

พรหมจรรย์ ๘๘



สุภีร์ ทุมทอง

๒๗ มกราคม ๒๕๖๒

กรรมฐาน

๑. กายคตาสติ

๒. อานาปานสติ

๓. มรณสติ

๔. พุทธธานุสสติ

๔.๑ คุณประโยชน์และอานิสงส์

๔.๒ วิธีเจริญพุทธธานุสสติ

๔.๒.๑ วิธีเจริญพุทธานุสสติ

๑. โส ภควา อิติปิ อรหํ
๒. โส ภควา อิติปิ สมมาสมพุทโธ
๓. โส ภควา อิติปิ วิชชาจรณสมปนโน
๔. โส ภควา อิติปิ สุกโต
๕. โส ภควา อิติปิ โลกวิทู

๔.๒.๑ วิธีเจริญพุทธานุสสติ

๖. โส ภควา อิติปิ อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ
หรือ (๑) โส ภควา อิติปิ อนุตฺตโร
(๒) โส ภควา อิติปิ ปุริสทมฺมสารถิ
๗. โส ภควา อิติปิ สตฺถา เทวมนุสฺसानํ
๘. โส ภควา อิติปิ พุทฺโธ
๙. โส ภควา อิติปิ ภควา

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ระลึกด้วยบทว่า “**ตถาคโต**” ๘ ความหมาย

ตถา อาคโตติ ตถาคโต. (๑)

ตถา คโตติ ตถาคโต. (๒)

ตถลกฺขณํ อาคโตติ ตถาคโต. (๓)

ตถธมฺเม ยถาวโต อภิสมฺพุทฺโธติ ตถาคโต. (๔)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ตถทสฺสีตํ ตถาคโตะ. (๕)

ตถวาทีตํ ตถาคโตะ. (๖)

ตถาการิตํ ตถาคโตะ. (๗)

อภิกขวนฺณเจเน ตถาคโตะ. (๘)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๑.

ธีรสุส วิคตโมหสุส
อนิฆมสุส สุสุมจิตตสุส
เวสมนนตรสุส วิมลสุส

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลีวาทสูตร)

ปภินนขีลสุส วิชิตวิชยสุส
วุฑฺธสีลสุส สารูปฌณสุส
ภควโต ตสุส สาวโกหมสมิ.

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

- (๑) **ธีระ** ผู้ทรงมีปัญญา
- (๒) **วิคตโมหะ** ผู้ทรงปราศจากโมหะแล้ว
- (๓) **ปภินนขีละ** ผู้ทรงทำลายกิเลสเครื่องตรึงใจได้แล้ว
- (๔) **วิชิตวิชยะ** ผู้ทรงชนะมัจจุมาร กิเลสमार
และเทวปุตตมารแล้ว
- (๕) **อนีฆะ** ผู้ไม่ทรงมีความทุกข์

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๖) **สุสมจิตตะ** ผู้ทรงมีจิตเสมอด้วยดีในเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย
ทั้งในพระเทวทัต ในช้างธนปาลกะ ในท่านพระ
อังกูลีมาลเถระและในท่านพระราหุลเถระเป็นต้น
- (๗) **พุทฺธสีละ** ผู้ทรงมีอาจารย์อันเจริญแล้ว
- (๘) **สารูปัญญา** ผู้ทรงมีพระปัญญาดี
- (๙) **เวสมันตระ** ผู้ทรงข้ามกิเลสอันเป็นพิษมีรากะเป็นต้นได้แล้ว
- (๑๐) **วิมลละ** ผู้ทรงปราศจากมลทินมีรากะเป็นต้น

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวัตสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๒.

อกถัมภกิสฺส	ตุสฺสิตสฺส	วนุตโลกามิสฺส	มุทิตสฺส
กตสมณสฺส	มนุชสฺส	อนุติมสรีรสฺส	นรสฺส
อโนปมสฺส	วิรัชสฺส	ภควโต	ตสฺส สาวโกหมสมิ.

