



สาธยายธรรม

สุกัธึ ฤมทอว

สารยาธรรม

สุกัรีย ฤุมทอง

www.ajsupee.com

พืมพืครังที่ ๑	มีนาคม ๒๕๖๖	จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม
พืมพืครังที่ ๒	ฤุมภาพันธิ์ ๒๕๖๗	จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม
พืมพืครังที่ ๓	พฤษภาคม ๒๕๖๗	จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม
พืมพืครังที่ ๔	สิงหาคม ๒๕๖๙	จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม

ISBN : 978-616-598-499-7

ภาพประกอบ

มนตชัย ชาวส้าอวงค์

แบบปก / ฐูปล่่อม

ภาพพืมพื

พืมพืที่

บริษัท ภาพพืมพื จำกัด

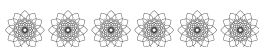
๕๕/๑๒-๑๔, ๓๓ หมู่ ๔ ต.บางกรวย-จงดนอม

ตำบลบางขนุน อำเภอบางกรวย

จังหวัดนนทบุรี

โทรศัพท์ ๐-๒๔๗๙-๙๑๕๔-๖

โทรศัพท์ ๐-๒๔๗๙-๙๑๕๓



แจากเป็นธรรมทาน ห้ามจำหน่าย

คำนำ

หนังสือ “สาธยายธรรม” นี้ ผู้แปลได้นำหลักธรรมสำคัญที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในพระสูตรต่าง ๆ มาแปลและเรียบเรียงสำหรับสาธยายไปตามลำดับ มุ่งเน้นให้พุทธบริษัทได้เกิดความคุ้นเคยกับคำสอนของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงจำได้แม่นยำ คล่องแคล่ว พิจารณาเนื้อความให้เข้าใจ นำไปสู่การปฏิบัติตามคำสอนต่อไป ซึ่งการปฏิบัติตามคำสอนนี้ เป็นการบูชาพระพุทธเจ้าอย่างสูงสุด พระสูตรบางพระสูตรและบทธรรมบางบทที่เห็นว่าคุ้นเคยกันดีอยู่แล้ว ก็ใช้คำแปลเดิมจากหนังสือสวดมนต์ของสวณโมกขพลารามเป็นหลัก

เพื่อให้หนังสือนี้ เป็นประโยชน์ในหลายวัตถุประสงค์มากขึ้น จึงได้เพิ่มเติมเนื้อหาอีกหลายส่วน โดยแบ่งกลุ่มเป็น ๕ บท ดังนี้

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

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

เตือนสติให้ไม่หลงลืม ให้เป็นผู้ไม่ประมาท และเป็นบทสวด
ให้จิตเกิดบุญกุศล ทำให้เกิดความสุข เป็นปัจจัยให้เกิดสมาธิ

(๓) สารยาเยธรรม สำหรับสารยาเยคำสอนสำคัญของ
พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นโครงสร้างหลักธรรมและ
หลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนา รวมทั้งเป็นกรรมฐานสำหรับ
ฝึกปฏิบัติทั้งด้านสมถะและวิปัสสนา

(๔) พระปริตร สำหรับเป็นเครื่องป้องกันคุ้มครอง
รักษาตัว ในกรณีที่ประสบภัยอันตรายจากความลำบาก
ด้านการเลี้ยงชีพ เจ็บป่วย หรือถูกอมนุษย์ทำร้าย ก็ให้อาศัย
สัจจวาจาที่ได้กล่าวถึงคุณพระรัตนตรัยเป็นเครื่องรักษา

(๕) พระอภิธรรม สำหรับทำความเข้าใจเบื้องต้น
ในทางอภิธรรม โดยนำบทสวดอภิธรรม ๗ คัมภีร์ที่เป็น
ประเพณีสวดงานศพมาแปลความหมายเบื้องต้นไว้ เพื่อท่าน
ที่สนใจจะได้ศึกษาโดยละเอียดในโอกาสต่อไป

ขออนุโมทนาทุกท่านที่มีส่วนในการจัดทำหนังสือเล่มนี้
และขอขอบคุณญาติธรรมทั้งหลายที่มีเมตตาต่อผู้แปลเสมอมา
หากมีความผิดพลาดประการใด อันเกิดจากความด้อยสติปัญญา
ของผู้แปล ก็ขอขมาต่อพระรัตนตรัยและครูบาอาจารย์ทั้งหลาย
และขอโอสถกรรมจากท่านผู้อ่านไว้ ณ ที่นี้ด้วย

สุกัรีย กุมทอง

ผู้แปล รวบรวมและเรียบเรียง

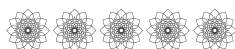
๒๖ เมษายน ๒๕๖๗

สารบัญ

๑. ก้าวตรเข้า-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 ติลักขณาทิคาถา	๔๕
๒.๕ ภารสุตตคาถา	๔๗
๒.๖ โอวาทปาติโมกขคาถา	๔๘
๒.๗ ปังนิมพุทโธวาทปาฐะ	๕๐
๒.๘ บทพิจารณาสังขาร	๕๑
๒.๙ อภินิหปัจจเวกขณะ ๕	๕๔
๒.๑๐ ธาตุปัจจเวกชนปาฐะ	๕๖

๒.๑๑	ตั้งขณิกปัจจุเวกขณะปาฐะ	๖๐
๒.๑๒	สัพพัตติทานคาถา	๖๔
๒.๑๓	อุททิสสนาธิฏฐานคาถา	๖๖
๒.๑๔	คำขอขมา	๖๙
๒.๑๕	คำถวายอัฐภาพ	๗๑
๒.๑๖	บทแผ่เมตตา	๗๒
๒.๑๗	คำอุทิศส่วนกุศลและตั้งสัจจะ	๗๔
๒.๑๘	คำอาราธนาและถวาย	๗๕
๒.๑๙	สรณคมน์และสิกขาบท	๗๘
๓.	สารยารธรรม	๘๓
๓.๑	ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร	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. พระปรีตร	๒๘๓
๔.๑ รัตนปริตร	๒๘๓
๔.๒ อาถรรณานาฎิยปริตร	๓๐๖
๔.๓ เมตตปริตร	๓๐๘
๔.๔ ชันธปริตร	๓๑๓
๕. พระอภิธรรม	๓๑๗
๕.๑ ชัมมสังคณี	๓๑๗
๕.๒ วิภังค์	๓๑๙
๕.๓ ธาตุกถา	๓๒๑
๕.๔ ปุคคลบัญญัติ	๓๒๓
๕.๕ กถาวัตถุ	๓๒๖
๕.๖ ยมก	๓๒๘
๕.๗ ปุฏฐาน	๓๒๙
บรรณานุกรม	๓๓๒
ประวัติ ดร.สุกัรีย 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 ภาคะวันตัง สะธัมมัง สะสังขัง

อิมะหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปุชะยามะ

ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอบูชาอย่างยิ่งซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า

พระองค์นั้น พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์

ด้วยเครื่องสักการะทั้งหลายเหล่านี้

อันยกขึ้นตามสมควรแล้วอย่างไร

สาธุ โน ภันเต ภาคะวา สัจจะปะรินิพพุโตปิ

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ

พระผู้มีพระภาคเจ้า แม้ปรินิพพานนานแล้ว

ทรงสร้างคุณอันสำเร็จประโยชน์ไว้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

ปัจฉิมาชณะตานุกัมปะมานะสา

ทรงมีพระหฤทัยอนุเคราะห์แก่พวกข้าพเจ้า

อันเป็นชนรุ่นหลัง

อิมะ สักกาเร ทุกคะตะปัณณาการะภูเต ปะภูคคัณ्हาทู

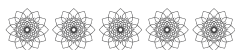
ขอพระผู้มีพระภาคเจ้า โปรดทรงรับเครื่องสักการะ

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

พุทโธ เม นาโถ พระพุทธรูปเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสไว้ดีแล้ว

ธัมมัง นมัสสามิ.

ข้าพเจ้านมัสการพระธรรม

(กราบพร้อมระลึกว่า

ธัมโม เม นาโถ พระธรรมเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

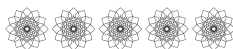
พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว

สังฆัง นมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์

(กราบพร้อมระลึกว่า

สังโฆ เม นาโถ พระสงฆ์เป็นที่พึ่งของข้าพเจ้า)



๑.๓ ปุพพภาคนมการ

หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภาคะวะโต

ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส

นะโม ตัสสะ ภาคะวะโต

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

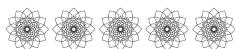
อะระหะโต

ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธัสสะ.

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

(กล่าว ๓ ครั้ง)



๑.๔ คำทำวัตรเช้า

พุทธานิภาว

หันทะ มะยัง พุทธาภินิภาว กะโรมะ เส.

โย โส ตะถาคะโต

พระตถาคตเจ้านั้น พระองค์ใด

อะระหัง

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธโ

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิทู

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้

อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

สัตถา เทวะมะนุสสานัง

เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

พุทโธ

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

ภะคะวา

เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์

โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพรัหมะกัง,
สัสสะมะณะพฺร่าหฺมะณิง ปะชัง สะเทวะมะนุสฺสัง, สะยัง
อะภิญญา สัจฉิกัถฺวา ปะเวเทสิ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใด ได้ทรงทำความดับทุกข์
ให้แจ้งด้วยพระปัญญาอันยิ่งเองแล้ว ทรงสอนโลกนี้
พร้อมทั้งเทวดา มาร พรหมและหมู่สัตว์ พร้อมทั้ง
สมณะ พราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์ให้รู้ตาม

โย ธัมมัง เทเสสิ

พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์ใดทรงแสดงธรรมแล้ว

อาทิกัลยาณัง

ไพเราะในเบื้องต้น

มัชฌะกัลยาณัง

ไพเราะในท่ามกลาง

ปะริโยสานะกัลยาณัง

ไพเราะในที่สุด

สาตถัง สะพัยฺญะชนัง เภวะละปะริปุณฺณัง ปะริสุทฺธัง

พรัหมะจะริยฺยัง ปะกาเสสิ

ทรงประกาศพรหมจรรย์ คือแบบแห่งการปฏิบัติ

อันประเสริฐ บริสุทธิ บริบูรณ์สิ้นเชิง

พร้อมทั้งอรรณะ พร้อมทั้งพญฺชนะ

ตะมะหัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า

พระองค์นั้น

ตะมะหัง ภาคะวันตัง สิริสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระพุทธรูป)

ธัมมาภิกุติ

หันทะ มะยัง ธัมมาภิกุติง กะโรมะ เส.

โย โส สวากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม

พระธรรมนั้นใด เป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า
ได้ตรัสไว้ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ พึงเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

เอหิเปสสิโก

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวแก่ผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน

ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปุชะยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระธรรมนั้น

ตะมะหัง ธัมมัง สิระสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระธรรมนั้น ด้วยเศียรเกล้า
(กราบระลึกพระธรรมคุณ)

สังฆาภิภุติ

หันทะ มะยัง สังฆาภิภุติง กะโรมะ เส.

โย โส สุปะฏิปันโน ภาวะะโต สภาวะะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นหมู่ใด
ปฏิบัติดีแล้ว

อุชุปะฏิปันโน ภาวะะโต สภาวะะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด ปฏิบัติตรงแล้ว

ญายะปะฏิปันโน ภาวะะโต สภาวะะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด
ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรม
เป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

สามิจิปะฏิปันโน ภาวะะโต สภาวะะสังโฆ

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 ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า

ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ

ข้าพเจ้าบูชาอย่างยิ่ง เฉพาะพระสงฆ์หมุนั้น

ตะมะหัง สังฆัง สิริสา นะมามิ.

ข้าพเจ้านอบน้อมพระสงฆ์หมุนั้น ด้วยเศียรเกล้า

(กราบระลึกพระสังฆคุณ)

^๑ ๔ คู่ คือ โสตาปัตติมรรค โสตาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามีผล
อนาคามิมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล

รตนัตตยปปณามคาถา

หันทะ มะยัง ระตะนัตตะยปปะณามะคาถาโย เจวะ
สังเวคะปะริกิตตะนะปาฐัญญะ ภาณามะ เส.

พุทโธ สุตฺพุทโธ ภาณามะหัตถะโว

พระพุทธรูปเจ้าผู้บริสุทธิ์ มีพระกรุณาจุฬามรรณพ

โยจจันตะสุทฺธัพพะระญาณะโลจะโน

พระองค์ใดมีตา คือญาณอันประเสริฐหมดจดถึงที่สุด

โลกัสสะ ปาปูปะกิเลสะฆาตะโก

เป็นผู้ฆ่าเสียซึ่งบาป และอุปกิเลสของโลก

วันทามิ พุทฺธัง อะหะมาทะเรนะ ตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทธรูปเจ้าพระองค์นั้น

โดยใจเคารพเอื้อเฟื้อ

ธัมโม ปะทีโป วียะ ตัสสะ สัตถุโน

พระธรรมของพระศาสดา

สว่างรุ่งเรืองเปรียบดวงประทีป

โย มัคคะปากามะตะเกทะภินนะโก

จำแนกประเภทคือ มรรค ผล นิพพาน ส่วนใด

โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน

ซึ่งเป็นตัวโลกุตตระ

และส่วนใดที่ชี้แนวแห่งโลกุตตระนั้น

วันทามิ ธัมมัง อะหะมาหะเรนนะ ตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น โดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

สังโฆ สุขเขตตารักยะติเขตตะสังญญโต

พระสงฆ์เป็นนาบุญอันยิ่งใหญ่ กว่านาบุญอันดีทั้งหลาย

โย ทิฏฐะสันโต สุขะตานุโพระโก

เป็นผู้เห็นพระนิพพาน ตรัสรู้ตามพระสุคตหมู่ใด

โลลัปปะหิโน อะริโย สุขะมะระโส

เป็นผู้ละกิเลสเครื่องโลเล เป็นพระอริยเจ้ามีปัญญาดี

วันทามิ สังฆัง อะหะมาหะเรนนะ ตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่ นั้น โดยใจเคารพเอื้อเพื่อ

อิจเจวะเมกัณตะกิปุชะเนยยะกัง

วัตถุตตะยัง วันทะยะตาภิสังขะตัง

บุญญัง มะยา ยัง มะมะ สัพพะปัตถะวา

มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา.

บุญใดที่ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งวัตถุสาม คือพระรัตนตรัย

อันควรบูชายิ่งโดยส่วนเดียว

ได้กระทำแล้วเป็นอย่างยิ่งเช่นนี้

ขออุปัทวะทั้งหลาย จงอย่ามีแก่ข้าพเจ้าเลย

ด้วยอำนาจความสำเร็จอันเกิดจากบุญนั้น

สังเวคปริกิตตนปาฐะ

อิระ ตะถาคะโต โลเก อุปปันโน

พระตถาคตเจ้าเกิดขึ้นแล้ว ในโลกนี้

อะระหัง สัมมาสัมพุทธโ

เป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

ธัมโม จะ เทสิโต นิยยานิโก

และพระธรรมที่ทรงแสดง

เป็นธรรมเครื่องออกจากทุกข์

อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก

เป็นเครื่องสงบกิเลส เป็นไปเพื่อปรีนิพพาน

สัมโพธะคามิ สุกะตปะเวทิตะ

เป็นไปเพื่อความรู้พร้อม เป็นธรรมที่พระสุคตประกาศ

มะยันตัง ธัมมัง สุตฺวา เอวํ ชานามะ

พวกเราเมื่อได้ฟังธรรมนั้นแล้ว จึงได้รู้อย่างนี้ว่า

ชาติปิ ทุกขา

แม้ความเกิด ก็เป็นทุกข์

ชราปิ ทุกขา

แม้ความแก่ ก็เป็นทุกข์

มะระณัมปิ ทุกขัง

แม้ความตาย ก็เป็นทุกข์

โสกะปะริทเวหะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา

แม้ความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์

อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข

ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข

ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักที่พอใจ ก็เป็นทุกข์

ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง

มีความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น นั่นก็เป็นทุกข์

สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา

ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้นทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์

เสยยะถิทัง

ได้แก่สิ่งเหล่านี้คือ

รูปูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือรูป

เวทณูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือเวทนา

สัณฺณูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสัญญา

สังขารูปาทานักขันโธ

ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือสังขาร

วิญญาณุปาทานักขันโธ

ขันธอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น คือวิญญาณ

เยสััง ปะริญญาเย

เพื่อให้สาวกกำหนดรอบรู้อุปาทานขันธ เหล่านี้เอง

ธะระมาโน โส ภาคะวา

จึงพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เมื่อยังทรงพระชนม์อยู่

เอวััง พะหุสััง สาวะเก วิเนติ

ย่อมทรงแนะนำสาวกทั้งหลาย เช่นนี้เป็นส่วนมาก

เอวัังภาคา จะ ปะนัสสะ ภาคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี

พะหุลา ปะวัตตะติ

อนึ่ง คำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

ย่อมเป็นไปในสาวกทั้งหลาย

ส่วนมาก มีส่วนคือการจำแนกอย่างนี้ว่า

รูปร่าง อะนิจจัง

รูปไม่เที่ยง

เวทนา อะนิจจา

เวทนาไม่เที่ยง

สัญญา อะนิจจา

สัญญาไม่เที่ยง

สังขาร อะนิจจา

สังขารไม่เที่ยง

วิญญาณัง อะนิจจัง

วิญญาณไม่เที่ยง

รูปร่าง อนัตตา

รูปไม่ใช่ตัวตน

เวทนา อนัตตา

เวทนาไม่ใช่ตัวตน

สัญญา อนัตตา	สัญญาไม่ใช่ตัวตน
สังขาร อนัตตา	สังขารไม่ใช่ตัวตน
วิญญาณัง อนัตตา	วิญญาณไม่ใช่ตัวตน

สัพเพ สังขาร อนิจจา
 สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง

สัพเพ ธัมมา อนัตตาทิ
 ธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน ดังนี้

เต (หญิงว่า ตา) มะยัง โอตินณามหะ
 พวกเราทั้งหลาย เป็นผู้ถูกรอบงำแล้ว

ชาติยา โดยความเกิด

ชะรามะระณนะ โดยความแก่และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ อุปายาเสหิ
 โดยความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความไม่สบายกาย
 ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ทั้งหลาย

ทุกโขติณณา
 เป็นผู้ถูกความทุกข์ หยั่งเอาแล้ว

ทุกขะปะเรตา
 เป็นผู้มีความทุกข์ เป็นเบื้องหน้าแล้ว

อัปเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา
 ปัญญาเยถาติ.

ทำไฉน การทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้
 จะพึงปรากฏชัดแก่เราได้

(สำหรับภิกษุ - สามเณรสด)

จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภาวะวันตัง อุททิสสะ อะระหันตัง
สัมมาสัมพุทัง

เราทั้งหลาย อุทิสเฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้า
ผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง
แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์นั้น

ลัทธา อะคาร์สมา อะนะการิยัง ปัพพะชิตา

เป็นผู้มีศรัทธา ออกบวชจากเรือน
ไม่เกี่ยวข้องด้วยเรือนแล้ว

ตัสมิท ภาวะวะติ พริหัมมะจะริยัง จะรามะ

ประพฤติดูอยู่ซึ่งพรหมจรรย์
ในพระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

ภิกขุนัง ลิกขาสาชีวะสะมาปันนา

ถึงพร้อมด้วยสิกขา
และธรรมเป็นเครื่องเลี้ยงชีวิตของภิกษุทั้งหลาย

ตัง โน พริหัมมะจะริยัง อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ
อันตะกิริยาเย สังวัตตะตุ.

ขอให้พรหมจรรย์ของเราทั้งหลายนั้น
จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุด
แห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ

(สำหรับอุบาสก - อุบาสิกาสด)

จิระประรินพทุตม์ปี ตัง ภาคะวันตัง สรรณัง คตะ

เราทั้งหลาย ผู้ถึงแล้วซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า

แม้ปรินิพพานนานแล้ว พระองค์นั้นเป็นสรณะ

ธัมมัญจะ สังฆัญจะ

ถึงพระธรรมด้วย ถึงพระสงฆ์ด้วย

ตัสสะ ภาคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง

มะนะสิกะโรมะ อะนุปะฏิปัชชามะ

จักทำในใจอยู่ ปฏิบัติตามอยู่

ซึ่งคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

ตามสติกำลัง

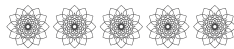
สา สา โน ปะฏิปัตติ

ขอให้ความปฏิบัตินั้น ๆ ของเราทั้งหลาย

อิมัสสะ เภวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยาเย

สังวัตตะตุ.

จงเป็นไปเพื่อการทำที่สุดแห่งกองทุกข์ทั้งสิ้นนี้ เทอญ



๑.๕ คำทำวัตรเย็น

พุทธานุสสติ

หันทะ มะยัง พุทธานุสสະตินะยัง กะโรมะ เส.

ตั้ง โข ปะนะ ะคะวันตัง เอวัง กัลยาณ กิตติสัทโท
อภุคคะโต

ก็กิตติศัพท์อันงามของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น
ได้ฟังไปแล้วอย่างนี้ว่า

อิติปิ โส ะคะวา

เพราะเหตุอย่างนี้ ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น

อะระหัง

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธโ

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

สุคะโต

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิทู

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร ปุริสัทมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้
อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

สัทธา เทวมะนุสสานัง

เป็นครูผู้สอน ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

พุทโธ

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

กะคะวาติ.

เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้

พุทฺธากิคฺติ

หันทะ มะยัง พุทธากิคฺติง กะโรมะ เส.

พุทฺธวาระหั้นตะวะระตาทิกุณาภิยุตโต

พระพุทธรเจ้าประกอบด้วยคุณ
มีความประเสริฐแห่งอรหันตคุณ เป็นต้น

สุทธาภิญาณะกะรุณาหิ สะมาคะตฺตโต

มีพระองค์อันประกอบด้วยพระญาณ
และพระกรุณาอันบริสุทธิ

โพเธลิ โย สุชนะตัง กะมะลังวะ สุโร

พระองค์ไต่ทรงกระทำชนที่ดีให้เบิกบาน
ดุจอาทิตย์ทำบวให้บาน

วันทามะหัง ตะมะระณัง สิริสา ชินนัง

ข้าพเจ้าไหว้พระชินสีห์ ผู้ไม่มีกิเลสพระองค์นั้น
ด้วยเศียรเกล้า

พุทโธ โย สัพพะปาณินัง สาระณัง เขมะมุตตะมัง

พระพุทเจ้าพระองค์ใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด
ของสัตว์ทั้งหลาย

ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิริเนหัง

ข้าพเจ้าไหว้พระพุทเจ้าพระองค์นั้น
อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึก องค์ที่หนึ่ง ด้วยเศียรเกล้า

พุทธัสสาหัสสมิ ทาโส (หญิงว่า ทาสี) วะ

พุทโธ เม สามิกิสสะโร

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระพุทเจ้า
พระพุทเจ้าเป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า

พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาทา จะ หิตัสสะ เม

พระพุทเจ้าเป็นเครื่องกำจัดทุกข์
และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สรรีญชีวิตัญจิทัง

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แต่พระพุทเจ้า

วันทันโตหัง (หญิงว่า ตีหัง) จะริสสามิ พุทธัสสวะ สุโพธิตัง

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม
ซึ่งความตรัสรู้ดีของพระพุทเจ้า

นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง พุทโธ เม สรรณัง ะรัง
 สรรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

พระพุทธรเจ้าเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัชฌเมยยัง สัตถุสาสะเน
 ด้วยการกล่าวคำสัจนี้

ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

พุทธี เม วันทะมานะ (หญิงว่า มานายะ)

ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อีระ

ข้าพเจ้าผู้ให้วอยู่ซึ่งพระพุทธรเจ้า

ได้ชวนชวายบุญใดในบัดนี้

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา.

อันตรรายทั้งปวงอย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า ด้วยเดชแห่งบุญนั้น

(หมอบกราบกล่าวขอขมา)

กาเยนะ วาจาเย ะ เจตะสา วา

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง

กรรมน่าติเตียนอันใด

ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระพุทธรเจ้า

พุทโธ ปะภูคคัณ्हะตุ อัจจะยันตัง

ขอพระพุทธรเจ้า จงงดซึ่งโทษล่วงเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง ะ พุทเธ.

เพื่อการสำรวมระวังในพระพุทธรเจ้า ในกาลต่อไป

ธัมมานุสสติ

หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.

สํวากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม

พระธรรมเป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

เอหิปปัสสิโก

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวแก่ผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ.

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน ดังนี้

ธัมมาภิกคํติ

หันทะ มะยัง ธัมมาภิกคํติง กะโรมะ เส.

สํวากขาตะตาทิกุณเฑโยคะวะเสนะ เสยโย

พระธรรมเป็นสิ่งที่ประเสริฐ เพราะประกอบด้วยคุณ
คือความที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสไว้ดีแล้ว เป็นต้น

โย มัคคะปากะปริยัตติวิโมกขะเกโท

เป็นธรรมอันจำแนกเป็น มรรค ผล ปริยัติ และนิพพาน

ธัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธาริ

เป็นธรรมทรงไว้ซึ่งผู้ทรงธรรม จากการตกไปสู่โลกที่ชั่ว

วันทามะหัง ตะมะหะรัง ะระธัมมะเมตัง

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมอันประเสริฐนั้น

อันเป็นเครื่องจัดเสียซึ่งความมืด

ธัมโม โย สัพพะปาณินัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง

พระธรรมใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด

ของสัตว์ทั้งหลาย

พุทธานุสสติฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง

ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมนั้น

อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึก องค์ที่สอง

ด้วยเศียรเกล้า

ธัมมัสสาหัง สมิ ทาโส (หญิงว่า ทาสี) ะ

ธัมโม เม สามิกิสสะโร

ข้าพเจ้าเป็นทาสของพระธรรม

พระธรรมเป็นนาย มีอิสระเหนือข้าพเจ้า

ธัมโม ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาทา จะ หิตัสสะ เม

พระธรรมเป็นเครื่องกำจัดทุกข์

และทรงไว้ซึ่งประโยชน์แก่ข้าพเจ้า

ธัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สะริรัญชีวิตัตถุจิหัง

ข้าพเจ้ามอบกายถวายชีวิตนี้ แต่พระธรรม

วันทันโตหัง (หญิงว่า ตีหัง) จะริสสามิ

ธัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม

ซึ่งความเป็นธรรมดีของพระธรรม

นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง ธัมโม เม สรรณัง ะรัง

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

พระธรรมเป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัชเฌยยัง สัตถุ สาสะเน

ด้วยการกล่าวคำสัจนี้

ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

ธัมมัง เม วันทะมานะ (หญิงว่า มานายะ)

ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิระ

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระธรรม

ได้ชวนชวายนุญใดในบัดนี้

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาhesung ตัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า

ด้วยเดชแห่งบุญนั้น

(หมอบกราบกล่าวขอขมา)

กาเยนะ วาจาเย วะ เจตเสสา วา

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง

กรรมน่าติเตียนอันใด

ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระธรรม

ธัมโม ปะฏิคคัณ्हะตุ อัจจะยันตัง

ขอพระธรรม จงดลซึ่งโทษล่องเกินอันนั้น

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

ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรม เป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

สามิจิปะฏิปันโน ภาวะวะโต สาวะกะสังโฆ

สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าหมู่ใด
ปฏิบัติสมควรแล้ว

ยะทิทััง

ได้แก่บุคคลเหล่านี้คือ

จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา

คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่^๒ นับเรียงตัวบุรุษ ได้ ๘ บุรุษ

เอสะ ภาวะวะโต สาวะกะสังโฆ

นั่นแหละ สงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อาหุเนยโย

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขานำมาบูชา

ปาหุเนยโย

เป็นสงฆ์ควรแก่สักการะที่เขาจัดไว้ต้อนรับ

ทักขิณียโย

เป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

อัญชลิกะระณียโย

เป็นผู้ที่บุคคลทั่วไปควรทำอัญชลี

อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ.

เป็นเนืองนาบุญของโลก ไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า ดังนี้

^๒ ๔ คู่ คือ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามิผล อนาคามิมรรค
อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล

สังฆาภิกคิ

หันทะ มะยัง สังฆาภิกคิติง กะโรมะ เส.

สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคณาทิยุตโต

พระสงฆ์ที่เกิดโดยพระสัทธรรม ประกอบด้วยคุณ
มีความปฏิบัติดี เป็นต้น

โยจฺฐัพพะโร อริยะะปุคคะละสังฆะเสฏฺฐโ

เป็นหมู่แห่งพระอริยบุคคลอันประเสริฐ ๘ จำพวก

สีลาทิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต

มีกายและจิต อันอาศัยธรรมมีศีลเป็นต้น อันบรร

วันทามะหัง ตะมะรียานะคะณัง สุสุทัง

ข้าพเจ้าไหว้หมู่แห่งพระอริยเจ้าเหล่านั้น
อันบริสุทธ์ด้วยดี

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง

พระสงฆ์หมู่ใด เป็นสรณะอันเกษมสูงสุด
ของสัตว์ทั้งหลาย

ตะติยานุสสะติฏฺฐานัง วันทามิ ตัง สีเรนะหัง

ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์หมู่นั้น
อันเป็นที่ตั้งแห่งความระลึกองค์ที่สาม ด้วยเศียรเกล้า

สังฆัสสาหัสสีมิ 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

วันทันโตหัง (หญิงว่า ตีหัง) จะริสสามิ

สังฆัสโสปะฏิปันนัง

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่จักประพฤติตาม

ซึ่งความปฏิบัติดีของพระสงฆ์

นัตถิ เม สรรณัง อัญญัง สังโฆ เม สรรณัง ะรัง

สรณะอื่นของข้าพเจ้าไม่มี

พระสงฆ์เป็นสรณะอันประเสริฐของข้าพเจ้า

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑฒะยัง สัตถุสาสะเน

ด้วยการกล่าวคำสัจนี้

ข้าพเจ้าพึงเจริญในพระศาสนาของพระศาสดา

สังฆัง เม วันทะมานะ (หญิงว่า มานายะ)

ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อีระ

ข้าพเจ้าผู้ไหว้อยู่ซึ่งพระสงฆ์ ได้ชวนชวนบุญใดในบัดนี้

สัพเพปิ อันตารายา เม มาhesุง ตัสสะ เตชะสา.

อันตรายทั้งปวง อย่าได้มีแก่ข้าพเจ้า

ด้วยเดชแห่งบุญนั้น

(หมอบกราบกล่าวขอขมา)

กาเยนะ วาจาเยนะ วะ เจตตะสา วา

ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี

สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง

กรรมน่าติเตียนอันใด ที่ข้าพเจ้ากระทำแล้วในพระสงฆ์

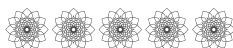
สังเฆ ปะภูคคัณ्हะตุ อัจจะยันตัง

ขอพระสงฆ์ จงดลซึ่งโทษล่องเกินอันนั้น

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ.

เพื่อการสำรวมระวังในพระสงฆ์ ในกาลต่อไป

(จบคำทำวัตรเย็น)







บทสวดพิเศษ

๒.๑ กัณฑ์ตึงสาการปาฐะ

หันทะ มะยัง ทักขติงสาการะปาฐัง ภาณามะ เส.

อตฺถิ อิมัสฺมิง กาเย

ในร่างกายนี้มี

เกสา

ผมทั้งหลาย

โลมา

ขนทั้งหลาย

นะขา

เล็บทั้งหลาย

ทนต์ตา

ฟันทั้งหลาย

ตะโจ

หนัง

มังสํ

เนื้อ

นํหารู

เอ็นทั้งหลาย

อฏฐิ

กระดูกทั้งหลาย

อฏฐิมิถุขัง

เยื่อในกระดูก

วักกํ

ไต

หะทะยัง

หัวใจ

ยะกะนัง

ตับ

กิโละมะกั

พังผืด

ปีหะกัง	ม้าม
ปีปผาสัง	ปอด
อันตัง	ไส้ใหญ่
อันตะคุณัง	ไส้เล็ก
อุทะริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปีตตัง	น้ำดี
เสมหัง	น้ำเสลด
บุพโพ	น้ำหนอง
โลหิตัง	น้ำเลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันข้น
อัสสุ	น้ำตา
วะสา	มันเหลว
เขโฬ	น้ำลาย
สิงฆาณิกา	น้ำมูก
ละสิกา	น้ำไขข้อ
มุตตัง	น้ำมูตร
มัตตะเก มัตตะลุงคัง	เยื่อมันสมองในกะโหลกศีรษะ
อิตติ.	ดั่งนี้แล

๒.๒ เขมาเขมสรณกัปิกคาถา

หันทะ มะยัง เขมาเขมะสละระณะทีปิกคาถาโย

ภาณามะ เส.

พะหุง เว สละระณัง ยันติ ปัพพะตานิ วนานิ จะ
อารามะรูกขะเจตฺยานิ มะนุสสา ภายะตฺชชิตา

มนุษย์เป็นอันมาก เมื่อเกิดมีภัยคุกคามแล้ว

ก็ถือเอาภูเขาบ้าง ป่าไม้บ้าง

อารามและรูกขะเจตีย์บ้าง เป็นสรณะ

เนตัง โข สละระณัง เขมัง เนตัง สละระณะมุตตะมัง

เนตัง สละระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ

นั่นมิใช่สรณะอันเกษมเลย นั่นมิใช่สรณะอันสูงสุด

เขาอาศัยสรณะนั้นแล้ว ย่อมไม่พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้

โย จะ พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สละระณัง คะโต

จัตตาริ อระริยะสัจจานิ สัมมปปัญญาเย ปัสสเสติ

ส่วนผู้ใดถือเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

เป็นสรณะแล้ว

เห็นอริยสัจ คือความจริงอันประเสริฐ ๔

ด้วยปัญญาอันชอบ

ทุกขัง ทุกขะสะสมุปาทัง ทุกข์สส จะ อะติกกะมัง
 อะริยัญญฐังคิกัง มัคคัง ทุกขุปะสะสมะคามินัง

คือเห็นความทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์

ความกำวล่วงทุกข์เสียได้

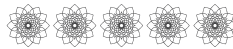
และหนทางมีองค์ ๘ อันประเสริฐ

เครื่องถึงความระงับทุกข์

เอตัง โข สาระณัง เขมัง เอตัง สาระณะมุตตะมัง
 เอตัง สาระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะติ.

นั่นแหละ เป็นสรณะอันเกษม นั่นเป็นสรณะอันสูงสุด

เขาอาศัยสรณะนั้นแล้ว ย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้



๒.๓ ภัทเทกรัตตคาถา

หันทะ มะยัง ภัทเทกะรัตตะคาถาโย ภะณามะ เส.

อะตีตัง นาน์วาคะเมยยะ นัปปะฎีกังเข อะนาคะตัง
 บุคคลไม่ควรตามคิดถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้วด้วยอาลัย
 และไม่พึงพะวงถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง

ยะทะตีตัมปะหีนันตัง อัปปัตตัญจะ อะนาคะตัง
 สิ่งเป็นอดีตก็ละไปแล้ว สิ่งเป็นอนาคตก็ยังไม่มา

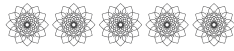
ปัจจุปปันนัญจะ โย ธัมมัง ตัตถะ ตัตถะ วิปัสสะติ
 อะสังหิรัง อะสังกุปปัง ตัง วิทธา มะนุพฺพุทะเย
 ผู้ใดเห็นธรรมอันเกิดขึ้นเฉพาะหน้าในที่นั้น ๆ
 อย่างแจ่มแจ้ง ไม่ง่อนแง่น คลอนแคลน
 เขาควรพอกพูนอาการเช่นนั้นไว้

อัชเชวะ กิจจะมาตปปัง โก ชัญญา มะระณัง สุเว
 ความเพียรเป็นกิจที่ต้องทำวันนี้
 ใครจะรู้ความตาย แม้พรุ่งนี้

นะ หิ โน สังคะรันเตนะ มะหาเสณนะ มัจจุณา
 เพราะการผัดเพี้ยนต่อมัจจุราชซึ่งมีเสนามาก
 ย่อมไม่มีสำหรับเรา

เอวัง วิหาริมตาปิง อะโหรัตตะมะตันทิตัง
 ตัง เว ภัทเทกะรัตโตติ สันโต อาจิกขะเต มุนิ.

มุนิผู้สงบ ย่อมกล่าวเรียก ผู้มีความเพียรอยู่เช่นนั้น
 ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันกลางคืนว่า
 “ผู้เป็นอยู่แม้เพียงราตรีเดียว ก็น่าชม”



๒.๔ ตีลักขณาทิคากา

หันทะ มะยัง ตีลักขณาทิคากาโย ภะณามะ เส.

