

Year 5



ท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุนนาค

พิมพ์เป็นธรรมเนียมราชการ

๒๓ มิถุนายน ๒๕๓๕

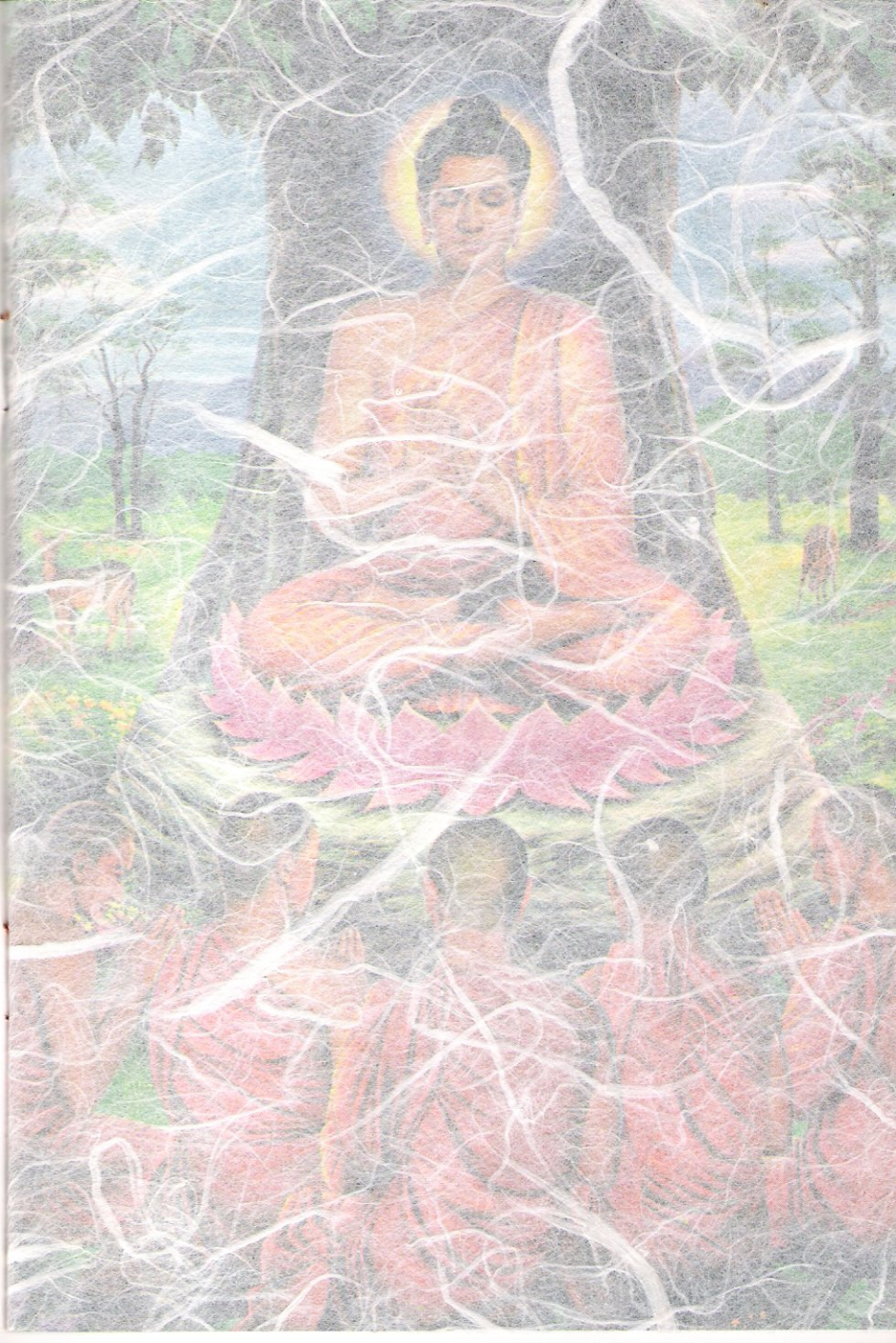


ข้าพเจ้าขอกราบเรียน  
พี่น้องชาวไทยทุกท่าน  
ในนามของคณะ  
เพื่อคนไทยที่รัก  
ขอเรียนแจ้งให้ทราบ  
ถึงคำสั่งของกรม  
การปกครองส่วนท้องถิ่น  
และขอเชิญชวน  
พี่น้องชาวไทย  
ทุกท่าน  
ให้ปฏิบัติตามคำสั่ง  
ของกรมการปกครอง  
ส่วนท้องถิ่น  
อย่างเคร่งครัด  
และขอเรียนแจ้งให้ทราบ  
ถึงคำสั่งของกรม  
การปกครองส่วนท้องถิ่น  
และขอเชิญชวน  
พี่น้องชาวไทย  
ทุกท่าน  
ให้ปฏิบัติตามคำสั่ง  
ของกรมการปกครอง  
ส่วนท้องถิ่น  
อย่างเคร่งครัด

ขอเรียนแจ้งให้ทราบ  
ถึงคำสั่งของกรม  
การปกครองส่วนท้องถิ่น  
และขอเชิญชวน  
พี่น้องชาวไทย  
ทุกท่าน  
ให้ปฏิบัติตามคำสั่ง  
ของกรมการปกครอง  
ส่วนท้องถิ่น  
อย่างเคร่งครัด  
และขอเรียนแจ้งให้ทราบ  
ถึงคำสั่งของกรม  
การปกครองส่วนท้องถิ่น  
และขอเชิญชวน  
พี่น้องชาวไทย  
ทุกท่าน  
ให้ปฏิบัติตามคำสั่ง  
ของกรมการปกครอง  
ส่วนท้องถิ่น  
อย่างเคร่งครัด

มหุ  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓  
 ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓ ๓๓๓๓

๒๓ ธันวาคม ๒๕๓๕



# ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ต้นฉบับเดิม

เปิดกรุได้ที่เมืองสวรรคโลก มีคำกล่าวในหนังสือ นำว่า ผู้ใดมีไว้ประจำบ้านเรือนมีอานิสงส์ยิ่งกว่าได้สร้างพระเจดีย์ทองคำสูงเทียมเทวโลกและป้องกันภัยอันตรายต่าง ๆ ทำมาหากินเจริญฯ

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ผู้ใดได้สร้างยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้เป็นธรรมทาน และไว้สวดมนต์สักการะบูชา ผลานิสงส์สุดที่จะพรรณนาให้ทั่วถึงได้ เป็นมหากุศลอันยิ่งใหญ่ จะมีความสุขสิริสวัสดิ์เจริญต่อไปทั้งปัจจุบันกาลและอนาคตภายหน้าภาคหน้าตลอดบุตรหลานสืบไป ด้วยอำนาจของความเคารพในพระศาสดานี้

ที่มาและอาณิสต์ของยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

หนังสือยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้ มีคำกล่าวไว้ในหนังสือแนะนำว่าเป็นพุทธ-มนต์อันศักดิ์สิทธิ์ ถ้าผู้ใดได้สดมมนต์ ภาวนาทุกเช้าค่ำแล้ว เป็นการบูชารำลึก ถึงพระพุทธเจ้า ผู้นั้นจะไม่ได้ตกอบาย ภูมิ แม้ได้บูชาไว้กับบ้านเรือนก็ป้องกัน อันตรายต่าง ๆ จะภาวนาพระคาถาอื่น ๆ สัก ๑๐๐ ปี อาณิสต์ก็ไม่สูงเท่าภาวนา พระคาถานี้ครั้งหนึ่ง ถึงแม้ว่า อินทร์ พรหม ยมยักษ์ ที่มีอิทธิฤทธิ์ จะเนรมิต แผ่นอิฐเป็นทองคำก่อเป็นพระเจดีย์ ตั้ง แต่มนุษย์โลกสูงขึ้นไปจนถึงพรหมโลก อาณิสต์ก็ยังไม่เท่าภาวนายอดพระกัณฑ์ ไตรปิฎกนี้ และมีคำอธิบายคุณความดีไว้ใน ต้นฉบับเดิมนี้ อีกนานัปการฯ

ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกนี้ ต้นฉบับเดิม  
เปิดกรุได้ที่เมืองสวรรคโลก เป็นอักษร  
ขอมจารึกไว้ในใบลาน จึงแปลเป็น  
อักษรไทยโดยพระภิกษุแสง (หลวง  
ธรรมาธิกรณ์) ได้มาแต่พระแท่นศิลา-  
อาสน์มณฑลพิษณุโลก มีคำกล่าวไว้  
ในหนังสือนำว่า ถ้าผู้ใดสวดภาวนา  
ทุกคำเช้าแล้วผู้นั้นจะไม่ตกอบายภูมิ  
เลย แม้ได้บูชาไว้กับบ้านเรือนก็อาจ  
ป้องกันอันตรายต่าง ๆ ได้ จะภาวนา  
พระคาถาอื่น ๆ หลาย ๆ ครั้ง อานิสงส์  
ก็ยังไม่เท่าภาวนาพระคาถานี้แม้เพียง  
ครั้งเดียว ถึงแม้ว่า อินทร์ พรหม ยม  
ยักษ์ ผู้มีฤทธิ์จะเนรมิตแผ่นดินอิฐเป็น  
ทองคำก่อเป็นพระเจดีย์ ตั้งแต่มนุษย์  
โลกสูงขึ้นไปจนถึงพรหมโลก อานิสงส์  
ก็ยังไม่เท่าภาวนายอดพระกัณฑ์ไตร  
ปิฎกนี้



