

คำบูชาพระ

อิมิณา สักกาเรนะ พุทัง อะภิปูชะยามิ (สวดคนเดียวลงด้วย "มิ" แต่หลายคนเปลี่ยนเป็น "มะ")

อิมิณา สักกาเรนะ ัมมัง อะภิปูชะยามิ

อิมิณา สักกาเรนะ สังฆัง อะภิปูชะยามิ

คำนมัสการพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมา สัมพุทโธ ะคะคะวา พุทังคะคะวันตัง อภิวาเทมิ

(กราบ...ต้องกราบให้ประณีตศีรษะติดพื้นไม่ใช่รีบก้มรีบเงย)

สะวากขาโต ะคะคะวาธัมโม ัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)

สุปะฏิปันโน ะคะคะวาโต สวาะกะสังโฆ สังฆัง นะมามิ (กราบ)

คำอาราธนาศีล 5

อะหัง ภันเต วิสุัง วิสุัง รักขะนัตถายะ (ถ้าสวดหลายคนเปลี่ยนจาก อะหัง เป็น มะยัง)

ติสสะระณนะสะหะ ปัญจะ สีลานิยาจามะ

ทุติยัมปิ อะหังภันเต วิสุัง วิสุัง รักขะนัตถายะ

ติสสะระณนะสะหะ ปัญจะ สีลานิยาจามะ

ตะติยัมปิ อะหังภันเต วิสุัง วิสุัง รักขะนัตถายะ

ติสสะระณนะสะหะ ปัญจะ สีลานิยาจามะ

คำนมัสการพระพุทธเจ้า

นะโม ตัสสะ ะคะคะวาโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (3 จบ)

ไตรสรณคมณ์

พุทัง สะระณัง คัจฉามิ ัมมัง สะระณัง คัจฉามิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ พุทัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ ัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะตียัมปิ พุทธีัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะตียัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะตียัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

อาราธนาศีล 5

ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
กาเมสุมิฉฉาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
(หากใครจะสวดเพิ่มศีลข้ออื่นย่อมนดีไม่มีปัญหาครับ)
อิมานิ ปัญจะ สิกขาปะทานิ สะมาทิยามิ
(สวด 3 จบ บทนี้ขอให้ปัญญาทางธรรมจงเกิดกับเรา ขาดไม่ได้เช่นกัน)

คำขอขมาพระรัตนตรัย

สัพพัง อะปะราธัง ขะมะถะ เม ภันเต อุกาสะ ทวารัตเตนะ กะตัง
สัพพัง อะปะราธัง ขะมะถะ เม ภันเต อุกาสะ ขะมามิ ภันเตฯ
หากข้าพระพุทธเจ้า ได้เคยประมาทพลาดพลั้ง ล่วงเกินต่อพระรัตนตรัย อันมีพระพุทธเจ้า
ทุก ๆ พระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้า ทุก ๆ พระองค์ พระธรรม และพระอริยสงฆ์ทั้งหลาย
ในชาติก่อนก็ดี ชาตินี้ก็ดี ด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี ด้วยเจตนาที่ดี
ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็ดี ขอองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ พระธรรม
พระอริยสงฆ์ทั้งหลาย และผู้มีพระคุณทุกท่านได้โปรดดเว้นโทษให้แก่ข้าพระพุทธเจ้า
ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป トラบเท่าเข้าสู่พระนิพพานด้วยเทอญ

สวดมนต์บทอื่นๆตามที่ต้องการ เช่น พุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ พาหุงมหากา ชินบัญชร ยอด
พระกัณฑ์ไตรปิฎก คาถาเงินล้าน แล้วต่อด้วยการนั่งสมาธิ ก่อนจะแผ่เมตตา

