

สมถวิปัสสนาในพระไตรปิฎก ตอนที่ ๕๖



สุภีร์ ทุมทอง

๒๘ กันยายน ๒๕๖๑

กรรมฐาน

๑. อнуสสติ ๑๐

๒. อัปปมัญญาภาวนา

๒.๑ เมตตาภาวนา

๒.๑.๑ ประโยชน์ คุณค่า และอานิสงส์

๒.๑.๒ วิธีเจริญเมตตา

๒.๒ กรุณาภาวนา

๒.๓ มุทิตาภาวนา

๒.๔ อุเบกขาภาวนา

๒.๑.๒ วิธีเจริญเมตตา

๑. พิจารณาให้เห็นโทษของความโกรธ
และอานิสงส์ของขันติ
๒. บุคคลที่เป็นโทษแก่เมตตาภาวนา
๓. ลำดับบุคคลในการเจริญเมตตาภาวนา
๔. วิธีการแผ่เมตตา ๓ แบบ
๕. อุปายบรรเทาความโกรธ

๕. อุปายบรรเทาความโกรธ

- (๑) เจริญเมตตาให้มากขึ้น
- (๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า
- (๓) เลือกมนสิการ
- (๔) พิจารณาเรื่องกรรม
- (๕) พิจารณาตน
- (๖) พิจารณาความสัมพันธ์กันในสังสารวัฏ
- (๗) พิจารณาแยกธาตุเป็นต้น
- (๘) พิจารณาบุพพจริยาของพระพุทธเจ้า

(๑) เจริญเมตตาให้มากขึ้น

คำภาวนา (เจริญเมตตาให้ตนเอง)

อหํ สุขิโต โหมิ, นิททุกโข โหมิ. (แบบที่ ๑)

อหํ อเวโร โหมิ, อพฺยาปชฺฌโณ โหมิ,

อนิโฆ โหมิ, สุขี อตฺตํ ปริหารามิ (แบบที่ ๒)

(วิสุทธิ. เมตตาภาวนา)

(๑) เจริญเมตตาให้มากขึ้น

คำภาวนา (เจริญเมตตาให้คนที่รักหรือเคารพ)

เอส สปฺปฺริโส สุขีโต โหตุ, นิททุกโข โหตุ.(แบบที่ ๑)

เอส สปฺปฺริโส อเวโร โหตุ, อพฺยาปชฺฌโม โหตุ,

อนิโฆ โหตุ, สุขี อตฺตานํ ปฺริหฺรตุ. (แบบที่ ๒)

(วิสุทธิ. เมตตาภาวนา)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๑)

อุภโตทณฺฑชฺเคนปี จ ภิกฺขเว กกเจณ โจรา โอจรกา
องฺคฺมจฺคานิ โอกนฺเตยฺยํ, ตตฺราปี โย มโน ปทฺเสยฺย,
น เม โส เตนฺ สาสนฺกโร. ตตฺราปี โว ภิกฺขเว
เอวํ **สิกฺขิตพฺพํ** “น เจว โน จิตฺตํ วิปริณฺตํ ภวิสฺสตี,
น จ ปาปิกํ วาจํ นิจฺฉาเรสฺสาม,
หิตานุกมฺปี จ วิหริสฺสาม **เมตฺตจิตฺตา** น โทสนฺตฺรา.

(ม.มฺ. ๑๒/๒๓๒ กกุปมสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๑)

ตณฺจ ปุคฺคํ เมตฺตาสหคเตน เจตฺสา ผริตฺวา
วิหริสฺสาม, ตถารมฺมณฺณจ สพฺพาวนฺตํ โลกํ
เมตฺตาสหคเตน เจตฺสา วิปฺเลน มหคฺคเตน
อปฺปมาเณน อเวเรน อพฺยาปชฺเณน ผริตฺวา
วิหริสฺสามา”ติ. เอวณฺหิ โว ภิกฺขเว สิกฺขิตพฺพํ.

(ม.มฺ. ๑๒/๒๓๒ กกุปมสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๒)

ชยัม เว มณฺณติ พาโล
ชยณฺเจวสฺส ตํ โหติ
ตสฺเสว เตन ปาปิโย
กุกุฏํ อปฺปฏิกุชฺฌนฺโต

(สํ.ส. ๑๕/๑๘๙ อสุรินทกสูตร)

วาจาย ฆรํ สํ ภณํ
ยา ติตฺติกา วิชาโนโต.
โย กุกุฏํ ปฏิกุชฺฌติ
สงฺคามํ เซติ ทุชฺชยํ.

