บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ฝ่ายวิชาการและการประกันคุณภาพ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน
โทร. ๐-๔๔๒๓-๓๐๐๐ ต่อ ๒๐๒๐ โทรสาร ๐-๔๔๒๕-๙๕๓๘

ที่ ศธ ๐๕๘๖ (สอ.)/๙๑๙ **วันที่** ๒๕ กันยายน ๒๕๕๖

เรื่อง โครงการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล ภาคภาษาบาลี – ไทย และภาคภาษาบาลี - อังกฤษ

เรียน นิสิต นักศึกษา/อาจารย์/บุคลากร/เจ้าหน้าที่

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน ขอส่งสำเนาหนังสือ สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา ที่ ศธ ๐๕๐๘/ว ๑๔๓ ลงวันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๕๖ เรื่อง โครงการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล ภาคภาษาบาลี – ไทย และภาคภาษาบาลี - อังกฤษ รายละเอียดดังเอกสารแนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดประชาสัมพันธ์ให้ทราบโดยทั่วกัน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เฉลิมพล เยื้องกลาง)
รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการและการประกันคุณภาพ
ปฏิบัติราชการแทนอธิการบดี
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน

234/

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน
เลขรับ 5437
วันที่ 20 ก.ย. 2556
เวลา 16-00 น.

ที่ ศธ ๐๕๐๘/ว ๑๔๓

ถึง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน

ด้วยสมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย ได้จัดทำโครงการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล ภาคภาษาบาลี – ไทย และภาคภาษาบาลี – อังกฤษ สำหรับเยาวชนตั้งแต่ระดับประถมศึกษาปีที่ ๑ ถึงระดับอุดมศึกษา และสำหรับบุคคลทั่วไปสวดโพชฌงคปริตร ทีมชนะเลิศจะได้รับพระราชทานถ้วยรางวัลจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ครั้งที่ ๔/๒๕๕๖ โครงการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปลและสวดโพชฌงคปริตร ระยะเวลาดำเนินการแข่งขันตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน ถึงเดือนธันวาคม ๒๕๕๖ ตามเอกสารโครงการแข่งขันฯ และคู่มือการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปลที่แนบมาพร้อมนี้

ในการนี้ สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา จึงใคร่ขอความร่วมมือให้สถานศึกษาประชาสัมพันธ์เชิญชวนนักเรียน นิสิต นักศึกษา และบุคลากรในสังกัด เข้าร่วมการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปลและการสวดโพชฌงคปริตร โดยส่งใบตอบรับเข้าร่วมการแข่งขันฯ โดยตรงถึง **สมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย ภายในวันที่ ๓๑ ตุลาคม ๒๕๕๖** ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ หมายเลขโทรศัพท์ ๐ ๒๔๑๙ ๔๕๐๖ – ๗ ทั้งนี้ โปรดแจ้งโรงเรียนสาธิตเพื่อทราบด้วย

เรียน อธิการบดี ผ่าน รองฯ ฝ่ายวิชาการฯ
เพื่อโปรดพิจารณา
[illegible]
๒๐ ก.ย. ๕๖

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา
๒๗ สิงหาคม ๒๕๕๖

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา

สอบ ผ่าน รองฯ อธิการบดี
ปดร. ทราบ
[illegible]
23 กย 56

สำนักส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพนักศึกษา
กลุ่มกิจการพิเศษ
โทร. ๐ ๒๖๑๐ ๕๔๒๐
โทรสาร ๐ ๒๓๕๔ ๕๔๖๐, ๐ ๒๓๕๔ ๕๕๓๒

โครงการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล
ชิงถ้วยพระราชทาน สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
ชุดโอวาทปาฏิโมกข์, มงคลสูตร, มรรคมีองค์ ๘ และบทโพชฌงคปริตร

หลักการและเหตุผล

พุทธศาสนา แปลว่าศาสนาของผู้รู้ เพราะ พุทธ แปลว่า ผู้รู้ คือ รู้ความจริงของสิ่งทั้งปวงว่าอะไรเป็นอะไร จึงสามารถปฏิบัติต่อสิ่งทั้งปวงได้ถูกต้อง เพราะฉะนั้นพุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาที่อาศัยสติปัญญา หรืออาศัยวิชาความรู้ที่ถูกต้องเพื่อทำลายความทุกข์ และต้นเหตุของทุกข์นั้น โดยการเจริญพระพุทธมนต์ พร้อมคำแปลขององค์สัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อความเข้าใจความหมายของบทสวดได้บุญสองต่อ ทั้งผู้สวดและผู้ฟัง การสวดมนต์แปลของคฤหัสในที่ชุมชนหรือการสวดมนต์แปลส่วนบุคคลเหมาะสำหรับการศึกษาพระพุทธศาสนาจากพระธรรมพร้อมคำแปล ด้วยตัวเองจากยอดพระสูตร

สมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย จึงได้ทำโครงการการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล ภาคภาษาบาลี-ไทย และภาคภาษาบาลี-อังกฤษ สำหรับเยาวชนและนิสิต นักศึกษา ตั้งแต่ระดับประถมศึกษาปีที่ ๑ ถึงระดับอุดมศึกษา และบุคคลทั่วไป สวดโพชฌงคปริตรโดยทีมชนะเลิศจะได้รับพระราชทานถ้วยรางวัลจาก สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ประกอบด้วยภาคภาษาบาลี-ไทย ๔ รุ่น ภาคภาษาบาลี-อังกฤษ ๔ รุ่น ทีมละ ๑๒ คน และผู้ควบคุม ๑ คน และบุคคลทั่วไป อุบาสก-อุบาสิกา สวดโพชฌงคปริตร ทีมละ ๑๒ คน ผู้ควบคุม ๑ คน

