

បរាស័វត
មហាសតិប៊ុក្ខាបស្តុតរ
(ហាសី-តៃយ)



ឃរេស្តុតរចាកឃរេតៃរិប្បក សេមឃី ១០

ឃរេស្តុតត័បតប៊ុក្ខ សេមឃី ២

ឃីមឃិកាយ មកាវររត

บทสวด
มหาสัจปัจจุฐานสูตร
(บาลี-ไทย)

พระสูตรจากพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐
พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒
ขัมมกาย มหาวรรค

วัดมเหยงคณ์

๙๕ หน้า ๒ ตำบลหันตรา อำเภอพระนครศรีอยุธยา
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๐๐๐

บทสวด มหาสติปัฏฐานสูตร (บาลี-ไทย)

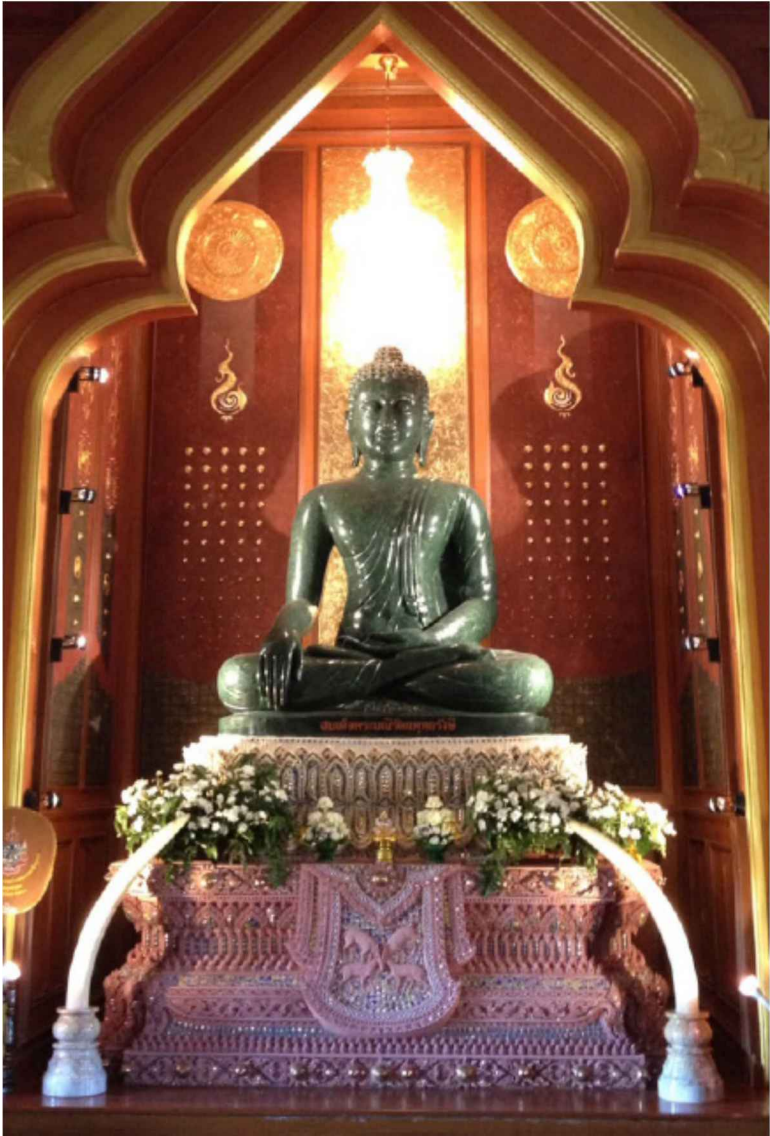
พระสูตรจากพระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ พระสูตรต้นตปิฎก เล่มที่ ๒
ที่มณิกาย มหาวรรค

ภาพปก ภาพปูนปั้นแกะสลักปริศนาธรรม
ประดิษฐานที่ฐานองค์พระปฏิมากร “สมเด็จพระมณิรัตน์พุทธรังษี”
ในวิหารอบรมวิปัสสนา วัดมเหยงคณ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

พิมพ์ครั้งแรก พฤษภาคม ๒๕๕๖
จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย วัดมเหยงคณ์
ตำบลหันตรา อำเภอพระนครศรีอยุธยา
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๐๐๐
โทรศัพท์ (๐๓๕) ๘๘๑-๖๐๑-๒
โทรสาร (๐๓๕) ๘๘๑-๖๐๓
Website : www.mahaeyong.org
www.watmahaeyong.org
E-mail : watmahaeyong@gmail.com

พิมพ์ที่ บริษัท บุญศิริการพิมพ์ จำกัด
๕/๑๑-๑๓ ซ.เสนานิคม ๑ ถ.พหลโยธิน
แขวงเสนานิคม เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐
โทร. (๐๒) ๕๔๑-๖๖๕๐-๑ โทรสาร (๐๒) ๕๔๑-๖๖๕๒



สมเด็จพระมณิรัตน์พุทธรังษี
พระปฏิมากรในวิหารอบรมวิปัสสนา วัดมเหยงคณ์

คำปรารภ

มหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรที่มีความสำคัญยิ่งในบรรดาพระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ด้วยพระองค์ทรงชี้ทางอันเป็นทางสายเดียว ทางอันเป็นที่ไปอันเอก เพื่อความหมดจดพิเศษ เพื่อความก้าวล่วงซึ่งความทุกข์โทมนัส ความโศก ความร่ำไรร่าพันของเหล่าสัตว์ เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ในสังสารวัฏ กล่าวคือพระนิพพาน

พระศาสดาได้ทรงแสดงมหาสติปัฏฐานสูตร อันประกอบด้วย การเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ แก่ชนชาวกรุงรัฐ ซึ่งกล่าวกันว่า เป็นผู้มักติเป็นอยู่ด้วยการเจริญสติปัฏฐานในชีวิตประจำวัน เป็นผู้มีความสมบูรณ์ด้วยกำลังปัญญา อันมีร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์อุดหนุนแล้ว ด้วยความเป็นอยู่ที่สัปปายะทั้งหลาย

พวกเราชาวพุทธ แม้จะอยู่ในปัจจุบันสมัยที่แตกต่างอย่างสิ้นเชิงกับชนชาวกรุงรัฐ แต่หากยังมีจิตใจฝักใฝ่ในการเจริญสติปัฏฐานทั้งสิ้น มีศรัทธามีวิริยะพากเพียรในการปฏิบัติ ก็ย่อมถึงซึ่งการพ้นทุกข์ได้

หนังสือ “บทสวด มหาสติปัฏฐานสูตร” เล่มนี้ วัดมเหยงคณ์ได้จัดทำขึ้นเพื่อประโยชน์แก่พุทธศาสนิกชน ได้ใช้ในการศึกษาทำความเข้าใจประกอบกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ และเพื่อใช้สวดในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

อادمภาพขออนุโมทนาแก่คณะผู้จัดทำ และทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการรวบรวมและจัดพิมพ์หนังสือ “บทสวด มหาสติปัฏฐานสูตร” เล่มนี้ ให้สำเร็จ

ลู่วงไปด้วยดี ขออานุภาพแห่งบุญกุศลอันเกื้อกูลแก่ความหลุดพ้นของ
สรรพสัตว์ทั้งหลาย จงเป็นพลวปัจจัยให้ท่านทั้งหลาย เกิดสติ ปัญญาญาณ
บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นที่สุดแห่งทุกข์ทั้งปวงด้วยกันทุกท่าน
เทอญ



พระครูเกษมธรรมทัต

(สุรศักดิ์ เขมรสี)

พฤษภาคม ๒๕๕๖

สารบัญ

	หน้า
คำปรารภ	๔
กัมมาศรัทธมนะนิกม กุรุรัฐ :	
พุทธสถานท้องค้สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า	
ทรงแสดงมหาสติปัญญาสูตร	๘
มหาสติปัญญาสูตร	๑๒
กายนุปีสสนาสติปัญญา	๑๕
อานาปานบรรพ	๑๕
อิริยาปถบรรพ	๒๐
สัมปชัญญบรรพ	๒๓
ปฎิภูมณสิการบรรพ	๒๖
ธาตุมณสิการบรรพ	๓๑
นวิสวธิกาบรรพ	๓๔
เวทนานุปีสสนาสติปัญญา	๕๓
จิตตานุปีสสนาสติปัญญา	๖๑

	หน้า
ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๖๕
นิเวศบรพ	๖๕
ขันธบรพ	๖๔
อายตณบรพ	๖๗
โพชฌังคบรพ	๗๑
สังจบรพ	๕๗
แผนผังมหาสติปัฏฐาน	๑๕๕
มหาสติปัฏฐานสูตร (โดยย่อ)	๑๕๖

กัมมาสธัมมะนิคม กุรุรัฐ

พุทธสถานที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงแสดงมหาสติปัญญาสูตร

พุทธสถานกัมมาสธัมมะนิคมแห่งนี้ ปัจจุบันตั้งอยู่ในเขตไกรลาส ตะวันออก (Greater Kailas) กรุงนิวเดลี มีหลักฐานเป็นที่ปรากฏว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เคยเสด็จมาที่นครอินทรปัตถ์อันเป็นเมืองหลวงของกุรุประเทศ เพื่อทรงแสดงมหาสติปัญญาสูตร ให้แก่ชาวกุรุ ณ นิคมในชนบทแห่งแคว้นกุรุ ที่เรียกว่า “กัมมาสธัมมะนิคม”

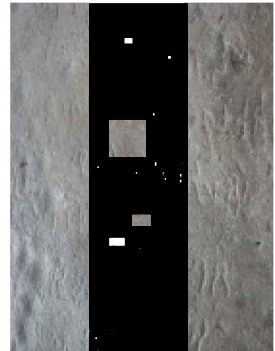


บริเวณที่ปรากฏหลักฐานว่าเป็น กุรุรัฐ สถานที่แสดงมหาสติปัญญาสูตร
ครั้งแรกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

กุรุประเทศ เป็นหนึ่งในมหาชนบท (ชนบทใหญ่ ๑๖ แห่ง) ของชมพูทวีป ในสมัยพุทธกาล อุโบสถสูตรได้กล่าวถึงแคว้นทั้ง ๑๖ และเมืองหลวงของแต่ละแคว้นไว้ดังนี้ คือ

• อังคะ (จามปา) • มคร (ราชคฤห์ - ปาฐลีนุตร) • กาสี (พาราณสี) • โกลล (สาวัตถี) • วัชชี (เวสาลี) • มัลละ (ปาวา - กุสินารา) • เจติ (โสตถิตถิตถิต) • วังสะ (โกสัมพี) • กุรุ (อินทปัตถ์) • ปัญจาละ (กัมปิลละ - กันยาкупย์ - สังกัสสะ) • มัจฉะ (สาคลละ) • สุรเสนะ (มถุรา) • อัสนะ (โปตนะ) • อวันตี (อุชเชนี) • คันธารารัฐ (ตักสิลา) • กัมโพชะ (ทวารกะ)

ตรงจุดที่องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงพระธรรมเทศนามหาสติปัฏฐานสูตรนี้ ปัจจุบันเป็นกองหินสีแดงขนาดย่อม และมีแผ่นหินก้อนหนึ่งบริเวณยอดกองหิน ซึ่งมีข้อความจารึกด้วยอักษรพรหมมี (พรม-มี) เชื่อกันว่าพระเจ้าอโศกมหาราชได้ทรงเป็นผู้จารึกไว้ เพื่อแสดงเป็นหลักฐานให้ทราบว่า เป็นสถานที่ที่พระศาสดาได้ทรงแสดงมหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งถือว่าเป็นพระสูตรที่สูงที่สุดในพระพุทธศาสนา ว่าด้วยการเจริญกายนุสติสนา สติปัฏฐาน เวทนานุสติสนา สติปัฏฐาน จิตตานุสติสนา สติปัฏฐาน และธัมมานุสติสนา สติปัฏฐาน เป็นพระสูตรที่พระศาสดาทรงตรัสว่า เป็นทางสายเดียว เป็นทางที่ไปอันเอก เพื่อความหลุดพ้นของเหล่าสัตว์ทั้งหลาย



ที่เห็นเป็นหลังคา บนก้อนหินนั้น สร้างครอบรอยจารึกอักษรโบราณไว้
ปัจจุบันอยู่บริเวณชานกรุงนิวเดลี

ข้อความบางตอนจาก อรรถกถา महाสติปัญญาสูตร พระสุตตันตปิฎก
ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่ม ๒ ภาค ๒ (หน้า ๒๕๕) กล่าวไว้ว่า

“...เพราะเหตุไร พระผู้มีพระภาคเจ้า จึงตรัสพระสูตรนี้ว่า คุณก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย หนทางนี้เป็นทางเดียว

ก็เพราะชนชาวแคว้นกุรุสามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งได้ เล่ากันว่าชาวแคว้น
กุรุ ไม่ว่าจะเป็นภิกษุ ภิกษุณี และอุบาสก อุบาสิกา มีร่างกายและจิตใจสมบูรณ์
อยู่เป็นนิจ ด้วยเสพปัจจัยคือฤดูเป็นที่สบาย เพราะแคว้นนั้นสมบูรณ์ด้วย
สัปปายะ มีอุตุสัปปายะ เป็นต้น ชาวคุรุนั้นมีกำลังปัญญาอันร่างกายและจิตใจ
ที่สมบูรณ์อดหนุนแล้ว จึงสามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งนี้ได้

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า เมื่อทรงเห็นความเป็นผู้สามารถ
รับเทศนาที่ลึกซึ้งอันนี้ จึงทรงยกกัมมัฏฐาน ๒๑ ฐานะ ใส่ลงในพระอรหัต
ตรัสมหาสติปัญญาสูตรที่มีอรรถอันลึกซึ้งนี้แก่ชาวคุรุเหล่านั้น เปรียบเสมือน
บุรุษได้ผอบทองแล้ว ฟังบรรจงใส่ดอกไม้มานานาชนิดลงในผอบทองนั้น หรือว่า
บุรุษได้หีบทองแล้ว ฟังใส่รัตนะ ๗ ลงฉันใด แม้พระผู้มีพระภาคเจ้า ฉะนั้น
ทรงได้บริษัทชาวคุรุแล้ว จึงทรงวางเทศนาที่ลึกซึ้ง ด้วยเหตุอันนั้นแล...”

“...ในข้อนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงแสดงพระสูตรอื่น ๆ อีก มีอรรถ
อันลึกซึ้ง ในคัมภีร์ทีฆนิกายนี้ ก็คือมหานิทานสูตร ในคัมภีร์มัชฌิมนิกาย
ก็คือ สติปัญญาสูตร สारोपมสูตร รุกโขปมสูตร รัฐपालสูตร มาคณขยสูตร
อาเนญชัสัปปายสูตร...”

“...อนึ่ง บริษัทที่อยู่ในแคว้นคุรุนั้น ต่างประกอบเนื่อง ๆ ในการเจริญสติ-
ปัญญาอยู่โดยปกติ โดยที่ผู้คนรับใช้และคนงานทั้งหลายก็พูดกันแต่เรื่อง
ที่เกี่ยวข้องด้วยสติปัญญากันทั้งนั้น แม้แต่ในที่ทำาน้ำ ที่กรอด้าย เป็นต้น ก็ไม่มี
การพูดกันถึงเรื่องที่ไร้ประโยชน์เลย

ถ้าสตรีบางท่านถูกถามว่า คุณแม่จะ คุณแม่ใส่ใจสติปัญญาของน้องไหม นางจะไม่ตอบว่าอะไร ชาวกรูจะติเตียนเขาว่า นำคำหนีชีวิตของเจ้าจริง ๆ เจ้าถึง เป็นอยู่ ก็เหมือนตายแล้ว ต่อนั้นก็สอนเขาว่า อย่าทำอย่างนี้อีกต่อไปนะ แล้วให้เขาเรียนสติปัญญาของใครคนหนึ่ง

แต่สตรีผู้ใดพูดว่า ดิฉันใส่ใจสติปัญญาของโน้นเจ้าคะ ชาวกรูก็จะกล่าว รับรองว่า สาธุ สาธุ แก่นาง สรรเสริญด้วยถ้อยคำต่าง ๆ เป็นต้นว่า ชีวิตของเจ้า เป็นชีวิตดีสมกับที่เจ้าเกิดมาเป็นมนุษย์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอุบัติมา เพื่อประโยชน์แก่เจ้าแท้ ๆ...”

“กัมมาศรัทธามะนิคม” ในปัจจุบัน

กัมมาศรัทธามะนิคม เป็นสถานที่แห่งหนึ่งในนิวเดลีในปัจจุบัน ที่ พุทธศาสนิกชนแวะเวียนไปสักการะ โดยเฉพาะผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน อันมีสติปัญญาดีเป็นข้อปฏิบัติ

กัมมาศรัทธามะนิคม ปัจจุบันอยู่ในความดูแลของกองโบราณคดี กระทรวง วัฒนธรรมอินเดีย ซึ่งได้ประกาศไว้ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๑๑ ว่า สถานที่นี้เป็น อนุสรณ์สถานที่มีความสำคัญในระดับชาติ ปัจจุบันกองโบราณคดีได้สร้าง รั้วเหล็กล้อมรอบกองหินไว้เพื่อเป็นการอนุรักษ์เป็นอย่างดี

มหาสติปัญญาสูตร

เอวัมเม สุตัง

อันข้าพเจ้า (คือพระอานนทเถระ) ได้สดับมาแล้วอย่างนี้

เอกัง สมะยัง ภะคะวา

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้า

กुरुสุ วิหะระติ

เสด็จประทับอยู่ในหมู่ชนชาวกुरु

กัมมาสะธัมมัง นามะ กุรุณัง นิคะโม

นิคมของหมู่ชนชาวกुरु ชื่อกัมมาสะธัมมะ

ตัดฺธระ โข ภะคะวา ภิกขุ อามันเตติ ภิกขะโวติ

ในกาลนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเตือนภิกษุทั้งหลาย
ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ดังนี้

ภะทันเตติ เต ภิกขุ ภะคะวะโต ปัจจัสโสสุง

ภิกษุทั้งหลายเหล่านั้น ทูลรับพระพุทธพจน์ของ
พระผู้มีพระภาคเจ้าว่า พระเจ้าข้า ดังนี้

ภะคะวา เอตะทะโวจะ

พระผู้มีพระภาคเจ้า จึงตรัสพระพุทธภาษิตนี้ว่า

เอกายะโน อะยัง ภิกขะเว มัคโค

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นที่ไปอันเอก (เป็นที่ไปของ
บุคคลผู้เดียว เป็นที่ไปในที่แห่งเดียว)

สัจจทานัง วิสุทฐิยา

เพื่อความหมดจดพิเศษของสัตว์ทั้งหลาย

โสกะปะริเทวานัง สะมะติกกะมาเย

เพื่อความก้าวล่วง ซึ่งความโศกและความรำไร

ทุกขะโทมะนัสสถานัง อัญญังคะมาเย

เพื่ออัสคงค์ดับไปแห่งทุกข์และโทมนัส

ญายัสสะ อะธิคะมาเย

เพื่อบรรลุนิพพาน (ธรรมที่ควรรู้ ธรรมที่ถูก
คืออริยมรรค)

นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยาเย

เพื่อกระทำพระนิพพานให้แจ้ง

ยะทิทัง จัตตารो สะติปัสสูณานา

ทางนี้คือสติปัฏฐาน (ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ) ๔ อย่าง

กะตะเม จัตตารो

สติปัฏฐาน ๔ อย่าง คืออะไรบ้าง ?

อิระ ภิกขเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชณาโทมนัสสัง

พึงนำอภิชณาและโทมนัส (ความยินดียินร้าย) ในโลก
เสียให้พินาศ

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชณาโทมนัสสัง

พึงนำอภิชณาและโทมนัสในโลกเสียให้พินาศ

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ

เธอย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อะภิชฌาโทมนัสสัง

พึงนำอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียให้พินาศ

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ

เขื่อย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อะภิชฌาโทมนัสสัง.

พึงนำอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียให้พินาศ.

(อุทเทโส จบอุทเทส)

กายนุปัสสนาสติปัญญา ว่าด้วยการพิจารณากาย

๑. อานาปานบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาลมหายใจ

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ กาย กายนุปัสสี วิหะระติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่ อย่างไรเล่า ?

อิธะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อะรัญญะคะโต วา

ไปแล้วสู่ป่าก็ดี

รุกขะมุละคะโต วา

ไปแล้วสู่โคนไม้ก็ดี

สุญญาการะคะโต วา

ไปแล้วสู่เรือนว่างเปล่าก็ดี

นีสีหะติ ปัลลังกัง อากุชิต์วา

นั่งคู้บัลลังก์ (ขัดสมาธิ)

อุชุง กายัง ปะณิชายะ

ตั้งกายให้ตรง

ปะริมุขัง สะติง อุปฺภุชฺฐะเปตฺวา

ดำรงสติเฉพาะหน้า

โส สะโต วะ อัสสะสะติ

เธอย่อมมีสติหายใจเข้า

สะโต ปัสสะสะติ

ย่อมมีสติหายใจออก

ทีฆัง วา อัสสะสันโต

เมื่อหายใจเข้ายาว

ทีฆัง อัสสะสามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้ายาว

ทีฆัง วา ปัสสะสันโต

หรือเมื่อหายใจออกยาว

ทีฆัง ปัสสะสามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกยาว

รัธสัง วา อัสสะสันโต

เมื่อหายใจเข้าสั้น

รัธสัง อัสสะสามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้าสั้น

รัธสัง วา ปัสสะสันโต

หรือเมื่อหายใจออกสั้น

รัสตัง ปัสสะสามีติ ปะชานาติ ก็รู้ซัคว่า เราหายใจออกสั้น

สัพพะกายะปะภูติสังเวที อัสสะลิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมนำเนี้ยกว่า เราจักเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดคองลมหายใจ
ทั้งปวง หายใจเข้า

สัพพะกายะปะภูติสังเวที ปัสสะลิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมนำเนี้ยกว่า เราจักเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดคองลมหายใจ
ทั้งปวง หายใจออก

ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง อัสสะลิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมนำเนี้ยกว่า เราจักระงับกายสังขาร
(คือ ลมอัสสาสะ ปัสสาสะ) หายใจเข้า

ปัสสัมภะยัง กายะสังขารัง ปัสสะลิตสามีติ ลิกขะติ

ย่อมนำเนี้ยกว่า เราจักระงับกายสังขาร หายใจออก

เสยยะถาปี ภิกขะเว ทุกโข ภะมะกาโร วา

ภะมะการันเตวาสี วา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้นั้นใด นายช่างกลึงหรือลูกมือ
ของนายช่างกลึงผู้ฉลาด

ทีฆัง วา อัญฉันโต ทีฆัง อัญฉามิติ ปะชานาติ

เมื่อชักเชือกกลึงยาว ก็รู้ซัคว่า เราชักเชือกกลึงยาว

รัศถัง วา อัญฉันโต รัศถัง อัญฉามิติ ปะชานาติ

หรือเมื่อชักเชือกกลิ้งสั้น ก็รู้ชัดว่า เราชักเชือกกลิ้งสั้น

เอวะเมวะ โข ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุก็ฉันนั้น นั่นแหละ

ทีฆัง วา อัสสะสันโต ทีฆัง อัสสะสามิติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้ายาว

ทีฆัง วา ปัสสะสันโต ทีฆัง ปัสสะสามิติ ปะชานาติ

หรือเมื่อหายใจออกยาว ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกยาว

รัศถัง วา อัสสะสันโต รัศถัง อัสสะสามิติ ปะชานาติ

เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้าสั้น

รัศถัง วา ปัสสะสันโต รัศถัง ปัสสะสามิติ ปะชานาติ

หรือเมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกสั้น

สัพพะกายะปะฏิสังเวที อัสสะตีสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมสำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดคองลมหายใจ
ทั้งปวง หายใจเข้า

สัพพะกายะปะฏิสังเวที ปัสสะตีสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมสำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดคองลมหายใจ
ทั้งปวง หายใจออก

ปัสถัมภะยัง กายะสังขารัง อัสดะติสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมสำเหนียกว่า เราจักระงับกายสังขาร หายใจเข้า

ปัสถัมภะยัง กายะสังขารัง ปัสสะติสสามิติ ลิกขะติ

ย่อมสำเหนียกว่า เราจักระงับกายสังขาร หายใจออก

อิติ อัชฉัตตัง วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัชฉัตตะพะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สะมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สะมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อัทธิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุชฺฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอนั้น

ยวาระทေး ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺุจ โลก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กาย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

(อานาปานะปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยลมหายใจเข้าออก)

๒. อิริยาปถบรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาอิริยาบถ

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

คัจฉันโต วา คัจฉามิติ ปะชานาติ

เมื่อเดินอยู่ ก็รู้ชัดว่า (เดี๋ยวนี้) เราเดิน

ฐิต วา ฐิตมฺหิติ ปะชานาติ

หรือเมื่อเย็น ก็รู้ชัดว่า (เดี๋ยวนี้) เราเย็น

นิสินโน วา นิสินโนมฺหิติ ปะชานาติ

หรือเมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า (เดี๋ยวนี้) เรานั่ง

สะยาโน วา สะยาโนมฺหิติ ปะชานาติ

หรือเมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า (เดี๋ยวนี้) เรานอน

ยะธา ยะธา วา ปะนัสสะ กาโย ปะณิหิต โทติ

อนึ่ง เมื่อเขอนั้น เป็นผู้ตั้งกายไว้แล้วอย่างใด ๆ

ตะธา ตะธา นัมปะชานาติ

ก็ย่อมรู้ชัดอาการกายนั้น อย่างนั้น ๆ

อิติ อัจฉัตตัง วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนั้น ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอนั้น

ยวาทะวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิตฺติโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺณจิ โสเก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

(อิริยาปะละปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยอิริยาบถ)

๓. สัมปชัญญบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาสัมปชัญญะ

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว ภิกขุ

คู่อ่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

อะภิกันเต ปะภิกันเต สัมปะชานะการี โหติ

ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ (ความเป็นผู้รู้ทั่วพร้อม)
ในการก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง

อาโลกิตะ วิโลกิตะ สัมปะชานะการี โหติ

ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการแลไปข้างหน้า
และเหลียวไปข้างซ้าย ข้างขวา

สัมมิญชิตะ ปะสาริตะ สัมปะชานะการี โหติ

ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการคู้อวัยวะเข้า
เหยียดอวัยวะออก

สังฆาฏิ ปัตตะ จีวะระ ธาระณะ สัมปะชานะการี โหติ

ย่อมเป็นผู้ทำสัมปะชัญญะ ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร
และจีวร

อะสิตะ ปีเต ขายิตะ สายิตะ สัมปะชานะการี โหติ

ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการกิน คืม เคี้ยว และลิ้ม

อุจจาระปัสสาวะ กัมเม สัมปะชานะการี โหติ

ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ

คะเต จูเต นิตินเน สุตเต ชาคะริเต ภาสิตे तुณ्हีภาเว สัมปะชานะการี โหติ

ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น
พูด และความเป็นผู้นั่งอยู่

อิติ อัจฉัตตัง วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สะมุทะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺจิ โลเก อุปาทियะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

(สัมปะชัญญะปัจพัง จบข้อกำหนดด้วยสัมปะชัญญะ)

๔. ปฏิภูมมนสิการบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาถึงเป็นปฏิภูม

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

อิมะเมวะ กายัง อุตฺถัง ปาทะตะลา อะโห เกสะมัตตะกา
ตะจะปะริยันตัง ปุรันนानันปะปะการัสสะ อะสุจโน ปัจจะเวกขะติ

ย่อมพิจารณาภายในนี้แล เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นไป เบื้องต่ำ
แต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดโดยรอบ เต็มด้วย
ของไม่สะอาดมีประการต่างๆ ว่า

อัตฺถิ อิมัสมิง กายะ

มีอยู่ในกายนี้

เกสา โลมา นะขา

ผม ขน เล็บ

ทันตา ตะโจ

ฟัน หนัง

มังสัถฺถัง นะหารู

เนื้อ เอ็น

อัฏฐี อัสสุมิญจัน

กระดูก เยื่อในกระดูก

วักกัถฺถัง หะทะยัถฺถัง ยะกะนัง

น้ำมัน หัวใจ ตับ

กิโถมะกัถฺถัง ปิหะกัถฺถัง ปิปผาสัถฺถัง

พังผืด ไต ปอด

อันตัง อันตะคุณฺณัง

ไส้ใหญ่ ไส้เล็ก

(สายรัดไส้ ไส้ทบ)

อุทะริยั้ง กะรีสัง

อาหารใหม่ อาหารเก่า

ปีตตั้ง เสมหัง ปุพโพ

น้ำดี น้ำเสลด น้ำเหลือง

โลหิตัง เสโท เมโท

น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำมันข้น

อัสสุ ะสะธา เขโพ

น้ำตา น้ำมันเหลว น้ำลาย

สิงฆาณิกา ละสิกา มุตตันติ

น้ำมูก น้ำไขข้อ น้ำมูตร

เสยยะถาปี ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้นใด

อุอะโตมุขา มุโตพี

ได้มีปาก ๒ ข้าง

ปุรา นานาวิหิตัสสะ ัญญัสสะ

เต็มด้วยัญญาชาติมีประการต่าง ๆ

เสยยะถิทัง

คืออะไรบ้าง ?

สาธินัง วิหีนัง

คือข้าวสาธิ ข้าวเปลือก

มุกคานัง มาสานัง

ถั่วเขียว ถั่วเหลือง

ติถานัง ตัณฑุถานัง

งา ข้าวสาร

ตะเมนัง จักขุมา ปุริโส มุญจितัว

บุรุษมีจักขุแก่นั้้นออกแล้ว

ปัจจะเวกขยยะ

พึงเห็นได้ว่า

อิม สาลี

เหล่านี้ ข้าวสาลี

อิม วีหิ

เหล่านี้ ข้าวเปลือก

อิม มุกคา

เหล่านี้ ถั่วเขียว

อิม มาสา

เหล่านี้ ถั่วเหลือง

อิม ทิลา

เหล่านี้ งา

อิม ตัณฑุลาติ

เหล่านี้ ข้าวสาร

เอวะเมวะ โข ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นนั่นแล ภิกษุ

อิมะเมวะ กายัง อุตธัง ปาทะตะลา อะโห เกสะมัตตะกา

ตะจะปะริยันตัง ปุรันนานันปะการัสสะ อะสุจิโน ปัจจะเวกขะติ

ย่อมพิจารณากายนี้แล เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นไป เบื้องต่ำ

แต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดโดยรอบ เต็มด้วย

ของไม่สะอาดมีประการต่างๆ ว่า

อตฺถิ อิมัสมิง กายะ

มีอยู่ในกายนี้

เกสา โลมา นะขา

ผม ขน เล็บ

ทันตา ตะโจ	พิน หนัง
มังสัง นะหารู	เนื้อ เอ็น
อัญฐิ อัญฐิมิณฺขัง	กระดูก เยื่อในกระดูก
วักกัง หะทะยัง ยะกะนัง	ม้าม หัวใจ ตับ
กิโถมะกัง ปิหะกัง ปุปผาสัง	พังผืด ไต ปอด
อันตัง อันตะคฺคณัง	ไส้ใหญ่ ไส้เล็ก
อุทะริยัง กะรีสัง	อาหารใหม่ อาหารเก่า
ปีตตัง เสมหัง ปุพฺโพ	น้ำดี น้ำเสลด น้ำเหลือง
โลหิตัง เสโท เมโท	น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำมันข้น
อัสสุ ะสะทา เขโโพ	น้ำตา น้ำมันเหลว น้ำลาย
สิงฆาณิกา ละลิกา มุตตันติ	น้ำมูก น้ำไขข้อ น้ำมูตร
อิติ อัจฉัตตัง วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ	
ดังนี้ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง	
พะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ	
ยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง	

อัมิตตะพะทิตธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺติ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอนั้น

ยาวะทเวะ ญานะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺุจฺจ โสเก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขเว ภิกขุ กาย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

(ประภิกขุละปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยกายเป็นของปฏิภูต)

๕. ชาตุมนสิการบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาธาตุทั้ง ๔

ปุณะ จะประรัง ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

อิมะเมวะ กายัง ยะถาสฐิตัง ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส

ปัจจะเวกขะติ

ย่อมพิจารณากายอันตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ตามปกตินี้แล
โดยความเป็นธาตุว่า

อัทถิ อิมัสมิง กาย

มีอยู่ในกายนี้

ปะฐะวีธาตุ อาโปธาตุ

ธาตุดิน ธาตุน้ำ

เตโชธาตุ วาโยธาตุติ

ธาตุไฟ ธาตุลม

เสยยะธาปี ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้นใด

ทุกโข โคฆาตะโก วา โคฆาตะกันตวาตี วา

คนฆ่าโค หรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้ฉลาด

คาวิง วรรชิตวา

ฆ่าแม่โคแล้ว

จาทุมมะหาปะเถ วิละโส ปะฐิวีระชิตวา นิสินโน อัสสะ

พึงแบ่งออกเป็นส่วน แล้วนั่งอยู่ที่หนทางใหญ่ ๔ แพร่ง

เอวะเมวะ โข ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นนั้นนั้นแล ภิกษุ

อิมะเมวะ กายัง ยะถาฐิตัง ยะถาปะณิหิตัง ธาตุโส

ปัจจะเวกชะติ

ย่อมพิจารณากาย อันตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ตามปกตินี้นี้แล

โดยความเป็นธาตุว่า

อตฺถิ อิมัสฺมิง กายเ

มีอยู่ในกายนี้

ปะฐะวีธาตุ อาโปธาตุ

ธาตุดิน ธาตุน้ำ

เตโชธาตุ วาโยธาตุติ

ธาตุไฟ ธาตุลม

อติ อชณฺตตัง วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สุมุทะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สุมุทะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุสฺสีตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสฺสีโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

อุทฐมาตะกัง วินีละกัง

อันพองขึ้น สีเขียวน่าเกลียด

วิบุพะกะชาตัง

เป็นสรีระมีน้ำเหลืองไหล น่าเกลียด

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยัมปิ โข กาโย

ถึงร่างกายอันนี้เล่า

เอวังธัมโม

ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี

คงเป็นอย่างนี้

เอวัง อะนะตีโตติ

ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัจฉัตตัง วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัญฺฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยวาทะวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺุจิ โสเก อุปาทียะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

อะยมปิ โข กาโย ถึงร่างกายอันนี้เล่า

เอวังชัมโม ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี คงเป็นอย่างนี้

เอวัง อะนะตีโตติ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัจฉัตตัง วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

 ดังนี้ ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

 ย่อมนพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

 ย่อมนพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สမุตตะยะชัมมานูปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

 ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะชัมมานูปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

 ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุตตะยะวะยะชัมมานูปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

 ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
 ไปในกายบ้าง

อัติ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฏฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เรอนั้น

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เราย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิญจิ โลเก อุปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวมปี ภิกขะเว ภิกขุ กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

- ๓ -

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

เสยยะถาปี ปัสเสยยะ สะรีรัง

เหมือนกะว่าจะพึงเห็นสรีระ (ซากศพ)

สีวะธิกายะ ฉัทตัตถัง

ที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญฐิสัจจะติกัถ

เป็นร่างกระดูก

สะมังสะโลหิตัง

ยังมีเนื้อและเลือด

นหารุสสัมพันธัง

อันเส้นเอ็นรัดเรียงอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง อูปะสังหะระติ

เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยัมปิ โข กาโย

ถึงร่างกายอันนี้แล้ว

เอวังขัมโม

ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี

คงเป็นอย่างนี้

เอวัง อะนะตีโตติ

ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัชฉัตตัง วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัชฉัตตะพะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

ระมุฑะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

ระมุฑะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสัมมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอฉันนั้น

ยาวะเทวะ ญณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺจิ โลเก อุปาทียะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

ปุณฺะ จะประรั้ง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

เสยยะถาปี ปีตเสยยะ สะรีรั้ง

เหมือนกะว่าจะพึงเห็นสรีระ (ซากศพ)

สีวะธิกายะ นัททิตัง ที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิสสังขะลิกัง เป็นร่างกระดูก

นิมมังสะโลหิตัง มักขิตัง

เปื้อนด้วยเลือด แต่ปราศจากเนื้อแล้ว

นะหารุสสัมพันธัง ยังมีเส้นเอ็นรัดรึงอยู่

โส อิมะเมวะ กายัง อูปะสังหะระติ

เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยัมปิ โข กาโย ถึงร่างกายอันนี้เล่า

เอวังธัมโม ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี คงเป็นอย่างนี้

เอวัง อะนะตีโตติ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัชฉัตตัง วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

คั้งนี้ ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นภายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นภายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัชฉัตตะพะหิทธา วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นภายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสตีโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺจึ โลเก อูปาทิยะติ
 ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปี ภิกขะเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ.
 คู่ก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกาย
 เอง ๆ อยู่อย่างนี้.

- ๕ -

ปุณฺจะ ประรัง ภิกขะเว ภิกขุ
 คู่ก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

เสยยะถาปี ปัสเสยยะ สะริรัง
 เหมือนกะว่าจะพึงเห็นสรีระ (ซากศพ)

สีวะธิกายะ นัททิตัง ที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญฺฐิสังขะถิกัง เป็นร่างกระดูก

อะปะกะตะมังสะโลหิตัง ปราศจากเนื้อและเลือดแล้ว

นะหารุสัมพันชัง ยังมีเส้นเอ็นรัดรึงอยู่

โต อิมะเมวะ กายัง อูปะสังหะระติ
 เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยมปี โข กาโย ถึงร่างกายอันนี้เล่า
 เอวังธัมโม ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา
 เอวังภาวี คงเป็นอย่างนี้
 เอวัง อะนะตีโตติ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัจฉัตตัง วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ
 ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ
 ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ
 ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สะมุทะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ
 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ
 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สะมุทะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ
 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
 ไปในกายบ้าง

อัทธิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยวาระทေး ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอยอมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺจึ โลเก อูปาทิยะติ

ยอมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

- ๖ -

ปุณะ จะปะรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

เสยยะถาปิ ปัสเสยยะ สะรึรัง

เหมือนกะว่าจะพึงเห็นสรีระ (ซากศพ)

ลีวะธิกายะ ฉัททิตัง

ที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ

คือเป็น (ท่อน) กระจุก

อะปะคะตะนะหารุสัมพันธานิ

ปราศจากเส้นเอ็นเครื่องรัดรีงแล้ว

ทิสาวิติสา วิกขิตตานิ

กระจายไปแล้วในทิสน้อย และทิสใหญ่

อัญญณะ หัตถัญญิกัง

คือกระจุกมือ (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ ปาทัญญิกัง

กระจุกเท้า (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ ชังฆัญญิกัง

กระจุกแข้ง (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ อูรัญญิกัง

กระจุกขา (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ กะกิญญิกัง

กระจุกสะเอว (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ ปิฏญิกัณฏะกัญญิกัง

กระจุกสันหลัง (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ ผาสุกัญญิกัง

กระจุกซี่โครง (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ อูรัญญิกัง

กระจุกหน้าอก (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญณะ พาหุญญิกัง

กระจุกแขน (ไปอยู่) ทางอื่น

อัญญะ อังถัญญิกัง	กระดุกไหล่ (ไปอยู่) ทางอื่น
อัญญะ ทิวัญญิกัง	กระดุกคอ (ไปอยู่) ทางอื่น
อัญญะ หะนุญญิกัง	กระดุกคาง (ไปอยู่) ทางอื่น
อัญญะ ทันถัญญิกัง	กระดุกพื้น (ไปอยู่) ทางอื่น
อัญญะ สีสะกะฎาหัง	กะโหลกศีรษะ (ไปอยู่) ทางอื่น

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะลังหะระติ

เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยัมปิ โข กาโย	ถึงร่างกายอันนี้แล้ว
เอวังขัมโม	ก็มืออย่างนี้เป็นธรรมดา
เอวังภาวี	คงเป็นอย่างนี้
เอวัง อะนะตีโตติ	ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัชฉัตตัง วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุข่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ

ข่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัมตตะพะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺุจฺจิ โลเก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวมปี ภิกขะเว ภิกขุ กายะ กายานุปัตตี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

- ๓ -

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

เสยยะถาปี ปัสเสยยะ สะรีรัง

เหมือนกะว่าจะพึงเห็นสรีระ (ซากศพ)

สีวะธิกายะ จัฑฑิตัง

ที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ

คือเป็น (ท่อน) กระดูก

เสตานิ สัจจะวัณณุปะนิทานิ

มีสีขาวเปรียบด้วยสีสังข์

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยมปี โข กาโย

ถึงร่างกายอันนี้เล่า

เอวังชัมโม

ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี

คงเป็นอย่างนี้

เอวัง อะนะตีโตติ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัจฉัตตัง วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

 ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

 ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

 ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ

 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ

 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมิง วิหะระติ

 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
 ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุสฺสีตา โหติ

 ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยัมปิ โข กาโย

ถึงร่างกายอันนี้เล่า

เอวังชัมโม

ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี

คงเป็นอย่างนี้

เอวัง อะนะตีโตติ

ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัจฉัตตัง วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กายะ กายานุปัสสี วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สะมุททะยะชัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะชัมมานุปัสสี วา กายัสสัมมัง วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัสสัมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัญฺฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยวาระทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺุจิ โลก อูปาทียะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ ภิกขะเว ภิกขุ กายเ กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

- ๘ -

ปุณฺะ จะปะรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

เสยยะถาปี ปัสเสยยะ สระวีรัง

เหมือนกะว่าจะพึงเห็นสระวีระ (ชาคศพ)

สึวะติกาเย ฉัทตัตัง ที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า

อัญญิกานิ คือเป็น (ท่อน) กระจุก

บุตฺตินิ จุณณะกะชาตานิ ผละเอียดแล้ว

โส อิมะเมวะ กายัง อุปะสังหะระติ

เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้แล้ว

อะยัมปิ โข กาโย ถึงร่างกายอันนี้เล่า

เอวังชัมโม ก็มีอย่างนี้เป็นธรรมดา

เอวังภาวี คงเป็นอย่างนี้

เอวัง อะนะตีโตติ ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนี้ไปได้

อิติ อัจฉัตตัง วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะธัมมานุปัสสี วา กายัส้มิง วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา กายัส้มิง วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในกายบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา กายัส้มิง วิหะระติ

ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในกายบ้าง

อัสติ กาโยติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจิตา โหติ

ก็หรือสติว่ากายมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยวาระทวะ ญฺณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมนไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺจ โลก อูปาทิยะติ

ย่อมนไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ กายเย กายานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายในกาย
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้.

(นะวะสึวะติกาปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยป่าช้า ๕ ข้อ)

[กายานุปัสสนาสติปัฏฐานัง จบกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน]

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ว่าด้วยการพิจารณาเวทนา

๑. เวทนา - ข้อกำหนดการพิจารณาเวทนา

กะถัญจะ ภิกขะเว ภิกขุ เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อย่างไร ภิกษุยอมพิจารณาเห็นเวทนา
(ความเสวยอารมณ์) ในเวทนาเนื่อง ๆ อยู่

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

สุขัง เวทะนัง เวทियะมาโน

เมื่อเสวยสุขเวทนา

สุขัง เวทะนัง เวทियามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ชัดว่า บัดนี้เราเสวยสุขเวทนา

ทุกขัง เวทะนัง เวทियะมาโน

เมื่อเสวยทุกข์เวทนา

ทุกขัง เวทะนัง เวทियามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ชัดว่า บัดนี้เราเสวยทุกข์เวทนา

อะทุกขะมะสุขัง เวทะนัง เวทियะมาโน

เมื่อเสวยอทุกข์มสุขเวทนา (ไม่ทุกข์ ไม่สุข)

อะทุกขะมะสุขัง เวทะนัง เวทียามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ซัดว่า บัดนี้เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา

ตามิสัง วา สุขัง เวทะนัง เวทียะมาโน

หรือเมื่อเสวยสุขเวทนามีอามิส (คือเจือกามคุณ)

ตามิสัง สุขัง เวทะนัง เวทียามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ซัดว่า บัดนี้เราเสวยสุขเวทนามีอามิส

นिरามิสัง วา สุขัง เวทะนัง เวทียะมาโน

หรือเมื่อเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส (คือไม่เจือกามคุณ)

นिरามิสัง สุขัง เวทะนัง เวทียามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ซัดว่า บัดนี้เราเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส

ตามิสัง วา ทุกขัง เวทะนัง เวทียะมาโน

หรือเมื่อเสวยทุกขเวทนามีอามิส

ตามิสัง ทุกขัง เวทะนัง เวทียามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ซัดว่า บัดนี้เราเสวยทุกขเวทนามีอามิส

นिरามิสัง วา ทุกขัง เวทะนัง เวทียะมาโน

หรือเมื่อเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส

นिरามิสัง ทุกขัง เวทะนัง เวทียามีติ ปะชานาติ

ก็รู้ซัดว่า บัดนี้เราเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส

สามีสั่ง วา อะทุกะมะสุขัง เวทะนัง เวทียะมาโน
หรือเมื่อเสวยขอกทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส

สามีสั่ง อะทุกะมะสุขัง เวทะนัง เวทียามีติ ปะชานาติ
ก็รู้ชัดว่า บัดนี้เราเสวยขอกทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส

นิรามีสั่ง วา อะทุกะมะสุขัง เวทะนัง เวทียะมาโน
หรือเมื่อเสวยขอกทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส

นิรามีสั่ง อะทุกะมะสุขัง เวทะนัง เวทียามีติ ปะชานาติ
ก็รู้ชัดว่า บัดนี้เราเสวยขอกทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส

อิติ อัจฉัตตัง วา เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ
ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา
เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ
ย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ
ย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ทั้งภายในทั้งภายนอก
บ้าง

สะมุทะยะธัมมานุปัสสี วา เวทะนาสุ วิหะระติ
ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในเวทนาบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา เวทะนาสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเสื่อมไปในเวทนาบ้าง

สมุททะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา เวทะนาสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในเวทนาบ้าง

อตฺถิ เวทะนาติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัญฺฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่าเวทนามีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอนั้น

ยวาระทเวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺณจิ โลเก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัง โข ภิกขะเว ภิกขุ เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา
เนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้แล.

[เวทะนานุปัสสะนาสะติปัญฺฐานัง จบเวทนานุปัสสนาสติปัญฺฐานัง]

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ว่าด้วยการพิจารณาจิต

๘. จิต - ข้อกำหนดการพิจารณาจิต

กะถัญจะ ภิกขะเว ภิกขุ จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อย่างไร ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นจิต
ในจิตเนื่อง ๆ อยู่

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. สะราคัง วา จิตตัง สะราคัง จิตตันติ ปะชานาติ

อนึ่ง จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ

๒. วิตะราคัง วา จิตตัง วิตะราคัง จิตตันติ ปะชานาติ

หรือจิตไม่มีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีราคะ

๓. สะโทสัง วา จิตตัง สะโทสัง จิตตันติ ปะชานาติ

หรือจิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโทสะ

๔. วิตะโทสัง วา จิตตัง วิตะโทสัง จิตตันติ ปะชานาติ

หรือจิตไม่มีโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีโทสะ

๕. สะโมหัง วา จิตตัง สะโมหัง จิตตันติ ปะชานาติ

หรือจิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโมหะ

๖. วีตะโมหัง วา จิตตัง วีตะโมหัง จิตตันติ ปะชานาติ
หรือจิตไม่มีโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีโมหะ
๗. สัจจิตตัง วา จิตตัง สัจจิตตัง จิตตันติ ปะชานาติ
หรือจิตหตฺถุ ก็รู้ชัดว่า จิตหตฺถุ
๘. วิกจิตตัง วา จิตตัง วิกจิตตัง จิตตันติ ปะชานาติ
หรือจิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน
๙. มะหัคคะตัง วา จิตตัง มะหัคคะตัง จิตตันติ ปะชานาติ
หรือจิตเป็นมหรรคต (คือถึงความใหญ่ หมายเอาจิต
ที่เป็นฌาน หรือเป็นอัปปมัญญา พรหมวิหาร) ก็รู้ชัดว่า
จิตเป็นมหรรคต
๑๐. อะมะหัคคะตัง วา จิตตัง อะมะหัคคะตัง จิตตันติ
ปะชานาติ
หรือจิตไม่เป็นมหรรคต ก็รู้ชัดว่า จิตไม่เป็นมหรรคต
๑๑. สะอุตตะรัง วา จิตตัง สะอุตตะรัง จิตตันติ ปะชานาติ
หรือจิตเป็นสะอุตตะระ (คือกามาวจรจิต มีจิตอื่นยิ่งกว่า
ไม่ถึงอุปจารสมาธิ) ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นสะอุตตะระ
๑๒. อะนุตตะรัง วา จิตตัง อะนุตตะรัง จิตตันติ ปะชานาติ
หรือจิตเป็นอนุตตะระ (คือกามาวจรจิต ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
หมายเอาอุปจารสมาธิ) ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นอนุตตะระ

๑๓. **สมาหิตัง วา จิตตัง สมาหิตัง จิตตันติ ปะชานาติ**
หรือจิตตั้งมั่น ก็รู้ชัดว่า จิตตั้งมั่น
๑๔. **อะสะมาหิตัง วา จิตตัง อะสะมาหิตัง จิตตันติ ปะชานาติ**
หรือจิตไม่ตั้งมั่น ก็รู้ชัดว่า จิตไม่ตั้งมั่น
๑๕. **วิมุตตัง วา จิตตัง วิมุตตัง จิตตันติ ปะชานาติ**
หรือจิตวิมุตติ (คือหลุดพ้นด้วยตนทั้งควิมุตติ และ
วิกขัมภนวิมุตติ) ก็รู้ชัดว่า จิตวิมุตติ
๑๖. **อะวิมุตตัง วา จิตตัง อะวิมุตตัง จิตตันติ ปะชานาติ**
หรือจิตยังไม่วิมุตติ ก็รู้ชัดว่าจิตยังไม่วิมุตติ

อิติ อัจฉัตตัง วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ
ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตเป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ
ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตเป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ
ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิต ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สะมุทะยะฉัมมานุปัสสี วา จิตตัสสัง วิหะระติ
ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือความเกิดขึ้นในจิตบ้าง

วาระระฆังฆมานุปัสสี วา จิตตัสมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในจิตบ้าง

ระฆังฆมานุปัสสี วา จิตตัสมิง วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในจิตบ้าง

อตฺถิ จิตฺตํติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจูปัญญิตา โหติ

ก็หรือสติว่า จิตมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะทေး ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนัสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิญฺจิ โลก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัง โข ภิกขะเว ภิกขุ จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตเนื่อง ๆ
อยู่อย่างนี้แล.

[จิตตานุปัสสนาสะติปัญญาณา จบจิตตานุปัสสนาสะติปัญญาณา]

ธัมมานุปัสสนาสติปิฎฐาน ว่าด้วยการพิจารณาธรรม

๕. นีวรณบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณานีวรณ

กะถัญจะ ภิกขะเว ภิกขุ ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อย่างไร ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรม
ในธรรมเนื่อง ๆ อยู่

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

ปัญจะสุ นีวะระเณสุ

คือนีวรณ ๕

กะถัญจะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อย่างไร ภิกษุ

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

ปัญจะสุ นีวะระเณสุ

คือนีวรณ ๕

อิระ ภิกษเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

- ๑ -

สันตัง วา อัจฉัตตัง กามะฉันทั้ง

เมื่อกามฉันท์ (ความพอใจในกามารมณ์) มี ณ ภายในจิต

อตฺถิ เม อัจฉัตตัง กามะฉันโทติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้คว้า กามฉันท์มีอยู่ ณ ภายในจิต

อะสันตัง วา อัจฉัตตัง กามะฉันทั้ง

หรือเมื่อกามฉันท์ไม่มี ณ ภายในจิต

นตฺถิ เม อัจฉัตตัง กามะฉันโทติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้คว้ากามฉันท์ไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนัสสะ กามะฉันทัสสะ อูปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่กามฉันท์อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัถฺยจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะถา จะ อูปปีนัสสะ กามะฉันทัสสะ ปะหานัง โหติ

อนึ่ง ความละกามฉันท์ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ กามะฉันทัสสะ อายะติง อะนุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่กามฉันทอันตนละเอียดแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไป
ได้ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ กามะฉันทัสสะ อายะติง อะนุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่กามฉันทอันตนละเอียดแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไป
ได้ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ประการนั้นด้วย.

- ๒ -

สันตัง วา อัจฉัตตัง พยาปาทัง

อนึ่ง เมื่อพยาบาท (ความคิดแข่งสัตว์ให้พินาศ)
มี ณ ภายในจิต

อตฺถิ เม อัจฉัตตัง พยาปาโทติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า พยาบาทมีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัชฉัตตัง พฺยาปาทัง

หรือเมื่อพยาบาทไม่มี ณ ภายในจิต

นัตถิ เม อัชฉัตตัง พฺยาปาโทติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า พยาบาทไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะธา จะ อะนุปปีนัสสะ พฺยาปาทัสสะ อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่พยาบาทอันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปีนัสสะ พฺยาปาทัสสะ ปะหานัง โหติ

อนึ่ง ความละพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ด้วยประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนัสสะ พฺยาปาทัสสะ อายะติง อะนุปปาโท

โหติ

อนึ่ง ความที่พยาบาทอันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไป
ได้ด้วยประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ประการนั้นด้วย.

- ๓ -

สันตัง วา อัชฌัตตัง ถีนะมิทชัง

อนึ่ง เมื่อถีนมิทชะ (ความคร้านกายและง่วงเหงา)
มี ณ ภายในจิต

อตถิ เม อัชฌัตตัง ถีนะมิทชันติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทชะมีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัชฌัตตัง ถีนะมิทชัง

หรือ เมื่อถีนมิทชะไม่มี ณ ภายในจิต

นัตถิ เม อัชฌัตตัง ถีนะมิทชันติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทชะไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ ถีนะมิทชัสสะ อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่ถีนมิทชะอันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ ถีนะมิทชัสสะ ปะหัง โหติ

อนึ่ง ความละถีนมิทชะที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้น

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ ถินะมิทฐัสสะ อายะติง อะนุปปาโท โหติ
 อนึ่ง ความที่ถินมิทฐะอันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไป
 ได้ด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ประการนั้นด้วย.

- ๔ -

สันตัง วา อัมมัตตัง อุทธีจจะกุกกุจัจัง

อนึ่ง เมื่ออุทธีจกุกกุจจะ (ความฟุ้งซ่านและรำคาญใจ)
 มี ณ ภายในจิต

อตติ เม อัมมัตตัง อุทธีจจะกุกกุจัจันติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซัดว่า อุทธีจกุกกุจจะมีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัมมัตตัง อุทธีจจะกุกกุจัจัง

หรือเมื่ออุทธีจกุกกุจจะไม่มี ณ ภายในจิต

นัตติ เม อัมมัตตัง อุทธีจจะกุกกุจัจันติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซัดว่า อุทธีจกุกกุจจะไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะถา จะ อะนุปปนัสสะ อุทธีจจะกุกกุจัจัสสะ อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่อุทธีจกุกกุจจะอันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น
 ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปีนัสสะ อุทฺธจจะกุกกุจฺจัสสะ ปะหานัง โหติ
 อนึ่ง ความละอุทฺธจจะกุกกุจจะที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ด้วย
 ประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนัสสะ อุทฺธจจะกุกกุจฺจัสสะ อายะติง อะนุปปาโท
 โหติ

อนึ่ง ความที่อุทฺธจจะกุกกุจจะอันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้น
 ต่อไปได้ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ประการนั้นด้วย.

- ๕ -

สันตัง วา อัจฉัตตัง วิจิกิจนัง

อนึ่ง เมื่อวิจิกิจณา (ความเคลือบแคลงสงสัย)
 มี ณ ภายในจิต

อตฺถิ เม อัจฉัตตัง วิจิกิจณาติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า วิจิกิจณามีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัชฌัตตัง วิจิกจันัง

หรือ เมื่อวิจิกจณาไม่มี ณ ภายในจิต

นัตถิ เม อัชฌัตตัง วิจิกจณาติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า วิจิกจณาไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะธา จะ อะนุปปีนนายะ วิจิกจนายะ อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่วิจิกจณาอันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัณฺหะจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปีนนายะ วิจิกจนายะ ปะหานังโหติ

อนึ่ง ความละวิจิกจณาที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ด้วยประการใด

ตัณฺหะจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนายะ วิจิกจนายะ อายะติง อะนุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่วิจิกจณาอันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไปได้
ด้วยประการใด

ตัณฺหะจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ประการนั้นด้วย.

อิติ อัมมัตตัง วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายนอกบ้าง

อัมมัตตะพะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมุททะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง

วะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเสื่อมไปในธรรมบ้าง

สมุททะยะวะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในธรรมบ้าง

อัตถิ รัมมาติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่าธรรมมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอนั้น

ยวาทะวะ ญาณะมัตตายะ

แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

อิติ สัตถุญายะ อตถังคะโม อย่างนี้ ความดับไปของสัตถุญา

อิติ สังขารา อย่างนี้ สังขาร (ความคิด)

อิติ สังขารานัง สะมุทะโย อย่างนี้ ความเกิดขึ้นของสังขาร

อิติ สังขารานัง อตถังคะโม อย่างนี้ ความดับของสังขาร

อิติ วิญญาณัง อย่างนี้ วิญญาณ (ความรู้สึก)

อิติ วิญญาณัสสะ สะมุทะโย
 อย่างนี้ ความเกิดขึ้นของวิญญาณ

อิติ วิญญาณัสสะ อตถังคะโมติ
 อย่างนี้ ความดับไปของวิญญาณ

อิติ อชณัตตัง วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ
 ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ
 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายนอกบ้าง

อชณัตตะพะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ
 ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

ระมุกะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง

วะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเสื่อมไปในธรรมบ้าง

ระมุกะยะวะยะธัมมานุปัสสี วา ธัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในธรรมบ้าง

อตฺถิ ธัมมาติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปปัญฺฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่าธรรมมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เรอนั้น

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺจิ โลก อุปาทิยะติ ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ
ปีญฺจะสุ อุปาทานักขันธสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
คืออุปาทานขันธ ๕ อย่างนี้แล.

(ขันธะปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยขันธ)

๑๑. อายตนบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาอายตนะ

ปุณะ จะ ประรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

นะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ

คืออายตนะภายใน และอายตนะภายนอก ๖ (อย่างละ ๖)

กะถัญจะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อย่างไร ภิกษุ

ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

นะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ

คือ อายตนะภายในและอายตนะภายนอก ๖

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

- ๑ -

จักขุญจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักตาด้วย

รูเป จะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักรูปด้วย

ยัญจะ ตะทุภะยัง ปะภูิจจะ อุปปีชชะติ สัตถุโณชะนัง

อนึ่ง สัจฉโยชนัน (เครื่องผูก) ย่อมเกิดขึ้น อาศัยตาและ
รูปทั้ง ๒ นั้น อันใด

ตัญจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักอันนั้นด้วย

ยะธา จะ อะนุปปันนัสสะ สัตถุโณชะนัสสะ อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชนัน อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปันนัสสะ สัตถุโณชะนัสสะ ปะหานัง โหติ

อนึ่ง ความที่ละสังโยชนัน ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนัสสะ สัตถุโณชะนัสสะ อายะติง อะนุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชนัน อันตนละเสียแล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้น
ต่อไปได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย.

- ๒ -

โสตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักหูด้วย

สัทฺเต จะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักเสียงด้วย

ยฺญจะ ตะทุทะยัง ปะฐิจจะ อุปปีชชะติ สตัณฺโณชะนัง

อนึ่ง สัจฺโยชนํ ย่อมเกิดขึ้นอาศัยหูและเสียง ทั้ง ๒ นั้นอันใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักอันนั้นด้วย

ยะธา จะ อะนุปปีนนัสสะ สตัณฺโณชะนัสสะ อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่สัจฺโยชนํ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปีนนัสสะ สตัณฺโณชะนัสสะ ปะหานัง โหติ

อนึ่ง ความละสัจฺโยชนํ ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนัสสะ สตัณฺโณชะนัสสะ อายะติง อะนุปปาโท

โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันตนละเสียแล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้น
ต่อไปได้ด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย.

- ๓ -

มานัญจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักจุมูกด้วย

คันธะ จะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักกลิ่นด้วย

ยัญจะ ตะทุภะยัง ปะภุจจะ อุปปัชชะติ สัตถุโณชะนัง

อนึ่ง สังโยชน์ ย่อมเกิดขึ้นอาศัยจุมูกและกลิ่นทั้ง ๒ นั้นอันใด

ตัณจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักอันนั้นด้วย

ยะธา จะ อะนุปปันนัสสะ สัตถุโณชะนัสสะ อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปันนัสสะ สัตถุโณชะนัสสะ ปะหานัง โหติ

อนึ่ง ความละสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนัสสะ สัตถุโณชนะนัสสะ อายะติง อะนุปปาโท โหติ
อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันตนละเสียแล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้น
ต่อไปได้ ด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย.

- ๔ -

ชีวิหิณจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักสิ้นด้วย

ระเส จะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักรสด้วย

ยัญจะ ตะทุภะยัง ปะฎิจจะ อุปปัชชะติ สัตถุโณชนะนัง
อนึ่ง สังโยชน์ ย่อมเกิดขึ้นอาศัยสิ้นและรส ทั้ง ๒ นั้นอันใด

ตัณจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักอันนั้นด้วย

ยะธา จะ อะนุปปินนัสสะ สัตถุโณชนะนัสสะ อุนปาโท โหติ
อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุนปปินนัสสะ สัตถุโณชนะนัสสะ ปะหานัง โหติ
อนึ่ง ความละสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะถา จะ ปะหีนัสสะ สัณฺโณชะนัสสะ อายะติง อะนุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันตนละเสียแล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้น
ต่อไปได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ.

ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย.

- ๕ -

กายัณฺจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักกายด้วย

โณฏฐัप्พะ จะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักโณฏฐัप्พะ (สิ่งที่พึงผูกต้องด้วยกาย) ด้วย

ยัณฺจะ ตะทุภะยัง ปะฎิจจะ อุปปีชชะติ สัณฺโณชะนัง

อนึ่ง สังโยชน์ ย่อมเกิดขึ้นอาศัยกายและโณฏฐัप्พะ
ทั้ง ๒ นั้นอันใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักอันนั้นด้วย

ยะถา จะ อะนุปปินัสสะ สัณฺโณชะนัสสะ อูปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปีนํสสะ สัตฺตโยชณะนํสสะ ปะหานัง โหติ

อนึ่ง ความละสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนํสสะ สัตฺตโยชณะนํสสะ อายะติง อะนุปฺปาโท

โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันตนละเสียแล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้น
ต่อไปได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ.

ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย.

- ๖ -

มะนํญจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักใจด้วย

ธัมเม จะ ปะชานาติ

ย่อมรู้จักธรรมารมณ (สิ่งที่พึงรู้ได้ด้วยใจ) ด้วย

ยฺถุจะ ตะทุภะยัง ปะฎิจจะ อุปปัสสะติ สัตฺตโยชณะนัง

อนึ่ง สังโยชน์ ย่อมเกิดขึ้นอาศัยใจและธรรมารมณ
ทั้ง ๒ นั้นอันใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักอันนั้นด้วย

ยะธา จะ อะนุปปีนนัสสะ สัณฺโณชะนัสสะ อุปปาโท โหติ
อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วย
ประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปีนนัสสะ สัณฺโณชะนัสสะ ปะหังง โหติ
อนึ่ง ความละสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย

ยะธา จะ ปะหีนนัสสะ สัณฺโณชะนัสสะ อายะติง อะนุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่สังโยชน์ อันตนละเสียแล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้น
ต่อไปได้ ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย.

