

ศึกษาและปฏิบัติธรรม

ครั้งที่ ๕๖ ธรรมะที่ควรเจริญ

๔ พฤษภาคม ๒๕๕๓

อ.สุธีร์ ทุมทอง

๑. หมวดละ ๑

กตโม เอโก ฌมฺโม ภาเวตพุโป?

กายกตาสติ สาทสหคตา.

อัย เอโก ฌมฺโม ภาเวตพุโป.

ที.ปา. ๑๑/๓๕๑ ทสุตตรสูตร



๒. หมวดละ ๒

กตเม เทว ฐมา ภาเวตพฺพา?

สมโถ จ วิปัสสนา จ.

อิเม เทว ฐมา ภาเวตพฺพา.

ที.ปา. ๑๑/๓๕๒ ทสุตตรสูตร



๓. หมวดละ ๓

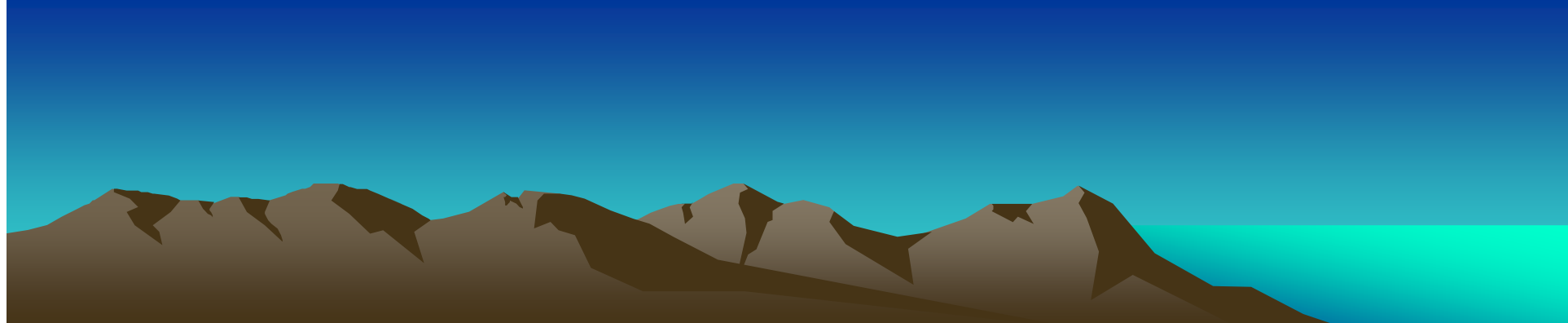
กตเม ตโย ฐมา ภาเวตพุพา?

ตโย สมาธิ : สวิตกโก สวิจาโร สมาธิ,

อวิตกโก วิจารณ์ตโต สมาธิ,

อวิตกโก อวิจาโร สมาธิ.

ที.ปา. ๑๑/๓๕๓ ทสุตตรสูตร



๔. หมวดละ ๔

กตเม จตุตาโร ฐมา ภาเวตพุพา? จตุตาโร สติปัญญา :

อิธาวุโส ภิกขุ กายะ กายานุปสฺสี วิหฺรติ อาตาปี

สมปชาโน สติมา วินะยฺย โลเก อภิชฌาโทมนสฺสํ.

เวทนาสุ เวทนานุปสฺสี ... จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี ...

ฐมเมสุ ฐมานุปสฺสี ...

ที.ปา. ๑๑/๓๕๔ ทสุตตรสูตร



๕. หมวดละ ๕

กตเม ปญจ ธมฺมา ภาเวตพุพา?

ปญฺจกฺโข สมนฺนาสมาธิ : ปิตีพรณตา สุขพรณตา
เจโตพรณตา อาโลกพรณตา ปจฺจเวกฺขณนิमित्तํ.

ที.ปา. ๑๑/๓๕๕ ทสุตตรสูตร



๖. หมวดละ ๖

กตเม น ฐมา ภาเวตพฺพา?

น อนุสฺสตีฏฺจํณานิ : พุทฺธานุสฺสตี ฐมานุสฺสตี
สํมานุสฺสตี สีลानุสฺสตี จาคานุสฺสตี เทวตานุสฺสตี.

ที.ปา. ๑๑/๓๕๖ ทสุตตรสูตร



๗. หมวดละ ๗

กตเม สัตต ฐมา ภาเวตพุพา? สัตต สมโพชฌนคา :

สติสมโพชฌนโค ฐมวียสมโพชฌนโค วียสมโพชฌนโค

ปีติสมโพชฌนโค ปสฺสทฺธิสมโพชฌนโค สมาธิสมโพชฌนโค

อุเปกฺขาสมโพชฌนโค.

ที.ปา. ๑๑/๓๕๗ ทสฺสตรสูตร



๘. หมวดละ ๘

กตเม อฏฺฐิ ฐมา ภาเวตพุพา?

อริโย อฏฺฐงฺกิโก มคฺโค : เสยฺยถิทำ.

สมฺมาทิฏฺฐิ สมฺมาสงฺกปโป,

สมฺมาวาจา สมฺมากมฺมนโต สมฺมาอาชีโว,

สมฺมาวายาโม สมฺมาสติ สมฺมาสมาธิ.

ที.ปา. ๑๑/๓๕๘ ทสุตตรสูตร



สวัสดีครับ

