



สาธยายธรรม

สุกัธึ ฤมทอง

สารยาบธรรม

สุกักริ ฤมทอ

www.ajsupee.com

พืมพืครังที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๖

จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม

พืมพืครังที่ ๒ ฤมทอพัณธิ์ ๒๕๖๗

จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม

ISBN : 978-616-598-499-7

ภาพประกอบ

มนตธิย ขาวส้าอองคิ

แบบปก / ฐูปล่ม

ภาพพืมพื

พืมพืที่

บรืษัท ภาพพืมพื จ้ากัถ

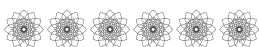
๔๕/๑๒-๑๔, ๓๓ ฤมู ๔ ถ.บางทรวย-จถนอม

ถ้าบลบางขนุน อ้าเกอบางทรวย

จ้งหวัดนนทบุรื

โทรศัฟท ๐-๒๔๗๙-๙๑๕๔-๖

โทรสาร ๐-๒๔๗๙-๙๑๕๓



จากเป็นธรรมทาน ห้ามจ้าหน่าย

คำนำ

หนังสือ “สาธยายธรรม” นี้ ผู้แปลได้นำหลักธรรมสำคัญที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในพระสูตรต่าง ๆ มาแปลและเรียบเรียงสำหรับสาธยายไปตามลำดับ มุ่งเน้นให้พุทธบริษัทได้เกิดความคุ้นเคยกับคำสอนของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงจำได้แม่นยำ คล่องแคล่ว พิจารณาเพื่อความเข้าใจ นำไปสู่การปฏิบัติตามคำสอนต่อไป ซึ่งการปฏิบัติตามคำสอนนี้ เป็นการบูชาพระพุทธเจ้าอย่างสูงสุด พระสูตรบางพระสูตรและบทธรรมบางบทที่เห็นว่าคุ้นเคยกันดีอยู่แล้ว ก็ใช้คำแปลเดิมจากหนังสือสวดมนต์ของสวนโมกขพลารามเป็นหลัก

เพื่อให้หนังสือนี้ เป็นประโยชน์ในหลายวัตถุประสงค์มากขึ้น จึงได้เพิ่มเติมเนื้อหาอีกหลายส่วน โดยแบ่งกลุ่มเป็น ๕ บท ดังนี้

(๑) **ทำวัตรเช้า-เย็น** สำหรับท่านที่สวดมนต์ทำวัตรเป็นประจำ จะได้สวดระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม และคุณพระสงฆ์ ทำจิตให้เลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัย ละทิ้งสิ่งที่ไม่เป็นแก่นสาร เข้าถึงธรรมะอย่างแท้จริง เป็นกระแสไหลไปในทางธรรมต่อไป

(๒) **บทสวดพิเศษ** สำหรับทบทวนพระธรรมคำสอนสั้น ๆ หรือใช้เป็นบทปริกรรมกรรมฐาน เอาไว้นึกเสมอ ๆ

เตือนสติให้ไม่หลงลืม ให้เป็นผู้ไม่ประมาท และเป็นบทสวดให้จิตเกิดบุญกุศล ทำให้เกิดความสุข เป็นปัจจัยให้เกิดสมาธิ

(๓) สารยาธรรม สำหรับสารยาคำสอนสำคัญของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นโครงสร้างหลักธรรมและหลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา รวมทั้งเป็น grunn สำหรับฝึกปฏิบัติทั้งด้านสมถะและวิปัสสนา

(๔) พระปริตร สำหรับเป็นเครื่องป้องกันคุ้มครองรักษาตัว ในกรณีที่ประสบภัยอันตรายจากความลำบากด้านการเลี้ยงชีพ เจ็บป่วย หรือถูกอมนุษย์ทำร้าย ก็ให้อาศัยสัจจวาจาที่ได้กล่าวถึงคุณพระรัตนตรัยเป็นเครื่องรักษา

(๕) พระอภิธรรม สำหรับทำความเข้าใจเบื้องต้นในทางอภิธรรม โดยนำบทสวดอภิธรรม ๗ คัมภีร์ที่เป็นประเพณีสวดงานศพมาแปลความหมายเบื้องต้นไว้ เพื่อท่านที่สนใจจะได้ศึกษาโดยละเอียดในโอกาสต่อไป

ขออนุโมทนา **ดร.เจษฎ์สุภา เบนซ์ทองหล่อ และครอบครัว** พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่เบนซ์ทองหล่อ ผู้เป็นเจ้าภาพในการพิมพ์ครั้งที่ ๒ นี้ และขอขอบคุณญาติธรรมทั้งหลายที่มีเมตตาต่อผู้แปลเสมอมา หากมีความผิดพลาดประการใด อันเกิดจากความด้อยสติปัญญาของผู้แปล ก็ขอขมาต่อพระรัตนตรัยและครูบาอาจารย์ทั้งหลาย และขอโหสิกรรมจากท่านผู้อ่านไว้ ณ ที่นี้ด้วย

สุกิริ ทุมทอง

ผู้แปล รวบรวมและเรียบเรียง

๔ มกราคม ๒๕๖๗

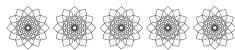
สารบัญ

๑. ก้าวตริชา-เย็น	๙
๑.๑ บทบูชาพระรัตนตรัย	๙
๑.๒ บทนมัสการพระรัตนตรัย	๑๑
๑.๓ ปุพพภาคนมการ	๑๒
๑.๔ คำทำวัตรเช้า	๑๓
๑.๕ คำทำวัตรเย็น	๒๖
๒. บทสวดพิเศษ	๓๙
๒.๑ ท้าวตติงสการปาฐะ	๓๙
๒.๒ เขมาเขมสรณทีปิกคาถา	๔๑
๒.๓ ภัทเทกรัตตคาถา	๔๓
๒.๔ ตีลักขณาทิกาถา	๔๕
๒.๕ การสวดตคาถา	๔๗
๒.๖ โอวาทปาติโมกขคาถา	๔๘
๒.๗ ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ	๕๐
๒.๘ บทพิจารณาสังขาร	๕๑
๒.๙ อภินิหปัจจเวกขณะ ๕	๕๔
๒.๑๐ ธาตุปัจจเวกชนปาฐะ	๕๖

๒.๑๑	ตั้งขณิกปัจจุเวกขณะปาฐะ	๖๐
๒.๑๒	สัพพัตติทานคาถา	๖๔
๒.๑๓	อุททิสสนาธิฎฐานคาถา	๖๖
๒.๑๔	คำขอขมา	๖๙
๒.๑๕	คำถวายอัฐภาพ	๗๑
๒.๑๖	บทแผ่เมตตา	๗๒
๒.๑๗	คำอุทิศส่วนกุศลและตั้งสังจาจะ	๗๔
๒.๑๘	คำอาราธนาและถวาย	๗๕
๒.๑๙	สรณคมน์และสิกขาบท	๗๘

๓.	สารยารธรรม	๘๓
๓.๑	ฉัมมจักกัปปวัตตนสูตร	๘๓
๓.๒	อริยอัฏฐังคิกมรรค	๙๘
๓.๓	กายคตาสติ ๑๘ วิธี	๑๐๘
๓.๔	อานาปานัสสติ ๑๖ ขั้น	๑๓๗
๓.๕	อนัตตลักขณสูตร	๑๔๔
๓.๖	อาทิตตปริยายสูตร	๑๕๙
๓.๗	ปฏิจจสมุปบาท	๑๗๑
๓.๘	มงคล ๓๘	๑๗๕
๓.๙	มหาสติปัฏฐานสูตร	๑๘๐

๔. พระปริตร	๒๙๓
๔.๑ รัตนปริตร	๒๙๓
๔.๒ อาถรรณิกปริตร	๓๐๖
๔.๓ เมตตปริตร	๓๐๘
๔.๔ ขันธปริตร	๓๑๓
๕. พระอภิธรรม	๓๑๗
๕.๑ ธรรมสังคณี	๓๑๗
๕.๒ วิภังค์	๓๑๙
๕.๓ ธาตุกถา	๓๒๑
๕.๔ บุคคลปัญญัตติ	๓๒๓
๕.๕ กถาวัตถุ	๓๒๖
๕.๖ ยมก	๓๒๘
๕.๗ ปิฎฐาน	๓๒๙
บรรณานุกรม	๓๓๒
ประวัติ ดร.สุกัร กุมทอง	๓๓๓







ทำวัตรเช้า-เย็น

๑.๑ บทบูชาพระรัตนตรัย

โย โส ณะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ

พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น พระองค์ใด เป็นพระอรหันต์
ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดย
พระองค์เอง

สวากขาโต เยนะ ณะคะวะตา ธัมโม

พระธรรมเป็นธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด
ตรัสไว้ดีแล้ว

สุปะฏิปันโน ยัสสะ ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์ใด
ปฏิบัติดีแล้ว

ตัมมะยัง ภาวะวันตัง สะธัมมัง สะสังขัง

อิเมหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปุชเยยามะ

ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอบูชาอย่างยิ่งซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า

พระองค์นั้น พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์

ด้วยเครื่องสักการะทั้งหลายเหล่านี้

อันยกขึ้นตามสมควรแล้วอย่างไร

สาธุ โน ภันเต ภาวะวา สุจิระปะรินิพพุโตปิ

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ

พระผู้มีพระภาคเจ้า แม้ปรินิพพานนานแล้ว

ทรงสร้างคุณอันสำเร็จประโยชน์ไว้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

ปัจฉิมาขณะตานุกัมปะมานะสา

ทรงมีพระเหตุยอนุเคราะห์แก่พวกข้าพเจ้า

อันเป็นชนรุ่นหลัง

อิเม สักกาเร ทุกคะตะปณณการะภูเต ปะฏิคคัณ्हหาตุ

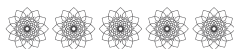
ขอพระผู้มีพระภาคเจ้า จงทรงรับเครื่องสักการะ

อันเป็นบรรณาการของคนยากทั้งหลายเหล่านี้

อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

เพื่อประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

ตลอดกาลนานเทอญ



๑.๒ บทนมัสการพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลส
เพลิงทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

พุทฺธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ.

ข้าพเจ้าอภิวาทพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
(กราบพร้อมระลึกว่า

พุทฺธโธ เม นาโถ พระพุทฺธเจ้าเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสไว้ดีแล้ว

ธัมมัง นะมัสสามิ.

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม

(กราบพร้อมระลึกว่า

ธัมโม เม นาโถ พระธรรมเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว

สังฆัง นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์

(กราบพร้อมระลึกว่า

สังโฆ เม นาโถ พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า)



๑.๓ ปุพพภาคนมการ

หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ะคะวะโต
 ปุพพะภาคะนะมะการัง ะโรมะ เส

นะโม ตัสสะ ะคะวะโต

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

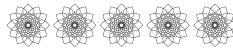
อะระหะโต

ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธัสสะ.

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

(กล่าว ๓ ครั้ง)



๑.๔ คำคำว้ตรเข้า

พุทธาภิกุติ

หั้นทะ มะยัง พุทธาภิกุติง กะโรมะ เส.

โย โส ตะถาคะโต

พระตถาคตเจ้าันั้น พระองค์ไ้

อะระหัง

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทโธ

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิทู

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้

อย่างไม่มีไ้ใครยิ่งกว่า

สัตถา เทวะมะนุสสานัง

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

พุทโธ

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

กะฉาว

เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์

โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพรัหฺมะกัง,
สัสสะมะณะพรัหฺมะณิง ปะชัง สะเทวะมะนุสสัง, สะยัง
อะภิญญา สัจฉิกัตถวา ปะเวเทสิ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ได้ทรงทำความดับทุกข์
ให้แจ้งด้วยพระปัญญาอันยิ่งเองแล้ว ทรงสอนโลกนี้
พร้อมทั้งเทวดา มาร พรหมและหมู่สัตว์ พร้อมทั้ง
สมณะ พราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์ให้รู้ตาม

โย ธัมมัง เทเสสิ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ทรงแสดงธรรมแล้ว

อาทิกัลยาณัง

ไพเราะในเบื้องต้น

มัชฌะกัลยาณัง

ไพเราะในท่ามกลาง

ปะริโยสานะกัลยาณัง

ไพเราะในที่สุด

สาตถัง สะพัณฺณะนัง เภวะละปะริปุณฺณัง ปะริสุทฺธัง

พรัหฺมะจะริยัง ปะกาเสสิ

ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือแบบแห่งการปฏิบัติ

อันประเสริฐ บริสุทธิ บริบูรณ์สิ้นเชิง

พร้อมทั้งอรรณะ พร้อมทั้งพญานาค

ตะมะหัง กะคะวันตัง อะภิปุชยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า
พระองค์นั้น

ตะมะหัง ภาคะวันตัง สิริสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระพุทธรูป)

ธัมมาภิกขุ

หันทะ มะยัง ธัมมาภิกขุติง กะโรมะ เส.

โย โส สักขาโต ภาคะวะตา ธัมโม

พระธรรมนั้นใด เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า
ได้ตรัสไว้ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

เอหิปปัสสิโก

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวแก่ผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน

ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปุชยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระธรรมนั้น

ตะมะหัง ธัมมัง สิริสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรมนั้น ด้วยเศียรเกล้า
(กราบระลึกพระธรรมคุณ)

สังฆาภิกุติ

หันทะ มะยัง สังฆาภิกุติง กะโรมะ เส.

โย โส สุปะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าฉันท์หมู่ใด
ปฏิบัติดีแล้ว

อุชุปะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติตรงแล้ว

ญายะปะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด
ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรม
เป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

สามิจิปะฏิปันโน ะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด
ปฏิบัติสมควรแล้ว

ยะทิทัง

ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ

จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่^๑ นับเรียงตัวบุรุษได้ ๘ บุรุษ

เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อาหุเนยโย

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา

ปาหุเนยโย

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

ทักขิเนยโย

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

อัญชะลิกระณีโย

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ

เป็นเนื่อบาบุญของโลก ไม่มีบาบุญอื่นยิ่งกว่า

ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระสงฆ์หมู่ นั้น

ตะมะหัง สังฆัง สิริสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์หมู่ นั้น ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระสังฆคุณ)

^๑ ๔ คู่ คือ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามิผล
อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล

รตนัตตยัปปณามคาถา

หันทะ มะยัง ระตะนัตตยัปปณามะคาถาโย เจวะ
สังเวคะปะริกิตตะนะปาฐัญญะ ภาณามะ เส.

พุทโธ สุสุทโธ ภะรณามะหัตถะโว

พระพุทธเจ้าผู้บริสุทธิ์ มีพระกรุณาจุฬามหรรณพ

โยจจันตะสุทฐัพพะระญาณะโลจะโน

พระองค์ใดมีตา คือญาณอันประเสริฐหมดจดถึงที่สุด

โลกัสสะ ปาปุปะกิเลสชะตะโก

เป็นผู้ฆ่าเสียซึ่งบาป และอุปกิเลสของโลก

วันทามิ พุทธัง อะหะมาทะเรนะ ตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น

โดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ

ธัมโม ปะทีโป วียะ ตัสสะ สัตถุโน

พระธรรมของพระศาสดา

สว่างรุ่งเรืองเปรียบดวงประทีป

โย มัคคะปากามะตะเกทะภินนะโก

จำแนกประเภทคือ มรรค ผล นิพพาน ส่วนใด

โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน

ซึ่งเป็นตัวโลกุตตระ

และส่วนใดที่ชี้แนวแห่งโลกุตตระนั้น

วันทามิ ธัมมัง อะหะมาตะเรนะ ตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น โดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

สังฆะ สุขเขตตารักยะติเขตตะสัณญิตโต

พระสงฆ์เป็นนาบุญอันยิ่งใหญ่ กว่านาบุญอันดีทั้งหลาย

โย ทิฏฐะสันโต สุขะตานุโพระโก

เป็นผู้เห็นพระนิพพาน ตรัสรู้ตามพระสุคตหมู่ใด

โลลัปปะหิโน อะริโย สุขะมะโส

เป็นผู้ละกิเลสเครื่องโลเล เป็นพระอริยเจ้ามีปัญญาดี

วันทามิ สังฆัง อะหะมาตะเรนะ ตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่ นั้น โดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

อิจจะวะเมกัณตะภิกุชะเนยยะกัง

วัดอุทิศยัง วันทะยะตาภิกังชะตัง

บุญยัง มะยา ยัง มะมะ สัพพะปัตถะวา

มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา.

บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งวัดอุทิศสาม คือพระรัตนตรัย

อันควรบูชายิ่งโดยส่วนเดียว

ได้กระทำแล้วเป็นอย่างยิ่งเช่นนี้

ขออุปัทวะทั้งหลาย จงอย่ามีแก่ข้าพเจ้าเลย

ด้วยอำนาจความสำเร็จอันเกิดจากบุญนั้น

สังเวคปริกิตตนปาฐะ

อิธะ ตะถาคะโต โลก อุปปันโน

พระตถาคตเจ้าเกิดขึ้นแล้ว ในโลกนี้

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ

เป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

ธัมโม จะ เทสิโต นิยยานิโก

และพระธรรมที่ทรงแสดง

เป็นธรรมเครื่องออกจากทุกข์

อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก

เป็นเครื่องสงบกิเลส เป็นไปเพื่อปรีติพพาน

สัมโพธะคามิ สุกะตปปะเวทิตโต

เป็นไปเพื่อความรู้พร้อม เป็นธรรมที่พระสุคตประกาศ

มะยันตัง ธัมมัง สุตฺวา เอวํ ชานามะ

พวกเราเมื่อได้ฟังธรรมนั้นแล้ว จึงได้รู้อย่างนี้ว่า

ชาติปิ ทุกขา

แม้ความเกิด ก็เป็นทุกข์

ชราปิ ทุกขา

แม้ความแก่ ก็เป็นทุกข์

มะระณฺมปิ ทุกขัง

แม้ความตาย ก็เป็นทุกข์

โสกะปะริทเวหะทุกะโหมะนัสสุปายาสาปิ ทุกา

แม้ความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย
ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์

อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข

ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

ยัมปิจังงะ นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง

มีความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์

สังขิตเตนะ ปัญญาปาทานักขันธา ทุกา

ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้นทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์

เสยยะถิทัง

ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ

รูปูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือรูป

เวทนะูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือเวทนา

สัญญาูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสัญญา

สังขารูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสังขาร

วิญญูญปาทานักขันโธ

ขันธอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือวิญญูญ

เยสัง ปะริญญาเย

เพื่อให้สาวกกำหนดรอบรู้อุปาทานขันธ เหล่านี้เอง

ธะระมาโน โส ณะคะวา

จึงพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เมื่อยังทรงพระชนม์อยู่

เอวัง พะหุลัง สาวะเก วิเนติ

ย่อมทรงแนะนำสาวกทั้งหลาย เช่นนี้เป็นส่วนมาก

เอวังภาคา จะ ปะนัสสะ ณะคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี

พะหุลา ปะวัตตะติ

อนึ่ง คำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

ย่อมเป็นไปในสาวกทั้งหลาย

ส่วนมาก มีส่วนคือการจำแนกอย่างนี้ว่า

รูปร่าง อะนิจจัง

รูปไม่เที่ยง

เวทนา อะนิจจา

เวทนาไม่เที่ยง

สัญญา อะนิจจา

สัญญาไม่เที่ยง

สังขาร อะนิจจา

สังขารไม่เที่ยง

วิญญูณัง อะนิจจัง

วิญญูณไม่เที่ยง

รูปร่าง อนัตตา

รูปไม่ใช่ตัวตน

เวทนา อนัตตา

เวทนาไม่ใช่ตัวตน

สัญญา อดิตตา สัญญาไม่ใช่ตัวตน
สังขาร อดิตตา สังขารไม่ใช่ตัวตน
วิญญาณ อดิตตา วิญญาณไม่ใช่ตัวตน

สัพเพ สังขาร อดิตตา
สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง

สัพเพ ธัมมา อดิตตา
ธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน ดังนี้

เต (หญิงว่า ตา) มะยัง โอติณณัมหะ
พวกเราทั้งหลาย เป็นผู้ถูกรอบงำแล้ว

ชาติยา โดยความเกิด
ชะรามะระณนะ โดยความแก่และความตาย

โสเกหิ परिเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ อูปายาเสหิ
โดยความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย
ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ทั้งหลาย

ทุกโขติณณา
เป็นผู้ถูกความทุกข์ หยั่งเอาแล้ว

ทุกขะปะเรตา
เป็นผู้มีความทุกข์ เป็นเบื้องหน้าแล้ว

อัปปะวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา
ปัญญาเยถาคิ.

ทำนอง การทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้
จะพึงปรากฏชัดแก่เราได้

(สำหรับภิกษุ - สามเณรสด)

จิระประรินิพพุตัมปิ ตัง ณะคะวันตัง อุททิสสะ อะระหังตัง
สัมมาสัมพุทฺธัง

เราทั้งหลาย อุทิศเฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า
ผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง
แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์นั้น

สัทธา อะคาร์ธมา อะนะการิยัง ปัพพะชิตา

เป็นผู้มีศรัทธา ออกบวชจากเรือน
ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือนแล้ว

ตัสมิท ณะคะวะติ พรัหมะจะริยัง จะรามะ

ประพฤติดูอยู่ซึ่งพรหมจรรย์
ในพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

ภิกขุณัง ลิกขาสาชีวะสะมาปันนา

ถึงพร้อมด้วยสิกขา
และธรรมเป็นเครื่องเลี้ยงชีวิตของภิกษุทั้งหลาย

ตัง โน พรัหมะจะริยัง อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ
อันตะกิริยาเย สังวัตตะตุ.

ขอให้พรหมจรรย์ของเราทั้งหลายนั้น
จงเป็นไปเพื่อการทำให้สุด
แห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ

(สำหรับอุบาสก - อุบาสิกาสวด)

จิระประรินิพพุตัมปิ ตัง ภาคะวันตัง สาระณัง คตะตา

เราทั้งหลาย ผู้ถึงแล้วซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า

แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์นั้นเป็นสรณะ

ธัมมัญจะ สังฆัญจะ

ถึงพระธรรมด้วย ถึงพระสงฆ์ด้วย

ตัสสะ ภาคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง

มะนะสิกะโรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ

จักทำในใจอยู่ ปฏิบัติตามอยู่

ซึ่งคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

ตามสติกำลัง

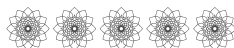
สา สา โน ปะฏิปัตติ

ขอให้ความปฏิบัตินั้น ๆ ของเราทั้งหลาย

อิมัสสะ เภาละสัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยาเย

สังวัตตะตุ.

จงเป็นไปเพื่อการทำให้สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ



๑.๕ คำทำวัตรเย็น

พุทธานุสสติ

หันทะ มะยัง พุทธานุสสedinะยัง กะโรมะ เส.

ตั้ง โข ปะนะ ะคะวันตัง เอวัง กัลยาณ กิตติสัทโท
อภุคคะโต

ก็กิตติศัพท์อันงามของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น
ได้ฟังไปแล้วอย่างนี้ว่า

อิติปิ โส ะคะวา

เพราะเหตุอย่างนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

อะระหัง

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทโธ

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิทู

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร ปุริสัทมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้
อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

สัตถา เทวมะนุสสานัง

เป็นครูผู้สอน ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

พุทโธ

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

ภะคะวาติ.

เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้

พุทธานิคำติ

หันทะ มะยัง พุทธานิคำติติง กะโรมะ เส.

พุทธานุสสะหังคะระระตาทิกุณายุตโต

พระพุทธานุสสะหังคะประกอบด้วยคุณ
มีความประเสริฐแห่งอรหันตคุณ เป็นต้น

สุทธานุสสะหังคะระระตาทิกุณายุตโต

มีพระองค์อันประกอบด้วยพระญาณ
และพระกรุณาอันบริสุทธิ

โพเธสิ โย สุชณะตัง กะมะลังวะ สุโร

พระองค์ใดทรงกระทำชนที่ดีให้เบิกบาน
ดุจอาทิตย์ทำบ่าวให้บาน

วันทามะหัง ตะมะระณัง สิริสา ชินนัง

ข้าพเจ้าไหว้พระชินสีห์ ผู้ไม่มีกิเลสพระองค์นั้น
ด้วยเศียรเกล้า

พุทโธ โย สัพพะปาณินัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง

พระพุทธเจ้าพระองค์ใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด
ของสัตว์ทั้งหลาย

ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิริเนหัง

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น
อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึก องค์ที่หนึ่ง ด้วยเศียรเกล้า

พุทธัสสาหัสมิ ทาโส (หญิงว่า ทาสี) วะ

พุทโธ เม สามิกิสสะโร

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระพุทธเจ้า
พระพุทธเจ้าเป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า

พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาทา จะ หิตัสสะ เม

พระพุทธเจ้าเป็นเครื่องกำจัดทุกข์
และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะริรัญชีวิตัญจิหัง

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แต่พระพุทธเจ้า

วันทันโตหัง (หญิงว่า ตีหัง) จะริสสามิ พุทธัสสวะ สะโฬิธัง

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม
ซึ่งความตรัสรู้ดีของพระพุทธเจ้า

นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง พุทโธ เม สรรณัง วะรัง
สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

พระพุทธรเจ้าเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑฒะยัง สัตถุสาสะเน
ด้วยการกล่าวคำสัจนี้

ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

พุทธี เม วันทะมานะ (หญิงว่า มานายะ)

ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อีระ

ข้าพเจ้าผู้ให้อยู่ซึ่งพระพุทธรเจ้า

ได้ชวนชวนบุญใดในบัดนี้

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาहेสุ ตัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า ด้วยเดชแห่งบุญนั้น

(หมอบกราบกล่าวขอขมา)

กาเยนะ วาจาเยนะ วะ เจตะสา วา

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง

กรรมน่าติเตียนอันใด

ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระพุทธรเจ้า

พุทโธ ปะฏิคคัณ्हะตุ อัจจะยันตัง

ขอพระพุทธรเจ้า จงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทเธ.

เพื่อการสำรวมระวังในพระพุทธรเจ้า ในกาลต่อไป

ธัมมานุสสติ

หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.

สัรวากขาโต ภาวะวะตา ธัมโม

พระธรรมเป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

เอหิปปัสสิโก

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวแก่ผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจุตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ.

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน ดังนี้

ธัมมาภิกคัติ

หันทะ มะยัง ธัมมาภิกคิตัง กะโรมะ เส.

สัรวากขาตะตาทิกุณะโยคะวะเสนะ เสยโย

พระธรรมเป็นสิ่งที่ประเสริฐ เพราะประกอบด้วยคุณ
คือความที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสไว้ดีแล้ว เป็นต้น

โย มัคคะปากะปะริยัตติวิโมกขะเกโท

เป็นธรรมอันจำแนกเป็น มรรค ผล ปรียัติ และนิพพาน

ธัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธาริ

เป็นธรรมทรงไว้ซึ่งผู้ทรงธรรม จากการตกไปสู่โลกที่ชั่ว

วันทามะหัง ตะมะหะรัง ะระธัมมะเมตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมอันประเสริฐนั้น

อันเป็นเครื่องขจัดเสียซึ่งความมืด

ธัมโม โย สัพพะปาณินัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง

พระธรรมใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด

ของสัตว์ทั้งหลาย

พุทธานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น

อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึก องค์ที่สอง

ด้วยเศียรเกล้า

ธัมมัสสาหัง สาทิส (หญิงว่า ทาสี) ะ

ธัมโม เม สามิกิสสะโร

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระธรรม

พระธรรมเป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า

ธัมโม ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาทา จะ หิตัสสะ เม

พระธรรมเป็นเครื่องกำจัดทุกข์

และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

ธัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สะริรัญชีวิตัตถัจจัง

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แต่พระธรรม

วันทันโตหัง (หญิงว่า ตีหัง) จะริสสามิ

ธัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม

ซึ่งความเป็นธรรมดีของพระธรรม

นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง ธัมโม เม สรรณัง วะรัง

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

พระธรรมเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัชเฒยยัง สัตถุ สาสะเน

ด้วยการกล่าวคำสัจนี้

ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

ธัมมัง เม วันทะมานะ (หญิงว่า มานายะ)

ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิระ

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระธรรม

ได้ชวนชวายนบุญใดในบัดนี้

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาhesุ ทัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า

ด้วยเดชแห่งบุญนั้น

(หมอบกราบกล่าวขอขมา)

กาเยนะ วาจาเยนะ วะ เจตตะสา วา

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง

กรรมน่าติเตียนอันใด

ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระธรรม

ธัมโม ปะฏิคคัณ्हะตุ อัจจะยันตัง

ขอพระธรรม จงดซึ่งโทษล่องเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม.

เพื่อการสำรวมระวังในพระธรรม ในกาลต่อไป

สังฆานุสสติ

หันทะ มะยัง สังฆานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.

สุปะฏิปันโน ะกะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติดีแล้ว

อุชุปะฏิปันโน ะกะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติตรงแล้ว

ญายะปะฏิปันโน ะกะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด

ปฏิบัติเพื่อรูธรรม เป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

สามิจิปะฏิปันโน ภาวะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด

ปฏิบัติสมควรแล้ว

ยะทิทั้ง

ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ

จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่^๒ นับเรียงตัวบุรุษ ได้ ๘ บุรุษ

เอสะ ภาวะวะโต สาวะกะสังโฆ

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อาหุเนยโย

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา

ปาหุเนยโย

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

ทักขิเนยโย

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

อัญชลีกระณียโย

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ.

เป็นเนื่อบาบุญของโลก ไม่มีบาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้

^๒ ๔ คู่ คือ โสตาปัตติมรรค โสตาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามิผล อนาคามิมรรค
อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล

สังฆาภิบาล

หันทะ มะยัง สังฆาภิบาลัง กะโรมะ เส.

สัทธัมมปะทิตะ สุปะฏิปัตติคณาทิยุตโต

พระสงฆ์ที่เกิดโดยพระสังฆกรรม ประกอบด้วยคุณ
มีความปฏิบัติดี เป็นต้น

โยจฺญัพพะติ อะริยะบุคคละสังฆะเสฏฺฐโ

เป็นหมู่แห่งพระอริยบุคคลอันประเสริฐ ๘ จำพวก

สีลาธิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต

มีกายและจิต อันอาศัยธรรมมีศีลเป็นต้น อันบรร

วันทามะหัง ตะมะรียานะคะณัง สุสุทัง

ข้าพเจ้าไหว้หมู่แห่งพระอริยเจ้าเหล่านั้น
อันบริสุทธิ์ด้วยดี

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง

พระสงฆ์หมู่ใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด
ของสัตว์ทั้งหลาย

ตะติยานุสสะติญฺฐานัง วันทามิ ตัง สีเรนะหัง

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้น
อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่สาม ด้วยเศียรเกล้า

สังฆัสสาหังสามิ ทาโส (หญิงว่า ทาสี) วะ

สังโฆ เม สามิกิสสะโร

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระสงฆ์
พระสงฆ์เป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า

สังโฆ ทุกข์สละ ฆาตา จะ วิธาทา จะ หิตัสสะ เม

พระสงฆ์เป็นเครื่องกำจัดทุกข์

และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

สังฆัสสาหัง นิยยาเทมิ สรรีรัญชีวิตัญจิทัง

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แต่พระสงฆ์

วันทนต์โทหัง (หญิงว่า ตีหัง) จะริสสามิ

สังฆัสโสปะฏิปณนัตถัง

ข้าพเจ้าผู้ให้อยู่จำกัประพฤติตาม

ซึ่งความปฏิบัติดีของพระสงฆ์

นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง สังโฆ เม สรรณัง วะรัง

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

พระสงฆ์เป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัทเทมยยัง สัตถุสสาสะเน

ด้วยการกล่าวคำสัจนี้

ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

สังฆัง เม วันทะมานะ (หญิงว่า มานายะ)

ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิระ

ข้าพเจ้าผู้ให้อยู่ซึ่งพระสงฆ์ ได้ชวนชวนบุญใดในบัดนี้

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาहेสุง ตัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า

ด้วยเดชแห่งบุญนั้น

(หมอบกราบกล่าวขอขมา)

กาเยนะ วาจาเยนะ วะ เจตตะสา วา

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระสงฆ์

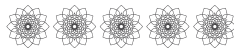
สังโฆ ปะฏิคคัณ्हะตุ อัจจะยันตัง

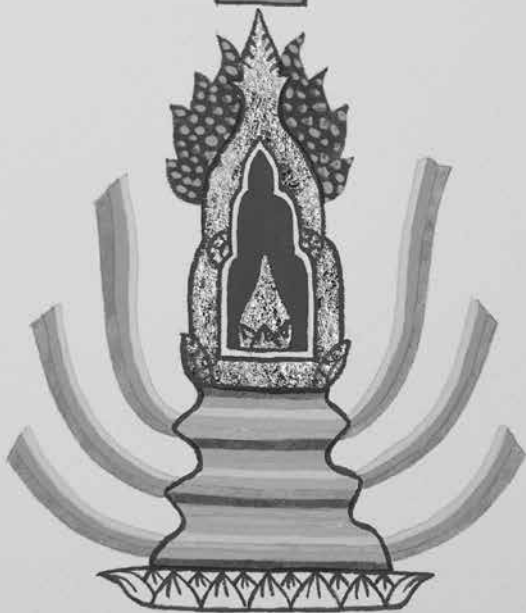
ขอพระสงฆ์ จงดลซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ.

เพื่อการสำรวมระวังในพระสงฆ์ ในกาลต่อไป

(จบคำทำวัตรเย็น)







บทสวดพิเศษ

๒.๑ กัณฑ์ตั้งสาการปาฐะ

หันทะ มะยัง ทักขังสาการะปาฐัง ภาณามะ เส.

อติ อิมัสมิง กาเย	ในร่างกายนี้มี
เกสา	ผมทั้งหลาย
โลมา	ขนทั้งหลาย
นะชา	เล็บทั้งหลาย
ทันตา	ฟันทั้งหลาย
ตะโจ	หนัง
มังสั	เนื้อ
นหารู	เอ็นทั้งหลาย
อฏฐิ	กระดูกทั้งหลาย
อฏฐิมิณูชัง	เยื่อในกระดูก
วักกัง	ไต
หะทะยัง	หัวใจ
ยะกะนัง	ตับ
กิโลมะกัง	พังผืด

ปีหะกัง	ม้าม
ปีปผาสัง	ปอด
อันตัง	ไส้ใหญ่
อันตะคุณัง	ไส้เล็ก
อุทเธริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปีตตัง	น้ำดี
เสมหัง	น้ำเสลด
บุพโพ	น้ำหนอง
โลหิตตัง	น้ำเลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันข้น
อัสสุ	น้ำตา
วะสา	มันเหลว
เชโฬ	น้ำลาย
สิงฆาณิกา	น้ำมูก
ละลีกา	น้ำไขข้อ
มุตตัง	น้ำมูตร
มัตตะเก มัตตะลุงคัง	เยื่อมันสมองในกะโหลกศีรษะ
อิติ.	ดังนี้แล

๒.๒ เขมาเขมสรณทัฬหีคาถา

หันทะ มะยัง เขมาเขมสละระณะทัฬหีคาถาโย

ภะณามะ เส.

พะทุง เว สะระณัง ยันติ ปัพพะตานิ ะนานิ จะ
 อารามะรูกะเจตียานิ มะนุสสา ภะยะตัสซิทา
 มนุสยัเป็นอันมาก เมื่อเกิดมีภัยคุกคามแล้ว
 ก็ถือเอาภูเขาบ้าง ป่าไม้บ้าง
 อารามและรูกะเจตีย้าง เป็นสรณะ
 เนตัง โข สะระณัง เขมัง เนตัง สะระณะมุตตะมัง
 เนตัง สะระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ
 นั้นมิใช่สรณะอันเกษมเลย นั้นมิใช่สรณะอันสูงสุด
 เขาอาศัยสรณะนั้นแล้ว ย่อมไม่พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้
 โย จะ พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สะระณัง คะโต
 จัตตาริ อะริยะสัจจานิ สัมมปปัญญาเยะ ปัสสะติ
 ส่วนผู้ใดถือเอาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์
 เป็นสรณะแล้ว
 เห็นอริยสัจ คือความจริงอันประเสริฐ ๔
 ด้วยปัญญาอันชอบ

ทุกขัง ทุกขะสมุปปาตัง ทุกข์สส จะ อะติกกะมัง
 อริยัญญูจันตักัง มัคคัง ทุกขุปะสมะคามินัง

คือเห็นความทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์

ความก้าวล่วงทุกข์เสียได้

และหนทางมีองค์ ๘ อันประเสริฐ

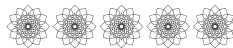
เครื่องถึงความระงับทุกข์

เอตัง โข สรรณัง เขมัง เอตัง สรรณะมุตตะมัง

เอตัง สรรณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ.