อิติ อัจฉัตตัง วา ชัมเมสุ ชัมมานุปัสสี วิหะระติ

คั้งนี้ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายในบ้าง

พะหิตธา วา ชัมเมสุ ชัมมานุปัสสี วิหะระติ

ยอมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมเป็นภายนอกบ้าง

อชฌัตตะพะทิตธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สุมุทะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง

วะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือความเสื่อมไปในธรรมบ้าง

สุมุทะยะวะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในธรรมบ้าง

อตฺถิ รัมมาติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฏิฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่าธรรมมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะทเวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺุจิ โสเก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ โข ภิกขเว ภิกขุ รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ
 นะสุ อัมมัตติกะพาหิเรสุ อายะตะเนสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
 คืออายตนะภายใน และอายตนะภายนอก ๖ อย่างนี้แล.

(อายะตะนะปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยอายตนะ)

๑๒. โขฉมังคบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาโพชฌงค์

ปุณะ จะประรัง ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

สัตตะสุ โขฉมังเกสุ

คือโพชฌงค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้ ๗ อย่าง)

กะถัญจะ ภิกขเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อย่างไร ภิกษุ

รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

สัตตะสุ โฆษณังเกสุ คือโฆษณังคํ ๗

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

- ๑ -

สันตัง วา อัจฉัตตัง สะติสัมโฆณังคัง

อนึ่ง เมื่อสติสัมโฆณังคํ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้
คือสติ) มี ณ ภายในจิต

อัตถิ เม อัจฉัตตัง สะติสัมโฆณังคโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโฆณังคํมี ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัจฉัตตัง สะติสัมโฆณังคัง

หรือเมื่อสติสัมโฆณังคํ ไม่มี ณ ภายในจิต

นัตถิ เม อัจฉัตตัง สะติสัมโฆณังคโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโฆณังคํไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สะติสัมโฆณังคัสสะ อุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่สติสัมโฆณังคํอันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น
ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปันนัสสะ สติสัมโพชฌงค์สสะ
ภาวนาปาริปุริ โหติ

อนึ่ง ความเจริญบริบูรณ์ของสติสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมเป็นด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย.

- ๒ -

ถันตัง วา อัจฉัตตัง ชัมมะวิจยะยะสัมโพชฌงค์

อนึ่ง เมื่อชัมมวิจยสัมโพชฌงค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่อง
ตรัสรู้ คือความเลือกพ้นธรรม) มี ณ ภายในจิต

อตฺถิ เม อัจฉัตตัง ชัมมะวิจยะยะสัมโพชฌงค์โคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า ชัมมวิจยสัมโพชฌงค์ มี ณ ภายในจิตของเรา

อะถันตัง วา อัจฉัตตัง ชัมมะวิจยะยะสัมโพชฌงค์

หรือเมื่อชัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต

นตฺถิ เม อัจฉัตตัง ชัมมะวิจยะยะสัมโพชฌงค์โคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า ชัมมะวิจยสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
ของเรา

ยะธา จะ อะนุปปีนัสสะ รัมมะวิจะยะสัมโพชณังคัสสะ
อุปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่รัมมวิจยสัมโพชณังคังอันยังไม่เกิดขึ้น ย่อม
เกิดขึ้นด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปีนัสสะ รัมมะวิจะยะสัมโพชณังคัสสะ
ภาวนาปาริปุริ โหติ

อนึ่ง ความเจริญบริบูรณ์ของรัมมวิจยสัมโพชณังคัง ที่เกิดขึ้น
แล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย.

- ๓ -

สันตัง वा अक्षत्तัง विरियेसम्पोषणङ्गं

อนึ่ง เมื่อวิริยสัมโพชณังคัง (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่อง
ตรัสรู้ คือความเพียร) มี ณ ภายในจิต

อตฺถิ मे अक्षत्तัง विरियेसम्पोषणङ्कोत्ति पञ्ชานาति

ย่อมรู้ชัดว่า วิริยสัมโพชณังคัง มี ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง वा अक्षत्तัง विरियेसम्पोषणङ्गं

หรือเมื่อวิริยสัมโพชณังคัง ไม่มี ณ ภายในจิต

นัตติ เม อัมมัตตัง วิริยสัมโพชฌังโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้กว่า วิริยสัมโพชฌงค์ไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะถา จะ อนะนุปปันนัสสะ วิริยสัมโพชฌังคัสสะ อูปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่วิริยสัมโพชฌงค์อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น
ด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้ดประการนั้นด้วย

ยะถา จะ อูปปันนัสสะ วิริยสัมโพชฌังคัสสะ

ภาวะนาปาริปุริ โหติ

อนึ่ง ความเจริญบริบูรณ์ของวิริยสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้น
แล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ.

ย่อมรู้ซ้ดประการนั้นด้วย.

- ๔ -

สันตัง วา อัมมัตตัง ปิติสัมโพชฌังคัง

อนึ่ง เมื่อปิติสัมโพชฌงค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้
คือปิติความปลื้มกายปลื้มใจ) มี ณ ภายในจิต

อตฺติ เม อัมมัตตัง ปิติสัมโพชฌังโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้กว่า ปิติสัมโพชฌงค์ มี ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัมมัตตัง ปิติสัมโพชณังคัง

หรือเมื่อปิติสัมโพชณังค์ ไม่มี ณ ภายในจิต

นัตถิ เม อัมมัตตัง ปิติสัมโพชณังคโหติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้คว้า ปิติสัมโพชณังค์ ไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ ปิติสัมโพชณังคัสสะ อูปปาโท โหติ

อนึ่ง ความที่ปิติสัมโพชณังค์อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น
ด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้คว้ประการนั้นด้วย

ยะถา จะ อูปปันนัสสะ ปิติสัมโพชณังคัสสะ

ภาวะนาปารีปุริ โหติ

อนึ่ง ความเจริญบริบูรณ์ของปิติสัมโพชณังค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว
ย่อมเป็นด้วยประการใด

ตัณจะ ปะชานาติ.

ย่อมรู้ซ้คว้ประการนั้นด้วย.

- ๕ -

สันตัง วา อัมมัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชณังคัง

อนึ่ง เมื่อปัสสัทธิสัมโพชณังค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่อง
ตรัสรู้ คือปัสสัทธิ ความสงบกายสงบจิต) มี ณ ภายในจิต

อัติ เม อัจฉัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชณังโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้คว้า ปัสสัทธิสัมโพชณังค มี ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัจฉัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชณังคัง

หรือเมื่อปัสสัทธิสัมโพชณังค ไม่มี ณ ภายในจิต

นัตติ เม อัจฉัตตัง ปัสสัทธิสัมโพชณังโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้คว้า ปัสสัทธิสัมโพชณังค ไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะถา จะ อะนุปปีนนัสสะ ปัสสัทธิสัมโพชณังคัสสะ อุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่ปัสสัทธิสัมโพชณังคอันยังไม่เกิดขึ้น ย่อม
เกิดขึ้นด้วยประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้ซ้ควประการนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปีนนัสสะ ปัสสัทธิสัมโพชณังคัสสะ

ภาวะนาปาริปุริ โหติ

อนึ่ง ความเจริญบริบูรณ์ของปัสสัทธิสัมโพชณังค
ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ.

ย่อมรู้ซ้ควประการนั้นด้วย.

สันตัง วา อัชฌัตตัง สมะธิสัมโพชฌังคัง

อนึ่ง เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่อง
ตรัสรู้ คือสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันเดียว)
มี ณ ภายในจิต

อตฺถิ เม อัชฌัตตัง สมะธิสัมโพชฌังโกติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ มี ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัชฌัตตัง สมะธิสัมโพชฌังคัง

หรือเมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต

นตฺถิ เม อัชฌัตตัง สมะธิสัมโพชฌังโกติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

**ยะถา จะ อะนุปปันนัสสะ สมะธิสัมโพชฌังคัสสะ อุปปาโท
โหติ**

อนึ่ง ความที่สมาธิสัมโพชฌงค์อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น
ด้วยประการใด

ตัญจะ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

ยะธา จะ อุปปันนัสสะ สมาริธัมโพชณังคัสสะ
ภาวนาปาริปุริ โหติ

อนึ่ง ความเจริญบริบูรณ์ของสมาธิธัมโพชณงค์ ที่เกิดขึ้น
แล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด

ัตถุจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย.

- ๓ -

สันตัง วา อัจฉัตตัง อุเปกขาสัมโพชณังคัง

อนึ่ง เมื่ออุเบกขาสัมโพชณงค์ (องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่อง
ตรัสรู้ คืออุเบกขา ความที่จิตมัชยัสถ์เป็นกลาง) มี ณ
ภายในจิต

อตติ เม อัจฉัตตัง อุเปกขาสัมโพชณังโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชณงค์ มี ณ ภายในจิตของเรา

อะสันตัง วา อัจฉัตตัง อุเปกขาสัมโพชณังคัง

หรือเมื่ออุเบกขาสัมโพชณงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต

นัตติ เม อัจฉัตตัง อุเปกขาสัมโพชณังโคติ ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชณงค์ ไม่มี ณ ภายในจิตของเรา

ยะธา จะ อะนุปปันนัสสะ อุเปกขาสัมโพชณังคัสสะ อุปปาโท
โหติ

อนึ่ง ความที่อุเบกขาสัมโพชฌงค์อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

ยะถา จะ อุปปีนัสสะ อุเปกขาสัมโพชฌงค์ัสสะ
ภาวณาปาริปุริ โหติ

อนึ่ง ความเจริญบริบูรณ์ของอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด

ตัณฺจะ ปะชานาติ. ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย.

อิติ อัจฉัตตัง วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายนอกบ้าง

อัจฉัตตะพะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สะมุทะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง

วาระชัมมานุปัสสี วา ชัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเสื่อมไปในธรรมบ้าง

สะสมทะยะวาระชัมมานุปัสสี วา ชัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในธรรมบ้าง

อตฺถิ ชัมมาติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุปฺภุจฺจिता โหติ

ก็หรือสติว่าธรรมมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะเทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสสิโต จะ วิหะระติ เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิญฺจิ โลเก อูปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ ชัมเมสุ ชัมมานุปัสสี วิหะระติ

สัตตะสุ โปชณังเคสุ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
คือโภชนงค์ ๗ อย่างนี้แล.

(โภชนงค์กะปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยโภชนงค์)

๑๓. สัจจบรรพ - ข้อกำหนดการพิจารณาอริยสัจ ๔

ปุณะ จะประรัง ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุ

ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

จะตฺตฺส อะริยะสัจเจสุ

คือ อริยสัจ (ความจริงแห่งพระอริยเจ้า) ๔

กะถัญจะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อย่างไร ภิกษุ

ัมเมสุ ัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

จะตฺตฺส อะริยะสัจเจสุ

คือ อริยสัจ ๔

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อิทัง ทุกขันติ ยะถาภูตัง ปะชานาติ

ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขั

โสกะปะริเทวะทุกขะโทมนัสสุปายาสาปี ทุกขา

แม่โสกะ (ความโศก) ปรีเทวะ (ความร่ำไรร่ำพัน) ทุกข์ (ความไม่สบายกาย) โทมนัส (ความเสียใจ) และอุปายาส (ความคับแค้นใจ) ก็เป็นทุกข์

อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข

ความประสบสัตว์และสังขาร ซึ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข

ความพลัดพรากจากสัตว์และสังขาร ซึ่งเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

ยัมปิจันัง นะ ละภะติ

สัตว์ปรารถนาสิ่งใดย่อมไม่ได้

ตัมปิ ทุกขัง

แม้ข้อที่ไม่สมประสงค์นั้น ก็เป็นทุกข์

สังจิตเตนะ ปัญจูปาทานักขันธา ทุกขา.

โดยย่อ อุปาทานขันธ (ขันธประกอบด้วยอุปาทาน ความถือมั่น) ก็เป็นทุกข์.

- ๑ -

กะตะมา จะ ภิกขะเว ชาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ชาติ (ความเกิด) เป็นอย่างไร ?

ยา เตสัง เตสัง สัตตานัง ตัมहि ตัมहि สัตตะนิกาเย ชาติ
 สัตฺตชาติ โอกันตติ นิพพัตติ อะภินิพพัตติ ชันชานัง
 ปาตุภาโว อายะตะนานัง ปะภูติภา

ความเกิด เกิดพร้อม (คือมีอายตนะบริบูรณ์) ความหยั่งลง
 (คือ เป็นชลาพุชะ หรืออัมมชปฏิสสนธิ) เกิด (คือเป็น
 สังเสทชปฏิสสนธิ) เกิดจำเพาะ (คือเป็นอุปปาตักปฏิสสนธิ)
 ความปรากฏขึ้นแห่งขั้นันท์ ความได้อายตนะครบ ในหมู่สัตว์
 นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ชาติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า ชาติ (ความเกิด).

- ๒ -

กะตะมา จะ ภิกขะเว ชะรา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ชะรา (ความแก่) เป็นอย่างไร ?

ยา เตสัง เตสัง สัตตานัง ตัมहि ตัมहि สัตตะนิกาเย ชะรา
 ชีระณะตา ชันทิจจัง ปาลิจจัง วะลิตตะตา आयुโน สังกาหิ
 อินทริยานัง ปะริปาโก

ความแก่ ความคร่ำคร่า ความที่พินหลุด ความที่ผมหงอก
ความที่หนังหดเหี่ยว เป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ ความ
แก่ห่อหมแห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้น ๆ ของสัตว์นั้น ๆ อันใด

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว ชะรา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า ชรา (ความแก่).

- ๓ -

กะตะมัญจะ ภิกขเว มรรณะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มรณะ (ความตาย) เป็นอย่างไร ?

ยา เตสัง เตสัง สัตตานัง ตัมहा ตัมहा สัตตะนิกายา จุติ
จะวะนะตา เกโท อันตะระธานัง มัจจุมะระณัง กาละกิริยา
ขันธานัง เกโท กะเพวะรัสสะ นิกเขโป ชีวิตินทรีย์สสะ
อุปัจเฉโท

ความจุติ ความเคลื่อนไป ความแตกทำลาย ความหายไป
มฤตยู ความตาย ความทำกาละ ความแตกแห่งขันธ
ความทิ้งซากศพไว้ ความขาดไปแห่งชีวิตินทรีย์ จากหมู่
สัตว์นั้น ๆ ของเหล่าสัตว์นั้น ๆ อันใด

อิทัง วุจจะติ ภิกขเว มรรณะ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า มรณะ (ความตาย).

- ๔ -

กะตะโม จะ ภิกขะเว โสโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โสกะ (ความแหม่งใจ) เป็นอย่างไรเล่า?

โย โข ภิกขะเว อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ พยะสะเนนะ
 สะมันนาคะตัสสะ อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ ทุกขะธัมเมนะ
 ผุฏฐัสสะ โสโก โสจะนา โสจิตตัง อันโต โสโก อันโต
 ปะริโสโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความโสก ความเศร้าใจ ความแหม่งใจ
 ความผาก ณ ภายใน ความโสก ณ ภายในของสัตว์
 ผู้ประกอบด้วยความนิบหนายอันใดอันหนึ่ง และผู้ที่ความ
 ทุกข์อันใดอันหนึ่งมาถูกต้องแล้ว อันใดเล่า

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว โสโก.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า โสกะ (ความแหม่งใจ).

- ๕ -

กะตะโม จะ ภิกขะเว ปะริเทโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปรีเทวะ (ความรำไรรำพัน)
 เป็นอย่างไรเล่า?

โย โข ภิกษเว อัญญะตะรัญญะตะเรนะ พยะสะเนนะ
สะมันนาคะตัสสะ อัญญะตะรัญญะตะเรนะ ทุกจะชัมเมนะ
มุญฺฐัสสะ อาเทโว ปะริเทโว อาทะนะนา ปะริทะนะนา อาเทวิตตัง
ปะริเทวิตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความคร่ำครวญ ความร่ำไรร่ำพัน
กิริยาที่คร่ำครวญ ความที่ร่ำไรร่ำพัน ความที่สัตว์คร่ำครวญ
ความที่สัตว์ร่ำไรร่ำพัน ของสัตว์ผู้ประกอบด้วยความ
ฉิบหาย อันใดอันหนึ่ง และผู้ที่มีความทุกข์อันใดอันหนึ่ง
มาถูกต้องแล้ว อันใดเล่า

อะยัง วุจจะติ ภิกษเว ปะริเทโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า ปรีทนะ
(ความร่ำไรร่ำพัน).

- ๖ -

กะตะมัญจะ ภิกษเว ทุกขัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทุกข์ (ความไม่สบายกาย) เป็นอย่างไร
เล่า?

ยัง โข ภิกษเว กายิกัง ทุกขัง กายิกัง อะสาตัง
กายะสัมผัสสะขัง ทุกขัง อะสาตัง เวทะยิตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์เกิดในกาย ความไม่ดีเกิด
ในกาย เวทนาไม่ดีเป็นทุกข์ เกิดแต่สัมผัสทางกาย อันใดเล่า?

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า ทุกข์
(ความไม่สบายกาย).

- ๓ -

กะตะมัญจะ ภิกขะเว โทมนัสสัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย โทมนัส (ความเสียใจ) เป็นอย่างไร ?

ยัง โข ภิกขะเว เจตะถิกัง ทุกขัง เจตะถิกัง อะสาตัง
เจโตสัมผัสสะขัง ทุกขัง อะสาตัง เวทะยิตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความทุกข์เกิดในใจ ความไม่ดีเกิด
ในใจ เวทนาไม่ดีเป็นทุกข์ เกิดแต่สัมผัสทางใจ อันใด ?

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว โทมนัสสัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า โทมนัส (ความเสียใจ).

- ๔ -

กะตะโม จะ ภิกขะเว อุปายาโส

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อุปายาส (ความคับแค้น) เป็นอย่างไร ?

โย โข ภิกขเว อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ พยะสะเนนะ สะ
มันนาคะตัสสะ อัญญะตะรัญญะตะเรนนะ ทุกกะชัมเมนะ
มุฏฐัสสะ อายาโส อุปายาโส อายาสิตัตตัง อุปายาสิตัตตัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความแค้น ความคับแค้น ความที่
สัตว์แค้น ความที่สัตว์คับแค้น ของสัตว์ผู้ประกอบด้วย
ความฉิบหายอันใดอันหนึ่ง และผู้ที่มีความทุกข์อันใด
อันหนึ่ง มาถูกต้องแล้ว อันใด ?

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว อุปายาโส.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า อุปายาส
(ความคับแค้น).

- ๕ -

กะตะโม จะ ภิกขเว อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความประสบสัตว์และสังขาร ซึ่งไม่
เป็นที่รักเป็นทุกข์ อย่างไร ?

อิธะ ภิกขเว ยัสสะ เต โหนติ อะนิฏฐา อะกันตา อะมะนาปา
รูปา สัทธา คันธา ระสา โผฏฐัพพา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อารมณ์เหล่านี้ใดในโลกนี้ ซึ่งไม่เป็น
ที่ปรารถนา ไม่เป็นที่รักใคร่ ไม่เป็นที่ปลื้มใจ คือ รูป

เสียง กลิ่น รส และอารมณ์ที่จะพึงถูกต้องด้วยกาย
ย่อมมีแก่ผู้นั้น

**เย วา ปะนัสสะ เต โหนติ อะนัตถะกามา อะหิตะกามา
อะผาสูกามา อะโยคักขะมะกามา**

อนึ่ง หรือชนเหล่าใด ที่ใครต่อความฉิบหาย ใครสิ่งที่ไม่
ไม่เกื้อกูล ใครความไม่สำราญ และใครความไม่เกษม
จากเครื่องประกอบแก่ผู้นั้น

ยา เตหิ สัจจะติ สะมาคะโม สะโมธานัง มิสสีภาโว

ความไปร่วม ความมาร่วม ความประชุมร่วม ความระคน
กับด้วยอารมณ์และสัตว์เหล่านั้น อันใด?

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า ความประสพกับสัตว์
และสังขาร ซึ่งไม่เป็นที่รัก เป็นทุกข์.

- ๑๐ -

กะตะโม จะ ภิกขะเว ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความพลัดพรากจากสัตว์ และสังขาร
ซึ่งเป็นที่รัก เป็นทุกข์ อย่างไร?

อิระ ภิกขเว ยัสสะ เต โหนติ อิฏฐา กันตา มะนาปา
 ฐา สัททา กันธา ระสา โผฐัพพา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อารมณ์เหล่านี้ในโลกนี้ ซึ่งเป็นที่
 ประารถนา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่ปลื้มใจ คือ รูป เสียง
 กลิ่น รส และอารมณ์ที่จะพึงถูกต้องด้วยกายย่อมมีแก่
 ผู้นั้น

เย วา ปะนัสสะ เต โหนติ อัตตะกามา หิตะกามา
 ฆาสุกามา โยคักขะมะกามา

อนึ่ง หรือชนเหล่านี้ใด ที่ใครต่อความเจริญ ใครประโยชน์
 เกื้อกูล ใครความสำราญ และใครความเกษม จากเครื่อง
 ประกอบแก่ผู้นั้น

มาตา วา ปิตา วา คีอมารคา หรือบิดา

ภاتا วา ภะคินี วา พี่ชายน้องชาย หรือพี่หญิงน้องหญิง

มิตตา วา อะมัจจา วา มิตรหรืออำมาตย์

ญูติสาลโหิตา วา หรือญาติสาโลหิต

ยา เตหิ อะสังคะติ อะสะมาคะโม อะสะโมธานัง
 อะมิสสีภาโว

ความไม่ไปร่วม ความไม่มาร่วม ความไม่ประชุมร่วม
 ความไม่ระคน กับด้วยอารมณ์และสัตว์เหล่านั้น อันใด?

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า ความพลัดพรากจาก
สัตว์และสังขาร ซึ่งเป็นที่รัก เป็นทุกข์.

