

ทิศที่ ๑๑

หลวงพ่อชุมพล พลปัญญา





ทิศที่ ๑๑

ปีที่ ๑๑

หลวงพ่อชুমพล พลปญโญ

สถิติการพิมพ์

พิมพ์ครั้งที่ ๑๑ วันที่ ๖ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๖๑

จำนวนพิมพ์ ๓๐,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๑๐	วันที่ ๒๐ มกราคม ๒๕๖๐	จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๙	วันที่ ๑๒ สิงหาคม ๒๕๕๙	จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๘	วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๕๘	จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๗	วันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๗	จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๖	วันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗	จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๕	วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖	จำนวน ๕๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๔	วันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๕๕	จำนวน ๓๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๓	วันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๕๔	จำนวน ๖๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๒	วันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๕๓	จำนวน ๗๕,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๑	วันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๕๒	จำนวน ๗๐,๐๐๐ เล่ม

รวมยอดพิมพ์ที่พิมพ์มาแล้วทั้งหมด จำนวน ๔๖๕,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่ หจก.ธรรมชาติดการพิมพ์
๑๖/๖๔ หมู่ ๗ ซ.หัวกระบือ ถ.บางขุนเทียน-ชายทะเล
แขวงท่าข้าม เขตบางขุนเทียน กทม. ๑๐๑๕๐
โทร. ๐๒ ๔๕๓ ๖๓๐๑-๓ แฟกซ์ ๐๒ ๘๘๗ ๔๓๔๖
Email: thammachart@yahoo.com

ท่านที่ต้องการหนังสือ หรือต้องการร่วมพิมพ์ กรุณาติดต่อ บริษัท โตโยต้า เกตรา ยูสคาร์ จำกัด
สาขาเมืองปทุม ๖๖ หมู่ ๓ ต.กรุงเทพ-ปทุมธานี ต.บ้านฉาง อ.เมืองปทุมธานี จ.ปทุมธานี ๑๒๐๐๐
โทร. ๐๒ ๕๘๑ ๔๖๖๒ โทรสาร ๐๒ ๕๗๕ ๗๓๒๑ Email : dhammaconnect2015@gmail.com

คำนำ

นะโม เม สัพพะพุทธานัง
ขอนอบน้อมแด่พุทธะทั้งปวง

หนังสือเล่มนี้ ชื่อว่าทศที่ ๑๑ เนื่องจากตั้งใจที่จะสื่อความหมายว่า คนทั้งหลายสนใจแต่การรู้เรื่องนอกตัว อยากรู้อยากเห็นไปทั้ง ๑๐ ทิศ แต่เรื่องตัวเองโดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่องจิตใจนั้น ไม่ค่อยสนใจและไม่ค่อยรู้เรื่อง ข้าพเจ้าจึงคิดว่า จิตใจอาจจะนับเป็นทิศที่ ๑๑ ซึ่งคนทั้งหลายไม่ค่อยสนใจรู้เรื่องก็ได้ หนังสือเล่มนี้จึงตั้งชื่อว่า “ทศที่ ๑๑” เป็นหนังสือที่พยายามจะเขียนเรื่องวิธีจัดการกับจิตใจไม่ให้ทุกข์เดือดร้อน หรือเดือดร้อนน้อยที่สุด

คนเรานั้นเมื่อดำเนินชีวิตอยู่ในโลก ก็ไม่ควรที่จะละเลยเรื่องจิต เพราะว่า จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว เราควรจะเรียนรู้ธรรมชาติของจิต เพื่อที่จะสามารถบริหารจัดการจิตได้อย่างดีมีผล ไม่นำความเดือดร้อนมาสู่ชีวิตตนเองและผู้อื่น

ข้าพเจ้ามีเจตนาที่จะตอบแทนบุญคุณแก่โลก ในฐานะที่ข้าพเจ้าเป็นส่วนหนึ่งของโลก มีชีวิตอยู่ได้จากการช่วยเหลือและการพึ่งพาอาศัยกันของชาวโลก ข้าพเจ้าตั้งความปรารถนาดีว่าบุคคลทั้งหลายจะได้ประโยชน์ จากธรรมะที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสสั่งสอนสัตว์โลกเพื่อให้พ้นจากทุกข์ อันว่าพระธรรมคำสั่ง

สอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น ย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม ไม่ให้ตกไปสู่ที่ชั่ว คือความทุกข์ยากลำบากเข็ญทั้งปวง

พร้อมกันนี้ข้าพเจ้าได้นำพระคาถาอุปปาตະสันติมารวมพิมพ์เผยแพร่ด้วย เพราะเห็นว่าเป็นคาถาที่มีค่า เป็นคาถาเก่าแก่ของล้านนาที่มีความศักดิ์สิทธิ์และเนื้อหาไพเราะมาก ถ้ามีการนำพระคาถาอุปปาตະสันติไปสวดกันมาก ๆ จะช่วยให้โลกร่มเย็นเป็นสุข

หากว่าหนังสือเล่มนี้มีคุณความดีอยู่ ก็ขอถวายบูชาแทบเบื้องบาทของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอริยสาวกทั้งหลาย สำหรับบุญกุศลขออุทิศให้บิดามารดา ครูบาอาจารย์ ผู้มีพระคุณพร้อมด้วยหมู่ญาติ และผู้เฝ้ากุศลबारมีกับข้าพเจ้าทั้งปวง ส่วนข้อบกพร่องนั้นข้าพเจ้าจะพยายามแก้ไขขัดเกลาต่อไปในโอกาสข้างหน้า

ขออนุโมทนากุศลพลอยยินดีกับทุกท่านที่มีส่วนทำให้หนังสือเล่มนี้สำเร็จและแพร่ขยายกว้างไกลออกไป

ธรรมะที่ข้าพเจ้าบันทึกนั้น ประารถนาจะมอบให้ชาวโลกเพื่อเป็นธรรมทาน จึงไม่หวงแหนในการเผยแพร่ไม่ว่ากรณีใด ๆ ผู้ใดปรารถนาจะนำไปเผยแพร่ก็สามารถทำได้เลยโดยไม่ต้องขออนุญาต

ขอให้สัตว์ทั้งหลายจงได้ดีมรสแห่งธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

ขออนุโมทนากุศลของท่านสาธุชน

พระชุมพล พลปัญญา

๑๐ ตุลาคม ๒๕๕๑



ขอเชิญอ่านธรรมชาติของหลวงพ่อชุมพลได้ที่

<http://www.chumpolpalapanyo.com>

A photograph of a stone stupa in India, partially obscured by green leaves in the foreground. The stupa is a tall, tiered structure with a pointed top, made of light-colored stone. The leaves are vibrant green and have a heart-like shape. The background is a clear, bright sky.

ไบโพรธีตรัสรู้ พุทธคยา ประเทศอินเดีย

สารบัญ

คำนำ.....	ก
ทศที่ ๑๑.....	๑
บทที่ ๑.....	๓
บทที่ ๒.....	๔
บทที่ ๓.....	๕
บทที่ ๔.....	๖
บทที่ ๕.....	๗
บทที่ ๖.....	๘
บทที่ ๗.....	๙
บทที่ ๘.....	๑๐
บทที่ ๙.....	๑๑
บทที่ ๑๐.....	๑๒
บทที่ ๑๑.....	๑๓
บทที่ ๑๒.....	๑๔
บทที่ ๑๓.....	๑๕
บทที่ ๑๔.....	๑๖
บทที่ ๑๕.....	๑๗
บทที่ ๑๖.....	๑๘
บทที่ ๑๗.....	๑๙
บทที่ ๑๘.....	๒๐

บทที่ ๑๙.....	๒๑
บทที่ ๒๐.....	๒๒
บทที่ ๒๑.....	๒๓
บทที่ ๒๒.....	๒๔
บทที่ ๒๓.....	๒๕
บทที่ ๒๔.....	๒๖
บทที่ ๒๕.....	๒๗
บทที่ ๒๖.....	๒๘
บทที่ ๒๗.....	๒๙
บทที่ ๒๘.....	๓๐
บทที่ ๒๙.....	๓๑
บทที่ ๓๐.....	๓๒
บทที่ ๓๑.....	๓๓
บทที่ ๓๒.....	๓๔
บทที่ ๓๓.....	๓๕
บทที่ ๓๔.....	๓๖
บทที่ ๓๕.....	๓๗
บทที่ ๓๖.....	๓๘
บทที่ ๓๗.....	๓๙
บทที่ ๓๘.....	๔๐
บทที่ ๓๙.....	๔๑
บทที่ ๔๐.....	๔๒
บทที่ ๔๑.....	๔๓
บทที่ ๔๒.....	๔๔
บทที่ ๔๓.....	๔๕
บทที่ ๔๔.....	๔๖

บทที่ ๔๕	๔๗
บทที่ ๔๖	๔๘
บทที่ ๔๗	๔๙
บทที่ ๔๘	๕๐
บทที่ ๔๙	๕๑
บทที่ ๕๐	๕๒
บทที่ ๕๑	๕๓
บทที่ ๕๒	๕๔
บทที่ ๕๓	๕๕
บทที่ ๕๔	๕๖
บทที่ ๕๕	๕๗
บทที่ ๕๖	๕๘
บทที่ ๕๗	๕๙
บทที่ ๕๘	๖๐
บทที่ ๕๙	๖๑
บทที่ ๖๐	๖๒
บทที่ ๖๑	๖๓
บทที่ ๖๒	๖๔
บทที่ ๖๓	๖๕
บทที่ ๖๔	๖๖
บทที่ ๖๕	๖๗
บทที่ ๖๖	๖๘
บทที่ ๖๗	๖๙
บทที่ ๖๘	๗๐
บทที่ ๖๙	๗๑
บทที่ ๗๐	๗๒

บทที่ ๗๑	๗๓
บทที่ ๗๒	๗๔
บทที่ ๗๓	๗๕
บทที่ ๗๔	๗๖
บทที่ ๗๕	๗๗
บทที่ ๗๖	๗๘
บทที่ ๗๗	๗๙
บทที่ ๗๘	๘๐
บทที่ ๗๙	๘๑
บทที่ ๘๐	๘๒
บทที่ ๘๑	๘๓
บทที่ ๘๒	๘๔
บทที่ ๘๓	๘๕
บทที่ ๘๔	๘๖
บทที่ ๘๕	๘๗
บทที่ ๘๖	๘๘
บทที่ ๘๗	๘๙
บทที่ ๘๘	๙๐
บทที่ ๘๙	๙๑
บทที่ ๙๐	๙๒
บทที่ ๙๑	๙๓
บทที่ ๙๒	๙๔
บทที่ ๙๓	๙๕
บทที่ ๙๔	๙๖
บทที่ ๙๕	๙๗
บทที่ ๙๖	๙๘

บทที่ ๙๗	๙๙
บทที่ ๙๘	๑๐๐
บทที่ ๙๙	๑๐๑
บทที่ ๑๐๐	๑๐๒
บทที่ ๑๐๑	๑๐๓
บทที่ ๑๐๒	๑๐๔
บทที่ ๑๐๓	๑๐๕
บทที่ ๑๐๔	๑๐๖
บทที่ ๑๐๕	๑๐๗
บทที่ ๑๐๖	๑๐๘
บทที่ ๑๐๗	๑๐๙
บทที่ ๑๐๘	๑๑๐
บทที่ ๑๐๙	๑๑๑
บทที่ ๑๑๐	๑๑๒
บทที่ ๑๑๑	๑๑๓
บทที่ ๑๑๒	๑๑๔
บทที่ ๑๑๓	๑๑๕
บทที่ ๑๑๔	๑๑๖
บทที่ ๑๑๕	๑๑๗
บทที่ ๑๑๖	๑๑๘
บทที่ ๑๑๗	๑๑๙
บทที่ ๑๑๘	๑๒๐
บทที่ ๑๑๙	๑๒๑
บทที่ ๑๒๐	๑๒๒
บทที่ ๑๒๑	๑๒๓
บทที่ ๑๒๒	๑๒๔

บทที่ ๑๒๓	๑๒๕
บทที่ ๑๒๔	๑๒๖
บทที่ ๑๒๕	๑๒๗
บทที่ ๑๒๖	๑๒๘
บทที่ ๑๒๗	๑๒๙
บทที่ ๑๒๘	๑๓๐
บทที่ ๑๒๙	๑๓๑
บทที่ ๑๓๐	๑๓๒
บทที่ ๑๓๑	๑๓๓
บทที่ ๑๓๒	๑๓๔
บทที่ ๑๓๓	๑๓๕
บทที่ ๑๓๔	๑๓๖
บทที่ ๑๓๕	๑๓๗
บทที่ ๑๓๖	๑๓๘
บทที่ ๑๓๗	๑๓๙
บทที่ ๑๓๘	๑๔๐
บทที่ ๑๓๙	๑๔๑
บทที่ ๑๔๐	๑๔๒
บทที่ ๑๔๑	๑๔๓
บทที่ ๑๔๒	๑๔๔
บทที่ ๑๔๓	๑๔๕
บทที่ ๑๔๔	๑๔๖
บทที่ ๑๔๕	๑๔๗
บทที่ ๑๔๖	๑๔๘
บทที่ ๑๔๗	๑๔๙
บทที่ ๑๔๘	๑๕๐

บทที่ ๑๔๙	๑๕๑
บทที่ ๑๕๐	๑๕๒
บทที่ ๑๕๑	๑๕๓
บทที่ ๑๕๒	๑๕๔
บทที่ ๑๕๓	๑๕๕
บทที่ ๑๕๔	๑๕๖
บทที่ ๑๕๕	๑๕๗
บทที่ ๑๕๖	๑๕๘
บทที่ ๑๕๗	๑๕๙
บทที่ ๑๕๘	๑๖๐
บทที่ ๑๕๙	๑๖๑
บทที่ ๑๖๐	๑๖๒
บทที่ ๑๖๑	๑๖๓
บทที่ ๑๖๒	๑๖๔
บทที่ ๑๖๓	๑๖๕
บทที่ ๑๖๔	๑๖๖
บทที่ ๑๖๕	๑๖๗
บทที่ ๑๖๖	๑๖๘
บทที่ ๑๖๗	๑๖๙
บทที่ ๑๖๘	๑๗๐
บทที่ ๑๖๙	๑๗๑
บทที่ ๑๗๐	๑๗๒
บทที่ ๑๗๑	๑๗๓
บทที่ ๑๗๒	๑๗๔
บทที่ ๑๗๓	๑๗๕
บทที่ ๑๗๔	๑๗๖

บทที่ ๑๗๕	๑๗๗
บทที่ ๑๗๖	๑๗๘
บทที่ ๑๗๗	๑๗๙
บทที่ ๑๗๘	๑๘๐
บทที่ ๑๗๙	๑๘๑
บทที่ ๑๘๐	๑๘๒
บทที่ ๑๘๑	๑๘๓
บทที่ ๑๘๒	๑๘๔
บทที่ ๑๘๓	๑๘๕
บทที่ ๑๘๔	๑๘๖
บทที่ ๑๘๕	๑๘๗
บทที่ ๑๘๖	๑๘๘
บทที่ ๑๘๗	๑๘๙
บทที่ ๑๘๘	๑๙๐
บทที่ ๑๘๙	๑๙๑
บทที่ ๑๙๐	๑๙๒
บทที่ ๑๙๑	๑๙๓
บทที่ ๑๙๒	๑๙๔
บทที่ ๑๙๓	๑๙๕
บทที่ ๑๙๔	๑๙๖
บทที่ ๑๙๕	๑๙๗
บทที่ ๑๙๖	๑๙๘
บทที่ ๑๙๗	๒๐๐
บทที่ ๑๙๘	๒๐๑
บทที่ ๑๙๙	๒๐๒
บทที่ ๒๐๐	๒๐๓

บทที่ ๒๐๑	๒๐๔
บทที่ ๒๐๒	๒๐๕
บทที่ ๒๐๓	๒๐๖
บทที่ ๒๐๔	๒๐๗
บทที่ ๒๐๕	๒๐๘
บทที่ ๒๐๖	๒๐๙
บทที่ ๒๐๗	๒๑๐
บทที่ ๒๐๘	๒๑๑
บทที่ ๒๐๙	๒๑๒
บทที่ ๒๑๐	๒๑๓
บทที่ ๒๑๑	๒๑๔
บทที่ ๒๑๒	๒๑๕
บทที่ ๒๑๓	๒๑๖
บทที่ ๒๑๔	๒๑๗
บทที่ ๒๑๕	๒๑๘
บทที่ ๒๑๖	๒๑๙
บทที่ ๒๑๗	๒๒๐
บทที่ ๒๑๘	๒๒๑
อุปปาตະสันติ	๒๒๓
เชษฐชนนสวด พระคาถาอุปปาตະสันติ	๒๒๕
อุปปาตະสันติ	๒๒๙
บทสวดสงบเหตุร้าย	๒๒๙
คันทารัมมะ	๒๒๙
ประวัติคัมภีร์อุปปาตະสันติ	๓๐๗
ข้อแนะนำการอ่านบาลีอักษรไทย	๓๑๐

ของฝากท้ายเล่ม.....	๓๑๑
ของฝากท้ายเล่ม	๓๑๓
บทปลงสังขาร.....	๓๑๖
คาถาเงินล้าน.....	๓๑๙
จริยธรรมของพระโพธิสัตว์ ๑๐ ประการ.....	๓๒๑
คำอุทิศส่วนกุศลเวลาบำเพ็ญทาน.....	๓๒๓
คำขอขมาลาโทษทั้ง ๓๑ ภูมิ.....	๓๒๔
คำถอนอธิษฐานที่เป็นมิจฉาทิฎฐิ.....	๓๒๕
คำแผ่บารมีกุศลมหออธิษฐาน.....	๓๒๗
คำอธิษฐานเพื่อพ้นทุกข์โทษเวรภัย.....	๓๓๐
คำประกาศโทษตน	๓๓๑
คำอธิษฐานเพื่อเจริญธรรม.....	๓๓๒
คาถาเชื่อมจิตกับพระโพธิสัตว์ทุกองค์.....	๓๓๓
คำแผ่เมตตา ๖ ทิศ	๓๓๕
คำอธิษฐานที่พุทธคยา	๓๓๖
คำอธิษฐานย้ายบัญชีทองคำ	๓๔๑
(คำบูชาครู)	๓๔๑
(บทบวงสรวงทำวมหาราชทั้ง ๔).....	๓๔๒
(บทชุมนุมเทวดา).....	๓๔๓
คำอธิษฐานเมื่อออกรถและเดินทางไกล	๓๕๓
บทขอขมากรรมสำนึกผิด	๓๕๕
อธิบายภาพ.....	๓๖๓

ทิศที่ ๑๑



พระพุทธนวล้านตื้อ สามเหลี่ยมทองคำ จ.เชียงราย

บทที่ ๑

สิ่งใดที่มีคุณจะมีโทษทั้งสิ้น
สิ่งใดมีโทษสิ่งนั้นก็มิคุณอยู่ไม่มากก็น้อย
บัณฑิตฝึกตนเมื่อเจอโชคร้าย
คนพาลนิสัยเสียเมื่อเจอโชคดี
อุปสรรคช่วยให้บัณฑิตพัฒนาความเก่งกล้าสามารถ
ความสะดวกลบสบายทำให้คนพาลหมดสมรรถภาพในการ
พึ่งตนเอง

ชมเป็นยา หวานเป็นภัย
ไล่เดือนทำให้ปลาเดือดร้อนจากการติดเบ็ด
บัณฑิตทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้น
เห็นแจ้งในควมมีคุณมีโทษของโลก
จึงวางจิตเป็นกลางมีสติมองโลกด้วยปัญญาญาณ
ไม่ยินดี ไม่ยินร้าย
เป็นผู้สงบ ดับเหิน
แม้ยังอาศัยโลกแต่มิได้ถูกโลกกัก
มีเหมือนไม่มี เป็นเหมือนไม่เป็น

บทที่ ๒

ในยามผิดพลาดยิ่งต้องการแก้ไข
 ถ้าผิดพลาดแล้วหมดกำลังใจจะยิ่งซ้ำเติมกันไปใหญ่
 เมื่อร่างกายแปรเปลี่ยนยิ่งต้องการชำระล้าง
 ถ้าแปรเปลี่ยนแล้วท้อใจจะยิ่งหมักหมมกันไปใหญ่
 เวลาท้อแท้ก็ต้องเพิ่มกำลังใจ
 ถ้าท้อแท้แล้วล้มเลิกจะยิ่งหมดแรงกันไปใหญ่
 เวลาขัดสนต้องการความขยันขันแข็ง
 ถ้าขัดสนแล้วขี้เกียจจะยิ่งสิ้นไร้กันไปใหญ่
 เวลาเจออุปสรรคต้องการความอดทน
 ถ้าเจออุปสรรคแล้วตีโพยตีพายจะพ่ายแพ้กันไปใหญ่
 โลกนี้ไม่มีอะไรดีพร้อม
 ผู้มีวาสนาจะมีชีวิตอยู่เพื่อการแก้ไข
 เจอปัญหาไม่ท้อแท้
 มีอุปสรรคไม่ท้อถอย
 จะสามารถผ่านพ้นเภทภัยทั้งปวงไปได้อย่างราบรื่น

บทที่ ๓

ในสายตาของผู้ไร้ปัญญาปัญหาปรากฏทุกที่
ในสายตาของผู้มีปัญญาโอกาสหาได้ทุกที่
เมื่อท้อแท้ท้อถอยอะไรก็เป็นภาระที่หนักอึ้ง
เมื่อกระตือรือร้นอะไรก็เป็นงานที่น่าเรียนรู้
เมื่อขัดเคืองขุ่นแค้นใครก็เป็นศัตรูของเรา
เมื่ออโหสิภัยใครก็เป็นผู้ร่วมงานที่ดี
เมื่อจิตใจคับแคบใครก็มาเอาเปรียบเราจึงเลย
เมื่อจิตใจกว้างขวางก็น่าภูมิใจที่ได้มีโอกาสเสียสละ
ตั้งจิตไว้ผิดจะเจอทางตัน
ตั้งจิตไว้ถูกจะเจอหนทางโล่งว่าง
คนโง่คิดว่าโลกนี้สร้างปัญหาให้
จึงคิดแต่ตีโพยตีพายตำว่าโทษฟ้าโทษดิน
คนฉลาดคิดว่าปัญหาอยู่ที่ความไร้สมรรถภาพของตน
จึงชวนชวายเรียนรู้ศึกษาพัฒนาตนตลอดเวลา
ถ้าคิดผิดก็ปีก็ปีก็โง่เท่าเดิม
ถ้าคิดถูกก็ได้พัฒนาตนให้ดีขึ้นตลอดเวลา
ที่คนโง่ว่าเป็นปัญหานั้นผู้มีปัญญาคือเป็นโอกาสทอง

บทที่ ๔

ในความรู้สึกของบัณฑิตนั้น
 คำใส่ร้ายป้ายสีไม่รู้สีกว่าน่ากลัว
 แม้เจอความอยุติธรรมก็ไม่รู้สึกว่าเป็นทุกข์โทษ
 กลับเป็นเครื่องฝึกใจอย่างดี
 ความคับข้องใจนั้นมนุษย์หนีไม่พ้น
 อย่างน้อยก็มีความแค้นความเจ็บความตายเป็นความคับข้อง
 จงฝึกฝนตนเองจากความคับข้องที่ได้เจอในชีวิต
 จงฝึกกับความคับข้องเล็กน้อยตอนนี้
 จะได้เตรียมพร้อมจิตที่จะรับความคับข้องใหญ่
 ความแค้นเจ็บตายนั้นอยู่ข้างหน้า
 ความพลัดพรากจากของรักก็จะมีโอกาสได้เจอแน่
 เรื่องใส่ร้ายป้ายสีนั้นเป็นเรื่องเล็กเล็ก
 เรื่องอยุติธรรมก็ดูไม่ใหญ่โต
 โลกนี้มีเรื่องทุกข์ยากลำบากเข็ญมากมาย
 อย่าประมาทเพลิดเพลินหลงระเรีง
 อย่าท้อถอยหมดกำลังใจในการฝึกฝนตน

บทที่ ๕

อย่าเพิ่งตักน้ำใส่ตุ่ม

จงอุดรูรั่วด้วย

ถ้าไม่อุดรูรั่ว

ตักน้ำใส่ตุ่มจะเหนียวเปลา่

ผู้คิดสร้างบารมีอย่าเพิ่งแต่ทำบุญกุศล

จงชวนชวายเป็นความชั่วด้วย

พึงเป็นผู้มีศีล

พึงละความเบียดเบียน

เมื่อผู้มีศีลบำเพ็ญทานย่อมมีอานิสงส์ใหญ่

จะนั้นบัณฑิตก่อนให้ทานจึงสมาทานศีลก่อน

เมื่อทานและศีลประกอบกันย่อมมีอานิสงส์มาก

เมื่อตุ่มรั่วรอยรั่ว

การตักน้ำใส่ก็ได้ผลสมบูรณ์

จงรักษาจิตรักษาศีลแล้วสร้างความดี

บารมีอันยิ่งใหญ่จะบังเกิดขึ้นมาในใจ

ทุกอย่างต้องสร้างเองไม่มีใครให้กันได้

บทที่ ๖

โลกนี้มีเขามิเหว
 จะให้โลกนี้ราบเรียบตลอดได้ที่ไหน
 คิดจะให้ราบรื่นเป็นระเบียบไปทั้งโลก
 ความคิดนี้เป็นจริงไม่ได้
 ผู้คิดจะกลุ้มใจตาย
 โลกนี้วุ่นวายไร้ระเบียบเป็นธรรมดา
 ย่อารอคอยให้โลกนี้สงบก่อนจึงค่อยเป็นสุข
 จงทำจิตให้เป็นสุขสงบเดี๋ยวนี้เลย
 เมื่อยอมรับความจริงจะคลายทุกข์ใจไปได้
 ถ้าไม่ยอมรับความจริงจิตจะอ่อนแอลงทุกที
 ยิ่งหนีความจริงยิ่งเป็นโรคประสาท
 ทำจิตให้สบายแล้วไปแก้ปัญหาก็แก้ได้
 ถ้าจิตมีปัญหาแล้วจะไปแก้ปัญหาที่ไหนอีกได้เล่า
 จงยอมรับความจริงก่อนแล้วจะแก้ปัญหาก็ได้
 มันพันยุ่งตรงไหนให้หยิบมาดูเดี๋ยวจะแก้ได้เอง
 ไม่มีปัญหาอะไรใหญ่สำหรับผู้อดทนและพากเพียร

บทที่ ๗

ไม้ล้มข้ามได้

คนล้มอย่าข้าม

อย่าบีบใครให้จนตรอก

สุนัขจนตรอกยังหันกลับมาสู้

ผู้จนตรอกจะเกิดพลังอย่างแรงมาตีโต้กลับ

คนโง่เขลาจึงสร้างศัตรูไปทุกที่

คนฉลาดจะเปลี่ยนศัตรูให้กลายเป็นมิตร

เยอหยิ่งถือดีไปที่ไหนก็จะเพิ่มศัตรู

อ่อนน้อมถ่อมตนไปที่ไหนก็จะได้มิตร

ชื่อสัตย์จริงใจจะได้มิตรแท้

อย่ารอคอยมิตรภาพ

มิตรภาพนั้นเราต้องเป็นฝ่ายให้ก่อน

คิดเอาอย่างเดียวจะไม่มีใครคบ

ฝึกให้เสียบ้างจะไม่ตกอับ

เปิดโอกาสให้คนอื่นรอดบ้าง ถึงเวลาเราจะไม่เจอทางตัน

บทที่ ๘

อย่าปิดทางถอยตนเอง

อย่าปิดทางถอยผู้อื่น

ทำอะไรก็ตามต้องวางแผนกันพลาดไว้บ้าง

ต้องเตรียมพร้อมถ้าองค์ประกอบที่หวังไว้ไม่เป็นดั่งใจ

มีแผนหนึ่งแล้วต้องมีแผนสองด้วยเผื่อเรื่องไม่คาดหมาย

อย่าเชื่อว่าอะไรแน่นอนเตรียมใจไว้ผิดหวังบ้าง

ไม่ว่ามันใจแค่ไหนก็ต้องเตรียมอุปกรณ์ไว้เผื่อพลาดทำ

นี้เรียกว่าไม่ปิดทางถอยตนเอง

อย่ารุกไล่ผู้อื่นให้เขาจนตรอก

อย่าบีบผู้อื่นจนเขาไม่มีอากาศหายใจ

อย่าบังคับผู้อื่นจนผู้นั้นไม่มีทางบรรเทา

ถ้าเขาจนแต่มีจริงจริงจะหันกลับมาเล่นงานเราอย่างรุนแรง

เปิดทางรอดให้คนอื่นบ้าง

เว้นโอกาสไว้เพื่อให้มีช่องทางแก้ไขเยียวยา

อย่าบีบคนจนกระทั่งไม่มีช่องทางไป

อย่าปิดทางถอยของใคร

บทที่ ๙

คนทั้งหลายในโลกไม่ชอบฟังคำคุณโมโห้อวด
ทนฟังก็ฟังได้แต่ไม่ชอบฟัง
ทำเรื่องที่คนไม่ชอบทำไปทำไม
ถึงได้ก็ไม่คุ้มเสีย
คนทั้งหลายในโลกชอบฟังคำถ่อมตัว
จะรู้สึกเมตตาคนอ่อนน้อมถ่อมตัว
ทำเรื่องที่คนทั้งหลายชอบนั้นแลจึงเรียกว่าฉลาด
อย่าทำสิ่งที่ทำให้คนรอบข้างหงุดหงิด
เสียงได้จึงเสียง
ถ้าทำมาเคยชินจนติดเป็นนิสัยต้องแก้นิสัยให้ได้
มีนิสัยเสียคือไร้วาสนา
ไม่ยอมแก้นิสัยเสียคือคนอากัปกิริยา
ทำอะไรตามสันดานเดิมจะช่วยทั้งชาติ
คนโง่เที่ยวไปหาคนมาทำนายโชคชะตา
คนฉลาดลิขิตดวงชะตาตนเองด้วยการละชั่วทำดี
มีนิสัยเสียต้องแก้ไขอย่าปล่อยให้ค้างคาจนพาไปลงนรก

บทที่ ๑๐

อย่าใจร้อนมธุทะลุ
 อย่าใจเร็วด่วนได้
 ต้องรู้จักรอคอยต้องรู้จักอดกลั้น
 อย่าคิดแต่จะให้ได้ตั้งใจของตัวเอง
 ถ้าได้ตั้งใจทุกอย่างระวังนิสัยจะเสีย
 ความผิดพลาดผิดพลาดคือรสเผ็ดของชีวิต
 จะต้องมืออยู่ข้างเพื่อให้ชีวิตมีรสชาติ
 ถ้าได้ตั้งใจทุกอย่างชีวิตจะจี๊ดซี้ด
 จงยอมรับความเป็นจริงอย่าหนีความจริง
 หนีความจริงจะทำให้จิตใจอ่อนแอ
 จงยอมรับความจริงของชีวิต
 อย่าหวั่นไหวต่อความขึ้นลงของชีวิต
 อย่าอารมณ์แปรปรวนไปตามความสมหวังผิดหวัง
 จงตั้งใจให้หนักแน่นอย่าแปรปรวนง่าย
 ขวนขวายสร้างงานด้วยความอดทนอดกลั้น
 อย่าใจร้อนรีบเร่งต้องการผลประโยชน์
 จงพรวนดินรดน้ำบำรุงรักษาต้นไม้อย่างใจเย็น
 ผลจะออกมาเองเมื่อถึงเวลาอันสมควร
 ความใจร้อนจะทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างพังไปก่อนได้รับผล

บทที่ ๑๑

ใส่เกลือเข้าไปจะเค็ม

ใส่น้ำตาลเข้าไปจะหวาน

ใกล้อะไรก็จะกลายเป็นอย่างนั้น

จับชอล์กจะเปื้อนสีขาว

จับถ่านจะเปื้อนสีดำ

อย่าดูถูกสภาพแวดล้อมว่าจะไม่มีอิทธิพลต่อเรา

คนเราเปลี่ยนแปลงได้เพราะสภาพแวดล้อม

ผู้ฉลาดย่อมชวนชวายเข้าหาสภาพแวดล้อมที่ดี

ย่อมชวนชวายคบมิตรดีเข้าสู่สมาคมที่ดี

การคบมิตรดีสามารถช่วยให้เราดีขึ้น

อย่าคบเพื่อนชั่วอย่าเข้าหาสิ่งชั่ว

จงชวนชวายเข้าหามิตรดีเพื่อนดีสมาคมดี

จะช่วยให้เราเจริญรุ่งเรืองในธรรมขั้นมาได้

อย่าคิดว่าสภาพแวดล้อมไม่สำคัญ



บทที่ ๑๒

คนห่างไกลหาโอกาสยากที่จะทำร้ายทำลายเรา
 ที่มีช่องมีโอกาสดือคนใกล้ชิด
 จงอย่าเบียดเบียนผู้อื่นจงอย่าข่มเหงคะเนงร้ายทำลายคน
 จงกลัวบาปกรรมอย่าคิดว่ากรรมจะมาส่องไม่ได้
 ทำร้ายผู้อื่นมากกรรมจะติดปีกบินมาให้ผล
 หักหลังทรยศผู้อื่นกรรมจะมาตบสนองอย่างสาหัส
 เล่นงานผู้อื่นไว้มากจะถูกเล่นงานกลับ
 ศัตรูจะมากเกิดเป็นลูก
 ลูกชนิดนี้จะมาทำให้พ่อแม่เดือดร้อนอย่างสาหัส
 จะมาทำร้ายจิตใจเราได้อย่างรุนแรงก็ต้องมากเกิดเป็นลูก
 อย่างหลงเพลินสร้างบาปกรรม
 ถ้าบาปให้ผลจะหนีไปไหนก็ไม่พ้น
 ยิ่งหนีก็ยิ่งเจอ
 จงมีความละอายต่อบาปเกรงกลัวต่อบาป
 จงชวนชวยละความชั่วกลัวบาปกรรม
 อย่าหลงระเรีงต่อการทำบาป

บทที่ ๑๓

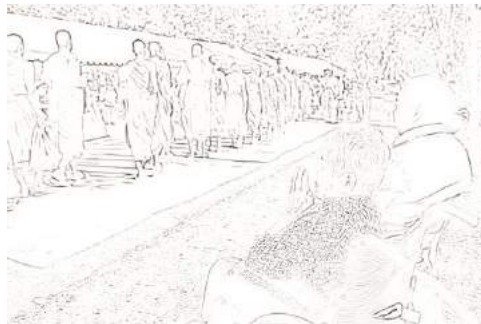
เมื่อยากไร้ก็ประจบประแจงคนมั่งมี
เมื่อได้ดีมีสุขก็เยอหยิ่งถือดีลืมหูลืมตา
นี่คือคนธรรมดาที่มีอยู่เกลื่อนโลก
คุณค่าของคนชนิดนี้เท่ากับก้อนหินกรวดทราย
เมื่อยากไร้ก็ขวนขวายอดออมเสริมสร้างพัฒนาตน
เมื่อได้ดีมีสุขก็เห็นอกเห็นใจช่วยเหลือผู้ด้อยกว่า
นี่คือมหาบุรุษที่หาได้ยากในโลก
คุณค่าของท่านย่อมเปรียบประดุจเพชรพลอยทองคำ
อยากดูธาตุแท้ของคนต้องดูขณะเจอเรื่องวิกฤติ
หรือดูตอนที่ได้เปรียบและเป็นต่อ
ในยามผิดหวังอย่างแรงกับสมหวังอย่างแรง
คนส่วนใหญ่จะแสดงธาตุแท้ออกมา
ระวังเหตุการณ์วิกฤติจะมาแสดงให้เห็นว่า
คุณไม่มีความเป็นสุภาพชนเท่ากับภาพที่พยายามอำพราง
แสดง
ระวังเหตุการณ์วิกฤติจะทำให้ชาวโลกรู้จักธาตุแท้ของคุณ

บทที่ ๑๔

เวลาจะรับลูกบอลที่เขาเตะมา
 ถ้าวิ่งเข้าหาจะกระเด็นกลับแล้วรับไว้ไม่ได้
 ถอยออกมาแล้วรับจะรับได้
 การจะจับอะไรบางอย่างก็เช่นเดียวกัน
 ถึงตั้งใจจะจับก็ฟังแสดงอาการปล่อย
 เรียกว่าจะจับแสรังปล่อย
 การจะควบคุมคนบางคน
 อาจไม่สามารถใช้วิธีการควบคุมบังคับ
 จำเป็นต้องใช้วิธีโอนอ่อนผ่อนตาม
 แม้ตั้งใจจะควบคุมแต่ต้องแสดงออกซึ่งการโอนอ่อนผ่อนตาม
 การจัดการกับเครื่องจักรนั้นควบคุมได้ง่ายดาย
 เพราะเครื่องจักรนั้นไม่ซับซ้อนเท่าคน
 การจัดการกับคนนั้นยากเพราะมีธรรมชาติที่ซับซ้อน
 การจัดการกับคนนั้นต้องใช้ศิลปะ
 บางที่จะจับต้องแสรังปล่อย
 จะควบคุมต้องโอนอ่อนผ่อนตาม
 จะเอาชนะต้องยอมแพ้ไปก่อน
 ขึ้นชื่อว่าคนนั้นเรื่องมากและยุ่งยากซับซ้อน

บทที่ ๑๕

คิดเอาแต่ได้จะกลายเป็นคนใจแคบ
ถ้าไม่รู้จักให้ นิสัยจะเสียลงไปเรื่อย
บัณฑิตย่อมสรรเสริญทาน
เพราะเป็นการช่วยเกื้อหนุนจิตให้กว้างขวาง
อยู่เฉย ๆ จะเป็นคนใจกว้างขึ้นมาไม่ได้
ต้องฝึกการให้ทานจนเป็นนิสัย
ทานจะนำมาซึ่งสรรพสิ่ง
สิ่งที่ให้ไปจะย้อนกลับมาช่วยตนเอง
อาณิสยส์แห่งการให้ทานนั้นมีมากมายมหาศาล
เป็นจุดเริ่มต้นของบารมีทั้งปวง
เป็นองค์ประกอบของมหาบุรุษทั้งหลาย
จิตใจกว้างขวางเพราะการให้ทาน
ชีวิตเป็นสุขเพราะการเสียสละ



บทที่ ๑๖

ความคิดร้ายต่อผู้อื่นไม่ควรมี
 แต่ความคิดป้องกันรักษาตนจำเป็นต้องมี
 ทำอะไรก็ตามจงอย่าปิดทางถอยของตนเอง
 จงเตรียมการไว้เผื่อพลาด
 จงมีความจริงใจต่อคนทุกคนแต่อย่าไว้ใจผู้อื่นจนหมดเปลือก
 อย่าคิดร้ายต่อใครแต่จงระวังป้องกันคนคิดร้าย
 การไม่สนใจระวังป้องกันรักษาตนคือความประมาท
 ความประมาทจะนำมาซึ่งภัย
 อย่าโอ้อวดความสามารถของตนไปเสียทุกอย่าง
 ถ้าศัตรูรู้เรื่องของเราทั้งหมดจะไม่มีอะไรแก้ไขยามคับขัน
 จงสร้างคุณความดียิ่งใหญ่แต่วางตัวเรียบง่าย
 ใช้ชีวิตเรียบง่ายจะเป็นเครื่องกันพลาด
 แกล้งโง่ให้เป็นบ้างเรื่องราวขัดแย้งจะน้อยลง
 เขาตำมาแกล้งทำเป็นฟังไม่รู้เรื่อง
 ลมผ่านหูแล้วก็ผ่านไปจะยึดไว้ทำไมให้หนัก
 มากขึ้นเรื่องหนึ่งมีผู้ลดน้อยลงเรื่องหนึ่ง

บทที่ ๑๗

ทำเสน่ห์หรือจะสู้ทำความดี
ใช้อาคมผูกจิตหรือจะสู้ใช้ความจริงใจ
ท่องคาถามัดใจหรือจะเท่าความซื่อสัตย์
เวทย์มนต์ขลังแค่ไหนก็ไม่ยั่งยืน
ความดีงามที่แผ่ซ่านออกจากใจมีอิทธิพลยาวนาน
ถ้าผูกสัมพันธ์ด้วยความดีจะมีน้ำใจข้ามภพข้ามชาติ
ความชั่วนั้นผูกสัมพันธ์ให้ยั่งยืนไม่ได้
คนรักกันเพราะซึ่งในความดี
จะไม่มีใครรักกันเพราะซึ่งในความชั่ว
ความชั่วเป็นสาเหตุแห่งการกินแหนง
เป็นเหตุให้ไวใจกันไม่ได้
อยู่กับความดีจึงผ่อนคลาย
อยู่กับความชั่วต้องระแวงระวัง
อยู่ใกล้ความดีได้พักผ่อน
อยู่ใกล้ความชั่ววุ่นวาย
คุณธรรมยังครองโลกอยู่หนึ่งเดียวจนทุกวันนี้

บทที่ ๑๘

ความอดทนอดกลั้นนั้นช่วยลดทอนปัญหา
 ไม่รู้จักอดทนนำมาซึ่งปัญหานานับประการ
 ไม่รู้จักอดกลั้นนำมาซึ่งอุปสรรคใหญ่หลวง
 ทำอะไรตามใจชอบจะตั้งตัวไม่ได้
 ทำอะไรตามอารมณ์จะมีแต่สูญเสียบ
 ชีวิตขาดความอดทนเหมือนรถขาดเบรก
 ชีวิตขาดความอดกลั้นเหมือนดิ่งพสุธาขาดร่ม
 อย่าเรียนรู้แต่ความฉลาด
 จงเรียนรู้ความอดทนด้วย
 อย่าเรียนรู้แต่ความเก่งกล้า
 จงเรียนรู้ความอดกลั้นด้วย
 ยิ่งต้องทำงานใหญ่
 ยิ่งต้องมีความอดทนอดกลั้นที่สูง
 สิ่งทีปปล่อยไปอย่างไร้ขอบเขตจะแตก
 สิ่งทีปปล่อยไปอย่างไร้ควบคุมจะระเบิด
 ความอดทนอดกลั้นคือเงื่อนไขสำคัญของชีวิตมนุษย์

บทที่ ๑๙

อย่าทำความดีอย่างไฟไหม้ฟาง
นึกศรัทธาขึ้นมากก็ทำงานมากเกินไปเหมือนลมพายุ
เมื่อผ่านไปก็เลิกจนสิ้นเหมือนที่อับลม
จงสร้างความดีให้สม่ำเสมอ
ถึงเป็นความดีเล็กน้อยแต่จงทำทุกวันให้เป็นนิสัย
อย่ากินข้าวที่ละกระสอบแล้วเลิกไม่กินอีกเลย
จงกินข้าวที่ละจานแต่กินทุกวัน
สร้างความดีให้สม่ำเสมอดีกว่า
ทำความดีแม้เล็กน้อยแต่ให้สม่ำเสมอจนเป็นนิสัย
ทำเล็กน้อยแต่ทำทุกวันจะมีประโยชน์มากกว่า
อย่าทำมากมายใหญ่โตแต่ทำวันเดียวเลิก
กินน้ำวันเดียวหนึ่งโถงแล้วเลิกกินไปหนึ่งปีจะอยู่ได้หรือ
ที่มีประโยชน์คือการทำอะไรให้สม่ำเสมอ
สร้างความดีให้เคยชินจนติดเป็นนิสัย
เมื่อนิสัยแก่กล้าเข้าจะกลายเป็นบารมี
อย่าทำอะไรอย่างไฟไหม้ฟาง
ทำเล็กทำน้อยก็ได้แต่ควรทำทุกวัน

บทที่ ๒๐

ผู้ที่พูดเรื่องความดีอาจไม่ได้สร้างความดี
 ผู้รอดไม้สรรพคุณตัวเองอาจไม่ตืออย่างนั้น
 การปฏิบัติธรรมนั้นแสดงกับการคุยโวโอ้อวด
 ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบจริงจริงจะไม่ได้ออกมาคุยโว
 ยิ่งปฏิบัติไปยิ่งเกิดความอ่อนน้อมถ่อมตัว
 ยิ่งปฏิบัติไปยิ่งเกิดความรู้สึกไม่ครอบครอง
 คิดให้มากกว่าคิดกักเก็บ
 ฟังคำชมกับคำตำแล้วรู้สึกเหมือนกัน
 เขายกย่องชมเชยหรือดูถูกเหยียดหยามรู้สึกเหมือนกัน
 เมื่อรู้สึกเช่นนี้จะคุยโอ้อวดไปหาอะไร
 เมื่อจิตเป็นเช่นนี้จะออกมาไม้เพื่ออะไร
 ผู้รู้จริงจะไม่พูด
 ของจริงนั้นเป็นใบ้
 ธรรมะแท้่นั้นมีคุณค่าอยู่ในตัวเอง
 ไม่จำเป็นต้องออกไปคุยโวไม้แล้วจึงมีค่า
 ไม่จำเป็นต้องให้คนอื่นมาให้รางวัลแล้วจึงมีค่า
 ทองแท้ไม่ต้องการคำชม

บทที่ ๒๑

คนเราเกิดมาในจักรวาลนี้ที่กว้างใหญ่ไพศาล
คนเรานี้เป็นส่วนแค่เศษธุลีที่เล็กนัก
เมื่อเกิดมาก็ต้องอาศัยผู้อื่นอุ้มชูช่วยเหลือ
กว่าจะใหญ่โตมาได้ก็ด้วยการเกื้อกูลของบุคคลอื่น
แล้วจะถือตัวถือดีเย่อหยิ่งไปทำไม
บัณฑิตทั้งหลายเป็นผู้มีปัญญามาก
จึงเห็นว่าโลกนี้อยู่ได้ด้วยการพึ่งพาอาศัยกัน
จึงแสดงออกต่อโลกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน
จึงแสดงออกต่อโลกด้วยความกตัญญูรู้คุณ
จึงแสดงออกต่อโลกด้วยความเมตตากรุณา
ไม่ถือตัวว่ายิ่งใหญ่
ไม่เย่อหยิ่งถือดีก้าวร้าว
อยู่ในโลกอย่างคิดแทนคุณโลก
พร้อมเสมอในการช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาส
โลกนี้จะอยู่ได้ก็ด้วยการพึ่งพาอาศัยกัน
ท่านทั้งหลายจงมีเมตตากรุณาต่อกันและกัน
ท่านทั้งหลายจงอย่าเบียดเบียนกัน

บทที่ ๒๒

แม้กำลังประสบความราบรื่นในการก้าวไปข้างหน้า
 ก็ควรเตรียมทางถอยที่ดีไว้ด้วย
 แม้กำลังปลอดภัยไปร้งจากการโอบยบิน
 ก็ควรเตรียมที่ร่อนลงอย่างปลอดภัยไว้ด้วย
 แม้กำลังแข่งขันกับการก้าวขึ้นสู่ที่สูง
 ก็ควรเตรียมบันไดลงที่มั่นคงไว้ด้วย
 แม้กำลังเริ่มต้นได้อย่างประสบผลสำเร็จ
 ก็ควรเตรียมการจบอย่างสวยงามไว้ด้วย
 แม้กำลังห้อมล้อมไว้ด้วยผู้รู้ใจ
 ก็ควรเตรียมจิตสำหรับอยู่อย่างโดดเดี่ยวไว้ด้วย
 ผู้มีปัญญาไม่ว่าทำอะไรไม่ควรปิดทางถอยของตนเอง
 มีความสามารถจัดการในช่วงความเจริญ
 ก็จงฝึกฝนความสามารถในการกุมบังเหียนเวลาเสื่อมถอย
 ชีวิตเจริญไปถึงไหนก็ไม่พ้นความแก่เจ็บตาย
 จงสร้างบุญกุศลรักษาศีลศึกษาธรรมประพฤดิธรรมไว้ด้วย
 ถึงคราวสังขารร่างกายเสื่อมจะได้มีที่พึ่งทางใจ
 ถึงคราวตายจะได้นำบุญกุศลติดตัวตามตนไปบ้าง

บทที่ ๒๓

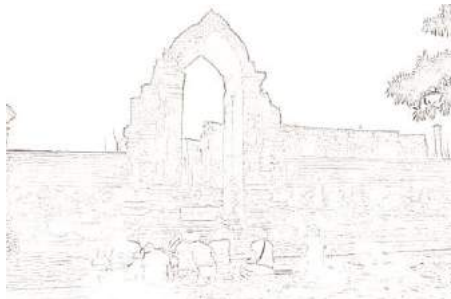
ยิ่งใหญ่ย่อมล้มดัง
สูงมากย่อมตกเจ็บ
มีค่ามากย่อมต้องระแวงระวังสูง
สมบัติมากยิ่งมีภัยมาก
สมบัติในโลกมนุษย์นี้ย่อมมาพร้อมกับปัญหา
ท่านผู้มีปัญญาจึงเห็นโทษในมนุษย์สมบัติ
จึงไม่หลงไหลเพลิดเพลिनลืมตัวไปกับมนุษย์สมบัติ
สมบัติในโลกย่อมไม่เที่ยงแท้
จะใช้ได้ก็ตอนยังไม่ตายจากโลกนี้ไปเท่านั้น
บางที่เรายังไม่ตายสมบัติก็จากเราไปก่อน
บางที่ยังไม่ถึงเวลาจากแต่ก็มีคนมาแย่งไป
บัณฑิตจึงไม่หลงไหลต่อสมบัติในเมืองมนุษย์
เพียงอาศัยใช้เพื่อการสร้างบารมี
เพียงอาศัยใช้เพื่อการสร้างความดีให้เต็มรอบ
เพียงอาศัยใช้เพื่อเป็นปัจจัยแกโลกุตตรธรรม
เพียงอาศัยใช้เพื่อสืบสานพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืนต่อไป
บัณฑิตเพียงอาศัยใช้ไม่มีติดมันถือครองอย่างมัวเมา

บทที่ ๒๔

พืชพันธุ์ไม้แม่ใหญ่โต
 แต่ถ้านำลงปลูกในกระถางจะแคระแกร็น
 พญาคชสารแม่แข็งแรง
 แต่ถ้าถูกล่ามโซ่ไว้ก็ไม่มีโอกาสแสดงกำลัง
 จินตทวิควรมีชีวิตที่อิสระ
 ไม่ถูกผูกมัดด้วยกลไกของชาวโลก
 จึงใช้ปัญญาความคิดได้กว้างไกล
 สามารถใช้ปัญญาขบวิเคราะห์ปัญหาที่ยิ่งใหญ่
 โดยไม่ต้องลำเอียงไปตามกิเลสของชาวโลก
 โดยไม่ต้องลำเอียงไปตามความเห็นพวกเราพวกเขา
 พระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าช่างประเสริฐแท้
 พระองค์ตรัสรู้แจ้งความจริงไม่ลำเอียงเข้าข้างกิเลสชาวโลก
 พระธรรมที่ทรงค้นพบปฏิบัติได้จริงบรรลุผลได้จริง
 ข้าพเจ้าขอกราบฝ่าพระบาทของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
 ขอให้ได้เข้าถึงธรรมที่พระองค์ตรัสรู้ในกาลทุกเมื่อ
 พุทฺโธ ธัมโม สังโฆ น้าอัศจรรย์จริง

บทที่ ๒๕

แม้สร้างผลงานที่ยิ่งใหญ่ขึ้นมาได้
ก็จงพยายามบอกกล่าวถ้อยคำอ่อนน้อมต่อมัตว์
การคุยโวโอ้อวดจะลดคุณค่าของผลงานลงมา
ยิ่งคุยมากเท่าไรคำโอ้อวดจะไปลดความดีความชอบ
ทำให้ฝูงชนพยายามมองข้ามความดีความชอบของเราไป
ส่วนบุคคลที่ทำผิดพลาดร้ายแรง
แต่ถ้าหากขวนขวายออกมายอมรับผิดกล้าเปิดเผยโทษของตน
ฝูงชนจะพากันให้อภัย
คำขอโทษเป็นคำศักดิ์สิทธิ์ที่ผู้ทำผิดสามารถพึ่งพาได้
ถ้ายังพยายามหลบเลี่ยงความผิด
ฝูงชนจะยิ่งนำความชั่วร้ายของเราออกมาโพยพอ
คำพูดสองชนิดนี้มีค่ายิ่งกว่าทองคำ
คือคำพูดต่อมตนและคำพูดขอโทษ



บทที่ ๒๖

เวลากินอาหารรสชาติมากมายสารพัด
 ท้ายที่สุดตบท้ายด้วยน้ำเปล่าจืดสนิทเพื่อล้างคอ
 จงเอาข้อนี้เป็นอนุทาหรณ์ไว้เตือนตน
 ชีวิตคนเรานั้นมิได้ต้องการสิ่งฟุ้งเพื่อเห่อเหิม
 หากแต่อยู่ได้ด้วยการพึ่งพาอาศัยของธรรมดา
 ชีวิตมิได้ต้องการของพิเศษ
 ชีวิตมิได้ต้องการของแปลกประหลาด
 อย่าตอบสนองความมัวเมาหลงใหลในมายากิเลส
 ยิ่งตอบสนองความอยากความอยากยิ่งพอกพูน
 จงลดละพาตัวเองมาอยู่อย่างเรียบง่าย
 อย่างธรรมดาอย่างสามัญอย่างพอเพียง
 กินอยู่อย่างธรรมดา
 นุ่งห่มอย่างธรรมดา
 เป็นคนธรรมดาธรรมดา
 ชีวิตมิได้ต้องการอะไรมากกว่านี้เลย
 อย่าหลงทิศทางการแสวงหาจุดหมายของชีวิต

บทที่ ๒๗

คนเรานั้นอยู่ได้ด้วยการพึ่งพาอาศัยกัน
เจริญมาได้ด้วยการช่วยเหลือของคนอื่น
ถ้าไม่มีใครช่วยเหลือชีวิตจะไม่สามารถสืบต่อไปได้
จงอย่าเย่อหยิ่งถือดี
จงอ่อนน้อมต่อมตัวเกรงอกเกรงใจต่อโลก
จงมองโลกด้วยความกตัญญูรู้คุณ
อย่าหักหลังทรยศผู้มีคุณแก่ตน
ทั้งคนชั้นสูงชั้นต่ำที่มีส่วนช่วยเราจงคิดแทนคุณเขาด้วย
มีอะไรมากมายอย่าคิดสวาปามแต่ผู้เดียว
จงใช้ในการแทนคุณแก่โลกบ้าง
ถ้ายังไม่ได้ใช้หนี้เงินที่ได้มาจะถือเป็นกำไรไม่ได้
ถ้ายังไม่ได้ตอบแทนผู้มีพระคุณความเจริญที่ปรากฏจะถือเป็น
ความก้าวหน้าไม่ได้
อย่าเย่อหยิ่งถือดีในตัวเอง
จงมีความกตัญญูทเวที่
จงแสดงออกต่อโลกอย่างเกรงอกเกรงใจ
ผู้คิดให้จะเจริญรุ่งเรืองไม่เสื่อมตถอับ

บทที่ ๒๘

อย่าท้อแท้ท้อถอย

อย่าเป็นคนหดหู่ทอดอาลัย

อย่าสิ้นหวังต่อชีวิต

จงมองธรรมชาติรอบตัวเป็นครู

มดปลวกล้วนมีชีวิตที่กระตือรือร้นไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

ต้นไม้ใบหญ้าก็ขวนขวายเติบโตแผ่กิ่งก้านสาขา

เห็ดรามีโอกาสร่องว่างก็หาทางเจริญเติบโต

เกิดเป็นคนจะท้อใจทำไมเล่า

หัวใจยังเต้นไม่มีวันหยุดราชการ

กระเพาะก็ดำเนินการย่อยอาหารทันทีที่มาถึง

ปอดตับยังทำงานของมันอย่างสม่ำเสมอ

กลไกภายในร่างกายของเรายังเดินต่อไปไม่เคยหยุด

เกิดเป็นคนจะท้อใจทำไมเล่า

จงตั้งความเพียรพยายามและความอดทนอดกลั้น

อย่าหมดกำลังใจอย่าเลิกทำการงาน

ต้องสู้ต่อไปจนกว่าจะถึงวันตาย

เมื่อมีแรงใจขึ้นมากำลังวังชาก็จะเกิด

บทที่ ๒๙

แม้แต่ร่างกายนี้ยังต้องทิ้ง
สมบัตินอกกายใครจะหอบหิ้วเข้าเมืองผีไปด้วยได้
บัณฑิตใช้สอยปัจจัยพอประมาณไม่ฟุ้งเฟ้อ
ส่วนที่เหลือนำไปเจือจานเกื้อกูลทำประโยชน์มวลชน
กายนี้จะบำรุงบำเรอเท่าไรก็ต้องเนาเข้าโลง
ท่านผู้มีปัญญาเห็นความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิต
จึงชวนชวาย บริจาคทาน รักษาศีล เจริญภาวนา
ไม่ปล่อยยให้วันเวลาผ่านไปเปล่า
ไม่ปล่อยยให้โอกาสสร้างคุณดีลอยผ่านหน้า
ผู้มีปัญญาจะเป็นสุขใจเมื่อสั่งสมบุญกุศล
บุญกุศลนี้แหละที่จิตวิญญาณจะนำพาไปได้
วัตถุประสงค์ของต้องทิ้งทั้งสิ้น
จงเร่งชวนชวายสร้างบุญกุศล
ชีวิตเป็นของไม่เที่ยง ความตายเป็นของเที่ยง
ชีวิตเป็นของไม่แน่นอน ความตายเป็นของแน่นอน

บทที่ ๓๐

ก่อนจะมีโอกาสทำงานใหญ่ต้องรอเวลาที่ฝูงชนยอมรับ

จงพิสูจน์ตัวเองต่อกาลเวลาด้วยการสร้างความคิด

อดทนอดกลั้นอย่าเสียคุณธรรมเพราะสิ่งที่มาช่วยวน

ความดีย่อมรักษาผู้ประพฤติเสมอ

ขอให้เชื่อถือนอย่างมั่นคงว่า "ทำดีได้ดี"

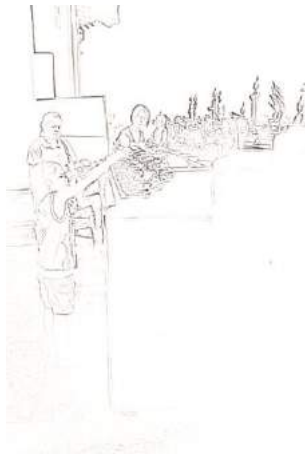
เมื่อถึงเวลาอันสมควรความดีที่สร้างจะปรากฏผลอย่างน่าชื่น

ใจ

ให้ฝูงชนยอมรับจากความคิดที่เราบำเพ็ญจริงจริงดีกว่า

อย่าเพียงสร้างภาพมากลบความชั่วที่หมกเม็ดไว้

ไบตองห่อปลาร้าไม่ให้คนเห็นได้ แต่ห่อกลิ่นไม่ได้



บทที่ ๓๑

ยาที่เป็นประโยชน์แก่ร่างกายมักมีรสขม
คำพูดที่มีประโยชน์แก่จิตใจมักกระคายหู
ถ้อยคำขัดเกลาจึงเป็นประโยชน์มิใช่คำสรรเสริญบ่อย
ทุกครั้งที่ยกย่องได้ฟังคำสรรเสริญ
จะขมจิตเพื่อระวังตนให้จงหนัก
ถ้าปลิวไปตามลมสรรเสริญจะกลายเป็นคนไร้ค่า
ผู้มีปัญญาพากินดีฟังคำตำหนิมากกว่าคำสรรเสริญเยินยอ
คนโง่จึงอยากฟังแต่คำชมเชย
ผู้นำที่บังคับให้คนรอบข้างต้องยกย่องชมเชยเท่านั้น
เขากำลังมุ่งไปสู่เส้นทางหายนะ



บทที่ ๓๒

การนั่งสมาธินั้นเพื่อสั่งสมความเพียรในการอบรมสติ
 อย่าเพียงคิดแค่ว่าจะหาความสงบสบาย
 ถ้าต้องการความสงบสบายคือการเชื่อเชิญตัณหามาชี้หัว
 จะทำให้ฟุ้งซ่านยิ่งขึ้นกว่าเดิม
 จงตั้งใจสร้างความเพียรในการกำหนดกรรมฐานให้ดี
 แต่อย่ารอคอยผล
 เมื่อรอคอยจิตจะไม่อยู่กับปัจจุบัน
 เมื่อจิตไม่อยู่กับปัจจุบันจึงทำให้สติไม่มั่นคง
 ทำให้การประกอบกิจในกรรมฐานล้มเหลว
 จงทำหน้าที่ให้ดีแต่อย่ารอคอยผล
 ผลเกิดจากเหตุปัจจัยที่เราสร้าง มิใช่จากการรอคอย



บทที่ ๓๓

อุดมการณ์ที่ดีควรตั้งอยู่บนสัจจะความจริง
ไม่ใช่ตั้งอยู่บนการตอบสนองความต้องการ
อยากได้อะไรก็มองสิ่งนั้นเป็นของดี
มีผลประโยชน์ตรงไหนก็มองการนั้นเป็นการประเสริฐ
อุดมการณ์ใดยังลำเอียงเข้าข้างตนและพวกพ้อง
อุดมการณ์นั้นไม่เป็นสัจจะความจริง
สัจจะความจริงต้องเพื่อสรรพสัตว์ทั้งปวง
ไม่แบ่งเขา ไม่แบ่งเรา
ไม่แบ่งพวกเขา ไม่แบ่งพวกเรา
สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงล้วนแต่เป็นเพื่อนทุกข์เกิดแก่เจ็บตาย
อย่าแบ่งเขา อย่าแบ่งเรา
อุดมการณ์ที่ดีควรตั้งอยู่บนสัจจะความจริง
เพื่อประโยชน์แก่สรรพสัตว์ทั้งปวง
โดยไม่ลำเอียงเข้าข้างใครเพราะความชอบความชัง
ไม่ลำเอียงเพราะพวกเราพวกเขา

บทที่ ๓๔

ความเยอหยิ่งจองหองนั้นทำให้ไม่รู้จักตัวเอง
 นำไปสู่การประเมินตัวเองผิดพลาด
 ความเยอหยิ่งจองหองนั้นทำให้ไม่รู้จักผู้อื่น
 นำไปสู่การประเมินผู้อื่นผิดพลาด
 รู้เขารู้เรา ร้อยครั้งชนะร้อยครั้ง
 ไม่รู้เขาไม่รู้เรา ร้อยครั้งแพ้สองร้อยครั้ง
 ถ้าประเมินตัวเองสูงไปก็พลาดท่า
 ถ้าประเมินคู่ต่อสู้ต่ำไปก็เดือดร้อน
 ความเยอหยิ่งจองหองย่อมนำความผิดพลาดใหญ่หลวงมาให้
 บัณฑิตทั้งหลายจึงฝึกฝนการอ่อนน้อมถ่อมตน
 ถ้าไม่รู้จะสู้ด้วยวิธีใด
 ให้แสดงออกซึ่งความอ่อนน้อมถ่อมตนออกไปก่อน
 ที่หนักจะกลายเป็นเบา ที่ทุเลาจะเป็นหาย



บทที่ ๓๕

การประสบผลสำเร็จนั้นไม่สำคัญ
การรู้สาเหตุแห่งความเจริญนั้นสำคัญกว่า
เมื่อรู้สาเหตุแห่งความเจริญพึงชวนชวายสร้างเหตุนั้นให้มาก
เรื่องการประสบผลสำเร็จนั้นไม่ต้องกังวลใจเลย
สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเกิดมาจากเหตุ
พึงชวนชวายสร้างเหตุให้ดี
ไม่ต้องไปกังวลผล
จงทำหน้าที่ให้สมบูรณ์
อย่าประมาทในการสร้างเหตุของความเจริญ
รู้จักสาเหตุแห่งความเจริญก็คือรู้จักมรรค
มรรคคือสาเหตุแห่งความเจริญมีความเจริญเป็นผล
มรรคก็คือ ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา
จงอบรมมรรคแล้วความเจริญจะอยู่ในพกในห่อ
สรรพสัตว์ทั้งหลายประสบความทุกข์จากสังสารวัฏมิรู้จักจบสิ้น
เพราะว่าไม่รู้จักมรรคอันเป็นหนทางไปสู่ความดับทุกข์ทั้งปวง

บทที่ ๓๖

เมื่อมองผิวเผินย่อมเห็นเป็นคนชั้นสูงชั้นต่ำ
ทำให้ต้องแบ่งชั้นวรรณะ

เมื่อมองด้วยตาปัญญาแล้วมีค่าเท่ากัน
คนชั้นสูงหรือชั้นต่ำเมื่อตายก็เนาเหม็นเหมือนกัน
เมื่อเผาแล้วก็เหลือแต่ขี้เถ้าเหมือนกัน
มีอะไรเป็นอะไรก็ต้องทอดทิ้งไว้ในโลกเหมือนกัน
สมบัติทั้งหลายเป็นของกงท่อมโลก
ตายแล้วไม่ได้เอาอะไรไปเลยเหมือนกัน

เอาไปได้เพียงบุญและบาป

ผู้มีปัญญาจึงชวนชวายเป็นบุญละบาป
ไม่หลงติดกับเปลือกมายาของโลก

สนใจใฝ่หาแก่นมากกว่าสิ่งที่ฉาบทาเอาไว้

กลิ่นที่ระเหยออกมาจากร่างกายมนุษย์นั้นไม่มีกลิ่นหอมเลย
แต่เพียงเอาน้ำหอมมาพรมก็สามารถหลอกกันได้ว่ากายหอม

ผู้มีปัญญาน้อยย่อมติดอยู่ในเปลือกของโลกที่ฉาบทามาหลอก
กัน

คนโง่เขลาอย่ามอดูกองจำให้ทันทุกซ์ทรมาณอยู่ในโลก

ท่านผู้มีบารมีย่อมเพิกถอนความมีความเป็นที่หลอกตาให้หลง
ติด

บทที่ ๓๗

การดำเนินชีวิตที่ดีนั้นควรมีปัญญากำกับ
พึงมีศีลธรรมเป็นบาทฐาน
มนุษย์ที่ดีไม่ควรขาดศีล ๕
ถ้าจะพัฒนาจิตให้เลื่อนสู่ภูมิเทวดาให้รู้จักรักษาศีล ๘
รักษาศีล ๘ ทุกวันพระเรียกว่าอุโบสถศีล
เป็นทางดำเนินของบัณฑิตผู้มีปัญญามาก
ท่านผู้มีปัญญามากจะชวนขวยรักษาศีล
เพราะว่าศีลและปัญญาย่อมชำระซึ่งกันและกัน
ศีลเกื้อหนุนปัญญา ปัญญาเกื้อหนุนศีล
การระลึกถึงคุณของศีลเรียกว่าสีลานุสติ
เป็นกรรมฐานที่ช่วยยกจิตไปสู่ภูมิอริยะ
พระอริยะย่อมระลึกถึงศีลด้วยความปีติซาบซึ่งตรึงใจ
สีลานุสติย่อมพาจิตเข้าสู่นิพพาน
ผู้มีศีลและปัญญาย่อมพ้นทุกข์ทั้งปวงได้
ท่านทั้งหลายจงอย่าประมาท
จงชวนขวยบำเพ็ญธรรมทุกเมื่อเกิด

บทที่ ๓๘

ถ้าทำจิตให้กว้างขวาง
 ปัญหาทั้งหลายจะปรากฏว่าเล็กน้อย
 ถ้าทำจิตให้คับแคบ
 ปัญหาทั้งหลายจะปรากฏว่ามากมายใหญ่โต
 ความเห็นแก่ตัวทำให้จิตใจคับแคบ
 เมื่อใจแคบก็ทำให้มองแคบ
 เมื่อมองแคบจึงไร้ปัญญาที่จะประเมินภาพรวม
 เหมือนตั้งใจพยายามเอาหัวชนกำแพงเพื่อให้กำแพงทะลุ
 หารู้ไม่ว่าเดินต่อไปอีกหน่อยก็มีประตู
 เมื่อใจแคบจึงรับรู้เฉพาะเรื่องที่ตัวเองอยากรู้เท่านั้น
 เมื่อความรู้แคบเรื่องเล็กจึงกลายเป็นเรื่องใหญ่
 เรื่องแก้ไขได้กลับกลายเป็นทางตัน
 จงรู้จักเสียสละประโยชน์ตนเพื่อสังคมบ้างจิตจะได้กว้างขวาง
 อย่าทำตัวเองให้โง่งมยิ่งขึ้นเพราะความใจแคบเลย



บทที่ ๓๙

เมื่อหาของมาห่อหุ้มมากมายหลายชั้น
นานไปเลยไม่รู้ว่าจะอะไรคือเนื้อแท้
ไม่รู้ว่สิ่งใดคือของดั้งเดิมสิ่งใดเอามาเพิ่ม
เมื่อติดที่เปลือกมากไม่รู้ว่สิ่งใดบ้างเป็นแก่น
ถ้าหลงไหลแต่ในมายาภาพฉาบฉวยจะไม่รู้แจ้งสัจจะ
สัจจะคือของจริงแท้
ไม่จำเป็นต้องมีใครมาให้คะแนน
สัจจะย่อมเป็นอย่างนั้นของมันเอง
เป็นอย่างโทนโท
โดยไม่สนใจว่ใครจะดูหรือไม่ดู
โดยไม่สนใจว่ใครจะรู้หรือไม่รู้
จงอย่าเชื่อว่าความคิดของเราเองถูกที่สุด
บางที่สัจจะไม่ได้ยอมรับเลย
เราต้องยอมรับสัจจะไม่ใช่ให้สัจจะมายอมรับเรา
สนใจแต่ความคิดของตัวเองเป็นบ่อเกิดของมิจฉาทิฏฐิ
ยอมปิดหนทางเกิดของปัญญาอย่างมืดมิดสิ้นเชิง

