

THIỀN TÂM TỰ - NGUYỄN CẦU - CHIA PHƯỚC

Sabbe sattā, sabbe pāṇā,
sabbe bhūtā, sabbe puggalā,
sabbe attabhāvapariyāpannā,
sabbā itthiyo, sabbe purisā,
sabbe ariyā, sabbe anariyā, sabbe devā,
sabbe manussā, sabbe vinipātikā

averā hontu, abyāpajjā hontu,
anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.
Dukkhā muccantu, yathāladdhasampattito
māvigacchantu, kammassakā.

Puratthimāya disāya, pacchimāya disāya,
uttarāya disāya, dakkhiṇāya disāya,
puratthimāya anudisāya,
pacchimāya anudisāya, uttarāya
anudisāya, dakkhiṇāya anudisāya,
hetṭhimāya disāya, uparimāya disāya.

Sabbe sattā, sabbe pāṇā,
sabbe bhūtā, sabbe puggalā,
sabbe attabhāvapariyāpannā,
sabbā itthiyo, sabbe purisā,
sabbe ariyā, sabbe anariyā, sabbe devā,
sabbe manussā, sabbe vinipātikā

averā hontu, abyāpajjā hontu,
anīghā hontu, sukhī attānaṃ pariharantu.
Dukkhā muccantu, yathāladdhasampattito
māvigacchantu, kammassakā.

Uddhaṃ yāva bhavaggā
ca, adho yāva avīcito;
Samantā cakkavāḷesu,
ye sattā *pathavīcarā*;
Abyāpajjā niverā ca,
niddukkhā cā
nuppaddavā.

Uddhaṃ yāva bhavaggā
ca, adho yāva avīcito;
Samantā cakkavāḷesu,
ye sattā *udakecarā*;
Abyāpajjā niverā ca,
niddukkhā cā
nuppaddavā.

Uddhaṃ yāva bhavaggā
ca, adho yāva avīcito;
Samantā cakkavāḷesu,
ye sattā *ākāsecarā*;
Abyāpajjā niverā ca,
niddukkhā cā
nuppaddavā.

METTĀBHĀVANĀ - PATHANĀ - PATTIDĀNA

Yaṃ pattaṃ kusalaṃ tassa, ānubhāvena pāṇino;
sabbe saddhammarājassa, ñatvā dhammaṃ sukhāvahaṃ.
Pāpuṇantu visuddhāya, sukhāya paṭipattiyā; asokamanupāyāsaṃ,
nibbānasukhamuttamaṃ.

Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo, dhamme hontu sagāravā;
sabbepi sattā kālena, sammā devo pavassatu.
Yathā rakkhimsu porāṇā, surājāno tathevimaṃ;
rājā rakkhatu dhammena, attanova pajaṃ pajaṃ.

Imāya dhammānudhammapaṭipattiyā Buddhaṃ pūjemi.
Imāya dhammānudhammapaṭipattiyā Dhammaṃ pūjemi.
Imāya dhammānudhammapaṭipattiyā Saṃghaṃ pūjemi.

Addhā imāya paṭipattiyā
jāti-jarā-byādhi-maraṇamhā parimuccissāmi.

Idaṃ me puññaṃ āsavakkhayā vahaṃ hotu.
Idaṃ me puññaṃ nibbānassa paccayo hotu.

Mama puññabhāgaṃ sabbasattānaṃ bhājemi;
Te sabbe me samaṃ puññabhāgaṃ labhantu.

Sādhu Sādhu Sādhu