สัพเพ สังขารา อะนิจจาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสະติ
 เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง
 อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา
 เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง
 นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด

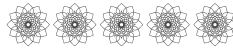
สัพเพ สังขารา ทุกขาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสະติ
 เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์
 อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา
 เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง
 นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด

สัพเพ รัมมา อะนัตตาติ ยะทา ปัญญาเย ปัสสະติ
 เมื่อใด บุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า
 ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา

อะถะ นิพพินทะติ ทุกเข เอสะ มัคโค วิสุทธิยา
 เมื่อนั้น ย่อมเหนื่อยหน่ายในสิ่งที่เป็นทุกข์ ที่ตนหลง
 นั้นแหละเป็นทางแห่งพระนิพพาน อันเป็นธรรมหมดจด

อัปปะกา เต มะนุสเสสุ เย ชะนา ปาระคามิโน
 ในหมู่มนุษย์ทั้งหลาย ผู้ที่ถึงฝั่งแห่งพระนิพพานมีน้อยนัก

อะถายัง อิตะรา ปะชา ตีระเมวานุธาวะติ
 หม่อมบุษย์นอกนั้น ย่อมวิ่งเลาะอยู่ตามฝั่งในนี้เอง
 เย จะ โข สัมมะทักขาเต ธัมเม ธัมมานุวัตติโน
 ก็ชนเหล่าใด ประพฤติสมควรแก่ธรรม
 ในธรรมที่ตรัสไว้ชอบแล้ว
 เต ชะนา ปาระเมสสันติ มัจจุเธยยัง สุหุตตะรัง
 ชนเหล่านั้นจักถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน
 ข้ามพ้นบ่วงแห่งมัจจุที่ข้ามได้ยากนัก
 กัณ्हัง ธัมมัง วิปะทายะ สุกัง ภาเวละ ปณฺธิโต
 จงเป็นบัณฑิตละธรรมดำเสีย แล้วเจริญธรรมขาว
 โอกา อะโนกะมาคัมมะ วิเวเก ยัตถะ ทูระมัง
 ตัตถารากิระติมิจเฉยยะ หิตฺวา กาเม อะกิญจะโน.
 จงมาถึงที่ไม่มีน้ำ จากที่มีน้ำ จงละกามเสีย
 เป็นผู้ไม่มีความกังวล
 จงยินดีเฉพาะต่อพระนิพพาน อันเป็นที่สัจ
 ซึ่งสัตว์ยินดีได้โดยยาก



๒.๕ การสวดตคาภา

หันทะ มะยัง ภาระสุตตะคาถาโย ภะณามะ เส.

ภารา หะเว ปัญจักขันธา

ขันธทั้ง ๕ เป็นของหนักเนื้อ

ภาระหาโร จะ ปุคคะโล

บุคคลแหละ เป็นผู้แบกของหนักพาไป

ภาราทานัง ทุกขัง โลเก

การแบกถือของหนัก เป็นความทุกข์ในโลก

ภาระนิกเขปะนัง สุขัง

การสลัดของหนักทิ้งลงเสีย เป็นความสุข

นิกขิปิตฺวา คะรุณ ภารัง

พระอริยเจ้า สลัดทิ้งของหนักลงเสียแล้ว

อัญญัง ภารัง อะนาทียะ

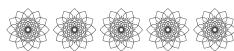
ทิ้งไม่หยิบฉวยเอาของหนัก อันอื่นขึ้นมาอีก

สะสมฺลัง ตัณฺหัง อัพพุญฺหะ

ก็เป็นผู้ถอนตัณหาขึ้นได้กระทั่งราก

นิจฉาโต ปะรินิพพุโต.

เป็นผู้หมดสิ่งปรารถนา ดับสนิทไม่มีส่วนเหลือ



๒.๖ โอวาทปาติโมกขคาถา

หันทะ มะยัง โอวาทะปาติโมกขะคาถาโย ภะณามะ เส.

สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง

การไม่ทำบาปทั้งปวง

กุสะลัสสุปะสัมปะทา

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 ไม่ถือว่าเป็นบรรพชิตเลย

สะมะโณ โหติ ปะรัง วิหะฐะยันโต

ผู้ทำสัตว์อื่นให้ลำบากอยู่ ไม่ถือว่าเป็นสมณะเลย

อะนุปะวาโท อะนุปะฆาโต

การไม่พูดร้าย การไม่ทำร้าย

ปาติโมกเข จะ สังวะโร

การสำรวมในปาติโมกข์

มัตตัญญูตา จะ ภาตัสสัมมิง

ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค

ปันตัญจะ สะยะนาสะนัง

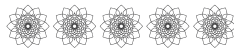
การนอน การนั่ง ในที่อันสงัด

อะธิจิตเต จะ อาโยโค

ความหมั่นประกอบ ในการทำจิตให้ยิ่ง

เอตัง พุทธฐานะ สาสะนัง.

ธรรม ๖ อย่างนี้ เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย



๒.๗ ปัจฉิมพุทโธวาทปาฐะ

หันทะ มะยัง ปัจฉิมะพุทโธวาทะปาฐัง ภาณามะ เส.

หันทะทานิ ภิกขเว อามันตยา มิ โ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้ เราขอเตือนท่านทั้งหลายว่า

วาระธัมมา สังขารา

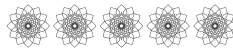
สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

อัปปะมาเทนะ สัมปาเทถะ

ท่านทั้งหลาย จงทำความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด

อะยัง ตะถาคะตัสสะ ปัจฉิมา วาจา.

นี่เป็นพระวาจา มีในครั้งสุดท้ายของพระตถาคตเจ้า



๒.๘ บทพิจารณาสังขาร

หันทะ มะยัง ธัมมสังเวคะปัจจะเวกขณะปาฐัง
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 และมีใช่สังขาร
ทั้งหมดทั้งสิ้น ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ควรถือว่าเรา
ว่าของเรา ว่าตัวว่าตนของเรา

อะธวัง ชีวิตัง

ชีวิตเป็นของไม่ยั่งยืน

ธวัง มะระณัง

ความตายเป็นของยั่งยืน

อะวัสสัง มะยา มะริตัพพัง

อันเราจะพึงตายเป็นแท้

มะระณะปะริโยสานัง เม ชีวิตัง

ชีวิตของเรา มีความตายเป็นที่สุตรอบ

ชีวิตัง เม อะนียะตัง

ชีวิตของเรา เป็นของไม่เที่ยง

มะระณัง เม นิยะตัง

ความตายของเรา เป็นของเที่ยง

วตะ

ควรที่จะสังเวช

อะยัง กาโย

ร่างกายนี้

อะจิริง

มิได้ตั้งอยู่นาน

อะเปตะวิญญาณ

ครั้งปราศจากวิญญาณ

ฉุทโท

อันเขาทิ้งเสียแล้ว

อะธิเสสสะติ

จักนอนทับ

ปะฐะวิง

ซึ่งแผ่นดิน

กะลิงคะรัง อิวะ

ประคุดตั้งว่าท่อนไม้

และท่อนฟืน

นิรัตถัง

หาประโยชน์มิได้

อะนิจจา วตะ สังขารา

สังขารทั้งหลาย ไม่เที่ยงหนอ

อุปาทะวะยะธัมมิโน

มีความเกิดขึ้นและมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา

อุปปัชชีตวา นิรุชฌันติ

ครั้งเกิดขึ้นแล้ว ย่อมดับไป

เตสัง วุปะสะโม สุโข

ความเข้าไปสงบประจับสังขารทั้งหลาย เป็นความสุข

สัพเพ สัตตา มะรันติ จะ

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง กำลังตายอยู่ด้วย

มะริงสุ จะ มะริสสะเร

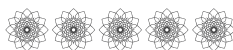
ตายแล้วด้วย และกำลังจะตายด้วย

ตะเถวะหัง มะริสสามิ

เราก็จักตาย อย่างนั้นเหมือนกัน

นัตถิ เม เอตถะ สังสโย.

ความสงสัยในความตายนี้ ย่อมไม่มีแก่เราเลย



๒.๔ อภินิหารปัจเจกชน ๕

หันทะ มะยัง อะภินิหารปัจเจกชนปาฐัง
ภะณามะ เส

ชะราธัมโมมฺหิ ชะรัง อะนะติโต

เรามีความแก่เป็นธรรมดา
จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้

พฺยาธัมโมมฺหิ พฺยาธิง อะนะติโต

เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา
จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้

มะระณะธัมโมมฺหิ มะระณัง อะนะติโต

เรามีความตายเป็นธรรมดา
จะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้

สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว

เราจะละเว้นเป็นต่าง ๆ คือว่าจะพลัดพราก
จากของรักของเจริญใจทั้งหลายทั้งปวง

กัมมัสสะโกมฺหิ

เรามีกรรมเป็นของ ๆ ตน

กัมมะทายาโท

เป็นผู้รับผลของกรรม

กัมมะโยนิ

มีกรรมเป็นกำเนิด

กัมมะพันธุ

มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์

กัมมะปะฏิสะระโณ

มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย

ยัง กัมมัง กระริสสามิ

เราจักทำกรรมอันใดไว้

กัลยาณัง วา ปาปะกัง วา

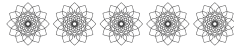
ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม

ตัสสะ ทายาโท ภาวิสสามิ

เราจักเป็นผู้ได้รับผลของกรรมนั้น

เอวัง อัมเหติ อะภินัน्हัง ปัจจะเวกขิตัพพัง.

เราทั้งหลายพึงพิจารณาเนือง ๆ อย่างนี้แล



๒.๑๐ ธาตุปัจจเวกขณปาฐะ

หันทะ มะยัง ธาตุปัจจเวกขณะปาฐัง ภะณามะ เส.

พิจารณาจัวร์

ยะธาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้ นี่เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

ยะทิทัง จีวะรัง ตะทุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้ คือ จีวร และคนผู้ใช้สอยจีวรนั้น

ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน

นิชชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

สุญโญ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพพานิ ปะนะ อิมานิ จีวะรานิ อะชิคุจจะนิยานิ

ก็จีวรทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปุติกายัง ปัตวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

อะติวิยะ ชิคุจจะนิยานิ ชายันติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

พิจารณาอาหาร

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้ นี่เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

ยะทิทัง ปิณฑะปาโต ตะหุปะภุญชะโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้ คือ บิณฑบาต และคนผู้บริโภคบิณฑบาตนั้น

ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน

นิชชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

สุญโญ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพโพ ปะนายัง ปิณฑะปาโต อะชิคุจจะนีโย

ก็บิณฑบาตทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปุติกายัง ปัตตวา

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

สุญญ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพพานิ ปะนะ อิมานิ เสนาสนานิ อะชิคุจจะนิยานิ

ก็เสนาสนะทั้งหมดนี้ ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปุติกายัง ปัตวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

อะติวิยะ ชิคุจจะนิยานิ ชายันติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน

พิจารณาอารักขาโรค

ยะถาปัจจะยัง ปะวัตตะมานัง ธาตุมัตตะเมเวตัง

สิ่งเหล่านี้ นี่เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติเท่านั้น

กำลังเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยอยู่เนื่องนิจ

ยะทิทัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร

ตะทุปะญฺชโก จะ ปุคคะโล

สิ่งเหล่านี้ คือ เภสัชบริหารอันเกื้อกูลแก่คนไข้

และคนผู้บริโภคะเภสัชบริหารนั้น

ธาตุมัตตะโก

เป็นสักว่าธาตุตามธรรมชาติ

นิสสัตโต

มิได้เป็นสัตวะอันยั่งยืน

นิชชีโว

มิได้เป็นชีวะอันเป็นบุรุษบุคคล

สุญฺญโ

ว่างเปล่าจากความหมาย

แห่งความเป็นตัวตน

สัพโพ ปะนายัง คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขาโร

อะชิคุจฺฉะนีโย

ก็คิลานเภสัชบริหารทั้งหมดนี้

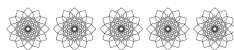
ไม่เป็นของน่าเกลียดมาแต่เดิม

อิมัง ปูติกายัง ปัตถวา

ครั้นมาถูกเข้ากับกายอันเนาอยู่เป็นนิจนี้แล้ว

อะติวิยะ ชิคุจฺฉะนีโย ชายะติ.

ย่อมกลายเป็นของน่าเกลียดอย่างยิ่งไปด้วยกัน



๒.๑๑ ตังขณิกปัจจเวกขณปาฐะ

หันทะ มะยัง ตังขณิกะปัจจเวกขณะปาฐัง ภาณามะ เส.

พิจารณาจิวร

ปะฏิสังขา โยนิโส จีวะรัง ปะฏิเสวามิ

เราย่อมพิจารณาโดยแยกคายแล้ว นุ่งห่มจิวร*

(สำหรับฆราวาส สวด ใช้สอยเครื่องนุ่งห่ม)

ยาวะเทวะ สัตถัสสะ ปะฏิฆาตายะ

เพื่องเพื่อบำบัดความหนาว

อุณ्हัสสะ ปะฏิฆาตายะ

เพื่อบำบัดความร้อน

ทังสะมะกะสะวาตาคะปะสิริงสะปะสัมผัสส้านัง

ปะฏิฆาตายะ

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด

และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

ยาวะเทวะ หิริโกปินะปะฏิฆาตะนัตถัง.

และเพื่องเพื่อปกปิดอวัยวะอันให้เกิดความละอาย

พิจารณาอาหาร

ปะฏิสังขา โยนิโส ปิณฑะปาตัง ปะฏิเสวามิ

เราย่อมพิจารณาโดยแยกคายแล้ว ฉันทินทบาท*
(สำหรับบวรवास สวดเป็น บริโภคอาหาร)

เนวะ ท்வายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเพลิดเพลินสนุกสนาน

นะ มะทายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อความเมามันเกิดกำลังพลังทางกาย

นะ มัณฑะนายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อประดับ

นะ วิญฺเฐนายะ

ไม่ให้เป็นไปเพื่อตกแต่ง

ยาวะเทวะ อิมัสสะ กายัสสะ จิตฺติยา

แต่ให้เป็นไปเพียงเพื่อความตั้งอยู่ได้แห่งกายนี้

ยาปะนายะ

เพื่อความเป็นไปได้ของอรรถภาพ

วิหิงสุปะระตฺติยา

เพื่อความสิ้นไปแห่งความลำบากทางกาย

พรัหฺมะจะรียานุคคะหายะ

เพื่ออนุเคราะห์แก่การประพฤติพรหมจรรย์

อิติ ปุราณัญจะ เวทะนัง ปะฏิหังขามิ

ด้วยการทำอย่างนี้ เราย่อมระงับเสียได้

ซึ่งทุกขเวทนาเก่า คือความหิว

นะวัณฺณจะ เวทะนัง นะ อุปปาเทสสามิ

และไม่ทำทุกขเวทนาใหม่ให้เกิดขึ้น

ยัตตรา จะ เม ภาวิสสะติ อะนะวัชชะตา จะ

ผาสฺสุหาโร จาติ.

อนึ่ง ความเป็นไปโดยสะดวกแห่งอัตภาพนี้ด้วย

ความเป็นผู้หาโทษมิได้ด้วย และความเป็นอยู่

โดยผาสุกด้วย จักมีแก่เรา ดังนี้

พิจารณาที่อยู่อาศัย

ปะฏิสังขา โยนิโส เสนาสะนัง ปะฏิเสวามิ

เราย่อมพิจารณาโดยแยบคายแล้ว ใช้สอยเสนาสนะ

ยาวะเทวะ สัตถัสสะ ปะฏิฆาตายะ

เพียงเพื่อบำบัดความหนาว

อุณ्हัสสะ ปะฏิฆาตายะ

เพื่อบำบัดความร้อน

ทั้งสมะกะสะวาตาทะปะสิริงสะปะสัมผัส้านัง

ปะภูฆาตายะ

เพื่อบำบัดสัมผัสอันเกิดจากเหลือบ ยุง ลม แดด
และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย

ยาวะเทวะ อุตฺตุปะริสสะยะวิโนทะนัง ปะภูสัถลานารามัตถัง.

เพียะงเพื่อบรรเทาอันตรายอันจะพึงมีจากดินฟ้าอากาศ
และเพื่อความเป็นผู้ยินดีอยู่ได้ในที่หลีกเร้นสำหรับ
ภาวนา

พิจารณาอารักขาโรค

ปะภูสิ้งขา โยนิโส คิลานะปัจจะยะเภสัชชะปะริกขารัง

ปะภูเสวามิ

เราย่อมนพิจารณาโดยแยกคายแล้ว บริโภคเภสัชบริหาร
อันเกื้อกูลแก่คนไข้

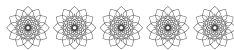
ยาวะเทวะ อุปันนानัง เวยยาพาริกานัง เวทะนानัง

ปะภูฆาตายะ

เพียะงเพื่อบำบัดทุกขเวทนาอันบังเกิดขึ้นแล้ว
มีอาพาธต่าง ๆ เป็นมูล

อัพฺพยาปัชฌมะปะระมะตยาติ.

เพื่อความเป็นผู้ไม่มีโรคเบียดเบียนเป็นอย่างยิ่ง ดังนี้



๒.๑๒ สัพพปตติทานคาถา

หันทะ มะยัง สัพพะปตติทานะคาถาโย ภาณามะ เส.

บุญญสลิทานิ กะตัสสะ ยานัญญานิ กะตานิ เม
 เตสฺสญจะ ภาคิโน โหนตุ สัตตานั้นตาปปะมานะกา
 สัตว์ทั้งหลาย ไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ จงมีส่วนแห่งบุญ
 ที่ข้าพเจ้าได้ทำในบัดนี้ และแห่งบุญอื่นที่ได้ทำไว้ก่อนแล้ว
 เย ปิยา คุณะวันตา จะ มัย्हัง มาตาปิตาทะโย
 ทิฏฐา เม จาปะยะทิฏฐา วา อัญญะ มัชฌัตตะเวรีโน
 คือจะเป็นสัตว์เหล่าใด ซึ่งเป็นที่รักใคร่และมีบุญคุณ
 เช่น มารดา บิดาของข้าพเจ้าเป็นต้นก็ดี
 ที่ข้าพเจ้าเห็นแล้ว หรือไม่ได้เห็นก็ดี
 สัตว์เหล่าอื่นที่เป็นกลาง ๆ หรือเป็นคู่เวรกันก็ดี
 สัตตา ทิฏฐันติ โลกัสสิง เต ภุมมา จะตุโยนิกา
 ปัญจะจะตุโวการา สังสะรันตา ภาวาระเว
 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 สุชะชีวัน

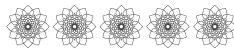
เขมปปะทัญจะ ปปีปนตุ เตสาสา ลีขมะตัง สุภา.

เพราะเหตุที่ได้อนุโมทนาส่วนบุญที่ข้าพเจ้าแผ่ให้แล้ว

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงเป็นผู้ไม่มีเวร อยู่เป็นสุขทุกเมื่อ

จนถึงบทอันเกษม กล่าวคือ พระนิพพาน

ความปรารถนาที่ดั่งามของสัตว์เหล่านั้น จงสำเร็จเถิด



๒.๑๓ อุทกิสสนาธิฏฐานคาถา

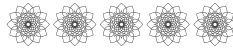
หันทะ มะยัง อุทกิสสะนาธิฏฐานะคาถาโย ภาณามะ เส.

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ	ด้วยบุญนี้อุทิศให้
อุปัชฌายา คุณุตตะรา	อุปัชฌาย์ผู้เลิศคุณ
อาจะริยุปะการา จะ	แลอาจารย์ผู้เกื้อหนุน
มาตา ปิตา จะ ญาตะกา	ทั้งพ่อแม่แลปวงญาติ
สุริโย จันทิมา ราชา	สุริย์ จันทร์ 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 ผู้จงผลาญ
สัพเพ สัตตา สุกชี โหนตุ	ขอให้เป็นสุขสานต์
	ทุกทั่วหน้า อย่าทุกข์ทน
ปุญญานิ ปะกะตานิ เม	บุญผ่องที่ข้าทำ
	จงช่วยอำนวยศุภผล
สุขัง จะ ติวัง เทนตุ	ให้สุขสามอย่างสิ้น
จิปปัง ปาเปละ โวมะตัง.	ให้ลุถึงนิพพาน พลัน ¹

¹ ถ้าจะหยดว่าเพียงเท่านี้ ให้เปลี่ยน “นิพพานพลัน” เป็น “นิพพานเทอญ”

อิมิณา ปุญญะกัมเมนะ	ด้วยบุญนี้ที่เราทำ
อิมิณา อุตฺติเสนะ จะ	แลอุทิศให้ปวงสัตว์
ชิปฺปาหัง สุละเภ เจวะ	เราพลันได้ซึ่งการตัด
ตัณฺหุปาทานะเจทะนัง	ตัวตัณหาอุปาทาน
เย สันตาเน หินา ธัมมา	สิ่งชั่วในดวงใจ
ยวะ นิพพานะโต มะมัง	กว่าเราจะถึงนิพพาน
นัสสันตุ สัพพะทา เยวะ	มลายสิ้นจากสันดาน
ยัตถะ ชาโต ภาเว ภาเว	ทุก ๆ ภพที่เราเกิด
อุชฺฐิจิตตัง สะติปัญฺญา	มีจิตตรงและสติ
	ทั้งปัญญาอันประเสริฐ
สัลเลโข วิริยัมหิณา	พร้อมทั้งความเพียรเลิศ
	เป็นเครื่องขุดกิเลสหาย
มารา ละภันตุ โนกาสัง	โอกาสอย่าพึงมีแก่หมุมาร
	สิ้นทั้งหลาย
กาตฺถุจะ วิริเยสุ เม	เป็นช่องประทุษร้าย
	ทำลายล้างความเพียรจม
พุทฺธาธิปะวะโร นาโถ	พระพุทธรูปบรรณาถ
ธัมโม นาโถ วะรุตตะโม	พระธรรมที่พึงอุดม
นาโถ ปัจเจกะพุทฺโธ จะ	พระปัจเจกพระพุทธะสม
สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง	ทบพระสงฆ์ที่พึงผยอง

เตโสดตะมานุภาเวนะ	ด้วยอานุภาพนั้น
มาโรกาสัง ละกันตุ มา	ขอหมู่मारอย่าได้ช่อง
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

อันข้าพเจ้าทั้งหลาย ได้ประมาทพลาดพลั้งล่วงเกิน

ในคุณพระพุทธรเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์

ด้วยกายวาจา ใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

จำได้หรือจำไม่ได้ ทั้งที่มีเจตนาหรือหาเจตนาไม่ได้

ขอคุณพระรัตนตรัย โปรดอดโทษให้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

เพื่อจะได้สำรวมระวังในกาลต่อไป

คำขอบมาอาจารย์

อาจะริเย ปะมาเทนะ ทวารัตตะเยนะ กะตัง

สัพพัง อะปะราธัง ขะมะตุ โน ภัันเต.

กรรมชั่วอันใด ที่เป็นบาปอกุศล

อันข้าพเจ้าทั้งหลาย ได้ประมาทพลาดพลั้งล่วงเกิน

ในท่านอาจารย์ ด้วยกายวาจา ใจ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

จำได้หรือจำไม่ได้ ทั้งที่มีเจตนาหรือหาเจตนาไม่ได้

ขอท่านอาจารย์ โปรดอดโทษให้แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย

เพื่อจะได้สำรวมระวังในกาลต่อไป

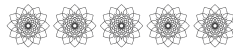
(อาจารย์กล่าว)

อะหัง ขะมามิ,

ตุมเหหิปี เม ขะมิตัพพัง.

(ลูกศิษย์กล่าวรับ)

ขะมามะ ภัันเต.

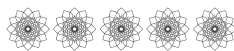


๒.๑๕ คำถวายอัฐภาพ

คำถวายอัฐภาพร่างกายแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า
 อิมายัง ภันเต ภาคะวา อตตะภาวัง ตุมหากัง परिจจะขามิ
 ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ
 ข้าพระองค์ขอถวายอัฐภาพร่างกายนี้
 แด่องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า
 เพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

คำถวายอัฐภาพร่างกายแด่อาจารย์
 อิมายัง ภันเต อาจารย์ยะ อตตะภาวัง ตุมหากัง परिจจะขามิ
 ข้าแต่พระอาจารย์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าขอมอบกายถวายตัว
 ต่อท่านพระอาจารย์ เพื่อเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

คำบอพระกรรมฐานจากวิปัสสนาจารย์
 นิพพานัสสะ เม ภันเต สัจฉิกระณัตถายะ กัมมัญฐานัง เทหิ
 ข้าแต่พระอาจารย์ผู้เจริญ โปรดให้พระกรรมฐาน
 แก่ข้าพเจ้า เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน



๒.๑๖ บทแผ่เมตตา

บทแผ่เมตตาให้กับตนเอง

อะหัง สุขิโต โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข
นิททุกโข โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้าปราศจาก
	ความทุกข์
อะเวโร โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้าปราศจากเวร
อัปฺยาปัชฺฌ โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้าปราศจาก
	อุปสรรคอันตรายทั้งปวง
อะนีโฆ โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้า
	ไม่มีความทุกข์กาย ทุกข์ใจ
สุขี อุตตมานัง ปรีหารามิ.	ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุขกาย
	สุขใจ รักษาตนให้พ้น
	จากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

บทแผ่เมตตาแก่สรรพสัตว์

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

อัปฺยาปชฺฌา โหนตุ

จงเป็นสุข ๆ เกิด
อย่าได้พยาบาทเบียดเบียน
ซึ่งกันและกันเลย

อะนินฺชา โหนตุ

จงเป็นสุข ๆ เกิด อย่าได้มี
ความทุกข์กาย ทุกข์ใจเลย

สุชี อັตตานัง ปะริหะรันตุ

จงมีความสุขกายสุขใจ
รักษาตน ให้พ้นจากทุกข์ภัย
ทั้งสิ้นเถิด

บทแผ่กรณามุกตาและอุเบกขา

สัพเพ สัตตา สัพพะทุกขา มุจจันตุ.

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงพ้นจากทุกข์ทั้งปวงเถิด

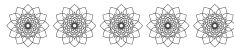
สัพเพ สัตตา ยะถาลัทธะสัมปัตติโต มา วิคัจฉันตุ.

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง

จงอย่าพลัดพรากจากสมบัติอันตนได้แล้ว

สัพเพ สัตตา กัมมัสสะกา โหนติ.

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง เป็นผู้มีกกรรมเป็นของของตน



๒.๑๗ คำอุทิศส่วนกุศลและตั้งสัจจะ

กะตัง ปุญญะผะลัง มัย्हัง สัพเพ ภาคี ภาวันตุ เต.

ขอปวงสัตว์ทั้งสิ้นนั้น จงเป็นผู้มีส่วนได้เสวยผลบุญ
ที่ข้าพเจ้าทั้งหลายได้กระทำแล้วนี้เทอญ

อิทัง เม ญาตินัง โหตุ สุขิตา 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

วิปตติปะภูพาหายะ	สัพพะสัมปัตตสิทธินา
สัพพะทุกขะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุถะ มังคะลัง
วิปตติปะภูพาหายะ	สัพพะสัมปัตตสิทธินา
สัพพะภะยะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุถะ มังคะลัง
วิปตติปะภูพาหายะ	สัพพะสัมปัตตสิทธินา
สัพพะโรคะวินาสายะ	ปะริตตัง พุรุถะ มังคะลัง.

ขอพระสงฆ์ทั้งหลาย จงสวดพระปริตรอันเป็นมงคล
เพื่อป้องกันความวิบัติทั้งปวง เพื่อยังสมบัติทั้งปวง
ให้สำเร็จ เพื่อให้ทุกข์ภัย และโรคทั้งปวงพินาศไป

คำอาราธนาธรรม

พรั้มมา จะ โลกาธิปะติ สะหัมปะติ
กะตัญชะลี อะนะธิระรัง อะยาจะละ
สันติระ สัตตา อัปปะระชัคคะชาติกา
เทเสหิ ธัมมัง อะนุกัมปิมัง ปะชัง.

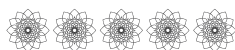
ทำวสหัมบดีพรหม ผู้เป็นใหญ่ในพรหมโลก
ได้ประณมอัญชลี ทูลวิงวอนพระพุทธเจ้า
ผู้ประเสริฐว่า สัตว์ทั้งหลายผู้มีชูลีในดวงตาน้อย
มีอยู่ในโลกนี้ ขอพระองค์เจ้าโปรดแสดงธรรม
เพื่ออนุเคราะห์แก่ประชาชนด้วยเถิด

คำถวายภัตตาหาร

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ สะปะริวารานิ
ภิกขุสังฆัสสะ โอนเณชะยามะ
สาธุ โน ภันเต ภิกขุสังโฆ
อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปฏิกคัณ्हาตุ
อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย
ขอน้อมถวาย ภัตตาหาร กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้
แด่พระภิกษุสงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์ จงรับ
ภัตตาหาร กับทั้งบริวารทั้งหลายเหล่านี้
ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์ และความสุข
แก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ตลอดกาลนานเทอญฯ

คำตั้งความปรารถนา
สู่ทนนัง ะตะ เม ทานัง
อาสะวักะยะวะหัง นิพพานะปัจจะโย โหตุ
ทานที่ถวายดีแล้วนี้ จงเป็นเหตุนำมา
ซึ่งความสิ้นอาสวะแก่ข้าพเจ้า
คือ จงเป็นปัจจัยแก่พระนิพพานด้วยเทอญ



๒.๑๙ สรณคมน์และสิกขาบท

ไตรสรณคมน์

พุท ธัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระพุทเจ้าว่าเป็นสรณะ

ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระธรรมว่าเป็นสรณะ

สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ

ทุติยัมปิ พุท ธัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถึงพระพุทเจ้าว่าเป็นสรณะ

ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถึงพระธรรมว่าเป็นสรณะ

ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ

ตะติยัมปิ พุท ธัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถึงพระพุทเจ้าว่าเป็นสรณะ

ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถึงพระธรรมว่าเป็นสรณะ

ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ

สิกขาบท ๕

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการฆ่าสัตว์

๒. อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการลักทรัพย์

๓. กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ งดเว้นจากการประพฤติดิฉิดในกาม

๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการพูดเท็จ

๕. สุราเมรยมัชชปะมาทัฏฐานา เวระมะณี

สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ งดเว้นจากการดื่มสุราและเมรัย

อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

อิมานิ ปัญจะ สิกขาปะทานิ สะมาทิยามิ (ว่า ๓ ครั้ง)

สิกขาบท ๘

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการฆ่าสัตว์

๒. อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการลักทรัพย์

๓. อะพรัหฺมะจริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการเสพเมถุน

๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการพูดเท็จ

๕. สุราเมรยมัชชปะมาทัญฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ งดเว้นจากการดื่มสุราและเมรัย

อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

๖. วิกาลโภชนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท

คือ งดเว้นจากบริโภคอาหารในเวลาวิกาล

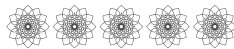
**๗. นัจจะคีตะวาทิตะ วิสุกะทัสสะนะ มาลาคันธะวิเลปะนะ
ธารณะมณฑะนะวิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สะมาதியามิ**

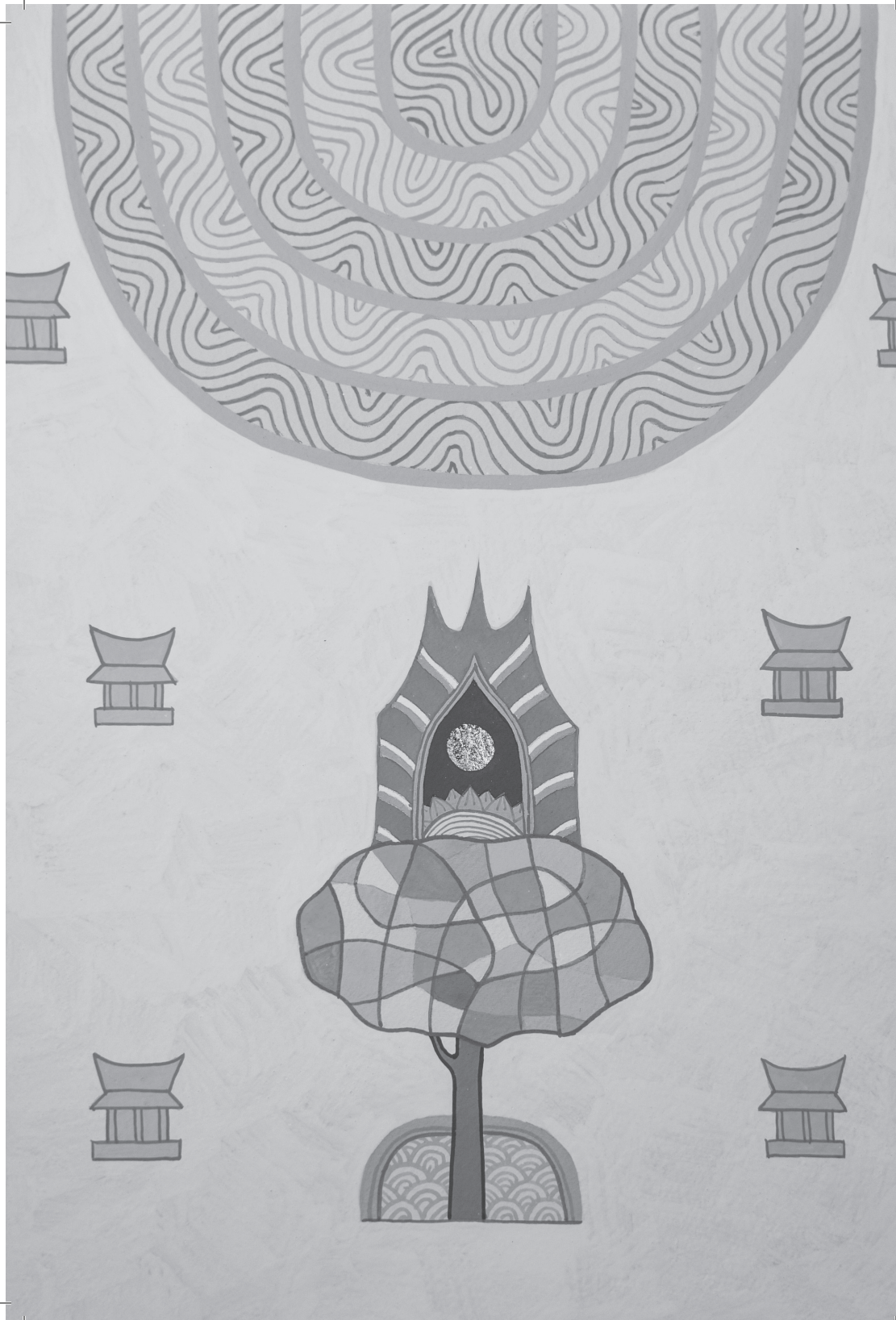
ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการฟ้อนรำ
ขับร้อง ประโคมดนตรี และดูการละเล่นต่าง ๆ อันเป็น
ข้าศึกแก่กุศล และงดเว้นจากการทัดทรงดอกไม้
ลู่บไล้ด้วยของหอม และตกแต่งร่างกายด้วย
เครื่องลูบไล้

**๘. อุจจาสะยะนะมหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง
สะมาதியามิ**

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบท คือ งดเว้นจากการนั่งนอน
บนอาสนะอันสูงและอาสนะอันวิจิตร

อิมานิ อัมมฐะ สิกขาปะทานิ สะมาதியามิ (ว่า ๓ ครั้ง)







สารยาธรรม

๓.๑ ัมมจักกัปปวัตตนสูตร

หันทะ มะยัง ัมมะจักกัปปะวัตตะนะสุตตัง ภาณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้าได้สดับมาแล้ว อย่างนี้

เอกัง สะมะยัง ภาคะวา พาราณะสิยัง วิหะระติ

อิสิปะตะเน มิคะทาเย

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่

ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้พระนครพาราณสี

ตัตตระ โข ภาคะวา ปัญจะวัคคิเย ภิกขุ อามันเตสิ

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า

ตรัสเรียกภิกษุปัญจวัคคีย์มาแล้ว ตรัสว่า

เทวัมเม ภิกขเว อันตา ปัพพะชิเตนะ นะ เสวิตัพพา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนี้

มีอยู่ เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย

โย จายัง กาเมสุ กามะสุชัลลิگانุโยโค

คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความใคร่

ในกามทั้งหลาย

หิโน เป็นของต่ำทราม
 คัมโม เป็นของชาวบ้าน
 โปถุชชะนิโก เป็นของคนชั้นปุถุชน
 อนุชะริโย ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า
 อนุตตะสัณฺหิโต ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย
 โย จายัง อตตะกิลมะถานุโยโค