บทที่ ๔๐

สุขเวทนาและทุกขเวทนาย่อมไปด้วยกัน
 ไปไหนก็ไปด้วยกันเหมือนหน้าหัวกับหน้าก้อยของเหรียญ
 สุขเล็กทุกข์ก็เล็ก สุขใหญ่ทุกข์ก็ใหญ่
 ผู้ไม่เข้าใจเรื่องนี้จึงตื่นเต้นเศร้าสร้อยกับสุขทุกข์
 ผู้มีปัญญาย่อมถอนอุปาทานในเวทนา
 ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสุขและทุกข์
 สิ่งทั้งปวงทั้งรูปธรรมนามธรรมมีสามัญลักษณะ
 คือเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป
 ไม่มีอะไรจีรัง
 ถ้ายึดมากจะเดือดร้อนทรมานทรมานมาก
 เพราะว่สิ่งทั้งปวงย่อมเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมันเอง
 ไม่ได้เป็นไปตามความต้องการของเรา
 ท่านผู้มีปัญญาย่อมถอนอุปาทานในสังขาร
 สิ่งทั้งหลายปรากฏแก่ปัญญาคือความเกิดดับ
 ไม่มีสิ่งใดเที่ยงแท้แน่นอน
 ยิ่งยึดมากเท่าไรก็ยิ่งเดือดร้อนใหญ่เท่านั้น

บทที่ ๔๑

ความเจริญที่ตั้งอยู่บนฐานของคุณธรรมจึงยั่งยืน
ถ้าไร้คุณธรรมสมบัติใดใดก็รักษาไว้ไม่ได้
ถ้าไม่มีความดีรับรองลาภยศสรรเสริญสุขจะไม่จีรัง
จะถูกทำลายในเวลาอันใกล้
บุคคลผู้ไร้คุณธรรมย่อมมีปกติทำลายตัวเองอยู่แล้ว
ไม่ต้องรอให้คนอื่นมาทำร้าย
ความชั่วย่อมทำลายภาชนะรองรับมันเอง
สนิมเกิดแต่เหล็กย่อมกินเหล็กจนสลายสิ้น
กิเลสที่บังเกิดในใจย่อมทำร้ายทำลายผู้นั้น
ไม่ฆ่ากิเลส กิเลสจะกลับมาฆ่าเรา
บำรุงรักษากิเลสไว้จะฉิบหายอย่างใหญ่หลวง
อย่าเร่งรอخذขวางในการนำธรรมะแทรกซึมเข้าสู่ใจ
วันเวลาไม่ได้มีค่าที่ตัวมันเอง
แต่มีค่าที่นำไปฝึกฝนละชั่วประพฤติดี
มีอะไรก็ไม่เจริญเท่ากับมีความดี
มีอะไรก็ไม่พียงเท่ากับมีความชั่ว

บทที่ ๔๒

ดอกไม้ที่งดงาม

เมื่อสร้างความสวยสดงดงามแก่โลกย่อมได้รับความชื่นชม

คนเราเมื่อเกิดมา

ขอให้สร้างประโยชน์ระดับโลกโดยส่วนรวมไว้บ้าง

อย่าเกิดมาเปล่า ๆ

คนเรานั้นไม่ได้มีค่าที่ตัวเอง

แต่มีค่าตรงที่มีประโยชน์ต่อโลก

คนเห็นแก่ตัวนั้นไม่เป็นประโยชน์แก่ใคร

เกิดมาเปล่าตายไปเปล่าอย่างไร้ค่า

มีความสามารถเล็กน้อยจงทำประโยชน์เล็กน้อยแก่โลก

มีความสามารถยิ่งใหญ่จงทำประโยชน์ยิ่งใหญ่แก่โลก

คุณค่าของเราจึงจะบังเกิดมีขึ้น

ความสุขในการสร้างประโยชน์แก่ผู้อื่นจะยั่งยืน

ความสุขจากการกอบโกยเข้าหาตัวไม่ยั่งยืนหรอก

ไม่ได้มีค่าที่ตัวเองแต่มีค่าเมื่อทำประโยชน์แก่โลก

บทที่ ๔๓

จิตที่ฝึกดีแล้วนำสุขมาให้
ในสิ่งที่ฝึกได้ทั้งหลาย มนุษย์นั้นฝึกได้ดีเลิศ
ท่านผู้ฝึกตนนั้นมีค่าที่สุด
ฝึกตนก็คือฝึกจิต
เพราะจิตเป็นนายกายเป็นปาว
แม้ร่างกายดีถ้าจิตเสียทุกอย่างจะพังทลาย
ถึงมีทุกอย่างถ้าจิตเสียจะเสียหายหมด
เกิดมาแล้วอย่าปล่อยตัวเองไปส่งเดช
ควรฝึกจิตด้วยศีล สมาธิ ปัญญา
ผู้ฝึกจิตย่อมมีค่ามากขึ้นทุกวัน
อย่าปล่อยเวลาไปเปล่า
กรรมฐานทั้งหลายควรค่าแก่จิตมนุษย์
จงฝึกสมาธิ จงเจริญกรรมฐาน
คุณค่าของจิตจะเพิ่มขึ้นนำไปสู่ความประเสริฐ
มนุษย์ผู้ฝึกตนแล้วมีค่าที่สุด

บทที่ ๔๔

รอให้หิวข้าวก่อนค่อยทำนาจะได้กินเมื่อไหร่
 รอให้กระหายน้ำก่อนค่อยขุดบ่อจะทันหรือ
 อย่ารอให้มีปัญหา ก่อนแล้วค่อยคิดแก้ไข
 จงตั้งตนไว้ให้ชอบอยู่ทุกเมื่อ
 ฝึกฝนตนอยู่เสมอ
 ทำความดีไม่ทอดธุระ
 เรียบธรรมะอย่าเชื่อน้ำ
 ปฏิบัติอย่าท้อถอย
 ขัดเกลาจิตอย่าคิดลั้มเล็ก
 สร้างบุญกุศลตลอดเวลา
 รักษาไตรสรณาคมน์อย่าให้เศร้าหมอง
 ขวนขวายฟังธรรมและให้ธรรมเป็นทาน
 บูชาคนดีเคารพบัณฑิต
 รู้จักคบกาลยาณมิตรหลีกเลี่ยงคนพาล
 ชีวิตจิตใจจะไร้ปัญหา
 จะประสบความสำเร็จในทุกกาลทุกเมื่อ

บทที่ ๔๕

จงพิสูจน์ตนเองด้วยการสร้างชีวิต
ระยะทางพิสูจน์ม้า กาลเวลาพิสูจน์คน
จงสร้างชีวิตไปจนตาย
ตั้งใจปฏิบัติธรรมสักหนึ่งชาติ
ขอบำเพ็ญเพียรไปจนสิ้นลมหายใจ
หมั่นสร้างกุศลกระทำร่างกายแตกสลาย
คุณค่าของการเกิดตายชาติหนึ่งอยู่ที่ไหนเล่า
ถ้าไม่อยู่ที่การพัฒนาจิตวิญญาณ
พัฒนาพระคบประหม่อมร่างกายก็ต้องทอดทิ้งไว้ในโลก
ของรักของหวงสักชั้นมิได้ติดตามไปเมืองผี
คนรักกันปานจะกลืนไม่ยอมเข้าโลงกับเรา
ภาพในเมืองมนุษย์คือภาพมายา
แก่นแท้คือคุณธรรมในใจ
หาแก่นแท้ดีกว่าหรือหามายาดีกว่า
ถ้าชวนชวหาแต่มายาภาพชีวิตจะไร้ค่า
เสียเวลามาเกิดมาตาย
เกิดมาเสียชาติเกิด

บทที่ ๔๖

การได้อะไรอย่างง่าย ๆ โดยไม่ต้องพยายาม

จะทำให้ลายสมรรถภาพของคน

กล้ามเนื้อที่ไม่ถูกใช้งานจะลีบลงเรื่อย ๆ

คนที่มีชีวิตได้สบายโดยไม่ต้องใช้สมองจะโง่งมทุกที

การโง่ในทุกสิ่งทุกอย่างทุกเรื่องราว

นั่นคือวิธีการทำลายลูกตัวเอง

อยากให้ใครรู้วิธีรักษาสมบัติจงสอนวิธีหาสมบัติแก่เขา

ถ้าสร้างไม่เป็นจะรักษาไม่เป็น

ถ้าไม่เคยสร้างจะไม่รู้จักความยากลำบากในการสร้าง

แล้วจะไม่เห็นคุณค่าที่จะต้องรักษา

การบำรุงบำเรอตามใจอยากทุกสิ่งจะทำให้ลายผู้นั้น

ผู้ก่อสร้างโลกจะกลายเป็นผู้เข้มแข็งมากด้วยความสามารถ

ผู้เสเพลวโลกจะกลายเป็นผู้อ่อนแอสมองฝ่อกล้ามเนื้อลีบ

มันง่ายได้ยาก ลำบากได้ดี

อย่าย่อท้อต่อปัญหาและอุปสรรค

อุปสรรคและปัญหาจะสร้างคนเหนือคน

งานที่หนักจะสร้างยอดคน

บทที่ ๔๗

ตัดสินใจอะไรให้อาธรรมเป็นที่ยุติ
นั้นเรียกว่ายุติธรรม
ถ้าไม่เอาธรรมเป็นที่ยุติเรื่องราวในโลกจะไม่ยุติ
การตัดสินใจอะไรก็ตาม
ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเฉพาะตัว
หรือว่าเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น
ต้องตัดสินใจให้สามารถอธิบายได้ด้วยธรรม
ต้องตัดสินใจให้เข้ากันได้กับธรรม
เรื่องเหล่านั้นจึงหมดเรื่อง
เรื่องเหล่านั้นจึงหมดกระแสที่จะนำไปสู่ความวุ่นวาย
เรื่องใดใดถ้าไม่ลงสู่ธรรมจะนำความวุ่นวายมาภายนอก
แม้ลงความเห็นด้วยเสียงข้างมากแต่ถ้าไม่ตั้งอยู่ในธรรมก็จะ
วุ่นวาย
เสียงส่วนใหญ่ที่ตัดสินใจเรื่องราวโดยไม่ตั้งอยู่บนยุติธรรม
เสียงส่วนใหญ่ที่กำลังนำสังคมไปสู่กลียุค
เสียงส่วนใหญ่ที่กำลังทำให้บ้านเมืองลุกเป็นไฟ
ตัดสินใจอะไรจงเอาธรรมเป็นที่ยุติโลกจึงจะร่มเย็นเป็นสุข

บทที่ ๔๘

ผู้ที่ฉลาดมากจะสร้างทำเป็นโง่
 ถ้าไม่ถึงเวลาอันควรจะไม่แสดงความสามารถออกมา
 แม้จะถูกสบประมาทก็ไม่ถือเป็นอารมณ์
 คนฉลาดถือเป็นโอกาสฝึกตนเมื่อเจอคำดูถูกเหยียดหยาม
 คำดูถูกเหยียดหยามคือยากำลัง
 คำยกยอสรรเสริญต่างหากที่ต้องระวังจงหนัก
 เหมือนถูกยกขึ้นให้ลอยเสี่ยงต่อการตกเจ็บ
 ความดีชั่วนั้นอยู่ที่ใจเรา
 หาได้อยู่ที่คำสรรเสริญนินทาไม่
 จงละชั่วประพฤติดีให้มั่นคง
 รักษาจิตให้ตั้งงามอยู่เสมอ
 แม้จะต้องอยู่ท่ามกลางความชั่วร้าย
 จงสร้างความดีให้แก่ชาวโลก
 โดยไม่เรียกร้องผลประโยชน์ตอบแทน
 จงสร้างความคิดอย่างใหญ่หลวง
 แต่แสดงออกด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน

บทที่ ๔๙

คนพูดมากนั้นประเมินได้ง่ายกว่า
คนเงียบขรึมนั้นประเมินได้ยาก
อย่าทำให้คนเงียบขรึมโกรธ
จะระวังตัวได้ยาก
ผู้ที่ไม่ค่อยระบายความในใจจะเก็บกดอารมณ์
ถ้าระเบิดออกมาจะแรง
จงหลีกเลี่ยงการเป็นศัตรูกับคนเงียบขรึม
เลี่ยงได้จงเลี่ยง
ประนีประนอมได้จึงประนีประนอม
อภัยได้จึงอภัย
คนฉลาดจะชวนขวยสร้างมิตร
ถ้ามิตรเพิ่มขึ้นคนหนึ่งศัตรูก็ลดไปคนหนึ่ง
แต่ความกระด้างถือดีในใจนั้นมักจะทำให้เรื่องพัง
จะทำให้แตกแยกง่ายปรองดองยาก
ลดมานะละทิฐิฐิเสียบ้างชีวิตจะเป็นสุข

บทที่ ๕๐

อย่าเบียดบังผลประโยชน์ส่วนรวมมาเพื่อตน
 เป็นผู้ซื้อตรงดีกว่าซื้อโกง
 เป็นผู้เสียสละดีกว่าเอาเปรียบชาวบ้าน
 เทียวไปคดโกงอย่างนี้กว่าไม่มีใครเห็น
 ผีสงเทวดาเล่าลือโพนทนาไปทั่ว
 ผู้คดโกงตายไปจะกลายเป็นเปรตควักไส้ตัวเองกิน
 คดโกงมาใช้ในเมืองมนุษย์ได้ไม่นาน
 ต้องทุกข์ยากในอบายภูมินั้นนานนัก
 ฟังเป็นผู้มีศีล
 จะช่วยปิดประตูอบายภูมิได้
 คนที่ไม่เชื่อว่าตายแล้วเกิดจะพบความชวย
 คนที่ไม่เชื่อนรกสวรรค์จะเดือดร้อนอย่างแสนสาหัส
 คนที่ไม่เชื่อบุญบาปจะไปสู่ออบายภูมิ
 คนที่ไม่ศรัทธาในพระรัตนตรัยจะหาที่พึ่งไม่ได้
 อย่าประมาทในชีวิตจงชวนชวยละชั่วทำดีแต่วันนี้
 ถ้าวรให้พะงาบในเวลาใกล้ตายจะสายเกินไปเสียแล้ว

บทที่ ๕๑

ท่านผู้เป็นมหาบุรุษ

พัฒนาตนมาจากสถานที่ทุกข์ยากลำบากคับแคบ

ผู้ที่ฝึกฝนตนเองบนผ้าชีรี้ว

ได้บรรลุผลอันยิ่งใหญ่ไพศาลกว้างไกล

ผู้ที่ฝึกฝนตนเองบนหิ้งบูชา

ได้ผลเล็กน้อยอย่างเชื่องช้า

ความสะดวกสบายกับความสามารถนั้นแสงกัน

สถานการณ์อันวิฤตจะสร้างวีรบุรุษ

สถานการณ์อันราบรื่นจะสร้างได้เพียงสามัญชน

ในที่ที่โดนดูถูกเหยียดหยามใส่ร้ายป้ายสี

วีรบุรุษอาศัยเป็นที่ฝึกฝนความอดกลั้นอดทน

ในที่ที่ถูกกลั่นแกล้งล่าเหยียดละเลยทอดทิ้ง

บัณฑิตอาศัยเป็นที่ฝึกฝนความหนักแน่น

อย่างนั่งเฝ้ารอคอยองค์ประกอบที่สมใจหวัง

จะพลาดโอกาสฝึกตนไปสู่ยอดคน

ก่อนที่ฟ้าจะมอบหน้าที่อันยิ่งใหญ่ให้ผู้ใด

จะเคียดกรำปณิธานทรमानกล้ำเนื้อผู้นั้นก่อน

ถ้าฝึกฝนตนกับเรื่องโหดร้าย ต่อไปภายหน้าจะได้ดี

บทที่ ๕๒

ลากยศนั้นเปรียบประดู่ดอกไม้บาน
 ต่อให้บานทนนานแค่ไหนก็ต้องถึงกาลเวลาเหี่ยวเฉา
 เมื่อเหี่ยวเฉานั้นนึกถึงสภาพที่เคยงดงามแทบไม่ออก
 โลกนี้ไม่เที่ยงไม่ยั่งยืน
 แม้แต่ชีวิตเราก็ต้องแตกทำลายดับสลายลงสักวัน
 ลากยศเป็นเพียงแค่เปลือกของชีวิต หาใช้แก่นสารไม่
 เมื่อบุคคผลตายไปชาวโลกจะหวนนึกถึงก็ตรงคุณความดี
 คนเรามีอายุไม่กี่ปี
 แต่ถ้าสร้างความดีไว้เกียรติศักดิ์จะยืนยงเหมือนไม่ตาย
 อย่างหลงระเริงเสพสุข
 ร่างกายใช้งานได้ไม่ทน
 อายุคนเพียงไม่กี่ปี
 สัมผัสความดีจะมีค่า
 สร้างกุศลไว้จะเป็นวาสนา
 ลากยศไม่คงที่ ความดีนั้นคงทน

บทที่ ๕๓

คนคำนวณมิสู้กรรมลิขิต
อุตส่าห์วางแผนไว้มากมาย
ผู้มีบุญจะมารับผลประโยชน์ไป
ปลิ้นปล้อนหลอกหลวงไม่สู้สร้างกุศลวาสนา
ทรยศดโกงทำยที่สุดอะไรก็หลุดมือ
ทำยที่สุดคนสร้างความคิดจะชนะคนทุกประเภท
ในส่วนลึกแห่งจิตใจของปวงชนทั้งหลาย
เมื่อคนดีได้สมบัติจะรู้สึกพอใจ
เมื่อคนชั่วได้สมบัติจะรู้สึกต่อต้าน
ผีสิงเทวดาก็จะเกื้อหนุนคนดี
บุญวาสนาจะช่วยให้คนดีพ้นภัย
กุศลบารมีจะช่วยให้คนดีอยู่เย็นเป็นสุข
จงทำความดีให้จริงจังจริง
แล้วหนทางรอดจะมีเสมอ
อย่าทำความดีเพื่อเอาหน้าจะเสียราคาของความดี

บทที่ ๕๔

ท่านผู้ยิ่งด้วยทานบารมี
 ย่อมชวนชวายเป็นสุขอยู่เสมอ
 แม้แต่ของรักของหวงยังยินดีสละ
 เพราะจิตรักในทานยิ่งกว่าสมบัติใดใด
 ยิ่งให้ของรักของหวงออกไปยิ่งถึงใจสมใจ
 เพราะมีศรัทธายิ่งในการให้ทาน
 ประารถนาในการให้มากกว่าการครอบครอง
 สร้างผลงานยิ่งใหญ่แต่ไม่อ้างความดีความชอบ
 ยินดีในการช่วยเหลือสรรพสัตว์ ไม่ต้องการหน้าตา
 ใช้ชีวิตที่เรียบง่ายไม่ต้องการชื่อเสียงเกียรติยศ
 ถอยตัวเองออกมาได้จากสถานที่ที่รุ่งเรือง
 ถึงแม้ว่ากิจการที่ทำจะประสบความสำเร็จอย่างสูง
 ถ้าเห็นว่าถึงกาลเวลาที่ควรวางมือก็สละได้อย่างไม่ติดข้อง
 ชีวิตที่มักน้อยสันโดษนั้นคือชีวิตที่เข้าใกล้กฎธรรมชาติ
 กฎธรรมชาติก็คือทุกสิ่งล้วนแล้วแต่ผ่านมาเพื่อผ่านไป
 ไม่มีสิ่งใดที่เป็นของเราจริง

บทที่ ๕๕

สิ่งที่ใช้เองใช้ของธรรมดา ๆ ก็ได้
ส่วนของที่ จะนำไปให้ทานจงคัดสรรให้ดี
ให้อย่างไรย่อมได้อย่างนั้น
ให้ของเลวออกไปย่อมได้ของเลว
ให้ของดีออกไปย่อมได้ของดี
โลกภายนอกเปรียบเสมือนกระจกสะท้อน
เราส่งอะไรออกไปย่อมสะท้อนกลับ
ผู้มีปัญญาจึงไม่มีเราไม่มีเขา
ช่วยผู้อื่นเหมือนกับช่วยตัวเอง
แก้หนี้ผู้อื่นเหมือนกับแก้หนี้ตัวเอง
การให้ก็คือการได้
การสละก็คือความมั่งมี
ปรารถนาในการให้มากกว่าหวงแหนสงวนไว้เพื่อตน
บัณฑิตผู้มีปัญญามากจะชวนชวายิ่งในทานบารมี

บทที่ ๕๖

เมื่อจิตใจโอบอ้อมอารีเมตตาปราณี
 เหมือนกับสร้างห้องหับที่ใหญ่โตให้ใจตนเองอยู่
 ย่อมสะดวกสบายไร้ความขัดข้องใจ
 จิตใจกว้างขวางย่อมทำให้ผ่องใสเบิกบาน
 เมตตาปราณีย่อมทำให้มองโลกอย่างเป็นสุข
 จิตคิดช่วยเหลือเกื้อกูลย่อมเกิดปีติจากกุศล
 คิดจะเอาเลยไม่ได้อะไร
 คิดจะให้เลยได้ทุกอย่าง
 เมื่อคิดจะเอานั้นจิตหิวโหยกระหาย
 ย่อมกระวนกระวายไม่เป็นสุข
 เมื่อไม่มีความสุขก็เหมือนกับสูญเสียทุกอย่าง
 เมื่อคิดจะให้นั้นจิตเบิกบานผ่องใสด้วยเมตตาปราณี
 ย่อมอึดเิบด้วยพลังใจแห่งความร่วมมือเป็นสุข
 เมื่อมีความสุขก็เหมือนกับได้รับทุกอย่าง
 ถ้าได้อะไรแล้วไม่ลงเอยที่ความสุขก็เหมือนไม่ได้
 จิตคิดเอานั้นหิวโหยกระหาย
 จิตคิดให้นั้นร่วมมือเป็นสุข

บทที่ ๕๗

ที่ใดมีปัญหาที่นั่นจะมีทางแก้
จงเฝ้าดูปัญหาให้แยบคาย
ปัญหาจะบอกวิธีแก้ตัวมันเองแก่ผู้ฟังพินิจ
สถานที่ใดหนาวเหน็บจะมีผ้าห่มขาย
สถานที่ใดเราร้อนจะมีน้ำเย็นขาย
ที่ใดมีปัญหาที่นั่นจะมีวิธีแก้ปัญหา
ที่ใดมีปัญหาที่นั่นจะมีผู้เชี่ยวชาญในการแก้ปัญหา
ที่ใดมีโรคที่นั่นจะมีหมอจะมียา
อย่าด่วนท้อแท้ท้อถอยตีโพยตีพายเสียอกเสียใจ
อย่าน้อยใจบ่นเพ้อว่าตัวเองช่วยเมื่อเจอปัญหา
ปัญหาจะมาสอนให้เกิดการเรียนรู้
ปัญหาจะมาสร้างความสามารถในการแก้ปัญหา
ปัญหาจะมาช่วยให้คนขยันขันแข็งมีค่ายิ่งกว่าเดิม
แต่ปัญหาจะมาทรมานทัບคนเกียจคร้านจนตาย
อย่าท้อแท้ท้อถอยจงสร้างพลังกายพลังใจขึ้นมา
ปัญหาทุกอย่างมีวิธีแก้เสมอ

บทที่ ๕๘

เมื่อเจอผ้าขาวผืนหนึ่ง
 ผุ่จนจะเพ่งดูรอยเปื้อน
 จุดดำเล็ก ๆ บนผ้าขาวผุ่จนจะถือเป็นเรื่องใหญ่
 สิ่งโสโครกบนผ้าดำผุ่จนจะไม่ใส่ใจ
 ท่านปฏิบัติธรรมจงชวนชวายเป็นสร้างความคิด
 จงรักษาจิตตัวเองให้สะอาดอยู่เสมอ
 แต่จงอย่าป่าวประกาศว่าตนเองบริสุทธิ์สะอาด
 ถ้าประกาศออกไปจะมีคนมากมายมากคอยจับผิด
 จะมีคนมากมายมากคอยขุดคุ้ยเสียดสีในความคิดที่สร้าง
 ฉะนั้นการประกาศว่าตัวเองบริสุทธิ์จะนำมาซึ่งเรื่องยุ่งยาก
 นักปฏิบัติธรรมจงรักษาจิตให้สะอาดอย่างผ้าขาว
 แต่จงถ่อมตนเหมือนผ้าขี้ริ้ว
 อย่าโอ้อวดไม้สรรพคุณตัวเอง
 การตั้งตัวประกาศตนเป็นผู้บริสุทธิ์จะนำมาซึ่งเรื่องใหญ่มา
 คนฉลาดจึงไม่โอ้อวดสรรพคุณตัวเอง
 พระอรหันต์ทั้งหลายมักถ่อมตนว่ายังมีกิเลสหนา
 คำถ่อมตนที่ออกจากปากเรานั้นคนที่เกลียดเรายังรู้สึกน่าฟัง
 นับประสาอะไรกับคนที่รักเมตตาเราจะไม่ชื่นชมยินดีเล่า
 คนฉลาดจะไม่อวดไม้สรรพคุณตนเอง

บทที่ ๕๙

ชีวิตของคนนั้นเป็นประจุกเกลียวคลื่น

ย่อมมีขึ้นมีลง

เมื่อลงถึงที่สุดจะขึ้น

เมื่อขึ้นถึงที่สุดจะลง

ย่อมมีสุขมีทุกข์

เมื่อทุกข์ถึงที่สุดจะสุข

เมื่อสุขถึงที่สุดจะทุกข์

ชีวิตนั้นหมายถึงความเปลี่ยนแปลงกลับกกลายยกย้ายถ่ายเท

จงอย่าตื่นเต้นลิงโลดเมื่อเจอเหตุการณ์ขาขึ้น

เมื่ออยู่ช่วงขาขึ้นอย่าประมาท

จงเตรียมตัวเตรียมพร้อมเพื่อการลงอย่างสวยงามสง่าด้วย

จงอย่าเศร้าสร้อยเหงาหงอยเมื่อเจอเหตุการณ์ขาลง

เมื่ออยู่ช่วงขาลงอย่าท้อแท้หมดกำลังใจ

จงทำหน้าที่ให้เต็มที่สร้างควมดีให้ถึงพร้อมเพื่อรอช่วงขาขึ้น

คนไร้วาสนาคือคนประมาทมัวเมาเมื่อขาขึ้น

คนไร้วาสนาคือคนท้อแท้ท้อถอยเมื่อขาลง

ควมไร้วาสนาหรือมีวาสนานั้นอยู่ที่ใจตนไม่มีใครทำให้

บทที่ ๖๐

ผุ่งไถ่ที่ถูกขังอยู่ในสุ่มแคบเตรียมจะถูกนำไปเชือด
 แม้อยู่ใกล้ความตายเพียงคืบศอกก็หาฐู้ไม่
 ยังจิกกันยังแก่งแย่งแข่งความเป็นใหญ่ในสุ่มแคบนั้น
 ผู้คนเดินผ่านมามองเห็นยอมสังเวชใจยิ่งนัก
 เจ้าไถ่เอ๋ยเจ้าไถ่ตายอยู่รอมร่อยังทะเลาะวิวาทเบียดเบียนกัน
 ไม่รู้จักเมตตาอารีผ่อนหนักผ่อนเบาช่วยเหลือเกื้อหนุนกัน
 มนุษย์ทั้งหลายก็ถูกขังอยู่ในสุ่มแคบเช่นกัน
 มีผนังสองด้านด้านหนึ่งคือความเกิดด้านหนึ่งคือความตาย
 ผนังสองด้านอยู่ใกล้กันนักผู้ที่เกิดมาไม่มีใครพ้นความตาย
 มนุษย์ทุกคนตั้งแต่วันเกิดก็เหมือนนักโทษ
 ถูกตัดสินประหารชีวิตแล้วทุกคน รอแต่เวลาลงอาญา
 โลกนี้คือลานประหารยิ่งใหญ่ที่ไม่บอกเวลาลงทัณฑ์ล่วงหน้า
 มีวิธีการประหารที่หลากหลายที่สุดเครื่องมือประหารก็มาก
 ที่สุด
 หมู่มนุษย์ผู้ไร้ปัญญาก็ยังเบียดเบียนกันเหมือนไถ่ในสุ่มแคบ
 แม้อยู่ใกล้ความตายเพียงคืบศอกก็หาฐู้ไม่
 ท่านทั้งหลายจงเมตตาอารีผ่อนหนักผ่อนเบาช่วยเหลือ
 เกื้อหนุนกัน
 อย่าเบียดเบียนกันอย่าเอารัตเอาเปรียบกัน
 ล้วนแต่เป็นเพื่อนนักโทษที่รอเวลาลงอาญาจะทำร้ายกันไป
 ทำไม่เล่า

บทที่ ๖๑

ชีวิตของผู้ยิ่งใหญ่เพียงใดก็ตาม
ท้ายที่สุดก็ถึงกาลเวลาจบสิ้น
แม้แต่ร่างกายก็ยังต้องสลายคืนสู่ธุลีดิน
ไม่ต้องกล่าวถึงสมบัตินอกกาย
สิ่งใดที่ว่าเป็นสมบัติของเรานั้นคือมายาภาพ
เหมือนลิเกละครสมมุติว่าเป็นนั่นเป็นนี่
พอลงจากโรงที่สมมุติไว้ก็กลับกลายเป็นว่างเปล่า
มีชีวิตอย่างไรหลงติดเพียงเปลือกมายา
ติดมายาจะโง่เขลาเสียที่ที่เกิดมาพบพระพุทธศาสนา
หลงติดเพียงเปลือกหลงเพื่อเป็นบ้าหอบฟาง
เข้าใจว่าเป็นของกุทำยที่สุดไม่ได้อะไรไป
ผู้มีตาปัญญาเห็นธรรมจะเห็นซึ่งถึงความไม่เที่ยง
ผู้มีตาปัญญาจะเห็นความแตกดับ
ผู้มีตาปัญญาจะเห็นความเสื่อมสลาย
สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง ความตายเป็นของเที่ยง
ควรกระทำกุศล ควรประพฤติพรหมจรรย์
เพราะสัตว์ที่เกิดขึ้นมาแล้วจะไม่ตายย่อมนไม่มี

บทที่ ๖๒

สมบัติทั้งหลายทั้งปวงในเมืองมนุษย์
 เป็นสิ่งที่ผ่านมาเพื่อผ่านไป
 เวลาเกิดมาเราไม่ได้เอาอะไรมาเลย
 เวลาตายไปเราไม่ได้เอาอะไรไปเลย
 สมบัติทั้งปวงเป็นสิ่งที่ผ่านมาเพื่อผ่านไปโดยแท้
 เมื่อได้ครอบครองสมบัติจงอย่าฮึกเหิมลำพอง
 สมบัติเหล่านั้นไม่ใช่ของเราจริง
 จงอาศัยสมบัติเหล่านั้นเพื่อการสร้างบุญบารมี
 เราจะพึงบุญบารมีได้เมื่อความตายมาถึง
 เมื่อสูญเสียสมบัติได้ไปจงอย่าเศร้าโศกเสียใจ
 สมบัติเหล่านั้นไม่ใช่ของเราจริงมาตั้งแต่ไหนแต่ไรแล้ว
 เหตุการณ์สูญเสียเป็นเพียงอาการปรากฏไปตามสัจจะความ

จริง

จงอาศัยเหตุการณ์สูญเสียเพื่อให้ได้ปัญญาบารมี
 จงมีปัญญาเห็นแจ้งว่าสิ่งทั้งปวงไม่เที่ยงไม่มีใครเป็นเจ้าของ

จริง

สิ่งทั้งปวงล้วนผ่านมาแล้วก็ผ่านไปยึดไว้ก็ทุกข์เปล่า
 เราจะพึงปัญญาบารมีได้เมื่อความตายมาถึง
 ถ้าเกิดมาไม่สร้างบุญไม่สร้างปัญญาจะเกิดมาเสียชาติเกิด

บทที่ ๖๓

ไตไตในโลกล้วนอนิจจัง
แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปได้ตลอด
ควรกำหนดหมายถึงความไม่แน่นอนของสิ่งทั้งหลายไว้เสมอ
จะได้ไม่ต้องผิดหวังรุนแรงเมื่อสิ่งทั้งหลายเปลี่ยนไป
ขุนเขายังเปลี่ยนได้
แม่น้ำสายใหญ่ยังเปลี่ยนเส้นทางเดิน
จิตใจคนยิ่งเปลี่ยนแปลงง่าย
อย่าอิงอาศัยใครจนพึ่งตัวเองไม่ได้
ถ้าเขาเปลี่ยนไปเราจะตั้งตัวไม่ติด
ที่ว่าแน่นอนก็ไม่แน่นอนได้
อย่าหวังอะไรให้จริงจัง
ชวนชวายพึ่งตนเองอยู่เสมอดีกว่า
อย่าอาศัยคนอื่นมากเกินไป
ถ้าเขาเปลี่ยนไปเราจะกลายเป็นง่อย
ดีที่สุดคือพึ่งตัวเองให้มาก
อย่าหวังอะไรเป็นจริงเป็นจัง

บทที่ ๖๔

บัณฑิตแม้เป็นคนเปิดเผย

แต่จะปกปิดความดีความชอบของตนเอง

นั่นคืออาการของความอ่อนน้อมถ่อมตน

ความดีนั้นทำให้มาก แต่โอ้อวดให้น้อย

ความดีนั้นทำให้มาก แต่ทวงบุญคุณให้น้อย

ความดีนั้นทำให้มาก แต่เรียกร้อยราคาให้น้อย

เนื่องเพราะผู้ใจสูงย่อมมีจิตคิดสงเคราะห์ผู้อื่นเสมอ

การให้โดยไม่หวังผลตอบแทนนำมาซึ่งความสุขใจ

เป็นความสุขที่เงินทองไม่อาจซื้อหามาได้

แม้เป็นคนเปิดเผย

แต่จะปกปิดความดีความชอบของตนเอง



บทที่ ๖๕

เมื่อมาตรฐานทางศีลธรรมของสังคมเสื่อมทรามลง
คนพาลจะใช้เป็นข้ออ้างเพื่อทำชั่วตามน้ำ
ส่วนบัณฑิตจะถือว่าเป็นโอกาสอันประเสริฐ
ที่จะฝึกฝนตนเองให้แข็งแกร่งต้านทานต่อสิ่งเร้า
ด้วยการตั้งตนไว้ชอบอยู่ในกรอบศีลธรรม
บุคคลบางคนอ้างว่าต้องทำชั่วไปตามสิ่งรอบข้าง
บุคคลผู้นี้มีมาตรฐานจริยธรรมต่ำกว่าความเป็นมนุษย์
สิ่งทีไหลไปตามกระแสน้ำโดยมีอาจผีนั้นคือกอสวะมิใช่เรือ
สิ่งทีเรียกว่าเรือย่อมสามารถบังคับทิศทางให้ต่างจากกระแสน้ำ

ได้

อยากให้เขาเรียกคุณว่าซากศพลอยน้ำ
หรืออยากให้เขาเรียกว่ามนุษย์



บทที่ ๖๖

ความสงบสันติคือสุขที่ถาวรของชีวิต
 ตื่นเต้นเพื่อเศร้าสร้อย
 ลิงโลดเพื่อเหงาหงอย
 สมหวังเพื่อผิดหวัง
 ยินดีเพื่อยินร้าย
 เฟื่องฟูเพื่อตกตึง
 โด่งดังเพื่ออับแสง
 กตสปริงไปข้างซ้ายมากเท่าใด
 จะกระเด็นไปข้างขวามากเท่านั้น
 ที่จุดกึ่งกลางนั้นจึงเป็นจุดสมดุล
 ความสุขยังยืนอยู่ที่ความพอดีของชีวิต
 แสวงหาเท่าไรก็ไม่เจอ
 เมื่อเลิกหาจึงเจอ



บทที่ ๖๗

ทุกอณูของชีวิตคือความไม่เที่ยง
ทุกอณูของวัตถุหนึ่งคือสิ่งเคลื่อนไหว
ทุกสิ่งในโลกพึงความเปลี่ยนแปลง
ถ้าไม่มีความเปลี่ยนแปลงกลไกในโลกจะหยุดไปสิ้น
ไม่มีสิ่งใดในจักรวาลที่อยู่กับการไม่เปลี่ยนแปลง
อนิจจังคือรากเหง้าของกฎธรรมชาติ
เพียงแต่จิตที่มีอุปาทานจะไม่ยอมรับความจริง
จึงต้องกลายเป็นจิตวิญญูณชั้นต่ำ
ต้องเกิดความทุกข์ใจกับกลไกของการเปลี่ยนแปลง
ทั้งที่มันเป็นกลไกธรรมดาของสรรพสิ่ง
ทุกสิ่งในโลกไม่เที่ยงแท้
ล้วนแล้วแต่ต้องเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย
เพราะจิตโง่เขลาเบาปัญญาจึงไม่ยอมรับความจริงข้อนี้



บทที่ ๖๘

ชาวโลกส่วนใหญ่เห็นเราก็คแค่เปลือกนอก
 ไม่สามารถมองเห็นแก่นแท้ส่วนลึกในใจ
 คำสรรเสริญนินทาติชมนั้นทำได้แค่วิจารณ์เปลือกนอก
 ถ้าสร้างภาพมาหลอกกันก็สามารถได้รับคำยินยอมแล้ว
 คนทำความดีอย่างปิดทองหลังพระอาจถูกสังคมเห็นว่าชั่ว
 จงเข้าใจให้ลึกซึ่งถึงสัจธรรม
 ใครเคารพยกย่องสรรเสริญจงอย่าดีใจ
 ใครก่นด่าว่าดูถูกดูหมิ่นดูแคลนจงอย่าเสียใจ
 เกิดมาชาติหนึ่งอย่าเพียงต้องการได้รับยกย่องสรรเสริญ
 เกิดมาชาติหนึ่งอย่าเห็นการดูหมิ่นดูแคลนเป็นปัญหา
 จงทำจิตให้หนักแน่นมั่นคงกว้างขวางยิ่งใหญ่
 ถ้าติดอยู่กับการให้คะแนนของชาวโลกจะทำความเจริญแก่
 ชีวิตได้ยาก
 จงตั้งมั่นในความดี
 เอาความดีเป็นแก่นแท้ของชีวิต
 สิ่งใดไม่ละอายต่อมโนธรรมก็กระทำไป
 จงอย่ารอคอยเพื่อเป็นผู้เสพเสวยโลก
 จงทำหน้าที่ด้วยความชอบธรรมสม่าเสมอ
 อย่ารอคอยการยอมรับและการให้คะแนนของชาวโลก
 ชาวโลกเห็นเราก็คแค่เปลือกไม่ใช่แก่นแท้

บทที่ ๖๙

บุคคลพรวนดินรดน้ำที่รากต้นไม้
มิใช่รอคอยเพื่อให้รากออกดอกออกผล
ทำความดีไว้ที่รากแต่ได้ผลประโยชน์จากกิ่งและใบ
เมื่อทำดีกับใครจงอย่าต้องการให้ผู้นั้นมาตอบแทน
จงทำความดีเพื่อพัฒนาจิตของตนให้สูงขึ้น
ผู้จิตสูงจะได้ทุกอย่างจากทุกคน
ท่านผู้มีปัญญาจึงไม่หวังให้คนที่เราช่วยเหลือกลับมาตอบแทน
บุคคลผู้เห็นว่ารากไม่ออกดอกจึงเลิกพรวนดินรดน้ำต้นไม้
คนผู้นี้โง่เกินไปที่จะเป็นชาวสวน
บุคคลผู้เห็นว่าคนที่เราทำดีด้วยแล้วไม่ตอบแทนจึงเลิกทำ
ความดี

คนผู้นี้โง่เกินไปที่จะเป็นคนดี
จงทำความดีเพื่อสละออกอย่าทำความดีเพื่อรอคอย
ผู้คิดให้โดยไม่หวังผลจะอิมเอิบเบิกบาน
ผู้รอคอยจะกลัดกลุ้มจนปวดหัว
จงทำความดีเพื่อพัฒนาจิตของตนให้สูงขึ้น
อย่ารอคอยอะไรจากใคร เพียงคิดให้ด้วยใจบริสุทธิ์
ผู้จิตสูงจะได้ทุกสิ่งทุกอย่างจากทุกคน

บทที่ ๗๐

ผู้ปิดทองหลังพระที่แท้จริง
 จะไม่ประกาศให้ใครรู้ว่าปิดทองหลังพระ
 เป็นผู้คิดแต่จะให้ไม่ต้องการเรียกร้อง
 ถึงแม้มีความชอบแต่ไม่อ้างบุญคุณ
 ประกอบกิจที่เป็นประโยชน์ไม่ต้องการชื่อเสียง
 ก่อสร้างสิ่งใดไม่คิดครอบครอง
 ยินดีในการสละมากกว่าการเสพเสวย
 ทำความดีเพื่อความดีมิใช่เพื่อสิ่งอื่น
 ไม่ยึดถือเป็นเจ้าของในสิ่งที่ตนเองเกื้อกูล
 ชอบในการสร้างเหตุมากกว่ารับผล
 สละได้แม้เป็นของรักที่สุดในชีวิต
 ปรรตนาการละวางมากกว่าการสั่งสม
 มีชีวิตอยู่เบื้องหลังเพื่อยังประโยชน์มวลชน
 ผลงานออกไปสร้างความร่มเย็นแก่ชาวโลกโดยมิได้ปรากฏ
 กาย
 การสละก็คือเป้าหมายสูงสุดของชีวิตแล้ว
 มีต้องการสิ่งอื่นได้อีก

บทที่ ๗๑

อย่าทำให้คนเสียหน้า
อย่ากลั่นแกล้งให้คนอับอาย
ยิ่งถ้าไปทำต่อหน้าสาธารณชน
เขาจะโกรธเกลียดเราไปตลอดชีวิต
เรื่องใดที่ไม่อยากให้ใครมาทำกับเรา
เรื่องนั้นอย่าเอาไปทำกับคนอื่น
ต่ำต้อยแค่ไหนก็มีหัวใจ
อย่าเห็นว่าเขาต่ำต้อยก็กดขี่ตามอำเภอใจ
วิบากกรรมนั้นมีจริง
ทำอะไรกับใครไว้เดี๋ยวจะเจออย่างนั้น
จงเมตตาอารีเห็นอกเห็นใจกัน
เขาก็คนเราก็คน เขาและเราต่างก็มีหัวใจ
จงเอาใจเขามาใส่ใจเรา
อย่าเบียดเบียนคนอื่น อภัยได้จงอภัย
อภัยทานเป็นทานชั้นสูง
แม้แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังตรัสสรรเสริญการให้อภัย

บทที่ ๗๒

ท่านผู้ประสานความสามัคคีของมวลชนนั้นนำเคารพบุชา
ผู้สร้างความแตกแยกให้สังคมนั้นนำประณามหยามเหยียด
พึงขจัดความขัดแย้งด้วยการประนีประนอม

พึงช่วยสลายจุดต่างขยายจุดร่วม

จุดต่างใดสลายไม่ได้ก็จงยอมรับให้เกียรติในความต่าง

จุดร่วมใดขยายไม่ได้ก็จงสร้างจิตเมตตาซึ่งกันและกัน

พึงกล่าววาทาประสานสามัคคี

อย่ากล่าววาทาส่อเสียด

วาทาส่อเสียดคือฟังจากข้างนี้ไปบอกข้างนั้น

แม้เป็นเรื่องจริงแต่ถ้าเขาจะแตกกันก็ไม่ควรเล่า

แม้เป็นเรื่องจริงแต่ถ้าเขาแตกกันก็เป็นโทษเป็นบาป

ความสามัคคีนำไปสู่ความร่มเย็นเป็นสุข

ความแตกแยกนำไปสู่สงคราม

วาทาส่อเสียดไม่ก็คำอาจทำให้คนตายนับล้าน

การกล่าววาทาส่อเสียดยุยงให้คนแตกกันจึงเป็นบาปมาก

บัณฑิตย่อมกล่าวแต่ถ้อยคำประสานสามัคคี

ย่อมหลีกเลี่ยงการกล่าววาทาส่อเสียดเหมือนเลี่ยงการอมหัว

งูเห่า

บทที่ ๗๓

ท่านผู้มีเดชบารมีอำนาจอันสูงสุด
 จะแสดงต่อโลกด้วยความอดกลั้นอดทนสงบเสงี่ยม
 เพราะว่าขันติความอดทนนั้นคือเทพอาวุธอันยิ่งใหญ่
 ทำวสัฏกเทวราชได้วชิรอาวุธอันมีมหิทธานุภาพมาก
 เพราะว่าเกิดจากอานิสงส์ของขันติที่เคยบำเพ็ญ
 ขันติจึงเป็นอำนาจอันสูงยิ่ง
 ผู้ไร้ขันติจะกลายเป็นผู้ไร้อำนาจวาสนา
 จะต้องตกต่ำไปสู่เขตของผู้ไร้สมรรถภาพ
 พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญขันติไว้มากมาย
 ว่าเป็นธรรมที่ทำให้งาม และเป็นธรรมที่ทำให้มีอำนาจ
 อยากเจริญในธรรมให้ฝึกอดกลั้นอดทน
 อยากเสื่อมจงปล่อยใจไปตามอารมณ์
 อบายภูมิจึงเป็นจุดหมายของผู้ไร้ขันติ



บทที่ ๗๔

อย่างลงโทษใครเพียงเพื่อให้ได้ความสะใจ
 ถ้าอย่างนั้นการลงโทษจะไม่ก่อเกิดประโยชน์
 เมื่อลงโทษจนเปิดทางให้เขาแก้ไขและกลับตัวด้วย
 การทำลายคนเลวไปหนึ่งคน
 หรือเปลี่ยนคนเลวเป็นคนดีคนหนึ่ง
 อย่างไหนจะมีค่ากว่ากัน
 ก่อนลงโทษใครให้ตั้งเมตตาจิตให้เต็มเปี่ยม
 แล้วจะมองเห็นวิธีเกื้อหนุนให้ผู้นั้นแก้ไขและกลับตัว
 การทำลายนั้นง่ายมาก
 การสร้างสรรค์จะยากกว่า
 เมื่อจิตเมตตาจะมองโลกอย่างเข้าใจและให้อภัย
 ปรรตนาจะเกื้อกูลมากกว่าทำลายล้าง
 โลกนี้มีสิ่งโหดร้ายมากอยู่แล้ว
 ถ้าไม่จำเป็นอย่าเพิ่มเข้าไปอีก



บทที่ ๗๕

อย่าเพิ่งมองคนบางคนว่าไร้ประโยชน์
นอนทับเสื่อทับหมอนไว้ไม่ให้ปลิวก็ถือว่าดีแล้ว
อยู่บ้านเฉย ๆ ก็ช่วยไม่ให้ปลวกขึ้นบ้านได้
จงหัดมองโลกอย่างผู้รู้จักพอ
อย่าคิดแต่ว่าคนรอบข้างจะต้องสร้างประโยชน์ใหญ่ให้เรา
ถ้าเขาไม่ได้สร้างประโยชน์อะไรขึ้นมาเลย
เพียงแต่ไม่ไปทำให้คนอื่นเดือดร้อนก็ถือว่าดีมาก
ถ้ามีคนตำราเราจงขอบคุณที่เขาไม่เอาไม้มาตีหัว
ใช้สายตาแห่งปัญญามองคุณค่าของทุกสิ่งในโลกให้ได้
แล้วทุกสิ่งจะให้คุณแก่เรา
ท่านผู้ฉลาดสามารถแสวงประโยชน์ทางใจได้แม้กับเรื่อง
เลวร้าย

สุขภาพจิตของท่านจึงดีตลอดกาล
มีปัญหาอะไรให้มันโจมตีได้แต่เพียงภายนอก
อย่าปล่อยให้มันเข้ามาโจมตีถึงจิตใจ

บทที่ ๗๖

บัณฑิตแม้มีปัญญามาก

แต่จะยอมโง่ถ้าจะต้องเอาความฉลาดไปใช้ในการทรยศคดโกง

เมื่อคนชั่วประณามว่าโง่บัณฑิตรู้สึกว่าเป็นคำชมเชย

เมื่อคนเลวสรรเสริญบัณฑิตจะรู้สึกสะดุ้งจากหายหน้าภัย

คำชมเชยของนักปราชญ์นั้นน่าฟังแต่คำตำหนิยิ่งน่าฟังกว่า

คำตำหนิของนักปราชญ์คือโอวาทอันประเสริฐ

คนฉลาดแสวงหาครูอาจารย์เพื่อฟังคำติ

คนโง่แสวงหาครูอาจารย์เพื่อฟังคำชม

ผู้มีความละเอียดและเกรงกลัวต่อบาปจะชวนขวยแก่ใจตน
เสมอ

ฟังเตือนตนด้วยตนเพื่อพัฒนาจิตให้สูงขึ้นอยู่ตลอด

เห็นคุณในกุศลอย่างยิ่งแม้กุศลนั้นจะเพียงเล็กน้อย

เห็นโทษในบาปอย่างยิ่งแม้บาปนั้นจะเพียงเล็กน้อย

ดังนี้จึงชื่อว่าไม่ประมาท

ยอมแพ้ภายนอกเพื่อเอาชนะใจตน

ถึงใครจะดูถูกดูแคลนก็ไม่เปลี่ยนจุดยืนในกุศลธรรม

ยืนตัวอย่างยิ่งในการละชั่วประพฤดีดี

ธรรมะของพระพุทธเจ้านั้นทันสมัยที่สุดเป็นนอกกาลิก

ไม่มีล้าสมัยที่จะละชั่วประพฤดีดี

บทที่ ๗๗

คบคนเช่นใดก็เป็นเช่นนั้น

อยากเป็นคนชนิดใดจงชวนชวาคบคนชนิดนั้น

คบสิ่งจะกลายเป็นสิ่ง

คบคนจะกลายเป็นคน

คบเทวดาจะกลายเป็นเทวดา

คบคนชั่วจะกลายเป็นคนชั่ว

คบคนดีจะกลายเป็นคนดี

คบพระอรียบุคคลจะกลายเป็นพระอรียบุคคล

จงหลีกเลี่ยงมิตรเลวเพื่อนเลวเหมือนเลี่ยงสัตว์ร้าย

จงเข้าหามิตรดีเพื่อนดีเหมือนแสวงหาอัญมณี

คนชั่วถ้าเข้าใกล้จะพาเราไปทางต่ำ

คนดีถ้าเข้าใกล้จะพาเราไปทางเจริญ

จงเชื่อมั่นในกัลยาณมิตร

จงแสวงหาท่านผู้เป็นสัมมาทิฎฐิ มีศีล มีธรรม

เมื่อพบแล้วจงเคารพนับถือ ไม่ถือต่อท่าน

เมื่อรับโอวาทจากท่านแล้วจงชวนชวายุปฏิบัติตามด้วยเคารพ

การเคารพนับถือผู้ใดก็คือเรากำลังดำเนินตามผู้นั้น

จงแสวงหากัลยาณมิตรแล้วปฏิบัติต่อท่านผู้นั้นด้วยความ

เคารพ

บทที่ ๗๘

ถ้าปล่อยความหิวโหยกระหายทำงานโดยปราศจากการ
ควบคุม

จะทำให้บุคคลผู้นั้นเดือดร้อนอย่างแสนสาหัส
เวลาอยากได้อะไรต้องแสวงหามาให้ได้
เวลาเบื่้อะไรก็ต้องรีบถีบหัวส่งมันไปให้เร็วที่สุด
ถ้าเป็นอย่างนี้ก็แสดงว่าใกล้จะบ้าแล้ว
ถ้าอยากจะเป็นคนปกติก็จงฝึกการอดทนข่มกลั้น
อย่าทำอะไรตามใจอยาก

การตอบสนองความหิวโหยกระหายนั้นเหมือนดับกระหายด้วย
น้ำทะเล

จงรู้จักหยุดรู้จักพอบ้างชีวิตจึงเจอตัวสมดุลงได้
การได้อะไรตามใจอยากทุกอย่างนั้นไม่ใช่ของดี
จะเป็นพิษร้ายในภายหลัง
ชีวิตที่เรียบง่ายจึงจะพบสุข

ดับความหิวโหยกระหายด้วยการข่มกลั้นจะช่วยแก้โรค
ประสาท

คนบ้านนั้นจะทำอะไรตามอารมณ์

จะตอบสนองความหิวโหยกระหายโดยไม่รู้จักขอบเขต

บทที่ ๗๙

มีสมบัติภายนอกมากมายก็ไม่มีค่าเท่าคุณธรรมในใจ
มีฐานันดรสูงส่งก็ไม่มีค่าเท่ากับการเข้าถึงธรรม
สมบัติในโลกเป็นของที่ตายแล้วไม่ได้เอาไป
บัณฑิตจะชวนขวายเป็นประพาศิธรรม
ไม่ให้เสียสิ่งที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์และพบพระพุทธศาสนา
การอุปถัมภ์ของพระพุทธเจ้ามีได้โดยยาก
ท่านทั้งหลายอย่าแซ่เขื่อนอย่าประมาท
รีนเริงอะไรกันนักในเมื่อไฟคือความแก่เจ็บตายลุกท่วมอยู่
สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงความตายเป็นของเที่ยง
อันเราจะพึงตายเป็นแท้
เมื่อเราตายจะเอาอะไรไปได้บ้างจงคิดให้มาก
จงชวนขวายเป็นประพาศิธรรมปฏิบัติธรรม
ชวนขวายสร้างบารมีสร้างทานศีลสมาธิปัญญา
อย่าเขื่อนแซ่ปล่อยเวลาผ่านไปเปล่า
เวลาผ่านไปแต่ละวันเราก็เข้าไปใกล้ความตายไปอีกหนึ่งวัน
สังขารไม่ยั่งยืนความตายเป็นของยั่งยืน
คุณได้ทำที่พึงให้แก่ตัวเองแล้วหรือ?

บทที่ ๘๐

โลกนี้ไม่มีที่ลับในการทำชั่ว
 จะทำชั่วในที่ที่ไม่มีใครรู้มันไม่มี
 ผีसांगเทวดาเห็นอยู่
 ตัวเองก็รู้อยู่
 คนทำชั่วในที่ลับนั้นไม่เกรงใจตนเอง
 ไม่เกรงใจต่อมโนธรรม
 ผีसांगเทวดาพากันโพนทนาอึ้งคะนึ่งอยู่
 แต่บุคคลผู้นั้นหารู้ไม่
 บัญชีในนรกก็บันทึกเหตุการณ์อย่างละเอียดลออ
 แต่บุคคลผู้นั้นหารู้ไม่
 เป็นผู้ดูดหุขโมยกระดิ่ง
 มีตัวเองคนเดียวเท่านั้นที่เข้าใจว่ากระดิ่งไม่ดัง
 แต่คนทั้งหลายได้ยินเสียงกระดิ่งกังวานไปทั่ว
 อย่าเสียใจว่าทำดีแล้วไม่มีคนเห็น
 อย่าดีใจว่าทำชั่วแล้วไม่มีคนรู้
 ตัวเองนั้นไม่ใช่คนหรือ ?

บทที่ ๘๑

เมื่อถึงเวลาควรอ่อนก็ต้องอ่อน

เมื่อถึงเวลาควรแข็งก็ต้องแข็ง

ถ้าอ่อนตลอดจะแพ้

ถ้าแข็งตลอดจะพ่าย

เวลาควรสู้ก็ต้องสู้

เวลาควรยอมก็ต้องยอม

เวลาควรบุกก็ต้องบุก

เวลาควรถอยก็ต้องถอย

ยุทธวิธีที่ดีที่สุดคือพลิกแพลงไปตามสถานการณ์

กฎทั้งหลายคือของตาย วิจารณญาณคือของเป็น

เอากฎต่าง ๆ มาใช้ก็จริงอยู่

แต่ควรใช้วิจารณญาณปรับให้เข้ากับสภาพความจริง

เอาระเบียบบวกับปัญญาประกอบกันจะใช้งานได้ผล

ถ้าทำอะไรอย่างตันทุรังจะพลาดท่าเสียที

บทที่ ๘๒

คนรวยหรือคนจนอย่าเพียงดูที่เงิน

ต้องดูที่ใจ

ถ้าใจอ้อมก็รวย ใจยังหิวก็จน

เมื่อความหิวกระหายทะยานอยากขั้บตัน

บุคคลผู้นี้มีเท่าไรได้แค่ไหนก็ไม่พอ

นี่คือคนที่จนแสนจน

เมื่อความพอบังเกิดขึ้นที่ใจ

ย่อมรู้จักเพียงพอในสิ่งที่มีอยู่ตามอัตภาพ

นี่คือคนรวย

คนเราเกิดมาไม่ได้เอาอะไรมา ตายไปไม่ได้เอาอะไรไป

บัญชีรายรับรายจ่ายตลอดชีวิตของคนทุกคนเหมือนกันคือเท่า

ทุน

ที่ต่างกันคือที่จิต

คนโง่เขลาเบาปัญญาย่อมปล่อยให้ความกระหายอยากเป็นเจ้า

หัวใจ

ย่อมเป็นขี้ข้าเสือหิว มีชีวิตทั้งชีวิตดิ้นรนทวนทวน

แม้ตอนตายเขาก็มิได้ขนวัตถุอันใดไป

คนโง่ย่อมเป็นขี้ข้าความทะยานอยาก

เมื่อถึงวันตายความจริงจะเปิดเผย

ไม่ได้เอาอะไรไปเลยสักอย่างเดียว

บทที่ ๘๓

ทำอะไรต้องดูกาลเทศะ
ควรจริงจังก็จริงจัง
ควรผ่อนผันก็ผ่อนผัน
เหมือนกับพายเรือในน้ำเชี่ยว
ควรแข็งขืนก็แข็งขืน
ควรโอนอ่อนก็โอนอ่อน
แข็งมากไปก็หัก
อ่อนมากไปใช้งานไม่ได้
ศิลปะคือการปรับให้พอดี
ไม่ว่าอะไรมากไปก็ไม่ดีทั้งนั้น
จงทำจิตให้หนักแน่นมั่นคง
ทำหน้าที่ให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้
อย่าหวั่นไหวต่อปัญหาและอุปสรรค
พลิกแพลงแก้ไขไปตามสภาพการณ์
แล้วทุกอย่างจะดีไปเอง

บทที่ ๘๔

เมื่อเกิดความหลงผิด

ฟ้าสว่างแค่นั้นแต่ตาใจมืดบอด

ไม่ยอมมองความจริงมองแต่มายาภาพ

คิดตามที่ฝันไว้ไม่ยอมคิดตามที่เป็นจริง

ทำไปตามแรงขับเคลื่อนของกิเลสไม่สนใจเหตุผล

ลำเอียงไปกับความชอบความชังหายุติธรรมไม่ได้

หลอกคนอื่นด้วยหลอกตนเองอยู่ในความมัวเมาด้วย

เก็บปัญญาไม่ใช้ ใช้แต่สัญชาตญาณ

เป็นขี้ข้าตัณหา ไม่สนใจศีลธรรม

ต้องการถูกใจ ไม่ต้องการถูกต้อง

คิดในช่องอในกระดุก

ถือความคิดของตนเองเป็นใหญ่กว่ากฎเกณฑ์ของโลก

ขอให้ได้เฉพาะหน้าก็พอไม่สนใจผลที่ตามมาภายหลัง

เมื่อเป็นเช่นนี้หายนะก็อยู่ในพกในห่อแล้ว

ความเจริญนั้นอยู่ไกลสุดขอบฟ้า

บทที่ ๘๕

เมตตานี้ให้นำมาซึ่งความสุข
สุขทั้งเราสุขทั้งเขา
โทสะนี้ให้นำมาซึ่งความทุกข์
ทุกข์ทั้งเราทุกข์ทั้งเขา
ทำอะไรออกไปตัวเองคือผู้รับ
ให้อะไรออกไปคืนมาทั้งสิ้น
แก้กฏผู้อื่นคือแก้กฏตนเอง
ทำร้ายผู้อื่นคือทำร้ายตนเอง
โลกนี้คือกระจกเงาบานใหญ่
ทำอะไรออกไปจะสะท้อนกลับมาให้ผู้ทำ
จงเชื่อเรื่องกรรม
ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว
อย่าคิดว่าทำชั่วแล้วจะเป็นสุขอยู่ได้
อย่าคิดว่าทำชั่วแล้วจะได้ดี
กงกรรมกงเกวียน
วัวไปทางไหนเกวียนก็ไปทางนั้น

บทที่ ๘๖

ผู้เห็นธรรมจะชวนขวายเป็นบุญกุศลเป็นนิจ
 บุญกุศลเป็นสิ่งจำเป็นแก่จิต
 เหมือนเลือดเนื้อจำเป็นต่อร่างกาย
 ยิ่งฉลาดมากก็ยิ่งเห็นคุณค่าของบุญกุศล
 คนโง่งจะทำบาปอย่างไม่ยั้งคิด
 เพราะสาเหตุที่ไร้ปัญญา
 ผู้ไร้ปัญญาย่อมสังสมเหตุของความเดือดร้อน
 บาปกรรมคือสาเหตุของความเดือดร้อน
 บุญกุศลคือสาเหตุของความเจริญรุ่งเรือง
 คนฉลาดที่ไหนจะไม่แสวงหาบุญกุศล
 ที่หลงทำบาปกรรมเพราะว่าโง่งเขลา
 ที่หลงทำชั่วเพราะว่าไร้ปัญญา
 ที่เห็นแก่ตัวเพราะว่าไร้สมองคิด
 ที่เบียดเบียนผู้อื่นเพราะเห็นผิดเป็นชอบ



บทที่ ๘๗

ผู้ที่มีใจกว้างขวางยอมไม่ปฏิเสธอะไรง่าย
สามารถยอมรับได้แม้แต่สิ่งที่ตัวเองรังเกียจ
ทะเลเมื่อรองรับสายน้ำที่หลากหลายจึงยิ่งใหญ่
ท่านผู้คิดประกอบกิจการงานใหญ่อย่าเพียงสนใจความรักชัง
ส่วนตน

อย่าเพียงเอาความคิดของตนเองเป็นใหญ่
จงประสานสิ่งดีที่สุดของหมู่ชนมารวมกัน
ยอมรับได้กับความคิดดีที่ออกมาจากคนที่ตนไม่ชอบ
ยกย่องคนตามผลงานโดยไม่สนใจความชอบชังส่วนตัว
แม้คนใกล้ชิดทำผิดก็ต้องลงโทษด้วยยุติธรรม
ผู้ที่ทำตัวให้ผู้อื่นกินแห่งแครงใจจะทำงานใหญ่ได้หรือ
จงทำตัวให้มวลชนยอมรับในความเที่ยงธรรม
จะได้อะไรจากใครให้ได้หัวใจเขามาก่อน
ถ้าไม่ได้จิตใจของมวลชนงานใหญ่จะดำเนินไปไม่ได้
หน้าที่ต้องมาก่อนอย่าทำอะไรตามใจชอบ
อย่าเห็นแก่ตัวอย่าเอาความต้องการส่วนตัวเป็นใหญ่
คนเห็นแก่ตัวจะเล็กลงทุกที

บทที่ ๘๘

เมื่อคิดทุจริตฉ้อฉลก็พลาดท่าเสียแล้ว
 ทำร้ายทำลายตัวเองตั้งแต่เริ่มคิดก็ไม่รู้ตัว
 แคคิดก็เดือดร้อนแล้วทำออกมาจริงยิ่งเป็นหายนะ
 ความชั่วช้าเลวทรามไม่เป็นที่พึงแก่ใครได้
 ความชั่วช้าเลวทรามไม่เป็นที่รักของใคร
 มหาโจรที่เลวร้ายที่สุดยังต้องการคนซื่อสัตย์มาอยู่ใกล้
 คนชั่วที่สุดก็อยากได้ของดี
 ความชั่วไม่เป็นที่ต้องการของใคร
 นั่นหมายถึงคนชั่วนั้นไม่ต้องการตัวเอง
 คนชั่วทำลายตัวเองด้วยการทำชั่ว
 เรื่องดังนี้ผู้มีปัญญาที่ไหนจะทำได้
 ฉะนั้นคนทำชั่วคือคนโง่เขลาเบาปัญญาทั้งสิ้น
 เพราะไร้ปัญญาจึงกระทำความชั่ว
 เพราะโง่เขลาจึงประกอบเรื่องทุจริต
 ผู้มีปัญญาจึงรักษาความดีเหมือนเกลือรักษาความเค็ม
 ไม่ประกอบทุจริตแม้มีสิ่งมาล่อใจ

บทที่ ๘๙

กิเลสในใจเราก็คือใจ
ใจที่เตรียมการปล้นชีวิต
สิ่งสมกิเลสคือเลี้ยงเสียไว้ในบ้าน
ความชั่วในใจคือกับระเบิดในห้องนอน
อย่าเชื่อนแชปล่อยความชั่วหมักหมมในใจ
อุจจาระแม่เล็กน้อยก็มีกลิ่นเหม็น
ความชั่วแม่เล็กน้อยก็สร้างความเดือดร้อนให้ใจ
เล็กน้อยวันนี้อาจกลายเป็นยิ่งใหญ่ในวันหน้า
ผู้มีปัญญาจึงไม่ดูหมิ่นในของเล็กน้อย
มีศรัทธาในกุศลความดีแม่เล็กน้อย
เห็นโทษเห็นภัยในความชั่วแม่เล็กน้อย
นี่คือความไม่ประมาท
พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญความไม่ประมาทไว้มาก
บุคคลผู้ไม่ประมาทย่อมเข้าถึงความเจริญทางธรรม
ผู้ประมาทคือผู้ตายแล้วแต่ยังหายใจ

บทที่ ๙๐

เมื่อประสบโอกาสที่ไม่เป็นใจ
 ยิ่งต้องฝึกความอดทนอดกลั้น
 ยิ่งต้องเสริมความพากเพียร
 ปัญหาในโลกนี้ไม่น่ากลัว
 กลัวแต่คนจะไร้ความเพียร
 ภูเขายังทำลายได้
 ทะเลกว้างยังข้ามได้
 บนฟ้ายังไปถึงได้
 ก้นสมุทรยังดำลงไปได้
 แล้วเราในจึงท้อแท้ท้อถอย
 มัวงอมืองอเท้าจะให้ประโยชน์แก่ใครได้
 ความสิ้นกำลังใจเคยช่วยเหลือมนุษย์หน้าไหนบ้าง
 ล้มแล้วก็ลุกได้
 ตกแล้วก็ขึ้นใหม่
 อะไรก็ไม่น่ากลัว กลัวแต่จะไร้ความเพียร

บทที่ ๙๑

ผู้ที่หลงระเริงเพลิดเพลินสุขจะไปเจอทุกข์
ผู้ที่ชวนขวยกำหนดหยั่งรู้ทุกข์จะไปเจอสุข
ปากทางของทุกข์คือสุข
ปากทางของสุขคือทุกข์
เวทนาคือสุข ทุกข์ อุเบกขา ย่อมไม่เที่ยง
แปรปรวนไปตามเหตุปัจจัย
ผู้มีธรรมจักษุจะเห็นความไม่เที่ยงแท้ของเวทนา
จึงเบื่อหน่ายที่จะเข้าไปกอดรัดเสพเสวยต่อสังขารทั้งหลาย
เวทนาย่อมเปลี่ยนไป เตี้ยวสุข เตี้ยวทุกข์ เตี้ยวเฉย ไม่จบ

สิ้น

ผู้มีปัญญาเห็นดั่งนี้ย่อมถอนความยึดมั่นในเวทนา
เห็นความเป็นจริงว่าทุกสิ่งไม่แน่นอน
ยึดไว้ก็ทุกข์เช้ญปล่อยวางจึงเบาสบาย
หมดความหิวโหยกระหายในเวทนา
อยู่ในอุเบกขาและสติที่ไม่ติดข้องกับโลก
รับรู้โลกแล้ววางไปไม่กอดรัดผูกพัน
เป็นผู้ละตัณหาเสียได้

บทที่ ๙๒

เกียรติประวัติของวีรบุรุษนั้นอยู่ที่สิ่งที่ตนสร้างเอง
 ยิ่งเหนื่อยยากลำบากตรากตรำนั้นยิ่งเป็นความสูงค่า
 มิใช่ยิ่งใหญ่ตรงที่รับมรดก
 มิใช่ยิ่งใหญ่ตรงโชคดีโชคช่วย
 ความโชคร้ายเหนื่อยยากลำบากนั้นขับเน้นคุณค่าของวีรบุรุษ
 ศัตรูอุปสรรคปัญหาคือบันไดเหยียบขึ้นสู่ที่สูง
 หยาดเหงื่อหยาดเลือดหยาดน้ำตาคือยาบารุง
 ความอดทนอดกลั้นเพียรพยายามไม่ย่อท้อคืออาวุธ
 ความทุกข์ยากลำบากเข็ญนั้นเป็นโอกาสฝึกตน
 ความใฝ่ดีใฝ่เจริญคือเพื่อนร่วมทาง
 การได้ทำหน้าที่อย่างดีอย่างเต็มทีก็ภาคภูมิใจแล้ว
 ไม่สนใจรอคอยว่าผลต้องออกมาดีที่สุด
 ยินดีสร้างเหตุมากกว่านอนรอคอยเสวยผล
 ต้องการเป็นผู้เห็นดเห็น้อยในการสร้างโลก
 ไม่สนใจเป็นผู้เสพเสวยสุขในโลก
 มีชีวิตเพื่อการสร้างประโยชน์แก่มวลชน
 โดยไม่เรียกร้องชื่อเสียงเกียรติยศ