## พิธีไหว้พระและสวดยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ก่อนเข้าห้องบูชาพระควรวาบน้ำชำระร่างกายให้สะอาดและนุ่งห่มให้เรียบร้อย เข้านั่งที่ด้วยความสำรวมกายใจ ตั้งจิตให้แน่วแน่เพ่งตรงยังพระพุทธรูประลึกถึงพระรัตนตรัย ค่อยกราบ ๓ หน แล้วสงบจิตระลึกถึงคุณบิดามารดา ซึ่งเป็นพระอรหันต์ของบุตรจากนั้นจึงจุดเทียนบูชา ให้จุดเล่มด้านขวาของพระพุทธรูปก่อน แล้วจุดเล่มด้านซ้าย ต่อไปจุดธูป ๓ ดอก เมื่อจุดเทียนรูปที่เครื่องสักการบูชาเสร็จแล้วเอาจิต (นึกเห็น) พระพุทธรองค์มาเป็นประธาน ฟังนั่งคุกเข่าประนมมือตั้งใจบูชาพระรัตนตรัย นมัสการพระรัตนตรัย นมัสการพระพุทธรเจ้า และนมัสการพระพุทธรคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ แล้วจึงเจริญภาวนายอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก จะเพิ่มความขลังและศักดิ์สิทธิ์ยิ่งขึ้น จะเกิดพลังจิตและมีความมั่นคงในชีวิต ฟังทราบด้วยว่า การเจริญภาวนาทุกครั้งจะมีเทพยดาอารักษ์ทั้งหลายร่วมอนุโมทนาสาธุการ ขออย่าได้ทำเล่น จะเกิดโทษแก่ตนเอง

### คำบูชาพระรัตนตรัย

โย โส ภะคะวา อระหัง สัมมาสัมพุทโธ  
อิเมหิ สักกาเรหิ ตัง ภะคะวันตัง  
อะภิปุชชะยามิ โย โส สวากขาโต  
ภะคะวะตา ชัมโม อิเมหิ สักกาเรหิ ตัง  
ชัมมัง อะภิปุชชะยามิ โย โส สุปะฏิปันโน  
ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อิเมหิ  
สักกาเรหิ ตัง สังฆัง อะภิปุชชะยามิ

### คำนมัสการพระรัตนตรัย

อระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา  
พุทฺธังภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ  
๑ หน้า)

สวากขาโต ภะคะวะตา ชัมโม ชัมมัง  
นมะสสามิ (กราบ ๑ หน้า)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะ-  
สังโฆ สังฆังนมะมามิ (กราบ ๑ หน้า)

คำนมัสการพระพุทธเจ้า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต  
สัmmasัมพุทฺธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต  
สัmmasัมพุทฺธัสสะ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต  
สัmmasัมพุทฺธัสสะ

คำนมัสการพระพุทธคุณ ธรรมคุณ

สังฆคุณ

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัmmasัมพุทฺโธ วิชชา จะระณะสัมปันโน  
สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะ-  
ทัมมะสาราถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง  
พุทฺโธ ภะคะวาติ ฯ

สวากขาโต ภะคะวะตา ชัมโม  
สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิเปตสิโก  
โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ  
วิญญูยீติ ฯ

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะ-  
สังโฆ อุษุปะฏิปันโน ภะคะวะโต  
สาวะกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภะคะ-  
วะโต สาวะกะสังโฆ สามีจิปะฏิปันโน  
ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ยะทิทัง  
จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัญฺฐะ ปุริสะ-  
ปุคคะลา เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะ-  
สังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิ-  
ณเยโย อัญฺฐะลี กะระณีโย อะนุตตะรัง  
ปุญฺญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ

# ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎก

ฉบับเดิม

๑. อิติปิโส ภะคะวา อะระหัง ะตะ  
โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา สัมมาสัมพุทโธ  
ะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา วิชชาจะระณะ  
สัมปันโน ะตะ โส ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา สุคะโต ะตะ โส  
ภะคะวา.

อิติปิ โส ภะคะวา โลกะวิฑู ะตะ  
โส ภะคะวา.

อะระหันตัง สะระณัง กัจจามิ.

อะระหันตัง สิริสะธา นะมามิ.

สัมมาสัมพุทชัง สะระณัง กัจจามิ.

สัมมาสัมพุทชัง สิริสะธา นะมามิ.

วิชาจะระณะสัมป็นนัง สระระณัง  
กัจฉามิ.

วิชาจะระณะสัมป็นนัง สิริระสา  
นะมามิ.

สุคะตัง สระระณัง กัจฉามิ.

สุคะตัง สิริระสา นะมามิ.

โลกะวิทัง สระระณัง กัจฉามิ.

โลกะวิทัง สิริระสา นะมามิ.

๒. อิติปี โส ภาคะวา อะนุตตะโร  
วะตะโ ส ภาคะวา.

อิติปี โส ภาคะวา ปุริสะทัมมะสา  
ระถิ วะตะ โส ภาคะวา.

อิติปี โส ภาคะวา สัตถา เทวะมะนุส  
สานัง วะตะ โส ภาคะวา.

อิติปี โส ภาคะวา พุทโธ วะตะ โส  
ภาคะวา.

อะนุตตะรัง สาระณัง กัจฉามิ.

อะนุตตะรัง สีระสา นะมามิ.

ปฺริสัทัมมะสาระถิ สาระณัง กัจฉามิ.

ปฺริสัทัมมะสาระถิ สีระสา นะมามิ.

สັตถา เทวะมะนุสสานัง สาระณัง  
กัจฉามิ.

สັตถา เทวะมะนุสสานัง สีระสา  
นะมามิ.

พุทฺธัง สาระณัง กัจฉามิ.

พุทฺธัง สีระสา นะมามิ. อิติปิ โส  
ภะคะวา ฯ

๓. อิติปิ โส ภะคะวา รูปะขันโธ  
อะนิจจะลักขณะปาระมิ จะ สัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา เวทะนาขันโธ  
อะนิจจะลักขณะปาระมิ จะ สัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา สັญญาขันโธ  
อะนิจจะลักขณะปาระมิ จะ สัมปันโน.

อติปี โส ภะกะวา สังขาระขันโธ  
อนิจจะลักขณะปาระมิ จะ สัมปันโน.

อติปี โส ภะกะวา วิญญาณะขันโธ  
อนิจจะลักขณะปาระมิ จะ สัมปันโน.

๔. อติปี โส ภะกะวา ปะฐะวี ชาตุ  
สละมาธิญาณะสัมปันโน.

อติปีโส ภะกะวา อาโป ชาตุ สละมาธิ  
ญาณะสัมปันโน.

อติปี โส ภะกะวา เตโห ชาตุ สละมาธิ  
ญาณะสัมปันโน.

อติปี โส ภะกะวา วาโย ชาตุ สละมาธิ  
ญาณะสัมปันโน.

อติปี โส ภะกะวา อากาสะ ชาตุ  
สละมาธิญาณะสัมปันโน.

อติปี โส ภะกะวา วิญญาณะ ชาตุ  
สละมาธิญาณะสัมปันโน.



อิติปิ โส ภะคะวา จักกะวาพะ ชาตุ  
สະมาธิญญานะสัมปันโน ๗

๕. อิติปิ โส ภะคะวา จาตุมะหา  
ราชา ชาตุ สະมาธิญญานะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ตาวะติงสา ชาตุ  
สະมาธิญญานะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ยามา ชาตุ สະมาธิ  
ญญานะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ตุสสีตา ชาตุ สະมาธิ  
ญญานะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา นิมมานะระตี ชาตุ  
สະมาธิญญานะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา ประระนิมมิตะวะสะ  
วัตตี ชาตุ สະมาธิญญานะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา กามาวะจระระ ชาตุ  
สະมาธิญญานะสัมปันโน.

อิตีปี โส ภะคะวา รุปาวะจะระ ชาตุ  
สละมาริญาณะสัมปันโน.

อิตีปี โส ภะคะวา อะรูปาวะจะระ  
ชาตุ สละมาริญาณะสัมปันโน.

อิตีปี โส ภะคะวา โลกุตตะระระ ชาตุ  
สละมาริญาณะสัมปันโน.

๖. อิตีปี โส ภะคะวา ปะฐะมะฅานะ  
ชาตุ สละมาริญาณะสัมปันโน.

อิตีปี โส ภะคะวา ทุตติยะฅานะ ชาตุ  
สละมาริญาณะสัมปันโน.

อิตีปี โส ภะคะวา ตะตติยะฅานะ ชาตุ  
สละมาริญาณะสัมปันโน.

อิตีปี โส ภะคะวา จะตุตตะฅานะ  
ชาตุ สละมาริญาณะสัมปันโน.

อิตีปี โส ภะคะวา ปัญจะมะฅานะ  
ชาตุ สละมาริญาณะสัมปันโน.

๓. อิติปิ โส ภะกะวา อากาธานัญญา  
ยะตะนะ ชาตุ สะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะกะวา วิญญานัญญา  
ยะตะนะ ชาตุ สะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะกะวา อากิญจัญญา  
ยะตะนะ ชาตุ สะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะกะวา เนวะสัถฺยญานา  
สัถฺยญายะตะนะ ชาตุ สะมาธิญาณะสัม-  
ปันโน.

