



ควบคุมหน้ามปี

เริ่มต้นดี ชีวิตดี ในปีใหม่





สวดมนต์ข้ามปี เริ่มต้นดี ชีวิตดี ในปีใหม่

การสวดมนต์ นอกจากจะเป็นการน้อมระลึกถึง
คุณพระศรีรัตนตรัยแล้ว สิ่งที่เหมาะสมกับตนเองคือ ช่วยทำให้
จิตสงบ เกิดสมาธิ มีความมั่นคงทางอารมณ์ ส่งผลโดยตรง
ต่อความคิด การตัดสินใจ ในการการดำเนินชีวิตและการทำงาน
เป็นการสร้างเสริมสุขภาพ ที่ครอบคลุมทั้ง **กาย ใจ ปัญญา
และสังคม** ผมจึงเชื่อว่าการสวดมนต์คือความเป็นมงคล
หนึ่งในชีวิต

หากในโอกาสส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ เราชาวไทยได้มา
ร่วมกัน **“สวดมนต์ข้ามปี”** จะเป็นการเริ่มต้นสิ่งดี ๆ
ให้เกิดขึ้นกับชีวิต และแรงแห่งความตั้งใจดี จะเป็นพลังส่งให้
ความดีงามเกิดขึ้นในบ้านเมืองของเรา

ด้วยความร่วมแรง ความตั้งใจ ของหลายหน่วยงาน อาทิ
สำนักเลขาธิการมหาเถรสมาคม สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
มูลนิธิศึกษาธิการ มูลนิธิวัดปัญญา สำนักงานเครือข่ายองค์กร
งดเหล้า ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์



และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
จึงได้เกิดโครงการ “สวดมนต์ข้ามปี เริ่มต้นดี ชีวิตดี ในปีใหม่”
ขึ้น เพื่อขยายแนวคิด และรณรงค์ให้ประชาชนชาวไทย
ได้ประกอบกิจกรรมอันเป็นมงคลในช่วงคืนวันส่งท้ายปีเก่า
ต้อนรับปีใหม่ ซึ่งสามารถกระทำได้ที่วัด สำนักปฏิบัติธรรม
และที่พักอาศัย

ในทำนองนี้ ผมต้องกราบขอพระคุณพระเถรานุเถระทุกรูป
ที่ได้เมตตาตามอบความรู้เรื่องการสวดมนต์ไว้เป็นธรรมทาน
ในหนังสือสวดมนต์ฉบับนี้ และท่านพระมหาสุรศักดิ์ ธนปาโล
วัดชลประทานรังสฤษฎ์ ที่ได้กรุณาให้ข้อมูลการสวดมนต์
รวมถึงพิจารณาถ้อยความในหนังสือสวดมนต์ฉบับนี้ให้มี
ความเหมาะสม

ทพ.กฤษดา เรืองอารีย์รัชต์
ผู้จัดการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ



สารบัญ

สวดมนต์ข้ามปีได้อย่างไร	๖
สวดมนต์...สวดได้ทุกวัน	๘
นานาทัศนะ...ใคร ๆ ก็ไปสวดมนต์ข้ามปี	๑๐
ประวัติการสวดมนต์	๑๒
วิธีการสวดมนต์	๑๔
ระลึกคุณพระรัตนตรัย...ฝึกสติ ให้จิตใจสงบ	๑๖
• บทบูชาพระรัตนตรัย	๑๗
• บทนอบน้อมพระพุทธเจ้า	๑๘
• บทพระพุทธุคุณ	๒๐
• บทพระธรรมคุณ	๒๑
• บทพระสังฆคุณ	๒๒
รับศีล ให้ทาน...ทำให้ทานเป็นทานที่บริสุทธิ์	๒๔
อุทิศบุญกุศลแก่ผู้ล่วงลับ	
• บทอาราธนาศีล ๕	๒๕
• บทไตรสรณคมน์	๒๖
• บทสมათานศีล ๕	๒๗



ชัยมงคล...แคล้วคลาดภัยอันตราย ๒๙

- บทถวายพรพระ (พาทูง) ๓๐
- บทชัยปริตร (มะหาการุณีโก) ๓๔

ตั้งมั่นในพระธรรม...ความเจริญ รุ่งเรืองในชีวิต ๓๘

- บทคาถาชินบัญชร ๓๙
- บทสวดธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ๔๕
- กาลามสูตร ๑๐ ประการ ๖๕
- โปชฌังคปริตร ๖๖
- บทสวดนพเคราะห์ ๗๐

มงคลชีวิต...ความสุข ความร่มรื่นในชีวิต ๗๖

- บทมงคลสูตร ๗๗
- บทอภยปริตร ๘๒
- บทคาถามงคลจักรวาฬทั้ง ๘ ทิศ ๘๔

แผ่เมตตา...ไม่เบียดเบียนผู้อื่น สร้างกุศลให้ตัวเอง ๘๖

- บทแผ่เมตตาให้ตนเอง ๘๗
- บทแผ่เมตตาสรรพสัตว์ ๘๘
- บทกรวดน้ำ(แบบย่อ) ๙๐
- บทกรวดน้ำ(แบบยาว) ๙๑

บันทึกการสวดมนต์ ๙๔



สวดมนต์ข้ามปีดีอย่างไร

“การสวดมนต์ถือว่าเป็นพุทธานุสติให้ระลึกถึงพระพุทธเจ้า พร้อมน้อมนำหลักคำสอนมาปฏิบัติตาม นอกจากนี้ช่วยให้จิตใจสงบ ยิ่งเป็นที่พึงทางใจ และทำให้เกิดพลัง โดยเฉพาะหากเป็นการสวดมนต์วันปีใหม่จะถือว่ามีความเป็นสิริมงคลเป็นอย่างยิ่ง”

พระเทพคุณาภรณ์
เจ้าอาวาสวัดเทวราชกุญชร

“สวดมนต์ ช่วยรักษาโรคเครียด หากเปรียบร่างกายมนุษย์เป็นคอมพิวเตอร์ การสวดมนต์ก็คือการป้อนข้อมูลที่ไม่มีไวรัสเข้าไป ทำให้ระบบต่าง ๆ ทำงานได้ดีขึ้น บทสวดมนต์ที่แนะนำ คือ “บทพาหุง” ซึ่งจะช่วยปกป้องจากอันตราย และบทโพชฌังคสูตร เพื่อช่วยให้ร่างกายปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ”

พระราชญาณกวี
ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระราม ๙ กาญจนาภิเษก



“ทางพระพุทธศาสนาเชื่อว่า การสวดมนต์ ช่วยคุ้มครอง
ปกป้องรักษาจากอันตราย การสวดบทอธิปิโส ซึ่งเป็นการบูชา
พุทธคุณ ธรรมคุณ และสังฆคุณ สามารถทำได้ทุกวัน ขณะที่
การสวดมนต์รับปีใหม่นั้นมักนิยมสวดบทพจนานุกรม เพื่อที่จะ
เสริมดวงประจำวันเกิดของผู้ที่สวดได้”

พระวิจิตรธรรมาภรณ์

ผู้ช่วยเลขานุการ สำนักงานส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม
และความมั่นคงแห่งสถาบันชาติ พระศาสนา
พระมหากษัตริย์ วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร

“บทสวดมนต์ทุกบท ล้วนเป็นแก่นคำสอนของพระสัมมา-
สัมพุทธเจ้า มีอานุภาพแตกต่างกันไป เช่น “บทกาลามสูตร”
เป็นบทสวดเพื่อให้เกิดปัญญา “บทมงคลสูตร” เพื่อให้รู้ว่าอะไร
เป็นมงคลแท้-เทียม แต่เหนืออื่นใด ผลของการสวดมนต์ ก็คือ
เมื่อสวดแล้วก็จะเห็นธรรม”

พระมหาวิมลชัย วชิรเมธี หรือ ว.วชิรเมธี

ผู้อำนวยการสถาบันวิมุตตยาลัย

สวดมนต์...สวดได้ทุกวัน

การสวดมนต์ เป็นธรรมเนียมปฏิบัติของทุกศาสนา แตกต่างที่พิธีการ ถ้อยคำเท่านั้น ซึ่งการสวดมนต์นอกจาก จะเกิดความเป็นสิริมงคลแก่ตนเอง ครอบครัวแล้ว ยังเกิดประโยชน์อื่น ๆ อีกมากมาย โดยเฉพาะช่วยให้มี **“ความจำดี ปัญญาดี”**

การสวดมนต์เป็นประจำทุกวัน วันละ ๒๐ นาที ช่วย พัฒนาสมองด้านความจำ ทำให้มี **“ความจำดี จำแม่น”** เพราะเวลาที่ใจจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ช่วยให้เกิดสมาธิ ทำให้สมองส่วนความคิดปรับระบบภายใน เกิดพลังแห่ง การคิด หรือเรียกง่าย ๆ ว่า **“การคิดเก่ง”** นั่นเอง คุณสมบัติ ๒ ประการนี้ คือ **“จำแม่น”** และ **“คิดเก่ง”** เป็นองค์ประกอบสำคัญของการดำเนินชีวิต และการศึกษา เมื่อจิตใจสงบ ทำให้เกิดสมาธิ มีสติ และปัญญา ในที่สุดช่วยให้เด็ก ๆ วัยรุ่น หรือแม้แต่คนวัยอื่น ๆ ที่ต้องการ ความคิดสร้างสรรค์ทั้งในการทำงาน การเรียน และการใช้ชีวิตอย่างมีสติ



ดังนั้น ขอให้ฝึกสวดมนต์เป็นประจำทุกวัน เด็กจะเรียนเก่ง
สมความปรารถนา ผู้ใหญ่วัยทำงาน ช่วยให้ทำงานได้มี
ประสิทธิภาพ จิตใจแจ่มใส มีความกระตือรือร้นในการ
ทำงาน สำหรับผู้สูงอายุ ที่มักมีภาวะความจำเริ่มถดถอย
การสวดมนต์ช่วยฟื้นฟูความจำได้อย่างอัศจรรย์
ในด้านจิตใจ การสวดมนต์ ยังช่วยกล่อมเกลาจิตใจให้
อ่อนโยน สงบเย็น ไม่มีใจคิดร้ายหรือเบียดเบียนผู้อื่น
สร้างความเข้มแข็งความมั่นใจ ให้กับผู้สวดด้วย ช่วยให้
สังคมไทยน่าอยู่ รื่นรมย์ ยิ่งขึ้น

ในโอกาสดี เทศกาลปีใหม่ พ.ศ. ๒๕๕๔ ที่จะถึงนี้ เป็นโอกาสดี
ที่จะเชิญชวนทุกท่านร่วมกิจกรรม **“สวดมนต์ข้ามปี
เริ่มต้นดี ชีวิตดี ในปีใหม่”** จัดโดยสำนักงานกองทุน
สนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ร่วมกับสำนัก
เลขาธิการมหาเถรสมาคม สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
และเครือข่ายต่าง ๆ มาร่วมสร้างกุศล และเป็นสิริมงคลให้กับ
ชีวิตในวันเริ่มต้นปีใหม่ด้วยการสวดมนต์คืนข้ามปีกันเถิด

เรียบเรียงจาก สวดมนต์สร้างบุญฤทธิ์ วารสารกระแสใจ
โดย ดร.อำนาจ บัวศิริ
ผู้อำนวยการสำนักเลขาธิการมหาเถรสมาคม



นานาชาติคณะ... ใครๆ ก็ไปสวดมนต์ข้ามปี

“ขอเชิญชวนประชาชนทุกคนเข้าวัดปฏิบัติธรรม
สวดมนต์ เจริญจิตภาวนา ฟังพระธรรมเทศนาในโอกาสส่งท้ายปีเก่า
ต้อนรับปีใหม่ เป็นการเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมและสร้างพลังใจ
ให้แก่เราเองและสมาชิกในครอบครัวเพื่อดำเนินชีวิตในปีต่อไปด้วย
ความสุข โดยยึดถือความเรียบง่าย ไม่ฟุ้งเฟ้อ
ตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง”

ศ.นพ.อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม
ที่ปรึกษาอาวุธรักษากฎหมายแห่งประเทศไทยในพระบรม-
ราชูปถัมภ์ และประธานเครือข่ายองค์กรงดเหล้า

“การสวดมนต์จะช่วยเสริมปัญญา เป็นพุทธคุณ เกิดการตั้งมั่น
นึกถึงสิ่งที่ดี ผู้สวดมนต์ต้องสงบกาย วาจา ใจ มีสมาธิ ดังนั้น
ในช่วงคืนเข้าสู่ปีใหม่ เป็นโอกาสเริ่มต้นในการทำเรื่องดี ๆ หากได้
สวดมนต์ แทนการดื่มเหล้าเฉลิมฉลอง จะช่วยให้นึกถึงสิ่งดี ๆ
และช่วยให้ได้รับสิ่งที่ดี ๆ กลับมา”

นายนพรัตน์ เบญจวัฒนานันท์
ผู้อำนวยการสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ



“ในช่วงเทศกาลปีใหม่มักเห็นผู้คนต่างออกไป countdown นับถอยหลัง
ต้อนรับปีใหม่แบบวัฒนธรรมตะวันตก แต่ผมคิดว่า เราควรหันกลับมา
ทำอะไรที่เป็นสิริมงคล ซึ่งนั่นคือการทำทาน รักษาศีล และการสวดมนต์
ในช่วงสงฆ์ทำปีเก่าต้อนรับปีใหม่ถือเป็นโอกาสอันดีที่คนไทยจะได้
ร่วมกันสวดมนต์ข้ามปีพร้อมกันทั้งประเทศ เพื่อเติมพลังให้แก่ชีวิต
และได้แสดงให้เห็นถึงวัฒนธรรมและศาสนาพุทธของเราด้วย
ในปีใหม่ที่กำลังจะมาถึง ผมอยากเห็นคนไทยทวงคืนพื้นที่ประเทศไทย
ที่น่าอยู่ที่สุดกลับคืนมาด้วยการร่วมสวดมนต์คืนข้ามปีครับ”