วัตถุประสงค์

๑.เพื่อให้นักเรียน นิสิต นักศึกษา เยาวชน ได้สวดพระธรรมพร้อมคำแปลเพื่อให้เกิดปัญญาและสมาธิ
๒.เพื่อเผยแพร่พระธรรมสู่สาธารณชนได้กว้างขวาง เพื่อเพิ่มพูนการเข้าถึงและเข้าใจพัฒนาจิตใจประชาชนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา
๓.เพื่อเป็นการสร้างผู้นำชาวพุทธทุกช่วงอายุ เริ่มตั้งแต่เยาวชนตลอดจนพุทธบริษัททั่วไป

กลุ่มเป้าหมาย นักเรียน นิสิต นักศึกษา ประชาชนพุทธบริษัท อุบาสก อุบาสิกา

ระยะเวลา แข่งขันตั้งแต่ เดือนพฤศจิกายน ถึง เดือนธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๖

สถานที่แข่งขัน หอประชุมมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (ศูนย์วัดศรีสุดาราม) ถ.บางขุนนนท์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร

การดำเนินการ

โครงการแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล ชิงถ้วยพระราชทาน สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ชุดโอวาทปาฏิโมกข์, มงคลสูตร, มรรคมีองค์ ๘ และบทโพชฌงคปริตร ภาคภาษาบาลี-ไทย และภาคภาษาบาลี-อังกฤษ ประกอบด้วย

๑.รุ่นจิ๋ว (ป.๑ - ป.๖) ทีมละ ๑๒ คน (เฉพาะบทขึ้นต้น - บทลงท้าย)
๒.รุ่นเล็ก (ม.๑ - ม.๓) ทีมละ ๑๒ คน (บทขึ้นต้น - บทโอวาทปาฏิโมกข์ - บทลงท้าย)
๓.รุ่นกลาง (ปวช ปี ๑ - ปวช ปี ๓) ทีมละ ๑๒ คน (บทขึ้นต้น - บทมงคลสูตร - บทลงท้าย)
๔.รุ่นใหญ่ (ปริญญาตรี ปี ๑ - ปี ๓) ทีมละ ๑๒ คน (บทขึ้นต้น - บทมรรคมีองค์ ๘ - บทลงท้าย)
๕.รุ่นพิเศษ (บุคคลทั่วไปไม่จำกัดอายุ) ทีมละ ๑๒ คน (บทขึ้นต้น - บทโพชฌงคปริตร - บทลงท้าย)
ทุกทีมต้องมี ชาย - หญิง เท่ากันทุกระดับชั้น (ชาย ๖ คน หญิง ๖ คน)

ระยะเวลาการแข่งขัน

๑.เริ่มแข่งขันเวลา ๑๓.๐๐ – ๑๗.๐๐ น.
๒.รุ่นจิ๋ว (ป.๑-ป.๖) แข่งขันระหว่างวันที่ ๑๑-๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๖

๓.รุ่นเล็ก (ม.๑ - ม.๓) แข่งขันระหว่างวันที่ ๑๘-๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๖
๔.รุ่นกลาง (ปวช. ปี ๑ - ปวช. ปี ๓) แข่งขันระหว่างวันที่ ๒๕-๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๕๖
๕.รุ่นใหญ่ (ปริญญาตรี ปี ๑ - ปริญญาตรี ปี ๓) แข่งขันระหว่างวันที่ ๙-๑๓ ธันวาคม ๒๕๕๖
๖.รุ่นพิเศษ (บุคคลทั่วไปไม่จำกัดอายุ) แข่งขันระหว่างวันที่ ๑๖-๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๖

ขั้นตอนการดำเนินงาน

๑.ขอรับการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขอใช้สถานที่จัดการแข่งขัน หอประชุมมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย(ศูนย์วัดศรีสุดาราม) ถ.บางขุนนนท์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร
๒.การจัดทีมแข่งขันองค์กรสถานการศึกษาทุกระดับการศึกษา ขอความร่วมมือแจ้งสถานการศึกษาในสังกัด ส่งใบสมัครเข้าแข่งขันถึงสมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในปรเทศไทยภายในวันที่ ๓๑ ตุลาคม ๒๕๕๖
๓.การตัดสินการแข่งขัน จัดทำเกียรติบัตร การจัดหาด้านรางวัล การพิมพ์ การจัดทำคู่มือการแข่งขัน การขอเข้าเฝ้ารับพระราชทานถ้วยรางวัล และประสานงานในภาพรวม ดำเนินการโดยสมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย
๔.สมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย ขอรับการสนับสนุน
    ๔.๑ งบประมาณการแข่งขันและจัดกรรมการตัดสินการแข่งขันจากสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
    ๔.๒ ขอรับการสนับสนุนใบเกียรติบัรจำนวน ๒,๐๐๐ ใบ และกรรมการตัดสินการแข่งขันจากกรมการศาสนา
    ๔.๓ ขอการสนับสนุนกรรมการตัดสินการแข่งขันจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และคณะสงฆ์จากวัดศรีสุดาราม
    ๔.๔ ขอรับการสนับสนุนกรรมการตัดสินการแข่งขันจากสมาคมความมั่นคงของรพระพุทธศาสนาในประเทศไทย
    ๔.๕ ขอรับการสนับสนุนกรรมการตัดสินจากองค์กรศาสนา

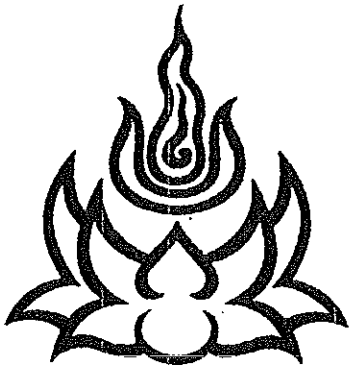
งบประมาณ

๑.สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
๒.กรมการศาสนา
๓.กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
๔.องค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน ศาสนาสถานและผู้มีจิตศรัทธา