๔. อิติปิ โส ภะกะวา โสตาปัตตติ  
มัคคะ ชาตุ สะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะกะวา สะกิทากามิมัคคะ  
ชาตุ สะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะกะวา อะนากามิมัคคะ  
ชาตุ สะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะกะวา อะระหัตตะมัคคะ  
ชาตุ สะมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา โสตาปัตติยะระ  
ชาตุ สสมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา สะกิทากามิยะระ  
ชาตุ สสมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อะนาคามิยะระ  
ชาตุ สสมาธิญาณะสัมปันโน.

อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัตตะยะระ  
ชาตุ สสมาธิญาณะสัมปันโน.

๕. กุสะลาธัมมา อิติปิ โส ภะคะวา  
อะอา ยาวะชัง พุทฺธัง สาระณัง กัจฉามิ  
ชัมภุทีปญฺจะ อิสสะโร กุสะลาธัมมา  
นะโมพุทฺธายะ นะโมธัมมายะ นะโมสัง  
ฆายะ ปญฺจะพุทฺธา นะมามิหัง อาปามะ  
จุปะะ ทิมะสังอังขุ สังวิธาปุกะยะปะ  
อุปะสะชะสะเห ปาสายะโส ฯ

โสโสสะสะ อะอะอะอะนิ เตชะสุ  
เนมะภูจะนาวิเว อะสังวิสุโลปุสะพุภะ  
อิสวาสุ, สุสวาอิ, กุสะลาธัมมา จิตติ  
วิธัตถิ.

อิติปิ โส ภะกะวา อะระหัง อะอา  
ยาระชีวัง พุทชัง สาระณัง กัจฉามิ  
สาโพธิปัญจะ อีสสะโร ธัมมา.

กุสะลาธัมมา นันทะวิวังโก อิติ  
สัมมาสัมพุทโธ สุคะลานโน ยาระชีวัง  
พุทชัง สาระณัง กัจฉามิ.

๑๐. จาตุมะหาราชิกา อีสสะโร กุสะ  
ลาธัมมา อิติ วิชชาจะระณะสัมปันโน ออุ  
ยาระชีวัง พุทชัง สาระณัง กัจฉามิ.

ดาวะติงสา อีสสะโร กุสะลาธัมมา  
นันทะปัญจะสุกฺคต โลกะวิฑู มะหาเอโอ  
ยาระชีวัง พุทชัง สาระณัง กัจฉามิ.

ยามา อีสสระโร กุสะลาธัมมา พรหมา  
สัททะ ปัญจะสัทตะ สัตตาปาระมี  
อะนุตตะโร ยะมะกะขะ ยาวะชีวัง  
พุทธัง สาระณัง กัจฉามิ.

ตุสิตา อีสสระโร กุสะลาธัมมา ปุยะ  
ปะกะ ปุริสะทัมมะสาระถิ ยาวะชีวัง  
พุทธัง สาระณัง กัจฉามิ.

นิมมานะระตี อีสสระโร กุสะลา  
ธัมมา เหตุโปวะ สัตถา เทวะมะนุสสถานัง  
ตะถา ยาวะชีวัง พุทธัง สาระณัง กัจฉามิ.

ประระนิมมิตะวะสะวัตตี อีสสระโร  
กุสะลาธัมมา สังขาระขันโธ ทุกขัง  
อะนิจจัง อะนัตตา รูปะขันโธ พุทธะปะพะ  
ยาวะชีวัง พุทธัง สาระณัง กัจฉามิ.

พรหมา อีสสระโร กุสะลาธัมมา  
นัตถิปัจจะยา วินะปัญจะ ภะกะวะตา  
ยาวะนิพพานัง สาระณัง กัจฉามิ ฯ

๑๑. นะโมพุทฺธัสสะ นะโมธัมมัสสะ  
นะโมสังฆัสสะ พุทฺธิลาภกະลา กะระ  
กะนา เอเตนะ สัจเจนะ สุวตฺติ โหนตุ  
หุตุ หุตุ หุตุ สะวาหาเย.

นะโมพุทฺธัสสะ นะโมธัมมัสสะ  
นะโมสังฆัสสะ วิตฺติ วิตฺติ วิตฺติ มิตฺติ  
มิตฺติ มิตฺติ จิตฺติ จิตฺติ วัตฺติ วัตฺติ  
มะยะสุ สุวตฺติ โหนตุ หุตุ หุตุ หุตุ  
สะวาหาเย.

อินทะสาวัง มะหาอินทะสาวัง  
พรหมสาวัง มะหาพรหมสาวัง จักกะ  
วัตฺติสาวัง มะหาจักกะวัตฺติสาวัง เทวา  
สาวัง มะหาเทवासาวัง อีสีสาวัง มะหา  
อิสีสาวัง มุนีสาวัง มะหามุนีสาวัง สัป  
ปริสะสาวัง มะหาสัปปริสะสาวัง พุทฺธะ  
สาวัง ปัจเจกะพุทฺธะสาวัง อะระหัตตะ

๑๑. นะโมพุทฺธัสสะ นะโมธัมมัสสะ  
นะโมสังฆัสสะ พุทฺธิลาภกະลา กะระ  
กะนา เอเตนะ สัจเจนะ สุวตฺติ โหนตุ  
หุตุ หุตุ หุตุ สะวาหาเย.

นะโมพุทฺธัสสะ นะโมธัมมัสสะ  
นะโมสังฆัสสะ วิตฺติ วิตฺติ วิตฺติ มิตฺติ  
มิตฺติ มิตฺติ จิตฺติ จิตฺติ วัตฺติ วัตฺติ  
มะยะสุ สุวตฺติ โหนตุ หุตุ หุตุ หุตุ  
สะวาหาเย.

อินทะสาวัง มะหาอินทะสาวัง  
พรหมสาวัง มะหาพรหมสาวัง จักกะ  
วัตฺติสาวัง มะหาจักกะวัตฺติสาวัง เทวา  
สาวัง มะหาเทवासาวัง อีสีสาวัง มะหา  
อิสีสาวัง มุนีสาวัง มะหามุนีสาวัง สัป  
ปริสะสาวัง มะหาสัปปริสะสาวัง พุทฺธะ  
สาวัง ปัจเจกะพุทฺธะสาวัง อะระหัตตะ



สาวัง สัพพะสัทธวิชชาธาระณังสาวัง  
สัพพะโลกาอิริยานังสาวัง เอเตนะ  
สัจเจนะ สุวัตถิ โหนตุ.

สาวัง คุณัง วัชชะ พะลัง เตชัง  
วิริยัง สัทธิ กัมมัง นิพพานัง โมกขัง  
คุยหะกัง ทานัง สีลัง บัณณูญา นิกขัง  
ปญฺญัญญัง ภาคะยง ตัปปัง สุขัง สิริ รูปร่าง  
จะตุวีสะติเตสะนัง เอเตนะ สัจเจนะ  
สุวัตถิ โหนตุ หุตุ หุตุ หุตุ สะวาหาเยฯ

๑๒. นะโมพุทฺธัสสะ ทุกขัง อะนิจจัง  
อะนัตตา รูปะขันโธ เวทะนาขันโธ  
สัจญญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญูญาณะ  
ขันโธ นะโม อิติปี โส ภะกะวา.

นะโมธัมมัสสะ ทุกขัง อะนิจจัง  
อะนัตตา รูปะขันโธ เวทนาขันโธ  
สัณฺญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะ  
ขันโธ นะโม สวากขาโต ภะคะวะตา  
ธัมโม.

นะโมสังฆัสสะ ทุกขัง อะนิจจัง  
อะนัตตา รูปะขันโธ เวทนาขันโธ  
สัณฺญาขันโธ สังขาระขันโธ วิญญาณะ  
ขันโธ นะโม สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต  
สาวะกะสังโฆ วาหะปะริตตัง.

นะโมพุทฺธายะ มะอะอุ ทุกขัง  
อะนิจจัง อะนัตตา ยาวะตัสสะ หาโย  
โมนะ อุอะมะ ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา  
อุอะมะอะ วันทา นะโมพุทฺธายะ นะอะ  
กะตี นิสะระณะ อาระปะชุกฺขัง มะอะอุ  
ทุกขัง อะนิจจัง อะนัตตา ฯ

# พระคาถาชินบัญชร

สมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต พรหมรังสี)

เพื่อให้เกิดอานุภาพยิ่งขึ้น ก่อนเจริญภาวนา  
ชินบัญชรให้ตั้งนะโม ๓ จบ แล้วระลึกถึงและบูชาเจ้า  
ประคุณสมเด็จพระเจ้า

ปุตตะกโมละเภปุตตัง ณะกะกโมละเภระนัง  
อัติถิกาเยกายะญายะ เทวานังปิยะตังสุตตะวา  
อิติปิโสภะคะวา ยะมะราชาโน ท้าวเวสสุวัณโณ  
มรณังสุขัง อะระหังสุคะโต นะโมพุทธายะ

๑

ชะยาสะนาคะตา พุทธา เซตะวา มารัง  
สะวาหะนัง จะตุสัจจาสะภัง ระสัง เย  
ปวิงสุ ณะราสะภา.

๒

ตัมหังกะราทโย พุทธา อัญฐะวีสะติ  
นายะกา สัพเพ ปะติฏฐิตา มัยหัง  
มัตตะเก เต มุนิสสะรา.

๓

สี่เส ปะติฏฐิติโต มัยหัง พุทโธ ฐัมโม  
ทะวิโลจะเน สังโฆ ปะติฏฐิติโต มัยหัง  
อุเร สัพพะคุณากะโร.

