟當  
桑康 那瑪薩瑪 素瓦迪 後度  
集會在此諸鬼神，無論地居或空居，天人敬奉如來僧，  
我等禮敬願安樂！

Etena sacca-vajjena dukkhā vūpasamentu te  
A 爹呢 薩恰-瓦接呢 度卡 烏巴薩敏度 爹  
以此真實語，願汝熄諸苦！

Etena sacca-vajjena bhayā vūpasamentu te  
A 爹呢 薩恰-瓦接呢 帕亞 烏巴薩敏度 爹



以此真實語，願汝熄怖畏！

Etena sacca-vajjena rogā vūpasamentu te

A 爹呢 薩恰-瓦接呢 柔嘎 烏巴薩敏度 爹

以此真實語，願汝熄病惱！

## Karaṇīya Mettā Sutta 應行慈愛經

Karaṇīya-mattha-kusalena,

yam taṃ santaṃ padaṃ abhisamecca:

sakko ujū ca sūhujū ca,

suvaco c'assa mudu anātimānī;

卡拉尼亞-馬塔-枯薩雷呢，

楊 當 三當 把當 阿比色美恰：

薩扣 烏祖 恰 素呼祖 恰，

素瓦湊 恰色 母度 阿納地馬尼；

善求義利、領悟寂靜境界後應當作：有能力、正直、

誠實，順從、柔和、不驕慢；

Santussako ca subharo ca,

appakicco ca sallahukavutti,

sant'indriyo ca nipako ca,

appagabbho kulesu ananugiddho.

三度色扣 恰 素帕柔 恰，

阿巴 Ki 湊 恰 薩拉胡卡烏地，

三丁地利啣 恰 尼帕扣 恰，

阿巴嘎坡 枯雷素 阿納努 gi 都。

知足、易扶養，少事務、生活簡樸，

諸根寂靜、賢明，不無禮與不貪著居家；

Na ca khuddaṃ samācare kiñci,

yena viññū pare upavadeyyuṃ.

sukhino vā khemino hontu,

sabbe-sattā bhavantu sukhittā.

那 恰 枯當 薩馬恰雷 kin 其，  
也呢 V 牛 帕雷 烏帕瓦爹用。  
素 ki 耨 瓦 K 米耨 洪度，  
薩貝-薩達 帕萬度 素 ki 達大。  
只要會遭智者譴責，即使是小事也不做。  
願一切有情幸福、安穩！自有其樂！

Ye keci pāṇabhūt'atthi,  
tasā vā thāvarā vā anavasesā.  
dīghā vā ye mahantā vā,  
majjhimā rassakāṇukathūlā;  
也 給其 把呢普塔體，  
他撒 瓦 他瓦拉 瓦 阿呢瓦謝薩。  
迪嘎 瓦 也 馬漢他 瓦，  
馬吉馬 拉色卡阿努可圖拉；  
凡所有的有情生類，動搖的或不動的，  
毫無遺漏，長的或大的，中的、短的、細的或粗的，

Ditṭha vā yeva adiṭṭhā,  
Ye ca dūre vasanti avidūre.  
bhūtā vā sambavesī vā,  
sabbe-sattā bhavantu sukhittā.  
迪他 瓦 也瓦 阿迪他，  
也 恰 度雷 瓦三地 阿 V 度雷。  
補他 瓦 三把維希 瓦，  
薩貝-薩達 帕萬度 素 ki 達大。

凡是見到的或沒見到的，住在遠方或近處的，  
已生的或尋求出生的，願一切有情自有其樂！

Na paro param nikubbetha,  
nātimaññetha katthaci naṃ kañci;  
byārosanā paṭighasaññā,  
nāñña-maññassa dukkha-miccheyya.

呢 帕柔 帕壤 尼枯貝特，  
那地馬捏特 卡塔奇 囊 看其；  
比亞柔色那 帕迪卡三尼亞，  
那尼亞-馬尼亞色 度可-米切亞。  
不要有人欺騙他人，不要輕視任何地方的任何人，  
不要以忿怒、瞋恚想，而彼此希望對方受苦！

Mātā yathā niyaṃ puttam,  
āyusā eka-puttam'anurakkhe;  
evam'pi sabba-bhūtesu,  
mānasam bhāvaye aparimānam.

馬塔 亞塔 你楊 普當，  
阿又撒 A 可-普特 馬努拉 K；  
A 往' 皮 薩巴-普爹素，  
馬呢桑帕瓦也 阿巴裏馬囊。  
正如母親對待自己的兒子，會以生命來保護唯一的兒子；  
也如此對一切生類培育無量之心！

Mettañ ca sabba-lokasmim,  
mānasam bhāvaye aparimānam,

uddham adho ca tiriyañ ca,  
asambādham averam asapattam.

梅丹 恰 薩巴-咯卡斯明,  
馬納桑 帕瓦也 阿帕裏馬囊,  
烏湯 阿都 恰 提裏楊 恰,  
阿三帕唐 阿維讓 阿色帕當.

以慈愛對一切世界培育無量之心,  
上方、下方及四方, 無障礙、無怨恨、無敵對!

Titṭham caram nisinno vā,  
sayāno vā yāvat'āssa vigatamiddho.  
etaṃ satim adhiṭṭheyya,  
brahma-metaṃ vihāraṃ idha-māhu.

提唐 恰嚨 尼新耨 瓦  
色亞耨 瓦 亞瓦塔色 V 嘎他米豆  
A 當 色丁 阿迪貼亞

普拉馬-梅當 V 哈嚨 依德-馬乎  
站立、行走、坐著或躺臥, 只要他離開睡眠,  
皆應確立如此之念, 這是他們於此所說的梵住。

Ditṭhiñ ca anupagamma sīlavā,  
dassanena sampanno;  
kāmesu vineyya gedham,  
na hi jātu gabbha-seyyam punar'etī'ti.

迪聽 恰 阿努帕嘎麼 西拉瓦  
達色內呢 三槃耨  
卡梅素 V 內亞 給唐

那 hi 加度 嘎帕寫楊 普呢雷迪’ 提  
不接受邪見，持戒，具足徹見，  
調伏對諸欲的貪求，確定不會再投胎！

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語，願你時常得安樂！

## Dhajaggha Sutta 旌旗頂經

Evam̐ me suttaṃ: ekaṃ samayaṃ Bhagavā Sāvattiyaṃ viharati  
Jetavane Anāthapiṇḍikassa ārāme.

A 往 梅 素當：A 康 薩瑪揚 帕嘎瓦 薩瓦迪揚 V 哈拉底  
接德瓦內 阿納特品迪卡色 阿拉梅  
如是我聞：一時，世尊住在沙瓦提城揭答林給孤獨園。

Tatra kho Bhagavā bhikkhū āmantesi - “bhikkhavo’ti. “Bhadante’ti  
te bhikkhū Bhagavato paccassosum̐. Bhagavā etad-avoca:

塔特拉 扣 帕嘎瓦 比庫 阿曼爹希 - 比卡我’地。 帕旦爹’  
地 爹 比庫 帕嘎瓦豆 帕恰搜孫。 帕嘎瓦 A 得達我查。：  
於其處，世尊稱呼比庫們：「諸比庫。」那些比庫回答世尊：  
「尊者。」世尊如此說：

“Bhūta-pubbaṃ, bhikkhave, devāsura-saṅgāmo samupabbuḥho ahoṣi.  
Atha kho, bhikkhave, Sakko devānamindo deve tāva-tim̐se  
āmantesi -

佈德-普幫，比卡維，爹瓦素拉-桑嘎莫 薩目帕佈勒後 阿後希。  
阿特 口，比卡維， 薩口 爹瓦納民都 爹維 塔瓦-丁誰 阿曼爹  
希 -

「諸比庫，在過去諸天和阿蘇羅發生了戰爭。諸比庫，當時，  
沙伽天帝對諸三十三天眾說：

‘Sace, mārisā, devānaṃ saṅgāma-gatānaṃ uppajjeyya bhayaṃ vā  
chambhitattaṃ vā loma-haṃso vā, mameva tasmim̐ samaye  
dhajaggaṃ ullokeyyātha. Mamaṃ hi vo dhajaggaṃ ullokayataṃ yaṃ

bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā loma-haṃso vā, so pahīyissati.’

薩切，馬力薩，爹瓦囊 桑嘎麼-嘎達囊 烏帕接亞 巴揚 瓦 薔比達當 瓦 羅馬-航艘 瓦，馬梅瓦 塔斯明 薩馬也 達加剛 烏樓給亞特。瑪忙 hi 我 達加剛 烏樓卡亞當 楊 帕 V 薩迪 帕楊 瓦 薔蔽達當 瓦 羅馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 依薩迪。

『諸君，假如參加戰爭的諸天產生怖畏、懼怕或身毛豎立，在那時你們可以望著我的旌旗頂。若你們望著我的旌旗頂，將能去除怖畏、懼怕或身毛豎立。』

‘No ce me dhajgaṃ ullokeyyātha, atha Pajāpatissa deva-rājassa dhajgaṃ ullokeyyātha. Pajāpatissa hi vo deva-rājassa dhajgaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā loma-haṃso vā, so pahīyissati.’

諾 切 梅 達加剛 烏樓給亞特，阿特 巴加巴提色 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓給亞特。巴加巴提色 hi 我 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓卡亞當 楊 帕 V 薩迪 帕楊 瓦 薔蔽達當 瓦 羅馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 依薩迪。

假如你們不望著我的旌旗頂，那你們可以望著巴迦巴帝天王的旌旗頂。若你們望著巴迦巴帝天王的旌旗頂者，將能去除怖畏、懼怕或身毛豎立。

‘No ce Pajāpatissa deva-rājassa dhajgaṃ ullokeyyātha, atha Varuṇassa deva-rājassa dhajgaṃ ullokeyyātha. Varuṇassa hi vo deva-rājassa dhajgaṃ ullokayataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā loma-haṃso vā, so pahīyissati.’



諾 切 巴加巴提色 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓給亞特，阿特 瓦  
如那色 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓給亞特。瓦如那色 hi 我  
爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓卡亞當 楊 帕 V 薩迪 帕楊 瓦  
薔蔽達當 瓦 羅馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 依薩迪。

假如你們不望著巴迦巴帝天王的旌旗頂，那你們可以望著瓦盧  
納天王的旌旗頂。若你們望著瓦盧納天王的旌旗頂者，將能去  
除怖畏、懼怕或身毛豎立。

‘No ce Varuṇassa deva-rājassa dhajaggam ullokeyyātha, atha Īsānassa  
deva-rājassa dhajaggam ullokeyyātha. Īsānassa hi vo deva-rājassa  
dhajaggam ullokayatam yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattam vā  
loma-haṃso vā, so pahīyissatī’ti.’

諾 切 瓦如那色 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓給亞特，阿特 依薩  
納色 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓給亞特。依薩納色 hi 我 爹瓦-  
拉加色 達加剛 烏樓卡亞當 楊 帕 V 薩迪 帕楊 瓦 薔蔽達當 瓦  
羅馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 依薩迪。

假如你們不望著瓦盧納天王的旌旗頂，那你們可以望著伊沙那  
天王的旌旗頂。若你們望著伊沙那天王的旌旗頂者，將能去除  
怖畏、懼怕或身毛豎立。』

“Tam kho pana, bhikkhave, Sakkassa vā devānam indassa dhajaggam  
ullokayatam, Pajāpatissa vā deva-rājassa dhajaggam ullokayatam,  
Varuṇassa vā deva-rājassa dhajaggam ullokayatam, Īsānassa vā deva-  
rājassa dhajaggam ullokayatam yaṃ bhavissati bhayaṃ vā  
chambhitattam vā loma-haṃso vā, so pahīyethāpi no’pi pahīyetha.  
Tam kissa hetu?”

當 口 帕呢，比卡維，薩卡色 瓦 爹瓦囊 印達色 達加剛 烏樓  
卡亞當，巴加巴提色 瓦 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓卡亞當，瓦  
如那色 瓦 爹瓦-拉加色 達加剛 烏樓卡亞當，依薩納色 瓦 爹  
瓦-拉加色 達加剛 烏樓卡亞當 楊 帕 V 薩迪 帕楊 瓦 薔蔽達  
當 瓦 咯馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 也塔比 諾’ 比 帕 hi 也特。當  
ki 色 黑度？

諸比庫，望著沙咖天帝的旌旗頂，或望著巴迦巴帝天王的旌旗  
頂，或望著瓦盧納天王的旌旗頂，或望著伊沙那天王的旌旗頂  
者，或許能去除、或許不能去除怖畏、懼怕或身毛豎立。那是  
什麼原因呢？

“Sakko hi, bhikkhave, devānam-indo avīta-rāgo avīta-doso avīta-  
moho bhīru chambhī utrāsī palāyī’ti.

薩口 hi， 比卡維， 爹瓦囊民都 阿 V 德-啦勾 阿 V 德-都搜 阿  
V 德-莫後 比入 薔比 烏特拉希 帕拉依’ 地。

諸比庫，沙咖天帝不離貪，不離瞋，不離癡，會戰慄、懼怕、  
驚愕、逃跑。」

“Ahañ ca kho, bhikkhave, evañ vadāmi: ‘sace tumhākañ, bhikkhave,  
arañña-gatānañ vā rukkha-mūla-gatānañ vā suññāgāra-gatānañ vā  
uppajjeyya bhayañ vā chambhitattañ vā loma-haṃso vā, mam.eva  
tasmim samaye anussareyyātha -

阿漢 恰 口， 比卡維， A 望 瓦達米： 撒切 屯哈康， 比卡維，  
阿然尼亞-嘎達囊 瓦 如可-目樂-嘎達囊 瓦 孫尼亞嘎雷-嘎達囊  
瓦 烏帕接亞 帕楊 瓦 薔比達當 瓦 咯馬-航艘 瓦， 瑪梅瓦 塔  
斯民 薩馬也 阿努色雷亞特 -

「諸比庫，我如此說：諸比庫，假如你們前往林野，前往樹下，或前往空閑處，產生怖畏、懼怕或身毛豎立，那個時候你們可以只憶念我：

Iti'pi so Bhagavā arahaṃ Sammā-sambuddho Vijjā-carana-sampanno Sugato Lokavidū Anuttaro purisa-damma-sārathi Satthā deva-manussānaṃ Buddho Bhagavā'ti.

依弟'比 叟 趴卡哇 阿拉航，三瑪三不多，V 家-恰拉呢-三般諾，速卡多，羅可-V 杜，阿努德羅 不立色-唐瑪-薩拉弟，薩他爹哇-瑪努薩囊，不多，趴卡瓦'弟。

『彼世尊亦即是阿拉漢，全自覺者，明行具足，善逝，世間解，無上者，調禦丈夫，天人導師，佛陀，世尊。』

Mamaṃ hi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā loma-haṃso vā, so pahīyissati.

瑪芒 hi 我，比卡維，阿努色拉當 楊 帕 V 色地 帕楊 瓦 蓄比達當 瓦 咯馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 依色地。

諸比庫，若你們憶念我者，將能去除怖畏、懼怕或身毛豎立。

“No ce maṃ anussareyyātha, atha Dhammaṃ anussareyyātha:

諾 切 芒 阿努色雷亞特，阿特 當芒 阿努色雷亞特：

假如你們不憶念我，那你們可以憶念法：

“Svākkhāto Bhagavatā Dhammo sandiṭṭhiko akāliko ehi-passiko, opanayiko paccattaṃ veditabbo viññūhī'ti.

蘇瓦卡都 趴卡瓦達 當摩，三迪地口，阿卡裡口，A hi-把西口，哦把那依口，把恰當 威地達波 V 扭 hi'地。

『法乃世尊所善說，是自見的，無時的，來見的，導向[涅槃]的，智者們可各自證知的。』

Dhammaṃ hi vo, bhikkhave, anussarataṃ yaṃ bhavissati bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā loma-haṃso vā, so pahīyissati.

當忙 hi 我，比卡維，阿努色拉當 楊 帕 V 色地 帕楊 瓦 薈比達當 瓦 咯馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 依色地。

諸比庫，若你們憶念法者，將能去除怖畏、懼怕或身毛豎立。

“No ce Dhammaṃ anussareyyātha, atha Saṅghaṃ anussareyyātha:

諾 切 當芒 阿努色雷亞特，阿特 桑康 阿努色雷亞特：

假如你們不憶念法，那你們可以憶念僧：

‘Supaṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho uju-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, ṇāya-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, sāmīci-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, yadidaṃ cattāri purisa-yugāni attha purisa-puggalā, esa Bhagavato sāvaka-saṅgho, āhuneyyo pāhuneyyo dakkhiṇeyyo añjali-karaṇīyo anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā’ti.

速把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，烏足-八地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，尼亞呀-把地般諾 帕卡瓦多 薩瓦可-桑口，薩米起-把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口。亞地當 恰他力 不裡色-又嘎尼 阿特 不裡色-不嘎拉，A 色 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，阿呼內啣，把呼內啣，達 ki 內啣，安家裡-卡拉尼啣，阿努德浪 補你亞給當 咯卡薩’地。

『世尊的弟子僧團是善行道者，世尊的弟子僧團是正直行道者，世尊的弟子僧團是如理行道者，世尊的弟子僧團是正當行道者。』

也即是四雙八輩，此乃世尊的弟子僧團，應受供養，應受供奉，應受佈施，應受合掌，是世間無上的福田。』

Saṅgham hi vo, bhikkhave, anussaratam yam bhavissati bhayam va chambhitattam va loma-hamsa va, so pahiyissati. Tam kissa hetu?

桑康 hi 我，比卡維，阿努色拉當 楊 帕 V 色地 帕楊 瓦 薔比 達當 瓦 咯馬-航艘 瓦，搜 帕 hi 依色地。當 ki 色 黑度？

諸比庫，若你們憶念僧者，將能去除怖畏、懼怕或身毛豎立。那是什麼原因呢？

“Tathāgato hi, bhikkhave, Araham Sammā-sambuddho, vīta-rāgo vīta-doso vīta-moho, abhīru acchambhī anutrāsī apalāyī’ti.

他塔嘎都 hi，比卡維，阿拉航 三瑪三不多，V 德-拉夠 V 德-都搜 V 德-莫後，阿比入 阿牆比 阿努特拉希 阿帕拉依’地。

諸比庫，如來、阿拉漢、全自覺者已離貪、離瞋、離癡，不會戰慄，不會懼怕，不會驚愕，不會逃跑。」

Idam-avoca Bhagavā. Idam vatvāna Sugato athāparam etad-avoca satthā:

依達馬我恰 帕嘎瓦。依當 瓦圖瓦呢 素嘎都 阿塔帕讓 A 塔達 我恰 薩塔：

世尊如此說。善逝如此說後，導師更如是說：

Araññe rukkha-mūle vā, suññāgāre va bhikkhavo;

Anussaretha SamBuddham - bhayam tumhāka no siyā.

阿然捏 如克-目雷 瓦，孫尼亞嘎雷 瓦 比卡我；

阿努色雷特 三普當 - 帕楊 屯哈可 諾 希亞。

「比庫. 於林野、樹下. 空閒處，憶念正覺者，你們無怖畏。

No ce Buddhamaṃ sareyyātha, loka-jetṭhamaṃ narāsabhamā;  
Atha Dhammaṃ sareyyātha, niyyānikaṃ sudesitaṃ.

諾 切 普當 薩雷亞特，略可-接湯 那拉薩邦；

阿特 當芒 薩雷亞特， 尼亞尼康 素爹希當。

若不憶念佛， 世最尊. 人王， 那可憶念法， 出離. 善說者。

No ce Dhammaṃ sareyyātha, niyyānikaṃ sudesitaṃ;  
Atha Saṅghamaṃ sareyyātha, puññakkhettaṃ anuttaramā.

諾 切 當芒 薩雷亞特， 尼亞尼康 素爹希當；

阿特 桑康 薩雷亞特， 補你亞給當 阿努德讓。

若不憶念法， 出離. 善說者， 那可憶念僧， 無上福田者。

Evaṃ Buddhamaṃ sarantānaṃ, Dhammaṃ Saṅghaṃ ca bhikkhavo,  
Bhayaṃ vā chambhitattaṃ vā, loma-haṃso na hessatī'ti.