นั่นแหละ เป็นสรณะอันเกษม นั่นเป็นสรณะอันสูงสุด

เขาอาศัยสรณะนั้นแล้ว ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้



๒.๓ ภัทเทกรัตตคาถา

หันทะ มะยัง ภัทเทกะรัตตะคาถาโย ภะณามะ เส.

อะตีตัง นานัวาคะเมยยะ นัปปะฎักังเข อะนาคะตัง

บุคคลไม่ควรตามคิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้วด้วยอาลัย
และไม่พึงพะวงถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง

ยะหะตีตัมปะหิณันตัง อัปปัตตัญจะ อะนาคะตัง

สิ่งเป็นอดีตก็ละไปแล้ว สิ่งเป็นอนาคตก็ยังไม่มา

ปัจจุปปันนัญจะ โย ธัมมัง ตตตะ ตตตะ วิปัสสะติ

อะสังหิรัง อะสังกุปปัง ตัง วิทธา มะนุพฺพุทะเย

ผู้ใดเห็นธรรมอันเกิดขึ้นเฉพาะหน้าในที่นั้น ๆ

อย่างแจ่มแจ้ง ไม่อ่อนแอ คลอนแคลน

เขาควรพอกพูนอาการเช่นนั้นไว้

อัชเชวะ กิจจะมาตูปัง โก ชัญญา มะระณัง สุเว

ความเพียรเป็นกิจที่ต้องทำวันนี้

ใครจะรู้ความตาย แม้พรุ่งนี้

นะ หิ โน สังคะรันเตนะ มะหาเสเนนะ มัจจุณา

เพราะการแผ่เพียรต่อมัจจุราชซึ่งมีเสนามาก

ย่อมไม่มีสำหรับเรา

เอวัง วิหาริมิตาปิ

อะโหรัสตะมะตันทิตัง

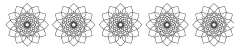
ตัง เว ภัทเทกะรัตโตติ

สันโต อาจิกขะเต มุนิ.

มุนิผู้สงบ ย่อมกล่าวเรียก ผู้มีความเพียรอยู่เช่นนั้น

ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันกลางคืนว่า

“ผู้เป็นอยู่แม้เพียงราตรีเดียว ก็น่าชม”

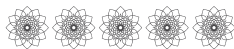


๒.๔ ติลักขณาทิคาทา

หันทะ มะยัง ติลักขณาทิคาทาโย ภะณามะ เส.

- สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสະติ**
เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง
- อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**
เมื่อนั้น ย่อมเหนี่ยวนำในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง
นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด
- สัพเพ สังขารา ทุกขาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสະติ**
เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์
- อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**
เมื่อนั้น ย่อมเหนี่ยวนำในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง
นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด
- สัพเพ ธัมมา อนัตตาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสະติ**
เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า
ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา
- อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา**
เมื่อนั้น ย่อมเหนี่ยวนำในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง
นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด
- อัปปะกา เต มนุสเสสุ เย ชะนา ปาระคามิโน**
ในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย ผู้ที่ถึงฝั่งแห่งพระนิพพานมีน้อยนัก

อะถายัง อิตระา ปะชา ตีระเมวานุชาวะติ
 หมุ่มนุษย์นอกนั้น ย่อมวิ่งเลาะอยู่ตามฝั่งในนี้เอง
 เย จะ โข สัมมะทักขาเต รัมเม รัมมานุวัตติโน
 ก็ชนเหล่าใด ประพฤติสมควรแก่ธรรม
 ในธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้ว
 เต ชะนา ปาระเมสสันติ มัจจุเธยยัง สุหุตตะรัง
 ชนเหล่านั้นจักถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน
 ข้ามพ้นบ่วงแห่งมัจจุที่ข้ามได้ยากนัก
 กัณ्हัง รัมมัง วิปะหายะ สุกัง ภาเวละ ปณตฺโต
 จงเป็นบัณฑิตละธรรมดำเสีย แล้วเจริญธรรมขาว
 โอภา อะโนกะมาคัมมะ วิเวเก ยัตถะ ทูระมัง
 ตัตฺตาริระติมิจเฉยยะ หิตฺวา กาเม อะภิญจะโน.
 จงมาถึงที่ไม่มีน้ำ จากที่มีน้ำ จงละกามเสีย
 เป็นผู้ไม่มีความกังวล
 จงยินดีเฉพาะต่อพระนิพพาน อันเป็นที่สัจ
 ซึ่งสัตว์ยินดีได้โดยยาก



๒.๕ การสวดตคาภา

หันทะ มะยัง ภาเรสุตตะคาถาโย ภาณามะ เส.

ภารา หะเว ปัญจักขันธา

ขันธทั้ง ๕ เป็นของหนักเน้อ

ภาระหาโร จะ ปุคคะโล

บุคคลแหละ เป็นผู้แบกของหนักพาไป

ภาราทานัง ทุกขัง โลเก

การแบกถือของหนัก เป็นความทุกข์ในโลก

ภาระนิกเขปะนัง สุขัง

การสลัดของหนักทิ้งลงเสีย เป็นความสุข

นิกขิปิต์วา คะรุง ภารัง

พระอริยเจ้า สลัดทิ้งของหนักลงเสียแล้ว

อัญญัง ภารัง อะนาทียะ

ทั้งไม่หยาบฉวยเอาของหนัก อันอื่นขึ้นมาอีก

สะสมลัง ตัณห์หัง อัพพุหะ

ก็เป็นผู้ถอนตัณหาขึ้นได้กระทั่งราก

นิจฉาโต ประนิพพุโต.

เป็นผู้หมดสิ่งปรารถนา ดับสนิทไม่มีส่วนเหลือ



๒.๖ โอวาทปาติโมกขคาถา

หันทะ มะยัง โอวาทะปาติโมกขะคาถาโย ภะณามะ เส.

สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง

การไม่ทำบาปทั้งปวง

กุสะลัสสูปะสัมปะทา

การทำกุศลให้ถึงพร้อม

สะจิตตะปะริโยทะปะนัง

การชำระจิตของตนให้ขาวรอบ

เอตัง พุทธานะ สาสะนัง

ธรรม ๓ อย่างนี้ เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

ขันติ ประมะมัง ตะโป ตีติกขา

ขันติ คือความอดกลั้น เป็นธรรมเครื่องเผากิเลสอย่างยิ่ง

นิพพานัง ประมะมัง ะหันทิ พุทธา

ผู้รู้ทั้งหลายกล่าวพระนิพพานว่าเป็นธรรมอันยิ่ง

นะ หิ ปัพพะชิโต ปะรุปะฆาตี

ผู้กำจัดสัตว์อื่นอยู่ ไม่ใช่ชื่อว่า เป็นบรรพชิตเลย

สะมะโณ โหติ ปะรัง วิหะฐะณันโต

ผู้ทำสัตว์อื่นให้ลำบากอยู่ ไม่ใช่ชื่อว่า เป็นสมณะเลย

อะนุปะวาโท อะนุปะฆาโต

การไม่พูดร้าย การไม่ทำร้าย

ปาติโมกฺเข จะ สังวะโร

การสำรวมในปาติโมกข์

มัตตัญญูตา จะ ภาตัสสัมมิง

ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค

ปันทัญจะ สะยะนาสะนัง

การนอน การนั่ง ในที่อันสงัด

อะธิจิตเต จะ อาโยโค

ความหมั่นประกอบ ในการทำจิตให้ยิ่ง

เอตัง พุทธานะ สาสะนัง.

ธรรม ๖ อย่างนี้ เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย



๒.๗ ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ

หันทะ มะยัง ปัจฉิมะพุทโธวาทะปาฐัง ภาณามะ เส.

หันทะทานิ ภิกขเว อามันตยา มิ โว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้ เราขอเตือนท่านทั้งหลายว่า

วาระธัมมา สังขารา

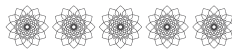
สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

อัปปะมาเทนะ สัมปาเทถะ

ท่านทั้งหลาย จงทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด

อะยัง ตะถาคะตัสสะ ปัจฉิมา วาจา.

นี่เป็นพระวาจา มีในครั้งสุดท้ายของพระตถาคตเจ้า



๒.๘ บทพิจารณาสังขาร

หันทะ มะยัง ธัมมะสังเวคะปัจจะเวกขณะปาฐัง
ภะณามะ เส.

สัพเพ สังขารา อะนิจจา

สังขาร คือร่างกาย จิตใจ และรูปธรรม
นามธรรม ทั้งหมดทั้งสิ้น มันไม่เที่ยง
เกิดขึ้นแล้ว ดับไป มีแล้วหายไป

สัพเพ สังขารา ทุกขา

สังขาร คือร่างกาย จิตใจ และรูปธรรม
นามธรรม ทั้งหมดทั้งสิ้น มันเป็นทุกข์
ทนยาก เพราะเกิดขึ้นแล้ว แก่ เจ็บ ตายไป

สัพเพ ธัมมา อนัตตา

สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ทั้งที่เป็นสังขาร และมีใช้สังขาร
ทั้งหมดทั้งสิ้น ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ควรถือว่าเรา
ว่าของเรา ว่าตัวว่าตนของเรา

อะธวัง ชีวิตัง

ชีวิตเป็นของไม่ยั่งยืน

ธวัง มะระณัง

ความตายเป็นของยั่งยืน

อะวัสสัง มะยา มะริตัพพัง

อันเราจะพึงตายเป็นแท้

มะระณะปะริโยสานัง เม ชีวิตัง

ชีวิตของเรา มีความตายเป็นที่สุตรอบ

ชีวิตัง เม อนิยะตัง

ชีวิตของเรา เป็นของไม่เที่ยง

มรรณัง เม นิยะตัง

ความตายของเรา เป็นของเที่ยง

วตะ

ควรที่จะสังเวช

อะยัง กาโย

ร่างกายนี้

อะจิริง

มิได้ตั้งอยู่นาน

อะเปตะวิญญาโน

ครั้นปราศจากวิญญาณ

จุทโท

อันเขาทิ้งเสียแล้ว

อะธิเสสสะติ

จักนอนทับ

ปะฐะวิง

ซึ่งแผ่นดิน

กะลิงคะรัง อิวะ

ประคุดตั้งว่าท่อนไม้

และท่อนฟืน

นิรัตถัง

หาประโยชน์มิได้

อะนิจจา วตะ สังขารา

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ

อุปาทะวะยะธัมมิโน

มีความเกิดขึ้นและมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

อุปปัชชีตฺวา นิรุชฌันติ

ครั้นเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป

เตสัง วูปะสะโม สุโข

ความเข้าไปสงบระงับสังขารทั้งหลายเป็นความสุข

สัพเพ สัตตา มะรันติ จะ

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงกำลังตายอยู่ด้วย

มะริงสุ จะ มะริสสะเร

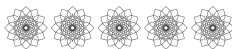
ตายแล้วด้วย และกำลังจะตายด้วย

ตะเถวะหัง มะริสสามิ

เราก็จักตายอย่างนั้นเหมือนกัน

นัตถิ เม เอตถะ สังสะโย.

ความสงสัยในความตายนี้ ย่อมไม่มีแก่เราเลย



๒.๔ อภินิหารปัจเจกชน ๕

หันทะ มะยัง อะภินิหารปัจเจกชนปาฐัง
ภะณามะ เส

ชะราธัมโมมฺหิ ชะรัง อะนะติโต

เรามีความแก่เป็นธรรมดา
จะล่องพ้นความแก่ไปไม่ได้

พฺยาธัมโมมฺหิ พฺยาธัง อะนะติโต

เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา
จะล่องพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้

มะระณะธัมโมมฺหิ มะระณัง อะนะติโต

เรามีความตายเป็นธรรมดา
จะล่องพ้นความตายไปไม่ได้

สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว

เราจะละเว้นเป็นต่าง ๆ คือว่าจะพลัดพราก
จากของรักของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวง

กัมมัสสะโกมฺหิ

เรามีกรรมเป็นของ ๆ ตน

กัมมะทายาโท

เป็นผู้รับผลของกรรม

กัมมะโยนิ

มีกรรมเป็นกำเนิด

กัมมะพันธุ

มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์

กัมมะปะฏิสะระโณ

มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย

ยัง กัมมัง ะริสสามิ

เราจักทำกรรมอันใดไว้

กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา

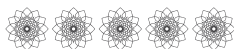
ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม

ตัสสะ ทายาโท ะริสสามิ

เราจักเป็นผู้ได้รับผลของกรรมนั้น

เอวัง อัมहेหิ อะภินันฺทัง ปัจจะเวกขิตฺตพฺพัง.

เราทั้งหลายพึงพิจารณาเนือง ๆ อย่างนี้แล



๒.๑๐ ธาตุปัจจะเวกขณปาฐะ

หันทะ มะยัง ธาตุปัจจะเวกขณะณปาฐัง ภาณามะ เส.

พิจารณาจิวร

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้ นี่เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

ยะทิทัง จีวะรัง ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้ คือ จีวร และคนผู้ใช้สอยจีวรนั้น

ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตะอันยั่งยืน

นิขชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

สุญญ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพพานิ ปะนะ อิมานิ จีวะราณี อะชิคฺฉะณียานิ

ก็จิวรทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปุติกายัง ปัตตวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

อะติวิยะ ชิคฺฉะณียานิ ชายันติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

พิจารณาอาหาร

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้ นี่เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

ยะทิทัง ปิณฑะปาโต ตะหุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้ คือ บิณฑบาต และคนผู้บริโภคบิณฑบาตนั้น

ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตว์ะอันยังยืน

นิชชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

สุญญ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพโพ ปะนายัง ปิณฑะปาโต อะชิคุจจะนีโย

ก็บิณฑบาตทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปุติกายัง ปัตวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

อะติวิยะ ชิคุจจะนีโย ชายะติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

พิจารณาที่อยู่อาศัย

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้ นี่เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

ยะทิทัง เสนาสนะนัง ตะพุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้ คือ เสนาสนะ และคนผู้ใช้สอยเสนาสนะนั้น

ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน

นิชชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

สุญญโ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพพานิ ปะนะ อิมานิ เสนาสนะนานิ อะชิคุจจะนิยานิ

ก็เสนาสนะทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปุติกายัง ปัตวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

อะติวิยะ ชิคุจจะนิยานิ ชายันติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

พิจารณาอารักขาโรค

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้ นี่เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

ยะทิทัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร

ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้ คือ เภสัชบริหารอันเกื้อกูลแก่คนไข้

และคนผู้บริโภคเภสัชบริหารนั้น

ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน

นิชชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

สุญญโ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพโพ ปะนายัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร

อะชิคุจฉะนีโย

ก็คิลานเภสัชบริหารทั้งหมดนี้

ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปุติกายัง ปัตถวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

อะติวิยะ ชิคุจฉะนีโย ชายะติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน



๒.๑๑ ดั่งขณิกปัจจเวกขณปาฐะ

หันทะ มะยัง ตั้งขณิกะปัจจะเวกขณะปาฐัง ภาณามะ เส.

พิจารณาจิวร

ปะภูสังขา โยนิโส จีวะรัง ปะภูเสวามิ

เราย่อมพิจารณาโดยแยกคายแล้ว นุ่งห่มจิวร*

(สำหรับฆราวาส สวด ใช้สอยเครื่องนุ่งห่ม)

ยาวะเทวะ สัตถัสสะ ปะภูฆาตายะ

เพียงเพื่อบำบัดความหนาว

อุณ्हัสสะ ปะภูฆาตายะ

เพื่อบำบัดความร้อน

ทังสะมะกะสะวาตาคะปะสิริงสะปะสัมผัสสถานัง

ปะภูฆาตายะ

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด

และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

ยาวะเทวะ หิริโกปินะปะภูจฉาทะนัตถัง.

และเพียงเพื่อปกปิดอวัยวะอันให้เกิดความละอาย

พิจารณาอาหาร

ปะภูสีงขา โยนิโส ปิณฑะปาตัง ปะภูเสวามิ

เราย่อมพิจารณาโดยแยกคายแล้ว ฉันทิณฑะปาต*
(สำหรับขรรวาส สวดเป็น บริโภคอาหาร)

เนวะ ท้วายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเพลิดเพลินสนุกสนาน

นะ มะทายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเมามันเกิดกำลังพลังทางกาย

นะ มัณฑะนายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อประดับ

นะ วิญฺเฐนายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อตกแต่ง

ยาวะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ จูติยา

แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้

ยาปะนายะ

เพื่อความเป็นไปได้ของอรรถภาพ

วิหิงสุปะระติยา

เพื่อความสิ้นไปแห่งความลำบากทางกาย

พรัหฺมะจะรียานุคคะหายะ

เพื่ออนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์

อิติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะฏิหังขามิ

ด้วยการทำอย่างนี้ เราย่อมระงับเสียได้
ซึ่งทุกขเวทนาเก่า คือความหิว

นะวัณญะ เวทะนัง นะ อุปปาตีสสามิ

และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น

ยาตฺรรา จะ เม ภาวิสสะติ อะนะวัชชะตา จะ

ผาสฺวิหาโร จาติ.

อนึ่ง ความเป็นไปโดยสะดวกแห่งอัตภาพนี้ด้วย
ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย และความเป็นอยู่
โดยผาสุกด้วย จักมีแก่เรา ดังนี้

พิจารณาที่อยู่อาศัย

ปะฏิสังขา โยนิโส เสนาสะนัง ปะฏิเสวามิ

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้ว ใช้สอยเสนาสนะ

ยาวะเทวะ สัตถัสสะ ปะฏิฆาตายะ

เพียงเพื่อบำบัดความหนาว

อุณฺ्हัสสะ ปะฏิฆาตายะ

เพื่อบำบัดความร้อน

ປະຊາທາຍະ

ยาระเเวะ อุตุประริสสะยะวิโนทะนัง ปะฏิสัถลานารามัตถัง.

เพียงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะมีจากดินฟ้าอากาศ
และเพื่อความเป็นผู้นับถืออยู่ได้ในที่หลักเรือนสำหรับ
ภาวนา

ปะภูสีงขา โยนิโต คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขารัง

ປະຊາທິປະໄຕ

เราย่อมพิจารณาโดยแยกคายเป็นแล้ว บริโภคเมล็ดพืชบริวาร
อันเกื้อกูลแก่คนไข้

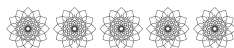
ยาระเฑาะ อุปปันนัง เวยยาพาทิกัง เวทะนัง

ປະຊາທາຍະ

เพียงเพื่อบำบัดทุกข์เวทนาอันบังเกิดขึ้นแล้ว
มีอาพาธต่าง ๆ เป็นมูล

อภัยโทษ

เพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง ดังนี้



๒.๑๒ สัพพปัตติทานคาถา

หันทะ มะยัง สัพพะปัตติทานะคาถาย ภาณามะ เส.

บุญญัสติทานิ กะตัสสะ ยานัญญานิ กะตานิ เม
 เตสฺสญจะ ภาคิโน โหนตุ สัตตทานันตาปปะมาณะกา
 สัตว์ทั้งหลาย ไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ จงมีส่วนแห่งบุญ
 ที่ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้ และแห่งบุญอื่นที่ได้ทำไว้ก่อนแล้ว
 เย ปิยา คุณะวันตา จะ มัย्हัง มาตาปิตาหะโย
 ทิฏฐา เม จาปะยะทิฏฐา วา อัญญะ มัชฌัตตะเวรีโน
 คือจะเป็นสัตว์เหล่าใด ซึ่งเป็นที่รักใคร่และมีบุญคุณ
 เช่น มารดา บิดาของข้าพเจ้าเป็นต้นก็ดี
 ที่ข้าพเจ้าเห็นแล้ว หรือไม่ได้เห็นก็ดี
 สัตว์เหล่าอื่นที่เป็นกลาง ๆ หรือเป็นคู่เวรกันก็ดี
 สัตตา ทิฏฐันติ โลกัสสิมัง เต ภูมมา จะตุโยนิกา
 ปัญจะจะตุโวการา สังสะรันตา ภาวามะเว
 สัตว์ทั้งหลาย ตั้งอยู่ในโลก
 อยู่ในภูมิทั้ง ๓ อยู่ในกำเนิดทั้ง ๔
 มีชั้น ๕ ชั้น มีชั้นชั้นเดียว มีชั้น ๔ ชั้น
 กำลังท่องเที่ยว อยู่ในภavn้อยภavnใหญ่ก็ดี

ญาดัง เย ปัตติทานัมเม อะนุโมทนตุ เต สะยัง

เย จิมัง นัปปะชานันติ เทวา เตสัง นิเวทะยุง

สัตว์เหล่าใด รู้ส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว

สัตว์เหล่านั้น จงอนุโมทนาเองเถิด

ส่วนสัตว์เหล่าใด ยังไม่รู้ส่วนบุญนี้

ขอเทวดาทั้งหลาย จงบอกสัตว์เหล่านั้นให้รู้

มะยา ทินนานะ ปุญญานัง อะนุโมทะนะเหตุนา

สัพเพ สัตตา สะทา โหนตุ อะเวรา สุชะชีวิโน

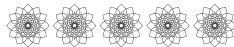
เขมปปะทัณฺจะ ปโปปนฺตุ เตสสา สิขมัตถัง สุภา.

เพราะเหตุที่ได้อนุโมทนาส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงเป็นผู้ไม่มีเวร อยู่เป็นสุขทุกเมื่อ

จนถึงบทอันเกษม กล่าวคือ พระนิพพาน

ความปรารถนาที่ดั่งใจของสัตว์เหล่านั้น จงสำเร็จเถิด



๒.๑๓ อุทกิสสนาธิฏฐานคาถา

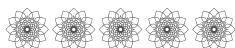
หันทะ มะยัง อุทกิสสนาธิฏฐานะคาถาโย ภะณามะ เส.

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ	ด้วยบุญนี้อุทิศให้
อุปัชฌายา คุณุตตะรา	อุปัชฌาย์ผู้เลิศคุณ
อาจะริยุปะการา จะ	แลอาจารย์ผู้เกื้อหนุน
มาตา ปิตา จะ ญาตะกา	ทั้งพ่อแม่แลปวงญาติ
สุริโย จันทิมา ราชา	สุริย์ จันทร และราชา
คุณะวันตา นะราปี จะ	ผู้ทรงคุณหรือสูงชาติ
พรัหมะมารา จะ อินทา จะ	พรหม มาร และอินทราช
โลกะปาลา จะ เทวะตา	ทั้งทวยเทพและโลกบาล
ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ	ยมราช มนุษย์มิตร
มัจฉัตตา เวริกาปี จะ	ผู้เป็นกลาง ผู้จองผลาญ
สัพเพ สัตตา สุขี โหนตุ	ขอให้เป็นสุขสานต์
	ทุกทั่วหน้า อย่าทุกข์ทน
ปุญญานิ ปะกะตานิ เม	บุญผ่องที่ข้าทำ
	จงช่วยอำนวยการผล
สุขัง จะ ติวัง เทนตุ	ให้สุขสามอย่างสิ้น
ชิปปัง ปาเปละ โวมะตัง.	ให้ลุลึงนิพพาน พลัน ^๑

^๑ ถ้าจะหยุดว่าเพียงเท่านั้น ให้เปลี่ยน “นิพพานพลัน” เป็น “นิพพานเทอญ”

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ	ด้วยบุญนี้ที่เราทำ
อิมินา อุททิเสนะ จะ	แลอุทิศให้ปวงสัตว์
ชิปปาหัง สุตตะเก เจวะ	เราพลันได้ซึ่งการตัด
ตัณห์หุปาทานะเจทะนัง	ตัวตัณหาอุปาทาน
เย สันตานิ หินา ธัมมา	สิ่งชั่วในดวงใจ
ยวาระ นิพพานะโต มะมัง	กว่าเราจะถึงนิพพาน
นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ	มลายสิ้นจากสันดาน
ยัตถะ ชาโต ภาเว ภาเว	ทุก ๆ ภพที่เราเกิด
อุชฺจิตตัง สะติปัญฺญา	มีจิตตรงและสติ
สัลเลโข วิริยัมหิโน	ทั้งปัญญาอันประเสริฐ
มารา ละภันตุ โนกาสิง	พร้อมทั้งความเพียรเลิศ
กาตุญจะ วิริเยสุ เม	เป็นเครื่องชูดกิเลสหาย
พุทฺธาธิปะวะโร นาโถ	โอกาสอย่าพึงมีแก่หมู่มาร
ธัมโม นาโถ ะรุตตะโม	สิ้นทั้งหลาย
นาโถ ปัจเจกะพุทฺโธ จะ	เป็นช่องประทุษร้าย
สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง	ทำลายล้างความเพียรจม
	พระพุทธผู้บรรณา
	พระธรรมที่พึงอุดม
	พระปัจเจกพระพุทธสม
	ทบพระสงฆ์ที่พึงผยอง

เตโธตตะมานุภาเวนะ	ด้วยอานุภาพนั้น
มาโรกาสัง ละกันตุ มา	ขอหม่อมารอย่าได้ช่อง
ทะสะปัญญานุภาเวนะ	ด้วยเดชบุญทั้งสืบป้อง
มาโรกาสัง ละกันตุ มา.	อย่าเปิดโอกาสแก่มารเทอญ



๒.๑๔ คำขอบมา

คำขอบมาพระรัตนตรัย

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ.

(๓ จบ)

ระตะนัตตะเย ปะมาเทนะ ทวารัตตะเยนะ กะตั้ง

สัพพัง อะปะราธัง ขะมะตุ โน ภันเต.

กรรมชั่วอันใด ที่เป็นบาปอกุศล

อันข้าพเจ้าทั้งหลายได้ประมาทพลาดพลั้งล่วงเกิน

ในคุณพระพุทธรเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์

ด้วยกายวาจา ใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

จำได้หรือจำไม่ได้ ทั้งที่มีเจตนาหรือหาเจตนาไม่ได้

ขอคุณพระรัตนตรัยโปรดอดโทษให้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

เพื่อจะได้สำรวมระวังในกาลต่อไป

คำขอบมาอาจารย์

อาจะริเย ปะมาเทนะ ทวารัตตะเยนะ กะตัง

สัพพัง อะปะราธัง ขะมะตุ โน ภันเต.

กรรมชั่วอันใด ที่เป็นบาปอกุศล

อันข้าพเจ้าทั้งหลายได้ประมาทพลาดพลั้งล่วงเกิน

ในท่านอาจารย์ ด้วยกายวาจา ใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

จำได้หรือจำไม่ได้ ทั้งที่มีเจตนาหรือหาเจตนาไม่ได้

ขอท่านอาจารย์โปรดอดโทษให้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

เพื่อจะได้สำรวมระวังในกาลต่อไป

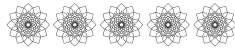
(อาจารย์กล่าว)

อะหัง ขะมามิ,

ตุมเหหิปี เม ขะมิตัพพัง.

(ลูกศิษย์กล่าวรับ)

ขะมามะ ภันเต.

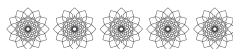


๒.๑๕ คำถวายอัฐภาพ

คำถวายอัฐภาพร่างกายแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า
 อิมายัง ภันเต ภาคะวา อตตะภาวัง ตุมหากัง ปะริจจะขามิ
 ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ
 ข้าพระองค์ขอถวายอัฐภาพร่างกายนี้
 แด่องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า
 เพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

คำถวายอัฐภาพร่างกายแด่อาจารย์
 อิมายัง ภันเต อาจริยะ อตตะภาวัง ตุมหากัง ปะริจจะขามิ
 ข้าแต่พระอาจารย์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายตัว
 ต่อท่านพระอาจารย์ เพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

คำขอพระกรรมฐานจากวิปัสสนาจารย์
 นิพพานัสสะ เม ภันเต สัจฉิกะระณัตถายะ กัมมัญฐานัง เทหิ
 ข้าแต่พระอาจารย์ผู้เจริญ โปรดให้พระกรรมฐาน
 แก่ข้าพเจ้า เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน



๒.๑๖ บทแผ่เมตตา

บทแผ่เมตตาให้กัตนเอง

อะหัง สุขิโต โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข
นิททุกโข โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้าปราศจาก ความทุกข์
อะเวโร โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้าปราศจากเวร
อัปยาปัณโณ โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้าปราศจาก อุปสรรคอันตรายทั้งปวง
อะนีโฆ โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้า ไม่มีความทุกข์กาย ทุกข์ใจ
สุขี อัตตานัง ปะริหะรามิ.	ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุขกาย สุขใจ รักษาตนให้พ้น จากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

บทแผ่เมตตาแก่สรรพสัตว์

สัพเพ สัตตา	สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน ทั้งหมดทั้งสิ้น
อะเวรา โหนตุ	จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้มีเวร ต่อกันและกันเลย

อภัยโทษ โหนด

จงเป็นสุข ๆ เกิด
อย่าได้พยาบาทเบียดเบียน
ซึ่งกันและกันเลย

อะนิมา โหนด

จงเป็นสุข ๆ เกิด อย่าได้มี
ความทุกข์กาย ทุกข์ใจเลย

สุชี อัตตานัง परिहरันตุ

จงมีความสุขกายสุขใจ
รักษาตน ให้พ้นจากทุกข์ภัย
ทั้งสิ้นเถิด

บทแผ่กรณามุกตาและอุเบกขา

สัพเพ สัตตา สัพพะทุกขา มุจจันตุ.

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงพ้นจากทุกข์ทั้งปวงเถิด

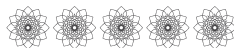
สัพเพ สัตตา ยะถาลัทธะสัมปัตติโต มา วิคัจฉันตุ.

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง

จงอย่าพลัดพรากจากสมบัติอันตนได้แล้ว

สัพเพ สัตตา กัมมัสสะกา โหนดิ.

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง เป็นผู้มีการมเป็นของของตน



๒.๑๗ คำอุทิศส่วนกุศลและตั้งสัจจะ

กะตัง ปุญญะผละลัง มัย्हัง สัพเพ ภาคี ภาวันตุ เต.

ขอปวงสัตว์ทั้งสิ้นนั้น จงเป็นผู้มีส่วนได้เสวยผลบุญ
ที่ข้าพเจ้าทั้งหลายได้กระทำแล้วนี้เทอญ

อิทัง เม ญาตินัง โหตุ สุขिता โหนตุ ญาตโย.

ขอบุญนี้จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า
ขอให้ญาติทั้งหลายจงเป็นสุข ๆ เถิด

ขอเดชะตั้งจิตอุทิศผล

บุญกุศลนี้แผ่ไปให้ไพศาล

ถึงบิดามารดาครูอาจารย์

ทั้งลูกหลานญาติมิตรสนิทกัน

ทั้งคนรักคนชังแต่ครั้งไหน

ขอให้ได้ส่วนกุศลผลของฉันทัน

ทั้งเจ้ากรรมนายเวรและเทวัญ

ขอให้ท่านได้กุศลผลนี้เทอญ

คำตั้งสัจจะอธิษฐาน

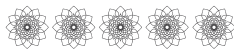
ข้าพเจ้าขอตั้งสัจจะอธิษฐาน

ขออานุภาพแห่งบุญกุศลที่ได้บำเพ็ญแล้วในวันนี้

จงเป็นพลวปัจจัย เป็นอุปนิสัยตามส่ง

ให้เกิดปัญญาญาณ ทั้งชาตินี้และชาติหน้า ตลอดชาติอย่างยิ่ง

จนถึงความพ้นทุกข์ คือ พระนิพพาน เทอญฯ



๒.๑๘ คำอาราธนาและถวาย

คำอาราธนาพระปริตร

วิปตติปะฏิพาหายะ	สัพพะสัมปัตติสีหิยา
สัพพะทุกขะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุถะ มังคะลัง
วิปตติปะฏิพาหายะ	สัพพะสัมปัตติสีหิยา
สัพพะภะยะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุถะ มังคะลัง
วิปตติปะฏิพาหายะ	สัพพะสัมปัตติสีหิยา
สัพพะโรคะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุถะ มังคะลัง.