๔

หะทะเย เม อะนุรุทโธ สาริปุตโต จะ  
ทักขิเณ โกณทัตฺถุญฺญ ปิฏฐิจฺฉากัสมิง  
โมคคัลลทานิ จะวามะเก.

๕

ทักขิเณ สะวะเน มัยหัง อาสุง  
อานันทะราหุโล กัสสะโป จะ มะหา-  
นาโม อุภาสุง วามะโสตะเล.

๖

๑ เกสันเต ปิฏฐิจฺฉากัสมิง สุริโย วั  
ปะกังกะโร นิสินโน สิริสัมปันโน โสภิต  
มุณีปุงคะโว.

๓

สี่เส ปะติฏฐิติโต มัยหัง พุทโธ ฐัมโม  
ทะวีโลจะเน สังโฆ ปะติฏฐิติโต มัยหัง  
อุเร สัพพะคุณากะโร.

๔

หะทะเย เม อะนุรุทโธ สารีปุตโต จะ  
ทักขิเณ โกณทัตฺถุญฺญ ปิฏฐิจฺฉากัสมิง  
โมคคัลลทานิ จะวามะเก.

๕

ทักขิเณ สะวะเน มัยหัง อาสุง  
อานันทะราหุโล กัสสะโป จะ มะหา-  
นาโม อุภาสุง วามะโสตะเล.

๖

๑ เกสันเต ปิฏฐิจฺฉากัสมิง สุริโย วั  
ปะกังกะโร นิสินโน สิริสัมปันโน โสภิต  
มุณีปุงคะโว.

๓

กุมาระกัสสะโป เถโร มะเหสี จิตตะ-  
วาทะโก โส มัยหัง วัตตะเนนิจจัง  
ปะตัญญาตี คุณากะโร.

๔

ปุณฺโณ อังกุลิมาโต จะ อุปาตี นันตะ-  
สัวะลี เถรา ปญฺจะ อิม ชาตา นะลาณฺเณ  
ตีละกา มะมะ.

๕

๒ เสสาสี่ตี มะหาเถรา วิชิตา ชินะ-  
สาวะกา เอเตสี่ตี มะหาเถรา ชิตะวันโต  
ชินโรระธา  
ชะถันตา สี่ละเต เชนะ อังคะมังเกสุ  
สัณฺฐิตา.

---

๑ บางตำหรับใช้ เกเสนเต, เกสะโต, ก็มี

๒ ฉบับสิงหลไม่มีวรรคนี้

๑๐

ระตะนัง ปุระโต อาสี ทักขิเณ เมตตะ-  
สุตตะ ระชัคกัณ ปัจฉะโต อาสี วาเม  
อังกุติมาละกัณ.

๑๑

ขันธะโมระปะริตตัญจะ อาภานาภูยิ-  
สุตตะกัณ อากาเส ฉะทะนัง อาสี เสสา  
ปาการะสัณฐิตา.

๑๒

ชินนानา วะระสังยุตตะ สัตตะปากา-  
ระลังกะตะ วาตะปะิตตะทิสัณฐาตะ  
พาหิรัชฌัตตะปะททะวา.

๑๓

อะเสสา วินะยัง ยันตุ อะนันตะชินะ-  
เตชะสา วะสะโต เม สะกัจเจนะ สะทา  
สัมพุททะปะัญชะเร.

๑๔

ชินะปัญชะระมัชฌัมหิ วิหะรันตัง  
มะฮี\* ตะเล สะทา ปาเลนตุ มัง สัพเพ  
เต มะหาปุริสาสะภา.

๑๕

อิจเจวะมันโต สุกุตโต สุรักโข  
ชินานุกาเวนะ ชิตุปัททะโว  
ธัมมานุกาเวนะ ชิตาริสังโฆ  
สังฆานุกาเวนะ ชิตันตะราโย  
สัทธัมมานุกาเวปาติโต จะรามิ  
ชินะปัญชะเรติ.

---

\* มะฮีตะเล บาลีออกเสียงเป็น มะฮีตะเล



## คำแปล พระคาถาชินบัญชร

๑. พระพุทธเจ้าและพระนราสภาทิ้งหลายผู้  
ประทับนั่งแล้วบนชัยบัลลังก์ ทรงพิชิตพระยามาราคิ  
ราชผู้พรั่งพร้อมด้วยเสนาราชพาหนะแล้ว เสวยอมตรส  
คือ อริยะสังฆธรรมทั้งสี่ประการ เป็นผู้นำสรรพสัตว์  
ให้ข้ามพ้นจากกิเลสและกองทุกข์

๒. มี ๒๘ พระองค์ คือ พระผู้ทรงพระนามว่า  
ตถันท์กรเป็นอาทิพระพุทธเจ้าผู้จอมมุณีทั้งหมดนั้น

๓. ข้าพระพุทธเจ้าขออัญเชิญมาประดิษฐาน  
เหนือเศียรเกล้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ประดิษฐานอยู่บนคิรีระ พระธรรมอยู่ที่ดวงตาทั้งสอง  
พระสงฆ์ผู้เป็นอากรบ่อเกิดแห่งสรรพคุณอยู่ที่อก

๔. พระอนุรุทธะอยู่ที่ใจ พระสารีบุตรอยู่ที่  
เบื้องขวา พระโมคคัลลาน์อยู่ที่เบื้องซ้าย พระอัญญา  
โกณฑัญญะอยู่เบื้องหลัง

๕. พระอานนท์กับพระราหุลอยู่หุขวา พระ  
กัสสะปะกับพระมหานามะอยู่ที่หุซ้าย

๖. มุณีผู้ประเสริฐ คือ พระโสภิตะผู้สมบูรณ์ ด้วยสิริดังพระอาทิตย์ส่องแสงอยู่ที่ทุกเส้นขน ตลอด ร่างทั้งข้างหน้าและข้างหลัง

๗. พระเถระกุมาระกัสสะปะผู้แสวงบุญทรง คุณอันวิเศษ มีวาตะอันวิจิตรไพเราะอยู่ปากเป็นประจำ

๘. พระปุณณะ พระอังคฺลิมาล พระอุบาลี พระนันทะ และพระสีวะลี พระเถระทั้ง ๕ นี้ จง ปรากฏเกิดเป็นกระแจะจุนเจิมที่หน้าผาก

๙. ส่วนพระอลีสติมหาเถระที่เหลือ ผู้มีชัยและเป็นพระโอรสเป็นพระสาวกของพระพุทธเจ้าผู้ทรงชัย แต่ละองค์ล้วนรุ่งเรืองไปโรจน์ด้วยเดชแห่งศีลให้ดำรง อยู่ทั่วอวัยวะน้อยใหญ่

๑๐. พระรัตนสูตรอยู่เบื้องหน้า พระเมตตาสูตฺรอยู่เบื้องขวา พระอังคฺลิมาลปริตฺรอยู่เบื้องซ้าย พระธชคคะสุตฺรอยู่เบื้องหลัง

๑๑. พระขันธปริตฺร พระโมรปริตฺร และพระอาฎานาฎียสุตฺรเป็นเครื่องกางกั้นดุจหลังคาอยู่บน นภากาศ

๑๒. อนึ่งพระชินพุทธเจ้าทั้งหลายนอกที่ได้กล่าว มาแล้วนี้ ผู้ประกอบพร้อมด้วยกำลังนานาชนิดมีศีลา

ทิกุณอันมั่นคง คือสัตตะปรากการเป็นอาภรณ์มาตั้งล้อม  
เป็นกำแพงคุ้มครองเจ็ดชั้น

๑๓. ด้วยเดชานุภาพแห่งพระอนันตชินเจ้าไม่ว่าจะทำกิจการใด ๆ เมื่อข้าพระพุทธเจ้าเข้าอาศัยอยู่ในพระบัญชาตรงดวงกรงล้อมแห่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ขอโรคอุปัทวะทุกข์ทั้งภายนอกและภายในอันเกิดแต่โรคร้าย คือ โรคลมและโรคดีเป็นต้น เป็นสมุฏฐานจงกำจัดให้พินาศไปอย่าได้เหลือ

๑๔. ขอพระมหาบุรุษผู้ทรงพระคุณอันล้ำเลิศทั้งปวงนั้น จงอภิบาลข้าพระพุทธเจ้า ผู้อยู่ในภาคพื้นท่ามกลางพระชินบัญชร ข้าพระพุทธเจ้าได้รับการคุ้มครองปกป้องรักษาภายในเป็นอันดีฉะนี้แล

๑๕. ข้าพระพุทธเจ้าได้รับการอภิบาลด้วยคุณานุภาพแห่งสัทธรรม จึงชนะเสียได้ซึ่งอุปัทวอันตรายใด ๆ ด้วยอนุภาพแห่งพระชินะพุทธเจ้า ชนะข้าศึกศัตรูด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม ชนะอันตรายทั้งปวงด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์ ขอข้าพระพุทธเจ้า จงได้ปฏิบัติ และรักษาดำเนินไปโดยสวัสดิเป็นนิจันิรันดรเทอญ ฯ

# อานิสงส์ชินบัญญัติ

พระคาถาชินบัญชรนี้เป็นคาถาที่ศักดิ์สิทธิ์ยิ่งนัก ตกทอดมาจากลังกา เจ้าประคุณสมเด็จพระเจ้าคัมภีร์โบราณได้ดัดแปลงแก้ไขแต่งเติมให้ดีขึ้นเป็นเอกลักษณ์พิเศษ ได้เนื้อถ้อยกระทรงความสมบูรณ์แปลออกมาแล้วมีแต่สิ่งศิริมงคลแก่ผู้สวดภาวนาทุกประการ

