

## Pañca Sīla 盘加 西腊

### *FIVE PRECEPTS* 五戒

Tisaraṇa Pañca Sīla Ārādhana 提萨拉那 盘擦 西腊 阿拉达那  
*Requesting the Three Refuges & Five Precepts* 求受三归依五戒法

Ahaṃ, bhante, tisaraṇena saha pañca-sīlaṃ\* *Excuse me, may I, Venerable Sir, observe the*  
 dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ katvā sīlaṃ *Five Precepts together with the three*  
 detha me, bhante. *Refuges, Venerable Sir, please have*  
 阿寒 班爹 梯沙拉内那 沙哈 潘恰希郎 *compassion on me and grant me the*  
 当芒 呀恰咪 阿怒尬航 喀驼哇 希郎 *Precepts.*  
 爹踏 梅 班爹 *尊者，我乞求三归和五戒法。尊*  
*者，在摄受后请把戒授给我！*

Dutiyam'pi, ahaṃ, bhante, tisaraṇena saha *For the second time, may I, Venerable Sir,*  
 pañca-sīlaṃ\* dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ *observe the Five Precepts together with the*  
 katvā sīlaṃ detha me, bhante. *three Refuges, Venerable Sir, please have*  
 督地央毕 阿寒 班爹 梯沙拉内那 *compassion on me and grant me the*  
 沙哈 潘恰希郎 当芒 呀恰咪 *Precepts.*  
 阿怒尬航 喀驼哇 希郎 爹踏 梅 *尊者，我第二次乞求三归和五戒*  
 班爹 *法。尊者，在摄受后请把戒授给*  
*我！*

Tatiam'pi, ahaṃ, bhante, tisaraṇena saha *For the third time, may I, Venerable Sir,*  
 pañca-sīlaṃ\* dhammaṃ yācāmi, anuggahaṃ *observe the Five Precepts together with the*  
 katvā sīlaṃ detha me, bhante. *three Refuges, Venerable Sir, please have*  
 搭地央毕 阿寒 班爹 梯沙拉内那 *compassion on me and grant me the*  
 沙哈 潘恰希郎 当芒 呀恰咪 *Precepts.*  
 阿怒尬航 喀驼哇 希郎 爹踏 梅 *尊者，我第三次乞求三归和五戒*  
 班爹 *法。尊者，在摄受后请把戒授给*  
*我！*

---

\* 如果受持梵行五戒则将 pañca-sīlaṃ 改念 brahmacariya-pañcama sīlaṃ。

Bhante: Yamahaṃ vadāmi taṃ vadehi  
(vadetha).\*

班贴：亚马航 瓦达米 堂 瓦爹喜(瓦爹他)

Monk: What I recite you (your) follow.

尊者：我念什麼你（们）也跟着念。

Upāsake: Āma, bhante.

无趴萨给：阿罵 班爹

Laity: Yes, Venerable Sir.

居士：是的，尊者。

### Tisarāṇa 提萨拉那 Three Refuges 三归依

比库念：Namo tassa，受戒者就直接念完三归文；或比库念一句，受戒者跟着念一句。

Namo tassa Bhagavato, Arahato Sammā-*Homage to that Blessed One, the Arahant  
sambuddhassa. and Perfect Self-Awakened One.*

那摩 达沙 拍卡哇多 阿腊哈多 三玛 礼敬世尊、阿罗汉、圆满自觉者。  
三不达沙

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

善当 沙拉朗 嘎恰咪

*I go to the Buddha as my refuge.*

我归依佛。

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

当芒 沙拉朗 嘎恰咪

*I go to the Dhamma as my refuge.*

我归依法。

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

桑港 沙拉朗 嘎恰咪

*I go to the Saṅgha as my refuge.*

我归依僧。

Dutiyam'pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

督地央毕 善当 沙拉朗 嘎恰咪

*For the second time, I go to the Buddha as  
my refuge.*

第二次我归依佛。

---

\* 如果受戒者超过一位，则比库的引导词由斜体字的单数改为复数：vadehi（你说）vadetha（你们说）。

Dutiyam'pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.  
督地央毕 当芒 沙拉朗 嘎恰咪

*For the second time, I go to the Dhamma as my refuge.*  
第二次我归依法。

Dutiyam'pi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.  
督地央毕 桑港 沙拉朗 嘎恰咪