दनัย จันทรเจ้าฉาย

**ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร บริษัท ดีซี คอนซัลแทนส์ แอนด์
มาร์เก็ตติ้ง คอมมูนิเคชั่นส์ จำกัด**

“ข้าระจิตสงฆ์ทำปี สร้างบุญบารมีรับปีใหม่ ตามวิถีพุทธ
มาสวดมนต์ นั่งสมาธิกันเถอะคะ”

น.ส.สิริรัตน์ เรืองศรี (หนูสิ)

Miss Thailand World 2010

“สนุกมาหลายปีแล้ว ลองมาเปลี่ยนวิธีฉลองสงฆ์ทำปีเก่า ต้อนรับ
ปีใหม่ด้วยการสวดมนต์ข้ามปี กับคนที่คุณรัก นอกจากจะได้บุญแล้ว
ยังได้ความเป็นสิริมงคลกับตัวคุณเองและครอบครัวด้วยคะ”

(ก้อย) รัชวิน วงศ์วิริยะ

ดารานักแสดงชื่อดัง



ประวัติการสวดมนต์

“การสวดมนต์ไหว้พระ” เป็นการสร้างมนต์ชีวิตไว้ประจำตัว เพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่ประมาท มีสติ อยู่เสมอ และสร้างพลังจิต เพื่อให้เกิดความมั่นคงกับตนเอง ให้ประพฤติชอบในกรอบของศีลธรรม ซึ่งเป็นการนำความสุข ความเจริญมาสู่ตนเอง สังคม และประเทศชาติด้วยการสวดมนต์มีประวัติความเป็นมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล โดยที่พระสงฆ์สาวกของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าแล้ว เพื่อป้องกันความหลงลืม ท่านก็จะนำเอาคำสั่งสอนนั้นมาทบทวนด้วยตนเองบ้าง เป็นคณะบ้าง จนคล่องปาก จำได้ขึ้นใจ โดยเรียกว่า “วาทุคโต” เพราะในสมัยนั้นตัวหนังสือที่จะใช้บันทึก ยังไม่มี พอเวลานานเข้าเกรงว่าพระธรรมวินัย อันเป็น คำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะผิดเพี้ยนไป จึงจัดให้มีการประชุมกันมีการทบทวนสอบทานที่เรียกว่า “การทำสังคายนา”

สำหรับคติความเชื่อการสวดมนต์ของคนไทยนั้น
ได้ถือตามเหตุการณ์ในสมัยพระพุทธกาล โดยมี
เรื่องเล่าว่า เมื่อคราวเกิดโรคระบาดที่เมืองเวสาลี
ทำให้คนและสัตว์ตายเป็นจำนวนมาก พระอานนท์
จึงได้ไปยัง ณ ที่นั้นแล้ว **“สวดรัตนสูตร”**
โรคนั้นได้ระงับไป

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงประสูร โปรดให้
พระจุนทเถระ **“สวดโพชฌังคปริตร”** ถวาย ท่านจึงได้
หายจากอาการประสูร

ครั้งหนึ่ง พวกภิกษุไปบำเพ็ญสมณธรรมในป่า
ถูกพวกอมนุษย์รบกวน พระพุทธองค์โปรดให้
“สวดกรณียเมตตสูตร” ภัยเหล่านั้นก็หมดไป



วิธีการสวดมนต์

ก่อนเข้าห้องพระ ต้องอาบน้ำชำระกายให้สะอาด และควรสวมเสื้อผ้าที่สะอาด หากนุ่งขาวห่มขาวได้ก็จะดีมาก ก่อนสวดมนต์ทำจิตใจให้สดชื่นและผ่อนคลาย แล้วจึงกล่าวคำบูชาพระตามคำแนะนำดังนี้

๑. สำหรับท่านที่มีเวลาน้อยให้สวดตามคำแนะนำของพระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อบุญ) ในบทสวดมนต์หลัก
๒. หากมีเวลามาก อาจสวดบทอื่นที่ชอบเพิ่มขึ้น เช่น บทถวายพรพระ (พาหุง) บทชัยปริตร (มะหาการุณีโก) บทพุทธคุณ (อิติปิ โส..พุทธโธ ภควาติ) จำนวนเท่าอายุบวกด้วยอีก ๑ จบ แล้วจึงแผ่เมตตา (แปล) ก็ได้ หรือจะสวดทำวัตรเช้า - เย็น แบบยาวก็ได้เช่นกัน

๓. เมื่อเสร็จจากการสวดมนต์แล้ว หากมีเวลาน้อยให้สำรวมใจกำหนดดูความสงบในใจ หรือนั่งดูลมหายใจเข้า - ออกไปเรื่อย ๆ สบาย ๆ ลึก ๕ - ๑๐ นาที อนึ่ง หากมีเวลามากก็ขอเชิญทำสมาธิประมาณครึ่งชั่วโมง หรือ ๑ ชั่วโมง ทุก ๆ วัน จะเกิดผลดีอย่างมหาศาลทั้งในโลกนี้และโลกหน้า เป็นปัจจัยจัดตั้ง คือ รู้ได้เฉพาะผู้ปฏิบัติเท่านั้น ก็ขอเชิญศึกษาได้ตามอัธยาศัย



“รอยโค รอยเกวียน วงเวียนแห่งกรรม ดั่ง
ตัวเราทำเป็นกฎแห่งกรรม ของปู่คุณ”



ระลึกคุณพระรัตนตรัย...

ฝึกสติ ให้จิตใจสงบ

บทสวดมนต์กลุ่มนี้จะทำให้จิตตั้งมั่นในคุณของ พระพุทธเจ้า ๙ ประการ คุณของพระธรรม ๖ ประการ และคุณของพระสงฆ์ ๙ ประการ สามารถสวดได้ทุกวัน ทุกช่วงเวลาตามความสะดวก บทสวดมนต์นี้จะทำให้ หายจากความเศร้าโศก ความไม่สบายใจ ทำให้มี สมาธิ เพราะผู้สวดต้องตั้งจิตอยู่กับบทสวดมนต์ หาก ขาดสติจิตก็จะนึกถึงแต่เรื่องในอดีตที่ทำให้เราเศร้าโศก ไม่สบายใจ ต้องอยู่บทที่สวด ขอแนะนำให้สวดมนต์แปล จะทำให้เข้าใจในความหมายในของบทสวดมนต์



บทบูชาพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภาวะะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้า, เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง
ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

พุทธัง ภาวะะวันตัง อะภิวาเทมิ

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า, ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
(กราบ)

สวากขาโต ภาวะะวะตา ธัมโม

พระธรรม เป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า, ตรัสไว้ดีแล้ว

ธัมมัง นะมัสสามิ

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม
(กราบ)

สุปะฏิปันโน ภาวะะวะโต สภาวะะสังโฆ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า, ปฏิบัติดีแล้ว

สังฆัง นะมามิ

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์
(กราบ)



บทนอบน้อมพระพุทธรูปเจ้า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

อะระหะโต

ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธัสสะ

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

(๓ ครั้ง)





“ความทุกข์ใจ เหมอด้วยความสงบไม่มี”



บทพระพุทธรุคณ

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ

วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู

อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ

สัจฉา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติ

แม้เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ดีโดยชอบด้วยพระองค์เอง

ทรงถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ (ความรู้และความประพฤติ)

เสด็จไปดี (คือเสด็จไปที่ใดก็ทรงทำประโยชน์ให้แก่มหาชนในที่นั้น)

ทรงรู้แจ้งโลก ทรงเป็นสารถิฝึกคนที่ควรฝึก หาผู้อื่นเปรียบมิได้

ทรงเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

ทรงเป็นผู้ตื่น ทรงเป็นผู้แจกจ่ายธรรม



บทพระธรรมคุณ

สะวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก
อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง
เวทิตัพโพ วิญญูหิติ

พระธรรม เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ดีแล้ว
เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ ฟังเห็นได้ด้วยตนเอง
เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล
เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกับผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด
เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว
เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน



บทพระสังฆคณ

สุปะฏิปันโน ะคะวะโต สภาวะะสังโฆ
อุสุปะฏิปันโน ะคะวะโต สภาวะะสังโฆ
ญายะปะฏิปันโน ะคะวะโต สภาวะะสังโฆ
สามีจิปะฏิปันโน ะคะวะโต สภาวะะสังโฆ
ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา
เอสะ ะคะวะโต สภาวะะสังโฆ
อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิณเยโย
อัญชะลิกะระณียะ
อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว
สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติตรงแล้ว
สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า
ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรมเป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว
สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติสมควรแล้ว
ได้แก่บุคคลเหล่านี้ คือ คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่ นับเรียงตัวบุรุษได้ ๘ บุรุษ
นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า
เป็นผู้ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา
เป็นผู้ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน
เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี
เป็นเพื่อนานาบุญของโลก ไม่มีเพื่อนานาบุญอื่นยิ่งกว่า





“เรามีกรรม เลวบ้าง ชำนาญเขา
จงปล่อยเขา กรรมที่ดี เรามีอยู่
เป็นประโยชน์ โลกบ้าง ยังน่าดู
กรรมที่ชั่ว อย่าไปรู้ ของเขาเลย”
พุทธทาสภิกขุ



รับศีล ให้ทาน...

ทำให้ทานเป็นทานที่บริสุทธิ์

อุทิศบุญกุศลแก่ผู้ล่วงลับ

บทสวดมนต์กลุ่มนี้ ใช้สวดก่อนเข้าสู่พิธีกรรมที่เป็นงานมงคลและงานอวมงคล เช่น ทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ถวายสังฆทาน สวดพระอภิธรรม เป็นต้น โดยบทสวดนี้เป็นการเตรียมความพร้อมก่อนที่จะรับศีล ก่อนที่จะถวายทาน และทำให้ทานบริสุทธิ์ มีผลบุญมาก



บทอาาราศนาศีล ๕

มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ ติสระระณนะ

สะหะ ปญฺจะ สีลานิ ยาจามะ

ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ ติสระระณนะ

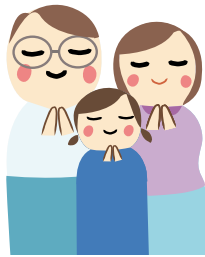
สะหะ ปญฺจะ สีลานิ ยาจามะ

ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต วิสุง วิสุง รักขะณัตถายะ ติสระระณนะ

สะหะ ปญฺจะ สีลานิ ยาจามะ

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอศีล ๕ ข้อ พร้อมทั้ง

สรวณะ (ที่ฟัง) ๓ เพื่อประโยชน์แก่การจะรักษาเป็นข้อ



บทไตรสรณคมน์

พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง

ธัมมํ สาระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอถึงพระธรรมเป็นที่พึ่ง

สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอถึงพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง

ทุติยัมปิ พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง

ทุติยัมปิ ธัมมํ สาระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าขอถึงพระธรรมเป็นที่พึ่ง

ทุติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าขอถึงพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง

ตะติยัมปิ พุทฺธัง สาระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง

ตะติยัมปิ ธัมมํ สาระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าขอถึงพระธรรม เป็นที่พึ่ง

ตะติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าขอถึงพระสงฆ์ เป็นที่พึ่ง



บทสวดมนต์ ๕

ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
(ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท ที่งดเว้นก่อนจากการฆ่าสัตว์)

อะทินนทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
(ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท ที่งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของ
ที่เจ้าของไม่ได้ให้)

กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
(ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท ที่งดเว้นจากการประพฤตินอกกาม)

มุสาวาธา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
(ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท ที่งดเว้นจากการพูดเท็จ)

สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สะมาทิยามิ
(ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท ที่งดเว้นจากการดื่มของเมาคือสุรา
และเมรัย อันเป็นเหตุแห่งความประมาท)





“ความทุกข์นั้นปรากฏแล้ว ไม่ต้องไปนาที่ใด
มันเกิดที่นี่ ก็ต้องดับที่นั่น”
ท่านปรมาจารย์ ตักม้อ



ขัยมงคล...แคล้วคลาดภัยอันตราย

ใช้สวดก่อนนอนและใช้สวดในงานมงคล เช่น
ทำบุญขึ้นบ้านใหม่ บทสวดมนต์นี้จะช่วยทำให้ชีวิตมี
แต่ความเจริญก้าวหน้า ได้รับชัยชนะ แคล้วคลาดจาก
ศัตรู เหมือนชัยชนะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๘ ครั้ง
ที่ทรงชนะพญามาร และเสนามารด้วยทานบารมี
ชนะอหวกยักษ์ด้วยขันติ ชนะพญาช้างนาราคิริ
ด้วยเมตตา ชนะโจรองคูลีมาลด้วยอิทธิฤทธิ์ ชนะนาง
จิญจมาณวิกาด้วยความสงบ ชนะสังกนิครนถ์ด้วย
ปัญญา ทรงโปรดให้พระมหาโมคคัลลานะปราบ
พญานาคนั้นโทปนันทะด้วยอิทธิฤทธิ์ และชนะพรหม
ชื่อพกะด้วยญาณ



บทถวายพรพระ (พาหุง)