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑.ผู้เข้าร่วมโครงการเกิดความภาคภูมิใจที่มีส่วนช่วยทะนุบำรุงพระพุทธศาสนาอย่างเข้มแข็ง
๒.สร้างความสามัคคีและความมีระเบียบวินัย
๓.ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยนำครอบครัวสวดพระธรรมพร้อมคำแปลพร้อมๆกันประจำวันหรือประจำสัปดาห์ในห้องพระ
๔.บำเพ็ญบุญกุศลในขั้นภาวนา ซึ่งเป็นขั้นสูงสุด (ถ้าพิจารณาไปด้วยในขณะสวดพระธรรมพร้อมคำแปล) จะได้บุญมากที่สุดในกลุ่ม ทาน ศีล ภาวนา
๕.เป็นตัวอย่างที่ดีต่อสังคม ชักนำคนหมู่มากให้ร่วมกระทำความดี ผู้ชักชวนได้บุญอีก
๖.มีสุขภาพกาย สุขาภาพใจแข็งแรง ผิวพรรณผ่องใส ห่างไกลโรค
๗.ห่างไกลอบายมุขทั้งปวง
๘.สติปัญญาเฉลียวฉลาด
๙.ตายอย่างมีสติและไปเกิดในภพภูมิที่สูงขึ้น เป็นเส้นทางสู่การบรรลุธรรมขั้นสูง

****



สมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย

การแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปลแบบร้อยแก้ว

ชิงถ้วยพระราชทาน

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

รุ่นใหญ่

ใบตอบรับเข้าร่วมแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล
ชิงถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

☐ ภาคภาษาบาลี – ไทย ☑ ภาคภาษาบาลี – อังกฤษ

เรียน. ศาสตราจารย์เกียรติคุณนายแพทย์ยงยุทธ วัชรคุลย์
นายกสมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย
ประธานเครือข่ายสหวิทยาการแห่งราชบัณฑิตยสถาน ในพระราชูปถัมภ์ฯ

ข้าพเจ้า .....ตำแหน่ง.....
สถานที่ติดต่อ .....
โทรศัพท์ .....โทรสาร ..... E-mail.....
ขอส่งทีมลงแข่งขันการอ่านพระธรรมพร้อมคำแปล ในปี พ.ศ. ๒๕๕๖ รุ่น..... จำนวน.....ทีม
ผู้จัดการทีมชื่อ.....อายุ ..... ปี ตำแหน่ง .....
โทรศัพท์ .....โทรสาร ..... E-mail.....
ชื่อทีม ..... สีประจำทีม ..... (อาจเปลี่ยนแปลงได้ภายหลัง)
รายชื่อลูกทีม จำนวน ๑๒ คน (ชาย ๖ คน หญิง ๖ คน เกลี่ยให้ครบทุกชั้นการศึกษาในรุ่นจำนวนเท่าๆ กัน)

ลำดับ	ชาย อ่านบาลี	อายุ	ชั้นการศึกษา	ลำดับ	หญิง อ่านไทย หรืออังกฤษ	อายุ	ชั้นการศึกษา
๑.				๗.			
๒.				๘.			
๓.				๙.			
๔.				๑๐.			
๕.				๑๑.			
๖.				๑๒.			

* ชั้นการศึกษาเรียงจากน้อยไปหามาก (ลงชื่อ).....ผู้สมัคร
* รุ่นพิเศษให้ระบุคุณวุฒิการศึกษา ( )
สูงสุดที่ได้รับมาไม่ต้องเรียง วัน..... /เดือน...../พ.ศ.๒๕๕๖

ส่งไปที่ : สมาคมความมั่นคงของพระพุทธศาสนาในประเทศไทย
สถานที่ติดต่อ : สมาคมธนาคารกระดูกและเนื้อเยื่อแห่งประเทศไทย ในพระอุปถัมภ์ฯ
ตึกอดุลยเดชวิกรม ชั้น ๕ โรงพยาบาลศิริราช บางกอกน้อย กทม. ๑๐๗๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร. ๐๒ ๔๑๙ ๔๕๐๖ อีเมล์ :yongyudh.vaj@mahidol.ac.th

ใบให้คะแนน

การแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล ภาคภาษา ☐ บาลี - ไทย ☐ บาลี - อังกฤษ

รุ่น.....ชื่อทีม.....เข้าแข่งขัน.....คน ชาย.....คน หญิง.....คน

กรรมการ ตรวจสอบรายชื่อ และหลักฐานแสดงตนแล้ว ☐ ขาด.....คน ☐ ครบ.....คน

มีรายการที่ควรแก้ไขให้ถูกต้องตามกฎกติกา ดังนี้.....

องค์กรที่ส่งทีมเข้าแข่งขัน.....รหัสไปรษณีย์.....

(ลงชื่อ) ผู้จัดการทีม..... ลงชื่อ.....

(.....) (.....)

สถานที่แข่งขัน.....วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

	ระดับคะแนน / ด้าน	ยังไม่พอใช้ได้ ๕ คะแนน	พอใช้ได้ ๖ คะแนน	พอใช้ ๗ คะแนน	ดี ๘ คะแนน	ดีมาก ๙ คะแนน	ดีเยี่ยม ๑๐ คะแนน
๑.	ความพร้อมเพรียง						
๒.	ความไพเราะ						
๓.	ความถูกต้อง						
๔.	ความคิดสร้างสรรค์ (*)						

บันทึกประธานกรรมการตัดสิน : มีกรรมการตัดสินรวม.....ท่าน แต่ละท่านให้คะแนนดังนี้ (เรียงตามหลัก-ฐานใบให้คะแนนที่ส่งทีมมอบให้ประธานกรรมการตัดสิน ที่เย็บรวมต่อท้าย) ดังนี้.....

คิดเป็นคะแนนรวมทั้งสิ้น.....คะแนน คิดเป็นคะแนนเฉลี่ย.....คะแนน ได้ลำดับที่.....จาก.....ทีม

(ลงชื่อ) ประธานกรรมการตัดสิน.....

