การเสริมสร้างสุขภาพด้วยการสวดมนต์พระคาถามหาจักรพรรดิ ตามแนวทางของพระวรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า)

แพรภัทรา เขียวชะอุ่ม

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
praepattra@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1.ประวัติความเป็นมาของพระคาถามหาจักรพรรดิ 2.วิธีการสวดมนต์ด้วยพระคาถามหาจักรพรรดิ 3.การเสริมสร้างสุขภาพด้วยการสวดมนต์พระคาถามหาจักรพรรดิตามแนวทางของพระวรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า) ศึกษาด้วยวิธีวิเคราะห์เนื้อหาที่เกี่ยวข้องและการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม

ผลการศึกษาพบว่า

1. คาถาพระมหาจักรพรรดิเป็นคาถาที่หลวงปู่ดู่ พรหมปัญโญ พระเกจิอาจารย์แห่งวัดสะแก จ.พระนครศรีอยุธยา เป็นผู้แต่งขึ้นใช้สำหรับการสวดมนต์เพื่อรวบรวมบุญและบารมีไว้อุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตา คาถาบทนี้ได้แรงบันดาลใจมาจากบทสวดชมพูปติสูตรซึ่งเป็นการสรรเสริญเรื่องราวเมื่อครั้งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเนรมิตพระองค์เป็นพระเจ้าจักรพรรดิเพื่อกำราบทิฐิของพญาชมพูบดีพระมหากษัตริย์ผู้มากด้วยอิทธิฤทธิ์ เรื่องราวนี้จึงเป็นต้นกำเนิดของการสร้างพระพุทธรูปปางทรงเครื่องกษัตริย์ในปัจจุบัน หลวงปู่ดู่ได้ถ่ายทอดบทสวดมนต์พระคาถามหาจักรพรรดิและความรู้ทั้งหลายของท่านให้แก่พระอาจารย์วรงคต วิริยธโร (หลวงตาม้า) เพื่อเผยแพร่วิธีการสวดมนต์ด้วยคาถาพระมหาจักรพรรดิที่ถูกต้องให้กับพุทธศาสนิกชนสืบไป

2. วิธีการสวดมนต์ด้วยพระคาถามหาจักรพรรดิตามแนวทางพระอาจารย์วรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า) เริ่มต้นด้วยการตั้งสัจจะอธิษฐาน กล่าวบทบูชาพระเพื่อถวายชีวิตต่อพระรัตนตรัย บทสมาทานศีล 5 บทอาราธนาพระ คาถาหลวงปู่ทวด คาถาหลวงปู่ดู่ บทขอขมาพระรัตนตรัย บทสวดพระคาถามหาจักรพรรดิ บทสวดเชิญพระเข้าตัวและบทอธิษฐานจิต

3. การสวดมนต์พระคาถามหาจักรพรรดิตามแนวทางของพระวรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า) ช่วยเสริมสร้างสุขภาพให้กับผู้สวดมนต์ทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพดังนี้ 1. อายุยืน 2. แก่ช้า 3. โรคน้อย 4. ตายตามอายุขัย 5. รวย 6. ไปเกิดใหม่ตามใจ. ผลลัพธ์ของการสวดมนต์เป็นประจำจะส่งผลต่อผู้สวดมนต์ให้มีความสุข มีสุขภาพแข็งแรงทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต

คำสำคัญ: การเสริมสร้างสุขภาพ การสวดมนต์ คาถามหาจักรพรรดิ หลวงตาม้า

Enhancing health by chanting the incantation for the emperor according to Phra Warongkot Wiriyatharo (Luang Ta Ma)

Praepattra Kiaochaoum

Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhonpathom Rajabhat University
praepattra@gmail.com

Abstract

This academic article aims to study 1. The history of the Emperor's spell 2. How to pray with a spell for the emperor 3. Health promotion by chanting the spell for the emperor according to Phra Warongkot Wiriyatharo (Luang Ta Ma). A study method by means of content analysis and participatory observation.