บทที่ ๙๓

คนคำนวณมิสุ่กรรมลิขิต
ในโลกนี้แรงกรรมมีน้ำหนักที่สุด
เมื่อกรรมให้ผลไม่มีสิ่งใดจะขวางได้
กรรมดีจะเกื้อหนุนเป็นอัครจรรย
กรรมชั่วจะทำร้ายทำลายจนเสียหาย
ได้ผลประโยชน์อะไรมาจากการสร้างกรรมชั่วอย่าดีใจ
สูญเสียอะไรเพราะการสร้างกรรมดีอย่าเสียตาย
อย่าประมาทหลงเพลินสร้างกรรมชั่ว
เมื่อรู้สำนึกจงพยายามเลิก
การสั่งสมกรรมชั่วจะปิดหนทางเจริญของจิตวิญญาน
ถึงเวลาเปลี่ยนภพชาติจะต้องไปสู่ที่ต่ำ
จงแก้ไขสิ่งผิดเสียแต่วันนี้อย่าเชื่อนชะ
ถ้ารอคอยให้ไปรู้สำนึกในขุมนรกจะสายเกินไปเสียแล้ว
หากไม่รู้สำนึกจะเดือดร้อนอย่างแสนสาหัส
จะต้องไปยึดเหยียดอยู่ในนรกร้องไห้จนน้ำตาเป็นสายเลือด

บทที่ ๙๔

ธรรมสมบัติจึงเสริมสร้าง

บารมีทั้งหลายจงประพศุติให้เต็มรอบ

สั่งสมความดีเหมือนปลวกขุดดิน

หมั่นทำทีละเล็กทีละน้อยไม่เลิกก็กลายเป็นจอมปลวกใหญ่

อย่าหยุดในการสร้างความดี

อย่าเลิกในการสร้างกุศล

ตราบไต่ยังมีลมหายใจ

ตราบนั้นเป็นเวลาสร้างบารมี

ถ้าหายใจแล้วไม่ได้สร้างบารมี

ชีวิตก็เสียหายเกิด

เกิดมาตายเปล่า

ชีวิตมีค่าที่ได้มาสร้างบารมีเท่านั้น

มิได้มีค่าตรงกายเปื่อยเน่า

มิได้มีค่าตรงสมบัติที่กองทิ้งทั่วมโลก

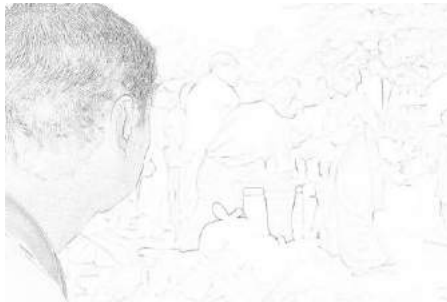
เวลาตายเอาไปได้แต่บุญและบาป

บทที่ ๙๕

ฟังแสวงหากัลยาณมิตรที่ตักเตือนเราได้
แล้วฟังอ่อนน้อมรับโอวาทท่านโดยเคารพ
คนฉลาดแสวงหาครูบาอาจารย์เพื่อต้องการคำติ
เพราะเชื่อว่าคำติของครูบาอาจารย์มีค่าดังทองคำ
เป็นช่องทางพัฒนาจิตพัฒนาชีวิตให้เจริญ
คนโง่แสวงหาครูบาอาจารย์เพื่อต้องการคำชม
ยิ่งไร้ปัญญายิ่งอวดโอ่สรรพคุณของตนต่อหน้าครูบาอาจารย์
มากกว่านั้นยังยกตนข่มท่านด้วยความไร้สำนึก
คนโง่เมื่อมองเห็นขี้หมากับทองคำวางคู่กัน
คนโง่ย่อมเก็บเฉพาะขี้หมาใส่พกใส่ห่อกลับบ้าน
ย่อมไม่ใส่ใจทองคำ
เพราะความไร้ปัญญาจึงต้องการอวดโอ่และแข่งดี
ไม่ต้องการรับโอวาทเพื่อพัฒนาตน
ย่อมสงวนรักษาความโง่เขลาเบาปัญญาไว้อย่างประคบประ-
หมม

บทที่ ๙๖

ในโลกนี้ไม่มีอะไรสมบูรณ์แบบ
 จงใช้ปัญญาแสวงหาสิ่งเป็นประโยชน์จากข้อบกพร่อง
 ถ้ามองดังนี้ได้ข้อบกพร่องจะเสียหายตรงไหน
 จงมองโลกในแง่ดีจะมีความสุข
 อย่าเป็นทุกข์กับปัญหาที่มาไม่คาดหมาย
 สิ่งเหล่านี้ให้ถือเป็นหินลับปัญญา
 เปลี่ยนปัญหาให้เป็นปัญญา
 ถ้าเจอแต่สะดวกสบายปัญญาก็ฝ่อ
 ปัญญานั้นมากับปัญหา
 ปัญหานั้นมาซึ่งปัญญา
 จะกลัวปัญหาไปทำไมเล่า
 เวลาเจอปัญหาอย่าดีโพยดีพาย
 จงตั้งสติให้ดี
 จะเป็นโอกาสให้ปัญญาก่อกำเนิด



บทที่ ๙๗

ต้องการสิ่งใดก็ตามที่ในโลกนี้

เอาความดี ความเพียร ความจริงใจไปแลกก็คงจะได้ทั้งสิ้น
ใจของคนในโลกนี้ลนให้อ่อนลงได้ด้วยความดีงาม

เอาความชั่วช้าเลวทรามไปลนจะยิ่งแข็งกระด้างตีโต้กลับ
กันบึ้งหัวใจของคนในโลกจะยอมอ่อนข้อให้คนดี

คนเราจะไม่ยอมลงให้ใครถ้าไม่เคยซึ่งใจกันมา

คนเรานั้นจะซึ่งใจกันตรงความดีไม่ใช่ความชั่ว

คนฉลาดในโลกจึงชวนชวายสร้างความคิด

โดยไม่ห้วนไหวต่อสิ่งเราที่กระตุ้นให้ลงต่ำ

ผู้ทุศีลทำลายตัวเองอย่างไม่มีขึ้นดีก่อน

แล้วจึงค่อยไปทำลายคนอื่น

ความชั่วที่ต้งขึ้นในใจใครยอมทำลายใจดวงนั้นก่อน

แต่ผู้ไร้ปัญญาไร้ความคิดยังเปิดโอกาสรับความชั่วเข้าสู่ใจ
อย่างยินดี

บัณฑิตยอมละอายต่อบาปเกรงกลัวต่อบาป

เห็นโทษความชั่วในใจตนยิ่งกว่ามารร้ายผีเปรตใดใด

ผู้รักษาความดีในใจตนมีค่าเท่ากับรักษาทุกสิ่งในโลก

บทที่ ๙๘

เมื่อสร้างความดียิ่งใหญ่เพียงใดให้แก่โลก
 นั่นก็เพียงเป็นเรื่องที่เราสมควรและจำเป็นต้องทำ
 อย่างนำไปอ้างความดีความชอบกับใคร
 สิ่งที่เราควรทำที่สุดเมื่อเกิดมาในโลกคือการสร้างความดี
 สิ่งที่ต้องทำที่สุดเมื่อเกิดมาในโลกคือการสร้างความดี
 ความดีคือสิ่งที่สมควรทำและจำเป็นต้องทำ
 ฉะนั้นเมื่อสร้างความดีขึ้นมาแล้วจะไปอ้างความดีความชอบ
 กับใคร

ถ้าหากมิได้สร้างความดีนั้นแลชีวิตจะเดือดร้อนเสียหาย
 การได้สร้างความดีนั้นคือสิ่งประเสริฐของชีวิตแล้ว
 แล้วจะต้องไปขอรางวัลอะไรจากการสร้างความดีอีกเล่า
 บัณฑิตย่อมมีศรัทธาในการสร้างความดีอย่างยิ่งยวด
 เป็นผู้สร้างความดีเพื่อความดี
 มิได้ต้องการสิ่งใดตอบแทน
 มิได้สร้างความดีเพื่อต้องการชื่อเสียงลาภยศ
 นำความไฝ่ดีในจิตออกมาสร้างประโยชน์สุขแก่ชาวโลก
 โดยไม่ต้องการสิ่งใดตอบแทน
 มีโอกาสได้สร้างความดีก็พอแล้ว จะต้องการอะไรอีกเล่า

บทที่ ๙๙

ร่างกายมนุษย์

เมื่อมองด้วยตาเนื้อย่อมเห็นเป็นหญิงชายสูงต่ำดำขาวสวยขี้-
เหร

แต่เมื่อมองด้วยตาปัญญาแล้วย่อมเสมอกันโดยธาตุ

เสมอกันโดยความเป็นธาตุดินน้ำไฟลม

เสมอกันโดยความที่ต้องแตกดับ

เสมอกันโดยความที่ต้องทิ้งไว้ในโลก

เสมอกันโดยชนไปไม่ได้ทั้งสิ้น

เสมอกันโดยความทุกข์ทนอยู่ได้ยาก

เสมอกันโดยไม่สามารถเป็นที่หลบร้อนจากภัย

เสมอกันโดยเป็นเป้าของทุกข์ภัยทั้งหลาย

เสมอกันโดยไม่เป็นที่พึงถาวร

เสมอกันโดยความไม่มีแก่นสาร

เสมอกันโดยบังคับบัญชาไม่ได้

เสมอกันโดยไม่ใช่ตัวตนของตน

ควรเมื่อหน่ายควรคลายกำหนดควรหลุดพ้น

ควรถอนความยึดมั่นถือมั่น

ควรทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานอันพ้นจากสังขารทั้งปวง

บทที่ ๑๐๐

เมื่อเจอความทุกข์ยาก
 อาจได้โอกาสในการทบทวนหวนนึกแก้ไขสิ่งผิด
 เมื่อเจอเหตุการณ์ประสพโชคสมหวัง
 ระวังว่าจะหลงตัวลืมนตประมาทมัวเมา
 เจอของดีอะไรก็ตามอย่าสวาปามจนเกินไป
 เจอเรื่องดีใดใดก็จงหัดเบรคตัวเองไว้บ้าง
 อย่าเสพเสวยจนลืมนต
 เวลาเจอทุกข์นั้นจะได้คิด
 เวลาสมหวังอย่าเพลินจนลืมนต
 เจอของอร่อยถูกใจระวังท้องจุก
 กินสักครึ่งท้องก็พอแล้ว
 เจอคนถูกใจพึงระวังอกหัก
 รักสักครึ่งใจก็พอแล้ว
 เวลาเจอของดีพิเศษมาล่ออย่าทุ่มไปทั้งตัวทั้งใจ
 จงรู้จักระวังระไวมองหน้ามองหลัง
 รู้จักหยุดรู้จักพอ
 ของอะไรก็ตามถ้ามากเกินไปจะเดือดร้อน

บทที่ ๑๐๑

จงสร้างเหตุให้ถึงพร้อม
จงสร้างเหตุให้เต็มที
โดยไม่กังวลผล
อย่าเสียเวลาไปกับการหิวโหยกระหายลุ่มนอคอยผล
เอาเวลาไปสร้างและพัฒนาเหตุยังดีกว่า
ปลูกต้นไม้พื้หม่นรดน้ำพรวนดินกำจัดศัตรูพืช
ไม่ต้องไปนั่งที่โคนต้นไม้ลุ่มนให้ออกลูก
รดน้ำพรวนดินเสร็จแล้วก็กลับบ้านไปนอนได้
ไม่ต้องมานั่งที่โคนต้นไม้คอยลุ่มนให้เสียเวลา
จงใช้เวลาร่างกายแรงใจไปในการสร้างเหตุให้ดี
ไม่ต้องไปกังวลคอยลุ่มนผลด้วยความหิวโหยกระหาย
ผลเกิดแต่เหตุมิได้เกิดจากความหิวโหยกระหาย
ผลเกิดแต่เหตุมิได้เกิดจากความอยากของเรา
ความอยากและความหิวโหยกระหายทำให้เหนื่อยกายเหนื่อย
ใจฟรี
คนเราสามารถสร้างเหตุแห่งความเจริญได้โดยไม่ต้องหิวโหย
กระหาย
สามารถสร้างความเจริญได้โดยที่ไร้ตัณหา
พระอรหันต์ย่อมไร้ตัณหาไร้ทุกข์แต่สามารถสร้างความเจริญ
ได้

บทที่ ๑๐๒

โลกนี้อายุยาวนานนับไม่ถ้วนล้านปี
 ชีวิตของคนนั้นนิดเดียว
 ชีวิตของคนนั้นเป็นของที่ผ่านไปในโลกแผลิบเดียวแล้วผ่านไป
 อากาศที่ผ่านไปแล้วผ่านไปย่อมสะกิดใจและญาณปัญญาของ
 บัณฑิต

การทรงอยู่ของชีวิตนั้นนิดเดียว
 ไม่สามารถเรียกได้ว่าครองโลก
 เพียงเรียกว่าผ่านมาแล้วก็ผ่านไป
 บัดเดียวใจก็แตกดับเปลี่ยนแปลง
 ความแก่เจ็บตายย่อมปรากฏแก่ญาณปัญญาบัณฑิต
 โลกนี้เป็นเพียงทางผ่านไม่สามารถครอบครองสิ่งใดได้
 เมื่อเกิดมาก็บ่ายหน้าไปสู่ความตาย
 ชีวิตคือความผ่านมาผ่านไปเกิดแล้วก็แตกดับ
 ไม่มีสิ่งใดควรยึดมั่นถือมั่น
 ไม่มีสิ่งใดควรเยอหยิ่งถือดี
 เมื่อมีปัญญาเห็นความเกิดดับก็จงอย่าประมาท
 จงชวนชวายสร้างบารมีเพื่อเป็นปัจจัยแก่พระนิพพาน
 ถ้าประมาทมัวเมาจะเดือดร้อนเสียใจในภายหลัง
 ชีวิตนี้น้อยนัก

บทที่ ๑๐๓

นักปราชญ์จะบอกกล่าวข้อดีของตนให้สังคมรู้
เพราะว่ายิ่งปกปิดเขาจะยิ่งอยากมาขุดคุ้ย
เปิดเผยออกมาให้รู้เลยดีกว่า
พวกชอบขุดคุ้ยจะหมดสนุก
แล้วจะยอมปล่อยให้ผ่านมือไปได้
การบอกกล่าวโทษของตัวเองก็คือการขอขมา
เป็นการแสดงออกถึงการสำนึกผิด
ปวงชนจะพร้อมให้อภัยแก่ผู้สำนึกผิด
ในทางตรงกันข้าม
คนทั้งหลายจะอยากนำของที่ปกปิดมาโพยพะนา
กุศลจิตที่พระพุทธเจ้าสั่งสอนมีคุณอันประเสริฐยิ่ง
ท่านทั้งหลายจงแผ่เมตตา ขอขมาให้อภัย
จงสำนึกในความผิดแล้วพร้อมยอมแก้ไข
ยิ่งจิตใจกว้างขวางยิ่งมีศรัทธาต่อกุศล
เห็นคุณในกุศลแม้เล็กน้อย เห็นโทษในอกุศลแม้เล็กน้อย
พร้อมยอมรับผิดแล้วคิดแก้ไขในสถานการณ์ทั้งปวง

บทที่ ๑๐๔

แม้ประสบผลสำเร็จที่น่าพอใจ
 ก็ไม่ควรตั้งอยู่ในความประมาท
 จงชวนชวายเสาะหาจุดบกพร่องของตนเองเสมอ
 เฟ่งโทษตนเองเพื่อแก้ไขพัฒนา
 อย่างนับความผิดของตนเพื่อนำไปกลุ่ม
 ผ้าสกปรกนั้นซักได้
 เห็นรอยเปื้อนจงชวนชวายขยี้ตรงที่นั้น
 อย่าเห็นรอยเปื้อนแล้วนั่งร้องไห้
 เมื่อเจอความผิดของตนแล้วให้แก้ไขทำคืน
 อย่าไปมัวนั่งกลุ่ม
 อย่างมองข้อดีของตนเอง
 จงมองแต่ข้อเสียแล้วแก้ไข
 เวลาซักผ้าอย่าดูที่สะอาด
 มองหารอยเปื้อนแล้วขยี้ให้สะอาด
 แม้ประสบผลสำเร็จก็อย่าเพลิดเพลिन
 จงเฟ่งโทษตัวเองแล้วชวนชวายแก้ไขพัฒนาในที่นั้น
 อย่าเสียเวลาไปนั่งนับข้อดีตัวเอง

บทที่ ๑๐๕

ตักน้ำใส่ตุ่มโดยไม่สนใจอุจรรู้ว่า

ระวังจะได้ไม่คุ้มเสีย

ให้ทานใหญ่โตแต่ไม่สนใจรักษาศีล

ระวังว่าความเจริญไม่คุ้มความเสื่อม

สนใจแขกแปลกหน้าแต่ไม่รักษามิตรภาพในญาติพี่น้อง

ระวังว่าความสัมพันธ์ใหม่ที่ฉาบฉวยไม่คุ้มบ้านแตก

ชอบสร้างภาพเอาหน้าแต่ไม่สร้างแก่นแท้ในใจตน

ระวังชื่อเสียงไม่สามารถกลบความไร้สมรรถภาพที่เป็นจริง

ตั้งอุดมการณ์สูงส่งแต่ไม่สนใจแก่นิสัยเสียของตน

ระวังว่าความชั่วในใจตนจะปิดกลบอุดมการณ์นั้นจนมีดมืด

ขวนขวายหาของมีค่ามาประดับกายแต่ไม่สร้างความดีประดับ
ใจ

ระวังว่าสังคมจะรังเกียจความเลวของเราจนไม่สนใจดูการแต่ง
กาย

หลงรักบำรุงบำเรอลูกเมียแต่ไม่สนใจตอบแทนบุญคุณพ่อแม่

ระวังว่าตอนเราแก่กรรมจะตามสนอง

หาแต่เงินทองข้าวของไม่สนใจสร้างบุญกุศลเพื่อเป็นเสบียง
กายหน้า

ระวังว่าตายแล้วต้องไปเป็นผีเปรตอดอยากไม่ได้กินข้าวกินน้ำ

สนใจแต่วัตถุไม่เคยสนใจธรรมะ

ระวังว่าชาติหน้าภพภูมิจะตกต่ำไปสู่อบายภูมิ

บทที่ ๑๐๖

การยอมละหลักการเพื่อไปเอาใจผู้อื่น

ใหม่ ๆ อาจดูเหมือนดี

แต่ภายหน้าต่อไปจะประสบปัญหานานับประการ

ถ้าเรารักษาหลักการให้มั่นคง

ใหม่ ๆ อาจถูกผู้เห็นแก่ตัวตำประณาม

แต่ภายหน้าต่อไปจะสร้างคุณค่าสร้างความน่าเชื่อถือแก่เรา
อย่างยิ่ง

สตรีที่ยอมละความเป็นกุลสตรีเพื่อโอนอ่อนผ่อนตามชาย

สตรีผู้นั้นจะเป็นที่ดูถูกเหยียดหยามว่าไร้ค่าไร้ราคา

แม้แต่ชายผู้ได้ประโยชน์ได้ความสนุกจากการนั้นก็ยิ่งดูถูก

ถ้าเรายืนยันในหลักการจึงจะมีค่า

ถ้าเรายืนยันในการรักษาสงวนความดีเขาจะมาถึงถึงที่

ถ้าเราโอนอ่อนผ่อนตามไปอย่างไร้หลักการจะกลายเป็นคนไร้
ค่า

เขาจะพาเราไปดูถูกเหยียดหยามอย่างไม่มีชั้นดี

ไร้หลักการมีความหมายเท่ากับไร้ค่าไร้ราคา

ศีลคือหลักการที่ประเสริฐที่สุดในหมู่หลักการทั้งหลาย

จงยืนยันในการรักษาศีลให้บริสุทธิ์แม้จะต้องประสบทุกข์เจียน
ตาย

ถ้าไร้ศีลจะไร้ค่าไร้ราคา

บทที่ ๑๐๗

จะดูคนให้ชัดแจ้งต้องดูที่เรื่องปลีกย่อย
แม้ตั้งใจมาหลอกลวงเราสิ่งปลีกย่อยจะแสดงธาตุแท้
มองที่สิ่งปลีกย่อยจะรู้ซึ่งนิสัยคน
เวลาตกใจจะแสดงออกกันบึ้ง
เวลาเพลอจะแสดงนิสัยจริง
ผู้ตั้งใจสร้างภาพจะกลบเกลื่อนในเรื่องใหญ่
เรื่องเล็กน้อยจะถูกทะเลย
ฉะนั้นบุคคลที่ทะเลยในเรื่องเล็กน้อยมักไม่ดีจริง
คนดีจริงจะจัดการเรียบร้อยแม้เรื่องปลีกย่อย
ถ้ามองคนเพียงหน้าจากจะโดนหลอก
ถ้ารีบด่วนตัดสินคนอาจผิดพลาดได้
จะดูคนต้องดูนานนาน
อย่ามองข้ามเรื่องปลีกย่อย
สิ่งปลีกย่อยจะแสดงธาตุแท้ออกมาให้เห็น
คนดีจริงจะดีเสมอต้นเสมอปลายแม้ในเรื่องเล็กน้อย
ถ้ามองแต่เรื่องใหญ่จะโดนหลอก

บทที่ ๑๐๘

บุคคลผู้ไม่รู้จริงจะหลุดจากลบเคลื่อน
 เมื่อถึงจุดสำคัญจะพุดจาเลียงไป
 ไม่รู้ทำอย่างไรจะแกล้งพุดตลก
 ถ้ายิ่งพุดออกมามากผู้อื่นก็จะยิ่งทราบว่ามีรู้อะไร
 ถ้าเราไม่เข้าใจเรื่องอะไรจงนิ่งไว้จะดีกว่า
 ยิ่งพุดมากจะยิ่งเสีย
 ยิ่งแสดงออกมากก็ยิ่งบอกคนอื่นว่าเราไม่รู้เรื่อง
 ถ้ายิ่งคุยโม้อวดก็จะเป็นที่ดูถูกเหยียดหยาม
 ถ้าไม่รู้ในเรื่องใดจงนิ่งและฟังดีกว่า
 ไม่ต้องใช้ปาก เปลี่ยนมาเป็นใช้หูให้มาก
 ถ้าไม่รู้เรื่องใดจงยอมรับว่าไม่รู้
 นั้นแลจะเป็นสาเหตุให้ฉลาดขึ้นได้บ้าง
 คนที่ยอมรับว่าตนเองโง่นั้นแลจะเป็นหนทางฉลาด
 ถ้าโง่แล้วอวดฉลาดจะมีแต่เสียหาย
 ถ้ายิ่งฝืนคุยโม้อวดก็จะเป็นประจานตัวเอง
 คนทั้งหลายจะรู้ว่าเราโง่

บทที่ ๑๐๙

สิ่งทั้งหลายในโลกไม่เที่ยงแท้แน่นอน
ถ้าเข้าใจว่าอะไรเที่ยงสักอย่างเดียวจะเดือดร้อน
สิ่งที่ยังไม่แตกนั้นแลกำลังแตก
สิ่งที่ยังไม่ดับนั้นแลกำลังดับ
สังขารนั้นหมายถึงยึดถือไว้ไม่ได้
ยึดไว้มากยิ่งก่อให้เกิดความทุกข์เข็ญใหญ่
จะต้องคร่ำครวญหวนให้เมื่อสิ่งนั้นแปรปรวนเปลี่ยนแปลง
ทุกข์ยากใด ๆ ล้วนเกิดจากความยึดมั่นถือมั่น
ยึดมั่นในสังขารที่ต้องแตกดับ
ยึดมั่นในของรักที่ต้องพลัดพรากจากกันไป
ยึดมั่นในชีวิตที่ต้องสิ้นสูญ
ยึดมั่นในสมบัติที่ต้องทิ้งไว้ในโลก
การยึดมั่นเป็นการกระทำที่ฝืนสังขารความจริง
บัณฑิตซึ่งรู้แจ้งในสังขารย่อมชวนชวายปล่อยวาง
ยึดมากก็ทุกข์มาก ปล่อยวางได้นั้นดีกว่า
แบกหนัก วางเบา ไม่ยึดมั่นสบาย

บทที่ ๑๑๐

ปัญญาไม่ใช่บารมีตัวสุดท้าย
 ต่อจากปัญญาจะมีวิริยะความเพียรและขันติความอดทน
 รู้ดีแค่ไหนถ้าไม่มีความเพียรงานก็ไม่ก่อเกิด
 ถ้ามีความเพียรแต่ไม่อดทนงานก็ไม่สำเร็จ
 ความเพียรและความอดทนนั้นสำคัญมาก
 เพราะเป็นแรงผลักดันให้ปัญญาออกมาเป็นผลงาน
 ปัญญานั้นเหมือนการรู้ทิศทาง
 ความเพียรนั้นเป็นแรงขับเคลื่อน
 ความอดทนนั้นคือการบำรุงรักษาเครื่องยนต์
 ผู้ที่มีปัญญาอย่างเดียวคือคนอาภัพ
 ถึงรอบรู้แต่ก็ทำอะไรไม่สำเร็จ
 ท่านผู้ใฝ่เจริญจงสร้างวิริยะขันติให้เกิดในใจ
 จะเป็นกำลังยิ่งใหญ่ให้การทำงานสำเร็จผล
 อย่าขี้เกียจ อย่าเปราะบางไม่รู้จักอดทนอดกลั้น
 มิเช่นนั้นจะกลายเป็นผู้อาภัพอับวาสนา

บทที่ ๑๑๑

บุคคลผู้จิตใจกว้างขวางจะมองต่างจากคนทั่วไป
จะมองคนทั้งหลายด้วยจิตเมตตาเสมอ
มองในแง่ดีไม่คอยจับผิดผู้อื่น
พร้อมในการให้อภัยมากกว่าคนธรรมดา
ยอมรับว่าโลกนี้บกพร่อง
ไม่กะเกณฑ์ให้สิ่งทั้งปวงสมบูรณ์แบบเพื่อตน
ไม่โกรธเวลาถูกขัดใจขัดแย้ง
ถูกหักหลังทรยศก็ถือว่าเป็นการเรียนรู้
ไม่เศร้าเสียใจในสิ่งที่ผิดคาดหมาย
ยอมรับได้กับการลบหลู่ดูหมิ่นดูถูกเหยียดหยาม
แม้รู้ทันในกลมாயาของผู้อื่นก็ไม่กล่าวเปิดโปงให้อาย
ยอมรับได้กับถ้อยคำวิจารณ์เสียดสี
ไม่ถือว่าตัวเองสำคัญที่สุด
ยอมให้คนอื่นเด่นกว่าได้อย่างพลอยยินดี
เมื่อมองโลกด้วยจิตใจกว้างขวางความทุกข์จะน้อย
สุขภาพจิตจะดีมีความสุขใจอิ่มเอิบเบิกบาน

บทที่ ๑๑๒

ความคิดร้ายต่อผู้อื่นนั้นจะทำร้ายตัวเราเองเป็นอันดับแรก
 ของเลวร้ายนั้นตั้งอยู่ที่ใดที่นั้นจะเดือดร้อน
 ถ้าหากความคิดเลวร้ายตั้งขึ้นมาที่ใจเรา
 ใจจะถึงความเจริญสุขได้อย่างไรเล่า
 ของเหม็นตั้งอยู่ที่ใดที่นั้นจะเหม็นคลุ้ง
 ถ้าความคิดที่เหม็นคลุ้งตั้งขึ้นในใจเรา
 ใจเราย่อมเหม็นคละคลุ้ง
 อย่าให้ของสกปรกโสโครกตั้งขึ้นในใจตน
 ถ้าใจมีของโสโครกจะสดชื่นได้หรือ
 ธรรมะของพระพุทธเจ้าโน้มไปในการไม่เบียดเบียน
 นั่นคือการล้างสิ่งโสโครก
 อย่างรักษาแต่ความสะอาดของร่างกาย
 ใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว
 ใจนั้นสำคัญมากนัก



บทที่ ๑๑๓

เมื่อเป็นผู้ให้จงเป็นอย่างมีเกียรติ
ให้โดยไม่หวังการตอบแทนจากผู้รับ
ให้โดยไม่คิดทวงบุญคุณ
เมื่อเป็นผู้รับจงเป็นอย่างมีศักดิ์ศรี
รับโดยไม่ทำผู้ให้เดือดร้อน
รับอย่างรู้จักพอ
รับโดยรู้สำนึกในบุญคุณท่านผู้ให้
รับอย่างกตัญญูกตเวทีหาโอกาสตอบแทนบุญคุณผู้ให้
จงเป็นผู้ให้ที่ยิ่งใหญ่
ปรารถนาช่วยเหลือเกื้อกูลด้วยเมตตาที่ไม่มีประมาณ
ปรารถนาสละเพื่อยังประโยชน์และสันติสุขแก่มวลชน
ปรารถนาให้สรรพสัตว์ทั้งปวงเป็นสุข
เป็นผู้รับเป็นง่ายแต่มีค่าน้อย
เป็นผู้ให้เป็นยากแต่มีคุณค่าที่ยิ่งใหญ่
เมื่อเป็นผู้ให้จงให้อย่างมีเกียรติ
เมื่อเป็นผู้รับจงรับอย่างมีศักดิ์ศรี

บทที่ ๑๑๔

ไม่ว่าความสามารถสูงเพียงใด
 ถ้านิสัยเสียจะไม่มีใครคบ
 ไม่ว่าเก่งกล้าเพียงใด
 ถ้าเป็นคนชั่วจะไม่มีใครนับถือ
 ไม่ว่าจะมีความดีเด่นมากมายเพียงใด
 ถ้าไม่มีความดีจะกลายเป็นไร้ค่า
 ความดีนั้นเหมือนเกลือ
 แทรกเข้าไปเพื่อให้สิ่งนั้นไม่เน่า
 ถ้าไม่มีความดีจะเป็นแหล่งกำเนิดหนอน
 ถ้าไร้ความดีถึงเก่งแค่ไหนจะกลายเป็นไร้ค่า
 จงชวนชววยสร้างความคิดดีเพื่อเพิ่มคุณค่าให้ชีวิต
 ความดีจะเพิ่มค่าให้แก่ตนเอง
 ท้ายที่สุดผู้มีความสามารถในการสร้างความคิดดีจะชนะ
 ความดีมีค่าเหนือความสามารถ
 บุญกุศลมีค่าเหนืออำนาจวาสนา

บทที่ ๑๑๕

ผู้มีความฉลาดจะตั้งตนอยู่ในจุดที่ไม่พลาดท่า
พึงรักษาตนเองให้มั่นคง ป้องกันภัยที่ไม่คาดหมาย
รักษาตนให้ชอบ เว้นช่องทางที่เภทภัยจะเข้ามาได้
ผู้มีปัญญาจะรักษาตนให้ปลอดภัยตั้งแต่ภัยยังไม่เกิด
จงรู้จักรับผิดชอบร่วมกับผู้อื่น
รับผิดชอบร่วมกับผู้อื่นจะได้พวกพ้องที่แนบแน่น
จงหลีกเลี่ยงการรับความดีความชอบร่วมกับผู้อื่น
รับความชอบร่วมกับผู้อื่นจะได้ผู้อัจฉาผู้เฟื่องโทษและศัตรู
จงรู้จักร่วมทุกข์กับผู้อื่น
ร่วมทุกข์ด้วยจะได้พวกพ้องที่จริงใจ
จงหลีกเลี่ยงการร่วมสุขกับผู้อื่น
ร่วมสุขกับผู้อื่นจะได้ความรังเกียจความกีดกันความดูถูก
สิ่งใดที่ไม่สมควรเป็นของเราจงอย่ารับเอา
สิ่งใดที่สมควรเป็นของเราจงอย่ารับเต็มที
เสียสละแจกจ่ายให้แก่ผู้อื่นบ้าง
ทำเช่นนี้อยู่เสมอจะไร้ศัตรู
จะมีพวกพ้องช่วยป้องกันภัย
ชื่อว่ารักษาตนให้ปลอดภัยตั้งแต่ภัยยังไม่เกิด

บทที่ ๑๑๖

เมื่อบุคคลกำลังเดินหลงทาง
 ถ้ามีผู้มาบอกกล่าวชี้แนะทางที่ถูกต้องให้
 การบอกกล่าวนั้นมีคุณค่าที่ยิ่งใหญ่
 การกล่าววาจาสุภาสิตนั้นมีค่ามหาศาล
 เป็นการชี้เส้นทางอันประเสริฐ
 วาจาอันประกอบด้วยธรรมที่ออกมาจากปากผู้ใด
 มีคุณค่าอันยิ่งใหญ่แก่ผู้ได้ฟัง
 เทวดาทิ้งหลายย่อมอนุโมทนาในถ้อยคำสุภาสิต
 เพราะถ้อยคำสุภาสิตย่อมชี้นำไปสู่สวรรค์นิพพาน
 ลายแทงที่นำไปสู่ขุมทรัพย์นั้นมีค่ามาก
 ถ้อยคำที่ไร้แก่นสารถึงมีदनตรีประกอบก็ไร้ค่า
 ถึงให้คนเสียงไฟเพราะที่สุดมากล่าวก็ไร้สาระอยู่ดี
 บัณฑิตย่อมชวนชวายกล่าวถ้อยคำสุภาสิต
 ถ้อยคำสุภาสิตนั้นมีค่ายิ่งใหญ่
 การกล่าว เขียน เผยแพร่ถ้อยคำสุภาสิตนั้นเป็นบุญมหาศาล

บทที่ ๑๑๗

คนเรานั้นเกิดมาหลายภพชาติ
สะสมนิสัยเก่าหลายหลากอยู่กันบึ้งของใจ
เป็นฝ่ายดีบ้างเสียบ้างคละเคล้ากันไป
ไม่มีใครมีแต่ดีอย่างเดียว
ไม่มีใครมีแต่ชั่วอย่างเดียว
สิ่งดีที่เคยมีมาแล้วพยายามรักษาทำให้เจริญขึ้น
สิ่งชั่วที่เคยมีพยายามแก้ไขตัดรอนหรือถอนออก
ถึงทำยากก็ต้องทำ
คุณค่าที่ได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนาคือได้พัฒนาตน
ถ้าไม่ได้แก้ไขสิ่งผิดจะไร้ค่า
ถ้าไม่ได้เพิ่มพูนความดีจะไร้ค่า
ถ้าโง่งเท่าเดิมเลวเท่าเดิมจะไร้ค่า
จะเกิดมาเสียชาติเกิด
ชีวิตต้องดีขึ้นอย่าเลวลง
จงละชั่วประพฤติดีสร้างบารมีอย่าย่อท้อ
ทางเดินร้อยลี้เริ่มจากก้าวก้าวเดียว

บทที่ ๑๑๘

ในรถยนต์คันหนึ่งย่อมมีทั้งคันเร่งมีทั้งเบรก
 เมื่อเวลาสมควรเหยียบคันเร่งต้องเหยียบคันเร่ง
 เมื่อเวลาสมควรเหยียบเบรกต้องเหยียบเบรก
 ถ้าเหยียบผิดเวลาจะเดือดร้อน
 ชีวิตคนก็เหมือนกัน
 ควรเร่งก็เร่ง ควรหยุดก็หยุด
 ถ้าเร่งอย่างเดียวไม่รู้จักหยุดจะเดือดร้อน
 ถ้าหยุดอย่างเดียวไม่รู้จักเร่งจะกลายเป็นท่อนไม้
 ใช้ปัญญาจัดการให้ถูกต้องในกาลเทศะอันสมควร
 ด่วนในกาลที่ควรด่วน
 ช้าในกาลที่ควรช้า
 หยุดนิ่งในกาลที่ควรหยุดหนึ่ง
 เมื่อถึงเวลาควรหยุดให้หยุดนิ่งเหมือนก้อนหินท่อนไม้
 อย่างวันไหว้ต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้น
 ถ้าบุคคลไม่รู้จักหยุดพอในโอกาสที่ควรหยุดพอ
 จะทำให้กระบวนการในการก้าวไปข้างหน้ามีปัญหา
 ควรหยุดต้องหยุด ควรพอต้องพอ
 วางแผนงานอะไรก็ตามอย่าทิ้งตัวหยุดตัวพอ

บทที่ ๑๑๙

คำพูดนั้นออกจากใจมาสู่ปาก
คำพูดที่ดีย่อมทำให้ใจหอมปากหอม
คำพูดที่ไม่ดีย่อมทำให้ใจเหม็นปากเหม็น
คนเราฝึกอะไรก็เป็นได้ไม่ยาก
ฝึกหัดอะไรถ้าตั้งใจจะเป็นทั้งสิ้น
ฝึกพูดดีย่อมลิขิตชีวิตของตนให้เจริญรุ่งเรือง
ฝึกพูดร้ายย่อมลิขิตชีวิตของตนให้เสื่อมตกอับ
การพูดร้ายคือวจีทุจริตมี ๔ ประการ
พูดปดมดเท็จหลอกลวงปลิ้นปล้อน
พูดส่อเสียดยุยงให้คนแตกความสามัคคีทะเลาะวิวาทกัน
พูดคำหยาบคายด่าว่าให้เจ็บช้ำน้ำใจ
พูดเพื่อเจ้อสงเดชหาแก่นสารใจความไม่ได้
วจีทุจริตทั้ง ๔ อย่างนี้บัณฑิตพึงละเสีย
เคยติดนิสัยมาแต่กาลใดก็ต้องแก้ไขให้ได้
คำพูดชั่วจะทำร้ายทำลายตน
คำพูดดีนั้นมีคุณหาประมาณมิได้

บทที่ ๑๒๐

ฐานรากที่จะรักษาความมั่นคงให้ชีวิตมนุษย์คือความดี
 เพราะว่าการชั่วเป็นเครื่องกัดกร่อน
 ความชั่วอยู่ที่ใดย่อมทำร้ายทำลายที่นั่น
 ที่ใดพอกพูนความชั่วจะเหมือนระเบิดลง
 จะเสียหายถูกทำลายสูญสิ้นทุกสิ่ง
 อย่าเพียงป้องกันภัยจากภายนอก
 ความชั่วนั้นทำร้ายทำลายคนออกมาจากภายใน
 กำแพงใหญ่ก็ไร้ค่าถ้าศัตรูอยู่ในบ้าน
 ความชั่วตั้งขึ้นที่ใจผู้ใดก็จะทำลายผู้นั้นอย่างแสนสาหัส
 ผู้มีปัญญามากในโลกล้วนชวนชวายุไฟดี
 ความดีคือเครื่องป้องกันความเสื่อม
 ความดีประดุจเกลือรักษาเนื้อหัวใจ
 รักษาใจไม่ให้เน่าด้วยความดี
 ชีวิตพังไม่มีขึ้นดีเพราะความชั่ว



บทที่ ๑๒๑

เมื่อมนุษย์เกิดขึ้นมาในโลก
ความจำเป็นที่จะต้องนำอาหารเข้าสู่ร่างกายนั้นเป็นธรรมดา
มนุษย์ทุกคนจำเป็นต้องรับอาหารเข้าบำรุงเลี้ยงร่างกาย
ธรรมะนั้นคืออาหารบำรุงใจ
จิตใจจะสมบูรณ์ได้จำเป็นจะต้องมีอาหารบำรุง
ผู้ไร้ธรรมะจิตใจจะโหยหิวกระหาย
จะทรมันทรมายากแสนเข็ญ
จะต้องอยู่ในโลกอย่างเดือดร้อน
มนุษย์ในโลกจำนวนมากไม่เห็นคุณค่าของอาหารใจ
นั้นเพราะไร้ปัญญา
คนไม่ฉลาดจึงทำให้ตนเองอดอยากหิวโหย
คนไร้อาหารกายจะสิ้นแรงจนตาย
คนไร้อาหารใจจะสิ้นความดีจนไปสู่อบายภูมิ
แม้ยังอยู่ในโลกก็หาความสุขไม่ได้
ธรรมะนั้นจำเป็นต่อมนุษย์อย่างยิ่งขาดไม่ได้
ใครคิดว่าธรรมะไม่สำคัญนั้นเพราะไร้ปัญญา
ไปพบพลอยย่อมเห็นว่าไร้ค่า

บทที่ ๑๒๒

การทำหน้าที่นั้นให้ถือน้ำที่เป็นใหญ่
 อย่าเอาความชอบความชังเป็นใหญ่
 อย่าให้อารมณ์เป็นใหญ่
 อย่าให้ความอยากเป็นใหญ่
 จงทำหน้าที่เพื่อหน้าที่ผลจึงจะออกมาสมบูรณ์
 ถ้าอยากทำก็ทำ ไม่อยากทำก็เลิก
 ถ้าอารมณ์ดีก็ทำ อารมณ์ไม่ดีก็เลิก
 อย่งนี้การงานจะสำเร็จด้วยดีได้อย่างไร
 จงทำตามหน้าที่ อย่าทำด้วยความอยาก
 ปล่อยให้ความอยากเป็นใหญ่ในชีวิตจะเดือดร้อน
 จะทำอะไรไม่สำเร็จ
 จะไม่มีใครไวใจ
 จงทำหน้าที่ตามหน้าที่ด้วยความเพียรและอดทน
 ผลสำเร็จจะออกมาเอง
 งานใหญ่แค่ไหนสำเร็จได้ด้วยความเพียรและอดทน
 จงถือน้ำที่เป็นสำคัญ
 อย่าถือน้ำเป็นสำคัญ

บทที่ ๑๒๓

ยิ่งคอยนั่งจับผิดผู้อื่นจะยิ่งทำให้กิเลสหนา
ผู้ปฏิบัติธรรมไม่มีหน้าที่คอยจับผิดผู้อื่น
แต่มีหน้าที่จับผิดตัวเอง
จับผิดตัวเองเพื่อแก้ไขให้ดีขึ้น
การฝึกจิตเหมือนกับการพายเรือทวนน้ำ
ถ้าเฉื่อยชาเชื่องช้าจะถอยหลังกลับที่เก่า
หน้าที่ของเราคือการพายเรือของเราเอง
ไม่ใช่การพายเรือคนอื่น
จงเข้มงวดต่อตนเองผ่อนปรนต่อผู้อื่น
ธรรมะจึงจะเจริญก้าวหน้า
ถ้าปล่อยปละละเลยตนเองคอยแต่จับผิดเพ่งโทษผู้อื่น
ธรรมะในใจเราจะฝ่อเหี่ยวแห้งตาย
อย่าคิดว่าเราดีแล้ว
ความดีอยู่ที่การพัฒนาแก้ไขตนเองอยู่เสมอ
ไม่ใช่อาบน้ำครั้งเดียวแล้วหายเห็บเหาไปตลอดชีวิต
ต้องทำความดีแก้ไขพัฒนาให้เป็นกิจวัตร
จึงจะเป็นที่พึงแก่ตนได้
จงเพ่งโทษตนเพื่อแก้ไขพัฒนาอยู่เสมอ

บทที่ ๑๒๔

อย่าคิดแต่จะไปจัดระเบียบโลก
 ความดีทั้งหลายต้องเริ่มต้นที่เราเอง
 จงจัดระเบียบตัวเองก่อนเป็นอันดับแรก
 เขาร้ายมาเราต้องดีไป
 เขาหลอกลวงมาเราต้องซื่อตรงไป
 เขาโหดมาเราต้องเมตตาไป
 เขาเห็นแก่ตัวมาเราต้องโอบอ้อมอารีไป
 ความดีนั้นจงอย่าเกี่ยงให้คนอื่นทำก่อน
 ผู้ที่เกี่ยงให้คนอื่นทำความดีก่อนคือคนชั่ว
 คนดีคือผู้จะจงทำเรื่องดี
 ไม่ว่าสถานการณ์เปลี่ยนแปลงไปอย่างไรก็ไม่ท้อ
 จงชนะคนชั่วด้วยการทำความดี
 จงชนะคนตระหนี่ด้วยการให้
 ถ้ากัดตออบหมาจะกลายเป็นสุนัข
 จงรักษาความดีเหมือนเกลือรักษาความเค็ม
 สถานการณ์เปลี่ยนแปลงไปอย่างไรใจก็ไม่เปลี่ยน

บทที่ ๑๒๕

ในวันแต่ดร้อน

บุคคลย่อมแสวงหาร่มเงา

ในโลกที่แก่งแย่งชิงดีกัน

บุคคลย่อมแสวงหาความเมตตากรุณา

ความเมตตากรุณาย่อมแผ่ความร่มเย็นเป็นสุข

การเบียดเบียนต่อกันนำมาซึ่งทุกข์ร้อน

การแก่งแย่งชิงดีนำมาซึ่งความกระวนกระวาย

มนุษย์นั้นมิได้ต้องการเพียงแค่ปัจจัยสี่

ย่อมต้องการร่มเงาให้จิตใจได้พักอาศัย

ความซื่อสัตย์จริงใจย่อมนำความชุ่มเย็นมาให้

ความเมตตาอารีต่อกันนำมาซึ่งความสดชื่นรื่นเริง

ที่ใดไร้ซึ่งคุณธรรมที่นั้นไม่นานอยู่

จงเผยแผ่คุณธรรมให้บังเกิดบนหัวใจชาวโลก

การเผยแผ่ธรรมเป็นทานทำให้โลกสงบสุข

การเผยแผ่ธรรมเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าภาคภูมิใจ

เป็นต้นเหตุให้โลกร่มเย็นเป็นสุข

บทที่ ๑๒๖

ในการตัดต้นไม้

ขวานที่จะใช้ตัดต้องคม

แต่แรงกดกระแทกคมขวานก็สำคัญ

ถ้าไร้เรี่ยวแรงคมขวานจะไม่เจาะลึกเข้าไป

ปัญญาเป็นคมของขวาน

กำลังใจเป็นแรงที่ใช้ฟันต้นไม้

มีปัญญาอย่างเดียวทำงานไม่สำเร็จผล

จะต้องมีกำลังใจเป็นเรี่ยวแรงสำคัญ

ความพากเพียรไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค

ความอดทนไม่หวั่นไหวต่อสิ่งกีดขวาง

กำลังใจมุ่งมั่นที่จะก้าวหน้าไปในทางธรรม

ความมั่นคงไม่ล้มเลิกในจุดมุ่งหมายอันประเสริฐ

ความจริงจังจริงใจไม่เหลวไหล

ความก้าวหน้าทางธรรมจะเกิดขึ้นได้

ต้องมีกำลังใจใฝ่ต่อการฝึกฝนตน

ล้มลงไปต้องลุกขึ้นใหม่มาสู้

พลาดพลั้งหลายหนก็อย่ากลัว

ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น

บทที่ ๑๒๗

ความแข็งแกร่งนั้นใช้เป็นเครื่องมือทำลายล้างได้
แต่ไม่สามารถใช้เป็นเครื่องมือก่อสร้าง
ผู้ที่มีอุปนิสัยแข็งแกร่ง
จะไม่สามารถสืบสานงานได้อย่างราบรื่น
ยิ่งไม่สามารถใช้ในการบำรุงรักษาได้
ผู้ทำงานใหญ่ๆ นั้นจะมีบุคลิกอ่อนน้อมถ่อมตน
สามารถยืดหยุ่นพร้อมรับฟังความเห็นผู้อื่น
ผู้นำที่ดีควรเป็นที่รวมความคิดดี ๆ มาจากกลุ่มชน
ผู้นำที่ดีไม่จำเป็นต้องฉลาด
แต่ผู้นำที่ดีต้องรู้จักใช้งานคนฉลาด
ถ้าถือความคิดตัวเองเป็นใหญ่จะไม่มีโอกาสใช้ปัญญามวลชน
มหาสมุทรนั้นอยู่ที่ต่ำ
จึงเป็นแหล่งรวมของน้ำที่หลากหลาย
ตาน้ำบนเขานั้นอยู่ที่สูง
น้ำที่มีอยู่จึงไหลไปที่อื่น
อ่อนน้อมจะมีคุณประโยชน์ใหญ่
แข็งแกร่งจะไม่เหลืออะไร

บทที่ ๑๒๘

จงทำหน้าที่สมบูรณ์ต่อเบื้องบน เบื้องกลาง เบื้องล่าง
 เบื้องบนคือผู้ที่ใหญ่กว่าเราต้องให้ความเคารพ
 เบื้องกลางคือผู้ที่เสมอเราต้องให้ความโอบอ้อมอารี
 เบื้องล่างคือผู้ที่ต่ำกว่าเราจงเมตตาปราณีช่วยเหลือเกื้อหนุน
 ถ้าทำหน้าที่สมบูรณ์ทั้งสามด้านชีวิตจะมั่นคง
 จะมีที่หลบเร้นภัย จะมีที่อาศัย จะมีที่ยั่งยืน
 บัณฑิตย่อมทำหน้าที่อย่างสมบูรณ์โดยธรรมต่อผู้เกี่ยวข้อง
 หน้าที่ที่สมบูรณ์นั้นแลจะเป็นที่พึงพาอาศัยได้
 ผู้ปฏิเสธการทำหน้าที่จะทำให้ชีวิตมีปัญหา
 ผู้ทำหน้าที่ด้วยความเบื่อหน่ายจะทำให้ชีวิตไร้ประสิทธิภาพ
 จงตั้งใจทำงานของตนอย่างเต็มเปี่ยมด้วยกำลังใจ
 การทำงานอย่างไม่เต็มใจจะกลายเป็นคนไม่เต็มคน
 สิ่งใดที่พูดออกมายังสมควรทำให้ได้
 คำพูดอย่างเดี๋ยวนั้นไม่ศักดิ์สิทธิ์
 การกระทำนั้นแหละที่ทำให้คำพูดศักดิ์สิทธิ์
 จงทำให้จริงแล้วจะได้ของจริง
 ทำหน้าที่ให้สมบูรณ์แล้วชีวิตจะสมบูรณ์

บทที่ ๑๒๙

วิ่งมาก็ช่างเหนื่อยนัก
หยุดพักเสียที
ความอยากนี้ยอมขับให้เราวิ่งไม่จบ
พอได้อะไรมาก็เบื่อแล้ว
อยากได้ออย่างอื่นใหม่อีก
ถ้าละความอยากเสียได้จะสบายอุรา
ไม่ต้องโหยหิวกระหาย
ไม่ต้องเป็นขี้ข้าความอยาก
รู้จักหยุดพอสันโดษมักน้อยบ้างดีกว่า
รู้จักขัดเกลาตนบ้างดีกว่า
แสวงหาแต่พอประมาณใช้เฉพาะเท่าที่จำเป็น
วิ่งตามความอยากก็เหมือนวิ่งควาเงา
เหน็ดเหนื่อยแต่ไร้ค่า
ดื่มน้ำทะเลแก้กระหายก็มีแต่กระหายยิ่งขึ้น
จงรู้จักชีวิตที่หยุดพอเสียบ้างจะเจอความเบาสบาย
ไม่หิวโหยกระหายเหมือนชีวิตที่คอยตอบสนองตัณหา

บทที่ ๑๓๐

ความละโมภโลกมากไม่รู้จักพอนั้นแลคือความจน
 ความโลภทำให้หิวกระหายไม่จบสิ้น
 ผู้หิวกระหายจะรวยได้อย่างไร
 คนโลกมีสมบัติเท่าไรก็ยังไม่สมหวังในชีวิต
 ผู้ไม่สมหวังในชีวิตจะรวยได้อย่างไร
 คนโลกได้เท่าไรก็ยังไม่พอ
 ผู้ยังไม่พอจะรวยได้อย่างไร
 คนโลกมีเท่าไรก็ยังต้องการได้อีก
 ผู้ยังต้องการได้อีกจะรวยได้อย่างไร
 ผู้ที่ดูความรวยความจนที่สมบัติภายนอกชื่อว่าดูไม่ลึกซึ้ง
 ดูให้จริงต้องดูไปถึงจิตใจ
 ใจอึดก็รวย ใจหิวก็จน
 อย่าวัดความรวยความจนที่วัตถุข้าวของ
 คนจนที่สุดคือคนใจแคบ
 คนอดอยากที่สุดคือคนไม่รู้จักความพอ
 คนสิ้นไร้ไม้ตอกคือคนทรยศคดโกง

บทที่ ๑๓๑

ธรรมแท้จริงนั้นคือภาษาใจ

ไม่ใช่ภาษาหนังสือ

รสชาติของธรรมคือการนำไปปฏิบัติ

เมื่อนำไปปฏิบัติแล้วจะสัมผัสผลขึ้นที่ใจ

ความสุขสบายจากผลการปฏิบัติธรรมนั้นสุขสงบเย็น

เป็นสุขที่มีรสชาติประเสริฐ

ผู้นำธรรมไปปฏิบัติให้เข้าถึงเท่านั้นที่จะได้เสพรสชาตินี้

ผู้เรียนธรรมเพียงการอ่านเขียนท่องจำย่อมไม่รู้รส

การเรียนธรรมต้องนำมาฝึกฝนให้ลงสู่ใจ

ต้องนำมาปฏิบัติด้วยความเคารพในโอวาทศาสตร์

ธรรมแท้จริงนำไปสู่การสละ

ไม่นำไปสู่การยึดมั่นถือมั่น

รสชาติของธรรมคือรสชาติของการสละ

ย่อมปลอดโปร่งว่างเบารมเย็นเป็นสันติสุข



บทที่ ๑๓๒

เมื่อจิตใจโหดร้าย

โลกทั้งโลกจะปรากฏเป็นดั่งศัตรูคู่แค้น

ต้องหวาดระแวงกับทุกสิ่งรอบตัว

แม้นอนหลับพักผ่อนยังต้องหวาดสะดุ้ง

นอนอยู่ในปราสาทก็เหมือนนรก

กรรมสนองให้ผลชัดเจนตั้งแต่ชาติปัจจุบัน

ผู้คิดร้ายย่อมเปลี่ยนสภาพจิตใจตนเอง

เปลี่ยนจิตตัวเองให้ย่าแยงเรื่อย

คิดปรารถนาจะทำร้ายผู้อื่นความคิดนี้ก็มาทำร้ายใจตัวเอง

คิดให้ร้ายผู้อื่นนั่นคือให้ร้ายตัวเอง

คิดทำลายผู้อื่นนั่นคือทำลายตัวเอง

เมื่อจิตใจโหดร้ายก็หาความสุขใจไม่ได้

จงแก้จิตโหดร้ายคิดเบียดเบียนผู้อื่นให้ได้

จงรู้จักการอโหสิ เมตตา อภัย

เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร

อดกลั้นดีกว่าอาละวาดออกมา

บทที่ ๑๓๓

แม่น้ำโตเสมอตันทหาความอยากย่อมนไม่มี
แม่น้ำสายใหญ่ยามน้ำหลากมายังรู้จักเต็ม
แม่น้ำคือความอยากในใจถมเท่าไรไม่เคยเต็ม
ผู้คิดถมความอยากด้วยการตอบสนองความอยากนั้นไม่ได้
ยิ่งตอบสนอง ความอยากก็ยิ่งเพิ่มพูน
จงรู้จักลดละขั้ดเกลาจิต
จงมีขอบเขตในการบำรุงบำเรอตน
บำเรอตนเกินประมาณจะมีปัญหาใหญ่
ตามใจตัวเองเกินไปจะกลายเป็นความเดือดร้อน
จงรู้จักประมาณ
จงเสพแต่พอดี
ลดละบ้างจะเจอสมดุลชีวิต
ทะยานอยากมาพร้อมกับปัญหานานับประการ
จงมีขอบเขต จะช่วยคลี่คลายปัญหาได้
ฝึกสละความอยากอยู่เสมอ จะพบชีวิตปลอดโปร่ง
อย่าคิดแต่ตอบสนองตันทหา เพราะมันไม่รู้จักพอ

บทที่ ๑๓๔

ทะเลรองรับแม่น้ำร้อยสายจึงยิ่งใหญ่
 จรุงจักถ่อมตนลงน้อมรับโอวาทจากนักปราชญ์ทั้งหลาย
 รุ่งจักถ่อมตนน้อมรับจึงมีญาณปัญญากว้างขวางยิ่งใหญ่
 เยอหยิ่งถือดีถืออำนาจคือการสงวนรักษาความโง่
 อยากเจริญต้องน้อมรับการขัดเกลาด้วยความเคารพ
 อยากได้ดีต้องน้อมรับการฝึกฝนด้วยความอดทน
 อยากรุ่งเรืองต้องยินดีรับคำกระหนาบจากครูบาอาจารย์
 ไม่มีใครตีมาตั้งแต่ท้องพ่อท้องแม่
 จะได้ดีเจตีสวรรคตได้ด้วยการศึกษาเรียนรู้ฝึกฝน
 รับโอวาทใดก็ไม่สู้รับโอวาทธรรม
 ไม่มีอะไรขัดเกลาจิตมนุษย์ได้ดียิ่งกว่าธรรม
 ฝึกฝนอะไรก็ไม่สู้การฝึกฝนปฏิบัติธรรม
 รับคำกระหนาบจากใครก็ไม่สู้รับจากครูบาอาจารย์ทางธรรม
 โอกาสที่ได้มาประสบพบธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นโอกาส
 ประเสริฐ
 พระธรรมจะสามารถเป็นที่พึ่งที่แท้จริงแก่ชีวิต
 ผู้ใดไร้ธรรมจะเป็นทุกข์แสนเข็ญหาความสุขไม่ได้
 มีชีวิตอันประเสริฐต้องดำรงชีวิตโดยธรรม
 พระธรรมเป็นที่พึ่งอันประเสริฐยิ่ง

บทที่ ๑๓๕

ทำอะไรต้องรู้จักพอเพียง

มากมายเกินไปจะกลับเป็นพิษ

การแสวงหาความเหมาะสมวาทกรรมเรียกว่าที่สัปปายะ

ที่สัปปายะคือไม่มากเกินไปไม่น้อยเกินไป

สามารถนำมาใช้เพื่อแก้ไขจุดอ่อนของตนได้

คนแต่ละคนนั้นมีจุดอ่อนกันคนละเรื่อง

สิ่งสัปปายะคือสิ่งที่มาช่วยแก้ไขจุดอ่อนให้เรา

เพื่อมาช่วยเหลือให้เราแก้ไขนิสัยเสียของตัวเอง

ถ้าอยู่ที่ไหนใช้ของสิ่งใดหรือคบคนชนิดใดแล้วนิสัยเสียยิ่งขึ้น

ที่นั้นของนั้นคนนั้นควรเว้น

ถ้าเกี่ยวข้องกับที่ใดของใดคนใดแล้วนิสัยเสียเราลดลง

ควรเข้าไปใกล้ที่นั้นของนั้นคนนั้นให้มาก

แม้ถูกไล่หนีก็น่าควรหน้าด่านอยู่ไม่ควรรีบด่วนจากไป

สิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือกัลยาณมิตรมิตรดีเพื่อนดี

บุคคลใดที่สามารถสอนธรรมเป็นตัวอย่างแนะนำเราได้

ควรเข้าไปหาท่านบ่อย ๆ แสดงความเคารพท่านประดุจบิดา

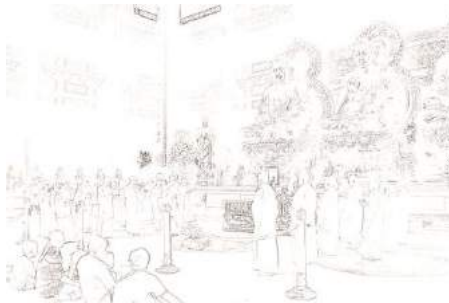
มารดา

แม้ถูกไล่เตะเปิดก็ควรหน้าด่านอยู่ไม่ควรรีบด่วนจากไป

กัลยาณมิตรนั้นหายาก จงเคารพเทิดทูนบูชาท่าน

บทที่ ๑๓๖

รสชาติของกามนั้นท่านเปรียบเหมือนสุนัขแทะกระดูก
 เข้าใจว่าได้รับรสชาติอันน่าเคลิบเคลิ้ม
 แท้ที่จริงเป็นรสชาติของน้ำลายตนเอง
 คนเรานั้นจะมีความรู้สึกที่กายตนเท่านั้น
 จะไม่มีความรู้สึกที่กายผู้อื่น
 เข้าใจว่าได้รับสัมผัสที่น่าเร้าใจจากผู้อื่น
 แท้ที่จริงเป็นความรู้สึกที่กายตนเอง
 ฉะนั้นผู้ใฝ่หากามจึงถูกหลอกโดยธรรมชาติ
 สำหรับผู้ใฝ่ธรรมนั้นยอมตั้งใจจะแสวงหาตนเอง
 ตั้งสมาธิและสติอยู่ในกายและใจตนเอง
 ผู้ใฝ่หาธรรมจึงเจอสัจจะไม่ถูกหลอกโดยธรรมชาติ
 ผู้ใฝ่หากามจะไปสู่เส้นทางทุกข์เดือดร้อน
 ผู้ใฝ่หาธรรมจะไปสู่เส้นทางสุขสงบเย็น



บทที่ ๑๓๗

ชีวิตที่ไร้สมบัติก็ไร้ความหวังกังวล

ไร้ชื่อเสียงก็ไร้เรื่องวุ่นวาย

ไร้ยศศักดิ์ก็ไร้คนตีหน้าประจบสอพลอ

ไร้ความสามารถพิเศษก็ไร้เรื่องยุ่งยาก

ต่อให้มีอะไรมากมาย ในที่สุดก็หมดไปอยู่ดี

ไม่หมดตอนเป็น ตายแล้วก็หมด

ถ้าติดอะไรมาก ๆ เวลาจากจะทุกข์แสนเช็ญ

เราต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจเป็นธรรมดา

คนไม่รู้จักความไม่เที่ยงคือไร้ปัญญา

ความเป็นอนิจจังนั้นต้องเรียนรู้ไว้บ้าง

ถ้าหลงคิดว่าทุกสิ่งคงทนจะเดือดร้อนภายหลัง

สิ่งทั้งปวงเกิดขึ้นตั้งอยู่ดับไป

อยู่กับความไม่เที่ยงนั้นคือเรื่องธรรมดาของสังขาร

ใครไม่รู้เรื่องนี้จะพลาดท่า

จะทุกข์เดือดร้อนอย่างแสนสาหัสเวลาความจริงปรากฏ

บทที่ ๑๓๘

โรคมะเร็งเกิดขึ้นที่กายว่าร้ายแล้ว
 ยังไม่ร้ายเท่ามิจฉภาทิวฐิตีคือความเห็นผิด
 ความเห็นผิดย่อมนำชีวิตตกต่ำไปทั้งชีวิต
 เห็นผิดว่าบุญไม่มีบาปไม่มี
 เห็นผิดว่าตายแล้วสูญ
 เห็นผิดว่าไม่มีนรก ไม่มีสวรรค์
 เห็นผิดตั้งนี้ย่อมไม่เกิดจิตศรัทธาในกุศลผลบุญ
 ย่อมหลงผิดสร้างแต่บาปกรรม
 ย่อมคิดชั่วไม่กลัวเกรงสิ่งใด
 นี้เป็นภัยอย่างมหันต์
 นำไปสู่เภทภัยนานับประการ
 ทำให้ภพชาติตกต่ำ
 เป็นการดำเนินไปสู่อบายภูมิ
 มิจฉภาทิวฐิตีความเห็นผิดนั้นร้ายยิ่งกว่ามะเร็งร้าย
 ผู้ใดตั้งอยู่ในมิจฉภาทิวฐิตีย่อมเป็นโทษอย่างใหญ่หลวง
 กำลังเดินตกเหวโดยเข้าใจว่าเป็นทางไปสู่ที่รณรมย์
 ทำนทั้งหลายจงศรัทธาในพระรัตนตรัย
 จงเห็นโทษในบาปอกุศล จงใฝ่ในบุญกุศล
 บุญบาปมีแน่ นรกสวรรค์มีแน่

บทที่ ๑๓๙

คำตำหนิติเตียนของบัณฑิตเหมือนพรจากฟ้า
คำตำว่ากระหนาบของครูบาอาจารย์นั้นฟังไพเราะยิ่ง
ไม่เรียวของบุพการีช่วยให้ลูกได้ดี
อยากได้ดีต้องชวนชวายเป็นหาบัณฑิต
อ่อนน้อมต่อมตัวเข้าหาท่าน
รอคอยรับคำกระหนาบอย่างเต็มใจ
คนเรานั้นเดิมทีเหมือนไม้ออกจากป่า
ถ้าไม่ถูกตากถูกขัดถูกไสจะสวยงามได้อย่างไร
ผู้เย่อหยิ่งถือดีต่อบัณฑิตกำลังซุดหลุมฝังตัวเอง
ผู้ไม่ยอมรับการขัดเกลาจะมีภัยอยู่ข้างหน้า
ในหมู่มนุษย์นั้นผู้ฝึกตนแล้วเป็นผู้ประเสริฐ
จงยินดีให้บัณฑิตตำว่า
อย่ายินดีกับถ้อยคำชมเชยของคนพาล
คนโง่มาหาครูบาอาจารย์เพื่อต้องการคำชม
คนฉลาดแสวงหาครูบาอาจารย์เพื่อรับฟังคำตำหนิ
การชี้โทษของครูบาอาจารย์คือการชี้มุมทรัพย์
ฟังแสวงหาเข้าใกล้บัณฑิตแล้วรับโอวาทท่านโดยเคารพ

บทที่ ๑๔๐

งานแรกของผู้ปฏิบัติธรรมคือการขัดเกลาดตนเอง
 ถ้าไม่ทำงานแรกให้ลุล่วงก่อนงานอย่างอื่นจะเสียหายหมด
 จะคิดขัดเกลาดตนเองต้องรู้ข้อเสียของตนเองให้ชัด
 ไม่มีความจำเป็นที่ผู้ขัดเกลาดตนต้องไปรู้ข้อเสียของผู้อื่น
 จงเลิกจับผิดคนอื่นให้ได้
 จงให้อภัยในความผิดของผู้อื่นทุกเมื่อ
 อย่าไปนั่งนับความผิดของผู้อื่น
 ต่อผู้อื่นจงอภัย ต่อตัวเองให้เข้มงวด
 ดูโทษตัวเอง อย่ามองโทษผู้อื่น
 ดูโทษตัวเองเพื่อแก้ไขพัฒนาให้ดีขึ้นทุกเมื่อ
 อย่าไปดูโทษตัวเองเพื่อกลัดกลุ้มเศร้าหมองเสียใจ
 จงฝึกฝนขัดเกลาดตัวเองให้สำเร็จเป็นอันดับแรก
 จึงจะสามารถไปฝึกฝนขัดเกลาดผู้อื่นได้
 ปอกมะพร้าวเป็นสักลูกหนึ่งลูกอื่นก็เหมือนกัน
 ลูกแรกยังปอกไม่สำเร็จ อย่าเที่ยวแส้ไปปอกลูกอื่น
 สอนตนเองยังไม่สำเร็จ อย่าเที่ยวแส้ไปสอนคนอื่น
 ตัวเองยังว่ายน้่าไม่เป็นจะไปสอนคนอื่นว่ายน้่าได้อย่างไร
 อย่าทำงานที่สองก่อนงานแรก

บทที่ ๑๔๑

สถานการณ์ในโลกดำเนินไปตามธรรมชาติธรรมดา
คนใจร้อนจะกระวนกระวายและตำหนิว่าเข้าไป
สถานการณ์ในโลกดำเนินไปอย่างราบรื่น
คนจิตใจคับแคบจะหวาดระแวงว่ามีผู้มาเอาเปรียบ
สถานการณ์ในโลกดำเนินไปอย่างปกติ
คนโหดร้ายจะขัดหูขัดตานำออกไปทำลายล้างผลาญ
โลกนี้ขึ้นลงไปมาสูงต่ำตามวิถีทางที่เคยเป็น
จิตที่ต่างกันจะมองโลกออกมาในภาพต่างกัน
เจตนามุ่งหมายต่างกันก็จะมองโลกในมุมต่างกันไปอีก
โลกนี้เป็นอย่างเดียวกันจะต่างกันก็ทีจิตใจผู้มอง
ฉะนั้นมีฉันทิฎฐิคือความเห็นผิดจึงเป็นโทษอย่างยิ่ง
สัมมาทิฎฐิคือความเห็นชอบจึงเป็นคุณเหลือประมาณ
จงสร้างใจให้ดีโลกนี้จึงจะสดใส
จงรับธรรมะของพระพุทธเจ้าเข้าสู่จิตใจ
จงดำรงตนอยู่ในศีลธรรมอันชอบ
โลกนี้จะกลายเป็นสถานที่โล่งเบาแก่ผู้มีจิตใจผ่องใส