(๑) พาหุง สหัสสสมะภินิมิตะสาวุธันตัง

ครีเมชะลัง อุทิตะโฆระสะเสนะมารัง

ทานาทิธัมมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท

ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนีได้ทรงชนะพญามารผู้เนรมิตแขนมากตั้งพัน ถืออาวุธครบมือ ชีคชสารชื่อครีเมชะละ พร้อมด้วยเสนามารให้ร้องก็ก้องด้วยธรรมวิธี คือ ทรงระลึกถึงพระบารมี ๑๐ ประการ ที่ทรงบำเพ็ญแล้ว มีทานบารมี เป็นต้น ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

(๒) มาราทิเรกะมะภิชฺชิตะสัพพะรัตติง

โฆรัมปะนาพะวะกะมັกชะมะถัถะยักขัง

ขันตีสุทนต์ะวิธินา ชิตะวา มุนินโท

ตันเตชะสา ภะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนีได้ทรงชนะอาฬวกยักษ์ ผู้มีจิตกระด้าง ดุร้ายเหี้ยมโหด มีฤทธิ์ยิ่งกว่าพญามาร ผู้เข้ามาต่อสู้ยั้งนักจนตลอดรุ่ง ด้วยวิธีที่ทรงฝึกฝนเป็นอันดี คือ ขันติบารมี (คือ ความอดทน อดกลั้น ซึ่งเป็น ๑ ในพระบารมี ๑๐ ประการ) ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น



(๓) นาฬาคีริง คະชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง
ทาวักคัจจกมะสะนีวะ สุทารุณันตัง
เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุเต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนีได้ทรงชนะพญาช้างตัวประเสริฐชื่อนาฬาคีรี เป็นช้าง
เฒ่ามันยิ่งนัก ดูร้ายประดุจไฟฟ้า และร้ายแรงดั่งจักรอาวุธและสายฟ้า
(ขององค์อินทร์) ด้วยวิธีรดลงด้วยน้ำ คือ พระเมตตา ขอชัยมงคล
ทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

(๔) อุกขิตตะชัคคมะติหัตถะสุทารุณันตัง
ธาวันติโยชะนะปะถังคูลิมาละวันตัง
อิทธิภิสังชะตะมะโน ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุเต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนีทรงบันดาลอิทธิฤทธิ์ทางใจอันยอดเยี่ยม ชนะใจชื่อ
องคูลิมาล (ผู้มีพวงมาลัย คือ นิ้วมือมนุษย์) แสนร้ายกาจ มีฝีมือ
ถือดาบวิ่งไล่พระองค์ไปสิ้นทาง ๓ โยชน์ ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมี
แก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น



(๕) กัตวานะ กัณฐะมุทะรัง อิวะ คัพภินียา
จิณฺญาเย ทุณฺฐะวะจะนัง ชะนะกายะมัจฉเณ
สันเตนะ โสมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนีได้ทรงชนะความกล้าร้ายของนางจิณฺญาฆาณวิกา ผู้ทำ
อาการประดุจว่ามีครรภ เพราะทำไม้สัณฐานกลม (ผูกติดไว้) ให้เป็น
ประดุจมีท้อง ด้วยวิธีสมาธิอันงาม คือ ความสงบระงับพระหฤทัย
ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

(๖) สัจจัง วิหาเย มะตีสัจจะกะวาทะเกตุง
วาทาภิโรปิตะมะนัง อะติอันธะภูตัง
ปัญญาปะทีปะชะลิโต ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนี ทรงรุ่งเรืองแล้วด้วยประทีป คือ ปัญญา ได้ชนะสัจจก-
นิครนถ์ (อ่านว่า สัจจะกะนิครนถ์, นิครนถ์ คือ นักบวชประเภทหนึ่งใน
สมัยพุทธกาล) ผู้มีอชฌาสัยในอันที่จะสละเสียซึ่งความสัสถ์
มุ่งยกถ้อยคำของตนให้สูงล้ำดุจยกธง เป็นผู้มีดีมนยิ่งนัก ด้วยเทศนา
ญาณวิธี คือ รู้ชัดฌาสัยแล้ว ตรัสเทศนาให้มองเห็นความจริง
ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น



(๗) นันโทปะนันทะภุชะคัง วิพุฉัง มะหิทิง
ปุตเตนะ เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยันโต
อิทธุปะเทสะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนีทรงโปรดให้พระโมคคัลลานะเถระพุทธชินนโรธ นิรมิตกาย
เป็นนาคราชไปทรมานพญานาคราช ชื่อ นันโทปะนันทะ ผู้มีความหลง
ผิดมีฤทธิ์มาก ด้วยวิธีให้ฤทธิ์ที่เหนือกว่าแก่พระเถระ ขอชัยมงคล
ทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น

(๘) ทุคคาหะทิฏฐิภุชะเคนะ สุทัฏฐะหัตถัง
พรหมัง วิสุทธิชุติมิทธิพะกาภิธานัง
ญาณาคะเทนะ วิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิ

พระจอมมุนีได้ทรงชนะพรหมผู้มีนามว่าพกาพรหม ผู้มีฤทธิ์ สำคัญตน
ว่าเป็นผู้รุ่งเรืองด้วยคุณอันบริสุทธ์ มีความเห็นผิดประดุกฎกฐรดมือไว้
อย่างแน่นแฟ้นแล้ว ด้วยวิธีวางยาอันพิเศษ คือ เทศนาญาณ
ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ท่าน ด้วยเดชแห่งพระพุทธชัยมงคลนั้น



(๙) เอตปิ พุทธะชะยะมังคะละอัญญะคาถา
โย วาจะโน ทินะทิเน สระระเต มะตันที
หิตวานะเนกะวิวิธานิ จุปัททะวานิ
โมกขัง สุขัง อะธิคะเมยยะ นะโร สะปัญโญ

นรชนใดมีปัญญา ไม่เกียจคร้าน สวดก็ดี ระลึกก็ดี
ซึ่งพระพุทธชัยมงคล ๘ บทนี้ทุก ๆ วัน
นรชนนั้นจะพึงละเสียได้ ซึ่งอุปัทวันตรายทั้งหลายมีประการต่าง ๆ
เป็นอนอกและถึงซึ่งวิโมกข์ (คือ ความหลุดพ้น) อันเป็นบรมสุขแล

บทชัยปริตร

มะหาการุณิโก นาโถ	หิตายะ สัพพะปาณินัง
ปุเรตวา ปาระมี สัพพา	ปัตโต สัมโพธิมุตตะมัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ	โหตุ เต ชะยะมังคะลัง

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระผู้ทรงเป็นที่พึ่งของสรรพสัตว์
ทรงประกอบด้วยพระมหากरुณา ทรงบำเพ็ญพระบารมีทั้งปวง
เพื่อประโยชน์แก่อุฎลแก่สรรพสัตว์ ทรงบรรลुพระสัมโพธิญาณอันสูงสุด
ด้วยการกล่าวสัจจวาจานี้ ขอชัยมงคลทั้งหลายจงมีแก่ข้าพเจ้า



ชะยันโต โภธียา มูเล
เอวัง ตะวัง วิชะโย โหหิ
อะปะราชิตะปัลลังเก
อะภิสะเก สัพพะพุทธานัง

สักยานัง นันทิวัทธะโน
ชะยัสสุ ชะยะมังคะเล
สีเส ปะฐะวีโปกชะเร
อัคคัปปัตโต ปะโมทะติ

ขอข้าพเจ้าจงมีชัยชนะในชัยมงคลพีธี ดุจพระจอมมุนีผู้ยังความปิติ
ยินดีให้เพิ่มพูนแก่ชาวศากยะ ทรงมีชัยชนะมาร ฌ โคนต้นมหาโพธิ์
ทรงถึงความ เป็นเลิศยอดเยี่ยม ทรงปิติปราโมทย์อยู่เหนืออชิตบัลลังก์
อันไม่รู้พ่าย ฌ โปกขรปฐูพี อันเป็นที่อภิเษกของพระพุทธเจ้า
ทุกพระองค์ ฉะนั้นเถิด

สุณักขัตตัง สุมัง คะลัง
สุชะโน สุมุหุตโต จะ
ปะทักขิณัง กายะกัมมัง
ปะทักขิณัง มโนกัมมัง
ปะทักขิณานิ กัตวานะ

สุปะภาตัง สุหุณฺฐิตัง
สุยิณฺฐัง พรหมะจาริสู
วาจกัมมัง ปะทักขิณัง
ปะณิธิ เต ปะทักขิณา
ละภันตัตถะ ปะทักขิณะ

เวลาที่กำหนดไว้ดี งานมงคลดี รุ่งแจ้งดี ความพยายามดี ชั่วขณะหนึ่ง
ดี ชั่วครู่หนึ่งดี การบูชาดี แต่พระสงฆ์ผู้บริสุทธิ์ กายกรรมอันเป็นกุศล
วจีกรรมอันเป็นกุศล มโนกรรมอันเป็นกุศล ความปรารถนาดีอันเป็น
กุศล ผู้ได้ประพฤติกกรรมอันเป็นกุศล ย่อมประสบความสุขไชยคดี เทอญ



ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง
สัพพะพุทธานุภาเวนะ

รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต

ขอสรรพมงคลจงมีแก่ท่าน ขอเหล่าเทพยดาทั้งปวงจงรักษาท่าน
ด้วยอานุภาพแห่งพระพุทธเจ้า ขอความสุขสวัสดิ์ดีทั้งหลาย
จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง
สัพพะธัมมานุภาเวนะ

รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต

ขอสรรพมงคลจงมีแก่ข้าพเจ้า ขอเหล่าเทพยดาทั้งปวงจงรักษาท่าน
ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม ขอความสุขสวัสดิ์ดีทั้งหลาย
จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง
สัพพะสังฆานุภาเวนะ

รักขันตุ สัพพะเทวะตา
สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต

ขอสรรพมงคลจงมีแก่ข้าพเจ้า ขอเหล่าเทพยดาทั้งปวงจงรักษาท่าน
ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ ขอความสุขสวัสดิ์ดีทั้งหลาย
จงมีแก่ท่านทุกเมื่อ





“สิ่งที่ล่วงไปแล้ว ไม่ควรไปทำความผูกพัน
เพราะเป็นสิ่งที่ล่วงไปแล้วอย่างแท้จริง
แม้จะทำความผูกพัน
และมันใจในสิ่งนั้นกลับมาเป็นปัจจุบัน..ก็เกินไปไม่ได้
ผู้ทำความรำคานุนั้นนมาขนั้นเป็นทุกข์//แต่ผู้เดียว
โดยความไม่รุ่มนวังตลออกไป
อนาคตที่ยังไม่มาถึง
ก็เป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดเหนี่ยวเกี่ยวข้องเช่นกัน
อดีต..ควรปล่อยไว้ตามอดีต
อนาคต..ก็ควรปล่อยไว้ตามกาลของมัน
ปัจจุบัน/เท่านั้นที่จะรู้เรื่องประโยชน์ได้
เพราะอยู่ในฐานะที่ควรทำได้..ไม่รุกตัวร้าย”
พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต



ตั้งมั่นในพระธรรม...

ความเจริญ รุ่งเรืองในชีวิต

บทสวดมนต์กลุ่มนี้สวดแล้วจะทำให้ชีวิตมีความ
เจริญรุ่งเรือง มีความก้าวหน้า สติตั้งมั่น ปราศจาก
ทุกข์ โศก โรคภัย อย่างเช่น พระคาถาชินบัญชร จะ
ป้องกันภัยอันตราย สามารถสวดวันละกี่รอบหรือ
เวลาไหนก็ได้ ส่วนกลามาสูตรทำให้จิตตั้งมั่นใน
พระรัตนตรัย ทำให้จิตตั้งมั่นในพระรัตนตรัย
เชื่อมั่นในคุณพระสงฆ์ ส่วนบทธัมมจักกัปปวัตตนสูตร
ทำให้ไม่มัวเมาหมกมุ่นในกาม ไม่ทำให้ตัวลำบาก



บทคาถาชินบัญชร

๑. ชะยาสะนาคะตา พุทธา
จะตุสัจจาสะกัง รัสัง

เซตะวา มารัง สะวาหะนัง
เยปีวิงสุ ณะราสะภา

พระพุทธเจ้าและพระนราสมาทั้งหลาย ผู้ประทับนั่งแล้วบนชัยบัลลังก์
ทรงพิชิตพระยามาราทิราชผู้พรั่งพร้อมด้วยเสนาราชพาหนะแล้ว
เสวยอมตรสคือ อริยสัจธรรมทั้ง ๔ ประการ เป็นผู้นำสรรพสัตว์
ให้ข้ามพ้นจากกิเลสและกองทุกข์

๒. ตันหังกระทาทยะ โพุทธา
สัพเพ ปะติภุจिता มัยหัง

อัญฐะวีสะติ นายะกา
มัตตะเต มุณิสสะรา

มี ๒๘ พระองค์คือ พระผู้ทรงพระนามว่า ตันหังกร เป็นอาทิ
พระพุทธเจ้าผู้จอมมุนีทั้งหมดนั้น

๓. สีเส ปะติภุจिता มัยหัง
สังโฆ ปะติภุจिता มัยหัง

พุทโธ ธัมโม ทวีโลจะเน
อุเร สัพพะคุณากะโร

ข้าพระพุทธเจ้าขออัญเชิญมาประดิษฐานเหนือเศียรเกล้า
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ประดิษฐานอยู่บนศีร์ษะ
พระธรรมอยู่ที่ดวงตาทั้งสอง
พระสงฆ์ผู้เป็นอากรบ่อเกิดแห่งสรรพคุณอยู่ที่อก