The results of the study found that

1. The Phra Maha Chakkraphat spell is the incantation that Luang Pu Du Prompanyo, the master monk of Wat Sakae, Phra Nakhon Si Ayutthaya Province It is a composer used for prayers to collect merit and prestige to dedicate charity and spread kindness. This incantation was inspired by the Chompoopati Sutra chants, which glorify the story of the time when the Lord Buddha made him the emperor to subvert the pride of the mighty King Chompoobhadi. This story is the origin of the creation of the current Buddha image in the attitude of wearing the king. Luang Pu Du Prompanyo conveyed the mantras of the emperor and all his knowledge to Phra Arjarn Warongkot Wiriyatharo (Luang Ta Ma) to disseminate the method of chanting with the correct the Emperor's spell to Buddhists.

2. The method of chanting with the incantation for the emperor according to Phra Ajarn Warongkot Wiriyatharo (Luang Ta Ma)'s approach begins with setting up a prayer of truth. Saying the prayers to offer life to the Triple Gems, the 5 precepts prayers, the prayers of Luang Pu Thuat, the incantations of Luang Pu Du, the prayers for forgiveness of the Triple Gems, the Emperor's spell prayers, the prayers for inviting the monks and the spiritual prayers

3. Chanting the incantations for the emperor according to the guidelines of Phra Warongkot Wiriyatharo (Luang Ta Ma) helps strengthen the health of prayers of all genders, ages and professions as follows: 1. Longevity 2. Slow aging 3. Less disease 4. Die according to age 5. Rich 6. Go to be born again as you wish. The results of regular chanting will influence the chanter to be happy and healthy both physically and mentally.

Keywords: Enhancing health, Chanting, The Emperor's Spell, Luang Ta Ma

บทนำ

ประเทศไทยมีพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติ ประชากรส่วนใหญ่เป็นพุทธศาสนิกชนในสมัยโบราณ การสวดมนต์ในพุทธศาสนา มีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อจดจำคำสอนของพระพุทธเจ้าให้ขึ้นใจด้วยตัวเอง เพื่อเป็นการเผยแผ่พระธรรมคำสอน การสวดมนต์ไหว้พระ ได้นิยมมาแล้วตั้งแต่โบราณกาล แม้ในศาสนาพราหมณ์ก็ได้นิยมสวด ดังที่เรียกกันว่า สาธยายมนต์ ร่ายมนต์ เพื่อความทรงจาพระเวทบ้าง เพื่อเป็นสิริมงคลบ้าง ในทางพระพุทธศาสนา ก็มีการสวดสาธยายเช่นเดียวกัน ในชั้นต้นเพ่งเพียงสวดสาธยาย เพื่อความทรงจาหลักคาสอนที่เป็นพระพุทธวนะเท่านั้น เมื่อชาวบ้านได้ยินพระสงฆ์สวดสาธยายก็พากันอนุโมทนา และได้ถือกันว่าการได้ยินได้ฟังพระสงฆ์สวดสาธยายเช่นนั้นเป็นสิริมงคล ในสมัยนั้นยังไม่มีตาราที่จดจำรึกเอาไว้ต้องท่องจาให้ได้ด้วยวาจา การสวดมนต์ ได้เกิดขึ้นตั้งแต่สมัยพระพุทธเจ้ายังดำรงอยู่ มีบัญญัติในพระวินัยของพระภิกษุณีก็มี เช่น ห้ามนางภิกษุณี และ ทรงห้ามพระภิกษุสงฆ์เรียนเดรฉานวิชา แต่ให้เรียนพระปริตรป้องกันเหตุเภทภัยต่าง ๆ เมื่อมีเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น พระสงฆ์ก็จะใช้สวดสาธยายพระพุทธวจนะนั้นตามสมควรแก่เหตุการณ์ [1]