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๑๑) **อกถังกถิ** ผู้ไม่ทรงมีถ้อยคำที่แสดงความสงสัย

(๑๒) **ตุสิตะ** ผู้ทรงมีพระทัยประกอบด้วยกรุณา

(๑๓) **วันตโลกามิสะ** ผู้ทรงกายโลกามิสคือกามคุณได้แล้ว

(๑๔) **มุทิตะ** ผู้ทรงมีพระทัยประกอบด้วยมุทิตา

(๑๕) **กตสมณะ** ผู้ทรงมีคุณธรรมที่เป็นเหตุให้เป็นสมณะ
อันทำสำเร็จแล้ว

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๑๖) มนุชะ ผู้ทรงเกิดเป็นยอดมนุษย์
- (๑๗) อันติมสรีระ ผู้ทรงมีสรีระเป็นครั้งสุดท้าย
- (๑๘) นระ ผู้ทรงเป็นยอดนระ
- (๑๙) อโนปมะ ผู้ทรงไม่มีใครเทียบได้
- (๒๐) วีรชะ ผู้ทรงปราศจากธุลี

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๓.

อสังขยสฺส กุสฺลสฺส	เวณยิกสฺส สารถีวรสฺส
อนุตฺตรสฺส รุจิรธมฺมสฺส	นิกฺกขสฺส ปภาสกรสฺส
มานจฉิทฺสส วิรสฺส	ภควโต ตสฺส สาวโกหฺมสมิ.

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๒๑) **อสังสยะ** ผู้ไม่ทรงมีความสงสัย

(๒๒) **กุสละ** ผู้ทรงฉลาดเฉียบแหลม

(๒๓) **เวนยิกะ** ผู้ทรงเป็นผู้นำของสัตว์ทั้งหลาย

(๒๔) **สารถิวัระ** ผู้ทรงเป็นสารถิผู้ประเสริฐ

(๒๕) **อนุตตระ** ผู้ไม่ทรงมีผู้อื่นยิ่งกว่า

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๒๖) รุจิรธัมมะ ผู้ทรงมีธรรมอันสะอาด
- (๒๗) นิกกัมพะ ผู้ไม่ทรงมีความเคลือบแคลง
- (๒๘) ปภาสकरะ ผู้ทรงกระทำแสงสว่าง
- (๒๙) มานัจฉิตะ ผู้ทรงตัดมานะได้แล้ว
- (๓๐) วีระะ ผู้ทรงมีวิริยะ

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๔.

นิสภสฺส อปปเมยฺยสฺส	คมภีรสฺส โมนปตฺตสฺส
เขมฺงกรสฺส เวทสฺส	ธมฺมภูจฺสสํ สํวตตฺตสฺส
สงฺคาตึคฺสสํ มุตฺตสฺส	ภควโต ตสฺส สาวโกหฺมสมิ.

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๓๑) นิสกะ ผู้ทรงองอาจ

(๓๒) อัปปเมยยะ ผู้ไม่ทรงมีใครประมาณได้

(๓๓) คัมภีระ ผู้ทรงมีคุณอันลึกซึ้ง

(๓๔) โมนัปปัตตะ ผู้ทรงบรรลุถึงญาณแล้ว

(๓๕) เขมังการะ ผู้ทรงกระทำความเกษม

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๓๖) เวทะ ผู้ทรงมีเวทคือญาณ
- (๓๗) ธรรมัญญะ ผู้ทรงดำรงอยู่ในธรรม
- (๓๘) สุตังวุตตะตะ ผู้ทรงสำรวมพระองค์ดีแล้ว
- (๓๙) สังคาตึคะ ผู้ทรงล่วงกิเลสเป็นเครื่องข้องได้แล้ว
- (๔๐) มุตตะ ผู้ทรงพ้นแล้ว

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๕.

นาคสฺส ปนฺตเสนสฺส ขีณสยโณชนสฺส มุตฺตสฺส
ปฏิมนฺตกสฺส โธนสฺส ปนฺนรชสฺส วิตราคสฺส
ทนฺตสฺส นิปปปญฺจสฺส ภควโต ตสฺส สาวโกหมสมิ.