อีกอย่างหนึ่ง คือการประกอบการทรมานตนให้ลำบาก

ทุกโข เป็นสิ่งนำมาซึ่งทุกข์
 อนุชะริโย ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอริยเจ้า
 อนุตตะสัณฺหิโต ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย
 เอเต เต ภิกขเว อุโภ อันเต อนุปะคัมมะ
 มัชฌิมา ปะฏิปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง

ไม่เข้าไปหาที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนั้น มีอยู่

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้เฉพาะแล้ว

จักขุกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ
 ญาณะกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ
 อุปะสะมาเย เพื่อความสงบ
 อะภิญญายะ เพื่อความรู้ยิ่ง
 สัมโพธายะ เพื่อความรู้พร้อม

นิพพานายะ สังวัตตะติ

เป็นไปพร้อมเพือนิพพาน

กะตะมา จะ สา ภิกขเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้น เป็นอย่างไรเล่า

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้เฉพาะแล้ว

จักขุกระระณี เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ

ญาณะกระระณี เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ

อุปะสะมาเย เพื่อความสงบ

อะภิญญายะ เพื่อความรู้ยิ่ง

สัมโพธายะ เพื่อความรู้พร้อม

นิพพานายะ สังวัตตะติ

เป็นไปพร้อมเพื่อนิพพาน

อะยะเมวะ อะริโย อัญญัคโก มัคโค

ข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลางนั้น คือข้อปฏิบัติเป็นหนทาง

อันประเสริฐประกอบด้วยองค์แปดประการ นี้เอง

เสยยะถิทัง ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

สัมมาทิฐิ เห็นชอบ

สัมมาสังกัปปो ความดำริชอบ

สัมมาวาจา การพูดจาชอบ

สัมมากัมมันโต การทำกรงานชอบ

สัมมาอาชีโว การเลี้ยงชีวิตชอบ

สัมมาวายาโม ความพากเพียรชอบ

สัมมาสะติ ความระลึกชอบ

สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ
 อะยัง โข สา ภิกขเว มัชฌิมา ปะฏิปะทา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

นี้แลคือข้อปฏิบัติเป็นทางสายกลาง

ตะถาคะเตนะ อะภิสัมพุทธา

เป็นข้อปฏิบัติที่ตถาคตได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว

จักขุกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดจักขุ

ญาณะกระระณิ เป็นเครื่องกระทำให้เกิดญาณ

อุปะสะมาเย เพื่อความสงบ

อะภิญญาเย เพื่อความรู้ยิ่ง

สัมโพธายะ เพื่อความรู้พร้อม

นิพพานายะ สังวัตตะติ

เป็นไปพร้อมเพื่อนิพพาน

อิทัง โข ปะนะ ภิกขเว ทุกขัง อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือทุกข์นี้ มีอยู่ คือ

ชาติปิ ทุกขา ความเกิดก็เป็นทุกข์

ชราปิ ทุกขา ความแก่ก็เป็นทุกข์

มรณะณปิ ทุกขัง ความตายก็เป็นทุกข์

โสกะปริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ 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 ทุกขะสมุททะโย อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นี้ มีอยู่
 ยายัง ตัณหา นี้คือตัณหา

โปโนพพะวิกา อันเป็นเครื่องทำให้มีการเกิดอีก
 นันทิราคะสะหะคะตา

อันประกอบอยู่ด้วยความกำหนดด้วยอำนาจ
 ความเพลिन

ตัตตระ ตัตตราภินันทินิ

เป็นเครื่องให้เพลिनอย่างยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ

เสยยะถิทัง ได้แก่ตัณหาเหล่านี้ คือ

กามะตัตถา ตัณหาในกาม

ภะวะตัตถา ตัณหาในความมีความเป็น

วิภะวะตัตถา ตัณหาในความไม่มีไม่เป็น

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธो อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือความดับ
 ไม่เหลือแห่งทุกข์นี้ มีอยู่

โย ตัสสาเยวะ ตัณ्हายะ อะเสสะวิราคะนิโรโธ

นี่คือความดับสนิทเพราะจางไปโดยไม่มีส่วนเหลือ
ของตัณหานั่น นั่นเอง

จาโค เป็นความสละ

ปะฏินิสัคโค เป็นความสลัดคืน

มุตติ เป็นความปล่อย

อะนาละโย

เป็นความทำให้ไม่มีที่อาศัยซึ่งตัณหานั่น

อิทัง โข ปะนะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินีปะฏิปะทา

อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์
ให้ถึงความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นี้ มีอยู่

อะยะเมวะ อะริโย อัญญังคิโก มัคโค

นี่คือข้อปฏิบัติเป็นหนทางอันประเสริฐ
ประกอบด้วยองค์แปดประการ

เสยยะถิทัง ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

สัมมาทิฐิ เห็นชอบ

สัมมาสังกัปปो ความดำริชอบ

สัมมาวาจา การพูดจาชอบ

สัมมากัมมันโต การทำการทำงานชอบ

สัมมาอาชีโว การเลี้ยงชีวิตชอบ

สัมมาวายาโม ความพากเพียรชอบ

สัมมาสะติ ความระลึกชอบ

สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ
 อิทัง ทุกขัง อริยะสัจจันติ เม ภิกขเว,
 ปุพเพ อนนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ,
 จักขุ อหะปาติ ญาณัง อหะปาติ ปัญญา อหะปาติ
 วิชา อหะปาติ อาโลโก อหะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 วิชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา
 ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน
 ว่าอริยสัจคือทุกข์ เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขัง อริยะสัจจัง ปะริญญะยันติ
 ว่าก็อริยสัจคือทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรกำหนดรู้ ดังนี้

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขัง อริยะสัจจัง ปะริญญาตันติ
 ว่าก็อริยสัจคือทุกข์นั้นแล เรากำหนดรู้ได้แล้ว ดังนี้

อิทัง ทุกขะสมุทะโย อริยะสัจจันติ เม ภิกขเว,
 ปุพเพ อนนะนุสสุเตสุ ัมเมสุ,
 จักขุ อหะปาติ ญาณัง อหะปาติ ปัญญา อหะปาติ
 วิชา อหะปาติ อาโลโก อหะปาติ

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

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสมุหะโย อะริยะสัจจัง ปหาตัพพันติ

ว่าก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล

เป็นสิ่งที่ควรละเสีย

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะสมุหะโย อะริยะสัจจัง ปะหีนันติ

ว่าก็อริยสัจคือเหตุให้เกิดทุกข์นั้นแล เราละได้แล้ว ดังนี้

อิทัง ทุกขะนิโรธो อะริยะสัจจันติ เม ภิกขเว,

ปุพเพ อะนะนุสสุเตสุ อัมเมสุ,

จักขุ อหะปาติ ญาณัง อหะปาติ ปัญญา อหะปาติ

วิชา อหะปาติ อาโลโก อหะปาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา

ญาณเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ปัญญาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา

วิชาเกิดขึ้นแล้วแก่เรา แสงสว่างเกิดขึ้นแล้วแก่เรา

ในธรรมที่เราไม่เคยฟังมาแต่ก่อน ว่าอริยสัจคือ

ความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ เป็นอย่างนี้ อย่างนี้ ดังนี้

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธो อะริยะสัจจัง สัจฉิกาตัพพันติ

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล

เป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง ดังนี้

ตั้ง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธो อะริยะสัจจัง สัจฉิกะตันติ

ว่าก็อริยสัจคือความดับไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล

เราทำให้แจ้งได้แล้ว ดังนี้

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

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

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธคามินี ปะฏิปะทา
 อะริยะสัจจัง ภเวตัพพันติ

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับ
 ไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เป็นสิ่งที่ควรทำให้เกิดมี ดังนี้

ตัง โข ปะนิทัง ทุกขะนิโรธคามินี ปะฏิปะทา
 อะริยะสัจจัง ภาวิตันติ

ว่าก็อริยสัจคือข้อปฏิบัติที่ทำสัตว์ให้ลุถึงความดับ
 ไม่เหลือแห่งทุกข์นั้นแล เราทำให้เกิดมีได้แล้ว ดังนี้

ยวาทะกัณฐะจะ เม ภิกขะเว, อิมสุ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ,
 เอวันติ ปะริวัณ्हัง ทวาหะสาการัง,
 ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง นะ สุวิสุทัง อะโหสิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปัญญาเครื่องรู้เห็นตามที่เป็นจริง
 มีปรัวัณ्हสาม มีอาการสืบสองเช่นนั้น
 ในอริยสัจทั้งสี่เหล่านี้ ยังไม่เป็นของบริสุทธิ์หมดจด
 ด้วยดีแก่เรา อยู่เพียงใด

เนวะ ตาวาหัง ภิกขะเว สะเทวะเก โลเก สะมาระเก
 สะพรัหฺมะเก, สัสสะมะณะพรัหฺมะณียา ปะชายะ
 สะเทวะมะนุสสาเย, อะนุตตะรัง สัมมาสัมโพธิง
 อะภิสัมพุทโธ ปัจฉัญญาสิง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตลอดกาลเพียงนั้น
 เรายังไม่ปฏิญาณว่าได้ตรัสรู้พร้อมเฉพาะแล้ว
 ซึ่งอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ในโลก พร้อมทั้งเทวโลก
 มารโลก พรหมโลก ในหมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณะ
 พราหมณ์ พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์

ยะโต จะ โข เม ภิกขะเว อิมสุ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ,
 เอวันติ ปะริวัณ्हัง ทวาหะสาการัง,
 ยะถาภูตัง ญาณะทัสสะนัง สุวิสุทัง อะโหสิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อใด ปัญญาเครื่องรู้เห็น
 ตามที่เป็นจริง มีปรัวัณ्हสาม มีอาการสืบสองเช่นนั้น
 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 อุทะปาทิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
 ก็ญาณและทศนะ ได้เกิดขึ้นแล้วแก่เรา

อะกุปปา เม วิมุตติ

ว่าความหลุดพ้นของเรา ไม่กลับกำเริบ

อะยะมันติมา ขาติ

ความเกิดนี้ เป็นการเกิดครั้งสุดท้าย

นัตถิทานิ पुณฺณพะโวติ

บัดนี้ ความเกิดอีก ย่อมไม่มี ดังนี้

อิทะมะโวจะ ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสธรรมปริยายนี้แล้ว

อัสสะมะนา ปญฺจะวคฺคิยา ภิกขุ ภะคะวะโต

ภาสีตัง อะภินันทุง

พระภิกษุปัญจวัคคีย์ ก็มีใจยินดีเปลितเพลินภาษิต
 ของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อัมมัสมิญจะ ปะนะ เวยยากะระณัสมิง ภัฏญะมานะ

ก็แลเมื่อไวยากรณ์นี้ อันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสอยู่

อายัสมะโต โภณทัณฺณสสะ วิระชัง วิตะมะลัง

ธัมมะจักขุ อุตตะปาทิ

ธรรมจักขุอันปราศจากธุลี ปราศจากมลทิน

ได้เกิดขึ้นแล้ว แก่พระผู้มีอายุโภณทัณฺณ

ยังกิญฺจิ สะมุททะยะธัมมัง สัพพันตัง นิโรธะธัมมันติ

ว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา

สิ่งนั้นทั้งปวง ล้วนมีความดับไปเป็นธรรมดา

ปะวัตติเต จะ ภาคะวะตา ธัมมะจักเก

ก็เมื่อธรรมจักรอันพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้เป็นไปแล้ว

ภุมมา เทวา สัททะมะนุสสาเวสุ

เหล่าภุมมเทวดา ก็ส่งเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

เอตัมภาคะวะตา พาราณสียัง อิติปะตะเน มิคะทาเย,

อะนุตตะรัง ธัมมะจักกัง ปะวัตติตัง อัมปิฏวัตติยัง,

สะมะเณนะ วา พรัหฺมะเณนะ วา เทเวนะ วา,

มาเรนะ วา พรัหฺมูนา วา เกนะจิ วา โลกัสสมินติ

ว่า นั้นจักรคือธรรม ไม่มีจักรอื่นสู้ได้

อันพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้เป็นไปแล้ว

ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้เมืองพาราณสี

อันสมณะพราหมณ์ เทวดา มาร พรหม

และใคร ๆ ในโลก ยังให้เป็นไปไม่ได้ ดังนี้

ภุมมานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

จาตุम्मหาราชิกา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นจาตุมหาราช ได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าภุมมเทวดาแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

จาตุम्मหาราชิกานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

ดาวะติงสา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นดาวดึงส์ ได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นจาตุมหาราชแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

ดาวะติงसानัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

ยามา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นยามา ได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นดาวดึงส์แล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

ยามานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

ตุลิตา เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นดุสิต ได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นยามาแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

ตุลิตานัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

นิมมานะระติ เทวา สัททมะนุสสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นนิมมานรติ ได้ฟังเสียงของเทวดา
เหล่าชั้นดุสิตแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

นิมมานะระตีนัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

परणिमितะวะสะวัตฺตี เทวา สัททะมะนุสฺสาเวสูง

เทวดาเหล่าชั้นปรนิมิตวสวัตตี ได้ฟังเสียงของเทวดา

เหล่าชั้นนิมมานรดีแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่น

परणिमितะวะสะวัตฺตีนัง เทวานัง สัททัง สุตฺวา

พรัหมะกายิกา เทวา สัททะมะนุสฺสาเวสูง

พรหมเจ้าที่เกิดในชั้นพรหม ได้ฟังเสียงของเทวดา

เหล่าชั้นปรนิมิตวสวัตตีแล้ว ก็ยังเสียงให้บันลือลั่นขึ้น

เอตัมภะคะวะตา พาราณะสิยัง อิติปะตะเน มิคะทาเย,

อะนุตตะรัง รัมมะจักกัง ปะวัตติตัง อัมปะภูวตฺตียัง,

สะมะเณนะ วา พรัหมะเณนะ วา เทเวนะ วา,

มาเรนะ วา พรัหมุณา วา เกนะจิ วา โลกัสสินติ

ว่า นั้นจักรคือธรรม ไม่มีจักรอื่นสู้ได้

อันพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้เป็นไปแล้ว

ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ไกลเมืองพาราณสี

อันสมณะ พราหมณ์ เทวดา มาร พรหม

และใคร ๆ ในโลก ไม่สามารถให้เป็นไปได้ ดังนี้

อิติหะ เตะนะ ขะเณนะ เตะนะ มุหุตตะนะ

ยาวะ พรัหมะโลกา สัทโท อัมภุคคัจฉิ

โดยขณะหนึ่ง ครู่หนึ่งนั้น

เสียงขึ้นไปถึงพรหมโลก ด้วยประการฉะนี้

อะยัญจะ ทะสะสะหัสสี โลกะธาทู สังกัมปิ

สัมปะกัมปิ สัมปะเวธิ

ทั้งหมื่นโลกธาทู ได้หวั่นไหว สะเทือนสะท้านลั่นไป

อัปปะมาโณ จะ โอะหาโร โอะภาโส โลเก ปาตุระโหสิ

ทั้งแสงสว่าง อันยิ่งใหญ่ ไม่มีประมาณ

ได้ปรากฏแล้ว ในโลก

อะติกกัมเมวะ เทวานัง เทวานุกาวัง

ล่วงเทวานุภาพของเทวดาทั้งหลายเสียหมด

อะถะ โข ภะคะวา อุทานัง อุทาเนสิ

ในลำดับนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า

ได้ทรงเปล่งอุทานขึ้นว่า

อัญญาสิ วะตะ โภ โกณทัณฺเณ

อัญญาสิ วะตะ โภ โกณทัณฺเณติ

โกณทัณฺเณผู้เจริญ ได้รู้แล้วหนอ

โกณทัณฺเณผู้เจริญ ได้รู้แล้วหนอ

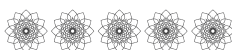
อิติหิทัง อายัสมะโต โกณทัณฺเณสสะ

อัญญาโกณทัณฺเณตฺตเววะ นามัง อะโหสิติ.

เพราะเหตุนั้น นามว่า อัญญาโกณทัณฺเณ นั้นนเทียว

ได้มีแล้วแก่พระโกณทัณฺเณผู้มีอายุ

ด้วยประการฉะนี้แล



๓.๒ อริยอัฏฐังคิกมรรค

หันทะ มะยัง อริยอัฏฐังคิกะมัคคะปาฐัง ภาณามะ เส.

อะยะเมวะ อะริโย อัฏฐังคิโก มัคโค

หนทางนี้แล เป็นหนทางอันประเสริฐ

ซึ่งประกอบด้วยองค์ ๘

เสยยะถิทัง	ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ
สัมมาทิฏฐิ	ความเห็นชอบ
สัมมาสังกัปปो	ความดำริชอบ
สัมมาวาจา	การพูดจาชอบ
สัมมากัมมันโต	การทำการงานชอบ
สัมมาอาชีโว	การเลี้ยงชีวิตชอบ
สัมมาวายาโม	ความ پاکเพียรชอบ
สัมมาสะติ	ความระลึกชอบ
สัมมาสมาธิ	ความตั้งใจมั่นชอบ

องค์มรรคที่ ๑

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาทิฐิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเห็นชอบ เป็นอย่างไรเล่า

ยัง โข ภิกขเว ทุกเข ญาณัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้อันใด เป็นความรู้ในทุกข์

ทุกขะสะสมพะเย ญาณัง

เป็นความรู้ ในเหตุให้เกิดทุกข์

ทุกขะนิโรธ ญาณัง

เป็นความรู้ ในความดับแห่งทุกข์

ทุกขะนิโรธคามินิยา ปะฏิปะทาเย ญาณัง

เป็นความรู้ ในทางดำเนิน ให้ถึงความดับแห่งทุกข์

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาทิฐิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความเห็นชอบ

องค์มรรคที่ ๒

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสังกัปปो

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความดำริชอบ เป็นอย่างไรเล่า

เนกขัมมะสังกัปปो

ความดำริในการออกจากกาม

อะพียาปาหะสังกัปปो

ความดำริในการไม่มุ่งร้าย

อะวิหิงสาสังกัปโป

ความดำริในการไม่เบียดเบียน

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสังกัปโป.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความดำริชอบ

องค์มรรคที่ ๓

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาวาจา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การพูดจาชอบ เป็นอย่างไรเล่า

มุสาวาทา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดไม่จริง

ปิสุณายะ วาจาเย เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดส่อเสียด

ผะรุสายะ วาจาเย เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดหยาบ

สัมผัปปะลาปา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การพูดจาชอบ

องค์มรรคที่ ๔

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมากัมมันโต

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

การทำงานชอบ เป็นอย่างไรเล่า

ปาณาติปาตา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์

อะทินนาทานา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้แล้ว

กาเมสุ มิจฉาจารา เวระมะณี

ความงดเว้นจากการประพฤติดิในกาม

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า

การทำงานชอบ

องค์มรรคที่ ๕

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาอาชีโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การเลี้ยงชีวิตชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว อะริยะสาวะโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สาวกของพระอริยเจ้า ในธรรมวินัยนี้

มิจฉาอาชีวัง ปะหาเย

ละการเลี้ยงชีวิตที่ผิดเสีย

สัมมาอาชีวนะ ชีวิกัง กัปเปติ

ย่อมสำเร็จความเป็นอยู่ด้วยการเลี้ยงชีวิตที่ชอบ

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า

การเลี้ยงชีวิตชอบ

องค์มรรคที่ ๖

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาวายาโม

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความ پاکเพียรชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อะนุปปันนัง ปาปะกานัง อะกุสะลันัง ธัมมานัง

อะนุปปาทาเย, ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ

วิริยัง อาระกะติ จิตตัง ปัคคัณฺหาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม

ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้,

เพื่อจะยังอกุศลธรรมอันเป็นบาป ที่ยังไม่เกิด

ไม่ให้เกิดขึ้น

อุปปันนानัง ปาปะกานัง อะกุสะลันัง ธัมมานัง
ปะหานายะ, ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ

วิริยัง อาระกะติ จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ ปะทะหะติ

ย่อมนำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม
ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้,
เพื่อจะละอกุศลธรรมอันเป็นบาป ที่เกิดขึ้นแล้ว

อะนุปันนानัง กุสะลันัง ธัมมานัง อุปปาทายะ,
ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระกะติ

จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ ปะทะหะติ

ย่อมนำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม
ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้,
เพื่อจะยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น

อุปปันนानัง กุสะลันัง ธัมมานัง จูติยา, อะสัมโมสายะ
ภิกขุภิกขุภิกขุ เวปุลลายุสส ภาวะนายะ ปาริปุริยา,
ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระกะติ

จิตตัง ปัคคัณ्हาทิ ปะทะหะติ

ย่อมนำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม
ปรารภความเพียร ประคอง ตั้งจิตไว้, เพื่อความตั้งอยู่
ความไม่เลอะเลือน ความงอกงามยิ่งขึ้น, ความไพบูลย์
ความเจริญ ความเต็มรอบแห่งกุศลธรรม ที่เกิดขึ้นแล้ว

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า
ความพากเพียรชอบ

วงศ์มรรคที่ ๗

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาสะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความระลึกชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ

อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย

อยู่เป็นประจำ

อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นประจำ

อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย

อยู่เป็นประจำ

อาตปปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

ถอนความพอใจ และความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความระลึกชอบ

องค์มรรคที่ ๘

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความตั้งใจมั่นชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

วิวิจจะระ กาเมหิ

สละแล้วจากกามทั้งหลาย

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ

สละแล้วจากธรรมที่เป็นอกุศลทั้งหลาย

สะวิตักกัง สะวิจารณ์ วิเวกะขัง ปิติสุขัง,

ปะฐะมัง ฌานัง อุปะสัมปชชะ วิหะระติ

เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วย วิตก วิจาร

มีปิติและสุข อันเกิดจากวิเวก แล้วแลอยู่

วิตกคะวิจารณ์ัง วุปะสะมา

เพราะความที่ วิตก วิจาร ทั้ง ๒ ระวังลง

อัสณัตตัง สัมปะสาทะนัง เจตะโส เอโกทิภาวัง,

อะวิตักกัง อะวิจารณ์ สะมาธิขัง ปิติสุขัง,

หุติยัง ฌานัง อุปะสัมปชชะ วิหะระติ

เข้าถึงหุติฌาน เป็นเครื่องผ่อนใสแห่งใจในภายใน,

ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดมีขึ้น, ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร

มีแต่ปิติและสุข อันเกิดจากสมาธิ แล้วแลอยู่

ปีติยา จะ วิจารณ์

อนึ่ง เพราะความจางคลายไปแห่งปิติ

อุเปกชะโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน

ย่อมเป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ

สุขัญจะ กาเยนะ ปะภุสสังเวเทติ

และย่อมเสวยความสุขด้วยนามกาย

ยันทัง อะริยา อาจิกขันติ, อุเปกชะโก สะติมา สุชะวิหาริติ

ชนิดที่พระอริยเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวสรรเสริญผู้นั้น

ว่า, “เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติ อยู่เป็นปกติสุข” ดังนี้

ตะตียัง ฌานัง อุปะสัมปชชะ วิหะระติ

เข้าถึงตติยฌาน แล้วแลอยู่

สุขัสสะ จะ ปะหะนา

เพราะละสุขเสียได้

ทุกขัสสะ จะ ปะหะนา

และเพราะละทุกขเสียได้

ปุพเพวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสานัง อตถังคะมา

เพราะความดับไป แห่งโสมนัสและโทมนัส

ทั้งสอง ในกาลก่อน

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิง,

จะตุตถัง ฌานัง อุปะสัมปชชะ วิหะระติ

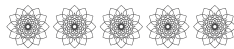
เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข, มีแต่ความที่สติ

เป็นธรรมชาติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา แล้วแลอยู่

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า

ความตั้งใจมั่นชอบ



๓.๓ กายคตาสติ ๑๘ วิธี

หันทะ มะยัง กายะคะตาสะติภาวะนาปาฐัง ภาณามะ เส.

กะถัง ภาวิตา จะ ภิกขะเว กายะคะตา สะติ

กะถัง พระหุสีกะตา มะหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สติที่เป็นไปในกาย

อันภิกษุเจริญแล้ว อย่างไร ทำให้มากแล้ว อย่างไร

จึงเป็นสิ่งที่มียผลมาก และมีอานิสงส์มาก

กายคตาสติ วิธีที่ ๑

อิระ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

อะรัญญะคะโต วา

ไปแล้วสู่ป่าก็ดี

รูกขะมุละคะโต วา

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ดี

สุญญาคาระคะโต วา

ไปแล้วสู่ที่ว่างจากเรือนก็ดี

นิสีหะติ ปัลลังกัง อาภุชิต์วา

ย่อมนั่งพับขาทั้งสองข้าง ให้เป็นบัลลังก์

อุชุง กายัง ปะณิธายะ

ตั้งแล้วซึ่งกาย ให้ตรง

ปะริมุขัง สะติง อุပ္ภูฐะเปตฺวา

ดำรงไว้แล้ว ซึ่งสติ มุ่งตรงต่อกัมมัญฐาน

โส สโต วะ อัสสะสะติ

เธอเป็นผู้มีสติอยู่นั้นเทียว ย่อมหายใจเข้า

สโต ปัสสะสะติ

เป็นผู้มีสติอยู่นั้นเทียว ย่อมหายใจออก

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 อัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง

จักหายใจเข้า

‘สัพพะกายะปะฏิสังเวที ปัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง

จักหายใจออก

‘ปัสสัมพะยัง กายะสังขารัง อัตตะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขาร ให้ระงับอยู่

จักหายใจเข้า

‘ปัสสัมพะยัง กายะสังขารัง ปัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ.

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขาร ให้ระงับอยู่

จักหายใจออก

ตัสสะ เอวํ อัมปะมัตตัสสะ อาตาปิโน ปะหิตตตัสสะ
วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเผากิเลส

มีตนส่งไปแล้ว อยู่อย่างนี้

เย เคหะลิตา สะระสังกัปปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรือน

เต ปะหิยังนติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหะนา

เพราะการละ ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัมมัตตะเมวะ จิตตัง สันติภูริตติ สันนิสีหะติ

จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น

ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สมะริยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๒

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ คัจฉันโต วา ‘คัจฉามี’ติ ปะชานาติ

ภิกษุเมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เราเดินอยู่

ฐิตโต วา ‘ฐิตมฺหิ’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 กายของเธอ เป็นกายที่ตั้งอยู่ โดยอาการใด ๆ

ตะถา ตะถา นัมปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัด ซึ่งกายนั้น โดยอาการนั้น ๆ

ตัสสะ เอวัง อัมปะมัตตัสสะ อาตาปิโน

ปะหิตตตัสสะ วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเผากิเลส

มีตนส่งไปแล้ว อยู่อย่างนี้

เย เคหะลีตา สาระสังกัปปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรือน

เต ปะหิยันติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหานา

เพราะการละ ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัชณัตตะเมวะ จิตตัง สันติภูริตติ สันนิสีหะติ

จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น
ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สมะธิยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๓

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อะภิกกันเต ปะฏิกกันเต สัมปะชานะการี โหติ

ภิกษุเป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการไปข้างหน้า และในการกลับหลัง

อาโลกิเต วิโลกิเต สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการแลดู และในการเหลียวดู

สัมมิญฺชิตะ ปะสาริตะ สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการคู้เข้า และในการเหยียดออก

สังฆาฏิปัตตะจีวะระธาระเณ สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการใช้สอยสังฆาฏิ บาตร และจีวร

อะสีเต ปีเต ขายิตะ สายิตะ สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ ในการฉ้น

ในการตี๋ม ในการเคี้ยว และในการลิ้ม

อุจจาระปัสสาวะกัมเม สัมปะชานะการี โหติ

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการถ่ายอุจจาระ และปัสสาวะ

คะเต จิตะ นิสินเน สุตเต ชาคะริเต ภาสีเต ตุณฺหิภาเว

สัมปะชานะการี โหติ.

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ ในการเดิน

ในการยืน ในการนั่ง ในการนอน ในการตื่น

ในการพูด และในการนิ่ง

ตัสสะ เอวัง อัปปะมัตตัสสะ อาตาปิโน

ปะหิตตตัสสะ วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเพากิเลส
มีตนสงบไปแล้ว อยู่อย่างนี้

เย เคหะลีตา สะระสังกัปปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรื้อน

เต ปะหียันติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหานา

เพราะการละ ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัชณัตตะเมวะ จิตตัง สันติภูริตติ สันนิสีหะติ

จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น
ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สมะธิยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๔

ปุณะ จะประรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อิมะเมว กายัง, อุทัง ปาทะตะลา,

อะโร เกสมะตถะกา, ตะจะปะริยัตถัง,

ปุรันนानันปะการัสสะ อะสุจิโน ปัจจะเวกขะติ,

ภิกษุย่อมพิจารณา ซึ่งกายนี้นั้นเพียว ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไป

เบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมา เบื้องล่าง ที่มีหนังหุ้ม

อยู่โดยรอบ เต็มด้วยสิ่งไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ

อิติ ดังนี้ว่า

อตถิ อิมัสมิง กายเ ในกายนี้ มีแต่สิ่งปฏิกูลคือ

เกสา ผมทั้งหลาย

โลมา ขนทั้งหลาย

นะขา เล็บทั้งหลาย

ทันทา ฟันทั้งหลาย

ตะโจ หนัง

มังสัง เนื้อ

นหารู เอ็นทั้งหลาย

อฏฐิ กระดูกทั้งหลาย

อฏฐิมิณูชัง เยื่อในกระดูก

วิกัง ไต

หะทะยัง หัวใจ

ยะกะนัง ตับ

กิโถมะกัง	พังผืด
ปีหะกัง	ม้าม
ปัปผาสัง	ปอด
อันทัง	ลำไส้ใหญ่
อันทะคุณัง	ลำไส้เล็ก
อุทะริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปีตตัง	ดี
เสรม์หัง	เสลด
ปุพฺโพ	หนอง
โลหิตัง	เลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันข้น
อัสสุ	น้ำตา
วะสา	เปลงมัน
เชโฬ	น้ำลาย
สิงฆาณิกา	น้ำมูก
ละลิกา	ไขข้อ
มุตตัง	มูล

เสยยะถาปิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า

อุกะโตมุขา มูโตฬี ปุรา นานาวีหิตัสสะ ธัญญัสสะ

ถุ้งที่มีปากสองข้าง อันเต็มแล้ว ด้วยธัญพืชชนิดต่าง ๆ

เสยยะถิทัง	ได้แก่
สาธินัง	ข้าวสาธิน
วิธีนัง	ข้าวเปลือก
มุกคานัง	ถั่วเขียว
มาสานัง	ถั่วเหลือง
ติลนัง	งา
ตันฑุลานัง	ข้าวสาร

ตะเมนัง จักขุมา ปุริโส มุญจิตฺวา ปิจจะเวกเขยยะ

บุรุษผู้มีตาดี เปิดออกแล้ว ซึ่งถุ้งนั้น พึงพิจารณาเห็น

อิติ	ดังนั้นว่า
อิเม สาธิน	เหล่านี้ข้าวสาธิน
อิเม วิธี	เหล่านี้ข้าวเปลือก
อิเม มุกคา	เหล่านี้ถั่วเขียว
อิเม มาสา	เหล่านี้ถั่วเหลือง
อิเม ทิลา	เหล่านี้งา
อิเม ตันฑุลา	เหล่านี้ข้าวสาร...

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๕

ปุณะ จะประรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง ยะถาฐิตัง

ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส ปัจจะเวกชะติ

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น ซึ่งกายนี้นั่นเทียว

ตามอาการที่ตั้งอยู่ ตามอาการที่ดำรงอยู่

โดยความเป็นธาตุ

อิติ ดังนี้ว่า

อตถิ อิมัสมิง กาเย

ในกายนี้ มีแต่ธาตุ คือ

ปะฐวีธาตุ

ธาตุดิน

อาโปธาตุ

ธาตุน้ำ

เตโชธาตุ

ธาตุไฟ

วาโยธาตุ

ธาตุลม

เสยยะถาปิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า

ทักษ์ โคฆาตโก วา โคฆาตะกันเตวาสิ วา

คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโค ผู้มีความชำนาญ

คาวิง วรিতฺวา

ฆ่าแล้ว ซึ่งแม่โค

จตุมะหาปะเถ วิละโส ปฏิวิระชิตฺวา นิสินโน อัสนะ

ฆ่าแหละออกเป็นส่วน ๆ แล้ว

พียงนั่งขายเนื้อ อยู่ที่ตลาด บริเวณทางใหญ่ ๔ แพร่ง...

เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๖

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะถิกาย จัตถิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

เอกาหะมะตัง วา

ที่ตายแล้ว ๑ วันก็ตาม

ทวิหะมะตัง วา

ที่ตายแล้ว ๒ วันก็ตาม

ตีหะมะตัง วา

ที่ตายแล้ว ๓ วันก็ตาม

อุทฐมาตะกัง

ที่พองขึ้นอืด

วินีละกัง

ที่มีสีเขียวคล้ำ

วิปฺพพะกะชาตัง

ที่มีน้ำเหลืองเยิ้ม

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้นั้นเพียว
กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวී

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตีโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๗

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สรรีรัง สีวะธิกาย จัฑฐิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

กาเกหิ วา ชัชชะมานัง

อันกาทั้งหลาย จิกกินอยู่บ้าง

คิขณฺเหหิ วา ชัชชะมานัง

อันแร้งทั้งหลาย จิกกินอยู่บ้าง

กุละเลหิ วา ชัชชะมานัง

อันเหยี่ยวทั้งหลาย จิกกินอยู่บ้าง

สุวาณฺเหหิ วา ชัชชะมานัง

อันสุนัขทั้งหลาย กัดกินอยู่บ้าง

สิงคาลฺเลหิ วา ชัชชะมานัง

อันสุนัขจิ้งจอกทั้งหลาย กัดกินอยู่บ้าง

วิวิเรหิ วา ปาณะกะชาเตหิ ชัชชะมานัง

อันสัตว์ทั้งหลายชนิดต่าง ๆ กัดกินอยู่บ้าง

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้นั้นเทียบกับซากศพนั้น

เอวังธัมโม ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวิ มีลักษณะเป็นอย่างนี้
 เอวังอะนะติโต ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้
 เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
 ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๙

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก
 ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะธิกาย จัฑทิตัง,
 อุปมาเหมือนว่า
 ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า
 อัญฐิสังขะลิกัง,
 ที่เป็นโครงกระดูก
 นิมมังสะโลหิตะมักขิตัง,
 ที่ไม่มีเนื้อแต่ยังมีเลือดเปื้อนอยู่
 นัหารุสัมพันธัง,
 ที่ยังมีเอ็นรัดอยู่
 โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,
 เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้นั้น เทียบ
 กับซากศพนั้น

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้นั้นเทียบ
กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนั้น

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะติโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๑

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะถิกาย ฉัททิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อัญญิกานิ

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

อะปะคะตะนัหารุสัมพันธานิ

ที่ปราศจากเอ็นริงรัดไว้แล้ว

ทิสาวทิสาวิกขิตตานิ

กระจัดกระจายไป ในทิศใหญ่และทิศเฉียง

อัญญณะ หัตถัญญิกัง

กระดุกส่วนมือ อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ปาทัณญิกัง

กระดุกส่วนเท้า อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ชังฆัญญิกัง

กระดุกส่วนแข้ง อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ อรุณญิกัง

กระดุกส่วนขา อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ กะณฺณญิกัง

กระดุกส่วนเอว อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ปิณฺณญิกัง

กระดุกส่วนหลัง อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ ชันธัญญิกัง

กระดุกส่วนไหล่ อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ คีวัณญิกัง

กระดุกส่วนคอ อยู่ทางหนึ่ง

อัญญณะ หะนุกัญญิกัง

กระดุกส่วนคาง อยู่ทางหนึ่ง

อัญญะ ทนต์ฐิกัง

กระดุกส่วนฟัน อยู่ทางหนึ่ง

อัญญะ สีสะกะภาหัง

กะโหลกศีรษะ อยู่ทางหนึ่ง

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้นั้นเทียบ
กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนั้นว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตีโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๒

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะธิกาย จัฑทิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อัญญิกานิ ที่เป็นกระดุกทั้งหลาย
 เสตานิ ที่มีสีขาว
 สังขะวัณณุปะนิภาณิ มีสีเหมือนสีสังข์
 โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ
 เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้นั้นเทียบ
 กับซากศพนั้น
 อิติ ดังนี้ว่า
 อะยัมปิ โข กาโย กายแม่นี้แล
 เอวังธัมโม ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวี มีลักษณะเป็นอย่างนี้
 เอวังอะนะตีโต ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้
 เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
 ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๓

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก
 ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริรัง สีวะถิกาย ฉัททิตัง
 อุปมาเหมือนว่า
 ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อัฐิกานิ

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

ปุณฺชกิตานิ

ที่กองรวมกันอยู่

เตโรวัสติกานิ

ที่มีอายุเกินกว่า ๑ ปี

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้นั้นเทียบ
กับซากศพนั้น

อิตติ

ดังนั้น

อะยัมปิ โข กาโย

กายแม่นี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังกาวิ

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะติโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๔

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สรรีรัง สีวะถิกาย ฉัททิตัง

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อฏฐิกานิ

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

ปุตินิ

ที่ผูกปน

จุณณะกะชาตานิ

ที่มีลักษณะเป็นผุยผงแล้ว

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ ซึ่งกายนี้กับที่เปรียบ
กับซากศพนั้น

อิติ

ดังนั้นว่า

อะยัมปิ โข กาโย

กายแบบนี้แล

เอวังธัมโม

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวึ

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตีโต

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวังปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๕

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ วิวิจเจวะ กาเมหิ

ภิกษุสังัดแล้วนั้นเทียว จากกามทั้งหลาย

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ

สังัดแล้ว จากอกุศลธรรมทั้งหลาย

สะวัตักกัง สะวิจารณ์, วิเวกะชัง ปิติสุชัง,

ปะฐะมัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้ว ซึ่งปฐมฌาน ที่มีวิตก มีวิจารณ์

มีปิติและสุข อันเกิดจากวิเวกอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง วิเวกะเชนะ ปิติสุเชนะ,

อะภิสันเทติ ปะริสันเทติ ปะริปุเรติ ปะริปณะระติ

เธอย่อมทำกายนี้นั้นเทียว ให้ชุ่มชื้น เอบอิม

เต็มรอบ แผ่ไปโดยรอบ ด้วยปิติและสุข อันเกิดจากวิเวก

นาสสะ กิญจิ สัพพะวะโต กายัสสะ วิเวกะเณ
ปิติสฺสเณ อปฺมุฏฺง โหติ.