ขอพระสงฆ์ทั้งหลาย จงสวดพระปริตรอันเป็นมงคล
เพื่อป้องกันความวิบัติทั้งปวง เพื่อยังสมบัติทั้งปวง
ให้สำเร็จ เพื่อให้ทุกข์ภัยและโรคทั้งปวงพินาศไป

คำอาราธนาธรรม

พรีห์มา จะ โลกาธิปะตี สะหัมปะติ
 กะตัญชะลี อะนะธิวะรัง อะยาจะณะ
 สันติระ สัตตา อัปปะระชัคคะชาติกา
 เทเสหิ ธัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง.
 ท้าวสหัมบดีพรหมผู้เป็นใหญ่ในพรหมโลก
 ได้ประณมอัญชลี ทูลวิงวอนพระพุทธเจ้า
 ผู้ประเสริฐว่า สัตว์ทั้งหลายผู้มีขุสีในดวงตาน้อย
 มีอยู่ในโลกนี้ ขอพระองค์เจ้าโปรดแสดงธรรม
 เพื่ออนุเคราะห์แก่ประชาชนด้วยเถิด

คำถวายภัตตาหาร

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ
 ภิกขุสงฆ์สสะ โอนเณชะยามะ
 สาธุ โน ภันเต ภิกขุสงฆ์
 อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปฏิกคัณฺหาตุ
 อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ
 ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย
 ขอน้อมถวาย ภัตตาหารกับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้
 แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับ
 ภัตตาหารกับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้
 ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และความสุข
 แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ตลอดกาลนานเทอญฯ

คำตั้งความปรารถนา

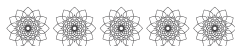
สุทินนัง วัตะเต เม ทานัง

อาสะวักะยะยาวะหัง นิพพานะปัจจะโย โหตุ

ทานที่ถวายดีแล้วนี้ จงเป็นเหตุนำมา

ซึ่งความสิ้นอาสวะแก่ข้าพเจ้า

คือ จงเป็นปัจจัยแก่พระนิพพานด้วยเทอญ



๒.๑๙ สรณคมน์และสิกขาบท

ไตรสรณคมน์

พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระพุทฺธเจ้าว่าเป็นสรณะ

ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระธรรมว่าเป็นสรณะ

สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระสงฆ์ว่าเป็นสรณะ

ทุติยัมปิ พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถึงพระพุทฺธเจ้าว่าเป็นสรณะ

ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถึงพระธรรมว่าเป็นสรณะ

ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถึงพระสงฆ์ว่าเป็นสรณะ

ตะติยัมปิ พุทฺธัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถึงพระพุทฺธเจ้าว่าเป็นสรณะ

ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถึงพระธรรมว่าเป็นสรณะ

ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถึงพระสงฆ์ว่าเป็นสรณะ

สิกขาบท ๕

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ จดเว้นจากการฆ่าสัตว์

๒. อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ จดเว้นจากการลักทรัพย์

๓. กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ จดเว้นจากการประพฤติดีกาม

๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ จดเว้นจากการพูดเท็จ

๕. สุราเมรยมัชชปะมาทัญฐานา เวระมะณี

สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ จดเว้นจากการดื่มสุราและเมรัย

อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

อิมานิ ปัญจะ สิกขาปะทานิ สะมาทิยามิ (ว่า ๓ ครั้ง)

สิกขาบท ๘

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ จงดเว้นจากการฆ่าสัตว์

๒. อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ จงดเว้นจากการลักทรัพย์

๓. อะพรัหฺมะจริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ จงดเว้นจากการเสพเมถุน

๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ จงดเว้นจากการพูดเท็จ

๕. สุราเมรยมัชชปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ จงดเว้นจากการดื่มสุราและเมรัย

อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

๖. วิกาละโภชนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ จงดเว้นจากบริโภคอาหารในเวลาวิกาล

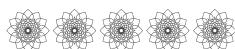
**๗. นัจจะคีตะวาทิตะ วิสุกะทัสสะนะ มาลาคันธะวิเลปะนะ
ธารณะมณฑะนะวิญฐะนัญฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สะมาதியามิ**

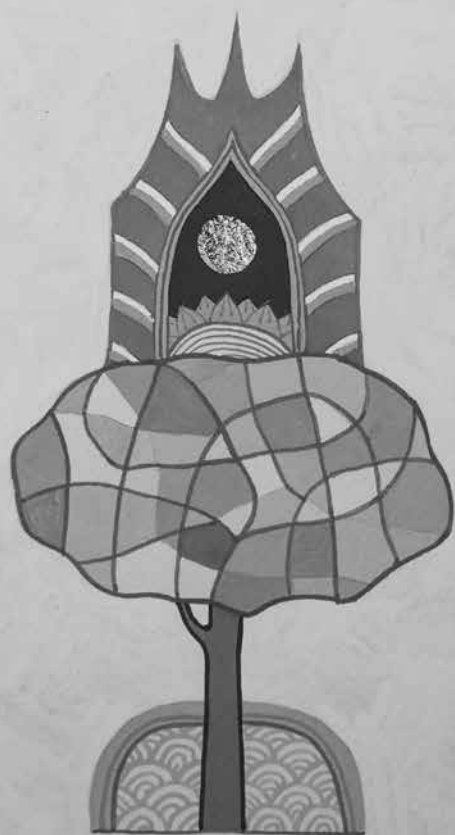
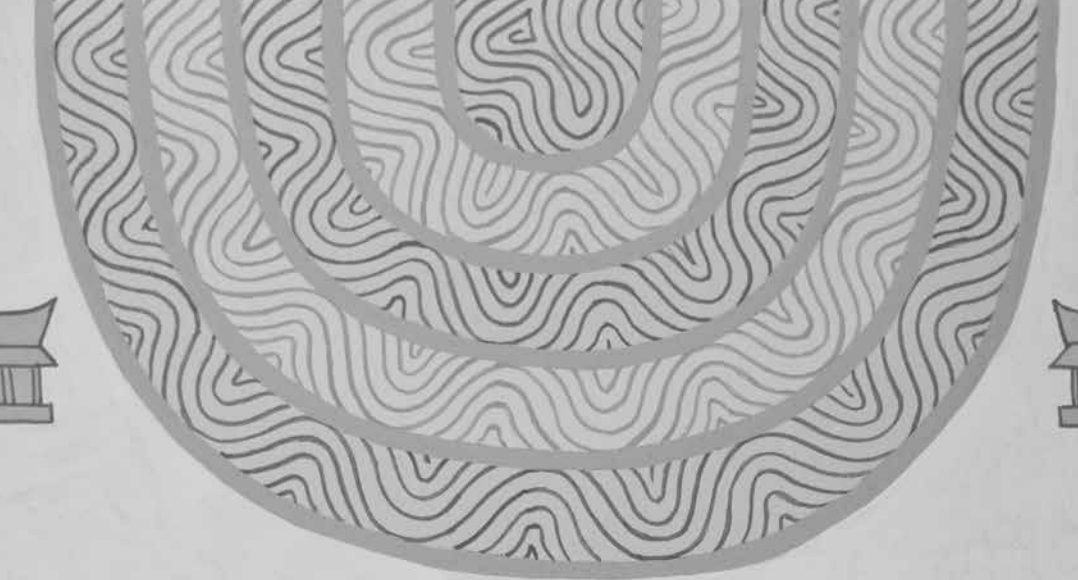
ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการฟ้อนรำ
ขับร้อง ประโคมดนตรี และดูการละเล่นต่าง ๆ อันเป็น
ข้าศึกแก่กุศล และงดเว้นจากการทัดทรงดอกไม้
ลูบไล้ด้วยของหอม และตกแต่งร่างกายด้วย
เครื่องลูบไล้

**๘. อุจจาสะยะนะมหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สะมาதியามิ**

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการนั่งนอน
บนอาสนะอันสูงและอาสนะอันวิจิตร

อิมานิ อัญฐะ สิกขาปะทานิ สะมาதியามิ (ว่า ๓ ครั้ง)







สำราญธรรม

๓.๑ ธรรมจักกัปปวัตตนสูตร

หันทะ มะยัง ธรรมจักกัปปะวัตตะนะสุตตัง ภาณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้าได้สดับมาแล้วอย่างนี้

เอกัง สะมะยัง ภาคะวา พาราณสียัง วิหะระติ

อิสิปะตะเน มิคะทาเย

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่

ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้พระนครพาราณสี

ตัตตระ โข ภาคะวา ปัญจะวัคคิเย ภิกขุ อามันเตสิ

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า

ตรัสเรียกภิกษุปัญจวัคคีย์มาแล้ว ตรัสว่า

เทวเม ภิกขเว อันตา ปัพพะชิเตนะ นะ เสวิตัพพา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนี้

มีอยู่ เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย

โย จายัง กาเมสุ กามะสุชัลลิگانุโยโค

คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความใคร่

ในกามทั้งหลาย

หีโน เป็นของตำทราวม
 คัมโม เป็นของชาวบ้าน
 โปฤษชะนิโก เป็นของคนชั้นปุฤษณ
 ณะนะริโย ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า
 ณะนัตถะสัณฺหิโต ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย
 โย จายัง อตตะกิลมะถานุโยโค

อีกอย่างหนึ่ง คือการประกอบการทรมานตนให้ลำบาก
 ทุกโข เป็นสิ่งนำมาซึ่งทุกข์
 ณะนะริโย ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า
 ณะนัตถะสัณฺหิโต ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย
 เอเต เต ภิกขเว อุโก อันเต อนุปะคัมมะ
 มัชฌิมา ปะฏิปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง
 ไม่เข้าไปหาที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนั้น มีอยู่

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้เฉพาะแล้ว
 จักขุกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ
 ญาณะกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ
 อุปะสะมาเยะ เพื่อความสงบ
 อะภิญญายะ เพื่อความรู้ยิ่ง
 สัมโพธายะ เพื่อความรู้พร้อม
 นิพพานายะ สังวัตตะติ

เป็นไปพร้อมเพื่อนิพพาน

กะตะมา จะ สา ภิกขเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้นเป็นอย่างไรเล่า

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้เฉพาะแล้ว

จักขุกระระณี เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ

ญาณะกระระณี เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ

อุปะสะมาเย เพื่อความสงบ

อะภิญญายะ เพื่อความรู้ยิ่ง

สัมโพธายะ เพื่อความรู้พร้อม

นิพพานายะ สังวัตตะติ

เป็นไปพร้อมเพือนิพพาน

อะยะเมวะ อะริโย อัญญังคิโก มัคโค

ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้น คือข้อปฏิบัติเป็นหนทาง

อันประเสริฐประกอบด้วยองค์แปดประการนี้เอง

เสยยะถิทัง ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ

สัมมาสังกัปปิ ความดำริชอบ

สัมมาวาจา การพูดจาชอบ

สัมมากัมมันโต การทำการทำงานชอบ

สัมมาอาชีโว การเลี้ยงชีวิตชอบ

สัมมาวายาโม ความพากเพียรชอบ

สัมมาสะติ ความระลึกชอบ

สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ
 อะยัง โข สา ภิกขเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
 นี้แลคือข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว

จักขุกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ
 ญาณะกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ
 อุปะสมะมายะ เพื่อความสงบ
 อะภิญญายะ เพื่อความรู้ยิ่ง
 สัมโพธายะ เพื่อความรู้พร้อม

นิพพานายะ สังวัตตะติ

เป็นไปพร้อมเพื่อนิพพาน

อิทัง โข ปะนะ ภิกขเว ทุกขัง อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กิอริยสัจคือทุกข์นี้ มีอยู่ คือ

ชาติปิ ทุกขา ความเกิดก็เป็นทุกข์
 ชะราปิ ทุกขา ความแก่ก็เป็นทุกข์
 มะระณัมปิ ทุกขัง ความตายก็เป็นทุกข์

โสกะปริเทวะทุกขะโถมะณัสสุปายาสาปิ ทุกขา

ความโศก ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์

อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข

ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

ยัมปิฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง

มีความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์

สังขิตเตนะ ปัญฺจุปาทานักขันธา ทุกขา

ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธทั้งห้า เป็นตัวทุกข์

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะสมุทปะโย อะริยะสัจจํ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นี้ มีอยู่

ยายัง ตัณหา นี่คือตัณหา

โปโนพะกะวิกา อันเป็นเครื่องทำให้เกิดอีก

นันทิราคะสะหะคะตา

อันประกอบอยู่ด้วยความกำหนัดด้วยอำนาจ

ความเพลिन

ตัตตระ ตัตตราภินันฺธิ

เป็นเครื่องให้เพลिनอย่างยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ

เสยยะถิทัง ได้แก่ตัณหาเหล่านี้ คือ

กามะตัณฺหา ตัณหาในกาม

ภะวะตัณฺหา ตัณหาในความมีความเป็น

วิภะวะตัณฺหา ตัณหาในความไม่มีไม่เป็น

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธो อะริยะสัจจํ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือความดับ

ไม่เหลือแห่งทุกข์นี้ มีอยู่

โย ตัสสาเยวะ ตัณหาเย อะเสสะวิราคะนิโรโธ

นี่คือความดับสนิทเพราะจางไปโดยไม่มีส่วนเหลือ
ของตัณหานั่น นั่นเอง

จาโค เป็นความสละ

ปะฏินิสัคโค เป็นความสลัดคืน

มุตติ เป็นความปล่อย

อะนาละโย

เป็นความทำให้ไม่มีที่อาศัยซึ่งตัณหานั่น

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินีปะฏิปะทา

อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์
ให้หลุดถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นี้ มีอยู่

อะยะเมวะ อะริโย อัญญังคิโก มัคโค

นี่คือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐ
ประกอบด้วยองค์แปดประการ

เสยยะถิทัง ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ

สัมมาสังกัปปิ ความดำริชอบ

สัมมาวาจา การพูดจาชอบ

สัมมากัมมันโต การทำการทำงานชอบ

สัมมาอาชีโว การเลี้ยงชีวิตชอบ

สัมมาวายาโม ความพากเพียรชอบ

สัมมาสะติ ความระลึกชอบ

สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ
 อิทัมฺหํ ทุกขัง อริยสัจจันติ เม ภิกขเว,
 ปุพเพ อนนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ,
 จักขุํ อุทะปาติ ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ
 วิชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 วิชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน
 ว่าอริยสัจคือทุกข์ เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขัง อริยสัจจัง ปะริญญะยันติ
 ว่าก็อริยสัจคือทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ ดังนี้
 ตัง โข ปะนิทัง ทุกขัง อริยสัจจัง ปะริญญาตันติ
 ว่าก็อริยสัจคือทุกข์นั้นแล เรากำหนดรู้ได้แล้ว ดังนี้

อิทัมฺหํ ทุกขะสมุทเทโย อริยสัจจันติ เม ภิกขเว,
 ปุพเพ อนนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ,
 จักขุํ อุทะปาติ ญาณัง อุทะปาติ ปัญญา อุทะปาติ
 วิชา อุทะปาติ อาโลโก อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 วิชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสัจคือ
 เหตุให้เกิดทุกข์ เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสมุททะโย อะริยะสัจจัง ปหาตัพพันติ
 ว่าก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล
 เป็นสิ่งที่ควรละเสีย

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสมุททะโย อะริยะสัจจัง ปะทีนันติ
 ว่าก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เราละได้แล้ว ดังนี้

อิทัง ทุกขะนิโรธะ อะริยะสัจจันติ เม ภิกขเว,

ปุพเพ อะนนะนุสสุเตสุ อัมเมสุ,

จักขุ อูทปะปาติ ญาณัง อูทปะปาติ ปัญญา อูทปะปาติ

วิชชา อูทปะปาติ อาโลโก อูทปะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา

ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา

วิชชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา

ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสัจคือ

ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะ อะริยะสัจจัง สัจฉิกาตัพพันติ

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล

เป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง ดังนี้

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธะ อะริยะสัจจัง สัจฉิกะตันติ

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล

เราทำให้แจ้งได้แล้ว ดังนี้

อิทัง ทุกขะนิโรธคามินี ปะฏิปะทา อะริยะสัจจันติ เม
 ภิกขเว, ปุพเพ อะนนะนุสสุเตสุ ธัมเมสุ,
 จักขุ อุตตะปาติ ญาณัง อุตตะปาติ ปัญญา อุตตะปาติ
 วิชา อุตตะปาติ อาโลโก อุตตะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 วิชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสัจคือ
 ข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์
 เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธคามินี ปะฏิปะทา
 อะริยะสัจจัง ภาเวตัพพันติ

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับ
 ไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรทำให้เกิดมี ดังนี้

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธคามินี ปะฏิปะทา
 อะริยะสัจจัง ภาวัตันติ

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับ
 ไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เราทำให้เกิดมีได้แล้ว ดังนี้

ยาระกัฏฐะ เม ภิกขเว, อิมสุ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ,
 เอวันติ ปะริวัณ्हัง ทวาทะสาการัง,
 ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง นะ สุวิสุทธัง อะโหสิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปัญญาเครื่องรู้เห็นตามที่เป็นจริง
 มีปริวัณ्हสาม มีอาการสิบสองเช่นนั้น
 ในอริยสัจทั้งสี่เหล่านี้ ยังไม่เป็นของบริสุทธิ์หมดจด
 ด้วยดีแก่เรา อยู่เพียงใด

เนวะ ตาวาหัง ภิกขเว สะเทวะเก โลเก สะมาระเก
 สะพรัทมะเก, สัสสะมะณะพรัทมะณียา ปะชาเย
 สะเทวะมะนุสสาเย, อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง
 อะภิสัมพุทโธ ปัจจัญญาสิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตลอดกาลเพียงนั้น
 เรายังไม่ปฏิญาณว่าได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว
 ซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ในโลก พร้อมทั้งเทวโลก
 มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณะ
 พราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์

ยะโต จะ โข เม ภิกขเว อิมสุ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ,
 เอวันติ ปะริวัณ्हัง ทวาทะสาการัง,
 ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง สุวิสุทธัง อะโหสิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อใด ปัญญาเครื่องรู้เห็น
 ตามที่เป็นจริง มีปริวัณ्हสาม มีอาการสิบสองเช่นนั้น
 ในอริยสัจทั้งสี่เหล่านี้ เป็นของบริสุทธิ์หมดจด
 ด้วยดีแก่เรา

อะถาหัง ภิกขเว สะเทวะเก โลเก สะมาระเก สะพรัหฺมะเก,
 สัสสะมะณะพรัหฺมะณียา ปะชาเย สะเทวะมะนุสสาเย,
 อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง อะภิสัมพุทโธ ปัจจัญญาสิง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อนั้น เราปฏิญาณว่าได้ตรัสรู้
 พร้อมเฉพาะแล้ว ซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ
 ในโลกพร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก
 ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณะพราหมณ์
 พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์

ญาณัญจะ ปะนะ เม ทัสสะนัง อุทะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
 ก็ญาณและทศนะได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา

อะกุปปา เม วิมุตติ

ว่าความหลุดพ้นของเราไม่กลับกำเริบ

อะยะมันติมา ขาติ

ความเกิดนี้เป็นการเกิดครั้งสุดท้าย

นัตถิทานิ पुณฺณพะวัตติ

บัดนี้ ความเกิดอีกย่อมไม่มี ดังนี้

อิหะมะโวจะ ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสธรรมปริยายนี้แล้ว

อัตตะมะนา ปญฺจะวัคคิยา ภิกขุ ภะคะวะโต

ภาสิตัง อะภินันทุง

พระภิกษุปัญจวัคคีย์ก็มีใจยินดีเพเลิดเพเลินภาษิต
 ของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อิมัสมีญจะ ปะนะ เวยยากะระณัสมิง ภัญญะมานะ

ก็แลเมื่อไวยากรณ์นี้ อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสอยู่

อายัสมะโต โภณทัณฺณุตตะ วิระชัง วิตะมะลัง

ธัมมะจักขุ อุตตะปาติ

ธรรมจักขุอันปราศจากธุลี ปราศจากมลทิน

ได้เกิดขึ้นแล้ว แก่พระผู้มีอายุโภณทัณฺณุตตะ

ยังภิกฺขุ สะมุททะยะธัมมัง สัพพันตัง นิโรธะธัมมันติ

ว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา

สิ่งนั้นทั้งปวง ล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา

ปะวัตติเต จะ ณะคะวะตา ธัมมะจักเก

ก็เมื่อธรรมจักรอันพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้เป็นไปแล้ว

ภุมมา เทวา สัพพะมะนุสสาเวสูง

เหล่าภุมมเทวดาก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

เอตัมณะคะวะตา พาราณะสิยัง อิติปะตะเน มิคะทาเย,

อะนุตตะรัง ธัมมะจักกัง ปะวัตติตัง อัมปะฏิวัตติยัง,

สะมะเณนะ วา พรัหฺมะเณนะ วา เทเวนะ วา,

มาเรนะ วา พรัหฺมณา วา เกนะจิ วา โลกัสสมินติ

ว่านั่นจักรคือธรรม ไม่มีจักรอื่นสู้ได้

อันพระผู้มีพระภาคเจ้าให้เป็นไปแล้ว

ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้เมืองพาราณสี

อันสมณะพราหมณ์ เทวดา มาร พรหม

และใคร ๆ ในโลกยังให้เป็นไปไม่ได้ ดังนี้

ภุมมานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

จาตุम्मหาราชิกา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นจาตุมหาราชได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าภุมมเทวดาแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

จาตุम्मหาราชิกานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

ดาวะติงสา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นดาวดึงส์ ได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นจาตุมหาราชแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

ดาวะติงสานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

ยามา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นยามาได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นดาวดึงส์แล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

ยามานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

ตุสิตา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นตุมสิตได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นยามาแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

ตุมสิตานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

นิมมานะระติ เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นนิมมานะระติได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นตุมสิตแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

นิมมานะระตีนัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

ประณิมิตะวะสะวัตติ เทวา สัททะมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นปรณิมิตวสวัตติได้ฟังเสียงของเทวดา

เหล่าชั้นนิมมานรดีแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

ประณิมิตะวะสะวัตตินัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

พรัหมะกายิกา เทวา สัททะมะนุสสาเวสูง

พรหมเจ้าที่เกิดในชั้นพรหมได้ฟังเสียงของเทวดา

เหล่าชั้นปรณิมิตวสวัตติแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

เอตัมภะคะวะตา พาราณะสิยัง อิลิปะตะเน มิคะทาเย,

อะนุตตะรัง ฐัมมะจักกัง ปะวัตติตัง อัมปะภีวัตติยัง,

สะมะเณนะ วา พรัหมะเณนะ วา เทเวนะ วา,

มาเรนะ วา พรัหมุณา วา เกนะจิ วา โลกัสสมินติ

ว่านั่นจักรคือธรรม ไม่มีจักรอื่นสู้ได้

อันพระผู้มีพระภาคเจ้าให้เป็นไปแล้ว

ที่ป่าอิลิปตนมฤคทายวัน ใกล้เมืองพาราณสี

อันสมณะ พรหมณ์ เทวดา มาร พรหม

และใคร ๆ ในโลก ไม่สามารถให้เป็นไปได้ ดังนี้

อิติหะ เตนะ ขะเณนะ เตนะ มุหุตเตนะ

ยาวะ พรัหมะโลกา สัทโท อัมภุคคัจฉิ

โดยขณะหนึ่งครู่หนึ่งนั้น

เสียงขึ้นไปถึงพรหมโลกด้วยประการฉะนี้

อะยัญจะ ทะสะสะหัสสี โลกะธาคู สังกัมปิ

สัมปะกัมปิ สัมปะเวธิ

ทั้งหมื่นโลกธาคู ได้หวนไหวสะเทือนสะท้านลั่นไป

อัปปะมาโณ จะ โอาฬารโ อภาโส โลเก ปาตุระโหสิ

ทั้งแสงสว่างอันยิ่งใหญ่ไม่มีประมาณ ได้ปรากฏแล้วในโลก

อะตักกัมเมวะ เทวานัง เทวานุภาวัง

ล่องเทวานุภาพของเทวดาทั้งหลายเสียหมด

อะละ โข ภาคะวา อุทานัง อุทานสิ

ในลำดับนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า

ได้ทรงเปล่งอุทานขึ้นว่า

อัญญาสิ ะตะ โภ โกณฑัญโญ

อัญญาสิ ะตะ โภ โกณฑัญญโณติ

โกณฑัญญะผู้เจริญ ได้รู้แล้วหนอ

โกณฑัญญะผู้เจริญ ได้รู้แล้วหนอ

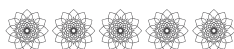
อิติหัง อายัสมะโต โกณฑัญญัสสะ

อัญญาโกณฑัญญุตฺตเวระ นามัง อะโหสิตี.

เพราะเหตุนั้น นามว่า อัญญาโกณฑัญญะ นั้นนัยเดียว

ได้มีแล้วแก่พระโกณฑัญญะผู้มีอายุ

ด้วยประการฉะนี้แล



๓.๒ อริยอัฏฐังคิกมรรค

หันทะ มะยัง อริยอัฏฐังคิกะมัคคะปาฐัง ภาณามะ เส.

อะยะเมวะ อริโย อัฏฐังคิโก มัคโค

หนทางนี้แล เป็นหนทางอันประเสริฐ

ซึ่งประกอบด้วยองค์ ๘

เสยยะถิทัง ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ

สัมมาสังกัปปิ ความดำริชอบ

สัมมาวาจา การพูดจาชอบ

สัมมากัมมันโต การทำกรงานชอบ

สัมมาอาชีโว การเลี้ยงชีวิตชอบ

สัมมาวายาโม ความ پاکเพียรชอบ

สัมมาสะติ ความระลึกชอบ

สัมมาสะมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ

องค์มรรคที่ ๑

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาทิฐิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเห็นชอบเป็นอย่างไรเล่า

ยัง โข ภิกขเว ทุกเข ญาณัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้อันใด เป็นความรู้ในทุกข์

ทุกขะสะสมุทะเย ญาณัง

เป็นความรู้ในเหตุให้เกิดทุกข์

ทุกขะนิโรธะ ญาณัง

เป็นความรู้ในความดับแห่งทุกข์

ทุกขะนิโรธะคามินิยา ปะฏิปะทาเย ญาณัง

เป็นความรู้ในทางดำเนิน ให้ถึงความดับแห่งทุกข์

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาทิฐิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความเห็นชอบ

องค์มรรคที่ ๒

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสังกัปปो

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความดำริชอบเป็นอย่างไรเล่า

เนกขัมมะสังกัปปो

ความดำริในการออกจากกาม

อะพียาปาทะสังกัปปो

ความดำริในการไม่มุ่งร้าย

อะวิหิงสาสังกัปโป

ความดำริในการไม่เบียดเบียน

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสังกัปโป.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความดำริชอบ

องค์มรรคที่ ๓

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาวาจา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การพูดจาชอบเป็นอย่างใดเล่า

มุสาวาทา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดไม่จริง

ปิสุณายะ วาจาเย เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดส่อเสียด

พระสุตายะ วาจาเย เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดหยาบ

สัมผัปปะลาปา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การพูดจาชอบ

องคฺมรรคที่ ๔

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมากัมมันโต

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

การทำการงานชอบเป็นอย่างไรเล่า

ปาณาติปาตา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์

อะทินนาทานา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้แล้ว

กาเมสุ มิจฉาจารา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการประพฤติดิฉิดในกาม

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า

การทำการงานชอบ

องคฺมรรคที่ ๕

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาอาชีโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การเลี้ยงชีวิตชอบเป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว อะริยะสาวะโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สาวกของพระอริยเจ้าในธรรมวินัยนี้

มิจฉาอาชีวัง ปะหาเย

ละการเลี้ยงชีวิตที่ผิดเสีย

สัมมาอาชีวนะ ชีวิกัง กัมเปติ

ย่อมสำเร็จความเป็นอยู่ด้วยการเลี้ยงชีวิตที่ชอบ

อายัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า
การเลี้ยงชีวิตชอบ

องค์มรรคที่ ๖

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาวายาโม

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความ پاکเพียรชอบเป็นอย่างไรเล่า

อิระ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อะนุปปन्नานัง ปาปะกานัง อะกุสะลันัง ธัมมานัง

อะนุปปาทายะ, ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ

วิริยัง อาระกะติ จิตตัง ปัคคัณ्हาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม

ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้,

เพื่อจะยังอกุศลธรรมอันเป็นบาป ที่ยังไม่เกิด

ไม่ให้เกิดขึ้น

อุปปันนानัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง

ปะหานายะ, ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ

วิริยัง อาระกะติ จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม

ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้,

เพื่อจะละอกุศลธรรมอันเป็นบาปที่เกิดขึ้นแล้ว

อะนุปันนानัง กุสะลานัง ธัมมานัง อุปปาทายะ,

ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระกะติ

จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม

ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้,

เพื่อจะยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น

อุปปันนानัง กุสะลานัง ธัมมานัง จูติยา, อะสัมโมสาเย

ภิกขุภิกขุ วะละลาเย ภะวะนายะ ปาริปุริยา,

ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระกะติ

จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม

ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้, เพื่อความตั้งอยู่

ความไม่เลอะเลือน ความงอกงามยิ่งขึ้น, ความไพบุลย์

ความเจริญ ความเต็มรอบแห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า

ความพากเพียรชอบ

องค์มรรคที่ ๗

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาสะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความระลึกชอบเป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย

อยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย

อยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าววว่า ความระลึกชอบ

องค์มรรคที่ ๘

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความตั้งใจมั่นชอบเป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

วิวิจเจะว กาเมหิ

สัจแล้วจากกามทั้งหลาย

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ

สัจแล้วจากธรรมที่เป็นอกุศลทั้งหลาย

สะวิตกกัง สะวิจารณ์ วิเวกะชัง ปิติสุชัง,
 ปะฐะมัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วย วิตก วิจาร
 มีปิติและสุข อันเกิดจากวิเวก แล้วแลอยู่

วิตักกะวิจารณ์ัง วูปะสะมา

เพราะความที่ วิตก วิจาร ทั้ง ๒ ระวังปลง

อัสสัตตัง สัมปะสาทะนัง เจตะโส เอโกทิภาวัง,
 อะวิตกกัง อะวิจารณ์ัง สะมาธิชัง ปิติสุชัง,
 ทุติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงทุติยฌาน เป็นเครื่องผ่อนใส่แห่งใจในภายใน,
 ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดมีขึ้น, ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร
 มีแต่ปิติและสุข อันเกิดจากสมาธิ แล้วแลอยู่

ปิตียา จะ วิจารณ์

อนึ่ง เพราะความจางคลายไปแห่งปิติ

อุเปกขะโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน

ย่อมเป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ

สุขัญจะ กาเยนะ ปะภุสสังเวเทติ

และย่อมเสวยความสุขด้วยนามกาย

ยันทัง อะริยา อาจิกขันติ, อุเปกขะโก สะติมา สุขะวิหารีติ

ชนิดที่พระอริยเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวสรรเสริญผู้นั้น
 ว่า, “เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติ อยู่เป็นปกติสุข” ดังนี้

ตะตียัง ฌานัง อุปะสัมปชชะ วิหะระติ

เข้าถึงตติยฌาน แล้วแลอยู่

สุขัสสะ จะ ปะหะนา

เพราะละสุขเสียได้

ทุกขัสสะ จะ ปะหะนา

และเพราะละทุกขเสียได้

ปุพเพวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสถานัง อตถังคะมา

เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัส
ทั้งสองในกาลก่อน

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิง,

จะตุตถัง ฌานัง อุปะสัมปชชะ วิหะระติ

เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข, มีแต่ความที่สติ
เป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา แล้วแลอยู่

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า
ความตั้งใจมั่นชอบ



๓.๓ กายคตาสติ ๑๘ วิธี

หันทะ มะยัง กายะคะตาสะติภาวะนาปาฐัง ภาณามะ เส.

กะถัง ภาวิตา จะ ภิกขเว กายะคะตา สะติ

กะถัง พะหุสีกะตา มะหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สติที่เป็นไปในกาย

อันภิกษุเจริญแล้วอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร

จึงเป็นสิ่งที่มียผลมาก และมีอานิสงส์มาก

กายคตาสติ วิธีที่ ๑

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

อะรัญญะคะโต วา

ไปแล้วสู่ป่าก็ดี

รุกขะมุละคะโต วา

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ดี

สุญญาคาระคะโต วา

ไปแล้วสู่ที่ว่างจากเรือนก็ดี

นิสีหะติ ปัลลังกัง อาภุชิต์วา

ย่อมนั่งพับขาทั้งสองข้างให้เป็นบัลลังก์

อุชุง กายัง ปะณิธายะ

ตั้งแล้วซึ่งกายให้ตรง

ปะริมุขัง สะติง อุปัฏฐะเปตฺวา

ตำรงไว้แล้วซึ่งสติมุ่งตรงต่อกัมมัญฐาน

โส สโต วะ อัสสะสะติ

เธอเป็นผู้มีสติอยู่นั้นเพียวย่อมหายใจเข้า

สโต ปัสสะสะติ

เป็นผู้มีสติอยู่นั้นเพียวย่อมหายใจออก

ทิจัง วา อัสสะสันโต ‘ทิจัง อัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจเข้ายาว

ทิจัง วา ปัสสะสันโต ‘ทิจัง ปัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจออกยาว ย่อมรู้ชัดว่า

เรากำลังหายใจออกยาว

รัสสัง วา อัสสะสันโต ‘รัสสัง อัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจเข้าสั้น ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจเข้าสั้น

รัสสัง วา ปัสสะสันโต ‘รัสสัง ปัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจออกสั้น ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจออกสั้น

‘สัพพะกายะปะภูสังเวทิจิ อัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง

จักหายใจเข้า

‘สัพพะกายะปะภูสังเวทิจิ ปัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง

จักหายใจออก

‘ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง อัสนะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขารให้ระงับอยู่
จักหายใจเข้า

‘ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง ปัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ.

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขารให้ระงับอยู่
จักหายใจออก

ตัสสะ เอวํ อปปะมัตตัสสะ อาตาปิโน ปะหิตตตัสสะ
วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเพิกกิเลส
มีตนส่งไปแล้วอยู่อย่างนี้

เย เคหะสิตา สะระสังกัปปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรือน

เต ปะหิยังติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหานา

เพราะการละความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัสสัฏฐะเมวะ จิตตัง สันติภูริตติ สันนิสีหะติ

จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น
ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สะมาธิยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๒

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ คัจฉันโต วา ‘คัจฉามิ’ติ ปะชานาติ

ภิกษุเมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เราเดินอยู่

ฐิตโต วา ‘ฐิโตมฺหิ’ติ ปะชานาติ

เมื่อยืนอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เรายืนอยู่

นิสินโน วา ‘นิสินโนมฺหิ’ติ ปะชานาติ

เมื่อนั่งอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เรานั่งอยู่

สะยาโน วา ‘สะยาโนมฺหิ’ติ ปะชานาติ

เมื่อนอนอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เรานอนอยู่

ยะถา ยะถา วา ปะณัสสะ กาโย ปะณฺหิตो โหติ

ก็หรือว่า กายของเธอเป็นกายที่ตั้งอยู่โดยอาการใด ๆ

ตะถา ตะถา นัมปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัดซึ่งกายนั้นโดยอาการนั้น ๆ

ตัสสะ เอวัง อัมปะมัตตัสสะ อาตาปิโน

ปะหิตตตัสสะ วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเพากิเลส
มีตนส่งไปแล้วอยู่อย่างนี้

เย เคหะลิตา สรรเสริญกับปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรือน

เต ปะหิยันติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหานา

เพราะการละความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัชฌัตตะเมวะ จิตตัง สันติภูมิจิตฺติ สันนิสีหะติ

จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น
ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สมะธิยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวํปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้อีก
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๓

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อะภิกกันเต ปะภิกกันเต สัมปะชานะการิ โหติ

ภิกษุเป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการไปข้างหน้าและในการกลับหลัง

อาโลกิเต วิโลกิเต สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการแลดูและในการเหลียวดู

สัมมิญชิตะ ปะสาริตะ สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการคู้เข้าและในการเหยียดออก

สังฆาฏิปัตตะจีวะระธาระณะ สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการใช้สอยสังฆาฏิ บาตรและจีวร

อะสีเต ปีเต ขายิตะ สายิตะ สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ ในการฉ้น

ในการตี๋ม ในการเคี้ยวและในการกลืน

อุจจาระปัสสาวะกัมเม สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ

คะเต จิตะ นิสินเน สุตเต ชาคะริเต ภาสิเต ตุณ्हีภาเว

สัมปะชานะการี โหติ.

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ ในการเดิน

ในการยืน ในการนั่ง ในการนอน ในการตื่น

ในการพูดและในการนิ่ง

ตัสสะ เอวัง อัปปะมัตตัสสะ อาตาปิโน

ปะหิตตัสสะ วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเพากิเลส
มีตนส่งไปแล้วอยู่อย่างนี้

เย เคหะลีตา สาระสังกัปปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรือน

เต ปะหียันติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหานา

เพราะการละความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัชฌัตตะเมวะ จิตตัง สันติภูริเต สันนิสีหะติ

จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น
ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สมาริยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๔

ปุณะ จะประรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อิมะเมว กายัง, อุทัง ปาทะตะลา,

อะโร เกสมะตตะกา, ตะจะปะริยันตัง,

ปุรันนानันปะการัสสะ อะสุจิโน ปัจจะเวกขะติ,

ภิกษุย่อมพิจารณาซึ่งกายนี้นั่นเทียว ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไป

เบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง ที่มีหนังหุ้ม

อยู่โดยรอบ เต็มด้วยสิ่งไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ

อิติ

ดังนี้ว่า

อตฺถิ อิมัสมิง กายเ

ในกายนี้ มีแต่สิ่งปฏิกูลคือ

เกสา

ผมทั้งหลาย

โลมา

ขนทั้งหลาย

นะขา

เล็บทั้งหลาย

ทนต์ตา

ฟันทั้งหลาย

ตะโจ

หนัง

มังสํ

เนื้อ

นํหารู

เอ็นทั้งหลาย

อํฐี

กระดูกทั้งหลาย

อํฐิมิญจํ

เยื่อในกระดูก

วักกํ

ไต

หะทะยํ

หัวใจ

ยะกะนํ

ตับ

กิโละมะกัง	พังผืด
ปีหะกัง	ม้าม
ปีปผาสัง	ปอด
อันตัง	ลำไส้ใหญ่
อันตะคุณัง	ลำไส้เล็ก
อุทะริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปีตตัง	ดี
เสรม्हัง	เสลด
ปุพโพ	หนอง
โลหิตัง	เลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันข้น
อัสสุ	น้ำตาล
วะสา	เปลงมัน
เขโฬ	น้ำลาย
สิงฆาณิกา	น้ำมูก
ละสิกา	ไขข้อ
มุตตัง	มูล

เสยยะถาปี ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า

อุกะโตมุขา มูโตหี ปุรา นานาวิหิตัสสะ ัญญัสสะ

อุกที่มีปากสองข้าง อันเต็มแล้วด้วยัญญพิชชนิดต่าง ๆ

เสยยะถิทัง	ไต้แก๋
สาสินัง	ข้าวสาลี
วีหิณัง	ข้าวเปลือก
มุกคานัง	ถั่วเขียว
มาสานัง	ถั่วเหลือง
ติลานัง	งา
ตันทุลันัง	ข้าวสาร

ตะเมนัง จักขุมา บุริโส มุญจิตัว ปัจจะเวกเขยยะ

บุรุษผู้มีตาดีเปิดออกแล้วซึ่งถุณั้น พึงพิจารณาเห็น

อิติ	ดังนี้ว่า
อิเม สาลี	เหล่านี้ข้าวสาลี
อิเม วีหิ	เหล่านี้ข้าวเปลือก
อิเม มุกคา	เหล่านี้ถั่วเขียว
อิเม มาสา	เหล่านี้ถั่วเหลือง
อิเม ติลา	เหล่านี้งา
อิเม ตันทุลา	เหล่านี้ข้าวสาร...