พระคาถานี้เป็นการอัญเชิญพระพุทธานุภาพแห่งพระบรมศาสดา สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระพุทธรูปเจ้าที่ได้เคยมาตรัสรู้ก่อนหน้านั้น จากนั้นเป็นการอัญเชิญพระอรหันต์ซีณาสพ อันสำเร็จคุณธรรมวิเศษแต่ละองค์ไม่เหมือนกัน นอกนั้นยังอัญเชิญพระสูตรต่างๆ อันโบราณจารย์เจ้าถือว่าเป็นพระพุทธรูปอันวิเศษแต่ละสูตรมารวมกันสอดคล้องเป็นกำแพงแก้วคุ้มกัน ตั้งแต่กระหม่อมจอมขวัญของผู้ภาวนา พระคาถาลงมาจนล้อมรอบตัว จนกระทั่งหาช่องโหว่ให้อันตรายสอดแทรกเข้ามามิได้

## อานุกาพแห่งพระคาถาชินบัญชร

ผู้ใดได้สวดภาวนาพระคาถาชินบัญชรนี้ เป็นประจำอยู่เสมอ จะทำให้เกิดความสิริมงคลสมบูรณ์ พูนผล ศัตรูหมู่พาลไม่กล้ากล้ำกลาย ไปได้โดยอ้อมเกิดเมตตามหานิยม เกิดลาภผลพุลทวี ขจัดภัยจากภุตผี ปีศาจ ตลอดจนคุณไสยต่างๆ ทำน้ามนต์รดแก้วิกลจริตแก้สรรพโรคภัยหายสิ้น เป็นสิริมงคลแก่ชีวิต มีคุณานุภาพตามแต่จะปรารถนา ดังคำโบราณว่า “ผอยท่วมหลังช้าง” จะเดินทางไปทีใด ๆ สวด ๑๐ จบ แล้วอธิษฐานจะสำเร็จสมตั้งใจ

## โพชฌังคะประริตตัง

โพชฌังโก สะติสังขาโต  
วิระยัมปีติปัสสัทธิ

สมาธูปะภะชะโพชฌังคา  
มุณีนา สัมมะทักขาตา  
สังวัตตันติ อะภิญญาเย

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ

เอกัสมิง สะมะเย นาโถ  
กิลานะ ทุกขิตะ ทิสวา

เต จะ ตัง อะภินันท์ติวา  
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ

เอกะทา รัมมะราชาปี  
จุนทัตถเรนะ ตัญญูเย

สัมโมทิตวา จะ อาพาธา  
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ

ปะหีนา เต จะ อาพาธา  
มัคคาหะตะกิละสวา

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ

รัมมานัง วิจะโย ตะธา

โพชฌังคา จะ ตะธาปะเร  
สัสสะเต เต สัมพะทัสสินา

ภาวิตา พะหุลีตะธา

นิพพานายะ จะ โพธิยา

โสตถิ เต โหตุ สัพพะทาฯ

โมกคัลลันญจะ กัสสะปัง

โพชฌังเก สัสสะเต เทสะยิ

โรคา มุจจิงสุ ตังขะณ

โสตถิ เต โหตุ สัพพะทาฯ

เคลลัญญะนาภิปีโต

ภะณาเปตวานะ สาทะรัง

ตัมहा วุฏฐาสิ จ्ञานะโส

โสตถิ เต โหตุ สัพพะทาฯ

ติณณันนัมปี มะहेสินัง

ปัตตานุปปัตติรัมมะตัง

โสตถิ เต โหตุ สัพพะทาฯ

## ที่มาและอำนาจของโพชฌงคปริตร

พระปริตรบทนี้ มีตำนานเล่าไว้ว่า สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงทราบว่า พระมหากัสสปเถระเจ้า และพระมหาโมคคัลลาน์เถระเจ้าอาพาธ (ป่วย) ก็เสด็จไปเยี่ยม ครั้นรับสั่งถามถึงอาการของโรคและความรู้สึกของผู้อาพาธแล้ว ได้ทรงพระมหากุณาตรัสโพชฌงคสูตรประทานให้พระเถระทั้งสองฟัง เมื่อจบพระโพชฌงคสูตรแล้วพระเถระเจ้าทั้งสองก็หายจากอาพาธด้วยอำนาจของพระพุทโธสถบนี้ พระสาวกทั้งหลายเลื่อมใสทูลขอประทานเรียนพระพุทโธมนต์บทนี้ไว้ด้วยกัน

ต่อมาครั้งหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงพระประชวร จึงรับสั่งให้พระจุนทะเถระเจ้า ผู้เป็นพุทธอุปัฏฐาก สวดโพชฌงคสูตรต่อพระพักตร์ พระเถระเจ้าก็สวดถวายให้ทรงสดับตามพุทธประสงค์ เมื่อสุดกระแสเพียงสาธยายโพชฌงคสูตรลง ก็บังเกิดเป็นอัศจรรย์บันดาลให้พระบรมศาสดาทรงหายประชวร และทรงผาสุกเป็นปกติ

เรื่องนี้แสดงว่า ขึ้นชื่อว่า ยาดิ นั้น ต้องดีในตัว  
ยาเอง ใครเป็นไข้กินก็หาย ดังเรื่องนี้เป็นอุทาหรณ์  
ด้วยเหตุนี้จึงใช้สวดในงานมงคล ถือเป็นคุณเครื่อง  
บำบัดโรคเจริญอายุให้ยืนนานด้วย



## พระธารณะประริตตั้ง

ก่อนสวดพระคาถา ว่า (นะโม ฯลฯ  
๓ จบ)

๑. พุทธานัง ชีวิตัสสะ นะ สักกา  
เกนะจิ อันตะราโย กาคุง ตะธา เม โหตุ  
อะตีตัง เส พุทธัสสะ ภะคะวะโต  
อัปปะฏิหะตะญาณัง อะนาคะตัง เส  
พุทธัสสะ ภะคะวะโต อัปปะฏิหะตะ-  
ญาณัง ปัจจุบันนัง เส พุทธัสสะ  
ภะคะวะโต อัปปะฏิหะตะญาณัง

๒. อิมะหิ ตีหิ รัมเมหิ สะมันนาคะ-  
ตัสสะ พุทธัสสะ ภะคะวะโต สัพพัง  
กายะกัมมัง ญาณะปุพพังกะมัง  
ญาณานุปะริวัตตัง สัพพัง วัจีกัมมัง  
ญาณะปุพพังกะมัง ญาณานุปะริวัตตัง  
สัพพัง มะโนกัมมัง ญาณะปุพพังกะมัง  
ญาณานุปะริวัตตัง

๓. อิมะหิ ฉะหิ ชัมเมหิ สะมันนาคะ-  
ตัสสะ พุททัสสะ ภะคะวะโต นัตถิ  
ฉัน्हัสสะ หานิ นัตถิ ชัมมะเตสะนายะ  
หानิ นัตถิ วิริยัสสะ หานิ นัตถิ  
วิปัสสะนายะ หานิ นัตถิ สะมาธิชัสสะ  
หानิ นัตถิ วิมุตติยา หานิ

๔. อิมะหิ ตะวาตะสะหิ ชัมเมหิ  
สะมันนาคะตัสสะ พุททัสสะ ภะคะ-  
วะโต นัตถิ ทะวา นัตถิ ระวา นัตถิ  
อัมพุคฺฉุฉฺฉัง นัตถิ เวกายิตฺตตัง นัตถิ  
พะยาระฎะมะโน นัตถิ อัมปะฎิสังขารุ-  
เปกขา

๕. อิมะหิ อัมมจฺฐาระสะหิ ชัมเมหิ  
สะมันนาคะตัสสะ พุททัสสะ ภะคะ-  
วะโต นะโม สัตตันทันนัง สัมมาสัมพุทธา-  
นัง นัตถิ ตะถาคะตัสสะ กายะทฺถุ  
จะริตตัง นัตถิ ตะถาคะตัสสะ ะจี-

ทุจจะริตตัง นัตถิ ตะถากะตัสสะ  
มะโนทุจจะริตตัง นัตถิ อะเตีตัง เส  
พุทฺธัสสะ ภะกะวะโต ปะฏิหะตะ  
ญาณัง นัตถิ อะนาคะตัง เส พุทฺธัสสะ  
ภะกะวะโต ปะฏิหะตะญาณัง นัตถิ  
ปัจจุปันนัง เส พุทฺธัสสะ ภะกะวะโต  
ปะฏิหะตะญาณัง นัตถิ สัพพัง กายะ-  
กัมมัง ญาณานุปฺพพังกะมัง ญาณัง-  
นานุปะริตตัง นัตถิ สัพพัง วัจีกัมมัง  
ญาณานุปฺพพังกะมัง ญาณังนานุ-  
ปะริตตัง นัตถิ สัพพัง มะโนกัมมัง  
ญาณานุปฺพพังกะมัง ญาณังนานุ-  
ปะริตตัง อิมัง ฐาระณัง อะมิตัง  
อะสะมัง สัพพะสัตตานัง ตะณัง เถณัง  
สังสาระภะยะภีตานัง อัตตัง มะหา-  
เตชัง