ส่วนใด ๆ ของกายทั้งหมด ที่ปิติและสุข อันเกิดจาก
วิเวก ไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี...

เอวํปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะคตาสติง ภาวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๖

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ วิตักกะวิจารณ์ัง วุปะสสะมา

เพราะความสงบระงับไป แห่งวิตกและวิจารณ์ทั้งหลาย

อัสณัตตัง สัมปะสาทะนัง, เจตะโส เอโกทิภาวัง,

อะวิตักกัง อะวิจารณ์ัง, สะมาธิชัง ปิติสฺสชัง,

หุติยัง ฌานัง อุปะสัมปชชะ วิหะระติ.

ภิกษุเข้าถึงแล้ว ซึ่งหุติยฌาน ที่มีความผ่องใสแห่งจิต
ในภายใน มีสภาวะเป็นธรรมเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตก
ไม่มีวิจารณ์ มีปิติและสุข อันเกิดจากสมาธิอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง สมาริเชนะ ปิติสูเชนะ,
 อะภิสันเทติ ปะริสันเทติ ปะริปุเรติ ปะริปพระระติ
 เเธย้อมทำกายนี้นั่นเทียว ให้ชุ่มชื้น เอิบอím
 เต็มรอบ แผ่ไปโดยรอบ ด้วยปิตีและสุข
 อันเกิดจากสมาธิ

นาสสะ ภิกขุ สัพพะวะโต กายัสสะ สมาริเชนะ
 ปิติสูเชนะ อัပ္พภูงัง โหติ.

ส่วนใด ๆ ของกายเธอทั้งหมด
 ที่ปิตีและสุข อันเกิดจากสมาธิ ไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี...

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาเวติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
 ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๗

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ ปิตียา จะ วิจารณ์

เพราะความสิ้นไปแห่งปิตี

อุปกะชโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน

ภิกษุเป็นผู้มีอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่
สุขัญจะ กาเยนะ ปะฏิสังเวเทติ

และย่อมแสวงซึ่งความสุขด้วยกาย

ยันตัง อะริยา อัจจกัณติ,

‘อุปกะชโก สะติมา สุขะวิหารี’ติ,

ตติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้ว ซึ่งตติยฌาน

อันเป็นฌาน ที่พระอริยะเจ้าทั้งหลาย สรรเสริญว่า

“ผู้ได้ฌานนี้ เป็นผู้มียุเบกขา มีสติ มีปกติอยู่เป็นสุข”

โส อิมะเมวะ กายัง นิปปีติเณนะ

อะภิสันเทติ ปะริสันเทติ ปะริปุเรติ ปะริปณะระติ

เธอย่อมทำกายนี้นั่นเทียว ให้ชุ่มชื่น เอิบอิ่ม

เต็มรอบ แผ่ไปโดยรอบ ด้วยสุขอันไม่มีปิติ

นาสสะ ภิญจิ สัพพะวะโต กายัสสะ นิปปีติเณนะ

สุขะนะ อัมภุญัง โหติ.

ส่วนใด ๆ ของกายเธอทั้งหมด

ที่สุขอันไม่มีปิติ ไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี...

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น

กายคตาสติ วิธีที่ ๑๘

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ สุขัสสะ จะ ปะหانا

เพราะความละไป แห่งความสุข

ทุกขัสสะ จะ ปะหانا

และเพราะความละไป แห่งความทุกข์

ปุพเพวะ โสมนัสสะโทมนัสสานัง อตถังคะมา

เพราะความดับไป แห่งโสมนัสโทมนัสทั้งหลาย

ในฉนาก่อน ๆ

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิง,

จะตตถัง ฉนัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

ภิกษุเข้าถึงแล้ว ซึ่งจตุตถฉน ที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข

มีสติบริสุทธึ เพราะอุเบกขาอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง ปะริสุทเณนะ เจตะสา

ปะริโยทาเตนะ ณะริตฺวา นิสินโน โหติ

เธอเป็นผู้นั่งแผ่ ครอบคลุมไปทั่วกายนี้แน่นเทียว

ด้วยใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่อง

นาสสะ ภิญจิ สัพพะวะโต กายัสสะ

ปะริสุทเณนะ เจตะสา ปะริโยทาเตนะ อปัณฺณัง โหติ.

ส่วนใด ๆ ของกายเธอทั้งหมด

ที่ใจอันบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่ถูกต้องแล้ว ย่อมไม่มี

ตัสสะ เอวัง อัมปะมัตตัสสะ อาตาปิโน

ปะหิตัตตัสสะ วิหะระโต

เมื่อเธอเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรเพากิเลส
มีตนส่งไปแล้ว อยู่อย่างนี้

เย เคหะลีตา สาระสังกัปปา

ความดำริที่สับสนทั้งหลายเหล่าใด อันอาศัยเรือน

เต ปะหิยังติ

ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมถูกละได้

เตสัง ปะหานา

เพราะการละ ความดำริทั้งหลายเหล่านั้น

อัมมัตตะเมวะ จิตตัง สันติภูมุตติ สันนิสีหะติ

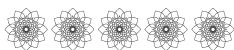
จิตอันเป็นไปภายในตนเท่านั้น ย่อมตั้งมั่น
ดำรงคงที่

เอโกทิ โหติ สมะธิยะติ

เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ตั้งมั่นเป็นอย่างดี

เอวังปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะคะตาสะติง ภาวะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วนี้
ภิกษุก็ชื่อว่า ทำกายคตาสติให้เกิดขึ้น



๓.๔ อานาปานัสสติ ๑๖ บัน

หันทะ มะยัง อานาปานัสสะติภาวนาปาฐัง ภาณามะ เส.

กะถัง ภาวิตา จะ ภิกขะเว อานาปานัสสะติ

กะถัง พะหุสีกะตา มะหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานัสสติ

อันภิกษุเจริญแล้ว อย่างไร ทำให้มากแล้ว อย่างไร

จึงเป็นสิ่งที่มียผลมาก และมีอานิสงส์มาก

อานาปานัสสติ บันเตรียมการ

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

อะรัญญะคะโต วา

ไปแล้วสู่ป่าก็ดี

รุกขะมูละคะโต วา

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ดี

สุญญาคาระคะโต วา

ไปแล้วสู่ที่ว่างจากเรือนก็ดี

นิสีหะติ บัลลังกัง อาภูชิต์วา

ย่อมนั่งพิงขาทั้งสองข้าง ให้เป็นบัลลังก์

อุชุง กายัง ปะณิธายะ

ตั้งแล้วซึ่งกาย ให้ตรง

ปะริมุขัง สะติง อุပ္ปฐฺฐะเปตฺวา

ดำรงไว้แล้ว ซึ่งสติ มุ่งตรงต่อกัมมัญฐาน

โส สโต วะ อัสสะสะติ

เธอเป็นผู้มีสติอยู่นั้นเทียว ย่อมหายใจเข้า

สโต ปัสสะสะติ

เป็นผู้มีสติอยู่นั้นเทียว ย่อมหายใจออก

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 บัณฑิต ๓

สัพพะกายะปะภูสีงเวที อัสสะลิสสามิตี ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง
จักหายใจเข้า

สัพพะกายะปะภูสีงเวที ปัสสะลิสสามิตี ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง
จักหายใจออก

อานาปานัสสติ บัณฑิต ๔

ปัสสัมพะยัง กายะสังขารัง อัสสะลิสสามิตี ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขาร ให้ระงับอยู่
จักหายใจเข้า

ปัสสัมพะยัง กายะสังขารัง ปัสสะลิสสามิตี ลิกขะติ.

ย่อมศึกษาว่า เราทำกายสังขาร ให้ระงับอยู่
จักหายใจออก

อานาปานัสสติ บัณฑิต ๕

ปิติปะภูสีงเวที อัสสะลิสสามิตี ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งปิติ
จักหายใจเข้า”

ปิติปะภูสีงเวที ปัสสะลิสสามิตี ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งปิติ
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๖

สุขะปะภุสังเวที อัสนะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งความสุข
จักหายใจเข้า”

สุขะปะภุสังเวที ปัสสะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งความสุข
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๗

จิตตะสังขาระปะภุสังเวที อัสนะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิตตสังขาร
จักหายใจเข้า”

จิตตะสังขาระปะภุสังเวที ปัสสะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิตตสังขาร
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๘

ปัสสัมภะยัง จิตตะสังขารัง อัสนะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิตตสังขาร ให้ระงับอยู่
จักหายใจเข้า”

ปัสสัมภะยัง จิตตะสังขารัง ปัสสะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิตตสังขาร ให้ระงับอยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๙

จิตตะปะฏิสังเวที อัสนะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิต
จักหายใจเข้า”

จิตตะปะฏิสังเวที ปัสสะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งจิต
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๐

อะภิปปะโมหะยัง จิตตัง อัสนะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิต ให้ปราโมทย์อยู่
จักหายใจเข้า”

อะภิปปะโมหะยัง จิตตัง ปัสสะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิต ให้ปราโมทย์อยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๑

สมะทาหัง จิตตัง อัสนะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิต ให้ตั้งมั่นดีอยู่
จักหายใจเข้า”

สมะทาหัง จิตตัง ปัสสะสิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิต ให้ตั้งมั่นดีอยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๒

วิโมจะยัง จิตตัง อัสนะสิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิต ให้หลุดพ้นอยู่
จักหายใจเข้า”

วิโมจะยัง จิตตัง ปัสสะสิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราทำจิต ให้หลุดพ้นอยู่
จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๓

อะนิจจานุปัสสี อัสนะสิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นสังขาร
โดยความไม่เที่ยง จักหายใจเข้า”

อะนิจจานุปัสสี ปัสสะสิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นสังขาร
โดยความไม่เที่ยง จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๔

วิราคานุปัสสี อัสนะสิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะสิ้นไป
แห่งสังขาร จักหายใจเข้า”

วิราคานุปัสสี ปัสสะสิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะสิ้นไป
แห่งสังขาร จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๕

นิโรธานุปัสสี อัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะดับไป
แห่งสังขาร จักหายใจเข้า”

นิโรธานุปัสสี ปัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะดับไป
แห่งสังขาร จักหายใจออก”

อานาปานัสสติ ชั้นที่ ๑๖

ปะฏินิสัคคานุปัสสี อัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะ
สลัดคิณกิเลสและสังขาร จักหายใจเข้า”

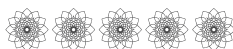
ปะฏินิสัคคานุปัสสี ปัสสะลิสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมศึกษาว่า “เราเป็นผู้ตามเห็นภาวะ
สลัดคิณกิเลสและสังขาร จักหายใจออก”

เอวัง ภาวิตา โข ภิกขะเว อานาปานัสสะติ

เอวัง พะหุลิกะตา มหัพพะลา โหติ มะหานิสังสา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อานาปานัสสติ
อันภิกษุเจริญแล้ว อย่างนี้ ทำให้มากแล้ว อย่างนี้
จึงเป็นสิ่งที่มัลผลมาก และมีอานิสงส์มาก



๓.๕ อนัตตลักขณสูตร

หันทะ มะยัง อนัตตลักขณสูตรัง ภะณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้า ได้สดับจดจำมาแล้ว อย่างนี้

เอกัง สะมะยัง ภะคะวา พาราณสียัง วิหะระติ

อิสิปะตะเน มิคะทาเย

ในสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า

ประทับอยู่ ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน ใกล้เมืองพาราณสี

อะถะ โข ภะคะวา ปญจะวัคคิเย ภิกขุ อามันเตสิ

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสกับภิกษุปัญจวัคคีย์ว่า

รูปัง ภิกขเว อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย รูป ไม่เป็นตัวตน

รูปัญจะ หิทัง ภิกขเว อัตตา อะภะวิสสะ

หากว่า รูปนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทัง รูปัง อาพาธายะ สังวัตเตยยะ

รูปนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพเพถะ จะ รูปะ,

เอวัง เม รูปัง โหตุ, เอวัง เม รูปัง มา อโหสิตี

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนา ในรูปว่า

ขอรูปของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว รุปัง อะนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า รูปไม่เป็นตัวตน

ตัสมา รุปัง อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น รูปย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ รูปะ,

เอวัง เม รุปัง โหตุ, เอวัง เม รุปัง มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนา ในรูปว่า

ขอรูปของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

เวทนา อะนัตตา

เวทนา ไม่เป็นตัวตน

เวทนา จะ หิถัง ภิกขเว อัตตา อะภาวิสสะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

หากว่า เวทนานี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทัง เวทะนา อาพาธายะ สังวัตเตยยะ

เวทนานี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพเณจะ จะ เวทะนายะ,

เอวัง เม เวทะนา โหตุ, เอวัง เม เวทะนา มา อะโหสีติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนา ในเวทนาว่า

ขอเวทนาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสฺมา จะ โข ภิกขเว เวทนา อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า เวทนาไม่เป็นตัวตน

ตัสฺมา เวทนา อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น เวทนาย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ เวทนายะ,

เอวัง เม เวทนา โหตุ, เอวัง เม เวทนา มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนา ในเวทนาว่า

ขอเวทนาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

สัณฺญา อนัตตา

สัณฺญา ไม่เป็นตัวตน

สัณฺญา จะ หิทฺถํ ภิกขเว อตฺตา อะภาวิสสะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

หากว่า สัณฺญานี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทฺถํ สัณฺญา อาพาธายะ สังวัตเตยยะ

สัณฺญานี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพเพถะ จะ สัณฺญายะ,

เอวัง เม สัณฺญา โหตุ, เอวัง เม สัณฺญา มา อะโหสีติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนา ในสัณฺญาว่า

ขอสัณฺญาของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว สัญญา อะนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า สัญญาไม่เป็นตัวตน
ตัสมา สัญญา อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น สัญญาย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ สัญญาเย,

เอวัง เม สัญญา โหตุ, เอวัง เม สัญญา มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนา ในสัญญาว่า
ขอสัญญาของเรา จงเป็นอย่างนี้เกิด
อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

สังขารา อะนัตตา

สังขารทั้งหลาย ไม่เป็นตัวตน

สังขารา จะ หิทัง ภิกขเว อัตตา อะภะวิสสังสุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
หากว่า สังขารทั้งหลายนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะ ยิทัง สังขารา อาพาธายะ สังวัตเตยุง

สังขารทั้งหลายนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพเพถะ จะ สังขารesu,

เอวัง เม สังขารา โหนตุ, เอวัง เม สังขารา มา อะเหสุนติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนา ในสังขารทั้งหลาย
ว่า ขอสังขารทั้งหลายของเรา จงเป็นอย่างนี้เกิด
อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกขเว สังขารา อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า
สังขารทั้งหลายไม่เป็นตัวตน

ตัสมา สังขารา อาพาธายะ สังวัตตันติ

เพราะเหตุนั้น สังขารทั้งหลาย ย่อมเป็นไปเพื่ออาพา
ธนะ จะ ลัพพะติ สังขารสุ,

เอวัง เม สังขารา โหนตุ, เอวัง เม สังขารา มา อะหะสนติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนา ในสังขาร
ทั้งหลายว่า ขอสังขารทั้งหลายของเรา
จงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

วิญญานัง อนัตตา

วิญญาน ไม่เป็นตัวตน

วิญญานัญจะ หิทัง ภิกขเว อตฺตา อะภาวิสสะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
หากว่า วิญญานนี้ จักได้เป็นตัวตนแล้วไซ้

นะยิทัง วิญญานัง อาพาธายะ สังวัตเตยยะ

วิญญานนี้ ก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ

ลัพเถจะ วิญญาเณ,

เอวัง เม วิญญานัง โหตุ, เอวัง เม วิญญานัง มา อะโหสีติ

และบุคคลพึงได้ตามความปรารถนา ในวิญญานว่า
ขอวิญญานของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด
อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ยัสมา จะ โข ภิกษเว วิญญานัง อนัตตา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุว่า วิญญานไม่เป็นตัวตน

ตัลมา วิญญานัง อาพาธายะ สังวัตตะติ

เพราะเหตุนั้น วิญญานย่อมเป็นไปเพื่ออาพาธ

นะ จะ ลัพพะติ วิญญาณ,

เอวัง เม วิญญานัง โทตุ, เอวัง เม วิญญานัง มา อะโหสีติ

และบุคคลย่อมไม่ได้ตามความปรารถนา ในวิญญานว่า

ขอวิญญานของเรา จงเป็นอย่างนี้เถิด

อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

ตัง กิง มัญญะถะ ภิกษเว รุปัง นิจจัง วา อะนิจจัง วาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายย่อมสำคัญ

ความข้อนั้นเป็นโฉน รูป เทียงหรือไม่เทียง

อนิจจัง ภันเต

ไม่เทียง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เทียง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภันเต

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะณานิจัจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสมี, เอโส เม อัตตาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะพิจารณาเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา

โน เหตัง ภันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

เวทนา นิจจา วา อนิจจา วาติ

เวทนา เที่ยงหรือไม่เที่ยง

อนิจจา ภันเต

ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า

ยัง ปะณานิจัจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภันเต

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะณานิจัจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสมี, เอโส เม อัตตาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะพิจารณาเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา

โน เห่ง กันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

สัญญา นิจจา วา อนิจจา วาติ

สัญญา เทียงหรือไม่เทียง

อนิจจา กันเต

ไม่เทียง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เทียง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง กันเต

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสสิมิ, เอโส เม อัตตาทิ

ก็สิ่งใดไม่เทียงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะพิจารณาเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั้น นั้นเป็นตัวตนของเรา

โน เห่ง กันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

สังขารานิจจา วา อนิจจา วาติ

สังขารทั้งหลาย เทียงหรือไม่เทียง

อนิจจา ภัณฑะ

ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภัณฑะ

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสมี, เอโส เม อัตตาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะพิจารณาเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นตัวตนของเรา

โน เหตัง ภัณฑะ ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

วิญญานัง นิจจัง วา อนิจจัง วาติ

วิญญาน เที่ยงหรือไม่เที่ยง

อนิจจัง ภัณฑะ ไม่เที่ยง พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วา ตัง สุขัง วาติ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุขเล่า

ทุกขัง ภัณฑะ

เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า

ยัง ปะนานิจจัง ทุกขัง วิปะริณามะธัมมัง

กัลลัง นุ ตัง สะมะนุปัสสิตุง,

เอตัง มะมะ, เอโสหะมัสสี, เอโส เม อัตตาทิ

ก็สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา

ควรหรือไม่ เพื่อจะพิจารณาเห็นสิ่งนั้นว่า

นั้นของเรา เราเป็นนั้น นั้นเป็นตัวตนของเรา

โน เหตัง ภันเต

ข้อนั้น ไม่ควรเลย พระเจ้าข้า

ตัสมาติหะ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้แล

ยังกิณฺณจิ รูปัง

รูปทุก ๆ ชนิด

อติตานาคะตะปัจจุปันนัง

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน

อัมมัตตัง วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกัง วา สุขุมัง วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนัง วา ปณฺธิตัง วา

เลวก็ตาม ประณีตก็ตาม

ยํ ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพัง รุปัง, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตตาทิ

เอเวเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญายะ ทัญญัพพัง

รูปทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบ ตามความเป็นจริง อย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

ยา กาจิ เวทนา

เวทนาทุก ๆ ชนิด

อติตานาคะตะปัจจุปปันนา

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน

อัชฌัตตา วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอรุริกา วา สุขุมมา วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนินา วา ปณินตา วา

เลวก็ตาม ประณีตก็ตาม

ยา ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพา เวทนา, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตตาทิ

เอเวเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญายะ ทัญญัพพัง

เวทนาทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบ ตามความเป็นจริง อย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

ยา กาจิ สัญญา

สัญญาทุก ๆ ชนิด

อดีตานาคะตะปัจจุปันนา

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน

อฆัมมัตตา วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกา วา สุขุมมา วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนา วา ปณิตา วา

เลวก็ตาม ประณีตก็ตาม

ยา ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพา สัญญา, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตตาทิ

เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญายะ ทัญญัพพัง

สัญญาทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบ ตามความเป็นจริง อย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

เย เกจิ สังขาร

สังขารทั้งหลายทุก ๆ ชนิด

อดีตานาคะตะปัจจุปันนา

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน

อฆัมมัตตา วา พหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกา วา สุขุมมา วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนาวา ปณิตา วา

เลวกี่ตาม ประณีตก็ตาม

เย ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพเพ สังฆารว, เนตัง มะมะ, เนโสหะมัสมิ, นะ เมโส อตตาทิ

เอวเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญาเย ทัญญัพพัง

สังฆารทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบ ตามความเป็นจริง อย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

ยังกิญจิ วิญญาณัง

วิญญาณทุก ๆ ชนิด

อดีตานาคะตะปัจจุปปันนัง

ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน

อชณัตตัง วา พะหิทธา วา

ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม

โอฬาริกัง วา สุขุมัง วา

หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม

หีนัง วา ปณิตัง วา

เลวกี่ตาม ประณีตก็ตาม

ยัง ทูเร สันติเก วา

อยู่ไกลก็ตาม อยู่ใกล้ก็ตาม

สัพพัง วิญญาณัง, เนตัง มะมะ,

เนโสหะมัสมิ นะ เมโส อตตาคิ

เอวะเมตัง ยะถาภูตัง สัมมปปัญญายะ ทัญญัพพัง

วิญญาณทั้งหมดนั้น อันเธอทั้งหลาย พึงเห็นด้วยปัญญา

อันชอบ ตามความเป็นจริง อย่างนี้ว่า

นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ได้เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ตัวตนของเรา

เอวัง ปัสสัง ภิกขเว สุตะวา อะริยะสาวะโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้มีสุตะ เมื่อเห็นอย่างนี้

รูปัสัมมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในรูป

เวทะนายะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนา

สัณฺญายะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในสัญญา

สังขารेषูปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในสังขารทั้งหลาย

วิญญาณัสสัมมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในวิญญาณ

นิพพินทัง วิรัชชะติ

เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมสิ้นกำหนด

วิราคา วิมุจจะติ

เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น

วิมุตตัสสัมมิง วิมุตตะมิตติ ญาณัง โหติ

เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณย่อมเกิดขึ้นว่า หลุดพ้นแล้ว

**ชีณา ขาติ, วุสิตัง พริทัมมะจะริยัง, กะตัง กระระณียัง,
นาปะรัง อิตถัตตยาติ ปะชานาตีติ**

ย่อมรู้ชัดว่า ขาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว

กิจที่ควรทำ ได้ทำเสร็จแล้ว

กิจอื่น เพื่อความเป็นอย่างนี้ มิได้มี ดังนี้

อิหมะมะโวจะ ภาคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสอนัตตลักขณสูตรนี้ จบลงแล้ว

อัตตะมะนา ปัญจะวัคคิยา ภิกขุ

ภาคะวะโต ภาลิตัง อะภินันทุง

ภิกษุปัญจวัคคีย์ ต่างมีใจยินดี อนุโมทนา

และยอมรับพระภาชิต ของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อิมัสมีญจะ ปะนะ เวยยากระระณัสสัมมิง ภัญญะมานะ

ก็เมื่อเวยยากรณ์ภาชิตนี้

อันพระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงแสดงอยู่

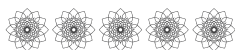
ปัญจะวัคคิยานัง ภิกขุณัง อะนุปาทาเย

อาสะเวหิ จิตตานิ วิมุจจิงสุ

จิตของภิกษุปัญจวัคคีย์ ก็หลุดพ้นแล้ว

จากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่ยึดมั่นถือมั่น

อิติ. ดังนี้แล



๓.๖ อาทิตตปริยายสูตร

หันทะ มะยัง อาทิตตะปะริยาเยสสุตัง ภาณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้า ได้สดับจดจำมาแล้ว อย่างนี้

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

ในสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า

ประทับอยู่ ที่ตำบลคยาสิสะ ใกล้แม่น้ำคยา

พร้อมด้วยภิกษุสงฆ์ ๑,๐๐๐ รูป

ตัตถะ โข ภาคะวา ภิกขุ อามันเตสิ

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า

สัพพัง ภิกขะเว อาทิตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งทั้งปวง เป็นของร้อน

ภิกขะเว ภิกขะเว สัพพัง อาทิตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อะไรเล่า

ชื่อว่าสิ่งทั้งปวง เป็นของร้อน

จักขุ ภิกขะเว อาทิตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุ เป็นของร้อน

รูปา อาทิตตา

รูปทั้งหลาย เป็นของร้อน

จักขุวิญญาณัง อาทิตตัง

จักขุวิญญาณ เป็นของร้อน

จักขุสัมผัสโส อาทิตโต

จักขุสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง จักขุสัมผัสสปะจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยจักขุสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมันัน ก็เป็นของร้อน

เณระ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง ราคะคคินา โทสะคคินา โมหะคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ขาติยา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะหามิ

เราอย่ามกล่าว่า ร้อนเพราะความโสภ

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ และความคับแค้นใจทั้งหลาย

โสตัง อาทิตตัง โสตะ เป็นของร้อน

สัททา อาทิตตา เสียงทั้งหลาย เป็นของร้อน

โสตะวิญญานัง อาทิตตัง

โสตะวิญญาน เป็นของร้อน

โสตะสัมผัสโส อาทิตโต

โสตะสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง โสตะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยโสตะสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เณระ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง ราคคคินา โทสคคินา โมหคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ชาตียา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะหามิ

เราอย่ามกล่าว่า ร้อนเพราะความโสก

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ และความคับแค้นใจทั้งหลาย

ฆานัง อาทิตตัง ฆานะ เป็นของร้อน

คณธา อาทิตตา กลิ่นทั้งหลาย เป็นของร้อน

ฆานะวิญญูณัง อาทิตตัง

ฆานวิญญูณ เป็นของร้อน

ฆานะสัมผัสโส อาทิตโต

ฆานสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง ฆานะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยฆานสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เณระ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง ราคะคคินา โทสาคคินา โมหาคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ขาติยา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะทามิ

เราย่อมกล่าว่า ร้อนเพราะความโสภ

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ และความคับแค้นใจทั้งหลาย

ชีวิหา อาทิตตา ชีวหา เป็นของร้อน

ระสา อาทิตตา รสทั้งหลาย เป็นของร้อน

ชีวหาวิญญูณัง อาทิตตัง

ชีวหาวิญญูณ เป็นของร้อน

ชีวหาสัมผัสโส อาทิตโต

ชีวหาสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง ชิวหาสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยชีวหาสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เกนะ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง รากัคคินา โทสัคคินา โมหัคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ชาตียา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะหามิ

เราอย่ามกล่าว่า ร้อนเพราะความโศก

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ และความคับแค้นใจทั้งหลาย

กาโย อาทิตโต กาย เป็นของร้อน

โณฏฐัพพา อาทิตตา โณฏฐัพพะทั้งหลาย เป็นของร้อน

กายะวิญญูณัง อาทิตตัง

กายวิญญูณ เป็นของร้อน

กายะสัมผัสโส อาทิตโต

กายสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง กายะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทียัตถัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยกายสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เณระ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง ราคะคคินา โทสาคคินา โมหาคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ขาติยา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ วะทามิ

เราย่อมกล่าวว่า ร้อนเพราะความโสภ

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ และความคับแค้นใจทั้งหลาย

มะโน อาทิตโต มนะ เป็นของร้อน

ธัมมา อาทิตตา ธรรมทั้งหลาย เป็นของร้อน

มะโนวิญญูณัง อาทิตตัง

มนวิญญูณ เป็นของร้อน

มะโนสัมผัสโส อาทิตโต

มนสัมผัส เป็นของร้อน

ยัมปิทัง มะโนสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชติ เวทียัตถ์

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยมนสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัมปิ อาทิตตัง เวทนาเมื่อนั้น ก็เป็นของร้อน

เกนะ อาทิตตัง ร้อนเพราะอะไร

อาทิตตัง รากัคคินา โทสัคคินา โมหัคคินา

ร้อนเพราะไฟคือราคะ ไฟคือโทสะ ไฟคือโมหะ

อาทิตตัง ชาตียา ชะรามะระณนะ

ร้อนเพราะความเกิด ความแก่ และความตาย

โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ

อุปายาเสหิ อาทิตตันติ ะทามิ

เราอย่ามกล่าว่า ร้อนเพราะความโศก

ความรำไรรำพัน ความไม่สบายกาย

ความไม่สบายใจ และความคับแค้นใจทั้งหลาย

เอวัง ปัสสัง ภิกขเว สุตะวา อะริยะสาวะโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้มีสุตะ เมื่อเห็นอย่างนี้

จักขุสฺมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในจักขุ

รูปะสุปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในรูปทั้งหลาย

จักขุวิญญาณะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในจักขุวิญญาณ

จักขุสํผัสสะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในจักขุสํผัส

ยัมปิทัง จักขุสํผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยจักขุสํผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขะมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสฺมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

โสตัสฺมิงปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในโสตะ

สัททะสุปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเสียงทั้งหลาย

โสตะวิญญาณะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในโสตะวิญญาณ

โสตะสํผัสสะปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในโสตะสํผัส

ยัมปิทั้ง โสตะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง
 เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยโสตะสัมผัสเป็นปัจจัย
 แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา
 เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสมีงปิ นิพพินทะติ
 ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

ฆานัสมีงปิ นิพพินทะติ
 ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในฆานะ

คันเธสุปิ นิพพินทะติ
 ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในกลิ่นทั้งหลาย

ฆานะวิญญาณปิ นิพพินทะติ
 ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในฆานวิญญาณ

ฆานะสัมผัสเสปิ นิพพินทะติ
 ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในฆานสัมผัส

ยัมปิทั้ง ฆานะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง
 เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยฆานสัมผัสเป็นปัจจัย
 แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา
 เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสมีงปิ นิพพินทะติ
 ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

ชีวิหยาเยปิ นิพพินทะติ
 ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในชีวหา

ระเสสุปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในรสทั้งหลาย

ชีรหาวินญาณปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในชีรหาวินญาณ

ชีรหาสัมผัสเสปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในชีรหาสัมผัส

ยัมปิทัง ชีรหาสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยชีรหาสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสส์มิงปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในเวทนานั้น

กายัสส์มิงปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในกาย

โณฏฐัพเพสุปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในโณฏฐัพพะทั้งหลาย

กายะวินญาณปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในกายวินญาณ

กายะสัมผัสเสปี นิพพินทะติ

ย่อมเปื้อหน่าย แม้นในกายสัมผัส

ยัมปิทัง กายะสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยกายสัมผัสเป็นปัจจัย
แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขะมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสสังปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

มะนัสสังปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในমনะ

ธัมเมสุปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในธรรมทั้งหลาย

มะโนวิญญาณปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในมโนวิญญาณ

มะโนสัมผัสเสปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในมโนสัมผัส

ยัมปิทัง มะโนสัมผัสสะปัจจะยา อุปปัชชะติ เวทะยิตัง

เวทนาที่เกิดขึ้น เพราะอาศัยมโนสัมผัสเป็นปัจจัย

แม้อันใด

สุขัง วา ทุกขัง วา อะทุกขะมะสุขัง วา

เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดี หรือไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็ดี

ตัสสังปิ นิพพินทะติ

ย่อมเบื่อหน่าย แม้ในเวทนานั้น

นิพพินทัง วิรัชชะติ

เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมสิ้นกำหนด

วिरาคา วิมูจจะติ

เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น

วิมุตตัสสัมมิง วิมุตตะมิตติ ญาณัง โหติ

เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณย่อมเกิดขึ้นว่า หลุดพ้นแล้ว

**ชีณา ขาติ, วุสิตัง พรัหมะจะรียัง, กะตัง กระณียัง,
นาปะรัง อิตถัตตยาติ ปะชานาติติ**

ย่อมรู้ชัดว่า ขาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว

กิจที่ควรทำ ได้ทำเสร็จแล้ว

กิจอื่น เพื่อความเป็นอย่างนี้ มิได้มี ดังนี้

อิทะมะโวจะ ะคะวา

พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสอาทิตตปริยายสูตรนี้ จบลงแล้ว

อัตตะมะนา เต ภิกขุ ะคะวะโต ภาสีตัง อะภินันทุง

ภิกษุเหล่านั้น ต่างมีใจยินดี อนุโมทนา

และยอมรับพระภาสิต ของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อิมัสมิญจะ ปะนะ เวยยากระณัสสัมมิง ภัญญะมานะ

ก็เมื่อเวยยากรณ์ภาสิตนี้

อันพระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงแสดงอยู่

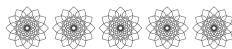
ตัสสะ ภิกขุสะหัสสัสสะ อนุปาทาเย

อาสะเวหิ จิตตานิ วิมุจจิงสุ

จิตของพระภิกษุ ๑,๐๐๐ รูปนั้น หลุดพ้นแล้ว

จากอาสวะทั้งหลาย เพราะไม่ยึดมั่นถือมั่น

อติ. ดังนี้แล



๓.๗ ปฏิจจสมุปบาท

หันทะ มะยัง

อิทัปปัจจะยะตา ปะฏิจจะสสมุปปาทะปาฐัง

ภาณามะ เส.

อิมัสมีง สะติ อิถัง โหติ

เมื่อสิ่งนี้ มี สิ่งนี้ ย่อมมี

อิมัสสุปปาทา อิถัง อุปปัชชะติ

เพราะความเกิดขึ้น ของสิ่งนี้ สิ่งนี้ ย่อมเกิดขึ้น

อิมัสมีง อะสะติ อิถัง นะ โหติ

เมื่อสิ่งนี้ ไม่มี สิ่งนี้ ย่อมไม่มี

อิมัสสะ นิโรธา อิถัง นิรุชณะติ

เพราะความดับไป ของสิ่งนี้ สิ่งนี้ ย่อมดับไป

ยะทิทัง

ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ

อะวิชาปะจจะยา สังขารา

เพราะอวิชาเป็นปัจจัย สังขารทั้งหลาย ย่อมมี

สังขาระปัจจะยา วิญญานัง

เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาน ย่อมมี

วิญญาณะปัจจะยา นามะรูปัง

เพราะวิญญาณเป็นปัจจัย นามรูป ย่อมมี

นามะรูปะปัจจะยา สะพายะตะนัง

เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สะพายตะนะ ย่อมมี

สะพายะตะนะปัจจะยา ผัสสโ

เพราะสะพายตะนะเป็นปัจจัย ผัสสะ ย่อมมี

ผัสสะปัจจะยา เวทะนา

เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนา ย่อมมี

เวทะนาปัจจะยา ตัณหา

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหา ย่อมมี

ตัณหาปัจจะยา อูปาทานัง

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อูปาทาน ย่อมมี

อูปาทานะปัจจะยา ภาโว

เพราะอูปาทานเป็นปัจจัย ภาพ ย่อมมี

ภาวะปัจจะยา ชาติ

เพราะภาพเป็นปัจจัย ชาติ ย่อมมี

ชาติปัจจะยา ชะรามะระณัง

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมนัสสุปายาสา สัมภะวันติ

เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรามรณะ โสกะ ปรีเทวะ

ทุกข์ โทมนัส และอุปายาสะ ย่อมมี

เอวเมตัสสะ เหวลัสสะ ทุกักขันธัสสะ สมุทโย โหติ.