๔. หะทะเย เม อะนุรุทโธ
โกณฑัญญโณ ปิณฺณฎฐิกัสสมิง

สารีปุตโต จะ ทักขิณ
โมคคัลลานโน จะวามะเก

พระอนุรุทระอยู่ที่ใจ พระสารีบุตรอยู่เบื้องขวา พระโมคคัลลาน์อยู่
เบื้องซ้าย พระอัญญาโกณฑัญญะอยู่เบื้องหลัง

๕. ทักขิณ สะวะเน มัยหัง
กัสสะโป จะ มะหานาโม

อาสุง อานันทะลาหุโล
อุภาสุง วามะโสตะเก

พระอานนทีกับพระราหุลอยู่หุขวา พระกัสสะปะกับพระมหานามะ
อยู่ที่หูซ้าย

๖. เกสันเต ปิณฺณฎฐิกัสสมิง
นิสินโน สิริสัมปนโน

สุริโย วะ ปะกังกะโร
โสภิตो มุนิปุงคะโว

มุนีผู้ประเสริฐคือ พระโสภิตะผู้สมบูรณ์ด้วยสิริดังพระอาทิตย์ส่องแสง
อยู่ที่ทุกเส้นขน ตลอดร่างทั้งข้างหน้าและข้างหลัง

๗. กุมาระกัสสะโป เถโร
โส มัยหัง วะทะเน นิจจัง

มะเหสี จิตตะวาทะโก
ปะติฏฐาสิ คุณากะโร

พระเถระกุมารกัสสะปะ ผู้แสวงบุญทรงคุณอันพิเศษ
มีวาตะอันวิจิตรไพเราะอยู่ปากเป็นประจำ



๘. ปุณฺณ อังคฺลิมาโลจะ
เถรา ปุญฺจะ อิม ชาตา

อุปาสิ นันทะสีวะลี
นะลาฏฺเฏ ติละกา มะมะ

พระปุณณะ พระองคฺลิมาล พระอุปาสิ พระนันทะ และพระสีวะลี
พระเถระทั้ง ๕ นี้ จึงปรากฏเกิดเป็นกระแจะจุมเจิมที่หน้าผาก

๙. เสสาสีติ มหาเถรา วิชิตา
เอเตสีติ มหาเถรา
ชลันตา สีละเต เชนะ

ชินะสาวะกา
ชิตะวันโต ชินโรระสา
อังกะมังเคสุ สันฐิตา

ส่วนพระอสีติมหาเถระที่เหลือผู้มีช้ยและเป็นพระโอรส เป็นพระสาวก
ของพระพุทธเจ้าผู้ทรงช้ย แต่ละองค์ล้วนรุ่งเรืองไปโรจน์ด้วยเดชแห่ง
ศีลให้ดำรงอยู่ทั่วอวัยวระน้อยใหญ่

๑๐. ระตะนัง ปุระโต อาสิ
ธะชัคคัง ปัจฉะโต อาสิ

ทักขิณเณ เมตตะสุตตะกัง
วาเม อังคฺลิมาละกัง

รัตนสูตรอยู่เบื้องหน้า เมตตสูตรอยู่เบื้องขวา
อังกฺลิมาลปริตรอยู่เบื้องซ้าย ธชัคคสูตรอยู่เบื้องหลัง



๑๑. ชั้นระโม่ระปะริตตัญจะ
อากาศสะ นะทะนัง อาสี

อาภานาภียะสุตตะกัง
เสสา ปาการะสัณฐิตา

ชั้นบริตโร โมรบริตโร และอาภานาภียสุตโร
เป็นเครื่องกางกั้นดุจหลังคาอยู่บนนภากาศ

๑๒. ชิน นานาวะระสังยุตตะ
วาทะปะิตตะทิสัณฐิตา

สััตตะปาการะลังกะตะ
พาหิรัชฌัตตูปัททะวา

อนึ่งพระชินเจ้าทั้งหลาย นอกจากที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ผู้ประกอบพร้อมด้วยกำลังนานาชนิด มีศัลาทิคุณอันมั่นคง
สััตตะปาการเป็นอาภรณ์มาตั้งล้อมเป็นกำแพงคุ้มครองเจ็ดชั้น

๑๓. อะเสสา วินะยัง ยันต
วะสะโต เม สะกิจเจนะ

อะนันตะชินะเตชะสะ
สะทา สัมพุททะปัญชะเร

ด้วยเดชานุภาพแห่งพระอนันตชินเจ้าไม่ว่าจะทำกิจการใด ๆ
เมื่อข้าพระพุทธเจ้าเข้าอาศัยอยู่ในพระบัญญัติชรวงศ์วงกรงล้อม
แห่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ขอโรคอุบิทธะทุกขัทั้งภายนอกและภายใน
อันเกิดแต่โรคร้าย คือ โรคลมและโรคดีเป็นต้น
เป็นสมมุฏฐานจงกำจัดให้พินาศไปอย่าได้เหลือ



๑๔. ชินะปัญชชะระมัชฌัมหิ
สะทา ปาเลนตุ มัง สัพเพ

วิหะรันตัง มะหีตะเล
เต มะหาปุริสาสะภา

ขอพระมหาบุรุษผู้ทรงพระคุณอันล้ำเลิศทั้งปวงนั้น
จงอภิบาลข้าพระพุทธเจ้า ผู้อยู่ในภาคพื้น ทำมกลางพระชินบัญชร
ข้าพระพุทธเจ้าได้รับการคุ้มครองปกป้องรักษาภายในเป็นอันดีฉะนี้แล

๑๕. อิจเจวะมันโต
ชินานุภาเวนะ
ธัมมานุภาเวนะ
สังฆานุภาเวนะ
สัทธัมมานุภาวะปาลีโต

สุคฺตโต สุรักโข
ชิตฺตูปัททะโว
ชิตาริสังโฆ
ชิตันตะราโย
จะรามิ ชินะปัญชชะเรติ

ข้าพระพุทธเจ้าได้รับการอภิบาลด้วยคุณานุภาพแห่งสังฆธรรม
จึงชนะเสียได้ซึ่งอุปัทวอันตรายใด ๆ ด้วยอานุภาพแห่งพระชินะพุทธเจ้า
ชนะข้าศึกศัตรูด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม ชนะอันตรายทั้งปวงด้วย
อานุภาพแห่งพระสงฆ์ ขอข้าพระพุทธเจ้าจงได้ปฏิบัติ และรักษา
ดำเนินไปโดยสวัสดิ์เป็นนิจันวันดรเทอญฯ





“สิ่งใดที่เรารู้เท่านั้น สิ่งนั้นไม่สามารก
ที่จะดึงใจของเรา ไปทรมานให้เกิดทุกข์ขึ้นได้”
หลวงปู่พุทธ ฐานิโย



บทสวดธัมมจักกัปปวัตตนสูตร

เอวัมเม สุตัง เอกัง สมะยัง ภะคะวา พาราณะสิยัง วิหะระ
ติ อิติปะตะเน มิคะทาเย

ข้าพเจ้าได้ฟังจากพระผู้มี พระภาคเจ้าอย่างนี้ว่า ในสมัยหนึ่งพระผู้มี
พระภาคเจ้าที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวันใกล้เมืองพาราณสี

ตัตระ โข ภะคะวา ปัญจะวัตคิเย ภิกขุ อามันเตสิ
ในกาลครั้งนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสเตือนสติเหล่าภิกษุ
ปัญจวัตคิย์ให้ตั้งใจฟังและพิจารณาตามพระดำรัสของพระองค์
อย่างนี้ว่า

เทวมเม ภิกขะเว อันตา ปัพพะชิตะนะ นะ เสวิตัพพา
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บรรพชิตไม่ควรปฏิบัติให้หนักไปในส่วนที่สุด
๒ อย่าง คือ

โย จายัง กามะสุ กามะสุชัลลิกานุโยโค หิโน คัมโม
ไปถุชชะนิโก อะนะริโย อะนัตถะสัจญ์หิโต
การประพฤติปฏิบัติตนเพื่อแสวงหาความสุขอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส
สัมผัสที่น่ารักน่าปรารถนา ซึ่งเป็นธรรมอันเลว เป็นเหตุให้ต้องมีบ้าน
เรือน เป็นธรรมของคนผู้ครองเรือนผู้หนาไปด้วยกิเลส ไม่ใช่ธรรมอันจะ



นำจิตใจออกจากกิเลส ไม่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติเพื่อให้จิตหลุดพ้นจากกิเลสเครื่องรัดรั้งใจทั้งหลายนี้ อย่างหนึ่ง

โย จายัง อัตตะกิละมะถานุโยโค ทุกโข อะนะริโย อะนัตตะสังฺกหิตโต

และอีกอย่างหนึ่ง คือ การประพฤติปฏิบัติด้วยการทรมานร่างกายให้ได้รับความลำบาก ซึ่งมีแต่ทำให้ใจเป็นทุกข์ทรมานอย่างเดียว ไม่เป็นทางนำจิตใจออกจากกิเลส และไม่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติเพื่อให้จิตหลุดพ้นจากกิเลสเครื่องรัดรั้งใจทั้งหลาย ฯ (หรืออีกนัยหนึ่งคือ เร่งหักโหมปฏิบัติธรรมจนเกินกำลัง เพื่อหวังจะได้บรรลุผลเร็ว ๆ)

เอเต เต ภิกขะเว อุโป อันเต อะนุปะคัมมะ มัชฌิมา ปะฏิปะทา ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทฺธา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตถาคตได้รู้ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลาง โดยไม่เข้าไปใกล้ส่วนที่สุด ๒ อย่างนั้นแล้ว ด้วยปัญญาอันยิ่ง

จักขุกะระณี ญาณะกะระณี อุปะสะมาเยะ อะภิญญาเยะ สัมโพธายะ นิพพานายะ สังฺวัตตะติ

ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางนั้น สามารถทำดวงตา คือ ปัญญา ทำญาณเครื่องรู้ ให้เป็นไปเพื่อใจสงบระงับจากกิเลส เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความรู้อันดี และเพื่อทำให้กิเลสดับไปจากจิตคือเข้าสู่พระนิพพาน



กะตะมา จะ สภา ภิกขเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา ตะเถคะเตนะ
อะภิสัมพุทธา จักขุกระระณี ญาณะกระระณี อุปะสะมาเย
อะภิญญาเย สัมโพธายะ นิพพานายะ สังวัตตะติ
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลาง ซึ่งสามารถทำ
ดวงตา คือ ปัญญา ทำญาณเครื่องรู้ ให้เป็นไปเพื่อใจสงบระงับจากกิเลส
เพื่อความรู้อย่างยิ่ง เพื่อความรู้ดี และเพื่อให้กิเลสดับไปจากจิต คือ เข้าสู่
พระนิพพาน ที่ติดาคตรู้แล้วด้วยปัญญาอันยิ่งนั้น คือ การปฏิบัติอย่างไร ?

อะยะเมวะ อะริโย อัญ्ञังคิโก มัคโค

ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลางนี้ คือ ทางนำไปสู่ความไกลจากกิเลส
เครื่องวัดจิตใจทั้งหลาย มี ๘ อย่าง

เสยยะถิทัง

ข้อปฏิบัติเหล่านี้คือ

สัมมาทิฏฐิ

ปัญญาอันเห็นชอบ (คือเห็นอริยสัจ)

สัมมาสังกัปป

ความดำริชอบ (คิดจะออกจากกาม ไม่คิดอาฆาตพยาบาท
ไม่คิดเบียดเบียน)

สัมมาวาจา

วาจาชอบ (ไม่พูดโกหก ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดคำส่อเสียด
ไม่พูด เพื่อเจ้าอื่นลวไหล)



สัมมากัมมันโต

การทำงานชอบ (เว้นจากการทุจริต เช่น โกงแรงงานเขา เป็นต้น และ
ทำการทำงานที่ไม่มีโทษ)

สัมมาอาชีโว

การเลี้ยงชีพดีชอบ (หากินโดยไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม ไม่
ผิดประเพณี)

สัมมาวาจาโม

ความเพียรชอบ (เพียรละชั่ว ประพฤติดี เพื่อให้มีคุณธรรมประจำใจ
และเพื่อให้ได้คุณธรรมสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไป)

สัมมาสะติ

การระลึกชอบ (ระลึกนึกถึง อนุสสติ ๑๐ ประการ มีพระนิพพานเป็น
ที่สุด และระลึกในมหาสติปัฏฐาน ๔)

สัมมาสะมาธิ

การตั้งจิตไว้ชอบ (การทำสมาธิให้อารมณ์ตั้งมั่นในอนุสสติ ๑๐
ประการนั้น)

อะยัง โข สา ภิกขเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา ตะถาคะเตนะ

อะภิสัมพุทธา จักขุกะระณี ญาณะกะระณี อูปะสะมาเย

อะภิญญาเย สัมโพธายะ นิพพานายะ สังวัตตะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางเหล่านี้แล คือ ข้อปฏิบัติอันเป็นทางสายกลาง
ซึ่งสามารถทำดวงตา คือ ปัญญา ทำญาณเครื่องรู้ ให้เป็นไปเพื่อใจ



ส่งบรขร้งบจากกิเลส เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความรู้ดี และเพื่อทำให้กิเลส
ดับไปจากจิต คือ เข้าสู่พระนิพพาน ที่ตถาคตรู้แล้วด้วยปัญญาอันยิ่ง

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขัง อะริยะะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สภาวะเหล่านี้แลเป็นตัวทุกข์อย่างแท้จริง คือ