A 往 普當 色然達囊， 當芒 桑看 恰 比卡我，

帕楊 瓦 薔比達當 瓦， 略瑪-航艘 呢 嘿色地' 地。

諸比庫. 如此憶念佛. 法. 僧， 將無畏. 懼怕， 及身毛豎立！ 」

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x 3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語， 願你時常得安樂！

## Mahā-Kassapatthera-Bojjhaṅga-Sutta 大迦葉覺支經

Evam me suttaṃ ekaṃ samayaṃ Bhagavā Rājagahe viharati Veḷuvane kalandakanivāpe.

A 往 梅 素當 A 康 薩瑪楊 帕嘎瓦 拉加嘎黑 V 哈拉迪 維路瓦  
內 卡蘭德卡尼瓦杯

如是我聞：一時，世尊住在王舍城竹林喂松鼠處。

Tena kho pana samayena āyasmā Mahā-Kassapo pippaliguhāyaṃ viharati, ābādhiko dukkhito bālha-gilāno.

爹呢 口 帕呢 薩瑪也呢 阿亞斯瑪 瑪哈-卡色坡 比帕裏古哈揚  
V 哈拉迪， 阿帕迪口 杜 ki 都 巴勒哈-gi 拉諾

在那個時候，具壽大伽沙巴住在畢帕離洞，生病、痛苦、重病。

Atha kho Bhagavā sāyanha-samayaṃ paṭisallānā vuṭṭhito yen'āyasmā Mahā-Kassapo ten'upasaṅkami ; upasaṅkamitvā paññatte āsane nisīdi.

Nisajja kho Bhagavā āyasmantaṃ Mahā-Kassapaṃ etadavoca –  
阿特 口 帕嘎瓦 薩揚哈-薩瑪楊 帕迪薩拉那 烏迪都 也那亞斯  
瑪 瑪哈-卡色坡 爹努帕桑卡咪；烏帕桑卡咪圖阿 辦尼亞爹 阿  
薩內 尼希迪。尼撒迦 口 帕嘎瓦 阿亞斯曼當 瑪哈-卡色幫 A 特  
達沃恰 –

當時，世尊在傍晚時分從禪坐起來，前往具壽大伽沙巴之處。

去到之後，坐在所敷設的座位上。坐下後，世尊對具壽大伽沙  
巴如此說：

“Kacci te, Kassapa, khamanīyaṃ? Kacci yāpanīyaṃ? Kacci dukkhā vedanā paṭikkamanti, no abhikkamanti? Paṭikkamosānaṃ paññāyati, no abhikkamo”ti ?

卡其 爹， 卡色 pe， 卡瑪尼揚？ 卡其 亞帕尼揚？ 卡其 杜卡維德那 帕迪卡曼迪， 諾 阿比卡曼迪？ 帕地卡莫薩囊 辦尼亞雅迪 諾 阿比卡莫’ 迪？

「咖沙巴， 你能忍受嗎？ 能堅持嗎？ 痛苦的感受減退而不會加劇嗎？ 感覺向病癒好轉而不會加劇嗎？」

“Na me, Bhante, khamanīyaṃ, na yāpanīyaṃ. Bāḷha me dukkhā vedanā abhikkamanti, no paṭikkamanti; abhikkamosānaṃ paññāyati, no paṭikkamo”ti.

呢 梅， 班爹， 卡瑪尼揚， 呢 亞帕尼揚。 帕勒哈 梅 杜卡 維德那 阿比卡曼迪， 諾 帕迪卡曼迪； 阿比卡莫薩囊 辦尼亞雅迪 諾 帕迪卡莫’ 迪。

「尊者， 我不能忍受， 不能堅持， 我的痛苦感受加重、 加劇， 沒有減退， 感覺病情加劇， 沒有減退。」

“Satt’ime, Kassapa, bojḅhaṅgā mayā sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattanti. Katame satta?”

薩迪梅， 卡色 pe， 波將嘎， 瑪雅 薩瑪達卡塔 帕 V 達 八呼裏 卡達 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦單地。 卡塔梅 薩德？ 「咖沙巴， 有七覺支已被我所正說， 已修習、 多作， 導向證智、 正覺、 涅槃。 哪七種呢？」

Sati-sambojḅhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattati.

薩迪-三波將夠 口， 卡色 pe， 瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。



咖沙巴，念覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Dhamma-vicaya-sambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulī-kato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

當麼-V 恰亞-三波將夠 口，卡色 pe，瑪亞 三瑪達卡都

帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

咖沙巴，擇法覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Vīriya-sambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

V 利亞-三波將夠 口，卡色 pe，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

咖沙巴，精進覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Pīti-sambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

辟迪-三波將夠 口，卡色 pe，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

咖沙巴，喜覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Passaddhi-sambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

帕色迪-三波將夠 口，卡色 pe，瑪亞 三瑪達卡都

帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

咖沙巴，輕安覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Samādhi-sambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

色瑪迪-三波將夠 口，卡色 pe，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

咖沙巴，定覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Upekkhā-sambojjhaṅgo kho, Kassapa, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

烏培卡-三波將夠 口，卡色 pe，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

咖沙巴，捨覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Ime kho, Kassapa, satta bojjhaṅgā mayā sammadakkhātā bhāvītā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattantī'ti.

依梅 口，卡色 pe，薩德 波將嘎 瑪亞 三瑪達卡達 帕 V 達 帕胡裏卡達 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦單迪' 地。

咖沙巴，有此七覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。」

“Taggha, Bhagavā, bojjhaṅgā; taggha, Sugata, bojjhaṅgā”ti.

達格，帕嘎瓦，波將嘎；達格，素嘎德，波將嘎' 地。

「世尊，的確是覺支！善逝，的確是覺支！」

Idamavoca Bhagavā. Attamano āyasmā Mahā-Kassapo Bhagavato bhāsitaṃ abhinandi. Vutṭhāhi c'āyasmā Mahā-Kassapo tamhā ābādhā. Tathāpahīno c'āyasmato Mahā-Kassapassa so ābādho ahoṣī'ti.

依達瑪沃恰 帕嘎瓦。阿德瑪諾 阿亞斯瑪 瑪哈-卡色波 帕嘎瓦都 帕希當 阿賓南迪。烏達 hi 恰亞斯瑪 瑪哈-卡色波 坦哈 阿帕達。塔他帕 hi 諾 恰亞斯瑪都 瑪哈-卡色帕色 叟 阿帕都 阿後希'地。

世尊如此說。具壽大伽沙巴滿意與歡喜世尊之所說。具壽大伽沙巴因此病癒，具壽大伽沙巴的病由此消失。

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語，願你時常得安樂！

## Mahā-Moggallānatthera-Bojjhaṅga-Sutta 目犍連覺支經

Evam me sutam: ekam samayam Bhagavā Rājagahe viharati Veluvane kalandakanivāpe.

A 往 梅 素當： A 康 薩瑪楊 帕嘎瓦 拉加嘎黑 V 哈拉迪 維路瓦內 卡蘭德卡尼瓦杯

如是我聞：一時，世尊住在王舍城竹林喂松鼠處。

Tena kho pana samayena āyasmā Mahā-Moggallāno Gijjhakūṭe pabbate viharati, ābādhiko dukkhito bāḥhagilāno.

爹呢 口 帕呢 薩瑪也呢 阿亞斯瑪 瑪哈-摩嘎拉諾 gi 加庫爹 帕巴爹 V 哈拉迪， 阿帕迪口 杜 ki 都 巴勒哈 gi 拉諾

在那個時候，具壽大摩嘎喇那住在鷲峰山，生病、痛苦、重病。

Atha kho Bhagavā sāyanha-samayam paṭisallānā vuṭṭhito yen'āyasmā Mahā-Moggallāno ten'upasaṅkami ; upasaṅkamitvā paññatte āsane nisīdi. Nisajja kho Bhagavā āyasmantaṃ Mahā-Moggallānaṃ etadavoca:

阿特 口 帕嘎瓦 薩揚哈-薩瑪楊 帕迪薩拉那 烏迪都 也那亞斯瑪 瑪哈-摩嘎拉諾 爹努帕桑卡咪；烏帕桑卡咪圖阿 辦尼亞爹 阿薩內 尼希迪。尼撒迦 口 帕嘎瓦 阿亞斯曼當 瑪哈-摩嘎拉囊 A 特達沃恰 -

當時，世尊在傍晚時分從禪坐起來，前往具壽大摩嘎喇那之處。去到之後，坐在所敷設的座位上。坐下後，世尊對具壽大摩嘎喇那如此說：

“Kacci te, Moggallāna, khamanīyaṃ? Kacci yāpanīyaṃ? Kacci dukkhā vedanā paṭikkamanti, no abhikkamanti? Paṭikkamosānaṃ paññāyati, no abhikkamo” ti?

卡其 爹，摩嘎拉呢，卡瑪尼揚？卡其 亞帕尼揚？卡其 杜卡 維德那 帕迪卡曼迪，諾 阿比卡曼迪？ 帕地卡莫薩囊 辦尼亞雅迪， 諾 阿比卡莫’ 迪？

「摩嘎喇那，你能忍受嗎？能堅持嗎？痛苦的感受減退而不會加劇嗎？感覺向病癒好轉而不會加劇嗎？」

“Na me, Bhante, khamanīyaṃ, na yāpanīyaṃ. Bāḷha me dukkhā vedanā abhikkamanti, no paṭikkamanti; abhikkamosānaṃ paññāyati, no paṭikkamo” ti.

呢 梅， 班爹， 卡瑪尼揚， 呢 亞帕尼揚。 帕勒哈 梅 杜卡 維德那 阿比卡曼迪， 諾 帕迪卡曼迪； 阿比卡莫薩囊 辦尼亞雅 迪 諾 帕迪卡莫’ 迪。

「尊者，我不能忍受，不能堅持，我的痛苦感受加重、加劇，沒有減退，感覺病情加劇，沒有減退。」

“Satt’ime, Moggallāna, bojjhaṅgā mayā sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṃvattanti. Katame satta?

薩迪梅，摩嘎拉呢，波將嘎， 瑪雅 薩瑪達卡塔 帕 V 達 八呼裏卡達 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦單地。 卡塔梅 色德？

「摩嘎喇那，有七覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。哪七種呢？」

Sati-sambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

薩迪-三波將夠 口，摩嘎拉呢，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

摩嘎喇那，念覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Dhamma-vicaya-sambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulī-kato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

當麼-V 恰亞-三波將夠 口，摩嘎拉呢，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

摩嘎喇那，擇法覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Vīriya-sambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

V 利亞-三波將夠 口，摩嘎拉呢，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

摩嘎喇那，精進覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Pīti-sambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

辟迪-三波將夠 口，摩嘎拉呢，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

摩嘎喇那，喜覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Passaddhi-sambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

帕色迪-三波將夠 口，摩嘎拉呢，瑪亞 三瑪達卡都

帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

摩嘎喇那，輕安覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Samādhi-sambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

色瑪迪-三波將夠 口，摩嘎拉呢，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

摩嘎喇那，定覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Upekkhā-sambojjhaṅgo kho, Moggallāna, mayā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

烏培卡-三波將夠 口，摩嘎拉呢，瑪亞 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

摩嘎喇那，捨覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Ime kho, Moggallāna, satta bojjhaṅgā mayā sammadakkhātā bhāvitā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattantī'ti.

依梅 口，摩嘎拉呢，薩德 波將嘎 瑪亞 三瑪達卡達 帕 V 達

帕胡裏卡達 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦單迪' 地。

摩嘎喇那，有此七覺支已被我所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。」

“Taggha, Bhagavā, bojjhaṅgā; taggha, Sugata, bojjhaṅgā”ti.

達格，帕嘎瓦，波將嘎；達格，素嘎德，波將嘎’地。

「世尊，的確是覺支！善逝，的確是覺支！」

Idamavoca Bhagavā, attamano āyasmā Mahā-Moggallāno Bhagavato bhāsitaṃ abhinandi. Vuṭṭhāhi c’āyasmā Mahā-Moggallāno tamhā ābādhā. Tathā-pahīno c’āyasmato Mahā- Moggallānassa so ābādhō ahoṣī’ti.

依達瑪沃恰 帕嘎瓦，阿德瑪諾 阿亞斯瑪 瑪哈-摩嘎拉諾 帕嘎瓦都 帕希當 阿賓南迪。烏達 hi 恰亞斯瑪 瑪哈-摩嘎拉諾 坦哈 阿帕達。塔他-帕 hi 諾 恰亞斯瑪都 瑪哈-摩嘎拉納色 叟阿帕都 阿後希’地。

世尊如此說。具壽大摩嘎喇那滿意與歡喜世尊之所說。具壽大摩嘎喇那因此病癒，具壽大摩嘎喇那的病由此消失。

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x 3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語，願你時常得安樂！



## Mahā-Cundatthera-Bojjhaṅga-Sutta 純陀覺支經

Evam me suttaṃ: ekaṃ samayaṃ Bhagavā Rājagahe viharati  
Veḷuvane kalandakanivāpe.

A 往 梅 素當： A 康 薩瑪楊 帕嘎瓦 拉加嘎黑 V 哈拉迪 維路  
瓦內 卡蘭德卡尼瓦杯

如是我聞：一時，世尊住在王舍城竹林喂松鼠處。

Tena kho pana samayena Bhagavā ābādhiko hoti dukkhito bālhaḡilāno.  
爹呢 口 帕呢 薩瑪也呢 帕嘎瓦 阿帕迪口 後迪 杜 ki 都 巴勒  
哈 gi 拉諾

在那個時候，世尊生病、痛苦、重病。

Atha kho āyasmā Mahā-Cundo sāyanha-samayaṃ paṭisallānā vuṭṭhito  
yena Bhagavā ten'upasaṅkamaṃ, upasaṅkamtivā Bhagavantam  
abhivādetvā ekamantaṃ nisīdi. Ekamantaṃ nisinnaṃ kho  
āyasmantaṃ Mahā-Cundaṃ Bhagavā etadavoca:

阿特 口 阿雅斯馬 馬哈-純都 薩揚哈-薩瑪楊 帕迪薩拉那 烏  
迪都 也呢 帕嘎瓦 爹努帕桑卡咪；烏帕桑卡咪圖阿 帕嘎萬當  
阿比瓦爹圖阿 A 可曼當 尼希迪。A 可曼當 尼新囊 口

阿亞斯曼當 瑪哈-純當 帕嘎瓦 A 特達沃恰 -

當時，具壽大准達來到世尊之處。來到之後，禮敬世尊，然後  
坐在一邊。世尊對坐在一邊的具壽大准達如此說：

“Patibhantu taṃ, Cunda, bojjhaṅgā”ti.

“帕迪潘度當，純德，波將嘎”地。

「准達，請思念覺支！」

“Satt’ime, Bhante, bojjhaṅgā Bhagavatā sammadakkhātā bhāvītā bahulīkatā abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattanti. Katame satta?

薩迪梅，班爹，波將嘎， 帕嘎瓦達 薩瑪達卡塔 帕 V 達  
八呼裏卡達 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦單地。卡塔梅  
色德？

「尊者，有七覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、  
正覺、涅槃。哪七種呢？

Sati-sambojjhaṅgo kho, Bhante, Bhagavatā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

薩迪-三波將夠 口，班爹，帕嘎瓦達 三瑪達卡都 帕 V 都  
帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。  
尊者，念覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、正  
覺、涅槃。

Dhamma-vicaya-sambojjhaṅgo kho, Bhante, Bhagavatā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

當麼-V 恰亞-三波將夠 口，班爹，帕嘎瓦達 三瑪達卡都  
帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。  
尊者，擇法覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、  
正覺、涅槃。

Vīriya-sambojjhaṅgo kho, Bhante, Bhagavatā sammadakkhāto bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

V 利亞-三波將夠 口，班爹，帕嘎瓦達 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。  
尊者，精進覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、  
正覺、涅槃。

Pīti-sambojjhaṅgo kho, Bhante, Bhagavatā sammadakkhāto bhāvito  
bahulī-kato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

辟迪-三波將夠 口，班爹，帕嘎瓦達 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

尊者，喜覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、正  
覺、涅槃。

Passaddhi-sambojjhaṅgo kho, Bhante, Bhagavatā sammadakkhāto  
bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

帕色迪-三波將夠 口，班爹，帕嘎瓦達 三瑪達卡都

帕 V 都 帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

尊者，輕安覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、  
正覺、涅槃。

Samādhi-sambojjhaṅgo kho, Bhante, Bhagavatā sammadakkhāto  
bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

色瑪迪-三波將夠 口，班爹，帕嘎瓦達 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

尊者，定覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、正  
覺、涅槃。

Upekkhā-sambojjhaṅgo kho, Bhante, Bhagavatā sammadakkhāto  
bhāvito bahulīkato abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

烏培卡-三波將夠 口，班爹，帕嘎瓦達 三瑪達卡都 帕 V 都

帕胡裏卡都 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦達地。

尊者，捨覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。

Ime kho, Bhante, satta bojjhaṅgā Bhagavatā sammadakkhātā bhāvitā bahulikātā abhiññāya sambodhāya nibbānāya samvattantī'ti.

依梅 口，班爹，薩德 波將嘎 帕嘎瓦達 三瑪達卡達 帕 V 達

帕胡裏卡達 阿賓尼亞雅 三波達亞 尼巴納亞 桑瓦單迪' 地。

尊者，有此七覺支已被世尊所正說，已修習、多作，導向證智、正覺、涅槃。」

“Taggha, Cunda, bojjhaṅgā; taggha, Cunda, bojjhaṅgā'ti.

達格，純德，波將嘎；達格，純德，波將嘎' 地。

「准達，的確是覺支！准達，的確是覺支！」

Idamavoc'āyasmā Mahā-Cundo. Samanuñño satthā ahoṣi. Vuṭṭhāhi ca Bhagavā tamhā ābādhā. Tathāpahīno ca Bhagavato so ābādhō ahoṣī'ti.

依達瑪沃恰 阿雅斯馬 馬哈-純都。撒馬奴尼哦 撒他 阿後希。

烏達 hi 恰 帕嘎瓦 坦哈 阿帕達。塔他帕 hi 諾 恰 帕嘎瓦都 叟 阿帕都 阿後希' 地。

具壽大准達如此說，導師贊同。世尊因此病癒，世尊的病由此消失。

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語，願你時常得安樂！

## Girimānanda Sutta 吉利馬難達經

Evam me suttaṃ: ekaṃ samayaṃ Bhagavā, Sāvattiyaṃ viharati  
Jetavane Anāthapiṇḍikassa ārāme.

A 往 梅 素當 : A 康 薩馬楊 帕嘎瓦, 撒瓦迪楊 V 哈拉迪  
接德瓦內 阿納特彬迪卡色 阿拉梅。

如是我聞：一時，世尊住在沙瓦提城揭答林給孤獨園。

Tena kho pana samayena, āyasmā Girimānando ābādhiko hoti,  
dukkhito, bālha-gilāno.

爹呢 扣巴呢 撒馬也呢，阿亞斯瑪 gi 理瑪難都 阿巴迪口 後地，  
度 ki 都，巴了哈-gi 拉耨

在那個時候，具壽吉利馬難達生病、痛苦、重病。

Atha kho āyasmā Ānando yena Bhagavā tenupasaṅkami;  
upasaṅkamtivā Bhagavantaṃ abhivādetvā ekamantaṃ nisīdi.

Ekamantaṃ nisinno kho āyasmā Ānando, Bhagavantaṃ etad-avoca:  
阿特 口 阿亞斯瑪 阿難都 也呢 帕嘎瓦 爹努帕桑卡米; 烏帕桑  
卡米圖阿 帕嘎萬當 阿比瓦爹圖啊 A 可曼當 尼希迪。

A 可曼當 尼新耨 口 阿亞斯瑪 阿難都，帕嘎萬當 A 特達我恰：  
當時，具壽阿難來到世尊之處。來到之後，禮敬世尊，然後坐  
在一邊。坐在一邊的具壽阿難對世尊如此說：

“Āyasmā, Bhante, Girimānando ābādhiko hoti, dukkhito, bālha-gilāno.  
Sādhu, Bhante, Bhagavā yen'āyasmā Girimānando tenupasaṅkamatu  
anukampaṃ upādāyā'ti.

“阿亞斯瑪，班爹，gi 理瑪難都 阿巴迪口 後地，度 ki 都，巴了哈-gi 拉諾。薩度，班爹，帕嘎瓦 也那亞斯瑪 gi 理瑪難都 爹努帕桑卡馬度 阿努看幫 烏帕達亞’地。

「尊者，具壽吉利馬難達生病、痛苦、重病。薩度，尊者，願世尊出於悲潛前往具壽吉利馬難達之處。」

“Sace kho tvaṃ, Ānanda, Girimānandassa bhikkhuno, upasaṅkamtivā dasa saññā bhāseyyāsi, thānaṃ kho pan’etaṃ vijjati yaṃ Girimānandassa bhikkhuno dasa saññā sutvā so ābādhō thānaso paṭiṭpassambheyya.