(.....)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

๑. ถ้าคะแนนเฉลี่ยเท่ากัน ดูจากจำนวนและความถูกต้องตามกฎกติกาของผู้เข้าแข่งขัน(จำนวน และถูกกฎมากกว่าชนะ)

๒. ถ้ายังเท่ากันดูจากคะแนนเฉลี่ยด้านความถูกต้องคะแนนมากกว่าชนะ)

๓. ถ้ายังเท่ากันจัดการแข่งขันใหม่ เฉพาะทีมที่คะแนนสูงสุดเท่ากัน

การแข่งขันสวดพระธรรมพร้อมคำแปลและสวดโพชฌงคปริตร

ประเมินผลกรรมการตัดสิน

ผู้แข่งขันประเภท.....

ภาคภาษา.....

วันที่...../...../.....

สถานที่แข่งขัน ห้องประชุมมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (ศูนย์วัดศรีสดุดาราม)

เวลาการแข่งขัน.....

ที่	ด้าน	กรรมการคนที่1	กรรมการคนที่2	กรรมการคนที่3	กรรมการคนที่4	กรรมการคนที่5
1	บุคคลิกภาพ					
2	การแต่งกาย					
3	ความไพเราะ					
4	ความถูกต้อง					
5	ความคิดสร้างสรรค์					
	คะแนนรวม					
	รวมคณะกรรมการ	.....คน		คะแนนเฉลี่ย	.....	

การให้คะแนนแต่ละรายการเป็นเกรด 1 - 5 ตามความสามารถและผลงาน

คณะกรรมการ

กรรมการคนที่1

.....

กรรมการคนที่2

.....

กรรมการคนที่3

.....

กรรมการคนที่4

.....

กรรมการคนที่5

.....

คู่มือแข่งขันการสวดพระธรรมพร้อมคำแปล ชิงถ้วยพระราชทาน สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ภาคภาษาบาลี-ไทย

⊙ บทขึ้นต้น ⊙ บทโอวาทปาฏิโมกข์ ⊙ บทมงคลสูตร
⊙ บทมรรคมีองค์ ๘ ⊙ บทโพชฌงฺคปริตร ⊙ บทลงท้าย

⊙ บทขึ้นต้น

นโม ตัสสะ ภะคะวะโต

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้า พระองค์นั้น

อะระหะโต

ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทธัสสะ

ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง (๓ ครั้ง)

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้า เป็นสรณะ

ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรม เป็นสรณะ

สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์ เป็นสรณะ

ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้า เป็นสรณะ

ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรม เป็นสรณะ

ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สอง ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์ เป็นสรณะ

ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระพุทธเจ้า เป็นสรณะ

ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระธรรม เป็นสรณะ

ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

แม้ครั้งที่สาม ข้าพเจ้าถือเอาพระสงฆ์ เป็นสรณะ

บทมรรคมีองค์ ๘

หันทะ มะยัง อริยัฏฐังคิกะมัคคะปาฐัง ภะณามะ เส

เชิญเถิด เราท่านทั้งหลาย, จงมาเรียนรู้และปฏิบัติตาม

อริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ กันเถิด

อายะเมวะ อะริโย อัฏฐังคิโก มัคโค

หนทางนี้แหละเป็นหนทางอันประเสริฐ ซึ่งประกอบด้วยองค์แปด

เสยยะถีทัง

ได้แก่สิ่งเหล่านี้ คือ :-

สัมมาทิฏฐิ

ความเห็นชอบ

สัมมาสังกัปโป

ความดำริชอบ

สัมมาวาจา

การพูดจาชอบ

สัมมากัมมันโต

การทำงานชอบ

สัมมาอาชีโว

การเลี้ยงชีวิตชอบ

สัมมาวายาโม

ความพากเพียรชอบ

สัมมาสะติ

ความระลึกชอบ

สัมมาสะมาธิ

ความตั้งใจมั่นชอบ

(องค์มรรคที่ ๑)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความเห็นชอบ เป็นอย่างไรเล่า

ยัง โข ภิกขะเว ทุกเข ญาณัง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้สึกอันใด เป็นความรู้ในทุกข์

ทุกขะสะมุทะเย ญาณัง

เป็นความรู้ในเหตุให้เกิดทุกข์

ทุกขะนิโรเธ ญาณัง

เป็นความรู้ในความดับแห่งทุกข์

ทุกขะนิโรธะคามินิยา ปะฏิปะทายะ ญาณัง

เป็นความรู้ในทางดำเนินให้ถึงความดับแห่งทุกข์

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาทิฏฐิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความเห็นชอบ

(องค์มรรคที่ ๒)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสังกัปโป

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความดำริชอบ เป็นอย่างไรเล่า

เนกขัมมะสังกัปโป

ความดำริในการออกจากกาม

อะพะยาปาทะสังกัปโป

ความดำริในการไม่มุ่งร้าย

อะวิหิงสาสังกัปโป

ความดำริในการไม่เบียดเบียน

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสังกัปโป

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความดำริชอบ

(องค์มรรคที่ ๓)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาวาจา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การพูดจาชอบ เป็นอย่างไรเล่า

มุสาวาทา เวระมณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้น จากการพูดไม่จริง

ปิสุณายะ วาจายะ เวระมณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้น จากการพูดส่อเสียด

ผะรุสายะ วาจายะ เวระมณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้น จากการพูดหยาบ

สัมผัปปะลาปา เวระมณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้น จากการพูดเพ้อเจ้อ

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวาจา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การพูดจาชอบ

(องค์มรรคที่ ๔)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การทำงานชอบ เป็นอย่างไรเล่า

ปาณาติปาตา เวระมณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้น จากการฆ่า

อะทินนาทานา เวระมณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้น จากการถือเอาสิ่งของ ที่เจ้าของไม่ได้ให้แล้ว

กาเมสุ มิจฉาจารา เวระมณี

เจตนาเป็นเครื่องเว้น จากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมากัมมันโต

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การทำการงานชอบ

(องค์มรรคที่ ๕)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การเลี้ยงชีพชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขะเว อะริยะสาวะโก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สาวกของพระอริยเจ้า ในธรรมวินัยนี้