พอจบการสมาทานศีล 5 ก็เข้านอนได้เลย หรือใครอยากสวดมนต์บทใด ๆ นอกเหนือจากนี้ ให้สวดแทรกไปก่อนจะ "แผ่เมตตาให้ตัวเอง" พอสวดเสร็จก็แผ่เมตตาให้ตัวเองและแผ่ให้ผู้อื่น จากนั้น หากใครประสงค์จะนั่งสมาธิ ก็ให้ขอพระกรรมฐานก่อนทุกครั้ง แล้วนั่งสมาธิในระยะเวลาสั้น ๆ อย่างนี้นานเพราะระยะเวลาไม่ช่วยให้ท่านได้บุญมากเท่ากับการนั่งแล้วกำหนดรู้สติของเราได้ตลอดต่อเนื่อง (อยู่กับคำภาวนา) เพราะว่าในช่วงทำวิปัสสนาสมาธินั้น หากเราปล่อยสังขิตไหลออกนอกแล้วไม่ดึงกลับ ไปคิดถึงคนที่เราชิงชัง ปล่อยไปคิดถึงลูกถึงสามี คิดถึงงาน ฯลฯ มันไปสวณคำสอนที่พระพุทธเจ้า ท่านทรงสอนให้เรากำหนดอยู่กับคำภาวนาเท่านั้น พอเราไปคิดปุ๊บ เตรียมเลยครับเดี๋ยวพຽ່งนี้มีปัญหาเกี่ยวกับไอ้สิ่งที่เราคิดถึงครับสรุปสั้น ๆ ให้เข้าใจก่อนว่า พระพุทธเจ้าไม่สอนให้เรา นั่งแล้วคิดสังขิตไปหาใคร เราต้องทำเพียงให้รู้กายใจในตัวเราเท่านั้น โดยการตามดูสภาวะธรรม ความจริงตามธรรมชาติที่เกิดขึ้น เช่น ท้องมันพอง เราก็ก็นั่งรู้ว่าพอง ท้องมันยุบเราก็ก็นั่งรู้ว่ามันยุบ เมื่อปวดข้อ ปวดขาก็ให้ตามรู้ว่าปวดหนอ ๆ ๆ อย่าขยับตัวเด็ดขาด คนที่เริ่มต้นฝึกขอให้นั่งเพียงระยะสั้น (5-10 นาที) แต่ถ้าจิตมันไหลออก ให้กลับหายใจเลย จิตมันหายไปไม่ออกมันกลับมาเอง คำทุกคำที่ผมอธิบายตรงนี้ ถึงจะสั้น แต่ให้จับใจความให้เข้าใจ อย่าอ่านข้ามครับ ทุกคำมีความหมายและต้องเข้มงวด (ผู้เผยแพร่ใช้คำสมาทานกรรมฐานฉบับหลวงพ่อโอภาสี แต่ผู้ปรับ(วีระชาติ)ขอใช้คำสมาทานพระกรรมฐานสายวัดท่าซุงแทน)

สมาทานพระกรรมฐาน

นะโม ตัสสะ ภาคะวะโต อระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ ฯ (ว่า 3 จบ)

สัพพัง อะปะราธัง ขะมะถะ เม ภันเต อุกาสะ ทวารัตตะเยนะ กะตัง

สัพพัง อะปะราธัง ขะมะถะ เม ภันเต อุกาสะ ขะมามิ ภันเต

หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภาคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส

นะโม ตัสสะ ภาคะวะโต อระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (ว่า 3 จบ)

อิมาหัง ภาคะวา อัตตะภาวัง ตุมหากัง ปะริจจะขามิ

ข้าแต่องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ ข้าพระพุทธเจ้า ขอมอบกาย ถวายชีวิต
แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ข้าพระพุทธเจ้า ขออาราธนาบารมี พระพุทธเจ้าทุก ๆ

พระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ พระธรรม และพระอริยสงฆ์ทั้งหลาย สืบ ๆ กันมา มีหลวงปู่ปาน วัดบางนมโคและพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน วัดท่าซุงเป็นที่สุด