- ๑๑ -

กะตะมัญจะ ภิกขะเว ยัมปิจันัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัตว์ปรารถนาสิ่งใดยอมไม่ได้ แม้ของ
ที่ไม่สมประสงค์นั้น เป็นทุกข์อย่างไรเล่า?

(๑) ชาติธัมมานัง ภิกขะเว สัตตาทันัง เอวัง อิจจา อูปปีหะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนา ย่อมเกิดขึ้นแก่
เหล่าสัตว์ ที่มีความเกิดเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อะโห ะตะ มะยัง นะ ชาติธัมมา อัสตามะ

เออหนา ขอเราพึงเป็นผู้ไม่มีความเกิดเป็นธรรมดาเถิด

นะ จะ ะตะ โน ชาติ อาคัจเฌยยาติ

อนึ่ง ขอความเกิดอย่ามีมาถึงแก่เราเลยหนา ดังนี้

นะ โข ปะเนตัง อิจจาเย ปัตตัพพัง

ข้อนั้น สัตว์ไม่พึงได้ตามความปรารถนาโดยแท้

อิทัมปิ ยัมปิจันัง นะ ละระติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า ยัมปิจันังนลกตัตัมปิทุกขัง (สัตว์ปรารถนา
สิ่งใดย่อมไม่ได้ แม้ข้อที่ไม่สมประสงค์นั้นก็เป็ทุกขัง).

(๒) ชะราธัมมานัง ภิกขเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนาย่อมเกิดขึ้นแก่เหล่าสัตว์
ที่มีความแก่ เป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อะโห วะตะ มะยัง นะ ชะราธัมมา อัสสามะ

เออหนา ขอเราพึงเป็นผู้ไม่มีความแก่เป็นธรรมดาเถิด

นะ จะ วะตะ โน ชะรา อากัจฉะยาติ

อนึ่ง ขอความแก่อย่ามีมาถึงแก่เราเลยหนา ดังนี้

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง

ข้อนั้น สัตว์ไม่พึงได้ตามความปรารถนาโดยแท้

อิทัมปิ ยัมปิจันัง นะ ละระติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า ยัมปิจันังนลกตัตัมปิทุกขัง.

(๓) พัยยธัมมานัง ภิกขเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปปัชชะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถนาย่อมเกิดขึ้นแก่เหล่าสัตว์
ที่มีความเจ็บ ๆ ไข้ ๆ เป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อะโห ะตะ มะยัง นะ พยัทธิชัมมา อัสสามะ
 เออหนา ขอเราพึงเป็นผู้ไม่มีความเจ็บไข้เป็นธรรมดาเถิด
 นะ จะ ะตะ โน พยัทธิ อัจฉณยุนติ
 อนึ่ง ขอความเจ็บไข้อย่ามีมาถึงแก่เราเลยหนา
 นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง
 ข้อนั้น สัตว์ไม่พึงได้ตามความปรารถนาโดยแท้
 อิทัมปิ ยัมปิจันัง นะ ละกะติ ตัมปิ ทุกขัง.
 แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า ยัมปิจันังนลภติตัมปิทุกขัง.

(๔) มะระณะชัมมานัง ภิกขะเว สัตตานัง เอวัง อิจฉา
 อุปปัชชะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถน่าย่อมเกิดขึ้นแก่เหล่า
 สัตว์ ที่มีความตาย เป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อะโห ะตะ มะยัง นะ มะระณะชัมมา อัสสามะ
 เออหนา ขอเราพึงเป็นผู้ไม่มีความตายเป็นธรรมดาเถิด
 นะ จะ ะตะ โน มะระณัง อัจฉณยชาติ
 อนึ่ง ขอความตายอย่ามีมาถึงแก่เราเลยหนา ดังนี้
 นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง
 ข้อนั้น สัตว์ไม่พึงได้ตามความปรารถนาโดยแท้

อิทัมปิ ยัมปิจันัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า ยัมปิจันังนลภติตัมปิทุกข์.

(๕) โสกะปะริทเวะทุกขะโทมนัสสุปายาสะธัมมานัง ภิกขะเว
สัตตานัง เอวัง อิจฉา อุปัชชะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความปรารถน่าย่อมเกิดขึ้นแก่เหล่า
สัตว์ ที่มีโสกะ ปรีทเวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส
เป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อะโห ะตะ มะยัง นะ โสกะปะริทเวะทุกขะโทมนัสสุ-
ปายาสะธัมมา อัสสามะ

เออหนา ขอเราพึงเป็นผู้ไม่มี โสกะ ปรีทเวะ ทุกขะ
โทมนัส อุปายาส เป็นธรรมดาเถิด

นะ จะ ะตะ โน โสกะปะริทเวะทุกขะโทมนัสสุ-
ปายาสา อากัจฉะยุนติ

อนึ่ง ขอ โสกะ ปรีทเวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส
อย่ามีมาถึงแก่เราเลยหนา ดังนี้

นะ โข ปะเนตัง อิจฉายะ ปัตตัพพัง

ข้อนั้น สัตว์ไม่พึงได้ตามความปรารถนาโดยแท้

อิทัมปิ ยัมปิจันัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง.

แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า ยัมปิจันังนลภติตัมปิทุกข์ (สัตว์ปรารถนา
สิ่งใดย่อมไม่ได้ แม้ข้อที่ไม่สมประสงค์นั้นก็เป็นอย่างนี้).

กะตะเม จะ ภิกขะเว สังฆิตเตนะ ปัญจูปาทานักขันธา ทุกขา
 คุณก่อนภิกษุทั้งหลาย โดยย่อ อุปาทานขันธทั้ง ๕ เป็น
 ทุกข์อย่างไร ?

เสยยะถิทัง

นี่คือ

รูปูปาทานักขันโธ

อุปาทานขันธ คือรูป

เวทะนูปาทานักขันโธ

อุปาทานขันธ คือเวทนา

สัจญูปาทานักขันโธ

อุปาทานขันธ คือสัจญา

สังขารูปาทานักขันโธ

อุปาทานขันธ คือสังขาร

วิญญาณูปาทานักขันโธ

อุปาทานขันธ คือวิญญาณ

อิเม วุจันติ ภิกขะเว สังฆิตเตนะ ปัญจูปาทานักขันธา ทุกขา
 คุณก่อนภิกษุทั้งหลาย โดยย่อเหล่านี้ ที่กล่าวว่า อุปาทาน
 ขันธทั้ง ๕ เป็นทุกข์

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขัง อริยะสัจจัง.

คุณก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า อริยสัจ คือทุกข์.

[ทุกขสมุทัย]

กะตะมัญจะ ภิกขเว ทุกขะสมุทะโย อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสัจคือทุกขสมุทัย (เหตุให้เกิด
ทุกข์) เป็นอย่างไร ?

ยายัง ตัณหา ตัณหา(ความทะยานอยาก) นี้ อันใด

โปโนพะวะกา มีความเกิดอีกเป็นปกติ

นันทิราคะสะหะคะตา

ประกอบด้วยความกำหนัด ด้วยอำนาจแห่งความเพลิดเพลิน

ตัตตระ ตัตตราภินันฺธิ มักเพลินยิ่งในอารมณ์นั้น ๆ

เสยยะถิทััง นี้คือ

กามะตัณหา ความอยากในอารมณ์ที่สัต์ว์รักใคร่

ภะวะตัณหา ความอยากมีอยากเป็น

วิภะวะตัณหา

ความไม่อยากมีไม่อยากเป็น (ควรจะแปลว่า ความอยาก
ในความไม่มีไม่เป็น หรืออยากในวิภพ)

สา โข ปะเนสา ภิกขเว ตัณหา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็แลตัณหานั้นนั้นแล

กัตตะ อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ
 เมื่อจะเกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นที่ไหน ?

กัตตะ นิวิสะมานา นิวิสะติ
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ที่ไหน ?

ยัง โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง
 ที่ใด เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ
 ตัณหานั่น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นในที่นั้น

เอตตะ นิวิสะมานา นิวิสะติ
 เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ในที่นั้น

กิญจะ โลก ปิยะรูปร่าง สะทะรูปร่าง
 ก็อะไรเล่า เป็นที่รักใคร่ เป็นพอใจในโลก

(อายุคนะภายใน ๖)

จักขุจ โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง
 ตา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ
 ตัณหานั่น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ตานั่น

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ตานั่น

โสตัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

หู เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั่น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่หูนี้

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่หูนี้

ฆานัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

จมูก เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั่น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่จมูกนี้

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่จมูกนี้

ชีวหา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ลิ้น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั่น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ลิ้นนี้

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ลึนนั้น

กาย โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

กาย เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่กายนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่กายนั้น

มะโน โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ใจ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ใจนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ใจนั้น.

(อายุตนะภายนอก ๖)

รูปา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

รูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่รูปนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่รูปนั้น

สัททา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่เสียงนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่เสียงนั้น

กัณฺธา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

กลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่กลิ่นนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่กลิ่นนั้น

ระสา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

รส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่รสนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่รสนั้น

โฆฏฐัพพา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

โฆฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่โฆฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่โฆฏฐัพพะนั้น

ธัมมา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ธัมมารมณ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ธัมมารมณ์นั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ธัมมารมณ์นั้น.

(วิญญาณ ๖)

จักขุวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางตา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความรู้ทางตานั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความรู้ทางตานั้น

โสตวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางหู เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความรู้ทางหูนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความรู้ทางหูนั้น

ฆานะวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางจมูก เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความรู้ทางจมูกนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความรู้ทางจุมกนั้น

จิรวหวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางลึ้น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความรู้ทางลึ้นนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความรู้ทางลึ้นนั้น

กายะวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางกาย เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความรู้ทางกายนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความรู้ทางกายนั้น

มะโนวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางใจ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความรู้ทางใจนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความรู้ทางใจนั้น.

(ผัสสะ)

จักขุสัมผัสโส โลเก ปิยะรูปัง สาทะรูปัง

ความกระทบทางตา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความกระทบทางตานั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความกระทบทางตานั้น

โสตสัมผัสโส โลเก ปิยะรูปัง สาทะรูปัง

ความกระทบทางหู เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความกระทบทางหูนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความกระทบทางหูนั้น

มานะสัมผัสโส โลเก ปิยะรูปร่าง ฐาตะรูปร่าง

ความกระทบทางจมูก เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะ ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความกระทบทางจมูกนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความกระทบทางจมูกนั้น

ชีวะหสัมผัสโส โลเก ปิยะรูปร่าง ฐาตะรูปร่าง

ความกระทบทางลิ้น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะ ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความกระทบทางลิ้นนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความกระทบทางลิ้นนั้น

กายะสัมผัสโส โลเก ปิยะรูปร่าง ฐาตะรูปร่าง

ความกระทบทางกาย เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความกระทบ
ทางกายนั้น

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความกระทบทางกายนั้น

มะโนสัมผัสโส โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความกระทบทางใจ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความกระทบ
ทางใจนั้น

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความกระทบทางใจนั้น.

(สัมผัสสเวทนา)

จกฺขุสัมผัสสะชา เวทนา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่สัมผัสทางตา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่
สัมผัสทางตานั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ยอมตั้งอยู่ที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางตานั่น

โสตะสัมผัสสะชา เวทนา โลเก ปิยะรูปร่าง ฐาตะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่สัมผัสทางหู เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะ ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั่น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ยอมเกิดขึ้นที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางหู

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ยอมตั้งอยู่ที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางหู

ฆานะสัมผัสสะชา เวทนา โลเก ปิยะรูปร่าง ฐาตะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่สัมผัสทางจมูก เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะ ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั่น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ยอมเกิดขึ้นที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางจมูก

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ยอมตั้งอยู่ที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางจมูก

ชีวหัสัมผัสสะชา เวทนา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่สัมผัสทางลิ้น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางลิ้นนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางลิ้นนั้น

กายะสัมผัสสะชา เวทนา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่สัมผัสทางกาย เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางกายนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางกายนั้น

มะโนสัมผัสสะชา เวทนา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่สัมผัสทางใจ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่
สัมผัสทางใจนั้น

เอตถะ นิวิสะมานา นิวิสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่สัมผัสทางใจนั้น.

(สัจญญา)

รูปะสัจญญา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความจำรูปนั้น

เอตถะ นิวิสะมานา นิวิสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความจำรูปนั้น

สัททะสัจญญา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความจำเสียงนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความจำเสียนั้น

คันธะสัจญญา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความจำกลิ่นนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความจำกลิ่นนั้น

ระสะสัจญญา โลเก ปิยะรูปร่าง สะตะรูปร่าง

ความจำรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัณห์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความจำรสนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความจำรสนั้น

โฆฏฐัพพะสัจญญา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำโฆฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความจำโผฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความจำโผฏฐัพพะนั้น

ธัมมะสังญญา โลกะ ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำธัมมารมณฺ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความจำธัมมารมณฺ์นั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความจำธัมมารมณฺ์นั้น.

(สังญญาเจตนา)

รูประสังญะเจตนะนา โลกะ ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความคิดถึงรูปนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความคิดถึงรูปนั้น

สัททะสัตถุเจตนะ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความคิดถึงเสียงนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความคิดถึงเสียงนั้น

คันธะสัตถุเจตนะ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความคิดถึงกลิ่นนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความคิดถึงกลิ่นนั้น

ระสะสัตถุเจตนะ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความคิดถึงรสนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความคิดถึงรสนั้น

โณฏฐัพพะสัจญเจตนะ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงโณฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความคิดถึง
โณฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความคิดถึงโณฏฐัพพะนั้น

ธัมมะสัจญเจตนะ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงธัมมารมณฺ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความคิดถึง
ธัมมารมณฺ์นั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความคิดถึงธัมมารมณฺ์นั้น.

(ตัณหา)

รูปะตัณหา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความอยาก
ในรูปนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความอยากในรูปนั้น

สัททะตัณหา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความอยาก
ในเสียงนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความอยากในเสียงนั้น

คันธะตัณหา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปฺปชฺชํมานา อุปฺปชฺชติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความอยากใน
กลี้นั้น

เอตถะ นีวีสํมานา นีวีสติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความอยากในกลี้นั้น

ระสเสตฺถัณฺหา โลกํ ปิยะรูปัง สาทะรูปัง

ความอยากในรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปฺปชฺชํมานา อุปฺปชฺชติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความอยาก
ในรสนั้น

เอตถะ นีวีสํมานา นีวีสติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความอยากในรสนั้น

โผฏฐัพพะตฺถัณฺหา โลกํ ปิยะรูปัง สาทะรูปัง

ความอยากในโผฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปฺปชฺชํมานา อุปฺปชฺชติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความอยาก
ในโผฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความอยากในโณฏฐัพพะนั้น

ฉัมมะตัตถ์หา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในฉัมมารมณฺ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัตถ์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัตถ์หา นั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความอยากใน
ฉัมมารมณฺ์นั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความอยากในฉัมมารมณฺ์นั้น.

(วิตก)

รูปะวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัตถ์หา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัตถ์หา นั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรึง ถึงรูปนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรึงถึงรูปนั้น

สัททวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรึงถึงเสียงนั้น

เอตตะ นิวิสะมานา นิวิสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรึงถึงเสียงนั้น

คันธะวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรึงถึงกลิ่นนั้น

เอตตะ นิวิสะมานา นิวิสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรึงถึงกลิ่นนั้น

ระสวะวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรึงถึงรสนั้น

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตริกถึงรสนั้น

โผฏฐัพพะวัตถโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตริกถึงโผฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณห์หานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตริกถึง
โผฏฐัพพะนั้น

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตริกถึงโผฏฐัพพะนั้น

ธัมมะวัตถโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตริกถึงธัมมารมณฺ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณห์หานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตริกถึง
ธัมมารมณฺ์นั้น

เอตตะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตริกถึงธัมมารมณฺ์นั้น.

(วิจารณ์)

รูปะวิจาร์ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรองถึงรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรองถึงรูปนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรองถึงรูปนั้น

สัททะวิจาร์ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรองถึงเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา อุปปัชชะมานา อุปปัชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรองถึงเสียงนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรองถึงเสียงนั้น

คันธะวิจาร์ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรองถึงกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรองถึง
กลิ่นนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรองถึงกลิ่นนั้น

ระสะวิจาโร โลกะ ปิยะรูปัง สาทะรูปัง

ความตรองถึงรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรอง
ถึงรสนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรองถึงรสนั้น

โผฏฐัพพะวิจาโร โลกะ ปิยะรูปัง สาทะรูปัง

ความตรองถึงโผฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา อุปปีชชะมานา อุปปีชชะติ

ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรอง
ถึงโผฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรงถึงโณฏฐัพพะนั้น

ธัมมะวิจาโร โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรงถึงธัมมารมณฺ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัณฺหา อูปัชชะมานา อูปัชชะติ

ตัณหานั้นเมื่อจะเกิดขึ้น ก็ย่อมเกิดขึ้นที่ความตรงถึง
ธัมมารมณฺ์นั้น

เอตถะ นีวีสะมานา นีวีสะติ.

เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ที่ความตรงถึงธัมมารมณฺ์นั้น.

[ทุกขนิโรธ]

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะสะมุททะโย อะริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่าอริยสัจ คือ ทุกขนิโรธ
(ธรรมเป็นที่ดับทุกข์).

กะตะมัญจะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธो อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสัจ คือ ทุกขนิโรธ (ธรรมเป็น
ที่ดับทุกข์) เป็นอย่างไร ?

โย ตัสสาเยวะ ตัณ्हายะ อะเสสะวิราคะนิโรโธ จาโค
ปะภินิสัคโค มุตติ อะนาละโย

(คือ) ความสำรอกและความดับโดยไม่มีเหลือ ความสละ
ความส่งคืน ความปล่อยวาง ความไม่อาลัย ในตัณหานั้น
นั่นแล อันใด

สา โข ปะเนสา ภิกขะเว ตัณหา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหานั้นนั่นแล

กัตถะ ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

เมื่อบุคคลจะละเสีย ย่อมละเสียได้ในที่ไหน?

กัตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ย่อมดับในที่ไหน?

ยัง โลกะ ปิยะรูปัง สาทะรูปัง

ที่ใดเป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ในที่นั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับในที่นั้น

กิญจะ โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ก็อะไรเล่า เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก ?

(อายตนะภายใน ๖)

จักขุ โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ตา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสสา ตัณห์หา ปะหิยะมะมานา ปะหิยะมะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ตานั้น

เอตธะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ตานั้น

โสตัง โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

หู เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสสา ตัณห์หา ปะหิยะมะมานา ปะหิยะมะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่หูนี้

เอตธะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่หูนี้

มานัง โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

จมูก เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่จุมกนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่จุมกนั้น

จิรฺวหา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ลึ้น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ลึ้นนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ลึ้นนั้น

กาโย โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

กาย เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่กายนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่กายนั้น

มะโน โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ใจ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ใจนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ใจนั้น.

(อายุตนะภายนอก ๖)

รูปา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

รูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่รูปนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่รูปนั้น

สัทธา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่เสียงนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่เสียงนั้น

คันธา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

กลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่กลิ่นนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่กลิ่นนั้น

ระสา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

รส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่รสนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่รสนั้น

โผฏฐัพพา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

โผฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสสา ตัณ्हา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่โผฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่โผฏฐัพพะนั้น

ธัมมา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ธัมมารมณ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสสา ตัณ्हา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ธัมมารมณนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ธัมมารมณนั้น.

(วิญญาณ ๖)

จักขุวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางตา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสสา ตัณ्हา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความรู้ทางตานั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความรู้ทางตานั้น

โสตะวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางหู เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความรู้ทางหูนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความรู้ทางหูนั้น

ฆานะวิญญาณัง โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางจมูก เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความรู้ทางจมูกนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความรู้ทางจมูกนั้น

ชีววิญญาณ์ โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางลึ้น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความรู้
ทางลึ้นนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความรู้ทางลึ้นนั้น

กายะวิญญาณ์ โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางกาย เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความรู้
ทางกายนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความรู้ทางกายนั้น

มะโนวิญญาณ์ โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความรู้ทางใจ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความรู้
ทางใจนั้น

เอตตะ นีรุชณะมานา นีรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความรู้ทางใจนั้น.

(ผัสสะ)

จักขุสัมผัสโล โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความกระทบทางตา เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
กระทบทางตานั้น

เอตตะ นีรุชณะมานา นีรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความกระทบทางตานั้น

โสตสัมผัสโล โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความกระทบทางหู เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
กระทบทางหูนั้น

เอตตะ นีรุชณะมานา นีรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความกระทบทางหูนั้น

มานะสัมพัตโส โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความกระทบทางจุมก เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
กระทบทางจุมกนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความกระทบทางจุมกนั้น

ชีวะหัทธัมพัตโส โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความกระทบทางลิ้น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
กระทบทางลิ้นนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความกระทบทางลิ้นนั้น

กายะสัมพัตโส โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความกระทบทางกาย เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
กระทบทางกายนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความกระทบทางกายนั้น

มะโนสัมผัสโส โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความกระทบทางใจ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
กระทบทางใจนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความกระทบทางใจนั้น.