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้นี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๕

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง ยะถาฐิตัง

ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส ปัจจะเวกขะติ

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นซึ่งกายนี้แน่นอนเทียว

ตามอาการที่ตั้งอยู่ ตามอาการที่ดำรงอยู่

โดยความเป็นธาตุ

อิติ ดังนี้ว่า

อตฺถิ อิมัสมิง กายเ

ในกายนี้ มีแต่ธาตุคือ

ปะฐวีธาตุ

ธาตุดิน มีลักษณะแข็งกระด้าง

อาโปธาตุ

ธาตุน้ำ มีลักษณะเอิบอาบเกาะกุม

เตโชธาตุ

ธาตุไฟ มีลักษณะเย็นร้อนอบอวน

วาโยธาตุ

ธาตุลม มีลักษณะยึดติงพัดไหว

เสยยะถาปิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า

ทักษ์ โคฆาตโก วา โคฆาตะกันเตวาลี วา

คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ

คาวิง วรติ์วา

ฆ่าแล้วซึ่งแม่โค

จตุมะหาปะเถ วิละโส ปฏิวิระชิต์วา นิสินโน อัสสะ

ฆ่าแหละออกเป็นส่วน ๆ แล้ว

พียงนั่งขายเนื้ออยู่ที่ตลาดบริเวณทางใหญ่ ๔ แพร่ง...

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้อีก

ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๖

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะถิกาย จัฑทิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

เอกาหะมะตัง วา

ที่ตายแล้ว ๑ วันก็ตาม

ทวิหะมะตัง วา

ที่ตายแล้ว ๒ วันก็ตาม

ตีหะมะตัง วา

ที่ตายแล้ว ๓ วันก็ตาม

อุทฐมาตะกัง

ที่พองขึ้นอีก

วินีละกัง

ที่มีสีเขียวคล้ำ

วิบุพพะกะชาตัง

ที่มีน้ำเหลืองเยิ้ม

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบกับซึ่งกายนี้นั้นเทียว

กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม้นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังกาวิ

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะติโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังกิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตะสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่กล่าวมาแล้วนี้

ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๗

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สหะรัง สิวะถิกาย ฉัททิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

กาเกหิ วา ชัชชะมานัง

อันกาทั้งหลายจิกกินอยู่บ้าง

คิซณฺเหติ วา ชัชชะมานัง

อันแร้งทั้งหลายจิกกินอยู่บ้าง

กุลละเลหิ วา ชัชชะมานัง

อันเหยี่ยวทั้งหลายจิกกินอยู่บ้าง

สุวาณฺเหติ วา ชัชชะมานัง

อันสุนัขทั้งหลายกัดกินอยู่บ้าง

สิงคาลฺเลหิ วา ชัชชะมานัง

อันสุนัขจิ้งจอกทั้งหลายกัดกินอยู่บ้าง

วิวิเรหิ วา ปาณะกะชาเตหิ ชัชชะมานัง

อันสัตว์ทั้งหลายชนิดต่าง ๆ กัดกินอยู่บ้าง

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบซึ่งกายนี้นั้นเทียว

กับซากศพนั้น

เอวังธัมโม ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวิ มีลักษณะเป็นอย่างนี้
 เอวังอะนะตีโต ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้
 เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้อแล้ว
 ภิกษุก็เชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๙

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะถิกาย จัตถิตัง,
 อุปมาเหมือนว่า
 ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า
 อัญฐิสังชะลิกัง,
 ที่เป็นโครงกระดูก
 นิมมังสะโลหิตะมกขิตัง,
 ที่ไม่มีเนื้อแต่ยังมีเลือดเปื้อนอยู่
 นัหารุสัมพันัง,
 ที่ยังมีเอ็นรึงรัดอยู่
 โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,
 เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบซึ่งกายนี้กับกาย
 กับซากศพนั้น

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบซึ่งกายนี้นั้นเทียบ
กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวิ

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะติโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตะสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้อแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๑

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะถิกาย ฉัททิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

อะปะคะตะนัหารุสัมพันธานี

ที่ปราศจากเอ็นริงรัดไว้แล้ว

ทิสาวทิสาว วิกขิตตานิ

กระจัดกระจายไปในทิศใหญ่และทิศเฉียง

อัญญณะ หัตถัญญิกัง

กระดุกส่วนมืออยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ปาทัณญิกัง

กระดุกส่วนเท้าอยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ชังฆัญญิกัง

กระดุกส่วนแข้งอยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ อรุณญิกัง

กระดุกส่วนขาอยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ กะณญิกัง

กระดุกส่วนเอวอยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ปิณญิกัง

กระดุกส่วนหลังอยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ชันธัญญิกัง

กระดุกส่วนไหล่อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ คีวัณญิกัง

กระดุกส่วนคออยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ หนนุกัญญิกัง

กระดุกส่วนคางอยู่ทางหนึ่ง

อัญญะ ทนต์ฎัก

กระดุกส่วนฟันอยู่ทางหนึ่ง

อัญญะ สีสะกะฎาหัง

กะโหลกศีรษะอยู่ทางหนึ่ง

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบซึ่งกายนี้แน่นอนเทียว
กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวิ

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตีโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่ามาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๒

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรึง สิวะถิกาย จัตถิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ ที่เป็นกระดุกทั้งหลาย
 เสตานิ ที่มีสีขาว

สังกะวันณูปะนิภาณิ มีสีเหมือนสีสังข์

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบซึ่งกายนี้นั้นเทียบ
 กับซากศพนั้น

อิติ ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังกาวิ มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะติโต ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังกิ ภิภะเว ภิภุ กายะคะตาสะติ ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้อแล้วนี้
 ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๓

ปุณะ จะปะรัง ภิภะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิภุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริรัง สีวะธิกาย ฉัพพัตถัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัฐิกานิ

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

ปุณฺชกิตานิ

ที่กองรวมกันอยู่

เตโรวสฺสิกานิ

ที่มีอายุเกินกว่า ๑ ปี

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบซึ่งกายนี้นั้นเทียบกับซากศพนั้น

อิติ

ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม่นี้แล

เอวํธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวํภาวิ

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวํอะนะติโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวํปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๔

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะระรัง สีวะธิกาย ฉัททิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

ปุตินิ

ที่ผูกป่น

จุณณะกะชาตานิ

ที่มีลักษณะเป็นผุยผงแล้ว

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบซึ่งกายนี้กับที่เปรียบ

กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนั้นว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม้นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะติโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้นี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๕

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ วิวิจเจะว กาเมหิ

ภิกษุสังขัตแล้วนั้นเที่ยวจากกามทั้งหลาย

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ

สังขัตแล้วจากอกุศลธรรมทั้งหลาย

สะวัตถักัง สะวิจาร์รัง, วิเวกะชัง ปิติสุชัง,

ปะฐะมัง ฌานัง อูปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้วซึ่งปฐมฌาน ที่มีวิตก มีวิचार

มีปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง วิเวกะเชนะ ปิติสุเชนะ,

อะภิสันเทติ ปะริสันเทติ ปะริปุเรติ ปะริปณะระติ

เรื่อยย้อมทำกายนี้นั้นเที่ยว ให้ชุ่มชื้น เอบอ้อม

เต็มรอบ แผ่ไปโดยรอบ ด้วยปิติและสุขอันเกิดจากวิเวก

นาสสะ ภิญจิ สัพพะวะโต กายัสสะ วิเวกะเขนะ
ปิติสุเขนะ อัมพุญฺง โหติ.

ส่วนใด ๆ ของกายทั้งหมด ที่ปิติและสุขอันเกิดจาก
วิเวกไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี...

เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๖

ปุณฺะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ วิตักกะวิจารณ์ัง วุปะสะมา

เพราะความสงบระงับไปแห่งวิตกและวิจารณ์ทั้งหลาย

อัมมัตตัง สัมปะสาทะนัง, เจตะโส เอโกทิภาวัง,

อะวิตักกัง อะวิจารณ์ัง, สะมาธิขัง ปิติสุขัง,

ทุติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

ภิกษุเข้าถึงแล้วซึ่งทุติยฌาน ที่มีความผ่องใสแห่งจิต
ในภายใน มีสภาวะเป็นธรรมเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตก
ไม่มีวิจารณ์ มีปิติและสุข อันเกิดจากสมาธิอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง สมาธิเชนะ ปิติสฺเชนะ,
 อะภิสันฺเทติ ปะริสันฺเทติ ปะริปุเรติ ปะริปะระระติ
 เธอย่อมทำกายนี้นั่นเทียว ให้ชุ่มชื้น เอบอ้ม
 เต็มรอบ แผ่ไปโดยรอบ ด้วยปิติและสุข
 อันเกิดจากสมาธิ

นาสสะ ภิกฺขุจि สัพพะวะโตะ กายัสสะ สะมาธิเชนะ
 ปิติสฺเชนะ อปัณฺณัง โหติ.

ส่วนใด ๆ ของกายเธอทั้งหมด
 ที่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี...

เอวังปิ ภิกฺขะเว ภิกฺขุ กายะคะตะสะตัง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้อแล้ว
 ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๗

ปุณะ จะปะรัง ภิกฺขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกฺขุ ปิติยา จะ วิราคา

เพราะความสิ้นไปแห่งปิติ

อุเปกขโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน

ภิกษุเป็นผู้มีอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่

สุขัญจะ กาเยนะ ปะภุสสังเวเทติ

และย่อมเสวยซึ่งความสุขด้วยกาย

ยันตัง อะริยา อาจิกขันติ,

‘อุเปกขโก สะติมา สุขะวิหารี’ติ,

ตติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้วซึ่งตติยฌาน

อันเป็นฌานที่พระอริยะเจ้าทั้งหลายสรรเสริญว่า

“ผู้ได้ฌานนี้ เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติ มีปกติอยู่เป็นสุข”

โส อิมะเมวะ กายัง นิปปีติเณสะ

อะภิสันเทติ ปะริสันเทติ ปะริปุเรติ ปะริปณะระติ

เธอย่อมทำกายนี้นั่นเทียว ให้ชุ่มชื้น เอิบอím

เต็มรอบ แผ่ไปโดยรอบ ด้วยสุขอันไม่มีปิติ

นาสสะ ภิญจิ สัพพะวะโต กายัสสะ นิปปีติเณสะ

สุขะเนสะ อัปปมัญัง โหติ.

ส่วนไร ๆ ของกายเธอทั้งหมด

ที่สุขอันไม่มีปิติ ไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี...

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนมาแล้วนี้

ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๘

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ สุขัสสะ จะ ปะหانا

เพราะความละไปแห่งความสุข

ทุกขัสสะ จะ ปะหانا

และเพราะความละไปแห่งความทุกข์

ปุพเพวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสานัง อตถังคะมา

เพราะดับไปแห่งโสมนัสโทมนัสทั้งหลายในฉนาก่อน ๆ

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิง,

จะตุตถัง ฉนัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

ภิกษุเข้าถึงแล้วซึ่งจตุตถฉน, ที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข,

มีสติบริสุทธืเพราะอุเบกขาอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง ปะริสุทเธนะ เจตะสา

ปะริโยทาเตนะ ณะริตฺวา นิสินโน โหติ

เธอเป็นผู้นั่งแผ่ครอบคลุมไปทั่วกายนี้นั่นเดียว

ด้วยใจอันบริสุทธืผุดผ่อง

นาสสะ กิญจิ สัพพะวะโต กายัสสะ

ปะริสุทเธนะ เจตะสา ปะริโยทาเตนะ อัပ္พัญญัง โหติ.

ส่วนใด ๆ ของกายเธอทั้งหมด

ที่ใจอันบริสุทธืผุดผ่อง ไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี

ตัสสะ เอวัง อัมปะมัตตัสสะ อาตานิโน

ปะหิตตตัสสะ วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเพิกกิเลส
มีตนส่งไปแล้วอยู่อย่างนี้

เย เคหะลีตา สะระสังกัปปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรือน

เต ปะหิยันติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหานา

เพราะการละความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัมมัตตะเมวะ จิตตัง สันติภูมุตติ สันนิสีหะติ

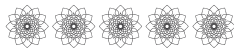
จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น
ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สะมาธิยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างทีกล่าวนี้อแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่าทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น



๓.๔ อานาปานัสสติ ๑๖ ชั้น

หันทะ มะยัง อานาปานัสสะติภาวนาปาฐัง ภาณามะ เส.

กะถัง ภาวิตา จะ ภิกขะเว อานาปานัสสะติ

กะถัง พะหุสีกะตา มะหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานัสสติ

อันภิกษุเจริญแล้วอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร

จึงเป็นสิ่งที่มียผลมาก และมีอานิสงส์มาก

อานาปานัสสติ ชั้นเตรียมการ

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

อะรัญญะคะโต วา

ไปแล้วสู่ป่าก็ดี

รุกขะมุละคะโต วา

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ดี

สุญญาคาระคะโต วา

ไปแล้วสู่ที่ว่างจากเรือนก็ดี

นิสีทะติ ปัลลังกัง อามุชิต์วา

ย่อมนั่งพับขาทั้งสองข้างให้เป็นบัลลังก์

อุชุง กายัง ปะณิธายะ

ตั้งแล้วซึ่งกายให้ตรง

ปะริมุขัง สะติง อูปัญฐะเปตฺวา

ดำรงไว้แล้วซึ่งสติมุ่งตรงต่อกัมมัญฐาน

โส สโต วะ อัสสะสะติ

เธอเป็นผู้มีสติอยู่นั้นเที่ยวย่อมหายใจเข้า

สโต ปัสสะสะติ

เป็นผู้มีสติอยู่นั้นเที่ยวย่อมหายใจออก

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑

ทีฆัง วา อัสสะสันโต ทีฆัง อัสสะสามิติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ชัดว่า

เรากำลังหายใจเข้ายาว

ทีฆัง วา ปัสสะสันโต ทีฆัง ปัสสะสามิติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจออกยาว ย่อมรู้ชัดว่า

เรากำลังหายใจออกยาว

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๒

รัสสัง วา อัสสะสันโต รัสสัง อัสสะสามิติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจเข้าสั้น ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจเข้าสั้น

รัสสัง วา ปัสสะสันโต รัสสัง ปัสสะสามิติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจออกสั้น ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจออกสั้น

อานาปานัสสติ ขั้นที่ ๓

สัพพะกายะปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง
จักหายใจเข้า

สัพพะกายะปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง
จักหายใจออก

อานาปานัสสติ ขั้นที่ ๔

ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง อัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขารให้ระงับอยู่
จักหายใจเข้า

ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ.

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขารให้ระงับอยู่
จักหายใจออก

อานาปานัสสติ ขั้นที่ ๕

ปีติปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งปีติ
จักหายใจเข้า”

ปีติปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งปีติ
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๖

สุขะปะภุสสังเวที อัสนะสิตสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งความสุข
จักหายใจเข้า”

สุขะปะภุสสังเวที ปัสสะสิตสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งความสุข
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๗

จิตตะสังขาระปะภุสสังเวที อัสนะสิตสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิตตสังขาร
จักหายใจเข้า”

จิตตะสังขาระปะภุสสังเวที ปัสสะสิตสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิตตสังขาร
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๘

ปัสสัมภะยัง จิตตะสังขารัง อัสนะสิตสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิตตสังขารให้ระงับอยู่
จักหายใจเข้า”

ปัสสัมภะยัง จิตตะสังขารัง ปัสสะสิตสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิตตสังขารให้ระงับอยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ บัณฑิต ๙

จิตตะปะภิสัณเฑเฑ อัสสะลิสสามิตี ลิกขะตี

ย้อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิต
จักหายใจเข้า”

จิตตะปะภิสัณเฑเฑ ปัสสะลิสสามิตี ลิกขะตี

ย้อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิต
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ บัณฑิต ๑๐

อะภิปปะโมทะยัง จิตตัง อัสสะลิสสามิตี ลิกขะตี

ย้อมศึกษาว่า “เราทำจิตให้ปราโมทย์อยู่
จักหายใจเข้า”

อะภิปปะโมทะยัง จิตตัง ปัสสะลิสสามิตี ลิกขะตี

ย้อมศึกษาว่า “เราทำจิตให้ปราโมทย์อยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ บัณฑิต ๑๑

สะมาทะหัง จิตตัง อัสสะลิสสามิตี ลิกขะตี

ย้อมศึกษาว่า “เราทำจิตให้ตั้งมั่นดีอยู่
จักหายใจเข้า”

สะมาทะหัง จิตตัง ปัสสะลิสสามิตี ลิกขะตี

ย้อมศึกษาว่า “เราทำจิตให้ตั้งมั่นดีอยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๒

วิโมจะยัง จิตตัง อัตตะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิตให้หลุดพ้นอยู่
จักหายใจเข้า”

วิโมจะยัง จิตตัง ปัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิตให้หลุดพ้นอยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๓

อะนิจจานุปัสสี อัตตะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นสังขาร
โดยความไม่เที่ยง จักหายใจเข้า”

อะนิจจานุปัสสี ปัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นสังขาร
โดยความไม่เที่ยง จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๔

วิราคานุปัสสี อัตตะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะสิ้นไป
แห่งสังขาร จักหายใจเข้า”

วิราคานุปัสสี ปัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะสิ้นไป
แห่งสังขาร จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๕

นิโรธานุปัสสี อัตตะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะดับไป
แห่งสังขาร จักหายใจเข้า”

นิโรธานุปัสสี ปัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะดับไป
แห่งสังขาร จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๖

ปะฏินิสัคคานุปัสสี อัตตะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะ
สลัดคิณกิเลสและสังขาร จักหายใจเข้า”

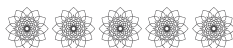
ปะฏินิสัคคานุปัสสี ปัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะ
สลัดคิณกิเลสและสังขาร หายใจออก”

เอวัง ภาวิตา โข ภิกขะเว อานาปานัสสะติ

เอวัง พะหุสีกะตา มหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานัสสติ
อันภิกษุเจริญแล้วอย่างนี้ ทำให้มากแล้วอย่างนี้
จึงเป็นสิ่งที่มียผลมาก และมีอานิสงส์มาก



๓.๕ อนัตตลักขณสูตร

หันทะ มะยัง อนัตตลักขณสูตรัง ภาณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้าได้สดับจดจำมาแล้วอย่างนี้

เอกัง สมะยัง ภะคะวา พาราณสียัง วิหะระติ

อิสิปะตะเน มิคะทาเย

ในสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาค

ประทับอยู่ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้เมืองพาราณสี

อะถะ โข ภะคะวา ปญจะวัคคิเย ภิกขุ อามันเตสิ

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาค ตรัสกับภิกษุปัญจวัคคีย์ว่า

รูปัง ภิกขเว อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย รูป ไม่เป็นตัวตน

รูปัญจะ หิทัง ภิกขเว อัตตา อะภะวิสสะ

หากว่า รูปนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทัง รูปัง อาพาธายะ สังวัตเตยยะ

รูปนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพเถละ จะ รูเป,

เอวัง เม รูปัง โทตุ, เอวัง เม รูปัง มา อโหสิติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนาในรูปว่า

ขอรูปของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว รุปัง อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า รูปไม่เป็นตัวตน

ตัลมา รุปัง อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น รูปย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ รูปะ,

เอวัง เม รุปัง โหตุ, เอวัง เม รุปัง มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนาในรูปว่า

ขอรูปของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

เวทนา อนัตตา

เวทนา ไม่เป็นตัวตน

เวทนา จะ หิทัง ภิกขเว อตตะตา อะภะวิสสะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

หากว่า เวทนานี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทัง เวทะนา อาพาธายะ สังวัตเตยยะ

เวทนานี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพพะถะ จะ เวทะนายะ,

เอวัง เม เวทะนา โหตุ, เอวัง เม เวทะนา มา อะโหสีติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนาในเวทนาว่า

ขอเวทนาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว เวทนา อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า เวทนาไม่เป็นตัวตน

ตัสมา เวทนา อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น เวทนาย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ เวทนายะ,

เอวัง เม เวทนา โหตุ, เอวัง เม เวทนา มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนาในเวทนาว่า

ขอเวทนาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

สัญญา อนัตตา

สัญญา ไม่เป็นตัวตน

สัญญา จะ หิทัง ภิกขเว อัตตา อะภะวิสสะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

หากว่า สัญญานี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทัง สัญญา อาพาธายะ สังวัตเตยยะ

สัญญานี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพเถะ จะ สัญญายะ,

เอวัง เม สัญญา โหตุ, เอวัง เม สัญญา มา อะโหสีติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนาในสัญญานี้ว่า

ขอสัญญาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว สัณฺญา อะนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า สัณฺญาไม่เป็นตัวตน

ตัสมา สัณฺญา อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น สัณฺญาย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ สัณฺญาเย,

เอวัง เม สัณฺญา โหตุ, เอวัง เม สัณฺญา มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนาในสัณฺญาว่า

ขอสัณฺญาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

สังขารา อะนัตตา

สังขารทั้งหลาย ไม่เป็นตัวตน

สังขารา จะ หิทัง ภิกขเว อัตตา อะภาวิสสังสุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

หากว่า สังขารทั้งหลายนี้จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะ ยิทัง สังขารา อาพาธายะ สังวัตเตยฺยง

สังขารทั้งหลายนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพพะถะ จะ สังขารेषุ,

เอวัง เม สังขารา โหนตุ, เอวัง เม สังขารา มา อะหะสุณฺติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนาในสังขารทั้งหลาย

ว่า ขอสังขารทั้งหลายของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว สังขารอานัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า
สังขารทั้งหลายไม่เป็นตัวตน

ตัสมา สังขารอานาถะ สังวัตตันติ

เพราะเหตุนั้น สังขารทั้งหลาย ย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ สังขารสุ,

เอวัง เม สังขารอานัต, เอวัง เม สังขาร มา อะเหสุณตี

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนาในสังขาร
ทั้งหลายว่า ขอสังขารทั้งหลายของเรา
จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

วิญญานัง อานัตตา

วิญญาน ไม่เป็นตัวตน

วิญญานัญจะ หิทัง ภิกขเว อตตะ ออะวิสสะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
หากว่า วิญญานนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทัง วิญญานัง อานาถะ สังวัตเตยยะ

วิญญานนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพพะติ จะ วิญญาน,

เอวัง เม วิญญานัง โหตุ, เอวัง เม วิญญานัง มา อะโหสีตี

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนาในวิญญานว่า
ขอวิญญานของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด
อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว วิญญูณัง อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า วิญญูณไม่เป็นตัวตน

ตัสมา วิญญูณัง อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น วิญญูณย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ วิญญูณาณ,

เอวัง เม วิญญูณัง โหตุ, เอวัง เม วิญญูณัง มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนาในวิญญูณว่า

ขอวิญญูณของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ตัง กิง มัญญะถะ ภิกขเว รุปัง นิจจัง วา อนิจจัง วาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายย่อมสำคัญ

ความข้อนั้นเป็นไฉน รูป เทียงหรือไม่เทียง

อนิจจัง ภัณฑะ

ไม่เทียง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เทียง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภัณฑะ

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะณานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสสิมิ, เอโส เม อตฺตาทิ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา

โน เหตัง ภันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

เวทนา นิจจา วา อะนิจจา วาติ

เวทนา เที่ยงหรือไม่เที่ยง

อนิจจา ภันเต

ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า

ยัง ปะณานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภันเต

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะณานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสสิมิ, เอโส เม อตฺตาทิ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา

โน เห่ง กันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

สัญญา นิจจา วา อนิจจา วาติ

สัญญา เทียงหรือไม่เทียง

อนิจจา กันเต

ไม่เทียง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจัจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เทียง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง กันเต

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจัจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสีตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสสิมิ, เอโส เม อตตาทิ

ก็สิ่งใดไม่เทียงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั้น นั้นเป็นตัวตนของเรา

โน เห่ง กันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

สังขารา นิจจา วา อนิจจา วาติ

สังขารทั้งหลาย เทียงหรือไม่เทียง

อนิจจา ภัณฑ

ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภัณฑ

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสมิ, เอโส เม อัตตาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา

โน เหตัง ภัณฑ ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

วิญญาณัง นิจจัง วา อนิจจัง วาติ

วิญญาน เที่ยงหรือไม่เที่ยง

อนิจจัง ภัณฑ ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภัณฑ

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสมิ, เอโส เม อตฺตาทิ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา

โน เหตัง ภันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

ตัสมาติหะ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้แล

ยังกิณฺณจิ รูปัง

รูปทุก ๆ ชนิด

อติตานาคะตะปัจจุปันนัง

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบัน

อชฌัตตัง วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกัง วา สุขุมัง วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนัง วา ปณฺีตัง วา

เลวก็ตาม ประณีตก็ตาม

ยํ ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพัง รุปัง, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตฺตาทิ
 เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญาเย ทฏฺฐัพพัง
 รูปทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญา
 อันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า
 นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

ยา กากิ เวทนา

เวทนาทุก ๆ ชนิด

อติตานาคะตะปัจจุปปันนา

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบัน

อชฌัตตา วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอรุหาริกา วา สุขุมมา วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนา วา ปณิตา วา

เลวก็ตาม ประณีตก็ตาม

ยา ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพา เวทนา, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตฺตาทิ

เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญาเย ทฏฺฐัพพัง

เวทนาทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญา
 อันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า
 นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

ยา กาจิ สัณญา

สัณญาทุก ๆ ชนิด

อดีตานาคะตะปัจจุปันนา

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบัน

อชฌัตตา วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกา วา สุขุมมา วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนา วา ปณิตา วา

เลวก็ตาม ประณีตก็ตาม

ยา ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพา สัณญา, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตตาทิ

เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญายะ ทัญญัพพัง

สัณญาทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

เย เกจิ สังขาร

สังขารทั้งหลายทุก ๆ ชนิด

อดีตานาคะตะปัจจุปันนา

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบัน

อชฌัตตา วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกา วา สุขุม วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนว วา ปณิตา วา

เลวกี่ตาม ประณีตก็ตาม

เย ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพเพ สังฆารว, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตฺตาทิ

เอวเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญายะ ทักฺขุสัพพัง

สังฆารทั้งหลายนั้น อันเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

ยังกิญจิ วิญญาณัง

วิญญาณทุก ๆ ชนิด

อตีตนาคะตะปัจจุปปันนัง

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบัน

อชณฺตตัง วา พะหิทฺธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกัง วา สุขุมัง วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนัง วา ปณิตัง วา

เลวกี่ตาม ประณีตก็ตาม

ยัง ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพัง วิญญูณัง, เนตัง มะมะ,

เนโสหะมัสมิ นะ เมโส อตตาทิ

เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญายะ ทัญญัพพัง

วิญญูณทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบตามความเป็นจริงอย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

เอวัง ปัสสัง ภิกขเว สุตะวา อริยะสสาวะโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้มีสุตะ เมื่อเห็นอย่างนี้

รูปัสมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในรูป

เวทนะยาปะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในเวทนา

สัณฺญายะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในสัญญา

สังขารेषูปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในสังขารทั้งหลาย

วิญญูณัสสมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในวิญญูณ

นิพพินทัง วิรัชชะติ

เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมสิ้นกำหนด

วิราคา วิมุจจะติ

เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น

วิมุตตัสสัมมิม วิมุตตะมิตติ ญาณัง โหติ

เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณย่อมเกิดขึ้นว่า หลุดพ้นแล้ว
ชีนา ขาติ, วุสิตัง พรีหัมจะริยัง, กะตัง กระณียัง,
นาปะรัง อิตถัตตยาติ ปะชานาตีติ

ย่อมรู้ชัดว่า ขาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว
กิจที่ควรทำ ได้ทำเสร็จแล้ว
กิจอื่น เพื่อความเป็นอย่างนี้ มิได้มี ดังนี้

อิหะมะโวจะ ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสอนัตตลักขณสูตรนี้จบลงแล้ว

อัทตะมะนา ปัญจะวัคคิยา ภิกขุ

ภะคะวะโต ภาสิตัง อะภินันทุง

ภิกษุปัญจวัคคีย์ต่างมีใจยินดี อнуโมทนา
และยอมรับพระภาสิตของพระผู้มีพระภาค

อิมัสสมิญจะ ปะนะ เวยยากระณัสสัมมิม ภัญญะมานะ

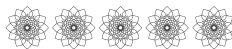
ก็เมื่อเวยยากรณ์ภาสิตนี้
อันพระผู้มีพระภาคทรงแสดงอยู่

ปัญจะวัคคิยานัง ภิกขุณัง อะนุปาทาเย

อาสะเวหิ จิตตานิ วิมุจจิงสุ

จิตของภิกษุปัญจวัคคีย์ก็หลุดพ้นแล้ว
จากอาสวะทั้งหลายเพราะไม่ยึดมั่นถือมั่น

อิติ. ดังนี้แล



๓.๖ อาภิตตปริยายสูตร

หันทะ มะยัง อาภิตตปะริยายะสุตตัง ภาณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้าได้สดับจดจำมาแล้วอย่างนี้

**เอกัง สมะยัง ภาคะวา คะยายัง วิหะระติ คะยาสิเส สัทธิง
ภิกขุสะหัสเสนะ**

ในสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาค

ประทับอยู่ที่ตำบลคยาสิสะ ใกล้แม่น้ำคยา

พร้อมด้วยภิกษุสงฆ์ ๑,๐๐๐ รูป

ตัตถะ โข ภาคะวา ภิกขุ อามันเตสิ

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า

สัพพัง ภิกขเว อาภิตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งทั้งปวงเป็นของร้อน

ภิกฺขเว ภิกขเว สัพพัง อาภิตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อะไรเล่า

ชื่อว่าสิ่งทั้งปวงเป็นของร้อน

จักขุ ภิกขเว อาภิตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุ เป็นของร้อน

รูปา อาภิตตา

รูปทั้งหลาย เป็นของร้อน

จักขุวิญญูณัง อาทิตตัง

จักขุวิญญูณ เป็นของร้อน

จักขุสัมผัสโส อาทิตโต

จักขุสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง จักขุสัมผัสสปะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาแม้นั้น ก็เป็นของร้อน

เกนะ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง ราคะคคินา โทสะคคินา โมหะคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ชาตียา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะทามิ

เราย่อมกล่าวว่า ร้อนเพราะความโสภ

ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย

โสตัง อาทิตตัง โสตะ เป็นของร้อน

สัททา อาทิตตา เสียงทั้งหลาย เป็นของร้อน

โสตะวิญญูณัง อาทิตตัง

โสตะวิญญูณ เป็นของร้อน

โสตะสัมผัสโส อาทิตโต

โสตะสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง โสตะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปีชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยโสตะสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เณระ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง รากค์คินา โทสค์คินา โมหค์คินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตังชาติยา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ วะทามิ

เราย่อมกล่าวว่า ร้อนเพราะความโศก

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย

ฆานัง อาทิตตัง ฆานะ เป็นของร้อน

คณธา อาทิตตา กลิ่นทั้งหลาย เป็นของร้อน

ฆานะวิญญูณัง อาทิตตัง

ฆานวิญญูณ เป็นของร้อน

ฆานะสัมผัสโส อาทิตโต

ฆานสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง ฆานะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยฆานสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาแม้นั้น ก็เป็นของร้อน

เกนะ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง ราคะคคินา โทสะคคินา โมหะคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ขาติยา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะทามิ

เราย่อมกล่าวว่า ร้อนเพราะความโศก

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย

ชีวะหา อาทิตตา ชิวหา เป็นของร้อน

ระสา อาทิตตา รสทั้งหลาย เป็นของร้อน

ชีวหาวิญญูณัง อาทิตตัง

ชีวหาวิญญูณ เป็นของร้อน

ชีวหาสัมผัสโส อาทิตโต

ชีวหาสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง ชิวหาสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยชีวหาสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เกนะ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง รากค์คินา โทสค์คินา โมหค์คินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ชาตียา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะหามิ

เราย่อมกล่าวว่า ร้อนเพราะความโศก

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย

กาโย อาทิตโต กาย เป็นของร้อน

โณฏฐัพพา อาทิตตา โณฏฐัพพะทั้งหลาย เป็นของร้อน

กายะวิญญาณัง อาทิตตัง

กายวิญญาณ เป็นของร้อน

กายะสัมผัสโส อาทิตโต

กายสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง กายะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยกายสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เกนะ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง รากคคินา โทสคคินา โมหคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ขาติยา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะทามิ

เราย่อมกล่าวว่า ร้อนเพราะความโสภ

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย

มะโน อาทิตโต มนะ เป็นของร้อน

ธัมมา อาทิตตา ธรรมทั้งหลาย เป็นของร้อน

มะโนวิญญูณัง อาทิตตัง

มนวิญญูณ เป็นของร้อน

มะโนสัมผัสโส อาทิตโต

มนสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง มะโนสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยมนสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เกนะ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง รากค์คินา โทสค์คินา โมหค์คินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตังชาติยา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ วะทามิ

เราย่อมกล่าวว่า ร้อนเพราะความโศก

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจทั้งหลาย

เอวัง ปัสสัง ภิกขเว สุตะวา อริยะสวาโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้มีสุตะ เมื่อเห็นอย่างนี้

จักขุสัมมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในจักขุ

รูปเปสุมปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในรูปทั้งหลาย

จักขุวิญญาณปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในจักขุวิญญาณ

จักขุสัมผัสเสปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในจักขุสัมผัส

ยัมปิทัง จักขุสัมผัสสัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสสัมมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในเวทณานั้น

โสตัสสัมมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในโสตะ

สัททสุมปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในเสียงทั้งหลาย

โสตะวิญญาณปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในโสตะวิญญาณ

โสตะสัมผัสเสปิ นิพพินทะติ

ย่อมน้อมเพียรหน่าย แม้นในโสตะสัมผัส

ยัมปิถัง โสตะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยโสตะสัมผัสเป็นปัจจัย

แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสส์มิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

ฆานัสส์มิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในฆานะ

คันเธสุปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในกลิ่นทั้งหลาย

ฆานะวิญญาณปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในฆานวิญญาณ

ฆานะสัมผัสเสปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในฆานสัมผัส

ยัมปิถัง ฆานะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยฆานสัมผัสเป็นปัจจัย

แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสส์มิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

ชีวิหยาเยปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในชีวหา

ระเสสุปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในรสทั้งหลาย

ชีวิหาวิญญาณปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในชีวหาวิญญาณ

ชีวิหาสัมผัสเสปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในชีวหาสัมผัส

ยัมปิทัง ชีวิหาสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยชีวหาสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสสังปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในเวทนานั้น

กายัสสังปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในกาย

โณฏฐัพเพสุปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในโณฏฐัพพะทั้งหลาย

กายะวิญญาณปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในกายวิญญาณ

กายะสัมผัสเสปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อนหาย แม้ในกายสัมผัส

ยัมปิทัง กายะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยกายสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัลลัมปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

มะนัสลัมปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในমনะ

ธัมเมสุปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในธรรมทั้งหลาย

มะโนวิญญาเณปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในมโนวิญญาณ

มะโนสัมผัสเสปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในมโนสัมผัส

ยัมปิทัง มะโนสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยมโนสัมผัสเป็นปัจจัย

แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัลลัมปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

นิพพินทัง วิรัชชะติ

เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมสิ้นกำหนด

วिरาคา วิมุจจะติ

เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น

วิมุตตัสสัมมิง วิมุตตะมิตติ ญาณัง โหติ

เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณย่อมเกิดขึ้นว่า หลุดพ้นแล้ว
ชีณา ชาติ, วุสิตัง พรีหัมจะริยัง, กะตัง กระณียัง,
นาปะรังง อิตถัตตายาติ ปะชานาตีติ

ย่อมรู้ชัดว่า ชาตีสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว
 กิจที่ควรทำ ได้ทำเสร็จแล้ว
 กิจอื่น เพื่อความเป็นอย่างนี้ มิได้มี ดังนี้

อิทะมะโวจะ ภาคะวา

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสอาทิตตปริยายสูตรนี้จบลงแล้ว

อัทตะมะนา เต ภิกขุ ภาคะวะโต ภาสีตัง อะภินันทุง

ภิกษุเหล่านั้นต่างมีใจยินดี อนุโมทนา

และยอมรับพระภาษิตของพระผู้มีพระภาค

อิมัสัมมิงจะ ปะนะ เวยยากระณัสสัมมิง ภัญญะมานะ

ก็เมื่อเวยยากรณ์ภาษิตนี้

อันพระผู้มีพระภาคทรงแสดงอยู่

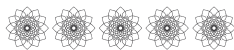
ตัสสะ ภิกขุสะหัสสัสสะ อนุปาทาเย

อาสะเวหิ จิตตานิ วิมูจจิงสุ

จิตของพระภิกษุ ๑,๐๐๐ รูปนั้น หลุดพ้นแล้ว

จากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่ยึดมั่นถือมั่น

อิติ. ดังนี้แล



๓.๗ ปฏิจจสมุปบาท

หันทะ มะยัง ปะฏิจจะสะมุปปาทะปาฐัง ภาณามะ เส.