“薩且 口 度昂，阿難德，gi 理瑪難達色 比庫耨，烏帕桑卡米圖啊 達色 三尼亞 帕謝亞希，塔囊 口 帕內當 V 加地 楊 gi 理瑪難達色 比庫耨 達色 三尼亞 素圖阿 叟 阿帕都 塔納叟 八迪巴三培亞。

「阿難，如果你前往吉利馬難達比庫之處說十種想，這將有可能在吉利馬難達比庫聽了十種想後，他的病將能立刻止息。

“Katamā dasa? Anicca-saññā, anatta-saññā, asubha-saññā, ādīnava-saññā, pahāna-saññā, virāga-saññā, nirodha-saññā, sabba-loke anabhirata-saññā, sabba-saṅkhāresu anicca-saññā, ānāpānassati.

“卡特瑪 達色？ 阿尼恰-散尼亞，阿那得-散尼亞，阿素吧-散尼亞，啊丁納哇-散尼亞，帕哈呢-散尼亞，V 拉個-散尼亞，尼揉得-散尼亞，撒把-咯給 阿呢比拉得-散尼亞，撒把-桑卡雷素 阿尼恰-散尼亞，阿納帕納色地。

哪十種呢？無常想，無我想，不淨想，過患想，捨斷想，離貪想，滅想，一切世間不可樂想，對一切諸行無欲求想，入出息念。

“Katamā c’Ānanda, anicca-saññā? Idh’Ānanda bhikkhu, araññagato vā, rukkhā-mūlagato vā, suññā-gāragato vā, iti paṭisañcikkhati: `rūpaṃ aniccaṃ, vedanā aniccā, saññā aniccā, saṅkhārā aniccā, viññāṇaṃ aniccaṃ’ti. Iti imesu pañcas’upādāna’kkhandhesu aniccā’nupassī viharati. Ayaṃ vuccat’Ānanda, anicca-saññā.

“卡特瑪 恰 阿難德，阿尼恰-散尼亞。一達阿難德 比庫，阿然尼亞嘎都 瓦，如卡-目拉嘎都 瓦，孫尼亞-嘎拉嘎都 瓦，一地帕地三其卡迪：如旁 啊尼墻，維德那 啊尼恰，三尼亞 啊尼恰，桑卡啦 啊尼恰，V 尼亞囊 啊尼參地。一提 一梅素 潘恰素烏帕達呢看爹素 阿尼恰奴帕希 V 哈拉地。阿楊 烏恰達阿難德，阿尼恰-散尼亞。

阿難，哪些是無常想呢？阿難，於此，比庫前往林野，前往樹下，或前往空閒處，如是審察：『色無常，受無常，想無常，諸行無常，識無常。』如是於此五取蘊隨觀無常而住。阿難，這稱為無常想。

“Katamā c’Ānanda, anatta-saññā? Idh’Ānanda, bhikkhu araññagato vā, rukkhā-mūlagato vā, suññā-gāragato vā, iti paṭisañcikkhati: `cakkhum anattā, rūpā anattā, sotam anattā, saddā anattā, ghānam anattā, gandhā anattā, jivhā anattā, rasā anattā, kāyā anattā, phoṭṭhabbā anattā, mano anattā, dhammā anattā’ti. Iti imesu chasu ajjhattika-bāhiresu āyatanesu anattā’nupassī viharati. Ayaṃ vuccat’Ānanda, anatta-saññā.

“卡特瑪 恰 阿難德，阿納得-散尼亞。一達阿難德，比庫 阿然尼亞嘎都 瓦 如卡-目拉嘎都 瓦 孫尼亞-嘎拉嘎都 瓦，一地 帕地三其卡迪：恰坤 阿納達，如帕 阿納達，叟當 阿納達，色達 阿納達，嘎囊 阿納達，甘達 阿納達，吉 V 哈 阿納達，拉色 阿納達，卡亞 阿納達，坡塔巴 阿納達，瑪耨 阿納達，當瑪 阿納達’地。一迪 一梅素 恰素 阿加地可-巴 hi 勒索 阿亞特內素 阿納達努帕希 V 哈拉地。阿楊 烏卡達阿難德，阿納得-散尼亞。阿難，哪些是無我想呢？阿難，於此，比庫前往林野，前往樹下，或前往空閒處，如是審察：『眼無我、顏色無我，耳無我、聲無我，鼻無我、香無我，舌無我、味無我，身無我、觸無我，意無我、法無我。』如是於此六內外處隨觀無我而住。阿難，這稱為無我想。

“Katamā c’Ānanda, asubha-saññā? Idh’Ānanda, bhikkhu, imameva kāyaṃ uddham pādatalā adho, kesa matthakā taca pariyantaṃ pūraṃ nānāppakārassa asucino paccavekkhati: ‘atthi imasmim kāye: kesā, lomā, nakhā, dantā, taco, maṃsaṃ, nahāru, aṭṭhi, aṭṭhimiñjāṃ, vakkāṃ, hadayaṃ, yakanāṃ, kilomakāṃ, pihakāṃ, papphāsaṃ, antaṃ, antagaṇaṃ, udariyaṃ, karīsaṃ, pittaṃ, semhaṃ, pubbo, lohitaṃ, sedo, medo, assu, vasā, kheḷo, siṅghāṇikā, lasikā, muttan’ti. Iti imasmim kāye asubhā’nupassī viharati. Ayaṃ vuccat’Ānanda, asubha-saññā.

“卡特瑪 恰 阿難德，阿素帕-三尼亞？一達阿難德，比庫，依瑪梅瓦 卡楊 烏當 巴德他拉 阿都，給撒 瑪塔卡 他恰 帕裏楊當 普讓 那納帕卡啦色 阿素其諾 帕恰維卡迪：‘阿提 依瑪斯民卡也：給撒，咯媽，那卡，丹他，塔湊，芒桑，那哈如，阿提，阿提民將，瓦康，哈達樣，亞卡囊，ki 咯瑪康，比哈康，帕帕



桑，安當，安德古囊，烏達裏楊，卡裏桑，比當，森航，普波，略 hi 當，誰都，梅都，阿素，瓦薩，給略，行卡尼卡，拉希卡，目單’地。依第一瑪斯名卡也阿素帕努帕希 V 哈拉地。阿楊烏恰達阿難德，阿素帕-三尼亞。

阿難，哪些是不淨想呢？阿難，於此，比庫對此從腳底以上、從髮頂以下、為皮膚所包的身體，觀察充滿種種之不淨：『於此身中有頭髮、身毛、指甲、牙齒、皮膚，肌肉、筋腱、骨、骨髓、腎，心、肝、肋膜、脾、肺，腸、腸間膜、胃中物、糞便，膽汁、痰、膿、血、汗、脂肪，淚、油膏、唾液、鼻涕、關節滑液、尿。』如是於此身隨觀不淨而住。阿難，這稱為不淨想。

“Katamā c’Ānanda, ādīnava-saññā? Idh’Ānanda bhikkhu, araññagato vā, rukkha-mūlagato vā, suññā-gāragato vā, iti paṭisañcikkhati: `bahu-dukkho kho ayaṃ kāyo bahu-ādīnavo. Iti imasmim kāye: vividhā ābādhā, uppajjanti, seyyathīdam: cakkhu-rogo, sota-rogo, ghāna-rogo, jivhā-rogo, kāya-rogo, sīsa-rogo, kaṇṇa-rogo, mukha-rogo, danta-rogo, kāso, sāso, pināso, ḍaho, jaro, kucchi-rogo, mucchā, pakkhandikā, sūlā, visūcīkā, kuṭṭham, gaṇḍo, kilāso, soso, apamāro, daddu, kaṇḍu, kacchu, nakhasā, vitacchikā, lohita-pittam, madhumeho, amsā, piḷakā, bhagandalā, pitta-samuṭṭhānā ābādhā, semha-samuṭṭhānā ābādhā, vāta-samuṭṭhānā ābādhā, sannipātikā ābādhā, utupariṇāmajā ābādhā, visama-parihārājā ābādhā, opakamīkā ābādhā, kamma-vipākajā ābādhā, sītam, uṇham, jighacchā, pipāsā, uccāro, passāvo’ti. Iti imasmim kāye ādīnavā’nupassī viharati. Ayaṃ vuccat’Ānanda, ādīnava-saññā.

“卡特瑪 恰 阿難德，阿迪那瓦-三尼亞？一達阿難得，比庫 阿然尼亞嘎都 瓦，如卡-目拉嘎都 瓦，孫尼亞-嘎拉嘎都 瓦，一

地 帕地三其卡迪：‘巴胡-度口 口 阿楊 卡有 巴胡-阿迪那我。  
依地 一瑪斯名 卡也：V V 達 阿巴達，烏帕將地，誰亞提當：  
恰庫-柔苟，叟得-柔苟，嘎呢-柔苟，及 V 哈-柔苟，卡亞-柔苟，  
希色-柔苟，看呢-柔苟，目可-柔苟，單特-柔苟，卡搜，撒搜，  
比那搜，達侯，加柔，庫其-柔苟，目恰，帕看迪卡，素拉，V  
素其卡，庫當，乾都，ki 啦搜，搜搜，阿巴瑪柔，達度，看度，  
卡出，那卡撒，V 他其卡，咯 hi 得-批當，瑪度梅後，昂薩，批  
拉卡，巴乾得拉，比德-撒目他納 阿巴達，森哈-撒目他納 阿巴  
達，瓦特-撒目他納 阿巴達，三尼帕地卡 阿巴達，烏度巴裏那  
馬加 阿巴達，V 色麼-巴裏哈拉加 阿巴達，哦帕卡米卡 阿巴達，  
卡麼- V 帕卡加 阿巴達，希當，噁航，基嘎恰，比巴薩，烏恰  
柔，帕薩我’地。依地 一瑪斯民 卡也 阿迪呢瓦努帕希 V 哈拉  
迪。阿楊 烏恰達阿難達，阿迪呢瓦-三尼亞。

阿難，哪些是過患想呢？阿難，於此，比庫前往林野，前往樹  
下，或前往空閒處，如是審察：『此身實多苦、多過患。於此  
身中會生各種病，諸如：眼病、耳病、鼻病、舌病、身病，頭  
痛、耳病、口病、牙病，咳嗽、哮喘、感冒、燒心、發燒、腹  
病，昏迷、痢疾、劇痛、霍亂，麻風、疔瘡、癬、肺病、癩癧，  
輪癬、癢、疥癬、抓傷、疥瘡，血膽病、糖尿病、痔瘡、腫瘤、  
潰瘍，由膽汁引起之病，由痰引起之病，由風引起之病，體液  
失調之病，季節變化引起之病，由不當動作引起之病，突發之  
病，業報引起之病，冷、熱，饑餓、口渴，大便、小便。』如  
是於此身隨觀過患而住。阿難，這稱為過患想。

“Katamā c’Ānanda, pahāna-saññā? Idh’Ānanda bhikkhu, uppannam kāma-vitakkaṃ nādhivāseti, pajahati, vinodeti, byantī-karoti, anabhāvaṃ gameti. Uppannam vyāpāda-vitakkaṃ nādhivāseti, pajahati, vinodeti, byantī-karoti, anabhāvaṃ gameti. Uppannam vihimśā-vitakkaṃ nādhivāseti, pajahati, vinodeti, byantī-karoti, anabhāvaṃ gameti. Uppannuppanne pāpake akusale dhamme, nādhivāseti, pajahati, vinodeti, byantī-karoti, anabhāvaṃ gameti. Ayaṃ vuccat’Ānanda, pahāna-saññā.

“卡特瑪 恰阿難德，帕哈呢-三尼亞？一達阿難德 比庫，烏潘囊 卡麼-V 他康 那迪瓦塞地，帕加哈迪，V 耨爹地，比楊地-卡柔地，阿納帕王 嘎梅迪。烏班囊 V 亞巴德-V 他康 那迪瓦塞迪，帕加哈迪，V 耨爹地，比楊地-卡柔地，阿納巴望 嘎梅迪。烏班囊 V him 撒- V 他康 那迪瓦塞迪，帕加哈迪，V 耨爹地，比楊地-卡柔地，阿納巴望 嘎梅迪。烏班努班內 帕帕給 阿庫撒雷 當梅，那迪瓦誰地，帕加哈迪，V 耨爹地，比楊地-卡柔地，阿納巴望 嘎梅迪。阿楊 烏恰達阿難德，帕哈呢-三尼亞。

阿難，哪些是捨斷想呢？阿難，於此，比庫不容忍已生起的欲尋，捨斷、去除、終止，令趨向不存在。不容忍已生起的瞋尋，捨斷、去除、終止，令趨向不存在不容忍已生起的害尋，捨斷、去除、終止，令趨向不存在。不容忍再再生起的惡、不善法，捨斷、去除、終止，令趨向不存在。阿難，這稱為捨斷想。

“Katamā c’Ānanda, virāga-saññā? Idh’Ānanda bhikkhu, arañña-gato vā, rukkha-mūla-gato vā, suññā-gāragato vā, iti paṭisañcikkhati: ‘etaṃ santaṃ etaṃ paṇītaṃ yadidaṃ: sabba-saṅkhāra-samatho, sabbūpadhi-

paṭinissaggo, taṇhākkhayo, virāgo, nibbānan'ti. Ayaṃ vuccat'Ānanda, virāga-saññā.

“卡特瑪 恰阿難德，V 啦嘎-三尼亞？一達阿難德 比庫，阿然尼亞-嘎都 瓦，如卡-目拉-嘎都 瓦，孫尼亞-嘎啦嘎都 瓦，一迪 帕地三其卡迪：‘A 當 三當，A 當 帕尼當，亞迪當：撒巴 桑卡惹-撒瑪透 撒布帕迪-帕地尼撒勾，貪哈卡啣，V 啦勾，尼巴難’地。阿楊 烏恰達阿難德，V 啦嘎-三尼亞。

阿難，哪些是離貪想呢？阿難，於此，比庫前往林野，前往樹下，或前往空閒處，如是審察：『此是寂靜，此是殊勝，也即是一切諸行的止息，一切依的捨離，愛盡、離貪、涅槃。』阿難，這稱為離貪想。

“Katamā c'Ānanda, nirodha-saññā? Idh'Ānanda bhikkhu, arañña-gato vā, rukkha-mūla-gato vā, suññā-gāragato vā, iti paṭisañcikkhati: 'etaṃ santam, etaṃ paṇītam, yadidaṃ: sabba-saṅkhāra-samatho sabbūpadhi-paṭinissaggo taṇhākkhayo, nirodho, nibbānan'ti. Ayaṃ vuccat'Ānanda, nirodha-saññā.

“卡特瑪，恰阿難德，尼柔德-三尼亞？一達阿難德 比庫，阿然尼亞-嘎都 瓦，如卡-目拉-嘎都 瓦，孫尼亞-嘎啦嘎都 瓦，一迪 帕地三其卡迪：‘A 當 三當，A 當 帕尼當，亞迪當：撒巴 桑卡惹-撒瑪透 撒布帕迪-帕地尼撒勾 貪哈卡啣，尼柔都，尼巴難’地。阿楊 烏恰達阿難德，尼柔德-三尼亞。

阿難，哪些是滅想呢？阿難，於此，比庫前往林野，前往樹下，或前往空閒處，如是審察：『此是寂靜，此是殊勝，也即是一切諸行的止息，一切依的捨離，愛盡、滅、涅槃。』阿難，這稱為滅想。

“Katamā c’Ānanda, sabba-loke anabhirata-saññā? Idh’Ānanda, bhikkhu, ye loke upāy’upādānā, cetaso adhiṭṭhānā-bhinives’ānusayā, te pajahanto viramati, anupādiyanto. Ayaṃ vuccat’Ānanda, sabba-loke anabhirata-saññā.

“卡特瑪，恰阿難德，撒巴-咯給 阿納比拉得-三尼亞？一達阿難德，比庫，也 咯給 烏帕又烏帕達那，切塔搜 啊迪塔納-比尼維 撒啊努薩亞，爹 帕加含都 V 拉瑪地，阿努帕迪樣都。阿楊 烏 恰達阿難德，撒巴-咯給 阿納比拉得-三尼亞。

阿難，哪些是一切世間不可樂想呢？阿難，於此，比庫對世間的算計、執取、心的取著、執著、隨眠，皆捨斷、不樂、不執取它們。阿難，這稱為一切世間不可樂想。

Katamā c’Ānanda, sabba-saṅkhāresu anicca-saññā? Idh’Ānanda bhikkhu, sabba-saṅkhārehi attīyati harāyati jigucchati. Ayaṃ vuccat’Ānanda, sabba-saṅkhāresu anicca-saññā.

“卡特瑪，恰阿難德，撒巴-桑卡雷素 啊尼恰-三尼亞？一達阿難德，比庫，撒巴-桑卡雷 hi 啊地亞地 哈拉亞地 幾古恰地。阿楊 烏 恰達阿難德，撒巴-桑卡雷素 啊尼恰-三尼亞。

阿難，哪些是對一切諸行無欲求想呢？阿難，於此，比庫厭惡、慚恥、嫌惡一切諸行。阿難，這稱為對一切諸行無欲求想。

Katamā c’Ānanda, ānāpānassati? Idh’Ānanda bhikkhu, araṅga-gatovā, rukkha-mūla-gatovā, suññā-gāragatovā, nisīdati pallaṅkam ābhujitvā ujum kāyaṃ panidhāya parimukhaṃ satim upaṭṭhapetvā. So sato’va assasati, sato passasati.

“卡特瑪，恰阿難德，阿納帕納撒地？一達阿難德 比庫，啊然尼亞-嘎都 瓦，如卡-目啦-嘎都 瓦，孫尼亞-嘎啦都 瓦，尼希達

迪 帕朗康 啊布幾度啊 烏尊 卡楊 帕尼達亞 帕裏目康 撒丁  
烏帕塔配度瓦。搜 撒都 瓦 阿色薩地，撒都 帕色撒地。

阿難，哪些是入出息念呢？阿難，於此，比庫前往林野，前往  
樹下，或前往空閒處，結跏趺而坐，保持其身正直，置念於面  
前。他只念於入息，念於出息。

‘Dīghaṃ vā assasanto ‘dīghaṃ assasāmī’ti pajānāti. ‘Dīghaṃ vā  
passasanto ‘dīghaṃ passasāmī’ti pajānāti.

‘迪剛 瓦 阿色三都 ‘迪剛 啊色薩米’地 帕加納地。‘迪剛  
瓦 帕色三都 ‘迪剛 帕色薩米’地 帕加納地。

入息長時，了知：『我入息長。』出息長時，了知：『我出息  
長。』

‘Rassaṃ vā assasanto ‘rassaṃ assasāmī’ti pajānāti. ‘Rassaṃ vā  
passasanto ‘rassaṃ passasāmī’ti pajānāti.

‘拉桑 瓦 阿色三都 ‘拉桑 啊色薩米’地 帕加納地。‘拉桑 瓦  
帕色三都 ‘拉桑 帕色撒薩米’地 帕加納地。

入息短時，了知：『我入息短。』出息短時，了知：『我出息  
短。』

‘Sabba-kāya-ṭṭisaṃvedī assasissāmī’ti sikkhati. Sabba-kāya-  
ṭṭisaṃvedī passasissāmī’ti sikkhati.

‘薩巴-卡亞-帕地桑維迪 啊色希撒米地 希卡迪。撒巴-卡亞-  
帕地桑維迪 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將覺知全身而入息。』他學：『我將覺知全身而出  
息。』

‘Passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ assasissāmī’ti sikkhati.

‘Passambhayaṃ kāya-saṅkhāraṃ passasissāmī’ti sikkhati.

‘帕桑巴楊 卡亞-桑卡讓 啊色希撒米地 希卡迪。

帕桑巴楊 卡亞-桑卡讓 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將平靜身行而入息。』他學：『我將平靜身行而出息。』

‘Pīti-paṭisaṃvedī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Pīti-paṭisaṃvedī passasissāmī’ti sikkhati.

‘批迪-帕地桑維迪 啊色希撒米地 希卡迪。批迪-帕地桑維迪

帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將覺知喜而入息。』他學：『我將覺知喜而出息。』

‘Sukha-paṭisaṃvedī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Sukha-paṭisaṃvedī passasissāmī’ti sikkhati.