มนต์ คือ คำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นการสืบทอดพระพุทธศาสนาอย่างหนึ่งตามแนวทางของการศึกษาในเชิงมุขปาฐะ กล่าวคือในสมัยเริ่มแรกของพระพุทธศาสนาพระธรรมเทศนาของพระองค์มิได้ถูกบันทึกไว้โดยวิธีการอื่น ๆ แต่เป็นวิธีการท่องจำหรือสาธยาย เช่น การสาธยายพระปาฏิโมกข์หรือข้อบัญญัติของพระพุทธองค์เกี่ยวกับพระวินัย การสวดมนต์เป็นความศรัทธาของพุทธศาสนิกชนมีต่อศาสนา โดยเชื่อว่าการสวดมนต์เป็นพฤติกรรมที่มีความเป็นสิริมงคล เป็นบุญกับผู้สวดหรือสวดแล้วได้บุญ เมื่อสวดมนต์จะได้รับความเมตตาจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์และได้รับการคุ้มครอง เพราะการสวดมนต์เป็นการสื่อสารระหว่างผู้ที่สวดมนต์หรือผู้ที่มีผู้อื่นสวดมนต์ให้ ที่สำคัญการสวดมนต์เป็นของศักดิ์สิทธิ์ที่สามารถดลบันดาลผลที่ปรารถนาให้สมหวังได้อย่างน่าอัศจรรย์ เป็นสิ่งที่ยากจะอธิบายได้ด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ แต่มีผู้ที่พยายามอธิบายด้วยกฎของการสั่นสะเทือน กล่าวว่า การสวดมนต์อย่างมีสมาธิก่อให้เกิดพลังสั่นสะเทือนออกไปเชื่อมโยงกับพลังที่มีความถี่เดียวกันและดึงดูดความถี่นั้นเข้าหาตัวส่งผลให้การอธิษฐาน วิงวอน ขอพรนั้นเป็นจริง [2]

การสวดมนต์ไหว้พระเป็นกิจวัตรสำคัญประการหนึ่งที่เป็นอุบายฝึกจิตและฝึกสมาธิภาวนาได้เป็นอย่างดีเพราะในขณะสวดมนต์จิตของผู้สวดจะต้องจดจ่ออยู่ที่บทสวดจึงจะสวดได้อย่างถูกต้อง ถ้าจิตฟุ้งซ่านแล้วอาจทำ ให้สวดผิดได้ผู้สวดมนต์เป็นประจำ ได้รับอานิสงส์ต่าง ๆ เช่น ตัดความกังวลได้ปล่อยวางความคิดอย่างอื่นเสียได้จิตระลึกถึงพระพุทธคุณและคำสั่งสอนของพระพุทธองค์จิตสงบมีสติครอง เป็นต้น และเมื่อสวดเป็นประจำ แล้วทำ ให้เป็นจิตใจที่มั่นคง น อกจากได้รับอานิสงส์จากการบำเพ็ญบุญโดยส่วนตัวแล้วยังเกิดประโยชน์ต่อพระพุทธศาสนาอันเป็นการช่วยกันอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมสืบทอดประเพณีที่ดีงามและจรรโลงสืบต่ออายุพระพุทธศาสนา [3] การสวดมนต์เป็นพิธีกรรมที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อการป้องกันรักษาให้บุคคลพ้นจากภยันตรายและให้ประสบความสำเร็จ มีความดีงามในชีวิต [4]