มิจฉาอาชีวัง ปะหายะ

ละการเลี้ยงชีวิตที่ผิดเสีย

สัมมาอาชีเวนะ ชีวิกัง กัปปะติ

ย่อมสำเร็จความเป็นอยู่ ด้วยการเลี้ยงชีวิตชอบ

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาอาชีโว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า การเลี้ยงชีวิตชอบ

(องค์มรรคที่ ๖)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาวายาโม

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความพากเพียรชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

อะนุปปันนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง

อะนุปปาทายะ ฉันตัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระภะติ

จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารถนาความเพียร ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อจะยังอกุศลธรรม อันเป็นบาปที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น

อะนุปปันนานัง ปาปะกานัง อะกุสะลานัง ธัมมานัง ปะหานายะ

ฉันทัง ชะเนติ วายะมะติ วิริยัง อาระภะติ จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารถนาความเพียร ประคองจิตตั้งไว้ เพื่อจะละอกุศลธรรม อันเป็นบาปที่เกิดขึ้นแล้ว

อะนุปปันนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง อุปปาทายะ ฉันทัง ชะเนติ

วายะมะติ วิริยัง อาระภะติ จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารถนาความเพียร ประคองจิตตั้งไว้ เพื่อจะยังกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น

อุปปันนานัง กุสะลานัง ธัมมานัง ฐิติยา อะสัมโมสายะ ภิยโยภาวายะ

เวปุลลายะ ภาวะนายะ ปาริปูริยา ฉันทัง ชะเนติ วายะมาติ วิริยัง

อาระภะติ จิตตัง ปัคคัณหาติ ปะทะหะติ

ย่อมทำความพอใจให้เกิดขึ้น ย่อมพยายาม ปรารถนาความเพียร ประคองจิตตั้งไว้ เพื่อความตั้งอยู่ ความไม่เลอะเลือน ความงอกงาม ยิ่งขึ้น ความไพบูลย์ ความเจริญ ความเต็มรอบ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาวายาโม

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความพากเพียรชอบ

(องค์มรรคที่ ๗)

กะตะมา จะ ภิกขะเว สัมมาสะติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความระลึกชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

กาเย กายานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโน สะติมา วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

มีความเพียรเครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ ถอนความพอใจ และความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้

เวทะนาสุ เวทะนานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโนสะติมา วิเนยยะ โลเก อภิชฌาโทมะนัสสัง

มีความเพียร เครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ ถอนความพอใจ และความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโนสะติมา วิเนยยะ โลเก อภิชฌาโทมะนัสสัง

มีความเพียร เครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ ถอนความพอใจและความไม่พอใจ ในโลกออกเสียได้

ธัมเมสุ ธัมมา นุปัสสี วิหะระติ

ย่อมเป็นผู้พิจารณาเห็นชอบในธรรมทั้งหลายอยู่เป็นประจำ

อาตาปี สัมปะชาโนสะติมา วิเนยยะ โลเก อะภิชฌาโทมะนัสสัง

มีความเพียร เครื่องเผากิเลส มีสัมปชัญญะ มีสติ ถอนความพอใจและความไม่พอใจในโลกออกเสียได้

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความระลึกชอบ

(องค์มรรคที่ ๘)

กะตะโม จะ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความตั้งใจมั่นชอบ เป็นอย่างไรเล่า

อิธะ ภิกขะเว ภิกขุ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

วิวิจเจวะ กาเมหิ

สงัดแล้วจากกามทั้งหลาย

วิวิจจะ อะกุสะเลหิ ธัมเมหิ

สงัดแล้วจากธรรมที่เป็นอกุศลทั้งหลาย

สะวิตักกัง สะวิจารัง วิเวกะชัง ปีติสุขัง ปะฐะมัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงปฐมฌาณ ประกอบด้วยวิตกวิจาร มีปีติและสุข อันเกิดจากวิเวก แล้วแลอยู่

วิตตักกะวิจารานัง วูปะสะมา

เพราะความที่วิตกวิจารทั้งสอง ระงับลง

อัชฌัตตัง สัมปะสาทะนัง เจตะโส เอโกทิภาวัง อะวิตักกัง อะวิจารัง สะมาธิชัง ปีติสุขัง ทุติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงทุติยฌาณ เป็นเครื่องผ่องใส แห่งใจในภายใน ให้สมาธิเป็นธรรมอันเอกผุดขึ้นมา ไม่มีวิตก ไม่มีวิจาร มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิ แล้วแลอยู่

ปีติยา จะ วิราคา

อนึ่ง เพราะความจางคลายไปแห่งปีติ

อุเปกขะโก จะ วิหะระติ สะโต จะ สัมปะชาโน

ย่อมเป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติและสัมปชัญญะ

สุขัญจะ กาเยนะ ปะฏิสังเวเทติ

และย่อมเสวยความสุขด้วยนามกาย

ยันตัง อะริยา อาจิกขันติ อุเปกขะโก สะติมา สุขะวิหารี ติ

ชนิดที่พระอริยเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวสรรเสริญผู้นั้นว่า "เป็นผู้อยู่อุเบกขา มีสติอยู่เป็นปรกติสุข" ดังนี้

ตะติยัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงตติยฌานแล้ว แลอยู่

สุขัสสะ จะ ปะหานา

เพราะละสุขเสียได้

ทุกขัสสะ จะ ปะหานา

และ เพราะละทุกข์เสียได้

ปุพเพวะ โสมะนัสสะโทมะนัสสานัง อัตถังคะมา

เพราะความดับไปแห่งโสมนัสและโทมนัสทั้งสอง ในกาลก่อน

อะทุกขะมะสุขัง อุเปกขา สะติปาริสุทธิง จะตุตถัง ฌานัง อุปะสัมปัชชะ วิหะระติ

เข้าถึงจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีแต่ความมีสติ เป็นธรรมชาติ บริสุทธิ์เพราะอุเบกขา แล้วแลอยู่