ชาติปิ ทุกขา

ความเกิดก็เป็นทุกข์

ชะราปี ทุกขา

เมื่อความแก่เข้ามาถึง ก็เป็นทุกข์

มะระณัมปี ทุกขัง

เมื่อความตายเข้ามาถึง ก็เป็นทุกข์

โสกะปริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปี ทุกขา

เมื่อความเศร้าโศก ความรำไรรำพัน ความเสียใจ และความคับแค้นใจ

เกิดขึ้นมา ก็เป็นทุกข์

อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข

เมื่อประสบพบกับสิ่งที่ไม่ชอบใจ ก็เป็นทุกข์

ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข

เมื่อพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักที่ชอบใจก็เป็นทุกข์

ยัมปิจันัง นะ ละกะติ ตัมปี ทุกขัง

และแม้คิดปรารถนาอยากได้สิ่งใด แต่ไม่ได้สิ่งนั้นสมปรารถนา

ก็เป็นทุกข์



สังขิตเตนะ ปัญญาพานักขันธา ทุกขา

กล่าวโดยย่อแล้วก็คือ การหลงคิดว่าร่างกายเป็นของเราของเขานั้นแล
เป็นตัวทำให้เกิดทุกข์อย่างแท้จริง

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะสะสมทะโย อะริยะสัจจัง ยายัง ตัณหา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหา คือ ความอยากไม่มีสิ้นสุด
ที่มีอยู่ในใจนี้แล เป็นต้นเหตุทำให้เกิดทุกข์อย่างแท้จริง

โปโนพะวะวิกา นันทิราคะสะหะคะตา ตัตตระ ตัตตราภินันทินิ เสยยะถิทัง กามะตัณหา

คือ มีความอยากเวียนว่ายตายเกิดอยู่รำไป และมีความกำหนัดยินดี
ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่น่าปรารถนา ก็เป็นเหตุให้ใจเกิดทุกข์

ภะวะตัณหา

สิ่งใดที่ยังไม่มี ก็คิดอยากจะมีขึ้นมา อย่างนี้ก็ทำให้ใจเกิดทุกข์

วิภะวะตัณหา

และเมื่อมีทุกอย่างสมปรารถนาแล้ว ก็อยากจะให้ทุกอย่างคงทนอยู่
ตลอดไป เมื่อมันจะต้องสลายหายไป ก็ร้อนใจไม่อยากให้เป็นเช่นนั้น
อย่างนี้ก็ยังทำให้ใจเกิดทุกข์หนักขึ้นอีก



อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจัง โย
ตัสสาเยวะ ตัณหายะ อะเสสะวิราคะนิโรโธ จาโค
ปะฏินิสัคโค มุตติ อะนาละโย

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การดับตัณหาความอยากให้หมดไปจากใจด้วยการ ละ วาง ปล่อย และไม่คิดยินดีพัวพันอยู่กับตัณหาความอยากนั้น อีกเด็ดขาด คือ การดับทุกข์ให้หมดไปจากใจได้อย่างแท้จริง

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา
อะริยะสัจจัง อะยะเมวะ อะริโย อัญ्ञัจฉิโก มัคโค เสยยะถิทัง
สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปो สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต
สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม สัมมาสะติ สัมมาสะมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเพื่อนำกิเลสให้หมดไปจากใจนี้ มี ๘ อย่าง คือ ปัญญาเห็นชอบ ความดำริชอบ วาจาชอบ การงานชอบ การเลี้ยงชีวิตชอบ ความเพียรชอบ การระลึกชอบ และการตั้งจิตไว้ชอบ คือ ข้อปฏิบัติเพื่อนำใจให้หมดจากกิเลส และดับความทุกข์ได้อย่างแท้จริง

อิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ
ธัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ ญาถัง อุทะปาติ ปัญญา
อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้ ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม



ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราอย่างนี้ว่า
“ความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ความเศร้าโศก ความรำไรรำพัน
ความเสียใจ และความคับแค้นใจ เป็นตัวทุกข์อย่างแท้จริง”

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจัง ปะริญญะยันติ เม
ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ
ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก
อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วว่า “ความ
เกิด แก่ เจ็บ ตาย เหล่านี้เป็นต้น อันเป็นตัวทุกข์อย่างแท้จริงนั้นแล
เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ตลอดเวลา”

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขัง อะริยะสัจจัง ปะริญญาตันติ เม
ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ
ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก
อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วว่า “ความ



เกิด แก่ เจ็บ ตาย เหล่านี้เป็นต้น อันเป็นตัวทุกข์อย่างแท้จริงนี้นั้นแล
เราได้หยั่งรู้ด้วยปัญญาโดยตลอดแล้ว”

อิทัง ทุกขะสมุทเทโย อะริยะสัจจันติ เม ภิกขเว ปุพเพ
อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ ญาณัง อุทะปาติ
ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่างในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วอย่างนี้ว่า
“ตัณหา คือ ความอยากไม่มีสิ้นสุดที่มีอยู่ในใจนี้ เป็นเหตุทำให้ใจเกิด
ทุกข์อย่างแท้จริง”

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสมุทเทโย อะริยะสัจจัง ปะหาตัพพันติ
เม ภิกขเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ
ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก
อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรมและการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วว่า “ตัณหา
คือ ความอยากไม่มีสิ้นสุดที่มีอยู่ในใจ อันเป็นเหตุทำให้ใจเกิดทุกข์
อย่างแท้จริงนี้นั้นแล เป็นสิ่งที่ต้องละให้ขาด”



ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสะมุทะโย อะริยะสัจจัง ปะหีนันติ เม
ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ
ญานัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ อุทะปาติ วิชชา
อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วว่า “ตัณหา
คือ ความอยากไม่มีสิ้นสุดที่มีอยู่ในใจ อันเป็นเหตุทำให้ใจเกิดทุกข์
อย่างแท้จริงนี้นั้นแล เราได้ละขาดไปจากใจแล้ว

อิทัง ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว ปุพเพ
อะนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ ญานัง อุทะปาติ
ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วอย่างนี้ว่า
“การดับตัณหา คือ ความอยากไม่มีสิ้นสุดนี้ให้หมดไปจากใจ คือ
ดับทุกข์ได้อย่างแท้จริง”

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจัง สัจจิกาตัพพันติ
เม ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ



ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วว่า “การดับ
ตัณหา คือ ความอยากไม่มีสิ้นสุดนี้ให้หมดไปจากใจ คือ การดับทุกข์
ได้อย่างแท้จริงนี้นั้นแล เป็นสิ่งที่ต้องทำให้แจ้งในใจตลอดเวลา”

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรโธ อะริยะสัจจัง สัจฉิกะตันติ เม ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วว่า “การดับ
ตัณหา คือ ความอยากไม่มีสิ้นสุดนี้ให้หมดไปจากใจ คือ การดับทุกข์ได้
อย่างแท้จริงนี้นั้นแล เราได้ทำให้แจ้งในใจอยู่ตลอดเวลาแล้ว”

อิทัง ทุกขะนิโรธคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจันติ เม ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ ญาณัง อุทะ ปาติ ปัญญา อุทะปาติ วิชชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ



ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วอย่างนี้ว่า
“มรรค คือ ทาง ๘ ประการ เป็นข้อปฏิบัติให้ทุกข์ดับไปจากใจได้อย่าง
แท้จริง”

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง
ภาเวตัพพันติ เม ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ
ธัมเมสุ จักขุง อุทะปาติ ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ
วิชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง
ในธรรมทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้ว
อย่างนี้ว่า “มรรค คือ ทาง ๘ ประการ อันเป็นข้อปฏิบัติให้ทุกข์ดับไป
จากใจได้อย่างแท้จริงนี้นั้นแล เป็นธรรมที่ต้องทำให้มีในใจไว้
ตลอดเวลา”

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง
ภาวัตันติ เม ภิกขะเว ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ
จักขุง อุทะปาติ ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ วิชา
อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ



ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ดวงตา คือ ปัญญาเห็นธรรม และการกำหนดรู้
ความหยั่งรู้เหตุผล ตลอดถึงความรู้แจ้ง และความมีใจสว่าง ในธรรม
ทั้งหลายที่ไม่เคยรู้มาก่อน ได้เกิดขึ้นในปัญญาของเราแล้วอย่างนี้ว่า
“มรรค คือ ทาง ๘ ประการ อันเป็นข้อปฏิบัติให้ทุกข์ดับไปจากใจได้
อย่างแท้จริงนี้นั้นแล เราได้ทำให้มีในใจไว้ตลอดเวลาแล้ว”

ยวาระกัณฐะ เม ภิกษเว อิเมสุ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ เอวันติ-
ปะริวัฏฏัง ทวาทะสาการัง ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง นะ
สุวิสุทัง อะโหสิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความจริง ๔ อย่าง อันทำให้ใจห่างไกลจากกิเลส
นี้ ถ้าหากเรายังไม่รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยอาการหมุนเวียนแห่ง
ปัญญาญาณ ครบ ๓ รอบทั้ง ๔ อย่าง รวมเป็นอาการ ๑๒ รอบ

นเว ตาวาหัง ภิกษเว สะเทวะเก โลเก สะมาระเก สะพรหมะเก
สัสสะมะณะพราหมะณียา ปะชายะ สะเทวะมะนุสสาเย
อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง อะภิสัมพุทโธ ปัจฉัญญาสิง
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราไม่กล้าประกาศยืนยันแก่มนุษยโลก ตลอดถึง
เทวโลก มารโลก พรหมโลก รวมทั้งหมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณพราหมณ์
พร้อมทั้งเทวดา และมนุษย์ ให้ได้รู้เพียงนั้น ว่าเราได้ตรัสรู้พร้อมยั้งซึ่ง
ปัญญาเครื่องตรัสรู้โดยชอบอันยอดเยี่ยม ซึ่งไม่มีความตรัสรู้อื่นในโลก
ใด ๆ หรือ ของใคร ๆ จะเทียบได้



ยะโต จะ โข เม ภิกขเว อิเมสุ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ
เอวันติปะริวัฏฐัง ทวาตะสาการัง ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง
สุวิสุตัง อะโหสิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็เมื่อใดแล ความจริง ๔ อย่าง อันทำให้ใจห่าง
ไกลจากกิเลสนี้ เราได้รู้เห็นตามความเป็นจริง โดยอาการหมุนเวียน
แห่งปัญญาญาณ ครบ ๓ รอบทั้ง ๔ อย่าง รวมเป็นอาการ ๑๒ รอบ
ด้วยปัญญาอันบริสุทธิ์หมดจดแล้ว

อะถาหัง ภิกขเว สะทเวเก โลเก สะมาระเก สะพรหมะเก
สัสสะมะณะพราหมะณียา ปะชายะ สะทเวมะนุสสาเย
อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง อะภิสัมพุทโธ ปัจจัญญาสิง
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อนั้น เราจึงกล้าประกาศยืนยันแก่มนุษยโลก
ตลอดถึงเทวโลก มารโลก พรหมโลก รวมทั้งหมู่สัตว์ พร้อมทั้งสมณ-
พราหมณ์พร้อมทั้งเทวดา และมนุษย์ ให้ได้รู้เฉพาะว่า เราได้ตรัสรู้
พร้อมยิ่งซึ่งปัญญาเครื่องตรัสรู้โดยชอบอันยอดเยี่ยม ซึ่งไม่มีความ
ตรัสรู้อื่นในโลกใด ๆ หรือของใคร ๆ จะเทียบได้ ฯ

ญาณัญจะ ปะนะ เม ทัสสะนัง อุทะปาติ อะกุปปา เม
วิมุตติ อะยะมันติมา ชาติ นัตถิทานิ ปุณฺโพนะโวติ
ก็แล ปัญญาอันรู้เห็นได้เกิดขึ้นแก่เราแล้วว่า “กิเลสเครื่องรัดตรึงใจ
ทั้งหลายไม่สามารถจะกำเรบขึ้นมาได้อีกแล้ว จิตของเราได้หลุดพ้น



จากกิเลสโดยวิเศษแล้ว ชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายของเราแล้ว บัดนี้ไม่มี
ภพเป็นที่เกิดสำหรับเราอีกแล้ว”

อิทมะโวจะ ภะคะวา

ครั้นเมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงแสดงความจริง ๔ อย่างอันประเสริฐ
อันทำให้ใจห่างไกลจากกิเลสอย่างนี้แล้ว

อัตตะมะนา ปัญจะวัคคิยา ภิกขุ ภะคะวะโต ภาสิตัง
อะภินันทุง

พระภิกษุปัจจวัคคีย์เหล่านั้น ก็มีความเพ็ดเพลินยินดีในธรรมที่
พระพุทธรองค์ทรงตรัสแล้วนั้น

อิมัสมิญจะ ปะนะ เวยยากะระณัสมิง ภัญญะมาเน
กีนเมื่อขณะที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงกล่าวแสดงความละเอียด
พิศดารแห่งความจริงอันประเสริฐ ๔ ประการอยู่นั้นแล

อายัสมะโต โทณทัถ္ถญัสสะ วิระชัง วีตะมะลัง ธัมมะจักขุง
อุทะปาติ “ยังกิญจิ สะมุทะยะธัมมัง สัพพันตัง
นิโรธะธัมมันติ”

ดวงตา คือ ปัญญาอันเห็นธรรม ซึ่งปราศจากธุลี ปราศจากมลทิน
ได้เกิดแล้วแก่ท่านโทณทัถ္ถญะ ผู้มีอายุอย่างนี้ว่า “สิ่งใดสิ่งหนึ่งมี