(สัมผัสสเวทนา)

จักขุสัมผัสสะชา เวทนา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาเกิดแต่จักขุสัมผัส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่เวทนา
ซึ่งเกิดแต่จักขุสัมผัสนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่จักขุสัมผัสนั้น

โสตะสัมผัสสะชา เวทนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่โสตะสัมผัส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่เวทนา
ซึ่งเกิดแต่โสตะสัมผัสนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่โสตะสัมผัสนั้น

ฆานะสัมผัสสะชา เวทนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่ฆานสัมผัส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่เวทนา
ซึ่งเกิดแต่ฆานสัมผัสนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่ฆานสัมผัสนั้น

ชีวะหาสัมผัสสะชา เวทนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่ชีวะหาสัมผัส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่เวทนา
ซึ่งเกิดแต่ชีวะหาสัมผัสนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่ชีวหาสัมผัสนั้น

กายะสัมผัสสะชา เวทนา โลก ปิยะรูปร่าง ชาติรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่กายสัมผัส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่เวทนา
ซึ่งเกิดแต่กายสัมผัสนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่กายสัมผัสนั้น

มะโนสัมผัสสะชา เวทนา โลก ปิยะรูปร่าง ชาติรูปร่าง

เวทนาที่เกิดแต่มนโสมผัส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่เวทนา
ซึ่งเกิดแต่มนโสมผัสนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่เวทนา ซึ่งเกิดแต่มนโสมผัสนั้น

(สัญญา)

รูปะสัญญา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่มีความจำรูปนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความจำรูปนั้น

สัททะสัญญา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่มีความจำเสียงนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความจำเสียงนั้น

คันธะสัญญา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ด้วยความจำ
กลั่นนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความจำกลั่นนั้น

ระสະสตัณฺญา โลกะ ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ด้วยความจำ
รสนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความจำรสนั้น

โผฏฐัพพะสตัณฺญา โลกะ ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำโผฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ด้วยความจำ
โผฏฐัพพะนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความจำโงฐฐัพพะนั้น

ชัมมะสังญญา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความจำชัมมารมณั เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความจำ
ชัมมารมณันั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความจำชัมมารมณันั้น.

(สังญญาเจตนา)

รูปะสังญเจตนะนา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความคิด
ถึงรูปนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความคิดถึงรูปนั้น

สัททะสัตถุเจตะนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความคิดถึงเสียงนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความคิดถึงเสียงนั้น

คันธะสัตถุเจตะนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความคิดถึงกลิ่นนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความคิดถึงกลิ่นนั้น

ระสสะสัตถุเจตะนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความคิดถึงรสนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความคิดถึงรสนั้น

โณฏฐัพพะสัจญเจตนะนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงโณฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัณห์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความคิดถึงโณฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความคิดถึงโณฏฐัพพะนั้น

ธัมมะสัจญเจตนะนา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความคิดถึงธัมมารมณห์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถะสา ตัณห์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความคิดถึงธัมมารมณห์นั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความคิดถึงธัมมารมณห์นั้น.

(ตัณหา)

รูปะตัณหา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้^๑ที่ความ
อยากในรูปนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความอยากในรูปนั้น

สัททะตัณหา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้^๑ที่ความ
อยากในเสียงนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความอยากในเสียงนั้น

คันธะตัณหา โลก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสถ ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ด้วยความ
อยากในกลืนนั้น

เอตถะ นิรุชฺฌะมานา นิรุชฺฌะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความอยากในกลืนนั้น

ระสสะตัณฺหา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสถ ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ด้วยความ
อยากในรสนั้น

เอตถะ นิรุชฺฌะมานา นิรุชฺฌะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความอยากในรสนั้น

โผฏฐัพพะตัณฺหา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในโผฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตธเสถ ตัณฺหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ด้วยความ
อยากในโผฏฐัพพะนั้น

เอตถะ นีรุชณะมานา นีรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความอยากในโผฏฐัพพะนั้น

ฉัมมะตัตถ์หา โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความอยากในฉัมมารมณฺ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสสา ตัตถ์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัตถ์หานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
อยากในฉัมมารมณฺ์นั้น

เอตถะ นีรุชณะมานา นีรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความอยากในฉัมมารมณฺ์นั้น.

(วิตก)

รูประวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตถเสสา ตัตถ์หา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัตถ์หานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความตรึง
ถึงรูปนั้น

เอตถะ นีรุชณะมานา นีรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความตรึงถึงรูปนั้น

สัทธาวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความตรึงถึงเสียงนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความตรึงถึงเสียงนั้น

คันธะวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความตรึงถึงกลิ่นนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความตรึงถึงกลิ่นนั้น

ระสวะวิตักโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรึงถึงรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความตรึงถึงรสนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความตริกถึงรสนั้น

โผฏฐัพพะวัตถโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตริกถึงโผฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความตริกถึงโผฏฐัพพะนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความตริกถึงโผฏฐัพพะนั้น

ธัมมะวัตถโก โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตริกถึงธัมมารมณ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความตริกถึงธัมมารมณนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ.

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความตริกถึงธัมมารมณนั้น.

(วิจารณ์)

รูปะวิจาร์ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรงถึงรูป เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความ
ตรงถึงรูปนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความตรงถึงรูปนั้น

สัททะวิจาร์ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรงถึงเสียง เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณห์หา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความ
ตรงถึงเสียงนั้น

เอตถะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความตรงถึงเสียงนั้น

คันธะวิจาร์ โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรงถึงกลิ่น เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความ
ตรงถึงกลิ่นนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความตรงถึงกลิ่นนั้น

ระสะวิจาโร โลกะ ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรงถึงรส เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความ
ตรงถึงรสนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ยอมดับที่ความตรงถึงรสนั้น

โณฏฐัพพะวิจาโร โลกะ ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรงถึงโณฏฐัพพะ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณหา ปะหิยะมานา ปะหิยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ยอมละเสียได้ที่ความ
ตรงถึงโณฏฐัพพะนั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความตรงถึงโผฏฐัพพะนั้น

ธัมมะวิจาโร โลเก ปิยะรูปร่าง สาทะรูปร่าง

ความตรงถึงธัมมารมณฺ์ เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก

เอตเตสา ตัณฺหา ปะหิยะยะมานา ปะหิยะยะติ

ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ที่ความ
ตรงถึงธัมมารมณฺ์นั้น

เอตตะ นิรุชณะมานา นิรุชณะติ

เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับที่ความตรงถึงธัมมารมณฺ์นั้น

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธ อริยะสัจจัง.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า อริยสัจคือ ทุกขนิโรธ
(ธรรมเป็นที่ดับทุกข์).

[ทุกขนิโรธคามินีปฎิปทา]

กะตะมัญจะ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินีปะฏิปะทา

อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสัจ คือทุกขนิโรธคามินีปฎิปทา
(ข้อปฏิบัติให้ถึงธรรมเป็นที่ดับทุกข์) เป็นอย่างไร ?

อะยะเมวะ อะริโย อัญจันคิโกมคโค

ทางอันประเสริฐ ประกอบด้วยองค์ ๘ ทางเดี๋ยวนี้แล

เสยยะถิทัง	ทางนี้เป็นอย่างไร ?
สัมมาทิฏฐิ	ความเห็นชอบ
สัมมาสังกัปป	ความดำริชอบ
สัมมาวาจา	วิริติธรรมเป็นเครื่องเจรจาชอบ
สัมมากัมมันโต	วิริติธรรมเป็นเครื่องกระทำชอบ
สัมมาอาชีโว	วิริติธรรมเป็นที่เลี้ยงชีพชอบ
สัมมาวายาโม	ความพยายามชอบ
สัมมาสะติ	ความระลึกรู้ชอบ
สัมมาสะมาธิ	ความตั้งจิตมั่นชอบ

(๑ สัมมาทิฏฐิ)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาทิฏฐิ (ความเห็นชอบ)
เป็นอย่างไร ?

ยัง โข ภิกขเว ทุกเข ญาณัง ทุกขะสมุททะเย ญาณัง
 ทุกขะนิโรธะ ญาณัง ทุกขะนิโรธะคามินิยา ปะฏิปะทายะ
 ญาณัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในเหตุให้เกิด
 ทุกข์ ความรู้ในธรรมเป็นที่ดับทุกข์ ความรู้ในข้อปฏิบัติให้
 ถึงธรรมเป็นที่ดับทุกข์ อันใดแล

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาทิฏฐิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า สัมมาทิฏฐิ
 (ความเห็นชอบ).

(๒ สัมมาสังกัปปะ)

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาสังกัปปो

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ)
 เป็นอย่างไร ?

เนกขัมมะสังกัปปो

ความดำริในการออกบวช (คือออกจากกามารมณ์)

อัพยาปาทะสังกัปปो

ความดำริในความไม่พยาบาท

อะวิหิงสาสังกัปปो

ความดำริในการไม่เบียดเบียน

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสังกัปปो.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า สัมมาสังกัปปะ
(ความดำริชอบ).

(๓ สัมมาวาจา)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาวาจา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาวาจา (วิริติธรรมเป็นเครื่อง
เจรจาชอบ) เป็นอย่างไร ?

มุสาวาทา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากกล่าวเท็จ

ปีสุณายะ วาจาเย เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากวาจาต่อเสียด

พระสุตถายะ วาจาเย เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากวาจาหยาบคายน

สัมพัปปะลาปา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากเจรจาสำราภ เพื่อเจ้า

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวาจา.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า สัมมาวาจา
(วิบัติเป็นเครื่องเจรจาชอบ).

(๔ สัมมากัมมันตะ)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมากัมมันตะ (วิบัติธรรมเป็นเครื่อง
กระทำชอบ) เป็นอย่างไร ?

ปาณาติปาตา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฆ่าสัตว์

อะทินนาทานา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้

กาเมสุ มิจฉาจารา เวระมะณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากความประพฤติดิคิดในกาม

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า สัมมากัมมันตะ
(วิบัติธรรมเป็นเครื่องกระทำชอบ).

๑๓๐

(๕ สัมมาอาชีวะ)

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาอาชีโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาอาชีวะ
(วิริยธรรมเป็นที่เลี้ยงชีพชอบ) เป็นอย่างไร ?

อิทธะ ภิกขเว อริยสะวาโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย พระอริยสาวกในธรรมวินัยนี้

มิจฉาชีวัง ปะหายะ

ละความเลี้ยงชีพผิดเสียแล้ว

สัมมาอาชีวะนะ ชีวิกัง กัปปเปติ

ย่อมสำเร็จความเป็นอยู่ด้วยการเลี้ยงชีพชอบ

อะยัง วุจจะติ ภิกขเว สัมมาอาชีโว.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า สัมมาอาชีวะ
(วิริยธรรมเป็นเครื่องเลี้ยงชีพชอบ).

(๖ สัมมาวายามะ)

กะตะโม จะ ภิกขเว สัมมาวายาโม

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาวายามะ (ความพยายามชอบ)
เป็นอย่างไร ?

อิระ ภิกษเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อะนุปปีนนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง รัมมานัง

อะนุปปาทายะ

เพื่อจะยังอกุศลธรรม อันเป็นบาปที่ยังไม่เกิดขึ้นไม่ให้เกิดขึ้น

ฉันทัง ะเนติ

ย่อมยังความพอใจให้บังเกิด

วายะมะติ

ย่อมพยายาม

วิริยัง อาระกะติ

ย่อมปรารภความเพียร

จิตตัง ปักคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมประคองตั้งจิตไว้

อุปปีนนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง รัมมานัง ปะหานายะ

เพื่อจะละอกุศลธรรม อันเป็นบาปที่เกิดขึ้นแล้ว

ฉันทัง ะเนติ

ย่อมยังความพอใจให้บังเกิด

วายะมะติ

ย่อมพยายาม

วิริยัง อาระกะติ

ย่อมปรารภความเพียร

จิตตัง ปักคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมประคองตั้งจิตไว้

อะนุปปันนानัง กุสะลานัง รัมมานัง อูปปาทายะ

เพื่อจะยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น

ฉันทัง ชะเนติ

ย่อมยังความพอใจให้บังเกิด

วายะมะติ

ย่อมพยายาม

วิริยัง อาระกะติ

ย่อมปรารถนาคความเพียร

จิตตัง ปักคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมประคองตั้งจิตไว้

อูปปันนानัง กุสะลานัง รัมมานัง ฐิติยา อะสัมโมสายะ

ภิกขุโยภาวายะ เวปุลลายะ ภาวะนายะ ปารีปุริยา

เพื่อความตั้งอยู่ ไม่ให้สาบสูญ เจริญยิ่ง ไพบูลย์ มีขึ้น
เต็มเปี่ยม แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

ฉันทัง ชะเนติ

ย่อมยังความพอใจให้เกิดขึ้น

วายะมะติ

ย่อมพยายาม

วิริยัง อาระกะติ

ย่อมปรารถนาคความเพียร

จิตตัง ปักคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมประคองตั้งจิตไว้

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า สัมมาวายามะ
(ความเพียรชอบ).

(๗ สัมมาสติ)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาสะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาสติ (ความระลึกชอบ)
เป็นอย่างไร ?

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

กาย กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมนัสสัง

พึงนำอภิชฌาและโทมนัส (ความยินดีและความยินร้าย)
ในโลกเสียให้พินาศ

เวทนาสู เวทนานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชณาโทมนัสสัง

พึงนำอภิชณาและโทมนัสในโลกเสียให้พินาศ

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลเก อะภิชณาโทมนัสสัง

พึงนำอภิชณาและโทมนัสในโลกเสียให้พินาศ

ธัมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมเนื่อง ๆ อยู่

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา

มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

วิเนยยะ โลก อะภิชฌาโทมนัสสัง

พื้งนำอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียให้พินาศ

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะติ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่่า สัมมาสะติ
(ความระลึกชอบ).

(๘ สัมมาสมาธิ)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาสมาธิ (ความตั้งจิตมั่นชอบ)
เป็นอย่างไร ?

อิทธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

วิวิจจะวะ กามะหิ วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ทัมมะหิ

สังคแล้วจากกามารมณ์ สังคแล้วจากกรรมที่เป็นอกุศล

สะวิตักกััง สะวิจาร์ัง วิเวกะหัมปีติสุขัง ปะฐะมัง ฌานัง
อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงปฐมฌาน (ความเพ่งที่ ๑) ประกอบด้วยวิตกและ
วิจารณ์ มีปีติและสุข อันเกิดจากวิเวก

วิตักกะวิจารณ์ัง วุประสะมา

เพราะความที่วิตักและวิจารณ์ (ทั้ง ๒) ระงับลง

อัมมัตตัง สัมปะสาทะนัง เจตะโส เอโกทิภาวัง อะวิตักกัง
อะวิจารณ์ัง สะมาธิชัมปีตีสุขัง ทุตติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ
วิหะระติ

เข้าถึงทุตติฌาน (ความเพ่งที่ ๒) เป็นเครื่องส่องใสใจ
ณ ภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอก ผุดมีขึ้น ไม่มีวิตัก
ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขที่เกิดจากสมาธิ

ปีติยา จะ วิราคา

อนึ่ง เพราะความที่ปีติวิราศ (ปราศ) ไป

อุเปกชะโก จะ วิหะระติ สะโต จะ สัมปะชาโน

ย่อมเป็นผู้เพิกเฉยอยู่ และมีสติสัมปชัญญะ

สุขัญจะ กาเยนะ ปะภูตัสสะเวเทติ

และเสวยความสุขด้วยกาย

ยันตัง อะริยา อาจิกขันติ อุเปกชะโก สะติมา สุขะวิหารีติ

อาศัยคุณคืออุเบกขา สติ สัมปชัญญะ และเสวยสุข
อันใดเล่าเป็นเหตุ พระอริยเจ้าทั้งหลายย่อมกล่าวว่าสรรเสริญ
ผู้นั้น ว่าเป็นผู้อุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข

ตะตียัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงตติยฌาน (ความเพ่งที่ ๓)

สุขัสสะ จะ ปะหานา เพราะละสุขเสียได้

ทุกขัสสะ จะ ปะหานา เพราะละทุกข์เสียได้

ปุพพะวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสานัง อตถังคะมา

เพราะความที่โสมนัส และโทมนัส (ทั้ง ๒) ในกาลก่อน
อัสตงค์ดับไป

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขาสะติปะริสุทฺธิง จะตฺตถัง ฌานัง
อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงจตุตถฌาน (ความเพ่งที่ ๔) ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข
มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขา

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า สัมมาสมาธิ
(ความตั้งจิตมั่นชอบ)

อิทัง วุจจะติ ภิกขะเว ทุกขะนิโรธะคามินี ปะฏิปะทา
อะริยะสัจจัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้ที่กล่าวว่า อริยสัจคือ ทุกขนิโรธ-
คามินีปฏิปทา (ข้อปฏิบัติให้ถึงธรรมเป็นที่ดับทุกข์)

อิติ อัชฌัตตัง วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ดังนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายในบ้าง

พะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายนอกบ้าง

อัชฌัตตะพะหิทธา วา รัมเมสุ รัมมานุปัสสีวิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม ทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สุมุทะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง

วะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือความเสื่อมไปในธรรมบ้าง

สุมุทะยะวะยะรัมมานุปัสสี วา รัมเมสุ วิหะระติ

ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคา คือทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อม
ไปในธรรมบ้าง

อตฺถิ รัมมาติ วา ปะนัสสะ สะติ ปัจจุပ္ปฏฐิตา โหติ

ก็หรือสติว่า ธรรมมีอยู่ เข้าไปตั้งอยู่เฉพาะหน้าแก่เธอ นั้น

ยาวะทวะ ญาณะมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้

ปะติสสะติมัตตายะ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

อะนิสตีโต จะ วิหะระติ เธอย่อมเป็นผู้ไม่ติดอยู่ด้วย

นะ จะ กิณฺจิ โลเก อุปาทิยะติ

ย่อมไม่ยึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย

เอวัมปิ โข ภิกขะเว ภิกขุ รัมเมสุ รัมมานุปัสสี วิหะระติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

จะตฺถสุ อริยะะสัจฺเจสุ.

คือ อริยสัจ ๔ อย่างนี้แล.

(สัจจะปัพพัง จบข้อกำหนดด้วยสัจจะ)

[รัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานัง จบรัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน]

โย หิ โกจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาริ สะติปัฏฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

สัตตะ วัสทานิ

ตลอด ๗ ปี

ตัสสะ ทวินันถ ฆะลาณถ อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฏิกังขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐุวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาติ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑ (คือผู้นั้นคงจะได้อรหัตตผล
หรืออนาคามีผลในปัจจุบันชาตินี้เป็นแน่)

ติฏฐันตุ ภิกขะเว สัตตะ วัสทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๗ ปียกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาโร สะติปฏิฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปฏิฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ณะ วัสทานิ

ตลอด ๖ ปี

ตัสสะ ทวินนัง ะลาณัง อัญญะตะรัง ะลัง ปาฏิักขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐุวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทีเสเส อะนาคามีตา

หรือเมื่ออุปาที (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตฺถุ ภิกขะเว ฉะ วัสสานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๖ ปียกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิมะ จัตตาริ สะติปีฎฐานะ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปีฎฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ปีญจะ วัสสานิ

ตลอด ๕ ปี

ตัสสะ ทวินันถะ ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกันถัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐะวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทีเสเส อะนาคามีตา

หรือเมื่ออุปาที (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

๑๘๒

ติฏฐันตุ ภิกขเว ปัญจะ วัสทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๕ ปียกไว้.

โย หิ โกจิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาริ สะติปัสสูฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปัสสูฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

จัตตาริ วัสทานิ

ตลอด ๔ ปี

ตัสสะ ทวินันัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกังขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐุวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิเสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่

เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขเว จัตตาริ วัสทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๔ ปียกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตารโ สะติปีฎฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปีฎฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ศีล วัสทานิ

ตลอด ๓ ปี

ตัสสะ ทวินันัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกังขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐะวะ ฆัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่

เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขเว ศีล วัสทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๓ ปียกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตารโ สะติปัญฺฐานเ เอวัง ภาเวยยะ
พึงเจริญสติปัญฺฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ทเว วัสทานิ

ตลอด ๒ ปี

ตัสสะ ทวินนัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกังขัง
ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐะวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อูปาทิสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตฺถุ ภิกขะเว ทเว วัสทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๒ ปียกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตารโ สะติปัญฺฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปัญฺฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

เอกััง วัสสัง

ตลอด ๑ ปี

ตัสสะ ทวินันัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฏิกังขัง

ผู้ัน ฟิงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐะวะ ฐัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อูปาทิสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขะเว เอกัง วัสธานี.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๑ ปียกไว้.

โย หิ โกจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาริ สะติปีฎฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปีฎฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

สัตตะ มาธานี

ตลอด ๗ เดือน

ตัสสะ ทวินนัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกังขัง
ผู้้นัน พิงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิกฺขุเฐวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิเสเส อะนาคามีตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขะเว สัตตะ มาทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๗ เดือนยกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาโร สะติปฏิฐานเ อาวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปฏิฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ฉะ มาทานิ

ตลอด ๖ เดือน

ตัสสะ ทวินนัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกังขัง

ผู้้นัน พิงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิวฐะ ฐัมเม อัญญา

คือพระอรหันต์ผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิเสเส อนะคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขเว มะ มาทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๖ เดือนยกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาริ สะติปฏิฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปฏิฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ปัญจะ มาทานิ

ตลอด ๕ เดือน

ตัสสะ ทวินันถะ ผลานันถะ อัญญะตะรัง มะลัง ปาฏิกังขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิวฐะ ฐัมเม อัญญา

คือพระอรหันต์ผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทีเสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาติ (คือ สังกโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขเว ปัญจะ มาทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๕ เดือนยกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาริ สะติปัญฺฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปัญฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

จัตตาริ มาทานิ

ตลอด ๔ เดือน

ตัสสะ ทวินนัง ะลาณัง อัญญะตะรัง ะลัง ปาฎิกังขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐุวะ ะมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทีเสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาติ (คือ สังกโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขเว จัตตาริ มาทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๔ เดือนยกไว้.