บทที่ ๑๔๒

ถ้าจิตใจไม่ดีปราสาทที่อยู่ก็เหมือนขมมนรก
 ถ้าจิตใจดีงามกระท่อมปลายนาที่ประดิษฐานวิมาน
 อยู่ที่ไหนก็ไม่สุขถ้าจิตใจไม่มีความสุข
 หนีไปแห่งใดก็นำจิตใจที่มีปัญหาไปด้วย
 บุคคลทั้งหลายหาที่อยู่สวยงามไม่เคยหาจิตใจดีงาม
 ถ้าจิตใจไม่ดี ต่อไปทุกอย่างจะมีปัญหา
 ถ้าจิตใจไร้ปัญหา เรื่องอื่นจะพลอยคลี่คลายไปด้วย
 อย่าแสวงหาแต่สิ่งภายนอกปล่อยให้ใจหิวโหย
 ถ้าจิตใจมีปัญหา ผู้นั้นจะทำลายทุกสิ่งที่มีอยู่
 แม้แต่ชีวิตของตนเองยังทำลายได้ไม่ต้องพูดถึงสิ่งนอกกาย
 เลี้ยงลูกอย่าเลี้ยงแต่เพียงร่างกาย
 จงสั่งสอนธรรมะให้แก่เขาเหล่านั้นด้วย
 ลูกหลานมีธรรม พ่อแม่จะพลอยสุขใจ
 ลูกหลานไร้ธรรม ต่อไปจะนำเภทภัยมาให้
 ปราสาทที่สร้างไว้ก็จะกลับกลายเป็นขมมนรกได้

บทที่ ๑๔๓

มีคนรักใคร่ชอบพอก็อยาไปดีใจ
มีคนรังเกียจจิกจรรยา ก็อย่าไปเสียใจ
คนเราอยู่ได้ด้วยการตั้งตนไว้ชอบ
ไม่ได้อยู่ด้วยการให้คะแนนของใคร
คนรักคนชังยอมมีอยู่เสมอทุกกาลสถานที่
คนคิดช่วยเหลือเกื้อหนุนหรือทำร้ายทำลายก็มีตลอด
บัณฑิตยอมฝึกฝนจิตใจไม่ให้หวั่นไหวทั้งเรื่องดีเรื่องเลว
ทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด
อย่าหวั่นไหวเพราะการขึ้นลงของชีวิต
อย่าหวั่นไหวเพราะความรักความชัง
อย่าหวั่นไหวเพราะนินทาสรรเสริญ
จงตั้งตนไว้ชอบ
อย่าเกลือกกลั้วต่อปลักโสมมความชั่วร้าย
สร้างคุณดีและบุญกุศลอยู่เป็นนิจ
แล้วทุกอย่างจะราบรื่น
อุปสรรคอันใดก็จะพ้นไปได้

บทที่ ๑๔๔

ค้นหาเป็นนายที่โหดร้าย

อย่าตกเป็นทาสค้นหา

อย่าเป็นขี้ข้าความอยาก

อย่าเป็นลาโง่ให้กิเลสขี้

เป็นทาสของค้นหา ชีวิตเหมือนอยู่ในกองไฟ

แมลงเม่าบินเข้ากองไฟเพราะคิดว่าสวย

หาญไม่ว่าร้อนจนตาย

คนโง่เวลาเห็นอะไรจะรู้เฉพาะว่าสวย

ส่วนเรื่องมีทุกข์มีโทษนั้นคนโง่หาได้รู้ไม่

กามนั้นมีทั้งคุณและมีทั้งโทษ

เหมือนเสียน้ำผึ้งที่ปลายใบมีดโกน

คนโง่รู้จักแต่ว่าหวาน

ไม่รู้จักว่าจะโดนบาด

บัณฑิตเป็นผู้รู้แจ้งทั้งคุณทั้งโทษ

อยู่ในโลกอย่างผู้อาศัยโดยไม่ติดข้องด้วยความกระหายอยาก

ไม่ตกเป็นทาสค้นหา ไม่เป็นขี้ข้าความอยาก

บทที่ ๑๔๕

เมื่อจิตใจเป็นทุกข์
โลกนี้ก็ปรากฏเป็นที่ระทมขมขื่น
เมื่อจิตใจเป็นสุข
โลกนี้ก็ปรากฏเป็นที่สว่างสดใส
จิตใจย่อมมีอิทธิพลยิ่งใหญ่
จิตใจเป็นอย่างไรโลกนี้ก็ปรากฏเป็นอย่างนั้น
การรักษาจิตจึงสำคัญยิ่งนัก
จิตนั้นมีอกุศลเป็นของแสลงมีบุญกุศลเป็นเครื่องรักษา
จงละความชั่วจงหมั่นประพฤติดี
จงชวนช่วยให้ท่านจงรักษาศีล
จงสวดมนต์ไหว้พระแผ่เมตตาเจริญกรรมฐาน
จงเว้นเพื่อนชั่วจงเข้าใกล้ผู้มีศีลมีธรรม
จงใฝ่สนใจศึกษาในธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
จงฝึกฝนขัดเกลาจิตเห็นโทษในความชั่วที่ตั้งขึ้นในใจตน
จงศรัทธาในกุศลความดีชวนช่วยสร้างบุญไม่ย่อท้อ
เมื่อจิตใจดีงามก็จะเป็นสุข
โลกนี้ก็ปรากฏเป็นนรมนีสถาน

บทที่ ๑๔๖

ถ้าไม่ผ่านการทดสอบจะถือว่าเรียนจบได้หรือ
 มารร้ายและศัตรูคือครูที่มาจัดการสอบไล่
 อย่างมองแต่ว่าอุปสรรคนั้นคือโทษ
 อย่างมองแต่ว่ามารนั้นคือผู้กีดขวาง
 อย่างมองแต่ว่าศัตรูนั้นคือผู้มาทำร้าย
 สีดำนั้นจะช่วยขบเน้นให้สีขาวโดดเด่น
 คนชั่วจะมาช่วยให้ความดีที่เราวนขวายอบรมปรากฏชัด
 อย่าเสียเวลาไปในการน้อยใจเสียใจโกรธประชด
 มารร้ายและศัตรูคือครูที่มาช่วยแจกข้อสอบ
 เมื่อเจอปัญหาให้มองไปในมุมที่เมตตาและเห็นอกเห็นใจกัน
 นั้นเป็นการยกจิตของเราให้สูงเหนือปัญหา
 เมื่อถึงเวลาตัดสินจะสอบผ่าน
 ไม่ว่าอะไรเสียหายก็อย่าให้จิตเราเสียหาย
 รักษาจิตให้ผ่องใสเหมือนรักษาไขในหิน
 ถ้าจิตเราดีงามปัญหาทั้งหลายจะแก้ได้หมด

บทที่ ๑๔๗

เมื่อพลังเปลวทำความชั่วขึ้นมา
ให้รีบออกมาขอโทษทำคืนและยอมรับผิด
พึงบอกกล่าวการสำนึกผิด
พึงประกาศโทษตน ปวารณาตัวเพื่อการแก้ไขสิ่งผิด
ความผิดที่ใหญ่ก็จะได้บรรเทาให้เล็กลง
ถ้าทำความชั่วแล้วปกปิดกลบเกลื่อนหมกเม็ดไว้จะมีโทษมาก
เพราะว่าปัญหาจะไม่ได้รับการแก้ไข
เรื่องเล็กน้อยจะกลายเป็นเรื่องใหญ่
ยิ่งปกปิดความชั่วจะยิ่งเป็นโทษเป็นภัย
ความชั่วนั้นจะมีโทษเล็กลงเมื่อเปิดเผย
ความชั่วจะมีโทษใหญ่ขึ้นเมื่อปกปิด
เมื่อสร้างความดีอย่าเที่ยวไปโอ้อวดโม้โฆษณา
อวดโม้มากคุณค่าของความดีนั้นจะเล็กลง
ถ้าทำความดีเพื่อโอ้อวดบุญกุศลจะน้อยลง
พึงทำความดีไม่ต้องโอ้อวดทำความดีอย่างปิดทองหลังพระ
บุญกุศลอันเป็นผลของความดีนั้นจะยิ่งใหญ

บทที่ ๑๔๘

ในขณะที่เจอปัญหา
 ในขณะที่เจอวิกฤตการณ์
 ถ้าไม่รู้จะแก้ไขอย่างไร
 หนึ่งไว้เสียก่อนเป็นดี
 อดทนอดกลั้นให้มันคง
 อาละวาดไว้วายตีโพยตีพายจะยิ่งเสีย
 ประชดประชันทำลายตัวเองจะยิ่งพัง
 จงยอมรับความมีอยู่ของปัญหาแล้วหาสาเหตุ
 พยายามเข้าไปแก้ที่เหตุอย่าแก้ที่ผล
 อย่างนี้ปัญหายากกลบเศษแก้วด้วยซีถ้า
 ค่อยค่อยแก้ปัญหาไปที่ละเล็กทีละน้อย
 ทำหน้าที่ของตัวเองให้ดีที่สุดเสมอต้นเสมอปลาย
 เรื่องไหนที่คุณไม่ได้อย่าเสียสมองไปกั๊กกับมัน
 จะได้เอาสมองส่วนนั้นมาคิดเรื่องที่เราทำได้
 ไม่มีปัญหาใดที่แก้ไม่ได้
 ยกเว้นแต่จะไม่ยอมมองความจริง ไม่ยอมแก้ปัญหา
 คิดตามที่เหตุการณ์มันเป็นจริงดีกว่า อย่าคิดตามที่ฝันไว้

บทที่ ๑๕๙

เมื่อล้างมลทินความสะอาดย่อมปรากฏ
เมื่อละความชั่วความดีย่อมปรากฏ
จงถือว่าการละความชั่วเป็นการงานสำคัญของชีวิต
ชีวิตที่ไม่มีองค์ประกอบการละความชั่วจะเสียหายเกิดขึ้น
ถ้าไม่อาบน้ำให้ร่างกายสัก ๑ เดือนจะเดือดร้อนแค่ไหน
เคยชวนขวยอาบน้ำให้จิตบ้างหรือเปล่า
ศีลธรรมเป็นเครื่องชำระล้างจิต
ผู้ไม่สนใจศีลธรรม จิตจะเดือดร้อนทรมานทรมาย
ชีวิตนี้ขาดอะไรก็ได้ แต่อย่าขาดศีลธรรม
ขาดศีลธรรมจะหาความสุขแท้จริงในชีวิตไม่ได้
จะประสบความเดือดร้อนอย่างแสนสาหัส
จิตนั้นเป็นนาย กายเป็นบ่าว
บุคคลในโลกนี้บำรุงบำเรอบำแต่ปล่อยให้นายอดอยาก
ชีวิตนี้จึงไม่ประสบผลสำเร็จ
ไม่สามารถนำชีวิตไปสู่ความสุขที่แท้จริงได้
นำสงสารที่เกิดมาเสียหายเกิดขึ้น

บทที่ ๑๕๐

จิตมนุษย์ทั่วไปนั้นมีธรรมชาติที่ไม่เคยเต็มอิ่ม
 มีความต้องการมากยิ่งขึ้นอยู่เสมอ
 การช่วยเหลือคนต้องช่วยจากน้อยไปสู่มาก
 ถ้าช่วยอย่างมากแต่แรกแล้วเปลี่ยนมาน้อยจะถูกต่อต้าน
 การปกครองคนนั้นต้องกระทำด้วยศิลปะ
 การใช้พระเดชเข้มงวดต้องใช้จากมากมาสู่น้อย
 ถ้าใช้จากน้อยไปสู่มากจะเกิดการต่อต้าน
 ถ้าใช้จากมากมาสู่น้อยจะรู้สึกซึ่งถึงน้ำใจ
 อย่าปกครองด้วยการให้รางวัลอย่างเดียว
 อย่าปกครองด้วยการลงโทษอย่างเดียว
 การให้รางวัลและการลงโทษต้องกระทำในกาลเวลาที่สมควร
 ต้องมีความชอบธรรมเป็นที่ยุติ
 นั้นจึงเรียกว่ายุติธรรม
 ถ้ามีความชอบใจเป็นที่ยุติเรื่องราวจะไม่ยุติ
 พระธรรมนั้นย่อมครองโลกอยู่หนึ่งเดียวไปตลอดกาล
 ถ้าทำอะไรแล้วตอบไม่ได้โดยธรรมจะเดือดร้อนวุ่นวาย
 ถ้าตอบได้โดยธรรมจะสงบร่มเย็น
 ทำอะไรก็ตามจงอย่าฝืนความชอบธรรม
 อย่าทำอะไรตามความชอบใจ

บทที่ ๑๕๑

ไม่จำเป็นเลยที่ต้องไปเป็นศัตรูกับคนชั่ว
คนชั่วยอมสร้างศัตรูเพื่อตัวเองอยู่เสมอแล้ว
ไม่จำเป็นต้องเอาตัวเราไปเพิ่มจำนวนอีก
อย่าอนุญาตให้ความชั่วร้ายในโลกมาขัดข้องใจเราได้
บัณฑิตพึงตั้งจิตให้มั่นคงในการแผ่เมตตา กรุณา อภัย
จงขจัดจิตดวงที่อาฆาตเคียดแค้น
เรื่องเลวร้ายในโลกนี้มีมากเป็นธรรมดา
อย่าปล่อยให้ลามมาสู่ใจเรา
เมื่อประสบคนชั่ว คนเลว จงตั้งจิตเป็นอุเบกขา
ทำจิตให้เป็นกลาง วางเฉย นิ่งอยู่
บางทีคนที่เลวที่สุดอาจมาสอนธรรมชั้นสูงให้แก่เรา
จงตั้งจิตให้เสมอดังแผ่นดิน
บุคคลทั้งหลายยอมเทของดีบ้างชั่วบ้างลงบนแผ่นดิน
แผ่นดินยอมไม่หวั่นไหว
จงทำจิตให้มั่นคง
โลกนี้แปดเปื้อนเป็นธรรมดาอยู่แล้ว
อย่าปล่อยให้จิตเราแปดเปื้อนไปด้วย

บทที่ ๑๕๒

อย่าหมกมุ่นกับอารมณ์อดีตอนาคตให้มาก
 เพราะจะทำให้จิตมีปัญหา
 เรื่องในอดีตแก้ไขไม่ได้แล้ว
 เรื่องในอนาคตยังทำไม่ได้
 เรื่องในปัจจุบันทำได้เลย
 นึกถึงอดีตแต่ละครั้งก่อให้เกิดความเครียด
 นึกถึงอนาคตแต่ละครั้งก่อให้เกิดความกังวล
 ระลึกถึงปัจจุบันไม่เครียดไม่กังวล
 การเจริญสติพึงกำหนดอารมณ์ปัจจุบันให้มาก
 รู้เรื่องราวมากมายก็ไม่สู้รู้ปัจจุบัน
 รู้ปัจจุบันจะหมดทุกข์
 รู้ปัจจุบันจะอิมเอิบ
 รู้ปัจจุบันจะเบิกบาน
 รู้ปัจจุบันจะผ่อนคลาย

บทที่ ๑๕๓

ให้สมบัติใหญ่แก่ผู้ที่ไม่รู้จักพอ
ให้เหมืองทองคำสักเหมืองก็ไม่อึด
ให้มากเท่าไรรคนเช่นนี้ก็ไม่รู้จักบุญคุณ
ยังโกรธเกลียดเคียดแค้นว่าเราให้น้อยไป
เมื่อจิตของบุคคลนั้นไร้ธรรมะ
ให้เท่าไรก็มีอาจเต็มได้
เพราะเหตุที่ไร้ธรรม
ราชาพราหมณ์ถวายข้าวทัพพีเดียวแก่พระสารีบุตร
พระสารีบุตรมีความกตัญญูสำนึกบุญคุณอย่างยิ่ง
เพราะว่าท่านรู้จักพอ
เมื่อรู้จักพอย่อมรู้สึกว่าเขาเมตตาให้มาเป็นของใหญ่
เมื่อเห็นดังนี้จึงสำนึกบุญคุณอย่างยิ่ง
เมื่อจิตมีธรรมะย่อมทำให้รู้จักพอ
ธรรมะเป็นเหตุให้กลมเกลียวรักใคร่ปรองดองกัน
อธรรมเป็นเหตุให้ขัดเคืองอาฆาตเคียดแค้นตอบโต้
อธรรมจะนำโลกไปสู่กสิยุค
ธรรมจะนำโลกไปสู่ความร่มเย็นเป็นสุข
จงแผ่ขยายออกไปซึ่งธรรมะอันจะทำให้โลกร่มเย็นเป็นสุข

บทที่ ๑๕๔

สุขและทุกข์เป็นแรงสะท้อนซึ่งกันและกัน
 ที่ได้มีสุขมากที่นั่นจะมีทุกข์มาก
 ที่ได้มีสุขน้อยที่นั่นจะมีทุกข์น้อย
 บัณฑิตย่อมเห็นแจ้งสภาวะของธรรมชาติ
 เห็นแจ้งความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงของสรรพสิ่ง
 จึงแสวงหาที่ไร้สุขไร้ทุกข์
 ตราบใจที่ยังข้องในการเสวยเวทนาย่อมติดสุขติดทุกข์
 สรรพสิ่งเป็นอนัตตาบังคับบัญชาไม่ได้
 ปราภฏแก่ญาณปัญญาท่านผู้ปฏิบัติธรรมว่าเป็นมายา
 สิ่งทั้งปวงเป็นเพียงความเกิดดับไร้ตัวไร้ตนไร้เราไร้เขา
 เมื่อเห็นดังนี้ย่อมสลละความยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทาน
 เมื่อเห็นแจ้งสภาวะธรรมย่อมถอนอุปาทานในการเสพเสวย
 เวทนา

เมื่อไร้ตัวไร้ตนไร้เราไร้เขาจึงไร้สุขไร้ทุกข์
 นั่นจึงเป็นความดับเย็นเป็นสันติธรรม
 พระนิพพานย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

บทที่ ๑๕๕

หนทางยินดีต้อนรับคนหกล้ม
ความผิดพลาดเป็นครุมิใช่ตราบาป
เอาความผิดพลาดมาเป็นตราบาปจะไม่เกิดการแก้ไขพัฒนา
คนดีคือผู้แก้ไข
ได้มีโอกาสแก้ไขก็ดีที่สุดแล้ว
อย่าหวังว่าจะไม่ให้แปดเปื้อนเลย
อยู่ในโลกก็มีผิดพลาดเป็นธรรมดา
ความผิดพลาดไม่ใช่ความชั่ว
ไม่รู้จักคิดแก้ไขนั้นแลจึงชั่ว
ผ้าที่ไม่เคยเปื้อนเลยจะมีหรือ
เมื่อเปื้อนก็ซักให้สะอาดเปื้อนที่ไหนขยี้ตรงนั้น
ทุกสิ่งในโลกแก้ไขได้
ยกเว้นแต่จะไม่คิดแก้ไข
เมื่อเลิกละความชั่วก็จะกลายเป็นคนประเสริฐขึ้นมาได้
คนดีจะคิดแก้ไข คนไม่ดีจะคิดแต่แก้ตัว

บทที่ ๑๕๖

การเสแสร้งนั้นหลอกได้แต่คนอื่น
 ไม่สามารถหลอกตัวเอง
 มโนธรรมของทุกคนนั้นมีอยู่
 ทำชั่วทำเลวนั้นฝืนมโนธรรม
 เตือดร้อนอยู่ในใจของผู้ทำชั่ว
 มโนธรรมของตัวเองจะลงโทษ
 จะกระวนกระวายไม่สบายใจ
 เวลาทำชั่วขึ้นมาไม่จำเป็นต้องมีใครรู้
 มโนธรรมของตัวเองจะลงโทษเอง
 ผู้ทำบาปจะหาความสุขใจไม่ได้
 ถึงหน้าตาชื่นบานแต่อกตรม
 บัณฑิตจึงมีความละเอียดรอบาปเกรงกลัวต่อบาป
 ไม่ยอมทำชั่วแม้ลับตาคนอื่น
 เพราะให้เกียรติตัวเองที่ก็เป็นคน



บทที่ ๑๕๗

เมื่อขึ้นสูงสุดจะคืนสู่สามัญ
เพราะปัญญาสูงสุดจึงแสดงออกซึ่งความกลมกลืน
เพราะรู้แจ้งสรรพสิ่งจึงเห็นว่าสิ่งทั้งปวงมีค่าเสมอกัน
เพราะรู้แจ้งโลกธาตุจึงไม่แบ่งแยกสิ่งทั้งปวง
ไร้เขา ไร้เรา ไร้เกิด ไร้ดับ
เมื่อมีเขาก็มีเรา เมื่อมีเราก็มียเขา
เมื่อมีเกิดก็มีดับ เมื่อมีดับก็มีเกิด
เมื่อไร้อุปาทานจึงไร้ความยึดมั่นถือมั่น
ไม่มีตัวตนสำหรับเป็นเราเป็นเขา
ไม่มีตัวตนสำหรับเกิดดับ
เมื่อไร้อุปาทานก็ไม่แสวงหาสิ่งใด
ไม่ต้องการบรรลुเป็นอะไร
เมื่อจิตไม่รอกอยสิ่งใด ปัจจุบันขณะจึงเป็นคำตอบ
ไม่ปรารถนาสิ่งใดอีก
รู้สึกถึงความสม่ำเสมอของโลกธาตุ
เมื่อขึ้นสูงสุดจะคืนสู่สามัญ

บทที่ ๑๕๘

ความดีที่เราทำไว้นั้นมีค่าทั้งสิ้น
 แม้แต่ความดีเล็กน้อย
 ความดีเล็กน้อยที่เราสร้างอาจช่วยแก้ปัญหาใหญ่ได้
 อย่าประมาทในคุณค่าของสิ่งเล็กน้อย
 กระเบื้องแตกรูเดียวอาจทำให้น้ำเจิ่งนองทั้งห้อง
 ของเล็กน้อยนิดเดียวอาจเป็นสิ่งจำเป็น
 ข้อดีบางอย่างของตัวเราอาจเล็กน้อยเดียว
 แต่อาจเป็นเล็กน้อยเดียวที่ขาดไม่ได้
 ความดีและความซื่อสัตย์นั้นเป็นของที่ไม่ควรประมาทว่านิดเดียว
 ดีนิดเดี๋ยวก็คือดี
 ซื่อนิดเดี๋ยวก็คือซื่อ
 ดอกมะลิดอกเดียวก็หอม
 อูจจาระนิดเดียวก็เหม็นคุ้ง
 ดอกมะลิดอกเดียวกับอูจจาระนิดเดียวให้ความรู้สึกต่างกันไกล
 ความดีและความซื่อสัตย์นั้นไม่ควรถือว่านิดเดียว

บทที่ ๑๕๙

บัณฑิตเกิดมาสร้างคุณดีและประโยชน์สุขไว้ในโลก
โดยไม่เรียกร้องชื่อเสียงและผลประโยชน์
ท่านผู้ใฝ่ในการสร้างบารมีจะมีจิตโน้มไปในการให้
รื่นเริงในการสละมากกว่าครอบครอง
สมหวังในความไร้มากกว่าความมั่งคั่ง
ยินดีในการให้มากกว่าการรับ
ทำความดีโดยไม่คิดครอบครอง
ให้โดยไม่หวงหวงอาลัย
เพลิดเพลินกับรอยยิ้มของคนอื่นมากกว่ารอยยิ้มของตนเอง
สร้างผลงานโดยไม่คิดถึงผลตอบแทนเข้าสู่ตน
ให้ได้แม้ของหวง
สละได้แม้คนที่รักมาก
จิตโปร่งเบาสบายหลังจากการให้นั้นคุ้มค่ากับของที่เสียไป
ลงความเห็นใจนั้นสำคัญกว่าวัตถุธาตุทั้งปวง
เมื่อใจดีจะได้ที่พึ่งที่คนทั้งหลายหาพึ่งได้ยาก
กุศลที่เกิดขึ้นในใจจะเป็นที่พึ่งที่ถาวรมั่นคงมาก
ยิ่งศรัทธาก็ยิ่งปีติ ยิ่งปีติก็ยิ่งศรัทธา

บทที่ ๑๖๐

เวลาเกิดมาเราก็ไม่ได้เอาอะไรมาเลย
 เวลาตายไปเราก็ไม่ได้เอาอะไรไปเลย
 สมบัติทั้งหลายคือสิ่งที่ผ่านมาเพื่อจะผ่านไปทั้งสิ้น
 แล้วจะหวงอะไรไว้เล่า
 แล้วจะเสียดายอะไรเล่า
 การให้ทานเพื่อสละหนี้คือบารมีที่สูงยิ่ง
 ไม่ให้เพื่อทวงบุญคุณ
 ให้แล้วไม่เสียดายภายหลัง
 การสละเป็นรชาติอันประเสริฐของการให้ทาน
 ผู้ยินดีในการให้ทานย่อมยินดีในรชาติของการสละ
 ยินดีในการให้ยินดีในการสละก็เต็มอิมบริบูรณ์แล้ว
 ไม่ต้องการสิ่งตอบแทนอย่างอื่นอีก
 ท่านผู้มีปัญญาย่อมพยายามฝึกตนให้แก้ตัวกล้าในทาน
 ใต้ให้ก็พอแล้วไม่ต้องการสิ่งใดอีก
 ไม่ต้องการแม้แต่คำขอบคุณ
 บรรณานายิ่งที่จะสร้างทานบารมีให้เต็มรอบ

บทที่ ๑๖๑

ผีสิงเทวดาย่อมนับถือคนที่คุณธรรมในจิต
ย่อมไม่สนใจศกเกียรติตำแหน่ง
ตำแหน่งยศเกียรติสูงเพียงใด
เมื่อนั่งอยู่หน้ามบัลสิ่งนี้ไม่มีค่า
ยศสูงแค่ไหนถ้ามีความชั่วก็ถูกตีบลงนรก
ในปรโลกวัดกันที่ความดีความชั่วเท่านั้น
จงหมั่นสร้างบุญกุศลทุกวันเดี๋ยวนี้
อย่ารอให้ตายไปเสียก่อนค่อยได้สำนึก
แล้วจะเสียใจว่าตอนมีชีวิตอยู่ทำบุญเอาไว้หน่อย
มีชีวิตมีลมหายใจอยู่อย่าประมาทเชื่อนแชน
เวลานี้ทำบุญได้ให้รีบทำ
จงหมั่นให้ทานรักษาศีลเจริญภาวนา
จงหมั่นสวดมนต์ไหว้พระแม่กุศลแม่เมตตา
อย่าต้องไปเศร้าโศกเสียใจในเมืองผี
ยามมีชีวิตไม่ทำความดีตายไปจะเดือดร้อน

บทที่ ๑๖๒

อย่ารับปากใครพล่อย ๆ
 อย่าสัญญาใครไปส่งเดช
 อย่ารับคำใครอย่างซุ่ม ๆ
 อย่าบอกกล่าวคำหวานที่ไม่คิดทำจริง
 คนเรานั้นจะโกรธแค้นที่สุดเวลาถูกหลอกหลวง
 จะบันดาลโทสะอย่างแรงเวลาถูกโกหก
 ฉะนั้นการชอบหลอกหลวงคือการสร้างศัตรู
 การชอบโกหกคือการสร้างคู่อาฆาต
 ซื่อสัตย์ซื่อตรงดีกว่า
 ถึงแม้ถูกด่าแต่เขาจะไม่รังเกียจ
 พูดความจริงออกไปดีกว่า
 ถึงเขาโกรธแต่จะไม่ใช่คู่อาฆาต
 คำหลอกหลวงจะถูกเผยออกมาจนได้
 คำพูดจริงจะประกาศความดีงามของผู้พูด
 จงรักความจริงจงพูดคำสัตย์

บทที่ ๑๖๓

สตินั้นจำเป็นต้องฝึก

เพราะสติเปรียบเหมือนผู้กุมบังเหียนม้า

เมื่อจิตออกนอกกลุ่มนอกทางจะไปสู่อารมณ์อกุศล

จงใช้สติกำกับจิต

แล้วน้อมจิตไปสู่อารมณ์กุศลที่เราชำนาญ

การน้อมจิตไปสู่กุศลทำนุบำรุงชนควรรู้จักอนุสติสิบ

ระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์

ระลึกถึงคุณของศีล คุณของท่าน คุณของธรรมะที่ทำให้เป็น

เทวดา

ระลึกถึงความตาย พิจารณากายแยกกายออกเป็นส่วน ๆ

ระลึกถึงลมหายใจเข้าออก ระลึกถึงคุณของพระนิพพาน

อนุสติทั้งสิบนี้คืออารมณ์ที่ระลึกเพื่อให้จิตเป็นกุศล

พึงน้อมจิตไปสู่อารมณ์กุศลหลีกเลี่ยงจากอารมณ์อกุศล

กุศลนำมาซึ่งความสุขความเจริญ

อกุศลนำมาซึ่งความทุกข์เดือดร้อน

พึงฝึกสติเพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการนำจิตไปสู่อารมณ์กุศล

บทที่ ๑๖๔

ผู้นำที่มีผู้ตำหนิตดิงมากนั้นไม่น่าเป็นห่วง
 ถ้าหากไม่มีใครกล้าตำหนิตดิงเลยนั้นแลน่าเป็นห่วง
 ถ้าเราเปลอใส่กางเกงตุตขาด
 มีคนบอกให้รู้ตั้งแต่อยู่ในบ้านย่อมดีกว่า
 ดีกว่ารอคอยให้เดินรอบตลาดแล้วค่อยมีคนบอก
 รู้ตอนอยู่ในบ้านถึงอายบ้างก็นิดหน่อย
 ถ้ารู้ตอนอยู่กลางตลาดจะอายคนมาก
 คนฉลาดย่อมตั้งคนรอบข้างไว้คอยบอกข้อบกพร่องของตน
 มีความดีใจทุกครั้งที่ยังข้อบกพร่องของตนเอง
 โชคดีที่รู้เร็ว ถ้ารู้ปีหน้าจะช่วยมากกว่านี้
 ใครบอกข้อบกพร่องของเราให้ฟังจงขอบคุณเขาด้วยใจจริง
 อย่างกลัวที่จะรู้ความจริง
 จงกลัวว่าจะไม่รู้ความจริง
 ความจริงแม้โหดร้ายแต่เมื่อรู้จะได้จัดการแก้ไข
 รู้ตั้งแต่บัดนี้ความเดือดร้อนอาจจะไม่มาก
 ถ้าหมกเม็ดเอาไว้จะกลายเป็นปัญหาใหญ่หลวง

บทที่ ๑๖๕

ถ้าหากถนนตรง

ย่อมสามารถมองเห็นทิวทัศน์ได้ไกล

ถ้าถนนคดเคี้ยวเลี้ยวลด

ย่อมไม่สามารถมองไปได้ไกล

ถ้าจิตใจซื่อตรง

จะสามารถมองสังขารมได้ลึกซึ้ง

ถ้าจิตใจไม่ซื่อตรง

จะถูกบังไม่อาจเห็นสังขารมได้

ความซื่อตรงย่อมเกื้อหนุนความเจริญของปัญญา

คิดจะบำรุงปัญญาต้องฝึกความซื่อตรง

อย่าคิดคดเพราะจะทำให้ปัญญาแคระแกร็น

สังขารมมียอมเกื้อหนุนแก่ปัญญาบารมี

คุณความดีทั้งหลายย่อมเสริมเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน



บทที่ ๑๖๖

ผู้มีจิตใจใสสะอาดจะสามารถเมตตาได้แม้กระทั่งคนชั่ว
 แต่คนชั่วจะไม่ยอมรับแม้กระทั่งคนดี
 อัจฉาริษยาได้แม้กระทั่งผู้ที่มีพระคุณแก่ตน
 หักหลังทรยศได้แม้กระทั่งผู้กำลังช่วยเหลือตน
 ผู้ใฝ่ธรรมเห็นดังนี้เป็นอุทาหรณ์
 จึงรักษาจิตตัวเองให้บริสุทธิ์อยู่เสมอ
 ไม่โกรธเกลียดคนชั่ว
 ไม่อาฆาตพยาบาทผู้ให้ร้าย
 ความชั่วในโลกนี้มีอยู่มากแล้ว
 อย่าปล่อยให้ลามเข้ามาสู่ใจเรา
 รักษาจิตให้ตั้งมั่นไว้ดีกว่า
 ถ้าจิตเราเสีย เราจะเดือดร้อนเป็นคนแรก
 เราโกรธเกลียดใคร เราจะทุกข์เป็นคนแรก
 รักษาจิตให้บริสุทธิ์นั้นมีค่ายิ่ง
 จิตที่ตั้งมั่นนั้นมีค่ากว่าเพชรพลอยทั้งปวง

บทที่ ๑๖๗

ท่านผู้สั่งสมจิตด้วยเมตตา
ย่อมมีความปรารถนาดีต่อสรรพสัตว์ทั้งปวงเสมอกัน
ไม่แบ่งชั้นวรรณะไม่เลือกที่รักที่ชังไม่แยกมิตรศัตรู
สิ่งที่ทำให้คนใจกว้างที่สุดคือการแผ่เมตตาอภัยปมัญญา
แผ่เมตตาโดยไม่เลือกเขตแดน
เมตตาอภัยปมัญญานำมาซึ่งความสงบสันติแก่ชาวโลก
ถ้ายังแบ่งเขาแบ่งเราจะนำโลกไปสู่สันติไม่ได้
อุดมการณ์ใดที่ถือว่าพวกของตัวเองถูกเท่านั้น
อุดมการณ์นี้ไม่สามารถนำโลกไปสู่ความสงบสันติได้
พระพุทธศาสนาสอนเมตตาที่ไม่เลือกเขตแดน
ไม่แบ่งแยกพวกเราพวกเขา
เมตตาเสมอกันในสรรพสัตว์ทั้งปวง
ไม่แบ่งแยกเพื่อลำเอียง
พระพุทธศาสนาจึงเป็นอุดมการณ์ที่นำความสงบสันติมาสู่โลก
ได้
จงมีเมตตาต่อกัน
สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงล้วนเป็นเพื่อนร่วมทุกข์เกิดแก่เจ็บตาย
จงอย่าเบียดเบียนกัน

บทที่ ๑๖๘

สิ่งใดใดในโลก

ถ้ารังเกียจจะตีว่ามากไป

ถ้าชมชอบจะตีว่าน้อยไป

ถ้าอยากหยุดจะตีว่าเร็วไป

ถ้าอยากเคลื่อนจะตีว่าช้าไป

คำพูดที่ประกอบด้วยความรักความเกลียดไม่ถือเป็นสัจจะได้

เมื่อมีความต้องการเพื่อผลประโยชน์ตนจิตจะลำเอียง

ขณะที่จิตเกิดการลำเอียงจะไม่เห็นสัจจะได้ชัดเจน

ผู้ปฏิบัติธรรมพึงละความเห็นแก่ประโยชน์ตน

จงอย่าถือว่าความเห็นของตนเท่านั้นที่ถูกต้อง

อย่าให้คะแนนว่าเรื่องของตัวเองสำคัญที่สุด

ทำความรู้สึกว่าตนเองเสมอกับสัตว์ทั้งปวงจึงจะเห็นสัจจะได้

การแผ่เมตตาเป็นอัมปมัญญาโดยไม่เลือกบุคคลนั้นมี
ประโยชน์มาก

ทำให้จิตเป็นกลางเสมอในสัตว์ทั้งปวงไม่ลำเอียงเข้าข้างใคร

เมื่อวางจิตดังนี้จะช่วยให้อำนาจสัจจะได้ง่ายดาย

การเจริญอัมปมัญญานั้นช่วยให้บรรลุธรรมได้รวดเร็ว

บทที่ ๑๖๙

ถ้าหากยังมีความต้องการเพียงลาภยศชื่อเสียงในโลกมนุษย์
ชื่อว่ายังติดกับดักในโลกนี้อยู่
กับดักย่อมมีเหยื่อล่อที่น่าพอใจ
หย่อนเบ็ดเปล่าลงมาปลาไม่สนใจ
เมื่อมีเหยื่อลงมาในเบ็ดด้วยปลาจึงสูบ
เหยื่อนั้นมีเพื่อให้ปลาเดือดร้อนมิใช่เพื่อผลประโยชน์
สิ่งที่สร้างความพอใจให้เราหลงติดคือเหยื่อในโลก
เหยื่อในโลกมีเพื่อความเดือดร้อนของชาวโลก
เหยื่อนั้นมีเพื่อให้เดือดร้อน มิใช่เพื่อผลประโยชน์
ติดข้องในสิ่งใดสิ่งนั้นจะสร้างความเดือดร้อนอย่างแสนสาหัส
ต้องเวียนว่ายตายเกิดนับภพนับชาติไม่ถ้วนเพราะหลงเหยื่อ
ตกนรกหมกไหม้ก็เพราะเหยื่อในโลกอีกเหมือนกัน
ท่านผู้มีปัญญาตั้งใจสละความยินดีในเหยื่อของโลก
สละสมบัติมากบ้างน้อยบ้างออกบรรพชา
ชวนชวายปฏิบัติเพื่อทำนิพพานให้แจ้ง
เมื่อเกิดมาก็มีกิเลสเหมือนคนทั้งหลาย แต่ชวนชวายสละละ

วาง

บทที่ ๑๗๐

ก่อนได้ตีต้องผ่านเส้นทางลำเค็ญ
 ไม่มีมหาบุรุษท่านใดประสบผลอย่างง่ายราบรื่น
 ต้องเจอปัญหาอุปสรรคกันทั้งนั้น
 ปัญหาอุปสรรคใหญ่มีไว้รวมมหาบุรุษใหญ่
 ผู้มีบารมีสูงจะฝึกตนจากความทุกข์เข็ญ
 ก่อนอรุณรุ่งก็เหมือนกับมีดมืดไปทุกทาง
 แต่ตะวันก็มีกาลเวลาขึ้น
 จงอดทนทำความเพียรอย่าย่อท้อ
 สัจสมความดีอย่างเสมอต้นเสมอปลาย
 อย่าย่อแอ้อท้อถอยเพราะอุปสรรค
 น้ำสูงทำให้ก้านบัวสูง
 คนเรายิ่งใหญ่ได้เพราะพยายามอดทนต่อสิ่งบีบคั้น
 รักษาความดีให้มั่นคงอย่างเกลือรักษาความเค็ม
 ในช่วงเวลาที่สิ้นไร้ไม้ตอกนั้น
 ความดีจะเป็นที่พึ่ง

บทที่ ๑๗๑

การระเบิดโทสะนั้นเหมือนไฟไหม้ป่า
มอดไหม้จนสิ้นแล้วก็ทำให้กลับตีดั้งเดิมได้ยาก
กว่าจะเกิดป่านั้นยาวนาน
ไฟเผาผลาญใช้เวลานิดเดียว
มิตรภาพนั้นอาศัยกาลเวลานานบ่มเพาะขึ้น
อย่าทำลายลงง่าย ๆ
ระเบิดโทสะที่เดี๋ยวก็พังสั่น
จะแก้คืนได้ยาก
ทำอะไรงงคิดหน้าคิดหลัง
อดกลั้นดีกว่ามูทะลุ
จงฝึกตัวเองให้รู้จักอดกลั้นอยู่เสมอ
อย่าทำตนให้คุ้นเคยกับการระเบิดอารมณ์
เสียหายไปแล้วไม่คุ้มค่ากับความสะใจที่ได้นิดเดียว
ขันติความอดทนข่มกลั้นและโสรจจะความเสื่องาม
นี่เป็นธรรมของบัณฑิต

บทที่ ๑๗๒

เมื่อถูกตำว่าอย่างเจ็บแสบ
 แกล้งทำเป็นโง่ฟงไม่รู้เรื่องยังดีกว่า
 อย่าไปฉลาดทุกเรื่อง
 แกล้งโง่บ้างจะให้คุณ
 สิ่งในโลกนี้ไม่จำเป็นต้องดูทั้งหมด
 แกล้งทำเป็นตาบอดบ้างจะให้คุณ
 สิ่งในโลกนี้ไม่จำเป็นต้องฟังทั้งหมด
 แกล้งทำเป็นหูหนวกบ้างจะให้คุณ
 สิ่งในโลกนี้ไม่จำเป็นต้องพูดทั้งหมด
 แกล้งทำเป็นคนโง่บ้างจะให้คุณ
 สิ่งในโลกนี้ไม่จำเป็นต้องจำได้ทั้งหมด
 แกล้งทำเป็นลืมนิดบ้างจะให้คุณ
 สิ่งในโลกนี้ไม่จำเป็นต้องเข้าใจทั้งหมด
 แกล้งทำเป็นโง่เขลาเบาปัญญาบ้างจะให้คุณ
 สิ่งในโลกนี้ไม่จำเป็นต้องชนะไปทั้งหมด
 แกล้งทำเป็นพ่ายแพ้อย่างหมดรูปเสียบ้างจะให้คุณ

บทที่ ๑๗๓

เมื่อทำความดีแต่ละครั้ง
จิตใจอึมเิบเปิดบานปีติรื่นเริง
เมื่อทำความชั่วแต่ละครั้ง
จิตใจก็ห่อเหี่ยวเป็นทุกข์กระวนกระวายใจ
เส้นทางของความดีนั้นสว่างสวยใส
เส้นทางของความชั่วนั้นอับทึบหม่นหมอง
ความดีเมื่อทำแล้วผู้ทำย่อมภูมิใจ
จิตใจเป็นสุขร่มเย็น
อานิสงส์ของการสร้างคุณดีนั้นให้ความสุขใจก่อนอื่น
หลังจากนั้นจะนำมาซึ่งความประเสริฐอีกมากมาย
ใจย่อมเป็นสิ่งสำคัญที่สุดของมนุษย์
ใจดีย่อมเกิดผลดีที่สุด
ใจเสียย่อมเกิดผลเสียที่สุด
เมื่อทำชั่วนั้นใจย่อมเสีย
เมื่อใจเสียแล้วจะเหลืออะไรเล่า
จงอย่าประมาทในชีวิต
ความตายก็รุกรานเข้ามา จะเอาอะไรเป็นที่พึ่ง

บทที่ ๑๗๔

สตินั้นให้ตั้งมั่นในปัจจุบันอารมณ์
 ฐานที่ตั้งแห่งสติคืออารมณ์ปัจจุบัน
 อารมณ์อดีตอนาคตไม่เป็นที่ตั้งแห่งสติ
 กำหนดความรู้สึกที่กายจะได้ปัจจุบันอารมณ์
 ความรู้สึกที่กายจะเป็นปัจจุบันอารมณ์ตลอด
 จงกำหนดสติที่กาย
 กำหนดสติที่ลมหายใจเรียกว่าอานาปานสติ
 กำหนดสติที่การเคลื่อนไหวของกายเรียกว่าเจริญสติใน
 อิริยาบถ

สติในปัจจุบันอารมณ์มีค่าอย่างยิ่งต่อท่านผู้ปฏิบัติธรรม
 จะเป็นจุดเริ่มต้นแก่กรรมฐานทั้งหลาย
 จะเป็นบ่อเกิดของธรรมทั้งหลายมีโพธิปักขิยธรรม ๓๗ เป็นต้น
 ถ้าปล่อยใจไปอดีตอนาคตจะเป็นที่ตั้งแห่งธรรมไม่ได้
 ปัจจุบันอารมณ์เป็นที่ทำงานของท่านผู้ปฏิบัติธรรม
 ปฏิบัติไปถึงไหนก็อย่าทิ้งปัจจุบันอารมณ์
 ปัจจุบันอารมณ์เป็นตาน้ำแห่งธรรมทั้งปวง

บทที่ ๑๗๕

เมื่อได้ผลประโยชน์อะไรแล้วหวงแหนเอาไว้เฉพาะตัว
ไม่รู้จักขวนขวายเอื้อเพื่อแผ้วแผ้งบั้น
ผู้นั้นกำลังสร้างศัตรูแวดล้อมอยู่รอบตัว
กำลังพัฒนาสาเหตุของความตกอับให้เกิดขึ้น
เมื่อรู้จักเอื้อเพื่อแผ้วแผ้วจะมีมิตรอยู่รอบตัว
สมบัติทั้งหลายเป็นของคู่โลก
เราเกิดก็ไม่ได้เอามา เราตายก็ไม่ได้เอาไป
รู้จักใช้สมบัติของโลกเพื่อสร้างมิตรภาพให้เกิดขึ้น
เป็นการลงทุนน้อยแต่ได้ผลประโยชน์คุ้มค่า
สมบัติของผู้ตระหนี่กลายเป็นของไร้ค่า
หวงแหนเอาไว้ก็ไม่สามารถนำเข้าไปด้วย
เกื้อกูลผู้อื่นบ้าง ใจจะเกิดสุข
รู้จักแต่หวงแหนตระหนี่ จะมีแต่ความทุกข์



บทที่ ๑๗๖

คนทั้งหลายขอปลื้มคนที่สำคัญที่สุดในชีวิต
 ผู้นั้นคอยช่วยเราทุกเรื่องเราจึงไม่ใส่ใจ
 เราคิดแต่จะเอาใจคนอื่นไม่เคยสนใจคนที่ เป็นห่วงเราตลอด
 เขาช่วยเราด้วยน้ำใจรักอันบริสุทธิ์เราเลยเห็นเขาเป็นของตาย
 ของตายที่เราไม่ต้องสนใจใส่ใจเลยก็ได้
 บุคคลผู้หนึ่งคิดจะปลุกต้นไม้
 ขวนขวายแต่การบำรุงกิ่งใบไม่เคยสนใจบำรุงราก
 บุคคลผู้นี้คือคนโง่เขลาเบาปัญญา
 คนโง่จะไม่สนใจบำรุงคนที่ เป็นต้นเหตุแห่งความเจริญ
 คิดแต่จะเอาอกเอาใจคนอื่นโดยไม่เคยใส่ใจความรู้สึกของ
 บุพการี

คนอกตัญญูในโลกนี้เป็นคนโง่เขลาเบาปัญญาทั้งสิ้น
 ปลุกต้นไม้แต่ไม่เคยใส่ใจบำรุงราก
 คนกตัญญูยอมใส่ใจเอื้อเฟื้อบำรุงบุพการี
 ความกตัญญูนั้นเกิดมาจากความเฉลียวฉลาด
 ความกตัญญูนั้นกลั่นมาจากญาณปัญญาที่คมกล้าที่สุด
 เพราะความโง่เขลาเบาปัญญาจึงกลายเป็นคนอกตัญญู
 คนอกตัญญูคือคนโง่ คนกตัญญูคือคนฉลาด

บทที่ ๑๗๗

ความเห็นผิดนั้นมีโทษภัยใหญ่หลวงนัก
ทำให้หลุดพลาดไปจากทางเจริญ
ทำให้ต้องหลงไปสู่เส้นทางหายหน้า
นำไปสู่ทิศทางลงเหว
เดินไปเส้นทางทุกข์โดยเข้าใจว่าเป็นสุข
ทำให้ต้องจับมีดทางคม
ถูกหลอกให้เอามือจับถ่านไฟ
ความเห็นผิดนั้นมีโทษภัยใหญ่หลวงนัก
ท่านผู้เป็นบัณฑิตพึงสมาทานสัมมาทิฐิให้มั่นคง
พร้อมทั้งเผยแพร่สัมมาทิฐิให้มั่นคงแพร่ขยายในโลก
ธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นคลังของสัมมาทิฐิ
บัณฑิตย่อมมีศรัทธาในธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่าง
มั่นคง
พยายามเกื้อหนุนให้พระธรรมแพร่ขยายตั้งมั่นมั่นคงในโลก
เพื่อประโยชน์อันสูงสุดแก่ตนและผู้อื่น
เพื่อความร่มเย็นเป็นสุขของโลกธาตุ
พระธรรมแพร่ไปที่ใดที่นั่นย่อมสุขเย็นเป็นอเนกประการ
สัมมาทิฐิช่วยมิให้โลกเข้าสู่กลียุค

บทที่ ๑๗๘

ชีวิตย่อมมีขึ้นมีลง ชั่วเจ็ดที่ดีเจ็ดหน
 สมบูรณ์พูนสุขอาจไม่อยู่ตลอด ความตกต่ำอาจมาเยือน
 เวลาได้ดีมีสุขอย่าหลงระเริงลืมนอน
 อย่าคิดแต่จะตอบสนองความต้องการของตนฝ่ายเดียว
 เมื่อเราได้ดีแล้วจงเปิดทางรอดให้คนอื่นบ้าง
 จะทำให้เราไม่เจอทางตัน
 เมื่อเราเป็นสุขแล้วจงช่วยให้คนอื่นพ้นทุกข์บ้าง
 จะทำให้เราไม่เจอทางตกต่ำ
 เมื่อเราริมแล้วจงช่วยให้คนอื่นพ้นจากความหิวโหยบ้าง
 จะทำให้เราไม่เจอความตกอับ
 คนเรานั้นถ้าทำอะไรออกไป ก็จะได้กลับคืนมาอย่างนั้น
 ถ้าเราใจดำกับผู้อื่น เขาก็จะใจดำกับเรา
 ถ้าเราใจดีกับผู้อื่น เขาก็จะใจดีกับเรา
 จงเมตตาต่อผู้อื่นบ้าง อย่าสนใจแต่ความต้องการของตนเอง
 จงรู้จักอกเขากเรา เอาใจเขามาใส่ใจเรา
 ผู้เห็นแก่ตัวจะไม่สามารถเจริญยั่งยืน

บทที่ ๑๗๙

อย่าไปกลัวผีที่ไหน
ผีที่ร้ายที่สุดอยู่ที่ใจเราชั่ว
เมื่อใจเราชั่วจะกลายเป็นผีร้ายเสียเอง
ต้องไปสู่อบายภูมิอันเป็นแหล่งรวมจิตวิญญาณชั้นต่ำ
ไม่มีใครสามารถทำให้เราลงสู่ที่ต่ำได้เท่ากับใจเราชั่ว
คนไร้ค่าจะกลัวแต่สิ่งเลวร้ายภายนอกไม่กลัวความชั่วในใจตน
เหมือนกับกลัวแต่เครื่องภายนอกเลยเข้าไปหลบในบ้านที่ไฟ
ไหม้

ถ้าบ้านไฟไหม้จะเดือดร้อนยิ่งกว่าโดนแดดเผา
ถ้าใจเราเลวก็เสียทุกอย่าง
ถ้าใจเราชั่วก็หาที่พึ่งอื่นไม่ได้
จงละอายต่อบาปในใจตน จงเกรงกลัวต่อบาปในใจตน
พึงมีศรัทธายิ่งยวดในการละชั่วประพฤติดี
ถ้าจิตเราดีเชื่อว่าทำลายผีตัวใหญ่ไปเสียได้
เมื่อจิตเราดีก็คือการทำลายขุมนรกเสียสิ้น
อย่ากลัวอะไรให้มากกว่าความชั่วในใจตัวเอง
อย่าชื่นชมศรัทธาอะไรให้มากกว่าความดีในใจตัวเอง

บทที่ ๑๘๐

การสร้างกุศลนั้นให้ตั้งใจกระทำเพื่อพัฒนาจิต
 อย่าทำกุศลเพื่อชื่อเสียงเกียรติยศ
 อย่าทำกุศลเพื่อเอาหน้าเอาตา
 ทำความดีให้บริสุทธิ์
 จงมีศรัทธาในความดีแล้วทำไป
 ทำความดีเพื่อความดี
 เพราะว่าความดีนั้นสูงค่ายิ่งแล้ว
 จะทำความดีเพื่อไปแลกของที่มีราคาต่ำกว่ากระนั้นหรือ
 จงศรัทธาในความดี
 แล้วความดีจะอุ้มชูเราอย่างอัศจรรย์
 ธรรมะย่อมคุ้มครองรักษาผู้ประพฤติธรรม
 ขอเพียงแต่ว่าทำให้จริง
 ทำจริงได้ของจริง
 ทำเล่นได้ของเล่น
 ธรรมะของพระพุทธเจ้าสามารถทำพิสูจน์ได้ทุกกาลสมัย
 ขอเพียงให้เรามีศรัทธาจริงแล้วทำให้จริง
 ประพฤติธรรมเพื่อธรรมอย่าเป็นอย่างอื่น

บทที่ ๑๘๑

วันเวลาที่ผ่านมาของคนย่อมนำมาซึ่งประสบการณ์
จงสร้างสมประสบการณ์ด้วยอุดมการณ์แห่งความซื่อตรง
ใจคดย่อมจะนำไปสู่ประสบการณ์คิด
ประสบการณ์คดย่อมนำไปสู่ชีวิตที่คิด
มีชีวิตเสพสุขไปวัน ๆ แต่หาความภาคภูมิใจไม่ได้
ชีวิตจะมีประโยชน์อะไร?
ถ้าระลึกถึงชีวิตตนเองแล้วต้องละอายแก่ใจทุกครั้ง
สมบัติที่คิดโกงมาจะช่วยอะไรได้
ความซื่อสัตย์ซื่อตรงจะสร้างความภาคภูมิใจให้ตนเองได้
ถึงไม่มีใครเคารพ ยังสามารถไหวตัวเองได้สนิทใจ



บทที่ ๑๘๒

ทุกครั้งที่เราทรยศคดโกง
 จิตวิญญาณของเราจะซึมซับความเจ็บปวดเดือดร้อน
 เพียงแต่ว่าบุคคลผู้นั้นไม่รู้สึกรู้ตัว
 เมื่อบุคคลรับสารก่อกบฏร้ายเข้าสู่ร่างกาย
 บุคคลผู้นั้นมิได้ทราบเลย
 แต่ร่างกายกำลังดำเนินไปสู่ความเดือดร้อน
 จิตวิญญาณของคนทุกคนโหยหาคุณงามความดี
 แต่คนบางคนไม่มีปัญญาล่วงรู้
 จึงทำแต่ความชั่วอยู่ทุกเมื่อเชิ้อวัน
 จิตวิญญาณของเขาย่อมเสื่อมคุณภาพลงทุกที
 อบายภูมิคือจุดหมายของจิตวิญญาณที่เสื่อมคุณภาพ
 จงรู้สำนึกก่อนที่จะสายเกินไป



บทที่ ๑๘๓

ท่านผู้ใจสูงในโลกนี้จะสร้างประโยชน์ใหญ่แต่ใช้ชีวิตเรียบง่าย
เมื่อคิดจะช่วยเหลือส่วนรวมก็ยังไม่อยากล่วงเกินผู้อื่น
เมื่อคิดจะให้ก็ยังไม่อยากเอาเปรียบใคร
เมื่อคิดจะช่วยเหลือคนก็ยังไม่อยากให้ใครเดือดร้อนเพราะ
ตัวเอง

เมื่อเมตตายิ่งใหญ่จึงชวนขวยมอบสิ่งที่ตัวเองมีให้แก่โลก
โดยพยายามเรียกร่องทองคืนให้น้อยที่สุด
เมื่อยิ่งให้ก็ยิ่งอยากสละ
เห็นรอยยิ้มคนอื่นแล้วปลื้มใจยิ่งนัก
เมื่อได้ช่วยใครก็ไม่คิดทวงบุญคุณ
ยิ่งใจสูงก็ยิ่งถ่อมตน
มีอะไรก็อยากจะทำให้ออกไปอย่างเดียว
สร้างประโยชน์ยิ่งใหญ่แก่มวลชน
แต่ใช้ชีวิตเรียบง่าย



บทที่ ๑๘๔

ท่านผู้เป็นมหาบุรุษ
 เมื่อกินอิมจะเป็นห่วงคนหิวโหย
 ในยามลมหนาวจะเป็นห่วงผู้ไร้ผ้าห่ม
 ท่านผู้เป็นมหาบุรุษย่อมมีจิตเมตตาหาประมาณมิได้
 เมตตาผู้อื่นเท่ากับเมตตาตนเอง
 เมตตาบุตรผู้อื่นเท่ากับเมตตาบุตรตนเอง
 สามารถสละความสุขของตนได้เพื่อประโยชน์สุขของมวลชน
 สามารถทนทุกข์ยากลำบากเข็ญแต่มีต้องการเบียดเบียนผู้ใด
 ยินดีในการให้มากกว่าการครอบครอง
 ยินดีในการสละมากกว่าการหวงแหน
 ในใจของคนทุกคนก็มีท่านผู้เป็นมหาบุรุษแทรกอยู่
 เพียงรอคอยวันเปิดประตูใจเชิญท่านออกมาเท่านั้น
 คนธรรมดาอย่างเราก็ออกมาทำความดีที่ยิ่งใหญ่ได้



บทที่ ๑๘๕

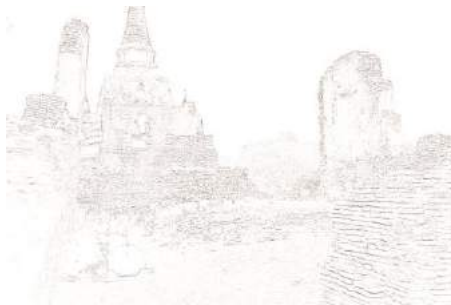
อย่าไปสนใจว่าเดินมาถึงไหนแล้ว
จงสนใจว่าเดินไปในทิศทางขึ้นหรือทิศทางลง
มีแต่ความเพียรพยายามอย่างเดียวไม่ได้
จะต้องมีสัมมาทิฐิคือความเห็นชอบด้วย
เพราะว่าสัมมาทิฐิคือตัวนำส่งไปสู่ทิศทางขึ้น
จงรักษาตนให้อยู่ในทิศทางขึ้น
แม้จะต้องฝ่าฝืนสันดานเดิมอย่างยากลำบาก
เมื่อเดินขึ้นสู่ที่สูงจะต้องลำบากเป็นธรรมดา
แต่จะให้ผลอย่างคุ้มค่า
ลงที่ต่ำง่ายสบายก็จริงอยู่
บัณฑิตทั้งหลายหายินดีไม่
อดทนอดกลั้นในทางขึ้นดีกว่าเบาสบายในทางลง
ค่าของคนอยู่ที่การพัฒนาตน
เหนื่อยนักก็พักเหนื่อย
แต่อย่าเลิกล้ม

บทที่ ๑๘๖

อยามองโลกอย่างสุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง
 สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลง
 เรื่องราวทั้งหลายพลิกแพลงไปได้
 สิ่งทั้งปวงเมื่อขึ้นสูงสุดจะต้องลง
 เมื่อลงถึงที่สุดจะขึ้น
 ขึ้นไปก็เพื่อจะลง ลงไปก็เพื่อจะขึ้น
 ร้อนเพื่อจะเย็น เย็นเพื่อจะร้อน
 ในที่เย็นจะมีร้อน ในที่ร้อนจะมีเย็น
 ตะวันขึ้นสูงสุดจะต่ำลง
 มีดถึงที่สุดอรุณจะฉายแสง
 สิ่งทั้งปวงเมื่อมองด้วยปัญญาจะเห็นเป็นเพียงมายาภาพ
 อย่านไปยึดสิ่งใดเป็นจริงเป็นจัง
 สิ่งใด ๆ ก็ไม่เที่ยงแท้
 แปรปรวนเปลี่ยนแปลงได้ตลอด

บทที่ ๑๘๗

อย่าให้คะแนนในสิ่งใดว่าแน่นอนร้อยเปอร์เซ็นต์
ประสาทสัมผัสของมนุษย์นั้นอ่อนด้อยนัก
ความลำเอียงเข้าข้างตัวเองหรือเพราะสิ่งรักสิ่งเกลียดก็มีบ้าง
กระดาษห่อที่ทำให้ไม่อาจเห็นเนื้อในก็ด้วย
สิ่งเหล่านี้ทำให้การรับรู้ยังไม่แน่นอน
นอกจากนั้นสิ่งทั้งหลายยังไม่แน่นอนเปลี่ยนแปลงได้
ที่เคยดีก็เสียได้
ที่เคยเสียอาจได้รับการแก้ไขไปแล้ว
บัณฑิตรู้ความไม่เที่ยงของสิ่งทั้งหลายดังนี้
จึงเปิดช่อง "ไม่แน่" ไว้ให้ปัญญาด้วย
ที่ว่าแน่ ๆ อาจพลาดได้
แม้ตั้งทัพอยู่ในที่มั่นคงที่สุดแล้วก็จงอย่าปิดทางถอย
คนฉลาดจะเตรียมช่องทางไว้เผื่อความพลาดพลั้งที่คาดไม่ถึง
ไม่มีอะไรแน่นอนร้อยเปอร์เซ็นต์



บทที่ ๑๘๘

ทางสายกลางที่พระพุทธเจ้าตรัสสอน
 คือไม่สุดโต่งไปข้างใดข้างหนึ่ง
 เมื่อรักชอบมากจะสุดโต่งไปข้างหนึ่ง
 ย่อมหวงแหนหมกมุ่นผูกมัด
 เมื่อเกลียดโกรธมากจะสุดโต่งไปข้างหนึ่ง
 ย่อมอาฆาตเคียดแค้นหวังทำลาย
 ขณะที่อยู่ในอารมณ์รักมากและโกรธมากย่อมไม่สนใจเหตุผล
 ขณะนั้นปัญญาย่อมดับถูกเก็บไม่ได้ใช้งาน
 สุดโต่งทั้ง ๒ ข้างย่อมเป็นหนทางผิดพลาด
 พระพุทธองค์ตรัสสอนให้หลีกเลี่ยง
 ควรนำจิตเข้าสู่เส้นทางสายกลางอันประกอบด้วยสติและ
 ปัญญา
 ไม่โอนเอนไปตามความชอบความชัง
 ทำหน้าที่ให้สมบูรณ์อย่างเต็มที่ไปตามเหตุและผลอันสมควร
 ทางสายกลางจะนำไปสู่ความสำเร็จ
 จงดำเนินชีวิตไปด้วยสติและปัญญา

บทที่ ๑๘๙

เวลามีปัญหาอะไรอย่าเพิ่งคิดให้ตัวเองกลุ้ม
เมื่อใจกลัดกลุ้มจะไม่มีแรงไปแก้ปัญหา
มีเรื่องราวอะไรขึ้นมาจงแก้ไขให้คลายทุกข์ก่อน
ใจที่ดีคือองค์ประกอบแรกในการแก้ปัญหาทั้งหลาย
ถ้ามีเครื่องมืออุปกรณ์ครบแต่ใจเสียหายจะทำให้ปัญหาใหญ่ขึ้น
จงมองโลกในแง่ดีไว้ก่อนจะคลายกลุ้ม
ปัญหาทั้งปวงมีทางออกเสมอ
เดิมทีเวลาเกิดมาเราไม่ได้เอาอะไรมาเลย
เมื่อสูญเสียบางอย่างไปบ้างจงอย่าเห็นเป็นเรื่องใหญ่
เมื่อยามใกล้ตายขาสองแขนสองยังบังคับบัญชาไม่ได้
ฉะนั้นถ้าควบคุมบางการอะไรไม่ได้จงอย่ากลุ้มให้มาก
มีโอกาสได้สัมผัสสายลมแสงแดดก็ดีแล้ว
จะไปเอาอะไรให้มาก
จงทำจิตให้ผ่องใสแล้วทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด
นี่คือเคล็ดลับของการแก้ปัญหาใหญ่

บทที่ ๑๙๐

ต้องมีเมตตาประกอบกับอุเบกขาจึงช่วยคนสำเร็จ
 ถ้ามีแต่เมตตาจะตะบี้ตะบันช่วย
 เขาจะระแวงถึงจุดประสงค์การช่วยของเราว่าต้องการอะไร
 หรือมิเช่นนั้นก็เกินเลยกาลเทศะทำให้การช่วยไม่เป็นผล
 จงรู้จักนั่งวางเฉยเพื่อดูตาม้าตาเรือดูกาลเทศะ
 จงรู้จักสงบนิ่งรอคอยโอกาสอันสมควรที่จะเข้าไปช่วย
 คิดแต่จะตะบี้ตะบันช่วยจะเกิดผลเสียมากกว่าผลดี
 เขาไม่ต้องการกินข้าวเราไปเคี้ยวข้าวบ้วนใส่ปาก
 เขาไม่ต้องการกลืนอาหารเราเอาไม่ไปกระหุงคอก
 ทำอย่างนี้ก็ได้แต่เขาจะไปอ้วกทิ้ง
 คิดช่วยใครต้องรู้จักนั่งเฉยสงบรอคอยโอกาสอันเหมาะด้วย
 จะปล่อยให้เมตตาออกไปทำงานสงเดชะไม่ได้
 ต้องใช้อุเบกขาความวางเฉยไปกำกับมีปัญญาไปควบคุม
 ต้องยอมรับด้วยว่าสัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม
 แม้เราปรารถนาดีต้องการช่วยใครแต่ถ้าเกินวิสัยก็ต้องวางเฉย
 อย่าเอาเมตตาไปฝืนกฎแห่งกรรมที่ว่าทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว
 จะไม่สามารถฝืนได้สำเร็จ แล้วเราจะต้องเดือดร้อนด้วย

บทที่ ๑๙๑

ตื่นตื่นอย่างมาก
เมื่อเรื่องตื่นตื่นผ่านไปจะรู้สึกเศร้าสร้อยอย่างแรง
ลึงโลดอย่างมาก
เมื่อเรื่องลึงโลดผ่านไปจะรู้สึกเหงาหงอยอย่างแรง
เป็นสุขอย่างมาก
เมื่อเรื่องเป็นสุขผ่านไปจะรู้สึกเป็นทุกข์อย่างแรง
ผู้ที่อยู่ในวิถีชีวิตที่บำรุงบำเรอตนอย่างยิ่งมิใช่จะดี
ธรรมชาติชีวิตของมนุษย์นั้นเหมือนสปริง
ยิ่งดึงออกไปยาวจะยิ่งหดเข้ามาอย่างแรง
ผู้มีชีวิตที่ฟุ้งเฟ้อเห่อเหิมจึงเป็นโรคประสาทกันทั่วหน้า
อยู่อย่างพอเพียงมักน้อยสันโดษดีกว่า
เรียบง่ายจึงจะพบสุขเบาสบาย
ตื่นตื่นลึงโลดจะพบสุขเร้าร้อนแผดเผา
ชีวิตที่เรียบง่ายอย่างธรรมชาติธรรมดาเป็นที่พอใจของบัณฑิต
มีมากก็รู้จักให้ทานออกไปบ้าง
เสพเสวยมากมิใช่ของดี
ปรนเปรอบำรุงบำเรอจะเป็นพิษร้ายแก่จิตใจในภายหลัง

บทที่ ๑๙๒

ความสดชื่นรื่นเริงและความเศร้าโศกเสียใจนั้นเป็นมายา
 บัณฑิตย่อมตั้งจิตเป็นกลาง
 ไม่หวนไหว้ขึ้นลงต่อสถานการณ์ใด ๆ
 เป็นผู้ทำหน้าที่ของตนอย่างสมบูรณ์อย่างซื่อสัตย์
 มีความภาคภูมิใจที่ได้สร้างประโยชน์สุขแก่มวลชน
 ไม่สนใจความมากมายของผลประโยชน์ตอบแทนส่วนตน
 เป็นผู้ที่มีสายตายาวไกลจึงคิดให้มากกว่ารอคอยรับผล
 ผู้สร้างโลกจะเข้มแข็งขึ้นทุกวัน
 ผู้เสพเสวยโลกจะอ่อนแอลงทุกวัน
 อยู่ที่ได้ก็ตามจึงคิดแต่จะให้ คิดแต่จะช่วยเหลือเกื้อกูล
 สิ่งที่เราให้ออกไปนั้นแลมีอันสงส์ยิ่งใหญ่ในใจของผู้มีศรัทธา
 จงศรัทธาในความดีแล้วกระทำอย่าย่อท้อ
 การได้สร้างประโยชน์ต่อผู้อื่นจะเติมเต็มใจของบัณฑิต
 ชีวิตที่ได้มีโอกาสให้จะอิมเอบเบิกบานใจด้วยปิติ
 คนที่ร่ำรวยบุญกุศลนั้นจิตใจจะเป็นสุขยิ่ง
 คนที่ร่ำรวยเงินทองนั้นไม่แน่ว่าจิตใจจะมีความสุข
 อย่าท้อแท้ท้อถอยในการสร้างความคิดดี

บทที่ ๑๙๓

ผู้โลกมากในทรัพย์สินคือพวกบ้าหอบฟาง
ผู้โลกในชื่อเสียงเกียรติยศคือพวกติดใจเสียงกบเขียด
ผู้ไม่รู้จริงเข้าใจว่าสมบัติในโลกมีอยู่จริง
ทั้งที่สิ่งทั้งปวงเป็นมายา
ล้วนผ่านมาผ่านไปไม่มีใครเอาไปเมืองผี
ล้วนแต่เป็นมายาภาพฉาบฉวย
หลงติดไปก็เพราะไร้ปัญญา
จะนำพาทุกข์เข็ญมาให้
มีอะไรมากมายไม่สู้้อย่างมักน้อยสันโดษ
มีสมบัติกองท่วมหัวไม่สู้การประพฤติซัดเสลา
พวกมีสมบัติมากก็ยิ่งโหยหิว
อะไรก็เต็มได้แต่ค้นหาความอยากไม่มีเต็ม
โหยหิวกระหายอยากได้ไม่รู้จบไปจนตาย
ถ้าไม่รู้จักพอยังมีมากก็ยิ่งเครียด
อยู่อย่างไร จะรู้สึกว่าเขาแก่แก่แท้ของชีวิต
รู้จักพอเพียง จะพบสุขอยู่แต่เอื้อม
อย่าเป็นพวกวิ่งไล่จับเงาตนเอง