ความเกิดขึ้น แห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้

ย่อมมี ด้วยอาการอย่างนี้

อะวิชาเย ต์เววะ อะเสสะวิราคะนิโรธา สังขาระนิโรโธ

อนึ่ง เพราะความไม่เกิดโดยสิ้นเชิง แห่งวิชานัน

นั่นเทียว ด้วยอริยมรรค ความไม่เกิดแห่งสังขาร ย่อมมี

สังขาระนิโรธา วิญญานะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งสังขาร

ความไม่เกิดแห่งวิญญาน ย่อมมี

วิญญานะนิโรธา นามะรูปะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งวิญญาน

ความไม่เกิดแห่งนามรูป ย่อมมี

นามะรูปะนิโรธา สะหายะตะนะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งนามรูป

ความไม่เกิดแห่งสหายตนะ ย่อมมี

สะหายะตะนะนิโรธา ผัสสะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งสหายตนะ

ความไม่เกิดแห่งผัสสะ ย่อมมี

ผัสสะนิโรธา เวทนานิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งผัสสะ

ความไม่เกิดแห่งเวทนา ย่อมมี

เวทนานิโรธา ตัณ्हานิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งเวทนา

ความไม่เกิดแห่งตัณหา ย่อมมี

ตัณ्हานิโรธา อุปาทานะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งตัณหา

ความไม่เกิดแห่งอุปาทาน ย่อมมี

อุปาทานะนิโรธา ภาวะะนิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งอุปาทาน

ความไม่เกิดแห่งภพ ย่อมมี

ภาวะะนิโรธา ชาตินิโรโธ

เพราะความไม่เกิดแห่งภพ ความไม่เกิดแห่งชาติ ย่อมมี

ชาตินิโรธา ชะรามะระณัง

โสกะปริเทวะทุกขะโทมนัสสอุปายาสา นิรุชฌันติ

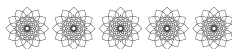
เพราะความไม่เกิดแห่งชาติ ชรามรณะ โสกะ

ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส และอุปายาสะ ย่อมดับ

เอวะเมตัสสะ เภวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ นิโรโธ โหติ.

ความไม่เกิด แห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้

ย่อมมี ด้วยอาการอย่างนี้



๓.๘ มงคล ๓๘

หันทะ มะยัง มังคะละสุตตะคาถาโย ภาณามะ เส.

อะเสวะนา จะ พาลานัง	(๑) การไม่คบคนพาล
ปณิตตานัญจะ เสวะนา	(๒) การคบบัณฑิต
ปุชา จะ ปุชะนียานัง	(๓) การบูชาบุคคลที่ควรบูชา
เอตัมมังคะละมุตตะมัง.	ธรรม ๓ อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด
ปะฏิรูปะเทสะวาโส จะ	(๔) การอยู่ในสถานที่ อันสมควร
ปุพเพ จะ กะตะปัญญะตา	(๕) ความเป็นผู้มีบุญ อันทำไว้แล้วในกาลก่อน
อัตตะสัมมาปะณิธิ จะ	(๖) การตั้งตนไว้ชอบ
เอตัมมังคะละมุตตะมัง.	ธรรม ๓ อย่างนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด
พาหุสัจจัญจะ	(๗) ความเป็นพหูสูต
ลিপปัญจะ	(๘) ความเป็นผู้มีศีลปะ

วินะโย จะ สุกฺกิขิตโต
 สุภาสิตา จะ ยา วาจา
 เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

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

มาตาปิตุอุปัฏฐานัง
 ปุตตะทาร์สสะ สักกะโห

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

อะนากุลา จะ กัมมันตา
 เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

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

ทานัญญจะ
 ธัมมะจะรียา จะ
 ญาตะกานัญญจะ สักกะโห
 อะนะวัชชานิ กัมมานิ
 เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

อาระตี วิระตี ปาปา
มัทตะปาณา จะ สัตถุญะโม

อัปปะมาโท จะ ธัมเมสุ

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๑๙) การงดเว้นจากบาป

(๒๐) การสำรวมจากการ
ดื่มน้ำเมา

(๒๑) ความไม่ประมาท
ในธรรมทั้งหลาย

ธรรม ๓ อย่างนี้
เป็นมงคลอันสูงสุด

การะโว จะ

นิวาโต จะ

สันตุฎฐี จะ

(๒๒) ความเคารพ

(๒๓) ความอ่อนน้อมถ่อมตัว

(๒๔) ความสันโดษยินดี
ในของที่มีอยู่

กะตัญญูตา

กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

(๒๕) ความกตัญญู

(๒๖) การฟังธรรมตามกาล
ธรรม ๕ อย่างนี้

เป็นมงคลอันสูงสุด

ขันตี จะ

โสวะจัสสะตา

สะมะณานัญจะ ทัสสะนัง

(๒๗) ความอดทน

(๒๘) ความเป็นคนว่าง่าย

(๒๙) การเห็นสมณะ
ผู้สงบบจากกิเลส

กาเลนะ ธรรมะสักัจฉา

(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

พุณฺณัฐสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ

(๓๕) จิตของผู้ใด อันโลกธรรม
กระทบแล้ว ไม่หวั่นไหว

อะโสกัง

(๓๖) เป็นจิตไม่เศร้าโศก

วิระชัง

(๓๗) เป็นจิตไร้ธุลีกิเลส

เขมมัง

(๓๘) เป็นจิตเกษมปลอดภัย

เอตัมมังคะละมุตตะมัง.

ธรรม ๔ อย่างนี้
เป็นมงคลอันสูงสุด

เอตาทิสานี กัตวานะ

เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
ครั้นได้กระทำมงคล ดังที่กล่าวมานี้แล้ว

สัพพัตถะมะปะราชิตา

เป็นผู้ไม่พ่ายแพ้ ในข้าศึกทั้งปวง

สัพพัตถะ โสตถิง คัจฉันติ

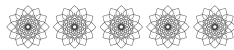
ย่อมถึงความสวัสดิ ในที่ทุกสถาน

ตันเตสัง มังคะละมุตตะมัง

ทั้งหมดนี้ เป็นมงคลอันสูงสุด

ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายเหล่านั้น โดยแท้

อิติ. ด้วยประการฉะนี้แล



๓.๔ มหาสติปัฏฐานสูตร

หันทะ มะยัง มหาสติปัฏฐานะสูตรัง ภาณามะ เส.

เอวัมเม สุตัง

ข้าพเจ้า ได้สดับจดจำมาแล้ว อย่างนี้

เอกัง สะมะยัง ภาคะวา กุรุสุ วิหะระติ

กัมมาสะธัมมัง นามะ กุณนัง นิคะโม.

ในสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า ประทับอยู่

ที่นิคมของชาวกุรุ ชื่อกัมมาสะธัมมะ ในแคว้นกุรุ

ตัตตระ โข ภาคะวา ภิกขุ อามันเตสิ ภิกขะโวติ.

ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้า

ตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย”

ภะทันเตติ เต ภิกขุ ภาคะวะโต ปัจจัสสโสสง.

ภิกษุทั้งหลายเหล่านั้นทูลรับแล้ว

ซึ่งพระดำรัสของพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า “พระเจ้าข้า”

ภาคะวา เอตะหะโวจะ.

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสแล้ว ซึ่งมหาสติปัฏฐานสูตรนี้
ดังต่อไปนี้

เอกายะโน อะยัง ภิกขเว มัคโค.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้ เป็นทางเดียว

สัตตานัง วิสุทฺธิยา,

เพื่อความบริสุทธิ์ ของสัตว์ทั้งหลาย

โสกะปริเทวานัง สะมะติกกะมาเย,

เพื่อความก้าวล่วง ซึ่งโสกะและปริเทวะทั้งหลาย

ทุกขะโทมนัสตานัง อตถังคะมาเย,

เพื่อความดับไป แห่งทุกข์และโทมนัสทั้งหลาย

ญายัสสะ อะธิคะมาเย,

เพื่อการบรรลุถึง ซึ่งอริยมรรค

นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยาเย,

เพื่อการกระทำให้แจ้ง ซึ่งพระนิพพาน

ยะทิทัง จัตตารो สติปฏฺฐานา

ทางนี้ คือ สติปฏฐานทั้งหลาย ๔ ประการ

กะตะเม จัตตารो.

สติปฏฐานทั้งหลาย ๔ ประการ มีอะไรบ้าง

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งกายในกาย อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลาย อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิต อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

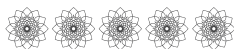
มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง.

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัสในโลก

อุทเทโส นิฏฐิตो.

อุทเทโส จบแล้ว



๑. กายานุปัสสนา

๑.๑ อานาปานปัพพะ

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

อะรัญญะคะโต วา,

ไปแล้วสู่ป่าก็ดี

รุกขะมูละคะโต วา,

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ดี

สุญญาคาระคะโต วา,

ไปแล้วสู่ที่ว่างจากเรือนก็ดี

นิสีหะติ ปัลลังกัง อาภุชิต์วา,

ย่อมนั่งพิงขาทั้งสองข้าง ให้เป็นบัลลังก์

อุชุง กายัง ปะณิธายะ,

ตั้งแล้วซึ่งกาย ให้ตรง

ปะริมขัง สะติง อุปปัณฐะเปตฺวา,

ดำรงไว้แล้ว ซึ่งสติ มุ่งตรงต่อกัมมัญฐาน

โส สโต วะ อัสสะสะติ,

เธอเป็นผู้มีสติอยู่นั้นเทียว ย่อมหายใจเข้า

สโต ปัสสะสะติ,

เป็นผู้มีสติอยู่นั้นเทียว ย่อมหายใจออก

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

‘สัพพะกายะปะภุสสังเวที อัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง

จักหายใจเข้า

‘สัพพะกายะปะฏิสังเวที ปัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ,
 ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ตลอดทั่วถึงซึ่งกายทั้งปวง
 จักหายใจออก

‘ปัสสัมมะยัง กายะสังขารัง อัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ,
 ย่อมศึกษาว่า เราระงับอยู่ ซึ่งกายสังขาร
 จักหายใจเข้า

‘ปัสสัมมะยัง กายะสังขารัง ปัสสะลิสสามิ’ติ ลิกขะติ.
 ย่อมศึกษาว่า เราระงับอยู่ ซึ่งกายสังขาร
 จักหายใจออก

เสยยะถาปี ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า

ทักโข ณะมะกาโร วา ณะมะการันเตวาสี วา,
 นายช่างกลึง หรือลูกมือของนายช่างกลึง
 ผู้มีความชำนาญ

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

รัสสัง วา อัญฉันโต ‘รัสสัง อัญฉามิ’ติ ปะชานาติ,
 เมื่อชักเชือกสั้น ย่อมรู้ชัดว่า เรากำลังชักเชือกสั้น

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

‘สัพพะกายะปะภุสสังเวที อัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ชัดตลอดทั่วถึง

ซึ่งกายทั้งปวง จักหายใจเข้า

‘สัพพะกายะปะภุสสังเวที ปัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เราเป็นผู้รู้ชัดตลอดทั่วถึง

ซึ่งกายทั้งปวง จักหายใจออก

‘ปัสสัมมะยัง กายะสังขารัง อัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ,

ย่อมศึกษาว่า เรายังบออยู่ ซึ่งกายสังขาร จักหายใจเข้า

‘ปัสสัมมะยัง กายะสังขารัง ปัสสะสิสสามิ’ติ ลิกขะติ.

ย่อมศึกษาว่า เรายังบออยู่ ซึ่งกายสังขาร จักหายใจออก

อิติ ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อชณัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งกายในกาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งกายในกาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย

ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุทปะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

ในกาย อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ

ในกาย อยู่บ้าง

สมุทปะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับ ในกาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัณฺณิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้น มีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะณัสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ กิณฺณิ โลเก อุปาทิยะติ.

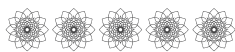
และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้

อานาปานะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก จบแล้ว



๑.๒ อริยาปกปัพพะ

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ คัจฉันโต วา ‘คัจฉามิ’ติ ปะชานาติ,

ภิกษุเมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า เราเดินอยู่

ฐิตो 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 กายของเธอเป็นกายที่ตั้งอยู่ โดยอาการใด ๆ

ตะถา ตะถา นัมปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัด ซึ่งกายนั้น โดยอาการนั้น ๆ

อิติ ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหระระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหระระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหระระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย

ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหระระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

ในกาย อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหระระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ

ในกาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหระระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับ ในกาย อยู่บ้าง

‘อัตถิ กาโย’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัฏฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้น มีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะฏิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

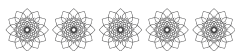
เธอเป็นผู้อันตณหาและทณฺฐิไม่อาศัยแล้ว อยู่
นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อูปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก
เอวัมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
 ซึ่งภายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้

อิริยาปะละปฺพพัง นิณฺฐิตัง.

หมวดอิริยาบถ จบแล้ว



๑.๓ สัมปชานปฺพว:

ปุณฺะ จะปะรัง ภิกฺขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก
ภิกฺขุ อะภิกกันเต ปะภิกกันเต สัมปะชานะการี โหติ,

ภิกษุเป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ
 ในการไปข้างหน้า และในการกลับหลัง

อาโลกิเต วิลอกิเต สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ
 ในการแลดู และในการเหลียวดู

สम्मิมฺญชิตะ ปะสาริตะ สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ
 ในการคู้เข้า และในการเหยียดออก

สังฆาฏิปัตตะจีวระธาระณ สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการใช้สอยสังฆาฏิ บาตร และจีวร

อะสีเต ปีเต ขายีเต สายีเต สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการฉ้น ในการดื่ม ในการเคี้ยว และในการลิ้ม

อุจจาระปัสสาวะกัมเม สัมปะชานะการี โหติ,

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ

ในการถ่ายอุจจาระ และปัสสาวะ

คะเต จิตะ นิสินเน สุตเต ชาคะริเต

ภาสีเต ตุณ्हีภาเว สัมปะชานะการี โหติ.

เป็นผู้มีปกติกระทำสัมปชัญญะ ในการเดิน

ในการยืน ในการนั่ง ในการนอน ในการตื่น

ในการพูด และในการนิ่ง

อิติ ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งภายในกาย ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
ในกาย อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ
ในกาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ.
เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับ ในกาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัณฺฐิตา โหติ,
อนึ่ง สติของภิกษุนั้น
เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้น มีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะภุสสะติมัตตายะ,
ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

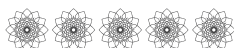
อะนิสฺสลิโต จะ วิหะระติ,
เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ ภิกฺขุจิ โลเก อุปาทิสฺสตี.
และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ ภิกฺขะเว ภิกฺขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้

สัมปะชานะปัฟพัง นิฉฐิตัง.

หมวดสัมพัชัญญะ จบแล้ว



๑.๔ ปฏิกุลมณสิการปัพพะ

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง, อุทรัง ปาทะตะลา,

อะโธ เกสะมัตตะกา, ตะจะปะริยัตถัง,

ปุรันนानันปะการัสสะ อะสุจิโน ปัจจะเวกขะติ,

ภิกษุย่อมพิจารณา ซึ่งกายนี้นั่นเทียว ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไป
เบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมา เบื้องล่าง ที่มีหนังหุ้ม
อยู่โดยรอบ เต็มด้วยสิ่งไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ

อิติ ดังนี้ว่า

อตถิ อิมัสมิง กายเ

ในกายนี้ มีแต่สิ่งปฏิกูล คือ

เกสา

ผมทั้งหลาย

โลมา

ขนทั้งหลาย

นะขา

เล็บทั้งหลาย

ทันตา

ฟันทั้งหลาย

ตะโจ

หนัง

มังสัง

เนื้อ

นํหารู

เอ็นทั้งหลาย

อฏฐิ

กระดูกทั้งหลาย

อัฐิมิณชัง	เยื่อในกระดูก
วิกัง	ไต
หะทะยัง	หัวใจ
ยะกะนัง	ตับ
กิโถมะกัง	พังผืด
ปีหะกัง	ม้าม
ปโปผาสัง	ปอด
อันตัง	ลำไส้ใหญ่
อันตะคุณัง	ลำไส้เล็ก
อุทะริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปัตตัง	ดี
เสมหัง	เสม็ด
พุพโพ	หนอง
โลหิตัง	เลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันชั้น
อัสสุ	น้ำตา
วะสา	เปลงมัน
เชโฬ	น้ำลาย
สิงขาณิกา	น้ำมูก
ละสิกา	ไขข้อ
มุตตัง	มูล

เสยยะถาปี ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า

อุทะโทมุขา มูโตะหิ ปุรา นานาวิหิตสสะ ธัญญัสสะ,

อุทะที่มีปากสองข้าง อันเต็มแล้ว ด้วยธัญพืชชนิดต่าง ๆ

เสยยะถิทัง

ได้แก่

สาสินัง

ข้าวสาลี

วิหีนัง

ข้าวเปลือก

มุตคานัง

ถั่วเขียว

มาสานัง

ถั่วเหลือง

ติลานัง

งา

ตณฺฑุลานัง

ข้าวสาร

ตะเมนัง จักขุมา ปุริโส มญฺจุติว ปัจจะเวกเขยยะ,

บุรุษผู้มีตาดี เปิดออกแล้ว ซึ่งอุطنั้น พึงพิจารณาเห็น

อิติ

ดังนี้ว่า

อิเม สาลี

เหล่านี้ข้าวสาลี

อิเม วิหิ

เหล่านี้ข้าวเปลือก

อิเม มุตคา

เหล่านี้ถั่วเขียว

อิเม มาสา

เหล่านี้ถั่วเหลือง

อิเม ตีลา

เหล่านี้งา

อิเม ตณฺฑุลา

เหล่านี้ข้าวสาร

เอวะเมวะ โข ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นเหมือนกันแล

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง, อุทธัง ปาทะตะลา,
 อะโร เกสมะตตะกา, ตะจะปะริยันตัง,
 ปุรินนानัปปะการัสสะ อะสุจิโน ปัจจะเวกขะติ,

ภิกษุยอมพิจารณา ซึ่งกายนี้นั่นเทียว ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไป
 เบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมา เบื้องล่าง ที่มีหนังหุ้มอยู่
 โดยรอบ เต็มด้วยสิ่งไม่สะอาด มีประการต่าง ๆ

อิติ	ดังนี้ว่า
อตฺถิ อิมัสมิง กายเ	ในกายนี้ มีแต่สิ่งปฏิกูล คือ
เกสา	ผมทั้งหลาย
โลมา	ขนทั้งหลาย
นะขา	เล็บทั้งหลาย
ทันทา	พื่นทั้งหลาย
ตะโจ	หนัง
มังสํ	เนื้อ
นํหารู	เอ็นทั้งหลาย
อํฐี	กระดูกทั้งหลาย
อํฐิมิณฺหัง	เยื่อในกระดูก
วักกั	ไต
หะทะยํ	หัวใจ
ยะกะนัง	ตับ
กิโลมะกั	พังผืด
ปิหะกั	ม้าม

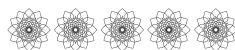
ปิปผาสัง	ปอด
อันทัง	ลำไส้ใหญ่
อันทะคุณัง	ลำไส้เล็ก
อุทะริยัง	อาหารใหม่
กะรีสัง	อาหารเก่า
ปิตตัง	ดี
เสมหัง	เสมหะ
ปุพโพ	หนอง
โลหิตัง	เลือด
เสโท	เหงื่อ
เมโท	มันข้น
อัสสุ	น้ำตา
วะสะ	เปลงมัน
เขโฬ	น้ำลาย
สิงฆาณิกา	น้ำมูก
ละลิกา	ไขข้อ
มุตตัง	มูล...

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้

ปะฏิกุละมะนะสิการะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดการใส่ใจสิ่งปฏิกุศล จบแล้ว



๑.๕ ธาตุมนสิการปัพพะ

ปุณฺณ จะประรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่นยังมีอยู่อีก

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง ยะถาสฺมิตัง

ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส ปัจจะเวกขะติ,

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น ซึ่งกายนี้นั่นเทียว ตามอาการที่
ตั้งอยู่ ตามอาการที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุ

อิติ, ดังนี้ว่า

อตฺถิ อิมัสมิง กายะ,

ในกายนี้ มีแต่ธาตุ คือ

ปะฐวีธาตุ,

ธาตุดิน

อาโปธาตุ,

ธาตุน้ำ

เตโชธาตุ,

ธาตุไฟ

วาโยธาตุ,

ธาตุลม

เสยยะถาปี ภิกษเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปมาเหมือนว่า
 ทักโข โคฆาตโก วา โคฆาตะกันเตวาสี วา,
 คนฆ่าโค หรือลูกมือของคนฆ่าโค ผู้มีความชำนาญ
 คาวิง วรিতฺวา,
 ฆ่าแล้ว ซึ่งแม่โค

จตุมะหาปะเถ วิละโส ปฏิวิระชิตฺวา นิสินโน อัสสะ,
 ข้าแหละออกเป็นส่วน ๆ แล้ว
 พึงนั่งขายเนื้ออยู่ ที่ตลาด บริเวณทางใหญ่ ๔ แพร่ง

เอวะเมวะ โข ภิกษเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นเหมือนกันแล

ภิกขุ อิมะเมวะ กายัง ยะถาฐิตัง

ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส ปัจจะเวกชะติ,

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น ซึ่งกายนี้นั้นเพียว
 ตามอาการที่ตั้งอยู่ ตามอาการที่ดำรงอยู่
 โดยความเป็นธาตุ

อิติ, ดังนี้ว่า

อตถิ อิมัสมิง กายะ,

ในกายนี้ มีแต่ธาตุ คือ

ปะฐวีธาตุ,

ธาตุดิน

อาโปธาตุ,

ธาตุน้ำ

เตโชธาตุ,

ธาตุไฟ

วาโยธาตุ,

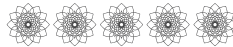
ธาตุลม

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้

ธาตุมนะสิการะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดการใส่ใจธาตุ จบแล้ว



๑.๖ ปฐมสัฏกปิพพ:

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริรัง สีวะถิกาย จัฑทิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

เอกาหะมะตัง วา, ที่ตายแล้ว ๑ วันก็ตาม
 ทวีหะมะตัง วา, ที่ตายแล้ว ๒ วันก็ตาม
 ตีหะมะตัง วา, ที่ตายแล้ว ๓ วันก็ตาม
 อุทฐมาตะกัง, ที่พองขึ้นอืด
 วินีละกัง, ที่มีสีเขียวคล้ำ
 วิบุพพะกะชาตัง, ที่มีน้ำเหลืองเยิ้ม

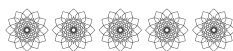
โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ
 ซึ่งกายนี้นั้นเทียว กับซากศพนั้น

อิติ, ดังนั้นว่า
 อะยัมปิ โข กาโย, กายแม้นี้แล
 เอวังธัมโม, ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวี, มีลักษณะเป็นอย่างนี้
 เอวังอะนะติโต, ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้...

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
 ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



๑.๗ กุติยสัฏกปิพพะ

ปุณะ จะปะรัง ภิขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะวีรัง สีวะถิกาย ฉัทธิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิขุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

กาเกหิ วา ชัชชะมานัง,

อันกาทั้งหลาย จิกกินอยู่บ้าง

คิขณฺเหหิ วา ชัชชะมานัง,

อันแร้งทั้งหลาย จิกกินอยู่บ้าง

กุลละเลหิ วา ชัชชะมานัง,

อันเหยี่ยวทั้งหลาย จิกกินอยู่บ้าง

สุวาณฺเหหิ วา ชัชชะมานัง,

อันสุนัขทั้งหลาย กัดกินอยู่บ้าง

สิงคาลฺเลหิ วา ชัชชะมานัง,

อันสุนัขจิ้งจอกทั้งหลาย กัดกินอยู่บ้าง

วิวิเรหิ วา ปาณะกะชาเตหิ ชัชชะมานัง,

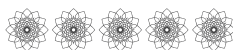
อันสัตว์ทั้งหลายชนิดต่าง ๆ กัดกินอยู่บ้าง

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้นั้น เทียบ กับซากศพนั้น

ดูก่อนมิใช่ทุกหลาย มิใช่เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



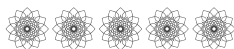
ປູນະ ຈະປະຮັ່ງ ກິດຂະເວ,

อัญฐิสังขะลิกัง,
สะมังสะโลหิตัง,
นัหารุสสัมพันธัง,

ที่เป็นโครงกระดูก
ที่ยังมีเนื้อและเลือดติดอยู่
ที่ยังมีเอ็นรึงรัดอยู่

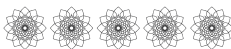
เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ
ซึ่งกายนี้มันเพี้ยน กับซากศพนั้น

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



ปุณะ จะประรัง ภิกขเว,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก
 ภิกษุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สรรีรัง สีวะธิกาย ฉัททิตัง,
 อุปมาเหมือนว่า
 ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

ซึ้งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



๑.๑๐ ปญจมสัฏฐิกกปิพพะ

ปุณนะ จะประรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกษุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะธิกาย ฉัทธิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อัญฐิสังขะลิกัง,

ที่เป็นโครงกระดูก

อะปะคะตะมังสะโลหิตัง,

ที่ปราศจากเนื้อและเลือด

นัหารุสสัมพันธัง,

ที่ยังมีเอ็นรัดอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้นั้น เทียบ กับซากศพนั้น

อิติ,

ดังนั้นว่า

อะยัมปิ โข กาโย,

กายแบบนี้แล

เอวังธัมโม,

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี่,

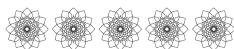
มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตีโต,

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้...

เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



๑.๑๑ ฉัตถสวักกปิพพ:

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะริริง สิวะถิกาย จัตถิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อัญญิกานิ,

ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

อะปะคะตะนัหารุสสัมพันธานิ,

ที่ปราศจากเอ็นรึงรัดไว้แล้ว

ทิสาวิติสา วิกขิตตานิ,

กระจัดกระจายไป ในทิศใหญ่และทิศเฉียง

อัญญะ หัตถัญญิกัง,

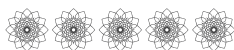
กระดูกส่วนมือ อยู่ทางหนึ่ง

อัญญะ ปาถัญญิกัง,

กระดูกส่วนเท้า อยู่ทางหนึ่ง

อัญญะ ชังฆัญญิกัง,
 กระดูกส่วนแข้ง อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ อรุญญิกัง,
 กระดูกส่วนขา อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ กะภุญญิกัง,
 กระดูกส่วนเอว อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ ปิญญัญญิกัง,
 กระดูกส่วนหลัง อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ ชันธัญญิกัง,
 กระดูกส่วนไหล่ อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ คีวัณญิกัง,
 กระดูกส่วนคอ อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ หนะนุกัญญิกัง,
 กระดูกส่วนคาง อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ ทันตัญญิกัง,
 กระดูกส่วนฟัน อยู่ทางหนึ่ง
 อัญญะ สีสะกะภาหัง,
 กะโหลกศีรษะ อยู่ทางหนึ่ง
 โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,
 เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ
 ซึ่งกายนี้กับเขี้ยว กับซากศพนั้น

ดูก่อนมิใช่ทุกหลาย มิใช่เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



ປູນະ ຈະປະຮັ່ງ ກິກຂະເວ,

ดูก่อนฝึกหัดทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรိรัง สีวะธิกาย จัฑทิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อัญญิกานิ, ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

เสตานี, ที่มีสีขาว

สังขะวันณูปะนิภาณิ, มีสีเหมือนนสีสังข์

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอยอมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้มันเกี่ยว กับซากศพนั้น

๑๓.

ดังนั้น

อะยมปิ โข กาโย,

กายแม่นแล

ເວັງຮັມໂມ,

ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอนังภาว,

มีลักษณะเป็นอย่างนี้

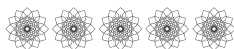
เอวังอะนะตีโต,

ไม่ล่องพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระตติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งภายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



១.១៣ វិញ្ញាបនបត្រវិទ្យាសាស្ត្រ

ປູນະ ຈະປະຮັ່ງ ກິດຂະເວ,

ดูก่อนมิใช่ทุกหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ เสนยยะถาปี ปัสสเสยยะ สะรீรัง สีวะธิกาย จัณฑิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

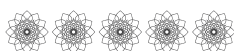
อัญญิกานิ, ที่เป็นกระดุกทั้งหลาย
 ปุญชกิตานิ, ที่กองรวมกันอยู่
 เตโรวัสติกานิ, ที่มีอายุเกินกว่า ๑ ปี

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ
 ซึ่งกายนี้นั้นเทียว กับซากศพนั้น

อิตติ, ดั่งนี้ว่า
 อะยัมปิ โข กาโย, กายแม่นี้แล
 เอวังธัมโม, ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวี, มีลักษณะเป็นอย่างนี้
 เอวังอะนะติโต, ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้
 เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
 ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้



๑.๑๔ นวมสัฏกปิพพ:

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกษุ เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรีรัง สีวะธิกาย ฉัททิตัง,

อุปมาเหมือนว่า

ภิกษุพึงเห็น ซึ่งซากศพ ที่เขาทิ้งไว้แล้ว ในป่าช้า

อัญญิกานิ, ที่เป็นกระดูกทั้งหลาย

ปุตินิ, ที่สุปน

จุนณะกะชาตานิ, ที่มีลักษณะเป็นผุยผงแล้ว

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ,

เธอย่อมพิจารณาเปรียบเทียบ

ซึ่งกายนี้นั้น เทียบ กับซากศพนั้น

อิตติ, ดังนี้ว่า

อะยัมปิ โข กาโย, กายแม้นี้แล

เอวังธัมโม, ก็มีความเป็นอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี, มีลักษณะเป็นอย่างนี้

เอวังอะนะตีโต, ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิตติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมตัตตัง วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมตัตตะพะหิทธา วา กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย ทั้งภายใน

และภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

ในกาย อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ

ในกาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับ ในกาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัฏฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ต้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า กายเท่านั้น มีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะฐิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสลิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทฤษฎีไม่อาศัยแล้ว อยู่
นะ จะ กิณฺจ โลก อุปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก
เอวัมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

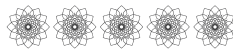
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งกายในกาย อยู่ แม้อย่างนี้

นะวะสฺสวะถิกะปฺพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดป่าช้า ๙ จบแล้ว

กายานุปัสสนา นิฏฐิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งกาย จบแล้ว



๒. เวทนานุปัสสนา

กะถัญจะ ภิกฺขเว ภิกฺขุ เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลาย อยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกฺขเว ภิกฺขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

สุขัง วา เวทะนัง เวทะยะมานโน

‘สุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นสุข

ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นสุข

ทุกขัง วา เวทะนัง เวทะยะมานโน

‘ทุกขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นทุกข์

ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นทุกข์

อะทุกขะมะสุขัง วา เวทะนัง เวทะยะมานโน

‘อะทุกขะมะสุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข

ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่ไม่ใช่ทุกข์

และไม่ใช่สุข

สามิสสัง วา สุขัง เวทะนัง เวทะยะมานโน

‘สามิสสัง สุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นสุข อันเกี่ยวเนื่อง

กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา

ที่เป็นสุข อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส

นิรามิสัง วา สุขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘นิรามิสัง สุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นสุข อันไม่เกี่ยวเนื่อง

กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ซึ่งเวทนา

ที่เป็นสุข อันไม่เกี่ยวเนื่องกับอามิส

สามิสัง วา ทุกขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘สามิสัง ทุกขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นทุกข์ อันเกี่ยวเนื่อง

กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา

ที่เป็นทุกข์ อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส

นิรามิสัง วา ทุกขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘นิรามิสัง ทุกขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่เป็นทุกข์ อันไม่เกี่ยวเนื่อง

กับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา

ที่เป็นทุกข์ อันไม่เกี่ยวเนื่องกับอามิส

สามิสัง วา อะทุกขมะสุขัง เวทะนัง เวทะยะมาโน

‘สามิสัง อะทุกขมะสุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ,

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข

อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่

ซึ่งเวทนา ที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข อันเกี่ยวเนื่องกับอามิส

นิรามิสัง วา อะทุกขมะสุขัง เวทะนัง เวทะยะมานโน
‘นิรามิสัง อะทุกขมะสุขัง เวทะนัง เวทะยามิ’ติ ปะชานาติ.

เมื่อเสวยอยู่ ซึ่งเวทนา ที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข
อันไม่เกี่ยวเนื่องกับอามิส ย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยอยู่
ซึ่งเวทนา ที่ไม่ใช่ทุกข์และไม่ใช่สุข อันไม่เกี่ยวเนื่อง
กับอามิส

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิทธา วา เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา

ในเวทนาทั้งหลาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา

ในเวทนาทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา เวทะนาสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

ในเวทนาทั้งหลาย อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา เวทะนาสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ

ในเวทนาทั้งหลาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา เวทะนาสุ วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับ ในเวทนาทั้งหลาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ เวทะนา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัณฺณิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น เป็นสภาวะ
ที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า เวทนาเท่านั้น มีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะณิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทวิญฺฐิไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อุปาทิยะติ.