**อิธะ ภิกขะเว อริยะสาวะโก ปะฏิจจะสะมุปปาทัญญะวะ
สาธุกัง โยนิสो มะนะสิกะโรติ**

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกในธรรมวินัยนี้
ย่อมกระทำไว้ในใจโดยแยบคายเป็นอย่างดี
ซึ่งปฏิจจสมุปบาทนั้นเที่ยว ดังนี้ว่า

อิมัสมิง สะติ อิทัง โหติ

เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี

อิมัสสุปปาทา อิทัง อุปปัชชะติ

เพราะความเกิดขึ้นของสิ่งนี้ สิ่งนี้ย่อมเกิดขึ้น

อิมัสมิง อะสะติ อิทัง นะ โหติ

เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี

อิมัสสะ นิโรธา อิทัง นิรุชณะติ

เพราะความดับไปของสิ่งนี้ สิ่งนี้ย่อมดับไป

ยะทิทัง

ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

อะวิชาปะจจะยา สังขาร

เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลายย่อมมี

สังขาระปะจจะยา วิญญาณัง

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญูณย่อมมี

วิญญาณะปัจจะยา นามะรูปัง

เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูปย่อมมี

นามะรูปะปัจจะยา สะหายะตะนัง

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สหายตนะย่อมมี

สะหายะตะนะปัจจะยา ผัสโส

เพราะสหายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะย่อมมี

ผัสสะปัจจะยา เวทนา

เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาย่อมมี

เวทนาปัจจะยา ตัณหา

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาย่อมมี

ตัณหาปัจจะยา อุปาทานัง

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานย่อมมี

อุปาทานะปัจจะยา ภาวะ

เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภาวะย่อมมี

ภาวะปัจจะยา ชาติ

เพราะภาวะเป็นปัจจัย ชาติย่อมมี

ชาติปัจจะยา ชะรามะระณัง

โสกะปริเทวะทุกขะโทมนัสสุปายาสา สัมภะวันติ

เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะ โสกะ ปริเทวะ

ทุกข์ โทมนัสและอุปายาสะ ย่อมมี

เอวเมตัสสะ เภวสัสสะ ทุกขักขันธัสสะ สมุทโย โหติ.

ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้

ย่อมมีด้วยอาการอย่างนี้

อวิชชาเย ตีเววะ อะเสสะวิราคะนิโรธา สังขาระนิโรโ

อนึ่ง เพราะความไม่เกิดโดยสิ้นเชิงแห่งอวิชชา

นั้น เทียวด้วยอริยมรรค ความไม่เกิดแห่งสังขารย่อมมี

สังขาระนิโรธา วิญญาณะนิโรโ

เพราะความไม่เกิดแห่งสังขาร

ความไม่เกิดแห่งวิญญานย่อมมี

วิญญาณะนิโรธา นามะรูปะนิโรโ

เพราะความไม่เกิดแห่งวิญญาน

ความไม่เกิดแห่งนามรูปย่อมมี

นามะรูปะนิโรธา สะฬายะตะนะนิโรโ

เพราะความไม่เกิดแห่งนามรูป

ความไม่เกิดแห่งสฬายตนะย่อมมี

สะฬายะตะนะนิโรธา ผัสสะนิโรโ

เพราะความไม่เกิดแห่งสฬายตนะ

ความไม่เกิดแห่งผัสสะย่อมมี

ผัสสะนิโรธา เวทะนานิโรโ

เพราะความไม่เกิดแห่งผัสสะ

ความไม่เกิดแห่งเวทนาย่อมมี

เวทนานิโรธา ตัณ्हานิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งเวทนา
ความไม่เกิดแห่งตัณหาย่อมมี

ตัณ्हานิโรธา อุปาทานะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งตัณหา
ความไม่เกิดแห่งอุปาทานย่อมมี

อุปาทานะนิโรธา ภาวะะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งอุปาทาน
ความไม่เกิดแห่งภพย่อมมี

ภาวะะนิโรธา ชาตินิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งภพ ความไม่เกิดแห่งชาติย่อมมี

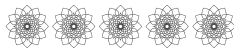
ชาตินิโรธา ชะรามะระณัง

โสกะปริเทวะทุกขะโทมนัสสอุปายาสา นิรุชฌันติ

เพราะมีความไม่เกิดแห่งชาติ ชรามรณะ โสกะ
ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัสและอุปายาสะ ย่อมดับ

เอวะเมตัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ นิโรโธ โหติ.

ความไม่เกิดแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้
ย่อมมีด้วยอาการอย่างนี้



๓.๘ มงคล ๓๘

หันทะ มะยัง มังคะละสุตตะคาถาโย ภะณามะ เส.

อะเสวะนา จะ พาลานัง
ปัณทิตานัญจะ เสวะนา
ปุชา จะ ปุชะณีนานัง
เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๑) การไม่คบคนพาล
(๒) การคบบัณฑิต
(๓) การบูชาบุคคลที่ควรบูชา
ธรรม ๓ อย่างนี้
เป็นมงคลอันสูงสุด

ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ
บุพเพ จะ กะตะปุญญะตา
อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ
เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๔) การอยู่ในสถานที่
อันสมควร
(๕) ความเป็นผู้มีบุญ
อันทำไว้แล้วในกาลก่อน
(๖) การตั้งตนไว้ชอบ
ธรรม ๓ อย่างนี้
เป็นมงคลอันสูงสุด

พาหุสัจจัญจะ
ลิตัพพัญจะ

(๗) ความเป็นพหูสูต
(๘) ความเป็นผู้มีศิลปะ

วินะโย จะ สุกฺกิขิตโต
 สุภาสิตา จะ ยา วาจา
 เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๙) วินัยที่ศึกษาดีแล้ว
 (๑๐) วาจาสุภาสิต
 ธรรม ๔ อย่างนี้
 เป็นมงคลอันสูงสุด

มาตาปิตุอุปัฏฐานัง
 ปุตตะทาร์สสะ สังคะโท

(๑๑) การบำรุงมารดาบิดา
 (๑๒) การสงเคราะห์บุตร และ
 (๑๓) การสงเคราะห์ภรรยา
 (๑๔) การงานที่ไม่เอากุศล
 ธรรม ๔ อย่างนี้
 เป็นมงคลอันสูงสุด

อะนาคุลา จะ กัมมันตา
 เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๑๕) การให้ทาน
 (๑๖) การประพฤติธรรม
 (๑๗) การสงเคราะห์ญาติ
 (๑๘) กรรมอันไม่มีโทษ
 ธรรม ๔ อย่างนี้
 เป็นมงคลอันสูงสุด

ทานัญญจะ
 ธัมมะจะรียา จะ
 ญาคานัญญจะ สังคะโท
 อะนะวัชชานิ กัมมานิ
 เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

อาระตี วีระตี ปาปา
มัชชะปาณา จะ สัณญะโม

อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๑๙) การงดเว้นจากบาป

(๒๐) การสำรวมจากการ
ดื่มน้ำเมา

(๒๑) ความไม่ประมาท
ในธรรมทั้งหลาย

ธรรม ๓ อย่างนี้
เป็นมงคลอันสูงสุด

การะโว จะ

นิวาโต จะ

สันตุฎฐิ จะ

กะตัญญูตา

กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๒๒) ความเคารพ

(๒๓) ความอ่อนน้อมถ่อมตัว

(๒๔) ความสันโดษยินดี
ในของที่มีอยู่

(๒๕) ความกตัญญู

(๒๖) การฟังธรรมตามกาล
ธรรม ๕ อย่างนี้
เป็นมงคลอันสูงสุด

ขันตี จะ

โสวะจัสสะตา

สะมะณันญจะ ทัสสะนัง

(๒๗) ความอดทน

(๒๘) ความเป็นคนว่าง่าย

(๒๙) การเห็นสมณะ
ผู้สงบจากกิเลส

กาเลนะ ธรรมะสาักจนา

(๓๐) การสนทนาธรรม

ตามกาล

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

ธรรม ๔ อย่างนี้

เป็นมงคลอันสูงสุด

ตะโป จะ

(๓๑) ตบะ เครื่องเผาบาป

พริห์มะจะริยัญจะ

(๓๒) การประพฤติ

พรหมจรรย์

อะริยะสัจจานะ ทัสสะนัง

(๓๓) การเห็นอริยสัจ

ทั้งหลาย

นิพพานะสัจฉิกิริยา จะ

(๓๔) การทำให้แจ้ง

พระนิพพาน

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

ธรรม ๔ อย่างนี้

เป็นมงคลอันสูงสุด

พญูฐัสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ

(๓๕) จิตของผู้ได้อันโลกธรรม

กระทบแล้วไม่หวั่นไหว

อะโสกัง

(๓๖) เป็นจิตไม่เศร้าโศก

วิระซัง

(๓๗) เป็นจิตไร้ธุลีกิเลส

เขมัง

(๓๘) เป็นจิตเกษมปลอดภัย

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

ธรรม ๔ อย่างนี้

เป็นมงคลอันสูงสุด

เอตาทิสานิ กัตวานะ

เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

ครั้งนี้ได้กระทำมงคลดังที่กล่าวมานี้แล้ว

สัพพัตถะมะปะราชาิตา

เป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ในข้าศึกทั้งปวง

สัพพัตถะ โสตถิง คัจฉันติ

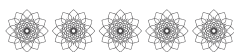
ย่อมถึงความสวัสดิในที่ทุกสถาน

ตันเตสัง มังคะละมุตตะมัง

ทั้งหมดนี้เป็นมงคลอันสูงสุดของเทวดา

และมนุษย์ทั้งหลายเหล่านั้นโดยแท้

อิติ. ด้วยประการฉะนี้แล



๓.๙ มหาสติปัฏฐานสูตร

หันทะ มะยัง มหาสติปัฏฐานะสูตรัง ภาณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้าได้สดับจดจำมาแล้วอย่างนี้

เอกัง สมะยัง ภาคะวา กุรุสุ วิหะระติ

กัมมาสะธัมมัง นามะ กุณัง นิคะโม.

ในสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ที่นิคม

ของชาวกรุงชื่อกัมมาสะธัมมะ ในแคว้นกรุง

ตัตตระ โข ภาคะวา ภิกขุ อามันเตสิ ภิกขะโวติ.

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกภิกษุทั้งหลาย

ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย”

ภาทันเตติ เต ภิกขุ ภาคะวะโต ปัจจัสโสสง.

ภิกษุทั้งหลายเหล่านั้นทูลรับแล้ว

ซึ่งพระดำรัสของพระผู้มีพระภาคว่า “พระเจ้าข้า”

ภาคะวา เอตะทะโวจะ.

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสแล้วซึ่งมหาสติปัฏฐานสูตรนี้

ดังต่อไปนี้

เอกายะโน อะยัง ภิกขเว มัคโค.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว

สัตนัง วิสุทฺธิยา,

เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย

โสกะปะริเทวานัง สะมะติกะมาเย,

เพื่อความก้าวล่วงซึ่งโสกะและปริเทวะทั้งหลาย

ทุกขะโทมะนัสสานัง อตถังคะมาเย,

เพื่อความดับไปแห่งทุกข์และโทมนัสทั้งหลาย

ญายัสสะ อะธิคะมาเย,

เพื่อการบรรลุถึงซึ่งอริยมรรค

นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยาเย,

เพื่อการกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

ยะทิทัง จัตตาริ สะติปัสฺสึนา

ทางนี้ คือ สติปัฏฐานทั้งหลาย ๔ ประการ

กะตะเม จัตตาริ.

สติปัฏฐานทั้งหลาย ๔ ประการ มีอะไรบ้าง

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งกายในกายอยู่

อาตาศิ สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วินยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง,

กำจัดแล้วซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่

อาตาศิ สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วินยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง,

กำจัดแล้วซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิตอยู่

อาตาศิ สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วินยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง,

กำจัดแล้วซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่

อาตาศิ สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วินยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง.

กำจัดแล้วซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

อุทเทโส นิฎฐิต.

อุทเทโส จบแล้ว



๑. กายานุปัสสนา

๑.๑ อานาปานปัพพะ

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกายอยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

อะรัญญะคะโต วา,

ไปแล้วสู่ป่าก็ดี

รุกขะมูละคะโต วา,

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ดี

สุญญาคาระคะโต วา,

ไปแล้วสู่ที่ว่างจากเรือนก็ดี

นิสีทะติ ปัลลังกัง อามุชิต์วา,

ย่อมนั่งพับขาทั้งสองข้างให้เป็นบัลลังก์

อุชุง กายัง ปะณิธายะ,

ตั้งแล้วซึ่งกายให้ตรง

ปะริมุขัง สะติง อุปปัฏฐะเปตฺวา,

ดำรงไว้แล้วซึ่งสติมุ่งตรงต่อกัมมัญฐาน

โส สโต วะ อัสสะสะติ,

เธอเป็นผู้มีสติอยู่นั้นเที่ยวยอมหายใจเข้า

สโต ปัสสะสะติ,

เป็นผู้มีสติอยู่นั้นเที่ยวยอมหายใจออก

ทีฆัง วา อัสสะสันโต ‘ทีฆัง อัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจเข้ายาว

ทีฆัง วา ปัสสะสันโต ‘ทีฆัง ปัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อหายใจออกยาว

ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจออกยาว

รัสสัง วา อัสสะสันโต ‘รัสสัง อัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อหายใจเข้าสั้น

ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจเข้าสั้น

รัสสัง วา ปัสสะสันโต ‘รัสสัง ปัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อหายใจออกสั้น

ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจออกสั้น

‘สัพพะกายะปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง

จักหายใจเข้า

‘สัพพะกายะปะฏิสังเวที ปัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ,
 ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง
 จักหายใจออก

‘ปัสสัมมะยัง กายะสังขารัง อัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ,
 ย่อมศึกษาว่า เราระงับอยู่ซึ่งกายสังขาร
 จักหายใจเข้า

‘ปัสสัมมะยัง กายะสังขารัง ปัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ.
 ย่อมศึกษาว่า เราระงับอยู่ซึ่งกายสังขาร
 จักหายใจออก

เสยยะถาปิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า
 ทักโข ภาวะกาโร วา ภาวะการันเตวาสี วา,
 นายช่างกลึงหรือลูกมือของนายช่างกลึง
 ผู้มีความชำนาญ

ทีฆัง วา อัญฉันโต ‘ทีฆัง อัญฉามิ’ติ ปะชานาติ,
 เมื่อชักเชือกยาว ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังชักเชือกยาว
 รัสสัง วา อัญฉันโต ‘รัสสัง อัญฉามิ’ติ ปะชานาติ,
 เมื่อชักเชือกสั้น ย่อมรู้ชัดว่าเรากำลังชักเชือกสั้น

เอวะเมวะ โข ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นเหมือนกันแล
 ทีฆัง วา อัสสะสันโต ‘ทีฆัง อัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,
 เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจเข้ายาว

ทีฆัง วา ปัสสะสันโต ‘ทีฆัง ปัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อหายใจออกยาว

ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจออกยาว

รัสสัง วา อัสสะสันโต ‘รัสสัง อัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อหายใจเข้าสั้น ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจเข้าสั้น

รัสสัง วา ปัสสะสันโต ‘รัสสัง ปัสสะสามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อหายใจออกสั้น ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังหายใจออกสั้น

‘สัพพะกายะปะฏิสังเวที อัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ชัดตลอดทั่วถึง

ซึ่งกายทั้งปวง จักหายใจเข้า

‘สัพพะกายะปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ชัดตลอดทั่วถึง

ซึ่งกายทั้งปวง จักหายใจออก

‘ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง อัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เรายังบออยู่ซึ่งกายสังขาร จักหายใจเข้า

‘ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง ปัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ.

ย่อมศึกษาว่า เรายังบออยู่ซึ่งกายสังขาร จักหายใจออก

อิติ ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายนอกอยู่บ้าง

พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายนอกอยู่บ้าง

อัมตตะพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายทั้งภายใน
และภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
ในกายอยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ
ในกายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัณฺณิตา โหติ,
อนึ่ง สติของภิกษุนี้
เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้นมีอยู่

ยาวะทะวะ ญานะมัตตายะ ปะณิสสะติมัตตายะ,
ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,
เธอเป็นผู้อันค้นหาและทวิญ्ञ์ไม่อาศัยแล้วอยู่

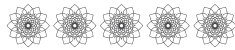
นะ จะ ภิญฺจิ โลเก อุปาทิยะติ.
และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้

อานาปานะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก จบแล้ว



๑.๒ อิริยาปกปพพะ:

ปุณะ จะประรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ คัจฉันโต วา ‘คัจฉามิ’ติ ปะชานาติ,

ภิกษุเมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เราเดินอยู่

ฐิตโต วา ‘ฐิโตมฺหิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อยืนอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เรายืนอยู่

นิสินโน วา ‘นิสินโนมฺหิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อนั่งอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เรานั่งอยู่

สะยาโน วา ‘สะยาโนมฺหิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อนอนอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เรานอนอยู่

ยะถา ยะถา วา ปะนัสสะ กาโย ปะณิหิตो โหติ,

ก็หรือว่า กายของเธอเป็นกายที่ตั้งอยู่โดยอาการใด ๆ

ตะถา ตะถา นัมปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัดซึ่งกายนั้นโดยอาการนั้น ๆ

อิติ ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมตัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายในอยู่บ้าง

พะหิตธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายนอกอยู่บ้าง

อัมตัตตะพะหิตธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายทั้งภายใน
และภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
ในกายอยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ
ในกายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัฏฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น
เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้นมีอยู่

ยาระทะวะ ญาณะมัตตายะ ปะฐิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

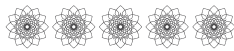
เธอเป็นผู้อันค้นหาและทวิญญูไม่อาศัยแล้วอยู่
นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อุปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก
เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้

อิริยาปะณะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดอิริยาบถ จบแล้ว



๑.๓ สัมปชานปพฺพะ

ปุณฺะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก
ภิกขุ อะภิกกันฺเต ปะภิกกันฺเต สัมปะชานะการี โหติ,

ภิกษุเป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ
ในการไปข้างหน้าและในการกลับหลัง

อาโลกิเต วิโลกิเต สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ
ในการแลดูและในการเหลียวดู

สम्मิมฺชฺชิตะ ปะสาริตะ สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ
ในการคู้เข้าและในการเหยียดออก

สังฆาฏิปัตตะจีวรธรรณ สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการใช้สอยสังฆาฏิ บาตรและจีวร

อะสีเต ปีเต ขายีเต สายีเต สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการฉัน ในการดื่ม ในการเคี้ยวและในการลื้ม

อุจจาระปัสสาวะกัมเม สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ

คะเต จิตะ นิสินเน สุตเต ชาคะริเต

ภาสีเต ตุณ्हีภาเว สัมปะชานะการี โหติ.

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ ในการเดิน

ในการยืน ในการนั่ง ในการนอน ในการตื่น

ในการพูดและในการนิ่ง

อิติ ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อชณัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายในอยู่บ้าง

พะหิตธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายนอกอยู่บ้าง

อชณัตตะพะหิตธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งภายในกายทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
ในกายอยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ
ในกายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ.
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจिता โหติ,
อนึ่ง สติของภิกษุนั้น
เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้นมีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะภุสสะติมัตตายะ,
ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

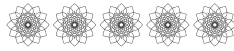
อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,
เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวฐิไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ กิณฺณิ โลเก อุปาทิยะติ.
และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้

สัมปะชานะปัจฉิม นินฺนิตฺตํ.

หมวดสัมปชัญญะ จบแล้ว



๑.๔ ปฏิภูลมนสิการปัพพ:

ปุณฺเจะ ปะระรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง, อุทฺธัง ปาทะตะลา,

อะโห เกสะมัตถะกา, ตะจะปะริยันตัง,

ปุรันนानันปะการัสสะ อะสุจิโน ปัจจะเวกขะติ,

ภิกษุย่อมพิจารณาซึ่งกายนี้นั่นเทียว ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไป
เบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง ที่มีหนังหุ้มอยู่
โดยรอบ เต็มด้วยสิ่งไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ

อิติ ดังนี้ว่า

อตฺถิ อิมัสมิง กายเ

ในกายนี้ มีแต่สิ่งปฏิภูลคือ

เกสา

ผมทั้งหลาย

โลมา

ขนทั้งหลาย

นะขา

เล็บทั้งหลาย

ทันตา

ฟันทั้งหลาย

ตะโจ

หนัง

มังสํ

เนื้อ

นํหารู

เอ็นทั้งหลาย

อํฐี

กระดูกทั้งหลาย

อัญญิมิณฺขัง	เยื่อในกระดูก
วักกั	ไต
หะทะยัง	หัวใจ
ยะกะนัง	ตับ
กิโถมะกัง	พังผืด
ปีหะกัง	ม้าม
ปโปผาสัง	ปอด
อันตัง	ลำไส้ใหญ่
อันตะคุณัง	ลำไส้เล็ก
อุทะริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปีตตัง	ดี
เสมหัง	เสม็ด
พุพโป	หนอง
โลหิตัง	เลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันข้น
อัสสุ	น้ำตา
วะสา	เปลงมัน
เชโฬ	น้ำลาย
สิงฆาณิกา	น้ำมูก
ละสิกา	ไขข้อ
มุตตัง	มูตร

เสยยะถาปิ ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า

อุทะโทมุขา มูโตะหี ปุรา นานาวิหิตัสสะ ธัญญัสสะ,

ถุ้งที่มีปากสองข้าง อันเต็มแล้วด้วยธัญพืชชนิดต่าง ๆ

เสยยะถิทัง,

ได้แก่

สาสินัง

ข้าวสาลี

วีนัง

ข้าวเปลือก

มุคคานัง

ถั่วเขียว

มาสานัง

ถั่วเหลือง

ติลานัง

งา

ตณฺฑุลานัง

ข้าวสาร

ตะเมนัง จักขุมา ปุริโส มุญจิตฺวา ปัจจะเวกเขยยะ,

บุรุษผู้มีตาดีเปิดออกแล้วซึ่งถุ้งนั้น พิจารณาเห็น

อิติ,

ดังนั้นว่า

อิเม สาสิ,

เหล่านี้ข้าวสาลี

อิเม วีน,

เหล่านี้ข้าวเปลือก

อิเม มุคคา,

เหล่านี้ถั่วเขียว

อิเม มาสา,

เหล่านี้ถั่วเหลือง

อิเม ทิลา,

เหล่านี้งา

อิเม ตณฺฑุลา,

เหล่านี้ข้าวสาร

เอวะเมวะ โข ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นเหมือนกันแล

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง, อุทัง ปาทะตะลา,
 อะโร เกสมะตตะกา, ตะจะปะริยันตัง,
 ปุรันนानัปปะการัสสะ อะสุจิโน ปัจจะเวกขะติ,

ภิกษุยอมพิจารณาซึ่งกายนี้นั่นเทียว ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไป
 เบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง ที่มีหนังหุ้มอยู่
 โดยรอบ เต็มด้วยสิ่งไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ

อิติ	ดังนี้ว่า
อตฺถิ อิมัสมิง กาเย	ในกายนี้ มีแต่สิ่งปฏิกูลคือ
เกสา	ผมทั้งหลาย
โลมา	ขนทั้งหลาย
นะขา	เล็บทั้งหลาย
ทันตา	ฟันทั้งหลาย
ตะโจ	หนัง
มังสํ	เนื้อ
นํหารู	เอ็นทั้งหลาย
อํฐี	กระดูกทั้งหลาย
อํฐิมิถุขัง	เยื่อในกระดูก
วักกั	ไต
หะทะยัง	หัวใจ
ยะกะนัง	ตับ
กิโลมะกั	พังผืด
ปิหะกั	ม้าม

ปัสผาสัง	ปอด
อันทัง	ลำไส้ใหญ่
อันทะคุณัง	ลำไส้เล็ก
อุทริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปัตตัง	ดี
เสมหัง	เสม็ด
บุพโพ	หนอง
โลหิตัง	เลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันข้น
อัสสุ	น้ำตา
วะสา	เปลงมัน
เขโฬ	น้ำลาย
สิงฆาณิกา	น้ำมูก
ละลิกา	ไขข้อ
มุตตัง	มูล...

เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้

ปะฏิกุละมะนะสิการะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมดการใส่ใจสิ่งปฏิกูล จบแล้ว



๑.๕ ธาตุมนสิการปัพพะ

ปุณะ จะประรัง ภิกษเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกษุ อิมะเมวะ กายัง ยะถาฐิตัง

ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส ปัจจะเวกชะติ,

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นซึ่งกายนี้นั้นเทียว ตามอาการที่
ตั้งอยู่ ตามอาการที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุ

อิติ, ดังนี้ว่า

อตฺถิ อิมัสมิง กาเย,

ในกายนี้ มีแต่ธาตุคือ

ปะฐวีธาตุ,

ธาตุดิน มีลักษณะแข็งกระด้าง

อาโปธาตุ,

ธาตุน้ำ มีลักษณะเอิบอาบเกาะกุม

เตโชธาตุ,

ธาตุไฟ มีลักษณะเย็นร้อนอบอุน

วาโยธาตุ,

ธาตุลม มีลักษณะยึดติงพัดไหว

เสยยะถาปิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า
 ทักข โคฆาตโก วา โคฆาตะกันตวาสิ วา,
 คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ
 คาวิง วรติ์วา,
 ฆ่าแล้วซึ่งแม่โค

จตุมะหาปะเถ วิละโส ปฏิวิระชิต์วา นิสินโน อัสสะ,
 ขำแหละออกเป็นส่วน ๆ แล้ว
 พึงนั่งขายเนื้ออยู่ที่ตลาดบริเวณทางใหญ่ ๔ แพร่ง

เอวะเมวะ โข ภิกขเว,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นเหมือนกันแล

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง ยะถาฐิตัง

ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส ปัจจะเวกชะติ,
 ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นซึ่งกายนี้นั้นเทียว
 ตามอาการที่ตั้งอยู่ ตามอาการที่ดำรงอยู่
 โดยความเป็นธาตุ

อิติ, ดังนี้ว่า

อตถิ อิมัสมิง กาเย,
 ในกายนี้ มีแต่ธาตุคือ

ปะฐวีธาตุ,

ธาตุดิน มีลักษณะแข็งกระด้าง

อาโปธาตุ,

ธาตุน้ำ มีลักษณะเอบอบเกาะกุม

เตโชธาตุ,

ธาตุน้ำ มีลักษณะเย็นร้อนอบอุน

วาโยธาตุ,

ธาตุลม มีลักษณะยึดตึงพัดไหว...

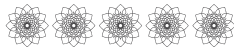
เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้

ธาตุมะนะสิการะปปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดการใส่ใจธาตุ จบแล้ว



๑.๖ ปฐมสัวกิกปัพพะ

ปุณะ จะประรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริรัง สีวะธิกาย ฉัทธิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

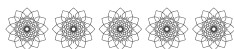
ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

เอกาหะมะตัง วา, ที่ตายแล้ว ๑ วันก็ตาม
 ทวีหะมะตัง วา, ที่ตายแล้ว ๒ วันก็ตาม
 ตีหะมะตัง วา, ที่ตายแล้ว ๓ วันก็ตาม
 อุทฐมาตะกัง, ที่พองขึ้นอืด
 วินีละกัง, ที่มีสีเขียวคล้ำ
 วิปุกพะกะชาตัง, ที่มีน้ำเหลืองเยิ้ม
 โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ
 ซึ่งกายนี้นั้นเกี่ยวกับซากศพนั้น

อิติ, ดังนั้นว่า
 อะยมปิ โข กาโย, กายแม่นี้แล
 เอวังธัมโม, ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวี, มีลักษณะเป็นอย่างนี้
 เอวังอะนะตีโต, ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้...
 เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
 ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้



๑.๗ ฤทธิยสัทธิกปิพพะ

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริรัง สีวะถิกาย ฉัทธิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

กาเกหิ วา ชัชชะมานัง,

อันกาทั้งหลายจิกกินอยู่บ้าง

คิขณฺเหหิ วา ชัชชะมานัง,

อันแร้งทั้งหลายจิกกินอยู่บ้าง

กุลละเลหิ วา ชัชชะมานัง,

อันเหยี่ยวทั้งหลายจิกกินอยู่บ้าง

สุวาณฺเหหิ วา ชัชชะมานัง,

อันสุนัขทั้งหลายกัดกินอยู่บ้าง

สิงคาลฺเลหิ วา ชัชชะมานัง,

อันสุนัขจิ้งจอกทั้งหลายกัดกินอยู่บ้าง

วิวิเรหิ วา ปาณะกะชาเตหิ ชัชชะมานัง,

อันสัตว์ทั้งหลายชนิดต่าง ๆ กัดกินอยู่บ้าง

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้กับซากศพนั้น

ปุณะ จะประรัง ภิภะเว,
 ดูก่อนภิภุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สเรีรัง สีวะธิกาย จัฑทิตัง,
 อุปมาเหมือนว่า
 ภิกขุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า
 อัญฐิสังขะลิกัง, ที่เป็นโครงกระดูก
 สมะงสะโลหิตัง, ที่ยังมีเนื้อและเลือดติดอยู่
 นัหารุสัมพันธัง, ที่ยังมีเอ็นรึงรัดอยู่

อัฐฐิสังขะลิกัง,

ที่เป็นโครงกระดูก

นิมมังสะโลหิตะมักขิตัง,

ที่ไม่มีเนื้อแต่ยังมีเลือดเปื้อนอยู่

นัหารุสสัมพันธัง,

ที่ยังมีเอ็นรัดอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้นั่นเกี่ยวกับซากศพนั้น

อิติ,

ดังนั้นว่า

อะยัมปิ โข กาโย,

กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม,

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี่,

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

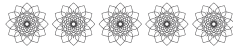
เอวังอะนะตีโต,

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้



๑.๑๐ ปัญจมูลสิกขา

ปุณฺณ จะปะรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรริรัง สีวะธิกาย จัตตัตถ,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิสสังขะลิกัง,

ที่เป็นโครงกระดูก

อะปะคะตะมังสะโลหิตัง,

ที่ปราศจากเนื้อและเลือด

นํหารุสสัมพันธัง,

ที่ยังมีเอ็นรัดอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้กับซากศพนั้น

อิติ,

ดังนั้นว่า

อะยัมปิ โข กาโย,

กายแม้นี้แล

เอวังธัมโม,

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวิ,

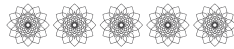
มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะติโต,

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้...

เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้



๑.๑๑ ฉฏฐสัฏฐกปิพพ:

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริริง สึวะถิกาย ฉัททิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ,

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

อะปะคะตะนัหารุสัมพันธานิ,

ที่ปราศจากเอ็นรึงรัดไว้แล้ว

ทิสาวิติสา วิกขิตตานิ,

กระจัดกระจายไปในทิศใหญ่และทิศเฉียง

อัญญะนะ หัตถัญญิกัง,

กระดูกส่วนมืออยู่ทางหนึ่ง

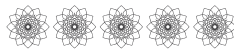
อัญญะนะ ปาถัญญิกัง,

กระดูกส่วนเท้าอยู่ทางหนึ่ง

อัญญะ ชังฆฏิกัง,
 กระดูกส่วนแข้งอยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ อรุณฏิกัง,
 กระดูกส่วนขาอยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ กะณฏิกัง,
 กระดูกส่วนเอวอยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ ปิณฏิกัง,
 กระดูกส่วนหลังอยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ ชันธฏิกัง,
 กระดูกส่วนไหล่อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ คีวฏิกัง,
 กระดูกส่วนคออยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ หะนุกฏิกัง,
 กระดูกส่วนคางอยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ ทันตฏิกัง,
 กระดูกส่วนฟันอยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ สีสกะภาหัง,
 กระโหลกศีรษะอยู่ทางหนึ่ง
 โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,
 เรื่อย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ
 ซึ่งกายนี้กับซากศพนั้น

อิติ, ดั่งนี้ว่า
 อะยัมปิ โข กาโย, กายแม่น้ำแล
 เอวังธัมโม, ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวิ, มีลักษณะเป็นอย่างนี้
 เอวังอะนะตีโต, ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้
 เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
 ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้



๑.๑๒ สัตตมสัฏกปิพพ:

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะธิกาย ฉัททิตัง,
 อุปมาเหมือนว่า
 ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า
 อัญญิกานิ, ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย
 เสตานิ, ที่มีสีขาว
 สังขะวัณณูปะนิภานิ, มีสีเหมือนสีสังข์

อัญญิกานิ, ที่เป็นกระดุกทั้งหลาย
 ปุณฺชกิตานิ, ที่กองรวมกันอยู่
 เตโรวสฺสิกานิ, ที่มีอายุเกินกว่า ๑ ปี

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้กับท้าวทศพร

อิติ, ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย, กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม, ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

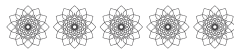
เอวังภาวึ, มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตัตถะ, ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้



๑.๑๔ นวมสัฏกปิพพะ

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริรัง สีวะถิกาย จัฑทิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็นซึ่งซากศพที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ, ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

ปุตตินิ, ที่ผุปน

จุนณะกะชาตานิ, ที่มีลักษณะเป็นผุยผงแล้ว

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้นั้นเกี่ยวกับซากศพนั้น

อิติ, ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย, กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม, ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี, มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตีโต, ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายในอยู่บ้าง

พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายภายนอกอยู่บ้าง

อัมตตตพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกายทั้งภายใน

และภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

ในกายอยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ

ในกายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัณฺณิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้นมีอยู่

ยวาทะ ญาณะมัตตายะ ปะณิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสลิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันตณหาและทิฏฐิไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อูปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

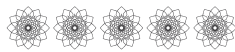
ซึ่งกายในกายอยู่ แม้อย่างนี้

นวะละสิวะถิกะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดปาฐา ๙ จบแล้ว

กายานุปัสสนา นิฏฐิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งกาย จบแล้ว



๒. เวกขณานุปัสสนา

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ เวทนะนาสุ เวทขนานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

สุขัง วา เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘สุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นสุข

ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นสุข

ทุกขัง วา เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘ทุกขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นทุกข์

ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นทุกข์

อะทุกขมะมะสุขัง วา เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘อะทุกขมะมะสุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข

ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่ไม่ใช่ทุกข์

และไม่ใช่สุข

สามิสัง วา สุขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘สามิสัง สุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นสุขอันเกี่ยวเนื่อง

กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนา

ที่เป็นสุข อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส

นิรามิสสัง วา สุขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘นิรามิสสัง สุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,
เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นสุขอันไม่เกี่ยวเนื่อง
กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนา
ที่เป็นสุข อันไม่เกี่ยวเนื่องกับอามิส

สามิสสัง วา ทุกขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘สามิสสัง ทุกขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,
เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นทุกข์อันเกี่ยวเนื่อง
กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนา
ที่เป็นทุกข์ อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส

นิรามิสสัง วา ทุกขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘นิรามิสสัง ทุกขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,
เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่เป็นทุกข์อันไม่เกี่ยวเนื่อง
กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนา
ที่เป็นทุกข์ อันไม่เกี่ยวเนื่องกับอามิส

สามิสสัง วา อะทุกขมะสุขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘สามิสสัง อะทุกขมะสุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,
เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข
อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่
ซึ่งเวทนาที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส

**นิรามิสัง วา อะทุกขมะสุขัง เวทนะงั เวทยะมานโน
'นิรามิสัง อะทุกขมะสุขัง เวทนะงั เวทยามิ'ติ ปะชานาติ.**

เมื่อเสวยอยู่ซึ่งเวทนาที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่อสุข
อันไม่เกี่ยวเนื่องกับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่
ซึ่งเวทนาที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่อสุข อันไม่เกี่ยวเนื่อง
กับอามิส

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา เวทนะสุ เวทนานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่บ้าง

พะหิตธา วา เวทนะสุ เวทนานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา

ในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิตธา วา เวทนะสุ เวทนานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา

ในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง

สะมุทยะธัมมานุปัสสี วา เวทนะสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

ในเวทนาทั้งหลายอยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา เวทนะสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ

ในเวทนาทั้งหลายอยู่บ้าง

สมุทพะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา เวทะนาสุ วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ เวทะนา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัฏฺฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น เป็นสภาวะ
ที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า เวทนาเท่านั้นมีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะภุสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันตณหาและทิฏฐิไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อุปาทิสยติ.