การสวดมนต์ เป็นกิจกรรมสำหรับพัฒนาทางจิตวิญญาณในศาสนาต่างๆจะมีการสวดมนต์กันเป็นประจำ มนุษย์รู้จักการสวดมนต์มาเป็นพันๆปี ตั้งแต่ครั้งโบราณ การสวดมนต์ทำให้เราผ่อนคลาย จิตเป็นสมาธิ นอกจากสวดมนต์เราก็ไปฟังธรรมหรือเรียนคำสอนของศาสนา ซึ่งนักวิทยาศาสตร์ทางสุขภาพพบว่า การทำกิจกรรมเหล่านี้มีผลต่อสุขภาพของมนุษย์ งานวิจัยในปัจจุบันแสดงให้เห็นว่า การมีความเชื่อทางศาสนาและการปฏิบัติธรรมในทางศาสนา ช่วยให้คนไข้เป็นโรคร้ายแรงน้อยลง เช่น โรคหัวใจ โรคความดันโลหิต โรคอ้วน โรคเครียด โรคซึมเศร้า โรคทางเดินอาหาร เป็นต้น และผู้ป่วยที่เป็นโรคร้ายแรง เช่น มะเร็ง หรือผู้ที่อยู่ในกลุ่มที่มีการเอื้ออาทรช่วยเหลือให้กำลังใจกันและกันในกลุ่มหรือไปสถานปฏิบัติธรรมและการทำกิจกรรมทางศาสนาร่วมกัน มักจะมีอัตราตายต่ำกว่าประชากรทั่วไป นอกจากนั้น การปฏิบัติกิจทางศาสนา ช่วยให้สุขภาพจิตดี ครอบครัวมีความสุข ปัญหาความเครียด ความซึมเศร้า ปัญหาฆ่าตัวตาย การใช้เสพยาติดและการหย่าร้างน้อยลง [5]

Dr. Thawatchai Kamoltham, M.D. [6] อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยฯ กล่าวว่า ในศาสตร์การแพทย์ทางเลือก การสวดมนต์บำบัดนับเป็นทางออกอย่างหนึ่งที่นำมาใช้ในการบำบัดรักษาโรคโดยไม่ต้องใช้ยา การสวดมนต์บำบัดไม่ใช่แค่รักษาโรคทางใจได้เท่านั้นแต่ยังสามารถบำบัดโรคทางกายได้ผลดีด้วย ประโยชน์ของการสวดมนต์บำบัดในทางการแพทย์ คือหลักการหนึ่งของ Vibrational Therapy หรือ Vibrational Medicine คือการใช้คุณสมบัติของคลื่นเสียงมา

บำบัดความเจ็บ ป่วย โดยใช้หลักการทำให้เกิดคลื่นเสียงที่มีความสม่ำเสมอ เพื่อเข้าไปกระตุ้นร่างกายให้เกิดการเยียวยา ซึ่งการบำบัดด้วยกลไกดังกล่าวเริ่มต้นเมื่อหูของเราได้ยินเสียงบทสวด ซึ่งจะส่งสัญญาณ ต่อไปยังศูนย์การได้ยินที่อยู่บริเวณสมองกลีบ ขมับ ก่อนส่งไปบริเวณก้านสมอง ซึ่งเมื่อได้รับคลื่นเสียงช้า ๆ สม่ำเสมอประมาณ 15 นาทีก็จะหลั่งสารสื่อประสาทที่มีประโยชน์มากมาย ที่สำคัญ การสวดมนต์ด้วยตัวเองเป็นการเหนี่ยวนำตัวเองถือเป็นวิธีการที่ดีที่สุดเพราะหากใครสักคนคิดที่จะสวดมนต์ นั่นหมายความว่าเขากำลังมีความปรารถนาดีต่อตนเอง โดยวิธีปฏิบัติในการสวดมนต์ด้วยตนเองที่ถูกหลักคือไม่ควรสวดมนต์หลังกินอาหารทันที ควรทิ้งช่วงให้ร่างกายเริ่มผ่อนคลาย อาจเป็นเวลาก่อนเข้านอน หาสถานที่ที่เงียบสงบ สวดบทสั้น ๆ 3-4 พยางค์ โดยใช้เวลาประมาณ 10-15 นาทีขึ้นไป จะทำให้ร่างกายได้หลั่งสารซีโรโทนิน (serotonin) ซึ่งสารนี้เป็นสารสื่อประสาทมีฤทธิ์คล้ายยานอนหลับ ช่วยการเรียนรู้ ลดความเครียด ลดอาการซึมเศร้า ลดระดับน้ำตาลในเลือด และเป็นสารตั้งต้นในการสังเคราะห์สารสื่อประสาทอื่น ๆ เช่น เมลาโทนิน ซึ่งเปรียบคล้ายกับยาอายุวัฒนะ เพราะจะช่วยยืดอายุการทำงานของเซลล์ประสาท เซลล์ร่างกาย ให้ชีวิตเพิ่มภูมิต้านทาน ทำให้เซลล์สดชื่นขึ้น ซีโรโทนินยังเข้าไปลดปริมาณของสารเคมีที่เป็นตัวกระตุ้นของการทำงานของต่อมหมวกไตให้ลดลง ส่งผลให้ระบบประสาทส่วนกลางทำงานน้อยลง ร่างกายจึงรู้สึกผ่อนคลาย ปลอดโปร่งและไม่เครียด ภูมิต้านทานเพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยในต่างประเทศที่พบว่า การสวดมนต์ช่วยบำบัดอาการป่วยและโรคร้ายต่าง ๆ ได้ผลเป็นที่น่าพอใจ ได้แก่ โรคหัวใจขาดเลือด ความดันโลหิตสูง เบาหวาน มะเร็ง โรคหลอดเลือดสมองตีบ โรคเครียด โรคซึมเศร้า ปวดหัว ไมเกรน และนอนไม่หลับ เป็นต้น