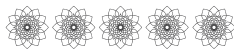
และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลาย อยู่ แม้อย่างนี้

เวทะนานุปัสสนา นิณฺณิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา จบแล้ว



๓. จิตตานุปัสสนา

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ จิตเต จิตตานุปัสสี วิหระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งจิตในจิต อยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

สราคัง วา จิตตัง ‘สราคัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ประกอบด้วยราคะว่า
เป็นจิตที่ประกอบด้วยราคะ

วิตะราคัง วา จิตตัง ‘วิตะราคัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ปราศจากราคะว่า
เป็นจิตที่ปราศจากราคะ

สะโทสัง วา จิตตัง ‘สะโทสัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ประกอบด้วยโทสะว่า
เป็นจิตที่ประกอบด้วยโทสะ

วิตะโทสัง วา จิตตัง ‘วิตะโทสัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ปราศจากโทสะว่า
เป็นจิตที่ปราศจากโทสะ

สะโมหัง วา จิตตัง ‘สะโมหัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ประกอบด้วยโมหะว่า
เป็นจิตที่ประกอบด้วยโมหะ

วิตะโมหัง วา จิตตัง ‘วิตะโมหัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ปราศจากโมหะว่า

เป็นจิตที่ปราศจากโมหะ

สังขิตตัง วา จิตตัง ‘สังขิตตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่หุดหู่ว่า เป็นจิตที่หุดหู่

วิกขิตตัง วา จิตตัง ‘วิกขิตตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ฟุ้งซ่านว่า เป็นจิตที่ฟุ้งซ่าน

มะหัคคะตัง วา จิตตัง ‘มะหัคคะตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่เป็นมหัคคตะว่า

เป็นจิตที่เป็นมหัคคตะ

อะมะหัคคะตัง วา จิตตัง

‘อะมะหัคคะตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ไม่เป็นมหัคคตะว่า

เป็นจิตที่ไม่เป็นมหัคคตะ

สะอุตตะรัง วา จิตตัง

‘สะอุตตะรัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่มีจิตอื่นยิ่งกว่าว่า

เป็นจิตที่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

อะนุตตะรัง วา จิตตัง

‘อะนุตตะรัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่าว่า

เป็นจิตที่ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

สมาหิตัง วา จิตตัง

‘สมาหิตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ตั้งมั่นดีว่า เป็นจิตที่ตั้งมั่นดี

อสมาหิตัง วา จิตตัง

‘อสมาหิตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ไม่ตั้งมั่นดีว่า เป็นจิตที่ไม่ตั้งมั่นดี

วิมุตตัง วา จิตตัง ‘วิมุตตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่หลุดพ้นแล้วว่า เป็นจิตที่หลุดพ้นแล้ว

อวิมุตตัง วา จิตตัง ‘อวิมุตตัง จิตตัน’ติ ปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจิตที่ยังไม่หลุดพ้นว่า เป็นจิตที่ยังไม่หลุดพ้น

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิต ภายใน อยู่บ้าง

พะหิทธา วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิต ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งจิตในจิต ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา จิตตัสสิมัง วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด ในจิต อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา จิตตัสมิท วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ ในจิต อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา จิตตัสมิท วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับ ในจิต อยู่บ้าง

‘อตฺถิ จิตฺตํ’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัญฺหิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า จิตเท่านั้น มีอยู่

ยาวะทวะ ญฺญานะมัตตายะ ปะฏิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสฺสิตो จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ ภิกฺขุจิ โลเก อูปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

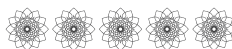
เอวัมปิ โข ภิกฺขะเว ภิกฺขุ จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งจิตในจิต อยู่ แม้อย่างนี้

จิตตานุปัสสนา นิฏฺฐิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิต จบแล้ว



๔. ฐมนานุสสนา

๔.๑ นวณปพว:

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ ฐมเมสุ ฐมนานุสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย อยู่ อย่างไรเล่า

อิระ ภิกขเว ภิกขุ ฐมเมสุ ฐมนานุสสี วิหะระติ

ปัญจะสุ นีวะระณสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คือนิวรรณ์ ๕ อยู่

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ ฐมเมสุ ฐมนานุสสี วิหะระติ

ปัญจะสุ นีวะระณสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คือนิวรรณ์ ๕ อยู่ อย่างไรเล่า

อิระ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนานี้

สันตัง วา อัชฌัตตัง กามัจฉันตัง

‘อตถิ เม อัชฌัตตัง กามัจฉันโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความพอใจในกาม ที่มีอยู่ ภายในตนว่า

ความพอใจในกาม มีอยู่ ภายในของเรา

อสันตัง วา อัมมัตตัง กามัจฉันตัง

‘นัตถิ เม อัมมัตตัง กามัจฉันโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความพอใจในกาม ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
ความพอใจในกาม ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ กามัจฉันตัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งความพอใจในกาม ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ กามัจฉันตัสสะ

ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

การละ ซึ่งความพอใจในกาม ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ กามัจฉันตัสสะ

อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งความพอใจในกาม
ที่ละได้แล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อัมมัตตัง พยาปาตัง

‘อัตถิ เม อัมมัตตัง พยาปาโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความกระทบกระทั่งแห่งจิต ที่มีอยู่ ภายใน
ตนว่า ความกระทบกระทั่งแห่งจิต มีอยู่ ภายในของเรา

อสนัตถ์ วา อัชฌัตตัง พยาปาทั

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง พยาปาโท’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความกระทบกระทั่งแห่งจิต

ที่ไม่มีมีอยู่ ภายในตนว่า ความกระทบกระทั่งแห่งจิต

ไม่มีมีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปันนัสสะ พยาปาทัสสะ อุปปาโท โหติ,

ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งความกระทบกระทั่งแห่งจิต

ที่ยังไม่เกิด ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปันนัสสะ พยาปาทัสสะ ปะหานัง โหติ,

ตัญจะ ปะชานาติ,

การละ ซึ่งความกระทบกระทั่งแห่งจิต ที่เกิดขึ้นแล้ว

ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ พยาปาทัสสะ

อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งความกระทบกระทั่ง

แห่งจิต ที่ได้แล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด

ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สนัตถ์ วา อัชฌัตตัง ถินะมิทัง

‘อตถิ เม อัชฌัตตัง ถินะมิทัง’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความท้อแท้และง่วงซึม ที่มีอยู่ ภายใน

ตนว่า ความท้อแท้และง่วงซึม มีอยู่ ภายในของเรา

อสันตัง วา อัมมัตตัง ถินะมิตถัง

‘นัตถิ เม อัมมัตตัง ถินะมิตถัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความท้อแท้และง่วงซึม ที่ไม่มีอยู่ ภายใน
ตนว่า ความท้อแท้และง่วงซึม ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ ถินะมิตถัสสะ อุปปาโท โหติ,
ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งความท้อแท้และง่วงซึม ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ ถินะมิตถัสสะ ปะหานัง โหติ,
ตัญจะ ปะชานาติ,

การละ ซึ่งความท้อแท้และง่วงซึม ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ ถินะมิตถัสสะ

อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งความท้อแท้และง่วงซึม
ที่ละได้แล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อัมมัตตัง อุทริจจะกุกกุจจัง

‘อัตถิ เม อัมมัตตัง อุทริจจะกุกกุจจัน’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ
ที่มีอยู่ ภายในตนว่า ความฟุ้งซ่าน
และความเดือดร้อนใจ มีอยู่ ภายในของเรา

อสนัตถ วา อชณัตตง อุตถจจะกุกกจจจ

‘นัตถิ เม อชณัตตง อุตถจจะกุกกจจจ’ติ ปะชานาติ,

ย้อมรู้ซัด ซึ่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ

ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า ความฟุ้งซ่าน

และความเดือดร้อนใจ ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อานุปปันนัสสะ อุตถจจะกุกกจจจ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ

ที่ยังไม่เกิด ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ซัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปันนัสสะ อุตถจจะกุกกจจจ

ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

การละ ซึ่งความฟุ้งซ่านและความเดือดร้อนใจ

ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ซัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ อุตถจจะกุกกจจจ

อายะติง อานุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งความฟุ้งซ่าน

และความเดือดร้อนใจ ที่ละได้แล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด

ย่อมรู้ซัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สนัตถ วา อชณัตตง วิจิกจจจ

‘อถถิ เม อชณัตตง วิจิกจจจ’ติ ปะชานาติ,

ย้อมรู้ซัด ซึ่งความล่งเลงสัย ที่มีอยู่ ภายในตนว่า

ความล่งเลงสัย มีอยู่ ภายในของเรา

อสนัตตัง วา อัชฌัตตัง วิจิกิจฉัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง วิจิกิจฉา’ติ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งความลึกลับสงสัย ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
ความลึกลับสงสัย ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนนายะ วิจิกิจฉายะ อุปปาโท โหติ,
ตัถฺยจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งความลึกลับสงสัย ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปีนนายะ วิจิกิจฉายะ ปะหานัง โหติ,
ตัถฺยจะ ปะชานาติ,

การละ ซึ่งความลึกลับสงสัย ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนายะ วิจิกิจฉายะ อายะติง

อะนุปปาโท โหติ, ตัถฺยจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งความลึกลับสงสัย
ที่ละได้แล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

อิตติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัชฌัตตัง วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิตธา วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายนอก อยู่บ้าง

อชฌัตตะพะหิตธา วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ ธัมมา’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปปัฏฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุ นั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้น มีอยู่

ยาระเหวระ ญาณะมัตตายะ ปะภิสสะตัมมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทฤษฎีไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ กิณฺณิ โลเก อุปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ

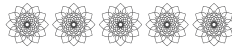
ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ ปัญจะสุ นีวะระเณสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คือนิรวรณ ๕ อยู่ แม้อย่างนี้

นีวะระณะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดนิรวรณ จบแล้ว



๔.๒ ขันธปัพพะ

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

ปัญจะสุ อุปาทานักขันเธสุ.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออุปาทานขันธ ๕ อยู่

กะถัญจะ ปะนะ ภิกขะเว ภิกขุ ัมเมสุ

ัมมานุปัสสี วิหะระติ ปัญจะสุ อุปาทานักขันเธสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออุปาทานขันธ ๕ อยู่

อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนานี้

อิติ, ตามเห็นดังนี้ว่า

อิติ รูปัง,

สภาวะนี้เป็นรูป

อิติ รูปัสสะ สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งรูป

อิติ รูปัสสะ อตถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งรูป

อิติ เวทนา,

สภาวะนี้เป็นเวทนา

อิติ เวทนายะ สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งเวทนา

อิติ เวทนายะ อตถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งเวทนา

อิติ สัญญา,

สภาวะนี้เป็นสัญญา

อิติ สัญญายะ สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งสัญญา

อิติ สัญญายะ อตถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งสัญญา

อิติ สังขารา,

สภาวะนี้เป็นสังขารทั้งหลาย

อิติ สังขารานัง สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งสังขารทั้งหลาย

อิติ สังขารานัง อตถังคะโม,

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งสังขารทั้งหลาย

อิติ วิญญาณัง,

สภาวะนี้เป็นวิญญาณ

อิติ วิญญานัสสะ สะมุทะโย,

ธรรมนี้เป็นเหตุเกิดแห่งวิญญาน

อิติ วิญญานัสสะ อตถังคะโม.

ธรรมนี้เป็นเหตุดับแห่งวิญญาน

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิทธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สะมุทะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

วะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
และธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ ธัมมา’ติ วา ปะณัสสะ สะติ ปัจจุปฺปฐิตา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้น มีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะฐิสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทวิญญูไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ ภิกฺขุ โลเก อุปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ ธัมเมสุ

ธัมมานุปัสสี วิหะระติ ปัญจะสุ อุปาทานักขันเธสุ.

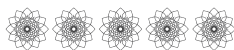
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออุปาทานขันธ ๕ อยู่

แม้อย่างนี้

ขันธะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดขันธ จบแล้ว



๔.๓ อายตนปัพพะ

ปุณะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

ฉะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย

คืออายตนะภายในและภายนอก อย่างละ ๖ อยู่

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

ฉะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออายตนะภายใน

และภายนอก อย่างละ ๖ อยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนานี้

จักขุญจะ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งตาด้วย

รูเป จะ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งรูปทั้งหลายด้วย

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

สัณฺญะณํโศ อาศัยแล้ว ซึ่งตาและรูปทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัด ซึ่งสัณฺญะณํนั้นด้วย

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

ความเกิดขึ้น แห่งสัณฺญะณํ ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

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

การละ ซึ่งสัณฺญะณํ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

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

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งสัณฺญะณํ ที่ละได้แล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

**โสตัณจะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุด้วย**

**สัทเต จะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งเสียงทั้งหลายด้วย**

**ยัญจะ ตะพุทะยัง ปะภูิจจะ อุปปัชชติ สัญญะชะนัง,
ตัญจะ ปะชานาติ,**

สัญญาชนใด อาศัยแล้ว ซึ่งหูและเสียงทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัด ซึ่งสัญญาชนนั้นด้วย

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

ความเกิดขึ้น แห่งสัญญาชน ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

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

การละ ซึ่งสัญญาชน ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

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

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งสัญญาชน ที่ละได้แล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ฆานัญจะ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งจุมุกด้วย

คันธะ จะ ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัด ซึ่งกลิ่นทั้งหลายด้วย

**ยัญจะ ตะทะยัง ปะภูจจะ อุปปัชชติ สัญญะนัง,
ตัญจะ ปะชานาติ,**

สัญญะชนโด อาศัยแล้ว ซึ่งจุมกและกลืนทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัด ซึ่งสัญญะชนนั้นด้วย

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

ความเกิดขึ้น แห่งสัญญะชน ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

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

การละ ซึ่งสัญญะชน ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

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

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งสัญญะชน ที่ละได้แล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ชีวิหัญจะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งลึ้นด้วย**

**ระเส จะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งรสทั้งหลายด้วย**

ยัญจะ ตะพุทะยัง ปะภูิจจะ อุปปัชชติ สัญญะนัง,
ตัญจะ ปะชานาติ,

สัญญะนังใด อาศัยแล้ว ซึ่งล้นและรสทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัด ซึ่งสัจจะนั้นด้วย

ยะถา จะ อะนุปันนัสสะ สัจจะนัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งสัจจะ ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนี้ด้วย

ยะถา จะ อุปันนัสสะ สัจจะนัสสะ
ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

การละ ซึ่งสัจจะ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัดซึ่งเหตุนี้ด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัจจะนัสสะ
อายะติ อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งสัจจะ ที่ได้แล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนี้ด้วย

กายัญจะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งกายด้วย

โฆฏฐัพเพ จะ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งโฆฏฐัพพะทั้งหลายด้วย

ยัญจะ ตะทุยัง ปะฏิจะ อุปปัชชติ สัญญะนัง,
 ตัญจะ ปะชานาติ,

สัญญะชนิโด อาศัยแล้ว ซึ่งกายและโณฐัพพะ
 ทั้งสองนั้น ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัด ซึ่งสัญญะชนินั้นด้วย

ยะถา จะ อะนุปันนัสสะ สัญญะชนัสสะ
 อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งสัญญะชน์ ที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปันนัสสะ สัญญะชนัสสะ
 ปะหานัง โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

การละ ซึ่งสัญญะชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัญญะชนัสสะ
 อายะติง อะนุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งสัญญะชน์ ที่ละได้แล้ว
 ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

มะนัญจะ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งใจด้วย

ธัมเม จะ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งธรรมทั้งหลายด้วย

**ยัญจะ ตะพุทะยัง ปะฏิจะจะ อุปปัชชะติ สัญโญชนะนัง,
ตัณจะ ปะชานาติ,**

สัญโญชนใด อาศัยแล้ว ซึ่งใจและธรรมทั้งสองนั้น
ย่อมเกิดขึ้น ย่อมรู้ชัด ซึ่งสัญโญชนนั้นด้วย

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

ความเกิดขึ้น แห่งสัญโญชน ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

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

การละ ซึ่งสัญโญชน ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด
ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

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

ความไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แห่งสัญโญชน ที่ละได้แล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเอง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายใน อยู่บ้าง

พะทิตธา วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายนอก อยู่บ้าง

อชณัตตะพะทิตธา วา ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุทปะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

สมุทปะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ ธัมมา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิทา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุ นั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะเห็นว่า ธรรมเท่านั้น มีอยู่

ยาวะทะวะ ญาณะมัตตายะ ปะภุสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ

และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ กิณฺณิ โลเก อุปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขเว ภิกขุ รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ฉะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อาเยตะเนสุ.

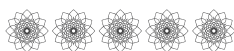
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออายตนะภายใน

และภายนอก อย่างละ ๖ อยู่ แม้อย่างนี้

อาเยตะนะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดอายตนะ จบแล้ว



๔.๔ โพชฌงค์ปพฺพะ

ปุณฺะ จะปะรัง ภิกขเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ สัตตะสุ โพชฌงค์.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คือโพชฌงค์ ๗ อยู่

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ
 สัตตะสุ โพชฌังเคสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
 ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คือโพชฌงค์ ๗ อยู่
 อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

สันตัง วา อชฌัตตัง สะติสัมโพชฌังคัง

‘อัตถิ เม อชฌัตตัง สะติสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งสติสัมโพชฌงค์ ที่มีอยู่ ภายในตนว่า
 สติสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ภายในของเรา

อสันตัง วา อชฌัตตัง สะติสัมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อชฌัตตัง สะติสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งสติสัมโพชฌงค์ ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
 สติสัมโพชฌงค์ ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนัสนัสสะ สะติสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งสติสัมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุอันด้วย

**ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สะติสัมโพชฌังคัสสะ
ภาวนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.**

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา แห่งสติสัมโพชฌงค์
ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อชฌัตตัง รัมมะวิจยะสัมโพชฌังคัง

‘อัตถิ เม อชฌัตตัง รัมมะวิจยะสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งรัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ที่มีอยู่ ภายในตนว่า
รัมมวิจยสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ภายในของเรา

อสันตัง วา อชฌัตตัง รัมมะวิจยะสัมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อชฌัตตัง รัมมะวิจยะสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งรัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
รัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

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

ความเกิดขึ้น แห่งรัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

**ยะถา จะ อุปปันนัสสะ รัมมะวิจยะสัมโพชฌังคัสสะ
ภาวนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.**

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา
แห่งรัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อชฌัตตัง วิริยสัมโพชฌังคัง

‘อตฺถิ เม อชฌัตตัง วิริยสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งวิริยสัมโพชฌงค์ ที่มีอยู่ ภายในตนว่า
 วิริยสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ภายในของเรา

อสันตัง วา อชฌัตตัง วิริยสัมโพชฌังคัง

‘นตฺถิ เม อชฌัตตัง วิริยสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งวิริยสัมโพชฌงค์ ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
 วิริยสัมโพชฌงค์ ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปन्नัสสะ วิริยสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งวิริยสัมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิด
 ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปन्नัสสะ วิริยสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวะนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา แห่งวิริยสัมโพชฌงค์
 ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อชฌัตตัง ปีติสัมโพชฌังคัง

‘อตฺถิ เม อชฌัตตัง ปีติสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
 ย่อมรู้ชัด ซึ่งปีติสัมโพชฌงค์ ที่มีอยู่ ภายในตนว่า
 ปีติสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ภายในของเรา

อสังตัง วา อัชฌัตตัง ปิติสัมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง ปิติสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมนรู้ชัด ซึ่งปิติสัมโพชฌังคัง ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
ปิติสัมโพชฌังคัง ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ ปิติสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งปิติสัมโพชฌังคัง ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ ปิติสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวะนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา แห่งปิติสัมโพชฌังคัง
ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

สังตัง วา อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชฌังคัง

‘อัตถิ เม อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมนรู้ชัด ซึ่งปัสสัทธิสัมโพชฌังคัง ที่มีอยู่ ภายในตนว่า
ปัสสัทธิสัมโพชฌังคัง มีอยู่ ภายในของเรา

อสังตัง วา อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อัชฌัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,

ย่อมนรู้ชัด ซึ่งปัสสัทธิสัมโพชฌังคัง ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
ปัสสัทธิสัมโพชฌังคัง ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ ปัสสัทธิสัสมโพชฌังคัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งปัสสัทธิสัสมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ ปัสสัทธิสัสมโพชฌังคัสสะ
ภาวณายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา
แห่งปัสสัทธิสัสมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

สันตัง วา อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังคัง

‘อัตถิ เม อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งสมาธิสัสมโพชฌงค์ ที่มีอยู่ ภายในตนว่า
สมาธิสัสมโพชฌงค์ มีอยู่ ภายในของเรา

อสันตัง วา อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อชฌัตตัง สะมาธิสัสมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งสมาธิสัสมโพชฌงค์ ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
สมาธิสัสมโพชฌงค์ ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สะมาธิสัสมโพชฌังคัสสะ
อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งสมาธิสัสมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุ นั้นด้วย

**ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สะมาธิสัมโพชฌังคัสสะ
ภาวนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.**

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา แห่งสมาธิสัมโพชฌงค์
ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

สันตัง วา อัมมัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังคัง

‘อัตถิ เม อัมมัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ ที่มีอยู่ ภายในตนว่า
อุเปกขาสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ภายในของเรา

อสันตัง วา อัมมัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังคัง

‘นัตถิ เม อัมมัตตัง อุเปกขาสัมโพชฌังโค’ติ ปะชานาติ,
ย่อมรู้ชัด ซึ่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ ที่ไม่มีอยู่ ภายในตนว่า
อุเปกขาสัมโพชฌงค์ ไม่มีอยู่ ภายในของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ อุเปกขาสัมโพชฌังคัสสะ

อุปปาโท โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ,

ความเกิดขึ้น แห่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิด
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ อุเปกขาสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวนายะ ปาริปุรี โหติ, ตัญจะ ปะชานาติ.

ความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา
แห่งอุเปกขาสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมมี ด้วยเหตุใด ย่อมรู้ชัด ซึ่งเหตุนั้นด้วย

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายใน อยู่บ้าง

พะทิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะทิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย

ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

วะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ

ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหระติ.

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด

และธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

‘อตฺถิ อัมมา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺปฏิฐา โหติ,

อนึ่ง สติของภิกษุนั้น

เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้น มีอยู่

ยวาทะ ญาณะมัตตายะ ปะภูตัสสะติมัตตายะ,

ก็เพียงเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
และเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิไม่อาศัยแล้ว อยู่

นะ จะ กิณฺณิ โลเก อูปาทิยะติ.

และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ

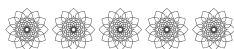
ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ สัตตะสุ โพชฌังเคสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คือโพชฌงค์ ๗ อยู่ แม้อย่างนี้

โพชฌังกะปัพพัง นิฏฐิตัง.

หมวดโพชฌงค์ จบแล้ว



๔.๕ สัจจบัพพะ:

ปุณฺะ จะปะรัง ภิกขะเว,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย วิธีการอื่น ยังมีอยู่อีก

ภิกขุ ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ.

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย

คืออริยสัจ ๔ อยู่

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหระติ
จะตุสุ อริยะสัจจะสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ
ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออริยสัจ ๔ อยู่ อย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

‘อิทัง ทุกขัน’ติ ยะถาภูตัง ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “สภาวะนี้เป็นทุกข์”

‘อะยัง ทุกขะสมุทะโย’ติ ยะถาภูตัง ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

“สภาวะนี้เป็นทุกข์สมทัย”

‘อะยัง ทุกขะนิโรธो’ติ ยะถาภูตัง ปะชานาติ,

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

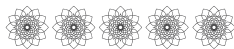
“สภาวะนี้เป็นทุกข์นิโรธะ”

‘อะยัง ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปทา’ติ

ยะถาภูตัง ปะชานาติ.

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า

“สภาวะนี้เป็นทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา”



กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขัง อริยสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกขอริยสัจ เป็นอย่างไร

ชาติปิ ทุกขา, ความเกิด ก็เป็นทุกข์

ชราปิ ทุกขา, ความแก่ ก็เป็นทุกข์

มรณะมปิ ทุกขัง, ความตาย ก็เป็นทุกข์

โสกะปะริทเวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา,

ความโศก ความร่ำไรรำพัน ความทุกข์กาย

ความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์

อัปปิเยหิ สัมปะโยโคปิ ทุกโข,

ความประสบกับสัตว์และสังขารทั้งหลาย

อันไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

ปิเยหิ วิปปะโยโคปิ ทุกโข,

ความพลัดพรากจากสัตว์และสังขารทั้งหลาย

อันเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

ยัมปิฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง,

บุคคลปรารถนาอยู่ ซึ่งสิ่งใด ย่อมไม่ได้ ซึ่งสิ่งนั้น

แม้นั้น ก็เป็นทุกข์

สังขิตเตนะ ปัญฺจุปาทานักขันธา ทุกขา.

โดยย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์

กะตะมา จะ ภิกขเว ชาติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเกิด เป็นอย่างไร
 ยา เตสัง เตสัง สัตตานัง, ตัมहि ตัมहि สัตตะนิกาเย ชาติ
 ความเกิด อันใด ของสัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น ๆ
 ในจำพวกสัตว์นั้น ๆ

สัญชาติ, เป็นความเกิดพร้อม
 โอกกันติ, เป็นความหยั่งลง
 นิพพัตติ, เป็นความบังเกิด
 อะภินิพพัตติ, เป็นความผุดเกิด
 ชันธานัง ปาตุภาโว,

ความปรากฏแห่งชั้นทั้งหลาย
 อายะตะนานัง ปะฐีลาโก,
 ความได้มาซึ่งอายตนะทั้งหลาย

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว ชาติ.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความเกิด

กะตะมา จะ ภิกขเว ชรา.

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

ชีระณะตา, เป็นภาวะของความแก่
 ขันติจัจัง, เป็นความมีพินหลุด
 ปาลิจัจัง, เป็นความมีผมหงอก
 ะลิตตะจะตา, เป็นความมีหนังเหี่ยวยุ่น
 อายุโน สัณหานิ, ความเสื่อมไปแห่งอายุ
 อินทริยานัง ปะริปาโก,

ความแก่หง่อมแห่งอินทริย์ทั้งหลาย

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ชรา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความแก่

กะตะมัญจะ ภิกขะเว มะระณัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความตาย เป็นอย่างไร

ยัง เตสัง เตสัง สัตตานิ, ตัมहा ตัมहा สัตตะนิกายา จูติ,

ความเคลื่อนไหว อันใด ของสัตว์ทั้งหลายเหล่านั้น ๆ

ในจำพวกสัตว์นั้น ๆ

จะวะนะตา, เป็นภาวะของความเคลื่อนไหว

เกโท, เป็นความแตกทำลาย

อันตะระธานัง, เป็นความหายไป

มัจจุ มะระณัง, เป็นมฤตยู คือความตาย

กาละกิริยา, เป็นการทำการ

ขันธานัง เกโท, ความแตกแห่งขันธทั้งหลาย

กะเพวรัสสะ นิกเขโป,

ความทอดทิ้งซากศพไว้

ชีวิตินทรีย์สสะ อุปัจเฉโท,

ความตัดขาดแห่งชีวิตินทรีย์

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว มะระณัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี่เรียกว่า ความตาย

กะตะโม จะ ภิกขเว โสโก.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความโศก เป็นอย่างไร

โย โข ภิกขเว อัญญะตะรัญญะตะเรนะ

พยะสะเนนะ สมนันนาคะตัสสะ,

อัญญะตะรัญญะตะเรนะ ทุกขะธัมเมนะ ผุฏฐัสสะ,

โสโก โสจะนา โสจิตตัตถัง, อันโตโสโก อันโตปะริโสโก,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเศร้าโศก กิริยาที่เศร้าโศก

ภาวะแห่งความเศร้าโศก ความเศร้าโศกภายใน

ความเศร้าโศกอย่างหนักภายใน ของบุคคลผู้ประกอบ

พร้อมแล้วด้วยความพินาศ อย่างใดอย่างหนึ่ง

ผู้ถูกเหตุแห่งทุกข์ อย่างใดอย่างหนึ่ง กระทบแล้ว อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว โสโก.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี่เรียกว่า ความโศก

กะตะโม จะ ภิกขะเว ปะริเทโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความร่ำไรร่ำพัน เป็นอย่างไร
 โย โข ภิกขะเว อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ
 พยะสะเนนะ สะมันนาคะตัสสะ,
 อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ ทุกขะธัมเมนะ ผุฏฐัสสะ,
 อาเทโว ปะริเทโว, อาเทวนา ปรีเทวนา,
 อาเทวิตตตัม ปะริเทวิตตตัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความคร่ำครวญ
 ความร่ำไรร่ำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ กิริยาที่ร่ำไรร่ำพัน
 ภาวะแห่งความคร่ำครวญ ภาวะแห่งความร่ำไรร่ำพัน
 ของบุคคลผู้ประกอบพร้อมแล้ว ด้วยความพินาศ
 อย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกเหตุแห่งทุกข์ อย่างใดอย่างหนึ่ง
 กระทบแล้ว อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปะริเทโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความร่ำไรร่ำพัน

กะตะมัญจะ ภิกขะเว ทุกขัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์กาย เป็นอย่างไร
 ยัง โข ภิกขะเว กายิกัง ทุกขัง กายิกัง อะสาตัง,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์ทางกาย
 ความไม่สำราญทางกาย อันใด

กายะสัมผัสสะขัง ทุกขัง อะสาตัง เวทียัตถัง,

เป็นความรู้สึกเป็นทุกข์ ไม่สำราญ อันเกิดจากกายสัมผัส

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว ทุกขัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความทุกข์กาย

กะตะมัญจะ ภิกขเว โทมะนัสสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์ใจ เป็นอย่างไร

ยัง โข ภิกขเว เจตสลักัง ทุกขัง เจตสลักัง อะสาตัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์ทางจิต

ความไม่สำราญทางจิต อันใด

มะโนสัมผัสสะขัง ทุกขัง อะสาตัง เวทียัตถัง,

เป็นความรู้สึกเป็นทุกข์ ไม่สำราญ

อันเกิดจากมโนสัมผัส

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว โทมะนัสสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความทุกข์ใจ

กะตะโม จะ ภิกขเว อูปายาโส.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความคับแค้นใจ เป็นอย่างไร

โย โข ภิกขเว อัญญะตะรัญญะตะเรนะ
 พยะสะเนนะ สะมันนาคะตัสสะ,
 อัญญะตะรัญญะตะเรนะ ทุกขะธัมเมนะ ฝนฺฐัสสะ,
 อายาโส อุปายาโส, อายาสิตตัง อุปายาสิตตัง,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความคับแค้น ความคับแค้น
 อย่างหนัก ภาวะแห่งความคับแค้น
 ภาวะแห่งความคับแค้นอย่างหนัก ของบุคคล
 ผู้ประกอบพร้อมแล้ว ด้วยความพินาศ อย่างใดอย่างหนึ่ง
 ผู้ถูกเหตุแห่งทุกข์ อย่างใดอย่างหนึ่ง กระทบแล้ว อันใด
 ะยัง วุจจะติ ภิกขเว อุปายาโส.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความคับแค้นใจ

กะตะโม จะ ภิกขเว อปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกฺโข.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความประสบกับสัตว์
 และสังขารทั้งหลาย อันไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไร
 อีระ ยัสสะ เต โหนติ, อะนิฏฐา อะกันตา อะมะนาปา,
 รุปา สัทธา คันธา ะสา โผฏฐัพพา ธัมมา,
 รูปทั้งหลาย เสียงทั้งหลาย กลิ่นทั้งหลาย รสทั้งหลาย
 โผฏฐัพพะทั้งหลาย ธรรมทั้งหลาย อันไม่น่าปรารถนา
 ไม่น่าใคร ไม่น่าพอใจ ของบุคคลใด มีอยู่ ในโลกนี้

เย วา ปะนัสสะ โหนติ, อะนัตตะกามา อะหิตะกามา,
อะผาสุกะกามา อะโยคักขะมะกามา,

ก็หรือว่า คนทั้งหลายเหล่าใด ผู้ปรารถนา
สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ผู้ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล
ผู้ปรารถนาความไม่ผาสุก ผู้ปรารถนาความไม่เกษม
จากโยคะ แก่บุคคลนั้น มีอยู่

ยา เตหิ สัทธัง สังคะติ, สะมาคะโม สะโมธานัง มิสสีภาโว.

ความได้ประสบ ความได้สมาคม ความได้อยู่ร่วมกัน
ความได้คลุกคลีกัน กับอารมณ์และบุคคลทั้งหลาย
เหล่านั้น อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว อปัเปยหิ สัมปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความประสบกับสัตว์
และสังขารทั้งหลาย อันไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

กะตะโม จะ ภิกขะเว ปีเยหิ วิปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความพลัดพรากสัตว์
และสังขารทั้งหลาย อันเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไร

อิธะ ยัสสะ เต โหนติ, อัญญา กันตา มะนาปา,

รูปา สัทธา คันธา ระสา โภญฺฐัพพา ธัมมา,

รูปทั้งหลาย เสียงทั้งหลาย กลิ่นทั้งหลาย รสทั้งหลาย
โภญฺฐัพพะทั้งหลาย ธรรมทั้งหลาย อันน่าปรารถนา
น่าใคร่ น่าพอใจ ของบุคคลใด มีอยู่ ในโลกนี้

เย วา ปะนัสสะ โหนติ, อตตะกามา หิตะกามา,
ผาสุกะกามา โยคักขะมะกามา, มาตา วา ปิตา วา, ภاتا
วา ภาคินี วา, มิตตา วา อะมัจจา วา ญาตีสาลิหิตา วา,

ก็หรือว่า คนทั้งหลายเหล่าใด ผู้ปรารณา
สิ่งที่เป็นประโยชน์ ผู้ปรารณาส่งที่เกื้อกูล
ผู้ปรารณาความผาสุก ผู้ปรารณาความเกษมจาก
โยคะ แก่บุคคลนั้น คือ มารดาก็ดี บิดาก็ดี
พี่ชายน้องชายก็ดี พี่สาวน้องสาวก็ดี มิตรทั้งหลายก็ดี
อำมาตย์ทั้งหลายก็ดี ญาติสายโลหิตทั้งหลายก็ดี มีอยู่

ยา เตหิ สัทธิง อสังคะติ, อสะมาคะโม

อสะโมนัง อมิสสีภาโว.

ความไม่ได้ประสบ ความไม่ได้สมาคม
ความไม่ได้อยู่ร่วมกัน ความไม่ได้คลุกคลีกัน
กับอารมณ์และบุคคลทั้งหลายเหล่านั้น อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความพลัดพรากสัตว์
และสังขารทั้งหลาย อันเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

กะตะมัญจะ ภิกขะเว ยัมปิฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลปรารถนาอยู่ ซึ่งสิ่งใด
ย่อมไม่ได้ ซึ่งสิ่งนั้น แม่นั้น ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไร

ชาตธัมมานัง ภิกขเว สัตตาทนัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนา ย่อมเกิดขึ้น
แก่สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความเกิดเป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ ชาตธัมมา อัสสามะ,

โอหนอ ขอเรา อย่ามีความเกิดเป็นธรรมดา

นะ จะ วะตะ โน ชาติ อาคัจเฌยยะ,

ขอความเกิด อย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,

ขอฉัน สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา

อิทัมปิ ยัมปิจณัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ ซึ่งสิ่งใด
ย่อมไม่ได้ ซึ่งสิ่งนั้น แม้ฉัน ก็เป็นทุกข์

ชะราธัมมานัง ภิกขเว สัตตาทนัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนา ย่อมเกิดขึ้น
แก่สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความแก่เป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ ชราธัมมา อัสสามะ,

โอหนอ ขอเรา อย่ามีความแก่เป็นธรรมดา

นะ จะ วะตะ โน ชรา อาคัจเฌยยะ,

ขอความแก่ อย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,
 ข้อนั้น สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา
 อิทัมปิ ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.
 แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ ซึ่งสิ่งใด
 ย่อมไม่ได้ ซึ่งสิ่งนั้น แม่นั้น ก็เป็นทุกข์

พฺยาธิธัมมานัง ภิกขเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชะติ,
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนา ย่อมเกิดขึ้น
 แก่สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความเจ็บป่วยเป็นธรรมดา
 อิติ ดังนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ พฺยาธิธัมมา อัธสามะ,
 โอหนอ ขอเรา อย่ามีความเจ็บป่วยเป็นธรรมดา
 นะ จะ วะตะ โน พฺยาธิ อาคัจเฌยยะ,
 ขอความเจ็บป่วย อย่ามาถึงเราเลย”

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,
 ข้อนั้น สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา
 อิทัมปิ ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.
 แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ ซึ่งสิ่งใด
 ย่อมไม่ได้ ซึ่งสิ่งนั้น แม่นั้น ก็เป็นทุกข์

มะระณะธัมมานัง ภิกขเว สัตตานัง

เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนา ย่อมเกิดขึ้น

แก่สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความตายเป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ มะระณะธัมมา อัสสามะ,

โอหนอ ขอเรา อย่ามีความตายเป็นธรรมดา

นะ จะ วะตะ โน มะระณัง อาคัจเฉยยะ,

ขอความตาย อย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,

ข้อนั้น สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา

อิทัมปิ ยัมปิฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ ซึ่งสิ่งใด

ย่อมไม่ได้ ซึ่งสิ่งนั้น แม่นั้น ก็เป็นทุกข์

โสกะปริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสะธัมมานัง

ภิกขเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชติ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนา ย่อมเกิดขึ้น

แก่สัตว์ทั้งหลาย ผู้มีความโสก ความรำไรราพัน

ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ

และความคับแค้นใจเป็นธรรมดา

อิติ ดังนี้ว่า

อะโห ะตะ มะยัง นะ

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสะธัมมา อัสสามะ,

โอหนอ ขอเรา อย่ามีความโศก ความร่ำไรร่ำพัน
ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ และความคับแค้นใจ
เป็นธรรมดา

นะ จะ ะตะ โน

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสา อาคัจเฉยยะ,

ขอความโศก ความร่ำไรร่ำพัน ความทุกข์กาย
ความทุกข์ใจ และความคับแค้นใจ อย่ามาถึงเราเลย

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง,

ข้อนี้ สัตว์ทั้งหลายไม่พึงได้ตามความปรารถนา

อิทัมปิ ยัมปิจังง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่า บุคคลปรารถนาอยู่ ซึ่งสิ่งใด
ย่อมไม่ได้ ซึ่งสิ่งนั้น แม่นั้น ก็เป็นทุกข์

กะตะเม จะ ภิกขเว

สังขิตเตนะ ปัญฺจุปาทานักขันธา ทุกขา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โดยย่อ อุปาทานขันธ ๕
เป็นทุกข์ เป็นอย่างไร

เสยยะถิทัง,

ได้แก่

รูปฺปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทาน คือรูป

เวทะนุปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทาน คือเวทนา

สัณฺณูปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทาน คือสัณฺณู

สังขารูปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทาน คือสังขาร

วิญญานูปาทานักขันโธ,

ขันธอันเป็นอารมณ์ของอุปาทาน คือวิญญาน

อิเม วุจจันติ ภิกขเว

สังขิตเตนะ ปญฺจุปาทานักขันธา ทุกขา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เหล่านี้ เรียกว่า โดยย่อ
อุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกข์

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว ทุกขัง อะริยะสัจจํ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ทุกขอริยสัจ



กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขะสมุททะโย อะริยะสัจจํ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกขสมุททยอริยสัจ เป็นอย่างไร
ยายัง ตัณฺหา,

ตัณหา อันใด

โปโนพพะวิกา,

อันเป็นเหตุให้เกิดในภพใหม่อีก

นันทิราคะสะหะคะตา,

อันมีลักษณะเป็นความเพลिनและความกำหนด
ตัตตระตัตตราภินันทินิ,

อันทำให้ยินดีอย่างยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ

เสยยะถิทัง,

ได้แก่

กามะตัตถา,

ตัณหาในกาม

ภะวะตัตถา,

ตัณหาในภพ

และตัณหาที่ประกอบกับความเห็นผิดว่าเที่ยง

วิภะวะตัตถา,

ตัณหาที่ประกอบกับความเห็นผิดว่าชาติสูญ

สา โข ปะเนสา ภิกขะเว ตัตถา

กัตถะ อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหานั้นแล

เมื่อเกิด ย่อมเกิด ในที่ไหน

กัตถะ นิวิสสะมานา นิวิสสะติ.