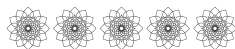
และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ แม้อย่างนี้

เวทะนานุปัสสนา นิฏฺฐิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา จบแล้ว



๓. จิตตานุปัสสนา

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งจิตในจิตอยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา
สราคัง วา จิตตัง ‘สราคัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ประกอบด้วยราคะว่า
เป็นจิตที่ประกอบด้วยราคะ

วิตะราคัง วา จิตตัง ‘วิตะราคัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ปราศจากราคะว่า
เป็นจิตที่ปราศจากราคะ

สะโทสัง วา จิตตัง ‘สะโทสัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ประกอบด้วยโทสะว่า
เป็นจิตที่ประกอบด้วยโทสะ

วิตะโทสัง วา จิตตัง ‘วิตะโทสัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ปราศจากโทสะว่า
เป็นจิตที่ปราศจากโทสะ

สะโมหัง วา จิตตัง ‘สะโมหัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ประกอบด้วยโมหะว่า
เป็นจิตที่ประกอบด้วยโมหะ

วितะโมหัง วา จิตตัง ‘วิตะโมหัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ปราศจากโมหะว่า

เป็นจิตที่ปราศจากโมหะ

สังขิตตัง วา จิตตัง ‘สังขิตตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่หดหู่ ว่า เป็นจิตที่หดหู่

วิกขิตตัง วา จิตตัง ‘วิกขิตตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ฟุ้งซ่านว่า เป็นจิตที่ฟุ้งซ่าน

มะหัคคะตัง วา จิตตัง ‘มะหัคคะตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่เป็นมหัคคตะว่า

เป็นจิตที่เป็นมหัคคตะ

อะมะหัคคะตัง วา จิตตัง

‘อะมะหัคคะตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ไม่เป็นมหัคคตะว่า

เป็นจิตที่ไม่เป็นมหัคคตะ

สะอูตตะรัง วา จิตตัง

‘สะอูตตะรัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่มีจิตอื่นยิ่งกว่าว่า

เป็นจิตที่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

อะนุตตะรัง วา จิตตัง

‘อะนุตตะรัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่าว่า

เป็นจิตที่ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

สมาบัติตั้ง วา จิตตั้ง

‘สมาบัติตั้ง จิตตั้ง’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ตั้งมั่นดีว่า เป็นจิตที่ตั้งมั่นดี

อสมาบัติตั้ง วา จิตตั้ง

‘อสมาบัติตั้ง จิตตั้ง’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ไม่ตั้งมั่นดีว่า เป็นจิตที่ไม่ตั้งมั่นดี

วิมุตตัง วา จิตตั้ง ‘วิมุตตัง จิตตั้ง’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่หลุดพ้นแล้วว่า เป็นจิตที่หลุดพ้นแล้ว

อวิมุตตัง วา จิตตั้ง ‘อวิมุตตัง จิตตั้ง’ติ ปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัดซึ่งจิตที่ยังไม่หลุดพ้นว่า เป็นจิตที่ยังไม่หลุดพ้น

อิตติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิตภายในอยู่บ้าง

พะหิทธา วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิตภายนอกอยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา จิตตัสสิมิง วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่บ้าง

วาระธรมานุปัสสี วา จิตตัสมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่บ้าง

สมุททะยะวาระธรมานุปัสสี วา จิตตัสมิง วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่บ้าง

‘อตฺถิ จิตฺตํ’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปฺปฐฺฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า จิตเท่านั้นมีอยู่

ยาระทะวะ ญาณะมัตตายะ ปะฐิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทวิฐฐิไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ ภิกฺขุ จิ โลเก อุปาทิสสะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

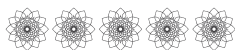
เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งจิตในจิตอยู่ แม้อย่างนี้

จิตตานุปัสสนา นิฐฐิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิต จบแล้ว



๔. ธรรมานุปัสสนา

๔.๑ นิเวศนูปปว:

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ ธรรมเมสุ ธรรมานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ อย่างไรเล่า

อิระ ภิกขเว ภิกขุ ธรรมเมสุ ธรรมานุปัสสี วิหะระติ

ปัญจะสุ นีวะระณสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคือนิเวศน์ ๕ อยู่

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ ธรรมเมสุ ธรรมานุปัสสี วิหะระติ

ปัญจะสุ นีวะระณสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคือนิเวศน์ ๕ อยู่ อย่างไรเล่า

อิระ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

สันตัง วา อัมมัตตัง กามัจฉันตัง

‘อตฺถิ เม อัมมัตตัง กามัจฉันโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความพอใจในกามที่มีอยู่ภายในตนว่า

ความพอใจในกามมีอยู่ภายในของเรา

อสนัตถ์ วา อชฌัตตัง กามัจฉันตัง

‘นัตถิ เม อชฌัตตัง กามัจฉันโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความพอใจในกามที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า
ความพอใจในกามที่ไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนัสสะ กามัจฉันตัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งความพอใจในกามที่ยังไม่เกิด
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปีนัสสะ กามัจฉันตัสสะ

ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

การละซึ่งความพอใจในกามที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ กามัจฉันตัสสะ

อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งความพอใจในกาม
ที่ละได้แล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สณตัง วา อชฌัตตัง พียาปาตัง

‘อตถิ เม อชฌัตตัง พียาปาโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความกระทบกระทั่งแห่งจิตที่มีอยู่ภายใน
ตนว่า ความกระทบกระทั่งแห่งจิตมีอยู่ภายในของเรา

อสนัตถ์ วา อัชฌัตตัง พยาปาตัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง พยาปาโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความกระทบกระทั่งแห่งจิต
ที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า ความกระทบกระทั่งแห่งจิต
ไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ พยาปาทัสสะ อุปปาโท โหติ,
ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งความกระทบกระทั่งแห่งจิต
ที่ยังไม่เกิด ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ พยาปาทัสสะ ปะหานัง โหติ,
ตัญจะ ปะชานาติ,

การละซึ่งความกระทบกระทั่งแห่งจิตที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ พยาปาทัสสะ

อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งความกระทบกระทั่ง
แห่งจิตที่ละได้แล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด
ซึ่งเหตุนั้นด้วย

อสนัตถ์ วา อัชฌัตตัง ถินะมิทัง

‘อตถิ เม อัชฌัตตัง ถินะมิทัง’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความท้อแท้และง่วงซึมที่มีอยู่ภายใน
ตนว่า ความท้อแท้และง่วงซึมมีอยู่ภายในของเรา

อสนัตตัง วา อัชฌัตตัง ถินะมิทธัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง ถินะมิทธัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความท้อแท้และง่วงซึมที่ไม่มีอยู่ภายในตน

ว่า ความท้อแท้และง่วงซึมไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนัสสะ ถินะมิทธัสสะ อุปปาโท โหติ,

ตัณฺหะจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งความท้อแท้และง่วงซึมที่ยังไม่เกิด

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปีนัสสะ ถินะมิทธัสสะ ปะหานัง โหติ,

ตัณฺหะจะ ปะชานาติ,

การละซึ่งความท้อแท้และง่วงซึมที่เกิดขึ้นแล้ว

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ ถินะมิทธัสสะ

อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัณฺหะจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งความท้อแท้และง่วงซึม

ที่ละได้แล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สณฺตัง วา อัชฌัตตัง อุทธัจจะกุกกุจัจจ

‘อถถิ เม อัชฌัตตัง อุทธัจจะกุกกุจัจจัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ

ที่มีอยู่ภายในตนว่า ความฟุ้งซ่าน

และความเดือดร้อนใจมีอยู่ภายในของเรา

อสนัตตัง วา อัชฌัตตัง อุทธัจจะกุกกุจัจัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง อุทธัจจะกุกกุจัจัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ

ที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า ความฟุ้งซ่าน

และความเดือดร้อนใจไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ อุทธัจจะกุกกุจัจัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญญะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ

ที่ยังไม่เกิด ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ อุทธัจจะกุกกุจัจัสสะ

ปะหานัง โหติ, ตัญญะ ปะชานาติ,

การละซึ่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ

ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ อุทธัจจะกุกกุจัจัสสะ

อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญญะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งความฟุ้งซ่าน

และความเดือดร้อนใจที่ละได้แล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด

ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สณตัง วา อัชฌัตตัง วิจิกิจฉัง

‘อตถิ เม อัชฌัตตัง วิจิกิจฉา’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความล่งเลงสัยที่มีอยู่ภายในตนว่า

ความล่งเลงสัยมีอยู่ภายในของเรา

อสนัตตัง วา อชฌัตตัง วิจิกิจฉัง

‘นัตถิ เม อชฌัตตัง วิจิกิจฉา’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งความลึกลงสยที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า
ความลึกลงสยไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนนายะ วิจิกิจฉายะ อุปปาโท โหติ,
ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งความลึกลงสยที่ยังไม่เกิด
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปีนนายะ วิจิกิจฉายะ ปะหานัง โหติ,
ตัญจะ ปะชานาติ,

การละซึ่งความลึกลงสยที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนายะ วิจิกิจฉายะ อายะติง

อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งความลึกลงสย
ที่ละได้แล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อชฌัตตัง วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่บ้าง

พะทิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่บ้าง

อชฌัตตะพะทิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

วะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

‘อตถิ อัมมา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัฏฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้นมีอยู่

ยาระทนะ ญาณะมัตตายะ ปะฐิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ กิณฺณิ โลเก อุปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ

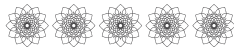
ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ ปญฺจะสุ นีวาระณฺเสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคือนิรณ ๕ อยู่ แม้อย่างนี้

นีวาระณะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดนิรณ จบแล้ว



๔.๒ ยันธปพว:

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหระติ

ปัญจะสุ อุปาทานักขันเธสุ.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคืออุปาทานขันธ ๕ อยู่

กะถัญจะ ปะนะ ภิกขเว ภิกขุ รัมเมสุ

รัมมานุปัสสี วิหระติ ปัญจะสุ อุปาทานักขันเธสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคืออุปาทานขันธ ๕ อยู่

อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

อิติ, ตามเห็นดังนี้ว่า

อิติ รูปัง,

สภาวะนี้เป็นรูป

อิติ รูปัสสะ สะมุตตะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งรูป

อิติ รูปัสสะ อตถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งรูป

อิติ เวทนา,

สภาวะนี้เป็นเวทนา

อิติ เวทนายะ สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งเวทนา

อิติ เวทนายะ อัดถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งเวทนา

อิติ สัญญา,

สภาวะนี้เป็นสัญญา

อิติ สัญญายะ สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งสัญญา

อิติ สัญญายะ อัดถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งสัญญา

อิติ สังขารา,

สภาวะนี้เป็นสังขารทั้งหลาย

อิติ สังขารานัง สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งสังขารทั้งหลาย

อิติ สังขารานัง อัดถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งสังขารทั้งหลาย

อิติ วิญญาณัง,

สภาวะนี้เป็นวิญญาณ

อิติ วิญญูณัสสะ สมุทเทโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งวิญญูณ

อิติ วิญญูณัสสะ อตถังคะโม.

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งวิญญูณ

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อชฌัตตัง วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่บ้าง

พะหิตธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่บ้าง

อชฌัตตะพะหิตธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

วะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ ธัมมา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺปญฺญิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะเห็นว่า ธรรมเท่านั้นมีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะฏิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสฺสีโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันตณหาและทิฏฐิไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อุปาติยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ ธัมเมสุ

ธัมมานุปัสสี วิหะระติ ปญฺจะสุ อุปาทานักขันเธสุ.

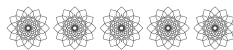
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคืออุปาทานขันธ ๕ อยู่

แม้อย่างนี้

ขันธะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดขันธ จบแล้ว



๔.๓ อายตนปิพพะ

ปุณะ จะปะรัง ภิขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

จะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย

คืออายตนะภายในและภายนอกอย่างละ ๖ อยู่

กะถัญจะ ภิขะเว ภิขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

จะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออายตนะภายใน

และภายนอกอย่างละ ๖ อยู่ อย่างไรเล่า

อิระ ภิขะเว ภิขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนานี้

จักขุญจะ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งตาด้วย

รูเป จะ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งรูปทั้งหลายด้วย

**ยัญจะ ตะพุยยัง ปะภูิจจะ อุปปัชชติ สัญญะณัง,
ตัญจะ ปะชานาติ,**

 สัญญาชนใดอาศัยแล้วซึ่งตาและรูปทั้งสองนั้น
 ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัดซึ่งสัญญาชนนั้นด้วย

**ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สัญญะณัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,**

 ความเกิดขึ้นแห่งสัญญาชนที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สัญญะณัสสะ
ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,**

 การละซึ่งสัญญาชนที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด
 ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัญญะณัสสะ
อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.**

 ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งสัญญาชนที่ละได้แล้ว
 ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**โสตัญจะ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุด้วย**

**สัทเท จะ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งเสียงทั้งหลายด้วย**

**ยัญจะ ตะหุจะยัง ปะภูิจจะ อุปปัชชติ สัญญะนัง,
ตัณจะ ปะชานาติ,**

สังญะนังได้อาศัยแล้วซึ่งหุและเสียงทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัดซึ่งสังญะนังนั้นด้วย

**ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ,**

ความเกิดขึ้นแห่งสังญะนังที่ยังไม่เกิด
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
ปะหานัง โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ,**

การละซึ่งสังญะนังที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัญญะนัสสะ
อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ.**

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งสังญะนังที่ละได้แล้ว
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ฆานัญจะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งจุมกด้วย**

คันธะ จะ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งกลิ่นทั้งหลายด้วย

**ยัญจะ ตะพุยยัง ปะภูิจจะ อุปปัชชติ สัญญะณัง,
ตัญจะ ปะชานาติ,**

สัจญ์ณชนใดอาศัยแล้วซึ่งจุมกและกลืนทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัดซึ่งสัจญ์ณชนนั้นด้วย

**ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สัจญ์ณะนัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,**

ความเกิดขึ้นแห่งสัจญ์ณชนที่ยังไม่เกิด
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สัจญ์ณะนัสสะ
ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,**

การละซึ่งสัจญ์ณชนที่เกิดขึ้นแล้วย่อม มีด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัจญ์ณะนัสสะ
อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.**

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งสัจญ์ณชนที่ละได้แล้ว
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ชีวิหัญจะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งสิ้นด้วย**

**ระเส จะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งรสทั้งหลายด้วย**

**ยัญจะ ตะทุภะยัง ปะฏิจะ อุปปัชชติ สัญญะนัง,
ตัณจะ ปะชานาติ,**

สังญะนังได้อาศัยแล้วซึ่งลันและรสทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัดซึ่งสังญะนังนั้นด้วย

**ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ,**

ความเกิดขึ้นแห่งสังญะนังที่ยังไม่เกิด
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
ปะหานัง โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ,**

การละซึ่งสังญะนังที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัญญะนัสสะ
อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ.**

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งสังญะนังที่ละได้แล้ว
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

**กายัญจะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งกายด้วย**

**โณฏฐัพเพ จะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัดซึ่งโณฏฐัพพะทั้งหลายด้วย**

ยัญจะ ตะทุยังยั้ง ปะภูิจจะ อุปปัชชติ สัญญะนัง,
 ตัญจะ ปะชานาติ,

สัญญาชนิไดอาศัยแล้วซึ่งกายและโณฐัพพะ
 ทั้งสองนั้น ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัดซึ่งสัญญาชนินั้นด้วย

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
 อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งสัญญาชนิที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
 ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

การละซึ่งสัญญาชนิที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด
 ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัญญะนัสสะ
 อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งสัญญาชนิที่ละได้แล้ว
 ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

มะนัญจะ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งใจด้วย

ธัมเม จะ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งธรรมทั้งหลายด้วย

**ยัญจะ ตะทุภะยัง ปะภูิจจะ อุปปัชชติ สัญญะนัง,
ตัณจะ ปะชานาติ,**

สังญะนังได้อาศัยแล้วซึ่งใจและธรรมทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัดซึ่งสังญะนังด้วย

**ยะถา จะ อะนุปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ,**

ความเกิดขึ้นแห่งสังญะนังที่ยังไม่เกิด
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนี้ด้วย

**ยะถา จะ อุปันนัสสะ สัญญะนัสสะ
ปะหานัง โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ,**

การละซึ่งสังญะนังที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนี้ด้วย

**ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัญญะนัสสะ
อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัณจะ ปะชานาติ.**

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปแห่งสังญะนังที่ละได้แล้ว
ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนี้ด้วย

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัชฌัตตัง วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่บ้าง

พะทิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่บ้าง

อัสสัฏฐะพะทิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

วะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ อัมมา’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัณฺณิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุ นั้น

เป็นสภาวะที่ต้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้นมีอยู่

ยาวะทวะ ญาณะมัตตายะ ปะณิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวฐิไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ กิณฺจ โลก อุปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขเว ภิกขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

จะสุ อชฌัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ.

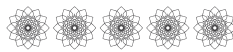
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออายตนะภายใน

และภายนอกอย่างละ ๖ อยู่ แม้อย่างนี้

อายะตะนะปัพพัง นิฐิตัง.

หมวดอายตนะ จบแล้ว



๔.๔ โพชฌงค์๗

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ สัตตะสุ โพชฌงค์.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคือโพชฌงค์ ๗ อยู่

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ
 สัตตะสุ โพชฌังเคสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
 ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคือโพชฌงค์ ๗ อยู่
 อย่างไรเล่า

อิระ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา
 สันตัง วา อัมมัตตัง สะติสัมโพชฌังคัง
 ‘อตฺถิ เม อัมมัตตัง สะติสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งสติสัมโพชฌงค์ที่มีอยู่ภายในตนว่า
 สติสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในของเรา

อสันตัง วา อัมมัตตัง สะติสัมโพชฌังคัง

‘นตฺถิ เม อัมมัตตัง สะติสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งสติสัมโพชฌงค์ที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า
 สติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนัสนัสสะ สะติสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งสติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะลา จะ อุปปันนัสสะ สะติสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวณายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนาแห่งสติสัมโพชฌังค์
ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อชฌัตตัง รัมมะวิจะยะสัมโพชฌังคัง

‘อตถิ เม อชฌัตตัง รัมมะวิจะยะสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งรัมมะวิจยสัมโพชฌังค์ที่มีอยู่ภายในตนว่า

รัมมะวิจยสัมโพชฌังค์มีอยู่ภายในของเรา

อสันตัง วา อชฌัตตัง รัมมะวิจะยะสัมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อชฌัตตัง รัมมะวิจะยะสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งรัมมะวิจยสัมโพชฌังค์ที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า

รัมมะวิจยสัมโพชฌังค์ไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะลา จะ อะนุปปันนัสสะ รัมมะวิจะยะสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งรัมมะวิจยสัมโพชฌังค์ที่ยังไม่เกิด

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะลา จะ อุปปันนัสสะ รัมมะวิจะยะสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวณายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา

แห่งรัมมะวิจยสัมโพชฌังค์ที่เกิดขึ้นแล้ว

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อชณัตตัง วิริยะสัมโพชฌังคัง

‘อัตถิ เม อชณัตตัง วิริยะสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งวิริยะสัมโพชฌงค์ที่มีอยู่ภายในตนว่า
 วิริยะสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในของเรา

อสันตัง วา อชณัตตัง วิริยะสัมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อชณัตตัง วิริยะสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งวิริยะสัมโพชฌงค์ที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า
 วิริยะสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ วิริยะสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งวิริยะสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ วิริยะสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนาแห่งวิริยะสัมโพชฌงค์
 ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อชณัตตัง ปิติสัมโพชฌังคัง

‘อัตถิ เม อชณัตตัง ปิติสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งปิติสัมโพชฌงค์ที่มีอยู่ภายในตนว่า
 ปิติสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในของเรา

อสนัตถ์ วา อัชฌัตตัง ปิติสัมโพชนังคัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง ปิติสัมโพชนังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งปิติสัมโพชนังคังที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า
 ปิติสัมโพชนังคังไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปन्नัสสะ ปิติสัมโพชนังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,
 ความเกิดขึ้นแห่งปิติสัมโพชนังคังที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปन्नัสสะ ปิติสัมโพชนังคัสสะ

ภาวณายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.
 ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนาแห่งปิติสัมโพชนังคัง
 ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สณตัง วา อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชนังคัง

‘อตถิ เม อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชนังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งปัสสัทธิสัมโพชนังคังที่มีอยู่ภายในตนว่า
 ปัสสัทธิสัมโพชนังคังมีอยู่ภายในของเรา

อสนัตถ์ วา อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชนังคัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชนังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัดซึ่งปัสสัทธิสัมโพชนังคังที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า
 ปัสสัทธิสัมโพชนังคังไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปันนัสสะ ปัสสัทธิสัสมโพชฌังคัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งปัสสัทธิสัสมโพชฌังค์ที่ยังไม่เกิด

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปันนัสสะ ปัสสัทธิสัสมโพชฌังคัสสะ
ภาวนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา

แห่งปัสสัทธิสัสมโพชฌังค์ที่เกิดขึ้นแล้ว

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังคัง

‘อตถิ เม อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งสมาธิสัสมโพชฌังค์ที่มีอยู่ภายในตนว่า

สมาธิสัสมโพชฌังค์มีอยู่ภายในของเรา

อสันตัง วา อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งสมาธิสัสมโพชฌังค์ที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า

สมาธิสัสมโพชฌังค์ไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปันนัสสะ สะมาธิสัสมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งสมาธิสัสมโพชฌังค์ที่ยังไม่เกิด

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สะมาธิสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวณายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนาแห่งสมาธิสัมโพชฌงค์
ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อัชฌัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังคัง

‘อตฺถิ เม อัชฌัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ที่มีอยู่ภายในตนว่า

อุเปกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในของเรา

อสันตัง วา อัชฌัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังคัง

‘นตฺถิ เม อัชฌัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดซึ่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ที่ไม่มีอยู่ภายในตนว่า

อุเปกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ อุเปกขาสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้นแห่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ อุเปกขาสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวณายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา

แห่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว

ย่อมมีด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนั้นด้วย

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่บ้าง

พะหิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่บ้าง

อัมมัตตปะพะหิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย

ทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรม

ทั้งหลายอยู่บ้าง

วะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับในธรรม

ทั้งหลายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ อัมมา’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัฏฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ต้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้นมีอยู่

ยาระเหะ ญาณะมัตตายะ ปะฐิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียะเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิโณไม่อาศัยแล้วอยู่

นะ จะ ภิญฺจิ โลเก อุปาติยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ

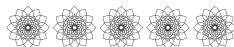
ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ สัตตะสุ โพชฌังเคสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายคือโพชฌงค์ ๗ อยู่ แม้อย่างนี้

โพชฌังคะปัพพัง นิฉฐิตัง.

หมวดโพชฌงค์ จบแล้ว



๔.๕ สัจจบปพฺพ:

ปุณฺะ จะปะรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย

คืออริยสัจ ๔ อยู่

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ
จะตุสุ อริยะสัจเจสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออริยสัจ ๔ อยู่ อย่างใดเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

‘อิทัง ทุกขัณ’ติ ยะถาภูตัง ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “สภาวะนี้เป็นทุกข์”

‘อะยัง ทุกขะสมุทะโย’ติ ยะถาภูตัง ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

“สภาวะนี้เป็นทุกข์สมทัย”

‘อะยัง ทุกขะนิโรธो’ติ ยะถาภูตัง ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

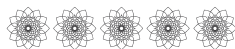
“สภาวะนี้เป็นทุกข์นิโรธะ”

‘อะยัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปทา’ติ

ยะถาภูตัง ปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

“สภาวะนี้เป็นทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา”



กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขัง อะริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกขอริยสัจ เป็นอย่างไร

ชาติปิ ทุกขา, ความเกิดก็เป็นทุกข์

ชราปิ ทุกขา, ความแก่ก็เป็นทุกข์

มรณะมปิ ทุกขัง, ความตายก็เป็นทุกข์

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา,

ความโศก ความรำไรรำพัน ความทุกข์กาย

ความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจก็เป็นทุกข์

อัปปิเยหิ สัมปะโยโคปิ ทุกโข,

ความประสบกับสัตว์และสังขารทั้งหลาย

อันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์

ปิเยหิ วิปะโยโคปิ ทุกโข,

ความพลัดพรากจากสัตว์และสังขารทั้งหลาย

อันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์

ยัมปิฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง,

บุคคลปรารถนาอยู่ซึ่งสิ่งใด ย่อมไม่ได้ซึ่งสิ่งนั้น

แม้นั่นก็เป็นทุกข์

สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา.

โดยย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์

กะตะมา จะ ภิกขเว ชาติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ชาติ เป็นอย่างไร
 ยา เตสัง เตสัง สัตตานิ, ตัมहि ตัมहि สัตตะนิกาเย ชาติ
 ความเกิดอันใด ของสัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น ๆ
 ในจำพวกสัตว์นั้น ๆ

สญฺชาติ, เป็นความเกิดพร้อม
 โอกกันติ, เป็นความหยั่งลง
 นิพัตติ, เป็นความบังเกิด
 อะภินิพัตติ, เป็นความผุดเกิด
 ชันธานิ ปาตุภาโว,

ความปรากฏแห่งขั้นทั้งหลาย
 อายะตะนานัง ปะฐิลาโ,

ความได้มาซึ่งอายตนะทั้งหลาย
 อะยัง วุจจะติ ภิกขเว ชาติ.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าชาติ

กะตะมา จะ ภิกขเว ชรา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ชรา เป็นอย่างไร
 ยา เตสัง เตสัง สัตตานิ, ตัมहि ตัมहि สัตตะนิกาเย ชรา,
 ความแก่อันใด ของสัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น ๆ
 ในจำพวกสัตว์นั้น ๆ

ชีระณะตา, เป็นภาวะของความแก่
 ฆณฺฑิจจัง, เป็นความมีฟันหลุด
 ปาลิจจัง, เป็นความมีผมหงอก
 วัชตตะจะตา, เป็นความมีหนังเหี่ยวยุ่น
 อายุโน สฺสหาณิ, ความเสื่อมไปแห่งอายุ
 อินฺทริยานํ ปะริปาโก,

ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ทั้งหลาย

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ชรา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าชรา

กะตะมัญจะ ภิกขะเว มะระณํ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มรณะ เป็นอย่างไร

ยัง เตสํ เตสํ สัตตานิ, ตัมहा ตัมहा สัตตะนิกายา จูติ,

ความเคลื่อนไหวอันใด ของสัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น ๆ

ในจำพวกสัตว์นั้น ๆ

จะวะนะตา, เป็นภาวะของความเคลื่อนไหว

เภโท, เป็นความแตกทำลาย

อันตะระธานํ, เป็นความหายไป

มัจจุ มะระณํ, เป็นมฤตยู คือความตาย

กาละกิริยา, เป็นการทำการ

ขันธานํ เภโท, ความแตกแห่งขันธทั้งหลาย

กะเพรวัสสะ นิกเขโป,

ความทอดทิ้งซากศพไว้

ชีวิตินทริยัสสะ อุปัจเฉโท,

ความตัดขาดแห่งชีวิตินทริย

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว มะระณัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี่เรียกว่ามรณะ

กะตะโม จะ ภิกขเว โสโก.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โสกะ เป็นอย่างไร

โย โข ภิกขเว อัญญะตะรัญญะตะเรนะ

พยะสะเนนะ สะมันนาคะตัสสะ,

อัญญะตะรัญญะตะเรนะ ทุกขะธัมเมนะ ผุฏฐัสสะ,

โสโก โสจะนา โสจิตตัตถัง, อันโตโสโก อันโตปะริโสโก,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความโสก กิริยาที่โสก

ภาวะแห่งความโสก ความโสกภายใน

ความโสกเศร้าภายใน ของบุคคลผู้ประกอบพร้อมแล้ว

ด้วยความพินาศอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกเหตุแห่งทุกข์

อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว โสโก.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี่เรียกว่าโสกะ

กะตะโม จะ ภิกขเว ปะริเทโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปรีเทวะ เป็นอย่างไร
โย โข ภิกขเว อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ
พยะสะเนนะ สะมันนาคะตัสสะ,
อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ ทุกขะธัมเมนะ ผุฏฐัสสะ,
อาเทโว ปะริเทโว, อาเทวนา ปรีเทวนา,
อาเทเวตัตตัม ปะริเทเวตัตตัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความคร่ำครวญ
ความร่ำไรร่ำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ กิริยาที่ร่ำไรร่ำพัน
ภาวะแห่งความคร่ำครวญ ภาวะแห่งความร่ำไรร่ำพัน
ของบุคคลผู้ประกอบพร้อมแล้วด้วยความพินาศ
อย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกเหตุแห่งทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่ง
กระทบแล้ว อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว ปะริเทโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าปรีเทวะ

กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกข์ เป็นอย่างไร
ยัง โข ภิกขเว กายิกัง ทุกขัง กายิกัง อะสาตัง,
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์ทางกาย
ความไม่สำราญทางกาย อันใด

กายะสัมผัสสะขัง ทุกขัง อะสาตัง เวทียัตถัง,

เป็นความรู้สึกรู้สึกเป็นทุกข์ไม่สำราญอันเกิดจากกายสัมผัส

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว ทุกขัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าทุกข์

กะตะมัญจะ ภิกขเว โทมนัสสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โทมนัส เป็นอย่างไร

ยัง โข ภิกขเว เจตะสีกัง ทุกขัง เจตะสีกัง อะสาตัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์ทางจิต

ความไม่สำราญทางจิต อันใด

มะโนสัมผัสสะขัง ทุกขัง อะสาตัง เวทียัตถัง,

เป็นความรู้สึกรู้สึกเป็นทุกข์ไม่สำราญ

อันเกิดจากมโนสัมผัส

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว โทมนัสสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าโทมนัส

กะตะโม จะ ภิกขเว อูปายาโส.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อูปายาส เป็นอย่างไร

โย โข ภิกขเว อัญญะตะรัญญะตะเรนะ
 พยะสะเนนะ สะมันนาคะตัสสะ,
 อัญญะตะรัญญะตะเรนะ ทุกขะธัมเมนะ ผุฏฐัสสะ,
 อายาโส อุปายาโส, อายาสิตัตตัง อุปายาสิตัตตัง,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความคับแค้น ความคับแค้น
 อย่างหนัก ภาวะแห่งความคับแค้น
 ภาวะแห่งความคับแค้นอย่างหนัก ของบุคคล
 ผู้ประกอบพร้อมแล้วด้วยความพินาศอย่างใดอย่างหนึ่ง
 ผู้ถูกเหตุแห่งทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว อันใด
 ะยัง วุจจะติ ภิกขเว อุปายาโส.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าอุปายาส

กะตะโม จะ ภิกขเว อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความประสบกับสัตว์
 และสังขารทั้งหลายอันไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ เป็นอย่างไร
 อิธะ ยัสสะ เต โหนติ, อะนิฏฐา อะกันตา อะมะนาปา,
 รุปา สัทธา คันธา ระสา โผฏฐัพพา ธัมมา,
 รูปทั้งหลาย เสียงทั้งหลาย กลิ่นทั้งหลาย รสทั้งหลาย
 โผฏฐัพพะทั้งหลาย ธรรมทั้งหลาย อันไม่น่าปรารถนา
 ไม่น่าใคร ไม่น่าพอใจของบุคคลใด มีอยู่ในโลกนี้

เย วา ปะนัสสะ โหนติ, อะนัตตะกามา อะหิตะกามา,
อะผาสุกะกามา อะโยคักขะมะกามา,

ก็หรือว่า ชนทั้งหลายเหล่าใดผู้ปรารถนา
สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ผู้ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล
ผู้ปรารถนาความไม่ผาสุก ผู้ปรารถนาความไม่เกษม
จากโยคะแก่บุคคลนั้น มีอยู่

ยา เตหิ สัทธิง สังคะติ, สะมาคะโม สะโมธานัง มิสสีภาโว.

ความได้ประสบ ความได้สมาคม ความได้อยู่ร่วมกัน
ความได้คลุกคลีกัน กับอารมณ์และบุคคลทั้งหลาย
เหล่านั้น อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว อปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความประสบกับสัตว์
และสังขารทั้งหลายอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์

กะตะโม จะ ภิกขะเว ปิเยหิ วิปะปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความพลัดพรากสัตว์
และสังขารทั้งหลายอันเป็นที่รักเป็นทุกข์ เป็นอย่างไร

อิธะ ยัสสะ เต โหนติ, อิกฺกฐา กันตา มะนาปา,

รูปา สัททา คันธา ระสา โผฏฐัพพา ธัมมา,

รูปทั้งหลาย เสียงทั้งหลาย กลิ่นทั้งหลาย รสทั้งหลาย
โผฏฐัพพะทั้งหลาย ธรรมทั้งหลาย อันน่าปรารถนา
น่าใคร่ น่าพอใจของบุคคลใด มีอยู่ในโลกนี้

เย วา ปะนัสสะ โหนติ, อัถกะกามา หิตะกามา,
 ผาสุกะกามา โยคักกะมะกามา, มาตา วา ปิตา วา, ภاتا
 วา ภะคินี วา, มิตตา วา อะมัจจา วา ญาติสาลโหิตา วา,
 ก็หรือว่า คนทั้งหลายเหล่านี้ผู้ปรารถนา
 สิ่งที่เป็นประโยชน์ ผู้ปรารถนาสิ่งที่เกื้อกูล
 ผู้ปรารถนาความผาสุก ผู้ปรารถนาความเกษมจาก
 โยคะแก่บุคคลนั้น คือ มารดาก็ดี บิดาก็ดี
 พี่ชายน้องชายก็ดี พี่สาวน้องสาวก็ดี มิตรทั้งหลายก็ดี
 อำมาตย์ทั้งหลายก็ดี ญาติสายโลหิตทั้งหลายก็ดี มีอยู่

ยา เทหิ สัทธิง อสังคะติ, อสะมาคะโม

อสะโมธานัง อมิสสีภาโว.