พระอาจารย์วรงคต วิริยธโรหรือหลวงตาม้า เป็นพระเกจิอาจารย์ที่มีชื่อเสียง คณะศิษยานุศิษย์มีความเชื่อว่าท่านเป็นพระโพธิสัตว์หรือผู้ปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้าองค์ใดองค์หนึ่งในอนาคตกาลข้างหน้า พระโพธิสัตว์เป็นผู้ที่ยังข้องอยู่กับสัตว์โลก เป็นผู้ที่พร้อมให้แสงสว่างและช่วยเหลือเกื้อกูลในการเวียนว่ายตายเกิดให้กับสรรพสัตว์ทั้งหลาย เป็นผู้ที่ชี้ทางให้ทุกคนสำเร็จในสิ่งที่อธิษฐาน และเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรให้สรรพสัตว์ โดยหลวงตาม้าท่านมีพระอาจารย์ที่สอนแนวทางการปฏิบัติทำกรรมฐานมาตั้งแต่สมัยที่หลวงตาเป็นฆราวาส ก็คือ”หลวงปู่ดู่ พรหมปัญโญ” พระเกจิอาจารย์แห่งวัดสะแก อ.อุทัย จ.พระนครศรีอยุธยา หลวงปู่ดู่ท่านเป็นพระโพธิสัตว์ที่บารมีมาก พระเกจิอาจารย์หลายท่านได้กล่าวว่า หลวงปู่ดู่ ท่านจะสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาอย่างแน่นอน ก็คือ พุทธะ เป็นพระพุทธเจ้าในอนาคต

การสวดมนต์ในภาษาอังกฤษตรงกับคำว่า chanting หมายถึง การเปล่งเสียงในพิธีกรรมทางศาสนาเพื่อบูชาหรือสรรเสริญสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จะเห็นได้ว่า การสวดมนต์เป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้ผู้สวดมีจิตใจที่สงบ สามารถปฏิบัติได้ง่าย เป็นการพัฒนาจิตใจของมนุษย์ ผู้ศึกษาจึงสนใจศึกษาแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพของประชาชนด้วยการสวดมนต์บทพระคาถามหาจักรพรรดิ ตามแนวทางของพระวรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า) เพื่อเป็นแนวทางการจัดทำนโยบาย จัดทำโครงการและกิจกรรมที่ส่งเสริมการเสริมสร้างสุขภาพให้แก่ประชาชน เพื่อช่วยลดความวิตกกังวล ช่วยลดความเครียด ลดภาวะซึมเศร้า บำบัดโรค สร้างความสุข ความสบายใจให้แก่ผู้สวดมนต์ส่งผลให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีตามเป้าหมายการพัฒนาอย่างยั่งยืน

