

เมตตาพรหมะวิหารภาวนา
(มหาเมตตาใหญ่)

เอวัมเม สุตังฯ เอกัง สมะยัง ภะคะวา สāvādถิยัง วิหะระติ เชตะวะเน
 อะนาถะปิณฑิกัสสะ อารา เมฯ

ตัตตระ โข ภะคะวา ภิกขุ อามันเตสี ภิกขะโวติ ภะทันเตติ เต
 ภิกขุ ภะคะวะโต ปัจจัสโสสงฯ

ภะคะวา เอตะทะโวจะ เมตตายะ ภิกขะเว เจโตวิมุตติยา อาเสวิตายะ
 ภาวิตายะ พะหุลีกะตายะ ยานีกะตายะ วัตถุกะตายะ อะนุญสิตายะ
 ปะริจิตายะ สุสะมāรทธายะ เอกาทะสานิสังสา ปาฐักังขาฯ
 กะตะเม เอกาทะสะฯ

(๑) สุขัง สุปะติ

(๒) สุขัง ปะฐิพฺพณะติ

(๓) นะ ปาปะกัง สุปันง ปัสสะติ

(๔) มะนุสสานัง ปิโย โหติ

(๕) อะมะนุสสานัง ปิโย โหติ

(๖) เทวะตา รักขันติ

(๗) นาสสะ อัคคิ วา วิสัง วา สัตถัง วา กะมะติ

(๘) ตวะฐัง จิตตัง สะมาธิยะติ

(๙) มุขะวัณโณ วิปปะสีทะติ

(๑๐) อะสัมมัพพะโห กาลัง กะโรติ

(๑๑) อุตตะริง อัปปะฐิวิขณันโต พรหมะโลกุปะ โค โหติฯ

เมตตายะ ภิกขเว เจโตวิมุตติยา อาเสวิตายะ ภาวิตายะ

พะหลีกะตายะ ยานีกะตายะ วัตถุกะตายะ อะนุกูลิตายะ

ปะริจิตายะ สัสสะมารัทธายะ

อิมเ อเกา ทะसानิสังสา ปาฐักังขา

อັตถิ อะโนธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

อັตถิ โอิธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

อັตถิ ทิสสา พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

กะตีหากาเรหิ อะโนธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

กะตีหากาเรหิ โอิธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

กะตีหากาเรหิ ทิสสา พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

ปัญจะหากาเรหิ อะโนธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

สັตตะหากาเรหิ โอิธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

ทะสะหากาเรหิ ทิสสา พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

กะตะเมหิ ปัญจะหากาเรหิ อะโนธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

(๑) สัพเพ **สັตตะ** อะเวรา อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อັตตานัง ปะริหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปาณา** อะเวรา อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อັตตานัง ปะริหะรันตุง

(๓) สัพเพ **ภุตา** อะเวรา อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อັตตานัง ปะริหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ปคคะลา** อะเวรา อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อັตตานัง ปะริหะรันตุง

(๕) สัพเพ **อັตตะภาวะปะริยาปันนา** อะเวรา อัพยาปัชฌา อะนีชา

สุขี อັตตานัง ปะริหะรันตุง

อิมะหิ ปัญจะหากาเรหิ อะโนธิโส พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติ

กะตะเมหิ สัตตะหากาเรหิ โอธิสโส พระระณนา เมตตาคะโตวิมุตติฯ

(๑) สัพพะ **อิตถิโย** อะเวรา อัปปยาปชฌา อะนีฆา

สุขี อัตตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๒) สัพเพ **ปุริสา** อะเวรา อัปปยาปชฌา อะนีฆา

สุขี อัตตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๓) สัพเพ **อะริยา** อะเวรา อัปปยาปชฌา อะนีฆา

สุขี อัตตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๔) สัพเพ **อะนะริยา** อะเวรา อัปปยาปชฌา อะนีฆา

สุขี อัตตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๕) สัพเพ **เทวา** อะเวรา อัปปยาปชฌา อะนีฆา

สุขี อัตตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๖) สัพเพ **มะนุสสา** อะเวรา อัปปยาปชฌา อะนีฆา

สุขี อัตตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๗) สัพเพ **วินิปาติกา** อะเวรา อัปปยาปชฌา อะนีฆา

สุขี อัตตตานัง ปะริหะรันตฺตุติ

อิมะหิ สัตตะหากาเรหิ โอธิสโส พระระณนา เมตตาคะโตวิมุตติฯ

กะตะเมหิ ทะสะหากาเรหิ ทิสสา พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติฯ

(๑) สัพเพ ปุรัตถิมายะ ทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๒) สัพเพ ปัจจิมายะ ทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๓) สัพเพ อุตตะรายะ ทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๔) สัพเพ ทักขินายะ ทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๕) สัพเพ ปุรัตถิมายะ อะนุทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๖) สัพเพ ปัจจิมายะ อะนุทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๗) สัพเพ อุตตะรายะ อะนุทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๘) สัพเพ ทักขินายะ อะนุทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๙) สัพเพ เภฏฐิมายะ ทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๑๐) สัพเพ อุมะสิมายะ ทิสายะ สัตตา อะเวรา

อัปยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตฺฯ

(๑) สัพเพ ปุริตถิมาเย ทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๒) สัพเพ ปัจฉิมาเย ทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๓) สัพเพ อุตตะรายะ ทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๔) สัพเพ ทักขิณายะ ทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๕) สัพเพ ปุริตถิมาเย อะนุทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๖) สัพเพ ปัจฉิมาเย อะนุทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๗) สัพเพ อุตตะรายะ อะนุทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๘) สัพเพ ทักขิณายะ อะนุทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๙) สัพเพ เภฏฐิมาเย ทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ อูปะริมาเย ทิสายะ ปาณา อะเวรา

อัพยาปัชฌมา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย ทิสายะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิม**าเย ทิสายะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะร**าเย ทิสายะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักษิณ**าเย ทิสายะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย **อะนุทิสาย**ะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิม**าเย **อะนุทิสาย**ะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะร**าเย **อะนุทิสาย**ะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักษิณ**าเย **อะนุทิสาย**ะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิ**มาเย ทิสายะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุปะริมา**เย ทิสายะ **ภุต**า อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย ทิสายะ **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิม**าเย ทิสายะ **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะรา**เย ทิสายะ **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักษิณ**าเย ทิสายะ **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตถิ**มาเย **อะนุทิสายะ** **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิม**าเย **อะนุทิสายะ** **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะรา**เย **อะนุทิสายะ** **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักษิณ**าเย **อะนุทิสายะ** **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิ**มาเย ทิสายะ **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุปะริ**มาเย ทิสายะ **ปคคะลา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย ทิสายะ **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิมายะ** ทิสายะ **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะรายะ** ทิสายะ **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักขิณายะ** ทิสายะ **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย **อะนุทิสายะ** **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิมายะ** **อะนุทิสายะ** **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะรายะ** **อะนุทิสายะ** **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักขิณายะ** **อะนุทิสายะ** **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิมายะ** ทิสายะ **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุปะริมายะ** ทิสายะ **อัตตะภาวปะริยาปันนา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

- 
- (๑) สัพพา **ปรัตติมาเย** ทิสายะ **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๒) สัพพา **ปัจจิมายะ** ทิสายะ **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๓) สัพพา **อุตตะรายะ** ทิสายะ **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๔) สัพพา **ทักขินายะ** ทิสายะ **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๕) สัพพา **ปรัตติมาเย** **อะนุทิสายะ** **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๖) สัพพา **ปัจจิมายะ** **อะนุทิสายะ** **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๗) สัพพา **อุตตะรายะ** **อะนุทิสายะ** **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๘) สัพพา **ทักขินายะ** **อะนุทิสายะ** **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๙) สัพพา **เหฏฐิมายะ** ทิสายะ **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง
- (๑๐) สัพพา **อุपरิมายะ** ทิสายะ **อิตถิโย** อะเวรา
อภัยปัชฌา อานีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรตถิมา**ะ ทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๒) สัพเพ **ปฺจจิม**าะ ทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๓) สัพเพ **อุตตะรา**ะ ทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๔) สัพเพ **ทักขิณ**าะ ทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๕) สัพเพ **ปรตถิมา**ะ อะนุทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๖) สัพเพ **ปฺจจิม**าะ อะนุทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๗) สัพเพ **อุตตะรา**ะ อะนุทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๘) สัพเพ **ทักขิณ**าะ อะนุทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๙) สัพเพ **เหฏฐิ**มาะ ทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๑๐) สัพเพ **อุปะริมา**ะ ทิสายะ **ปฺริสา** อะเวรา