ความเกิดขึ้นเป็นธรรมดาแล้ว สิ่งนั้น ๆ ทั้งปวง ก็ต้องดับสลายไป
เป็นธรรมดา”

ประวัติเต เต ภาวะวะตา อัมมะจักเก

ก็เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ทรงประกาศวงล้อแห่งธรรมให้เป็นที่เรียบร้อยแล้ว
นั้นแล

ภุมมา เทวา สัททะมะนุสสาเวสูง
ภูมิเทวดาทั้งหลาย ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้นว่า

เอตัมภาวะวะตา พาราณสียัง อิติปะตะเน มิคะทาเย
อะนุตตรัง อัมมะจักกัง ประวัติตัง อัมปะภูวัตติยัง
สะมะณะนะ วา พราหมะณะนะ วา เทเวนะ วา มาเรนะ วา
พรัหมณา วา เกนะจิ วา โลกัสมินติ

นั่นคือ วงล้อแห่งธรรมอันยอดเยี่ยม ไม่มีอะไรเทียบได้ อันพระผู้มี
พระภาคเจ้าได้ทรงประกาศให้เป็นที่เรียบร้อยแล้ว ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน
ใกล้เมืองพาราณสี ซึ่งวงล้อแห่งธรรมอย่างนี้ อันสมณพราหมณ์
ตลอดถึงเทวดา มาร พรหม และใคร ๆ ในโลก ไม่สามารถให้เป็นไปได้

ภุมมานัง เทวานัง สัททัง สุตวา จาตุมมะหาราชิกา เทวา
สัททะมะนุสสาเวสูง



เทพเจ้าเหล่าชั้นจาตุมหาราช ได้ฟังเสียงของเทพเจ้าเหล่าภูมิเทวดา
แล้ว ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

จาตุมหาราชิกานัง เทวานัง สัททัง สุตวา ตาวะติงสา
เทวา สัททะมะนุสสาเวสูง

เทพเจ้าเหล่าชั้นดาวดึงส์ ได้ฟังเสียงของเทพเจ้าเหล่าชั้นจาตุมหาราช
แล้ว ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

ตาวะติงสานัง เทวานัง สัททัง สุตวา ยามา เทวา
สัททะมะนุสสาเวสูง

เทพเจ้าเหล่าชั้นยามา ได้ฟังเสียงของเทพเจ้าเหล่าชั้นดาวดึงส์แล้ว
ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

ยามานัง เทวานัง สัททัง สุตวา ตุสิตา เทวา
สัททะมะนุสสาเวสูง

เทพเจ้าเหล่าชั้นดุสิตได้ฟังเสียงของเทพเจ้าเหล่าชั้นยามาแล้ว
ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

ตุสิตานัง เทวานัง สัททัง สุตวา นิมมานะระตี เทวา
สัททะมะนุสสาเวสูง



เทพเจ้าเหล่าชั้นนิมมานรดี ได้ฟังเสียงของเทพเจ้าเหล่าชั้นดุสิตแล้ว
ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

นิมมานะระตีนัง เทวานัง สัททัง สุตวา

ประระนิมมิตะวะสะวัตตี เทวา สัททมะนะุสสาเวสูง
เทพเจ้าเหล่าชั้นปรนิมมิตวสวัตตี ได้ฟังเสียงของเทพเจ้าเหล่า
ชั้นนิมมานรดีแล้ว ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

ประระนิมมิตะวะสะวัตตีนัง เทวานัง สัททัง สุตวา

พรั้มะกายิกา เทวา สัททมะนะุสสาเวสูง
เทพเจ้าเหล่าที่เกิดในหมู่พรหม ได้ฟังเสียงของเทพเจ้าเหล่าชั้น
ปรนิมมิตวสวัตตีแล้ว ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้นว่า

เอตัมภะคะวะตา พาราณะสิยัง อิติปะตะเน มิคะทาเย
อะนุตตะรัง ธัมมะจักกััง ปะวัตติตัง อัมปะฏิวัตติยัง
สะมะเณนะ วา พราหมะเณนะ วา เทเวนะ วา มาเรนะ
วา พรั้มุนา วา เกนะจิ วา โลกัสมินติ
นั่นคือ วงล้อแห่งธรรมอันยอดเยี่ยม ไม่มีอะไรเทียบได้ อันพระผู้มี
พระภาคเจ้าได้ทรงประกาศให้เป็นไปแล้ว ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน
ใกล้เมืองพาราณสี ซึ่งวงล้อแห่งธรรมอย่างนี้ อันสมณพราหมณ์
ตลอดถึง เทวดา มาร พรหม และใคร ๆ ในโลก ไม่สามารถให้เป็นไปได้



อิติหะ เตนะ ขะณนะ เตนะ มุหุตเตนะ ยาวะ
พรัหฺมะโลกา สัทโท อัปภุคคัจฉิ
และโดยขณะเดียวเท่านั้น เสียงก็ดังขึ้นไปถึงพรหมโลกด้วยอาการ
อย่างนี้

อะยัญจะ ทะสะสะหฺสสี โลกะธาตุ สังกัมปิ สัมปะกัมปิ
สัมปะเวธิ
และเสียงนี้ได้สะท้อนสะเทือนหวั่นไหว ดังสนั่นไปตลอดทิศทั้ง ๔
ทั่วทั้งหมื่นโลกธาตุ

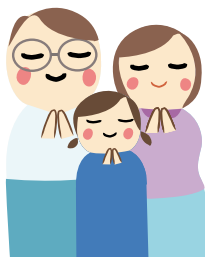
อัปปะมาณ จะ โอฟาโร โอภาโส โลเก ปาตุระโหสิ
อะติกกัมเมวะ เทวานัง เทวานุภาวัง
อีกทั้งแสงสว่างอันใหญ่ยิ่งไม่มีประมาณ ได้ปรากฏแล้วในโลก
ลวงเทวานุภาพของเทวดาทั้งหลายเสียหมด

อะละ โข ภาคะวา อุทานัง อุทานสิ “อัญญาสิ ะตะ โภ
โกณฑัญญโณ อัญญาสิ ะตะ โภ โภณฑัญญโณติ”
ในลำดับนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงเปล่งอุทานขึ้นว่า
“โกณฑัญญะผู้เจริญได้รู้แล้วหนอ โภณฑัญญะผู้เจริญได้รู้แล้วหนอ”



อิติปิหัง อาัยสมะโต โกณทัณฺณสสะ อัญญาโกณทัณฺณโณ
เตวระ นามัง อะโหสีติ

เพราะเหตุที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเปล่งอุทานขึ้นมาอย่างนี้แล นาม
ว่า “อัญญาโกณทัณฺณะ” นี้แน่แท้ละ ได้มีแล้วแก่พระโกณทัณฺณะ
ผู้มีอายุ ด้วยประการฉะนี้ แล



กาลามสูตร ๑๐ ประการ

หลักความเชื่อ ๑๐ อย่าง

- (๑) มา อานุสสวะเนนะ อย่าเพิ่งเชื่อโดยฟังตามกันมา
- (๒) มา ปะรัมปะรายะ อย่าเพิ่งเชื่อโดยถือว่าเป็นของเก่าเล่าสืบ ๆ กันมา
- (๓) มา อิติกิรายะ อย่าเพิ่งเชื่อเพราะข่าวเล่าลือ
- (๔) มา ปิฎฐะกะสัมปะทาเนนะ อย่าเพิ่งเชื่อโดยอ้างคัมภีร์หรือตำรา
- (๕) มา ตักกะเหตุ อย่าเพิ่งเชื่อโดยคิดเดาเอาเอง
- (๖) มา นะยะเหตุ อย่าเพิ่งเชื่อโดยคิดคาดคะเนอนุมานเอา
- (๗) มา อาการะปะริวัตักเกนะ อย่าเพิ่งเชื่อโดยตรึกตรองเอาตามอาการที่ปรากฏ
- (๘) มา ทิฎฐินิชฌานักขันติยา อย่าเพิ่งเชื่อเพราะเห็นว่าต้องกับความเห็นของตน
- (๙) มา ภััพพะรุปะตายะ อย่าเพิ่งเชื่อว่ามีผู้พูดควรเชื่อได้
- (๑๐) มา สมะโณ โน คะรุติ อย่าเพิ่งเชื่อว่ามีผู้พูดนั้นเป็นครูของเรา



โพชฌังคปริตร

โพชฌังโค สติสังขาโต ธัมมานัง วิจะโย ตะธา
(โพชฌังค์ ๗ ประการ คือ สติสัมโพชฌังค์ ธรรมวิจยสัมโพชฌังค์)

วิริยัมปีติปัสสทธิ โพชฌังคา จะ ตะธาปะเร
(วิริยะสัมโพชฌังค์ ปิติสัมโพชฌังค์ ปัสสทธิสัมโพชฌังค์)

สมาธูปะกัชะโพชฌังคา สัตเตเต สัพพะทัสสินา
มุณินา สัมมะทักขาตา ภาวิตา พะหุลีกะตา
(สมาธิสัมโพชฌังค์ และอุเบกขาสัมโพชฌังค์ ๗ ประการเหล่านี้
เป็นธรรมอันพระมุนีเจ้า ผู้ทรงเห็นธรรมทั้งปวงตรัสไว้ชอบแล้ว
อันบุคคลเจริญแล้วกระทำให้มากแล้ว)

สังวัตตันติ อะภิญญาเย นิพพานายะ จะ โปธिया
(ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ และเพื่อนิพพาน)

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เต โทตุ สัพพะทา
(ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงบังเกิดมีแก่ท่าน
ตลอดกาลทุกเมื่อ)



เอกัสมิง สะมะเย นาโถ
คิลานะ ทุกขิตะ ทิสวา

โมคคัลลันัญจะ กัสสะปัง
โพชฌังคะ สัตตะ เทสะยิ

(ในสมัยหนึ่ง พระโลกนาถเจ้า ทอดพระเนตรเห็นพระโมคคัลลานะ
และพระมหากัสสปะเป็นไข้ ได้รับความลำบาก จึงทรงแสดงโพชฌงค์
๗ ประการ ให้ท่านทั้งสองฟัง)

เต จะ ตัง อะภินันทิตวา

โรคา มุจจิงสุ ตังชะเณ

(ท่านทั้งสองนั้น ชื่นชมยินดียิ่ง ซึ่งโพชฌงค์ธรรม
โรคก็หายได้ในบัดดล)

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ

โสตถิ เต โหตุ สัพพะทา

(ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงบังเกิดมีแก่ท่าน
ตลอดกาลทุกเมื่อ)

เอกะทา ธัมมะราชาปี

เคลัญญเณนาภิปิโต

(ในครั้งหนึ่ง องค์พระธรรมราชาเอง (พระพุทธเจ้า)
ทรงประชวรเป็นไข้หนัก)

จุนทัตถะเรนะ ตัญญเณวะ

ภะณุปะตวานะ สาทะรัง

(รับสั่งให้พระจุนทะเถระ กล่าวโพชฌงค์นั้นนั้นแลถวายโดยเคารพ)



สัมโมทิตวา จะ อาพาธา ตัมหา วุฏฐาสิ ฐานะโส
(ก็ทรงบันเทิงพระหฤทัย หายจากพระประชวรนั้นได้โดยพลัน)

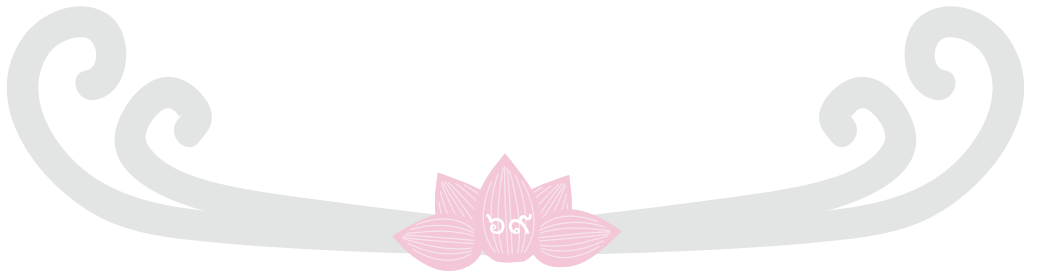
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เต โหตุ สัพพะทา
(ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงบังเกิดมีแก่ท่าน
ตลอดกาลทุกเมื่อ)

ปะหีนา เต จะ อาพาธา ติณณันนัมปิ มะเหลิณัง
(ก็อาพาธทั้งหลายนั้น ของพระผู้ทรงคุณอันยิ่งใหญ่ทั้ง ๓ องค์นั้น
หายแล้วไม่กลับเป็นอีก)

มัคคาหะตะกิเลสวาระ ปัตตานุปัตติธัมมะตัง
(ดุจดั่งกิเลส ถูกอริยมรรคกำจัดเสียแล้ว ถึงซึ่งความไม่เกิดอีก
เป็นธรรมดา)

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ เต โหตุ สัพพะทา
(ด้วยการกล่าวคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงบังเกิดมีแก่ท่าน
ตลอดกาลทุกเมื่อ เทอญ)





บทสวดนพเคราะห์

สำหรับคนเกิดวันอาทิตย์ สวด ๖ จบ

อุเทตะยัญจักขุมา เอกะราชา
หะริสสะวัณโณ ปะฐะวีปปะภาโส
ตั้ง ตั้ง นะมัสสามิ หะริสสะวัณณัง ปะฐะวีปปะภาสัง
ตะยัชชะ คุดตา วิหะเรมุ ทิวะสัง
เย พรหมะณา เวทะคุ สัพพะธัมเม
เต เม นะโม เต จะ มัง ปาละยันตุ
นะมัตถุ พุทธานัง นะมัตถุ โพธิยา
นะโม วิมุตตานัง นะโม วิมุตติยา
อิมัง โส ปริตตัง กัตวา โมโร จะระติ เอสะนา