โย หิ โกจิ ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิม จัตตาริ สะติปัสสูณเ เอวัง ภเวยยะ

พึงเจริญสติปัสสูณทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ตีณิ มาทานิ

ตลอด ๓ เดือน

ตัสสะ ทวินันัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฏิกังขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐูวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่

เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกขเว ตีณิ มาทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๓ เดือนยกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกษเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตารโ สะติปฏิฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปฏิฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

ทเว มาทานิ

ตลอด ๒ เดือน

ตัสสะ ทวินนัง ะลาณัง อัญญะตะรัง ะลัง ปาฎิกังขัง

ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐะวะ ัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อูปาทิสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่

เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐันตุ ภิกษเว ทเว มาทานิ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๒ เดือนยกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกษเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตารโ สะติปัญฺฐานเ เอวัง ภาเวยยะ
 พิงฺเจริณฺสติปัญฺฐานทัง ๔ นี้ อย่างนั้น

มาสัง

ตลอด ๑ เดือน

ตัสสะ ทวินนัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฏิกังขัง
 ผู้้น พิงฺหวังผลทัง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฺฐะวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิสเส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังกโยชน์) ยังเหลืออยู่
 เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฺฐะตุ ภิกขะเว มาโส.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ๑ เดือนยกไว้.

โย หิ โกจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตารโ สะติปัญฺฐานเ เอวัง ภาเวยยะ
 พิงฺเจริณฺสติปัญฺฐานทัง ๔ นี้ อย่างนั้น

๑๕๒

อัทธะมาสัง

ตลอดกิ่งเดือน

ตัลสะ ทวินนัง ะลาณัง อัญญะตะรัง ะลัง ปาฏิกังขัง

ผู้้น ฟิงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิฏฐะวะ ัมเม อัญญา

คือพระอรหันต์ตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อูปาทิสเสส อะนาคามิตา

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐะตุ ภิกขะเว อัทธะมาโส.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายกิ่งเดือนยกไว้.

โย หิ โภจิ ภิกขะเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง

อิเม จัตตาโร สะติปัญฐานเ เอวัง ภาเวยยะ

พึงเจริญสติปัญฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

สัตตาหัง

ตลอด ๗ วัน

ตัสสะ ทวินันัง ฆะลาณัง อัญญะตะรัง ฆะลัง ปาฎิกังขัง
 ผู้้นัน พึงหวังผลทั้ง ๒ ผลอันใดอันหนึ่ง

ทิกฺขุเฐวะ รัมเม อัญญา

คือพระอรหัตตผลในปัจจุบันชาตินี้ ๑

สะติ วา อุปาทิสเส อะนาคามีตา.

หรือเมื่ออุปาทิ (คือ สังโยชน์) ยังเหลืออยู่
 เป็นพระอนาคามี ๑

เอกายะโน ภิกขะเว อะยัง มัคโค

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นที่ไปอันเอก

สัตตานัง วิสุทฺธิยา

เพื่อความหมดจดพิเศษของสัตว์ทั้งหลาย

โสกะปะริเทวานัง สะมะติกกะมาเย

เพื่อก้าวล่วงเสียซึ่งความโศกและความรำไร

ทุกขะโทมะนัสสานัง อัญจันตะกะมาเย

เพื่ออัศงค์ดับไปแห่งทุกข์และโทมนัส

ญายัสสะ อะริกะมาเย

เพื่อบรรลุนิยามธรรม

นิพพานัสสะ สัจฉิกิริยาเย

เพื่อกระทำพระนิพพานให้แจ้ง

ยะทิทัง จัตตารโ สะติปัสสูณานติ.

ทางนี้คือสติปัสสูณาน ๔ อย่าง ด้วยประการฉะนี้.

อิติ ยันตัง วุตตัง

คำอันใด ที่กล่าวแล้วอย่างนี้

อิทะเมตัง ปะภูิจจะ วุตตันติ

คำอันนั้น ที่อาศัยทางอันเอก (คือสติปัสสูณาน ๔)
นี้กล่าวแล้ว ด้วยประการฉะนี้

อิทะมะโวจะ ภะคะวา

พระผู้มีพระภาคตรัสพระสูตรนี้จบแล้ว

อัตตะมะนา เต ภิกขุ

ภิกษุเหล่านั้นมีใจยินดี

ภะคะวะโต ภาสิตัง อะภินันทุนติ.

เปลื้องเปลื้องนักรซึ่งภายิตของพระผู้มีพระภาคเจ้า
ด้วยประการฉะนี้แล.

มหาสติปัฏฐานสูตร (โดยย่อ)

กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน

๑. อานาปานบรรพ

- มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก
- รู้ชัดว่า หายใจเข้ายาว หายใจออกยาว
- รู้ชัดว่า หายใจเข้าสั้น หายใจออกสั้น
- สำเนียงกว่า เราเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดคองลมหายใจทั้งปวง หายใจเข้า
- สำเนียงกว่า เราเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดคองลมหายใจทั้งปวง หายใจออก
- สำเนียงกว่า เราจักระงับกายสังขาร (คือลมอัสสาสะ ปัสสาสะ) หายใจเข้า
- สำเนียงกว่า เราจักระงับกายสังขาร (คือลมอัสสาสะ ปัสสาสะ) หายใจออก

๒. อิริยาปถบรรพ

- เดิน ยืน นั่ง นอน (ตั้งกายไว้แล้วอย่างใด ก็รู้ชัดอาการกายนั้น)

๓. สัมผัสขณบรรพ

- ย่อมเป็นผู้ทำสัมผัสขณะ ในการก้าวไปข้างหน้า ถอยกลับมาข้างหลัง
- การแลไปข้างหน้า เหลียวไปข้างซ้าย ข้างขวา
- การคู้อวัยวะเข้า เหยียดอวัยวะออก
- การทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร

- การกิน คิม เค็ยว และลิม
- การถ่ายอุจจาระ และปัสสาวะ
- การเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด และความเป็นผู้นั่งอยู่

๔. ปฏิภูมณสิทธิการบรรพ

- ย่อมพิจารณากาย เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นไป เบื้องต่ำแต่ปลายผม ลงมา มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดโดยรอบ เต็มไปด้วยขงไม่สะอาดมี ประการต่างๆ : กายคตาสติ (อาการ ๓๒)

๕. ธาตุมณสิทธิการบรรพ

- ย่อมพิจารณากายโดยความเป็นธาตุ มี ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ธาตุสม

๖. นวสีวธิกการบรรพ

- เหมือนกับว่าจะพึงเห็นสรีระ (ซากศพ) ที่เขาทิ้งไว้แล้วในป่าช้า ตายแล้ว ๑-๓ วัน พองขึ้น มีสีเขียว มีน้ำเหลืองไหล น่ารังเกียจ
- มีฝูงกา ฝูงแร้ง ฝูงนกกตระกวม หมูสุนัข หมูสุนัขจิ้งจอก หมูสัตว์ ตัวเล็กๆ ต่างๆ กัดกิน
- เป็นร่างกระดูก ยังมีเนื้อและเลือด อันเส้นเอ็นรัดรั้งอยู่
- เป็นร่างกระดูก เปื้อนด้วยเลือด แต่ปราศจากเนื้อแล้ว ยังมีเส้นเอ็นรัดรั้งอยู่
- เป็นร่างกระดูก ปราศจากเนื้อและเลือดแล้ว ยังมีเส้นเอ็นรัดรั้งอยู่
- เป็นท่อนกระดูก ปราศจากเส้นเอ็นรัดรั้งแล้ว กระจายไปแล้ว ในทิศน้อยและทิศใหญ่ คือกระดูกมือ กระดูกเท้า กระดูกแข้ง

กระดูกขา กระดูกสะเอว กระดูกสันหลัง กระดูกซี่โครง กระดูก
หน้าอก กระดูกแขน กระดูกไหล่ กระดูกคอ กระดูกกลาง
กระดูกพื่น กะโหลกศีรษะ ไปอยู่ทางอื่น

- เป็นท่อนกระดูก มีสีขาวเปรียบดั่งสีสังข์
- เป็นท่อนกระดูก เป็นกองเรียวยาว เกินปีหนึ่งไปแล้ว
- เป็นท่อนกระดูก ผุละเอียดแล้ว

... เธอก็น้อมเข้ามาสู่กายนี้ว่า ถึงร่างกายอันนี้เล่า ก็มืออย่างนี้เป็นธรรมดา
คงเป็นอย่างนี้ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้

... ย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย เป็นภายในบ้าง เป็นภายนอกบ้าง ทั้งภายใน
ทั้งภายนอกบ้าง

... ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในกายบ้าง ความเสื่อมไป
ในกายบ้าง ทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อมไปในกายบ้าง

... แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

... เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย ย่อมไม่ยึดถืออะไรๆ ในโลกด้วย

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

- เมื่อเสวยสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา
- เมื่อเสวยสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา มีอามิส
- เมื่อเสวยสุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา ไม่มีอามิส

... ก็รู้ชัดว่า บัดนี้เราเสวยเวทนานั้นๆ อยู่

- ... ย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา เป็นภายในบ้าง เป็นภายนอกบ้าง ทั้งภายใน ทั้งภายนอกบ้าง
- ... ย่อมพิจารณาเห็นธรรมดา คือความเกิดขึ้นในเวทนาบ้าง ความเสื่อมไปในเวทนาบ้าง ทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อมไปในเวทนาบ้าง
- ... แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก
- ... เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย ย่อมไม่ยึดถืออะไรๆ ในโลกด้วย

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

- เมื่อจิตมีราคะ จิตไม่มีราคะ
 - เมื่อจิตมีโทสะ จิตไม่มีโทสะ
 - เมื่อจิตมีโมหะ จิตไม่มีโมหะ
 - เมื่อจิตหตฺหุ จิตฟุ้งซ่าน
 - เมื่อจิตเป็นมหรรคต (ฉาน อปัปมัญญา) จิตไม่เป็นมหรรคต
 - เมื่อจิตเป็นสะอฺตฺตระ (กามาวจรจิต มีจิตอื่นยิ่งกว่า ไม่ถึงอุปจารสมาธิ) จิตเป็นอนฺตฺตระ (กามาวจรจิต ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า หมายเอาอุปจารสมาธิ)
 - เมื่อจิตตั้งมั่น จิตไม่ตั้งมั่น
 - เมื่อจิตวิมุตติ (หลุดพ้นด้วยตนทั้งวิมุตติ และวิขัมภณวิมุตติ) จิตไม่วิมุตติ
- ... ก็รู้ชัดว่า จิตมีลักษณะนั้นๆ
- ... ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิต เป็นภายในบ้าง เป็นภายนอกบ้าง ทั้งภายใน ทั้งภายนอกบ้าง

- ... ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือความเกิดขึ้นในจิตบ้าง ความเสื่อมไป
ในจิตบ้าง ทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อมไปในจิตบ้าง
- ... แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก
- ... เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย ย่อมไม่ยึดถืออะไรๆ ในโลกด้วย

สัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๑. นีวรณบรรพ (นิวรรณ์ ๕)

กามฉันทะ (ความพอใจในกามารมณ์)

- ย่อมรู้ชัด ย่อมรู้ชัด เมื่อกามฉันทะ มีอยู่ ณ ภายในจิต
 - เมื่อกามฉันทะ ไม่มี ณ ภายในจิต
 - เมื่อกามฉันทะ อันยังไม่เกิดขึ้น เกิดขึ้นด้วยประการใด
 - เมื่อกามฉันทะ ที่เกิดขึ้นแล้ว ละได้ด้วยประการใด
 - เมื่อกามฉันทะ อันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

พยาบาท (ความคิดแข่งสัตว์ให้พินาศ)

- ย่อมรู้ชัด เมื่อพยาบาท มีอยู่ ณ ภายในจิต
 - ย่อมรู้ชัด เมื่อพยาบาท ไม่มี ณ ภายในจิต
 - เมื่อพยาบาท อันยังไม่เกิดขึ้น เกิดขึ้นด้วยประการใด
 - เมื่อพยาบาท ที่เกิดขึ้นแล้ว ละได้ด้วยประการใด
 - เมื่อพยาบาท อันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ถิ่นมิทระ

- ย่อมรู้ชัด เมื่อถิ่นมิทระ มีอยู่ ณ ภายในจิต
- ย่อมรู้ชัด เมื่อถิ่นมิทระ ไม่มี ณ ภายในจิต
- เมื่อถิ่นมิทระ อันยังไม่เกิดขึ้น เกิดขึ้นด้วยประการใด
- เมื่อถิ่นมิทระ ที่เกิดขึ้นแล้ว ละได้ด้วยประการใด
- เมื่อถิ่นมิทระ อันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

อุทธจะกุกุจจะ

- ย่อมรู้ชัด เมื่ออุทธจะกุกุจจะ มีอยู่ ณ ภายในจิต
- ย่อมรู้ชัด เมื่ออุทธจะกุกุจจะ ไม่มี ณ ภายในจิต
- เมื่ออุทธจะกุกุจจะ อันยังไม่เกิดขึ้น เกิดขึ้นด้วยประการใด
- เมื่ออุทธจะกุกุจจะ ที่เกิดขึ้นแล้ว ละได้ด้วยประการใด
- เมื่ออุทธจะกุกุจจะ อันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

วิจิกจนา

- ย่อมรู้ชัด เมื่อวิจิกจนา มีอยู่ ณ ภายในจิต
- ย่อมรู้ชัด เมื่อวิจิกจนา ไม่มี ณ ภายในจิต
- เมื่อวิจิกจนา อันยังไม่เกิดขึ้น เกิดขึ้นด้วยประการใด
- เมื่อวิจิกจนา ที่เกิดขึ้นแล้ว ละได้ด้วยประการใด

- เมื่อวิจิติจณา อันตนละเสียแล้ว ไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

๒. จันทรบรรพ (จันท์ ๕)

อุปาทานจันท์ ๕

- ย่อมพิจารณาว่า อย่างนี้ รูป ความเกิดขึ้นของรูป ความดับไปของรูป
- อย่างนี้ เวทนา ความเกิดขึ้นของเวทนา ความดับไปของเวทนา
- อย่างนี้ สัญญา ความเกิดขึ้นของสัญญา ความดับไปของสัญญา
- อย่างนี้ สังขาร ความเกิดขึ้นของสังขาร ความดับไปของสังขาร
- อย่างนี้ วิญญาณ ความเกิดขึ้นของวิญญาณ ความดับไปของวิญญาณ

๓. อายตนบรรพ (อายตนะ ภายใน/ภายนอก)

ตา รูป

- ย่อมรู้จักตา ย่อมรู้จักรูป
 - เมื่อสังโยชน์ (เครื่องผูก) เกิดขึ้นโดยอาศัย ตา และรูป
 - เมื่อสังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมละได้ ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ อันตนละได้แล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้นต่อไปได้ ด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

หู เสียง

- ย่อมรู้จักหู ย่อมรู้จักเสียง
 - เมื่อสังโยชน์ (เครื่องผูก) เกิดขึ้นโดยอาศัย หู และเสียง
 - เมื่อสังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมละได้ ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ อันตนละได้แล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้นต่อไปได้ ด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

จมูก กลิ่น

- ย่อมรู้จักจมูก ย่อมรู้จักกลิ่น
 - เมื่อสังโยชน์ (เครื่องผูก) เกิดขึ้นโดยอาศัย จมูก และกลิ่น
 - เมื่อสังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมละได้ ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ อันตนละได้แล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้นต่อไปได้ ด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ลิ้น รส

- ย่อมรู้จักลิ้น ย่อมรู้จักรส
- เมื่อสังโยชน์ (เครื่องผูก) เกิดขึ้นโดยอาศัย ลิ้น และรส
- เมื่อสังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด

- เมื่อสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมละได้ ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ อันตนละได้แล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้นต่อไปได้ ด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

กาย โภภะ (สิ่งที่พึงถูกต้องด้วยกาย)

- ย่อมรู้จักกาย ย่อมรู้จักโภภะ
 - เมื่อสังโยชน์ (เครื่องผูก) เกิดขึ้นโดยอาศัย กาย และโภภะ
 - เมื่อสังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมละได้ ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ อันตนละได้แล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้นต่อไปได้ ด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ใจ ธรรมารมณ (สิ่งที่พึงรู้ได้ด้วยใจ)

- ย่อมรู้จักใจ ย่อมรู้จักธรรมารมณ
 - เมื่อสังโยชน์ (เครื่องผูก) เกิดขึ้นโดยอาศัย ใจ และธรรมารมณ
 - เมื่อสังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมละได้ ด้วยประการใด
 - เมื่อสังโยชน์ อันตนละได้แล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้นต่อไปได้ ด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

๔. โภชนังคบรรพ (โภชนงค์ ๗)

สติสัมโพชนงค์

- ย่อมรู้ชัด เมื่อสติสัมโพชนงค์ มี ณ ภายในจิต
 - ย่อมรู้ชัด เมื่อสติสัมโพชนงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
 - เมื่อสติสัมโพชนงค์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของสติสัมโพชนงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ธัมมวิจยสัมโพชนงค์

- ย่อมรู้ชัด เมื่อธัมมวิจยสัมโพชนงค์ มี ณ ภายในจิต
 - ย่อมรู้ชัด เมื่อธัมมวิจยสัมโพชนงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
 - เมื่อธัมมวิจยสัมโพชนงค์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของธัมมวิจยสัมโพชนงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

วิริยสัมโพชนงค์

- ย่อมรู้ชัด เมื่อวิริยสัมโพชนงค์ มี ณ ภายในจิต
- ย่อมรู้ชัด เมื่อวิริยสัมโพชนงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
- เมื่อวิริยสัมโพชนงค์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใด

- เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของวิริยสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ปีติสัมโพชฌงค์

- ย่อมรู้ชัด เมื่อปีติสัมโพชฌงค์ มี ณ ภายในจิต
- ย่อมรู้ชัด เมื่อปีติสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
- เมื่อปีติสัมโพชฌงค์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
- เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของปีติสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

ปีสัทธสัมโพชฌงค์

- ย่อมรู้ชัด เมื่อปีสัทธสัมโพชฌงค์ มี ณ ภายในจิต
- ย่อมรู้ชัด เมื่อปีสัทธสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
- เมื่อปีสัทธสัมโพชฌงค์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
- เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของปีสัทธสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

สมาธิสัมโพชฌงค์

- ย่อมรู้ชัด เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ มี ณ ภายในจิต
 - ย่อมรู้ชัด เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
 - เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของสมาธิสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

อุเบกขาสัมโพชฌงค์

- ย่อมรู้ชัด เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ มี ณ ภายในจิต
 - ย่อมรู้ชัด เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ ไม่มี ณ ภายในจิต
 - เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้น ด้วยประการใด
 - เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใด
- ... ย่อมรู้ประการนั้นด้วย

๕. สัจจบรรพ (อริยสัจ ๔)

ทุกขอริยสัจ

- ชาติ (ความเกิด) เป็นทุกข์
- ชรา (ความแก่) ก็เป็นทุกข์
- มรณะ (ความตาย) ก็เป็นทุกข์

- โสกะ (ความโศก) ก็เป็นทุกข์
- ปรีทเวะ (ความรำไร รำพัน) ก็เป็นทุกข์
- ทุกข์ (ความไม่สบายกาย) ก็เป็นทุกข์
- โทมนัส (ความเสียใจ) ก็เป็นทุกข์
- อุปายาส (ความคับแค้นใจ) ก็เป็นทุกข์
- ความประสพกับสัตว์ และสังขาร อันไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์
- ความพลัดพรากจากสัตว์ และสังขาร อันเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์
- ความปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้สิ่งนั้น ก็เป็นทุกข์

... โดยย่อ อุปาทานขันธทั้ง ๕ (คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) เป็นทุกข์

ทุกข์สมุทัย

- เหตุให้เกิดทุกข์ คือ ตัณหา (ความทะยานอยาก)
 - * กามตัณหา (ความอยากในอารมณ์ที่สัตว์รักใคร่)
 - * ภวตัณหา (ความอยากมี อยากเป็น)
 - * วิภวตัณหา (ความไม่อยากมี ไม่อยากเป็น)
- ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดขึ้น ย่อมเกิดที่ไหน? เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ที่ไหน?
 - * ที่ใด เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก ตัณหานั้น เมื่อจะเกิดก็ย่อมเกิดในที่นั้น เมื่อจะตั้งอยู่ ก็ย่อมตั้งอยู่ในที่นั้น

ทุกขนิโรธ

- ธรรมเป็นที่ดับทุกข์ คือ ความสำรอกและความดับโดยไม่มีเหลือ ความสละ ความสงัดคืน ความปล่อยวาง ความไม่อาลัยในคณหานั้น
- ก็คณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ย่อมสละเสียได้ในที่ไหน ? เมื่อจะดับ ย่อมดับในที่ไหน ?
 - * ที่ใด เป็นที่รักใคร่ เป็นที่พอใจในโลก คณหานั้น เมื่อบุคคลจะละเสีย ก็ย่อมละเสียได้ในที่นั้น เมื่อจะดับ ก็ย่อมดับในที่นั้น
 - * อายุขณะภายใน ๖
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
 - * อายุขณะภายนอก ๖
รูป เสียง กลิ่น รส โสภณัฐัพพะ รัชมารมณ
 - * วิญญูญาณ ๖
ความรู้ทาง : ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
 - * ผัสสะ
ความกระทบทาง : ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
 - * สัมผัสสเวทนา
เวทนาที่เกิดแต่สัมผัสทาง : ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
 - * สัญญา
ความจำ : รูป เสียง กลิ่น รส โสภณัฐัพพะ รัชมารมณ