ความไม่ได้ประสบ ความไม่ได้สมาคม
 ความไม่ได้อยู่ร่วมกัน ความไม่ได้คลุกคลีกัน
 กับอารมณ์และบุคคลทั้งหลายเหล่านั้น อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความพลัดพรากสัตว์
 และสังขารทั้งหลายอันเป็นที่รักเป็นทุกข์

กะตะมัญจะ ภิกขะเว ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลปรารถนาอยู่ซึ่งสิ่งใด
 ย่อมไม่ได้ซึ่งสิ่งนั้น แม้ นั่นก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไร

ชาติธัมมานัง ภิกขเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถน่าย่อมเกิดขึ้น

แก่สัตว์ทั้งหลายผู้มีความเกิดเป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ ชาติธัมมา อัสสามะ,

โอหนอ ขอเราอย่ามีความเกิดเป็นธรรมดา

นะ จะ วะตะ โน ชาติ อาคัจเฌยยะ,

ขอความเกิดอย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,

ขอฉัน สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา

อิทัมปิ ยัมปิฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ซึ่งสิ่งใด

ย่อมไม่ได้ซึ่งสิ่งนั้น แม้นั้นก็เป็นทุกข์

ชะราธัมมานัง ภิกขเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถน่าย่อมเกิดขึ้น

แก่สัตว์ทั้งหลายผู้มีความแก่เป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ ชราธัมมา อัสสามะ,

โอหนอ ขอเราอย่ามีความแก่เป็นธรรมดา

นะ จะ วะตะ โน ชรา อาคัจเฌยยะ,

ขอความแก่อย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,
 ข้อนั้น สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา
 อิทัมปิ ยัมปิจังง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.
 แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ซึ่งสิ่งใด
 ย่อมไม่ได้ซึ่งสิ่งนั้น แม้นั้นก็เป็นทุกข์

พฺยาธิธัมมานัง ภิกขะเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนาย่อมเกิดขึ้น
 แก่สัตว์ทั้งหลายผู้มีความเจ็บป่วยเป็นธรรมดา
 อิติ ดังนี้ว่า

อะโห ะตะ มะยัง นะ พฺยาธิธัมมา อัธสามะ,
 โอหนอ ขอเราอย่ามีความเจ็บป่วยเป็นธรรมดา
 นะ จะ ะตะ โน พฺยาธิ อาคัจเฌยยะ,
 ขอความเจ็บป่วยอย่ามาถึงเราเลย”

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,
 ข้อนั้น สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา
 อิทัมปิ ยัมปิจังง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.
 แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ซึ่งสิ่งใด
 ย่อมไม่ได้ซึ่งสิ่งนั้น แม้นั้นก็เป็นทุกข์

มะระณะธัมมานัง ภิกขเว สัตตานัง

เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถน่าย่อมเกิดขึ้น

แก่สัตว์ทั้งหลายผู้มีความตายเป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ มะระณะธัมมา อัสมะ,

โอรุณอ ขอเราอย่ามีความตายเป็นธรรมดา

นะ จะ วะตะ โน มะระณัง อาคัจเฉยยะ,

ขอความตายอย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,

ขอฉัน สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา

อิทัมปิ ยัมปิจัจัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ซึ่งสิ่งใด

ย่อมไม่ได้ซึ่งสิ่งนั้น แม้นั้นก็เป็นทุกข์

โสกะปริเทวะทุกขะโทมนัสสุปปายาสะธัมมานัง

ภิกขเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถน่าย่อมเกิดขึ้น

แก่สัตว์ทั้งหลายผู้มีโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส

และอุปายาสเป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห ะตะ มะยัง นะ

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมนัสสุปายาสะธัมมา อัสสามะ,

โอหนอ ขอเราอย่ามีโสกะ ปรีเทวะ ทุกข์ โทมนัส

และอุปายาสเป็นธรรมดา

นะ จะ ะตะ โน

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมนัสสุปายาสา อาคัจเฉยยะ,

ขอมีโสกะ ปรีเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส

อย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,

ข้อนั้น สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา

อิทัมปิ ยัมปิจัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ซึ่งสิ่งใด

ย่อมไม่ได้ซึ่งสิ่งนั้น แม้นั้นก็เป็นทุกข์

กะตะเม จะ ภิกขะเว

สังขิตเตนะ ปัญฺจุปาทานักขันธา ทุกขา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โดยย่อ อุปทานชั้น ๕

เป็นทุกข์ เป็นอย่างไร

เสยยะถิทัง,

ได้แก่

รูปุปาทานักขันธो,

ชั้นอันเป็นอารมณ์ของอุปาทานคือรูป

เวทานุปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทานคือเวทนา

สัณฺณูปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทานคือสัณฺญา

สังขารูปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทานคือสังขาร

วิญญานูปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทานคือวิญญาน

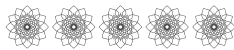
อิเม วุจจันติ ภิกขเว

สังขิตเตนะ ปัญจูปาทานักขันธา ทุกขา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เหล่านี้ เรียกว่า โดยย่อ
อุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกข์

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว ทุกขัง อะริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่าทุกข์ขอรียสัจ



กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขะสมุทเทโย อะริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกขสมุททยอริยสัจ เป็นอย่างไร
ยายัง ตัณหา,

ตัณหาอันใด

โปโนพพะวิกา,

อันเป็นเหตุให้เกิดในภพใหม่อีก

นันทิราคะสะหะคะตา,

อันมีลักษณะเป็นความเพลिनและความกำหนด

ตัตระตัตตราภินันทินิ,

อันทำให้ยินดียอย่างยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ

เสยยะถิทัง,

ได้แก่

กามะตัมหา,

ตัณหาในกาม

ภะวะตัมหา,

ตัณหาในภพ

และตัณหาที่ประกอบกับความเห็นผิดว่าเที่ยง

วิภะวะตัมหา,

ตัณหาที่ประกอบกับความเห็นผิดว่าชาติสูญ

สา โข ปะเนสา ภิกขะเว ตัมหา

กัตถะ อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหานั้นแล

เมื่อเกิด ย่อมเกิดในที่ไหน

กัตถะ นิวิสสะมานา นิวิสสะติ.

เมื่อตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ที่ไหน

ยัง โลเก ปิยะรูปัง สาตะรูปัง,

สภาวะใดเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

เอตถสตา ตัณหา อุปปัชชamana อุปปัชชติ,

ตัณหานั้นเมื่อเกิด ย่อมเกิดในที่นี้

เอตถะ นิวิสสะmana นิวิสสะติ.

เมื่อตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้

กิญจะ โลเก ปิยะรูปัง สาทะรูปัง.

สภาวะอะไรเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

จักขุ โลเก ปิยะรูปัง สาทะรูปัง,

ตาเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

เอตถสตา ตัณหา อุปปัชชamana อุปปัชชติ,

ตัณหานั้นเมื่อเกิด ย่อมเกิดในที่นี้

เอตถะ นิวิสสะmana นิวิสสะติ.

เมื่อตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้

โสตัง

หู

ฆานัง

จมูก

ชีวัหา

ลิ้น

กาโย

กาย

มะโน

ใจ

รูปา

รูปทั้งหลาย

สัททา

เสียงทั้งหลาย

คันธา

กลิ่นทั้งหลาย

ระสา

รสทั้งหลาย

โณฏฐัพพา

สิ่งสัมผัสผิวกายทั้งหลาย

ธัมมา	ธรรมทั้งหลาย
จักขุวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยจักขุเกิด
โสตวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยโสตเกิด
ฆานะวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยฆานะเกิด
ชีว์หาวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยชีว์หาเกิด
กายะวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยกายเกิด
มะโนวิญญาณัง	วิญญาณทางใจ
จักขุสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางตา
โสตสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางหู
ฆานะสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางจมูก
ชีว์หาสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางลิ้น
กายะสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางกาย
มะโนสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางใจ
จักขุสัมผัสสชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางตา
โสตสัมผัสสชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางหู
ฆานะสัมผัสสชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางจมูก
ชีว์หาสัมผัสสชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางลิ้น
กายะสัมผัสสชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางกาย
มะโนสัมผัสสชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางใจ
รูปะสังฺกขา	ความจำได้หมายรู้รูป
สัททะสังฺกขา	ความจำได้หมายรู้เสียง
คันธะสังฺกขา	ความจำได้หมายรู้กลิ่น

ระสະสัณญา	ความจำได้หมายรู้รส
โณฏฐัพพะสัณญา	ความจำได้หมายรู้สิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะสัณญา	ความจำได้หมายรู้ธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะสัณญะตะนา	ความจงใจในรูป
สัททะสัณญะตะนา	ความจงใจในเสียง
คันธะสัณญะตะนา	ความจงใจในกลิ่น
ระสະสัณญะตะนา	ความจงใจในรส
โณฏฐัพพะสัณญะตะนา	ความจงใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะสัณญะตะนา	ความจงใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะตัณหา	ความติดใจในรูป
สัททะตัณหา	ความติดใจในเสียง
คันธะตัณหา	ความติดใจในกลิ่น
ระสະตัณหา	ความติดใจในรส
โณฏฐัพพะตัณหา	ความติดใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะตัณหา	ความติดใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะวิตักโก	ความตรึกนึกในรูป
สัททะวิตักโก	ความตรึกนึกในเสียง
คันธะวิตักโก	ความตรึกนึกในกลิ่น
ระสະวิตักโก	ความตรึกนึกในรส
โณฏฐัพพะวิตักโก	ความตรึกนึกในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะวิตักโก	ความตรึกนึกในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะวิจาโร	ความครุ่นคิดในรูป

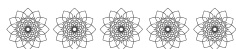
สัททวิจาโร	ความครุ่นคิดในเสียง
คันธวิจาโร	ความครุ่นคิดในกลิ่น
ระสะวิจาโร	ความครุ่นคิดในรส
โณภูฏัพพะวิจาโร	ความครุ่นคิดในสิ่งสัมผัสผิวกาย

ธัมมะวิจาโร โลเก ปิยะรูปิง สาตะรูปิง,
ความครุ่นคิดในธรรมเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

เอตถเสสา ตัณหา อุปปัชชะมานา อุปปัชชติ,
ตัณหานั้นเมื่อเกิด ย่อมเกิดในที่นี้

เอตถะ นิวิสสะมานา นิวิสสะติ.
เมื่อตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะสมุททะโย อะริยะสัจจัง.
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ทุกขสมุทยอริยสัจ



กะตะมัญจะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะ อะริยะสัจจัง.
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกขนิโรธอริยสัจ เป็นอย่างไร

โย ตัสสาเยวะ ตัณหาเย อะเสสะวิราคะนิโรธะ,
ความไม่เกิดโดยสิ้นเชิงแห่งตัณหานั้นนั่นเทียว
ด้วยอริยมรรค อันใด

จาโค	เป็นความสละ
ปะณินิสัคโค	เป็นความสละคืน
มุตติ	เป็นความหลุดพ้น

อะนาละโย เป็นความไม่มีอาลัย

สา โข ปะเนสา ภิกขะเว ตัณหา

กัตถะ ปะหิยะมานา ปะหิยะติ.

ก็ตัณหานั้น เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ในที่ไหน

กัตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อดับ ย่อมดับในที่ไหน

ยัง โลเก ปิยะรูปิง สาตะรูปิง,

สภาวะใดเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

เอตถสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ,

ตัณหานั้น เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ในที่นี้

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อดับ ย่อมดับได้ในที่นี้

กิญจะ โลเก ปิยะรูปิง สาตะรูปิง.

ก็สภาวะอะไรเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

จักขุ โลเก ปิยะรูปิง สาตะรูปิง,

ตาเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

เอตถสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ,

ตัณหานั้น เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ในที่นี้

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อดับ ย่อมดับได้ในที่นี้

โสตัง

หุ

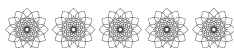
ฆานัง

จมุก

ชีวหา	ลึ้น
กาโย	กาย
มะโน	ใจ
รูปา	รูปทั้งหลาย
สัททา	เสียงทั้งหลาย
คันธา	กลิ่นทั้งหลาย
ระสา	รสทั้งหลาย
โผฏฐัพพา	สิ่งสัมผัสผิวกายทั้งหลาย
ธัมมา	ธรรมทั้งหลาย
จักขุวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยจักขุเกิด
โสตวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยโสตเกิด
ฆานะวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยฆานะเกิด
ชีวหาวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยชีวหาเกิด
กายะวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยกายเกิด
มะโนวิญญาณัง	วิญญาณทางใจ
จักขุสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางตา
โสตสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางหู
ฆานะสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางจมูก
ชีวหาสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางลิ้น
กายะสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางกาย
มะโนสัมผัสโส	ผัสสะที่เกิดทางใจ
จักขุสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางตา

โสดะสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางหู
ฆานะสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางจมูก
ชีวหาสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางลิ้น
กายะสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางกาย
มะโนสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางใจ
รูปะสัญญา	ความจำได้หมายรู้รูป
สัททะสัญญา	ความจำได้หมายรู้เสียง
คันธะสัญญา	ความจำได้หมายรู้กลิ่น
ระสະสัญญา	ความจำได้หมายรู้รส
โณฏฐัพพะสัญญา	ความจำได้หมายรู้สิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในรูป
สัททะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในเสียง
คันธะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในกลิ่น
ระสະสัญญาเจตนะ	ความจงใจในรส
โณฏฐัพพะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะตัตถ์หา	ความตั้งใจในรูป
สัททะตัตถ์หา	ความตั้งใจในเสียง
คันธะตัตถ์หา	ความตั้งใจในกลิ่น
ระสະตัตถ์หา	ความตั้งใจในรส

โณฏฐัพพะตัมหา	ความตั้งใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะตัมหา	ความตั้งใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะวัตักโก	ความตรึกรู้ในรูป
สัททะวัตักโก	ความตรึกรู้ในเสียง
คันธะวัตักโก	ความตรึกรู้ในกลิ่น
ระสะวัตักโก	ความตรึกรู้ในรส
โณฏฐัพพะวัตักโก	ความตรึกรู้ในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะวัตักโก	ความตรึกรู้ในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะวิจาโร	ความครุ่นคิดในรูป
สัททะวิจาโร	ความครุ่นคิดในเสียง
คันธวิจาโร	ความครุ่นคิดในกลิ่น
ระสะวิจาโร	ความครุ่นคิดในรส
โณฏฐัพพะวิจาโร	ความครุ่นคิดในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะวิจาโร โลเก ปิยะรูปิง สาตะรูปิง,	
ความครุ่นคิดในธรรมเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก	
เอตเตสา ตัมหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ,	
ตัมหานัน เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ในที่นี้	
เอตเต นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.	
เมื่อดับ ย่อมดับได้ในที่นี้	
อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะ อริยะะสัจจัง.	
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ทุกขนิโรธอริยสัจ	



กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขนิโรธคามินี

ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ
เป็นอย่างไร

อะยะเมวะ อะริโย อัญญังคิโก มัคโค,

อริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการนี้เท่านั้น

เสยยะถิทัง, ได้แก่

สัมมาทิฐิ, ความเห็นถูกต้อง

สัมมาสังกัปปो, ความดำริถูกต้อง

สัมมาวาจา, คำพูดถูกต้อง

สัมมากัมมันโต, การกระทำถูกต้อง

สัมมาอาชีโว, การเลี้ยงชีวิตถูกต้อง

สัมมาวายาโม, ความเพียรถูกต้อง

สัมมาสะติ, ความระลึกถูกต้อง

สัมมาสมาธิ, ความตั้งมั่นถูกต้อง

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาทิฐิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาทิฐิ เป็นอย่างไร

ยัง โข ภิกขเว ทุกเข ญาณัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้อันใด เป็นความรู้ในทุกข์

ทุกขะสมุททะเย ญาณัง,

เป็นความรู้ในทุกข์สมุทัย

ทุกขะนิโรธะ ญาณัง,

เป็นความรู้ในทุกขนิโรธะ

ทุกขะนิโรธะคามินิยา ปะฏิปะทาย ญาณัง.

เป็นความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี่เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสังกัปปो.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาสังกัปปะ เป็นอย่างไร

เนกขัมมะสังกัปปो,

ความดำริในการออกจากกาม

อะพียาปาหะสังกัปปो,

ความดำริที่ปราศจากความความพยาบาท

อะวิหิงสาสังกัปปो.

ความดำริที่ปราศจากความเบียดเบียน

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสังกัปปो.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี่เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาวาจา เป็นอย่างไร
มุตาวาทา เวระมะณี,

ความงดเว้นจากการพูดเท็จ

ปิสุณายะ วาจาเย เวระมะณี,

ความงดเว้นจากคำพูดส่อเสียด

พระสุสาเย วาจาเย เวระมะณี,

ความงดเว้นจากคำพูดหยาบคาย

สัมพัปปะลาปา เวระมะณี.

ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาวาจา

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมากัมมันตะ เป็นอย่างไร
ปาณาติปาตา เวระมะณี,

ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์

อะทินนาทานา เวระมะณี,

ความงดเว้นจากถือเอาสิ่งของที่เขาไม่ได้ให้แล้ว

กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี.

ความงตเว้นจากการประพุดิผิตในกาม

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมากัมมันตะ

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาอาชีวะ เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขะเว อะริยะสาวะโก,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พระอริยสาวกในศาสนา

มิจฉาอาชีวัง ปหายะ,

ละแล้วซึ่งการเลียงชีพที่ผิด

สัมมาอาชีเวนะ ชีวิกัง กัปเปติ.

ย่อมดำรงชีวิตด้วยการเลียงชีพที่ถูกต้อง

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาวายามะ เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในศาสนา

อะนุปปันนัง ปาปะกานัง อะกุสะลันัง ธัมมานัง
 อะนุปปาทายะ, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ,
 วีริยัง อาระกะติ, จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ, ปะทะหะติ,

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรารรภความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อความไม่เกิดขึ้น
 ของบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่ยังไม่เกิด

อุปปันนัง ปาปะกานัง อะกุสะลันัง ธัมมานัง
 ปะหานายะ, ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วีริยัง อาระกะติ,
 จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ, ปะทะหะติ,

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรารรภความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อละบาปอกุศลธรรม
 ทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้ว

อะนุปปันนัง กุสะลันัง ธัมมานัง อุปปาทายะ,
 ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วีริยัง อาระกะติ,
 จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ, ปะทะหะติ,

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรารรภความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อความเกิดขึ้น
 ของกุศลธรรมทั้งหลายที่ยังไม่เกิด

อุปปันนัง กุศลันัง ฐัมมานัง ฐิตียา, อะสัสมโสภายะ,
 ภิกขุภิกขาเย, เวปุลลาเย, ภาวะนาเย ปาริปุรียา,
 ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วิริยัง อาระกะติ,
 จิตตัง ปัคคัณ्हติ, ปะทะหะติ,

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราศจากความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อความดำรงอยู่
 เพื่อไม่เลือนหาย เพื่อความเจริญยิ่ง เพื่อความไพบุลย์
 เพื่อความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา
 ของกุศลธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้ว

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาสติ เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งกายในกายอยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง,

กำจัดแล้วซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง,

กำจัดแล้วซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิตอยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง,

กำจัดแล้วซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อภิขณาโหมะนัสสัง,

ก่าจัดแล้วซึ่งอภิขณาและโหมนัสในโลก

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสติ

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสมาธิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาสมาธิ เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

วิวิจจะระ กาเมหิ,

สังต์แล้วนั้นเทียวจากกามทั้งหลาย

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ รัมเมหิ,

สังต์แล้วจากอกุศลธรรมทั้งหลาย

สะวิตักกัง สะวิจารณ์, วิเวกะชัง ปิติสุชัง,

ปะฐะมัง ฌานัง อูปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้วซึ่งปฐมฌาน ที่มีวิตก มีวิจารณ์ มีปิติ

และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่

วิตักกะวิจารณ์ัง วุปะสสะมา,

เพราะความสงบระงับไปแห่งวิตกและวิจารณ์ทั้งหลาย
อัมมัตตัง สัมปะสาทะนัง, เจตะโส เอโกทิภาวัง,
อะวิตกกัง อะวิจารณ์ัง, สะมาธิชัง ปิติสุชัง,
ทุติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เธอเข้าถึงแล้วซึ่งทุติยฌาน
ที่มีความผ่องใสแห่งจิตในภายใน
มีสภาวะเป็นธรรมเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์
มีปิติและสุข อันเกิดจากสมาธิอยู่

ปิตียา จะ วิราคา,

เพราะความสิ้นไปแห่งปิติ
อุเปกขะโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน,
เธอเป็นผู้มีอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่
สุขัญจะ กาเยนะ ปะภุสสังเวเทติ,

และย่อมเสวยซึ่งความสุขด้วยกาย
ยันตัง อะริยา อาจิกขันติ, ‘อุเปกขะโก สะติมา
สุขะวิหารี’ติ, ตติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้วซึ่งตติยฌาน อันเป็นฌานที่พระอริยะเจ้า
ทั้งหลายสรรเสริญว่า “ผู้ได้ฌานนี้ เป็นผู้ที่มีอุเบกขา
มีสติ มีปกติอยู่เป็นสุข”

สุขัสสะ จะ ปะหามา,

เพราะความละไปแห่งความสุข

ทุกขัสสะ จะ ปะหามา,

และเพราะความละไปแห่งความทุกข์

บุพเพว โสมนัสสะโทมนัสสถานัง อตถังคมา,

เพราะดับไปแห่งโสมนัสโทมนัสทั้งหลายในณาก่อน ๆ

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิ,

จะตถถัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เธอเข้าถึงแล้วซึ่งจตุตถฌาน ที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข

มีสติบริสุทธึเพราะอุเบกขาอยู่

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินี

ปะฏิปะทา อะริยะสัจจ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

นี้เรียกว่าทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัสสัตตัง วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่บ้าง

พะทิตธา วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย
ทั้งภายในและภายนอกอยู่บ้าง

สมุททะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
ในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

วะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ
ในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ.
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่บ้าง

‘อตฺถิ อัมมา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจिता โหติ,
อนึ่ง สติของภิกษุ นั้น
เป็นสภาวะที่ต้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้นมีอยู่

ยาวะทวะ ญาณะมัตตายะ ปะภุสสะติมัตตายะ,
ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,
เธอเป็นผู้อันต้งหาและทักฐานไม่อาศัยแล้วอยู่
นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อุปาติยะติ.
และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขเว ภิกขุ

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหระติ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

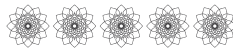
ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออริยสัจ ๔ อยู่ แม้อย่างนี้

สัจจะปัพพัง นิฉฐิตัง.

หมวดสัจจะ จบแล้ว

ธัมมานุปัสสนา นิฉฐิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรม จบแล้ว



โย ทิ โกจิ ภิกขเว อิเม จัตตาริ สะติปัสฐานเ

เอวัง ภาเวยยะ สัตตะ วัสสานิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดก็ตาม

พึงเจริญซึ่งสติปัสฐาน ๔ เหล่านี้ ดังที่แสดงมานี้

ตลอด ๗ ปี

ตัสสะ ทวินนัง ผลานัง อัญญะตะรัง ผลัง ปาฎิกังขัง,

ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง ในบรรดาผล ๒ ประการ

เป็นที่หวังของบุคคลนั้น

ทิฏฐเฐ วะ ธัมเม อัญญา,

คือ อรรถัตถผลในชาติปัจจุบันนี้

สะติ วา อูปาทิเสเส อะนาคามิตา.

หรือว่า เมื่อยังมีกิเลสอุปาทานเหลืออยู่

ก็เป็นอนาคามิผล

ติฏฐันตุ ภิกขเว สัตตะ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๗ ปีจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ฉะ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๖ ปีจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ปัญจะ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๕ ปีจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว จัตตาริ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๔ ปีจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ตินิ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๓ ปีจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ทเว วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๒ ปีจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว เอกัง วัสสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๑ ปีจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว สัตตะ มาสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๗ เดือนจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ฉะ มาสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๖ เดือนจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ปัญจะ มาสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๕ เดือนจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว จัตตาริ มาสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๔ เดือนจงดกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ตีณิ มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๓ เดือนจงยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ทเว มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๒ เดือนจงยกไว้...

ติฏฐะตุ ภิกขเว เอกัง มาสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๑ เดือนจงยกไว้...

ติฏฐะตุ ภิกขเว อัฏเฐมาโส.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ครึ่งเดือนจงยกไว้

โย หิ โกจิ ภิกขเว อิมะ จัตตาริ สะติปัญฺฐาน

เอวัง ภาวะเยะ สัตตาทัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดก็ตาม

พึงเจริญซึ่งสติปัญฐาน ๔ เหล่านี้ ดังที่แสดงมานี้

ตลอดเจ็ดวัน

ตัสสะ ทวินนัง ฆะลันนัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฏิกังขัง,

ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง ในบรรดาผล ๒ ประการ

เป็นที่หวังของบุคคลนั้น

ทิฏฐะ วะ ธัมเม อัญญา,

คือ อรรถัตถผลในชาติปัจจุบันนี้

สะติ วา อุปาทิเสเส อะนาคามิตา.

หรือว่า เมื่อยังมีกิเลสอุปาทานเหลืออยู่

ก็เป็นอนาคามิผล

เอกายะโน อะยัง ภิกขเว มัคโค.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว

สัตตानัง วิสุทฺธิยา,

เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย

โสกะปะริเทวานัง สะมะติกกะมาเย,

เพื่อความก้าวล่วงซึ่งโสกะและปริเทวะทั้งหลาย

ทุกขะโทมนัสสานัง อตถังคมาเย,

เพื่อความดับไปแห่งทุกข์และโทมนัสทั้งหลาย

ญายัสสะ อะริคะมาเย,

เพื่อการบรรลุถึงซึ่งอริยมรรค

นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยาเย,

เพื่อการกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

ยะทิทัง จัตตารो สติปฏฺฐานา

ทางนี้ คือ สติปฏฺฐานทั้งหลาย ๔ ประการ

อิติ ยันตัง วุตตัง,

คำใดอันเราได้กล่าวไว้แล้วในอุทเทสอย่างนี้

อิหะเมตัง ปะฏิจจะ วุตตัง,

คำในอุทเทสนั้นอันเราอาศัยแล้วซึ่งสติปฏฺฐาน ๔ นี้

กล่าวไว้แล้ว

อิหะมะโวจะ ภาคะวา.

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสแล้วซึ่งมหาสติปฏฺฐานสูตรนี้

อัครมะนา เต ภิกขุ ภาคะวะโต ภาสิตัง อิกะนันทุ,

ภิกขุทั้งหลายเหล่านั้นเป็นผู้มีใจร่าเริงยินดี

อนุโมทนายอมรับแล้วซึ่งพระภาชิต

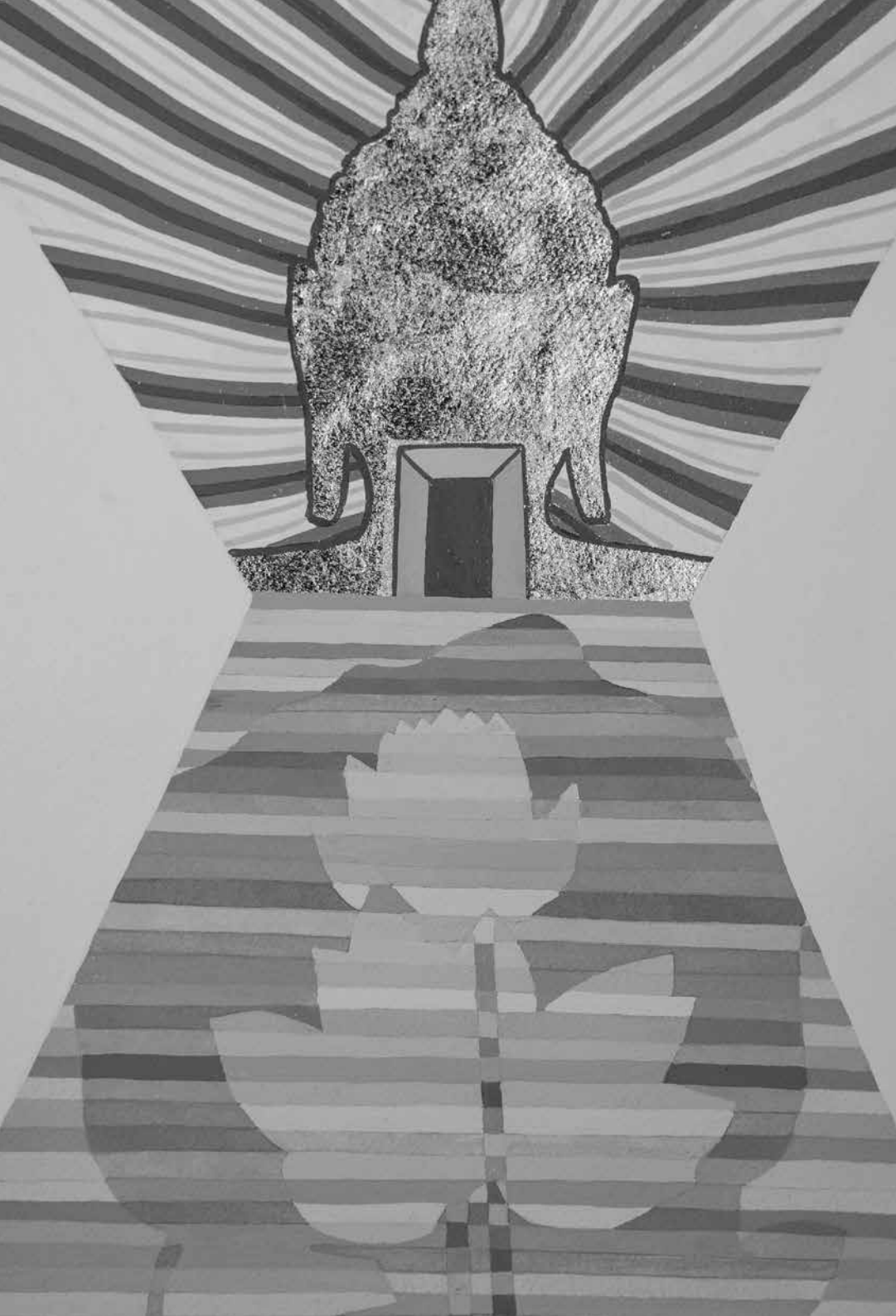
ของพระผู้มีพระภาค

อิติ, ดังนี้แล

มหาสะติปัญฐานะสูตรัง นิฐิตัง นวะมะง.

มหาสติปัญฐานสูตร ซึ่งเป็นพระสูตรลำดับที่ ๙ จบแล้ว







พระปริตร

๔.๑ รัตนปริตร

หันทะ มะยัง ระตะนะสุตตะปาฐัง ภาณามะ เส.

ยานีระ ภูตานิ สะมาคะตานิ
ภุมมานิ วา ยานิ วะ อันตะลิกเข
สัพเพวะ ภูตา สุมะนา ภาวันตุ
อะโถปิ สักกัจจะ สุนันตุ ภาสิตัง.

เทวดาทั้งหลายเหล่าใดที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
หรือเหล่าใดที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้วในที่นี้
ขอหมั่นเทวดาทั้งปวงนั้น จงเป็นผู้มีใจเบิกบาน
และฟังคำสรรเสริญคุณพระรัตนตรัยอันข้าพเจ้ากล่าวแล้ว
โดยเคารพเถิด

ตัลมา ทิ ภูตา นิสาเมณะ สัพเพ
 เมตตัง กะโรละ มานุสียา ปะชาเย
 ทิวา จะ รัตโต จะ หะรันติ เย พะลิง
 ตัลมา ทิ เน รักขะละ อัมปะมัตตา.

ดูก่อนเทวดาทั้งหลาย
 เพราะเหตุนี้แล ท่านทั้งปวงจงพึงข้าพเจ้า
 ขอบท่านทั้งหลายจงกระทำเมตตาจิตในหมู่มนุษย์
 มนุษย์ทั้งหลายเหล่าใดทำพิธีกรรมอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน
 ท่านทั้งหลาย จงเป็นผู้ไม่ประมาท คุ่มครองเขาเหล่านั้นเกิด

ยัง กิญจิ วิตตัง อีระ วา หุรัง วา
 สักเคสุ วา ยัง ระตะนัง ปะณีตัง
 นะ โน สมะมัง อัตถิ ตะถาคะเตนะ
 อัทมปิ พุทธะ ระตะนัง ปะณีตัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

ทรัพย์เครื่องปลื้มใจทั้งหมดในโลกนี้ หรือในโลกอื่น
 หรือรัตนะอันประณีตใดในสวรรค์
 ทรัพย์หรือรัตนะที่เสมอด้วยพระตถาคต ย่อมไม่มี
 ข้อนี เป็นรัตนะอันประณีตในพระพุทธรเจ้า
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

ชะยัง วิราคัง อะมะตัง ปะณีตัง
 ยะทัชณะคา สักยะมุณี สะมาหิโต
 นะ เตนะ ธัมเมนะ สะมัตถิ กิณฺณจิ
 อิทัมปิ ธัมเม ระตะนัง ปะณีตัง

เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระศากยมุณี ผู้ทรงมีพระทัยตั้งมั่น ได้บรรลุธรรมใด
 อันเป็นที่สิ้นกิเลส สิ้นราคะ เป็นอมตะ และประณีต
 สภาวะใด ๆ ที่เสมอด้วยพระธรรมนั้น ย่อมไม่มี
 ข้อนี้ เป็นรัตนะอันประณีตในพระธรรม
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

ยัมพุทเธสฺสโฐ ปะริวัณณะยิ สุจิง
 สะมาธิมานันตะริกัณฺณมะหา
 สะมาธินา เตนะ สะโม นะ วิชชะติ
 อิทัมปิ ธัมเม ระตะนัง ปะณีตัง

เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐสุดทรงสรรเสริญสมาธิใด
 ซึ่งเป็นสภาวะสะอาด บัณฑิตทั้งหลายกล่าวว่า
 สมานนั้นเป็นสภาวะให้ผลไม่มีระหว่างคัน
 คุณธรรมอื่นที่เสมอด้วยสมานนั้น ย่อมไม่มี
 ข้อนี้ เป็นรัตนะอันประณีตในพระธรรม
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

เย ปุคคะลา อัญญะ สะตัง ปะสัถา
 จัตตาริ เอตานิ ยุกานิ โหนติ
 เต ทักขิณียา สุคะตัสสะ สาวะกา
 เอเตสุ ทินนานิ มะหัพพะลานิ
 อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณัตถัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

บุคคลเหล่าใด จำนวน ๘ บุคคล จัดเป็น ๔ คู่
 อันสัตบุรุษทั้งหลายสรรเสริญแล้ว
 ท่านเหล่านั้นเป็นสาวกของพระสุคต
 เป็นผู้ควรแก่ทักษิณา
 ทานที่บุคคลถวายในท่านเหล่านั้นมีผลมาก
 ข้อนี้ เป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ จงมีเกิด

เย สุปะยุตตา มะนะสา ทัพเพนะ
นิกกามิโน โคตะมะสาสะนัมมิ
เต ปัตติปัตตา อะมะตัง วิคยัหะ
ลัทธา มุธา นิพพุติง ภูญชะมานา
อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณีตัง
เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

บุคคลเหล่าใด ประกอบตนดีแล้วด้วยจิตอันมั่นคง
เป็นผู้ไม่มีความอาลัยในกายและชีวิตในศาสนาของพระโคตม
บุคคลเหล่านั้น ได้บรรลุคุณที่ควรบรรลุ เข้าถึงอมตะ
ได้เสวยผลสมบัติโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย
แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

ยะถินทะชีโล ปฐวี ลีโต ลียา
 จะตุภิก วาเตภิก อะสัมปะกัมปิโย
 ตะณูปะมัง สัมปุริสัง ะหามิ
 โย อะริยะสัจจานิ อะเวจจะ ปัสสะติ
 อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณัตถัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

เสาเขื่อนที่ฝังลงแผ่นดินแล้ว
 พึงเป็นเสาไม้ไหวติงเพราะลมทั้ง ๔ ทิศ ฉันทใด
 เรากล่าวสัตบุรุษผู้ยังเห็นอริยสัจ ก็มีอุปมาฉันทนั้น
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

เย อริยะสัจจานิ วิภาวะยันติ
คัมภีระปัญญะนะ สุเทสิตานิ
กิญจาปี เต โหนติ ภูสัปปะมัตตา
นะ เต ภาวัง อัญญะมะมาทียันติ
อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณิตัง
เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

บุคคลเหล่าใดทำให้แจ่มแจ้งอริยสัจ
อันพระศาสดาผู้มีปัญญาลึกซึ้งทรงแสดงดีแล้ว
บุคคลเหล่านั้นแม้เป็นผู้ประมาทอย่างมาก
ก็ย่อมไม่ถือเอาภพที่ ๘
แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

สะหาวัสสะ ทัสสะนะสัมปะทาเย
 ตะยัสสุ ธัมมา ชะหิตา ภาวันติ
 สักกายะทิฏฐิ วิจิกิจฉัตถุจะ
 สีสัพพะตัง วาปิ ยะทัตถิ กิณฺณ
 จะตุหะปาเยหิ จะ วิปปะมุตโต
 ฉัจจาภิฐานานิ อะภัพโพ กาทุง
 อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณิตัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวตฺถิ โหตุ.