พระอาทิตย์ผู้เป็นดวงตาของโลก ผู้ยิ่งใหญ่พระองค์นี้ เสด็จจุฑายีขึ้นทรง
พระรัศมีสีทองสอดส่องปฐพี ด้วยเหตุนี้ ข้าพเจ้าขอนมัสการ
พระอาทิตย์ผู้ทรงรัศมีสีทองสอดส่องปฐพีพระองค์นั้น พระองค์ได้
คุ้มครองข้าพระองค์ในวันนั้นแล้ว ขอให้ข้าพระองค์มีชีวิตยั่งยืนอยู่ตลอดวัน
พระพุทธรูปเจ้าเหล่าใด ทรงรู้แจ้งธรรมทั้งปวง ข้าพเจ้าขอนอบน้อม
พระพุทธรูปเจ้านั้น ขอพระพุทธรูปเจ้าเหล่านั้น จงคุ้มครองข้าพเจ้า
ขอนอบน้อมแด่พระพุทธรูปเจ้าทั้งหลาย ขอนอบน้อมแด่พระโพธิญาณ
ขอนอบน้อมแด่พระพุทธรูปเจ้าผู้หลุดพ้นแล้ว ขอนอบน้อมแด่วิมุตติธรรม
เมื่อนกยุงนั้นสาธยายพระปริตรอย่างนี้แล้ว จึงออกแสวงหาอาหาร



สำหรับคนเกิดวันจันทร์ สวด ๑๕ จบ

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ
โย จามะนาโป สะกุกัณสสะ สัทโท
ปาปคคะโห ทุสสุปิณัง อะกันตัง
พุทธานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ
ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ
โย จามะนาโป สะกุกัณสสะ สัทโท
ปาปคคะโห ทุสสุปิณัง อะกันตัง
ธัมมานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ
ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ
โย จามะนาโป สะกุกัณสสะ สัทโท
ปาปคคะโห ทุสสุปิณัง อะกันตัง
สังฆานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ

นิมิตอันเป็นลางชั่วร้ายก็ดี อวมงคลก็ดี เสียงนกที่ไม่ชอบใจก็ดี
บาปเคราะห์ และความฝันร้ายอันเป็นที่ไม่ชอบใจ เป็นสิ่งที่มีอยู่
ขอสิ่งเหล่านั้นจงถึงความพินาศไป ด้วยอำนาจแห่งพระพุทเจ้า
นิมิตอันเป็นลางชั่วร้ายก็ดี อวมงคลก็ดี เสียงนกที่ไม่ชอบใจก็ดี
บาปเคราะห์ และความฝันร้ายอันเป็นที่ไม่ชอบใจ เป็นสิ่งที่มีอยู่
ขอสิ่งเหล่านั้นจงถึงความพินาศไป ด้วยอำนาจแห่ง พระธรรมเจ้า
นิมิตอันเป็นลางชั่วร้ายก็ดี อวมงคลก็ดี เสียงนกที่ไม่ชอบใจก็ดี
บาปเคราะห์ และความฝันร้ายอันเป็นที่ไม่ชอบใจ เป็นสิ่งที่มีอยู่
ขอสิ่งเหล่านั้นจงถึงความพินาศไป ด้วยอำนาจแห่งพระอริยสงฆ์



สำหรับคนเกิดวันอังคาร สวด ๘ จบ

ยัสถานุภาะโต ยักขา	เนวะ ทัสเสนติ ภิงสะนัง
ยัมหิ เจวานุยุญชันโต	รัตตินทิวะมะตันโทโต
สุขัง สุปะติ สุโต จะ	ปาปัง กิญจิ นะ ปัสสะติ
เอวะมาทิกุณฺเฎตัง	ปะริตตันตัมภะณามะ เห

เหล่าเทวดาย่อมไม่แสดงสิ่งที่น่ากลัว เพราะอานุภาพของ
พระปริตรใด หนึ่งบุคคลผู้ไม่เกียจคร้าน เจริญพระปริตรใดทั้งกลางวัน
และกลางคืน ย่อมหลับสบาย เมื่อหลับย่อมไม่ฝันร้าย
ขอเราทั้งหลายจงสวดพระปริตรนั้น
อันประกอบด้วยคุณอย่างนี้เป็นต้นเถิด

สำหรับคนเกิดวันพุธ (กลางวัน) สวด ๑๗ จบ

สัพพะสีวีสะชาตินัง	ทิพพะมันตาคะทัง วิยะ
ยันนาเสติ วิสัง ไหมรัง	เสสฺสัญจาปิ ปะริสสะยัง
อาณักเขตตัมหิ สัพพัตถะ	สัพพะทา สัพพะปาณินัง
สัพพะโสปี นิวาเรติ	ปะริตตันตัมภะณามะ เห

พระปริตรอันใด ย่อมยังพิชอันร้ายแห่งรูปร่างทั้งหลาย ให้ฉิบหายไป
ดุจยวีเศษอันประกอบด้วยมนต์ทิพย์ หนึ่งพระปริตรอันใด ย่อมห้าม
กันอันตรายอันเศษของสัตว์ทั้งสิ้น โดยประการทั้งปวง ในอาณาเขต
ในที่ทั้งหมด ในกาลทุกเมื่อ เราทั้งหลาย จงสวดพระปริตรอันนั้นเทอญ



สำหรับคนเกิดวันพุธ (กลางคืน) ลวด ๑๒ จบ

กินนุ สันตะระมาโน วะ	ราหู สุริยั๋ง ปะมฺญจะติ
สังวิคคะรูปุ อาคัมมะ	กินนุ ภัโต วะ ติฏฐะสีตี
สัตตะธา เม ณะเล มุทธา	ชีวันโต นะ สุขัง ละเภ
พุทธะคาถาภิกิโตมहि โน	เจ มฺญเจยยะ สุริยันต

ดูก่อนราหู เพราะเหตุใดหนอ ท่านจึงเร่งรีบปล่อยพระอาทิตย์ไปเสีย
เล่า และทำไมหนอ ท่านจึงดูเศร้าสลด มาเย็นซึ่มอยู่ตรงนี้เล่า
ข้าพเจ้าถูกขับด้วยคาถาของพระพุทธเจ้า ดังนั้น หากข้าพเจ้าไม่ปล่อย
สุริยเทพบุตรไป ศีรษะของข้าพเจ้าพึงแตก ๗ เสีย ถึงมีชีวิตรอดอยู่ต่อไป
ก็จะไม่ได้รับความสุขเลย

สำหรับคนเกิดวันพฤหัสบดี ลวด ๑๘ จบ

ปุเรนตัมโพธิสัมภारे	นิพพัตตัง โมระโยนิยง
เยนะ สังวิทาร์กขัง	มะหาสัตตัง วิเนจระา
จิรัสสัง วายะมันตาปี	เนวะ สักขิงสุ คัณหิตุง
พรัหมะมันตันติ อักขาตัง	ปะริตตันตัมภะณามะ เห

ด้วยเดชแห่งพระบริตรใด ทำให้ไฟไม่เผาไหม้ ในที่ที่พระมหาสัตว์
ถือกำหนดเกิดเป็นนาคคัม ผู้กำลังบำเพ็ญบารมี เพื่อเสริญสร้าง
พระโพธิญาณ ท่านทั้งหลายโปรดจงสาธยายพระบริตรนั้น ซึ่งมีเดชมากมาย
ตั้งอยู่ได้ตลอดกับปี ที่พระโลกนาถเจ้าทรงตรัสไว้แก่พระสารีบุตรนั้นเถิด



สำหรับคนเกิดวันศุกร์ สวด ๒๑ จบ

อัปปะสันเนหิ นาถัสสะ สาสะเน สารุสัมมะเต
อะมะนุสเสหิ จัณเทหิ สะทา กิพพิสการิกิ
ปะริส้านัญจะตัสสันนะ มะหิงสาเย จะ कुตติยา
ยัันเทเสสิ มะหาวิโร ปะริตตันตัมภะณามะ เห

พระมหาวิโรเจ้าทรงแสดงพระปริตรใด เพื่อคุ้มครองพุทธบริษัทสี่
มิให้ถูกเบียดเบียนจากเหล่าอมนุษย์ผู้ดุร้าย หยาบกระด้างอยู่เสมอ
ไม่เลื่อมใสคำสอนของพระโลกนาถ อันบัณฑิตยกย่องว่าเป็น
คำสอนที่ดี ขอเราทั้งหลายจงร่วมกันสวดพระปริตรนั้นเถิด

สำหรับคนเกิดวันเสาร์ สวด ๑๐ จบ

ยะโตหัง ภะคะนิ อะริยาเย ชาติยา ชาโต นาภิขานามิ
สัญฺจิจะ ปาณัง ชีวิตา โวโรเปตา เตะนะ สัจเจนะ โสตถิ เต
โหดุ โสตถิ คัมภัสสะ

ดูก่อนน้องหญิง นับแต่เราเกิดโดยอริยชาตินี้แล้ว
เราไม่เคยคิดปลงชีวิตสัตว์เลย ด้วยสัจวาจา
ขอความสวัสดิ์จึงมีแก่เธอ ขอความสวัสดิ์จึงมีแก่กรรมของเธอ





“รติ เป็นแก่นของธรรม
แก่นของธรรมอยู่ที่รติ
นี้พากัน นิดทำนิด
ครั้งมีรติแก้แล้ว
ทำก็ไม่พลาด คิดก็ไม่พลาด
กุศลธรรมทั้งหลายจะเกิดขึ้น
เมื่อบุคคลอยู่กับรติแล้ว
รติเป็นในนุ รติกำลงัดแล้ว
จิตมันจึงรวม
เพราะรติคุ้มครองจิต”
หลวงปู่ขาว อนาลโย



มงคลชีวิต...

พบกับความสุข ความร่มรื่นในชีวิต

บทสวดมนต์กลุ่มนี้จะทำให้พบกับสิ่งที่เป็นมงคลกับชีวิต มีแต่ความสุขความเจริญ สามารถสวดได้ทุกเวลา ยกเว้นบทสวดพระคาถาอภยปริตรให้สวดก่อนนอน สามารถป้องกันภัยไม่ให้เกิดกับตนเอง ครอบครัว และภัยที่จะเกิดขึ้นในอนาคต



บทมงคลสูตร

(ลirimงคล และความเจริญรุ่งเรือง ๓๘ ประการ)

เอวัมเม สุตัง. เอกัง สะมะยัง ภาคะวา สาวัตถิยัง วิหะระติ
เซตวะเน อะนาถะปิณฑิกัสสะ อาราเม. อะถะโข
อัญญะตะรา เทวะตา อะภิกกันตายะ รัตติยา
อะภิกกันตะวันณมา เกวะละกัปปัง เซตวะนัง โอบาเสตวา
เยนะ ภาคะวา เตนุปะสังกะมิ อูปะสังกะมิตวา
ภาคะวันตัง อะภิวาเทตวา เอกะมันตัง อัญญาสิ.
เอกะมันตัง จูฑา โข สา เทวะตา ภาคะวันตัง คาถายะ
อัชณะภาสิ

ข้าพเจ้า (คือ พระอนานทเถระ) ได้สดับมาแล้วอย่างนี้ สมัยหนึ่ง
สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า เสด็จประทับอยู่ที่พระเชตวันวิหารอาราม
ของอนาถปิณฑิกเศรษฐี ใกล้เมืองสาวัตถี ครั้งนั้นแล เทพดาองค์ใด
องค์หนึ่ง ครั้นเมื่อราตรีปฐมยามล่วงไปแล้ว มีรัศมีอันงามยิ่งนัก ยัง
พระเชตวันทั้งสิ้นให้สว่าง พระผู้มีพระภาคเจ้า เสด็จประทับอยู่โดยที่ใด
ก็เข้าไปเฝ้าโดยที่นั่น ครั้นเข้าไปเฝ้าแล้ว จึงถวายอภิวัตพระผู้มี
พระภาคเจ้า แล้วได้ยืนอยู่ในที่สมควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นเทพดานั้น
ยืนอยู่ในที่สมควร ส่วนข้างหนึ่งแล้ว ได้ทูลพระผู้มีพระภาคเจ้า
ด้วยคาถาว่า



พะหุ เทวา มะนุสสา จะ
อากังขะมานา โสถถานัง

มังคะลานิ อะจินตะยุง
พฐิ มังคะละมุตตะมัง

หมู่เทวดาและมนุษย์เป็นอันมาก ผู้หวังความสุขดี ได้คิดหามงคลทั้ง
หลาย ขอพระองค์จงทรงเทศนามงคลอันสูงสุด

อะเสวะนา จะ พาลานัง
ปุชา จะ ปุชะนียานัง

ป็นทิตานัญจะ เสวะนา
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความไม่คบคนพาลทั้งหลาย ๑ ความคบบัณฑิตทั้งหลาย ๑
ความบูชาบุคคลที่ควรบูชาทั้งหลาย ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

ปะฏิฐปะเทสะวาโส จ
อัตตะสัมมาปะณิธิ จ

ปุพเพ จะ กะตะปะญญะตา
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความอยู่ในประเทศอันสมควร ๑ ความเป็นผู้มีบุญอันทำแล้วในกาล
ก่อน ๑ ความตั้งตนไว้ชอบ ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