อะยัง วุจจะติ ภิกขะเว สัมมาสะมาธิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อันนี้เรากล่าวว่า ความตั้งใจมั่นชอบ

บทลงท้าย

อิติปิ โส ภะคะวา

เพราะเหตุอย่างนี้ๆ พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น

อะระหัง

เป็นผู้ไกลจากกิเลส

สัมมาสัมพุทโธ

เป็นผู้ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

วิชชาจะระณะสัมปันโน

เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชชา และจรณะ

สุคะโต

เป็นผู้ไปแล้วด้วยดี

โลกะวิทู

เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ

เป็นผู้สามารถฝึกบุรุษที่สมควรฝึกได้ อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า

สัตถา เทวะมะนุสสานัง

เป็นครูผู้สอน ของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

พุทโธ

เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานด้วยธรรม

ภะคะวาติ

เป็นผู้มีความจำเริญ จำแนกธรรมสั่งสอนสัตว์ ดังนี้

สฺวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

พระธรรมเป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ตรัสไว้ดีแล้ว

สันทิฏฐิโก

เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง

อะกาลิโก

เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ และให้ผลได้ไม่จำกัดกาล

เอหิปัสสิโก

เป็นสิ่งที่ควรกล่าวกะผู้อื่นว่า ท่านจงมาดูเถิด

โอปะนะยิโก

เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามาใส่ตัว

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ ติ

เป็นสิ่งที่ผู้รู้ก็รู้ได้เฉพาะตน ดังนี้

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

พระสงค์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมู่ใด ปฏิบัติดีแล้ว

อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมู่ใด ปฏิบัติตรงแล้ว

ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมู่ใด ปฏิบัติเพื่อรู้ธรรม

เป็นเครื่องออกจากทุกข์แล้ว

สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้น หมู่ใด ปฏิบัติสมควรแล้ว

สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต

ขอความสวัสดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ทุกเมื่อเทอญ

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง

ขอสรรพมงคลจงมีแก่ท่าน

รักขันตุ สัพพะเทวะตา

ขอเหล่าเทวดาทั้งปวงจงรักษาท่าน

สัพพะธัมมานุภาเวนะ

ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรม

สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต

ขอความสวัสดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ทุกเมื่อเทอญ

ภะวะตุ สัพพะมังคะลัง

ขอสรรพมงคลจงมีแก่ท่าน

รักขันตุ สัพพะเทวะตา

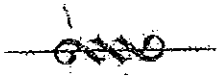
ขอเหล่าเทวดาทั้งปวงจงรักษาท่าน

สัพพะสังฆานุภาเวนะ

ด้วยอานุภาพแห่งพระสงฆ์

สะทา โสตถิ ภะวันตุ เต

ขอความสวัสดีทั้งหลาย จงมีแก่ท่าน ทุกเมื่อเทอญ



เทียบอักษรไทยและโรมันที่ใช้เขียนบาลี*

Comparison between Thai and Roman alphabet using in Pāli Words.

ก	ข	ค	ฆ	ง
k	kh	g	gh	ṅ
จ	ฉ	ช	ฌ	ญ
c	ch	j	jh	ñ
ฏ	ฐ	ฑ	ฒ	ณ
ṭ	ṭh	ḍ	ḍh	ṇ
ต	ถ	ท	ธ	น
t	th	d	dh	n
ป	ผ	พ	ภ	ม
p	ph	b	bh	m

ย	ร	ล	ว	ส	ห	ฬ	อ̣
y	r	l	v	s	h	ḷ	ṁ

อ	a	as in but	อา	ā	as in father
อิ	i	as in hit	อี	ī	as in machine
อุ	u	as in put	อู	ū	as in rude
เอ	e	as in bend	โอ	o	as in cello
จ	c	as in jump	ว	v	as the letter "w"

*คัดลอกจาก รองศาสตราจารย์ ดร.สุจิตรา อ่อนค้อม "คู่มือพุทธบริษัท" บทสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็น บาลี-ไทย-อังกฤษ" กรุงเทพมหานคร, หจก.ทอรัตนชัยการพิมพ์, 2550

Manual for the Reading Competition of Dhamma with Translations in Pāli-English.

- Beginnings • Ovādapātimokkha Gātā • Maṅgalasutta
- The Noble-Eightfold Path • Dhammacakkappavatanasuttaṁ
- Endings

1. Beginnings

Pubbabhāganamakāra

Handa mayaṁ Buddhassa Bhagavato pubbabhāgana makāraṁ karoma se.

Now let us pay preliminary homage to the Buddha.

Namo tassa Bhagavato

Homage to Him, the Blessed One,

Arahato

The Accomplished One,

Sammāsambuddhassa

The Supremely self-enlightened One.

(Repeat 3 times)

Tisaraṇagamana (The Three Refuges).

Buddhaṁ saraṇaṁ gacchāmi

I go to the Buddha for refuge.

Dhammaṁ saraṇaṁ gacchāmi

I go to the Dhamma for refuge.

Saṅghaṁ saraṇaṁ gacchāmi

I go to the Sangha for refuge.

Dutiyampi Buddhaṁ saraṇaṁ gacchāmi

For the second time, I go to the Buddha for refuge.

Dutiyampi Dhammaṁ saraṇaṁ gacchāmi

For the second time, I go to the Dhamma for refuge.

Dutiyampi Saṅghaṁ saraṇaṁ gacchāmi

For the second time, I go to the Sangha for refuge.

Tatiyampi Buddhaṁ saraṇaṁ gacchāmi

For the third time, I go to the Buddha for refuge.

Tatiyampi Dhammaṁ Saraṇaṁ gacchāmi

For the third time, I go to the Dhamma for refuge.

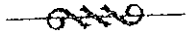
Tatiyampi Saṅghaṁ saraṇaṁ gacchāmi

For the third time, I go to the Sangha for refuge.

4. THE NOBLE-EIGHTFOLD PATH

Handa Mayaṁ ariyaṭṭhaṁgikamaggapaṭhaṁ bhaṇāma se.