๖. อิมัง อานันทะ ธารณะประริตตัง  
ธาเรหิ วาเรหิ ประริปุจฉาหิ ตัสสะ กาเย  
วิสัง นะ กะเมยยะ อุทะเณนะ ลัก-  
เคยยะ อัจฉินะ ทะเหยยะ นานา-  
ภะยะวิโก นะ เอกาหาระโก นะ ทะ-  
วิหาระโก นะ ตีหาระโก นะ จะตุหาระโก  
นะ อุมมัตตะกััง นะ มุพะหะกััง  
มะนุสเสหิ อะมะนุสเสหิ นะหิงสะกา  
๗. ตัง ธาระณัง ประริตตัง ยะธา  
กะตะเม ชาโล มะหาชาโล ชาลิเต  
มะหาชาลิเต ปุคเค มะหาปุคเค  
สัมปัตเต มะหาสัมปัตเต ภูตัง คมะหิ  
ตะมังกะลัง

๘. อิม โข ปะนันทันตะ ชาระณะ-  
ปะริตตัง สัตตะสะเตหิ สัมมา-  
สัมพุทเธโกฎ्हี ภาสีตัง วัตเต อะวัตเต  
กันณะเว อะกันณะเว โนเม อะโนเม  
เสเว อะเสเว กาเย อะกาเย ชาระणे  
อะชาระणे อิลลิตถิ มิลลิตถิ ติลลิตถิ อะทิลลิตถิ  
โยรุกเข มะหาโยรุกเข ภูตัง กะมะหิ  
ตะมังกะลัง

๙. อิม โข ปะนันทันตะ ชาระณะ-  
ปะริตตัง นะวะะ นะวุตถิยา  
สัมมาสัมพุทเธโกฎ्हี ภาสีตัง ทิฏฐิตถา  
ทัณทิตถา มันติตถา โรคิตถา ขะระลา  
ทุพพิลา เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โสตถิ  
เม โหตุ สัพพะทา

## คำแปลบทสรรเสริญคุณ พระพุทธเจ้าธาระณะประวัติ

๑. อันชีวิตแห่งพระพุทธเจ้าทั้งหลาย อันใคร ๆ ไม่อาจกระทำอันตรายได้ฉันใด ขอชีวิตความเป็นอยู่แห่งข้าพเจ้า จงเป็นเหมือนเช่นนั้น  
อัปปะภูติหะตะญาณัง อันว่าญาณที่ไม่มีเครื่องกระทบ พุทธัสสะ ของพระพุทธเจ้า ภาวะวะไต ผู้มีบุญ โหติ ย่อมมี อะคิตัง เส ในอดีต อนาคตะตัง ในส่วนอนาคต ปัจจุบันนัง เส ในส่วนปัจจุบัน
๒. อันว่ากายกรรมทั้งปวงของพระพุทธเจ้า ผู้ประกอบแล้วด้วยคุณธรรมทั้งหลาย สามเหล่านี้ มีญาณเป็นประธาน เป็นไปตามซึ่งญาณ อันวจีกรรมทั้งปวงของพระพุทธเจ้า ผู้ประกอบแล้วด้วยคุณธรรมทั้งหลาย สามเหล่านี้ มีญาณเป็นประธาน เป็นไปตามซึ่งญาณ อันมโนกรรมทั้งปวงของพระพุทธเจ้า ผู้ประกอบแล้วด้วยคุณธรรมทั้งหลาย สามเหล่านี้ มีญาณเป็นประธาน เป็นไปตามซึ่งญาณ

๓. อันว่าความเสื่อมถอยน้อยลง ของประโยชน์ซึ่ง ประสงค์ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า ผู้มีบุญ ผู้ประกอบแล้วด้วยคุณธรรม ๖ ประการเหล่านี้ อัน ความเสื่อมถอยน้อยลงแห่งการแสดงธรรม ย่อม ไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันความเสื่อมถอยน้อยลง ของความเพียรย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันความ เสื่อมถอยน้อยลงของวิปัสสนาญาณ ย่อมไม่มี แก่พระพุทธเจ้า อันความเสื่อมถอยน้อยลงแห่ง กามาวจรและรูปาวจรวิมุตติ ย่อมไม่มีแก่พระ- พุทธเจ้า
๔. อันการพูดเล่นนี้ ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า ผู้มีบุญ ผู้ประกอบแล้วด้วยคุณธรรมทั้งหลาย ๑๒ ประการ เหล่านี้ อันว่าการพูดปลั่งเปลวโดยขาดสติ ย่อม ไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันว่าความไม่แพรวหลายใน ฅนยยธรรมห้า ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันว่า การกระทำใด ๆ อย่างผลุนผลันโดยไม่มี การพิจารณาเสียก่อน ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันว่า ความมีใจวุ่นวายด้วยกิเลส ย่อมไม่มีแก่พระ- พุทธเจ้า อันว่าการกระทำที่ไม่มีอุเบกขาในเตภูมิลังขาร ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า

๕. อันว่าความนอบน้อม ของจงมีแก่พระพุทธเจ้า ผู้มีบุญ ผู้ประกอบแล้วด้วยคุณธรรม ๑๘ ประการ เหล่านี้ ทั้ง ๗ พระองค์ อันว่ากายทุจริต ย่อมไม่มี แก่พระตถาคต อันว่าวจีทุจริต ย่อมไม่มีแก่พระ ตถาคต อันว่ามโนทุจริต ย่อมไม่มีแก่พระตถาคต อันว่าญาณอันมีเครื่องกระทบของพระพุทธเจ้า ผู้มีบุญ ย่อมไม่มีในส่วนอดีต อันว่าญาณอันมี เครื่องกระทบของพระพุทธเจ้า ผู้มีบุญ ย่อมไม่มี ในส่วนอนาคต อันว่าญาณอันมีเครื่องกระทบ ของพระพุทธเจ้า ผู้มีบุญ ย่อมไม่มีในส่วนปัจจุบัน อันว่ากายกรรมทั้งปวงไม่มีญาณเป็นประธาน ไม่ เป็นไปตามญาณ ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันว่า วจีกรรมทั้งปวงไม่มีญาณเป็นประธาน ไม่เป็นไป ตามญาณ ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันว่ามโน กรรมทั้งปวงไม่มีญาณเป็นประธาน ไม่เป็นไป ตามญาณ ย่อมไม่มีแก่พระพุทธเจ้า อันว่าธาระ ณะปะริตต์นี้ไม่มีเครื่องเทียบ ไม่มีเครื่องเสมอ เหมือน เป็นที่ต่อต้าน เป็นที่หลบซ่อนของสัตว์ ผู้กลัวภัยในสังสารวัฏฏ์ทั้งหลาย อัคคัง ประเสริฐ महाเตชัง มีเดชมาก



๖. ดูก่อนอาณนทฺ์ ท่านจงท่องจำ จดจำ สอบถาม ซึ่งธารณะประวัตินี้ อันว่า กาย ของผู้ท่อบท สวตมณต์ซึ่งธารณะประวัตินี้ ไม่พืงตายด้วยพิษงู พิษนาค ไม่พืงตายในน้ำ อันว่าไฟไม่พืงไหม้ เป็น ผู้พ้ันภัยต่าง ๆ ใครคิดร้ายทำลายวันเดียวก็ไม ล่าเรื่ง คิดร้ายทำลายสองวัน สามวัน สี่วัน ก็ไม ล่าเรื่ง ไม่พืงเป็นโรคหลงลืม ไม่พืงเป็นบ้าใบ้ อัน มนุษย์ทั้งหลายและอมมนุษย์ทั้งหลายไม่สามารถ เบียดเบียนได้

๗. อันว่าธารณะประวัตินี้ มีความศักดิ์สิทธิ์อย่าง ไรบ้าง พระธารณะประวัตินี้ มีความศักดิ์สิทธิ์คือ ชาโล มีอานุภาพเหมือนพระอาทิตย์ประชุมกัน ๗ ดวง ที่ขึ้นมาในเวลาโลกาพินาศ มหาชาโล มี อานุภาพเหมือนมุ้งเหล็กที่สามารถป้องกันภัยจาก เทวดา อินทร์ นาค ครุฑ ยักษ์ เป็นต้น ชาลิเต มีอานุภาพประหารศัตรูทั้งหลาย มหาชาลิเต มี อานุภาพให้พ้นจากกัปป์ทั้ง ๓ คือ โรคนันตรกัปป์ สัตถันตรกัปป์ และทุพภิกขันตรกัปป์ มีอานุภาพ

ให้พ้นจากโรคต่างๆ ในเวลาปฏิสนธิ คือ การ  
เป็นคนไข้ คนพิการ เป็นคนหูหนวก อีกทั้งไม่พึง  
ตกต้นไม้ ตกเหว ตกเขาตาย สามารถได้สมบัติ  
ที่ยังไม่ได้ ทรัพย์สมบัติที่ได้มาแล้วก็เจริญขึ้น  
โดยความเป็นจริง สามารถประหารความมืด แล้ว  
ได้ด้วยความสว่าง

๘. ดูก่อนอาณนที อันธาระณะประริตต์ อันพระ-  
สัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลายตรัสแล้ว พึงสมาคมคนดี  
ไม่พึงสมาคมคนชั่ว พึงนำมาซึ่งกลิ่นและรสอัน  
เป็นธรรม พึงน้อมนำมาซึ่งน้ำใจดี ไม่พึงน้อมนำ  
มาซึ่งน้ำใจร้าย พึงทำกายให้เป็นกายดี พึงนำมา  
แต่สิ่งเป็นกุศล ไม่พึงนำมาซึ่งสิ่งเป็นอกุศล พึงพึง  
แต่สิ่งที่ดี ไม่พึงพึงสิ่งที่ไม่ดี พึงเห็นแต่นิมิตดี  
ไม่พึงเห็นนิमितไม่ดี โยรุกเข ต้นไม้ที่ตายแล้ว  
สามารถฟื้นคืนมาได้ มหาโยรุกเข ต้นไม้ที่ยังเป็น  
อยู่ทำให้เจริญออกงาม โดยความเป็นจริง สามารถ  
ประหารความมืด แล้วด้วยความสว่าง