ขอได้โปรดยกจิตของข้าพเจ้า ขึ้นสู่ภาวะพระกรรมฐานทั้ง ๔๐ ทิศ พระปีติทั้ง ๕ และ วิปัสสนาญาณทั้ง ๘ จงมาบังเกิด ปรากฏในกายทวาร ในวจีทวาร ในมโนทวาร ของ ข้าพพระพุทธเจ้า ณ กาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด

ขอได้โปรดยกจิตของข้าพเจ้า ขึ้นสู่ภาวะแห่งเมฆจิต สามารถกำหนดจิต รู้ภาวะการณ์ ต่าง ๆ ทั้ง เหตุ ผล อดีต อนาคต และปัจจุบัน ได้ทุกขณะจิตที่ปรารถนาจะรู้ เมื่อรู้แล้ว ขอให้ เห็นภาพนั้น ได้ชัดเจนแจ่มใส และพยากรณ์ได้ ตามความเป็นจริงทุกประการ เหตุใดที่จะพึง บังเกิดแก่ข้าพเจ้า ขอให้ข้าพเจ้าได้รู้เหตุนี้ ได้โดยมิต้องกำหนดจิตแม้แต่ประการใด ณ กาล บัดเดี๋ยวนี้เถิด

(นั่งสมาธิ)

คำแผ่เมตตาให้แก่ตนเอง (การที่เราจะแผ่เมตตาให้ใคร ให้จดจำเสมอว่า เราต้องให้เราก่อน เมื่อเรามีบุญเราจึงให้คนอื่นได้)

อะหัง สุขิโต โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข

อะหัง นิททุกโข โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากทุกข์

อะหัง อเวโร โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากเวร

อะหัง อภัยปัชฌา โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากความลำบาก

อะหัง อเนมิ โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้าจงปราศจากอุปสรรค

สุขี อตตานัง परिหะรามิ

มีความสุขกายสุขใจรักษาตนให้มีความสุขตลอดกาลนานเทอญ

คำแผ่เมตตาให้แก่ผู้อื่น (พอขึ้นสัพเพ สัตตา วิญญานของสัตว์ที่เรากินไปในแต่ละวันก็จะไปเกิด ในทันทีไม่เกาะตามเนื้อตัวเราแล้วครับ)

สัพเพ สัตตา

สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

อะเวรา โหนตุ

จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย

อภัยปัชฌา โหนตุ

จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย

อเนมิ โหนตุ

จงเป็นสุข เป็นสุขเถิดอย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย

สุขี อตตานัง परिหะรันตุ

จงมีความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

บทกรวดน้ำ

“พระจัตตุโลก พระยมกทั้งสี่ (อ่านว่าพระ ยะ-มก) ขอส่งน้ำอุทิศนี้ เข้าไปในลังกาทวีป ในห้องพระสมาธิ เป็นที่ประชุมการใหญ่ ของแม่พระธรณี ขอให้แม่พระธรณี จงมาเป็นทิพย์ญาณ เป็นผู้ว่าการในโลกอุดร ขอให้แม่พระธรณีจงนำเอากุศลผลบุญของข้าพเจ้า ที่ได้กระทำในวันนี้ นำส่งให้แก่ข้าพเจ้า ในกาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ

พุทธานันตัง ัมมังจักรวาลัง สังฆังนิพพานัง ข้าพเจ้าขอแม่เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ให้แก่สรรพสัตว์ที่มี ดิน น้ำ ลม ไฟ และขอถวายเป็นปฏิบัติบูชา แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระอริยเจ้า พระอริยสงฆ์ และพระปัจเจกโพธิเจ้า พระอรหันตเจ้า ข้าพเจ้าขอส่งให้ บิดา มารดา ตระกูลพ่อ ตระกูลแม่ ตระกูลพี่ ตระกูลน้อง ตระกูลปู่ ตระกูลย่า ตระกูลตา ตระกูลยาย ญาติพี่น้องทั้งหลาย เพื่อนสนิทมิตรสหายทั้งหลาย จงนำและได้รับส่วนบุญส่วนกุศลที่ข้าพเจ้าได้พึงกระทำในครั้งนี้ ขอให้บุคคลที่ข้าพเจ้าเคยล่วงเกินด้วย กายก็ดี วาจาก็ดี ใจก็ดี ที่ตั้งใจก็ดี ไม่ตั้งใจก็ดี ทั้งในภพนี้และในภพที่เคยผ่านมา จงได้รับส่วนบุญส่วนกุศลที่ข้าพเจ้าได้พึงกระทำ เมื่อได้รับอานิสงส์แล้ว จงปลดปล่อยกรรม ปลดปล่อยกรรม ปล่อยกรรม ด้วยกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ให้แก่ข้าพเจ้าพร้อมทั้งครอบครัว ข้าพเจ้า ทั้งตระกูลปู่ ตระกูลย่า ตระกูลตา ตระกูลยาย ตระกูลพี่ ตระกูลน้อง

ข้าพเจ้าขอส่งให้พระราชาพระมหากษัตริย์ เศรษฐี มหาเศรษฐี ที่สืบสานพระศาสนาตั้งแต่พุทธกาลจนถึงปัจจุบัน มีพระเจ้าพิมพิสาร พระเจ้าอโศกมหาราช พระราชามหากษัตริย์ไทย มีสมเด็จพระนเรศวรมหาราช สมเด็จพระเอกาทศรถ สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช สมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช สมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย สมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดล สมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช และวีรกษัตริย์ทุกๆ พระองค์ อันได้แก่ สมเด็จพระพินางสุพรรณกัลยา เป็นต้น

ข้าพเจ้าขอส่งให้ จตุสดมภ์ทั้ง 4 ขุนเวียง ขุนวัง ขุนคลัง ขุนนา ท่านแม่ทัพนายกอง หัวหมื่น ขุนพล ทหารหาญทั้งหลาย ข้าทาสบริวาร ครูหมัด ครูมวย ครูหอก ครูดาบ ครูศาสตราวุธ ทหารบก ทหารเรือ ทหารอากาศ ทุกกรมกอง

ข้าพเจ้าขอส่งให้ พระแม่ธรณี แม่พระคงคามหาสมุทร แม่พระโพสพ แม่พระเพลิง แม่พระพาย เจ้าทะเล เจ้าบาดาล เจ้าพิภพ

ข้าพเจ้าขอส่งให้ สूरียจักรวาล มีพระอาทิตย์ พระจันทร์

ข้าพเจ้าขอส่งให้ สัตตะโลหะ นวโลหะ รัตนชาติ แร่ธาตุทั้งหลาย ช้างศึก ม้าศึก ช้างเสปียง ม้าเสปียงทั้งหลาย วัว ควายทั้งหลาย หมูเห็ด เป็ดไก่ กุ้ง หอย ปู ปลา ทั้งสัตว์น้ำจืด น้ำเค็ม และสัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำทั้งหลาย สัตว์ปีกทั้งหลาย สัตว์ป็นปายทั้งหลาย สัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย สัตว์ในไข่ทั้งหลาย สัตว์ในครรภ์ทั้งหลาย ที่ข้าพเจ้าเช่นฆ่าก็ดี บริโภคก็ดี อยู่ในเนื้อ อยู่ในหนัง อยู่ในกระดูก อยู่ในตับ ไต ไข่มุม อยู่ในทั้งหมดอาการ 32 ของตัวข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าขอส่งให้ สัมมาอาชีพและปัจจัยสี่ของข้าพเจ้าที่ได้มีกินมีใช้ ขอให้สัมมาอาชีพจงได้รับอานิสงส์ผลบุญนี้

ข้าพเจ้าขอส่งให้ พญานาค ตัวอักษรทุกภาษาในโลกนี้ เครื่องมือสื่อสารทุกชนิด จงมีส่วนในบุญของข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าขอส่งให้ ทรัพย์ของแผ่นดิน