ความหมายของการสวดมนต์

คำว่า“มนต์” กร่อนมาจากคำเต็มว่า“พุทธมนต์” ซึ่งหมายถึงพระธรรมคำสั่งสอนของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ดังนั้น การสวดมนต์ จึงหมายถึงการสวดพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง ความเป็นมาของการสวดมนต์นั้นเริ่มต้นมาจากความพยายามในการจดจำคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ของบรรดาพระอริยสาวกในครั้งพุทธกาลกล่าวคือทุกครั้งที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมนั้นพระสาวกแต่ละรูปแต่ละองค์จะช่วยกันจดจำพระธรรมคาสอนนั้นแล้วถ่ายทอดสู่ศิษยานุศิษย์ของตนโดยระบบจากครูสู่ศิษย์ กล่าวคือครูฟังมาจากพระพุทธเจ้านำมาเล่าให้ศิษย์ฟัง ศิษย์จำคำบอกเล่าของครูแล้วนำไปสวดสาธยายจนจดจำได้คล่องปากขึ้นใจรักษาไว้ แล้วจึงถ่ายทอดต่อให้คนอื่นๆในสำนักในเวลาต่อมา เราเรียกกระบวนการทรงจำพระธรรมคำสั่งสอนแบบนี้ว่าเป็นระบบ“มุขปาฐะ” คือระบบจากปากสู่ปาก ครั้นเวลาต่อมาจึงค่อย ๆ มีการพัฒนาเป็นการแบ่งความรับผิดชอบกันทรงจำอย่างชัดเจน ซึ่งการสวดมนต์ มีการให้คำจำกัดความที่มักใช้อ้างอิงอย่างกว้างขวาง [8] ดังนี้

Phrakrū Sukhetpacharakuṇ Guṇakaro (Mingkuan) [1] ได้ให้ความหมายไว้ว่า การสวดมนต์ หมายถึง การสวด สาธยาย การท่องบนบทสวดมนต์ในทางพระพุทธศาสนาที่เป็นสูตรต่างๆ เช่น มงคลสูตร ในพระไตรปิฎก กล่าวคือ มงคล 38 ประการ รวมถึงการทำวัตรเช้า เย็น ในฐานะบทขึ้นกรรมฐานเบื้องต้น รวมถึงบทพิจารณาปัจจเวกขณะวิธีที่เตือนการใช้ปัจจัย 4 อย่างมีสติ ไม่ใช้ด้วยความหลงติด

Maechee Kanokwan Preeprem [7] ได้ให้ความหมายไว้ว่า การสวดมนต์ หมายถึง การออกเสียงแบบเป็นทำนองสรภัญญะ โดยที่ผู้สวดตั้งจิตจดจ่ออยู่ในเนื้อหาและความหมายของบทสวดมนต์ ใจจะต้องอยู่กับบทสวด

Phra Maha Wutthichai Wachiramedhi (W. Wachiramedhi) [8] ได้ให้ความหมายไว้ว่า การสวดมนต์ คือ การทรงจำสืบต่อถ่ายทอดเรียนรู้พระธรรมคำสั่งสอนของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้านั่นเอง การสวดมนต์ที่กล่าวกันว่ามีบุญมากมีอานิสงส์มากก็เพราะว่าสิ่งที่สวดล้วนเป็นหลักธรรมสำคัญของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งสิ้น ยิ่งถ้าผู้สวดมีความรู้มีความเข้าใจในสิ่งที่สวดด้วย การสวดมนต์ก็อาจอำนวยผลสูงสุดเป็นการบรรลุภาวะพระนิพพานก็ยังได้อีกด้วยด้วยเหตุนี้จึงกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่า การสวดมนต์นั้น ถ้าสวดเป็นก็เห็นธรรม

สรุปได้ว่า การสวดมนต์ คือ การสวด สาธยาย บทสวดมนต์ในทางพระพุทธศาสนา บทสวดมนต์ต่างๆที่นิบมสวดมนต์ในปัจจุบัน ได้แก่ บททำวัตรเช้า ทำวัตรเย็น พระปริตร และพระคาถามหาจักรพรรดิ เป็นต้น