๙. ดูก่อน อานนท์ อันธาระณะปริตต์นี้ สามารถ  
รู้ความคิดร้ายของผู้อื่น อาวุธต่าง ๆ มีเครื่อง  
ประหาร เช่น มีด หอก ปืน ฟ้า เป็นต้น ไม่สามารถ  
ทำอันตรายได้ มันทิลา สามารถทำมนต์คาถาให้มี  
ความศักดิ์สิทธิ์ขึ้น สามารถประหารโรคต่าง ๆ  
และโรคร้ายแรงต่าง ๆ ไม่อาจทำอันตรายได้  
ทุฬพิลา สามารถหลุดพ้นจากเครื่องผูกมัด  
ด้วยอำนาจแห่งสังจวาจา นี้ ขอความสวัสดิ์จงมี  
แก่ข้าพเจ้าในกาลทุกเมื่อ

## ประวัติพระคาถา พระธารณะปริตร

กล่าวไว้ว่า ได้มีพระภิกษุรูปหนึ่ง ได้ออกวิเวก เจริญรุกขมุลธุดงค์ทางภาคเหนือ และชายแดนฝั่งพม่า เขตติดต่อพรมแดนในแควดวงหมู่บ้านชาวเขาเผ่าต่าง ๆ นานเกือบ ๓ เดือน

ขณะปักกลดพักที่ดอยพระพุทธรบาทห้วยต้น ได้พบ และปรึกษาธรรมปฏิบัติและอื่น ๆ กับพระอาจารย์ อีกรูปหนึ่ง ซึ่งเพิ่งธุดงค์เดินทางมาจากพม่า และได้ จดจำเอาพระธารณะปริตร จากวัดอรุณธะยา ใน มั่นตะเรประเทศพม่ามาด้วย

เนื่องจากเห็นว่า เป็นบทสวดสรรเสริญพุทธคุณ ที่ในประเทศไทยเรายังไม่คุ้นเคย หรือมีมาก่อน

จะด้วยสาเหตุใดก็ตามที่ พวกเราพระป่าเมื่อมา พบกันหลายองค์ที่ลำพูน ได้นำพระธารณะปริตรบทนี้ ทำวัตรคำร่วมกัน ติดต่อกันอยู่ ๕ วัน ก่อนทำเพียร ภาวนาทุกคำคืน

ชุมนุมและร้องชมเชยสรรเสริญ ชื่นบาน ว่าเริงมาก  
ที่ได้ยินพระพวกเราสวดพระธารณะปริตร อันทรงคุณ  
เป็นเลิศนี้

พระทั้ง ๕-๖ องค์ ครั้นสวดพระธารณะปริตรที่  
ห้วยตัน ต่างได้เห็นนิมิตเทวดาอารักษ์ชื่นชมนี้ ตรงกัน  
ทั้งนั้น

แม้จะน้อมนำทำน้ำพุทธมนต์ โปรดหมู่ญาติโยม  
ในที่ต่าง ๆ ก็ศักดิ์สิทธิ์เหลือประมาณ

เมื่อได้มาพิจารณาเห็นว่า จะเป็นประโยชน์แก่ผู้  
เลื่อมใส ศรัทธาจริงและเป็นบทสรรเสริญพุทธคุณ  
อันแปลกใหม่ในประเทศไทย แต่รู้จักกันดีในหมู่  
พระสงฆ์พม่า จึงได้นำมาเผยแพร่แก่ชาวเราให้รู้จักทั่วกัน  
และหวังประโยชน์อันสูงด้วยพุทธานุภาพของพระ  
ธารณะปริตรนี้ จึงได้แก่ญาติโยมผู้เลื่อมใสทุกท่านเทอญ.

# ธรรมะของ ท่านเจ้าคุณนรรัตนราชมานิต

## ธรรมะของพระภิกษุพระยานรรัตนราชมานิต

คนเราเมื่อมีลาภก็มีเสื่อมลาภเมื่อมียศก็มีเสื่อมยศ  
เมื่อมีสุขก็มีทุกข์ เมื่อมีสรรเสริญก็มีนิินทา เป็นของคู่กันมา  
เช่นนี้ จะไปถืออะไรกับปากมนุษย์ถึงจะดีแสนดีมันก็ตี ถึงจะ  
ชั่วแสนชั่วมันก็ชมนับประสาอะไร พระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐ  
เลิศยิ่งกว่ามนุษย์เทวดายังมีมารผจญ ยังมีคนนิินทา ตีเตี๊ยน  
บุดูชนอย่างเราจะรอดพ้นจากโลกะธรรม ดังกล่าวแล้วไม่  
ได้ ต้องคิดเสียว่าเขาจะตี ก็ช่างชมนก็ช่าง เราไม่ได้ทำอะไร  
ให้เขาเดือดเนื้อร้อนใจ ก่อนที่เราจะทำอะไรเราคิดแล้วว่า  
ไม่เดือดร้อนแก่ตัวเราและคนอื่น เราจึงทำ เขาจะนิินทาว่า  
ใส่ร้ายอย่างไร ก็ช่างเขา บุญเราทำกรรมเราไม่สร้าง พยายาม  
สงบกาย สงบวาจา สงบใจ จะต้องไปกังวลกลัวใครตีเตี๊ยน  
ทำไม่ไม่เห็นมีประโยชน์เปลืองความคิดเปล่า ๆ

# พระคาถาหลวงพ่อโสธร

วัดโสธรวรารามวรวิหาร

(แปดริ้ว จังหวัดฉะเชิงเทรา)

## คาถาพระเจ้า ๕ พระองค์

ตั้งนโม ๓ จบ แล้วว่าคาถานี้ทุกวันจะปลอดภัย  
ร่มเย็นเป็นสุขตลอดชีวิต(อย่าทำทุจริตใดๆ เลย)

“นะ ทรงฟ้า โม ทรงดิน พุทฺธ ทรง  
สินธุ์ ฐาทรงสมุทร ยะ ทรงอากาศ  
พุทฺธัง แคล้วกลาด ฐัมมังแคล้วกลาด  
สังฆัง แคล้วกลาด ศัตตภูมัยพาลวินาศ-  
สันติ”

“นะกาโร กุกกุสันโธ สีโรมัชฌเม  
โมกา โร โจนาคะมะโน นานาจิตเต  
พุทฺธกาโร กัสสะโป พุทฺโธ จะ ทะเวเนเต  
ธา กาโร ศรีศากกะยะมุณี โคตะโม  
ยะกันเน ยะกาโร อะริยะ เมตตรัยโย  
ชีวหาทีเต ปญฺจะพุทฺธา นะมามิหัง”

“พุทฺธะบุชา มะหาเตชะวันโต  
ฐัมมะ บุชา มะหาปญฺโญ สังฆะบุชา

มหาโลกะวะ โห อระหังพุทโธ อิติ-  
ปิโสภะคะวา นะมามิหัง ฯ”

## คาถาพระพุทธรเจ้าชนะมาร

(พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต)

ปัญจะมาระ ชินนาโถ ปัตโต สัมโพธิ  
มุตตะมัง จะตุสัจจัง ปะกาเสติ ฐัมมะ-  
จักกััง ปะวัตตะยิ เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ  
โหตุ เม ชะยะมังคะลังฯ

## คาถาหลวงปู่ทวด เหยียบน้ำทะเลจืด

ให้บูชาท่านด้วย ฐูปแขก ๙ ดอก มะลิขาว ๙ ดอก  
ตั้งนะโม ๓ จบ แล้วระลึกถึงท่าน ขอบารมีต่าง ๆ ที่  
ต้องการแล้วสวดพระคาถาดังนี้

นะโมโพธิสัตโต อากันติมายะ อะติ  
ภะคะวา ๓ จบ ยึดมั่นแล้วท่านจะได้อยู่เย็นเป็นสุข  
ปราศจากภัยพิบัติทั้งปวง



## พระคาถายันทุน

ยันทุนนิมิตตั้ง อะวะมังคะลัญจะ  
โยจา มะนาโป สะกุกัณฐสะ สัทโธ  
ปาปัคคะโห ทุส สุปีนัง อะกันตั้ง  
พุทธานุภาเวนะ วินาสะเมนตุฯ

ยันทุนนิมิตตั้ง อะวะมังคะลัญจะ  
โย จามะนาโป สะกุกัณฐสะ สัทโธ  
ปาปัคคะโห ทุสสุปีนัง อะกันตั้ง  
ธัมมานุภาเวนะ วินาสะ เมนตุฯ

ยันทุนนิมิตตั้ง อะวะมังคะลัญจะ  
โย จามะนาโป สะกุกัณฐสะ สัทโธ  
ปาปัคคะโห ทุสสุปีนัง อะกันตั้ง  
สังฆมานุภาเวนะ วินาสะ เมนตุฯ