ข้าพเจ้าขอส่งให้ ดวงจิตดวงวิญญาณ ทั้งหลายที่เคยจะเกิดมาเป็นลูกเป็นหลานแล้วไม่เกิด จงได้รับในบุญกุศล และจงเว้นจากการจองเวร

ข้าพเจ้าขอส่งให้ ดวงจิตของข้าพเจ้าที่เคยตกหล่นเป็นกรรมอยู่ในนรกภูมิที่อยู่ทุก ๆ ชุมนรก จงหลุดพ้นจากอุปกรรม วิบากกรรม เคาระห์กรรม ด้วยกุศลในครั้งนี้

ข้าพเจ้าขอส่งให้ เชื้อโรคเชื้อรา เชื้อร้าย เชื้อมะเร็งทั้งหลาย เชื้อไวรัสทั้งหลาย เชื้อโรคทั้งหลาย จงมีส่วนได้รับในบุญกุศลนี้ และโรคภัยทั้งหลายขออย่าพึงมี อย่าได้เกิดกับลูกหลานข้าพเจ้า จงหยุดที่ข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าขอส่งให้ ตั้งแต่แรกภูมิ อบายภูมิ สัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย เปรตทั้งหลาย อสุรกาย
ทั้งหลาย ทั้ง 16 ชั้นฟ้า 15 ชั้นดิน นรกทุกชั้น นรกทุกขุม ทุกภูมิ สัมภเวสีทั้งหลาย ทั้งที่เป็น
ญาติ และไม่ใช่วญาติ ที่อยู่ใกล้และอยู่ไกล ที่รู้จักก็ดี ที่ไม่รู้จักก็ดี ที่เอ๋ยถึงก็ดี ไม่เอ๋ยถึงก็ดี ที่
ล่วงลับดับขันธไปแล้ว ทั้งที่มีกาย และไม่มีกายทั้งที่มีธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ และไม่มีธาตุ จงรับ
เอาส่วนกุศลที่ได้กระทำในครั้งนี้

ข้าพเจ้าขอส่งให้ พระอินทร์ พระพรหม พระยายม พระยายักษ์ พระสยามเทวาธิราช
พระเสื้อเมือง พระทรงเมือง พระกาฬชัยศรี เจ้าพ่อเจตคุป เจ้าพ่อหอกลอง ท้าวภูเวกรมหาราช
ท้าวธตรฐ ท้าววิรุฬหก ท้าววิรุฬักษ์

ข้าพเจ้าขอส่งให้ พญาครุฑ พญานาค พญาอนันตนาคราช พญาภู พญาเงือก พญาหนุมาน
พญาเสือ พญาสิงห์ พญาเต่า พญาจระเข้ พญาปลาไหล พญาตะขาบ พญาแมงป่อง ปู่ฤาษีทั้ง
108 พระองค์ ปู่อินตา ครุฑา หมอยา เจ้าป่า เจ้าเขา เจ้าทุ่ง เจ้าท่า เจ้าที่ที่บ้าน เจ้าที่ที่ทำงาน
รุกขเทวดา นางไม้ทั้งหลาย

ข้าพเจ้าขอส่งให้ ธนบัตร ทุกสกุลเงินตรา ของโลกนี้ที่เป็นทรัพย์สินภายนอก จงได้รับในกุศลผล
บุญของข้าพเจ้า

กรรมใดก็ดีที่ข้าพเจ้าเคยมีกรรมต่อทรัพย์สินของแผ่นดิน คนของแผ่นดิน ทำผิดเป็นลูก ทำถูกเป็น
ผิด และกรรมใดที่ข้าพเจ้าเคยสร้างกรรมกับผู้ใดไว้ ไม่ว่าจะอดีตชาติหรือปัจจุบันชาติไม่ว่ามนุษย์
และสัตว์ ข้าพเจ้าขอให้ท่านทั้งหลายที่ข้าพเจ้าเคยสร้างเวรสร้างกรรมต่อท่าน จงได้รับอานิสงส์
ผลบุญของข้าพเจ้า เมื่อได้รับผลบุญของข้าพเจ้าแล้ว จงปลดปล่อยกรรม ปลดเปลื้องกรรม
งดเว้นการจองเวรและขอดวงจิตที่เกิดในภพนี้ ชาตินี้ได้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง ด้วยกุศล
ในคราวครั้งนี้ด้วยเทอญ นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ”