บทที่ ๑๙๔

กายนี้เวลาเกิดมาก็ไม่ได้เอามาเวลาตายไปก็ไม่ได้เอาไป
เป็นดินน้ำไฟลมของโลกมาประกอบเพื่ออาศัยใช้ชั่วคราว
ตั้งแต่ศีรษะจรดเท้าไม่มีตัวเราของเราเป็นเพียงธาตุของโลก
เมื่อจิตวิญญาณมาเกิดในโลกมนุษย์ย่อมนำธาตุของโลกมา
ประกอบ

จิตวิญญาณมาอาศัยเพื่อเป็นเครื่องมือใช้งานในโลกมนุษย์
เมื่อใดที่หมดเวลาในโลกมนุษย์ก็ทิ้งร่างกายซึ่งเป็นเครื่องมือไว้
ยอมสมมุติกันว่าตาย แต่จริงไม่มีใครตายเป็นเพียงทิ้ง
เครื่องมือไว้

เมื่อบุคคลกินข้าวยอมหยิบเอาช้อนมาใช้งานเมื่อเลิกกินก็ทิ้ง
ช้อนเอาไว้

ช้อนเป็นเครื่องมือสำหรับใช้งานเมื่อเลิกใช้งานก็ทิ้งเอาไว้ตรง
นั้น

เช่นเดียวกับจิตวิญญาณที่ทิ้งกายเอาไว้แล้วไปเกิดในภพภูมิ
อื่น

เมื่อบุคคลกินข้าวเสร็จทิ้งช้อนเอาไว้เราจะร้องไห้กับช้อน
หรือไม่

กายนี้เป็นเพียงเครื่องมือเพื่อใช้งานในเมืองมนุษย์เมื่อหมด
เวลาก็ทิ้งไป

กายนี้เป็นธาตุของโลกไม่มีตัวเราของเราไม่มีคนสัตว์หญิงชาย
ผู้มีวิปัสสนาปัญญายอมถอนอุปาทานความยึดมั่นออกจากกาย

กายนี้ไม่ใช่ของเราเป็นเพียงเครื่องมือมาอาศัยใช้ในเมือง
มนุษย์

เมื่อจิตวิญญาณหมดเวลาที่จะเสวยภพภูมิของมนุษย์ก็ทอดทิ้ง
ร่างกายไว้

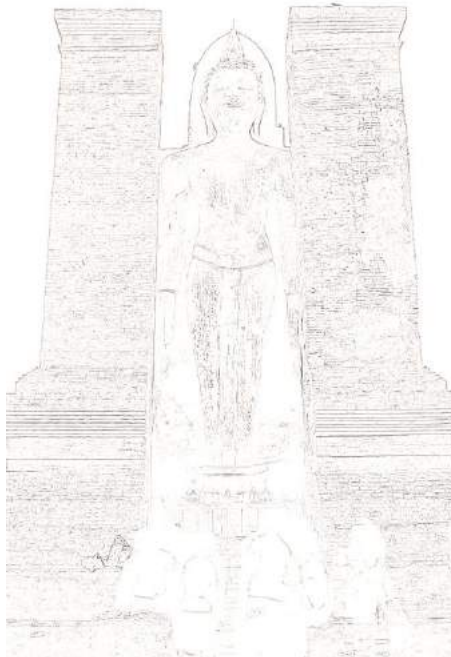
ธาตุสี่ดินน้ำไฟลมย่อมสลายคืนไปสู่โลก

ไม่ได้เอามาไม่ได้เอาไปไม่ใช่ตัวเราไม่ใช่ของเรา

จงพิจารณาให้เห็นซึ่งถึงความจริงอย่าหลงมัวเมาอยู่

จงถอนความยึดมั่นถือมั่นออกจากกายให้ได้

จะนำจิตไปสู่วิมุตติหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง



บทที่ ๑๙๕

จะเกณฑ์ให้สภาพแวดล้อมบริสุทธ์เพื่อเรานั่นเป็นไปได้
 ธรรมชาติของโลกนี่คือความบกพร่อง
 ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา คือข้อบกพร่อง
 อย่าแสวงหาสิ่งสมบูรณ์แบบเพราะว่าจะผิดหวัง
 การแสวงหาสถานปฏิบัติธรรมที่ได้อย่างใจเราทุกอย่างนั้น
 ถ้ามีแต่หาจะไม่มีโอกาสได้ปฏิบัติธรรม
 ในที่บกพร่องนั้นแหละจงฝึกฝนตนเองไปก่อน
 ความสมบูรณ์แบบจะไม่กระตุ้นให้เกิดกลไกของการปฏิบัติ
 ธรรม

ในความบกพร่องจะทำให้ได้พบทุกข์
 ผู้ใดเห็นทุกข์ผู้นั้นเห็นธรรม
 ปัญญาจะมากับสถานการณ์ขัดข้องขัดแย้ง
 ชีวิตที่ราบรื่นไม่นำพาให้เกิดปัญญา
 ความราบรื่นทำให้กลายเป็นคนอ่อนแอ
 จงฝึกฝนการกำหนดสติในปัจจุบัน
 รราบรื่นหรือขัดข้องก็จงกำหนดสติลงในปัจจุบัน
 อย่าแสวงหาสถานการณ์ จงเรียนรู้ด้วยการหยั่งรู้ในปัจจุบัน
 การปฏิบัติธรรมนั้นมิใช่เพื่อครอบครองโลก
 จึงไม่ต้องไปจัดระเบียบโลก
 การปฏิบัติธรรมนั้นหยั่งรู้โลกเพื่อรู้แจ้งโลกและไม่ทุกข์กับโลก

บทที่ ๑๙๖

ที่ใดมีสิ่งดีจะมีสิ่งชั่วไปแอบแฝง
นี่เป็นเรื่องธรรมดา
ที่ใดมีคนดีมากที่นั่นย่อมเป็นที่ยอมรับนับถือ
มวลชนย่อมเห็นดีเห็นงามเคารพศรัทธา
สถานที่นั้นย่อมสมบูรณ์ด้วยลาภผล
เมื่อมีลาภผลคนชั่วย่อมอาศัยแอบแฝงมาหากิน
คนชั่วย่อมเข้ามาเพื่อแอบคนดีใช้บังหน้า
เมื่อใช้คนดีบังหน้าย่อมช่วยให้หากินคล่อง
ฉะนั้นที่ใดมีคนดีจะมีคนชั่วมาแอบแฝงเป็นธรรมดา
อย่าปล่อยให้เรื่องคนชั่วที่มาแอบแฝงทำให้เราหมดกำลังใจ
สังคมจะเสียหายถ้าคนดีท้อแท้
ยังมีคนชั่วแทรกเข้ามาคนดียิ่งต้องสร้างความดีให้หนัก
อย่าท้อแท้ท้อถอยทอดใจเลิกสร้างความดี
มิเช่นนั้นสังคมจะยิ่งพัง
คนชั่วย่อมมีหน้าที่ทำลายนั้นเป็นเรื่องธรรมดา
เราจงสมาทานการเป็นผู้สร้างต่อไปอย่าท้อแท้
เมื่อมีโรคอย่าหมดกำลังใจที่จะกินยา
ถ้าไม่กินยาจะเดือดร้อนหนักยิ่งขึ้นไปอีก

บทที่ ๑๙๗

กฎกรรมตาของโลก

มีเหตุต้องมีผล

การเชื่อว่ามีเหตุต้องมีผลนั้นคือสัมมาทิฐิ

การเชื่อดังนี้นำมาสู่ปัญญาญาณอันยิ่งใหญ่

เป็นปัญญาอันเห็นชอบ

เมื่อสร้างเหตุแล้วผลย่อมเกิดแน่

เมื่อสร้างเหตุชั่วแล้วผลชั่วย่อมเกิดแน่

เมื่อสร้างเหตุดีแล้วผลดีย่อมเกิดแน่

ไม่ต้องสงสัยลังเล

เมื่อไม่สงสัยลังเลย่อมสร้างเหตุได้อย่างมั่นใจ

ย่อมมีความศรัทธาในการละชั่วทำดีอย่างแรงกล้า

สร้างเหตุดีอยู่เสมอชีวิตย่อมดีขึ้นแน่

ไม่สร้างเหตุชั่วชีวิตย่อมไม่ตกต่ำ

สร้างเหตุเช่นไรผลย่อมตามมาเช่นนั้น

อย่าลังเลสงสัยในกฎแห่งสังขาร

ทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่วไม่อาจหลีกเลี่ยงไปได้

บทที่ ๑๙๘

ที่ใดมีผลประโยชน์มากที่นั่นจะมีอันตรายมาก
ที่มีค่ามากก็จะมีอันตรายมาก
นี่คือโทษของสมบัติในเมืองมนุษย์
สมบัติในโลกมนุษย์ไม่ใช่สมบัติชนิดที่ไร้ปัญหา
ที่ใดมีสมบัติที่นั่นจะมีปัญหา
ที่ใดมีสมบัติที่นั่นจะวุ่นวาย
ที่ใดมีสมบัติที่นั่นจะอันตราย
บางทีคนไม่ผิดแต่ผิดที่ครอบครองสมบัติ
เพราะครอบครองสมบัติจึงเป็นเป้าให้ถูกทำร้ายทำลาย
สมบัติจะนำมาซึ่งภัย
สมบัติในเมืองมนุษย์มากกับความหวาดหวั่นพรันพรึง
มากกับความเป็นห่วงเป็นใยทุกข์กังวลไม่เป็นอันกินอันนอน
บัณฑิตทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้นย่อมเห็นโทษในมนุษย์-
สมบัติ
ย่อมพยายามตัดอาลัยในมนุษย์สมบัติ
เพราะสมบัติในเมืองมนุษย์มีโทษมาก
ท่านผู้มีปัญญาจึงชวนชาวสร้างบารมีเพื่อเป็นปัจจัยแก้
นิพพานสมบัติ

บทที่ ๑๙๙

เมื่อลำบากอย่าหมดกำลังใจ
 อย่าคิดว่าชะตาชีวิตกลับแกล้ง
 อย่าน้อยใจเสียใจโกรธประชดชีวิต
 คนเราทนได้ทุกอย่าง
 เว้นเสียแต่ว่าจะไม่ยอมทน
 คนเราทำได้ทุกอย่าง
 เว้นเสียแต่ว่าจะไม่ยอมทำ
 ฝึกตนเองให้ขี้นจะกลายเป็นคนนารำคาญ
 ฝึกตนเองให้อดกลั้นจะกลายเป็นคนน่านับถือ
 ชาวโลกจะนับถือคนอดได้ทนได้
 สายตาชาวโลกจะมองดูว่ามีค่า
 ทำอะไรไปตามอารมณ์ดีโพลีดีพายนั่นง่ายนิดเดียว
 แต่จะไม่เกิดประโยชน์อะไรแก่ชีวิต
 เกิดมาฝึกตนดีกว่าปล่อยตัวเองส่งเดชเหมือนสวะลอยน้ำ
 ถ้าไม่อดทน สักวันจะกลายเป็นเศษสวะ

บทที่ ๒๐๐

ความดีและความชั่วที่คนทำ
จะประกาศตัวต่อโลกธาตุ
เราทำความดีที่ใดทำชั่วที่ใด
มันจะประกาศตัวเองให้ได้ยินกระเทือนโลกธาตุ
ไม่มีประโยชน์ในการพยายามปกปิดความชั่ว
ความชั่วที่เราทำย่อมล่องรู้ไปตลอดโลกธาตุ
ในบัญญัติที่เมืองนรกก็จดไว้อย่างละเอียดลออทุกชั้นตอน
ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องประกาศอวดอ้างความดี
ความดีที่เราทำย่อมล่องรู้ไปตลอดโลกธาตุ
ในบัญญัติที่แดนสวรรค์ก็จดไว้อย่างละเอียดลออทุกชั้นตอน
ความชั่วไม่ทำเสียเลยดีกว่า
จงหลีกเลี่ยงการทำชั่วเหมือนหลีกเลี่ยงเสือร้าย
จงมีความละอายต่อบาปเกรงกลัวต่อบาป
ความดีจงทำให้มาก
จงศรัทธาในความดีและบุญกุศล
จงพยายามละความชั่วทำความดีให้ถึงพร้อม
จะเกิดมาไม่เสียชาติเกิด

บทที่ ๒๐๑

ความมีค่าชักนำมาซึ่งศัตรู
 ความสวยงามชักนำมาซึ่งผู้ข่มเหง
 ชื่อเสียงดึงามชักนำคนชั่วมาอาศัยบังหน้าหากิน
 ต้นไม้มีค่าจะถูกตัดโค่น
 สมบัติในโลกมนุษย์นำมาซึ่งปัญหานานับประการ
 บัณฑิตสละสมบัติในโลกออกบรรพชา
 ความขาดแคลนภายนอกสร้างจิตอึดอียบภายใน
 อยู่อย่างไรสร้างความมั่งคั่งในจิต
 มักน้อยสันโดษสร้างจิตที่ร่ารวย
 ความรู้จักพอสร้างความเต็มอึดให้จิต
 การสละนำมาซึ่งจิตใจที่กว้างขวางใหญ่โต
 การแผ่เมตตาส่งความปรารถนาดีไปตลอดโลกธาตุ
 มิใช่ปรารถนาความสุขเฉพาะตนแต่เพื่อสรรพสัตว์ทั้งปวง
 วางจิตเสมอในตนและผู้อื่น
 รักตนเองเช่นไรก็รักบุคคลอื่นเพียงนั้น
 พระพุทธเจ้าอัครจรรย์จริง พระธรรมอัครจรรย์จริง พระสงฆ์
 อัครจรรย์จริง
 การรับพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งอันสูงสุดเป็นความชาญฉลาด
 ที่สุด

บทที่ ๒๐๒

อย่าดีแต่ปาก
ต้องทำให้จริง
คนเรานั้นศักดิ์สิทธิ์อยู่ที่การกระทำ
ไม่ใช่ศักดิ์สิทธิ์อยู่ที่คำพูด
เมื่อพูดจริงทำจริง
คำพูดจึงจะพลอยศักดิ์สิทธิ์ขึ้นมา
คำพูดของคนพูดจริงทำจริงมีสัจจะเท่านั้นที่ศักดิ์สิทธิ์
อย่าพูดอะไรส่งเดช
บุคคลผู้ที่พูดแล้วไม่ทำคือการประกาศลดราคาคำพูดตนเอง
ถ้ามีสัจจะคำพูดจะกระเทือนฟ้าดินได้
ผู้มีสัจจะอธิษฐานในสิ่งใดก็ศักดิ์สิทธิ์
สัจจะบารมีและอธิษฐานบารมีนั้นเกี่ยวคู่ต่อการบรรลุนิพพาน
จำเป็นที่ผู้ปฏิบัติธรรมต้องสร้างสมอบรม
บารมีทั้งสองนี้จะช่วยให้ตัดกิเลสได้เด็ดขาด
คนกลับกลอกจะทำอะไรเด็ดขาดได้หรือ

บทที่ ๒๐๓

ของบางอย่างในโลกแม้ว่าเป็นของดี
 แต่คนเลวก็สามารถเอาไปใช้เพื่อการทำชั่วได้
 ของบางอย่างในโลกแม้ว่าเป็นของเลว
 แต่คนดีก็สามารถเอาไปใช้เพื่อการทำกุศลได้
 เมื่อปัญญาเกิดก็สามารถทำประโยชน์ได้ในทุกสภาวะการณ์
 ไม่มีสิ่งใดที่ดีถาวร ไม่มีสิ่งใดที่ชั่วถาวร
 ไม่มีคนใดที่ดีถาวร ไม่มีคนใดที่ชั่วถาวร
 สิ่งทั้งหลายทั้งปวงในโลกนี้เป็นไปตามเหตุปัจจัย
 บัณฑิตย่อมเป็นผู้ไม่ประมาท
 ย่อมชวนชวายเป็นเหตุดีปัจจัยดีอยู่เสมอ
 ไม่นอนใจกับความดีที่สร้างไว้แล้ว
 ไม่นอนใจกับความชั่วที่ละไปแล้ว
 ถ้าหากประมาทเมื่อใดก็สามารถพลาดทำได้เสมอ
 บัณฑิตย่อมรักษาจิตเหมือนควมคุมพวงมัลลยรถ
 ไม่ประมาทเชื่อนแซแม่สิ่งเล็กน้อย
 ประมาทเพียงเสี้ยววินาทีอาจนำหายนะใหญ่มาได้

บทที่ ๒๐๔

ศีลและทานย่อมเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน
ศีลย่อมควบคุมจิตใจอยู่ในขอบเขต
ทานย่อมช่วยให้จิตมีตัวสละละวาง
เมื่อรู้จักสละละวางก็ไม่ต้องการสิ่งเกินพอดี
การให้ทานทำให้รักษาศีลได้ง่ายขึ้น
การรักษาศีลก็ช่วยให้บำเพ็ญทานได้ง่ายขึ้น
ท่านจึงกล่าวว่า การให้ทานนั้นถ้าผู้ให้มีศีลด้วยอาณิสสงสัยยิ่งมาก
เพราะว่าทานและศีลย่อมเสริมฤทธิ์ซึ่งกันและกัน
ผู้ยินดีในศีลควรยินดีในทานด้วย
ผู้ยินดีในทานควรยินดีในศีลด้วย
จะช่วยเกื้อหนุนความเจริญทางธรรมอย่างใหญ่หลวง
การสละนั้นช่วยให้รอดพ้นจากภัยทั้งปวง
การรักษาศีลช่วยให้สงบสันติร่มเย็นอย่างถาวรมั่นคง
ทานและศีลนั้นย่อมเป็นรากฐานแก่คุณธรรมทั้งปวง
ท่านผู้บำเพ็ญทานและศีลจะบรรลุถึงทุกสิ่งที่ดีที่พึงประสงค์
แม้ปรารถนานิพพานก็จะเข้าถึงในไม่ช้า

บทที่ ๒๐๕

เมื่อเราหวังดีคิดจะสั่งสอนให้ผู้อื่นได้ดี
 จงให้พอประมาณที่เขาจะรับได้ด้วย
 ถ้าให้มากเกินไปขนาดเขาจะรับไม่ได้
 เกิดผลร้ายมากกว่าผลดี
 เวลาเดินจงเดินจำเป็นต้องก้าวเท่ากับก้าวของเด็ก
 ถ้าเราจงเดินตามอำเภอใจเด็กจะล้มหัวแตก
 ป้อนอาหารเด็กต้องได้ขนาดปากเด็ก
 คำใหญ่เกินไปจะมีปัญหา
 หวังดีกับใครก็จริงต้องดูวาสนาเขาด้วย
 ถ้าช่วยหรือให้เกินวาสนาที่เขาจะรับได้ปัญหาก็เกิด
 หาตัวพอเหมาะพอดีให้เจอแล้วช่วย
 ทำจิตเป็นกลาง ๆ ไม่ยินดียินร้ายแล้วช่วย
 อย่าช่วยใครอย่างตะบี้ตะบันช่วย
 เพราะว่าจะพังมากกว่าสำเร็จผล
 เมื่อปรารถนาดีกับใครต้องเอาปัญญามากำกับด้วย

บทที่ ๒๐๖

คนที่ขอขอจนพอนั้นไม่มี
เพราะว่ายิงขอก็ยิงหว
เมื่อจิตหิวจะพอได้ที่ไหน
ยิงตั้งหน้าตั้งตาที่จะขอก็ยิงจน
เมื่อกระหายหิวอยู่จะไม่จนได้อย่างไร
รู้จักพอเมื่อไหร่ก็รวยเมื่อนั้น
คิดให้บ้างเถิดตัวพอจะเกิดขึ้นที่ใจ
ตัวพออยู่ที่ใดที่นั่นจึงจะมีความรวย
รวยหรือจนให้ดูที่ใจอย่าดูที่เงิน
มีเงินมากเท่าไรถ้ายังหิวกระหายก็ยังคงจนอยู่



บทที่ ๒๐๗

เมื่อเราทำความชั่วขึ้นมา
 แม้แต่ตัวเราเองก็ไม่สามารถพึ่งพาอาศัยความชั่วนั้นได้
 แล้วจะเป็นที่พึ่งแก่คนอื่นได้อย่างไร
 เมื่อเราสร้างความดีขึ้นมา
 ความดีนั้นเราจะพึ่งได้
 แล้วยังจะเป็นที่พึ่งแก่คนอื่นได้ด้วย
 ความดีงามเท่านั้นที่จะอุ้มชูโลกอยู่ได้
 ความชั่วช้าเลวทรามไม่สามารถจะอุ้มชูสิ่งใดได้
 ทำนทั้งหลายจงศรัทธาในความดีศรัทธาในบุญกุศล
 จงสร้างความดีขึ้นมาในใจตน
 แล้วเผยแพร่ความดีออกไปให้กว้างขวาง
 โลกนี้จึงจะร่มเย็นเป็นสุข
 อยากให้โลกนี้ดีงามให้เริ่มต้นที่ใจตนเป็นอันดับแรก



บทที่ ๒๐๘

บัณฑิตผู้ฝึกใฝ่อยู่ในการสร้างบารมี
เป็นผู้ยินดีในการให้มากกว่าเรียกร้องขอ
สนใจในการสละมากกว่าการยึดครอง
ปรารถนาความเป็นสุขของผู้อื่นมากกว่าตนเอง
เบิกบานอย่างยิ่งในการเอื้อเพื่อเผื่อแผ่
ชื่นชมในทานการสละเป็นอย่างยิ่งนัก
เมื่อให้สิ่งใดไปย่อมไม่เสียดายภายหลัง
ไม่ให้เพื่อเอาหน้า
ไม่ให้เพื่อเรียกร้องผลประโยชน์
ศรัทธาในกุศลจิตมากกว่าวัตถุข้าวของ
แม้ประสบทุกข์ยากเพราะการให้แต่ใจยังปีติซาบซึ่งในทาน
เจตนาในการจาคะของท่านผู้รู้แจ้งธรรมเป็นเช่นนี้
ท่านจะติดข้องโลกในที่ใด?



บทที่ ๒๐๙

ขุนพลที่กล้าหาญที่สุดจะออกมายอมรับผิดเป็นคนแรก
จะซื้อใจคนได้ก็ตอนที่ออกมารับผิดมิใช่ตอนรับความดี
ความชอบ

แม้ความดีความชอบที่สร้างขึ้นมาเอง
ก็หัดยกให้คนอื่นไปบ้าง
ให้ได้หัวใจคนมาก่อนอย่างอื่นจะตามมาเอง
คนที่ใจกว้างกว่าผู้อื่น
ฝูงชนจะปล่อยให้ขึ้นสู่ที่สูงอย่างเต็มใจ
ไม่มีใครยอมใครถ้าหากไม่เคยซึ่งใจกันมา
คนที่คิดแต่เอาผลประโยชน์เข้าตัวเองใครจะยอมรับ
ตัวเองยังภูมิใจตัวเองได้ยาก
คนอื่นจะไม่ซังน้ำหน้าคนเห็นแก่ตัวได้อย่างไร
ยังไม่รู้จะทำอะไรก็จงฝึกการเป็นผู้ให้เอาไว้ก่อน
เพราะว่าบารมีทั้งหลายเริ่มต้นด้วยทาน
ฝึกตนเป็นผู้ให้จนเป็นนิสัย
แล้วความประเสริฐอย่างอื่นจะทยอยตามมาเอง

บทที่ ๒๑๐

ความแพ้อายและชัยชนะล้วนเป็นเรื่องมายา
การได้และการสูญเสียล้วนเป็นเรื่องมายา
ถ้าตั้งเงื่อนไขในใจตนว่าต้องชนะเท่านั้นแพ้ไม่ได้
นั่นคือการนำจิตไปสู่กรงที่คับแคบ
เมื่อชนะก็ตื่นเต้นโลดตอกดีใจ
เมื่อแพ้ก็เป็นทุกข์เศร้าโศกเสียใจ
ถ้าไม่ตั้งเงื่อนไขในใจตนว่าต้องชนะเท่านั้นแพ้ไม่ได้
จิตใจย่อมเปิดกว้างเป็นอิสระยิ่งนัก
ถ้าชนะขึ้นมาก็อย่างนั้นอย่างนั้นแหละ
ถ้าพ่ายแพ้ก็จะเป็นอะไรไป
แม้การได้และการสูญเสียก็เป็นเช่นเดียวกัน
ถ้าเราไม่ตั้งเงื่อนไขในใจตนว่าต้องได้เท่านั้นสูญเสียไม่ได้
จิตใจย่อมเปิดกว้างเป็นอิสระยิ่งนัก
ไม่เป็นการนำจิตไปสู่กรงที่คับแคบ
โลกนี้เป็นมายาไม่จริงยั่งยืน
เกิดเพื่อดับ พบเพื่อจาก มีเพื่อหมด มาเพื่อไป ชนะเพื่อแพ้
จงชวนชวายสร้างกุศลสร้างความคิดสร้างบุญบารมีให้มาก ๆ
เรื่องราว แพ้-ชนะ ได้-เสีย ในโลกอย่าไปยึดเป็นจริงเป็นจัง

บทที่ ๒๑๑

ความดีนั้นจงทำให้สูงยิ่ง
 แต่ให้แสดงออกต่อสังคมด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตัว
 เราทำดีกับใครให้ลืมไปเสีย
 ใครทำดีกับเราจงจำให้แม่น
 ใครทำร้ายกับเราให้ลืมไปเสีย
 เราเคยร้ายกับใครให้ชวนชวายชดเชยแก้ไข
 อย่าดูความดีของตัวเอง
 อย่าดูความชั่วของคนอื่น
 จงดูความชั่วของตัวเองเสมอเพื่อแก้ไข
 อย่าดูความชั่วของตัวเองเพื่อเอามาเศร้าใจ
 ฝ่าเบื่อนชักได้ เคยผิดพลาดมากก็แก้ไขได้
 ทุกวันต้องชวนชวายละชั่วประพฤดีดี
 ชีวิตต้องดีขึ้นอย่าเลวลง
 แต่จงอย่าทำความดีเพื่อไปข่มขีผู้อื่นว่ากุดีกว่ามึง
 จงอย่าอวดไม้สรรพคุณความดีของตนเอง
 จงประกาศความผิดพลาดบกพร่องของตนเองเสมอ
 อยากพัฒนาตนต้องทำให้จริงอย่าดีแต่ไม้โอ้อวด

บทที่ ๒๑๒

เมื่อความประมาทตั้งขึ้นที่ใจ
ก็ประดุจห่างไกลเป็นร้อยโยชน์
ธรรมะนั้นเมื่อชวนชวาก็ประสบพบเจอ
เมื่อเชื่อนแซะประมาทก็เหมือนเหินห่างจนยาวไกล
ธรรมะเกิดได้ทุกขณะจิต
กิเลสก็เกิดได้ทุกขณะจิต
ไม่เลือกโอกาสกาลสถานที่
จงเจริญสติทุกเมื่อ
อย่าประมาทในธรรม
มีสติเมื่อใดธรรมะก็ตั้งขึ้นได้เมื่อนั้น
ประมาทเมื่อใดก็พังได้เมื่อนั้น
ธรรมะย่อมเกื้อหนุนธรรมะด้วยกัน
กิเลสก็ย่อมเสริมกิเลสด้วยกัน
อย่าดูหมิ่นในของเล็ก ของเล็กอาจชักจูงของใหญ่มา
อย่าประมาทในบุญเล็กน้อยแล้วละเลย
อย่าประมาทในบาปเล็กน้อยแล้วฝืนกระทำ
อย่าปล่อยให้ความประมาทตั้งขึ้นที่ใจ

บทที่ ๒๑๓

พื้นฐานของนิพพานคือบุญกุศล
 ส่วนบาปอกุศลนั้นอยู่ห่างไกลนิพพานยิ่งนัก
 บุญกุศลนั้นเป็นเหตุปัจจัยให้เข้าสู่นิพพาน
 ผู้ที่ไม่มีบุญกุศลเป็นกำลังใหญ่จะไหลเข้าสู่นิพพานไม่ได้
 บุญกุศลนั้นเปรียบเหมือนเรือข้ามฝั่งไปสู่นิพพาน
 เมื่อถึงฝั่งก็ต้องทิ้งเรือ
 แต่ถ้ายังไม่ถึงฝั่งจะทิ้งเรือไม่ได้เด็ดขาด
 เรือเป็นอุปกรณ์สำคัญที่สุดที่จะนำพาข้ามฝั่ง
 ฉะนั้นจงบำรุงรักษาเรือให้แข็งแรง
 สร้างเรือให้มั่นคงเพื่อต่อสู้กับคลื่นและอุปสรรค
 จงสร้างบุญกุศลให้มากเพื่อเป็นเสบียงไปสู่นิพพาน
 เพื่อจะเป็นองค์ประกอบในการผ่านมารและอุปสรรค
 อย่าปล่อยให้เรือรั่วเรือฝุ่โดยไม่บำรุงรักษา
 ความดีและบุญกุศลต้องสร้างให้เกิดอยู่เสมอ
 อย่าเชื่อนชะతోแก้ผ่านเวลาไปเปล่า
 อุปสรรคขวากหนามและมารย่อมจะมีอยู่เสมอ
 จงเตรียมบุญบารมีไว้ให้พร้อมเพื่อเป็นเครื่องมือผ่านด่าน
 บุญกุศลจะช่วยฝ่าด่านไปนิพพาน

บทที่ ๒๑๔

ชาวโลกปนเพื่อว่าโลกนี้ช่างมีแต่ความทุกข์
โหนก็ทุกข์นี่ก็ทุกข์
แต่ถ้าหากรู้ว่ากายนี้เป็นเพียงดินน้ำไฟลมผสมกัน
ไม่มีตัวเราไม่มีของเรา
ทุกคนเกิดมาก็มาตายกันหมด
สมบัติทั้งหลายก็ไม่มีใครขนไปเมืองผี
ร่างกายก็เนาเปื่อยผุพังสลายกลับคืนไปสู่ธาตุดิน
ไม่มีสิ่งใดที่ครอบครองเป็นของเราจริง
ล้วนแต่เป็นมายาภาพฉาบฉวย
คนเราเกิดผ่านมาในโลกนี้แล้วก็ผ่านไป
ไม่มีใครเอาอะไรมาเกิด ตายไปก็ไม่ได้ขนอะไรไป
เอาไปได้ก็เพียงแต่บุญและบาป
ของรักหวงแหนแค่ไหนตายไปก็ไม่มีใครขนไปสักชิ้น
ญาติสนิทมิตรสหายก็ต่างมาต่างไปตามกรรมของตน
ไม่มีใครเป็นอะไรของใคร ไม่มีใครมีอะไรอย่างแท้จริง
โลกนี้ล้วนเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วก็ดับไปสิ้น
แล้วจะหวงหวงอาลัยทุกข์ลำเค็ญใจไปทำไมเล่า

บทที่ ๒๑๕

สูงสุดต้องคืนสู่สามัญ
 การสูงโดดเด่นอยู่อย่างเดียวจะเสียสมดุลธรรมชาติ
 ยิ่งสูงส่งยิ่งต้องอ่อนน้อม
 ยิ่งโดดเด่นยิ่งต้องถ่อมตัว
 เยอหยิ่งถือดีเป็นพิษภัย
 กระจ่างจงหองเป็นความเสียหาย
 เจริญแล้วเยอหยิ่งจะไปไม่รอด
 รุ่งเรืองแล้วถือดีจะอยู่ไม่ทน
 มีอำนาจแล้วกระจ่างฝูงชนจะไม่ยอมรับ
 ร่ำรวยแล้วจงหองจะถูกก่นด่าประณาม
 คนเรานั้นเวลาธรรมดาคะดูกันยาก
 เมื่อมีอำนาจวาสนาจะแสดงธาตุแท้
 เมื่อเจอเหตุการณ์คับขันจะแสดงนิสัยเต็ม
 การฝึกฝนจิตใจให้ตั้งอยู่ในธรรมจะเป็นคุณค่าแท้จริงของชีวิต
 ลาภยศสรรเสริญเป็นคุณค่าชั่วคราว
 อำนาจวาสนาเป็นคุณค่าฉาบฉวย
 ผู้มีปัญญาเห็นแจ้งในความไม่เที่ยงของสังขาร
 จึงแสดงออกต่อโลกอย่างอ่อนน้อมถ่อมตัว
 วาสนาใดก็ไม่สู้วาสนาทางธรรม
 สิ่งทั้งปวงไม่เที่ยง อย่าเยอหยิ่งถือดี

บทที่ ๒๑๖

ลาภยศสรรเสริญคือสมบัติในโลกนี้
สมบัติในโลกนี้มีกายเป็นผู้เสวย
โลกนี้ไม่เที่ยง กายนี้ไม่เที่ยง
สิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจังคือไม่เที่ยง
ผู้เห็นแจ้งในสัจจะจึงไม่ติดในลาภยศสรรเสริญ
ผู้มีปัญญาญาณย่อมไม่ติดกับสมบัติในโลกนี้
เป็นผู้สັกแต่ว่าอาศัยเพื่อสร้างบารมีสร้างคุณความดี
มีสมบัติเพื่อทำประโยชน์แก่ชาวโลก
มีสมบัติเพื่อประดิษฐานสัจธรรมให้ยั่งยืน
ลาภยศอาศัยได้แต่อย่าไปยึดมั่น
การยึดมั่นถือมั่นสิ่งใด ๆ เพราะไม่เข้าใจสัจจะของสิ่งทั้งปวง
ความจริงคือความเกิดดับ
ยึดไว้ก็ทุกข์เปล่า
หวงเอาไว้ในที่สุดก็ไม่ใช่ของเราอยู่ดี
จงปล่อยวางความยึดมั่นออกจากใจ
ก่อนที่มันจะจากเราไปแล้วทั้งไว้แต่คราบน้ำตาของคนโงเขลา

บทที่ ๒๑๗

อารมณ์ทั้งหลายย่อมผ่านมาแล้วก็ผ่านไป
 ไม่มีอะไรอยู่คงทน
 ตั้งอยู่เพียงขณะหนึ่งแล้วก็ดับไป
 เหมือนน้ำที่ผ่านสายยาง
 ผ่านมาแล้วก็ผ่านไป
 อารมณ์ที่ผ่านจิตก็เป็นเช่นนั้น
 ผ่านมาแล้วก็ผ่านไป
 มีแต่ความเกิดดับเปลี่ยนแปลง
 สังขารทั้งรูปธรรมนามธรรมล้วนไม่เที่ยงแท้
 ไม่คงทนเปลี่ยนแปลงตลอดกาล
 อย่ายึดมั่นกับสิ่งใด
 ยึดไว้ก็ทุกข์เปล่า
 สังขารทั้งหลายย่อมไม่สนใจความยึดของเรา
 ย่อมเป็นไปตามกฎเกณฑ์อย่างซื่อตรง
 ไปยึดเองก็ทุกข์เอาเอง

บทที่ ๒๑๘

เมื่อจิตไร้อุปาทาน

ย่อมมองทุกอย่างตามความเป็นจริง

ย่อมยอมรับความจริง

ย่อมไม่ฝืนความจริง

อย่าเอาอัตตาไปฝืนความจริง

อย่าเอาความถือดีไปฝืนความจริง

อย่าเอาความลำเอียงเข้าข้างตัวเองไปฝืนความจริง

ฝืนความจริงไปก็ไม่ได้อะไรนอกจากทุกข์ตอบแทน

เมื่อจิตไร้อุปาทานจึงถอนความยึดมั่นถือมั่น

ย่อมยอมรับความจริงว่าสิ่งทั้งปวงไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา

เมื่อยอมรับความจริงจึงสิ้นทุกข์

ไม่มีความกลัว ไม่มีความโศกเศร้าพิริ้วไรราพัน

จิตไร้อุปาทานย่อมสิ้นทุกข์ทั้งปวง

จงชวนชวายเจริญศีลสมาธิปัญญาเพื่อละอุปาทานในขั้นที่ ๕

ความพากเพียรนี้จะนำไปสู่ความสิ้นสุดการเวียนว่ายตายเกิด

นำไปสู่นิพพานอันเป็นบรมสันติสุข

จบ "ทิศที่ ๑๑"

เขียนเมื่อ ๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๑ ถึง ๘ มิถุนายน ๒๕๕๑
 บุญกุศลที่เกิดจากการนี้ขอถวายบูชาพระคุณ
 พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์
 โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระสมณโคดมบรมครู
 ซึ่งเป็นดวงประทีปแก้วส่องโลกอยู่ในปัจจุบัน
 พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอริยสาวกทุกองค์
 พระโพธิสัตว์ทุกองค์ พรหมทุกองค์ เทวดาทุกองค์
 บิดามารดาครูบาอาจารย์และผู้มีพระคุณของข้าพเจ้าทุกภพทุก
 ชาติ

ขอให้มีส่วนในบุญกุศลนี้ด้วยเทอญ
 ธรรมะที่ข้าพเจ้าบันทึก ไม่สงวนลิขสิทธิ์
 ขอให้สัตว์ทั้งหลายจงมีส่วนแห่งการดีมรรมรส
 แล้วพ้นจากทุกข์ทั้งปวงด้วยเทอญ

พระชุมพล พลปญโญ
 ๘ มิถุนายน ๒๕๕๑

อุปปาตະสันติ



พระธาตุเจดีย์ทองจั้งโก วัดชมพูนุ อ.เมือง จ.เชียงใหม่

เชิญชวนสวด พระคาถาอุปปาตະสันติ

พระคาถาอุปปาตະสันตินั้นเป็นพระคาถาเก่าแก่ของล้านนา เป็นพระคาถาที่ศักดิ์สิทธิ์และเนื้อหาไพเราะมาก เป็นบทสวดเพื่อสงบเคราะห์กรรม สวดเพื่อสงบเหตุร้าย และสวดเพื่อสงบสิ่งทีกระทบกระเทือนให้เดือดร้อนต่าง ๆ นานา ๆ

พระคาถาอุปปาตະสันติเป็นพระคาถาที่น่าสวดเป็นอย่างยิ่ง ผู้ที่สวดนอกจากจะได้บุญมากแล้ว ยังมีคุณประโยชน์และอานิสงส์เป็นอเนกประการเพราะสาเหตุที่ว่า

๑. ได้กล่าวถ้อยคำสรรเสริญคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามากมายหลายพระองค์
๒. ได้กล่าวถ้อยคำสรรเสริญคุณของพระธรรมเจ้า
๓. ได้กล่าวถ้อยคำสรรเสริญคุณของพระปัจเจกพุทธเจ้า (พระปัจเจกพุทธเจ้าหมายถึง พระพุทธเจ้าที่ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง แต่ไม่ได้สั่งสอนใคร ไม่ได้วางหลักศาสนาไว้ พระปัจเจกพุทธเจ้าจะอุบัติขึ้นมาในโลก ก็ต้องเป็นยุคที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระพุทธานุศาสนานี้ไม่ดำรงอยู่ในโลกแล้ว ในทางพระพุทธศาสนาถือว่าพระปัจเจกพุทธเจ้ามีบารมีน้อยกว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่มีบารมีมากกว่าพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย)
๔. ได้กล่าวถ้อยคำสรรเสริญคุณของพระอรหันต์สาวกสงฆ์

๕. ได้กล่าวถ้อยคำสรรเสริญคุณของพระสาวิกากษัตริย์นอร์หันท์
๖. ได้ระลึกถึงเทวดาทั้งหลาย เป็นเทวดานุสติกรรมฐาน อันเป็นกรรมฐานกองหนึ่งที่จะทำให้เป็นที่รักที่ชอบใจของเทวดา

ส่วนอานุภาพพระคาถาอุปปาตະสันติมีน่านับประการ จากที่ท่านนำมากล่าวไว้ตอนท้ายตรงส่วนอานิสงส์ของพระคาถามีดังนี้

๑. ผู้ที่สวดหรือฟังพระคาถาอุปปาตະสันติ จะหนีไกลจากบาปทุกประการ มีความเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ และปฏิภาณ
๒. ผู้ใดปรารถนาความสวัสดิ ก็ได้รับความสวัสดิ ผู้ปรารถนาความสุข ก็ได้รับความสุข ผู้ปรารถนาให้อายุยืน ก็จะได้อายุยืน ผู้ต้องการมีบุตร ก็จะได้บุตร
๓. โรคต่าง ๆ จะไม่เบียดเบียน ไม่ตายก่อนอายุ (ตายโหง) เทวดาฝ่ายมารจะไม่รังแก
๔. จะปราศจากเคราะห์ร้ายและโศภณภัย นิमितร้ายและสิ่งที่ตั้งขึ้นจากบาปกรรมย่อมพินาศไป ย่อมถึงความมีอายุยืน ความสวัสดิอันยิ่ง และความไม่มีโรค ในกาลทุกเมื่อ
๕. ผู้ที่ฟังพระคาถาอุปปาตະสันติ ถ้าเข้าไปสู่สมรภูมิ ศาสตราวุธจะไม่กล้ากราย สามารถเอาชนะเข้าศึกได้
๖. ย่อมมีความอิมอกอิมใจในกาลทุกเมื่อ ความวิบัติไม่กล้ากราย ไร้โรคพยาธิ เจริญด้วยทรัพย์ศฤงคาร
๗. สัตว์ร้ายน้อยใหญ่ ภูติผีปีศาจ ย่อมสงบลงได้ เมื่อมีการสวดพระคาถาอุปปาตະสันติ

๘. บุคคลผู้ใดสวดพระคาถาอุปปาตະสันติ แล้วอุทิศให้ผู้ใด ที่มีชีวิตอยู่หรือเสียชีวิตไปแล้วก็ตาม ย่อมบังเกิดผลมงคลใหญ่แก่ผู้ที่เราอุทิศให้
๙. เมื่อมีการสวดพระคาถาอุปปาตະสันติในที่ใด อารักขเทวดา ในที่นั้นย่อมได้ประโยชน์จากการสวด แล้วจะรักษาสถานที่นั้นให้เจริญปลอดภัยยิ่งขึ้น
๑๐. เหตุร้ายอันเกิดจากแผ่นดินไหวและน้ำท่วมเป็นต้น เหตุร้ายอันเกิดจากพายุฟ้า เหตุร้ายอันเกิดจากดวงดาว เหตุร้ายที่เกิดจากบาปกรรม ย่อมพินาศไปด้วยเดชของพระคาถาอุปปาตະสันติ

เนื่องจากพระคาถาอุปปาตະสันติมีความยาว ผู้ที่มีความศรัทธา ต้องการสวดพระคาถาอุปปาตະสันติ อาจมีวิธีสวดได้หลายแบบ เช่นสวดไม่ต้องจบในวันเดียว วันนี้สวดถึงไหนก็ค้นเอาไว้ วันต่อไปค่อยมาสวดต่อ ส่วนใครจะสวดทั้งคำบาลีและคำแปลไทย หรือใครจะสวดคำบาลีอย่างเดียว หรือว่าสวดเฉพาะคำแปลไทยอย่างเดียวก็ได้ เลือกกันเอาเอง ตามความสมัครใจและความศรัทธา การสวดจะเป็นบ่อเกิดแห่งบุญและกุศลบริบูรณ์อันยิ่งใหญ่ ขออนุโมทนาสาธุการ ในบุญกุศลของท่านที่มีศรัทธาในการสวดพระคาถาอุปปาตະสันติเป็นอย่างยิ่ง



พระธาตุดอยตุง อ.แม่ฟ้าหลวง จ.เชียงราย

อุปปาตະสันติ

บทสวดสงบเหตุร้าย

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ.

ขอความนอบน้อมของข้าพเจ้าจงมีแด่พระผู้มีพระภาค

อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

กัณธารัมภะ

(คำเริ่มต้นคัมภีร์)

(ก) สุพุทธะโส อะยัง ัมโม โลกัตถัง ชินะเทสีโต

มหาสันติกะโร โลก สัพพะสัมปัตติทายะโก.

ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ เพื่อประโยชน์ของสัตว์โลก เป็นธรรมที่เห็นได้ยากยิ่ง สำหรับธรรมที่จะกล่าวต่อไปนี้ เป็นธรรมที่สามารถระทำความสงบอันประเสริฐ และสามารถประทานซึ่งสมบัติทั้งปวง

(ข) สัพพุปปาตูปะสะมะโณ ภูตะยักขะนิวาระโณ
 อะกาละมัจจุสะมะโณ โสกะโรคะวินาสะโน.

เป็นเครื่องสงบเหตุร้ายทั้งปวง เป็นเครื่องป้องกันอมนุษย์และ
 ยักษ์ เป็นเครื่องระงับความตายก่อนกำหนดเวลา เป็นเครื่องขจัด
 ความเศร้าโศกและโรค

(ค) ประระจักกะปะมะททะโน รัญโญ วิชะยะวัฑฒะโน
 สัพพานิฏฐะหะโร สันโต ัมมัง วัฑฒามิ ภูตะโต.

เป็นเครื่องข่มขู่กำลังของข้าศึก เป็นเครื่องจำเริญชัยชนะแด่
 พระราชา เป็นเครื่องนำสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาทั้งปวงออกไป เป็น
 ธรรมอันประเสริฐ ข้าพเจ้า (พระสีละวังสะมหาเถระ) จักแสดง
 คุณธรรมเช่นนั้น ตามสภาพที่เป็นจริง

(ฅ) วัตถุตตะยัสสะ โย ยัตถะ สังวัณเณติ คุณุตตะเม
 ตัสสะ ตัตถะ สุขาโรคยะ- โสทธิโย โหนติ สัพพะทา.

ณ ที่ใด มีผู้กล่าววาจาสรรเสริญพระคุณอันประเสริฐของพระ
 รัตนตรัย ด้วยจิตที่เลื่อมใส ณ ที่นั้น ความสุข ความสบาย และ
 ความสวัสดิ ย่อมมีแก่ผู้นั้นตลอดกาลทุกเมื่อ

(พระพุทธเจ้าในอดีต ๒๘ พระองค์)

(ในสารมณฑกัป ๔ พระองค์)

๑. ตัณหังกะโร มะหาวิโร สัพพะโลกานุกัมปะโก
วันตะสังสาระคะมะโน สัพพะกามะทะโท สะทา.

พระตัณหังกร สัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้แก้ลวกล้ำมาก ผู้อนุเคราะห์สัตว์โลกทั้งปวง ผู้คลายตัณหาอันเป็นเหตุท่องเที่ยวไปในสังสารวัฏได้แล้ว ผู้ประทานสิ่งที่น่าปรารถนาทั้งปวงให้ ในกาลทุกเมื่อ

๒. สัพพาภิกขุ สัพพะวิฑู สัพพะเทวะคะรุตะโม
สัพพาสะวะปะริกชีโณ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

ผู้ทรงครอบงำธรรมทั้งปวง ทรงรู้แจ้งธรรมทั้งปวง ทรงเป็นครูผู้ยอดเยี่ยมของมนุษย์และเทวดาทั้งปวง ทรงสิ้นอาสวะทั้งปวงแล้ว โปรดประทานความสุขสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๓. ะระลักขะณะสัมปันโน เมชังกะโร มะหามุนิ
ชุตินชะโร มะหาสิริ สุวัณณะคิริสันนิโก.

พระจอมมุนีพระนามว่า เมธังกร ผู้ถึงพร้อมแล้วด้วยพระลักษณะอันเลิศ ผู้ทรงไว้ซึ่งพระรัศมี ผู้ทรงมีพระสิริยิ่งใหญ่ รุ่งเรืองดุจสุวรรณคীরิ

๔. ทิพพระรูป มหาากโย มะหานาโธ มะหัพพะโล
 มะหาการุณิก สัตถา มะหาสันติง กะโรตุ โน.

ผู้ทรงมีพระรูปเพียงดั่งท้าวมหาพรหม มีพระวรกายอันประกอบด้วยมหาปฐิสลักษณะ ทรงเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ มีพระกำลังมาก ทรงประกอบด้วยพระมหากรุณา ทรงเป็นพระศาสดาโปรดประทานความสงบอันยิ่งใหญ่ แก่พวกข้าพระองค์เถิด

๕. มะหาโมหะตะมัง หันตฺวา โย นาโธ สระระณังกะโร
 เทวาเทวะมะนุสสานัง โลกานัญจจะ หิตังกะโร.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า สรณังกร ทรงเป็นที่พึ่งทรงกำจัดความมืดมนคืออวิชชาได้แล้ว ทรงกระทำประโยชน์เกื้อกูลแก่สัตว์โลก กล่าวคือเหล่าทวยเทพ อสูร และมนุษย์ทั้งหลาย

๖. พยามัปปะภากริจิตโต นิโคัรณะปะริมิณทะโล
 นิโคัรณะปักกะพิมโพฎฐุ สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระนามว่า สรณังกร พระองค์นั้น ผู้ทรงรุ่งเรืองด้วยพระรัศมีแผ่ออกไปหนึ่งวาโดยรอบ ผู้ทรงมีพระวรกายเป็นปริมณฑลจุดตันนิโครธ (ความสูงของกายเท่ากับความยาวของวา) ผู้ทรงมีพระโอษฐ์แดงเรื่อจุดผลด้าสิ่งสูง ที่ตันนิโครธ (นิสสยะฉบัปพมา แปลว่า จุดผลนิโครธสูง) โปรดประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๗. อะสีติระตะนุพเพโท ที่ปังกะโร มะหามุณี
ปะภา นิททาวะเต ตัสสะ ฐาน ท้าวทะสะ โยชะเน.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า ที่ปังกร มีพระวรกายสูงแปดสิบศอก ทรงเป็นพระมหามุณี พระรัศมีของพระองค์แผ่ออกไปในที่สิบสองโยชน์

๘. วัสสัสสะตะสะหัสธานี ฐัตถวา โลเก วินายะโก
โลกาโลกะกะโร สัตถา สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระองค์ทรงพระชนม์อยู่ในโลกหนึ่งแสนปี ทรงนำเวไนยสัตว์สู่พระนิพพาน ทรงเป็นพระศาสดาผู้ประทานแสงสว่างแก่โลกโปรดประทานความสุขสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเกิด

(ในสารกัป ๑ พระองค์)

๙. อัญญาสีติหัตถุพเพโท โภณทัญญะ นามะ นายะโก
สัพพะรัมเมหิ อะสะโม สัพพะปาระมิตาคะโม.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า โภณทัญญะ มีพระวรกายสูงแปดสิบแปดศอก ทรงเป็นผู้นำ ทรงเป็นผู้ไม่มีบุคคลเสมอด้วยธรรมทั้งปวง ทรงถึงความเป็นผู้มีบารมีทั้งปวง

๑๐. วัสสัสสะตะสะหัสธานี อายุ ตัสสะ มะหะสิโน
โมเจตุ โส สัพพะภะยา สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

ทรงเป็นพระผู้แสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ มีพระชนมายุหนึ่งแสนปี ขอพระองค์โปรดเปลื้องพวกข้าพระองค์ ให้พ้นจากภัยทั้งปวงโปรดประทานความสุขสวัสดิ์แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเกิด

(ในสารมณฑกัป ๔ พระองค์)

๑๑. อัญญาสี่ติระตะนานิ อัจจุคคะโต ชุตินชะโร
มังคะโล นามะ สัมพุทโธ นะวุติสะหัสสายุโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า มังคะละ ทรงมีพระวรกายสูง
แปดสิบแปดศอก ทรงไว้ซึ่งพระรัศมี ทรงมีพระชนมายุเก้าหมื่นปี

๑๒. ฉัพพะฒณะรังสีโย ทะสะ- สะหัสสะโลกะชาตุโย
พะรันตา ตัสสะ ฉาเทนติ เอสะ โสตติง กะโรตุ โน.

พระฉัพพรรณรังสีของพระองค์ แผ่ปกคลุมโลกชาตุดูหนึ่งหมื่น
ขอพระองค์โปรดประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์เถิด

๑๓. นะวุติระตะนุพเพโธ สุมะโน นามะ นายะโก
กัญจะนาจะละสังกาโส นะวุติสะหัสสายุโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า สุมนะ ทรงมีพระวรกายสูง
เก้าสิบศอก ทรงเป็นผู้นำ ทรงเป็นผู้เปรียบประดุจสุวรรณคีรี ทรง
มีพระชนมายุเก้าหมื่นปี

๑๔. อุเปโต พุทธะคุณฺเหหิ สัพพะสัตตะหิตะสะโก
กะโรตุ โน มะหาสันติง อารโหคัยญะจะ สุขัง สะทา.

ทรงประกอบด้วยพระพุทธานุคุณทั้งหลาย ทรงแสวงหาความ
เกื้อกูลแก่เหล่าสัตว์โลกทั้งปวง โปรดประทานความสงบร่มเย็น
ความไม่มีโรค และความสุข แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕. อะถิติระตะนุพเพโธ

อัญญีสะหัตตะอายุโก

เรวะโต นามะ สัมพุทโธ

สัพพะโลกุตตะโร มุนิ.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า เรวะตะ ทรงมีพระวรกายสูงแปดสิบศอก ทรงมีพระชนมายุหกหมื่นปี ทรงประเสริฐกว่าสัตว์โลกทั้งปวง ทรงรู้แจ้งโลกทั้งปวง

๑๖. ตัสสะ สะริเร นิพัตตา

ปะภามาลา อะนุตตะรา

พระรันตา โยชะเน นิจัจัง

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แสงแห่งพระรัศมีอันไม่มีที่เปรียบ อันเกิดแต่พระวรกายของพระองค์ แผ่ไปตลอดแนวหนึ่งโยชน์เป็นนิจ โปรดประทานความสวัสดี แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗. โสภิตो นามะ สัมพุทโธ

นะวุติสะหัตตะอายุโก

สังสาระสะคะเร สัตเต

พะหุ โมเจติ ทุกชะโต.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า โสภิตะ ทรงมีพระชนมายุเก้าหมื่นปี ทรงเปลื้องสัตว์โลกเป็นจำนวนมาก จากทุกข์ในห้วงมหาสมุทร คือ สังสารวัฏ

๑๘. อัญญะปัญญาสะระตะนัง

อัจจุคคะโต มะหามุนิ

โอภาเสติ ทิสา สัพพา

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระองค์ ทรงมีพระวรกายสูงห้าสิบแปดศอก ทรงเป็นพระมหามุนิผู้ประเสริฐ ทรงยังทิศทั้งปวงให้สว่างไสว โปรดประทานความสวัสดี แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

(ในวาทกัปป ๓ พระองค์)

๑๕. อะโนมทัสสี สัมพุทโธ เตชัสสี ทูระติกกะโม

อัญฐะปัณณาสะระตะโน โอภาเสนโต สะเทวะเก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า **อโนมทัสสี** ผู้อันศัตรูไม่สามารถถล่มร้ายได้ ทรงมีพระวรกายสูงห้าสิบแปดศอก ทรงกระทำมนุษย์โลกพร้อมทั้งเทวโลกให้สว่างไสวอยู่

๒๐. นิพพานะปาปะโก โลก วัสสัสสะตะสะหัสสาณู

กะโรตุ โน มะหาสันติง สุจิตา จะ มะยัง สะทา.

พระองค์ทรงยังสัตว์โลกให้ถึงพระนิพพาน ทรงมีพระชนมายุหนึ่งแสนปี โปรดประทานความสงบร่มเย็น แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเกิด อนึ่งขอให้พวกข้าพระองค์ จงเป็นผู้มีความสุข ในกาลทุกเมื่อเกิด

๒๑. ปะทุโม นามะ สัมพุทโธ โลกะเขฎฐัณฺเฑ นะราสะโก

อัญฐะปัณฺญาสะระตะโน อาทิจโจวะะ วิโรจะติ.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า **ปทุมะ** ทรงเป็นผู้ประเสริฐกว่าเหล่าสัตว์โลกทั้งปวง ทรงมีพระวรกายสูงห้าสิบแปดศอก ทรงรุ่งโรจน์ประดุจพระอาทิตย์

๒๒. วัสตัสสะตะสะหัสธานี อายุ ตัสสะ มะเหลโน
โสปี พุทโธ การุณโก สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระองค์ผู้ทรงแสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ ทรงมีพระชนมายุหนึ่งแสนปี แม้พระพุทธเจ้าพระองค์นั้น ทรงมีพระมหากุณา ขอทรงโปรดประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๓. อัญญาตีระตะนุพพะโธ นาระโท สัพพะกามะโท
นิรันตะรัง ทิวรัตติง โยชะนัง ณะระเต ปะภา.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า นารทะ ทรงมีพระวรกายสูงแปดสิบแปดศอก ทรงประทานสิ่งที่น่าชอบใจทั้งปวง พระรัศมีของพระองค์แผ่ไปสู่ที่หนึ่งโยชน์ ตลอดวันและคืนเป็นนิจ

๒๔. นะวุติวัสสะสะหัสธานี จัฏ์วา โลเก วินายะโก
โมเจติ ทุกชะโต สัตเต โสปี โสตถิง กะโรตุ โน.

พระองค์ทรงแนะนำสั่งสอนสัตว์โลก ให้หลุดพ้นจากวิภวทุกข์ ทรงมีพระชนมายุเก้าหมื่นปี โปรดประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์เถิด

(ในสารกัป ๑ พระองค์)

๒๕. อัญญาปะณณาสะระตะโน ปะทุมุตตะโร มะหามุนิ
ตัสสะ ปากะติกา รังสี ณะรันติ ทัววะสะ โยชะเน.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า ปทุมุตตระ ทรงมีพระวรกายสูงห้าสิบแปดศอก พระรัศมีอันมีอยู่โดยธรรมชาติของพระองค์ แผ่ไปถึงสิบสองโยชน์

๒๖. วัสสัสสะตะสะหัสธานี ฐิตฺวา โลกมะตันตะโท
 โมเจติ พันชนะนา สัตเต โสปี ปาเลตุ โน สะทา.

พระองค์ทรงประทานอมฤตธรรม คือ พระนิพพาน ทรงดำรงพระชนม์อยู่ในโลกตลอดหนึ่งแสนปี ทรงเปลื้องหมู่มสัตว์โลก ให้พ้นจากกิเลสเครื่องผูกมัด ขอพระองค์โปรดคุ้มครองพวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

(ในมัททกัป ๒ พระองค์)

๒๗. อัญญาสีตีระตะนาหิ อัจจุคคะโต มะหามุณี
 สุเมโธ นามะ สัมพุทโธ นะวุติสะหัสสาโยโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า สุเมธะ ทรงมีพระวรกายสูงแปดสิบแปดศอก ทรงเป็นพระมหาราษฎร์ผู้ประเสริฐ ทรงมีพระชนมายุเก้าหมื่นปี

๒๘. ตัสสะ ปากะติกา รังสี ณะรันติ โยชนะนัง สะทา
 ปาเลตุ โน สะทา พุทโธ ณะเยหิ วิวิเชหิ จะ.

พระรัศมีอันมีอยู่โดยปกติของพระองค์ แผ่ไปตลอดหนึ่งโยชน์ ในกาลทุกเมื่อ ขอพระพุทธรเจ้าพระนามว่า สุเมธะ นั้น โปรดคุ้มครองพวกข้าพระองค์ ให้พ้นจากภัยต่าง ๆ

๒๘. ปัญญาสาระตะนุพเพโธ สุชาโต นามะ นายะโก
เหมะวัณโณ มหาวิโร มหาตะมะวินทะโน.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า สุชาตะ ทรงมีพระวรกายสูงห้าสิบศอก ทรงเป็นผู้ นำ ทรงมีพระฉวีประดุจทอง ทรงเป็นผู้ แก่แล้วกล้าแข็ง ทรงบรรเทาความมืด คือ โมหะ

๓๐. นะวุติวัสสะสะหัตถานิ อายุ ตัสสะ มะเหลิโน
โสปี พุทโธ การุณิโก สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระองค์ผู้ทรงแสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ ทรงมีพระชนมายุเก่าหมื่นปี ทรงมีพระมหากรุณา ขอพระพุทธรเจ้าพระนามว่า สุชาตะ พระองค์นั้น ทรงโปรดประทานความสุขสวัสดิ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

(ในวาทกัป ๓ พระองค์)

๓๑. อะสีติระตะนุพเพโธ ปิยะทัสสี มะหามุณี
นะวุติวัสสะสะหัตถานิ จูตฺวา โลกัคคะนายะโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า ปิยะทัสสี ทรงมีพระวรกายสูงแปดสิบศอก ทรงเป็นมุณีผู้ประเสริฐ ทรงเป็นผู้นำสัตว์โลกสู่พระนิพพาน ทรงดำรงพระชนม์มอยู่ตลอดเก้าหมื่นปี

๓๒. โสปี สัพพะคุณฺเปปโต สัพพะโลกะสุขัปปะโท
สัพพะโทสัง วินาเสนโต สัพพัง โสตถิง กะโรตุ โน.

ขอพระพุทธรเจ้าพระนามว่า ปิยะทัสสี แม้นั้น ผู้ทรงประกอบด้วยคุณทั้งปวง ทรงให้ความสุขแก่โลกทั้งปวง ทรงกำจัด

โทษทั้งปวง โปรดประทานความสวัสดิ์ทั้งปวง แก่พวกข้าพระองค์
เถิด

๓๓. อะสีติระตะนุพพุโท อัถถะทัสสี นะราสะโก
 วัสส์ตัสสะตะสะหัสสานิ โลก อัญญาตี นายะโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า อัถถทัสสี ทรงมีพระ
วรกายสูงแปดสิบศอก ทรงเป็นนระผู้ประเสริฐ ทรงเป็นผู้นำ ทรง
ดำรงพระชนม์อยู่ในโลกตลอดหนึ่งแสนปี

๓๔. ตัสสะ ปากะติกา รังสี ะระันติ โยชะนัง สะทา
 นิรันตะรัง ทิวารัตติง นาโถ โสตติง กะโรตุ โน.

พระรัศมีอันมีอยู่โดยปกติของพระองค์ แผ่ไปได้หนึ่งโยชน์
ตลอดกลางวันและกลางคืน ในกาลทุกเมื่อเป็นนิจ พระองค์ผู้เป็นที่
พึง โปรดประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์เถิด

๓๕. ัมมะทัสสี จะ สัมพุทโธ อะสีติหัตตะมุกคะโต
 อะติโรจะติ เตชะนะ สะเทวาสุระมานุเส.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า ัมมทัสสี ทรงมีพระ
วรกายสูงแปดสิบศอก ทรงรุ่งโรจน์ด้วยพระเดชานุภาพยิ่งกว่าโลก
ซึ่งประกอบด้วยเหล่าทวยเทพ อสุร และมนุษย์ทั้งหลาย

๓๖. วัสสัสสะตะสะหัสธานี ฐิต์วา โลเก มะหายะโส
ธัพพะสัตตะ ปะโมเจติ ภะยา รั๊กชะตุ โน สะทา.

พระองค์ผู้ทรงมีชื่อเสียงและบริวารอันยิ่งใหญ่ ดำรงพระชนม์อยู่ในโลกตลอดหนึ่งแสนปี ทรงเปลื้องสัตว์ทั้งปวงจากภัย โปรดคุ้มครองพวกข้าพระองค์ให้พ้นจากภัย ในกาลทั้งปวงเถิด

(ในสารกัป ๑ พระองค์)

๓๗. สิทธิธโถ นามะ สัมพุทโธ สันฐิระตะนะมุกคะโต
ติกะเว โสติชะนะโก สะตัสสะหัสสะอายุโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า สิทธิธตะ ทรงมีพระวรกายสูงหกสิบศอก ทรงยังความสวัสดิให้เกิดขึ้นในภพทั้งสาม ทรงมีพระชนมายุหนึ่งแสนปี

๓๘. สังสาระสาคะรา โลเก สันตาระต์วา สะเทวะเก
นิพพาเปสิ จะ โส สัตถา สะทา โสติถึง กะโรตุ โน.

ขอพระศาสดาพระนามว่า สิทธิธตะ นั้น ผู้ทรงยังหมู่มนุษย์พร้อมทั้งเหล่าทวยเทพ ให้ข้ามพ้นจากห้วงมหาสมุทร คือสังสารวัฏ และให้ถึงพระนิพพาน โปรดประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

(ในมัททกัป ๒ พระองค์)

๓๕. ฐฎฐิระตะนะมพเพโธ ติสโส โลกัคคะนายะโก
 อะนุปะโม อะสะทิส อะตุโล อุตตะโม ชิโน.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า **ติสสะ** ทรงมีพระวรกายสูง หกสิบศอก ทรงเป็นบุคคลผู้นำชั้นเลิศของโลก ไม่มีบุคคลเทียบเท่า ไม่มีบุคคลเสมอเหมือน ไม่มีบุคคลเปรียบปาน ทรงเป็นผู้สูงสุด ทรงเป็นผู้ชนะมารทั้งปวง

๔๐. วัสสัตะตะสะหัสตานิ อายุ ตัสสะ มะเหลิโน
 อารักยัญจะ มหาสุขัง โหตุ โน ตัสสะ เตชะสา.

พระองค์ผู้ทรงแสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ ทรงมีพระชนมายุหนึ่งแสนปี ด้วยพระเดชานุภาพของพระพุทเจ้าพระนามว่า **ติสสะ** พระองค์นั้น ขอความไม่มีโรค และความสุขอันประเสริฐ จงมีแก่พวกข้าพระองค์เถิด

๔๑. อฎฐะปัณณาสะระตะโน สุสโส โลกัคคะนายะโก
 ฆะนัมพุขัง วิโพชนโต นิพพาปนโต สะเทวะเก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า **สุสสะ** ทรงมีพระวรกายสูง ห้าสิบแปดศอก ทรงเป็นบุคคลผู้นำชั้นเลิศของโลก ทรงยังดอกบัวคือหมู่ชนให้เบิกบาน ทรงยังหมู่มนุษย์ พร้อมทั้งเหล่าทวยเทพ ให้ถึงพระนิพพาน

๔๒. นระวติวัสสะสะหัสธานี ฐัตถวา โลเก มะหายะโส
อุททะรันโตะ พระหู สัตเต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระองค์ทรงมีชื่อเสียงและบิรवारอันยิ่งใหญ่ ทรงดำรงพระชนม์อยู่ในโลกตลอดเก้าหมื่นปี ผู้ทรงนำสัตว์โลกจำนวนมากออกจากสังสารวัฏ โปรดประทานความสุขสวัสดิ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

(ในสารกัป ๑ พระองค์)

๔๓. อะสีติระตะนุพเพโธ วิปัสสี โลกะนายะโก
ปะภา นิททาวะเต ตัสสะ สะมันตา สัตตะ โยชะเน.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า วิปัสสี ทรงมีพระวรกายสูงแปดสิบศอก ทรงเป็นผู้นำของสัตว์โลก พระรัศมีของพระองค์แผ่ไปตลอดเจ็ดโยชน์โดยรอบ

๔๔. โสปี เทวะมะนุสธานัง พันชะนา ปะริโมจะยิ
อะสีติสะหัสสาโยโก นาโถ โสตถิง กะโรตุ โน.

ขอพระพุทธเจ้าพระนามว่า วิปัสสี แม่นั้น ผู้ทรงมีพระชนมายุแปดหมื่นปี ทรงเป็นที่พึ่ง ทรงเปลื้องเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายจากเครื่องผูกคือกิเลส โปรดประทานความสุขสวัสดิ แก่พวกข้าพระองค์เถิด

(ในมัทนทกัปป ๒ พระองค์)

๔๕. สัตตะตีหัตตะมุพเพโธ สิจิ นามะสะ นายะโก
ปะภา นิททาวะเต ตัสสะ สะมันตา โยชะนัตตะเย.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ใด ทรงมีพระวรกายสูงเจ็ดสิบศอก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้นพระนามว่า สิจิ ทรงเป็นผู้นำ พระรัศมีของพระองค์แผ่ไปตลอดสามโยชน์โดยรอบ

๔๖. โสปี อะตุลโย สัมพุทโธ สัตตะตีสะหัตถายุกโก
กะโรตุ โน มะหาสันติง สุจิตา จะ มะยัง สะทา.

ขอพระพุทธเจ้าพระนามว่า สิจิ แม่นั้น ผู้ทรงไม่มีผู้เปรียบ ทรงมีพระชนมายุเจ็ดหมื่นปี โปรดประทานความสงบอันประเสริฐแก่พวกข้าพระองค์ อนึ่ง ขอพวกข้าพระองค์ จงเป็นผู้ถึงความสุขในกาลทุกเมื่อเถิด

๔๗. เวสสะภู นามะ สัมพุทโธ เหมะรุปะสะมุปะโม
สัจฉีระตะนะมุพเพโธ สัจฉี จะ สะหัตถายุกโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า เวสสภู ผู้มีพระฉวีประดุจทอง ทรงมีพระวรกายสูงหกสิบศอก ทรงมีพระชนมายุหกหมื่นปี

๔๘. พรัหฺมะเทวะมะนุสเสหิ นาคาสูระทิจิหิ วา
ปุชิตปี สะทา นาโถ สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

ขอพระพุทธเจ้าพระนามว่า เวสสภู แม่นั้น ผู้อันหมู่พรหมเทวดา มนุษย์ นาค อสูร และครุฑพากันบูชาแล้ว ทรงเป็นที่

ฟัง โปรดประทานความสวัสดิ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อ
เถิด

ในภัททกัณฑ์ ๕ พระองค์
(ผ่านไปแล้ว ๓ พระองค์)

๔๘. ตาฬิสะระตะนุพเพโธ กะกุสันโธ มะหามุนิ
 ตัสสะ กายา นิจจะรันติ ปะภา ท้าวทะสะ โยชนะเน.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า กกุสันธะ ทรงมีพระ
วรกายสูงสี่สิบศอก ทรงเป็นมุนิผู้ประเสริฐ พระรัศมีจากพระ
วรกายของพระองค์ แผ่ชานไปสิบสองโยชน์

๕๐. จัตตาฬิสะสะหัตถานิ ตัสสะ อายุ อะนุตตะโร
 กะโรตุ โส สะทา นาโถ อายุง สู้ซัง พะลัญจะ โน.