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๔๑) **นาคะ** ผู้ทรงประเสริฐ

(๔๒) **ปันทเสนะ** ผู้ทรงอยู่ในเสนาสนะอันสงัด

(๔๓) **ขีณสัญญโณชนะ** ผู้ทรงมีสัจญโณชนสิ้นแล้ว

(๔๔) **มุตตะ** ผู้ทรงพ้นแล้ว

(๔๕) **มันตกะ** ผู้ทรงมีพระปัญญาสำหรับโต้ตอบ

เหล่าชนผู้มีทิวฏฐิอย่างอื่นทั้งปวง

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบาทอื่นๆ

- (๔๖) โมนะ ผู้ทรงมีกิเลสอันขจัดแล้ว
- (๔๗) ปันนธชะ ผู้ทรงลดธงคือมานะได้แล้ว
- (๔๘) วิตราคะ ผู้ทรงปราศจากราคะแล้ว
- (๔๙) ทันทะ ผู้ทรงฝึกแล้ว
- (๕๐) นิปปปัญจะ ผู้ไม่ทรงมีกิเลสเครื่องเนิ่นช้า

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาสสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๖.

อิสิตตมสฺส อกุหสฺส เตวิชชสฺส พุรหมปตฺตสฺส
นุหาคกสฺส ปทกสฺส ปสฺสทฺธสฺส วิทิตเวทสฺส
ปุรินุททสฺส สกุกสฺส ภควโต ตสฺส สาวโกหมสฺมิ.
(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลีวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๕๑) **อิสีสัตตมะ** ผู้ทรงเป็นพระพุทธรเจ้าองค์ที่ ๗
นับจากพระพุทธรเจ้าวิปัสสีเป็นต้นมา

(๕๒) **อกุหะ** ผู้ไม่ทรงหลอกลวงชาวโลก

(๕๓) **เตวิชชะ** ผู้ทรงมีวิชา ๓

(๕๔) **พรหมสัตตะ** ผู้ทรงเป็นสัตว์ประเสริฐที่สุด

(๕๕) **นหาคกะ** ผู้ทรงล้างกิเลสแล้ว

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาสสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๕๖) **ปทกะ** ผู้ทรงฉลาดปราดเปรื่องในการผสมอักษร
ให้เป็นบท
- (๕๗) **ปัสสัทธะ** ผู้ทรงสงบระงับแล้ว
- (๕๘) **วิทิตเวทะ** ผู้ทรงมีพระญาณอันสำเร็จแล้ว
- (๕๙) **ปุรินททะ** ผู้ทรงให้ธรรมทานก่อนกว่าใครทั้งหมด
- (๖๐) **สัkkะ** ผู้ทรงสามารถ

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๗.

อริยสฺส ภาวิตตฺตสฺส ปตฺติปตฺตสฺส เวยฺยาकरणสฺส
สติมโต วิปสฺสีสฺส อนภินตสฺส โน อปนตสฺส
อาเนญชสฺส วสีปฺปตฺตสฺส ภควโต ตสฺส สาวโกหฺมสมิ.

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๖๑) **อริยะ** ผู้ทรงเป็นพระอริยะ ผู้ไกลจากกิเลส

(๖๒) **ภาวิตัตตะ** ผู้ทรงมีพระองค์อันอบรมแล้ว

(๖๓) **ปัตติปัตตะ** ผู้ทรงบรรลุคุณทั้งหลายที่ควรบรรลุแล้ว

(๖๔) **เวยยकरणะ** ผู้ทรงแสดงอรรถให้พิสดาร

(๖๕) **สติมา** ผู้ทรงมีสติมั่นคง

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๖๖) วิปัสสี ผู้ทรงเห็นอย่างแจ่มชัด
- (๖๗) อนภินตะ ผู้ไม่ทรงมีตัณหาแล้ว
- (๖๘) โน อปนตะ ผู้ไม่ทรงประทุษร้ายแล้ว
- (๖๙) อาเนญชะ ผู้ไม่ทรงหวนไหว
- (๗๐) วสีปปัตตะ ผู้ทรงถึงความเป็นผู้ชำนาญ

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๘.