เพิ่มเติมบทอุทิศบุญ

อิหัง ปุญญะ พะลัง

ข้าพเจ้าขอน้อมนำพระบารมีแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปฐม และ
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ พระปัจเจกพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริย
สงฆ์สาวกทุกๆพระองค์ ได้โปรดดลบันดาลบุญของข้าพเจ้าที่ได้บำเพ็ญมาทุกภพทุกชาติจวบ

จนถึง ณ ขณะนี้ ประมวลรวมกับบุญที่ได้อุทิศมาทุก ๆ ท่านบนพระนิพพาน แม้ไปโดยไม่มีปริมาณไปกับแสงทิพย์อริยทรัพย์และแสงฉัพพรรณรังสีรัศมี 6 ประการ แม้ไปถึงเทวดารักษาตัวข้าพเจ้า เทวดาที่รักษาสถานที่แห่งนี้ ที่อยู่อาศัย สถานที่ประกอบการงาน การศึกษาและทุก ๆ สถานที่ที่ข้าพเจ้าเกี่ยวข้อง เทพเจ้าทั้งหลายที่ปกปักรักษาข้าพเจ้า และเทพเจ้าทั้งหลายทั่วสากลพิภพ มีเสด็จปู่พระยายมราช เสด็จปู่พระอินทร์ ท้าวจตุรมหาราช ท้าวจตุรมหาพรหม เทพพรหมทุกชั้น ขอเสด็จปู่พระยายมราช เสด็จปู่พระอินทร์ ท้าวจตุรมหาราชและเทพเจ้าทั้งหลายได้โปรดโสมนัสส่วนกุศลนี้และขอจงเป็นสักขีพยานในการบำเพ็ญกุศลของข้าพเจ้าในครั้งนี้ด้วยเถิด

ข้าพเจ้าขออุทิศส่วนกุศลนี้ให้แก่เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลายที่เคยล่วงเกินมาแล้ว แต่ชาติก่อนก็ดี ชาตินี้ก็ดี ขอเจ้ากรรมนายเวรทั้งหลายจงโสมนัสในส่วนกุศลนี้ และขอจงอโหสิกรรมให้แก่ข้าพเจ้า ตั้งแต่บัดนี้ตราบเท่าเข้าสู่พระนิพพาน

ข้าพเจ้าขออุทิศส่วนกุศลนี้ให้แก่บิดามารดา ครูอาจารย์ทุกท่าน ตลอดจนถึงท่านทั้งหลายที่ล่วงลับไปแล้ว ที่เสวยความสุขอยู่ที่ดี ที่เสวยความทุกข์อยู่ที่ดี เป็นญาติก็ดี มิใช่ญาติก็ดี เหล่าเชื้อโรค ฝี่เชื้อโรคในร่างกายข้าพเจ้า พวกเชื้อโรคที่ออกจากร่างกายข้าพเจ้า ดวงวิญญาณทั้งหลายให้อิच्छานเอาบุญของข้าพเจ้าได้ด้วย ขอท่านทั้งหลายจงโสมนัสส่วนกุศลนี้พึงได้รับประโยชน์และความสุขเช่นเดียวกับข้าพเจ้าจะพึงได้รับ ณ กาลบัดเดี๋ยวนี้เถิด