ขอพระพุทธเจ้าพระนามว่า กกุสันธะ แม้นั้น ผู้ทรงมีพระ
ชนมายุสี่หมื่นปี ทรงเป็นผู้ไม่มีใครเปรียบ ทรงเป็นที่ฟัง โปรด
ประทานอายุ ความสุข และกำลังแก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุก
เมื่อเถิด

๕๑. โภนาคะมะนะสัมพุทโธ ดิงสะหัตตะสะมุคคะโต
 ดิงสะวัตสะสะหัตถานิ อายุ ตัสสะ มะเหลโธ.

พระโกนาคมนะ สัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงมีพระวรกายสูง
สามสิบศอก ผู้ทรงแสวงหาคุณอันยิ่งใหญ่ ทรงมีพระชนมายุสาม
หมื่นปี

๕๒. ชัมมามะเตนะ ตัปเปตา ทเวะสังฆัง สุราละเย
 มะหีตะเล จะ ชะนะตัง สะทา โสติง กะโรตุ โน.

ทรงยังหมู่ทวยเทพบนสวรรค์ และหมู่มนุษย์บนพื้นโลก ให้
 อิมเอบด้วยอมตธรรม คือพระนิพพาน โปรดประทานความสวัสดิ
 แก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเกิด

๕๓. กัสสะโป นามะ สัมพุทโธ ชัมมะราชา ปะกังกะโร
 วีสะตีหัตตะมุพเพโธ วีสัสสะหัตตะอายุโก.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า กัสสปะ ผู้ทรงเป็นพระ
 ธรรมราชา ทรงมีพระรัศมี ทรงมีพระวรกายสูงยี่สิบศอก ทรงมี
 พระชนมายุสองหมื่นปี

๕๔. อะนุปะโมสะมะสะโม ทเวะสัตถา อะนุตตะโร
 กะโรตุ โน มะหาสันติง อาโรคฺคฺยัญจะ ชะยัง สะทา.

พระองค์ไม่มีผู้เปรียบปานเสมอเหมือน ทรงเป็นศาสดาของ
 เหล่าทวยเทพ ทรงเป็นผู้ยอดเยี่ยม โปรดประทานความสงบอัน
 ประเสริฐ ความไม่มีโรค และชัยชนะ แก่พวกข้าพระองค์ ในกาล
 ทุกเมื่อเกิด

(พระพุทธรเจ้าในปัจจุบัน ๑ พระองค์)

๕๕. อัญญาระสะหัตถุพเพโธ โคตะโม สักกะวัฑฒะโน
 สัพพะัญญู สัพพะติละโก สัพพะโลกะสุขัปปะโท.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า โคตมะ ทรงมีพระวรกายสูง
 สิบแปดศอก ทรงเป็นผู้เชิดชูศากยวงศ์ ทรงตรัสรู้ธรรมทั้งปวง

ทรงเป็นผู้โดดเด่นกว่าชนทั้งปวง ทรงประทานความสุขให้แก่สัตว์โลก (ในคัมภีร์พุทธวงศ์แสดงไว้ว่า ทรงมีพระวรกายสูง ๑๖ ศอก)

๕๖. สัมพุทธโธ สัพพะธัมมานัง ภาเคหิ ภาคียะวา ยูโต
วิชาจะระณะสัมปันโน โสตถ์ยาโรคฺยัง ทะทาตุ โน.

ขอพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า โคตมะ ผู้ตรัสรู้ธรรมทั้งปวง ทรงประกอบด้วยบุญ ทรงมีพระบารมีอันสูงสุด ทรงเพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ โปรดประทานความสวัสดิ์ และความไม่มีโรค แก่พวกข้าพระองค์เถิด

๕๗. อัมภาคีตา จะ สัมพุทธา อะเนกะสะตะโกฎฺฐิโย
สัพพะโลกะมะภิญญายะ สัพพะสัตตานุกัมปิโน.

อนึ่ง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลาย หลายร้อยโกฏิซึ่งเสด็จล่วงลับไปแล้ว ทรงประจักษ์โลกทั้งปวงด้วยพระญาณแล้ว จึงทรงอนุเคราะห์เหล่าสรรพสัตว์

๕๘. สัพพะวระภะยาตีตา สัพพะโลกะสุขูปปะทา
สัพพะโทสัง วินาเสนตา สัพพะโสตถิง กะโรนตุ โน.

ทรงล่วงพ้นเวรและภัยทั้งปวง ทรงประทานความสุขแก่สรรพสัตว์ ทรงกำจัดโทษทั้งปวง ขอทรงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพระองค์เถิด

(พระพุทธเจ้าในอนาคต ๑ พระองค์)

๕๕. อะนาคะเต จะ สัมพุทธโธ เมตเตยโย ทเวชุปฺพิโต
 มะหิทธิโก มะหาเทโว มะหาสันติง กะโรตุ โน.

ก็ในอนาคต พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่า เมตเตยยะ ทรงเป็นผู้ที่หม่อมทวยเทพบูชาแล้ว ทรงมีฤทธิ์มาก ทรงเป็นผู้ประเสริฐกว่าเทวดาทั้งปวง โปรดประทานความสงบอันประเสริฐแก่พวกข้าพระองค์เถิด

(พระปัจเจกพุทธเจ้า)

๖๐. สัพเพ ปัจเจกะสัมพุทธา นิโรธะฆานะโกวิทา
 นีราละยา นีราสังกา อัปปะเมยยา มะหะเสโย.

พระปัจเจกสัมพุทธเจ้าทั้งปวง ทรงปรีชาญาณในนิโรธสมบัติ และฆานสมบัติ ทรงปราศจากความกำหนัดยินดี หมดความรังเกียจ ทรงคุณอันหาประมาณมิได้ ทรงแสวงหาคุณอันประเสริฐ

๖๑. ทูเรปี วิเนยเย ทิสฺวา สัมปัตตา ตังฆะเณนะ เต
 สันทิภูฏิกะพะเล กัตฺวา สะทา สันติง กะโรตุ โน.

พระปัจเจกสัมพุทธเจ้าทั้งหลายเหล่านี้ เห็นหมู่เวไนยสัตว์แม้ในที่ไกล ก็ทรงเสด็จไปช่วยเหลือสัตว์เหล่านั้น ให้ได้รับประโยชน์โดยพลัน โปรดประทานความสงบแก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

(หาโลกุตตรธรรม ๙ และปริยัติธรรม ๑)

๖๒. สิวากขาตตะตาทิสัมปันโน ชัมโม สะปะริยัตติโก
สังสาระสาคะรา โลก ตาเรติ ชินะโคจะโร.

พระธรรม พร้อมทั้งปริยัติที่สมบูรณ์ด้วยคุณ มีความเป็น
ธรรม ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้วเป็นต้น เป็นอารมณ์ของพระ
พุทธเจ้า เป็นเหตุยังสัตว์โลกให้ข้ามพ้นสาครคือ สังสารวัฏ

๖๓. กิเลสชาละวิทังสี วิสุทโธ พุทธะเสวิโต
นิพพานะคะมะโน สันโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

ขอพระธรรมอันบริสุทธิ์ยิ่ง อันมีปกติทำลายข่ายคือกิเลส เป็น
ธรรมที่พระพุทธองค์ทรงเจริญแล้ว เป็นธรรมอันประเสริฐอันยัง
สัตว์ให้ถึงพระนิพพาน โปรดประทานความสวัสดิ แก่พวกข้า
พระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

(พระสังฆรัตนะ)

๖๔. สีลาทิกุณะสัมปันโน สังฆ มัคคะพะเส ฐิตโต
ชิตินทริโย ชิตะปาโป ทักขิณเยโย อะนุตตะโร.

พระสงฆ์ผู้สมบูรณ์ด้วยคุณมีศีลเป็นต้น ดำรงอยู่ในมรรคและ
ผล ชนะอินทรีย์แล้ว ชนะบาปแล้ว เป็นทักขิณเยยบุคคลผู้ยอด
เยี่ยม

๖๕. อะนาสะโว ปะริสุทโธ นิราสาโส ภาวะกะเว
 นิพพานะโคจะโร สันโต สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

ขอพระอริยสงฆ์ผู้ไม่มีอาสวะ ผู้บริสุทธิ์ ผู้หมดความ
 प्रารรณานาในภพน้อยภพใหญ่ ผู้มีจิตจดจ่อในพระนิพพาน เป็น
 สัตบุรุษ ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อ
 เกิด

(พระเถระชั้นผู้ใหญ่ ๑๘๒ องค์)

๖๖. อัญญาตะโกณฑัญญุตเถโร รัตตัญญูนัง อัคโค อะหุ
 ธัมมะจักกภิกษมะโย สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระอัญญาโกณฑัญญะเถระ เป็นผู้เลิศกว่าเหล่าภิกษุผู้รู้
 ราตรี ผู้บรรลุเป็นพระโสดาบันด้วยพระธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ขอ
 จงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๖๗. วัปปัตเถโร มหาปัญโญ มหาตะมะวินทะโน
 มหาสันติกะโร โลเก มหาสันติง กะโรตุ โน.

พระวัปปะเถระ ผู้มีปัญญามาก ผู้กำจัดความมืดคือโมหะ
 ผู้กระทำความสงบอันประเสริฐในโลก ขอจงประทานความสงบอัน
 ประเสริฐแก่พวกข้าพเจ้าเกิด

๖๘. ภัททิโย ภัททะลีโล จะ ทักขิณเวยโย อะนุตตะโร
 โลกัตถะจะริโต เถโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระภัททิยเถระ ผู้มีศีลงาม ผู้เป็นทักขิณเวยยบุคคลผู้ยอดเยี่ยม ผู้บำเพ็ญประโยชน์แก่โลก ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๖๙. มะหানাโม มะหาปัญญา มะหัชัมมะวิฑู สุโต
 มะหาชีณาสะโว เถโร มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระมหานามะเถระ ผู้มีปัญญามาก ผู้ตรัสรู้ธรรมอันประเสริฐ ผู้มีชื่อเสียง เป็นพระชีณาสะพผู้ประเสริฐ ขอจงประทานความสงบอันยิ่งใหญ่ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๗๐. อัธสะชิตเถโร มะหาปัญญา ชิตะมาโร ชิตินทริโย
 ชิตะปัจจัตถิโก โลเก สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระอัธสะชิตเถระ ผู้มีปัญญามาก ผู้ชนะมาร ผู้ชนะอินทรีย์ ผู้ชนะศัตรูในโลก ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๗๑. อะนุப்புพิกะถัง สุตฺวา ยะโส เอกัคคะมานะโส
 อักคะชัมมะมะนุปัตโต โสตถียาโรคฺยยัง ทะทาตุ โน.

พระยสะเถระ ผู้ฟังอนุப்புพิกถาแล้ว มีจิตตั้งมั่นบรรลุพระอรหัตผล อันเป็นธรรมอันเลิศ ขอจงประทานความสวัสดิ์ และความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๓๒. จัตถวาธิกา จะ ปัญญาสะ เถรา คิหิสะหายะกา
 ปัตถวานะ ประมะมัง สันติง สะทา โสตติง กะโรนตุ โน.

และพระเถระผู้เป็นพระอรหันต์ ๕๔ รูป ผู้เคยเป็นสหายของ
 พระยสะ เมื่อครั้งยังเป็นผู้ครองเรือน บรรลุแล้วซึ่งพระนิพพานอัน
 ประเสริฐ ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุก
 เมื่อเกิด

๓๓. เย ติงสะ ภัททะวัคคิยา รุเปนาตุละวัณณินโน
 จีณาสะวา วะสีภูตา เต กะโรนตุ อะนามะยัง.

พระภัททวัคคีย์ผู้เป็นเถระสามสิบองค์ ผู้มีรูปทรงและ
 ผิวพรรณอันหาใครเปรียบปานมิได้ สิ้นอาสวะแล้ว เป็นผู้ชนะตน
 มีความชำนาญในการเข้าฌาน ขอจงประทานความไม่มีโรค แก่
 พวกข้าพเจ้าเกิด

๓๔. อูรุเวละกัธสะโปปี มะหาปะริทานะมุตะโม
 ฐะปีโต อักคัฏฐานัมหิ สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

แม้ พระอูรุเวละกัธสะปะ ผู้เป็นเลิศในตำแหน่งแห่งภิกษุผู้มี
 บริษัทมาก ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุก
 เมื่อเกิด

๑๕. โย นะทีกัสสะปัตเตโร ปุณฺณกเขตโต อะนุตตะโร
สะตังโฆ สีสะสัมปันโน สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แม้พระเถระนามว่า **นทีกัสสะปะ** ผู้เป็นเพื่อนาบุญอันประเสริฐ ผู้มีภิกษุเป็นศิษย์ ๓๐๐ เป็นบริวาร ผู้สมบุรณ์ด้วยศีล ของจขง ปรทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖. ชัมมะปัชชะลิตโต สันโต โย เถโร คะยากัสสะโป
สังยุตโต ภาวะนิสฺเสนเห สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า **คยากัสสะปะ** ผู้รุ่งเรืองด้วยธรรม ผู้สงบ ผู้เข้าถึงพระนิพพาน อันเป็นที่ปราศจากภวตัณหา ของจขง ปรทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗. โลกะนาถัง ฐุปะตฺวานะ ปัญญะวันตานะ ปาณินัง
ปัญญายะ สารีปุตตัสสะ กะลัง นาคมะติ โสพะสิง.

ในบรรดาสรรพสัตว์ผู้มีปัญญาทั้งหลาย เว้นพระพุทธเจ้าผู้เป็นที่พึ่งของโลกแล้ว สัตว์ใด ๆ ย่อมไม่ถึงเสียที่สิบกแห่งปัญญา ของพระสารีบุตร

๑๘. สารีปุตโต มหาปัญญา ประฐโฆ อัคคะสวาโก
ชัมมะเสนาปะตี เสฏฺโฐ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

ขอ **พระสารีบุตร** ผู้มีปัญญามาก ผู้เป็นอัครสาวกองค์ที่หนึ่ง ผู้เป็นธรรมเสนาบดี ผู้ได้รับการยกย่องว่า เป็นผู้เลิศทางปัญญา ของจขง ปรทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕. ปาทังคฺฤทิกะมัตเตนะ เวชยันตะปะกัมปะโน
 ปะฐะเวิง มะหะติง สัพพัง สะมัดโถ ปะริวัตติตฺตุง.

พระมหาเถระใด ผู้สามารถยังเวชยันต์ปราสาท (ปราสาทของ
 พระอินทร์) ให้หวั่นไหวได้ด้วยเพียงหัวแม่เท้า นั้น ผู้สามารถพลิก
 แผ่นดินผืนใหญ่ทั้งหมดได้

๑๖. โมคคัลลาโน มะหาเถโร ทฺติโย อัคคะสวาจะโก
 อิทธีมันตานัง โส อักโค สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระมหาเถระนั้นนามว่า โมคคัลลานั้น ผู้เป็นพระอัครสาวก
 องค์ที่สอง เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีฤทธิ์ทั้งหลาย ของ
 ประธานความสวัสดิ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๗. มะหากัสสะปะตเถโรปิ อุตตัตตะกะณะกันนิโก
 ชฺฐะคฺคณัฏคะนิกขิตโต ตะติโย สัตถุสวาจะโก.

พระมหาเถระนามว่า กัสสะปะ ผู้มีผิวพรรณอันงดงามดุจเนื้อ
 ทองคำอันบริสุทธิ์ ผู้ได้รับยกย่องให้เป็นผู้เลิศ ในทางชฺฐงค์คุณ
 เป็นพระอัครสาวกองค์ที่สามของพระศาสดา

๑๘. อะรัญญะวาสาภิระโต ปังสุกฺกละชะโร มุนิ
 สฺฐะคัตถสาสะนะชะโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

เป็นผู้ยินดียิ่งในการอยู่ป่า ผู้ทรงผ้าบังสุกุล เป็นมุนีผู้รู้โลกทั้ง
 ภายในและภายนอก ผู้ทรงไว้ซึ่งคำสอนของพระสุคต ของ
 ประธานความสวัสดิ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๘๓. อาปัติอะนาปัติยา สะเทกัจฉายะ โกวิท
 วินะเย อัคคะนิกขิตโต อุปาลี สัตถุวัณณิโต.

พระอุบาลีเถระ ผู้ฉลาดในอาบัติและมีไชอาบัติ และในอาบัติ
 ที่เยียวยาได้และเยียวยาไม่ได้ ผู้อันพระศาสดาทรงแต่งตั้งให้ เป็น
 ผู้เลิศในทางทรงพระวินัย

๘๔. วินะเย ปาระมิปปัตโต วินะยัคโคจะโร มุนิ
 กะโรตุ โน มะหาสันติง โสตธัยารอคัยัง ทะทาตุ โน.

ผู้อันพระศาสดาทรงยกย่อง ให้เป็นผู้ถึงซึ่งความเป็นผู้เลิศ
 ในทางทรงจำพระวินัย ผู้สำรวมกาย วาจา และใจ ขอจง
 ประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้า และขอให้ความ
 สวัสดิ์ ความไม่มีโรค จงมีแก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๘๕. อะนุรุทธะมะหาเถโร ทิพพะจักขุณะมุตตะโม
 ญาติเสฏฐโฐ กะคะวะโต โสตธัยารอคัยัง ทะทาตุ โน.

พระอนุรุทธมหาเถระ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีตาทิพย์
 เป็นพระประยูรญาติผู้ประเสริฐของพระผู้มีพระภาค ขอจงประทาน
 ความสวัสดิ์ และความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๘๖. อุจจาภุติกานัง อัคโค ภัททियो สุตตะมาหิโต
 กภาพิโคชายะ ปุตโต จะ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระภัททियเถระ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีตระกูลสูง
 เป็นผู้มั่งคั่งอันตั้งมั่น เป็นบุตรของนางกภาพิโคชา ขอจงประทาน
 ความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๘๗. อานันทโท พุทธรูปัญญาโก

สังคีตีสถาฐัมมะโต

พะหุสสุโต ชัมมะชะโร

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระอานันทะเถระ ผู้อุปัญญาภพระพุทธรเจ้า ผู้ยังการทำสังคายนาให้สำเร็จ ผู้เป็นพหุสูต ผู้ทรงธรรม ของจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๘๘. กิมิโล สิริสัมปันโน

มหาสุชะสะมัปปิโต

มะหาชีณาสะโว ชาโต

มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระกิมพิละเถระ ผู้สมบุรณ์ด้วยสิริ เพียบพร้อมด้วยบรมสุข เป็นพระชีณาสพผู้ประเสริฐ ของจงประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๘๙. ะรุวาสัง ะลิต์วานะ

ปะสันโน พุทชะสาสะเน

กะคุ จาระหะตัง ปัตโต

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระภคฺเถระ ผู้เลื่อมใส และอยู่ด้วยความเคารพในคำสอนของพระพุทธรเจ้า ผู้บรรลุนั้นเป็นพระอรหันต์ ของจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๙๐. กุลัปปะสาทะชะนะโก

กาพุทายี มะหิทธิโก

เอตะทักคัฏฐิตโต เถโร

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระกาพุทายีเถระ ผู้มีฤทธิ์มาก เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ทำให้คนเลื่อมใส ของจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๕๑. เสฏโฐ ชัมมะกะธิกานัง คินณัง เวทานะ ปาระคู
 ปุลโณ มันทานียา ปุตโต เถโร โสตถิง กะโรตุ โน.

พระปุลณะเถระ ผู้เป็นบุตรของนางมันทานี เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้เป็นธรรมกถึก ผู้จบไตรเพท ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๕๒. ภาระทวาโซ มหาเถโร สีหะนาทานะมุตตะโม
 ฐะปิต อักคัฏฐานัมหิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระ(ปิณโทล)การทวาชะมหาเถระ ผู้อันพระศาสดาทรงตั้งไว้ในตำแหน่ง เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้บรลือสีหนาท ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๕๓. สังฆิตตะภาสิตะมัตถัง วิตถารณะ วิชานะโก
 กัจจาโน ภาวะนิสัเนโห เถโร โสตถิง กะโรตุ โน.

พระกัจจายนะเถระ ผู้สามารถอธิบายเนื้อความที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้โดยสังเขปให้พิสดาร ผู้ปราศจากความสึเนหาในภพ ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๕๔. ละกุกฏกัททियो เถโร มัญหุสสะรานะมุตตะโม
 ฐะปิต อักคัฏฐานัมหิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระलगुकฏกัททียะเถระ ผู้อันพระพุทธเจ้าทรงตั้งไว้ในตำแหน่งเป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีเสียงไพเราะ ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๕๕. อดิธะวาทินัง อักโค ทักขิณเอยโย อะนุตตะโร
 สุกฺกติ กุตะทะมะโน เถโร โสตติง กะโรตุ โน.

พระสุกฺกติเถระ เป็นผู้แสดงธรรมแก่สัตว์ตามพุทฺธดำรัส เป็นผู้
 เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้อยู่ด้วยธรรมอันปราศจากข้าศึก และเลิศกว่า
 บรรดาภิกษุผู้ควรรับทักษิณาทาน ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่
 พวกข้าพเจ้าเถิด

๕๖. อดิธะวาทินัง อักโค เวระโต ขะทิวระนิโย
 วิเวกาภิระโต เถโร สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระเวระตะ ผู้อาศัยอยู่ในป่าไม้ตะเคียน ผู้ยินดีในความวิเวก
 เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีปกติอยู่ในป่า ขอจงประทานความ
 สวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๕๗. ฌายีนัง อุตตะโม เถโร กังขาเวระตะนามะโก
 สะมาธิมานะกุสะโล สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า กังขาเวระตะ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มี
 ปกติยินดีในการเข้าฌาน เป็นผู้ฉลาดในสมาธิและฌาน ขอจง
 ประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๕๘. โสโณ จะ โกฬิวีโสปี อารัทธะวีรียานะมุตตะโม
 ปะหิตตโต สะทา เถโร โสตติง ฆาสุง กะโรตุ โน.

แม้ พระโสณโกฬิวีสะเถระ เป็นผู้มึนจิตตั้งไปในนิพพาน เป็นผู้
 เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ปรารถนาความเพียร ขอจงประทานความสวัสดิ์
 และความผาสุก แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๕๕. กัลยาณะวากกะระณานัง โสโณ กุฎิกัณโณปิ จะ
 อัคโคติ วัณณิโต เถโร โสตถิง ผาสุง กะโรตุ โน.

แม้ พระโสณกุฎิกัณณะเถระ ผู้อันพระศาสดาทรงสรรเสริญ
ว่าเป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้กล่าววาจาไพเราะ (สาธยายธรรม
ด้วยเสียงอันไพเราะ) ของจประทานความสวัสดิ์ และความผาสุก
แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๐๐. ลาภินะมุตตะโม เถโร สีวะลิ อิติ วิสตุโต
 โส ระโต ปัจจะยาทิมหิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า พระสีวลี ผู้มีความสันโดษในปัจจุบันนี้ เป็นผู้
เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีลาภ ของจประทานความสวัสดิ์แก่ข้าพเจ้า
ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๐๑. สัทธาธิมุตตานัง อัคโค วักกะลิ อิติ นามะโก
 ปาโมชชะพะหุโล เถโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า พระวักกलि เป็นผู้มากด้วยความปราโมทย์
เป็นเลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีศรัทธา ของจประทานความสวัสดิ์ แก่
พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๐๒. ราหุโล พุทธะปุตโตปิ ลิกขากามานะมุตตะโม
 ทายาโท สัพพะธัมเมสุ มะหาสันติง กะโรตุ โน.

แม้พระเถระนามว่า ราหุละ ผู้เป็นพุทธบุตร ผู้เป็นทายาทใน
ธรรมทั้งปวง เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มุ่งต่อการศึกษา ของจ
ประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๐๓. สัทธายะ ปัพพะชิต்வานะ รัฏฐะปาโล ปะรักกะมี
เอตะทัคเค จูโตเยวะ สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า รัฏฐะปาละ ผู้มีความเพียรยิ่ง เป็นผู้เลิศกว่า
บรรดาภิกษุผู้บวชด้วยศรัทธา ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๐๔. กุณฑะธาโน มะหาเถโร สะลากัง ปะฐะมัง กะโต
ฐะปิโตเยวะ ฐานัมหิ สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระกุณฑธานะมหาเถระ ผู้ถึงซึ่งความเป็นที่หนึ่งในการจับ
สลาก จึงดำรงอยู่ในตำแหน่งที่เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ร่วมจับสลาก
ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๐๕. ปะฎิภาณะวันตานัมปิ อัคโคติ พุทธะวัณณิโต
วังคีโส อะระหา เสฏฺฐิ สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระอรหันต์นามว่า วังคีสะเถระ ผู้ประเสริฐ เป็นผู้ได้รับการ
ยกย่องจากพระพุทธเจ้าว่า เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีปฏิภาณ-
กวี ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๐๖. สะมันตะปาสาทิกานัง อัคคัฏฐานัมหิ ฐะปิโต
อุปะเสโน วังคันตะปุตโต สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระอุปเสนวังคันตบุตรเถระ พระศาสดาทรงตั้งไว้ใน
ตำแหน่งผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีบริษัทอันน่าเลื่อมใส ของจ
ประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๐๗. ทัพโพ มัลละปุตโต เถโร เสนาสะนะปัญญาปะโก

ฐะบีโต อัคคัฏฐานัมหิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระทัพพมัลละบุตรเถระ พระศาสดาทรงตั้งไว้ในตำแหน่งที่เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้จัดแจงเสนาสนะ ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๐๘. ปิลินทะวัจจะสะมะโณ เทวะต่านัง ปิโย อะหุ

ฐะบีโต อัคคัฏฐานัมหิ โสตถ์ยาร์คยั้ง ทะทาทุ โน.

พระปิลินทวัจจะเถระ พระศาสดาทรงตั้งไว้ในตำแหน่งที่เลิศกว่าบรรดาภิกษุทั้งหลาย ที่เป็นที่รักของเหล่าเทวดา ขอจงประทานความสวัสดิ และความไม่มีโรคแก่พวกข้าพเจ้าด้วยเถิด

๑๐๙. พาหิโย ทารุจิริโย จิปปาภิญญานะมุตตะโม

กะโรตุ โน มะหასันติง อาโรคัยญจะ ชะยั้ง สะทา.

พระพาหิยทารุจิริเยเถระ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ตรัสรู้เร็ว ขอจงประทานความสงบอันประเสริฐ ความไม่มีโรคและชัยชนะ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๑๐. กุมารกัสสะปะตเถโร จิตตะกะถินะมุตตะโม

มิจฉาวิตักกุปัจเจโท สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระกุมารกัสสะปะเถระ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้แสดงธรรมได้อย่างวิจิตร ผู้สามารถละมิจฉาวิตกได้ ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๑๑. ปะภูติสัมภิตาปัตตานิยัง อักคัฏฐานัมหิ ฐะปิโต

โกฏฐิตุ อระหา เสฏฐิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระอรหันต์นามว่า โภฏฐิตะเถระ เป็นผู้ประเสริฐ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ได้ปฏิสัมภิตา ๔ ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๑๒. อัปปาพาโธ มะหาเถโร อัปปาพาชานะมุตตะโม

พาฏโถ อระหา ชาโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระพากุละเถระ ผู้เป็นพระอรหันต์ เพราะเหตุที่เป็นผู้มีอาพาธน้อย จึงเป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้มีอาพาธน้อย ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๑๓. ปุพเพนิวาสะเวทินัง อักโคติ พุทธะวัณณิโต

โสภิตุ นามะ โส เถโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า โสภิตะ ผู้อันพระพุทเจ้าทรงสรรเสริญว่า เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ระลึกชาติในปางก่อนได้ ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๑๔. มะหากัปปินัตเตโรปิ ภิกขุโธวาทะโก อะหุ

กุสะโล โธวาทะทาน สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แม้ พระมหากัปปินะเถระ เป็นผู้ให้โอวาทภิกษุ เป็นผู้เลิศในการให้โอวาท ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๑๕. ภิกขุโนวาทะกานัคโค นันทะโก อิติ วิสสุโต
 ปาลเหตุ โน สะทา เถโร โสตถิง ฬาสุง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า นันทกะ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ให้
โอวาทแก่นางภิกษุณี โปรดรักษาพวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด
และของประทานความสวัสดิ์ และความผาสุก แก่พวกข้าพเจ้า
เถิด

๑๑๖. อินทริยสุ คุตตะทวาโร อัคคัฏฐาเน จูโธ อะหุ
 นันทเถโร วะสิปปัตโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระนันทเถระ ผู้ได้วสี (ความชำนาญในการเข้า-ออกฌาน
สมาบัติ) เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้สำรวมอินทรีย์ ของ
ประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๑๗. เตโชชาตุกุสะถานัง อัคคัฏฐานัมหิ ฐะปิโต
 สาคะโต นามะ โส เถโร โสตถิง ฬาสุง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า สาคตะ ผู้อันพระศาสดาทรงตั้งไว้ในตำแหน่ง
เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ฉลาดในเตโชชาตุ (เตโชกสิณ คือ
กรรมฐานที่เพ่งไฟเป็นอารมณ์) ของประทานความสวัสดิ์ และ
ความผาสุก แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๑๘. สัตถุญญาวิวัญญะกุสะโล ปะชาโน ภาวะนาระโต
 พุททะสิสโส มะหะปັນโถ มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระมหาปັນถกะเถระ ผู้ชำนาญในสัตถุญญาวิวัญญะ (ได้แก่
วิปัสสนา) เป็นผู้มีความเพียร มีความยินดีในภาวนา เป็นศิษย์

ของพระศาสดา ขอจงประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวก
ข้าพเจ้าด้วยเถิด

๑๑๙. **อุปัชฌาย์** ปันถกะเถโรปิ **มะโนมะยาภินิมมิโต**
ฐะปิโต อัครักขุณฺณํมหิ **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

แม้ พระอุปัชฌาย์ ปันถกะเถระ ผู้อันพระศาสดาทรงตั้งไว้ใน
ตำแหน่งผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ปรินิรมิตกายได้มาก และในตำแหน่ง
ผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ฉลาดในเจโตวิวัฏฐะ (คือฉลาดในฌาน
สมาบัติ) ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อ
เถิด

๑๒๐. **ปะฏิภาณยะกานัง ตู** **อัครักขุณฺณํมหิ ฐะปิโต**
ราโธ เถโร มะหาโสตถิง **กะโรตุ โน อะนมะยัง.**

พระราชาเถระ ผู้อันพระพุทธรเจ้าตั้งไว้ในตำแหน่งผู้เลิศกว่า
บรรดาภิกษุผู้มีปฏิภาณในคำสอน ขอจงประทานความสวัสดิ์อัน
ประเสริฐ และความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๒๑. **อุชะจีวะระชะรานัง** **ภิกขุณัง อุตตะโม อะหุ**
โมฆะราชะมะหาเถโร **มะหาสันติง กะโรตุ โน.**

พระโฆฆราชะมหาเถระ เป็นผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุผู้ทรงจีวร
ที่เศร้าหมอง (คือผ้าเก่า ผ้าเนื้อหยาบ สีเศร้าหมอง) ขอจง
ประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๒๒. วิมะโล วิมะลปัณฺณโณ สุรูปุ สุตะมาหิโต
ระโซ นะ ทิมปะติ ชันเช มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระวิมลเถระ ผู้มีปัญญาปราศจากมลทิน ผู้มีรูปร่าง ผู้มีจิตตั้งมั่น กิเลสเพียงดังธูลีไม่ฉาบทาชั้นร้ําของท่าน ของจําหน่ายซึ่งความสงบอันยิ่งใหญ่ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๒๓. ฐัมมะปาโล มะหาปาโล มะหาฐัมมะชะโร ยะติ
มะหาชีณาสะโว โลก มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า ฐัมมपालะ ผู้รักษารธรรมอันประเสริฐ ผู้ทรงไว้ซึ่งธรรมอันประเสริฐ ผู้เป็นพระมหาชีณาสพในโลก ของจําหน่ายความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๒๔. จักขุปาโล มะหาเถโร ปะธาโน สีละสังวุโต
ปะหิตัตโต มะหากาโย มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระจักขุपालะมหาเถระ ผู้มีความเพียร ผู้สํารวมแล้วในศีล ผู้มีจิตตั้งไปในนิพพาน ผู้มีรูปกายอันประเสริฐ ของจําหน่ายความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๒๕. สัพพะเวระกะยาตีโต นาระโท อาสะวกะโย
มะหาสันติงกะโร โลก สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระนารทะเถระ ผู้ก้าวล่วงเวรและภัยทั้งปวงแล้ว สิ้นอาสวะแล้ว กระทำความสงบอันประเสริฐในโลก ของจําหน่ายความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๒๖. พุทธะปุชายะ นิระโต ชินะภัตติปะรายะโน
 สัทธัมมะสะวะโน เถโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระสัทธัมมสวณะเถระ ผู้ยินดีในการบูชาพระพุทธเจ้า มีความรักดีในพระพุทธเจ้าเป็นอย่างยิ่ง ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๒๗. ปัจฉิมะกะวะสัมปัตโต โคตะโม ภาวะนาระโต
 รากักขะยะมะนุปัตโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระโคตมะเถระ ผู้เข้าถึงภพสุดท้ายแล้ว ยินดีในภavana ถึงความสิ้นไปแห่งราคะ ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๒๘. เสนาสะเนสุ สัปปายัง ลัทธา ฌานัง สะมาระภิ
 โคธิกโก พุทธะฌายันโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระโคธิกะเถระ เมื่อเพ่งความตรัสรู้ ได้เสนาสนะที่สัปปายะแล้ว จึงได้บำเพ็ญฌาน ท่านเป็นผู้ที่พระพุทธเจ้าทรงทำฌापณกิจให้ในเวลาปรินิพพาน ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๒๙. พุทธะ ปะสันนะมานะโส สุพาทุ ปัญชะลีกะโต
 จีณาสะโว ะสีฎุโต มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระสุพาทุ ผู้มีใจเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า เคยกระทำอัญชลีมาแล้ว ๙๔ กัป เป็นพระอรหันต์ผู้มีความชำนาญในฌานสมาบัติ ขอจงประทานความสงบอันประเสริฐแก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๓๐. วิปัสสนายะ ปะสุโต

วัลลโย สุตะมาหิโต

สะโต ฌายี วะเนวาตี

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระวัลลยะเถระ ผู้ชวนชวายเป็นวิปัสสนากรรมฐาน มีจิตตั้งมั่นดีแล้ว มีสติ ได้ฌาน มีปกติอยู่ป่า ของงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๓๑. อุตติโย วินะยะชะโร

อะติกัณโธ นระมะเร

ชาเรนโธ อันติมัง เทหัง

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระอุตติยะเถระ ผู้ทรงพระวินัย ผู้เป็นจอมแห่งหมู่มนุษย์ และทวยเทพ ผู้ทรงร่างกายอันมีในที่สุด (คือสำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว ไม่มีการเกิดต่อไปอีก) ของงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๓๒. วิมะโล วิระโขชัลโล

ชาโต ปัณทะระเกตุนา

พิมพิสาร์ทชะโข เถโร

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระวิมลโกณฑัญญะเถระ ผู้บังเกิดเป็นโอรสของพระเจ้าพิมพิสาร ผู้มีวัตรปฏิบัติอันขาวสะอาด ของงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๓๓. รัมมารัญญะ ะสิตฺวานะ

ภาเวนโธ กุสะลัง พะหุง

โยคักเขมะมะนุปัตโต

สะภियो สันติง กะโรตุ โน.

พระสภียะเถระ ผู้อยู่ในป่าอันน่ารื่นรมย์ เจริญกุศลเป็นเอก บรรลุพระนิพพานอันเป็นที่สิ้นไปแห่งโยคะ (คือกิเลสอันเป็นเครื่อง

ผูกสูตรไว้ในสังสารวัฏ) ของจประทานความสงบ แก่พวกข้าพเจ้า
เถิด

๑๓๔. ปุพเพนิวาสัง ชานันโต ทิพพะจักขุวิโสธะโน
นาคิโตระหะตัง ปัตโต โสตถ์ยาโรคฺยัง ทะทาตุ โน.

พระนาคิตะเถระ ผู้ระลึกชาติในปางก่อนได้ ผู้มีทิพจักขุอัน
บริสุทธิ์ บรรลุถึงความ เป็นพระอรหันต์แล้ว ของจประทานความ
สวัสดิ์ และความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๓๕. ปาติโมกขะมะนุปปัตโต วิชะโยรัญญะโกจะโร
ลาภาลาภี ตะธาสังถี สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระวิชะยมหาเถระ ผู้เข้าถึงปาติโมกข์สังวรศีล ผู้มีป่าเป็นที่
โคจร ผู้มีปกติกกล่าวสรรเสริญ ตามที่ตนได้ปัจจัยมา ของจ
ประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๓๖. ตัณหาชะฎัง วิชะญะตฺวา วัฑฒะตฺวานะ วิปัสสะนัง
สังฆะรักขิตะ มะหาเถโร มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระสังฆรักขิตะมหาเถระ ผู้ถางรกชัฏคือตัณหา ยัง
วิปัสสนาให้เจริญ ของจประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวก
ข้าพเจ้าเถิด

๑๓๗. อดีตญะวาสาภิระโต ภาวะเนตติสะมุหะโต
 ชัมมานัง ปาระมิปปัตโต อุตตะโร ปาตุ โน ภะยา.

พระอุตตระเถระ ผู้ยินดียิ่งในการอยู่ป่า ผู้ถอนตัณหา อันเป็นเครื่องนำไปสู่ภพได้แล้ว บรรลุถึงฝั่งแห่งธรรมทั้งหลายคือ มรรค ผล นิพพาน ขอจงรักษาพวกข้าพเจ้า ให้พ้นจากภัยเกิด

๑๓๘. ปุพเพ ปุญญา นิ กัตวานะ ปุพพะโยคัง สะมาระภิ
 อุตตะโรระหะตัง ปัตโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระอุสกะเถระ ผู้กระทำบุญทั้งหลายไว้ในกาลก่อนแล้ว ปรารถนารมฐานอันเป็นส่วนเบื้องต้นแห่งอริยมรรค บรรลุความเป็นพระอรหันต์ ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๓๙. สะมาปัตติสะมาปันโน ณะพะภิญโญ มะหิทฺธิโก
 สิวะโก พุทธะฌายันโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระสิวกะเถระ ผู้ถึงพร้อมด้วยสมบัติ มีอภิญญาหก มีฤทธิ์มาก เป็นผู้พิจารณาตักขณิกธรรมที่พระพุทธรูปทรงพิจารณา ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๔๐. สัตตาริยะชะโร เถโร ชะนियो ชัมมะสะกะโร
 วันตะสังสาระคะมะโน สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระธนิยะเถระ ผู้มีอริยทรัพย์เจ็ดประการ ผู้เป็นดุจทะเลแห่งธรรม ผู้ส้ารอกกิเลส อันเป็นเหตุท่องเที่ยวในสังสารวัฏได้แล้ว ขอจงประทานความสวัสดิแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๔๑. ปัญจักขันธะ ปะริญญาเย ภาวะยิต்வานะ นิพพุตัง
ปิต்வานะ ประระมัง สันตัง โปถิโย ปาตุ โน ภะยา.

พระโปลิยะเถระ ผู้กำหนดรู้เบญจขันธ์แล้ว เสวยอรหัตผล-
สมาบัติ เข้าถึงพระนิพพานอันประเสริฐ ขอจงรักษาพวกข้าพเจ้า
ให้พ้นจากภัยเกิด

๑๔๒. อุปะนิสสะยะสัมปันโน อุชชะโย พุทธะมามะโก
โลกัตตะปะสุโต เถโร สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระอุชชะยะเถระ ผู้สมบูรณ์ด้วยธรรมอันเป็นเหตุออกจาก
วัฏฏะ ผู้นับถือพระพุทธเจ้าเป็นอย่างยิ่ง ผู้ชวนชวายประโยชน์
เพื่อชาวโลก ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาล
ทุกเมื่อเกิด

๑๔๓. พุทธัปะสาทะสัมปันโน ปัพพะชี่ ชินะสาสะเน
สัณณะโย นามะ โส เถโร สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า สัณณะยะ ผู้ถึงพร้อมด้วยความเลื่อมใสในพระ
พุทธเจ้า บวชแล้วในศาสนาของพระพุทธเจ้า ขอจงประทานความ
สวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๔๔. มारัญชะโย มะหาเถโร รามะเณยโย มะหิทธีโก
นิพพานะนินนะจิตโต โส สะทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระมหาเถระนามว่า รามะเณยยะ ผู้ชนะมาร มีฤทธิ์มาก เป็น
ผู้มีจิตตั้งสู่พระนิพพาน ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๔๕. อุโบ ปาปัญจะ ปุญญัญจะ วิติวัตโต อนะสะโว
วีรัตเถโรระหังปัตโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระวิระเถระ ผู้ข้ามพ้นบาปและบุญทั้งสองประการแล้ว ผู้ไม่มีอาสวะ บรรลุถึงความเป็นพระอรหันต์ ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๔๖. ปุณณะมาสะมะหาเถโร ปังสุกุลละชะโร ยะติ
ปุพพะกิจจะวิริง กัตถวา มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระปุณณมาสะมหาเถระ เป็นผู้ทรงผ้าบังสุกุล กระทำบุพพกิจเบื้องต้นแล้ว ขอจงประทานความสงบอันประเสริฐแก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๔๗. ปัญจะฉินโน ปัญจะชะโฮ ปัญจะจุตตะริภาวะโน
ปัญจะสังคาคิโค เถโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระปัญจสังคาคิเถระ ผู้ข้ามพ้นกิเลสเป็นเครื่องข้อง (นิวรรณ์) ๕ อย่าง ผู้ตัดโอรัมภาคิยะสังโยชน์ (สังโยชน์เบื้องต่ำ) ๕ อย่างได้แล้ว ผู้ละอุทัมภาคิยะสังโยชน์ (สังโยชน์เบื้องสูง) ๕ อย่างได้แล้ว ผู้เจริญอินทรีย์ ๕ (ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา) ให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๔๘. ปุพเพ รากัง วิจาเรนโต ชินะภักติปะรายะโน
 เพ็ลลัญฐะถีสโต วังสะชะโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเพ็ลลัญฐะถีสสะเถระ ผู้เคยจัดแจงการบูชาัญญในกาลที่ตนเป็นฤๅษี ผู้ถวายเป็นภักดีต่อพระพุทธรเจ้า ผู้ทรงไว้ซึ่งวงศ์แห่งอริยะ (วงศ์แห่งอริยะคือสันโดษในจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และยินดีในการภาวณา) ของงประทานความสวัสดิ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเกิด

๑๔๙. ปัญจูปันนาหิ อะระโย นิกันติ นัตถิ ชีวิต
 อะชิตโต โส มหาเถโร มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระมหาเถระนามว่า อชิตะ ผู้ไม่มีความกลัวภัย ๕ อย่าง (ราชภัย โจรภัย อัคคีภัย อุทกภัย วาตภัย) ที่กำลังเกิดขึ้น ผู้ไม่มีความเยื่อใยในชีวิต ของงประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเกิด

๑๕๐. วิวัฏฐะนิสสะเย ปุญญเญ กัตวา สัมพุทเธภักติมา
 กุลลัตถะโรระหังปัตโต มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระกุลละเถระ ผู้มีความภักดีในพระสัมมาสัมพุทธรเจ้า ผู้ได้กระทำบุญบารมี อันมีนิพพานเป็นที่รองรับ บรรลุถึงความเป็นพระอรหันต์ ของงประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเกิด

๑๕๑. วิปัสสี ชัมมะทายาทิ เถโร นิโครธะนามะโก
นิพพานาคะมะสันทิฏฐิ สะทา สันติง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า นิโครธะ ผู้มีปกติเจริญวิปัสสนา เป็นผู้บรรพชา
ทายาท เป็นผู้ได้ประจักษ์แจ้งธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงนิพพาน ของ
ประธานความสงบ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๒. ติสโส วิชชา อะนุปปัตโต สุคันโธ นามะ โสระหา
สัพพะปาปะปะริกขิโณ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระอรหันต์นามว่า สุคันธะ ได้บรรลुวิชชาสาม เป็นผู้หมดสิ้น
จากบาปทั้งปวง ของประธานความสวัสดิ แก่พวกข้าพเจ้า ใน
กาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๓. นันทิโย สัทธาสัมปันโน ชิตะกัลเลโส มะหาเถโร
อะภิญญาปาระมิปัตโต สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระนันทิยะมหาเถระ ผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ผู้ชนะกิเลสทั้ง
ปวง ผู้ถึงที่สุดแห่งอภิญญา ของประธานความสวัสดิ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๔. กิลสา ฌาปีตา เยนะ ชิตะชัมมะระเตนะ โส
กัมมาระบุตตะวิมะโล สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเถระรูปใด เป็นบุตรของนายช่างทอง เป็นผู้ยินดีในธรรม
อันเป็นเครื่องพิชิตมาร ชนะกิเลสด้วยมรรคญาณแล้ว พระเถระ
นั้นนามว่า วิมละ ของประธานความสวัสดิ แก่พวกข้าพเจ้า ใน
กาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๕. เทวะโลกะมะนุสเสสุ

อะนุภุตฺวา วิภูติโย

ติสสัตเถโร มหาภูโต

มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระติสสะเถระ เสวยสมบัติในเทวะโลกและมนุษย์โลกแล้ว สำเร็จเป็นพระอรหันต์ผู้ประเสริฐ ขอจงประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๕๖. สุวิมุตโต মহานาโถ

ตีหิ วังเกหิ มุตตะโก

สุมังคะโล มหาเถโร

มะหาสันติง กะโรตุ โน.

พระสุมังคะละมหาเถระ ผู้หลุดพ้นจากกิเลสแล้ว เป็นพระอรหันต์ผู้ประเสริฐ พ้นแล้วจากความคดกาย วาจา ใจทั้งสาม ขอจงประทานความสงบอันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๕๗. นิรัคคะโพ นิราธาโส

มะละจีละวิโสระโน

วิเวกาภิระโต คุตโต

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระมหาเถระนามว่า คุตตะ ผู้ปราศจากลุ่มคืออวิชชา ผู้ปราศจากกิเลสคือความอยาก ผู้ชำระมลทินได้ทั้งหมด ผู้ยินดีในความวิเวก โปรดประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๘. ปะวิเวกะมะนุปปัตโต

คิริมานันทะนามะโก

ภาเวนโต กุสะเล ชัมเม

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเถระนามว่า คิริมานันทะ เจริญกุศลธรรมทั้งหลายอยู่ ได้บรรลुวิเวก ๓ แล้ว (กายวิเวก จิตวิเวก อุปัธิวิเวก) ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๘. พุทธะสาสะนะมาร์ทโซ สมะมิทธิ ภาวะนาระโต
 สมะมิทธิคุณะสัมปันโน สะทา โสตถึง กะโรตุ โน.

พระสมิทธิเถระ ผู้ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ผู้ยินดีในภาวณา ผู้สมบุรณ์ด้วยคุณ อันเป็นเหตุแห่งความสำเร็จ ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๐. อารทธิตะชีโน สันโต โชตติเถโร มหาระหา
 วิมุตโต สัพพะสังสारा สะทา โสตถึง กะโรตุ โน.

พระโชตติเถระ ผู้ชนะตัณหา อันเป็นเหตุให้ยินดีได้แล้ว เป็นผู้สงบ เป็นพระอรหันต์ผู้ประเสริฐ หลุดพ้นแล้วจากสังสาราทั้งปวง ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๑. เสนาสะนานิ ปันตานิ เสวันโต ฌานะมาระภิ
 ณะพะภิญโญ มหัจจุนโท สะทา โสตถึง กะโรตุ โน.

พระมหาจุนทะเถระ อาศัยเสนาสนะอันสงบอยู่ เข้าฌาน ได้อภิญญา ๖ ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๒. ฉันนัตเถโร สะหะชาโต สุตถันโต ชินะสาสะนัง
 โยคักเขมะมะนุปปัตโต สะทา โสตถึง กะโรตุ โน.

พระฉันนะเถระ ผู้เป็นสหชาตกับพระพุทธเจ้า เมื่อเชื่อฟังคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ได้บรรลुरूรมอันเป็นแดนเกษมจากโยคะ (คือพระนิพพาน) แล้ว ของจประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๓. เมฆิโย พุทฺธูปัฏฐาโก

ชินะภัตติปะรายะโน

มิจฉาวิตักกุปัจเจโท

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระเมฆิยะเถระ ผู้อุปัฏฐากพระพุทฺธเจ้า ผู้มีความภักดีในพระพุทฺธเจ้าเป็นอย่างยิ่ง ตัดมิจฉาวิตกคือความด่าริษิตได้แล้ว ของงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๔. อุปะวาโณ มหาเถโร

มะหากาโย มะหาระหา

มะหิทธิโก มะหาเตโช

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระอุปะวาณะ ผู้เป็นมหาเถระ มีร่างกายใหญ่ เป็นพระอรหันต์ ผู้ประเสริฐ มีฤทธิ์มาก มีอานุภาพมาก ของงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๕. สังกิจโจ โจระทะมะโน

สัพพะสังโยชนะนักขะโย

ปาเลตุ โน สัพพะภะยา

โสตถ์ยาโรคัยัง ทะทาตุ โน.

พระสังกัจจะเถระ ผู้ฝึกโจรห้าร้อย สิ้นสังโยชน์คือกิเลส เครื่องผูกสัตว์ไว้ในสังสารวัฏแล้ว ของงรักษาพวกข้าพเจ้าให้พ้นจากภัยทั้งปวง ของงประทานความสวัสดิ์ และความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๖๖. ปัญหะพียากะระณ เจโก

เมตตามานะระโต ยะติ

โสปาโกปายะสัมปันโน

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระโสปากะเถระ เป็นภิกษุผู้ฉลาดในการทูลตอบปัญหาของพระพุทฺธเจ้า ผู้ยินดีในฉานอันประกอบด้วยเมตตา ผู้ถึงพร้อม

ด้วยอุบาย เพื่อให้ได้มรรคผล ของจงประธานความสวัสดี แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๓. **เขตตะสัมปตติสัมปตโต** **วัฑฒะมาโนวะ โสตถิณา**
สุมะโน อะระหา ชาโต **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

พระสุมนะเถระ ผู้สมบุรณ์ด้วยกาลเวลา อันสมควรที่จะบรรลุนิ
กรรม ผู้เจริญเติบโตด้วยความสุข เป็นพระอรหันต์แล้ว ของ
ประธานความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๖๔. **ปิโย เทวะมะนุสตานัง** **सानุตเถโร พะหุสสุโต**
เมตตาทมายิ ตะโมฆาติ **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

พระसानุเถระ ผู้เป็นที่รักของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ผู้
เป็นพหูสูต ผู้มีปกติเข้าฌานประกอบด้วยเมตตา ผู้ทำลายความ
มืดคือโมหะ ของประธานความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุก
เมื่อเถิด

๑๖๕. **โย จะ ปุพเพ กะตัง ปาปัง** **กุสะเลนะ ปิธิยะติ**
อังกุลิมาโล โส เถโร **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

พระเถระใด ได้เคยทำบาปมาก่อน เป็นผู้ตัดบาปอกุศลได้ด้วย
อริยมรรค พระเถระนั้นนามว่า **อังกุลีมาละ** ของประธานความ
สวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗๐. วิปัสสนาธูรา เยปี

เถรา สมะถะยานิกา

จีณาสะวา มะหาเตชา

มะหาตะมะวินโทษนา.

พระเถระแม่เหล่าใด ผู้สิ้นอาสวะ ผู้มีอานุภาพอันยิ่งใหญ่ ผู้
ขจัดความมืดมิดคือโมหะ ผู้เจริญวิปัสสนาเป็นรู่ระกัถี พระเถระ
เหล่าใด ผู้เป็นสมถยานิกะกัถี

๑๗๑. ฦานิกาฦานิกา เยปี

ธัมมาภิสมะยาทาโย

สัพเพ โสถถิง สะทา เทนตุ

ชะยามาโรคฺยะมายู โน.

และพระเถระเหล่าใด ผู้ได้ฦานและไม่ได้ฦานกัถี พระเถระ
เหล่าใด ผู้ถูกกำหนดด้วยการบรรลุนิยสัจจธรรมกัถี ขอพระเถระทั้ง
ปวง ที่กล่าวมาแล้วนี้ จงประทานความสวัสดิ ัยชนะ ความไม่มี
โรค และอายุ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

(พระเถรีชั้นผู้ใหญ่ ๑๓ รูป)

๑๗๒. รัตถัญญนัง ภิกขุณีนัง

โคตะมี ชินะมาตุจนา

ฐะปีตา อคฺคัฏฐานัมหิ

สะทา โสถถิง กะโรตุ โน.

พระโคตมีเถรี ผู้เป็นพระน้านางของพระพุทธเจ้า พระพุทธ-
เจ้าทรงตั้งไว้ ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าบรรดาภิกษุณีผู้รูราตรี ขอพระ
เถรี ได้โปรดประทานความสวัสดิ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อ
เถิด

๑๗๓. **มหาปัญญาณะมัลลัญญา** **เขมาเถรีติ ปากะฐา**
สาวิกา พุทธะเสฏฐัสสะ **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

พระพุทธรสาวิกาผู้ประเสริฐสุด ปรากฏนามว่า พระเขมาเถรี ผู้ดำรงอยู่ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้มีปัญญามาก ขอพระเถรีจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗๔. **เถรี อุบปะละวัณณา จะ** **อิทธิมันตีนะมุตตะมา**
สาวิกา พุทธะเสฏฐัสสะ **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

พระอุบลวรรณาเถรี เป็นพุทธรสาวิกาผู้ประเสริฐสุด เป็นผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้มีฤทธิ์ ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗๕. **วินะยัทชะรีนัง อัคคา** **ปะฎาจารย์ติ วิสสุตา**
ฐะปีตา อัครัญญานัมहि **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

พระเถรีผู้ปรากฏชื่อว่า พระปฎาจารย์ พระพุทธรเจ้าทรงตั้งไว้ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้ทรงพระวินัย ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗๖. **ธัมมักกะถิกะปะวะรา** **ธัมมะทินนาติ นามิกา**
ฐะปีตา อัครัญญานัมहि **สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.**

พระเถรีผู้มีนามว่า ธัมมทินนา พระพุทธรเจ้าทรงตั้งไว้ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้เป็นธรรมกถึก ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗๗. ฌายิกานัง ภิกขุณีนัง

นันทาเถรีติ นามเสทา

อัครักฐฐาเน จูฑิตา อะหุ

เสทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระสาวิกานามว่า นันทาเถรี เป็นผู้ดำรงอยู่ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้มีฌาน ของจประทานความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗๘. อารัททะวีรียานัง อคคา

โสธมาเถรีติ นามิกา

ฐะปีตา ตตตะ ฐานัมหิ

เสทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระเถรีนามว่า โสธมา พระพุทธเจ้าทรงตั้งไว้ในตำแหน่งผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณี ผู้ปรารถนาคความเพียร ของจประทานความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๗๙. ทิพพะจักขุกานัง อคคา

พะกุลา อิติ วิสสุตา

วิสุททะนะยะนา ตาปี

เสทา โสตติง กะโรตุ โน.

พระเถรีผู้ปรากฏชื่อว่า พกุลา เป็นผู้มิจักขอันบริสุทธิ์ เป็นผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้มีตาทิพย์ ของจประทานความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๘๐. กุณฑะละเกสี ภิกขุณี

จิปปาภิญญานะมุตตะมา

ฐะปีตาเยวะ ฐานัมหิ

เสทา โสตติง กะโรตุ โน.

ภิกษุณีชื่อว่า กุณฑะละเกสี พระพุทธเจ้าทรงตั้งไว้แล้วในตำแหน่ง เป็นผู้เลิศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้ตรัสรู้เร็ว ของจประทานความสวัสดี แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๘๑. เถรี ภัททะกาปิลานี ปุพพะชาติมะนุสสะรี
 ตาสังเยวะ ภิกขุณีนัง อคคา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระภัททะกาปิลานีเถรี ผู้ระลึกถึงชาติในปางก่อนได้ เป็นผู้เลศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้ระลึกชาติปางก่อนได้ ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๑๘๒. เถรี ตู ภัททะกัจจานา มะหาภิญญานะมุตตะมา
 ชินนะ สุกะทุกขัง ตา สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

พระภัททะกัจจานาเถรี (พระนางยโสธรา) ผู้ร่วมทุกข์ร่วมสุขเป็นคู่บารมีกับพระชินเจ้า พระพุทธเจ้าทรงตั้งพระนางไว้ในตำแหน่ง เป็นผู้เลศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้มีอภิญญาอันพิเศษ ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๘๓. สุกะจิวะระธารีนัง อคคา กิสาปี โคตมะมี
 ฐะปีตา อคคัฏฐานัมหิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แม้ พระกิสาโคตมี พระศาสดาตั้งไว้ในตำแหน่ง เป็นผู้เลศกว่าเหล่าบรรดาภิกษุณีผู้ทรงจิวระเศร้าหมอง ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๘๔. สิงคาละมาตา ภิกขุณี สัทธาธิมุตตานะมุตตะมา
 กะโรตุ โน มะหาสันติง อารักขัญจะ สุขัง สะทา.

พระสิงคาลมาตาภิกษุณี เป็นผู้ประเสริฐสุดแห่งเหล่าภิกษุณีผู้มากด้วยศรัทธา ขอจงประทานความสงบอันประเสริฐ ความไม่มีโรค และความสุขแก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๘๕. อัญญา ภิกขุณีโย สัพพา นานาคณะชะรา พะหุ
 ปาเลนตุ โน สัพพะภะยา โสกะโรคาทีสัมภะวา.

พระภิกษุณีเหล่าอื่นทั้งปวงเป็นจำนวนมาก ผู้ทรงคุณธรรม
 ต่าง ๆ กัน ขอจงรักษาพวกข้าพเจ้าให้พ้นจากภัยทั้งปวงอันเกิด
 จากความเศร้าโศก และโรคเป็นต้น

๑๘๖. โสตาป็นนาทะโย เสกขา สัทธาปัญญาสีลาทิกา
 ภาคะโส กัเลสะทะหะนา สะทา โสตติง กะโรนตุ โน.

พระภิกษุณีทั้งหลาย ผู้เป็นพระเสขบุคคลมีพระโสตาบันเป็น
 ต้น เป็นผู้ขังยวดด้วยศรัทธา ปัญญา และศีล เป็นผู้เผากิเลสได้
 เป็นบางส่วน ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาล
 ทุกเมื่อเถิด

(พญานาค)

๑๘๗. สุมะโน สุมะนะจะโล อะระวาพะระปัตตะโก
 จัมเปยโย มุจะลินโท จะ กัมพะโล ภูชะคิสสะโร.

สุมะนาคราช สุมะนละนาคราช อระวาพะนาคราช เอรปัตต-
 กะนาคราช จัมเปยยะนาคราช มุจลินทะนาคราช กัมพะละ
 นาคราช ผู้เป็นใหญ่แห่งนาคราช

๑๘๘. กาละนาโค มหากาโพ สังขะปาโล มะโหทะโร
 มะณิกัณฐุ มะณิกัจฉิ นันทะนาโคปะนันทะโก.

กาละนาคราช มหากาพะนาคราช สังขปาละนาคราช
 มะโหทะนาคราช มณิกัณฐะนาคราช มณิกัจฉินาคราช นันทะ
 นาคราช อุปนันทะนาคราช

๑๘๙. วรรุโณ ชะตะรัฎฐุ จะ กุงคุวิโลปะลาละโก
 จิตรระนาโค มะหาวีโร ฉัพพยาปุตโต จะ วาสูกิ.

วรรุณะนาคราช ชตรัฎฐะนาคราช กุงคุวิละนาคราช อปเปลลา-
 กะนาคราช จิตรระนาคราช มะหาวีระนาคราช ฉัพพยาปุตตะนาคราช
 วาสูกีนาคราช

๑๙๐. กัณหาโคตมะโม ภูชะคินโท อัคคิฐุมะสิโข ตะธา
 จูโพทะโร อะหิจฉัตโต นาคา เอรापะธาทะโย.

กัณหาโคตมะนาคราช นาคผู้เป็นจอมนาคร อัคคิสิชะนาคราช
 ฐุมะสิชะนาคราช อหิจฉัตตะนาคราช จูโพทะระนาคราช พญานาค
 ทั้งหลาย มีเอราปะถะนาคราชเป็นต้น

๑๙๑. อาสีวิสา โฆระวิสา เย สัพเพ นะยะนาวุธา
 ชะลัฎฐา วา ละลัฎฐา วา ปัพพะเตยยา นะทีจะรา
 กะโรนตุ โน มะหาโสตติง อายุมาโรคิยัง สะทา.

หมู่नाคราชทั้งปวงเหล่าใด เป็นนาคราชมีพิษร้ายแรง (คือ
 พิษแล่นไปเร็ว) มีพิษน่าสะพรึงกลัว มีนัยน์ตาเป็นอาวูช ดำรงอยู่
 ในน้ำ ดำรงอยู่บนบก ดำรงอยู่ที่ภูเขา หรือว่าเที่ยวไปในนที ขอ

นาคราชทั้งปวงเหล่านั้น จงประทานความสวัสดิ์อันประเสริฐ
ความมีอายุ และความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

(เปรต)

๑๕๒. นิชฌามะตัมหิกา เปตา อุตุสัตติ จะ โลมะกา
มังสะปิตทาทยโย เปตา เปตา เวมานิกาทะโย
ปาเลนตุ โน สัพพะภะยา สะทา เต สุจิโน สะทา.

นิชฌามตัมหิกะเปรต อุตุโลมกะเปรต สัตติโลมกะเปรต มัง-
สะปิตทะเปรตเป็นต้น เวมานิกะเปรตเป็นต้น ขอเปรตทั้งหลาย
เหล่านั้นจงมีความสุขในกาลทุกเมื่อ จงรักษาพวกข้าพเจ้าให้พ้น
จากภัยทั้งปวง ในกาลทุกเมื่อเถิด

(อสุร)

๑๕๓. เย ปะหาราทะสัมพะระ- พัลลียาสูระคะณา จะ เย
เวปะจิตตาสุระคะณา จันทาสูระคะณาทยโย.

หมู่อสุรเหล่าใด คือ หมูंपหาราทะอสุร หมูंसัมพะระอสุร หมูंप
ลิวสุร หมูंपเวปะจิตตะอสุร หมูंपจันทะอสุรเป็นต้น

๑๕๔. สัพเพ เตปิ มะหาเตชา ภูตะยักขะนิวาระณา
กะโรนตุ โน มะหาโสตถิง อาโรคัณญะ ชะยัง สะทา.

แม้หมู่อสุรเหล่านั้นทั้งปวง มีเดชมาก ผู้สามารถป้องกันภูต
และยักษ์ ขอจงประทานความสวัสดิ์อันประเสริฐ ความไม่มีโรค
และชัยชนะ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

(เทวดา)

๑๕๕. ยะ ยักขา สัตตะสะหัสสา ภูมมา กาลีละวัตตุกา
อิทธิมันโต ชุติมันโต วัณณะวันโต ยะสัสสิโน.

ยักษ์ผู้เป็นภุมมเทวดาเจ็ดพันตนเหล่าใด อยู่ในเมืองกบิลพัสดุ์ มีฤทธิ์ มีความเจริญรุ่งเรือง มีวรรณะ มีบริวารมาก

๑๕๖. สัพเพ ทิสระระณา ยักขา มะเหล็กขา ชุตินชะรา
กะโรนตุ โน มหาโสตติง อาร็อกข์ยัญจะ ชะยัง สะทา.

ยักษ์ (เทวดา) ทั้งปวง ผู้มีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง มีศักดิ์ใหญ่ ผู้ทรงไว้ซึ่งความรุ่งเรือง ขอยักษ์เหล่านั้น จงประทานความสวัสดิ์ อันประเสริฐ ความไม่มีโรค และชัยชนะ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๗. ณะสะหัสสา เหมวะระตา ยักขา นานัตตะวัณนิโน
พุททะปุชายะ นิระตา สะทา โสตติง กะโรนตุ โน.

ยักษ์ (เทวดา) หกพันตน อยู่ที่เขาเหมวตา มีผิวพรรณ วรรณะต่าง ๆ กัน ยินดีในการบูชาพระพุทธรเจ้า ขอจงประทาน ความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๘. สาทาคีรา ทิสะหัสสา ยักขา นีลาทิวณนิโน
นানাปะภายะ สัมปันนา สะทา โสตติง กะโรนตุ โน.

ยักษ์ (เทวดา) สามพันตน อยู่ที่เขาสาทาคีรี มีผิวพรรณ วรรณะสีเขียวเป็นต้น ผู้สมบุรณ์ด้วยรัตมีต่าง ๆ ขอจงประทาน ความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๑๕๕. เวตสามิตตา ปัญจะสะตา ยักขา นานัตตะวัณณิน
 อธิมันโต ชุติมันโต วัณณะวันโต ยะสัสสิน
 โมทะมานา อะภิกกามุง สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

ยักข (เทวดา) ห้าร้อยตน อยู่ที่เขาเวตสามิตตะ มีผิวพรรณ
 วรรณะต่าง ๆ กัน มีฤทธิ์ มีความรุ่งเรือง มีวรรณะ มีบริวาร
 บันเทิงอยู่ มาชุมนุมกัน ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวก
 ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๐๐. กุมภีโร ราชะคะหิโก เวปุลลัสสะ นิเวสะนัง
 ภियโย นัง สะตะสะหัสสัง ยักขานัง ปะยิริปาสะติ
 โส ยักเขหิ ปะริวาโร สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

เทวดาชื่อว่า กุมภีระ อยู่ในพระนครราชคฤห์ วิมานของท้าว
 เชนั้น ได้แก่อยอดเขาเวปุลละ ท้าวเชนนั้น เป็นผู้อันหม้ายักขหลาย
 แสนตนเข้ามาปรนนิบัติรับใช้ ขอท้าวกุมภีระผู้มียักขเป็นบริวาร
 นั้น จงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๐๑. ปุริมัญจะ ทิสัง ราชา ษะตะรัฎฐุ ปะสาสะติ
 คันธัพพานัง อะธิปะติ มะหาราชา ยะสัสสิ โส.

ท้าวมหาหรานามว่า ฐตรัฎฐะ ปกครองอยู่ในทิศบูรพา เป็น
 อธิบดีของพวกคนธรรพ์ ท้าวเธอมีบริวารมาก

๒๐๒. ปุตตยาปี ตัสสะ พระหะโว อินทะนามา มะหัพพะลา
โส ราชา สะหะ ปุตเตหิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แม้บุตรของท้าวเธอก็มีมาก นามว่า อินทะ มีกำลังมาก ขอ
ท้าวธรรมาธิราชกับบุตรทั้งหลาย จงประทานความสวัสดิ์แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๐๓. ทักขิณญจะ ทิสัง ราชา วิรุพโห ตัง ปะสาสะติ
กุมภันฑานัง อะธิปะติ มะหาราชา ยะสัสสิ โส.

ท้าวมหาราชนามว่า วิรุพหะ ปกครองอยู่ในทิศทักษิณ เป็น
อธิบดีของพวกกุมภันฑ์ ท้าวเธอมีบริวารมาก

๒๐๔. ปุตตยาปี ตัสสะ พระหะโว อินทะนามา มะหัพพะลา
วิรุพโห สะหะ ปุตเตหิ สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แม้บุตรของท้าวเธอก็มีมาก นามว่า อินทะ มีกำลังมาก ขอ
ท้าววิรุพหะกับบุตรทั้งหลาย จงประทานความสวัสดิ์แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๐๕. ปัจฉิมญจะ ทิสัง ราชา วิรุปักโข ปะสาสะติ
นาคานันญจะ อะธิปะติ มะหาราชา ยะสัสสิ โส.

ท้าวมหาราชนามว่า วิรุปักขะ ปกครองอยู่ในทิศปัจฉิม เป็น
อธิบดีของพวกนาค ท้าวเธอมีบริวารมาก

๒๐๖. ปุตตาปี ตัสสะ พะหะโว

วิรุปักโข สะปุตเตหิ

อินทะนามา มะหัพพะลา

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แม้บุตรของท้าวเธอก็มีมาก นามว่า อินทะ มีกำลังมาก ขอ
ท้าววิรุปักโขกับบุตรทั้งหลาย จงประทานความสวัสดิ์แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๐๗. อุตตะรัญจะ ทิสัง ราชา

ยักขานัญจะ อะธิปะติ

กุเวโร ตัง ปะสาสะติ

มะหาราชา ยะสัสสิ โส.