‘素可-帕地桑維迪 啊色希撒米地 希卡迪。素可-帕地桑維迪

帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將覺知樂而入息。』他學：『我將覺知樂而出息。』

‘Citta-saṅkhāra-paṭisaṃvedī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Citta-saṅkhāra-paṭisaṃvedī passasissāmī’ti sikkhati.

‘其德-桑卡拉-帕地桑維迪 啊色希撒米地 希卡迪。其德-桑卡拉-帕地桑維迪 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將覺知心行而入息。』他學：『我將覺知心行而出息。』

‘Passambhayaṃ citta-saṅkhāraṃ assasissāmī’ti sikkhati.

‘Passambhayaṃ citta-saṅkhāraṃ passasissāmī’ti sikkhati.

‘帕桑巴楊 其德-桑卡讓 啊色希撒米地 希卡迪。

‘帕桑巴楊 其德-桑卡讓 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將平靜心行而入息。』他學：『我將平靜心行而出息。』

‘Citta-paṭisaṃvedī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Citta-paṭisaṃvedī passasissāmī’ti sikkhati.

‘其德-帕地桑維迪 啊色希撒米地 希卡迪 ‘其德-帕地桑維迪 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將覺知心而入息。』他學：『我將覺知心而出息。』

‘Abhippamodayaṃ cittaṃ assasissāmī’ti sikkhati. ‘Abhippamodayaṃ cittaṃ passasissāmī’ti sikkhati.

‘啊比帕莫達楊 其當 啊色希撒米地 希卡迪。‘啊比帕莫達楊 其當 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將喜悅心而入息。』他學：『我將喜悅心而出息。』

‘Samādahaṃ cittaṃ assasissāmī’ti sikkhati. ‘Samādahaṃ cittaṃ passasissāmī’ti sikkhati.

‘撒瑪得航 其當 啊色希撒米地 希卡迪。‘撒瑪得航 其當 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將專注心而入息。』他學：『我將專注心而出息。』

‘Vimocayaṃ cittaṃ assasissāmī’ti sikkhati. Vimocayaṃ cittaṃ passasissāmī’ti sikkhati.

‘V 莫恰楊 其當 啊色希撒米地 希卡迪。‘V 莫恰楊 其當 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將解脫心而入息。』他學：『我將解脫心而出息。』



‘Aniccānupassī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Aniccānupassī passasissāmī’ti sikkhati.

‘阿尼恰努帕希 啊色希撒米地 希卡迪。‘阿尼恰努帕希 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將隨觀無常而入息。』他學：『我將隨觀無常而出息。』

‘Virāgānupassī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Virāgānupassī passasissāmī’ti sikkhati.

‘V 拉嘎努帕希 啊色希撒米地 希卡迪。‘V 拉嘎努帕希 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將隨觀離貪而入息。』他學：『我將隨觀離貪而出息。』

‘Nirodhānupassī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Nirodhānupassī passasissāmī’ti sikkhati.

‘尼柔達努帕希 啊色希撒米地 希卡迪。‘尼柔達努帕希 帕色希撒米地 希卡迪。

他學：『我將隨觀滅而入息。』他學：『我將隨觀滅而出息。』

‘Paṭinissaggānupassī assasissāmī’ti sikkhati. ‘Paṭinissaggānupassī passasissāmī’ti sikkhati. Ayam vuccat’Ānanda, ānāpān’assati.

‘帕地尼撒嘎努帕希 啊色希撒米地 希卡迪。‘帕地尼撒嘎努帕希 帕色希撒米地 希卡迪。阿楊 烏恰達阿難德，阿那帕那色地。

他學：『我將隨觀捨離而入息。』他學：『我將隨觀捨離而出息。』阿難，這稱為入出息念。

Sace kho tvaṃ, Ānanda, Girimānandassa bhikkhuno, upa-saṅkamitvā imā dasa saññā bhāseyyā'si. Tānaṃ kho panetaṃ vijjati yaṃ Girimānandassa bhikkhuno, imā dasa saññā sutvā so ābādho tñāso paṭippassambheyyā'ti.

撒切 口 度昂，阿難德，Gi 裏瑪難達色 比庫耨，烏帕桑卡米圖  
啊 一瑪 達色 三尼亞 帕誰亞' 希。他囊 口 帕內當 V 加地 楊  
Gi 裏瑪難達色 比庫耨，一瑪 達色 三尼亞 素度阿 搜 阿巴逗  
他納搜 帕地帕三貝亞' 地。

阿難，如果你前往吉利馬難達比庫之處說此十種想，這將有可能在吉利馬難達比庫聽了此十種想後，他的病將能立刻止息。」

Atha kho āyasmā Ānando, Bhagavato santike imā dasa saññā uggahetvā yen'āyasmā Girimānando tenupasaṅkami; upasaṅkamitvā āyasmato Girimānandassa imā dasa saññā abhāsi. Atha kho āyasmato Girimānandassa dasa saññā sutvā so ābādho tñāso paṭippassambhi. Vuṭṭhahi c'āyasmā Girimānando tamhā ābādhā. Tathā pahīno ca pan'āyasmato Girimānandassa so ābādho aho'sī'ti.

阿特 口 阿亞斯瑪 阿難都，帕嘎瓦都 三地給 一瑪 達色 三尼亞  
烏嘎黑圖啊 也納啊亞斯瑪 gi 裏瑪難都 爹努帕桑卡米；烏  
帕桑卡米圖啊 阿亞斯瑪都 gi 裏瑪難達色 一瑪 達色 三尼亞  
阿巴希。阿特 口 阿亞斯瑪都 gi 裏瑪難達色 達色 三尼亞 素  
圖阿 搜 啊帕都 塔納搜 巴地巴三比。

烏塔 hi 恰亞斯瑪 gi 裏瑪難都 貪哈 啊巴達。塔他 帕 hi 耨  
恰 帕納啊亞斯瑪都 gi 裏瑪難達色 搜 啊巴都 啊後希' 地。  
當時，具壽阿難在世尊跟前學習了此十種想之後，前往具壽吉  
利馬難達之處。去到之後，向具壽吉利馬難達說此十種想。當

時，具壽吉利馬難達在聽了此十種想後，他的病立刻止息。具壽吉利馬難達因此病癒，具壽吉利馬難達的病由此消失。

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達！（三遍）

以此真實語，願你時常得安樂！

## Dhammacakkappavattana-Sutta 轉法輪經

(Poya day 月圓日)

Evam me sutam: ekam samayam Bhagava, Baranasiyam viharati Isipatane Migadaye. Tatra kho Bhagava pañca-vaggiye bhikkhu amantesi:

A 望 梅 素 當： A 康 撒 媽 楊 帕 嘎 瓦， 巴 拉 那 希 楊 V 哈 拉 地  
一 希 帕 達 內 米 嘎 達 也。 塔 特 啦 扣 帕 嘎 瓦 班 恰 - 哇 gi 也  
比 庫 啊 曼 爹 希：

如 是 我 聞： 一 時， 世 尊 住 在 巴 拉 納 西 仙 人 落 處 的 鹿 野 苑。 於 其  
處， 世 尊 對 五 比 庫 說：

“Dve’me, bhikkhave, antā pabbajitena na sevitabbā. Katame dve ? Yo cāyam kāmesu kāma-sukhallikānuyogo hīno gammo pothujaniko anariyo anatta-samhito, yo cāyam atta-kilamathānuyogo dukkho anariyo anatta-samhito. Ete kho, bhikkhave, ubho ante anupagamma majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhi-sambuddhā, cakkhu-karaṇī ṇāṇa-karaṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya samvattati.  
度 喂 梅， 比 卡 維， 安 達 帕 巴 基 貼 呢 呢 誰 V 塔 巴。 卡 塔 梅  
度 喂？ 啲 恰 楊 卡 梅 素 卡 麼 - 素 卡 利 卡 努 啲 勾 hi 耨 嘎 莫 坡 圖  
加 尼 扣 啊 那 利 啲 啊 那 塔 - 桑 hi 都， 啲 恰 楊 啊 達 - ki 啦 馬 塔  
努 啲 夠 度 口 啊 那 利 啲 啊 那 塔 - 桑 hi 都。 A 爹 口， 比 卡 維，  
烏 坡 安 爹 啊 努 帕 嘎 麼 嗎 及 嗎 巴 地 巴 達 塔 他 嘎 爹 呢 啊 比 - 三  
布 達， 恰 庫 - 卡 拉 尼 尼 亞 那 - 卡 拉 尼 烏 巴 薩 嗎 亞 啊 斌 尼 亞 呀 三  
波 達 呀 尼 巴 那 亞 桑 瓦 達 地。

「諸比庫，有二極端乃出家人所不應實行。哪兩種呢？凡於諸欲而從事此欲樂享受者，乃卑劣、粗俗、凡庸、非聖、無意義；

凡從事此自我折磨者，乃苦、非聖、無意義。諸比庫，不近於此二極端，有中道為如來所證正覺，引生眼，引生智，轉向寂止、證智、正覺、涅槃。

Katamā ca sā, bhikkhave, majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhisambuddhā cakkhu-karaṇī ñāṇa-karaṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati?

卡達嗎 恰薩，比卡維，嗎及嗎 巴地巴達 塔他嘎爹呢 啊比-三布達，恰庫-卡拉尼 尼亞那-卡拉尼 烏巴薩嗎亞 啊斌尼亞呀 三波達呀 尼巴那亞 桑瓦達地？

諸比庫，哪些是那為如來所證正覺，引生眼，引生智，轉向寂止、證智、正覺、涅槃的中道呢？

Ayam.eva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathīdam: sammā-ditṭhi, sammā-saṅkappo, sammā-vācā, sammā-kammanto, sammā-ājīvo, sammā-vāyāmo, sammā-sati, sammā-samādhi. Ayam kho sā, bhikkhave, majjhimā paṭipadā Tathāgatena abhi-sambuddhā cakkhu-karaṇī ñāṇa-karaṇī upasamāya abhiññāya sambodhāya nibbānāya saṁvattati.

啊楊梅瓦 啊利啣 啊唐 gi 口 嗎勾，誰呀提當：三嗎-迪提，三嗎-桑卡坡，三嗎-瓦恰，三嗎-看慢都，三嗎-啊及喔，三嗎-瓦亞莫，三嗎-撒地，三嗎-撒馬迪。啊楊 口 薩，比卡維，嗎及嗎 巴地巴達 塔他嘎爹呢 啊比-三布達 恰庫-卡拉尼 尼亞那-卡拉尼 烏巴薩嗎亞 啊斌尼亞呀 三波達呀 尼巴那亞 桑瓦達地。

此即八支聖道，這就是：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。諸比庫，此即是那為如來所證正覺，引生眼，引生智，轉向寂止、證智、正覺、涅槃的中道。

‘Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariya-saccaṃ: jāti’pi dukkhā, jarā’pi dukkhā, byādhi’pi dukkho, maraṇam’pi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho, piyehi vippayogo dukkho, yam’p’icchaṃ na labhati tam’pi dukkhaṃ - saṃkhittena pañcūpādānakkhandhā dukkhā. 依當 口 帕呢， 比卡維， 度康 啊裏亞-撒腔： 加地’ 比 度卡， 加拉比’ 度卡， 比亞迪’ 比 度口， 嗎啦囊’ 比 度康， 啊比耶 hi 三帕啣勾 度口， 比耶 hi V 帕啣勾 度口， 楊比腔 那 啦帕地 當’ 比 度康- 桑 ki 爹呢 班粗帕達呢看達 度卡。 諸比庫， 此是苦聖諦——生是苦， 老是苦， 病是苦， 死是苦， 怨憎會是苦， 愛別離是苦， 所求不得是苦。 簡而言之， 五取蘊即苦。

Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkha-samudayaṃ ariya-saccaṃ: yāyaṃ taṇhā ponobbhavikā, nandi-rāga-sahagatā tatra-tatrā bhinandinī, seyyathīdaṃ: kāma-taṇhā, bhava-taṇhā, vibhava-taṇhā.

依當 口 帕呢， 比卡維， 度卡-撒目答楊 啊裏亞-撒腔： 呀楊 貪哈 波耨把 V 卡， 難迪-啦嘎-薩哈嘎達 踏特啦-踏特啦 比難 迪尼， 誰呀提當： 卡麼-貪哈， 帕瓦-貪哈， V 帕瓦-貪哈。

諸比庫， 此是苦集聖諦——此愛是再有， 與喜、貪俱， 於處處而喜樂， 這就是： 欲愛、有愛、無有愛。

‘Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkha-nirodhaṃ ariya-saccaṃ: yo tassā.y.eva taṇhāya asesa-virāga-nirodho : cāgo, paṭinissaggo, mutti, anālayo.

依當 口 帕呢，比卡維，度卡-尼柔當 啊裏亞-撒腔：啲 塔色也瓦 貪哈亞 啊誰撒-V 啦嘎-尼柔都：恰夠，帕迪尼薩夠，目地，啊納啦啲。

諸比庫，此是苦滅聖諦——即是那愛的無餘離貪、滅、捨棄、捨離、解脫、無執著。

‘Idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā ariya-saccaṃ: ayam.eva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathīdaṃ: sammā-diṭṭhi, sammā-saṅkappo, sammā-vācā, sammā-kammanto, sammā-ājīvo, sammā-vāyāmo, sammā-sati, sammā-samādhi.

依當 口 帕呢，比卡維，度卡-尼柔達-嘎咪尼 帕地帕達 啊裏亞-撒腔：啊楊梅哇 啊裏啲 啊湯 gi 夠 嗎夠，誰亞提當： 撒嗎-迪提，撒嗎-桑卡坡，撒嗎-哇恰，撒嗎-卡曼都，撒嗎-啊幾我，撒嗎-哇呀莫，撒嗎-撒地，撒嗎-撒嗎迪。

諸比庫，此是導至苦滅之道聖諦——此即八支聖道，這就是：正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。

‘Idaṃ dukkhaṃ ariya-saccaṃ’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu : cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

依當 度康 啊裏呀-撒參地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚇爹嚇 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。

諸比庫，我對『此是苦聖諦。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Taṃ kho paṇ’idaṃ dukkhaṃ ariya-saccaṃ pariññeyyaṃ’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu: cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

當口 帕尼當 度康 啊裏呀-撒墻 帕裏捏楊地 梅，比卡維，普貝 啊那努囉爹囉 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。

諸比庫，我對『此苦聖諦應遍知。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Taṃ kho paṇ’idaṃ dukkhaṃ ariya-saccaṃ pariññātaṃ’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu: cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

當口 帕尼當 度康 啊裏呀-撒墻 帕裏尼亞單地 梅，比卡維，普貝 啊那努囉爹囉 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。

諸比庫，我對『此苦聖諦已遍知。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Idaṃ dukkha-samudayaṃ ariya-saccaṃ’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu : cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

依當 度卡-撒目達楊 啊裏呀-撒參地 梅，比卡維，普貝 啊那努囉爹囉 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。



諸比庫，我對『此是苦集聖諦。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Taṃ kho pan’idaṃ dukkha-samudayaṃ ariya-saccaṃ pahātabban’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu : cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

當 口 帕尼當 度卡-撒目達楊 啊裏呀-撒墻 帕哈德班地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚩爹嚩 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。  
諸比庫，我對『此苦集聖諦應斷除。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Taṃ kho pan’idaṃ dukkha-samudayaṃ ariya-saccaṃ pahīnan’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu: cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

當 口 帕尼當 度卡-撒目達楊 啊裏呀-撒墻 帕 hi 難地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚩爹嚩 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。  
諸比庫，我對『此苦集聖諦已斷除。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Idaṃ dukkha-nirodham ariya-saccaṃ’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu cakkhuṃ udapādi, ñāṇaṃ udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

依當 度卡-尼柔當 啊裏亞-撒參地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚩爹嚩 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。

諸比庫，我對『此是苦滅聖諦。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Tam kho pan’idam dukkha-nirodham ariya-saccam sacchi-kātabban’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu: cakkhum udapādi, ñāṇam udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi. 當口 帕尼當 度卡-尼柔當 啊裏呀-撒墻 撒其卡德班地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚩爹嚩 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。諸比庫，我對『此苦滅聖諦應現證。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Tam kho pan’idam dukkha-nirodham ariya-saccam sacchi-katan’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu: cakkhum udapādi, ñāṇam udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi. 當口 帕尼當 度卡-尼柔當 啊裏呀-撒墻 撒其-卡單地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚩爹嚩 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。諸比庫，我對『此苦滅聖諦已現證。』於前所聞之法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Idam dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā ariya-saccan’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu: cakkhum udapādi, ñāṇam udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi. 依當 度卡-尼柔德-嘎咪尼 帕地帕達 啊裏呀-撒參地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚩爹嚩 當梅素：恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。

諸比庫，我對『此是導至苦滅之道聖諦。』於前所未聞之法，  
生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Taṃ kho paṇ’idaṃ dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā ariya-saccam  
bhāvetabban’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu:  
cakkhum udapādi, ñāṇam udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi,  
āloko udapādi.

當 口 帕尼當 度卡-尼柔德-嘎咪尼 帕地帕達 啊裏呀-撒墻  
帕維德班地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚇爹嚇 當梅素：

恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏  
達帕迪，啊咯口 烏達帕迪。

諸比庫，我對『此導至苦滅之道聖諦應修習。』於前所未聞之  
法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Taṃ kho paṇ’idaṃ dukkha-nirodha-gāminī paṭipadā ariya- saccam  
bhāvitān’ti me, bhikkhave, pubbe ananussutesu dhammesu: cakkhum  
udapādi, ñāṇam udapādi, paññā udapādi, vijjā udapādi, āloko udapādi.

當 口 帕尼當 度卡-尼柔德-嘎咪尼 帕地帕達 啊裏呀-撒墻  
帕 V 單地 梅，比卡維，普貝 啊那努嚇爹嚇 當梅素：

恰坤 烏達帕迪，尼亞囊 烏達帕迪，盤尼亞 烏達帕迪，V 加 烏達帕迪，  
啊咯口 烏達帕迪。

諸比庫，我對『此導至苦滅之道聖諦已修習。』於前所未聞之  
法，生起眼，生起智，生起慧，生起明，生起光。

‘Yāva-kīvaṅ.ca me, bhikkhave, imesu catūsu ariya-saccesu evaṃ ti-  
parivaṭṭam dvādasā-kāram yathā-bhūtam ñāṇa-dassanam na  
suvisuddham ahoṣi, n’eva tāvāham, bhikkhave, sadevake loke

samāraḥ sabrahmake sassamaṇa-brāhmaṇiyā pajāya sadeva-  
manussāya anuttaram sammā-sambodhim abhi-sambuddho  
paccaññāsīm.

呀瓦-Ki 萬恰 梅，比卡維，依梅素 恰度囉 啊裏亞-撒切囉 A 往  
地-帕裏哇當 度啊達撒-卡讓 亞塔-布當 尼亞呢-達色囊 呢 囉  
V 囉當 啊後希。內瓦 達瓦航，比卡維，撒爹哇給 咯給 撒嗎  
啦給 撒布啦嗎給 撒薩嗎呢-布啦嗎尼亞 帕加亞 撒爹瓦-嗎努薩  
亞 啊努德讓 薩嗎-三波丁 啊比-三布都 帕恰尼亞新。

諸比庫，只要我對此四聖諦如此的三轉十二行相的如實知見尚  
未完全清淨之前，諸比庫，我就不會在有諸天、魔、梵的世間  
中，有沙門、婆羅門、天與人的人界，宣稱『已證正覺於無上  
全自覺！』

‘Yato ca kho me, bhikkhave, imesu catūsu ariya-saccesu evaṃ ti-  
parivaṭṭam dvādasākāram yathā-bhūtam ñāṇa-dassanam su-  
visuddham ahosi, athāham, bhikkhave, sadevake loke samāraḥ  
sabrahmake sassamaṇa-brāhmaṇiyā pajāya sadeva-manussāya  
anuttaram sammā-sambodhim abhi-sambuddho paccaññāsīm.