ผลบุญใดที่ข้าพเจ้าได้บำเพ็ญมาแล้ว ณ โอกาสนี้ ขอผลนี้จงเป็นปัจจัยให้ข้าพเจ้าได้เข้าถึงซึ่งพระนิพพานในชาติปัจจุบันนี้ด้วยเถิด หากขณะใดก็ตามที่ข้าพเจ้ายังทรงกายขันธห้าอยู่นี้ ขออย่าได้เจอคำว่า ไม่ได้ ไม่มี ไม่สำเร็จ ไม่สมหวัง เมื่อจะทำการสิ่งใดจงพบแต่คำว่า ได้ มี สำเร็จ สมหวัง ดังที่ใจของข้าพเจ้าและครอบครัวปรารถนาทุกประการ นับตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไปตราบเท่าเข้าสู่พระนิพพานเทอญ

มัยหังปุตโต ปุญญะวากะตา ภินิหาโร ภาวิสสะติ เทวะตะหิ ปาติง ปุเรตะวา ปุวาปะหิตา ภาวิสสะตีติ...

10 พ.ค. 2555 แก้ไข เพิ่มเติมข้อมูล >> เมื่อสวดเสร็จแล้วถ้าจะอุทิศบุญให้เจ้ากรรมนายเวร อย่างกล่าวตรง ๆ นะ ผมขอให้เปลี่ยนคำดังนี้ "หากข้าพเจ้าได้เคยเบียดเบียนผู้ใดไว้ ไม่ว่าจะมนุษย์หรือสัตว์ ไม่ว่าจะภพใดชาติใด ข้าพเจ้าขอให้ท่านสงฆ์ผลบุญจากการสมาทานศีลห้านี้จึงส่งผลเป็นอโหสิกรรม" ผมขอกำชับว่า ท่านต้องขอให้อโหสิกรรมด้วย มิเช่นนั้นเขาจะได้บุญเราไปฝ่ายเดียวแล้วมีกำลังมากขึ้นกลับมาทำร้ายเราแรงได้อีก แต่สำหรับคนที่ไปกรวดน้ำกับพระอันนี้ต่างกันถึงเราไม่กล่าวขออโหสิกรรมอานิสงฆ์จะส่งเอง

11 พ.ค. 2555 แก้ไข เพิ่มเติมข้อมูล >> สำหรับอาการในขณะสวดนะครับ โปรดสังเกตว่า ท่านจะหาว ลมตีขึ้น ขนลุกชู มีน ๆ เหนื่อยหอบ ร้อนหนาว วูบวาบไปทั้งตัว หนักบ้าง หนักไหล่ และหรืออาการอื่นประกอบอีกหลายอย่าง แต่ละคนก็มีอาการเหล่านี้กันทั้งนั้นครับ ท่านไม่ต้องแปลกใจครับ เพราะเป็นอาการปิติหรือเป็นอาการจากผีปู่ ผีย่า บรรพบุรุษของท่านที่ล่วงลับไปเขามาโมทนาบุญครับ ท่านเป็นเลือดเนื้อเชื้อไข เขาจึงสามารถติดต่อกับท่านได้ ไม่ต้องกลัวครับ เพราะนี่คือสัญญาณที่ดีที่เราจะทำให้ท่านที่ล่วงลับไปแล้วได้บุญจากเรา ทำแบบนี้ทุกวันพวกเขาได้ทุกวัน แล้วชีวิตมันจะไม่ดีขึ้นได้อย่างไร