เมื่อตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ ในที่ไหน

ยัง โลเก ปิยะรูปัง สาทะรูปัง,

สภาวะใด เป็นที่รัก เป็นที่เจริญใจ ในโลก

เอตถเสสา ตัณฺหา อุปปัชฺชมานานา อุปปัชฺชติ,
 ตัณฺหานํ เมื่อเกิด ย่อมเกิด ในที่นี้
 เอตถะ นิวิสฺสมานานา นิวิสฺสติ.
 เมื่อตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ ในที่นี้

กิญฺจะ โลเก ปิยะรูปํ สาทะรูปํ.
 สภาวะอะไร เป็นที่รัก เป็นที่เจริญใจ ในโลก
 จักขุ โลเก ปิยะรูปํ สาทะรูปํ,
 ตา เป็นที่รัก เป็นที่เจริญใจ ในโลก
 เอตถเสสา ตัณฺหา อุปปัชฺชมานานา อุปปัชฺชติ,
 ตัณฺหานํ เมื่อเกิด ย่อมเกิด ในที่นี้
 เอตถะ นิวิสฺสมานานา นิวิสฺสติ.
 เมื่อตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ ในที่นี้

โสตัง	หู
ฆานัง	จมูก
ชีว์หา	ลิ้น
กาโย	กาย
มะโน	ใจ
รูปา	รูปทั้งหลาย
สัทธา	เสียงทั้งหลาย
คันธา	กลิ่นทั้งหลาย
ระสา	รสทั้งหลาย
โผฏฐัพพา	สิ่งสัมผัสผิวกายทั้งหลาย

ธัมมา	ธรรมทั้งหลาย
จักขุวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยจักขุเกิด
โสตวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยโสตเกิด
ฆานะวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยฆานะเกิด
ชีว์หาวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยชีว์หาเกิด
กายะวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยกายเกิด
มะโนวิญญาณัง	วิญญาณที่อาศัยใจเกิด
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
รูปะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในรูป
สัททะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในเสียง
คันธะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในกลิ่น

ระສະສັญญา
 ໂຢູຣັຖພະສັງຄາ
 ອັມມະສັງຄາ
 ຮູປະສັງເຈຕະນາ
 ສັທທະສັງເຈຕະນາ
 ຄັນຣະສັງເຈຕະນາ
 ສະສັງເຈຕະນາ
 ໂຢູຣັຖພະສັງເຈຕະນາ
 ອັມມະສັງເຈຕະນາ
 ຮູປະຕັຖໜາ
 ສັທທະຕັຖໜາ
 ຄັນຣະຕັຖໜາ
 ສະສະຕັຖໜາ
 ໂຢູຣັຖພະຕັຖໜາ
 ອັມມະຕັຖໜາ
 ຮູປະວັຕັກໂກ
 ສັທທະວັຕັກໂກ
 ຄັນຣະວັຕັກໂກ
 ສະສະວັຕັກໂກ
 ໂຢູຣັຖພະວັຕັກໂກ
 ອັມມະວັຕັກໂກ
 ຮູປະວິຈາໂຣ

ความจำได้หมายรู้ในรส
 ความจำได้หมายรู้ในสิ่งสัมผัสผิวกาย
 ความจำได้หมายรู้ในธรรมที่รับรู้ทางใจ
 ความจงใจในรูป
 ความจงใจในเสียง
 ความจงใจในกลิ่น
 ความจงใจในรส
 ความจงใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
 ความจงใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
 ความตั้งใจในรูป
 ความตั้งใจในเสียง
 ความตั้งใจในกลิ่น
 ความตั้งใจในรส
 ความตั้งใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
 ความตั้งใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
 ความตรึกรู้ในรูป
 ความตรึกรู้ในเสียง
 ความตรึกรู้ในกลิ่น
 ความตรึกรู้ในรส
 ความตรึกรู้ในสิ่งสัมผัสผิวกาย
 ความตรึกรู้ในธรรมที่รับรู้ทางใจ
 ความครุ่นคิดในรูป

จาโค	เป็นความสละ
ปะฏิินิสัตักโค	เป็นความสละคืน
มุตติ	เป็นความหลุดพ้น

อะนาละโย เป็นความไม่มีอาลัย

สา โข ปะเนสา ภิกขะเว ตัณหา

กัตตะ ปะหิยะมานา ปะหิยะติ.

กัถ्हณันัน เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ ในที่ไหน

กัตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อดับ ย่อมดับ ในที่ไหน

ยัง โลเก ปิยะรูปััง สาทะรูปััง,

สภาวะใด เป็นที่รัก เป็นที่เจริญใจ ในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ,

ตัณหานัน เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ ในที่นี้

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อดับ ย่อมดับได้ ในที่นี้

ภิกขุจะ โลเก ปิยะรูปััง สาทะรูปััง.

ก็สภาวะอะไร เป็นที่รัก เป็นที่เจริญใจ ในโลก

จักขุ โลเก ปิยะรูปััง สาทะรูปััง,

ตา เป็นที่รัก เป็นที่เจริญใจ ในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ,

ตัณหานัน เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ ในที่นี้

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อดับ ย่อมดับได้ ในที่นี้

โสตัง

หุ

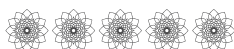
ฆานัง

จมุก

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

โสตะสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางหู
ขานะสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางจมูก
ชีวหาสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางลิ้น
กายะสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางกาย
มะโนสัมผัสสะชา เวทนา	เวทนาที่เกิดจากผัสสะทางใจ
รูปะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในรูป
สัททะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในเสียง
คันธะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในกลิ่น
ระสะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในรส
โผฏฐัพพะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะสัญญา	ความจำได้หมายรู้ในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในรูป
สัททะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในเสียง
คันธะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในกลิ่น
ระสะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในรส
โผฏฐัพพะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะสัญญาเจตนะ	ความจงใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะตัตถ์หา	ความตั้งใจในรูป
สัททะตัตถ์หา	ความตั้งใจในเสียง
คันธะตัตถ์หา	ความตั้งใจในกลิ่น
ระสะตัตถ์หา	ความตั้งใจในรส

โผนฐัพพะตัณหา	ความติดใจในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะตัณหา	ความติดใจในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะวัตักโก	ความตรึกนึกในรูป
สัททะวัตักโก	ความตรึกนึกในเสียง
คันธะวัตักโก	ความตรึกนึกในกลิ่น
ระสະวัตักโก	ความตรึกนึกในรส
โผนฐัพพะวัตักโก	ความตรึกนึกในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะวัตักโก	ความตรึกนึกในธรรมที่รับรู้ทางใจ
รูปะวิจาโร	ความครุ่นคิดในรูป
สัททะวิจาโร	ความครุ่นคิดในเสียง
คันธะวิจาโร	ความครุ่นคิดในกลิ่น
ระสະวิจาโร	ความครุ่นคิดในรส
โผนฐัพพะวิจาโร	ความครุ่นคิดในสิ่งสัมผัสผิวกาย
ธัมมะวิจาโร โลเก ปิยะรูปร่าง สาตะรูปร่าง,	
ความครุ่นคิดในธรรม เป็นที่รัก เป็นที่เจริญใจ ในโลก	
เอตถเสสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ,	
ตัณหานั่น เมื่อถูกละ ย่อมถูกละได้ ในที่นี้	
เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.	
เมื่อดับ ย่อมดับได้ ในที่นี้	
อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธो อะริยะสัจจัง.	
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ทุกขนิโรธอริยสัจ	



กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขะนิโรธคามินี
ปฏิบัติปะทา อะริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกขนิโรธคามินีปฏิบัติพาอริยสัจ
เป็นอย่างไร

อะยะเมวะ อะริโย อัญญังคิโก มัคโค,

อริยมรรค อันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการนี้เท่านั้น

เสยยะถิทัง,	ได้แก่
สัมมาทิฏฐิ,	ความเห็นถูกต้อง
สัมมาสังกัปปो,	ความดำริถูกต้อง
สัมมาวาจา,	คำพูดถูกต้อง
สัมมากัมมันโต,	การกระทำถูกต้อง
สัมมาอาชีโว,	การเลี้ยงชีวิตถูกต้อง
สัมมาวายาโม,	ความเพียรถูกต้อง
สัมมาสะติ,	ความระลึกถูกต้อง
สัมมาสมาธิ,	ความตั้งมั่นถูกต้อง

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาทิฏฐิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเห็นถูกต้อง เป็นอย่างไร

ยัง โข ภิกขเว ทุกเข ญาณัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้อันใด เป็นความรู้ ในทุกข

ทุกขะสมุททะเย ญาณัง,
 เป็นความรู้ ในทุกขสมุทัย
 ทุกขะนิโรธะ ญาณัง,
 เป็นความรู้ ในทุกขนิโรธะ
 ทุกขะนิโรธะคามินิยา ปะฏิปะทาย ญาณัง.
 เป็นความรู้ ในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา
 อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความเห็นถูกต้อง

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสังกัปปो.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความดำริถูกต้อง เป็นอย่างไร
 เนกขัมมะสังกัปปो,
 ความดำริในการออกจากกาม
 อะพียาปาพะสังกัปปो,
 ความดำริที่ปราศจากความความพยาบาท
 อะวิหิงสาสังกัปปो.
 ความดำริที่ปราศจากความเบียดเบียน
 อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสังกัปปो.
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความดำริถูกต้อง

กะตะมา จะ ภิกขเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย คำพูดถูกต้อง เป็นอย่างไร
มุลาวาทา เวระมะณี,

ความงดเว้นจากการพูดเท็จ

ปิสุณายะ วาจาเย เวระมะณี,

ความงดเว้นจากคำพูดส่อเสียด

ผะรุสาเย วาจาเย เวระมะณี,

ความงดเว้นจากคำพูดหยาบคาย

สัมผัปปลาปา เวระมะณี.

ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า คำพูดถูกต้อง

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การกระทำถูกต้อง เป็นอย่างไร
ปาณาติปาตา เวระมะณี,

ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์

อะทินนาทานา เวระมะณี,

ความงดเว้นจากถือเอาสิ่งของที่เขาไม่ได้ให้แล้ว

กาเมสุมิจฉาจารา เวระมะณี.

ความงตเว้นจากการประพตติผิดในกาม

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า การกระทำถูกต้อง

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การเลี้ยงชีวิตถูกต้อง เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขะเว อะริยะสาวะโก,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พระอริยสาวก ในศาสนานี้

มิจฉาอาชีวัง ปหายะ,

ละแล้ว ซึ่งการเลี้ยงชีวิตที่ผิด

สัมมาอาชีเวนะ ชีวิกัง กัปเปติ.

ย่อมดำรงชีวิต ด้วยการเลี้ยงชีวิตที่ถูกต้อง

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า การเลี้ยงชีวิตถูกต้อง

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเพียรถูกต้อง เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในศาสนานี้

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

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราศจากความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อความไม่เกิดขึ้น
 ของบาปอกุศลธรรมทั้งหลาย ที่ยังไม่เกิด

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

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราศจากความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อละบาปอกุศลธรรม
 ทั้งหมด ที่เกิดขึ้นแล้ว

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

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปราศจากความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อความเกิดขึ้น
 ของกุศลธรรมทั้งหลาย ที่ยังไม่เกิด

อุปปีนนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง จูติยา, อะสัมโมสาเย,
 ภียโยภาวายะ, เว पुलลาเย, ภาวะนายะ ปาริปุริยา,
 ฉันทัง ชะเนติ, วายะมะติ, วีริยัง อาระกะติ,
 จิตตัง ปัคคัณฺหาติ, ปะทะหะติ,

ย่อมทำฉันทะให้เกิด พยายาม บรรารภความเพียร
 ประคับประคองจิต ตั้งจิตมั่นไว้ เพื่อความดำรงอยู่
 เพื่อไม่เลือนหาย เพื่อความเจริญยิ่ง เพื่อความไพบูลย์
 เพื่อความเต็มบริบูรณ์ด้วยการภาวนา
 ของกุศลธรรมทั้งหลาย ที่เกิดขึ้นแล้ว

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความเพียรถูกต้อง

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความระลึกถูกต้อง เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งภายในกาย อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัส ในโลก

เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหระระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนาในเวทนาทั้งหลาย อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัส ในโลก

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหระระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งจิตในจิต อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง,

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัส ในโลก

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหระระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา,

มีความเพียรเพากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ

วินยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง,

กำจัดแล้ว ซึ่งอภิชฌาและโทมนัส ในโลก

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความระลึกถูกต้อง

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสมาธิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความตั้งมั่นถูกต้อง เป็นอย่างไร

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในพระศาสนา

วิวิจเจะระ กาเมหิ,

สังัดแล้วนั้นเทียว จากกามทั้งหลาย

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ รัมเมหิ,

สังัดแล้ว จากอกุศลธรรมทั้งหลาย

สะวิตักกัง สะวิจารณ์, วิเวกะชัง ปิติสุชัง,

ปะฐะมัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้ว ซึ่งปฐมฌาน ที่มีวิตก มีวิจารณ์ มีปิติ

และสุขอันเกิดจากวิเวก อยู่

วิตักกะวิจารณ์ัง วุปะสะมา,

เพราะความสงบระงับไป แห่งวิตกและวิจารณ์ทั้งหลาย
อัมมัตตัง สัมปะสาทะนัง, เจตะโส เอโกทิภาวัง,
อะวิตักกัง อะวิจารณ์ัง, สะมาธิชัง ปิติสุชัง,
ทุดิยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เธอเข้าถึงแล้ว ซึ่งทุดิยฌาน
ที่มีความผ่องใสแห่งจิตในภายใน
มีสภาวะเป็นธรรมเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์
มีปิติและสุข อันเกิดจากสมาธิ อยู่

ปีติยา จะ วิราคา,

เพราะความสิ้นไปแห่งปีติ
อุเปกชะโก จะ วิหะระติ, สะโต จะ สัมปะชาโน,
เธอเป็นผู้มีอุเบกขา มีสติ มีสัมปชัญญะอยู่
สุขัญจะ กาเยนะ ปะภุสสังเวเทติ,
และย่อมเสวยซึ่งความสุข ด้วยกาย
ยันตัง อะริยา อาจิกขันติ, ‘อุเปกชะโก สะติมา
สุขะวิหารี’ติ, ตติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เข้าถึงแล้ว ซึ่งตติยฌาน อันเป็นฌาน ที่พระอริยะเจ้า
ทั้งหลาย สรรเสริญว่า “ผู้ได้ฌานนี้ เป็นผู้ที่มีอุเบกขา
มีสติ มีปกติอยู่เป็นสุข”

สุขัสสะ จะ ปะหามา,

เพราะความละไป แห่งความสุข

ทุกขัสสะ จะ ปะหามา,

และเพราะความละไป แห่งความทุกข์

บุพเพว โสมนัสสะโทมนัสสถานัง อตถังคมา,

เพราะดับไป แห่งโสมนัสโทมนัสทั้งหลาย ในณานก่อน ๆ

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปาริสุทธิง,

จะตตถัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ.

เธอเข้าถึงแล้ว ซึ่งจตุตถฌาน ที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข

มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ความตั้งมั่นถูกต้อง

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินี

ปะฏิปะทา อะริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

นี้เรียกว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอาริยสัจ

อิติ, ด้วยวิธีการดังที่ได้กล่าวมาแล้วนี้

อัมมัตตัง วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,

ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายใน อยู่บ้าง

พะหิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,

เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายนอก อยู่บ้าง

อัมมัตตะพะทิตธา วา อัมเมสุ อัมมานุปัสสี วิหะระติ,
 เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย
 ทั้งภายในและภายนอก อยู่บ้าง

สมุททะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,
 เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
 ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

วะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ,
 เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุดับ
 ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง

สมุททะยะวะยะอัมมานุปัสสี วา อัมเมสุ วิหะระติ.
 เป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรมเป็นเหตุเกิด
 และธรรมเป็นเหตุดับ ในธรรมทั้งหลาย อยู่บ้าง
 ‘อตฺถิ อัมมา’ติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺปฐิตา โหติ,
 อนึ่ง สติของภิกษุ นั้น
 เป็นสภาวะที่ตั้งขึ้นเฉพาะหน้าว่า ธรรมเท่านั้น มีอยู่

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ ปะฐิสสะติมัตตายะ,
 ก็เพื่องเพื่อความเจริญขึ้นแห่งญาณ
 และเพื่องเพื่อความเจริญขึ้นแห่งสติเท่านั้น

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ,
 เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิไม่อาศัยแล้ว อยู่
 นะ จะ กิณฺณิ โลเก อูปาทิยะติ.
 และย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่น ซึ่งอะไร ๆ ในโลก

เอวัมปิ โข ภิกขเว ภิกขุ

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ จะตุสุ อะริยะสัจเจสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นผู้ตามเห็นเนื่อง ๆ

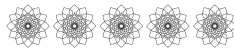
ซึ่งธรรมในธรรมทั้งหลาย คืออริยสัจ ๔ อยู่ แม้อย่างนี้

สัจจะปัพพัง นิฉฐิตัง.

หมวดสัจจะ จบแล้ว

ธัมมานุปัสสนา นิฉฐิตา.

การตามเห็นเนื่อง ๆ ซึ่งธรรม จบแล้ว



โย ทิ โกจิ ภิกขเว อิเม จัตตาริ สะติปัสฐานเ

เอวัง ภาเวยยะ สัตตะ วัสสานิ,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดก็ตาม

พึงเจริญ ซึ่งสติปัสฐาน ๔ เหล่านี้ ดังที่แสดงมานี้

ตลอด ๗ ปี

ตัสสะ ทวินนัง ฆะลันัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกังขัง,

ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง ในบรรดาผล ๒ ประการ

เป็นที่หวัง ของบุคคลนั้น

ทิฏฐเฐ วะ ธัมเม อัญญา,

คือ อรรถัตตผล ในชาติปัจจุบันนี้

สะติ วา อุปาทิเสเส อะนาคามิตา.

หรือว่า เมื่อยังมีกิเลสอุปาทานเหลืออยู่

ก็เป็นอนาคามิผล

ติฏฐันตุ ภิกขเว สัตตะ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๗ ปีจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ฉะ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๖ ปีจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ปญจะ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๕ ปีจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว จัตตาริ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๔ ปีจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ตินิ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๓ ปีจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ทเว วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๒ ปีจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว เอกัง วัสสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๑ ปีจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว สัตตะ มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๗ เดือนจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ฉะ มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๖ เดือนจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ปญจะ มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๕ เดือนจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว จัตตาริ มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๔ เดือนจยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ตีณิ มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๓ เดือนจงยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว ทเว มาसानิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๒ เดือนจงยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว เอกัง มาสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๑ เดือนจงยกไว้...

ติฏฐันตุ ภิกขเว อัฏฐมาโส.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ครึ่งเดือนจงยกไว้

โย หิ โกจิ ภิกขเว อิมะ จัตตาริ สะติปัญฺฐานะ

เอวัง ภเวยยะ สัตตาหัง,

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บุคคลใดก็ตาม

พึงเจริญ ซึ่งสติปัญฺฐาน ๔ เหล่านี้ ดังที่แสดงมานี้

ตลอดเจ็ดวัน

ตัสสะ ทวินันถะ ฆะลันถะ อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฏิกังขัง,

ผลอย่างใดอย่างหนึ่ง ในบรรดาผล ๒ ประการ

เป็นที่หวัง ของบุคคลนั้น

ทิกฺขุ เว ธัมเม อัญญา,

คือ อรรถัตตผล ในชาติปัจจุบันนี้

สะติ วา อุปาทิสเส อะนาคามิตา.

หรือว่า เมื่อยังมีกิเลสอุปาทานเหลืออยู่

ก็เป็นอนาคามิผล

เอกายะโน อะยัง ภิกขเว มัคโค.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้ เป็นทางเดียว

สัตตानัง วิสุทธียา,

เพื่อความบริสุทธิ์ ของสัตว์ทั้งหลาย

โสกะปริเทวานัง สมะติกกะมาเย,

เพื่อความก้าวล่วง ซึ่งโสกะและปริเทวะทั้งหลาย

ทุกขะโทมนัสสานัง อตถังคมาเย,

เพื่อความดับไป แห่งทุกข์และโทมนัสทั้งหลาย

ญายัสสะ อะธิคะมาเย,

เพื่อการบรรลุถึง ซึ่งอริยมรรค

นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยาเย,

เพื่อการกระทำให้แจ้ง ซึ่งพระนิพพาน

ยะทิทัง จัตตาริ สะติปัสสูนา

ทางนี้ คือ สติปัฏฐานทั้งหลาย ๔ ประการ

อิติ ยันตัง วุตตัง,

คำใด อันเราได้กล่าวไว้แล้ว ในอุทเทส อย่างนี้

อิหะเมตัง ปะฏิจะ จะ วุตตัง,

คำในอุทเทสนั้น อันเราอาศัยแล้ว ซึ่งสติปัฏฐาน ๔ นี้
กล่าวไว้แล้ว

อิหะมะโวจะ ภะคะวา.

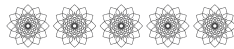
พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสแล้ว ซึ่งมหาสติปัฏฐานสูตรนี้

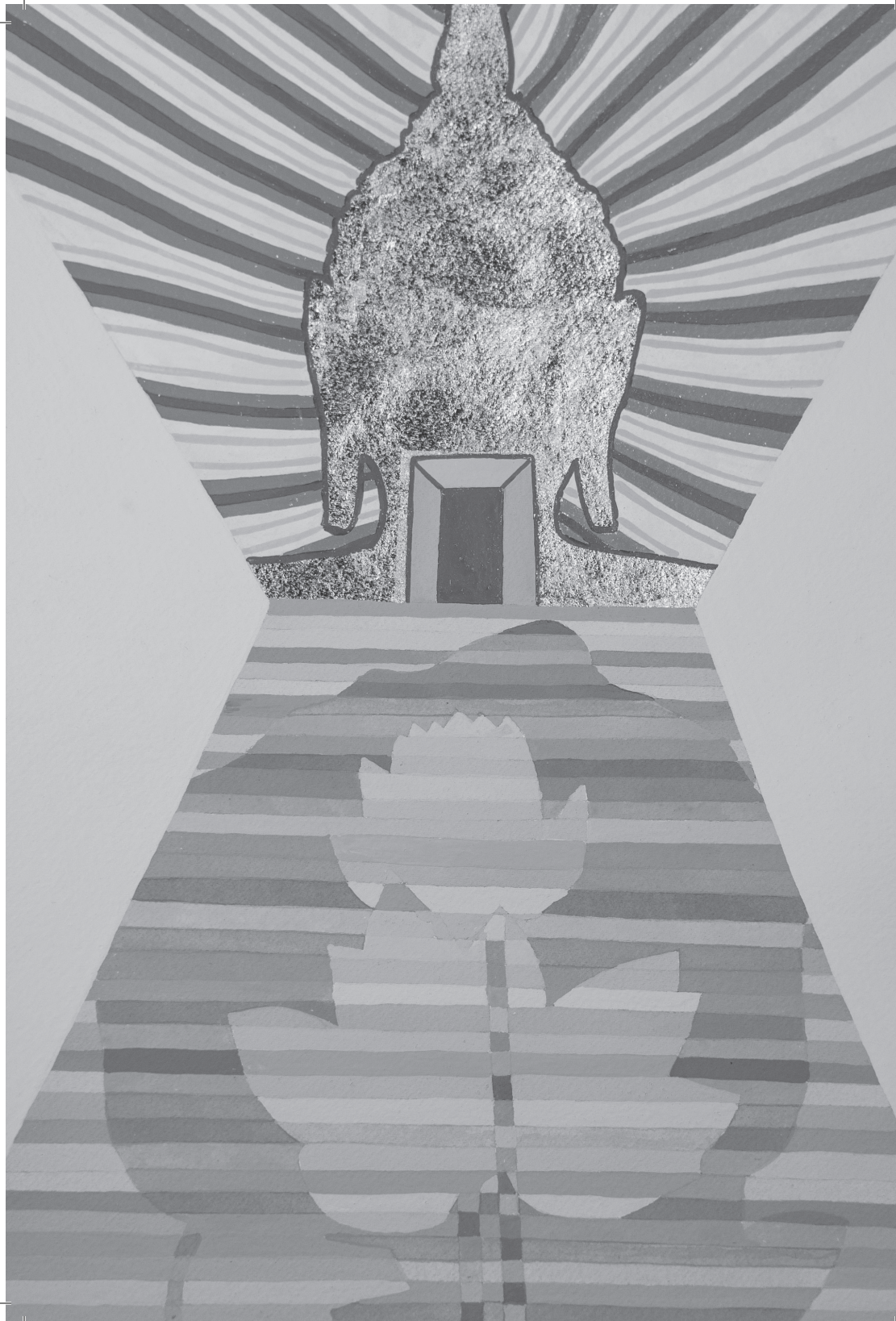
อัครมะนา เต ภิกขุ ภาคะวะโต ภาสิตัง อิกะนันทุง,
 ภิกขุทั้งหลายเหล่านั้น เป็นผู้มั่งใจร่าเริง ยินดี
 อนุโมทนายอมรับแล้ว ซึ่งพระภาชิต
 ของพระผู้มีพระภาคเจ้า

อิติ, ดังนี้แล

มหาสะติปัญฐานะสูตรัง นิฐิตัง นวะมัง.

มหาสะติปัญฐานสูตร 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.

เทวดาทั้งหลายเหล่าใด ที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
หรือเหล่าใด ที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้ว ในที่นี้
ขอหมู่เทวดาทั้งปวงนั้น จงเป็นผู้มีใจเบิกบาน
และฟังคำสรรเสริญคุณพระรัตนตรัย อันข้าพเจ้ากล่าวแล้ว
โดยเคารพเถิด

ตัลมา หิ ภูตา นิสาเมณะ สัพเพ
 เมตตัง กะโรละ มานุสฺสียา ปะชาเย
 ทิवा จะ รัตโต จะ หะรันติ เย พะลิง
 ตัลมา หิ เน รักขะละ อัมปะมัตตา.

ดูก่อนเทวดาทั้งหลาย
 เพราะเหตุนี้แล ท่านทั้งปวง จงฟังข้าพเจ้า
 ขอท่านทั้งหลาย จงกระทำเมตตาจิตในหมู่มนุษย์
 มนุษย์ทั้งหลายเหล่านี้ ทำพลีกรรมอยู่ ทั้งกลางวันกลางคืน
 ท่านทั้งหลาย จงเป็นผู้ไม่ประมาท คุ่มครอง เขาเหล่านั้นเกิด

ยัง กิณฺณจิ วิตตัง อีระ วา หุรัง วา
 สักเคสุ วา ยัง ระตะนัง ปะณีตัง
 นะ โน สะมัง อตฺถิ ตะถาคะเตนะ
 อิทัมปิ พุทฺเธ ระตะนัง ปะณีตัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวตฺถิ โหตุ.

ทรัพย์เครื่องปลื้มใจทั้งหมด ในโลกนี้ หรือในโลกอื่น
 หรือรัตนะอันประณีตใด ในสววรรค์
 ทรัพย์หรือรัตนะ ที่เสมอด้วยพระตถาคต ย่อมไม่มี
 ข้อนี้ เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระพุทเจ้า
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

ขะยัง วิราคัง อะมะตัง ปะณัตถัง
 ยะทังขมะคา สักกะยะมุณี สะมาหิโต
 นะ เตนะ ธัมเมนะ สะมัตถิ กิญจิ
 อิทัมปิ ธัมเม ระตะนัง ปะณัตถัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระศากยมนี ผู้ทรงมีพระทัยตั้งมั่น ได้บรรลุธรรมใด
 อันเป็นที่สิ้นกิเลส สิ้นราคะ เป็นอมตะ และประณีต
 สภาวะใด ๆ ที่เสมอด้วยพระธรรมนั้น ย่อมไม่มี
 ข้อนี เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระธรรม
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

ยัมพุทเธสเสฏโฐ ปะริวัณณะยิ สุจิง
 สะมาธิมานันตะริกัณญะมาหุ
 สะมาธินา เตนะ สะโม นะ วิชชะติ
 อิทัมปิ ธัมเม ระตะนัง ปะณัตถัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระพุทธเจ้า ผู้ประเสริฐสุด ทรงสรรเสริญ สมาธิใด
 ซึ่งเป็นสภาวะสะอาด บัณฑิตทั้งหลายกล่าวว่า
 สมาธินั้น เป็นสภาวะให้ผลไม่มีระหว่างคัน
 คุณธรรมอื่น ที่เสมอด้วยสมาธินั้น ย่อมไม่มี
 ข้อนี เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระธรรม
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

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

บุคคลเหล่าใด จำนวน ๘ บุคคล จัดเป็น ๔ คู่
 อันสัตบุรุษทั้งหลาย สรรเสริญแล้ว
 ท่านเหล่านั้น เป็นสาวกของพระสุคต
 เป็นผู้ควรแก่ทักษิณา
 ทานที่บุคคลถวายในท่านเหล่านั้น มีผลมาก
 ข้อนี เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระสงฆ์
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ จงมีเกิด

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

บุคคลเหล่าใด ประกอบตนดีแล้ว ด้วยจิตอันมั่นคง
เป็นผู้ไม่มีความอาลัยในกายและชีวิต ในศาสนาของพระโคตม
บุคคลเหล่านั้น ได้บรรลุคุณที่ควรบรรลุ เข้าถึงอมตะ
ได้ส่วยผลสมบัติ โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย
แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระสงฆ์
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

ยะถินทะชีโล ปฐวี ลีโต ลียา
 จะตุภิกิ วาเตภิกิ อะสัมปะกัมปิโย
 ตะถูปะมัง สัปปุริสัง วะทามิ
 โย อะริยะสัจจานิ อะเวจจะ ปัสสะติ
 อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณัตถัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

เสาเชื่อน ที่ฝังลงแผ่นดินแล้ว

พึงเป็นเสาไม่ไหวติง เพราะลมทั้ง ๔ ทิศ ฉั่นใด

เรากล่าวสัตบุรุษ ผู้ยังเห็นอริยสัจ ก็มีอุปมาฉั่นนั้น

แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระสงฆ์

ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ จงมีเกิด

เย อะริยะสัจจานิ วิภาวะยันติ
คัมภีระปัญญะนะ สุเทสิตานิ
กิญจาปิ เต โหนติ ภูสัปปะมัตตา
นะ เต ภาวัง อัญญะมะมาทียันติ
อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณีตัง
เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

บุคคลเหล่าใด ทำให้แจ่มแจ้งอริยสัจ
อันพระศาสดา ผู้มีปัญญาลึกซึ้ง ทรงแสดงดีแล้ว
บุคคลเหล่านั้น แม้เป็นผู้ประมาทอย่างมาก
ก็ย่อมไม่ถือเอาภพที่ ๘
แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระสงฆ์
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

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

สังโยชน์ ๓ ประการ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา
 และสีลัพพตปรามาส อันพระโสดาบันละได้แล้ว
 พร้อมกับความถึงพร้อมแห่งโสดาปัตติมรรค
 ท่านเป็นผู้พ้นแล้ว จากอบายทั้ง ๔
 ไม่อาจทำสิ่งชั่วหยาบ ๖ ประการได้
 [อนันตริยกรรม ๕ และการนับถือศาสดาอื่น]
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระสงฆ์
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

กัญญาปิ โส กัมมัง กะโรติ ปาปะกัง
กาเยนะ วาจาญทะ เจตะสา วา
อะภัพโพ โส ตัสสะ ปะฏิจจะทายะ
อะภัพพะตา ทิฏฐะปะทัสสะ วุตตา
อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณีตัง
เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระโสดาบันนั้น แม้ทำความผิดด้วยกาย
วาจา หรือใจอยู่บ้าง ก็จริง
แต่ท่านเป็นผู้ไม่อาจปกปิดความผิดนั้น
ความที่บุคคลผู้มีพระนิพพานอันเห็นแล้ว
เป็นผู้ไม่อาจปกปิดความผิด อันเรากล่าวแล้ว
แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระสงฆ์
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเถิด

วัฒนูปะคุมเพ ยะถะ ผุสสีตักเค
 คิมหามะมาเส ปะฐะมัสสัง คิมเห
 ตะถูปะมัง ธัมมะวะรัง อะทสะยิ
 นิพพานะคามิง ปะระมัง หิตายะ
 อิทัมปิ พุทธะ ระตะนัง ปะณีตัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พุ่มไม้ในป่า ที่แตกยอดอ่อน ในเดือนแรกแห่งคิมหันตฤดู ฉันได้
 พระพุทธเจ้า ได้ทรงแสดงพระธรรมอันประเสริฐ
 อันเป็นทางให้ถึงพระนิพพาน
 เพื่อประโยชน์อย่างสูงสุด ก็มีอุปมาฉันนั้น
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระพุทธเจ้า
 ด้วยคำสัจนี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

วโร วรัญญ วระโท วระหะโร
อะนุตตะโร ธรรมะวราง อะเทสะยิ
อิทัมปิ พุทธะ ระตะนัง ปะณัตถัง
เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

พระพุทธรเจ้า ทรงเป็นผู้ประเสริฐ
ทรงรู้แจ้งพระนิพพาน อันประเสริฐ
ทรงประทานธรรม อันประเสริฐ
ทรงนำมาซึ่งมรรค อันประเสริฐ
ทรงเป็นผู้ไม่มีใครยิ่งกว่า
ได้ทรงแสดงแล้ว ซึ่งพระธรรมอันประเสริฐ
แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระพุทธรเจ้า
ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดี จงมีเกิด

ชีณัง ปุราณัง นะวัง นัตถิ สัมภะวัง
 วิรัตตะจิตตายะติเก ภาวัสสัมมิง
 เต ชีณะพีชา อะวิรุฬ्हิฉันทา
 นิพพันติ ธีรา ยะถายัง ปะทีโป
 อิทัมปิ สังฆะ ระตะนัง ปะณีตัง
 เอเตนะ สัจเจนะ สุวัตถิ โหตุ.

กรรมเก่าของพระอริยบุคคลเหล่าใด สิ้นแล้ว
 ความปรากฏใหม่ ย่อมไม่มี
 ท่านมีจิตอันปราศจากราคะแล้ว ในภพอนาคต
 พระอรหันต์เหล่านั้น มีพืชสิ้นไปแล้ว
 ไม่มีความพอใจที่จะเกิดอีก เป็นผู้มีปัญญา
 ย่อมนิพพาน เหมือนดังดวงประทีป ที่ดับไป ฉะนั้น
 แม้ข้อนี้ ก็เป็นรัตนะ อันประณีต ในพระสงฆ์
 ด้วยคำสัตย์นี้ ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

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

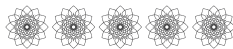
เทวดาทั้งหลายเหล่าใด ที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
 หรือเหล่าใด ที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้ว ในที่นี้
 เราทั้งหลาย จงนมัสการพระพุทธเจ้า ผู้เสด็จไปอย่างนั้น
 ผู้อันเทวดาและมนุษย์บูชาแล้ว ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

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

เทวดาทั้งหลายเหล่าใด ที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
 หรือเหล่าใด ที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้ว ในที่นี้
 เราทั้งหลาย จงนมัสการพระธรรม อันมาแล้วอย่างนั้น
 อันเทวดาและมนุษย์บูชาแล้ว ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด

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

เทวดาทั้งหลายเหล่าใด ที่อยู่ภาคพื้นดินก็ดี
 หรือเหล่าใด ที่อยู่ในอากาศก็ดี ผู้มาชุมนุมกันแล้ว ในที่นี้
 เราทั้งหลาย จงนมัสการพระสงฆ์ ผู้ดำเนินไปอย่างนั้น
 ผู้อันเทวดาและมนุษย์บูชาแล้ว ขอความสวัสดิ์ จงมีเกิด



๔.๒ อาภานาภียปริตร

หันทะ มะยัง อาภานาภียะปะริตตะปาฐัง ภาณามะ เส.