呀都 恰 口 梅，比卡維，依梅素 恰度囉 啊裏亞-撒切囉 A 往  
地-帕裏哇當 度啊達撒-卡讓 亞塔-布當 尼亞呢-達色囊 囉 V 囉  
當 啊後希，啊塔航，比卡維，撒爹哇給 咯給 撒嗎啦給 撒布啦  
嗎給 撒薩嗎呢-布啦嗎尼亞 帕加亞 撒爹瓦-嗎努薩亞 啊努德讓  
薩嗎-三波丁 啊比-三布都 帕恰尼亞新。

諸比庫，正因為我對此四聖諦如此的三轉十二行相的如實知見  
已完全清淨，諸比庫，然後我在有諸天、魔、梵的世間中，有

沙門、婆羅門、天與人的人界，宣稱『已證正覺於無上全自覺！』

‘Nāṇaṅ.ca pana me dassanaṃ udapādi: ‘akuppā me vimutti, ayam.antimā jāti, n’atthi’dāni punabbhavo’ti. Idam.avoca Bhagavā, attamanā pañca-vaggiyā bhikkhū Bhagavato bhāsitaṃ abhinandun’ti. ‘那難恰 巴呢 梅 達色囊 烏達巴迪：‘啊庫巴 梅 V 目地，啊亞曼地嗎 加迪，那提 達尼 布呢帕我’地。依達嗎我恰 帕嘎哇，啊德嗎那 班恰-哇 gi 亞 比庫 帕嘎哇都 帕希當 啊比難墩’地。

智與見於我[心中]生起：『我的解脫不動搖，此是最後生，現在已無後有。』」世尊如此說。五衆比庫滿意與歡喜世尊之所說。

‘Imasmiṅ.ca pana veyyākaraṇasmim̐ bhañṇamāne āyasmato Koṇḍañṇassa virajaṃ vītamalaṃ dhamma-cakkhum̐ udapādi: ‘yaṃ kiñci samudaya-dhammaṃ, sabbam̐ taṃ nirodha-dhamman’ti. 依嗎斯民 恰 帕呢 維亞卡啦納斯民 帕尼亞嗎內 啊亞斯嗎都 空單尼亞色 V 啦將 V 德嗎浪 當麼-恰坤 烏德帕迪：‘楊 kin 其 撒目達亞-當忙，撒幫 當 尼柔德-當曼’地。

當此解說正被宣說之時，具壽哀丹雅生起遠塵離垢之法眼：「凡任何集起之法，一切皆是滅法。」

Pavattite ca pana Bhagavatā Dhamma-cakke Bhumṃ devā saddam.anussāvesum̐: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaram̐, Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin’ti.

帕瓦地爹 恰 帕呢 帕嘎哇達 當麼-恰給 普恩嗎 爹哇 撒達嗎努  
薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊  
努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦  
瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡  
斯民’地。

當法輪已被世尊所轉時，地居諸天發出聲言：「這個被世尊在巴  
拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙門、  
婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Bhummānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Cātu-mahā-rājikā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

普恩嗎囊 爹哇囊 撒當 素度啊 恰度-嗎哈-啦幾卡 爹哇 撒達嗎  
努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也  
啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普  
啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡  
斯民’地。

聽到地居諸天的聲音之後，四大王天發出聲言：「這個被世尊在  
巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙  
門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Cātu-mahā-rājikānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Tāva-timsā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ

samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin'ti.

恰度-嗎哈-啦幾卡囊 爹哇囊 撒當 素度啊 達哇-丁撒 爹哇 撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到四大王諸天的聲音之後，三十三天發出聲言：「這個被世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Tāva-timsānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Yāmā devā saddam.anussāvesuṃ : “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin'ti.

達哇-丁撒囊 爹哇囊 撒當 素度啊 亞瑪 爹哇 撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。聽到三十三諸天的聲音之後，亞馬諸天發出聲言：「這個被世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Yāmānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Tusitā devā saddam.anussāvesuṃ : “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaraṃ

Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā  
brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā  
lokasmin'ti.

亞嗎囊 爹哇囊 撒當 素度啊 度希達 爹哇 撒達嗎努薩維孫：

“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓  
當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢  
哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到亞馬諸天的聲音之後，都西達諸天發出聲言：「這個被世  
尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能  
被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Tusitānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Nimmāna-ratī devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin'ti.

度希達囊 爹哇囊 撒當 素度啊 尼嗎呢-啦地 爹哇 撒達嗎努薩  
維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊  
努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦  
瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯  
民’地。

聽到都西達諸天的聲音之後，化樂諸天發出聲言：「這個被世  
尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能  
被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Nimmāna-ratīnaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Para-nimmita-vasa- vattino  
devā saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane



Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin'ti.'

尼嗎呢-啦地囊 爹哇囊 撒當 素度啊 巴啦-尼眯德-瓦色-哇地耨  
爹哇 撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達  
內 眯嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒  
嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給  
那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到化樂諸天的聲音之後，他化自在諸天發出聲言：「這個被  
世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不  
能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Para-nimmita-vasa-vattīnaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Brahma-pārisajjā  
devā saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin'ti.

巴啦-尼眯德-瓦色-哇地囊 爹哇囊 撒當 素度啊 普拉嗎-巴李撒  
加 爹哇 撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希  
巴達內 眯嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊  
撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇  
給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到他化自在諸天的聲音之後，梵眾諸天發出聲言：「這個被  
世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不  
能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Brahma-pārisajjānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Brahma-purohitā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

普拉嗎-巴李撒加囊 爹哇囊 撒當 素度啊 普拉嗎-布柔 hi 達 爹  
哇 撒達嗎努薩維孫: “A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內  
咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內  
呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那  
其 哇 咯卡斯民’地。

聽到梵眾諸天的聲音之後，梵輔諸天發出聲言：「這個被世尊  
在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被  
沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Brahma-purohitānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Mahā-brahmā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

普拉嗎-布柔 hi 達囊 爹哇囊 撒當 素度啊 嗎哈-普拉嗎 爹哇  
撒達嗎努薩維孫: “A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪  
嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢  
哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇  
咯卡斯民’地。

聽到梵輔諸天的聲音之後，大梵諸天發出聲言：「這個被世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Mahā-brahmānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Parittābhā devā saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin’ti.

嗎哈-普拉嗎囊 爹哇囊 撒當 素度啊 巴李達巴 爹哇 撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到大梵諸天的聲音之後，少光諸天發出聲言：「這個被世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Parittābhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Appamānābhā devā saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin’ti.

巴李達巴囊 爹哇囊 撒當 素度啊 啊巴嗎那巴 爹哇 撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦

瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯  
民’地。

聽到少光諸天的聲音之後，無量光諸天發出聲言：「這個被世  
尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能  
被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Appamānābhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Ābhassarā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

啊巴嗎那巴囊 爹哇囊 撒當 素度啊 啊巴薩啦 爹哇 撒達嗎努薩  
維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊  
努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦  
瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯  
民’地。

聽到無量光諸天的聲音之後，光音諸天發出聲言：「這個被世  
尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能  
被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Abhassarānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Paritta-subhā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

啊巴薩啦囊 爹哇囊 撒當 素度啊 巴李德-嚙巴 爹哇 撒達嗎努  
薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊

努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦  
瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯  
民’地。

聽到光音諸天的聲音之後，少淨諸天發出聲言：「這個被世尊  
在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被  
沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Paritta-subhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Appamāna-subhā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

巴李德-嚩巴囊 爹哇囊 撒當 素度啊 啊巴馬呢-嚩巴 爹哇  
撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪  
嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢  
哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇  
咯卡斯民’地。

聽到少淨諸天的聲音之後，無量淨諸天發出聲言：「這個被世  
尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能  
被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Appamāna-subhānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Subha-kinhakā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

啊巴嗎呢-嚩巴囊 爹哇囊 撒當 素度啊 嚩巴-kin 哈卡 爹哇

撒達嗎努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到無量淨諸天的聲音之後，遍淨諸天發出聲言：「這個被世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Subha-kinhakānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Vehapphalā devā saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin’ti.

素巴-kin 哈卡囊 爹哇囊 撒當 素度啊 維哈帕啦 爹哇 撒達嗎 努薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到遍淨諸天的聲音之後，廣果諸天發出聲言：「這個被世尊在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Vehapphalānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Avihā devā saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin’ti.

維哈帕啦囊 爹哇囊 撒當 素度啊 啊 V 哈 爹哇 撒達嗎努薩維  
孫： “A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努  
德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪  
內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’  
地。

聽到廣果諸天的聲音之後，無煩諸天發出聲言：「這個被世尊  
在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被  
沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Avihānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Atappā devā saddam.anussāvesuṃ:  
“Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane Migadāye anuttaraṃ  
Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ samaṇena vā  
brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā  
lokasmin’ti.

啊 V 哈囊 爹哇囊 撒當 素度啊 啊德巴 爹哇 撒達嗎努薩維孫：  
“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓  
當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢  
哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’ 地。  
聽到無煩諸天的聲音之後，無熱諸天發出聲言：「這個被世尊  
在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被  
沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Atappānaṃ devānaṃ saddaṃ sutvā Sudassā devā  
saddam.anussāvesuṃ: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyaṃ Isipatane  
Migadāye anuttaraṃ Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyaṃ  
samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci  
vā lokasmin’ti.

啊德巴囊 爹哇囊 撒當 素度啊 嚟達撒 爹哇 撒達嗎努薩維孫：

“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。 聽到無熱諸天的聲音之後，善現諸天發出聲言：「這個被世尊 在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被 沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Sudassānam devānam saddam sutvā Sudassī devā saddam.anussāvesum: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyam Isipatane Migadāye anuttaram Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyam samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin’ti.

素達撒囊 爹哇囊 撒當 素度啊 素達希 爹哇 撒達嗎努薩維孫： “A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內 咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊 撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇 給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到善現諸天的聲音之後，善見諸天發出聲言：「這個被世尊 在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被 沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Sudassīnam devānam saddam sutvā Akaniṭṭhakā devā saddam.anussāvesum: “Etaṃ Bhagavatā Bārāṇasiyam Isipatane Migadāye anuttaram Dhamma-cakkaṃ pavattitaṃ appaṭivattiyam samaṇena vā brāhmaṇena vā devena vā mārena vā brahmunā vā kenaci vā lokasmin’ti.



素達希囊 爹哇囊 撒當 素度啊 啊卡尼塔卡 爹哇 撒達嗎努  
薩維孫：“A 當 帕嘎哇達 巴拉那希楊 依希巴達內  
咪嘎達也 啊努德讓 當嗎-恰康 巴瓦地當 啊巴地哇地楊  
撒嗎內呢 哇 普啦瑪內呢 哇 爹維呢 哇 嗎類呢 哇 普啦目那 哇  
給那其 哇 咯卡斯民’地。

聽到善見諸天的聲音之後，色究竟諸天發出聲言：「這個被世尊  
在巴拉納西仙人落處的鹿野苑所轉之無上法輪，於世間不能被  
沙門、婆羅門、天、魔、梵或任何人所逆轉！」

Iti ha tena khaṇena, tena muhuttana yāva Brahma-lokā saddo  
abbhuggacchi. Ayañ.ca dasa-sahassi-loka-dhātu saṅkampi sam-  
pakampi sampavedhi. Appamaṇo ca uḷāro obhāso loke pāturaḥosi  
atikamma devānaṃ devānubhāvan’ti.

依第 哈 爹呢 卡內呢，爹呢 目胡貼呢 亞瓦 普啦瑪-咯卡 撒都  
啊部噶其。啊楊恰 達色-撒哈希-咯可-達圖 桑看比 三帕看比  
三帕維迪。阿巴嗎耨 恰 烏啦柔 哦帕搜 咯給 巴度啦後希  
啊地看麼 爹瓦囊 爹哇努帕萬’地。

如此於那剎那、那須臾間，聲音上升遠達梵界。此一萬個世界  
震動、大震動、強烈震動，有無量、廣大、超越諸天之天威力  
的光明出現於世間。

Atha kho Bhagavā udānaṃ udānesi: “Aññāsi vata, bho, Koṇḍañño,  
aññāsi vata, bho, Koṇḍañño’ti. Iti h’idaṃ āyasmato Koṇḍañṇassa  
Aññā-Koṇḍañño tv.eva nāmaṃ ahoṣī’ti.

啊塔 扣 帕嘎哇 烏達囊 烏達內希：“安尼亞希 哇得，波，  
空單尼哦，啊尼亞希 哇得，波，空單尼哦’地。 依第 hi 當

啊亞斯嗎都 空單尼亞色 安尼亞-空單尼哦 推瓦 那芒 啊後希’  
地。

當時，世尊發出此讚歎：「衰丹雅確實已了知！衰丹雅確實已了知！」如是，具壽衰丹雅的名字就成為「安雅衰丹雅」。

Etena sacca-vajjena - sotthi te hotu sabbadā. (x3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達（三遍）

以此真實語，願你時常得安樂！

## Aṭṭha – Vīsati Buddha Paritta 二十八佛護衛

Taṇhaṅkaro mahā-vīro – Medhaṅkaro mahā-vaso,

丹航咖柔 馬哈-V 柔 – 梅唐咖柔 馬哈-亞艘

丹杭咖拉佛大英雄 – 美唐咖拉佛大聞名

Saraṇaṅkaro lokahito – Dīpaṅkaro jutindharo

薩拉囊 咖柔 咯可 hi 都 – 迪幫咖柔 足丁達柔

撒拉囊咖拉佛利世間 – 燃燈佛光輝燦爛！

Koṇḍañño janapāmokkho – Maṅgalo purisā-sabho

空丹尼啣 加呢帕莫口 – 芒嘎樓 普裏薩 – 薩坡

空丹雅佛人中上首 – 吉祥佛人中牛王

Sumano sumano dhīro – Revato rativaḍḍhano

素馬耨 嚩馬耨 迪柔 – 雷瓦都 拉提瓦塔耨

善意佛善意賢惠，勒瓦達佛增長喜樂！

Sobhito guṇa-sampanno – Anomadassī januttamo

艘辟都 古呢 – 三般耨 – 阿耨馬希 加努德摩

索毗答佛具足功德 – 最高見佛人中最上

Padumo loka-pajjoto – Nārado varasārathi

帕度摩 咯可-帕久投 – 那啦都 瓦啦撒拉提

紅蓮華佛世間之燈 – 那拉達佛最上尊師！

Padumuttaro satta-sāro – Sumedho agga-puggalo

帕度目德柔 薩德-薩柔 – 素梅投 阿嘎 – 普嘎咯

勝蓮花佛有情精英 – 善慧佛至上之人

Sujāto sabba-lokaggo – Piyadassī narā-sābho.

嚩佳都 薩巴-咯卡勾 – 辟亞達希 納拉-薩珀

善生佛一切世間至上 – 喜見佛人中牛王！

Attha-dassī kāruṇiko – Dhamma-dassī tamonudo

阿特-達希 卡如尼口 – 當麼-達希 達莫努都

見義佛悲憫者 – 見法佛破除黑暗

Siddhattho asamo loke – Tisso varada-samvaro

希塔投 阿色莫 略給 – 提艘 瓦拉德 – 桑瓦柔

悉塔佛世間無等者 – 帝薩佛最上律儀！

Phusso varada-sambuddho – Vipassī ca anūpamo

普艘 瓦拉德-三補都 – V 帕希 恰 阿努帕莫

普薩佛最上正覺者 – 維巴西佛無執取

Sikhī sabbahito satthā – Vessabhū sukha-dāyako

希 ki 色巴 hi 都 薩塔 – 衛薩普 嚙可-達雅口

西奇佛利益一切的尊師 – 韋沙菩佛施樂者！

Kakusandho sattha-vāho – Koṇāgamano raṇaṅjaho

卡庫三都 薩塔-瓦後 – 口那嘎瑪耨 拉南加後

咖古三塔佛嚮導 – 果那嘎馬那佛捨諍者

Kassapo siri-sampanno – Gotamo sakyapungavo.

咖色坡 希裏-三般耨 – 苟達摩 薩奇亞-pung 嘎喔

咖沙巴佛具足吉祥 – 苟達馬佛釋迦的公牛！

Tesaṃ saccena sīlena – khanti-metta-balena ca

Te’pi tvaṃ anurakkhantu – ārogyena sukhena ca (x3)

爹桑 薩切呢 希雷呢 – 看提-梅特-巴雷呢 恰

爹’彼 度昂 阿努拉看圖 – 阿柔 gi 也呢 素給呢 恰 (三遍)

以此真實、戒、忍與慈之力-願他們守護他健康又快樂！

## Mora-Paritta 孔雀護衛經

Apetayaṃ cakkhumā eka-rājā,

啊杯達揚 查枯瑪 A 可-拉加

harissavaṇṇo pathavippabhāso.

哈裏色萬耨 帕塔 V 帕把搜

Taṃ taṃ namassāmi harissavaṇṇaṃ

當 當 那瑪薩米 哈裏色萬囊

pathavippabhāsaṃ, tay'ajja guttā viharemu rattim.

帕塔 V 帕八桑， 塔亞加 古達 V 哈雷目 拉叮

這位具眼者、獨一之王落下，金色且照耀大地，

我禮敬彼金色且照耀大地者，願今天在您的守護下度過夜晚。

Ye Brāhmaṇā vedagū sabba dhamme,

也 布拉瑪納 維達古 薩巴 當梅

te me namo, te ca maṃ pālayantu.

爹 梅 那摩， 爹 恰 芒 帕拉揚度

Namatthu Buddhānaṃ, namatthu Bodhiyā,

那瑪圖 布達囊， 那瑪圖 波迪亞

namo vimuttānaṃ, namo vimuttiyā.

那摩 V 目達囊， 那摩 V 目地亞

諸婆羅門，一切法的通達者，我禮敬他們，願他們護佑我！

我禮敬諸佛，禮敬菩提；我禮敬諸解脫者，禮敬解脫！

Imaṃ so parittaṃ katvā - moro vāsam-akappayī'ti.

依芒 搜 帕裏當 卡圖阿 - 莫柔 瓦薩瑪卡帕依' 地。

作此護衛後，孔雀準備居住。

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x 3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)  
以此真實語，願你時常得安樂！

### **Khanda Paritta 蘊護經**

Virūpakkhehi me mettāṃ  
Mettāṃ Erāpathehi me,  
Chabyāputtehi me mettāṃ  
Mettāṃ Kañhāgotamakehi ca.

V 如帕給 hi 梅 梅當  
梅當 A 拉帕爹 hi 梅  
查比亞普爹 hi 梅 梅當  
梅當 看哈苟達瑪給 hi 恰

「我散播慈愛給維盧巴卡，  
我散播慈愛給伊拉巴他，  
我散播慈愛給差比阿子，  
我散播慈愛給黑苟答馬。

Apādakehi me mettāṃ  
Mettāṃ dipādakehi me  
Catuppadehi me mettāṃ  
Mettāṃ bahuppadehi me.  
阿帕達給 hi 梅 梅當  
梅當 迪帕達給 hi 梅  
查度帕爹 hi 梅 梅當  
梅當 八胡帕爹 hi 梅  
我散播慈愛給無足者，

我散播慈愛給二足者，  
我散播慈愛給四足者，  
我散播慈愛給多足者。

Mā maṃ apādako hiṃsi  
Mā maṃ hiṃsi dipādako,  
Mā maṃ catuppado hiṃsi  
Mā maṃ hiṃsi bahuppado.

瑪 芒 阿帕達扣 him 希  
瑪 芒 him 希 迪帕達扣  
瑪 芒 查度帕都 him 希  
瑪 芒 him 希 八胡帕都

願無足者勿傷害我，  
願二足者勿傷害我，  
願四足者勿傷害我，  
願多足者勿傷害我。

Sabbe sattā, sabbe pānā  
Sabbe bhutā ca kevalā.  
Sabbe bhadraṇi passantu  
Ma kañci pāpam.āgama

薩貝 薩達， 薩貝 帕納  
薩貝 普達 恰 給瓦拉  
薩貝 把德拉尼 帕三度  
瑪 看其 帕臥瑪嘎麼  
一切有情、一切有息者、  
一切生類之全部，

願見到一切祥瑞，  
任何惡事皆不會到來！

Appamāno Buddhō,  
Appamāno Dhammo,  
Appamāno Saṅgho.

Pamānavantāni sirimsapāni

Ahī vicchikā, satapadī, unnānābhī, sarabū, mūsikā.

阿帕瑪耨 不都

阿帕瑪耨 當莫

阿帕瑪耨 桑口

帕瑪納萬達尼 希另色帕尼

阿 hi V 其卡，色塔帕迪，烏噠納那比，撒拉佈，目希卡  
佛無量，法無量，僧無量。

爬行類卻有限量：蛇、蠍、蜈蚣、蜘蛛、蜥蜴、老鼠。

Katā me rakkhā katā me parittā.