พระคาถายันทุนบทนี้ ใช้สำหรับสวดป้องกัน  
อันตรายต่าง ๆ แม้ว่าเกิดนิมิตรฝันไม่ดี เกิดอาเภท  
สังหารณ์ใจไปในทางที่ไม่ดีให้สวดพระคาถานี้จะกลับ  
ให้เกิดเป็นความดีขึ้น แม้จะมีเคราะห์ร้ายต่าง ๆ เกิด

ขึ้นให้ทำน้ามนต์อาบเสียด้วย พระคาถานี้ บำบัด  
อันตรายให้หายสิ้นไปได้ หมั่นจำเรณูภาวนาไว้เกิดสิริ  
มงคลลาภยศดีนักแล ฯ

## คาถาอุณ्हิสสวิชัย

อัติ อุณ्हิสสะ วิชะโย รัมโม โลก  
อะนุตตะโร สัพพะสัตตะหิตัตถายะ-  
ตั้งตวัง กัณหาหิ เทวะเต ประวิชเช  
ราชะทัณเฑ อะมะนุสเสหิ ปาเวเก  
พัยคเม นาเก วิเส ภูเต อะกาละมะระ-  
ณนะ วา สัพพัสมา มะระณา มุตโต  
ฐะเปตวา กาละมาริตัง ตัสเสวะ  
อานุกาเวนนะ โหตุ เทโว สุขี สะทา  
สุทระสีลัง สะมาทายะ รัมมัง สุจะริตัง  
จะเร ตัสเสวะ อานุกาเวนนะ โหตุ เทโว  
สุขี สะทา ลิกขิตัง จินติตัง ปุชัง ธาระ-  
ณัง วาจะนัง คะรุง ประเรตัง เทสะนัง  
สุตวา ตัสสะ อายุ ประวัฑฒะตีติ

คาถาอุณ्हิสหรืออุณ्हิสสวิชัยนี้ ใช้สำหรับคนที่  
ดวงชะตาขาดภาวนาเป็นการต่อดวงชะตาชีวิต และ  
แม้บุคคลทั่วไปจะใช้ภาวนาก็จะทำให้เกิดโชคลาภ มี  
อำนาจ มีบริวารและปราศจากภัยอันตราย จงภาวนา  
ทุกเช้าค่ำเถิด

## พุทธโธ

คือ ผู้รู้	รู้อะไรล่ะ	ก็รู้สิ่งที่ควรรู้คือ
	รู้จักตนเอง	รู้จักโลก
	นั่นคือ	รู้จักกรรม
ผู้ตื่น	ตื่นจากอะไรเล่า	ก็ตื่นจากความหลับ
	ความโง่งมงาย	ความหลอกลวงที่โลก
ผู้เบิกบาน	ก็คือ ไม่หดหู่	เหี่ยวแห้ง ท้อแท้
	แต่สดใส	ชื่นบาน และเข้มแข็ง

## คำถวายสังฆทาน

อิมานิ มะยัง ภันเต ภัตตานิ  
สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ โอโณ-  
ชะยามะ สาธุโน ภันเต ภิกขุสังโฆ  
อิมานิ ภัตตานิ สะปะริวารานิ ปะฏิก-  
คัณหาตุ อัมหากัง ที่มะรัตตัง หิตายะ  
สุขายะ

### คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อม  
ถวายซึ่งภัตตาหารกับของที่เป็นบริวารทั้งหลายเหล่านี้  
แด่พระสงฆ์ ขอพระสงฆ์จงรับซึ่งภัตตาหารกับของที่  
เป็นบริวารทั้งหลายเหล่านี้เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุข  
แก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนานเทอญ

## คำถวายผ้ากฐิน

อิมัง ภันเต สะปะริวารัง กะฐินะ-  
จีวะระทุสสัง สังฆัสสะ โอนฺโฆชะยามะ  
สาธุโน ภันเต สังโฆ อิมัง สะปะริวารัง  
กะฐินะ ทุสสัง ปะฎีกคัณหาตุ

ปะฎีกกะเหตวา จะ อิมินา ทุส-  
เสนะ กะฐินัง อັตถะระตุ อัมหากัง  
ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ

ทุติยัมปี.....

ตะติยัมปี.....

### คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอน้อม  
ถวายผ้ากฐินจีวรกับทั้งบริวารนี้ แต่พระสงฆ์ ขอ  
พระสงฆ์จงรับผ้ากฐินกับทั้งบริวารนี้ของข้าพเจ้าทั้ง  
หลาย และเมื่อรับแล้วขอจงกรานใช้กฐินด้วยผ้านี้ เพื่อ  
ประโยชน์และความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลายสิ้นกาลนาน  
เทอญ ฯ

## คำถวายผ้าป่า

อิมานิ มะยัง ภันเต ปังสุกุละจีวะ-  
รานิ สะปะริวารานิ ภิกขุสังฆัสสะ  
โธโณชะยามะ สาธุโน ภันเต ภิกขุสังโฆ  
อิมานิ ปังสุกุละจีวะรานิ สะปะริวารานิ  
ปะฏิกัณหาตุ อัมหากัง ทีฆะรัตตัง  
หิตายะ สุขายะ

### คำแปล

ข้าแต่พระสงฆ์ผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอน้อม  
ถวายผ้าบังสุกุลจีวรกับทั้งบริวารเหล่านี้ แก่พระภิกษุ  
สงฆ์ ขอพระภิกษุสงฆ์จงรับ ผ้าบังสุกุลจีวรกับทั้ง  
บริวารเหล่านี้ของข้าพเจ้าทั้งหลาย เพื่อประโยชน์และ  
ความสุขแก่ข้าพเจ้าทั้งหลาย ลีนกาลนานเทอญ

## คำกรวดน้ำ

อิหัง เม ญาตินัง โหตุ สุขิตาโหตุ ญาตโย

### คำแปล

ขอส่วนบุญนี้ จงสำเร็จแก่ญาติทั้งหลายของข้าพเจ้า  
ขอให้ญาติทั้งหลายจงมีความสุขกายสุขใจเถิด

# การนั่งสมาธิ

หลังจากสวดมนต์เรียบร้อยแล้ว ควรจะฝึกจิตให้สงบเพื่อความผาสุกของตัวเอง โดยการฝึกสมาธิกรรมฐานเพื่อจะได้มีความเจริญความแข็งแรงอายุยืนปราศจากโรคภัยอันตรายใด ๆ ทั้งหมด โดยการนั่งในท่าขัดสมาธิ ตัวตรง หน้าตรง เอาเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย หัวแม่มือชนกัน นั่งหลับตาตามสบาย ไม่ต้องเกร็งตัวเหมือนกำลังพักผ่อน (สตรีจะนั่งพับเพียบแทน หรือนั่งบนเก้าอี้ หรือเอนกายนอนบนเตียงก็ได้สุดแต่สะดวก แต่ทำนั่งสมาธิตัวตรงจะดีที่สุด) แล้วกำหนดลมหายใจเข้าออกด้วยคำสวดภาวนาว่าพุทโธ หายใจเข้าสวด “พุท” หายใจออกสวด “โธ” ใช้เวลาฝึกวันแรกเพียง ๑๐-๑๕ นาที แล้ววันต่อ ๆ ไปเพิ่มขึ้นเป็นวันละ ๒๐-๓๐ นาที จนถึงวันละ ๑ ชม. เป็นประจำทุกวัน เพื่อความลึกริมงคลต่อตนเอง และได้มหากุศล พร้อมด้วยจตุรพร ๔ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ เป็นที่รักใคร่ของมวลมนุษยเทวดา และเทพ ภัยอันตรายทั้งหลายไม่อาจทำอันตรายแก่ร่างกายและชีวิตได้ เมื่อตายแล้วจะไปสู่สวรรค์

การปฏิบัตินั่งสมาธิ ไม่จำเป็นต้องปฏิบัติอย่าง  
เคร่งเครียดเอาจริงเอาจังจนเกินไป หรืออ่อนเกินไป  
ควรทำให้สบายๆ ปฏิบัติสม่ำเสมอ จะเวลา เช้า เย็น  
หรือค่ำ สุดแต่ความสะดวกของตนเอง ก่อนจะเลิก  
ฝึกทุกครั้ง ต้องแผ่เมตตาให้เจ้ากรรมนายเวร ผีสง  
เทวดาทั้งหลายจงมีสุขขอให้พ้นทุกข์ และอย่าเบียด  
เบียนและจองเวรต่อกันเลย



## อุณฺ्हิสสะวิชะยะกาถา

อตฺถิ อุณฺ्हิสสะ วิชะโย	ชัมโม โลเก อะนุตตะโร
สัพพะสัตตะหิตตถายะ	ตัง ตังวํ กัณฺหาหิ เทวะเต
ปะริวัชเช ราชะทณฺเฑ	อะมะนุสฺเสหิ ปาเวเก
พะยัคเฆ นาคะ วิเส ภูเต	อะกาละมะระเณนะ วา
สัพพัสมา มะระณฺมา มุตฺโต	ฐุเปตฺวา กาละมาริตัง
ตัสเสวะ อานุภาเวนะ	โหตุ เทโว สุขี สะทา
สุทฺธะสีลัง สะมาทายะ	ชัมมัง สุจะริตัง จะเร
ตัสเสวะ อานุภาเวนะ	โหตุ เทโว สุขี สะทา
ลิกขิตัง จินติตัง ปุชัง	ชาเรณัง วาจะนัง กระจุง
ปะเรตัง เทสะนัง สุตฺวา	ตัสสะ อายุ ปะวัตตะมะตีติ



S. S. S.