Let us learn and practice the Noble-Eightfold Path.



(The Noble-Eightfold Path.)

Āyameva ariyo aṭṭhaṁgiko maggo.

This path is indeed the noble path consisting of eight ingredients, that must be learned and practiced all together in order to get the noble result naturally.

Seyyathīdaṁ.

They are:-

Sammādiṭṭhi,

Right view,

Sammā saṁkappo,

Right intention,

Sammāvācā,

Right speech,

Sammākammanto,

Right action,

Sammāājīvo

Right livelihood,

Sammāvāyāmo,

Right efforts,

Sammāsati,

Right mindfulness,

Sammāsamādhi.

And right concentration.

(First ingredient of the noble path.)

Katamā ca bhikkhave sammādiṭṭhi.

Listeners, what are the right view?

Yaṁ kho bhikkhave dukkhe ñāṇaṁ,

Listeners, the insight knowing that this is the suffering,

Dukkhasamudaye ñāṇaṁ,

The insight knowing that this is the cause of suffering,

Dukkhanirodhe ñāṇaṁ,

The insight knowing that this is the cessation of suffering,

Dukkhanirodhagāminiyā paṭipadāya ñaṇaṁ.

And the insight knowing that this is the way leading to the cessation of the suffering.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammādiṭṭhi.

Listeners, those are the right view.

(Second ingredient of the noble path.)

Katamo ca bhikkhave sammāsaṁkappo.

Listeners, what are the right intention?

Nekkhammasaṁkappo,

The intention to depart from sensuality,

Abayāpāda saṁkappo,

The intention for no ill-will,

Avihiṁsā saṁkappo.

The intention for non-violence.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammāsaṁkappo.

Listeners, those are the right intention.

(Third ingredient of the noble path.)

Katamā ca bhikkhave sammāvācā.

Listeners, what are the right speech?

Musāvādā veramaṇī,

The intention to refrain from speaking of untruth,

Pisuṇāya vācāya veramaṇī.

The intention to refrain from speaking of slandering,

Pharusāya vācāya veramaṇī.

The intention to refrain from speaking of harsh words,

Samphappalāpā veramaṇī.

The intention to refrain from frivorous talks.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammāvācā.

Listeners, those are the right speech.

(Fourth ingredient of the noble path.)

Katamo ca bhikkhave sammākammanto.

Listeners, what are the right action?

Pānātipātā veramaṇī,

The intention to refrain from killing,

Adinnädänä veramaṇī,

The intention to refrain from taking what is not given,

Kāmesu micchācārā veramaṇī.

The intention to refrain from adultery.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammākammanto.

Listeners, those are the right action.

(Fifth ingredient of the noble path.)

Katamo ca bhikkhave sammāājīvo.

Listeners, what are the right livelihood?

Idha bhikkhave ariyasāvako,

Listeners, disciples of noble ones in this Dhamma Discipline,

Micchāājīvaṁ pahāya,

Abandon wrong livelihood,

Sammāājīvena jīvikaṁ kappeti.

Will succeed in dwelling by right livelihood.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammāājīvo.

Listeners, those are the right livelihood.

(Sixth ingredient of the noble path.)

Katamo ca bhikkhave sammāvāyāmo.

Listeners, what are the right efforts?

Idha bhikkhave bhikkhu,

Listeners, disciples in this Dhamma Discipline,

Anuppannānaṁ pāpakānaṁ akusalānaṁ dhammānaṁ anuppādāya chantaṁ janeti vāyamati viriyaṁ ārabhati jittaṁ paggaṇhāti padahati,

Will initiate the preference, the effort, the endurance, to nurseling mindset not to let any demerit actions, which are sinful, that not yet in the existence of one's thought, to emerge,

Anuppannānaṁ kusalānaṁ dhammānaṁ pahānāya chandaṁ janeti vāyamati viriyaṁ ārabhati cittaṁ paggaṇhāti padahati,

Will initiate the preference, the effort, the endurance, to nurseling mindset to abandon the existing demerit actions, which are sinful,

Anuppannānaṁ kusalānaṁ dhammānaṁ uppādāya chandaṁ janeti vāyamati viriyaṁ ārabhati jittaṁ paggaṇhāti padahati,

Will initiate the preference, the effort, the endurance, to nurseling mindset to let in merit actions, that not yet existing, to emerge,

Uppannānaṁ kusalānaṁ dhammānaṁ ṭhitiyā asammosāya bhiyayobhāvāya vepulāya bhāvanāya pāripūriyā chandaṁ janeti vāyamāti viriyaṁ ārabhati jittaṁ paggaṇhāti padahati.

Will initiate the preference, the effort, the endurance, to nurseling mindset for the existence, the nonvanishing, the growing, the richness, the progress, and the fullness of the already borne merit actions.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammāvāyāmo.

Listeners, those are the right efforts.

(Seventh ingredient of the noble path.)

Katamā ca bhikkhave sammāsati.

Listeners, what are the right mindfulness?

Idha bhikkhave bhikkhu,

Listeners, disciples in this Dhamma Discipline,

Kāye Kāyānupassī viharati,

Contemplate one's body in order to see insightly the absolute – truth of the body regularly,

Ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṁ,

Possess the effort to abolish sin, the wisdom, the mindfulness capable of abandoning worldly dissatisfaction and worldly satisfaction,

Vedanāsu vedanānupassī viharati,

Contemplate one's sensation in order to see insightly the absolute – truth of the sensation regularly,

Ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṁ,

Possess the effort to abolish sin, the wisdom, the mindfulness capable of abandoning worldly dissatisfaction and worldly satisfaction,

Citte cittānupassī viharati,

Contemplate one's mind in order to see insightly the absolute – truth of the mind regularly,

Ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṁ,

Possess the effort to abolish sin, the wisdom, the mindfulness capable of abandoning worldly dissatisfaction and worldly satisfaction,

Dhammesu dhammā nupassī viharati,

Contemplate to possess right understanding of Dhamma regularly,

Ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṁ.