สมมุคฺคตสฺส ฌายิสฺส อนนฺนุคตฺนฺตรสฺส สุทฺธสฺส
อสีตสฺส อปฺปภีตสฺส ปวีตฺตสฺส อคฺคปฺปตฺตสฺส
ติณฺณสฺส ตารยนฺตสฺส ภควโต ตสฺส สาวโกหฺมสมฺมิ.
(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลีวาทสุตฺร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๗๑) สัมมัคคตะ ผู้เสด็จไปได้

(๗๒) ฌายี ผู้ทรงมีฌาน

(๗๓) อนนุกตันตระ ผู้ไม่ทรงมีจิตไปตามกิเลสทั้งหลาย

(๗๔) สุทธะ ผู้ทรงบริสุทธิ์

(๗๕) อสิตะ ผู้ไม่ทรงขี้องแล้ว

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๗๖) อัปปภีตะ ผู้ทรงปราศจากความกลัวแล้ว
- (๗๗) ปวิวิตตะ ผู้ทรงสงบแล้ว
- (๗๘) อัคคัปปิตตะ ผู้ทรงบรรลุธรรมอันเลิศแล้ว
- (๗๙) ทิณณะะ ผู้ทรงข้ามได้เองแล้ว
- (๘๐) ทารยันตะ ผู้ทรงยังสัตว์อื่นให้ข้ามได้

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๙.

สนฺตสฺส ฐริปณฺณสฺส

ตถาคตสฺส สุกตสฺส

วิสารทสฺส นิปุณฺณสฺส

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลีวาทสูตร)

มหาปณฺณสฺส วิตฺโถภสฺส

อปฺปปฏิปุคฺคสฺส อสมสฺส

ภควโต ตสฺส สาวโกหฺมสมฺมิ.

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๘๑) **สันตะ** ผู้ทรงสงบแล้ว

(๘๒) **ภूरिปัญญา** ผู้ทรงมีปัญญากว้างใหญ่ไพศาลย์
เสมอด้วยแผ่นดิน

(๘๓) **มหาปัญญา** ผู้ทรงมีปัญญามาก

(๘๔) **วิตโละ** ผู้ทรงปราศจากโละแล้ว

(๘๕) **ตถาคตะ** ผู้ทรงดำเนินปฏิบัติเหมือนพระพุทธเจ้า
ในปางก่อนเป็นต้น

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๘๖) **สุคตะ** ผู้เสด็จไปดีแล้วเป็นต้น
- (๘๗) **อัปปฏิบุคคละ** ผู้ทรงไม่มีบุคคลเปรียบได้
- (๘๘) **อสมะ** ผู้ทรงไม่มีใครเสมอเหมือน
- (๘๙) **วิสารทะ** ผู้ทรงแก้แล้วกล้า
- (๙๐) **นิปุณะ** ผู้ทรงละเอียดสุขุม

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

๑๐.

ตณฺหจฺฉิทฺตสฺส พุทฺธสฺส วิตรูมฺมสฺส อนฺอุปฺลิตฺตสฺส
อาหุเนยฺยสฺส ยกฺขสฺส อุตฺตมปุคฺคสฺส อตฺถสฺส
มเหฺวโต ยสคฺคปฺปตฺตสฺส ภควโต ตสฺส สาวโกหฺมสมฺมิ.

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

ข้าพเจ้าเป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น

(๙๑) **ตณ्हัจฉิทะ** ผู้ทรงตัดตัณหาได้ขาดแล้ว

(๙๒) **พุทธะ** ผู้ตรัสรู้สัจจะและตื่นจากความหลับคือกิเลส

(๙๓) **วิตรูมะ** ผู้ทรงปราศจากควันแล้ว

(๙๔) **อนุปลิตตะ** ผู้อันตัณหาและทิฏฐิฉาบทาไม่ได้แล้ว

(๙๕) **อาหุเนยยะ** ผู้ทรงควรรับของที่เขานำมาบูชา

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

๔.๒.๒ ระลึกด้วยบทอื่นๆ

- (๙๖) **ยักขะ** ผู้ทรงแสดงอานุภาพได้อย่างน่าอัศจรรย์
และทรงเป็นผู้ที่ชาวโลกบูชาแล้ว
- (๙๗) **อุตตมบุคคละ** ผู้ทรงเป็นอุดมบุคคล
- (๙๘) **อตุละ** ผู้ทรงมีพระคุณไม่มีใครชั่งได้
- (๙๙) **มหันตะ** ผู้ทรงยิ่งใหญ่
- (๑๐๐) **ยสัคคัปปัตตะ** ผู้ทรงถึงยศอันยอดเยี่ยม

(ม.ม. ๑๓/๗๖ อุปาลิวาทสูตร)

สวัสดีครับ