- * สัตยญาเจตนา
ความคิดถึง : รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชัมมารมณั
- * ตัณหา
ความอยากใน : รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชัมมารมณั
- * วิตก
ความตรึกถึง : รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชัมมารมณั
- * วิจาร
ความตรองถึง : รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ชัมมารมณั

ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

- ข้อปฏิบัติให้ถึงธรรมเป็นที่ดับทุกข์ ทางอันประเสริฐ ประกอบด้วย องค์ ๘ ทางเดียวนี้แล
- ทางนี้เป็นอย่างไร ?
 - * สัมมาทิฐฐิ (ความเห็นชอบ)
ความรู้ในทุกข์ ในเหตุให้เกิดทุกข์ ในธรรมเป็นที่ดับทุกข์ ในข้อปฏิบัติให้ถึงธรรมเป็นที่ดับทุกข์
 - * สัมมาสังกัปป (ความดำริชอบ)
 - * ความดำริในการออกบวช (คือ ออกจากกามารมณั)
 - * ความดำริในความไม่พยายาท
 - * ความดำริในการไม่เบียดเบียน

- * สัมมาวาจา (วิริยธรรมเป็นเครื่องเจรจาชอบ)
 - * เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากกล่าวเท็จ
 - * เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากวาจาส่อเสียด
 - * เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากวาจาหยาบคาย
 - * เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากเจรจาสำราญ เพื่อเจ้า

 - * สัมมากัมมันตะ (วิริยธรรมเป็นเครื่องกระทำชอบ)
 - * เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการฆ่าสัตว์
 - * เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เจ้าของไม่ได้ให้
 - * เจตนาเป็นเครื่องเว้นจากความประพฤติกผิดในกาม

 - * สัมมาอาชีโว (วิริยธรรมเป็นที่เลี้ยงชีพชอบ)

ละความเลียงชีพที่ผิด

 - * สัมมาวาจาโม (ความพยายามชอบ)
 - * เพื่อจะยังกุศลธรรมอันเป็นบาป ที่ยังไม่เกิดขึ้น ไม่ให้เกิดขึ้น
 - * เพื่อจะละอกุศลธรรมอันเป็นบาป ที่เกิดขึ้นแล้ว
 - * เพื่อจะยังกุศลธรรม ที่ยังไม่เกิดขึ้น ให้เกิดขึ้น
 - * เพื่อความตั้งอยู่ ไม่ให้สาบสูญ เจริญยิ่งไพบูลย์ มีขึ้นเต็มเปี่ยม แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว
- ... ย่อมยังความพอใจให้เกิด ย่อมพยายาม ย่อมปรารถนากความเพียร
 ย่อมประคองตั้งจิตไว้

• **สัมมาสติ (ความระลึกชอบ)**

- * ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายเนืองๆ อยู่
- * ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนืองๆ อยู่
- * ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตเนืองๆ อยู่
- * ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมเนืองๆ อยู่

... มีความเพียรให้กิเลสเร่าร้อน มีสัมปชัญญะ มีสติ

... พึงนำอภิขมาและโทมนัส (ความยินดี ยินร้าย) ในโลกเสียให้พินาศ

• **สัมมาสมาธิ (ความตั้งจิตมั่นชอบ)**

- * สงัดแล้วจากกามารมณ์ จากธรรมที่เป็นอกุศล เข้าถึงปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตกและวิจารณ์ มีปีติและสุข อันเกิดจากวิเวก
- * เพราะความที่วิตกและวิจารณ์ ระงับลง เข้าถึงทุติยฌาน เป็นเครื่องพ่องใสใจ ณ ภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอก ผุดมีขึ้น ไม่มีวิตก วิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขที่เกิดจากสมาธิ
- * เพราะความที่ปีติวิราศไป ย่อมเป็นผู้เพิกเฉยอยู่ และมีสติสัมปชัญญะ และเสวยความสุขด้วยกาย อาศัยคุณคืออุเบกขา สติ สัมปชัญญะ และเสวยสุขอันใดเล่าเป็นเหตุเป็นผู้อุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข เข้าถึงตติยฌาน
- * เพราะละสุข ละทุกข์ เสียได้ เพราะความที่โสมนัส และโทมนัสในกาลก่อน อัสดงค์ดับไป เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีสุข

ไม่มีทุกข์ มีแต่ความที่สติเป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ เพราะ
อุเบกขา

... ย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรม เป็นภายในบ้าง เป็นภายนอก
บ้าง ทั้งภายใน ทั้งภายนอกบ้าง

... ย่อมพิจารณาเห็นธรรมตา คือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง ความ
เสื่อมไปในธรรมบ้าง ทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความเสื่อมไปใน
ธรรมบ้าง

... แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก

... เธอย่อมไม่ติดอยู่ด้วย ย่อมไม่ยึดถืออะไรๆ ในโลกด้วย

ผู้ใดผู้หนึ่ง พึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนั้น

- * ตลอด ๗ ปี
- * ตลอด ๖ ปี
- * ตลอด ๕ ปี
- * ตลอด ๔ ปี
- * ตลอด ๓ ปี
- * ตลอด ๒ ปี
- * ตลอด ๑ ปี
- * ตลอด ๗ เดือน
- * ตลอด ๖ เดือน

- * ตลอด ๕ เดือน
- * ตลอด ๔ เดือน
- * ตลอด ๓ เดือน
- * ตลอด ๒ เดือน
- * ตลอด ๑ เดือน
- * ตลอดทั้งเดือน
- * ตลอด ๗ วัน

... ผู้นั้น พึงหวังผลทั้ง ๒ ผล อันใดอันหนึ่ง คือ พระอรหัตตผล
 ในปัจจุบันชาตินี้ ๑ หรือเมื่ออุปาทิ (คือสังโยชน์) ยังเหลืออยู่
 เป็นพระอนาคามี ๑

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความหมดจด
 วิเศษของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงเสียซึ่งความโศกและความ
 รำไร เพื่ออัสดงค์ดับไปแห่งทุกข์และโทมนัสเพื่อบรรลุนิพพาน
 เพื่อกระทำพระนิพพานให้แจ้ง ทางนี้คือ สติปัญญา ๔ อย่าง
 ด้วยประการฉะนี้

**ขอเชิญฟังรายการธรรมสุปฏิปันโน
เสียงธรรมจากสำนักกรรมฐาน วัดมเหยงคณ์
ปราสาทธรรมโดย**

พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ ผนวรีสี)

ทางสถานีวิทยุ ทหารอากาศ ๑๑ มีนบุรี คลื่น ๘๔.๕ ระบบ A.M.

- วันจันทร์-วันเสาร์ เวลา ๐๔.๐๐ - ๐๕.๐๐ น.

- วันจันทร์-วันศุกร์ เวลา ๐๖.๐๐ - ๐๖.๓๐ น

หากประสงค์จะทำบุญสนับสนุนการให้ธรรมเป็นทาน

ขอเชิญท่านอุปถัมภ์รายการ ได้ความกำลังศรัทธา

โดยส่งเป็นธนาคารผู้คำนวณเงินฝากชื่อกว่า

ในนาม "วัดมเหยงคณ์"

หรือโอนเข้าบัญชีธนาคารกรุงเทพฯ

สาขาตลาดเจ้าพรหม ประเภทสะสมทรัพย์

ชื่อบัญชี "วัดมเหยงคณ์"

บัญชีเลขที่ ๔๘๘-๐๖๑-๖๖๘๐

วัดมเหยงคณ์เพิ่มช่องทางกรับข่าวสารและกิจกรรม

ผ่าน Application Mahaeyong



ใน iPhone - iPad ได้แล้ว

เพียงพิมพ์คำว่า mahaeyong ใน App Store แล้วกดโหลด ฟรี
(สำหรับผู้ใช้ IOS 4.3 ขึ้นไป)

และพร้อมเปิดโอกาสให้พุทธศาสนิกชนทุกท่าน
ได้รับฟังธรรมบรรยาย และนำปฏิบัติกรรมฐานได้ตั้งแต่วันนี้

กิจกรรมของวัดมเหยงคณ์

๑. จัดอบรมวิปัสสนากรรมฐาน ระยะเวลา ๘ วัน เป็นประจำทุกๆ เดือน เดือนละ ๑ ครั้ง ทั้งบรรพชิต และคฤหัสถ์ รุ่นละ ๘๐ ท่าน (รวมนอกรวม)
๒. จัดอบรมวิปัสสนากรรมฐาน ระยะยาว (ไม่เป็นคอร์ส)
๓. จัดอบรมปฏิบัติธรรม บวชนกจิมมลาวนา ในวันสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และวันประเพณีไทย ปีละ ๘ ครั้ง
๔. อบรมปฏิบัติธรรมพิเศษให้กับหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน ที่ขอเข้ารับการอบรมเป็นกลุ่ม
๕. บวชถือศีล ปฏิบัติธรรม ประจำทุกวัน
๖. เผยแพร่ธรรมทางสื่อ :- วิทยู ทวิต์คน์ หนังสือ ซีดี อินเตอร์เน็ต ฯลฯ
www.mahaeyong.org
www.watmahaeyong.org
๗. ตั้งสำนักปฏิบัติกรรมฐานสาขา ในส่วนภูมิภาคต่างๆ (ปัจจุบัน ปี พ.ศ. ๒๕๕๖ มีสาขา ๑๕ แห่ง)

ขอเรียนเชิญพุทธศาสนิกชนทุกท่านร่วมเป็นเจ้าภาพสร้าง อุโบสถปราสาทพระบรมธาตุเขาคิชฌิมหาวิหาร

การสร้างอุโบสถวัดมเหยงคณ์

เพื่อเป็นพุทธศาสนสถาน ประดิษฐาน ๓ ซี่งสำคัญในศาสนาพุทธกัน คือ

ส่วนที่ ๑ ปีกด้านหน้า เป็นส่วนของอุโบสถ

ประดิษฐานพระพุทธรูปประธาน เพื่อพระสงฆ์ประกอบสังฆกรรม

ส่วนที่ ๒ ส่วนกลางของปราสาท เป็นพระอุโบสถสี่เหลี่ยม

ประดิษฐานพระบรมธาตุวิจิตร

ส่วนที่ ๓ ปีกด้านหลัง เป็นส่วนของมหาวิหาร

ประดิษฐานพระพุทธรูปทรงเครื่องปางนาคปรก

ความสำคัญ

อุโบสถปราสาทพระบรมธาตุเขาคิชฌิมหาวิหาร วัดมเหยงคณ์ ซึ่งกำลังก่อสร้างอยู่
นับเป็นศาสนสถานหลักในเขตพุทธาวาสของวัด แม้จะมีผู้คนละเลงปูนปั้นที่กลุ่ม
โบราณสถานอื่นเป็นวัดมเหยงคณ์ซึ่งมีขนาดโบราณ มรดกมรดกของชนชาติสุวรรณภูมิ
ได้สละมอบให้สอดคล้องและสืบสานเอกลักษณ์ภูมิปัญญาสามัคคี อันเป็นมรดกที่ทรง
คุณค่า ปากความวิจิตรแห่งชนชาติสุวรรณภูมิมีต่อพุทธศาสนาให้สืบสืบกันมาได้อย่างมั่นคง
เพื่ออนุชนรุ่นหลังจะได้ศึกษาพระภูมิปัญญาในศาสนาด้วยความรักในสิ่งที่มิใช่ผลประโยชน์
อันเล็กน้อยแห่งอหังการให้เกิดความรัก ความสามัคคีของชนในชาติถึงความสงบ
ร่มเย็น ปรองดอง และความเจริญรุ่งเรืองของชาติสืบไป

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย จงดลบันดาลให้ท่านและครอบครัวประสบความสุข
ความเจริญในหน้าที่การงาน และจงร่วมกันสร้างอุโบสถปราสาทพระบรมธาตุเขาคิชฌิมหาวิหาร
ให้สำเร็จโดยสมบูรณ์

ลักษณะของสถาปัตยกรรม

มันจะเป็นจุดโบสถ์สำหรับเคารพบูชา ซึ่งพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงมีดำริให้สร้างโบสถ์ขึ้นที่วัดสุทัศน์เทพวราราม กรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นที่ประดิษฐานพระบรมอัฐิของพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ซึ่งพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงมีดำริให้สร้างโบสถ์ขึ้นที่วัดสุทัศน์เทพวราราม กรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นที่ประดิษฐานพระบรมอัฐิของพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว



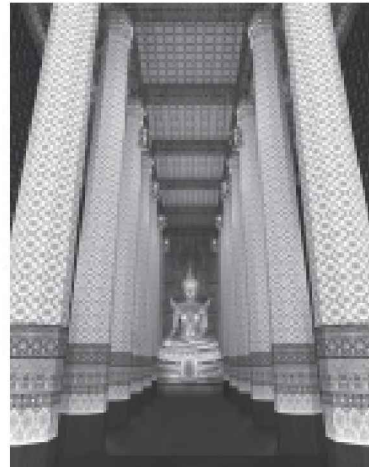
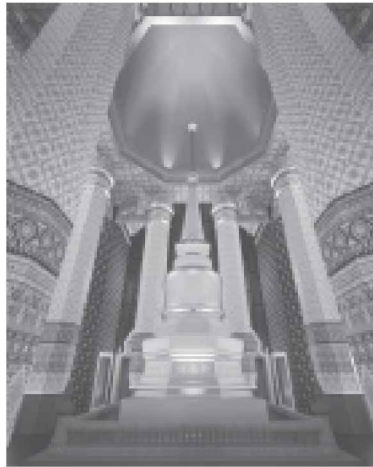
ซึ่งพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงมีดำริให้สร้างโบสถ์ขึ้นที่วัดสุทัศน์เทพวราราม กรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นที่ประดิษฐานพระบรมอัฐิของพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว

บุษบกวันออก-ตะวันตก ยาวรวม ๘๐ เมตร ส่วนบุษบกเหนือ-ใต้ ยาว ๒๐ เมตร



บุษบกวันออกเป็นช่วงที่ใช้เฉพาะสำหรับพระสงฆ์ทำสังฆกรรมเท่านั้น บุษบกวันตก มียอดใช้ทำสังฆกรรมได้สามโถกาศขึ้นควร แต่ก็สามารถใช้ในกิจกรรมที่มิใช่พิธีกรรมทางศาสนา หรือเป็นที่ตั้งกิจกรรมทางวัฒนธรรมต่างๆ ได้ อีกด้วย

ช่วงของจุดโบสถ์ซึ่งชาวส่วน มีข้อประดุเป็นคิดค้องถึงกันได้ ด้านบุษบกเหนือ-ใต้ มีบันไดสามชั้นสูง ส่วนฐานของจุดโบสถ์ที่นี้คือออกมาจากฐานอาคารเดิม เป็นฐานทักษิณ ซึ่งส่วนนี้จะพาดพิงกับบันไดสามชั้นของจุดโบสถ์จากพื้นฐาน ๓.๕๐ เมตร ขอบฐานก่อแนวทึบแบบแก้ว ครอบนอกสุดของชั้นฐานจุดโบสถ์มีการจุดฐานน้ำขึ้นบรรดาบนเพ็ชร์วางบรรดาทึบให้เขตพุทธาวาสส่วนฐานบุษบกนี้สูง



พุทธศาสนิกชนทุกท่านที่มีโอกาสได้ชมภาพพระอารามและพระพุทธรูปอันวิจิตรตระการตาของวัดพระศรีรัตนศาสดาราม กรุงเทพมหานคร ขอเชิญชวนทุกท่านร่วมใจกันอนุรักษ์และดูแลรักษาพระอารามและพระพุทธรูปอันมีค่าเหล่านี้ไว้ให้คงอยู่สืบไป โดยขอเชิญชวนทุกท่านร่วมใจกันอนุรักษ์และดูแลรักษาพระอารามและพระพุทธรูปอันมีค่าเหล่านี้ไว้ให้คงอยู่สืบไป

รายชื่อผู้ "สร้างบุญบารมี" ร่วมกันอนุรักษ์

- ๑. ธนาคารกสิกรไทย สาขาโรจนะ เลขที่บัญชี ๔๕๒-๒๒๒-๒๒๗๕
- ๒. ธนาคารกรุงไทย สาขาตลาดหลักทรัพย์เลขที่บัญชี ๒๒๕-๐๐๖-๒๐๑๗
- ๓. ธนาคารกรุงศรีอยุธยา สาขาตลาดหลักทรัพย์ เลขที่บัญชี ๔๕๗-๐๑๐-๗๗๒๓
- ๔. ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาสุรนารี เลขที่บัญชี ๕๗๕-๗๒๒-๗๗๗๕
- ๕. ธนาคารออมสิน สาขาคลองสามพราน เลขที่บัญชี ๐๒๐๐-๗๕๒๗-๐๕๒๗

ติดต่อขอชมภาพพระอารามและพระพุทธรูปได้ที่

หมายเลขโทรศัพท์ : ๐๒๕-๔๗๙-๒๐๓, ๐๒๒-๒๒๒-๒๒๗๕, ๐๒๓-๗๗๗-๗๗๗๕, ๐๒๖-๒๒๒-๒๒๗๕, ๐๒๖-๒๒๒-๒๒๗๕ โทรสาร ๐๒๕-๔๗๙-๒๐๓, ๒๐๕

หรือส่ง E-mail : www.dhammadownload.com

สำหรับท่านที่ประสงค์จะบริจาคเงินเพื่อสนับสนุนโครงการอนุรักษ์พระอารามและพระพุทธรูปของวัดพระศรีรัตนศาสดาราม กรุงเทพมหานคร ขอเชิญชวนทุกท่านร่วมใจกันอนุรักษ์และดูแลรักษาพระอารามและพระพุทธรูปอันมีค่าเหล่านี้ไว้ให้คงอยู่สืบไป

รายชื่อผู้ร่วมพิมพ์หนังสือ

รายชื่อผู้ร่วมพิมพ์หนังสือ

รายชื่อผู้ร่วมพิมพ์หนังสือ

วัดมเหยงคณ์

พ.ลับทรา อ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา ๑๓๐๐๐

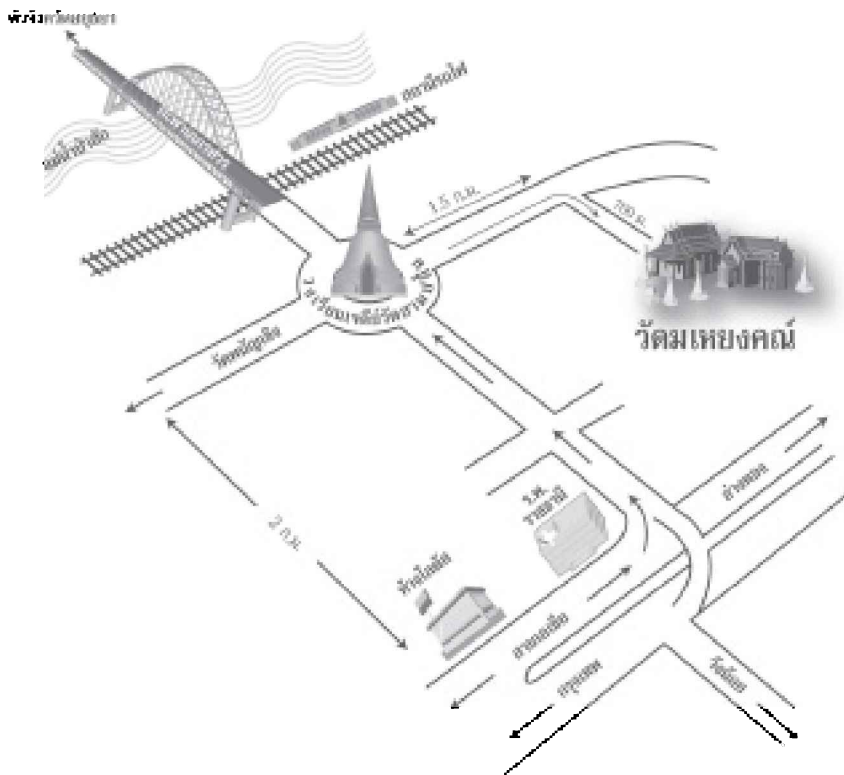
โทรศัพท์ (๐๓๕) ๕๕๑-๖๐๑-๒ โทรสาร (๐๓๕) ๕๕๑-๖๐๓

Website : www.mahachulalongkorn.org

www.watmahachulalongkorn.org

E-mail : watmahachulalongkorn@gmail.com

แผนที่



เอกายโน อัย ภิกขเว มคฺโค
สตฺตานํ วิสุทฺธิยา
โสภปริเทวานํ สมตฺติกฺกมฺยา
ทฺกฺขโทยมนสฺसानํ อตฺถจฺจกฺมฺยา
ณายสฺส อธิคฺมฺยา
นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยา
ยทฺธิํ จตฺตาวโร สติปฺปญฺจนา

ดูกรภิกษุทั้งหลาย
หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก
เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
เพื่อล่วงความโศกและปริเทวะ
เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์และโทยมนัส
เพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง
เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน
หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ

ทีฆนิกาย มหาวรรค มหาสติปัฏฐานสูตร