พาสัจจัญจะ ลิปปัญจะ
สุภาสิตา จะ ยา วาจา

วินะโย จ สุติกขิตโต
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความได้ฟังแล้วมาก ๑ ศิลปศาสตร์ ๑ วินัยอันชนศึกษาดีแล้ว ๑
วาจาอันชนกล่าวดีแล้ว ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด



มาตาปิตุอุปัฏฐานัง
อะนาकुลา จะ กัมมันตา

ปุตตะทาร์สสะ สังคะโห
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความบำรุงมารดาบิดา ๑ ความสงเคราะห์ลูกและเมีย ๑ การงานทั้ง
หลายอันไม่อากุล ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

ทานัญจะ ธัมมะจะริยา จะ
อะนะวัชชานิ กัมมานิ

ญูตะกานัญจะ สังคะโห
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความให้ ๑ ความประพฤติธรรม ๑ ความสงเคราะห์ญาติทั้งหลาย ๑
กรรมทั้งหลายอันไม่มีโทษ ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

อาระตี วิระตี ปาปา
อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ

มัชชะปาณา จะ สัตถุญะโม
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความงดเว้นจากบาป ๑ ความสำรวมจากการดื่มน้ำเมา ๑
ความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

การะโว จะ นิวาโต จะ
กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง

สันตุภูลีสึ จะ กะตัญญูตา
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความเคารพ ๑ ความไม่จองหอง ๑ ความยินดีด้วยของอันมีอยู่ ๑
ความเป็นผู้รู้อุปการะอันท่านทำแล้วแก้ตน ๑ ความพึงธรรมโดยกาล
๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด



ขันตี จะ โสวะจัสสะตา
กาเลนะ อัมมะสากัจฉา

สมะญฺญานัญจะ ทัสสะนัง
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความอดทน ๑ ความเป็นผู้ว่าง่าย ๑ ความเห็นสมณะทั้งหลาย ๑
ความเจรจาธรรมโดยกาล ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

ตะโป จะ พรหมะจะริยัญจะ
นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ

อะริยะสัจจานะ ทัสสะนัง
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ความเพียรเผากิเลส ๑ ความประพฤติอย่างพรหม ๑ ความเห็นอริยสัจ
ทั้งหลาย ๑ ความทำพระนิพพานให้แจ้ง ๑ ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

มุญฺหัสสะ โลกะอัมเมหิ
อะโสกัง วิระชัง เขมมัง

จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ
เอตัมมังคะละมุตตะมัง

จิตของผู้ใดอันโลกธรรมทั้งหลายถูกต้องแล้ว ย่อมไม่หวั่นไหว ไม่มีใคร
ปราศจากธุลี เกษม ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด

เอตาทิสานิ กัตวานะ
สัพพัตถะ โสตถิ คัจฉันติ

สัพพัตถะมะปะราชาธา
ตันเตสัง มังคะละมุตตะมันติ

เทพดาและมนุษย์ทั้งหลาย กระทำมงคลทั้งหลายเช่นนี้แล้ว
เป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ในที่ทั้งปวง ย่อมถึงความสวัสดิ์ในที่ทั้งปวง
ข้อนี้เป็นมงคลอันสูงสุด ของเทพดาและมนุษย์ทั้งหลายเหล่านั้นแล





“ทำดี ดีกว่าขอพร”
พระภิกษุพระยานรรัตนราชมานิต
(ชมมวิตกโก)



บทอภยปริตร

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ
โย จามะนาโป สะกุณฺส สะสัทโท
ปาปคคะโห ทุสสุปีนัง อะกันตัง
พุทธานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ

กลางชั่วร้ายอันใด และอวมงคลอันใด เสียงนก เป็นที่ไม่ชอบใจอันใด
และบาปเคราะห์อันใด สุปิน (ความฝัน) ชั่ว อันไม่พอใจอันใดมีอยู่
ขอสิ่งเหล่านั้น จงถึงความพินาศไป ด้วยอานุภาพแห่งพระพุทธเจ้า

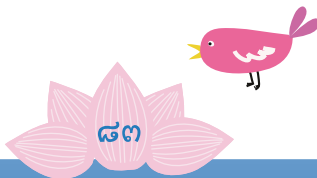
ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ
โย จามะนาโป สะกุณฺส สะสัทโท
ปาปคคะโห ทุสสุปีนัง อะกันตัง
ธัมมานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ

กลางชั่วร้ายอันใด และอวมงคลอันใด เสียงนก เป็นที่ไม่ชอบใจอันใด
และบาปเคราะห์อันใด สุปิน (ความฝัน) ชั่ว อันไม่พอใจอันใดมีอยู่
ขอสิ่งเหล่านั้น จงถึงความพินาศไป ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรมเจ้า



ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ
โย จามะนาโป สะกุณฺส สะสัทโท
ปาปคคะโห ทุสสุปีนัง อะกันตัง
สังฆานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ

กลางชั่วร้ายอันใด และอวมงคลอันใด เสียงนก เป็นที่ไม่ชอบใจอันใด
และบาปเคราะห์อันใด สุปิน (ความฝัน) ชั่ว อันไม่พอใจอันใดมีอยู่
ขอสิ่งเหล่านั้น จงถึงความพินาศไป ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์เจ้า



บทคาถามงคลจักรวาฬทั้ง ๘ ทิศ

อิหมัสมิง มงคลจักรวาฬทั้งแปดทิศ ประสิทธิจึงมาเป็นกำแพงแก้วทั้ง
เจ็ดชั้น มาป้องกันห้อมล้อมรอบครอบทั่ว

อนัตตา ราชะ เสमानา เขตเต สมนันตา สะตะโยชะนะ-
สะตะสะหัสธานี พุทธะชาละปะริกเขตเต รักขันตุ สุรักขันตุ

อิหมัสมิง มงคลจักรวาฬทั้งแปดทิศ ประสิทธิจึงมาเป็นกำแพง
แก้วทั้งเจ็ดชั้น มาป้องกันห้อมล้อมรอบครอบทั่ว

อนัตตา ราชะ เสमानา เขตเต สมนันตา สะตะโยชะนะ-
สะตะสะหัสธานี อัมมะชาละปะริกเขตเต รักขันตุ สุรักขันตุ

อิหมัสมิง มงคลจักรวาฬทั้งแปดทิศ ประสิทธิจึงมาเป็นกำแพง
แก้วทั้งเจ็ดชั้น มาป้องกันห้อมล้อมรอบครอบทั่ว

อนัตตา ราชะ เสमानา เขตเต สมนันตา สะตะโยชะนะ-
สะตะสะหัสธานี ปัจเจกะพุทธะชาละปะริกเขตเต รักขันตุ สุรักขันตุ

อิหมัสมิง มงคลจักรวาฬทั้งแปดทิศ ประสิทธิจึงมาเป็นกำแพงแก้ว
ทั้งเจ็ดชั้น มาป้องกันห้อมล้อมรอบครอบทั่ว

อนัตตา ราชะ เสमानา เขตเต สมนันตา สะตะโยชะนะ-
สะตะสะหัสธานี สังฆะชาละปะริกเขตเต รักขันตุ สุรักขันตุ





“ถ้าใครทำไม่ได้ นร้อโกรธ อย่าโกรธตอบ
ถ้าท่านโกรธตอบ ท่านจะโง่งมยิ่งกว่าเขา
จงเป็นคนฉลาด สงเคราะห์ เน้นใจเขา
เพราะเขากำลังได้ทุกข์”
นลวงพ่อชา คุภักดิ์



แผ่เมตตา...ไม่เบียดเบียนผู้อื่น สร้างกุศลให้ตัวเอง

การแผ่ความปรารถนา แผ่ความรัก ความปรารถนาดี ไปยังทุกคน รวมทั้งเจ้ากรรมนายเวรและสรรพสัตว์ ให้ได้รับความสุขถ้วนหน้า ทำให้จิตใจเยือกเย็น โดยมากจะแผ่เมตตาหลังจากนั่งสมาธิ การแผ่เมตตา ต้องแผ่เมตตาให้ตนเองก่อน เพื่อเป็นสักขีพยานว่าตัวเราก็อธิษฐานความสุข เกลียดความทุกข์นั้นใจ คนอื่นก็เป็นเช่นเดียวกัน แม้แต่มดตัวเล็กเราไปสะกิดก็กลัวตาย กลัวเจ็บเหมือนกัน เราไม่ควรที่จะไปเบียดเบียนคนอื่น



บทแผ่เมตตาให้ตนเอง

อะหัง สุขิโต โหมิ
(ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข)

อะหัง นิททุกโข โหมิ
(ขอให้ข้าพเจ้าปราศจากความทุกข์)

อะหัง อะเวโร โหมิ
(ขอให้ข้าพเจ้าปราศจากเวร)

อะหัง อภัยาปชโณ โหมิ
(ขอให้ข้าพเจ้าปราศจากอุปสรรคอันตรายทั้งปวง)

สุขี อัตตานัง परिहरามิ
(ขอให้ข้าพเจ้าจงมีความสุขกายสุขใจ รักษากายวาจาใจให้พ้นจาก
ความทุกข์ภัยทั้งปวงเถิด)





บทแผ่เมตตาสรรพสัตว์

สัพเพ สัตตา

สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์, เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

อะเวรา โหนตุ

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด, อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย

อัพยาปัชฌา โหนตุ

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด, อย่าได้พยาบาทเบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย

อะนีฆา โหนตุ

จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด, อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย

สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ

จงมีความสุขกายสุขใจ, รักษาตน, ให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด





“ไม่เศร้าโศก ถึงเรื่องทีล่วงไปแล้ว
ไม่พะวงถึงเรื่องที่ยังมาไม่ถึง
ดำรงตนอยู่กับปัจจุบัน
ฉะนั้น ผิดพรณและโบน่น่า จึงผ่องใสมีสุข”



บทกรวดน้ำ (แบบย่อ)

อิหัง เม ญาตินัง โหตุ สุขิตา โหนตุ ญาตะโย
ขอผลบุญนี้ จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า
ขอญาติทั้งหลายของข้าพเจ้าจงมีความสุขเถิด

บทกรวดน้ำ (แบบยาว)

อิมีนา ปุญญะกัมเมนะ อุปัชฌายา คุณุตตะรา
ด้วยบุญนี้ อุทิศให้ อุปัชฌาย์ ผู้เลิศคุณ

อาจะริยุปะการาจะ มาตาปิตา จะ ญาตะกา
และอาจารย์ ผู้เกื้อหนุน ทั้งพ่อแม่ และปวงญาติ

สุริโย จันทิมา ราชา คุณะวันตา นะราปี จะ
สุริย์จันทร์ และราชา ผู้ทรงคุณหรือสูงชาติ

พรหมะมารา จะ อินทา จะ โลกะปาลา จะ เทวะตา
พรหม มาร และอินทราช ทั้งทวยเทพ และโลกบาล



ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ มัชฌัตตา เวริกาปี จะ
ยมราช มนุษย์มิตร ผู้เป็นกลาง ผู้จองผลาญ

สัพเพ สัตตา สฺวี โหนตุ ปุญฺญานิ ปะกะตานิ เม
ขอให้เป็นสุขสานต์ทุกทัวหน้า อย่าทุกุชท์น บุญผองที่ข้าทำจงอำนาจศุภผล

สุขัง จะ ติวริธัง เทนตุ ชิปปัง ปาเปละ โว มะตัง
ให้สุขสามอย่างลัน ให้ลู่ถึงนิพพานลัน

อิมินา ปุญฺญะกัมเมนะ อิมินา อุกทิสเณะ จะ
ด้วยบุญนี้ที่เราทำ และอุทิศให้ปวงสัตว์

ชิปปังหัง สุลละเภ เจวะ ตัณหุปาทานะเจทะนัง
เราลันได้ ซึ่งการตัด ตัวตัณหา อุปาทาน

เย สันตानะ หินา อัมมา ยาวะ นิพพานะโต มะมัง
สิ่งชั่วในดวงใจ กว่าเราจะถึงนิพพาน

นัสสันตุ สัพพะทา เยะวะ ยัตถะ ชาโต ภาเว ภาเว
มลายลันจากสันดาน ทุกๆ ภาพ ที่เราเกิด



อุชุกิตตัง สะติปัญญา

สัลเลโข วิริยัมหิโน

มีจิตตรง และสติ ทั้งปัญญาอันประเสริฐ พร้อมทั้งความเพียรเลิศ
เป็นเครื่องชุกติเลสหาย

มารา ละภันตุ

โนกาสัง กาทุญจะ วิริเยสุ เม

โอกาส อย่าพึงมี แก่หมุมารทั้งสิ้นทั้งหลาย เป็นช่อง ประทุษร้าย
ทำลายล้างความเพียรจม

พุทธาติปะวะโร นาโธธัมโม

นาโธ ะรุตตะโม

พระพุทธผู้บรรณาถ พระธรรมที่พึงอุดม

นาโธ ปัจเจกะพุทโธ จะ

สังโฆ นาโธตตะโร มะมัง

พระปัจเจกะพุทธะสมทบพระสงฆ์ ที่ฝั่งทั้งผอง

เตโสตะตะมานุภาเวนะ

มาโรกาสัง ละภันตุ มา

ด้วยอานุภาพนั้น ขอหมุมารอย่าได้ช่อง





“เมื่อไม่วันไหนต่อความนับถือว่าร้าย
ความอิจฉาริษยาจากผู้อื่น
บุญบารมีก็กลายเป็น
ถ้าผู้ใดมีจิตวันไหนต่อคำคร่ำครึ
หรือนับจากผู้อื่นแล้ว
บุญบารมีก็ไม่แก่กล้าขึ้นได้
ขอให้พากันเข้าใจ”
หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ