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๒)

อุภินนมนตถํ จรติ

ปรํ สงฺกุปิตํ ฌตฺวา

อุภินนํ ติกิจฺจนฺตานํ

ชนา มลฺลนฺติ พาโลติ

(สํ.ส. ๑๕/๑๘๙ อสุรินทกสูตร)

อตฺตโน จ ปรสฺส จ

โย สโต อุปสมฺมติ.

อตฺตโน จ ปรสฺส จ

เย ฌมฺมสฺส อโกวิทฺทา.

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

สตุตฺติเม ภิกฺขเว ฌมฺมา สปัตตกนฺตา สปัตตกรณา
โกธนํ อาคจฺฉนฺติ อิตฺถิ วา ปุริสํ วา. กตเม สตุตฺ.

อิธ ภิกฺขเว สปัตโต สปัตตสฺส เอวํ อิจฺฉติ

“อโห วตายํ ทุพฺพณฺโณ อสฺสา”ติ. ตํ กิสฺส เหตุ.

น ภิกฺขเว สปัตโต สปัตตสฺส วณฺณตาย นนฺหติ.

(อ.สตุตฺก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

โกธโนยํ ภิกขเว ปุริสปุคฺคโล โกธากิฏฺโธ โกธปเรโธ
กิญจาปี โส โหติ สุนฺหาโต สุวิสิตฺโต
กปปีตเกสมสฺสุ โอทาตวตฺถวาสโน.
อถ โข โส ทุปฺพณฺโณว โหติ โกธากิฏฺโธ.
อयํ ภิกขเว ปจฺโม ฌมฺโม สปัตตกนฺโต สปัตตกรโณ
โกธนํ อาคจฺฉติ อิตฺถิ วา ปุริสํ วา. (๑)

(อ.สตฺตก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ปุณ จปรํ ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส เอวํ อิจฺฉติ

“อโห วตాయํ ทุกฺขํ สเยยฺยา”ติ. ตํ กิสฺส เหตุ.

น ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส สุขเสยฺยาย นนฺหติ.

โกธโนยํ ภิกขเว ปุริสปุคฺคโล โกธากิฏฺโฏโต โกธปเรโต

กิญจาปี โส ปลฺลงเก เสติ โคนกตฺถเต...

(อ.สตุตทก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

อถ โข โส ทุกฺขณฺณเวย เสติ โกธาภิกฺกโต.

อัยฺม ภิกฺขเว ทฺติโย ฌมฺโม สปัตตกนฺโต สปัตตกรโณ

โกธนํ อาคจฺฉติ อิตฺถิ วา ปุริสํ วา. (๒)

(อ.สตตก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ปุณ จปรํ ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส เอวํ อิจฺฉติ

“อโห วตายํ น ปจฺรตฺถอ อสฺสา”ติ. ตํ กิสฺส เหตุ.

น ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส ปจฺรตฺถตาย นนฺหติ.

โกธโนยํ ภิกขเว ปุริสปุคฺคโล โกธากิฏฺโฏโต โกธปเรโต

อนตฺถํปิ คเหตฺวา “อตฺถอ เม คหิโต”ติ มนฺยติ.

อตฺถํปิ คเหตฺวา “อนตฺถอ เม คหิโต”ติ มนฺยติ.

(อ.สตุตก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ตสฺสึเม ธมฺมา อณฺณมณฺณํ วิปจฺจนีกา คหิตา
ทีฆรตฺตํ อหิตาย ทุกฺขาย สํวตฺตนฺติ โกธาภิกฺขุตสฺส.
อโย ภิกฺขเว ตตฺติโย ธมฺโม สปตฺตกนฺโต สปตฺตกรโณ
โกธนํ อาคจฺฉติ อิตฺถิ วา ปุริสํ วา. (๓)

(อ.สตุตทก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ปุณ จปรํ ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส เอวํ อิจฺฉติ

“อโห วตายํ น โภควา อสฺสา”ติ. ตํ กิสฺส เหตุ.

น ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส โภควตาย นนฺหติ

โกธนสฺส ภิกขเว ปุริสปุคฺคสฺส โกธากิฎฺฐสฺส โกธปเรตสฺส

เยปีสฺส เต โหนฺติ โภคา อฏฺฐานวิริยาธิตฺตา พาหาพลปริจิตา

เสทาวกฺขิตฺตา ฌมฺมิกา ฌมฺมลทฺธา,

เตปี ราชาโน ราชโกสํ ปเวเสนฺติ โกธากิฎฺฐสฺส...(๔)

(อ.สตตก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ปุณ จปรํ ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส เอวํ อิจฺฉติ

“อโห วตายํ น ยสฺวา อสฺสา”ติ. ตํ กิสฺส เหตุ.

น ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส ยสฺวตาย นนฺหติ

โกธโนยํ ภิกขเว ปุริสปุคฺคโล โกธากิฏฺโฏโต โกธปเรโต.

โยปีสฺส โส โหติ ยโส อปฺปมาทาธิคฺโต

ตมฺหาปี ธมฺมํ โกธากิฏฺโฏโต...(๕)

(อ.สตุตทก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว สปัตโต สปัตตสฺส เอวํ อิจฺฉติ
“อโห วตายํ น มิตฺตวา อสฺสา”ติ. ตํ กิสฺส เหตุ.
น ภิกฺขเว สปัตโต สปัตตสฺส มิตฺตวตาย นนฺทติ
โกธโนยํ ภิกฺขเว ปุริสปุคฺคโล โกธากิฏฺโฏโต โกธปเรโต,
เยปีสฺส เต โหหนฺติ มิตฺตามจฺจา ญาติสาโลหิตา,
เตปี อารกา ตํ ปริวชเชนฺติ โกธากิฏฺฏํ...(๖)

(อ.สตุตทก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ปุน จปรํ ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส เอวํ อิจฺฉติ

“อโห วตายํ กายสฺส เกทา ปรมมรณา อปายํ

ทฺหคฺคํ วินิปาตํ นิริยํ อุปปชฺเชยฺยา”ติ. ตํ กิสฺส เหตุ.

น ภิกขเว สปัตโต สปัตตสฺส สุกตฺติคมเนน นนฺทติ,

โกธโนยํ ภิกขเว ปุริสปุคฺคโล โกธากิฏฺโฏโต โกธปเรโต

กาเยน ทฺวจฺจริตํ จรติ, วาจาย ทฺวจฺจริตํ จรติ, มนสา ทฺวจฺจริตํ จรติ,

(อ.สตุตทก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

โส กาเยน ทุจฺจริตํ จริตฺวา วาจาเย ทุจฺจริตํ จริตฺวา
มนสา ทุจฺจริตํ จริตฺวา กายสฺส เกทา ปรมมรณา
อปาเยํ ทุคฺคตี วินิปาตํ นิรยํ อุปปชฺชติ โภธาภิกฺขโต.
อโย ภิกฺขเว สตฺตโม ธมฺโม สปตฺตกนฺโต สปตฺตกรโณ
โกธนํ อาคจฺฉติ อิตฺถิ วา ปุริสํ วา. (๗)

(อ.สตฺตก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

อนตฺถชนโน โกโธ

ภยมนฺตรโต ชาทํ

กุทฺโธ อตฺถํ น ชานาติ

อนฺธมํ ตทา โหติ

(อ.สตุตก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

โกโธ จิตฺตปฺปโกปโน

ตํ ชโน นาวพฺุชฺฌติ.

กุทฺโธ ธมฺมํ น ปสฺสติ

ยํ โกโธ สหเต นรํ.

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

ตปณียานิ กมมานิ

ตานิ อาโรจยิสฺสามิ

กุกฺกุฏโธ หิ ปิตรํ หนฺติ

กุกฺกุฏโธ หิ พุราหมณํ หนฺติ

ยาย มาตุ ภาโต โปโส

ตมปิ ปาณทที สนฺติ

(อ.สตุตก. ๒๓/๖๔ โกธนสูตร)

ยานิ ธมฺเมหิ อารกา

ตํ สุณฺนาถ ยถา กถํ

หนฺติ กุกฺกุฏโธ สฺมาตฺรํ

หนฺติ กุกฺกุฏโธ ปุณฺณชฺชนํ.

อิมํ โลกํ อเวกฺขติ

หนฺติ กุกฺกุฏโธ ปุณฺณชฺชโน.

(๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า (๓)

อตฺตูปมา หิ เต สตฺตา

หนฺติ กุทฺโธ ปุณฺตฺตานํ

อสีนา หนฺติ อตฺตานํ

รชชฺยา พชฺฌมียนฺติ

ภูนฺหจฺจานิ กมฺมานิ

กโรนฺตา นาวพชฺฌนฺติ

(อ.สตฺตก. ๒๓/๖๔ โภจนสูตร)

อตฺตา หิ ปรมํ ปิโย

นानารูปेषฺสุ มุจฺฉิโต.

วิสํ ขาทนฺติ มุจฺฉิตา

ปพฺพตามปิ กนฺทเร.

อตฺตมารณียานิ จ

โกธชาโต ปราภโว.

๕. อุปายบรรเทาความโกรธ

- (๑) เจริญเมตตาให้มากขึ้น
- (๒) พิจารณาโอวาทของพระพุทธเจ้า
- (๓) เลือกมนสิการ
- (๔) พิจารณาเรื่องกรรม
- (๕) พิจารณาตน
- (๖) พิจารณาความสัมพันธ์กันในสังสารวัฏ
- (๗) พิจารณาแยกธาตุเป็นต้น
- (๘) พิจารณาบุพพจริยาของพระพุทธเจ้า

(๓) เลือกมนสิการ

ปณฺธิเม ภิกฺขเว อาฆาตปฏฺวิณฺยา,
ยตฺถ ภิกฺขุโน อุปฺปนฺโน อาฆาโต สพฺพโส ปฏฺวิเนตพฺโพ.
กตเม ปณฺจ. ยสฺมี ภิกฺขเว ปุคฺคเล อาฆาโต ชาเยถ,
เมตฺตา ตสฺมี ปุคฺคเล ภาเวตพฺพา,.. (๑)
กรุณา ตสฺมี ปุคฺคเล ภาเวตพฺพา,.. (๒)
อุเปกฺขา ตสฺมี ปุคฺคเล ภาเวตพฺพา... (๓)

(อ.ปณฺจก. ๒๒/๑๖๑ ปจฺมอาฆาตปฏฺวิณฺยสุตฺร)

(๓) เลือกมนสิการ

ยสุมิ ภิกขเว ปุคฺคเล อาฆาโต ชาเยถ,
อสติอมนสิกาโร ตสุมิ ปุคฺคเล อาปชฺชิตพฺโพ,.. (๔)

กมฺมสฺสกตา ตสุมิ ปุคฺคเล อธิจฺจาทพฺพา,

“กมฺมสฺสโก อยมายสฺมา กมฺมทายาโท กมฺมโยนิ

กมฺมพนฺธุ กมฺมปฏิสฺสรโณ, ยํ กมฺมํ กริสฺสตี

กลฺยาณํ วา ปापกํ วา, ตสฺส ทายาโท ภวิสฺสตี”ติ, (๕)

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๑ ปจฺมอาฆาตปฏฺวินยสฺสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ปณฺจิเม อาวุโส อาฆาตปฏฺวินยา,
ยตถ ภิกฺขุโน อุปฺปนฺโน อาฆาโต สพฺพโส ปฏฺวิเนตพฺโพ.
กตเม ปณฺจ. อิธาวุโส เอกจฺโจ ปุคฺคโล
อปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร โหติ ปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร,
เอวรูปเปปิ อาวุโส ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ. (๑)
อปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร โหติ ปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร, .. (๒)
อปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร โหติ อปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร,
ลภติ จ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ.. (๓)

(อ.ปณฺจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

อิธ ปณาวุโส เอกจฺโจ ปุคฺคโล

อปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร โหติ อปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร,

น จ ลภติ กาเลน กาลํ เจตฺโส วิวรํ เจตฺโส ปสาทํ...(๔)

อิธ ปณาวุโส เอกจฺโจ ปุคฺคโล

ปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร โหติ ปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร,

ลภติ จ กาเลน วา กาลํ เจตฺโส วิวรํ เจตฺโส ปสาทํ...(๕)

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏีวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ตตฺรารุโส ยวายํ ปุคฺคโล

อปฺริสฺสุทฺธกายสมาจาโร ปฺริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร,

กถํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ.

เสยฺยถาปี อารุโส ภิกฺขุ ปํสฺกุลีโก รติยาย นนฺตกํ ทิสฺวา

วาเมน ปาเทน นิคฺคเหตฺวา ทกฺขิเณน ปาเทน ปตฺถริตฺวา

โย ตตฺถ สาโร, ตํ ปฺริปาเตตฺวา อาทาย ปกฺกเมยฺย.

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

เอวเมว โข อาวุโส ยวಾಯิ ปุคฺคโล
อปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร ปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร.
ยาสุส อปริสฺสุทฺธกายสมาจารตา,
น สาสุส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา.
ยา จ ขฺวาสุส ปริสฺสุทฺธวจีสมาจารตา,
สาสุส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา.
เอวํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ. (๑)

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ตตฺรารุโส ยวಾಯํ ปุคฺคโล

อปฺริสฺสุทฺธวจีสมาราโร ปฺริสฺสุทฺธกายสมาราโร,

กถํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวีเนตพฺโพ.

เสยฺยถาปี อารุโส โปกฺขรณิ เสวาลปนฺกปรีโยนฺทฺธา,

อถ ปุริโส อากฺขณฺเอยฺย สมฺมาภิตตฺโต สมฺมปเรโต

กิลนฺโต ตสิโต ปิปาสิโต,

โส ตํ โปกฺขรณิ โอคาเหตฺวา อุโภาหิ หตฺเถหิ อิติจิตฺติ จ

เสวาลปนฺกํ อปฺวิยฺยหิตฺวา อณฺชลิณา ปิวิตฺวา ปกฺกเมยฺย.

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวีนยสุตฺร)

(๓) เลือกมนสิการ

เอวเมว โข อาวุโส ยวಾಯิ ปุคฺคโล
อปริสฺสุทฺธวจีสมาราโร ปริสฺสุทฺธกายสมาราโร.
ยาสฺส อปริสฺสุทฺธวจีสมารตา,
น สาสฺส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา.
ยา จ ขวาสฺส ปริสฺสุทฺธกายสมารตา,
สาสฺส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา;
เอวํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ. (๒)

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ตตฺรารุโส ยวายํ ปุคฺคโล

อปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร อปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร,

ลภติ จ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ,

กถํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ.

เสยฺยถาปี อาวุโส ปริตฺตํ โคปทเก อุกกํ,

อถ ปุริโส อาคจฺเฉยฺย สมฺมาภิตตโต สมฺมปเรโต

กิลนฺโต ตสีโต ปิปาสีโต,

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ตสฺส เอวมสฺส “อิทํ โข ปริตฺตํ โคปเท อุกกํ,
สจฺจํ อญฺชลีนา วา ปิวิสฺสามิ ภาชเนน วา,
โฆภิสฺสามิปิ ตํ โลเฟสฺสามิปิ ตํ อเปยฺยมปิ ตํ กริสฺสามิ.
ยนฺนุนาหํ จตฺตกฺกฺกฺกฺกฺกํ นิปตฺติตฺวา โคปีตกํ ปิวิตฺวา
ปกฺกเมยฺยน”ติ.

โส จตฺตกฺกฺกฺกฺกํ นิปตฺติตฺวา โคปีตกํ ปิวิตฺวา ปกฺกเมยฺย.

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฐีวิณยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

เอวเมว โข อาวุโส ยวายุ ปุคฺคโล
อปริสฺสุทฺถกายสมาจาโร อปริสฺสุทฺถวจีสมาจาโร,
ลภติ จ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ,
ยาสุส อปริสฺสุทฺถกายสมาจารตา, น สาสุส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา.
ยาปิสฺส อปริสฺสุทฺถวจีสมาจารตา, น สาปิสฺส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา.
ยญฺจ โข โส ลภติ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ,
ตเมวสุส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพํ;
เอวํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ. (๓)

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ตตฺรารุโส ยวายํ ปุคฺคโล อปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร อปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร,
น จ ลภติ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ,
กถํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ.

เสยฺยถาปี อาวุโส ปุริโส อาพาธิโก ทุกฺขีโต พาฬฺหคิลาโน
อทุธานมคฺคปฺปฏฺธิปนฺโน,

ตสฺส ปุรโตปิสฺส ทูเร คาโม, ปจฺจโตปิสฺส ทูเร คาโม,
โส น ลภยฺย สปปายานิ โภชนานิ, น ลภยฺย สปปายานิ เกสชฺชานิ,
น ลภยฺย ปฏฺฐิรूपิ อฺปปญฺจกํ, น ลภยฺย คามนฺตนาयกํ,

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺฐินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ตเมนนํ อณฺณตโร ปุริโส ปสฺสเสยฺย อทฺธานมคฺคปปฏิปนฺโน,
โส ตสฺมี ปุริเส การุณญํเยว อุปฺนฺจําเปยฺย,
อนฺุทญํเยว อุปฺนฺจําเปยฺย, อนฺุคมํเปยฺว อุปฺนฺจําเปยฺย,
อโห วตํยํ ปุริโส ลเภยฺย สປປายານิ โภชนานิ,
ลเภยฺย สປປายານิ เภสชฺชานิ, ลเภยฺย ปฏฺฐิรूपํ อุปฺนฺจํ,
ลเภยฺย คามนฺตํนํยํ; ตํ กิสุสํ เหตุ.
มํยํ ปุริโส อิธํ อนฺยพฺยสนํ อํปชฺชํ.

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺฐิวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

เอวเมว โข อาวุโส ยวายํ ปุคฺคโล อปริสฺสุทฺธกายสมาจาโร
อปริสฺสุทฺธวจีสมาจาโร, น จ ลภติ กาเลน กาลํ เจตฺโส วิวรํ เจตฺโส ปสาทํ.
เอวรูปเปปี อาวุโส ปุคฺคเล การุณญํเยว อุပ္ภูจฺจาเปตพฺพํ,
อนฺนุทฺยาเยว อุပ္ภูจฺจาเปตพฺพา, อนฺนุกมฺปาเยว อุပ္ภูจฺจาเปตพฺพา,
อโห วต อยมายสฺมา กายทฺจุจฺริตํ ปหาย กายสฺจุจฺริตํ ภาเวยฺย,
วจฺจุทฺจุจฺริตํ ปหาย วจฺจุสฺจุจฺริตํ ภาเวยฺย, มโนทฺจุจฺริตํ ปหาย มโนสฺจุจฺริตํ
ภาเวยฺย. ตํ กิสฺส เหตุ. มายมายสฺมา กายสฺส เกทา ปรมมรณา
อปายํ ทฺคฺคตฺตี วินิปาตํ นิริยํ อุปปชฺชติ. (๔)

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏีวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

ตตฺรารุโส ยวಾಯํ ปุคฺคโล ปริสุทฺธกายสมาจาโร ปริสุทฺธวจีสมาจาโร,
ลภติ จ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ,
กถํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ.
เสยฺยถาปี อารุโส โปกฺขรณิ อจฺโฆทกา สาโตทกา สีโตทกา เสโตทกา
สุปฺติภูจา รมฺมณียา นานารุกฺเขหิ สณฺณนฺนา,
อถ ปุริโส อากฺขเจยฺย ฆมฺมาภิตตโต ฆมฺมปเรโต กิลนฺโต ตสีโต ปิปาสีโต,
โส ตํ โปกฺขรณิ โอคฺคาเหตุวา นฺหาตฺวา จ ปิวิตฺวา จ ปจฺจุตฺตริตฺวา
ตตฺเถว รุกฺขจฺฉายาย นิสีเทยฺย วา นิปชฺเชยฺย วา.

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

(๓) เลือกมนสิการ

เอวเมว โข อาวุโส ยวายํ ปุคฺคโล ปริสุทฺธกายสมาจาโร
ปริสุทฺธวจีสมาจาโร, ลภติ จ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ.
ยาปิสฺส ปริสุทฺธกายสมาจารตา, สาปิสฺส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา.
ยาปิสฺส ปริสุทฺธวจีสมาจารตา, สาปิสฺส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพา.
ยมฺปิ โส ลภติ กาเลน กาลํ เจตโส วิวรํ เจตโส ปสาทํ,
ตมฺปิ สฺส ตสฺมี สมเย มนสิกาตพฺพํ.
เอวํ ตสฺมี ปุคฺคเล อาฆาโต ปฏฺวิเนตพฺโพ.
สมนฺตปาสาทิกํ อาวุโส ปุคฺคลํ อากมฺม จิตฺตํ ปสฺสีทติ. (๕)

(อ.ปญจก. ๒๒/๑๖๒ ทุติยอาฆาตปฏฺวินยสูตร)

สวัสดีครับ