Patikkamantu bhūtani.

So'haṃ namo Bhagavato ,

Namo sattannaṃ Sammā-Sambuddhānaṃ'ti.

卡塔 梅 拉卡 卡塔 梅 帕裏達

帕提卡曼度 不達尼

搜' 杭 那摩 帕嘎瓦都

那摩 薩達囊 三瑪 -三布達難' 地。

我已作保護，我已作護衛，

願諸[傷害性]生類皆退避。

我禮敬彼世尊！



禮敬七位全自覺者！」

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x 3)

A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)

以此真實語，願你時常得安樂！

### Sugatovādaya 善逝教誡

Appamādena bhikkhave sampādettha

阿帕瑪爹呢 比卡維 三帕爹特

Dullabho Buddhuppādo lokasmim

渡拉波 補度帕都 咯卡斯名

Dullabho manussatta patilābho

渡拉波 瑪努薩得 帕地拉波

Dullabhā khaṇa sampatti

渡拉帕 卡呢 三巴迪

Dullabhā pabbajjā

渡拉帕 帕八家

Dullabham saddhamma savaṇam

渡拉幫 薩達麼 薩瓦嚨

Dullabho sappurisa saṁsevo

渡拉波 薩不裡色 桑謝我

諸比丘，莫放逸，精勤奮鬥至成就吧！

稀有啊，佛出現於世；

稀有啊，今投生得人身；

稀有啊，得遇正確時機；

稀有啊，能成為出家人；  
稀有啊，得以聽聞正法；  
稀有啊，可以與善知識交往。

Ārabhatha, nikkhamatha – yuñjatha Buddha sāsane  
阿拉派特，尼卡馬特 – 運家特 補德 薩薩內  
Dhunātha maccuno senaṃ – naḷāgāraṃ va kuñjaro  
度那特 馬粗諾 謝囊 – 那拉嘎嚷 瓦 昆家咯  
開始吧！向前（繼續），在佛陀的教法中奮鬥吧！  
如大象摧毀竹房般的摧毀魔的逼迫。

Yo imasmim dhamma vinaye – appamatto vihessati  
啣 一馬斯名 當麼 V 那也 – 阿把瑪都 V 嘿色地  
Pahāya jati saṃsāraṃ – dukkhassantaṃ karissati  
把哈亞 家地 桑薩讓 – 度可三當 卡裡薩地  
在佛陀的法與律裡奮鬥的人，  
他將會拋棄這個輪回以及讓苦止息。

## Catu-Paccavekkhaṇā 四資具省思

### Cīvara袈裟省思

Patisaṅkhā yoniso cīvaraṃ patisevāmi

趴提桑卡 啣尼叟 其瓦嚷 巴提謝瓦咪

yāvadeva sītassa patighātaya, unhassa

亞瓦爹瓦 西他色 趴體咖他亞，吾噁哈色

patighātāya, daṃsa-makasa-vātātapa-sirīmsapa-samphassānaṃ

趴體嘎他亞，當色-瑪卡色-瓦達大巴-西林薩趴-三趴薩嚷

patighātaya, yavadeva hiri-kopīna-patichādanatthaṃ.

趴體嘎他亞，亞瓦爹瓦 hi裏-口披呢-巴提恰達納唐

我如理省思所受用之衣，只是為了防禦寒冷，為了防禦炎熱，  
為了防禦蛇、蚊、風吹、日晒、爬蟲類的觸惱，只是為了遮蔽  
羞處。

Yathā-paccayaṃ pavattamānaṃ dhātu-mattam.ev'etaṃ

亞他 - 巴恰楊 趴哇得馬囊 打哈度-瑪德咩維當

yadi.daṃ cīvaraṃ. Tad-upabhuñjako ca puggalo

亞迪當 奇瓦嚷。它度巴bhun加扣 恰 普嘎羅

dhātu-mattako nissato nijjīvo suñño. Sabbāni pana imāni

打哈度-瑪德扣 尼撒多 尼基我 索尼哦。薩八尼 把呢 一馬尼

cīvarāni ajjucchanīyāni, imaṃ pūtikāyaṃ patvā

奇瓦拉尼 阿基古恰尼亞尼，依芒 不地卡揚 巴圖瓦

atīviya jīgucchanīyāni jāyanti.

阿提V亞 基古恰尼亞尼 加養地

此袈裟及穿著袈裟的人都只是種種元素的組合體，都依靠諸因而存在，非有情、無命、空。這一切袈裟還不可厭，但是在接觸這不淨的身體之後，它變得非常可厭。

### Pindapāta 鉢食省思

Patisaṅkhā yoniso pindapātaṃ patisevāmi

巴提桑卡 啣尼叟 品德把當 巴地謝瓦咪

neva davāya na madāya na mandanāya na vibhūsanāya,

內瓦 達瓦亞 呢 馬達亞 呢 滿達納亞 呢 V 普薩納亞，

yāva deva imassa kāyassa thitiyā yāpanāya vihimsuparatiyā

亞瓦 爹瓦 依瑪色 卡亞色 體地亞 亞趴那亞 V hin 苏巴拉地亞

brahma-cariyānuggahāya, iti puranaṃ ca vedanaṃ patihankhāmi

普拉嗎 - 查利亞努嘎哈亞，依地 普拉难 恰 維德曠 巴提汉卡米

navaṅca vedanaṃ na uppādessāmi, yātrā ca me bhavissati

那完恰 維德曠 呢 乌把爹薩米，亞特拉 查 梅 八V色地

anavajjatā ca phāsu-vihāro cā'ti.

阿那瓦家達 恰 趴苏 - V 哈咯 恰' 地

我如理省思所受用的食物，不為嬉戲、不為驕慢、不為裝飾、不為庄严、只是為了此身住立存續，為了停止伤害、為了資助梵行，如此我将退除舊受，並使新受不生，我将維持生命、無過過且安住。

Yathā-paccayaṃ pavattamānaṃ dhātu-mattam.ev'etaṃ

亞他 - 趴恰楊 趴哇德馬囊 打哈度 - 瑪當咩維當

yadi.daṃ pindapāto. Tad-upabhuñjako ca puggalo

亞第當 品達趴頭。 它度巴bhun加扣 恰 普嘎罗  
dhātu-mattako nissato nijjīvo suñño. Sabbo panāyaṃ pindapāto  
打哈度-馬塔扣 尼撒多 尼基窩 索尼哦。薩波 趴那养 品德趴頭  
ajjucchanīyo, imaṃ pūtikāyaṃ patvā  
阿基古恰尼啣， 依芒 普提卡揚 趴圖瓦  
ativiya jicucchanīyo jāyati.  
阿提維亞 基古恰尼啣 加亞提

此鉢食及食用的人都只是種種元素的組合體，都依靠諸因而存在，非有情、無命、空。這一切鉢食還不可厭，但是在接觸這不淨的身體之後，它變得非常可厭。

### Senāsana 住所省思

Patisāṅkhā yoniso senāsaṇaṃ patisevāmi  
趴提桑卡 啣尼叟 謝納薩嚨 趴提謝瓦咪  
yāvadeva sītassa patighātaya, unhassa  
亞瓦爹瓦 西他薩 趴體嘎他亞， 吾噁哈薩  
patighātāya, daṃsa-makasa-vātātapa-siriṃsapa-samphassānaṃ  
趴體嘎他亞， 當色-瑪卡色 -瓦他它趴-西灵薩趴- 三趴薩嚨  
patighātaya, yavadeva utu-parissaya-vinodanaṃ  
趴體嘎他亞， 亞瓦爹瓦-吾度-趴裏薩亞 - V诺達囊  
patisallānārāmattham  
趴提薩拉那拉馬唐

我如理省思所受用的坐臥處，只是為了防禦寒冷，為了防禦炎熱，為了防禦蛇、蚊、風吹、日晒、爬蟲類的觸惱，只是為了免除季候的危險，而好獨處（禪修）之樂。

Yathā-paccayaṃ pavattamānaṃ dhātu-mattam.ev’etaṃ  
亞他 - 臥恰楊 臥哇得馬囊 打哈度 - 瑪德咩維當  
yadi.daṃ senāsaṃ. Tad-upabhuñjako ca puggalo  
亞第當 謝納薩嚨。它度巴bhun加扣 恰 普嘎羅  
dhātu-mattako nissato nijjīvo suñño. Sabbāni pana  
打哈度 - 馬塔扣 尼撒多 尼基窩 素尼哦。薩八尼 臥呢  
imāni senāsanāni ajjucchanīyāni, imaṃ pūtikāyaṃ patvā  
一馬尼 謝納薩納尼 阿基古恰尼亞尼，依芒 普提卡揚 臥圖瓦  
ativīya jīgucchanīyāni jāyanti.

阿提V亞 基古恰尼亞尼 加養提

此住所及使用的人都只是種種元素的組合體，都依靠諸因而存在，非有情、無命、空。這一切住所還不可厭，但是在接觸這不淨的身體之後，它變得非常可厭。

### **Gilāna-Paccaya 病藥省思**

Patisāṅkhā yoniso gilāna-paccaya-bhesajja-parikkhāraṃ

臥提桑卡 啣尼叟 gi拉呢 - 臥查亞 - 杯薩家 - 臥裏卡嚨

patisevāmi, yāvadeva uppannānaṃ veyyābādhikānaṃ vedanaṃ

臥提謝瓦咪，亞瓦爹瓦 吾盤那囊 維亞帕提卡囊 維德納囊

patighātāya, abyāpajjha-paramatāyā’ti.

臥體嘎他亞，阿比亞臥家 - 臥拉馬他亞’提

我如理省思所受用的病者所需之醫藥資具，只是為了防禦已生起的病苦之受，為了盡量沒有身苦。

Yathā-paccayaṃ pavattamānaṃ dhātu-mattam.ev’etaṃ  
亞他 - 臥恰楊 臥哇得馬囊 打哈度 -瑪德咩維當  
yadi.daṃ gilāna-paccaya-bhesajja-parikkhāro.

亞第當 gi拉呢 - 臥恰亞 - 北薩加 - 臥裏卡咯。

Tad-upabhuñjako ca puggalo dhātu-mattako nissato

它度臥bhun 加扣 恰 普嘎罗 打度-馬塔扣 尼撒多

nijjīvo suñño. Sabbo panāyaṃ gilāna-paccaya-bhesajja-parikkhāro

尼基窩素 尼哦。薩波 臥那养 gi拉呢-臥恰亞-北薩加-臥裏卡咯

ajjucchanīyo, imaṃ pūtikāyaṃ patvā ativiya jīgucchanīyo jāyati.

阿基古恰尼啣，依芒 普提卡揚 臥圖瓦 阿提v亞 基古恰尼啣 加  
亞提。

此藥物及使用的人都只是種種元素的組合體，都依靠諸因而存在，非有情、無命、空。這一切藥物還不可厭，但是在接觸這不淨的身體之後，它變得非常可厭。

## Sharing Merits 分享功德

Devānumodanā 諸天隨喜

Ākāsaṭṭhā ca bhummaṭṭhā – devā nāgā mahiddhikā,  
阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡  
puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha - Sāsanāṃ.  
不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 薩撒囊  
空居與地居 - 大力諸天. 龍,  
隨喜功德後, 恆守護佛教!

Ākāsaṭṭhā ca bhummaṭṭhā – devā nāgā mahiddhikā,  
阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡  
Puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha - desanāṃ.  
不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 爹薩囊  
空居與地居 - 大力諸天. 龍,  
隨喜功德後, 恆守護佛法的傳揚!

Ākāsaṭṭhā ca bhummaṭṭhā – devā nāgā mahiddhikā,  
阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡  
Puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha- sāvakaṃ  
不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 薩瓦康  
Ciraṃ rakkhantu maṃ paraṃ'ti  
其讓 拉看度 忙 把讓' 第  
空居與地居 - 大力諸天. 龍,  
隨喜功德後, 恆守護聲聞弟子!  
恆守護我與他人!



## Puññānumodanā 隨喜所累積的功德

Kappa-sata-sahassāni, soḷasāpi asaṅkhaye,

卡巴-薩德-薩哈薩尼，叟拉薩比 阿桑卡也

sambharaṃ bodhi-sambhāre, āgato jāti-jātisū,

三把讓 波迪 - 三把雷，阿嘎都 加地-加地素

在十六阿僧祇和十萬大劫裏，生生世世都累積菩提資糧，

Niyato Buddha-bhāvāya, bhadda-kappe idh’antime,

尼亞都 布德- 帕瓦亞， 把德-卡杯 一旦地梅

Bodhi-satto ca Metteyyo, puññaṃ me anumodatu.

波迪-薩都 恰 梅爹啣，不釀 梅 阿努莫達度

肯定會成佛，是這個賢劫裏的最後一尊佛，願彌勒菩薩隨喜我的功德。

Asmiṃ vihāre ca ārāme, adhivatthā ca devatā

阿斯名 V 哈雷 恰 阿拉梅，阿迪瓦她 恰 爹瓦達

anumoditvā imaṃ puññaṃ, rakkhantu jina-sāsaṇaṃ.

阿努莫迪圖阿 一忙 不釀，拉看度 幾那-薩撒囊

願住在這寺院裏和園林裏的神明們隨喜這項功德後護持勝利者（佛陀）的教法。

Sabbe sattā ca majjhataṃ hitā ca ahitā ca me,

薩杯 薩達 恰 馬加塔 hi 達 恰 阿 hi 達 恰 梅

Anumoditvā imaṃ puññaṃ Bujjhantu amataṃ padaṃ.

阿努莫迪圖阿 一忙 不釀 不將度 阿馬當 把當

願一切有情、無論是對我有益、無益或普通的都証悟不死（涅槃）之道。

Ettāvataṃ ca amhehi – sambhataṃ puñña-sampadaṃ,

A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當  
sabbe devā anumodantu - sabba-sampatti-siddhiyā.

薩杯 爹瓦 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地- 西迪亞  
願一切神隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Ettāvātā ca amhehi - sambhataṃ puñña -sampadaṃ,

A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當  
sabbe bhūtā anumodantu - sabba-sampatti-siddhiyā.

薩杯 不塔 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地- 西迪亞  
願一切衆生隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Ettāvātā ca amhehi - sambhataṃ puñña -sampadaṃ,

A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當  
sabbe sattā anumodantu - sabba-sampatti-siddhiyā.

薩杯 薩達 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地- 西迪亞  
願一切有情隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Idaṃ vo ñātīnaṃ hotu - sukhitā hontu ñātayo (x3)

一當 我 尼亞地囊 後度 - 素 Ki 達 洪度 尼亞達啣 (三遍)  
回向此 (功德) 予我的親人，願他們快樂。

### Patthanā 發願

Iminā puñña-kamma - mā me bāla-samāgamo

一米納 不尼亞-卡梅呢 - 馬 梅 八拉-薩馬嘎莫  
sataṃ samāgamo hotu - yāva nibbāna-pattiyā. (x3)

薩當 薩摩嘎莫 後度 - 亞瓦 尼巴呢 - 把地亞 (三遍)  
願以此功德，令我不遇愚人，

令我親近智者，直到我証悟涅槃。

Idaṃ me puññaṃ-kammaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu

一當 梅 不釀-康茫 阿色瓦卡亞瓦航 後杜

Sabbā dukkha pamuchātu

薩巴 度可 把目恰度

願我以此功德，導向諸漏盡，解脫一切苦。

Imāya Dhammānudhamma-paṭipattiya Buddhaṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼-八地八地亞 布當 布接米

以此法隨法行，我禮敬佛！

Imāya Dhammānudhamma-paṭipattiya Dhammaṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼-八地八地亞 當忙 布接米

以此法隨法行，我禮敬法！

Imāya Dhammānudhamma-paṭipattiya Saṅghaṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼-八地八地亞 桑康 布接米

以此法隨法行，我禮敬僧！

Addhā imāya paṭipattiyā jāti-jarā-maraṇamhā parimuccissāmi

阿達 一馬亞 八地八地亞 加迪-加拉-馬拉囊哈 把力目其薩米

依此而行，我肯定將會解脫生、老、病、死！

### Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,

卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當

accayaṃ khama me Bhante – bhūri-pañña Thathāgata.

阿恰陽 卡麼 梅 班爹 – 布力-般尼亞 他塔嘎德

於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，世尊一廣慧、如來。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,  
卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當  
accayaṃ khama me Dhamma – sandiṭṭhika akālika.  
阿恰陽 卡麼 梅 當麼 – 三迪地可 阿卡裏可  
於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，佛法一當下可見、無時的。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,  
卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當  
accayaṃ khama me Saṅgha – puññakkhetta anuttara.  
阿恰陽 卡麼 梅 桑可 – 布尼亞給德 阿努得樂  
於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，僧伽一無上的福田

### **Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒**

下座：Okāsa, vandāmi, Bhante.

哦卡色，萬達米班爹  
請讓我禮敬尊者。（頂禮一拜）

上座：Sukhī hotu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度  
祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

下座：Mayā kataṃ puññaṃ sāminā anumoditabbaṃ.

馬雅 卡當 不釀 薩米納 阿努莫迪達邦

請尊者隨喜我所作的功德。

上座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi.

薩度！薩度！ 阿努莫達米  
好的！ 好的！ 我隨喜。

下座：Sāminā katam puñnam mayham dātabbam.

薩米納 卡當 不釀 馬揚 嗒達邦  
請尊者與我分享您所作的功德。

上座：Sādhu! Anumoditabbam.

薩度！ 阿努莫迪達邦  
好的！ 你應隨喜。

下座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi. Okāsa, dvārattayena katam  
sabbam accayam khamatha me, Bhante.

薩度！薩度！ 阿努莫達米。 哦卡色，度哇拉達耶呢 卡  
當 薩邦 阿恰楊 卡馬塔 梅 班爹  
好的！好的！我隨喜。尊者，請原諒我由[身、語、意]  
三門所作的一切過失。

上座：Khamāmi, khamitabbam.

卡馬米，卡迷達邦  
我原諒你，你也應原諒我。

下座：Sādhu! Okāsa, khamāmi, Bhante.

薩度！哦卡色，卡馬米，班爹  
好的！尊者，我原諒您。（頂禮三拜）

上座：Sukhī hontu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啲 後度  
祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

## 祝福聖法大長老

Dhammena nena matisiddha mudācitena

當梅呢 內呢 馬蒂希特 目達其爹呢

Buddhādi vatthu gata citta pasāditenā

布達迪 瓦圖 嘎德 其塔 帕薩迪爹呢

Therā sabho Ariyadhamma yatinda nātho

爹拉 薩波 阿裏亞當麼 亞丁德 那投

Sambodhi nāṇa madhi gacchatu sādhu sādhu

三波迪 尼亞那 瑪迪 嘎恰度 薩度 薩度

透過謹慎及歡喜地修法所累積的這些功德，

以及透過佛陀等（即三寶）的力量，

願聖法大長老達到圓滿覺悟，薩度，薩度。

## **Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒** (尼師)

下座：Okāsa, vandāmi, mathā.

哦卡色，萬達米 媽她

請讓我禮敬尼師（母親）。

上座：Sukhī hotu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度

祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

下座：Mayā kataṃ puññaṃ mātiyā anumoditabbaṃ.

馬雅 卡當 不釀 馬地亞 阿努莫迪達邦

請尼師（母親）隨喜我所作的功德。

上座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi.

薩度！薩度！阿努莫達米  
善哉！善哉！我隨喜。

下座：Mātiyā kataṃ puññaṃ mayhaṃ dātabbaṃ.

馬地亞 卡當 不釀 馬揚 嗒達邦  
請尼師（母親）與我分享您所作的功德。

上座：Sādhu! Anumoditabbaṃ.

薩度！阿努莫迪達邦  
善哉！你應隨喜。

下座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi. Okāsa,

dvārattayena kataṃ sabbaṃ accayaṃ khamatha me, mathā.  
薩度！薩度！阿努莫達米。哦卡色，  
度哇拉達耶呢 卡當 薩邦 阿恰楊 卡馬特 梅 媽她  
善哉！善哉！我隨喜。尼師（母親），請原諒我由[身、  
語、意]三門所作的一切過失。

上座：Khamāmi, khamitabbaṃ.

卡馬米，卡迷達邦  
我原諒你，你也應原諒我。

下座：Sādhu! Okāsa, khamāmi, mathā.