ท้าวมหาราชนามว่า กุเวระ ปกครองอยู่ในทิศอุดร เป็น
อธิบดีของพวกยักษ์ ท้าวเธอมีบริวารมาก

๒๐๘. ปุตตาปี ตัสสะ พะหะโว

กุเวโร สะหะ ปุตเตหิ

อินทะนามา มะหัพพะลา

สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

แม้บุตรของท้าวเธอก็มีมาก นามว่า อินทะ มีกำลังมาก ขอ
ท้าวกุเวระกับบุตรทั้งหลาย จงประทานความสวัสดิ์แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๐๙. ปุริมัง ทิสัง ฐะตะรัญโฐ

ปัจฉิเมนะ วิรุปักโข

ทักขิเณนะ วิรุพพะโก

กุเวโร อุตตะรัง ทิสัง.

ท้าวธรัญฐะ ประจำอยู่ในทิศบูรพา ท้าววิรุพพะกะ ประจำอยู่
ในทิศทักษิณ ท้าววิรุปักโข ประจำอยู่ในทิศปัจฉิม ท้าวกุเวระ
ประจำอยู่ในทิศอุดร

๒๑๐. จัตตารโ เต มหาราชา สะมันตา จะตุโร ทิสา
ทัททัพพะมานา อัญญังสุ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

ท้าวมหาราชทั้งสี่ ผู้รุ่งเรืองดุจประทีป ประจำอยู่ในทิศทั้งสี่ โดยรอบ ขอท้าวมหาราชประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๑๑. เตสัง มายาวิโน ทาสา อาคุง วัณณะนิกา สะฐา
มายา กุญฺเณฑู วิญฺเณฑู วิตุจจะ วิตุญฺเณ สะหะ.

พวกบ่าวของท้าวมหาราชทั้งสี่เหล่านั้น ล้วนเป็นผู้มีมายา หลอกหลวงเจ้าเล่ห์ ได้แก่บ่าว ชื่อกุญเณฑูก็ดี ชื่อวิญเณฑูก็ดี ชื่อวิตุจจะก็ดี ชื่อวิตุญเณก็ดี

๒๑๒. จันทะโน กามะเสฏฐิ จะ กิณนุฉันฑู นิฉันฑู จะ
ปะนาโท โอปะมัญญิ จะ เทวะสุโต จะ มาตะลิ.

ชื่อจันทะนุก็ดี ชื่อกามเสฏฐุก็ดี ชื่อกิณนุฉันฑุก็ดี ชื่อนิฉันฑุและปนาทะเทวดาก็ดี ชื่อโอปมัญญะเทวดาก็ดี เทพสารถีที่ชื่อว่า มาตลิกัถิ ต่างก็มาแล้วสู่ที่ชุมนุม

๒๑๓. จิตตะเสโน จะ คันธัพโพ นะโพราชา ชะเนสะโก
วะโร ปัญจะลิโข เจวะ ทิมพะรุ สุริยะวัจจะสา.

เทพคนธรรพ์ชื่อว่าจิตตะเสนะ ชื่อวานโพราชา ชื่อว่าชเนสะกะ ชื่อว่าปัญจสิชะ (ผู้ปรารถนาให้ได้นางสุริยวัจจะสาเทพธิดา) ชื่อว่า ทิมพรุ ชื่อว่าสุริยวัจจะสาเทพธิดา (ผู้เป็นบุตรของท้าวมพรุ)

๒๑๔. เอเต จัญญะ จะ ราชาโน กัณฐัปปา จะ มะหัพพะลา
 โมทะมานา สะทา โสตถิง โน กะโรนตุ อะนามะยัง.

ขอพระราชทานทั้งหลาย เทพคนธรรพ์เหล่านี้ และเทพเหล่านี้
 ผู้มีกองกำลังมหาศาล บันเทิงอยู่ จงประทานความสวัสดิ์และ
 ความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๑๕. มะหันทา นาคะสา นาคา เวสาลา สะหะ ตัจฉกะ
 กัมพะลัสสะตะรา จาปี เมรุปาทะสิตา พะลา.

เหล่านี้คือผู้อาศัยอยู่ในสระน้ำชื่อว่า นาคสะ จำนวนมาก
 พร้อมกับบริวารของท้าวตัจฉกะ และนาคผู้อาศัยอยู่ในนครเวสาลี
 และกัมพะลสะนคราษ อัสสตระนาคราษ ผู้มีพละกำลังผู้อาศัยอยู่ที่
 เชิงเขาสุเมรุ

๒๑๖. ยามุนา ฐะตระรัฎฐา จะ สัพเพ นาคา ยะสัสติโน
 เอราวะโณ มะหানাโค โน กะโรนตุ อะนามะยัง.

นาคผู้อยู่ในแม่น้ำยมุนา และนาคชื่อว่าฐตระรัฎฐะ และนาค
 ทั้งหลายทั้งปวง ผู้มีบริวารเป็นจำนวนมาก และท้าวเอราวัณผู้มี
 ชื่อว่ามหานาค จงประทานความไม่มีโรค แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๒๑๗. มะหิททิกา สุปันณา ยะ นาคะราเช มะหัพพะเล
 คะเหตฺวา ชินะเขตเตวะ ปักขันทิงสุ นะภะ พะลา
 เต พุททะสะระธมา สัพเพ โสตถิง กะโรนตุ โน สะทา.

ครุฑเหล่านี้ เป็นผู้มฤตยูเดช ผู้ทรงพลัง จับนาคราชผู้ทรง
 พลังในแดนที่ตนชงนนั้นเที่ยว แล้วบินไปในท้องฟ้า ครุฑทั้งปวง

เหล่านั้น เป็นผู้นับถือพระพุทธเจ้าว่าเป็นที่พึ่ง ของจงประทาน
ความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๑๘. ประจุพยาโป จะ เตโช จะ วาโย เทวา มะหิททิกา
อุปะจาเรนนะ นิพพัตตา สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

เทวดาชื่อว่า ปฐวี อาโป เตโช และวาโย ผู้มีฤทธิ์มาก
บังเกิดด้วยอุปะจาธมานของตน ๆ ของจงประทานความสวัสดิ์ แก่
พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๑๙. วรรุณา วารธณา เทวา โสโม จะ ยะสะธา สะหะ
เมตตาการุณิกา สัพเพ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

วรรุณะเทพ วารธนาเทพ โสมะเทพ พร้อมทั้งยะสะเทพ
เมตตากาเทพ กรุณาเทพ ของจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๒๐. ปัณณาสะโยชะนายาเม วิมานะ ระตะนามะเย
ฐิตะตะเม วิหันท์วานะ สุริโย โสตถิง กะโรนตุ โน.

สุริยะเทพบุตร ผู้อาศัยอยู่ในสุริยะวิมาน ที่สำเร็จด้วยรัตนะซึ่ง
มีความยาวห้าสิบลโยชน์ ของจงทำลายความมืด แล้วประทานความ
สวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๒๒๑. จันโท สีตะกะโร โลเก ปะกายุชชะลิโตทะโย
 มะหันธะการะวิทังสี สะทา โสตถิง กะโรตุ โน.

จันทะเทพบุตร ผู้ประทานความร่มเย็นแก่ชาวโลก ส่องสว่าง
 ปรากฏขึ้นด้วยรัศมี มีปกติทำลายความมืดมน ขอจงประทาน
 ความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๒๒. เวณทุ จะ สะหะสี เทวา อะสะมา จะ ทูเว ยะมา
 จันทัสสุปะนิสา เทวา เทวา สุริยะนิสสิตา
 พุทธัสสะ มามะกา สัพเพ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

เวณทุเทพ สหสีเทพ อสมะเทพ ยมะเทพทั้งสอง เทพผู้
 อาศัยจันทะเทพบุตร เทพผู้อาศัยสุริยะเทพบุตร และเทพทั้งหลาย
 ทั้งปวงผู้นับถือพระพุทธรเจ้า ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวก
 ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๒๓. นักรัตตานิ ปุรักขัตวา เทวา มันทะวะลาหะกา
 สักโก ปุรินทะโท เสฏโฐ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

เทพทั้งหลาย ผู้ฟังพาอาศัยนักรัต (ดวงดาว) วลาหะเทพ
 ทั้งหลายผู้ยังให้บังเกิดลม ทำวสักกะผู้เคยให้ทานมาก่อน ผู้ได้รับ
 การยกย่อง ขอจงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุก
 เมื่อเถิด

๒๒๔. มะหันตา สะหะภู เทวา ชะละมັคคิธิขาริวะ
อะริฏฐะกะ เทวา จะ โรชา จะ อุมมาปุปพะนิภาถิโน.

สหภูเทพผู้ประเสริฐ ผู้รุ่งเรืองดุจเปลวไฟ (หรือชลมັคคิเทพ
สิขาริวเทพ) อริฏฐะกะเทพ โรชะเทพ ผู้มีรัศมีเช่นกับดอกกุ่มมา
คือ ดอกผักตบ

๒๒๕. วะรุธมา สะหะหมัมา จะ อัจจุตา จะ อะเนชกะ
สุลลยยะรุจิรา เทวา เทวา วาสะวะเนถิโน
ทะเสเต ทะสะธา กายา สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

วรุณะเทพ สหัมมะเทพ อัจจุตะเทพ อเนชกะเทพ สุลลยยะ
เทพ รุจิราเทพ วาสะวะเนสีเทพ ขอเหล่าทวยเทพทั้งสิบจำพวกเหล่านี้
จงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๒๖. สะมานา มหาสะมานา มานุสา มานุสุตตะมา
จิตทาปะโทสิกา เทวา เทวา มะโนปะโทสิกา.

สมานะเทพ มหาสมานะเทพ มานุสะเทพ มานุสุตตะมะเทพ
จิตทาปะโทสิกะเทพ มโนปะโทสิกะเทพ

๒๒๗. อะถาปี หะระโย เทวา เทวา โลหิตะวาสิโน
ปาระคา มะหาปาระคา สัพเพ เทวา ยะสัสสิโน
ทะเสเต ทะสะธา กายา สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

อนึ่ง หริเทพ โลหิตวาสีเทพ ปาระคะเทพ มหาปาระคะเทพ
เทพทั้งปวงล้วนมีบริวาร ขอเหล่าทวยเทพทั้งสิบจำพวกเหล่านี้
จงประทานความสวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๒๘. สุกกา กระรัมภา อะรุณา อาคุง เวฆะนะสา สะหะ
โธทาคัยหา ปาโมกขา อาคุง เทวา วิจักขณา.

สุกกะเทพ กระรัมกะเทพ อรุณะเทพ มาแล้วพร้อมกับเวฆนสะ
เทพ โธทาคัยหะเทพผู้เป็นใหญ่ และวิจักขณะเทพก็มา

๒๒๙. สะทามัตตา หาระคะชา มิสสะกา จะ ยะสัสสิโน
อะนะยัง อาคะปัชขุนโน โย ทิสาส์วะภิวัสสะติ.

สทามัตตะเทพ หาระคะชะเทพ มิสสะกะเทพ ผู้มีบริวารก็มา
ปัชขุนะเทพ ผู้ทำให้ฝนตกทั่วทิศก็มา

๒๓๐. ทะเสเต ทะสะธา กายา สัพเพ นานัตตะวัณณิโน
อิทธิมันโต ชุติมันโต วัณณะวันโต ยะสัสสิโน
โมทะมานา ชินะทานา สะทา โสตลึง กะโรนตุ โน.

เหล่าเทวดาสิบจำพวกเหล่านี้ทั้งปวง ล้วนมีรัตมีต่าง ๆ กัน มี
ฤทธิ์ มีความรุ่งเรือง มีวรรณะ มีบริวาร บันเทิงอยู่ ผู้ประทาน
ชัยชนะ ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อ
เถิด

๒๓๑. โลกะธาตุสะหัสเสสุ ทะสะสั้ววะ สะมันตะโต
เทวาทะโย ปาณะคะณา สะทา โสตลึง กะโรนตุ โน.

ในหมีนโลกธาตุโดยรอบนั้นเทียว ขอหมู่มัตว์มีเทวาเป็นต้น
จงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๓๒. เขมียา กัญฐะกายา จะ โชตินามา มะหิททิกา
ลัมพีตะกา ลามะเสฏฐา สะทา โสตติง กะโรนตุ โน.

ขอเขมียะเทพ กัญฐากายะเทพ โชติเทพ ผู้มีฤทธิ์มาก ลัมพี-
ตกะเทพ ลามะเสฏฐะเทพ ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๓๓. ชะลัญฐา จะ ละลัญญัญญูเย เทวากาลัญฐะกาทะโย
ยักกะคันธัพพะกุมภันธา ปีสัจจา เย มะโหระคา
เมตตะจิตตา จะ สัพเพ เต โสตติง ผาสุง กะโรนตุ โน.

เทพเหล่าอื่นอันมี เทพที่อยู่ในน้ำ เทพที่อยู่บนบก เทพที่อยู่
ในอากาศเป็นต้น และยักษ์ คนธรรพ์ กุมภันท์ ปีสัจ และ
นาคราชทั้งปวง ขอจงมีจิตเมตตา ประทานความสวัสดิ์และความ
ผาสุก แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๒๓๔. ตาวะติงสา จะ เย เทวา ยามา เทวา มะหิททิกา
ตุลิตา จะ มะหาเทวา นิมมานะระติโนมะรา.

ทวยเทพชั้นดาวดึงส์ ชั้นยามาผู้ทรงฤทธิ์ ทวยเทพชั้นดุสิต
ชั้นนิมมานรดี

๒๓๕. วะสะวัตตีสู ระติโน สัพเพ เทวา สะวาสะวา
พุททะปุชายะ นิระตา สะทา โสตติง กะโรนตุ โน.

ทวยเทพชั้นปรนิมมิตตวสวัสดิ์ ขอทวยเทพทั้งปวงดังที่กล่าว
มานี้ พร้อมทั้งท้าววาสะวะ (พระอินทร์) ผู้มีความยินดี ในการบูชา

พระพุทธเจ้า ขอจงประทานความสวัสดิ์ แก่พวกข้าพเจ้า ในกาล
ทุกเมื่อเถิด

(พรหม)

๒๓๖. พรีห์มาโน ปารีสังขา จะ เย จะ พรีห์มะปุโรหิตา
มหาพรีห์มา จะ สัพเพ เต ปะฐะมัญฌานะสังญีโน.

พรหมผู้ดำรงอยู่ในปฐมฌานเหล่านี้คือ ปารีสังขาพรหม ปุ-
โรหิตาพรหม และ มหาพรหมพรหม

๒๓๗. เมตตาวีหริโน สันตา สัมพุทฺธัสสะ ปะรายะนา
กะโรนตุ โน มะหาโสตถิง เสกขาเสกขะปุลุชชะนา.

ขอพรหมทั้งปวงเหล่านั้น ผู้มีปกติอยู่ด้วยเมตตา ผู้สงบ ผู้มี
พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง ผู้เป็นทั้งเสกขะ พระอรหันต์ และปุลุชชน
จงประทานความสวัสดิ์อันประเสริฐ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๒๓๘. ปะริตตาทักปะมาณาภา พรีห์มา จาภัสสะรา ตะธา
พุทฺธะปุชายะ นิระตา ทุดิยัญฌานะสังญีโน.

พรหมผู้ดำรงอยู่ในทุดิยฌาน ผู้ยินดีในการบูชาพระพุทธเจ้า
เหล่านี้คือ ปรีตตาทาพรหม อัมปมาณาทาพรหม และ อาภัสสะ-
ราพรหม

๒๓๕. เมตตากาภูมิ สัพเพ สัพพะสัตตะหิตลิน
กะโรนตุ โน มหาสันติง โสทธิมาโรคยะมายุวัง.

ขอพรหมทั้งปวง ผู้มีปกติเมตตา กรุณา แสวงหาความ
เกื้อกูล ให้แก่สัตว์ทั้งปวง จงประทานความสงบอันประเสริฐ
ความสวัสดิ ความไม่มีโรค และความมีอายุ แก่พวกข้าพเจ้าเถิด

๒๔๐. ประิตตะสุภาพร์ห์มาโน อัมปะมาณะสุภา จะ เย
สุภะกัณหา จะ พร์ห์มาโน ตะติยฆมานะสัณฐิโน.

พรหมผู้ดำรงอยู่ในตติยฆมาน เหล่านี้คือ ประิตตสุภาพรหม
อัมปะมาณสุภาพรหม และ สุภกัณหาพรหม

๒๔๑. ประายะ ณะระณา โลก พุทธะฆมานะระตา สะทา
อะหิงสา สัพพะสัตตะเตสุ สะทา สันติง กะโรนตุ โน.

ขอพรหมทั้งหลายเหล่านั้น ผู้แผ่รัศมีไปในโลก ผู้ยินดีใน
พุทธฆมาน ผู้ไม่เบียดเบียนสรรพสัตว์ทั้งปวง จงประทานความสงบ
แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๔๒. เวหัมปะลาปี พร์ห์มาโน จะตุตถฆมานะสัณฐิโน
เสกขะปุถุชชะนาเสกขา สะทา สันติง กะโรนตุ โน.

พรหมผู้ดำรงอยู่ในจตุตถฆมาน ผู้เป็นเสกขะ ปุถุชน และ
อเสกขะคือ เวหัมปะลาพรหม ขอจงประทานความสงบ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๔๓. สัมปัตติยา นะ หายันติ พรัหฺมาโน ชินะสวาจะกา
 อะวิหานามะกา สัพเพ สะทา สันติง อะโรนตุ โน.

พรหมทั้งหลายผู้เป็นสาวกของพระพุทธเจ้า ย่อมไม่เสื่อมจาก
 ฌานสมาบัติ เพราะเหตุนี้จึงได้ชื่อว่า อวิหาพรหม ขอวิหา-
 พรหมทั้งปวงเหล่านั้น จงประทานความสงบ แก่พวกข้าพเจ้า ใน
 กาลทุกเมื่อเถิด

๒๔๔. อะตปฺปา นามะ พรัหฺมาโน จะตุตถัชฌานะสัณฺฐิโน
 พรัหฺมะวิหาริกา สัพเพ โสติง ผาสุง อะโรนตุ โน.

ขอ อตปฺปาพรหม ทั้งปวง ผู้มีพรหมวิหาร ดำรงอยู่ในจตุต-
 ถฌาน จงประทานความสวัสดิ์ และความผาสุก แก่พวกข้าพเจ้า
 เถิด

๒๔๕. สุทฺธสฺสา นามะ พรัหฺมาโน- ภิริปา ฌานะโภคิโน
 อะปฺนาคะมะนา กามะ สันติง ผาสุง อะโรนตุ โน.

ขอเหล่าพรหมชื่อว่า สุทฺธสฺสา ผู้มีรูปงาม ผู้เสวยฌาน ผู้ไม่
 กลับมาในกามภูมิอีก จงประทานความสงบ และความผาสุก แก่
 พวกข้าพเจ้าเถิด

๒๔๖. พรัหฺมะวิหาระสัมปันนา ชินะภักติปะรายะนา
 พรัหฺมาโน สุทฺธสี นามะ สะทา โสติง อะโรนตุ โน.

ขอเหล่าพรหมชื่อว่า สุทฺธสี ผู้สมบูรณ์ด้วยพรหมวิหาร ผู้มี
 ความนับถือพระพุทธเจ้าว่าเป็นสรณะ จงประทานความสวัสดิ์ แก่
 พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๔๗. อะกะนิฏฐา จะ พรัหฺมาโน เขฎฐา สัพพะคุณฺหิ จะ
ปะหิณะกะวะนิสฺเสหา สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

ขอเหล่าพรหมผู้เจริญที่สุดด้วยคุณทั้งปวง ชื่อว่า อกนิฏฐา
ผู้ละความสืเนหาในภพได้แล้ว จงประทานความสวัสดิ์ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๔๘. ปะฐุมารูปะพรัหฺมาโน สัพพะรูปะวิราคิโน
ชินะภักตติระตา สัพเพ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

ขอเหล่าอรูปรพรมชั้นที่ ๑ ทั้งปวง ผู้ปราศจากความกำหนัด
ในรูป ยินดีในการภักดีพระชินเจ้า จงประทานความสวัสดิ์ แก่พวก
ข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๔๙. ทุตติยารูปะพรัหฺมาโน เหมฎฐาณานะวิราคิโน
ชินะภักตติระตา สัพเพ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

ขอเหล่าอรูปรพรมชั้นที่ ๒ ทั้งปวง ผู้ปราศจากความพอใจใน
ฌานเบื้องต่ำ ยินดีในการภักดีพระชินเจ้า จงประทานความสวัสดิ์
แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๕๐. ตะตติยารูปะพรัหฺมาโน เหมฎฐาณานะวิราคิโน
ชินะภักตติระตา สัพเพ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

ขอเหล่าอรูปรพรมชั้นที่ ๓ ทั้งปวง ผู้ปราศจากความพอใจใน
ฌานเบื้องต่ำ ยินดีในการภักดีพระชินเจ้า จงประทานความสวัสดิ์
แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๕๑. จะตุตถารูปะพัร်ห์มาโน เภฏฐาณานะวิราคิโน
 ชินะภักตติระตา สัพเพ สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

ขอเหล่าารูปพรหมชั้นที่ ๔ ทั้งปวง ผู้ปราศจากความพอใจใน
 ฌานเบื้องต่ำ ยินดีในการภักดีในพระชินเจ้า จงประทานความ
 สวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

(บุคคลประเภทรวม)

๒๕๒. เวเทเหปะระโคยานะ ชัมพุทเทเป กุรัมหิ จะ
 เทวะยักกะปะปีสาเจหิ สัทธิง วิชชาธะระทาโย.

ขอเหล่าวิทายาธ กับเทวดา ยักษ์ และปีศาจ ในวิเทหะทวีป
 อปรโคยานะทวีป ชมพุททวีป และอุตตรกุรวทวีป

๒๕๓. อากาสัญญา จะ พรัหฺมาโน ชะลัญญา จันตะลิกกะชา
 ทวีปะทาทะโย เย สัตตา สะทา โสตถิง กะโรนตุ โน.

อากาสัญญาเทวดา และพรหม สัตว์ทั้งหลายมีสัตว์ ๒ ทำ
 เป็นต้น ผู้ดำรงอยู่ในน้ำ ผู้เกิดในอากาศ ขอจงประทานความ
 สวัสดิ์แก่พวกข้าพเจ้า ในกาลทุกเมื่อเถิด

(อานุภาพแห่งพระรัตนตรัย)

๒๕๔. มาระเสนะวิมาตัสสะ ชินัสสะ สุชะณายโน
 เตโชพะเลนะ มะหะตา สะทา มังคะละมัตถุ โน.

ด้วยพระเดชานุภาพอันยิ่งใหญ่ ของพระชินเจ้า ผู้ทรงขจัด
 มาร และเสนามาร ผู้แสวยสุขในฌาน ด้วยพลังเดชอันยิ่งใหญ่
 ของมงคลจงมีแก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๕๕. นานาคณะวิจิตรัตถะ รู่ปะกายัสสะ สัตถุโน
 สัพพะเทวะมะนุสธานัง มาระพันชะวิโมจิโน
 เมตตาทะเลนะ มะหะตา สะทา มังคะละมัตถุ โน.

ด้วยอานุภาพแห่งพระเมตตาอันยิ่งใหญ่ ของพระศาสดาผู้ทรง
 มีพระวรกายอันงามวิจิตรด้วยคุณต่าง ๆ ผู้ทรงปลดเปลื้องเหล่า
 ทวยเทพ และมนุษย์ทั้งปวง ให้หลุดพ้นจากบ่วงแห่งมาร ขอมงคล
 จึงมีแก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๕๖. สัพพัญญุตาทิกายัสสะ ัมมะกายัสสะ สัตถุโน
 จักขาทยะโคจรธสาปี โคจรธเสวะ ฐุริยา
 เตโฆพะเลนะ มะหะตา สัพพะมังคะละมัตถุ โน.

ด้วยพระเดชานุภาพอันยิ่งใหญ่ แห่งพระธรรมกาย คือ หมู่
 ธรรม มีพระสัพพัญญุตญาณเป็นต้น ของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย
 อันไม่ใช่อารมณ์ของจักขุเป็นต้น แต่เป็นอารมณ์ของปัญญาเท่านั้น
 ขอสรรพมงคล จึงมีแก่พวกข้าพระองค์เถิด

๒๕๗. รู่ปะกายะสะเทสิสสะ นิมมิตัสสะ มะหะสิโน
 ัมมัตถะ วัตตุโน สักเค เทวานัง สุคะตา ปะติ
 เตโฆพะเลนะ มะหะตา สะทา มังคะละมัตถุ โน.

ด้วยพระเดชานุภาพอันยิ่งใหญ่ของพระพุทธรูปปฏิมาที่ทรง
 เนรมิตขึ้น ให้เหมือนรูปจริง แทนพระพุทธรองค์ ผู้ทรงแสวงหา
 คุณอันยิ่งใหญ่ เมื่อทรงแสดงอภิธรรมแก่เหล่าทวยเทพในชั้น
 ดาวดึงส์ ขอมงคลจึงมีแก่พวกข้าพระองค์ ในกาลทุกเมื่อเถิด

๒๕๘. ลิกขิต์วา มานุเส เทเว
 สังขาระ ปะชะหันทัสสะ
 มะหันทนานุภาเวนะ

โมจะยิต์วา สะเทวะเก
 นิพพุตัสสะ มะเหลิโน
 สัพพะมังคะละมัตถุ โน.

ด้วยพระอานุกาภาพอันยิ่งใหญ่ของพระพุทธเจ้า ผู้ทรงฝึกเหล่า
 มนุษย์และเทวดา ให้หลุดพ้นจากปวงมาร ผู้ทรงละสังขารดับขันธ
 ปรินิพพาน ขอสรรพมงคล จงมีแก่พวกข้าพระองค์เถิด

๒๕๙. จะตุราสีติสะหัตสะ-
 นะวังคะสาสะนัสสาปี
 สัพพะปาปะปะวาหะนะ

ธัมมกัจฉนัตถะสะ เตชะธา
 นะวะโลกุตตะรัตถะ จะ
 สัพพะมังคะละมัตถุ โน.

ด้วยพระเดชานุภาพของพระธรรม แปรดหมื่นสี่พันพระธรรม-
 ขันธ์ ด้วยพระเดชานุภาพแห่งนวัคสัตตฤศาสน์ และด้วยพระเดชา-
 นุภาพแห่งนวลอกุตตรธรรม อันนำบาปทั้งปวงออกไป ขอสรรพ-
 มงคลจงมีแก่พวกข้าพระองค์เถิด

๒๖๐. มะหะโตรียะสังฆัสสะ
 ปะหิณะสัพพะปาปัสสะ
 มะหาเตชานุภาเวนะ

ปุลญญ์กเขตตัสสะ ตาทิโน
 สีลาทิกขันชะชาริโน
 สัพพะมังคะละมัตถุ โน.

ด้วยพระเดชานุภาพอันยิ่งใหญ่ ของพระอริยสงฆ์ผู้ประเสริฐ
 ผู้เป็นเนื้อนาบุญ ผู้ไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรม ผู้ละบาปทั้งปวง ผู้
 ทรงไว้ซึ่งคุณมีศีลเป็นต้น ขอสรรพมงคลจงมีแก่พวกข้าพเจ้าเถิด

(อานุภาพของเทวดาต่าง ๆ)

๒๖๑. ปาताल ภูตะลาการุส เทเวยัภกะปะสาจะกา
 วิชาชะรา จะ คันธัพพา นาคะกุมภักษะรัภชะธา
 สัพพะสะมานุภาวณะ สัพพะมังคะละมัตถุ โน.

ด้วยอานุภาพแห่งหมู่เทวดา ยักษ์ ปิตาจ และวิทยาธร
คนธรรพ์ นาค กุมภักษณ์ และรากษส ผู้อาศัยอยู่ในบาดาลก็ดี
บนพื้นดินก็ดี ในอากาศก็ดี ขอสรรพมงคลจงมีแก่พวกข้าพเจ้าเถิด

(อานุภาพของอุปปาตะสันติ)

๒๖๒. อิจจะวะมุปาตะสันติง โย วะเทยยะ สุณณยะ วา
 วิหะยะ สัพพะปาปานิ วุทธัตถัญจะ ะเวสิตะติ.

ผู้ใดสวด หรือฟังคัมภีร์ อุปปาตะสันติ อันกล่าวแล้วด้วย
ประการฉะนี้ จะฟังชนะบาปทั้งปวง และจักเจริญด้วยคุณ ๕
ประการคือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ และปฏิภาณ

๒๖๓. โสติกาโม ละเภ โสติง สุขะกาโม สุขัง ละเภ
 อายุกาโม ละเภยยาญง ปุตตะกาโม ละเภ สุเต.

ผู้ใดปรารถนาความสวัสดิ์ ฟังได้ความสวัสดิ์ ผู้ปรารถนา
ความสุข ฟังได้ความสุข ผู้ปรารถนาอายุ ฟังได้อายุ ผู้ประสงค์
บุตร ฟังได้บุตร

๒๖๔. นะ ตัสสะ โรคา พาเชนติ วาตะปิตตาทิสัมภะวา
 อะกาละมะระณัง นัตถิ นะ เทโว วิสะโมสะเร.

โรคที่เกิดจากลม จากดีเป็นต้น ย่อมไม่เบียดเบียนบุคคลนั้น
 ความตายในกาลอันไม่สมควร ย่อมไม่มีแก่บุคคลนั้น มิจฉาทวดา
 ย่อมไม่รังแกต่าง ๆ นา ๆ

๒๖๕. นะ จุปปาตะภะยัง ตัสสะ โนปิ ปัตตะภะยัง ตะธา
 นัสสันติ ทุนนิมิตตานิ ปาปะกัมมัญญิตานิ จะ
 ทีฆะมายู มะหาโสตถิง อารโหค์ยัญจะ สะทา ภาเว.

เคราะห์ร้ายและภัยย่อมไม่มีแก่เขา นิमितร้ายและสิ่งที่ตั้งขึ้น
 เพราะบาปกรรมย่อมพินาศไป ความมีอายุยืน ความสวัสดิอัน
 ประเสริฐ และความไม่มีโรค จะพึงมีแก่เขา ในกาลทุกเมื่อ

๒๖๖. โย สุตฺวาปี มะหาสันติง สังกามัง ปะวิเส นะโร
 วิชะเย เวรโน สัพเพ นะ สัตถะหึยะภิกฺขุยะเต.

ผู้ใดฟังคัมภีร์อุปปาตະสันติอันประเสริฐแล้ว พึงเข้าไปสู่
 สมรภูมิ บุคคลนั้นอันศาสดราไม่กล้ำกราย ย่อมชนะข้าศึกทั้งมวล

๒๖๗. สัพพะทา ละภะเต ปีติง วิปัตติง นาวะกาหะติ
 โรเคหิ นาภิกฺขุยะเต สะวัตถุหิ วิวัทณะเต.

เขาย่อมได้ซึ่งความอิมใจในกาลทุกเมื่อ ความวิบัติ ย่อมไม่
 มากล้ำกราย ย่อมไร้โรค ย่อมเจริญด้วยทรัพย์ศฤงคาร

๒๖๘. ยัตระ เทส ะโกวะกะกา พาฬหะกา รัทชะสาทะโย
อุปปาตะสันติโฆเสนะ สัพเพ ตัตตะ สะมันติ เต.

สัตว์ร้ายน้อยใหญ่ และรากษสเป็นต้น ผู้อยู่ในป่าเขาลำเนา
ไพรทั้งหลายทั้งปวง ย่อมสงบด้วยเสียงแห่งการสวดคาถาอุปปา-
ตะสันติ

๒๖๙. ยะมุกทิสสะ ะเท สันติง สะชีวิญจาปยะชีวิตัง
โส มุจจะเต มะหาทุกขา ปปีโปติ สุคะติง สะทา.

บุคคลสวดคัมภีร์อุปปาตะสันติ อุทิศให้ผู้ใดที่มีชีวิตอยู่หรือไม่
มีชีวิตอยู่ บุคคลนั้นย่อมพ้นจากมหันตทุกข์ ย่อมเข้าถึงสุคติภาพ
ในกาลทุกเมื่อ

๒๗๐. เทวัญญาเน นะคะเร วา นิจจะมุปาตะสันติยา
ปาละกา เทวะราชาโน เตชะสิริวิวัตตะนา.

ท้าวเทวราชทั้งหลายผู้ปกป้องรักษาเมืองนิจ ในสถานที่อัน
ศักดิ์สิทธิ์ หรือในพระนคร เป็นผู้เจริญด้วยเดชและสิริมงคลด้วย
คัมภีร์อุปปาตะสันตินี้

๒๗๑. ประฐัพยาปาทีสังฆาตา อุปปาตา จันตะลิกชะชา
อินทาทิชะนิตุปปาตา ปาปะกัมมะสะมุญฺฐิตา
สัพพุปปาตา วินัสสันติ เตชะสุปาตะสันติยาติ.

เหตุร้ายอันเกิดจากแผ่นดินไหว และน้ำท่วมเป็นต้น เหตุร้าย
ที่เกิดจากฟากฟ้า เหตุร้ายอันเกิดจากจันทรุปราคาเป็นต้น

เหตุร้ายที่เกิดขึ้นจากบาปกรรม เหตุร้ายทั้งปวงเหล่านั้นจักพินาศ
ไป ด้วยเดชแห่งอุปาตະสันติ

อุปาตະสันติ นิฎฐิตา.

จบอุปาตະสันติ

มนต์สำหรับระงับเหตุร้ายทั้งปวง

ประวัติคัมภีร์อุปปาตະสันติ

"อุปปาตະสันติ" ทางเมืองเหนือเรียกว่า "มหาสันติงหลวง" แปลว่า บทสวดเพื่อสงบเคราะห์กรรม สวดเพื่อสงบเหตุร้าย และสวดเพื่อสงบสิ่งที่กระทบกระเทือน

คัมภีร์อุปปาตະสันติ เป็นวรรณกรรมภาษาบาลีของล้านนาไทย แต่งโดยพระมหามังคละสีละวังสะ พระเถระนักปราชญ์ของชาวเชียงใหม่รูปหนึ่ง ในสมัยของพระเจ้าสิริธรรมจักรวดีติลกราชาธิราช (พระเจ้าติโลกราช) รัชกาลที่ ๑๑ แห่งราชวงศ์มังราย ระหว่างพ.ศ. ๑๙๘๕-๒๐๓๐ เป็นคาถาล้วนจำนวน ๒๗๑ คาถา จัดเข้าในหนังสือประเภท "เชียงใหม่คั่นถะ"

คัมภีร์นี้เป็นที่รู้จักกันแพร่หลาย ในหมู่ชนชาวล้านนามาแต่โบราณกาล ทั้งพระสงฆ์ สามเณร และชาวบ้าน พากันสวดและฟังอุปปาตະสันติ เพื่อกลับความร้ายให้กลายเป็นความดี มีคำเล่าว่า สมัยที่ท่านแต่งอุปปาตະสันตินั้น ที่เชียงใหม่มีโจรผู้ร้ายและคนอันธพาลชุกชุมผิดปกติ มีเหตุร้ายและสิ่งกระทบกระเทือนอยู่เสมอ พระมหาเถระสีละวังสะจึงให้พระสงฆ์สามเณรและประชาชนพากันสวดและฟังอุปปาตະสันติ เพื่อสงบเหตุร้ายทั้งมวลที่เกิดขึ้นในบ้านเมือง

ต่อมาชาวพม่ามีความเลื่อมใส นำคัมภีร์นี้เข้าไปในประเทศพม่า ชาวพม่าทั้งพระสงฆ์และประชาชน นับถือว่พระคัมภีร์อุปปาตະสันตินี้มีความศักดิ์สิทธิ์มาก พากันนิยมท่อง นิยมสวด และนิยมฟังกันอย่างกว้างขวาง แพร่หลายไปทั่วประเทศพม่าในสมัย ๕๐๐ ปีที่แล้วแล้ว ในงานพิธีสืบชะตา งานขึ้นบ้านใหม่เป็นต้น

เนื้อความในอุปปาตະสันติคาถานั้น สรุปได้ว่า ...

- เป็นธรรมที่กระทำความสงบอันยิ่งใหญ่
- เป็นธรรมเครื่องสงบเหตุร้ายทั้งปวง
- เป็นธรรมเครื่องป้องกันอมนุษย์ และยักษ์
- เป็นธรรมเครื่องพ้นจากความตายก่อนกำหนดเวลา
- เป็นธรรมเครื่องอย่าก็กำลังของข้าศึก
- เป็นธรรมเครื่องจำเริญชัยชนะแต่พระราชา
- เป็นธรรมเครื่องนำสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาทั้งปวงออกไป

อุปปาตະสันติคาถาเป็นบทสวดอย่างพิสดาร ท่านจึงกล่าวพระนามของพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริยสงฆ์ไว้อย่างครบถ้วน ทั้งที่มีมาในอดีต ในปัจจุบัน และจักมีมาในอนาคต รวมตลอดไป จนถึงท่านที่ทรงคุณ ทรงอำนาจ ทรงฤทธิ์ ในทางที่ดีอื่น ๆ เช่น เทวดา อินทร์ พรหม ยักษ์ นาค คนธรรพ์ ครุฑ อสูร เป็นต้น เพื่อขอความเป็นมงคล ความสงบ ความสวัสดิ ความไม่มีโรค ชัยชนะ และอายุ รวมทั้งขอให้ท่านคุ้มครองให้พ้นจากเหตุเภทภัย นานัปการ อันจะบังเกิดขึ้นในกาลทุกเมื่อ

คัมภีร์อุปปาตະสันติเป็นคัมภีร์ของไทย แต่ต้นฉบับได้จากเมืองไทยไปอยู่เมืองพม่าเสียนาน จนแทบกล่าวได้ว่าคนไทยในสมัยหลัง ๆ นี้ ไม่มีใครรู้จัก ไม่เคยได้ยิน แม้แต่ชื่อของคัมภีร์นี้

แต่บัดนี้ เป็นที่โสมนัสยินดียิ่ง ที่เจ้าคุณธรรมคุณาภรณ์ (เจ้าฐิตะปัญญา) ป.ธ.๘ วัดมหาโพธาราม ปากน้ำโพ จังหวัดนครสวรรค์ ท่านได้ชำระคัมภีร์นี้เป็นภาษาบาลีอักษรไทย เพื่อความสะดวกแก่ผู้อ่านที่ไม่สันทัดบาลี โดยได้ต้นฉบับภาษาบาลีอักษรพม่า จาก

ท่านพระอาจารย์ภัททันตะ ชัมมานันทมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต
แห่งวัดท่ามะโอ จังหวัดลำปาง

นับว่า เป็นการนำคัมภีร์ของลัทธิศาสนาไทยโบราณ กลับคืนมาสู่
เมืองไทย ให้ชาวไทยในยุคปัจจุบันได้รู้จัก ได้ศึกษา ได้สวด ได้ฟัง
ให้เกิดประโยชน์ทางสันติ เพื่อความสงบระงับจากภัยพิบัติทั้งปวง
และเพื่อความเป็นสิริมงคลแก่ชาวล้านนา ชาวไทย ตลอดจนชน
ชาวโลกทั้งมวล

ข้อแนะนำการอ่านบาลีอักษรไทย

ในภาษาบาลี บางคำใช้อ่านควบหรืออ่านกล้ำ คือออกเสียง
ครึ่งควบพยัญชนะ ๒ ตัว เช่นคำว่า ...

กัตฺวา อ่านว่า กัต-ตฺวา ไม่ควรอ่านว่า กัต-ตะ-วา

ฉะนั้น ในการพิมพ์บาลีอักษรไทย จึงจำเป็นต้องใส่
เครื่องหมายยามักการข้างบนของพยัญชนะที่จะอ่านออกเสียงกล้ำ
นั้น เพื่อรักษารูปศัพท์ และความหมายของบาลีไว้ เพื่อให้เป็นที่
สังเกต เช่น ...

คาถา	คำ	อ่านว่า	ไม่ควรอ่านว่า
๕	หันตฺวา	หัน-ตฺวา	หัน-ตะ-วา
๑๔	อาโรคฺยัญจะ	อาโร-คฺยัญจะ	อาโร-คะ-ยัญจะ
๒๔	ฐิตฺวา	ฐิต-ตฺวา	ฐิต-ตะ-วา
๖๔	ชิตินทฺริโย	ชิติน-ทฺริโย	ชิติน-ทะ-ริโย
๗๑	โสตถฺยา	โสต-ถฺยา	โสต-ตะ-ยา
๘๙	วะสิตฺวานะ	วะสิต-ตฺวานะ	วะสิต-ตะ-วานะ
๒๑๗	คะเหตฺวา	คะเหต-ตฺวา	คะเหต-ตะ-วา

แม้ในศัพท์อื่น ๆ ก็ขอให้ทราบโดยนัยเดียวกันนี้

หมายเหตุ เครื่องหมาย ๕ เรียกว่า “ยามักการ” ใส่เพื่อแสดงว่า
จะออกเสียงพยัญชนะนั้นเพียงครึ่งเสียง ไม่เหมือนกับการใส่สระอะ ซึ่ง
เป็นการออกเสียงเต็มเสียง

ของฝากท้ายเล่ม



ของฝากท้ายเล่ม

ท่านสาธุชนทั้งหลายชายหญิง เวลามีปัญหาชีวิตประเดประดังขึ้นมา หรือเวลาประสบความผิดหวังอย่างแรง เวลาถึงคราวอัปจนหนทางแก้ปัญหาไม่ตก ไม่รู้จะตัดสินใจเลือกทางชีวิตไปทางใดดี จะเลี้ยวซ้ายหรือจะหันไปทางขวา ในขณะที่เหตุการณ์ต่าง ๆ มาทำให้วุ่นวายใจนั้น อย่าเพิ่งรีบด่วนตัดสินใจแก้ปัญหาอย่างมั่วสุก จะไม่เกิดประโยชน์อะไร มีแต่เสียกับเสีย หรือบางทีก็คิดร้ายทำลายตนเองและผู้อื่น ประชดประชันชีวิตต่าง ๆ นา ๆ แล้วเมื่อเหตุการณ์ผ่านไป จะมานั่งเสียใจว่าไม่น่าทำ

ขอแนะนำท่านสาธุชนทั้งหลายว่า เวลาที่มีเรื่องคับขันทั้งหลายดังที่บรรยายมาข้างต้นเกิดขึ้น ให้หันหลังกลับมา นั่งสำรวมจิตสวดมนต์ให้หัวใจดีกว่า แล้วจะบังเกิดปัญญาสามารถรู้วิธีแก้ปัญหาได้อย่างอัศจรรย์ใจ เพราะว่า บารมีของพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า และเทวดาทั้งหลาย ท่านจะตั้งใจให้รู้วิธีแก้ไขให้เจอวิธีที่ดีที่สุด สูญเสียน้อยที่สุด หรือไม่ท่านก็จะไปชักจูงคนที่เคยมีบุญบารมีเนื่องกับเรามาช่วยเหลือเกื้อหนุน

ถึงแม้ว่าช่วงเวลาที่เรามีปัญหาจะทำให้จิตใจเราฟุ้งซ่านจำบทสวดมนต์ไม่ได้ ก็ให้เอาหนังสือสวดมนต์มาอ่านออกเสียงไป อ่านผิดบ้างถูกบ้างเพราะใจไม่สงบ ก็ยังดีกว่านั่งคิดให้กลุ่มประสาทเสียเปล่า ๆ หรือถ้ามันวุ่นวายจริง ๆ ก็ให้ถือโอกาสออกไปทำบุญไหว้พระไหว้เจดีย์ไหว้พระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์ที่ไม่ห่างไกลบ้านเรามากนัก อธิษฐานขอพรขอบารมีท่านให้รู้วิธีแก้ไขที่ดีที่สุด และก็อย่าตั้งหน้าตั้งตาไปขอท่านอย่างเดียว เอาอะไรไปถวายท่านด้วย เช่น ดอกไม้

รูป เทียน เตรียมเงินไปหยอดตู้ธนุโมทนาที่นั่นด้วย มีที่ตู้หยอดให้ครบทุกตู้ ไม่มีเงินมากก็แลกเหรียญบาทไปหยอดก็ยิ่งดี แต่จงตั้งใจทำงานด้วยความเคารพ อย่าแสดงอาการเหมือนเอาของไปทิ้ง เพราะว่าการทำบุญโดยเคารพจะช่วยให้เรามีเดชบารมีที่จะแก้ปัญหาชีวิตได้ แต่ถ้าทำบุญโดยไม่เคารพ เราจะไร้เดชบารมีที่จะนำมาแก้ปัญหาตัวเองและคนรอบข้างได้

จงจำไว้ให้มั่น สำเนียงกไว้ในใจว่า เมื่อเจอปัญหาชีวิต จงชนะปัญหาทั้งหลายด้วยความดี อย่าคิดว่าจะไปเอาชนะได้ด้วย ความชั่วความเลว ถ้าเอาความเลวไปสู้ จะมีแต่แพ้กับแพ้ เริ่มต้นก็แพ้ใจตัวเอง พ่ายแพ้กิเลสตัวเอง คือกิเลสความโลภ ความโกรธ ความหลงไปแล้ว ต่อไปก็จะไปแพ้คนอื่น พ่ายแพ้ในเกมชีวิต รวมความว่า ถ้าตั้งต้นด้วยความชั่วความเลวแล้ว แพ้หมด จนกระทั่งต้องสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตไป

เมื่อเจอปัญหาชีวิตอัปจนหนทางขึ้นมา ชั้นแรกต้องตั้งตนไว้ให้ชอบ ตั้งตนไว้ในความดี ตั้งตนไว้ในทาน ศีล สวดมนต์ภาวนา ไหว้พระ แผ่เมตตา อโหสิ ขอบขมา ให้อภัย อุทิศส่วนกุศล กตัญญูรู้คุณคน ตั้งตนไว้ให้ชอบอย่างนี้ให้มันคงอยู่เถิด ปัญหาทั้งหลายไม่ว่าใหญ่เพียงใด เราจะสามารถชนะได้ จะสามารถแก้ไข คลี่คลาย สลายปัญหาไปได้หมด

จะนั้นท้ายหนังสือเล่มนี้จึงรวบรวมคำอธิษฐานดี ๆ มาให้ท่านสาธุชนนำไปใช้ เอาไปอธิษฐานบ่อย ๆ บทไหนชอบและถูกจริตจงเอาไปอธิษฐานทุกวัน ท่องไม่ได้ก็ไม่เป็นไร อ่านไปตามหนังสือทำใจให้สบาย แล้วชีวิตของท่านจะดีขึ้นเรื่อย ๆ มีปัญหาอะไรก็จะแก้ไขได้ง่าย ความทุกข์กังวลใจก็จะน้อยลง ปฏิบัติธรรมก็จะบรรลุผลได้เร็ว

ขอให้ท่านสาธุชนจงได้ประโยชน์จากหนังสือทั้งเล่ม และ
โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ขอให้ได้ประโยชน์จากของฝากท้ายเล่มเถิด

ขออนุโมทนา

พระชุมพล พลปญโญ

๑๐ ตุลาคม ๒๕๔๗

บทปลงสังขาร

มนุษย์เราเอ๋ย	เกิดมาทำไม
นิพพานมีสุข	อยู่ใยมิไป
ค้นหาห้วงหนัก	ห้วงซึกห้วงไว้
ฉันไปมิได้	ค้นหาผูกพัน
ห้วงนั้นพันผูก	ห้วงลูกห้วงหลาน
ห้วงทรัพย์สินศฤงคาร	จงสละเสียเถิด
จะได้ไปนิพพาน	ข้ามพันภพสาม
ยามหนุ่มสาวน้อย	หน้าตาเข้มช้อย
งามแล้วทุกประการ	แก่เฒ่าหนึ่งยาน
แต่ล้วนเครื่องเหม็น	เอ็นใหญ่แก้ร้อย
เอ็นน้อยแก้พัน	มันมาทำเชิญ
ให้ร้อนให้เย็น	เมื่อยขบทั้งตัว
ขนคิ้วก็ขาว	นัยน์ตาก็มัว
เส้นผมบนหัว	ดำแล้วกลับหงอก
หน้าตาเว้าออก	ดูน่าบัดสี
จะลูกก็โอย	จะนั่งก็โอย
เหมือนดอกไม้โรย	ไม่มีเกสร
จะเข้าที่นอน	ฟังสอนภาวนา
พระอนิจจัง	พระอนัตตา

เราท่านเกิดมา
ผู้ดีเข็ญใจ
เงินทองทั้งนั้น
ตายไปเป็นผี
เขาซั๊กหน้าหนี
เปื้อยเน่าพุพอง
เขาหามเอาไป
เขานั่งร้องไห้
อยู่แต่ผู้เดียว
เหลียวไม่เห็นใคร
เห็นแต่ฝูงกา
ยื้อแย่งกันกิน
กระดุกกุกเอ๋ย
แร้งกาหมากิน
เที่ยงคืนสงัด
ไม่เห็นลูกหลาน
เห็นแต่นกเค้า
เห็นแต่นกแสก
เห็นแต่ฝูงผี
มนุษย์เราเอ๋ย
ไม่มีแก่นสาร

รังแต่จะตาย
ก็ตายเหมือนกัน
มิติตตัวไป
ลูกเมียผัวรัก
เขาเหม็นซากผี
หมู่ญาติพี่น้อง
เขาวางลงไว้
แล้วกลับคืนมา
ป่าไม้ชายเขี้ยว
เห็นแต่ฝูงแร้ง
เห็นแต่ฝูงหมา
ดูน่าสมเพช
เรียรายแผ่นดิน
เอาเป็นอาหาร
ตื่นขึ้นมีนาน
พี่น้องเผ่าพันธุ์
จับเจ้าเรียงกัน
ร้องแรกแหกขี้ฉี่
ร้องไห้หากัน
อย่าหลงนักเลย
อุตสำหรับทำบุญ

คำจูนเอาไว้

จะได้ไปสวรรค์

จะได้ทันพระพุทธเจ้า

จะได้เข้านิพพาน

อหิ วนุทามิ สพุพโส

อหิ วนุทามิ นิพพานปัจจุโย โหตุ

คาถาเงินล้าน

ของพระเดชพระคุณหลวงปู่พระราชพรหมยาน (ฤาษีลิงดำ)
วัดจันทาราม (ท่าซุง) ต.น้ำซึม อ.เมือง จ.อุทัยธานี
ศิษย์หลวงปู่ปาน วัดบางนมโค อ.เสนา จ.พระนครศรีอยุธยา

(นะโม ๓ จบ เพื่อเป็นการระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ก่อนสวด
คาถา)

- **สัมปะจิตฉามิ** (คาถาสนองกลับ หรือ คาถาอภิญญา)
- **นาสังสิโม** (คาถาพญาเต่าเรือน หรือ คาถาพระพุทธรักษสป)
- **พรหมา จะ มหาเทวา สัพเพยักขา ประรายันติ** (คาถา
ตัดอุปสรรคลาภที่จะมา)
- **พรหมา จะ มหาเทวา อภิลภา ภาวันตุเม** (คาถาเงิน
แสน)
- **มหาปุญญ มหาลาภ ภาวันตุเม** (คาถาลาภมาไม่ขาด
สาย)
- **มิเตพาหุหะติ** (คาถาเงินล้าน)
- **พุทฺธะ มะอะอุ นะโมพุทฺธายะ วิระทะโย วิระโคนายัง
วิระหิงสา วิระทาสี วิระทาสา วิระอิตถิโย พุทฺธัสสะ
มานี มามะ พุทฺธัสสะ สวาโหม** (คาถาพระปัจเจกพุทธเจ้า)
- **สัมปะติจฉามิ** (คาถาเร่งรัดลาภให้ได้เร็วขึ้น)
- **เพ็ง ๆ พา ๆ หา ๆ ฤา ๆ** (คาถามหาลาภของโบราณ)

(บูชา ๙ จบ ตัวคาถาต้องว่าทั้งหมด)

คาถานี้เป็นคาถามหาลาภ จะช่วยให้ผู้ที่ท่องด้วยความเคารพมีลาภไม่ขาดแคลนตามสมควรแก่วาสนาบารมี ก่อนจะว่าคาถาให้นี้ถึงพระพุทธรูปเจ้าและท่านเจ้าของคาถาด้วยความเคารพก่อน การท่องคาถาจะท่องในอิริยาบถใดหรือเวลาใดก็ได้ ขอเพียงให้ท่องด้วยใจเคารพ ถ้าผู้ท่องมีการให้ทานด้วย จะทำให้คาถาให้ผลดียิ่งขึ้น ถ้าท่องคาถาก่อนให้ทาน ขณะให้ทาน และหลังให้ทานด้วย คาถายิ่งมีพลัง ยิ่งถ้าทำจิตให้เป็นสมาธิขณะท่องด้วยก็ยิ่งดี วันหนึ่งอย่างน้อยให้ท่องคาถา ๙ จบ ถ้ายิ่งท่องมากจบเท่าไรก็ได้ยิ่งดี จะไม่อัศจรรย์ขาดแคลนในสิ่งทั้งปวง รักษาศีล ๕ ด้วยยิ่งดีมากขึ้น

จริยธรรมของพระโพธิสัตว์ ๑๐ ประการ

๑. พระโพธิสัตว์ไม่ปรารถนาเลยว่าร่างกายจะไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ
(มีโรคภัยไข้เจ็บเป็นธรรมดา)
๒. พระโพธิสัตว์ครองชีพโดยไม่ปรารถนาว่าจะไม่มีภัยอันตราย
(มีภัยอันตรายเป็นธรรมดา)
๓. พระโพธิสัตว์ไม่ปรารถนาเลยว่าจะไม่มีอุปสรรคในการชำระจิตให้บริสุทธิ์
(ย่อมมีอุปสรรคเป็นธรรมดา)
๔. พระโพธิสัตว์ไม่ปรารถนาเลยว่าจะไม่มีมารขัดขวางการปฏิบัติภารกิจ
(จะต้องมามีมารมาขัดขวางการปฏิบัติโพธิจิตเป็นธรรมดา)
๕. พระโพธิสัตว์คิดว่า จะทำงานให้นานที่สุด โดยไม่ปรารถนาจะให้สำเร็จผลเร็ว
(ปล่อยวางเรื่องกาลเวลา ทำงานเพื่องาน)
๖. พระโพธิสัตว์คบเพื่อนโดยไม่ปรารถนาว่าจะได้ผลประโยชน์จากเพื่อน
(รักผู้อื่นด้วยความบริสุทธิ์ใจ)

๗. พระโพธิสัตว์ไม่ปรารถนาเลยว่าจะให้คนอื่น
ตามใจตนเองเสมอไปทุกอย่าง
(ไม่มีความเห็นแก่ตัว)
๘. พระโพธิสัตว์ทำความดีกับคนอื่น ไม่ปรารถนาสิ่ง
ตอบแทน
(ต้องการให้คนอื่นพ้นทุกข์)
๙. พระโพธิสัตว์เห็นลามกแล้ว ไม่ปรารถนาจะมี
หุ้นส่วนด้วย
(ไม่ปรารถนาในลามกและสรรเสริญ)
๑๐. พระโพธิสัตว์ เมื่อถูกใส่ร้ายป้ายสี ตีเตียน นินทา
แล้ว ไม่ปรารถนาจะได้โต้ตอบหรือฟ้องร้อง
(การใส่ร้ายป้ายสี ตีเตียน นินทา เป็นธรรมดาของโลก)

จริยธรรมทั้ง ๑๐ ประการนี้ เป็นการปฏิบัติธรรมชั้นสูงของพระโพธิสัตว์ทุกพระองค์ เรียกว่า “มหาอุปสรรค” ซึ่งถ้าท่านผู้ปฏิบัติธรรมนำมาท่องทุกวัน จะช่วยขัดเกลาจิตใจให้ดีงาม ช่วยให้ง่ายต่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน

คำอุทิศส่วนกุศลเวลาบำเพ็ญทาน

อิทัง เม ปุณฺณงฺ ผลบุญอันนี้ ที่ข้าพเจ้าได้น้อมถวาย
ขอให้เป็นปัจจัย แก่บรรพคผลนิพพาน ในอนาคตกาล
อันใกล้นี้ด้วยเทอญ

อิทัง เม ทานัง ผลทานอันนี้ ที่ข้าพเจ้าได้น้อมถวาย
ขอให้ถึง แก่ บิดามารดา วงศาคณาญาติ และมิตรสหาย
เปรตอสุรกาย เทวดาทั้งหลาย สรรพสัตว์ทั้งหลาย เจ้า-
กรรมนายเวร พระภูมิเจ้าที่ และบริวารของพระภูมิเจ้าที่
ที่บ้านของข้าพเจ้า ที่ทำงานของข้าพเจ้า ขอให้ได้รับ เอา
กุศลอันนี้ ที่ข้าพเจ้าได้น้อมถวาย สิ้นกาลนานเทอญ

คำขอขมาลาโทษทั้ง ๓๑ ภูมิ

ของพระอาจารย์จำเนียร สีลเสฏฐโจ วัดถ้ำเสือ อ.เมือง จ.กระบี่

กายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ มโนกรรม ๓ กรรมดีอันใด เป็นบุญกุศล ที่ข้าพเจ้าได้กระทำแล้ว ด้วยกาย วาจา ใจ ใน อดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี ขอให้ถึง แก่ท่านทั้งหลาย ที่มี ภูมิ ภูมิ มีชาติเป็นแดนเกิด มีชรามรณะ มีจิต มีชีวิต มี วิญญาณ มีขันธสันดาน มีวิบากแห่งกรรม มีการกระทำ เจ้ากรรมนายเวร เจ้ากรรมนายเวร จตุโลกบาลทั้ง ๔ ยมบาล มนุษย์ ๑ สวรรค์ ๖ พรหม ๒๐ อบายภูมิทั้ง ๔ บัดนี้ ข้าพเจ้า ได้สร้างกองการกุศล มีผลทานผลศีล ผลภาวนา ผลแผ่เมตตา ขอให้ถึง แก่ท่านทั้งหลาย ที่ข้าพเจ้า ได้ ล่วงเกิน ทำกรรมไว้ ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี รู้ก็ดี ไม่รู้ก็ดี ต่อหน้ากันก็ดี ลับหลัง กันก็ดี ขอให้ท่านทั้งหลาย จงอโหสิกรรม ให้แก่ข้าพเจ้า ตั้งแต่บัดนี้ เป็นต้นไป อย่ามีเวรภัย เกิดชาติหนึ่งภพใด ขอให้ได้สร้าง แต่กรรมดี สร้างบารมีของตน ให้พ้นภัยพาล ลุ่่วงบ่วงมาร ในอนาคตกาล อันใกล้นี้ ด้วยเทอญ

ข้าพเจ้าคิดจะประกอบกิจการอันใด ที่ไม่ผิดทำนอง คลองธรรม ขอให้สำเร็จสมปรารถนา เป็นอัครจรรย เหนือ มนุษย์ทั้งปวง

คำถอนอธิษฐานที่เป็นมิจฉาทิฎฐิ

โดย พระชุมพล พลปญโญ

๔ ตุลาคม ๒๕๔๓

อิมัง มิจฉา อะริชชานัง ปัจจุทธะรามิ
ทุติยัมปิ อิมัง มิจฉา อะริชชานัง ปัจจุทธะรามิ
ตะติยัมปิ อิมัง มิจฉา อะริชชานัง ปัจจุทธะรามิ

ข้าพเจ้าขอถอนคำอธิษฐาน ถอนคำสาป ถอนคำแช่ง ที่ข้าพเจ้าได้ตั้งขึ้น ถึงพร้อมแล้ว ด้วยกิเลส ด้วยตัณหา ด้วยอุปาทาน ด้วยราคะ ด้วยโทสะ ด้วยโมหะ ด้วยมานะ ด้วยมิจฉาทิฎฐิ เป็นไปเพื่อความพยายาบทเบียดเบียน สร้างเวรสร้างกรรม ไม่ประกอบด้วยธรรม ไม่ประกอบด้วยวินัย ไม่ประกอบด้วยกุศล ไม่ประกอบด้วยปัญญา ไม่ประกอบด้วยบารมี ที่ข้าพเจ้าได้อธิษฐานไว้ สาปไว้ แช่งไว้ ในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี ระลึกได้ก็ดี ระลึกไม่ได้ก็ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าขออ้างเอาพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า แม่พระธรณี แม่พระคงคา แม่พระเพลิง แม่พระพาย และเทวดาทั้งหลายทั้งปวง มาเป็นพยาน ว่าข้าพเจ้าขอถอนคำอธิษฐาน เหล่านั้น ถอนคำสาปเหล่านั้น ถอนคำแช่งเหล่านั้น ร้อยหน พันหน หมื่นหน แสนหน ล้านหน โกฏิหน ฌ กาลบัดเดี๋ยวนี้ด้วย เทอญ

นะถอน โมถอน พุทถอน ธาถอน ยะถอน
นะกลอน โมกลอน พุทกลอน ธาถอน ยะถอน
ถอนด้วย นะ โม พุท ธา ยะ

ข้าพเจ้าขอยกโทษ อโหสิกรรม และให้อภัย ในความบกพร่อง ผิดพลาด ของสรรพสัตว์ ทั้งหลายทั้งปวง ทุกชีวิต ทุกจิตวิญญาณ ในที่ทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อเทอญ

พระชุมพล พลปญโญ เขียนเมื่อ ๔ ตุลาคม ๒๕๔๓

คำอธิษฐานข้างบนนี้ ถ้าใครใช้อธิษฐานทุกวัน จะช่วยลดวิบากกรรมเวรกรรมทางใจลงได้อย่างมาก

พระชุมพล พลปญโญ

๔ ตุลาคม ๒๕๔๓

คำแผ่บารมีกุศลมหาอธิษฐาน

โดย พระชุมพล พลปญโญ

๑๖ กรกฎาคม ๒๕๔๔

ข้าพเจ้าขออาราธนาบารมีของพระพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระสาวกทุกองค์ พระโพธิสัตว์ทุกองค์ พรหมทุกองค์ เทวดาทุกองค์ พ่อแม่ครูบาอาจารย์และผู้มีพระคุณทุกท่าน จงมาสถิตอยู่เหนือเศียรเกล้าของข้าพเจ้า ขอให้คำอธิษฐานของข้าพเจ้าศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์ จงทุกประการเทอญ

บุญกุศลที่ข้าพเจ้าบำเพ็ญมาในอดีตชาติก็ดี ในปัจจุบันชาติก็ดี และที่จะบำเพ็ญไปจนกว่าที่จะถึงซึ่งพระนิพพานก็ดี ที่จะให้ผลแก่ข้าพเจ้าเพียงใด ข้าพเจ้าขออุทิศส่วนกุศลนั้น ให้แก่จิตวิญญาณทุกคนดวง ทั้งหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏจักรวาล อนันตจักรวาล ขอให้ท่านทั้งหลายจงได้อนุโมทนาในกุศลนั้น และจงปลันบังเกิดเป็นเครื่องสักการะบรรณาการอันเป็นทิพย์ ที่ท่านยินดีพอใจเป็นร้อยเท่าพันทวีที่ท่านต้องการ ขอให้ท่านจงเจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธรรมสาร สมบัติ พิพัฒน์มงคล สมบูรณ์พูนผล ด้วยลาภยศ สุข สรรเสริญ และอธิบดีอันเป็นทิพย์ยิ่งยั้งขึ้นไป ท่านคิดปรารถนาสิ่งใด ขอจงได้สำเร็จสมความปรารถนาทุกสิ่งทุกประการ ตลอดเวลา ขอให้ท่านจงสถิตอยู่ในฐานะบิดา มารดา ช่วยบำรุงรักษาข้าพเจ้าซึ่งอยู่ในฐานะลูกสาว-ลูกชาย ให้ปราศจากภัยอันตรายจะมาแผ้วพาน ขอให้เจริญรุ่งเรืองในทุกสิ่งทุกประการ จนกว่าจะเข้าถึงซึ่งพระนิพพานในอนาคตกาลอันใกล้นี้ด้วยเทอญ

อนึ่ง บุญใดที่ท่านทั้งหลายได้บำเพ็ญมาทุกภพทุกชาติ ข้าพเจ้าขออนุโมทนา ขอให้ข้าพเจ้าจึงมีส่วนแห่งบุญนั้นจงทุกประการ ขออุทิศบุญจากการอนุโมทนานี้ ให้แก่เจ้ากรรมนายเวร

และเทวดาที่รักษาข้าพเจ้า ขอป่าวประกาศคุณงามความดีของท่าน ไปตลอดหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล จิตวิญญาณทุกดวง ทุกเทวสมาคม ทุกเทวสภา จงรับรู้รับทราบ คุณงามความดี ที่ท่านได้ทำแล้ว จงทุกประการเทอญ

สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยล่วงเกินท่านทั้งหลายด้วยกายกรรม วชิกรรม มโนกรรม ในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี ข้าพเจ้าขอกราบแทบเท้าขอขมา ขอท่านทั้งหลายจงโปรดเมตตายกโทษอโหสิกรรมให้แก่ข้าพเจ้าด้วยเทอญ

สิ่งใดที่ท่านทั้งหลายได้เคยล่วงเกินข้าพเจ้ามาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี ข้าพเจ้าขอยกโทษอโหสิกรรมให้ทั้งหมดทั้งสิ้น

ขออุทิศกุศล ไปกับกระแสมตตาจิตของท่าน ลูกหลานบริวาร และผู้ที่เกี่ยวข้องกับท่าน จะอยู่ภพใดภูมิใด ขอจงได้รับบุญกุศลจากข้าพเจ้า จงทุกประการเทอญ

ขอท่านทั้งหลายจงช่วยเสริมพลังบารมีแก่ข้าพเจ้า เมื่อข้าพเจ้าคิดจะประกอบกิจการอันใด ที่ไม่ผิดทำนองคลองธรรม ขอให้พลังสำเร็จเป็นอัศจรรย์เหนือมนุษย์ทั้งปวงด้วยเทอญ

ขออัญเชิญพระศรีอารีย์ เจ้าแม่กวนอิม พระกษิติครรภ์โพธิสัตว์ พระอรหันต์จิ้งจก เขียนทั้งแปด พระอิศวรนารายณ์ พระอินทร์ พระพรหม พระยม พระกาล ท้าวจตุโลกบาลทั้ง ๔ แม่พระธรณี แม่พระคงคา แม่พระเพลิง แม่พระพาย พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย เทวดาทั้งหลาย นายนิรยบาลทั้งหลาย ท่านผู้มีตาทิพย์ หูทิพย์ ใจทิพย์ทั้งหลาย ท่านผู้มีวิชา อภิญญา ปฏิสัมภีทาทั้งหลาย จงมารับเอาส่วนกุศล และเป็นพยานในการสร้างกุศลและอุทิศส่วนกุศล พร้อมทั้งนำข่าวคำอธิษฐานของข้าพเจ้า ไปบอกกล่าวแก่สรรพสัตว์ให้รู้

ทำหน้ากันทุกภูมิภาคทุกชั้น และช่วยทำคำอธิษฐานนั้นให้เป็นจริงด้วย
เทอญ

คำแผ่บารมีกุศลมหาอธิษฐานนี้ ถ้าใครใช้อธิษฐานทุกวันจะช่วย
เสริมบารมีให้สำเร็จผลตั้งใจปรารถนาทุกประการ

(ไม่สงวนลิขสิทธิ์ เอาไปพิมพ์เผยแพร่ได้)

คำอธิษฐานเพื่อพ้นทุกข์โทษเวรภัย

หลวงพ่อชุมพล พลปญโญ

๑๕ มกราคม ๒๕๔๗

สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยกระทำไปโดยไม่สมควรแก่ศักดิ์ศรีและฐานะ กระทำไปโดยไม่ละอายต่อบาป ไม่เกรงกลัวต่อบาป

ได้เคยหักหลังทรยศ คดโกง ต่อท่านผู้มีพระคุณ ผู้มีบุญคุณ ต่อท่านผู้มีความซื่อสัตย์ จงรักภักดี จริงใจ ต่อข้าพเจ้า

ได้เคยลบหลู่ล่วงเกิน ต่อท่านผู้มีคุณธรรมอันสูงส่ง เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็ดี หรือเพราะความเย่อหยิ่งถือดี ยกตนข่มท่าน มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี

บัดนี้ข้าพเจ้าสำนึกผิดแล้ว ข้าพเจ้ายอมรับผิดแล้ว ข้าพเจ้าขอสงัดใจไปกราบแทบเท้า ขอขมาขอลาโทษ ต่อทุกท่าน ที่ข้าพเจ้าได้เคยล่วงเกิน มาแล้วทั้งหลาย

ขอพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ ได้โปรดเมตตามาเป็นพยาน ในการขอขมาขอลาโทษ ณ กาลครั้งนี้ด้วยเทอญ

ขอให้ข้าพเจ้า พ้นจากทุกข์โทษเวรภัยทั้งปวง พ้นจากเคราะห์กรรมทั้งปวง พ้นจากคำสาปแช่งทั้งปวง พ้นจากโรคประสาททั้งปวง พ้นจากความเดือดร้อนกระวนกระวายใจทั้งปวง ณ กาลบัดเดี๋ยวนี้ด้วยเทอญ