27 ก.ค. 2555 แก้ไข เพิ่มเติมข้อมูล >> หลายท่านได้ส่งข้อมูลตอบกลับมาทางเมลว่า หลังจากปฏิบัติแล้วก็พบกับชีวิตที่ดีขึ้นหลายต่อหลายคน ไม่ว่าจะเกิดอาการปิติอย่างแรง เพราะการสวดบทที่ผมแนะนำนี้เหมือนไปเปิดจุกก๊อกแล้วพลังบุญที่สั่งสมมาที่ลอยค้างอยู่นานก็พุ่งพุ่งไหลหลากอย่างสายน้ำ ย่อมเป็นเรื่องที่สมเหตุสมผล บางท่านได้ลาภ บางท่านได้งานทำ และอีกหลายคนที่ไม่ได้กล่าวถึง แต่ทุกคนที่ตอบกลับมาล้วนมีแต่คนที่ตั้งใจจริง ผมเองขอให้ท่านทั้งหลาย "ตั้งใจแน่วแน่" ปฏิบัติไม่เว้นวัน ไม่อ่อนแรง การจะเปลี่ยนแปลงชีวิตได้ ไม่่ง่าย นะครับ มันจะมีมารมาขัดขวาง ให้เราง่วงบ้าง ให้เราเพลียบ้าง แต่พระพุทธเจ้าท่านสำเร็จมรรคผลได้ก็เพราะท่านมีความเพียร ท่านมีทุกอย่างที่คนอย่างเราก็ไม่ต่างจากท่าน เราต้องมีความเพียรพยายามให้สูง ยิ่งสูง ยิ่งขยัน ยิ่งมีกำลังใจ ท่านยิ่งเข้าใกล้พระนิพพาน อย่าคิดว่าไกลเกินตัวครับ ผมก็เคยคิดตอนนี่ไม่คิดแล้ว ตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติ เผยแพร่พระธรรมต่อไป จนกว่าชีวิตจะสิ้นแหละครับ ท่านได้เองไม่ใช่หรือครับ

26 มิ.ย. 2557 แก้ไข เพิ่มเติม >> ตั้งแต่วันที่ 23 มิ.ย. 2667 ผมได้ชีวิตใหม่ทั้งหมด หลังจากปฏิบัติบูชาอย่างไม่ย่อท้อ หลังจากชดใช้กรรมมาอย่างสาหัสจนเรียกได้ว่า นาที่สุดท้ายที่จะต้องทิ้งบ้าน ทิ้งรถ ทิ้งทุกอย่างเพื่อไปอยู่วัด ผมมีเส้นทางชีวิตคล้ายอาจารย์ของผม

คือแม่ซีใหญ่ และแล้ว วินาทีสุดท้ายที่ผมหมดกรรมหนัก บุญที่สั่งสมมาก็ทำงาน ทำให้ผมขาย
ตึกได้และทุกอย่างในชีวิตก็เปลี่ยนไป บุญมีจริงครับ

เมื่อท่านนั่งแล้วห้ามคิดถึงเรื่องอื่นเด็ดขาด จะยุบหนอ พองหนอ จะพุทโธ จะนับเป็น
ตัวเลขหรือจริตแบบใดทำไปครับ คือผมอยากให้คำเตือนไว้เรื่องหนึ่ง บางคนนั่งแล้ว บอกว่าพอ
วันรุ่งขึ้น โอ้โฮ เจอแต่คนอารมณ์เสียใส่ หงุดหงิดใส่ มีแต่เกรี้ยวกราด ถามว่าทำไมจึงเป็น
เช่นนั้นก็ต้องถามตัวผู้ นั่งเองว่า ในระหว่างที่นั่งนั้นได้ส่งจิตไปคิดถึงคนเหล่านั้นบ้างรึเปล่า
คำตอบคือตรงนี้แหละครับ บุญนี้ไม่ได้ทำงานอย่างที่เราคิดนะครับ หากเราจะอธิฐานอย่าไป
อธิษฐานตอนกำลังนั่งวิปัสสนา ให้ท่านอธิฐานแผ่เมตตาหลังจากลืมนั่งแล้วเท่านั้นครับ
พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนให้เราคิดถึงคนอื่นในระหว่างนั่ง หากเราคิด มันจะยิ่งไปส่งแรงให้เขา
กลับมาก้าวร้าวกับเรามากขึ้น นี่แหละความสำคัญครับ ดึงกลับมาให้ได้นะครับ

อ้างอิงและปรับปรุงจาก : ญัฐภูเบศร์ เมธีรัตนวรการ

ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่

โทร : 086-055 4888 (หนึ่ง - เด็กวัด)

email : dekwad999@gmail.com

Line : dekwad1