薩度！哦卡色，卡馬米，媽她  
善哉！尼師（母親），我原諒您。

上座：Sukhī hontu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度  
祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

## 長者祝福

\* (在家居士不用念，而是彎腰，把頭低下，接受祝福)

Sabbītiyo vivajjantu Sabba-rogo vinassatu,  
薩比低啲 維瓦將杜 薩巴-咯夠 維那色度  
Mā te bhavatu antarāyo Sukhī dīghāyuko bhava  
馬 爹 八瓦端達拉啲 素 ki 迪嘎又口 八瓦  
願諸災免離、願諸疾消失；  
願你無障礙，得快樂長壽

Bhavatu sabba-maṅgalaṃ Rakkhantu sabba- devatā  
把瓦杜 薩巴-忙嘎朗 拉看杜 薩巴-爹瓦達  
Sabba-buddhānubhāvena Sadā sotthi bhavantu te  
薩巴 - 布達努把為呢 薩達 搜地 巴萬度 爹  
願得諸吉祥，願諸天守護；  
依諸佛威力，願你常平安。

Bhavatu sabba-maṅgalaṃ Rakkhantu sabba- devatā  
把瓦杜 薩巴-忙嘎朗 拉看杜 薩巴-爹瓦達  
Sabba-dhammānubhāvena Sadā sotthi bhavantu te  
薩巴 - 當馬努把為呢 薩達 搜地 巴萬度 爹  
願得諸吉祥，願諸天守護；  
依諸法威力，願你常平安。

Bhavatu sabba-maṅgalaṃ Rakkhantu sabba- devatā  
把瓦杜 薩巴-忙嘎朗 拉看杜 薩巴-爹瓦達  
Sabba-saṅghānubhāvena Sadā sotthi bhavantu te  
薩巴 - 桑卡努把為呢 薩達 搜地 巴萬度 爹



願得諸吉祥，願諸天守護；  
依諸僧威力，願你常平安。

Abhivadāna sīlissa niccam vaḍḍhāpacāyino  
阿比瓦達呢 西麗色 尼強 瓦達臥恰依諾  
好樂禮敬者，常尊於長老

Cattāro Dhammā vaḍḍhanti – āyu, vaṇṇo, sukham, balaṃ  
恰達柔 當瑪 瓦但地 – 阿又，萬諾，素康，八浪  
四法得增長 – 壽、美、樂與力

Āyurārogya sampatti, sagga sampatti.me.va ca,  
阿又略 gi 阿 三巴地，撒嘎 三巴地 梅瓦恰  
透過這項（功德），願你獲得長壽、健康、

Atho nibbāna sampatti , Iminā te samijjhatu  
阿透 尼巴呢 三把地，一米納 爹 薩米加杜  
投生天趣、然後証悟涅槃。

# 正直寺佛法開示日誦經

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā-Sambuddhassa (x3)

那摩 答色 八咖瓦多 阿拉哈多 三瑪三-不達色 (三遍)

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者

## Ārāḍhanā 邀請

Yāvatā Bhagavā loke - tiṭṭheyya tava sāsanaṃ

亞瓦大 帕咖瓦 略給 - 地爹亞 達瓦 撒薩囊

Tāvātā patigaṇhātu - pūjā lokānukampayā

達瓦大 把地趕哈度 - 補加 咯卡努看趴亞

世尊，只要您的教法還住於世間的時候，

願您出於對世間的悲憫而接受供養。

## 1. Tela - Padipa Pūjā 供油燈

Gandha-telappadittena - dīpena tama-dhamsinā

趕得-爹樂把地跌呢 - 地杯呢 達麼-當西那

Tiloka-dīpaṃ Sambuddham - pūjāyāmi tamo-nudam.

地咯可-地幫 三補當 - 補加亞米 達磨-努當

以這驅除黑暗的燃燒油燈，

我供養滅除（無明）黑暗三界燈正覺佛陀。

## 2. Sittha Pūjā 供燈燭

Sittha-telappadittena – dīpena tama-dhamśinā

希特-爹樂把地跌呢 - 地杯呢 達麼-當西那

Tiloka-dīpaṃ SamBuddhaṃ – pūjāyāmi tamo-nudam.

地咯可-地幫 三補當 - 補加亞米 達麼-努當

以這驅除黑暗的燃燒燈燭，

我供養滅除（無明）黑暗三界燈正覺佛陀。

## 3. Sugandhī Pūjā 供香

Sugandhi-kāya-vadanam – ananta-guṇa-gandhinam

素趕地-卡亞-瓦德囊 - 阿南得-古呢-趕地囊

Sugandhinā'ham gandhena – pūjāyami Tathāgataṃ

素趕地那'航 趕爹呢 - 不加亞米 達它嘎當

我以此香供養具足無量功德身語香的如來。

## 4. Pānīya Pūjā 供水

Sugandham sītaḥ kappam – pasanna-madhuram subham

素趕當 西達浪 卡幫 - 把三呢-馬度嚷-素幫

Pānīyam·etaṃ Bhagavā – patigaṇhātu·m·uttama

把尼亞 美當 帕咖瓦 - 把地趕哈度 目達麼

世尊，至上者，願您接受此清香、清涼、舒適、

澄淨、甘甜與清淨之水。

## 5. Puppha Pūjā 供花

Vaṇṇa-gandha-guṇopetaṃ – etaṃ kusuma-santatiṃ

完呢- 趕特-古諾杯當 - A 當 庫素麼 - 三達定

Pūjāyāmi Munindassa - siri-pāda-saroruhe

補加亞米 目您達色 - 西麗 - 把得 - 薩咯如黑

Pūjemi Buddhāṃ Kusumena nena

補街米 補當 庫素梅呢 內呢

Puñña me tena labhāmi mokkhaṃ

補捏那 梅 爹呢 拉八蜜 磨康

Pupphaṃ milāyati yathā idaṃ me

不旁 米拉亞地 亞他 依當 梅

Kāyo tathā yāti vināsa-bhāvaṃ

卡啣 塔他 亞地 V 那色-帕王

我將這具足色德質的花聚供養于牟尼王（佛陀）的蓮足。

我供養花給佛陀，以我的這種功德使我能獲得解脫（輪回）；

猶如這些花將會枯萎，我的身體也將會走向毀滅。

### **Buddha Vandanā 禮敬佛**

Iti'pi so Bhagavā Arahaṃ, Sammāsambuddho, Vijjā-carāṇa-sampanno, Sugato, Loka-vidū, Anuttaro purisa-damma-sārathi, Satthā deva-manussānaṃ, Buddhō, Bhagavā'ti.

依弟' 比 叟 帕卡哇 阿拉航，三瑪三不多，V 家-恰拉呢 -

三般諾，速卡多，羅可-V 杜，阿努德羅 不立色-唐瑪-薩拉弟，

薩他 爹哇-瑪努薩囊，不多，趴卡瓦' 弟。

世尊即是：阿羅漢、全自覺者、明行足、善逝、世間解、

無上調禦丈夫、天人師、佛陀、世尊。

## Dhamma Vandanā 禮敬法

Svākkhāto Bhagavatā Dhammo, Sandhitthiko, Akāliko, Ehipassiko,  
Opanayiko, Paccattaṃ veditabbo viññūhī'ti.

蘇瓦卡都 臥卡瓦達 當摩，三迪地口，阿卡裡口，A hi 把西口，  
哦把那依口，把恰當 威地達波 V 扭 hi 地。

世尊所善說的法、現前可見、無過時的、請來看、導向、為每  
個智者皆能證知的。

## Saṅgha Vandanā 禮敬僧

Supaṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, uju-paṭipanno Bhagavato  
sāvaka-saṅgho, nāya-paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, sāmīci-  
paṭipanno Bhagavato sāvaka-saṅgho, yad·idam cattāri purisa-yugāni  
attha purisa-puggalā, esa Bhagavato sāvaka-saṅgho, āhuneyyo,  
pāhuneyyo, dakkhiṇeyyo, añjali-karaniyo, anuttaram puññakkhettaṃ  
lokassā'ti.

速把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，烏足-八地般諾 臥卡瓦多  
薩瓦可-桑口，尼亞呀-把地般諾 帕卡瓦多 薩瓦可-桑口，薩米  
起-把地般諾 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口。亞地當 恰他力 不裡色-  
又嘎尼 阿特 不裡色-不嘎拉，A 色 臥卡瓦多 薩瓦可-桑口，阿  
呼內啣，把呼內啣，達 ki 內啣，安家裡-卡拉尼啣，阿努德讓  
補你亞給當 咯卡薩' 地。

世尊的聲聞僧眾是善於行道；世尊的聲聞僧眾是正直行道；世  
尊的聲聞僧眾是真實行；世尊的聲聞僧眾是正當行道的；即四  
雙八輩的世尊的聲聞僧眾，是應供養、應供奉者、應施於者、  
應合掌（禮敬）者，為世間無上的福田。

## Cetiya Vandana 禮敬塔等

Vandāmi cetiyam sabbam - Sabba thānesu patitthitam

萬達米 切地楊 薩幫 - 薩巴 他內素 把地提當

Sāriṅka-dhātu Mahā-bodhim - Buddha-rupam sakalamśadā (x3)

薩裏利可-達度 馬哈-波叮 - 普德-如幫 薩卡朗色達 (三遍)

我至誠禮敬豎立於各處的塔、舍利、大菩提樹、佛像。

## Karaṇīya Mettā Sutta 應行慈愛經

Karaṇīya-mattha-kusalena,

yam tam santam padam abhisamecca:

sakko ujū ca sūhujū ca,

suvaco c'assa mudu anatimānī;

卡拉尼亞-馬塔-枯薩雷呢

楊 當 三當 把當 阿比色美恰

薩扣 烏祖 恰 素呼祖 恰

素瓦湊 恰色 母度 阿納地馬尼

善求義利、領悟寂靜境界後應當作：有能力、正直、誠實，順從、柔和、不驕慢；

Santussako ca subharo ca,

appakicco ca sallahukavutti,

sant'indriyo ca nipako ca,

appagabbho kulesu ananugiddho.

三度色扣 恰 素帕柔 恰

阿巴 Ki 湊 恰 薩拉胡卡烏地

三丁地利啣 恰 尼帕扣 恰

阿巴嘎坡 枯雷素 阿納努 gi 都  
知足、易扶養，少事務、生活簡樸，  
諸根寂靜、賢明，不無禮與不貪著居家；

Na ca khuddaṃ samācare kiñci,  
yena viññū pare upavadeyyuṃ.  
sukhino vā khemino hontu,  
sabbe-sattā bhavantu sukhittatā.

那 恰 枯當 薩馬恰雷 kin 其  
也呢 V 牛 帕雷 烏帕瓦爹用  
素 ki 耨 瓦 K 米耨 洪度  
薩貝-薩達 帕萬度 素 ki 達大  
只要會遭智者譴責，即使是小事也不做。  
願一切有情幸福、安穩！自有其樂！

Ye keci pāṇabhūt'atthi,  
tasā vā thāvarā vā anavasesā.  
dīghā vā ye mahantā vā,  
majjhimā rassakāṇukathulā;

也 給其 把呢普塔體  
他撒 瓦 他瓦拉 瓦 阿呢瓦謝薩  
迪嘎 瓦 也 馬漢他 瓦  
馬吉馬 拉色卡阿努可圖拉

凡所有的有情生類，動搖的或不動的，  
毫無遺漏，長的或大的，中的、短的、細的或粗的，

Diṭṭha vā yeva aditṭhā,  
Ye ca dūre vasanti avidūre.  
bhūtā vā sambavesī vā,

sabbe-sattā bhavantu sukhitattā.

迪他 瓦 也瓦 阿迪他

也 恰 度雷 瓦三地 阿 V 度雷

補他 瓦 三把維希 瓦

薩貝-薩達 帕萬度 素 ki 達大

凡是見到的或沒見到的，住在遠方或近處的，

已生的或尋求出生的，願一切有情自有其樂！

Na paro paraṃ nikubbetha,

nātimaññetha katthaci naṃ kañci;

byārosanā paṭighasaññā,

nāñña-maññassa dukkha-miccheyya.

呢 帕柔 帕曩 尼枯貝特

那地馬捏特 卡塔奇 囊 看其

比亞柔色那 帕迪卡三尼亞

那尼亞-馬尼亞色 度可-米切亞

不要有人欺騙他人，不要輕視任何地方的任何人，

不要以忿怒、瞋恚想，而彼此希望對方受苦！

Mātā yathā niyaṃ puttāṃ,

āyusā eka-puttam'anurakkhe;

evam'pi sabba-bhūtesu,

mānasā bhāvaye aparimānaṃ.

馬塔 亞塔 你楊 普當

阿又撒 A 可-普特 馬努拉 K

A 往' 皮 薩巴-普爹素

馬呢桑帕瓦也 阿巴裏馬囊



正如母親對待自己的兒子，會以生命來保護唯一的兒子；  
也如此對一切生類培育無量之心！

Mettañ ca sabba-lokasmiñ,  
mānasam bhāvaye aparimāṇam,  
uddham adho ca tiriyañ ca,  
asambādham averam asapattam.

梅丹 恰 薩巴-咯卡斯明

馬納桑 帕瓦也 阿帕裏馬囊

烏湯 阿都 恰 提裏楊 恰

阿三帕唐 阿維讓 阿色帕當

以慈愛對一切世界培育無量之心，

上方、下方及四方，無障礙、無怨恨、無敵對！

Tiṭṭham caram nisinno vā,  
sayāno vā yāvat'āssa vigatamiddho.

etañ satim adhiṭṭheyya,

brahma-metañ vihārañ idha-māhu.

提唐 恰嚷 尼新耨 瓦

色亞耨 瓦 亞瓦塔色 V 嘎他米豆

A 當 色丁 阿迪貼亞

普拉馬-梅當 V 哈嚷 依德-馬乎

站立、行走、坐著或躺臥，只要他離開睡眠，

皆應確立如此之念，這是他們於此所說的梵住。

Diṭṭhiñ ca anupagamma sīlavā,

dassanena sampanno;

kāmesu vineyya gedham,

na hi jātu gabbha-seyyam punar'etī'ti.

迪聽 恰 阿努帕嘎麼 西拉瓦  
達色內呢 三槃耨  
卡梅素 V 內亞 給唐  
那 hi 加度 嘎帕-寫楊 普呢雷迪’ 提  
不接受邪見，持戒，具足徹見，  
調伏對諸欲的貪求，確定不會再投胎！

Etena sacca-vajjena sotthi te hotu sabbadā. (x3)  
A 爹呢 薩恰 - 瓦接呢 艘提 爹 後度 薩帕達 (三遍)  
以此真實語，願你時常得安樂！

### **Ovada – Pātimokkha Gāthā 巴替摩卡教誡偈**

Sabba-pāpassa akaraṇaṃ  
Kusalassa upasampada  
Sacitta pariyodapanam  
Etaṃ Buddhāna’ Sāsanam  
撒巴-帕帕色 啊卡拉囊  
庫撒拉色 烏帕三帕德  
撒其德 帕裏啣達帕當  
A 當 普達那 撒薩囊  
諸惡莫作，眾善奉行  
自淨其意，是諸佛教。

Khantī paramaṃ tapo titikkhā  
Nibbānaṃ paramaṃ vadanti Buddhā  
Na hi pabbajito parūpaghātī

Samaṇo hoti paraṃ vihetaṃhayanto

看迪 帕拉芒 塔破 提提卡

尼巴囊 帕拉忙 瓦丹迪 普達

那 hi 帕巴基都 帕如帕嘎地

撒瑪耨 後地 帕讓 V 嘿塔楊都

諸佛說涅槃最上，忍辱為最高熱忱，

害他實非出家者，惱他不名為沙門。

Anūpavado anūpaghāto

Pātimokkhe ca saṃvaro

Mattaññutā ca bhattasmiṃ

Pantañca sayanāsanāṃ

Adhicitte ca āyogo

Etaṃ Buddāna' Sāsanāṃ'ti.

啊努帕瓦都 啊努帕嘎都

帕地摩給 恰 桑瓦柔

瑪塔扭他 恰 巴塔思名

盤單恰 撒呀那撒囊

啊迪其爹 恰 啊啣夠

A 當 普達呢 撒薩南' 地。

不貶與不害，嚴持于戒律，

飲食知節量，僻靜處獨居，

勤修增上定，是為諸佛教。

## Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,  
卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當  
accayaṃ khama me Bhante – bhūri-pañña Thathāgata.  
阿恰陽 卡麼 梅 班爹 – 不力-般尼亞 他塔嘎德  
於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，世尊—廣慧、如來。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,  
卡耶呢 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當  
accayaṃ khama me Dhamma – sandiṭṭhika akālika.  
阿恰陽 卡麼 梅 當麼 – 三迪地可 阿卡裏可  
於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，佛法—當下可見、無時的。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,  
卡耶納 瓦恰 其爹呢 – 巴馬爹呢 馬雅 卡當  
accayaṃ khama me Saṅgha – puññakkhetta anuttara.  
阿恰陽 卡麼 梅 桑可 – 不尼亞給德 阿努得樂  
於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，僧伽—無上的福田

\*（佛法開示後才念 – 功德回向）

Idaṃ vo ṇātīnaṃ hotu – sukhitā hontu ṇātayo (x3)  
一當 我 尼亞地囊 後度 – 素 Ki 達 洪度 尼亞達啣（三遍）

回向此（功德）予我的親人，願他們快樂。

Ettāvātā ca amhehi – sambhatam puñña-sampadam,

A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當

sabbe devā anumodantu – sabba-sampatti-siddhiyā.

薩杯 爹瓦 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地- 西迪亞

願一切神隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Ettāvātā ca amhehi – sambhatam puñña -sampadam,

A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當

sabbe bhūtā anumodantu – sabba-sampatti-siddhiyā.

薩杯 不塔 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地- 西迪亞

願一切衆生隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Ettāvātā ca amhehi – sambhatam puñña -sampadam,

A 達瓦達 恰 安梅 hi - 三把當 不尼亞 - 三把當

sabbe sattā anumodantu - sabba-sampatti-siddhiyā.

薩杯 薩達 阿努莫丹度 - 薩巴-三把地- 西迪亞

願一切有情隨喜我們至今所累積的功德，願一切得成就！

Ākāsaṭṭhā ca bhummatṭhā – devā nāgā mahiddhikā,

阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡

puñnam tam anumoditvā – ciram rakkhantu SamBuddha - Sāsanam.

不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 薩撒囊

空居與地居 - 大力諸天. 龍,

隨喜功德後，恆守護佛教！

Ākāsaṭṭhā ca bhummatṭhā – devā nāgā mahiddhikā,

阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡

Puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha - desanaṃ.

不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 爹薩囊

空居與地居 - 大力諸天. 龍,

隨喜功德後, 恆守護佛法的傳揚!

Ākāsaṭṭhā ca bhummatṭhā – devā nāgā mahiddhikā,

阿卡薩他 恰 不馬塔 - 爹瓦 那嘎 馬 hi 迪卡

Puññaṃ taṃ anumoditvā – ciraṃ rakkhantu SamBuddha- sāvakaṃ

不釀 當 阿努莫迪圖阿 - 其讓 拉看度 三布德 - 薩瓦康

Ciraṃ rakkhantu maṃ paraṃ'ti

其讓 拉看度 忙 把讓' 第

空居與地居 - 大力諸天. 龍,

隨喜功德後, 恆守護聲聞弟子!

恆守護我與他人!

Asmiṃ vihāre ca ārāme, adhiatthā ca devatā

阿斯名 V 哈雷 恰 阿拉梅, 阿迪瓦她 恰 爹瓦達

anumoditvā imaṃ puññaṃ, rakkhantu jina-sāsanaṃ.

阿努莫迪圖阿 一忙 不釀, 拉看度 幾那-薩撒囊

願住在這寺院裏和園林裏的神明們隨喜這項功德後護持勝利者

(佛陀) 的教法。

Sabbe sattā ca majjhata Hitā ca ahitā ca me,

薩杯 薩達 恰 馬加塔 Hi 達 恰 阿 hi 達 恰 梅

Anumoditvā imaṃ puññaṃ Bujjhantu amataṃ padaṃ.