คำประกาศโทษตน

หลวงพ่อชุมพล พลบุญโย

๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๐

ข้าพเจ้าขอป่าวประกาศโทษตนต่อเทวดาผู้ทรงเกียรติทั้งหลายทั้งปวง

อันตัวข้าพเจ้านี้ ได้มีความเคารพต่อพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า ว่าเป็นสัจธรรมที่พึ่งอันสูงสุดมานานแล้ว แต่มีความชั่วที่ยังแก้ไขไม่หมดอยู่หลายข้อ และมีความดีที่ยังทำไม่ลุล่วงอยู่หลายประการ ถือว่าเป็นข้อบกพร่องของข้าพเจ้าอย่างยิ่ง

ข้าพเจ้าขอกราบขอขมาขอลาโทษต่อพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า และเทวดาผู้ทรงเกียรติทั้งหลายทั้งปวง มา ณ โอกาสนี้

ขอให้เทวดาผู้ทรงเกียรติทั้งหลายทั้งปวง จงโปรดเมตตา ยกโทษ อโหสิกรรม ให้อภัย และช่วยเหลือข้าพเจ้าในที่ทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อเทอญ

(คำประกาศโทษตนนี้ ใครใช้วิธีฐานทุกวันจะทำให้จิตใจผ่องใส เจริญก้าวหน้าในทางธรรมเป็นที่รักแก่เทวดาทั้งหลายทั้งปวง)

คำอธิษฐานเพื่อเจริญธรรม

หลวงพ่อชมพล พลปญโญ

๒๔ สิงหาคม ๒๕๔๗

ความผิดพลาดใด ๆ ที่ข้าพเจ้าได้ก่อไว้ ในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี แล้วต่อต้านไม่ยอมรับ หรือบั่นโยนบาปไปให้ผู้อื่น ต้องรับโทษเดือดร้อนแทน ที่ข้าพเจ้าระลึกได้ก็ดี ระลึกไม่ได้ก็ดี

บัดนี้ ข้าพเจ้าได้บังเกิดความละอายต่อบาป ความเกรงกลัวต่อบาปเป็นอย่างยิ่ง ข้าพเจ้าขอยอมรับสำนึกผิด ตั้งจิตขอขมาต่อหน้าพระพุทธ ต่อหน้าพระธรรม ต่อหน้าพระสงฆ์ ต่อหน้าพระโพธิสัตว์ทุกองค์ ต่อหน้าเทวดาทั้งหลาย ต่อหน้าจิตวิญญาณทุกดวง

ขอแสดงอาการ ละพยศ ลดมานะ ละทิฏฐิ ขอสำนึกผิดในบาปกรรมที่ทำมา ต่อไปนี้จะตั้งตา ละชั่ว ประพฤติดี ทำจิตให้ขาวรอบ เชื่อฟังพระพุทธเจ้า เคารพพระธรรม เดินตามพระอริยสงฆ์

ขอให้ข้าพเจ้าพ้นจากทุกขโทษเวรภัย พ้นจากเสนียดจัญไร ข้าพเจ้าจะสร้างกุศลอันใด ขอให้สำเร็จสมปรารถนา เจริญก้าวหน้าในเส้นทางนิพพาน คุณธรรมทุกประการจงบังเกิดขึ้นในใจข้าพเจ้า ณ กาลบัดเดี๋ยวนี้ด้วย เทอญ

คำอธิษฐานเพื่อเจริญธรรมนี้ ใครใช้อธิษฐานทุกวัน จะช่วยให้อุบัติใจเบิกบาน ไม่เศร้าหมอง เจริญก้าวหน้าในทางธรรม

คาถาเชื่อมจิตกับพระโพธิสัตว์ทุกองค์

หลวงพ่อชุมพล พลบุญโย

๑๓ กันยายน ๒๕๔๘

ตั้งเครื่องสักการะขึ้นมา (คำว่าเครื่องสักการะนั้นอาจเป็นรูปเทียนหรือดอกไม้หรือพวงมาลัยหรือน้ำหนึ่งแก้วก็ได้ ถ้าไม่มีอะไรเลยให้เอาดวงจิตที่อ่อนนุ่มเป็นเครื่องสักการะ ขอเพียงให้ทำด้วยความเคารพเอาใจเป็นใหญ่) จากนั้นอธิษฐานดังนี้

เครื่องสักการะนี้ ข้าพเจ้าขอประดิษฐาน เพื่อถวายเป็นเกียรติแก่ พระโพธิสัตว์ทุกองค์และบริวารทั้งปวง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พระศรีอาริยมุตไตรยโพธิสัตว์และบริวาร พระอวโลกิเตศวรโพธิสัตว์และบริวาร พระกษิติครรภ์โพธิสัตว์และบริวาร (อาจเพิ่มพระโพธิสัตว์ที่เราเคารพเป็นพิเศษไปอีกได้ตามสะดวกและตามศรัทธา เช่น หลวงปู่ทวดวัดช้างไห้และบริวาร หลวงพ่อปานวัดบางนมโคและบริวาร ครูบาศรีวิชัยและบริวารเป็นต้น ก็ได้)

บุญกุศลที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาในอดีตชาติกิติปัจจุบันชาติกิติที่จะให้ผลแก่ข้าพเจ้าเพียงไร ข้าพเจ้าขออุทิศกุศลนั้น ให้แก่พระโพธิสัตว์ทุกองค์และบริวารทั้งปวง จงทุกประการเทอญ

อนึ่งบุญใดที่พระโพธิสัตว์ทุกองค์และบริวารทั้งปวง ได้บำเพ็ญมาทุกภพทุกชาติ ข้าพเจ้าขอกราบอนุโมทนา ขอให้ข้าพเจ้า จงมีส่วนแห่งบุญนั้น จงทุกประการ ขออุทิศบุญจากการอนุโมทนานี้ ให้แก่เจ้ากรรมนายเวรและเทวดาที่รักษาข้าพเจ้า ขอป่าวประกาศ คุณงามความดีของท่าน ไปตลอดหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล จิตวิญญานทุกดวง ทุกเทวสมาคม ทุกเทวสภา จงรับรู้รับทราบ คุณงามความดี ที่ท่านได้ทำแล้ว จงทุกประการเทอญ

สิ่งใดข้าพเจ้า ได้เคยล่วงเกินท่านทั้งหลาย ด้วยกายกรรม วาจกรรม มโนกรรม ข้าพเจ้าขอกราบแทบเท้าขอขมา ขอท่านจงโปรดเมตตา ยกโทษขอโหสิกรรม ให้แก่ข้าพเจ้าด้วยเทอญ

สิ่งใดที่ท่านได้เคยล่วงเกินข้าพเจ้า มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี ข้าพเจ้าขอปวารณาให้เป็นขอโหสิกรรมทั้งหมดทั้งสิ้น

ข้าพเจ้าขออุทิศกุศล ไปกับกระแสเมตตาจิต ของพระโพธิสัตว์ทุกองค์และบริวารทั้งปวง สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงทั้งหมื่นโลกธาตุแสนโกฏิจักรวาลอนันตจักรวาล จงมีส่วนแห่งกุศล ที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาจงทุกประการเทอญ

ข้าพเจ้าขอพรว่า เมื่อใดที่ข้าพเจ้า อุทิศกุศล แผ่เมตตา และอธิษฐานจิต ขอให้ศกดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์ คล้ายประหนึ่งว่า ท่านทั้งหลาย ได้โปรดเมตตาบันดาลให้เป็นไปด้วยเทอญ

(การเชื่อมจิตกับพระโพธิสัตว์ทุกองค์และบริวารทั้งปวงหมายถึง เราได้ทำการผูกมิตรกับท่านผู้ที่อยู่ในสายการสร้างบารมีทั้งหมดทั้งสิ้นเลย ฉะนั้นคาถาเชื่อมจิตกับพระโพธิสัตว์ทุกองค์นี้ ถ้าใครใช้ทุกวันจะทำให้ผู้นั้นมีจิตพิเศษกว่าคนธรรมดาทั่วไป เวลาอธิษฐานอะไร ถ้าไม่ผิดทำนองคลองธรรม จะสัมฤทธิ์ผลง่ายกว่าคนทั้งหลาย เวลาประกอบกิจการอันเป็นกุศลที่อยู่ในขอบข่ายการสร้างบารมีก็จะสำเร็จง่าย เพราะพระโพธิสัตว์ทุกองค์และบริวารทั้งปวงจะมาช่วย)

คำแผ่เมตตา ๖ ทิศ

หลวงพ่อชุมพล พลปัญญา

๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๐

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ในทิศเบื้องหน้า จงเป็นสุขเถิด จงพ้นทุกข์เถิด จงมีส่วนแห่งกุศล ที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาแล้วด้วยดี ในกาลทุกเมื่อเถิด

(เปลี่ยน ทิศเบื้องหน้า เป็น ทิศเบื้องขวา, ทิศเบื้องหลัง, ทิศเบื้องซ้าย, ทิศเบื้องล่าง และ ทิศเบื้องบน ตามลำดับ เพื่อให้ครบ ๖ ทิศ)

ขอกระแสน้ำแห่งความอ่อนน้อมต่อมตน และกระแสเมตตาจิตของข้าพเจ้า จงแผ่ไปตลอดหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล จิตวิญญูณดวงใดสัมผัสกระแสนี้ ขอให้มีส่วนแห่งบุญที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาแล้วจงทุกประการ จิตวิญญูณดวงใดที่รู้แล้วของจงอนุโมทนาเองเถิด จิตวิญญูณดวงใดที่ยังไม่รู้ ขอให้เทวดาผู้ทรงเกียรติทั้งหลายจงบอกจิตวิญญูณเหล่านั้นให้รู้ เพราะเหตุที่ได้อนุโมทนา ในกุศลที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญ จิตวิญญูณเหล่านั้นจึงเป็นสุข พ้นทุกข์ทั้งปวง ความปรารถนาที่ดั่งงามของจิตวิญญูณเหล่านั้นจงเต็มรอบบริบูรณ์ทุกประการด้วยเถิด

เทวดาผู้ทรงเกียรติองค์ใดที่นำกระแสจิตของข้าพเจ้าไปปรากฏในที่ต่าง ๆ ขอให้มีส่วนในบุญของข้าพเจ้าจงทุกประการ

คำอธิษฐานที่พุทธคยา

หลวงพ่อชุมพล พลปญโญ

ตุลาคม ๒๕๕๐

ขอให้ข้าพเจ้าได้รู้แจ้งแทงตลอดบรรลุเข้าถึงตามในสิ่งที่พระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้แจ้งที่โพธิมณฑล

ขอให้ข้าพเจ้ามีบารมียิ่งใหญ่ถึงพร้อมด้วยทรัพย์ สุขภาพ
ปัญญา อภิญญา คุณธรรมและบริวาร เพื่อที่จะสืบพระศาสนาของ
พระโคตมสัมมาสัมพุทธเจ้า

เมื่อใดที่ข้าพเจ้าคิดประกอบในกิจอันเป็นกุศล ขอให้เทวดาและ
มนุษย์ทั้งปวงช่วยเกื้อหนุนและโอนอ่อนผ่อนตามอุปถัมภ์ค้ำชูให้
กิจการนั้นสำเร็จเป็นอัศจรรย์

ขอให้จิตของข้าพเจ้าใกล้ชิดกับพระพุทธคุณเป็นที่ยิ่งจน
สามารถเข้าถึงคุณธรรมอันพิเศษทั้งปวงอันเป็นส่วน วิชา
อภิญญา ปฏิสัมภีทา และ โลกุตระ ด้วยวิธีการเพียงแค่วรรณถึงพระ
พุทธคุณด้วยความเคารพ

ขอให้เทวดาที่เป็นฝ่ายสัมมาทิฏฐิและฝ่ายอริยะทั้งหลายจงรับรู้
จิตที่มีความศรัทธาในพระรัตนตรัยเป็นที่ยิ่งของข้าพเจ้าและมาให้
ความเมตตาเอ็นดูคุ้มครองรักษาช่วยเหลือเกื้อหนุนให้ข้าพเจ้า
ปราศจากภัยอันตรายและมีความเจริญรุ่งเรืองในทิศทางที่บัณฑิต
ปรารถนาในกาลทุกเมื่อ

ขอให้ข้าพเจ้าได้ตาทิพย์หูทิพย์และเจโตปริยญาณ สามารถ
ระลึกชาติแต่หนหลัง มีญาณรอบรู้เหตุการณ์ทั้งปวง ได้มโนมยทธิ
สามารถหยั่งรู้ความคิดคน ขอให้รู้อดีตอนาคตปัจจุบัน วัฏกรรมของ
สัตว์ ภูภพภูมิทั้งปวง ขอให้หมดอวิชชาตัณหาอุปาทานและอกุศล-

กรรม สำเร็จอรหันต์พร้อมด้วยปฏิสัมภิกา ๔ อภิญญา ๖ วิโมกข์ ๘
พันทุภย์พันศอกพันโรคพันภัยพันเคราะห์เสนียดจัญไรปราศจากภัย
อันตรายทั้งหลายทั้งปวง

เมื่อใดที่ข้าพเจ้าคิดจะให้ท่านขออย่าได้ขาดแคลนซึ่งไทยธรรม

ผู้ใดอธิษฐานจิตถึงข้าพเจ้า ขอให้ได้รับการช่วยเหลือตาม
สมควรแก่กรณี

ผู้ใดคิดถึงข้าพเจ้าหรือเข้าไปใกล้ข้าพเจ้าขอให้หมดความทุกข์
ความกระวนกระวายใจ ขอให้มีความสุขสงบใจ

เมื่อใดที่ข้าพเจ้าอุทิศกุศล แผ่เมตตา และอธิษฐานจิต ขอให้
ศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์และถึงทุกคนที่ข้าพเจ้าตั้งใจประสงค์

เมื่อใดที่ข้าพเจ้าตั้งจิตอธิษฐานอันประกอบด้วยธรรม ขอให้
เทวดาทั้งหลายไม่สามารถเพิกเฉยต่อคำอธิษฐานอันเป็นธรรมนั้น
ได้

ขอให้ข้าพเจ้าชนะมารชนะอุปสรรคทั้งปวงในกาลทุกเมื่อ

ขอให้ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ขึ้นชื่อว่าการเกิดอย่าได้มีแก่
ข้าพเจ้าอีกเลย ตายจากชาตินี้ขอให้เข้าถึงพระนิพพานตามพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าไป

ขอให้ข้าพเจ้าเจริญในพรหมจรรย์ เจริญในพระพุทธศาสนา
แตกฉานก้าวหน้าในทางธรรม ขอให้ดับทุกข์ทั้งปวงสิ้นลงใน
อนาคตอันใกล้

ขอให้มีโอกาสพบบัณฑิต ครูบาอาจารย์ และสหธรรมิก ที่เป็น
อริยะหรือที่เป็นพระชีณาสพ พร้อมทั้งได้รับการเกื้อหนุนในเส้นทาง
ไปสู่นิพพาน

เมื่อใดที่ข้าพเจ้าคิดประกอบกิจการอันเป็นกุศลเป็นธรรม ขอ
อย่าได้มีใครมาขัดขวาง

ขอให้ข้าพเจ้าได้บริวารที่ซื่อสัตย์จงรักภักดี ไม่หักหลังทรยศ
คดโกงและถึงพร้อมด้วยคุณธรรม

ที่ใดที่ข้าพเจ้าแผ่กระแสนเมตตาจิตไป ขอให้ที่นั่นสงบร่มเย็น
เป็นสันติสุข

ขอให้ข้าพเจ้ามีลาภ มีความสามารถ มีอำนาจ มีเดช ที่จะตอบ
แทนบุญคุณพระศาสนา บุพการีชน ครูบาอาจารย์ ผู้มีพระคุณ และ
ญาติมิตรบริวารที่ซื่อสัตย์จงรักภักดีต่อข้าพเจ้า

ผู้ใดที่ระลึกถึงข้าพเจ้าด้วยความเคารพขอให้ผู้นั้นจงเข้าสู่
อริยมรรค อริยผลได้อย่างง่ายดาย

ข้าพเจ้าอยู่ที่ใดขอให้ที่นั่นเป็นมงคลสถานสำหรับการบำเพ็ญ
ทาน การรักษาศีล การเจริญภาวนา และเข้าถึงธรรมได้อย่าง
ง่ายดาย หรือแม้แต่ว่า ผม ขน เล็บ ฟัน กระดูก ของข้าพเจ้า
ประดิษฐานในที่ใด ขอให้สถานที่นั้นเป็นมงคลสถานของผู้เฝ้าธรรม
ด้วย

เมื่อใดที่ข้าพเจ้าแผ่เมตตาและอุทิศส่วนกุศล ขอให้กระแสน
เมตตาและคำอธิษฐานจิตอุทิศกุศลของข้าพเจ้า จงแผ่ไปตลอด
อนันตจักรวาล ถ้าหากไม่มีกรรมมาขวางกั้นแล้ว ขอให้จิตวิญญาณ
ทั้งหลายสามารถรับกระแสนเมตตาและส่วนบุญของข้าพเจ้าได้ไม่ว่า
จะอยู่ในจักรวาลอาณาเขตใดก็ตาม

เมื่อใดที่ข้าพเจ้าอธิษฐานจิตในเรื่องที่เป็นกุศลแล้ว ขอให้
เทวดาที่เป็นสัมมาทิฐิทั้งหลายมาเกี่ยวพันให้คำอธิษฐานนั้น
สำเร็จเป็นอัศจรรย์ในกาลทุกเมื่อเทอญ

บุคคลใดที่ช่วยเหลือเกื้อกูลข้าพเจ้าขอให้เขาผู้นั้นได้รับความช่วยเหลือเกื้อกูลจากเทวดาทั้งหลาย

ขอให้ข้าพเจ้าปราศจากภัยอันตรายต่อการปฏิบัติธรรม ทั้งภัยที่เกิดจากภายนอกและภัยที่เกิดจากภายใน

บุคคลใดระลึกนึกถึงข้าพเจ้า ขอให้ผู้นั้นเกิดศรัทธาคิดบริจาทานในพระพุทธศาสนา คิตรีक्षाศีล คิดประพฤติธรรม

บุคคลผู้ใดที่ไม่เป็นอาภัพบุคคล ที่มีความเคารพศรัทธาและประพฤติตามโอวาทของข้าพเจ้าอย่างจริงจังไม่ลังเล ขอให้เขาเหล่านั้นได้ดวงตาเห็นธรรมอย่างง่ายดาย

ขอให้กระแสน้ำและวาจาสุภาสิตของข้าพเจ้าสามารถช่วยให้คนเข้าถึงธรรมได้ง่ายดายยิ่งขึ้น

วันใดที่ข้าพเจ้าดับขันธ ขอให้บังเกิดกรรมสังเวทแก่สรรพสัตว์จำนวนมากมาย และจงเป็นเหตุให้สัตว์เหล่านั้นเกิดศรัทธาในพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคงและได้เข้าสู่ธรรมขั้นสูงในกาลต่อไป

ธรรมะใดที่ข้าพเจ้า เขียน บันทึก แสดงไว้ ขอให้ธรรมะเหล่านั้นได้รับการเผยแพร่สืบทอดต่อไปอีกอย่างน้อย ๕๐๐ ปี นับจากวันที่ข้าพเจ้าดับขันธ ขอให้เรื่องราวของข้าพเจ้าและธรรมะที่ข้าพเจ้าแสดงไว้จงเป็นปัจจัยให้สัตว์จำนวนมากเข้าถึงพระไตรสรณาคมน์และโลกุตตรธรรม

สถานที่ใดที่ ผม ขน เล็บ ฟัน กระดูกของข้าพเจ้าประดิษฐานอยู่ ขอให้ที่นั้นไม่มีผู้อดอยากขาดแคลน บุคคลใดที่เคารพบูชา จงเจริญด้วย ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข และ คุณธรรมทั้งปวง

เทวดาองค์ใดที่ช่วยทำให้คำอธิษฐานของข้าพเจ้าศักดิ์สิทธิ์
ขอให้มีส่วนกุศลทั้งปวงของข้าพเจ้า ขอให้เจริญด้วยทิพยสมบัติ ได้
เข้าสู่สุคติภูมิที่ละเอียดยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนถึงนิพพาน

(พระชุมพล พลบุญโธ เขียนคำอธิษฐานนี้เมื่อเดือนตุลาคม ๒๕๕๐
ตามคำขอของลูกศิษย์ที่อยากมีตัวอย่างคำอธิษฐานที่จะได้นำไป
ปรับปรุงเนื้อหาและถ้อยคำ เพื่อนำไปใช้ตามความต้องการและศรัทธา
ของแต่ละคน จึงได้จินตนาการเขียนตัวอย่างมาให้ดู ส่วนใครอยากจะ
อธิษฐานเรื่องอะไรแบบไหนอย่างไร ก็เป็นสิทธิ์ที่แต่ละบุคคลจะทำได้
ทั้งนั้น ถ้าไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน)

คำอธิษฐานย้ายบัญชีทองคำ

หลวงพ่อชุมพล พลบุญโย

๑๙ กรกฎาคม ๒๕๕๒

(ตั้งเครื่องสักการะต่อหน้าพระพุทธรูป เครื่องสักการะนี้อาจจะเป็นบายศรีหรือดอกไม้รูปเทียนเท่าที่พอจะจัดหาได้ ถ้าไม่มีอะไรเลยก็ตั้งน้ำบริสุทธิ์ขึ้นมาสักแก้ว ให้ตั้งใจเอาเจตนากุศลเป็นสำคัญ)

(คำบูชาครู)

ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อมสักการะครูบาอาจารย์เจ้าทั้งหลาย อันมีสมเด็จพระพุทธเจ้าทุกพระองค์เป็นอาทิ ในฐานะพระบรมครูของโลกธาตุ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สมเด็จพระพุทธเจ้าองค์ปฐมบรมครู ขอกราบอาราธนาอัญเชิญพระผู้มีพระภาคเจ้าทั้งหลาย มาประสิทธิเหนือเกล้าเหนือเกศของข้าพเจ้า ที่จะดำเนินมงคลพิธีให้ศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์ และข้าพเจ้าขอสักการะครูบาอาจารย์ของข้าพเจ้า ทุกภพทุกชาติ ครูบาอาจารย์ที่ช่วยให้ข้าพเจ้าแตกฉานในสรรพวิชา การครูบาอาจารย์ที่สอนวิชาการที่ไม่เป็นโทษ ของจงโปรดเมตตาต่อมอญคังมารับการสักการะบูชาครูบาอาจารย์ของข้าพเจ้า ด้วยเดชแห่งความอ่อนน้อมถ่อมตนและความกตัญญูต่อครูบาอาจารย์นี้ ขอให้ข้าพเจ้าทั้งหลายประกอบมงคลพิธี ได้ศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์ เพื่อความเจริญรุ่งเรืองของข้าพเจ้าทั้งหลาย ด้วยเดชแห่งบารมีของครูบาอาจารย์เจ้าทั้งหลาย เมตตาบันดาลให้เป็นไปในการทุกเมื่อเทอญ

เครื่องสักการะทั้งหลายเหล่านี้ ข้าพเจ้าขอตั้งเพื่อเป็นเกียรติแก่ พระพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอริย- สวาททุกองค์ พระโพธิสัตว์ทุกองค์ พรหมทุกองค์ เทวดาทุกองค์ พ่อแม่ครูบาอาจารย์ ท่านผู้มีพระคุณทุกท่าน ขอท่านจงโปรด เมตตาต่อมอญล้งมารับการบูชาสักการะเหล่านี้ เพื่อประโยชน์และ ความสุข เพื่อมงคลชีวิต เพื่อความเจริญก้าวหน้า ในการปฏิบัติ ธรรมของข้าพเจ้า ตลอดสิ้นกาลนาน จนกว่าจะถึงพระนิพพาน ใน อนาคตกาล อันใกล้นี้ด้วยเทอญ

(บทบวงสรวงทำวมหาราชทั้ง ๔)

ปรีมัญจะ ทิสัง ราชา	ชตะรัฎฐุ ปะสาสะติ
คันธัพพานัง อาธิปะติ	มะหาราชา ยะสัสสิ โส
ปุตตาปี ตัสสะ พะหะโว	อินทะนามา มะหัพพะลา
อิทธิมันโต ชุติมันโต	วัณณะวันโต ยะสัสสิโน
โมทะมานา อัญจันตุ	

ทักขินัญจะ ทิสัง ราชา	วิรุพโห ตปปะสาสะติ
กุมภันทานัง อาธิปะติ	มะหาราชา ยะสัสสิ โส
ปุตตาปี ตัสสะ พะหะโว	อินทะนามา มะหัพพะลา
อิทธิมันโต ชุติมันโต	วัณณะวันโต ยะสัสสิโน
โมทะมานา อัญจันตุ	

ปัจฉิมัญจะ ทิสัง ราชา	วิรูปักโข ปะสาสะติ
นาคานัง อาธิปะติ	มะหาราชา ยะสัสสิ โส
ปุตตาปี ตัสสะ พะหะโว	อินทะนามา มะหัพพะลา
อิทธิมันโต ชุติมันโต	วัณณะวันโต ยะสัสสิโน
โมทะมานา อัญญังสุ	

อุตตะรัญจะ ทิสัง ราชา	กุเวโร ตัปปะสาสะติ
ยักขานัง อาธิปะติ	มะหาราชา ยะสัสสิ โส
ปุตตาปี ตัสสะ พะหะโว	อินทะนามา มะหัพพะลา
อิทธิมันโต ชุติมันโต	วัณณะวันโต ยะสัสสิโน
โมทะมานา อัญญังสุ	

ปฐิมะทิสัง ฐะตะรัฎฐโ	ทักขิณณะ วิรุพพะโก
ปัจฉิเมนะ วิรูปักโข	กุเวโร อุตตะรัง ทิสัง
จัตตาริ เต มะหาราชา	สะมันตา จะตุโร ทิสา
ทัททลละมานา อัญญังสุ	

(บทชุมนุมเทวดา)

สักเค กาเม จะ รูเป คิริติคะระตะเถ จันตะลิกเข วิมานे ทีเป รัฎฐเฐ
 จะ คาเม ตะรุวะนะคะหะเน เคะหะวัตถุมหิ เขตเต ภูมมา จายันตุ เทวา
 ชะละละละวิสะเม ยักขะคันชัพพะนาคา ติฏฐันตา สันติเก ยัง มุนิวะ-
 ระวะจะนัง สาชะโว เม สุณันตุ ฯ ชัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทัน-
 ตา ชัมมัสสะวะนะกาโล อะยัมภะทันตา ชัมมัสสะวะนะกาโล อะยัม-
 ภะทันตา ฯ

ข้าพเจ้าขอตั้งการวจิตและกัลยาณจิต แก่เทวดาผู้ทรงคุณและ
บริวารผู้ทรงเกียรติทั้งหลายทั้งปวง บุญกุศลที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมา
ในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี และที่จะบำเพ็ญไปจนกว่าที่จะถึง
ซึ่งพระนิพพานก็ดี ที่จะให้ผลแก่ข้าพเจ้าเพียงไร ขอถวายแก่ท่าน
ทั้งหลายที่มาในมงคลพิธีนี้อย่างเต็มที่จะทุกประการ ขอให้ท่านจง
ได้อุโมทนาในกุศลนั้น และจงพลันบังเกิดเป็นเครื่องสักการะ
บรรณาการอันเป็นทิพย์ ที่ท่านยินดีพอใจเป็นร้อยเท่าพันทวีที่ท่าน
ต้องการ ขอท่านจงเจริญในภูมิทิพย์ภูมิธรรมของท่านยิ่ง ๆ ขึ้นไป
ด้วยเทอญ

อนึ่ง บุญใดที่ท่านทั้งหลายได้บำเพ็ญมาทุกภพทุกชาติ
ข้าพเจ้าขออุโมทนา ขอให้ข้าพเจ้าจงมีส่วนแห่งบุญนั้นจงทุก
ประการ ขออุทิศบุญจากการอุโมทนานี้ ให้แก่เจ้ากรรมนายเวร
และเทวดาที่รักษาข้าพเจ้า ขอป่าวประกาศคุณงามความดีของท่าน
ไปตลอดหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล จิต
วิญญาณทุกดวง ทุกเทวสมาคม ทุกเทวสภา จงรับรู้รับทราบคุณ
งามความดีที่ท่านบำเพ็ญมาแล้วด้วยดีในกาลทุกเมื่อด้วยเทอญ
ข้าพเจ้าขอฝากฝังท่านไว้ต่อเทวสมาคมและเทวสภาที่ท่าน
เกี่ยวข้อง เมื่อใดที่ท่านเข้าไปสู่เทวสมาคมและเทวสภานั้น ๆ
ขอให้ท่านจงได้รับที่นั้งอันมีเกียรติ การต้อนรับอันมีเกียรติ การเชื้อ
เชิญอันมีเกียรติ ในเทวสมาคมและเทวสภานั้น ๆ ทุกครั้งไป เทวดา
องค์ใดที่เมตตาทำตามคำขอร้องของข้าพเจ้า ขอให้มีส่วนบุญจาก
ข้าพเจ้าตลอดกาลเป็นนิตย์ในกาลทุกเมื่อด้วยเทอญ

สิ่งใดที่ข้าพเจ้าเคยล่วงเกินท่านทั้งหลายด้วยกายกรรม วาจากรรม มโนกรรม ข้าพเจ้าขอกราบแทบเท้าขอขมา ขอท่านจงโปรดเมตตายกโทษอโหสิกรรมให้แก่ข้าพเจ้าด้วยเทอญ

สิ่งใดในการเวียนว่ายตายเกิด ท่านทั้งหลายเคยล่วงเกินข้าพเจ้ามาในภพใดชาติใด ข้าพเจ้าขอปวารณาให้เป็นอโหสิกรรมทั้งหมดทั้งสิ้น ขอกรรมอันนั้นอย่าได้ไปเบียดเบียนบืทาท่าน ในกรณีใด ๆ ต่อไปอีกเลย

ขออุทิศกุศลไปกับกระแสเมตตาจิตของท่าน ลูกหลานบริวารและผู้เกี่ยวข้องของท่านจะอยู่ภพใดภูมิใด ข้าพเจ้าขออุทิศบุญไปกับกระแสเมตตาจิตของท่านไปถึงเขาเหล่านั้น ขอลูกหลานบริวารและผู้เกี่ยวข้องของท่านจงได้รับส่วนบุญจากข้าพเจ้าอย่างเต็มที่ ขอท่านทั้งหลายจงอยู่ดีมีสุขพร้อมด้วยลูกหลานบริวารและผู้เกี่ยวข้อง พร้อมหน้าพร้อมตา อยู่ดีมีสุข เจริญทั่วหน้าในภูมิทิพยภูมิธรรมของท่านยิ่ง ๆ ขึ้นไปในกาลทุกเมื่อเทอญ

ข้าพเจ้าขอตั้งเครื่องสักการะนี้เพื่อเป็นเกียรติแก่ท่านผู้บำเพ็ญทานทุกท่าน ท่านผู้บำเพ็ญศีลทุกท่าน ท่านผู้บำเพ็ญภาวนาทุกท่าน ท่านผู้บำเพ็ญบารมีทุกท่าน ท่านผู้บำเพ็ญความดีทุกท่าน ท่านผู้บำเพ็ญกุศลจิตทุกท่าน ขออนุโมทนาในบุญกุศลของท่านผู้บำเพ็ญทาน ผู้บำเพ็ญศีล ผู้บำเพ็ญภาวนา ผู้บำเพ็ญบารมี ท่านผู้บำเพ็ญความดี ท่านผู้บำเพ็ญกุศลจิตทุกท่าน ขอป่าวประกาศคุณงามความดีของท่านไปตลอดหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล จิตวิญญาณทุกดวง ทุกเทวสมาคม ทุกเทวสภา จงมาชื่นชมยินดีอนุโมทนาต่อจิตวิญญาณผู้สร้างบารมีสร้างคุณความดีในโลกธาตุทั้งปวงในกาลทุกเมื่อเทอญ

สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยผิดพลาดบกพร่องต่อท่านทั้งปวง ต่อศีลทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญภาวนาทั้งปวง ต่อการสร้างบารมีทั้งปวง ต่อการสร้างคุณงามความดีทั้งปวง ต่อการสร้างกุศลจิตทั้งปวง ข้าพเจ้าขอตั้งจิตด้วยความเจียมตัวเจียมตน แสดงการกราบขอขมาขอลาโทษต่อความบกพร่องของข้าพเจ้าต่อท่านทั้งปวง ต่อศีลทั้งปวง ต่อภาวนาทั้งปวง ต่อบารมีทั้งปวง ต่อความดีทั้งปวง ต่อกุศลจิตทั้งปวง ต่อไปข้าพเจ้าจะตั้งจิตวิญญานของข้าพเจ้าให้เป็นผู้เกรงอกเกรงใจ ยำเกรง ต่อท่านทั้งปวง ต่อศีลทั้งปวง ต่อภาวนาทั้งปวง ต่อบารมีทั้งปวง ต่อความดีทั้งปวง ต่อกุศลจิตทั้งปวง และข้าพเจ้าจะตั้งจิตเคารพยำเกรงต่อท่านผู้บำเพ็ญทานทั้งปวง ต่อท่านผู้บำเพ็ญศีลทั้งปวง ต่อท่านผู้บำเพ็ญภาวนาทั้งปวง ต่อท่านผู้บำเพ็ญบารมีทั้งปวง ต่อท่านผู้บำเพ็ญความดีทั้งปวง ต่อท่านผู้บำเพ็ญกุศลจิตทั้งปวง

พระศาสดาตรัสว่า บุคคลใดบำเพ็ญทานและสร้างบารมีโดยเคารพ จะได้านิสงส์ยิ่งใหญ่กว่าผู้ที่สร้างโดยไม่เคารพ วันนี้ข้าพเจ้าได้มาตั้งเครื่องสักการะแสดงสามัคคีธรรม ต่อการบำเพ็ญทานทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญศีลทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญภาวนาทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญบารมีทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญความดีทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญกุศลจิตทั้งปวง

ขอให้เทวดาทั้งหลาย จงจำข้าพเจ้าไว้ว่า ต่อไปนี้ ข้าพเจ้าจะเป็นผู้บำเพ็ญทานด้วยจิตเคารพ เป็นผู้บำเพ็ญศีลด้วยจิตเคารพ เป็นผู้บำเพ็ญภาวนาด้วยจิตเคารพ เป็นผู้บำเพ็ญบารมีด้วยจิตเคารพ เป็นผู้บำเพ็ญความดีด้วยจิตเคารพ เป็นผู้บำเพ็ญกุศลจิตด้วยจิตเคารพ ข้าพเจ้าจะน้อมจิตยำเกรงต่อความดีทั้งปวง สิ่งใดที่ข้าพเจ้าเคยล่วงเกินต่อความดี ต่อคนดีทั้งปวง มาในอดีตชาติก็ดี

ปัจจุบันชาติก็ดี หรือข้าพเจ้าเคยล่วงเกินบุคคลใด ๆ ผู้มีเจตนาในการสร้างบารมีในภพชาติใด ๆ

ข้าพเจ้าขอตั้งความอ่อนน้อมต่อมตัว ขอยอมรับสำนึกผิด ตั้งจิตขอขมา ต่อหน้าพระพุทธ ต่อหน้าพระธรรม ต่อหน้าพระสงฆ์ ต่อหน้าพระโพธิสัตว์ทุกองค์ ต่อหน้าเทวดาทั้งหลาย ต่อหน้าจิตวิญญาณทุกดวง ขอแสดงอาการละพยศ ลดมานะ ละทิฏฐิ สำนึกผิดในบาปกรรมที่ทำมา ต่อไปนี้จะตั้งตา ละชั่ว ประพฤติดี ทำจิตให้ขาวรอบ เชื่อฟังพระพุทธเจ้า เคารพพระธรรม เดินตามพระอริยสงฆ์ ขอให้ข้าพเจ้าพ้นจากทุกข์โทษเวรภัย พ้นจากเสนียดจัญไร ข้าพเจ้าจะสร้างกุศลอันใด ขอให้สำเร็จสมปรารถนา เจริญก้าวหน้าในเส้นทางนิพพาน คุณธรรมทุกประการ จงบังเกิดขึ้นในใจของข้าพเจ้า ณ กาลบัดเดี๋ยวนี้ด้วยเทอญ

บัดนี้ ข้าพเจ้าได้ตั้งจิตเคารพต่อทานทั้งปวง ต่อศีลทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญภาวนาทั้งปวง ต่อการสร้างบารมีทั้งปวง ต่อการสร้างความดีทั้งปวง ต่อการสร้างกุศลจิตทั้งปวง และได้ขอขมาลาโทษต่อความบกพร่องที่ข้าพเจ้าเคยมีต่อการบำเพ็ญทานทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญศีลทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญภาวนาทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญบารมีทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญความดีทั้งปวง ต่อการบำเพ็ญกุศลจิตทั้งปวงแล้ว ข้าพเจ้าขอประกาศต่อเทวดาทั้งหลาย ขอให้ท่านจงนำข่าวสาร ไปบอกนายบัญชาที่จดจารึกคุณความดีของข้าพเจ้าในอดีตกาล ถ้าในอดีตกาล ข้าพเจ้าเคยให้ท่านโดยไม่เคารพ รักษาศีลโดยไม่เคารพ บำเพ็ญภาวนาโดยไม่เคารพ สร้างบารมีโดยไม่เคารพ สร้างความดีโดยไม่เคารพ สร้างกุศลจิตโดยไม่เคารพ บัดนี้ข้าพเจ้าได้สำนึกผิดและตั้งจิตกราบขอขมาขอลาโทษแล้ว ขอนายบัญชาทั้งหลายจงเปลี่ยนการจารึกบุญของข้าพเจ้าในอดีตที่ทำโดย

ไม่เคารพ ที่จารึกเอาไว้ในบัญชีชั้นรอง ขอนายบัญชีทั้งหลายจงเปลี่ยนการจารึกบุญนั้นไปสู่บัญชีทองคำ บัญชีทองคำฝั่งเพชร บุญบารมีใดที่ข้าพเจ้าเคยสร้างโดยไม่เคารพในอดีตกาล แล้วเป็นเหตุให้บุญกุศลนั้นมาส่งผลให้ข้าพเจ้าในปัจจุบันนี้อย่างไม่เต็มที่ อย่างเหลือปากว่าแรง อย่างหมดแรง อย่างไม่มีแรง อย่างผิดเคื่อง อย่างยากลำบาก

ตั้งแต่นี้ต่อไป ขอนายบัญชีจงป่าวประกาศการจารึกบุญของข้าพเจ้าที่เปลี่ยนมาจารึกใหม่ในบัญชีทองคำ บัญชีทองคำฝั่งเพชร อันเป็นที่จารึกของบุคคลผู้ทำบุญด้วยความเคารพ ให้ทานโดยเคารพ รักษาศีลโดยเคารพ เจริญภavanaโดยเคารพ สร้างบารมีโดยเคารพ สร้างความดีโดยเคารพ สร้างกุศลจิตโดยเคารพ ขอเทวดาทั้งหลายจงป่าวประกาศต่อโลกธาตุว่า เตี่ยนี้ข้าพเจ้าได้เป็นคนใหม่แล้ว ได้เปลี่ยนตัวเองมาเป็นผู้ที่มีความเจียมตัว มีความเคารพยำเกรงอย่างแรงกล้า ต่อความดีและคนดีทั้งปวง ขอให้เทวดาซึ่งเป็นหมู่ญาติทั้งหลาย และเทวดาทั้งหลายที่เคยร่วมบุญกุศลกับข้าพเจ้ามาในอดีตกาล จงมาช่วยเหลือข้าพเจ้าอย่างแข็งขัน ให้ข้าพเจ้าเจริญรุ่งเรืองในกาลต่อไป เพราะข้าพเจ้าในตอนนี้ได้เปลี่ยนจิตของข้าพเจ้าให้มาสร้างกุศลบารมีด้วยความเคารพแล้ว

ด้วยเดชบารมีแห่งบุญกุศลที่ข้าพเจ้าบำเพ็ญโดยเคารพ และบารมีของเทวดาหมู่ญาติที่รับรู้ค่าอธิษฐานที่ข้าพเจ้าตั้งขึ้นนี้ ตั้งแต่บัดนี้ต่อไปขอให้ข้าพเจ้าพ้นทุกข์ พ้นโศก พ้นโรค พ้นภัย พ้นเคราะห์ เสียดจัญไร พ้นวิบากกรรมทั้งปวง พ้นหนี้สินทั้งปวง พ้นปัญหาทั้งปวง พ้นอุปสรรคทั้งปวง พ้นคนเลวทั้งปวง พ้นคนชั่วทั้งปวง พ้นคนใส่ร้ายป้ายสีทั้งปวง พ้นคนหักหลังทรยศทั้งปวง ข้าพเจ้าประกอบกิจการอันใด ขอให้สำเร็จสมปรารถนา เจริญก้าวหน้าทุก

ประการ บุญกุศลทั้งปวงของข้าพเจ้าที่ได้เปลี่ยนมาจาริกในบัญญัติทองคำ บัญชีทองคำฝิ่งเพชรนี้แล้ว จงมาก็ก่อหนุ่นให้ข้าพเจ้าเข้าถึงพระนิพพานอย่างง่ายดาย トラบใดที่ยังไม่ถึงพระนิพพาน ขึ้นชื่อคำว่ามีและไม่รู้ อย่าได้ประสบพบเจอ ข้าพเจ้าประกอบกิจการอันใด ขอให้คล่องตัวทุกอย่าง ราบรื่นทุกอย่าง รุ่งเรืองทุกอย่าง สำเร็จทุกอย่าง สมปรารถนาทุกอย่างทุกประการในกาลทุกเมื่อเทอญ ข้าพเจ้าประกอบกิจการอันใดที่ไม่ผิดทำนองคลองธรรม ขอให้สำเร็จสมปรารถนา เป็นอัศจรรย์เหนือมนุษย์ทั้งปวง ด้วยบารมีเทววานุภาพบันดาลให้เป็นไป เทวดาองค์ใดช่วยทำคำอธิษฐานของข้าพเจ้าให้ศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์ ขอให้มีส่วนบุญจากข้าพเจ้าตลอดกาล เป็นนิตย์ในกาลทุกเมื่อเทอญ

ด้วยอำนาจบุญกุศลของข้าพเจ้าที่ย้ายมาจาริกบนบัญญัติทองคำ บัญชีทองคำฝิ่งเพชร ณ กาลบัดนี้แล้ว กุศลบารมีนั้นอันเป็นบารมีสีทอง บารมีแสงทอง บารมีสีธรรม บารมีแสงธรรม ขอ บารมีเหล่านั้น จงมารวมตัวกัน ให้ข้าพเจ้าเจริญในพระพุทธศาสนา เจริญในธรรมะทั้งปวง แดกฉานในธรรม แก่กล้าในธรรม ได้บรรลุธรรม ได้บรรลุมรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ อย่างง่ายดาย ได้บรรลุปฏิบัติสัมภีทา ๔ อภิญญา ๖ วิโมกข์ ๘ และคุณธรรมทั้งหลายที่บัณฑิตทางพุทธศาสนาสรรเสริญได้อย่างง่ายดาย ด้วยเดชบารมีบุญกุศลของข้าพเจ้าที่ย้ายมาจาริกในบัญญัติทองคำ บัญชีทองคำฝิ่งเพชร ตั้งแต่บัดนี้ต่อไป จนกว่าข้าพเจ้าจะถึงพระนิพพานในอนาคตกาลอันใกล้นี้ด้วยเทอญ

สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้หาญกล้ามาอธิษฐานนี้ ถ้าหากว่าล่วงเกินสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในกรณีใด ๆ ข้าพเจ้าขอกราบแทบเท้าขอขมาขอลาโทษ

สิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายจงโปรดเมตตายกโทษอโหสิกรรมให้อภัยและช่วยเหลือข้าพเจ้าในที่ทุกสถานในกาลทุกเมื่อเทอญ

พุทธัง ปติทธี ัมมัง ปติทธี สังฆัง ปติทธี

ขอให้อำนาจฐานของข้าพเจ้าในวันนี้ จงศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์อย่างเต็มที่ ด้วยบารมีพระพุทธรูปเจ้าทุกพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุกพระองค์ พระอรหันตสาวกทุกองค์ พระโพธิสัตว์ทุกองค์ พรหมทุกองค์ เทวดาทุกองค์ พ่อแม่ครูบาอาจารย์ทุกท่าน ท่านผู้มีพระคุณผู้มีบุญคุณทุกท่าน และบารมีบุญกุศลของข้าพเจ้าที่ย้ายมาจาริกในบัญชีสีทอง บัญชีทองคำ บัญชีทองคำฝั่งเพชร และเทวดาที่เคยสร้างบารมีกับข้าพเจ้าทั้งหลาย เมตตาบันดาลให้เป็นไป ให้สัมฤทธิ์ผลศักดิ์สิทธิ์ ทุกข้อทุกประการในกาลทุกเมื่อเทอญ

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงในทิศเบื้องหน้า จงเป็นสุขเกิดจงพ้นทุกข์เกิดจงมีส่วนแห่งบุญของข้าพเจ้าเกิด สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงในทิศเบื้องขวา จงเป็นสุขเกิดจงพ้นทุกข์เกิดจงมีส่วนแห่งบุญของข้าพเจ้าเกิด สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงในทิศเบื้องหลัง จงเป็นสุขเกิดจงพ้นทุกข์เกิดจงมีส่วนแห่งบุญของข้าพเจ้าเกิด สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงในทิศเบื้องซ้าย จงเป็นสุขเกิดจงพ้นทุกข์เกิดจงมีส่วนแห่งบุญของข้าพเจ้าเกิด สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงในทิศเบื้องล่าง จงเป็นสุขเกิดจงพ้นทุกข์เกิดจงมีส่วนแห่งบุญของข้าพเจ้าเกิด สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงในทิศเบื้องบน จงเป็นสุขเกิดจงพ้นทุกข์เกิดจงมีส่วนแห่งบุญของข้าพเจ้าเกิด

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงทุกทิศทุกทาง จงเป็นสุขเกิดจงพ้นทุกข์
เกิดจงมีส่วนแห่งบุญของข้าพเจ้าเกิด

ขอกระแสน้ำอันอ่อนนุ่มต่อมตน และกระแสเมตตาจิตของ
ข้าพเจ้า จงแผ่ไปตลอดหมีนโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล อนันต-
จักรวาล จิตวิญญูณดวงใดสัมผัสกระแสนี้ ขอให้มีส่วนแห่งบุญจาก
ข้าพเจ้าจงทุกประการ จิตวิญญูณดวงใดที่รู้แล้ว ขอให้อนุโมทนา
เองเกิด จิตวิญญูณดวงใดที่ยังไม่รู้ ขอให้เทวดาทั้งหลายจงบอก
จิตวิญญูณเหล่านั้นให้รู้ เพราะเหตุที่ได้อนุโมทนาในกุศลที่ข้าพเจ้า
ได้บำเพ็ญ จิตวิญญูณเหล่านั้นจึงเป็นสุข พ้นทุกข์ทั้งปวง ความ
ปรารถนาที่ดั่งงามของท่านจงเต็มรอบบริบูรณ์ทุกประการในกาลทุก
เมื่อเทอญ เทวดาองค์ใดที่น่ากระแสเมตตาจิตของข้าพเจ้าไป
ปรากฏในที่ต่าง ๆ ขอให้มีส่วนบุญจากข้าพเจ้าตลอดกาลเป็นนิตย์
ในกาลทุกเมื่อเทอญ

ขอเชิญเทวดาทั้งหลายที่เมตตามาสู่สมาคมนี้ มาสู่มงคลพิธีนี้
หรือว่ารับรู้ในมงคลพิธีนี้ ขอให้อัญเชิญท่านทั้งหลาย จงโปรด
เมตตามาเป็นกัลยาณมิตรฝ่ายภูมิทิพย์ภูมิธรรมของข้าพเจ้า บุญ
กุศลที่ข้าพเจ้าบำเพ็ญทั้งปวง ขอจงได้แก่ท่านเทวดาทั้งหลายที่
เมตตาต่อมองค์ลงมาเป็นกัลยาณมิตรในฝ่ายภูมิทิพย์ภูมิธรรมของ
ข้าพเจ้าในกาลทุกเมื่อ ข้าพเจ้าขออนุโมทนาในบุญกุศลของท่าน
เทวดาทั้งหลายทั้งปวง ขอให้ข้าพเจ้ามีส่วนบุญจากท่านทั้งหลาย
จงทุกประการ ขอป่าวประกาศคุณงามความดีของท่านทั้งหลายไป
ตลอดหมีนโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล จิตวิญญูณ
ทุกดวง ทุกเทวสมาคม ทุกเทวสภา จงรับรู้รับทราบ คุณงามความดี
ที่ท่านบำเพ็ญมาแล้วด้วยดีในกาลทุกเมื่อเทอญ ขออุทิศกุศลไปถึง
เจ้ากรรมนายเวรของท่านที่ท่านเคยล่วงเกินเข้ามาในอดีตกาล เจ้า-

กรรมนายเวรเหล่านั้นจึงได้รับบุญกุศลจากข้าพเจ้าและจงยกโทษ
อโหสิกรรมให้แก่ท่านเทวดาทั้งหลายที่เมตตามาเป็นกัลยาณมิตร
ในฝ่ายภูมิทิพย์ภูมิธรรมของข้าพเจ้า เมื่อใดที่ข้าพเจ้าบำเพ็ญบุญ
กุศล ขออุทิศบุญถวายแก่ท่านเป็นอัตโนมัติทุกครั้ง ท่านจง
อนุโมทนาเอาเองทุกครั้งทุกครั้งเถิด ขอเราจงมีส่วนเจริญรุ่งเรือง
ในพระพุทธศาสนาร่วมกัน ขอให้ท่านจงเจริญในภูมิทิพย์ภูมิธรรม
ของท่าน ขอให้ข้าพเจ้าที่สร้างบารมีในเมืองมนุษย์นี้จงเจริญรุ่งเรือง
ในพระพุทธศาสนา เจริญในบุญบารมีธรรม ประกอบกิจการอันใดที่
ไม่ผิดทำนองคลองธรรม ขอให้สำเร็จสมปรารถนาเป็นอัศจรรย์
เหนือมนุษย์ทั้งปวง ด้วยบารมีเทวานุภาพบันดาลให้เป็นไป เทวดา
องค์ใดเมตตาทำคำอธิษฐานของข้าพเจ้าให้ศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์ ขอให้มีส่วน
บุญจากข้าพเจ้าตลอดกาลเป็นนิตย์ในกาลทุกเมื่อเทอญ

คำอธิษฐานเมื่อออกรถและเดินทางไกล

สาธุ พุทฺธัง อาราธนาหัง ธัมมัง อาราธนาหัง สังฆัง อาราธนา-
หัง ข้าพเจ้าขออาราธนาบารมี พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์
ขอให้คำอธิษฐานของข้าพเจ้าศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์จงทุกประการเทอญ

ข้าพเจ้าขออาราธนาบารมีของพระพุทฺธเจ้าทุกพระองค์
พระปัจเจกพุทฺธเจ้าทุกพระองค์ พระสาวกทุกองค์ พระโพธิสัตว์ทุก
องค์ พรหมทุกองค์ เทวดาทุกองค์ พ่อแม่ครูบาอาจารย์และผู้มี
พระคุณทุกท่าน จงโปรดเมตตาตามาคุ้มครองรักษารถคันนี้ ให้
สะดวกปลอดภัยปราศจากอันตรายทั้งหลายทั้งปวงด้วยเทอญ

ข้าพเจ้าขออาราธนาบารมี พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์
ขอให้บุญกุศลที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาทุกภพทุกชาติจงรวมตัว ขอ
อุทิศให้แก่พระศรีอาริย์ เจ้าแม่กวนอิม ท้าวสักกะเทวราช ท้าวจตุ-
โลกบาลทั้งสี่ และเทวดาทั้งหลายทั้งปวง ขอให้ท่านจงอนุโมทนา
และจงโปรดเมตตาส่งเทวดาที่เป็นสัมมาทิฎฐิมาคุ้มครองรักษารถ
คันนี้ด้วยเทอญ

เทวดาองค์ใดที่โปรดเมตตาตามาคุ้มครองรักษารถคันนี้
ในตอนนั้นก็ดี หรือที่จะมีเมตตาตามาคุ้มครองรักษารถคันนี้ในโอกาส
กาลต่อไปข้างหน้าก็ดี ข้าพเจ้าขอตั้งคำอธิษฐานจิตไว้ว่าขอให้ท่าน
ได้มีส่วนในบุญกุศลทั้งปวงที่ข้าพเจ้าได้เคยบำเพ็ญมา ทั้งในอดีต-
ชาติและปัจจุบันชาติจงทุกประการด้วยเทอญ และขอให้ท่านจง
โปรดเมตตาตามาคุ้มครองรักษารถคันนี้และผู้โดยสารให้ปราศจาก
อันตรายทั้งหลายทั้งปวง คิดประกอบกิจการอันใด ขอให้สำเร็จ

เป็นอัศจรรย์ด้วยเหตุแห่งบุญบารมีของท่านทั้งหลายได้โปรดเมตตาบันดาลให้เป็นไปในกาลทุกเมื่อด้วยเทอญ

ข้าพเจ้าขออาราธนาบารมี พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ขอให้บุญกุศลที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาทุกภพทุกชาติจงรวมตัว ขออุทิศให้แก่จิตวิญญาณตลอดสายทางที่ข้าพเจ้าข้ามรถคันนี้ผ่านไป ขอให้ท่านจงมีส่วนแห่งบุญที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาแล้วจงทุกประการ และขอให้ท่านจงคุ้มครองรักษาปกป้องคุ้มครองกันภัยให้แก่รถคันนี้ให้ปราศจากอุปสรรคเภทภัยที่จะมาเบียดเบียนปีทาในตลอดทุกเส้นทางที่ข้ามผ่านไปในการทุกเมื่อด้วยเทอญ

พุทธัง ปติทธี ธัมมัง ปติทธี สังฆัง ปติทธี ขอบารมี พระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า ประสิทธิ์ให้คำอธิษฐานของข้าพเจ้านี้สำเร็จสมความมุ่งมาดปรารถนาจงทุกประการเทอญ สาธุ

พระชุมพล พลบุญโณ เขียนเมื่อ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๔๙

บทขอขมากรรมสำนึกผิด

หลวงพ่อชมพล พลปัญญา

๒๘ พฤษภาคม ๒๕๕๓

ด้วยเดชะ พุทธบารมี ธรรมบารมี สังฆบารมี ข้าพเจ้าจะขอน้อม
อัญเชิญสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และเทวดาทั้งหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏิจักรวาล
อนันตจักรวาล มาเป็นพยานในการขอขมาลาโทษ ขออโหสิกรรม
สำนึกผิด ตั้งจิตใหม่ ของข้าพเจ้า ในกาลบัดนี้ด้วยเทอญ

ข้าพเจ้าจะขอตั้งความใฝ่ดี ความละเอียดอ่อนบารมี และความเกรง
กลัวต่อบาป ไว้เป็นเบื้องหน้า จะกราบแทบเท้าขอขมา ขอลาโทษ
กระทำผิดความผิดของตน ต่อหน้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ดังนี้

๑. สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยล่วงเกิน ต่อพระพุทธเจ้าทุกทุก
พระองค์ พระธรรมเจ้าทุกทุกพระธรรมชั้นตรี พระปัจเจก-
พุทธเจ้าทุกทุกพระองค์ พระอริยสงฆ์สาวกทุกทุกองค์ และ
ปวงชนวิฆเนศวรสถานอันเกี่ยวเนื่องกับพระรัตนตรัยและสิ่งมีคุณ
ทุกทุกสิ่งสถาน มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนา
ดี ไม่เจตนาดี ทั้งหมดทั้งสิ้น
๒. สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยล่วงเกิน ต่อพระโพธิสัตว์ทุกทุกองค์
และท่านผู้ทรงคุณ ซึ่งกำลังชวนชวนสร้างบารมี อยู่ใน
เส้นทางเครือข่ายแห่งพุทธะทั้งปวง มาในอดีตชาติก็ดี
ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาดี ไม่เจตนาดี ทั้งหมดทั้งสิ้น
๓. สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยล่วงเกิน ต่อบิดามารดาผู้มีพระคุณชูป
เลี้ยงข้าพเจ้ามาตั้งแต่เท่าเท่าฝ่าหอย มีการไม่รู้จักสำนึก
บุญคุณที่ท่านชูปเลี้ยงมา ดื้อด้านไม่ฟังคำสั่งสอน ต่อล้อต่อ
เถียงทำให้ท่านเสียใจ ไม่กระทำตามโอวาทที่ท่านสอนสั่ง

ไม่ชวนชวายเป็นตัวแทนบุญคุณท่าน มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น

๔. สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยล่วงเกิน ต่อครูบาอาจารย์ผู้สอนสั่ง ด้วยหวังดี โอบอ้อมอารีมีพระคุณเกื้อหนุนด้วยเมตตา โดยทำให้ท่านต้องระอา เพราะความดีอดด้านถือตัวหัวแข็ง บ้างก็ แข่งดีเข้าใจว่าตัวเองนี้เก่งกล้า ทั้งที่สงวนรักษาความโง่เขลาเบาปัญญาไว้อย่างประคบประหงม ไม่น้อมรับโอวาทที่ท่านเมตตาสอนสั่งด้วยห่วงใย ทำให้ท่านผู้หวังดีต้องคับแค้นแน่นใจ มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น
๕. สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยหักหลัง ทรยศ คดโกง ต่อท่านผู้มีพระคุณ ผู้มีบุญคุณ ต่อท่านผู้มีความซื่อสัตย์ จงรักภักดี จริ่งใจต่อข้าพเจ้า มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น
๖. สิ่งใดที่ข้าพเจ้า ได้เคยลบหลู่ล่วงเกิน ต่อท่านผู้มีคุณธรรมอันสูงส่ง เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็ดี หรือเพราะความเยอหยิ่งถือดี ยกตนข่มท่าน มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น
๗. สิ่งใดที่ข้าพเจ้า ได้เคยแสดงความไม่ยำเกรง ต่อจิตวิญญาณ ทั้งในภูมิชั้นสูง ภูมิชั้นกลาง ภูมิชั้นต่ำ ได้เคยล่วงเกินทำร้ายทำลายให้ท่านเดือดร้อน ด้วยกายกรรม วชิกรรม มโนกรรม มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น
๘. สิ่งใดที่ข้าพเจ้า ได้เคยทำให้ท่านผู้ใกล้ชิดสนิทแน่น ทั้งเป็นญาติมิตรสามีภรรยาลูกหลานเหลนสืบสายโลหิต ต้องคับ

แค้น ขัดข้อง ผิดหมองใจ โดยการแสดงนิสัยอันธพาลมาร โหดร้ายต่อคนใกล้ชิด มองข้ามคนสนิทไปสนใจแต่คนนอก ทำให้ท่านต้องน้อยใจ เสียใจ น้ำตาตก เพราะว่าข้าพเจ้า ถือทิวฎีหยาบกระด้าง เอาแต่ใจและความต้องการของตัวเองเป็นใหญ่ มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น

๙. สิ่งใดที่ข้าพเจ้า ได้เคยกระทำไปโดยไม่สมควรแก่ศักดิ์ศรี และฐานะ กระทำไปโดยไม่ละอายต่อบาป ไม่เกรงกลัวต่อบาป ผิดสังจะ ผิดศีล ผิดธรรม ไม่ยำเกรงต่อโอวาทของพระศาสดา โดยละเมิดข้อห้าม หรือไม่เอื้อเพื่อกระทำตามที่พระองค์สั่งสอน มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น
๑๐. สิ่งใดที่ข้าพเจ้าได้เคยกระทำการกักขพะ เข้มมโหด เลวร้าย อาฆาต พยาบาท สบประชัง จองเวร อิจฉา ริษยา ไม่อยากให้คนอื่นได้ดี ทั้งด่าว่า ใส่ร้ายป้ายสี นินทา กล่าววาจาใส่ร้ายดุด่าให้แตกสามัคคีกัน บั่นโยนความผิดให้ผู้อื่นโดยไม่เป็นความจริง หรือพูดจาพล่อย ๆ โดยไม่ยั้งคิดไม่รับผิดชอบ อันเป็นเหตุให้ผู้อื่นต้องลำบากเดือดร้อน มาในอดีตชาติก็ดี ปัจจุบันชาติก็ดี เจตนาที่ดี ไม่เจตนาที่ดี ทั้งหมดทั้งสิ้น

ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน ข้าพเจ้าขอตีแผ่ความจริงใจ ในการยอมรับสำนึกผิดของข้าพเจ้า ไปตลอดหมื่นโลกธาตุ แสนโกฏิ จักรวาล อนันตจักรวาล

ขอพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกทุกพระองค์ ได้โปรดเมตตามาเป็นพระประธาน ในการขอขมาลาโทษของข้าพเจ้าในกาลครั้งนี้ ด้วยเทอญ

ขอแสดงอาการ ละพยศ ลดมานะ ละทิฏฐิ ขอสำนึกผิดในบาปกรรมที่ทำมา ต่อไปนี้จะตั้งตา ละชั่ว ประพฤติดี ทำจิตให้ขาวรอบ เชื่อฟังพระพุทธรเจ้า เคารพพระธรรม เดินตามพระอริยสงฆ์

ด้วยอำนาจเดชพระเมตตาของพระบรมศาสดาจารย์เจ้า ในวาระโอกาสที่ข้าพเจ้าได้กราบขอขมาลาโทษ ยอมรับสำนึกผิดในกาลครั้งนี้ ขอให้ญาณบารมีของข้าพเจ้าได้ผุดเกิดใหม่ ภายใตรมธรรมรอยพระพุทธรบาท ปกเกล้า ปกเทศ ให้ข้าพเจ้าได้เจริญรุ่งเรืองร่มเย็นเป็นสุข ในเส้นทางธรรมยาตราของพระพุทธรองค์ตลอดไป

ในวาระมงคลโอกาส ที่ข้าพเจ้าได้เกิดใหม่ ภายใตรมพระบารมี ธรรมญาณของพระองค์เจ้านี้ ข้าพเจ้าจะพึงแสดงออก ซึ่งกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม อันประกอบด้วยกุศลและเมตตา ต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ข้าพเจ้าจะตั้งจิตยำเกรงอย่างแรงกล้า ต่อพระพุทธรเจ้า ต่อพระธรรมเจ้า ต่อพระสงฆ์เจ้า มีความละอายและเกรงกลัวต่อบาป มีความยินดีในการบริจาคทาน ในการรักษาศีล ในการเจริญภาวนา ในการสร้างบารมี ในการสร้างความดี ในการสร้างกุศลจิต ในที่ทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อ

เพราะว่าข้าพเจ้าได้มีศรัทธาความเชื่ออย่างแรงกล้า ในเรื่องกฎแห่งกรรม ว่าบุคคลกระทำการสิ่งใด ไม่ว่าดีหรือชั่วก็ตาม ตนเองนั่นแหละ ที่จะเป็นผู้รับทั้งผลดีและผลชั่ว ไม่ใช่ผู้อื่นจะมาเป็นผู้รับผล ตนเองนั่นแหละที่จะเป็นผู้รับผลอย่างเต็มที่ อย่างถี่ถ้วนทุกคดี ไม่ว่าชั่วหรือดี เป็นกฎตายตัว ตลอดกาลนาน จนสิ้นโลก

ข้าพเจ้าขอตีแผ่ความจริงใจไปตลอดโลกธาตุ ประกาศโทษตน ด้วยความละอายต่อบาป และความเกรงกลัวต่อบาป ข้าพเจ้าจะ ขวนขวายปรับปรุงตนเป็นคนใหม่ จะเห็นโทษในความชั่วแม้ เล็กน้อย แล้วไม่ฝืนกระทำ จะเห็นคุณในความดีแม้เล็กน้อย แล้ว ขวนขวายกระทำโดยเคารพเอื้อเฟื้อ จะไม่ประมาท ไม่ทอดธุระ ไม่ เชื่อนซำ ต่อความดีและคนดีทั้งปวง จะไม่ทำตัวให้คั่นเคยเป็น สหายใกล้ชิด ต่อความชั่วและคนชั่วทั้งปวง จะขวนขวายคบหา กัลยาณมิตรผู้เป็นบัณฑิต เพื่อเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน ในเส้นทาง แห่งการปฏิบัติบูชา ด้วยความยำเกรงอย่างแรงกล้าต่อพระธรรม ไปจนกว่าที่จะถึงซึ่งพระนิพพาน ในอนาคตกาลอันใกล้นี้ด้วยเทอญ

พระชุมพล พลบุญโย เขียนเพื่อเป็นพุทธบูชา ในวันวิสาขบูชา
๒๘ พฤษภาคม ๒๕๕๓

(บทขอขมากรรมสำนึกผิดนี้ ถ้าใครใช้ทุกวันจะช่วยแก้ไขวิบากเวร กรรมให้เบาบางลง และช่วยให้เจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมเป็น อย่างยิ่ง)

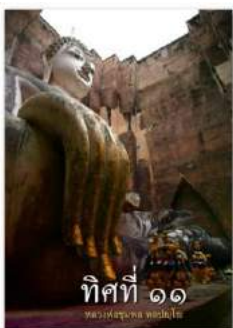
(ไม่สงวนลิขสิทธิ์)

กราบอนุโมทนา
ต่อท่านผู้ร่วมจัดพิมพ์
ท่านผู้ร่วมแจกจ่าย
และท่านผู้อ่านทุกท่าน



ภาพคณะศิษย์หลวงพ่อชุมพล พลปญโญ ได้นำหนังสือ
ไปถวายพระภิกษุสงฆ์และแจกท่านพุทธศาสนิกชนเป็นธรรมทาน
เนื่องในงานวันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๖๓ ปีละ ๕,๐๐๐ เล่ม
ขอให้ได้อนุโมทนาบุญร่วมกัน

อธิบายภาพ



ภาพปกหน้า เป็นภาพพระอจนะ วัดศรีชุม อุทยานประวัติศาสตร์สุโขทัย จ.สุโขทัย

วัดศรีชุม สันนิษฐานว่าสร้างในสมัยพ่อขุนรามคำแหงมหาราช เป็นวัดสำคัญมาแต่ครั้งสุโขทัย คำ “ศรีชุม” นั้น มาจากคำโบราณว่า “สะหลี่” หมายถึงตันโพธิ์ วัดนี้จึงอาจเป็นสัญลักษณ์แทนพุทธคยาของกรุงสุโขทัย

คำว่า “อจนะ” มาจากคำว่า “อจละ” และ “อจลนะ” แปลว่าไม่หวั่นไหว เมื่อรวมกับปางมารวิชัยขององค์พระ จึงมีความหมายว่า มีชัยชนะโดยไม่หวั่นไหวต่อกิเลสภายในใจ คือ “ทิศที่ ๑๑” นั่นเอง



ภาพปกหลัง เป็นภาพท่านสุเมธดาบสนอนทอดกายให้พระที่ปังกรสัมมาสัมพุทธเจ้าและเหล่าพระอรหันตสาวกเหยียบตำเนินข้ามเลนตมสุเมธดาบสตั้งความปรารถนาว่า ขอให้ได้สร้างบารมีจนตรัสรู้เป็นพระ

พุทธเจ้าพระองค์หนึ่งในอนาคตกาลภายภาคหน้า พระที่ปังกรสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงพยากรณ์ว่า ต่อไปภายภาคหน้ากาลเวลาอีก ๔ อสงไขยกัโรแสนมหากัปปี สุเมธดาบสที่นอนทอดกายให้เราเหยียบนี้ จักได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์หนึ่ง ทรงพระนามว่าพระโคตมสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งก็คือพระพุทธรูปองค์ปัจจุบันนั่นเอง ส่วนสตรีชู้ตเขี้ยวในภาพที่นั่งอยู่ด้านข้างคือ นางสุมิตตาทกุมารี เมื่อได้สดับฟังพุทธพยากรณ์ดังนั้นแล้ว ก็ได้นำดอกบัว ๘ ดอกมาบูชาพระพุทธรูปเจ้า ตั้งปรารถนาให้เป็นผู้ร่วมสร้างบารมีกับสุเมธดาบสที่อธิษฐานปรารถนาสร้างบารมีเพื่อไปสู่พุทธภูมิท่านนี้ ภายหลังนางสุมิตตาทกุมารีได้มาบังเกิดเป็นพระนางพิมพายโสธรา อัครมเหสีของเจ้าชายสิทธัตถะ

เชิญอ่านรายละเอียดการสร้างบารมีของพระนางพิมพายโสธราเพิ่มเติมได้ที่ <http://www.chumpolpalapanyo.com>

หากพบหนังสือเสียหายจากการพิมพ์
กรุณาส่งคืน
หจก.ธรรมชาติการพิมพ์
ตามที่อยู่ด้านหน้า
ทางโรงพิมพ์จะจัดส่งหนังสือเล่มใหม่ไปให้
โดยไม่คิดมูลค่า



ท่านสาธุชนกำลังกราบนมัสการพระอจนะ วัดศรีชุม จ.สุโขทัย



ပုဂံလတ် ၅၆

၁၉၅၅