อัพยาปฺชฌมา อะนีชา สฺขี อัตตานิํ ปะริหะรันตฺฯ

(๑) สัพเพ **ปรัตถิมา**ะ ทิสายะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิม**าะ ทิสายะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะรา**ะ ทิสายะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักษิณ**าะ ทิสายะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตถิมา**ะ **อะนุทิสาย**ะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิม**าะ **อะนุทิสาย**ะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะรา**ะ **อะนุทิสาย**ะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักษิณ**าะ **อะนุทิสาย**ะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิ**มาะ ทิสายะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุปะริมา**ะ ทิสายะ **อะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย ทิสายะ **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิม**ายะ ทิสายะ **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะรา**เย ทิสายะ **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักษิณ**ายะ ทิสายะ **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตถิ**มาเย **อะนุทิสายะ** **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิม**ายะ **อะนุทิสายะ** **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะรา**เย **อะนุทิสายะ** **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักษิณ**ายะ **อะนุทิสายะ** **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิ**มาเย ทิสายะ **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุปะริ**มาเย ทิสายะ **อะนนะริยา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรัตถิมา**ะ ทิสายะ **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิม**าะ ทิสายะ **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะรา**ะ ทิสายะ **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักษิณ**าะ ทิสายะ **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตถิมา**ะ **อะนุทิสายะ** **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิม**าะ **อะนุทิสายะ** **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะรา**ะ **อะนุทิสายะ** **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักษิณ**าะ **อะนุทิสายะ** **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิ**มาะ ทิสายะ **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุปะริมา**ะ ทิสายะ **เทวา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรัตติมาเย** ทิสายะ **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิมายะ** ทิสายะ **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะรายะ** ทิสายะ **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักขินายะ** ทิสายะ **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตติมาเย** **อะนุทิสายะ** **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิมายะ** **อะนุทิสายะ** **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะรายะ** **อะนุทิสายะ** **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักขินายะ** **อะนุทิสายะ** **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิมายะ** ทิสายะ **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุपरิมายะ** ทิสายะ **มะนุสสา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง परिหะรันตุง

(๑) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย ทิสายะ **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๒) สัพเพ **ปัจจิมายะ** ทิสายะ **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๓) สัพเพ **อุตตะรายะ** ทิสายะ **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๔) สัพเพ **ทักขิณายะ** ทิสายะ **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๕) สัพเพ **ปรัตถิมา**เย **อะนุทิสายะ** **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๖) สัพเพ **ปัจจิมายะ** **อะนุทิสายะ** **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๗) สัพเพ **อุตตะรายะ** **อะนุทิสายะ** **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๘) สัพเพ **ทักขิณายะ** **อะนุทิสายะ** **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๙) สัพเพ **เหฏฐิมายะ** ทิสายะ **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

(๑๐) สัพเพ **อุปะริมา**เย ทิสายะ **วินิปาติกา** อะเวรา

อัพยาปัชฌา อะนีชา สุขี อัตตานิัง ปะริหะรันตุง

อิมะหิ ทะสะหากาเรหิ ทิสา พระระณา เมตตาเจโตวิมุตติฯ

สัพเพสัง สัตตานิ ปิฬะนัง วัชเชตวา
 อะปิฬะนายะ อุปะชาตัง วัชเชตวา
 อะนุปะชาเตนะ สันตานิ วัชเชตวา
 อะสันตานิ ปะริยาทานัง วัชเชตวา
 อะปะริยาทาเนนะ วิหะสัง วัชเชตวา
 อะวิหะสายะ สัพเพ สัตตา
 อะเวรีโน โหนตุ มา
 เหวรีโน สุขีโน โหนตุ มา
 ทุกขีโน สุขีตัตตา โหนตุ มา
 ทุกขิตตาทิ อิมะหิ อัญญะหะกาเรหิ
 สัพเพ สัตตา
 เมตตายะตัตติ
 เมตตา ตัง อัมมัง เจตะยะตัตติ
 เจโต สัพพะพะยาปาหะปะริยัญญาเนหิ
 มุจจะตัตติ วิมุตติ
 เมตตา จะ เจโตวิมุตติ
 จาติ เมตตาเจโตวิมุตติฯ
 เมตตา พรหมะวิหาระภาวะนา นิฏฐิตา.

จัดทำโดย

ศูนย์พุทธศรัทธา สำนักปฏิบัติพระกรรมฐานสาขาวัดท่าซุง

๗๗ หมู่ ๗ อ.บ้านหมอ จ.สระบุรี ๑๘๑๓๐ www.BuddhaSattha.com