阿努莫迪圖阿 一忙 不釀 不將度 阿馬當 把當

願一切有情、無論是對我有益、無益或普通的都証悟不死（涅槃）之道。

Dhammena nena matisiddha mudācitena

當梅呢 內呢 馬蒂希特 目達其爹呢

Buddhādi vatthu gata dhamma balena saddhīm

布達迪 瓦圖 嘎塔 當麼 巴雷訥 薩丁

Therā sabho ca Acīṇṇa yatinda nātho

爹拉 薩波 恰 阿欽訥 亞丁德 那投

Dighāyuko bhavatu sādhu samiddha citto

迪卡由扣 帕瓦杜 薩度 撒米達 其都

透過謹慎及歡喜地修法所累積的這些功德，

以及透過佛陀等（即三寶）的力量，

願帕奧禪師長壽，以及成就其心願。

Dhammena nena matisiddha mudācitena

當梅呢 內呢 馬蒂希特 目達其爹呢

Buddhādi vatthu gata dhamma balena saddhīm

布達迪 瓦圖 嘎塔 當麼 巴雷訥 薩丁

Therā sabhātha garu gārava bhāvaniyā

爹拉 撒巴塔 嘎如 嘎啦瓦 帕瓦尼亞

Dighāyukā bhavatha sādhu samiddha cittā

迪嘎又卡 帕瓦塔 薩度 撒米達 其達

透過謹慎及歡喜地修法所累積的這些功德，

以及透過佛陀等（即三寶）的力量，

願最尊敬的長老尊者們，僧團的長者成員們，

圓滿他們的善心願意及祝福他們長壽。

Dhammena nena matisiddha mudācitenā

當梅呢 內呢 馬蒂希特 目達其爹呢

Buddhādi vatthu gata citta pasāditenā

布達迪 瓦圖 嘎德 其塔 帕薩迪爹呢

Therā sabho Ariyadhamma yatinda nātho

爹拉 薩波 阿裏亞當麼 亞丁德 那投

Sambodhi nāṇa madhi gacchatu sādhu sādhu

三波迪 尼亞呢 瑪迪 嘎恰度 薩度 薩度

透過謹慎及歡喜地修法所累積的這些功德，

以及透過佛陀等（即三寶）的力量，

願聖法大長老達到圓滿覺悟，薩度，薩度。

### Patthanā 發願

Iminā puñña-kammena – mā me bāla-samāgamo

一米納 不尼亞-卡梅呢 - 馬 梅 八拉-薩馬嘎莫

sataṃ samāgamo hotu – yāva nibbāna-paṭṭiyā. (x3)

薩當 薩摩嘎莫 後度 - 亞瓦 尼巴呢 - 把地亞 （三遍）

願以此功德，令我不遇愚人，令我親近智者，直到我証悟涅槃。

Imāya Dhammānudhamma-paṭṭipattiya Buddhāṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼-八地八地亞 布當 不接米

以此法隨法行，我禮敬佛！

Imāya Dhammānudhamma-paṭṭipattiya Dhammāṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼-八地八地亞 當忙 不接米

以此法隨法行，我禮敬法！



Imāya Dhammānudhamma-paṭipattiya Saṅghaṃ pūjemi

一馬雅 當馬努當麼-八地八地亞 桑康 不接米  
以此法隨法行，我禮敬僧！

Addhā imāya patipattiyā jāti-jarā-maraṇamhā parimuccissāmi

阿達 一馬亞 八地八地亞 加迪-加拉-馬拉囊哈 把力目其薩米  
依此而行，我肯定將會解脫生、老、病、死！

### Accaya Vivaraṇa 祈求寬恕

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,

卡耶呢 瓦恰 其爹呢 - 巴馬爹呢 馬雅 卡當

accayaṃ khama me Bhante – bhūri-paṇṇa Thathāgata.

阿恰陽 卡麼 梅 班爹 - 布力-般尼亞 他塔嘎德

於身口意，因我疏忽所造，

請原諒我的過錯，世尊—廣慧、如來。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,

卡耶呢 瓦恰 其爹呢 - 巴馬爹呢 馬雅 卡當

accayaṃ khama me Dhamma – sanditṭhika akālika.

阿恰陽 卡麼 梅 當麼 - 三迪地可 阿卡裏可

於身口意，因我疏忽所造，

請原諒我的過錯，佛法—當下可見、無時的。

Kāyena vācā cittena – pamādena mayā kataṃ,

卡耶呢 瓦恰 其爹呢 - 巴馬爹呢 馬雅 卡當

accayaṃ khama me Saṅgha – puññakkhetta anuttara.

阿恰陽 卡麼 梅 桑可 - 布尼亞給德 阿努得樂

於身口意，因我疏忽所造，  
請原諒我的過錯，僧伽一無上的福田

### **Puññānumodanā & Accaya Vivaraṇa 分享功德以及互相原諒**

下座：Okāsa, vandāmi, Bhante.

哦卡色，萬達米班爹  
請讓我禮敬尊者。（頂禮一拜）

上座：Sukhī hotu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度  
祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

下座：Mayā kataṃ puññaṃ sāminā anumoditabbaṃ.

馬雅 卡當 不釀 薩米納 阿努莫迪達邦  
請尊者隨喜我所作的功德。

上座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi.

薩度！薩度！ 阿努莫達米  
好的！ 好的！ 我隨喜。

下座：Sāminā kataṃ puññaṃ mayhaṃ dātabbaṃ.

薩米納 卡當 不釀 馬揚 嗒達邦  
請尊者與我分享您所作的功德。

上座：Sādhu! Anumoditabbaṃ.

薩度！ 阿努莫迪達邦  
好的！ 你應隨喜。

下座：Sādhu! Sādhu! Anumodāmi. Okāsa, dvārattayena kataṃ  
sabbaṃ accayaṃ khamatha me, Bhante.

薩度！薩度！ 阿努莫達米。 哦卡色，度哇拉達耶呢 卡  
當 薩邦 阿恰楊 卡馬塔 梅 班爹  
好的！好的！我隨喜。尊者，請原諒我由[身、語、意]  
三門所作的一切過失。

上座：Khamāmi, khamitabbari.

卡馬米，卡迷達邦  
我原諒你，你也應原諒我。

下座：Sādhu! Okāsa, khamāmi, Bhante.

薩度！哦卡色，卡馬米，班爹  
好的！尊者，我原諒您。（頂禮三拜）

上座：Sukhī hontu, Nibbāna-paccayo hotu.

素 ki 後度，尼把那-帕恰啣 後度  
祝你快樂！願此成爲你成就涅槃的助緣。

# Sīla 持戒

## Nekkhama Dasa Sīla 出離十戒

### (一) 請求皈依與出離十戒

求戒者先禮敬三拜，然後念誦求受三皈依與出離十戒：

Okāsa, ahaṃ, bhante, tisanena saddhiṃ nekkhama dasasīlaṃ  
dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante.

哦卡色，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 內卡麼 達色西朗 當忙  
亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 爹特 梅，班爹。

尊者，我乞求三皈依和出家十戒法。請尊者攝受之後授戒給我！

Dutiyam'pi, ahaṃ, bhante, tisanena saddhiṃ nekkhama dasasīlaṃ  
dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante.

杜迪楊'比，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 內卡麼 達色西  
朗 當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 爹特 梅，班爹。

尊者，我第二次乞求三皈依和出家十戒法。請尊者攝受之後授  
戒給我！

Tatīyam'pi, ahaṃ, bhante, tisanena saddhiṃ nekkhama dasasīlaṃ  
dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante.  
Anukampaṃ upadaya.

塔迪楊'比，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 內卡麼 達色西朗  
當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 爹特 梅，班爹。

阿努看幫 悟把達雅。

尊者，我第三次乞求三皈依和出家十戒法。請尊者攝受之後授  
戒給我！願出於悲憫。

戒師接著念：

**戒師**：Yamaṃ vadāmi taṃ vadetha （我念什麼你們也跟著念。）

**求戒者**：Āma, bhante. 阿瑪，班爹。 （是的，尊者。）

## （二）Tisarana – gamana 三皈依

戒師先引導求戒者念禮敬偈：

**戒師**： Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者。

**求戒者**：Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa (x 3)

那摩 答色 帕伽瓦多 阿拉哈多 三瑪三不達色 （三遍）

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者。

接下來戒師引導求戒者念三皈依文，求戒者跟著念：

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

普當 薩拉囊 嘎恰米 （我皈依佛）

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

當忙 薩拉囊 嘎恰米 （我皈依法）

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

桑康 薩拉囊 嘎恰米 （我皈依僧）

Dutiyam’pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 普當 薩拉囊 嘎恰米 （第二次我皈依佛）

Dutiyam’pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 當忙 薩拉囊 嘎恰米 （第二次我皈依法）

Dutiyam’pi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 桑康 薩拉囊 嘎恰米 (第二次我皈依僧)

Tatīyam’pi Buddhāṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 普當 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依佛)

Tatīyam’pi Dhammāṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 當忙 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依法)

Tatīyam’pi Saṅghāṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 桑康 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依僧)

**戒師**：Tisaranagamaṇaṃ paripunnāṃ. (三皈依已經圓滿)

**求戒者**：Āma, Bhante. 阿瑪，班爹 (是的，尊者)

### (三) Dasa Sīla 十戒

接下來戒師每念完一條戒文，求戒者跟著念：

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

把那地把達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離殺生學處

2. Adinnā-dānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

阿丁那-達納 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離不與取學處

3. Abrahma-cariyā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

阿不拉馬-恰裏亞 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離非梵行學處

4. Musā-vādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

目薩-瓦達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離妄語學處

5. Surā-meraya-majja-pamādatthānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
 素拉-梅拉亞-馬加-把馬達他那 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
 我受持離放逸之因的諸酒類學處
6. Vikāla-bhojanā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
 V 卡樂-波加納 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
 我受持離非時食學處
7. Naca-gīta-vādita-visūka-dassanā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
 那恰-其德-瓦迪德-V 素可-達薩納 為拉馬尼 西卡巴當  
 薩馬迪亞米  
 我受持離观（聽）跳舞、唱歌、音樂、表演學處
8. Mālā-gandha-vilepana-dhārana-mandana-vibhūsanatthānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
 馬拉-趕德-V 雷巴呢-達拉呢-滿達呢-V 部薩呢他那 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
 我受持離穿戴、裝飾、裝扮之因的花鬘、芳香、涂香學處
9. Uccā-sayana mahā-sayana veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
 乌恰-薩亞呢 馬哈-薩亞呢 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
 我受持離（坐臥）高、大床座臥具學處
10. Jāta-rupa-rajata-patiggahanā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
 加德-如巴-拉加德-把地嘎哈那 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
 我受持離接受金銀（錢）學處

戒師：Tisaranena saddhiṃ nekkhama dasasīlam dhammaṃ  
sādhukaṃ surakkhitaṃ katvā appamādena sampādeṭṭhabbaṃ.

你們應當在好好地守護三皈依和出家十戒法後，並且應當不  
放逸地努力！

求戒者：Āma, Bhante. 阿瑪，班爹 （是的，尊者）

Sādhū! Sādhū! Sādhū! 薩度！薩度！薩度！

好的！好的！好的！

求戒完成，再次禮敬三拜。

## Aṭṭhaṅga-Uposatha Sīla 伍婆薩塔戒

### (一) 請求皈依與伍婆薩塔戒

求戒者先禮敬三拜，然後念誦求受三皈依與伍婆薩塔戒：

Okāsa, ahaṃ, bhante, tisaranena saddhiṃ aṭṭhaṅga samannāgatāṃ  
uposatha sīlaṃ dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ deṭṭha me,  
bhante.

哦卡色，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 啊唐嘎 薩曼那嘎當  
伍婆薩塔 西朗 當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 爹特  
梅， 班爹。

尊者，我乞求三皈依和伍婆薩塔戒法。請尊者攝受之後授戒給  
我！



Dutiyam’pi, aham, bhante, tisanena saddhim atthaṅga samannāgatāṃ uposatha sīlaṃ dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante.

杜迪楊’比，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 啊唐嘎 薩曼那嘎 當 伍婆薩塔 西朗 當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 爹特 梅，班爹。

尊者，我第二次乞求三皈依和伍婆薩塔戒法。請尊者攝受之後 授戒給我！

Tatīyam’pi, aham, bhante, tisanena saddhim atthaṅga samannāgatāṃ uposatha sīlaṃ dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante. Anukampaṃ upadaya.

塔迪楊’比，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 啊唐嘎 薩曼那嘎 當 伍婆薩塔 西朗 當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 爹 特 梅，班爹。阿努看幫 悟把達雅。

尊者，我第三次乞求三皈依和伍婆薩塔戒法。請尊者攝受之後 授戒給我！

尊者接著念：

**尊者：**Yamaham vadāmi taṃ vadetha (我念什麼你們也跟著念。)

**求戒者：**Āma, bhante. 阿瑪，班爹。 (是的，尊者。)

## (二) Tisarana – gamana 三皈依

尊者先引導求戒者念禮敬偈：

**尊者：** Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa  
禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者。

**求戒者：**Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa (x3)

那摩 答色 帕咖瓦多 阿拉哈多 三瑪三不達色 (三遍)  
禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者。

接下來尊者引導求戒者念三皈依文，求戒者跟著念：

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

普當 薩拉囊 嘎恰米 (我皈依佛)

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

當忙 薩拉囊 嘎恰米 (我皈依法)

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

桑康 薩拉囊 嘎恰米 (我皈依僧)

Dutiyam’pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 普當 薩拉囊 嘎恰米 (第二次我皈依佛)

Dutiyam’pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 當忙 薩拉囊 嘎恰米 (第二次我皈依法)

Dutiyam’pi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 桑康 薩拉囊 嘎恰米 (第二次我皈依僧)

Tatiyam’pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 普當 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依佛)

Tatiyam’pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 當忙 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依法)

Tatiyam’pi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 桑康 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依僧)

**尊者：**Tisaraṇagamaṇaṃ paripunnāṃ. (三皈依已經圓滿)

求戒者：Āma, Bhante. 阿瑪，班爹 (是的，尊者)

### (三) Uposatha Sila 伍婆薩塔戒

接下來尊者每念完一條戒文，求戒者跟著念：

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
把那地把達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離殺生學處
2. Adinnā-dānā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
阿丁那-達納 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離不與取學處
3. Abrahma-cariyā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
阿不拉馬-恰裏亞 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離非梵行學處
4. Musā-vādā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
目薩-瓦達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離妄語學處
5. Surā-meraya-majja-pamādatthānā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
素拉-梅拉亞-馬加-把馬達他那 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離放逸之因的諸酒類學處
6. Vikāla-bhojanā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
V 卡樂-波加納 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離非時食學處

7. Naca-gīta-vādita-visūka-dassanā mālā-gandha-vilepana-dhārana-  
mandana-vibhūsanatthānā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.

那恰-其德-瓦迪德-V 素可-達薩納 馬拉-趕德-V 雷巴呢-達  
拉呢-滿達呢-V 部薩呢他那 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞  
米

我受持離觀（聽）跳舞、唱歌、音樂、表演、穿戴、裝飾、  
裝扮之因的花鬘、芳香、涂香學處

8. Uccā-sayana mahā-sayana veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.

烏恰-薩亞呢 馬哈-薩亞呢 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離（坐臥）高、大床座臥具學處

**尊者：** Tisaranena saddhim uposatha sīlam dhammam sādhuḥkam  
surakkhitam katvā appamādena sampādetthabbam.

你們應當在好好地守護三皈依和伍婆薩塔戒法後，並且應當不  
放逸地努力！

**求戒者：** Āma, Bhante. 阿瑪，班爹 （是的，尊者）

Sādhu! Sādhu! Sādhu! 薩度！薩度！薩度！

好的！好的！好的！

求戒完成，再次禮敬三拜。

## Ājīva-aṭṭhamaka Sīla 活命八戒

### (一) 请求皈依與活命八戒

求戒者先禮敬三拜，然後念誦求受三皈依與活命八戒：

Ahaṃ, bhante, tisaraṇena saddhiṃ ājīva-aṭṭhamaka -sīlaṃ dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante.

阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 阿吉瓦-阿塔馬可-西朗 當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 得特 梅， 班爹。

尊者，我乞求三皈依和活命八戒。尊者，在攝受後請把戒授給我！

Dutiyam’pi, Ahaṃ, bhante, tisaraṇena saddhiṃ ājīva-aṭṭhamaka-sīlaṃ dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante.

杜迪揚’比，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 阿吉瓦-阿塔馬可-西朗 當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 得特 梅， 班爹。

尊者，我第二次乞求三皈依和活命八戒。尊者，在攝受後請把戒授給我！

Tatīyam’pi, Ahaṃ, bhante, tisaraṇena saddhiṃ ājīva-aṭṭhamaka-sīlaṃ dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ detha me, bhante.  
Anukampaṃ upadaya.

塔迪揚’比，阿航，班爹，提薩拉內呢 薩丁 阿吉瓦-阿塔馬可-西朗 當忙 亞恰米，阿努嘎航 卡圖阿 西朗 得特 梅， 班爹。  
阿努看幫 悟把達雅。

尊者，我第三次乞求三皈依和活命八戒。尊者，在攝受後請把戒授給我！願出於悲憫。

尊者接著念：

尊者： Yamahaṃ vadāmi taṃ vadetha (我念什麼你們也跟著念。)

求戒者：Āma, bhante. 阿瑪，班爹。 （是的，尊者。）

## (二) Tisarana – gamana 三皈依

尊者先引導求戒者念禮敬偈：

尊者：Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者。

求戒者：Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa (x3)

那摩 答色 帕伽瓦多 阿拉哈多 三瑪三不達色 （三遍）

禮敬世尊、阿羅漢、全自覺者。

接下來尊者引導求戒者念三皈依文，求戒者跟著念：

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

普當 薩拉囊 嘎恰米 （我皈依佛）

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

當忙 薩拉囊 嘎恰米 （我皈依法）

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

桑康 薩拉囊 嘎恰米 （我皈依僧）

Dutiyam’pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 普當 薩拉囊 嘎恰米 （第二次我皈依佛）

Dutiyam’pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 當忙 薩拉囊 嘎恰米 （第二次我皈依法）

Dutiyam’pi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

杜迪楊’比 桑康 薩拉囊 嘎恰米 （第二次我皈依僧）

Tatīyam’pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 普當 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依佛)

Tatīyam’pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 當忙 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依法)

Tatīyam’pi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

達迪楊’比 桑康 薩拉囊 嘎恰米 (第三次我皈依僧)

**尊者：** Tisaraṇagamaṇaṃ paripunnāṃ. (三皈依已經圓滿)

**求戒者：** Āma, Bhante. 阿瑪，班爹 (是的，尊者)

### (三) Ājīva-aṭṭhamaka Sīla 活命八戒

接下來尊者每念完一條戒文，求戒者跟著念：

1. Pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
把那地把達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離殺生學處
2. Adinnā-dānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
阿丁那-達納 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離不與取學處
3. Kāmesu micchā-cārā’ veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
卡梅素 米恰-恰拉’ 維拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離欲邪淫學處。
4. Musā-vādā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.  
目薩-瓦達 為拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離妄語學處
5. Surā-meraya-majja-pamādatthānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi.

素拉-梅拉亞-馬加-把馬達他那 為拉馬尼 西卡巴當 薩  
馬迪亞米

我受持離放逸之因的諸酒類學處

6. Pisuṇa-vācā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
批素呢-瓦恰 維拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離離間語學處。
7. Pharusā-vācā veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
帕如薩-瓦恰 維拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離粗惡語學處。
8. Samphappalāpa veramaṇī sikkhāpadam samādiyāmi.  
三帕帕拉巴 維拉馬尼 西卡巴當 薩馬迪亞米  
我受持離綺語學處。

Bhante: Tisaranena saddhim ājīva-aṭṭhamaka-sīlam dhammam  
sādhukam surakkhitam katvā appamādena sampādeṭṭhabbam.

**尊者：**在完全地（受了）三皈依和活命八戒法後，當不放逸地  
努力（成就）。

**求戒者：**Āma, Bhante. 阿瑪，班爹 （是的，尊者）

Sādhu! Sādhu! Sādhu! 薩度！薩度！薩度！

好的！好的！好的！

求戒完成，再次禮敬三拜。



# Dhammika Ashramaya Chanting Book

## 正直寺課誦本

編輯者：正直寺禪修者

發行者：財團法人台灣佛教龍樹林基金會

地址：23442 新北市永和區中山路一段 168 號 3 樓

電話：02-2920-7500

網址：<http://www.nauyana.org.tw>

西元 2019 年 09 月 第一版 恭印 1000 冊



願一切衆生跟隨佛陀的教導體證涅槃！

Sādhu! Sādhu! Sādhu! 薩度！薩度！薩度！



[www.nauyana.org.tw](http://www.nauyana.org.tw)