*For the second time, I go to the Saṅgha as my refuge.*  
第二次我归依僧。

Tatīyam'pi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.  
搭地央毕 菩当 沙拉朗 嘎恰咪

*For the third time, I go to the Buddha as my refuge.*  
第三次我归依佛。

Tatīyam'pi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.  
搭地央毕 当芒 沙拉朗 嘎恰咪

*For the third time, I go to the Dhamma as my refuge.*  
第三次我归依法。

Tatīyam'pi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.  
搭地央毕 桑港 沙拉朗 嘎恰咪

*For the third time, I go to the Saṅgha as my refuge.*  
第三次我归依僧。

Bhante: Tisaraṇagamanāṃ paripuṇṇaṃ.  
班贴: 提萨拉那伽马囊 趴力扑囊

*Monk: The Three Refuges are complete.*  
尊者: 三归依已经圆满。

Upāsake: Āma, bhante.  
无趴萨给: 阿罵 班爹

*Laity: Yes, Venerable Sir.*  
居士: 是的, 尊者。

### Pañca Sīla 盘擦 西腊 Five Precepts 五戒

比库每念一条戒（或一句），受戒者跟着念：

Pāṇātipātā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi.  
帕那梯怕它 威拉麻尼 希喀帕当  
沙麻低牙米

*I take the precept to abstain from destroying living beings.*  
我受持离杀生学处。

Adinnādānā veramaṇī sikkhā-padaṃ *I take the precept to abstain from taking things not given.*

阿钉那搭那 威拉麻尼 希喀帕当 我受持离不与取学处。  
沙麻低牙米

Kāmesu micchācārā\* veramaṇī sikkhā-padaṃ *I take the precept to abstain from sexual misconduct.*

咖梅苏 蜜恰洽拉 威拉麻尼 希喀帕当 我受持离欲邪行学处。  
沙麻低牙米

Musā-vādā veramaṇī sikkhā-padaṃ samādiyāmi. *I take the precept to abstain from false speech.*

木沙哇搭 威拉麻尼 希喀帕当 沙麻低牙米 我受持离虚语学处。

Surā-meraya-majja-pamādatthānā veramaṇī *I take the precept to abstain from taking anything that causes intoxication or*

sikkhā-padaṃ samādiyāmi. *heedlessness.*  
苏拉 梅拉呀 吗架 帕吗达他那 威拉麻尼  
希喀帕当 沙麻低牙米 我受持离（饮）放逸原因的谷物酒、花果酒（和）酒精学处。

Bhante: Tisaraṇena saha pañca-sīlaṃ dhammaṃ sādhukaṃ katvā appamādena sampādettha. *Monk: Maintaining well the five precepts together with the three refuges, strive on with diligence.*

班贴: 提萨拉内那 萨哈 盘擦 西浪 尊者: 在完全地（受了）三归和五戒法后，当不放逸地努力（成就）。

Upāsake: Āma, bhante. *Laity: Yes, Venerable Sir.*

无趴萨给: 阿骂 班爹 居士: 是的, 尊者。

---

\* 如果受持梵行五戒则将 Kāmesu micchācārā 改念 Abrahmacariyā。

Patthanā & Puññānumodaṇā 趴他那 & 扑亚努磨达那  
*Aspiration & Sharing of Merits* 发愿与分享功德

Idaṃ me puññaṃ āsavakkhayāvahaṃ hotu.  
依当 梅 菩样 啊萨洼卡呀 洼航 候秃

*May this merit of mine be conducive to the  
destruction of the [mental] effluents.  
以我这份功德 愿我摧毁诸漏。*

Idaṃ me sīlaṃ nibbānassa paccayo hotu.  
依当 梅 西浪 你搬那萨 趴叉哟 候秃

*May this merit of observing precepts a  
[supportive] condition [for the realization]  
of Nibbāna.  
以我持戒功德 愿它导向涅槃的体  
证。*

Mama puñña-bhāgaṃ sabba  
sattānaṃ bhājemi;

*I share my merits done today  
with all beings.*

Te sabbe me samaṃ puñña  
bhāgaṃ labhantu.

*May all those beings get an equal share of  
the merits shared by me.*

玛玛 菩亚 叭钢 萨巴  
萨他囊 叭阶米  
贴 萨悲 梅 萨茫 菩亚  
叭钢 拉颁秃

我此功德分，  
回向诸有情，  
愿彼等一切，  
同得功德分！