สังโยชน์ ๓ ประการ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา
 และสีลัพพตปรามาส อันพระโสดาบันละได้แล้ว
 พร้อมกับความถึงพร้อมแห่งโสดาปัตติมรรค
 ท่านเป็นผู้พ้นแล้วจากอบายทั้ง ๔
 ไม่อาจทำสิ่งชั่วหยาบ ๖ ประการได้
 [อนันตริยกรรม ๕ และการนับถือศาสดาอื่น]
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

กิญจาปิ โส กัมมัง กะโรติ ปาปะกัง
กาเยนะ วาจาเยนะ เจตะสา วา
อะภัพโพ โส ตัสสะ ปะฏิจจะหาเย
อะภัพพะตา ติฏฐะปะทัสสะ วุตตา
อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณิตัง
เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระโสดาบันนั้นแม้ทำความผิดด้วยกาย
วาจา หรือใจอยู่บ้างก็จริง
แต่ท่านเป็นผู้อาจไม่ปกปิดความผิดนั้น
ความที่บุคคลผู้มีพระนิพพานอันเห็นแล้ว
เป็นผู้ไม่อาจปกปิดความผิด อันเรากล่าวแล้ว
แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

วนัปปะคุมเพ ยะละ ผุสสิตักเค
 คิมฺหานะมาเส ปะฐะมัสสิมิง คิมฺเห
 ตะถูปะมัง ธัมมะวะรัง อะเทสะยิ
 นิพพานะคามิง ปะระมัง หิตายะ
 อิทัมปิ พุทธะ ระตะนัง ปะณีตัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พุ่ม่ไ่ม่ในป่าที่แตกยอดอ่อนในเดือนแรกแห่งคิมหันตฤดู ฉันทไ่
 พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงพระธรรมอันประเสริฐ
 อันเป็นทางให้ถึงพระนิพพาน
 เพื่อประโยชน์อย่างสูงสุด ก็มีอุปมาฉันทนั้น
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนอันประณีตในพระพุทธเจ้า
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ จงมีเกิด

ะโร ะริญญ ะระโท ะระหะโร
 ะนุตตะโร ธัมมะวะรัง ะเทสะยิ
 อัมปิ พุทธะ ระตะนัง ปะณีตัง
 เตะนะ สัจจะนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ประเสริฐ
 ทรงรู้แจ้งพระนิพพานอันประเสริฐ
 ทรงประทานธรรมอันประเสริฐ
 ทรงนำมาซึ่งมรรคอันประเสริฐ
 ทรงเป็นผู้ไม่มีใครยิ่งกว่า
 ได้ทรงแสดงแล้วซึ่งพระธรรมอันประเสริฐ
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะอันประณีตในพระพุทธเจ้า
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

ชีณัง ปุราณัง นะวัง นัตถิ สัมภะวัง
 วิรัตตะจิตตายะติเก ภาวัสสัมมิง
 เต ชีณะพีชา อะวิรุฬ्हินันทา
 นิพพันติ อีรา ยะถายัง ปะทีโป
 อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณัตถัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

กรรมเก่าของพระอริยบุคคลเหล่าใดสิ้นแล้ว
 ความปรากฏใหม่ย่อมไม่มี
 ท่านมีจิตอันปราศจากราคะแล้วในภพอนาคต
 พระอรหันต์เหล่านั้น มีพืชสิ้นไปแล้ว
 ไม่มีความพอใจที่จะเกิดอีก เป็นผู้มีปัญญา
 ย่อมนิพพานเหมือนดังดวงประทีปที่ดับไป ฉะนั้น
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะอันประณีตในพระสงฆ์
 ด้วยคำสัจนี้ ขอความสวัสดิ จงมีเกิด

ยานีระ ภูตานิ สะมาคะตานิ
 ภูมมานิ วา ยานิ ะ อันตะลิกเข
 ตะถาคะตัง เทวะมะนุสสะปุชิตัง
 พุทธัง นะมัสสามะ สุวัตถิ โหตุ.

เทวดาทั้งหลายเหล่าใดที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
 หรือเหล่าใดที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้วในที่นี้
 เราทั้งหลายจงนมัสการพระพุทธเจ้าผู้เสด็จไปอย่างนั้น
 ผู้อันเทวดาและมนุษย์บูชาแล้ว ขอความสวัสดิ จงมีเกิด

ยานิระ ภูตานิ สะมาคะตานิ
 ภูมมานิ วา ยานิ วะ อันตะลิกเข
 ตะถาคะตัง เทวะมะนุสสะปุชิตัง
 ธัมมัง นะมัสสามะ สุวัตถิ โหตุ.

เทวดาทั้งหลายเหล่าใดที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
 หรือเหล่าใดที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้วในที่นี้
 เราทั้งหลายจงนมัสการพระธรรมอันมาแล้วอย่างนั้น
 อันเทวดาและมนุษย์บูชาแล้ว ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

ยานิระ ภูตานิ สะมาคะตานิ
 ภูมมานิ วา ยานิ วะ อันตะลิกเข
 ตะถาคะตัง เทวะมะนุสสะปุชิตัง
 สังฆัง นะมัสสามะ สุวัตถิ โหตุ.

เทวดาทั้งหลายเหล่าใดที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
 หรือเหล่าใดที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้วในที่นี้
 เราทั้งหลายจงนมัสการพระสงฆ์ผู้ดำเนินไปอย่างนั้น
 ผู้อันเทวดาและมนุษย์บูชาแล้ว ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด



๔.๒ อาภานาฎิยปริตร

หันทะ มะยัง อาภานาฎิยะปะริตตะปาฐัง ภาณามะ เส.

วิปัสสิสสะ นะมัตถุ จักขุมันตัสสะ สิริมะโต

ขอนอบน้อมแด่พระวิปัสสิพุทธเจ้า

ผู้ทรงมีจักขุ ทรงมีสิริ

สิขิสสะปิ นะมัตถุ สัพพะภูตานุกัมปิโน

ขอนอบน้อมแด่พระสิขีพุทธเจ้า

ผู้ทรงอนุเคราะห์สัตว์ทั้งปวง

เวสสะภูสสะ นะมัตถุ นihatะกัสสะ ตะปัสสิโน

ขอนอบน้อมแด่พระเวสสภูพุทธเจ้า

ผู้ทรงชำระกิเลสได้แล้ว ทรงมีตบะ

นะมัตถุ กะกุสันธัสสะ มาระเสนัปมะททิโน

ขอนอบน้อมแด่พระกกุสันธะพุทธเจ้า

ผู้ทรงบำเพ็ญมารและเสนา

โกนาคะมะนัสสะ นะมัตถุ ฬารห์มะณัสสะ วุสีมะโต

ขอนอบน้อมแด่พระโกณาคมนะพุทธเจ้า

ผู้ทรงลอยบาปได้แล้ว ทรงอยู่จบพรหมจรรย์

กัสสะปัสสะ นะมัตถุ วิปะมุตตัสสะ สัพพะธิ

ขอนอบน้อมแด่พระกัสสปะพุทธเจ้า

ผู้ทรงหลุดพ้นแล้วจากกิเลสทั้งปวง

อังคีระสัสสะ นะมัตถุ สักยะปุตตัสสะ สิริมะโต

ขอนอบน้อมแด่พระศากยบุตรพุทธเจ้า

ผู้ทรงมีพระฉัพพรรณรังสี ทรงมีสิริ

โย อิมัง ธัมมะมะเทเสลิ สัพพะทุกขาปะนุทะนัง

พระองค์ทรงแสดงพระธรรม

อันเป็นเครื่องขจัดทุกข์ทั้งปวง

เย จาปิ นิพพุตตา โลเก ยะถาภูตัง วิปัสสิสุง

เต ชะนา อะปิสฺสุณา มะหันตา วิตะสาระทา

อนึ่ง พระอรหันต์เหล่าใดในโลก

ดับกิเลสได้แล้ว รู้แจ้งตามความเป็นจริง

พระอรหันต์เหล่านั้นปราศจากวาจาหมุ่งร้าย

เป็นผู้ยิ่งใหญ่ ไม่สะทกสะท้าน

หิตัง เทวะมะนุสสานัง ยัง นะมัสสันติ โคตะมัง

วิชาจะระณะสัมปันนัง มะหันตัง วิตะสาระทัง

วิชาจะระณะสัมปันนัง พุทธัง วันทามะ โคตะมัง.

ท่านเหล่านั้นย่อมนมัสการพระโคตมะ

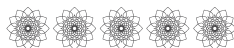
ผู้ทรงเกื้อกูลเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ ผู้ยิ่งใหญ่

ผู้ไม่สะทกสะท้าน เราทั้งหลายย่อมกราบไหว้

พระโคตมพุทธเจ้าผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

อิติ. ดังนี้แล



๔.๓ เมตตปริตร

หันทะ มะยัง กระณียะเมตตะสุตตะปาฐัง ภาณามะ เส.

กระณียะมัตถะกุสะเลนะ
 ยันตัง สันตัง ปะทัง อะภิสะเมจจะ
 สักโก อชฺช จะ สุหุชฺช จะ
 สุวะโจ จัสสะ มุทุ อะนะติมานี.

กุลบุตรผู้ฉลาดในประโยชน์ มุ่งหวังบรรลุสันตบท
 พึงทำกิจที่ควรทำ ควรเป็นผู้อาจหาญ
 ซื่อตรง ตรงดี เป็นผู้ว่าง่าย
 อ่อนโยน และไม่เย่อหยิ่ง

สันตุสสะโก จะ สุภาโร จะ
 อัมปะกัจโจ จะ สัลละหุกะวุตติ
 สันตินทริโย จะ นิปะโก จะ
 อัมปะคัมภโก กุเลส อะนะนุคิโธ.

ควรเป็นผู้สันโดษ เลี้ยงง่าย มีกิจน้อย
 มีความประพฤติเบา มีอินทรีย์สงบ
 มีปัญญารักษาตน ไม่คะนอง
 และไม่ติดข้องในตระกูลทั้งหลาย

นะ จะ ขุททั้ง สมาจร กิณฺจ
 เยนะ วิญญู ปะเร อุปะวะเทยฺยง
 สฺขิโน วา เขมิโน โหนตุ
 สัพเพ สัตตา ภะวันตุ สฺขิตตฺตา.

อนึ่ง ไม่ควรประพฤติกุศลความเสียหายใด ๆ
 ที่จะเป็นเหตุให้วิญญูชนเหล่าอื่นติเตียนได้
 ควรแผ่เมตตาว่า ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง
 จงมีความสุข มีความเกษม มีตนเป็นสุขเถิด

เย เกจิ ปาณะภูตฺตถิ
 ตะสา วา ถาวะรา วา อะนะวะเสสา
 ทิฆมา วา เย มะหันทา วา
 มัชฌิมา รัสสะกา อะณุกะถฺฐา.

คือ เหล่าสัตว์ทั้งหมดที่มีอยู่
 ทั้งที่เป็นผู้वादสะดั่งและเป็นผู้มั่นคง
 ที่มีขนาดยาว ขนาดใหญ่
 ขนาดปานกลาง ขนาดสั้น ละเอียดย และกลม
 ขอสัตว์เหล่านั้นทั้งหมดไม่มีเหลือ จงมีตนเป็นสุขเถิด

ทิฏฐา วา เย จะ อะทิฏฐา
 เย จะ ทูเร ะสันติ อะวิทูเร
 ภูตา วา สัมภะเวสี วา
 สัพเพ สัตตา ะวันตุ สุขิตัตตา.
 เหล่าสัตว์ที่เคยเห็นและไม่เคยเห็นก็ดี
 เหล่าสัตว์ที่อยู่ไกลและอยู่ใกล้ก็ดี
 ภูตและสัมภะเวสีก็ดี
 ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงมีตนเป็นสุขเถิด

นะ ปะโร ปะรัง นิกุพเพละ
 นาติมัญญะละ กัตตะจิ นัง กิญจิ
 พยาโรสะนา ปฏิกะสัณญา
 นานัญญะมัญญัสสะ ทุกขะมิจเฉยยะ.
 ผู้อื่นไม่ควรหลอกลวงผู้อื่น
 ไม่ควรดูหมิ่นอะไร ๆ กันในที่ไหน ๆ
 ไม่ควรปรารภนาทุกข์แก่กันและกัน
 เพราะความโกรธและความแค้น

มาตา ยะธา นิยัง ปุตตัง
อายุสา เอกะปุตตะมะนุรักเข
เอวัมปิ สัพพะภูเตสุ
มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง.

มารดารักษาบุตรคนเดียวผู้เกิดในตนด้วยชีวิต ฉันใด
ควรเจริญเมตตาจิตอย่างไม่มีประมาณในสัตว์ทั้งปวง
ฉันนั้น

เมตตัญจะ สัพพะโลกัสมีง
มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง
อุทัง อะโธ จะ ทิริยัญจะ
อะสัมพาธัง อะเวรัง อะสะปัตตัง.

อนึ่ง ควรเจริญเมตตาจิตอย่างไม่มีประมาณ
อันกว้างขวาง ไม่มีเวร ไม่มีศัตรู ในสัตว์โลกทั้งปวง
ทั้งเบื้องบน เบื้องล่าง และเบื้องกลาง

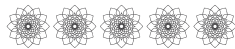
ติฏฐัญจะรัง นิสินโน วา
 สะยาโน วา ยาวะ ตัสสะ วิคะตะมิตฺโธ
 เอตัง สะติง อะธิฏฐะเยยะ
 พรัหมะเมตัง วิหารัง อิตะมาหุ.

ผู้แผ่เมตตาขึ้น เดิน นั่ง หรือนอน
 เป็นผู้ปราศจากความง่วง ตลอดกาลเพียงใด
 พึงตั้งสติไว้ตลอดกาลเพียงนั้น
 นักปราชญ์เรียกการอยู่ด้วยเมตตาว่าพรหมวิหาร

ทิฏฐัญจะ อะนุปะคัมมะ
 สีละวา ทัสสะเนนะ สัมปันโน
 กาเมสุ วิเนยยะ เคธัง
 นะ หิ ชาตุ คัพพะเสยยัง ปุณะเรติ.

อนึ่ง ผู้แผ่เมตตาไม่เข้าไปยึดทิฏฐิ
 เป็นผู้มีศีล ถึงพร้อมแล้วด้วยทศสนะ
 กำจัดความยินดีในกามคุณทั้งหลายได้แล้ว
 ย่อมไม่เข้าถึงการนอนในครรรค์อีกโดยแท้

อิติ. ดังนี้แล



๔.๔ บันธปริตร

หันทะ มะยัง ชั้นระปริตตะปาฐัง ภาณามะ เส.

วิรูปักเขหิ เม เมตตัง
 เมตตัง เอราปะเถหิ เม
 ฉัพพยาปุตเตหิ เม เมตตัง
 เมตตัง กัณหาโคตะมะเถหิ จะ.

ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมีกับพญางูทั้งหลายตระกูลวิรูปักขะด้วย
 ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมีกับพญางูทั้งหลายตระกูลเอราปละด้วย
 ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมีกับพญางูทั้งหลายตระกูลฉัพพยาปุตตะด้วย
 ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมีกับพญางูทั้งหลายตระกูลกัณหาโคตมกะด้วย

อะปาพะเกหิ เม เมตตัง เมตตัง ทิปาพะเกหิ เม
 จะตุปปะเทหิ เม เมตตัง เมตตัง พะหุปปะเทหิ เม.

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมีกับสัตว์ทั้งหลายที่ไม่มีเท้าด้วย

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมีกับสัตว์ทั้งหลายที่มีสองเท้าด้วย

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมีกับสัตว์ทั้งหลายที่มีสี่เท้าด้วย

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมีกับสัตว์ทั้งหลายที่มีหลายเท้าด้วย

มา มัง อะปาทะโก หิงสิ

มา มัง หิงสิ ทิปาทะโก

มา มัง จะตุปปะโท หิงสิ

มา มัง หิงสิ พะหุปปะโท.

สัตว์ไม่มีเท้าอย่าได้เบียดเบียนเรา

สัตว์สองเท้าอย่าได้เบียดเบียนเรา

สัตว์สี่เท้าอย่าได้เบียดเบียนเรา

สัตว์มากเท้าอย่าได้เบียดเบียนเรา

สัพเพ สัตตา สัพเพ ปาณา สัพเพ ภูตา จะ เกวะลา
 สัพเพ ภัทธานิ ปัสสันตุ มา กิญจิ ปาปะมาคะมา.

ขอสัตว์ทั้งปวง ปาณะทั้งปวง ภูตทั้งปวง

ทั้งหมดทั้งสิ้นจงพบเห็นแต่สิ่งที่ดี

สิ่งเลวร้ายจงอย่าได้มาถึงใคร ๆ เลย

อัมปะมาโน พุทโธ อัมปะมาโน ธัมโม
 อัมปะมาโน สังโฆ ปะมาณะวันตานิ สะริงสะปานิ
 อะหิ วิจฉิกา สะตะปะที อุณณานาภี สะระพู มุสิกา.

พระพุทธคุณหาประมาณมิได้

พระธรรมคุณหาประมาณมิได้

พระสังฆคุณหาประมาณมิได้

ส่วนสัตว์เลื้อยคลาน คือ งู แมงป่อง ตะขาบ

แมงมุม ตั๊กแก และหนู มีคุณประมาณได้

กะตา เม รักษา กะตา เม ประริตตา
 ปะฎีกะมันตุ ภูตานิ โสหัง นะโม ภาคะวะโต
 นะโม สัตตันนัง สัมมาสัมพุทธานัง.

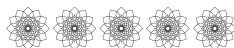
เครื่องรักษา อันเรากระทำแล้ว

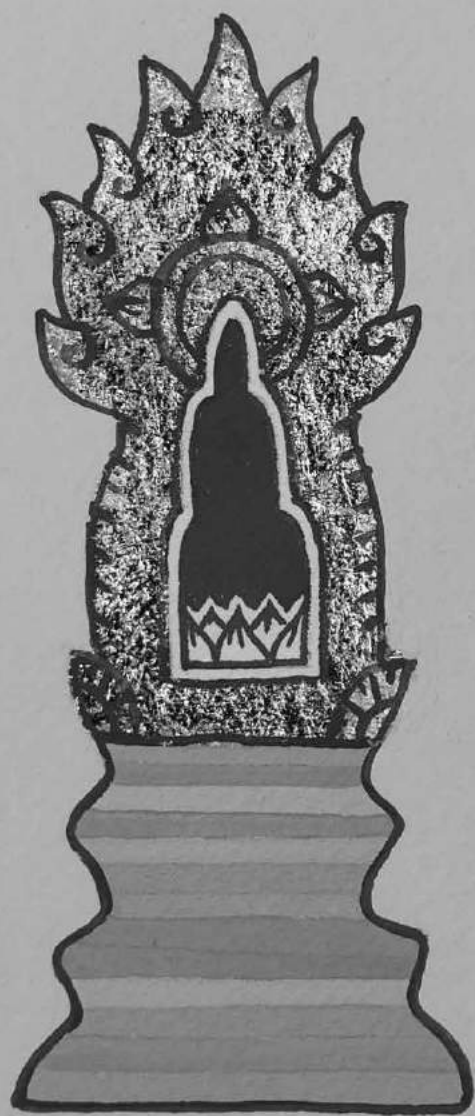
เครื่องป้องกัน อันเรากระทำแล้ว

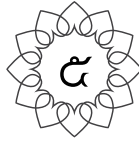
สัตว์ทั้งหลายจงหลีกเลี่ยง

เรานั่นนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาค

และนอบน้อมแด่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๗ พระองค์







พระอภิธรรม

๕.๑ ัมมสังคณี

กุสะลา ัมมา

สภาวะธรรมทั้งหลายที่ไม่มีโทษ
และให้วิบากเป็นความสุข มีอยู่

อะกุสะลา ัมมา

สภาวะธรรมทั้งหลายที่มีโทษ
และให้วิบากเป็นความทุกข์ มีอยู่

อัปฺยากะตา ัมมา.

สภาวะธรรมทั้งหลายที่พระพุทธรองค์ไม่ได้ทรงแสดง
โดยความเป็นกุศลและอกุศล ไม่มีวิบาก มีอยู่

กะตะเม ัมมา กุสะลา.

สภาวะธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล เป็นอย่างไร

ยัสฺมิํ สมะเย กามาวะจะรัง กุสะลํ จิตตํ

อุปฺปนํ โหติ โสมนัสสะสะหะคะตัง ญาณะสัมปะยุตตํ

ในขณะใด จิตที่เป็นกุศล ระดับกามาวจร

เกิดพร้อมกับโสมนัสสเวทนา สัมปยุตด้วยญาณ เกิดขึ้น

รูปารัมมะณัง วา มีรูปเป็นอารมณ์ ก็ดี
 สัททารัมมะณัง วา มีเสียงเป็นอารมณ์ ก็ดี
 คันธารัมมะณัง วา มีกลิ่นเป็นอารมณ์ ก็ดี
 ราคารัมมะณัง วา มีรสเป็นอารมณ์ ก็ดี
 โผฏฐัพพารัมมะณัง วา มีโผฏฐัพพะเป็นอารมณ์ ก็ดี
 ธรรมารัมมะณัง วา มีธรรมเป็นอารมณ์ ก็ดี
 ยัง ยัง วา ปะนาร์พกะ

หรือว่า เกิดขึ้นเพราะปรารถนาอารมณ์ใด ๆ

ตัสมีง สะมะเย ผัสโส โหติ อวิกเขโป โหติ

ในขณะนั้น ผัสสะก็ย่อมเกิดขึ้น อวิกเขปะก็ย่อมเกิดขึ้น

เย วา ปะนะ ตัสมีง สะมะเย อัญญะปิ

อตถิ ปะฏิจจะสะมุปปันนา อะรูปีโน รัมมา

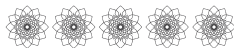
ก็หรือว่า ในขณะนั้น สภาวธรรมทั้งหลายเหล่าใด

ที่เป็นอุปแม่อื่น ซึ่งเป็นสภาวะอิงอาศัยกันและกัน

เกิดขึ้นแล้ว

อิเม รัมมา กุสะลา.

สภาวธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ชื่อว่าเป็นกุศล



๕.๒ วิภังค์

ปัญจกัณฐา

กองหรือส่วนแห่งธรรม คือชั้น ๕ ย่อมมี

รูปกัณฐโร	กองหรือส่วนแห่งรูป
เวทนากัณฐโร	กองหรือส่วนแห่งเวทนา
สัญญากัณฐโร	กองหรือส่วนแห่งสัญญา
สังขารกัณฐโร	กองหรือส่วนแห่งสังขาร
วิญญาณกัณฐโร.	กองหรือส่วนแห่งวิญญาณ
ตัดทะ กะตะโม รูปกัณฐโร.	

บรรดาชั้น ๕ เหล่านั้น รูปชั้น เป็นอย่างไร

ยังกัญจิ รูปัง

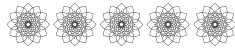
รูปทุก ๆ ชนิด

อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนัง

ทั้งที่เป็นรูปอดีต รูปอนาคต และรูปปัจจุบัน

อัมมัตตัง วา	รูปภายในตน ก็ดี
พะหิทธา วา	รูปภายนอกตน ก็ดี
โอฬาริกัง วา	รูปหยาบ ก็ดี
สุขุมัง วา	รูปละเอียด ก็ดี
หีนัง วา	รูปทราม ก็ดี

ปะณีตัง วา รูปประณีต ก็ดี
 ยัง ทูเร วา รูปอยู่ในที่ไกล ก็ดี
 สันติเก วา รูปอยู่ในที่ไกล ก็ดี
 ตะเทกัชฌัง อะภิสัณฺญหิตฺวา อะภิสังขิปิตฺวา
 ประมวลและย่อรูปนั้นเข้าเป็นกองเดียวกัน
 อะยัง วุจจะติ รูปักขันโธ.
 นี้เรียกว่า รูปขันธ



๕.๓ ธาตุกกา

สังคะโท อะสังคะโท

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ด้วยขันธ

อายตนะ ธาตุ

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ด้วยขันธ

อายตนะ ธาตุ

สังคะหิตินะ อะสังคะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ด้วยขันธเดียวกัน

แต่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ด้วยอายตนะและธาตุเดียวกัน

แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ด้วยขันธ อายตนะ ธาตุ

หรือสภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ด้วยขันธ

และอายตนะเดียวกัน แต่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้

ด้วยธาตุเดียวกัน แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้

ด้วยขันธ อายตนะ ธาตุ

อะสังคะหิตินะ สังคะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ด้วยขันธเดียวกัน

แต่นับสงเคราะห์เข้าได้ด้วยอายตนะและธาตุเดียวกัน

แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าได้ด้วยขันธ อายตนะ ธาตุ

สังกะหิเตนะ สังกะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ด้วยขันธ์ อายตนะ
ธาตุเดียวกัน แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าได้
ด้วยขันธ์ อายตนะ ธาตุ

อะสังกะหิเตนะ อะสังกะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ด้วยขันธ์ อายตนะ
ธาตุเดียวกัน แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้
ด้วยขันธ์ อายตนะ ธาตุ

สัมปะโยโค วิปะโยโค

สภาวะธรรมที่สัมปยุตต์กับนามขันธ์ ๔
สภาวะธรรมที่วิปยุตต์จากนามขันธ์ ๔

สัมปะยุตเตนะ วิปะยุตตัง

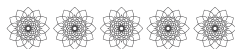
สภาวะธรรมที่สัมปยุตต์
แสดงโดยวิปยุตต์จากขันธ์ อายตนะ ธาตุ

วิปะยุตเตนะ สัมปะยุตตัง

สภาวะธรรมที่วิปยุตต์
แสดงโดยสัมปยุตต์กับขันธ์ อายตนะ ธาตุ

อะสังกะหิตัง

สภาวะธรรมทั้งหลาย
แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้
ด้วยขันธ์ อายตนะ ธาตุ



๕.๔ บุคคลปัญญาตติ

จะ ปัญญาตติโย

ปัญญาตติ ๖ ประการ มีอยู่

ชั้นระปัญญาตติ

ปัญญาตติสภาวะที่เป็นกองหรือส่วน

อายะตะนะปัญญาตติ

ปัญญาตติสภาวะที่เป็นจุดเชื่อมต่อบ่อเกิดวิญญาณ

ธาตุปัญญาตติ

ปัญญาตติสภาวะที่เป็นปราศจากสัตว์ บุคคล ตัวตน

สัจจะปัญญาตติ

ปัญญาตติสภาวะที่เป็นความจริง แท้ ไม่ผิดเพี้ยน

อินทรีย์ะปัญญาตติ

ปัญญาตติสภาวะที่เป็นใหญ่ในกิจหน้าที่นั้น ๆ

บุคคะละปัญญาตติ

ปัญญาตติบุคคลที่ปรากฏอยู่ในโลก

กิตตาวะตา บุคคะลานัง บุคคะละปัญญาตติ

ปัญญาตติบุคคลแห่งบุคคลทั้งหลาย มีประมาณเท่าไร

สะมะยะวิมุตโต

บุคคลผู้ได้สัมผัสวิโมกข์ตามกาลและหลุดพ้นจากอาสวะ

อะสะมะยะวิมุตโต

บุคคลผู้ไม่ได้สัมผัสวิโมกข์ตามกาลแต่หลุดพ้นจากอาสวะ

กุปปะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันกำริบได้

อะกุปปะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันกำริบไม่ได้

ปะริหานะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันเสื่อมได้

อะปะริหานะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันเสื่อมไม่ได้

เจตะนาภัพโพ

บุคคลผู้จำต้องใส่ใจสมบัติที่ได้แล้ว

อะนุรักขะนาภัพโพ

บุคคลผู้จำต้องตามรักษาสมบัติที่ได้แล้ว

ปุกุขชะโน

บุคคลผู้ยังกิเลสมากชนิดให้เกิดขึ้น

โคตฺระณ

บุคคลผู้ข้ามโคตรปุกุขชน

กะยุปะระโต

บุคคลผู้งดเว้นบาปเพราะความกลัว

อะกะยุปะระโต

บุคคลผู้ไม่ใช่งดเว้นบาปเพราะความกลัว

ภัพพาคะมะโน

บุคคลผู้สามารถหยั่งลงสู่มรรคได้

อะภัพพาคะมะโน

บุคคลผู้ไม่สามารถหยั่งลงสู่มรรคได้

นิยะโต

บุคคลผู้แน่นอน

อะนิยะโต

บุคคลผู้ไม่แน่นอน

ปะฏิปันนะโก

บุคคลผู้ดำเนินด้วยมรรค

ผะเลฏฐิโต

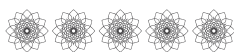
บุคคลผู้ดำรงอยู่ในผล

อะระหา

บุคคลผู้เป็นพระอรหันต์

อะระหัตตายะ ปะฏิปันโน.

บุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อความเป็นพระอรหันต์



๕.๕ กถาวิตถุ

ปุคคะโล อุปะลัพะทะติ สัจฉิกัตถะปะระมัตถะนาติ

สกวาทิ ถามว่า อัตตาย่อมถูกหาได้

โดยเป็นสิ่งที่มียู่จริงในระดับปรมัตถ์ ใช่ไหม

อามันตา.

ปรวาทิ ตอบว่า ถูกแล้ว

โย สัจฉิกัตถโถ ปะระมัตถโถ, ตะโต โส ปุคคะโล

อุปะลัพะทะติ สัจฉิกัตถะปะระมัตถะนาติ.

สกวาทิ ถามว่า สิ่งที่มีอยู่จริง ซึ่งเป็นความจริง

ในระดับปรมัตถ์ อันใด อัตตานั้นย่อมถูกหาได้

โดยเป็นสิ่งที่มียู่จริงในระดับปรมัตถ์ จากสิ่งที่มีอยู่จริง

ซึ่งเป็นความจริงในระดับปรมัตถ์ อันนั้น ใช่ไหม

นะ เหวัง วัตตัพเพ.

ปรวาทิ ตอบว่า ไม่พึงกล่าวอย่างนี้

อาชานาหิ นิคคะหัง

สกวาทิ ชี้มูลความผิดว่า

ท่านจงรับทราบความไม่สมเหตุผล

หัญจิ ปุคคะโล อุปะลัพะทะติ สัจฉิกัตถะปะระมัตถะนะ

หากว่า อัตตาย่อมถูกหาได้

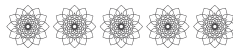
โดยเป็นสิ่งที่มียู่จริงในระดับปรมัตถ์

เตนะ วะตะ เร วัตตัพเพ, โย สัจฉิกัตถโก ประมะตถโก ตะโต
โส ปุคคะโล อุปะลัทธิกะติ สัจฉิกัตถะประมะตถเณนาติ.

แนะนำท่าน เพราะเหตุนี้ ท่านก็ควรยอมรับว่า
สิ่งที่มีอยู่จริง ซึ่งเป็นความจริงในระดับปรมาตม์
อันใด อุตตานันยอมถูกหาได้ โดยเป็นสิ่งที่อยู่จริง
ในระดับปรมาตม์ จากสิ่งที่มีอยู่จริง ซึ่งเป็นความจริง
ในระดับปรมาตม์ อันนั้น

มิจฉา.

ท่านยอมรับคำถามที่ ๑ แต่ไม่ยอมรับคำถามที่ ๒
เพราะฉะนั้น คำกล่าวของท่านจึงผิดหลักเหตุผล



๕.๖ ยมก

เย เกจิ กุสะลา อัมมา, สัพเพ เต กุสะละมุลา

อนฺโถมปฺจฉา ทามว่า

สภาวะธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่งที่เป็นกุศล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมดเป็นกุศลมูล ไซ้ใหม่

เย วา ปะนะ กุสะละมุลา, สัพเพ เต อัมมา กุสะลา

ปฏฺฐิโถมปฺจฉา ทามว่า

ก็หรือว่า สภาวะธรรมเหล่าใดเป็นกุศลมูล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมดเป็นกุศล ไซ้ใหม่

เย เกจิ กุสะลา อัมมา, สัพเพ เต กุสะละมุเลนะ เอกะมุลา

อนฺโถมปฺจฉา ทามว่า

สภาวะธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่งที่เป็นกุศล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมดมีมูลเป็นอันเดียวกันกับ

กุศลมูล ไซ้ใหม่

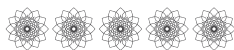
เย วา ปะนะ กุสะละมุเลนะ เอกะมุลา,

สัพเพ เต อัมมา กุสะลา

ปฏฺฐิโถมปฺจฉา ทามว่า ก็หรือว่า

สภาวะธรรมเหล่าใดมีมูลเป็นอันเดียวกันกับกุศลมูล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมดเป็นกุศล ไซ้ใหม่



๕.๗ ปฏฐาน

เหตุปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นเหตุ

อาร์มมะณะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอารมณ์

อะธิปะติปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอธิบดี

อนันตะระปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความติดต่อกัน
ไม่มีระหว่างกัน

สมะนันตะระปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความติดต่อกัน
ไม่มีระหว่างกันอย่างดี

สะหะชาตะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเกิดพร้อมกัน

อัญญะมัญญะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นปัจจัย
แก่กันและกัน

นิสสยะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นที่อาศัย

อุปะนิสสะยะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นที่อาศัย
ที่มีกำลังมั่นคง

ปุเรชาตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเกิดก่อน

ปัจฉาชาตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเกิดภายหลัง

อาเสวะนะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเสพคุ้น

กัมมะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นกรรม

วิปากะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นวิบาก

อาหาระปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอาหาร

อินทริยะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอินทริย์

ฌานะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นฌาน

มัคคะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นมรรค

สัมปะยุตตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความประกอบพร้อมกัน

วิปปะยุตตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความไม่ประกอบพร้อมกัน

อตฺถิปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นภาวะที่ยังมีอยู่

นตฺถิปัจจะโย

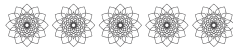
สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นภาวะที่ไม่มีมีอยู่

วิคະตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความปราศจากไป

อะวิคະตะปัจจะโย.

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความไม่ปราศจากไป



บรรณานุกรม

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. พระไตรปิฎกบาลีอักษรไทย

ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

สวนโมกขพลารามไชยา. คู่มืออุบาสกอุบาสิกา ภาค ๑-๒

ทำวัตร เช้า-เย็น และสวดมนต์พิเศษบางบท

แปลไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๙๓, กรุงเทพมหานคร :

ธรรมสภา, ๒๕๕๕.

สวนโมกขพลารามไชยา. สวดมนต์แปล บทพิเศษต่าง ๆ

ที่ใช้ในสวนโมกขพลาราม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๖,

สุราษฎร์ธานี : ธรรมทานมูลนิธิ, ๒๕๕๓.

ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย. หนังสือสวดมนต์แปล

และคำสมาทานพระกรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒,

กรุงเทพมหานคร, บ.พราวเพรส (2002) จก.,

๒๕๖๕.

ประวัติ



ดร.สุกัรย์ กุมทอง

วันเดือนปีเกิด

วันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๑๕

บ้านหนองฮะ ต.หนองฮะ อ.สำโรงทาบ จ.สุรินทร์

วุฒิการศึกษา

- ปริญญาเอก พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขา
พระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ปริญญาโท พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
พระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ปริญญาตรี วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขา
วิศวกรรมไฟฟ้า มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- เปรียญธรรม ๔ ประโยค หลักสูตรบาลีสนามหลวง
- ประกาศนียบัตรบาลีใหญ่ชั้นนักศึกษา วัดท่ามะโอ
จ.ลำปาง

งานปัจจุบัน (พ.ศ. ๒๕๖๗)

- กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษา พุทธโธส นครปฐม
- ผู้อำนวยการหลักสูตรบัณฑิตศึกษา สาขาบาลี พุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขต บาฬีศึกษาพุทธโธส นครปฐม
- อาจารย์ประจำหลักสูตรปริญญาตรี ปริญญาโท และ ปริญญาเอก สาขาบาลีพุทธศาสตร์ สาขาพระไตรปิฎกศึกษา และ สาขาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโธส จ.นครปฐม
- ที่ปรึกษายุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย พระบรมราชูปถัมภ์
- วิปัสสนาจารย์ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย พระบรมราชูปถัมภ์
- บรรยายธรรมตามสถานที่ต่าง ๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
- สอนปฏิบัติธรรมตามสถานที่ต่าง ๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
- เผยแผ่ธรรมทางเว็บไซต์ <http://www.ajsupee.com> และ <https://supee.net>
- เผยแผ่ธรรมทาง Youtube <https://www.youtube.com/user/ajsupee>
- เผยแผ่ธรรมทาง Facebook <https://www.facebook.com/Ajsupee>

เจ้าภาพพิมพ์

ดร.เจษฎ์สุภา เบ็นซ์ทองหล่อ และครอบครัว ๑๗๑,๒๐๐ บาท
พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่เบ็นซ์ทองหล่อ
อุทิศส่วนกุศลให้แก่คุณวสันต์ เบ็นซ์ทองหล่อ
ญาติพี่น้องผู้ล่วงลับไปแล้ว และสรรพสัตว์ทั้งหลาย