วิปัสสิสสะ นะมัตถุ จักขุมนัตสสะ สิริมะโต

ขอนอบน้อม แต่พระวิปัสสิพุทธเจ้า

ผู้ทรงมีจักขุ ทรงมีสิริ

ลิสสิสสะปิ นะมัตถุ สัพพะภูตานุกัมปิโน

ขอนอบน้อม แต่พระลิสสิพุทธเจ้า

ผู้ทรงอนุเคราะห์สัตว์ทั้งปวง

เวสสสะภูสสะ นะมัตถุ นัตตะกัสสะ ตะปัสสิโน

ขอนอบน้อม แต่พระเวสสภูพุทธเจ้า

ผู้ทรงชำระกิเลสได้แล้ว ทรงมีตบะ

นะมัตถุ กะกุสันธัสสะ มาระเสนูปะมัททิโน

ขอนอบน้อม แต่พระกกุสันธะพุทธเจ้า

ผู้ทรงบำเพ็ญมาร และเสนา

โกนาคะมะนัสสะ นะมัตถุ ภัรัทมะณัสสะ วุสสิมะโต

ขอนอบน้อม แต่พระโกณาคมนะพุทธเจ้า

ผู้ทรงลอยบาปได้แล้ว ทรงอยู่จบพรหมจรรย์

กัสสะปัสสะ นะมัตถุ วิปะมุตตัสสะ สัพพะธิ

ขอนอบน้อม แต่พระกัสสปะพุทธเจ้า

ผู้ทรงหลุดพ้นแล้วจากกิเลสทั้งปวง

อังคีระสัสสะ นะมัตถุ สักยะปุตตัสสะ สิริมะโต

ขอนอบน้อม แต่พระศากยบุตรพุทธเจ้า

ผู้ทรงมีพระฉัพพรรณรังสี ทรงมีสิริ

โย อิมัง รัมมะมะเทเสสิ สัพพะทุกขาปะนุทะนัง

พระองค์ทรงแสดงพระธรรม

อันเป็นเครื่องขจัดทุกข์ทั้งปวง

เย จาปิ นิพพุตา โลเก ยะถาญตัง วิปัสสิสุง

เต ชะนา อะปิสุณา มะหันตา วีตะสาระทา

อนึ่ง พระอรหันต์เหล่าใด ในโลก

ดับกิเลสได้แล้ว รู้แจ้งตามความเป็นจริง

พระอรหันต์เหล่านั้น ปราศจากวามุ่งร้าย

เป็นผู้ยิ่งใหญ่ ไม่สะทกสะท้าน

หิตัง เทวะมะนุสสานัง ยัง นะมัสสันติ โคตะมัง

วิชาจะระณะสัมปันนัง มะหันตัง วีตะสาระทัง

วิชาจะระณะสัมปันนัง พุทธัง วันทามะ โคตะมัง.

ท่านเหล่านั้น ย่อมนมัสการพระโคตมะ

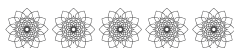
ผู้ทรงเกื้อกูลเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ ผู้ยิ่งใหญ่

ผู้ไม่สะทกสะท้าน เราทั้งหลาย ย่อมกราบไหว้

พระโคตมพุทธเจ้า ผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ

อิติ. ดังนี้แล



๔.๓ เมตตปริตร

หันทะ มะยัง กระณียะเมตตะสุตตะปาฐัง ภาณามะ เส.

กระณียะมัตถะกุสะเลนะ
 ยันตัง สันตัง ปะทัง อะภิสะเมจจะ
 สักโก อุชฺฐ จะ สุหุชฺฐ จะ
 สุวะโจ จัสสะ มุทุ อะนะติมานิ.

กุลบุตรผู้ฉลาดในประโยชน์ มุ่งหวังบรรลुสันตบพ
 พึ่งทำกิจที่ควรทำ ควรเป็นผู้อาจหาญ
 ซื่อตรง ตรงดี เป็นผู้ว่าง่าย
 อ่อนโยน และไม่เย่อหยิ่ง

สันตุสสะโก จะ สุภาโร จะ
 อัปปะกิจโจ จะ สัลละหุกะวุตติ
 สันตินทริโย จะ นิปะโก จะ
 อัปปะคัพโโก กุเลส อะนะนุคิทธะ.

ควรเป็นผู้สันโดษ เลี้ยงง่าย มีกิจน้อย
 มีความประพฤติเบา มีอินทรีย์สงบ
 มีปัญญารักษาดน ไม่คะนอง
 และไม่ติดข้องในตระกูลทั้งหลาย

นะ จะ ขุททั้ง สามาจร กิณฺณจิ
 เยนะ วิญญู ปะเร อุปะวะเทยฺยง
 สฺขิโน วา เขมิโน โหนตุ
 สัพเพ สัตตา ภาวันตุ สฺขิตตฺตา.

อนึ่ง ไม่ควรประพาศความเสียหายใด ๆ
 ที่จะเป็เหตุให้วิญญูชนเหล่าอื่นติเตียนได้
 ควรแผ่เมตตาว่า ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง
 จงมีความสุข มีความเกษม มีตนเป็นสุขเถิด

เย เกจิ ปาณะภูตฺตติ
 ตะสา วา ถาวะรา วา อะนะวะเสสา
 ทิฆา วา เย มะหันทา วา
 มัชฌิมา รัสสะกา อะณุกะณฺฐา.

คือ เหล่าสัตว์ทั้งหมดที่มีอยู่
 ทั้งที่เป็นผู้หวาดสะดุ้ง และเป็นผู้มั่นคง
 ที่มีขนาดยาว ขนาดใหญ่
 ขนาดปานกลาง ขนาดสั้น ละเอียด และกลม
 ขอสัตว์เหล่านั้นทั้งหมด ไม่มีเหลือ จงมีตนเป็นสุขเถิด

ทิฐฐา วา เย จะ อะทิฐฐา
 เย จะ ทูเร ะสันติ อะวิทูเร
 ภูตา วา สัมภะเวสี วา
 สัพเพ สัตตา ะวันตุ สุขัตตตา.

เหล่าสัตว์ที่เคยเห็น และไม่เคยเห็นก็ดี
 เหล่าสัตว์ที่อยู่ใกล้ และอยู่ไกลก็ดี
 ภูต และสัมภเวสีก็ดี
 ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงมีตนเป็นสุขเถิด

นะ ปะโร ปะรัง นิคุพเพละ
 นาติมัญญะละ กัตตะจิ นัง กิณฺณิ
 พฺยาโรสะนา ปฏิฆะสัณฺญา
 นาณฺญะมัญญัสสะ ทุกขะมิจเฉยยะ.

ผู้อื่นไม่ควรหลอกลวงผู้อื่น
 ไม่ควรดูหมิ่นอะไร ๆ กันในที่ไหน ๆ
 ไม่ควรปรารถนาทุกข์แก่กันและกัน
 เพราะความโกรธ และความแค้น

มาตา ยะถา นิยัง ปุตตัง
อายุสา เอกะปุตตะมะนุรักเข
เอวัมปิ สัพพะภูเตสุ
มานะสัมภาวะเย อะปะริมาณัง.

มารดารักษาบุตรคนเดียว ผู้เกิดในตน ด้วยชีวิต ฉันใด
ควรเจริญเมตตาจิต อย่างไม่มีประมาณ ในสัตว์ทั้งปวง
ฉันนั้น

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

อนึ่ง ควรเจริญเมตตาจิต อย่างไม่มีประมาณ
อันกว้างขวาง ไม่มีเวร ไม่มีศัตรู ในสัตว์โลกทั้งปวง
ทั้งเบื้องบน เบื้องล่าง และเบื้องกลาง

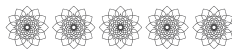
ติฏฐัญจะรัง นิสินโน วา
 สะยาโน วา ยาวะ ตัสสะ วิคะตะมัทโธ
 เอตัง สะติง อะธิฏฐะเยยะ
 พรัหฺมะเมตัง วิหารัง อิธะมาหุ.

ผู้แผ่เมตตา ยืน เดิน นั่ง หรือนอน
 เป็นผู้ปราศจากความง่วง ตลอดกาลเพียงใด
 พึงตั้งสติไว้ ตลอดกาลเพียงนั้น
 นักปราชญ์เรียกการอยู่ด้วยเมตตานี้ว่า พรหมวิหาร

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

อนึ่ง ผู้แผ่เมตตาไม่เข้าไปยึดทิฏฐิ
 เป็นผู้มีศีล ถึงพร้อมแล้วด้วยทศสนะ
 กำจัดความยินดีในกามคุณทั้งหลายได้แล้ว
 ย่อมไม่เข้าถึงการนอนในครรรค์อีกโดยแท้

อติ. ดังนี้แล



๔.๔ บัณธปริตร

หันทะ มะยัง ขันธะปริตตะปาฐัง ภาณามะ เส.

วิรูปักเขติ เม เมตตัง
 เมตตัง เอราปะเถติ เม
 ฉัพพะยาปุตเตติ เม เมตตัง
 เมตตัง กัณหาโคตะมะเกหิ จะ.

ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมี กับพญางูทั้งหลายตระกูลวิรูปักษะด้วย
 ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมี กับพญางูทั้งหลายตระกูลเอราปณะด้วย
 ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมี กับพญางูทั้งหลายตระกูลฉัพพะยาปุตตะด้วย
 ความเป็นมิตรของเรา
 ย่อมมี กับพญางูทั้งหลายตระกูลกัณหาโคตมกะด้วย

อะปาทะเกหิ เม เมตตัง เมตตัง ทิปาทะเกหิ เม
 จะตุปปะเทหิ เม เมตตัง เมตตัง พะหุปปะเทหิ เม.

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมี กับสัตว์ทั้งหลายที่ไม่มีเท้าด้วย

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมี กับสัตว์ทั้งหลายที่มีสองเท้าด้วย

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมี กับสัตว์ทั้งหลายที่มีสี่เท้าด้วย

ความเป็นมิตรของเรา

ย่อมมี กับสัตว์ทั้งหลายที่มีหลายเท้าด้วย

มา มัง อะปาทะโก หิงสิ

มา มัง หิงสิ ทิปาทะโก

มา มัง จะตุปปะโท หิงสิ

มา มัง หิงสิ พะหุปปะโท.

สัตว์ไม่มีเท้า อย่าได้เบียดเบียนเรา

สัตว์สองเท้า อย่าได้เบียดเบียนเรา

สัตว์สี่เท้า อย่าได้เบียดเบียนเรา

สัตว์มากเท้า อย่าได้เบียดเบียนเรา

สัพเพ สัตตา สัพเพ ปาณา สัพเพ ภูตา จะ เกวะลา
 สัพเพ ภัทรานิ ปัสสันตุ มา กิณฺณจิ ปาปะมาคะมา.

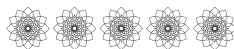
ขอสัตว์ทั้งปวง ปาณะทั้งปวง ภูตทั้งปวง
 ทั้งหมดทั้งสิ้น จงพบเห็นแต่สิ่งที่ดี
 สิ่งเลวร้าย จงอย่าได้มาถึงใคร ๆ เลย

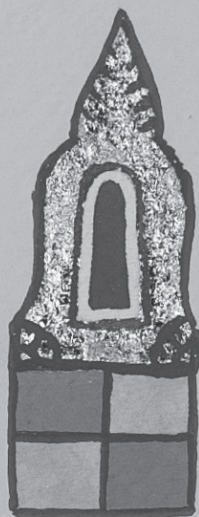
อัปปะมาโน พุทฺโธ อัปปะมาโน ธัมโม
 อัปปะมาโน สังโฆ ปะมาณะวันตานิ สะริงสะปานิ
 อะหิ วิจฉิกา สะตะปะที อุณณานาภี สะระพู มูสิกา.

พระพุทธคุณ หาประมาณมิได้
 พระธรรมคุณ หาประมาณมิได้
 พระสังฆคุณ หาประมาณมิได้
 ส่วนสัตว์เลื้อยคลาน คือ งู แมงป่อง ตะขาบ
 แมงมุม ตั๊กแตน และหนู มีคุณประมาณได้

กะตา เม รักขา กะตา เม ประริตตา
 ปะฏิกกะมันตุ ภูตานิ โสหัง นะโม ภาคะวะโต
 นะโม สัตตันนัง สัมมาสัมพุทธานัง.

เครื่องรักษา อันเรากระทำแล้ว
 เครื่องป้องกัน อันเรากระทำแล้ว
 สัตว์ทั้งหลาย จงหลีกไปเสีย
 เรานั้นนอบน้อม แต่พระผู้มีพระภาค
 และนอบน้อม แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๗ พระองค์







พระอภิธรรม

๕.๑ อัมมสังคณ

กุสะลา อัมมา

สภาวะธรรมทั้งหลาย ที่ไม่มีโทษ
และให้วิบากเป็นความสุข มีอยู่

อะกุสะลา อัมมา

สภาวะธรรมทั้งหลาย ที่มีโทษ
และให้วิบากเป็นความทุกข์ มีอยู่

อัปฺยากะตา อัมมา.

สภาวะธรรมทั้งหลาย ที่พระพุทธรองค์ไม่ได้ทรงแสดง
โดยความเป็นกุศลและอกุศล ไม่มีวิบาก มีอยู่

กะตะเม อัมมา กุสะลา.

สภาวะธรรมทั้งหลาย ที่เป็นกุศล เป็นอย่างไร

ยัสฺมิํ สมะเย กามาวะจะรัง กุสะลัง จิตตัง

อุปฺปนฺนัง โหติ โสมนัสสะสะหะคะตัง ญาณะสัมปะยุตฺตัง

ในขณะใด จิตที่เป็นกุศล ระดับกามาวจร

เกิดพร้อมกับโสมนัสเวทนา สัมปยุตด้วยญาณ เกิดขึ้น

รูปารัมมะณัง วา	มีรูปเป็นอารมณ์ กดี
สัททารัมมะณัง วา	มีเสียงเป็นอารมณ์ กดี
คันธารัมมะณัง วา	มีกลิ่นเป็นอารมณ์ กดี
ระสารัมมะณัง วา	มีรสเป็นอารมณ์ กดี
โผฏฐัพพารัมมะณัง วา	มีโผฏฐัพพะเป็นอารมณ์ กดี
ธัมมารัมมะณัง วา	มีธรรมเป็นอารมณ์ กดี

ยัง ยัง วา ปะนาร์พะ

หรือว่า เกิดขึ้นเพราะปรารถนาอารมณ์ใด ๆ

ตัสมิง สะมะเย ผัสโส โหติ อะวิกเขโป โหติ

ในขณะนั้น ผัสสะก็ย่อมเกิดขึ้น อวิกเขปะก็ย่อมเกิดขึ้น

เย วา ปะนะ ตัสมิง สะมะเย อัญญะปิ

อติ ปะฏิจะสะมุปปันนา อะรูปิโน ธัมมา

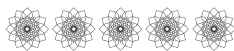
ก็หรือว่า ในขณะนั้น สภาวธรรมทั้งหลายเหล่าใด

ที่เป็นอรูปแม้อื่น ซึ่งเป็นสภาวะอิงอาศัยกันและกัน

เกิดขึ้นแล้ว

อิเม ธัมมา กุสะลา.

สภาวธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ชื่อว่า เป็นกุศล



๕.๒ วิภังค์

ปัญจักขันธา

กอง หรือส่วนแห่งธรรม คือขันธ ๕ ย่อมมี

รูปักขันโธ	กอง หรือส่วนแห่งรูป
เวทนากขันโธ	กอง หรือส่วนแห่งเวทนา
สัญญาขันโธ	กอง หรือส่วนแห่งสัญญา
สังขารักขันโธ	กอง หรือส่วนแห่งสังขาร
วิญญานักขันโธ.	กอง หรือส่วนแห่งวิญญาน
ตัดละ กะตะโม รูปักขันโธ.	

บรรดาขันธ ๕ เหล่านั้น รูปขันธ เป็นอย่างไร

ยังกิญจิ รูปัง

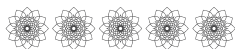
รูปทุก ๆ ชนิด

อะตีตานาคะตะปัจจุปปันนัง

ทั้งที่เป็นรูปอดีต รูปอนาคต และรูปปัจจุบัน

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

ปะณัตถัง วา รูปประณีต ก็ดี
 ยัง พุเร วา รูปอยู่ในที่ไกล ก็ดี
 สันติเก วา รูปอยู่ในที่ใกล้ ก็ดี
 ตะเพกัชฌัง อะภิสัณฺณูญหิตฺวา อะภิสังขิปิตฺวา
 ประมวล และย่อรูปนั้น เข้าเป็นกองเดียวกัน
 อะยัง วุจจะติ รูปักขันโธ.
 นี้เรียกว่า รูปขันธ



๕.๓ ชาติกุกกา

สังคะโห อะสังคะโห

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ ด้วยขันธ

อายตนะ ชาติ

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ ด้วยขันธ

อายตนะ ชาติ

สังคะหิตะนะ อะสังคะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ ด้วยขันธเดียวกัน

แต่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ ด้วยอายตนะและชาติเดียวกัน

แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ ด้วยขันธ อายตนะ ชาติ

หรือสภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ ด้วยขันธ

และอายตนะเดียวกัน แต่มิใช่สงเคราะห์เข้าไม่ได้

ด้วยชาติเดียวกัน แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้

ด้วยขันธ อายตนะ ชาติ

อะสังคะหิตะนะ สังคะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ ด้วยขันธเดียวกัน

แต่มิใช่สงเคราะห์เข้าได้ ด้วยอายตนะและชาติเดียวกัน

แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าได้ ด้วยขันธ อายตนะ ชาติ

สังกะหิเตนะ สังกะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าได้ ด้วยขันธ์ อายตนะ
ธาตุเดียวกัน แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าได้
ด้วยขันธ์ อายตนะ ธาตุ

อะสังกะหิเตนะ อะสังกะหิตัง

สภาวะธรรมที่นับสงเคราะห์เข้าไม่ได้ ด้วยขันธ์ อายตนะ
ธาตุเดียวกัน แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้
ด้วยขันธ์ อายตนะ ธาตุ

สัมปะโยโค วิปะโยโค

สภาวะธรรมที่สัมปะยุตต์กับนามขันธ์ ๔
สภาวะธรรมที่วิปะยุตต์จากนามขันธ์ ๔

สัมปะยุตเตนะ วิปะยุตตัง

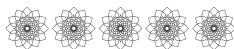
สภาวะธรรมที่สัมปะยุตต์
แสดงโดยวิปะยุตต์จากขันธ์ อายตนะ ธาตุ

วิปะยุตเตนะ สัมปะยุตตัง

สภาวะธรรมที่วิปะยุตต์
แสดงโดยสัมปะยุตต์กับขันธ์ อายตนะ ธาตุ

อะสังกะหิตัง

สภาวะธรรมทั้งหลาย
แสดงโดยนับสงเคราะห์เข้าไม่ได้
ด้วยขันธ์ อายตนะ ธาตุ



๕.๔ บุคคลปัญญาตติ

ฉะ ปัญญาตติโย

บัญญัติ ๖ ประการ มีอยู่

ชั้นระปัญญาตติ

บัญญัติสภาวะที่เป็นกองหรือส่วน

อายะตะนะปัญญาตติ

บัญญัติสภาวะที่เป็นจุดเชื่อมต่อก่อให้เกิดวิญญาณ

ธาตุปัญญาตติ

บัญญัติสภาวะที่เป็นปราศจากสัตว์ บุคคล ตัวตน

สังจะปัญญาตติ

บัญญัติสภาวะที่เป็นความจริง แท้ ไม่ผิดเพี้ยน

อินทรีย์ะปัญญาตติ

บัญญัติสภาวะที่เป็นใหญ่ในกิจหน้าที่นั้น ๆ

บุคคะละปัญญาตติ

บัญญัติบุคคลที่ปรากฏอยู่ในโลก

กิตตาวะตา บุคคะลันัง บุคคะละปัญญาตติ

บัญญัติบุคคล แห่งบุคคลทั้งหลาย มีประมาณเท่าไร

สะมะยะวิมุตโต

บุคคลผู้ได้สัมผัสวิโมกข์ตามกาลและหลุดพ้นจากอาสวะ

อะสะมะยะวิมุตโต

บุคคลผู้ไม่ได้สัมผัสวิโมกข์ตามกาลแต่หลุดพ้นจากอาสวะ

กูปปะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันกำเริบได้

อะกูปปะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันกำเริบไม่ได้

ปะริหานะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันเสื่อมได้

อะปะริหานะธัมโม

บุคคลผู้มีสมบัติอันเสื่อมไม่ได้

เจตะนาภัพโพ

บุคคลผู้จำต้องใส่ใจสมบัติที่ได้แล้ว

อะนุรักขะนาภัพโพ

บุคคลผู้จำต้องตามรักษาสมบัติที่ได้แล้ว

ปฏุชชะโน

บุคคลผู้ยังกิเลสมากชนิดให้เกิดขึ้น

โคตฺระภู

บุคคลผู้ข้ามโคตรปฏุชน

ภะยูปะระโต

บุคคลผู้งดเว้นบาปเพราะความกลัว

อะภะยูปะระโต

บุคคลผู้ไม่ใช่งดเว้นบาปเพราะความกลัว

ภัพพาคะมะโน

บุคคลผู้สามารถหยั่งลงสู่มรรคได้

อะภัพพาคะมะโน

บุคคลผู้ไม่สามารถหยั่งลงสู่มรรคได้

นิยะโต

บุคคลผู้แน่นอน

อะนิยะโต

บุคคลผู้ไม่แน่นอน

ปะฏิปันนะโก

บุคคลผู้ดำเนินด้วยมรรค

ผะเลฐฐิโต

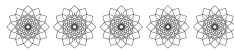
บุคคลผู้ดำรงอยู่ในผล

อะระหา

บุคคลผู้เป็นพระอรหันต์

อะระหัตตายะ ปะฏิปันโน.

บุคคลผู้ปฏิบัติ เพื่อความเป็นพระอรหันต์



๕.๕ กถาวัตถุ

ปุคคะโล อุปะลัฬะติ สัจฉิกัตตะปะระมัตถะเณนาติ

สกวาทิ ถามว่า อัตตาย่อมถูกหาได้
โดยเป็นสิ่งที่มืออยู่จริงในระดับปรมัตถ์ ไซ้ไหม

อามันตา.

ปรวาทิ ตอบว่า ถูกแล้ว

โย สัจฉิกัตถิ ปะระมัตถิ, ตะโต โส ปุคคะโล

อุปะลัฬะติ สัจฉิกัตตะปะระมัตถะเณนาติ.

สกวาทิ ถามว่า สิ่งที่มีอยู่จริง ซึ่งเป็นความจริง
ในระดับปรมัตถ์ อันใด อัตตานัน้นย่อมถูกหาได้
โดยเป็นสิ่งที่มืออยู่จริงในระดับปรมัตถ์ จากสิ่งที่มีอยู่จริง
ซึ่งเป็นความจริงในระดับปรมัตถ์ อันนั้น ไซ้ไหม

นะ เหวัง วัตตัพเพ.

ปรวาทิ ตอบว่า ไม่พึงกล่าวอย่างนี้

อาชานาหิ นิคคะหัง

สกวาทิ ชี้มูลความผิดว่า
ท่านจงรับทราบความไม่สมเหตุผล

หัญจิ ปุคคะโล อุปะลัฬะติ สัจฉิกัตตะปะระมัตถะเณ

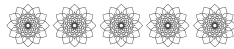
หากว่า อัตตาย่อมถูกหาได้
โดยเป็นสิ่งที่มืออยู่จริงในระดับปรมัตถ์

เตนะ วะตะ เร วัตตัพเพ, โย สัจฉิกัตถิ ประระมัตถิ ตะโต
โส ปุคคะโล อุปะลัภะติ สัจฉิกัตถะประระมัตถะเณนาติ.

แนะท่าน เพราะเหตุ นั้น ท่านก็ควรยอมรับว่า
สิ่งที่มีอยู่จริง ซึ่งเป็นความจริงในระดับปรมาตม
อันใด อุตตานัน ย่อมถูกหาได้ โดยเป็นสิ่งที่อยู่จริง
ในระดับปรมาตม จากสิ่งที่มีอยู่จริง ซึ่งเป็นความจริง
ในระดับปรมาตม อันนั้น

มิจฉา.

ท่านยอมรับคำถามที่ ๑ แต่ไม่ยอมรับคำถามที่ ๒
เพราะฉะนั้น คำกล่าวของท่านจึงผิดหลักเหตุผล



๕.๖ ยมก

เย เกจิ กุสะลา ธัมมา, สัพเพ เต กุสะละมุลา

อนฺโถมปฺจฉา ทามว่า

สภาวะธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ที่เป็นกุศล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมด เป็นกุศลมูล ใช้ใหม่

เย วา ปะนะ กุสะละมุลา, สัพเพ เต ธัมมา กุสะลา

ปฏฺิโถมปฺจฉา ทามว่า

ก็หรือว่า สภาวะธรรมเหล่าใด เป็นกุศลมูล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมด เป็นกุศล ใช้ใหม่

เย เกจิ กุสะลา ธัมมา, สัพเพ เต กุสะละมุเลนะ เอกะมุลา

อนฺโถมปฺจฉา ทามว่า

สภาวะธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ที่เป็นกุศล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมด มีมูลเป็นอันเดียวกันกับ

กุศลมูล ใช้ใหม่

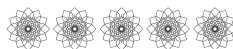
เย วา ปะนะ กุสะละมุเลนะ เอกะมุลา,

สัพเพ เต ธัมมา กุสะลา

ปฏฺิโถมปฺจฉา ทามว่า ก็หรือว่า

สภาวะธรรมเหล่าใด มีมูลเป็นอันเดียวกันกับกุศลมูล

สภาวะธรรมเหล่านั้นทั้งหมด เป็นกุศล ใช้ใหม่



๕.๗ ปฏฐาน

เหตุปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นเหตุ

อาร์มมะณะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอาร์มณ

อะธิปะติปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอธิบดี

อะนันทะระปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความติดต่อกัน
ไม่มีระหว่างกัน

สมะนันทะระปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความติดต่อกัน
ไม่มีระหว่างกันอย่างดี

สะหะชาตะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเกิดพร้อมกัน

อัญญะมัญญะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นปัจจัย
แก่กันและกัน

นิสสะยะปัจจัยโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นที่อาศัย

อุปะนิสสะยะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นที่อาศัย
ที่มีกำลังมั่นคง

ปุเรชาตะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเกิดก่อน

ปัจฉาชาตะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเกิดภายหลัง

อาเสวะนะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเสพคุ้น

กัมมะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นกรรม

วิปากะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นวิบาก

อาหาระปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอาหาร

อินทริยะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นอินทริย์

ฌานะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นฌาน

มัคคะปัจจะโย

สภวธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นมรรค

สัมปะยุตตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความประกอบพร้อมกัน

วิปปะยุตตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความไม่ประกอบพร้อมกัน

อตฺถิปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นภาวะที่ยังมีอยู่

นตฺถิปัจจะโย

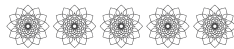
สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความเป็นภาวะที่ไม่มีมีอยู่

วิคະตะปัจจะโย

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความปราศจากไป

อะวิคະตะปัจจะโย.

สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะโดยความไม่ปราศจากไป



บรรณานุกรม

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกบาลีอักษรไทย ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐.

สวนโมกขพลารามไชยา. คู่มืออุบาสกอุบาสิกา ภาค ๑-๒ ทำวัตร เข้า-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.สุกัรื กุมทอง

วันเดือนปีเกิด

วันที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๑๕

บ้านหนองฮะ ต.หนองฮะ อ.สำโรงทาบ จ.สุรินทร์

วุฒิการศึกษา

- ปริญญาเอก พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขา
พระพุทศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ปริญญาโท พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขา
พระพุทศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ปริญญาตรี วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรม
ไฟฟ้า มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- เปรียญธรรม ๔ ประโยค หลักสูตรบาลีสนามหลวง
- ประกาศนียบัตรบาลีใหญ่ชั้นนักศึกษา วัดท่ามะโอ
จ.ลำปาง

งานปัจจุบัน (พ.ศ. ๒๕๖๙)

- ผู้อำนวยการหลักสูตรบัณฑิตศึกษา สาขาบาลีพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตบافیศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
- อาจารย์ประจำหลักสูตรปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก สาขาบาลีพุทธศาสตร์ สาขาพระไตรปิฎกศึกษา และสาขาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบافیศึกษาพุทธโฆส จ.นครปฐม
- ที่ปรึกษายุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย พระบรมราชูปถัมภ์
- วิปัสสนาจารย์ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย พระบรมราชูปถัมภ์
- บรรยายธรรมตามสถานที่ต่าง ๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
- สอนปฏิบัติธรรมตามสถานที่ต่าง ๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด
- เผยแพร่ธรรมทางเว็บไซต์ <http://www.ajsupee.com>
- เผยแพร่ธรรมทาง Youtube <https://www.youtube.com/user/ajsupee>
- เผยแพร่ธรรมทาง Facebook <https://www.facebook.com/Ajsupee>
- เผยแพร่ธรรมทาง TikTok https://www.tiktok.com/@supee_thumthong

รายนามผู้ร่วมบริจาค

ที่	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน	ที่	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๑	ผู้พิงธรรมยุวพุทธา ๒๖ ม.ค. ๖๘	๒,๑๐๐	๑๙	ผู้เข้าปฏิบัติธรรมสถานปฏิบัติ ภูพอเพียง ๒๖ ก.ค. - ๒ ส.ค. ๖๙	๗,๙๔๗
๒	ผู้เข้าปฏิบัติธรรมยุวพุทธา ๖ - ๘ ก.พ. ๖๘	๔,๓๗๔	๒๐	ผศ.(พิเศษ) ทพ.ไพศาล และ ทญ.พิศุทธิ์ธรณ์ กังวลกิจ	๒๐,๐๐๐
๓	คุณชาญชัย คุณมานี จิตตะมัย และ ครอบครัว	๑,๕๐๐	๒๑	คุณสุรเชษฐ และ คุณชื่นจิตต์ คุณะรังษี	๑๐,๐๐๐
๔	ผู้พิงธรรมยุวพุทธา ๒ มี.ค. ๖๘	๑,๖๔๐	๒๒	คุณเอกชัย และ คุณสุขจิตต์ เขียนข้า	๑๐,๐๐๐
๕	คุณชัชดาพร เจริญธนสมุทร	๒๐๐	๒๓	คุณณัฐภัทร คุณะรังษี คุณนันทศรี เขียนข้า และ คุณสุนทรภูษิต คุณะรังษี	๑๐,๐๐๐
๖	ผู้พิงธรรมยุวพุทธา ๙ มี.ค. ๖๘	๑,๕๘๐	๒๔	คุณชัยวัฒน์ อภิวันทนา	๕,๐๐๐
๗	คุณอิศราภรณ์ ปราโมช	๑,๐๐๐	๒๕	คุณรัชนิวรรณ อุทัยศรี	๕๘,๐๐๐
๘	คุณวีรพันธ์ โอปิลันทพงษ์	๑๒,๐๐๐	๒๖	คุณเพ็ญพรรณ วิสุทธิ ณ อยุธยา	๒,๐๐๐
๙	ผู้พิงธรรมยุวพุทธา ๒๓ มี.ค. ๖๘	๒๐๐	๒๗	คุณกรองแก้ว จิระกาล	๒,๐๐๐
๑๐	คุณแม่สมหวัง ศิริโสดา และ ครอบครัว	3,๐๐๐	๒๘	คุณพรรณพิไล สุพรรณโรจน์	๒,๐๐๐
๑๑	คุณเรวดี ธนวานิช	๓,๐๐๐	๒๙	คุณรัชนิย์ โลพันธ์ศรี เลสเตอร์	๑,๕๐๐
๑๒	ผู้เข้าปฏิบัติธรรมยุวพุทธา ศูนย์ ๒ ๑ - ๗ ส.ค. ๖๘	๑๐,๑๕๐	๓๐	คุณหิตธาริ สุรชาติธำรงรัตน์	๑,๐๐๐
๑๓	คุณพิชญา ฤกษ์สัจจานนท์	๕๐๐	๓๑	คุณอัจฉริยา เกตุทัต	๑,๐๐๐
๑๔	คุณณิตา พุ่มพฤษ	๔๐๐	๓๒	คุณสุกรีช ศิริธนานุกุลวงศ์	๑,๐๐๐
๑๕	คุณกรวิภา ขวัญเมือง	๓๖,๐๐๐	๓๓	คุณพรทิพย์ สุริยสตัย	๒,๐๐๐
๑๖	คุณสุรินทร์ วงศ์พัฒนสวัสดิ์ และคุณสุริยาวิติ เดชสงจรัส	๑,๕๐๐	๓๔	คุณเกษสิรินทร์ ธนันทปัทมน์	๒,๐๐๐
๑๗	ไม่ออกนาม	๑,๐๐๐	๓๕	พล.ร.ต.จตุพร พุกกะเวส ทญ.โบว์ พุกกะเวส	๒,๐๐๐
๑๘	ผู้เข้าปฏิบัติธรรมยุวพุทธา ๓๐ ม.ค. - ๑ ก.พ. ๖๙	๖,๘๖๐	๓๖	คุณบุษกร สิงคาลวนิช	๒,๐๐๐
			๓๗	คุณพรทิพย์ ธนะโสภณ	๑,๐๐๐

ที่	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๓๘	คุณวันเพ็ญ วิชาสวัสดิ์	๒,๐๐๑
๓๙	คุณพรศรี หลูไพบูลย์	๑,๕๐๐
๔๐	คุณสุปรียา บุญเกตุ	๒,๐๐๐
๔๑	คุณสวาทวิมล ผลเจริญ	๑,๐๐๐
๔๒	พ.ญ.สิริพร เนาวรัตน์ภาส	๑,๐๐๐
๔๓	คุณอุษณีย์ วุฒยวนิช	๑,๐๐๐
๔๔	คุณจรรยา ตั้งกิจเวทย์	๒,๐๐๐
๔๕	คุณช่อพิภพ โอสธานุเคราะห์	๑๐,๐๐๐
๔๖	คุณवासณี เตียวตรานนท์	๒,๐๐๐
๔๗	คุณดาราร คาบาลโล่	๑,๐๐๐
๔๘	คุณสุภาภรณ์ คุณสมเธ อึ้งพูลสวัสดิ์	๑,๐๐๐
๔๙	คุณสุนันท์ สงวนพันธุ์	๑,๐๐๐
๕๐	คุณภาภรณ์ วาณิชเจริญทรัพย์	๑,๐๐๐
๕๑	คุณมะลิวัลย์ จิรวัฒนพงษ์	๕๐๐
๕๒	คุณศชล ก้อนเพชร	๕๐๐
๕๓	คุณไพจิตร คุณสวัสดิ์ ชูโต	๕๐๐

ที่	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๕๔	คุณสุจินตนา พุกกะเวส	๒,๐๐๐
๕๕	คุณนิภา เสตสุวรรณ	๓,๐๐๐
๕๖	คุณนันท์ลี จารุรัตน์	๒,๔๙๙
๕๗	คุณวิทย์ยา อัสสกุล	๑๐,๐๐๐
๕๘	คุณปริญญ์ คุณปราชญ์ ด.ญ.ชญาภา ศรีบุศกรณ	๒๐,๐๐๐
๕๙	คุณณพมาศ เขียววิมล	๑,๕๐๐
๖๐	คุณพรพรรณ สมบูรณ์	๑,๐๐๐
๖๑	คุณอารมณ หนูจ้อย	๑,๐๐๐
๖๒	น.ส.วีรนนท์ โอปสันพงษ์	๒,๐๐๐
๖๓	ผศ.ดร.กัญจน์ณัฐ เทอญชูชีพ	๘๐๐
๖๔	คุณวณัฐศิกานต์ สวัสดิ์ศรี	๑,๐๐๐
๖๕	ผู้เข้าปฏิบัติธรรมยุวพุทธฯ ศูนย์ ๒ ๑๑ - ๑๗ ส.ค. ๖๙	๑๐,๓๕๐
๖๖	คุณติสสัท คุณชนิษฐา โรจนลักษณ์	๑๐๐,๐๐๐
๖๗	คุณสุพัตรา ไควสุวรรณ	๒,๐๐๐
๖๘	ทพ.ไพฑูรย์ จินดาโรจนกุล และครอบครัว	๕,๐๐๐
รวม		๔๑๘,๑๐๑