Possess the effort to abolish sin, the wisdom, the mindfulness capable of abandoning worldly dissatisfaction and worldly satisfaction.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammāsati.

Listeners, those are the right mindfulness.

(Eighth ingredient of the noble path.)

Katamo ca bhikkhave sammāsamādhi.

Listeners, what are the right concentration ?

Idha bhikkhave bhikkhu,

Listeners, disciples in this Dhamma Discipline,

Vivicceva kāmehi,

Tranquilized from sentualities,

Vivịdhca akusalehi dhammehi,

Tranquilized from demerits,

Savitakkaṁ savicāraṁ vivekajaṁ pitisukhaṁ paṭhamaṁ jhānaṁ upasampajja viharati.

Reaching the first stage of meditation composing of thought and consideration, possess delightment and happiness from the tranquility, and sustain in that stage.

Vittakkavicārānaṁ vūpasamā,

Because of the vanishment of both the thought and the consideration,

Ajjhattaṁ sampasādanaṁ cetaso ekodibhāvaṁ
avitakkaṁ avicāraṁ samādhijaṁ pitisukhaṁ dutiyaṁ
jhānaṁ upasampajja viharati,

Reaching the second state of meditation with the interior brightness of mind, causing the emergence of dominant concentration without thought and consideration, remain only delightment and happiness from the concentration and sustain in that stage,

Pitiyā ca virāgā,

Because of the dilution of delightment,

Upekkhako ca viharati sato ca sampajāno,

Remain in the neutrality with mindfulness and wisdom,

Sukhañca kāyena paṭisaṁ vedeti,

And, naturally, the happiness remain in the mind,

Yantaṁ ariyā ācikkhanti upekkhako satimā sukhavihārī ti,

The kind that the noble ones will admire "that person dwells in the neutrality with mindfulness and happiness."

Tatiyaṁ jhānaṁ upasampajja viharati,

Reaching the third stage of meditation and sustain in that stage.

Sukhassa ca pahānā,

Because of the happiness has been abandoned,

Dukkhassa ca pahana,

And because of the suffering has been abandoned,

Pubbeva somanassadomanassānaṁ attaṁgamā,

Because both delight and griefness have been vanished previously,

Adukkhamasukkhaṁ upekkhā satiparisuddhaṁ catutthaṁ jhānaṁ upasampujja viharati.

Reaching the fourth stage of meditation with no suffering nor happiness, possess only the mindfulness from the neutrality and sustain in that stage.

Ayaṁ vuccati bhikkhave sammāsamādhi.

Listeners, those are the right concentration.

Translated from Pāli-Thai to Pāli-English

by General Dr.Vasu Chanarat

October 2009

Welcome comments and corrections by

phone 081-923-7224

6. Endings

Buddhānussati

Itipi so Bhagavā

Because of reasons such as these that the Blessed One is,

Arahaṁ

Having attained nibbāna,

Sammāsambuddho

The Suppremely Self-enlightened One,

Vijjācaranasampanno

The Perfect Embodiment of Wisdom and Virtue,

Sugato

The Auspicious Path-finder,

Lokavidū

The knower of all realms,

Anuttaro purisadammasārathi

The Incomparable Tamer of individuals,

Satthā devamanussanaṁ

The Supreme Master of devas and men,

Buddho

The Awakened One who is knowledgeable, self-awakened and blossoming by virtue of the Dhamma,

Bhagavāti.

And also One possesses the ability to teach the Dhamma selectively.

Dhammānussati

Svākkhāto Bhagavatā Dhammo

The Dhamma is well expounded by the Exalted One.

Sandiṭṭhi ko

It is something which one who learns and truely practice will realize by one's own self.

Akāliko

It is also something which can be actually practised and yields results without the limitation of time.

Ehipassiko

It is also something worthy of telling the others to take heed of.

Opanayiko

And it is something ought to be respectfully observed and adopted.

Paccattaṁ veditabbo viññūhīti

As it is something that can be only realized through personal experience.

Saṅghānussati

Supaṭipanno Bhagavato sāvakasaṅgho

Of good conduct is the community of noble disciples of the Exalted One.

Ujupaṭipanno Bhagavato sāvakasaṅgho

Of upright conduct is the community of noble disciples of the Exalted One.

Ñāyapaṭipanno Bhagavato sāvakasaṅgho

Of right conduct is the community of noble disciples of the Exalted One, who practise in order to know well the Dhamma which frees one from suffering.

Sāmīcipaṭipanno Bhagavato sāvakasaṅgho

Of proper conduct is this community of noble disciples of the Exalted One.

Yadidaṁ

The noble disciples of the Exalted One are such people namely,

Cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā,

The four pairs of men, the eight of individuals.

Esa Bhagavato sāvakasaṅgho

This community of noble disciples of the Exalted One is:

Āhuneyyo

Worthy of gifts,

Pāhuneyyo

Worthy of hospitality,

Dakkhineyyo

Worthy of Offerings,

Añjalikaraṇīyo

Worthy of reverential salutation, and

Anuttaraṁ puññakkhettaṁ lokassāti

Worthy of the incomparable field of merit for the world.

Tri-Blessings

Bhavatu sabbamaṅgalaṁ
May all blessings come to you,
Rakkhantu sabbadevatā
May all devas protect you;
Sabbabuddhānubhāvena
By the grace of all Enlightened Ones,
Sadā sotthī bhavantu te
May weal over abound in you.

Bhavatu sabbamaṅgalaṁ
May all blessings come to you,
Rakkhantu sabbadevatā
May all devas protect you;
Sabbadhammānubhāvena
By the grace of the Sacred Teachings,
Sadā sotthī bhavantu te
May weal over abound in you.

Bhavatu sabbamaṅgalaṁ
May all blessings come to you,
Rakkhantu sabbadevatā
May all devas protect you;
Sabbasaṅghānubhāvena
By the grace of the Holy Order,
Sadā sotthī bhavantu te
May weal over abound in you.