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอานุภาพของการสวดมนต์

การสวดมนต์หรือการสาธยายมนต์ เป็นหน้าที่ของพุทธศาสนิกชนที่ปฏิบัติกันมาเป็นกิจวัตรสำหรับตน ทั้งการสวดด้วยตนเองและฟังพระสวดมนต์ อานุภาพของการสวดมนต์มีนักวิชาการหลายท่านกล่าวไว้ดังนี้

Brahma Pandit [9] กล่าวว่า การสวดมนต์ดังที่ปรากฏในหนังสือสวดมนต์ฉบับหลวงนั้น มีความหมายสองนัย ความหมายแรกคือ พระภิกษุ สามเณรทาวัตรสวดมนต์ เช้า – เย็น มีลักษณะสืบเนื่องจากประเพณีรักษาพระศาสนาตั้งแต่สมัยที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานพระพุทธองค์ได้มอบธรรมวินัยให้เป็นศาสดาตัวแทนพระองค์ เพราะพระปริตร หรือคำในบาลีว่า ปรตฺตา มีความหมายตามรูปศัพท์ ว่า การป้องกัน รักษาคุ้มครอง พระสงฆ์เลือกสวดบทที่เป็นการป้องกันรักษาและคุ้มครองผู้ฟังนำมาสวดพร้อมๆ กันการสวดในลักษณะนี้เรียกว่า “การสวดมนต์” วัตถุประสงค์หลักของการสวดมนต์พระปริตร จึงมี 3 ประการ คือ

ประการที่ 1 เพื่อป้องกันภัยวิบัติทั้งหลาย

ประการที่ 2 เพื่อความสำเร็จแห่งสมบัติทั้งปวง

ประการที่ 3 เพื่อกำจัดทุกข์ภัยและโรคทั้งปวง

รวมความว่า วัตถุประสงค์ในการอาราธนาให้พระสงฆ์สวดพระปริตรก็คือป้องกันรักษาและกำจัด ป้องกันภัยพิบัติที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น กำจัดสิ่งไม่ดีที่เกิดขึ้นแล้ว ไม่ว่าจะเป็นทุกข์โศกโรคภัยให้นิราศปราศไป และกล่าวในทางบวกก็คือให้ได้ในสิ่งที่ปรารถนาทั้งปวง ถ้าได้มาแล้วก็เก็บรักษาไว้ให้ได้

Phra Maha Wutthichai Wachiramedhi (W. Wachiramedhi) [8] เขียนเรื่องเกี่ยวกับอานุภาพของการสวดมนต์มีประโยชน์นับอเนกประการ สรุปลงได้ 7 ข้อ ดังนี้

1. เข้าใจพระธรรมคาสอนอย่างแจ่มกระจ่าง
2. รื่นเริงเบิกบานใจ
3. อิ่มเอิบใจ
4. กายสงบระงับ
5. มีความสุข
6. จิตเป็นสมาธิ

7. เป็นเหตุแห่งความหลุดพ้นจากกิเลส

การสวดมนต์นั้นมี 2 แบบคือ สวดมนต์เฉพาะบทบาลีและสวดมนต์บทบาลีและมีคำแปล การสวดมนต์ทั้งสองแบบนี้มีความแตกต่างกันตรงที่หากสวดมนต์ในวันธรรมดานิยมสวดเฉพาะบทภาษาบาลี แต่หากเป็นวันธัมมัสวนะหรือวันพระนิยมสวดโดยมีคำแปลกำกับด้วย ข้อดีของการสวดมนต์แปลก็คือ ทำให้เข้าใจเนื้อหาของบทสวดซึ่งก่อให้เกิดทั้งบุญ (คือรู้สึกอิ่มใจสุขใจ) ทั้งปัญญา (ความเข้าใจเนื้อหาสาระนำมาปรับใช้ในชีวิตได้จริง) และในการสวดนั้นจะสวดในใจหรือสวดแบบเปล่งเสียงก็ได้ทั้งสิ้นรวมทั้งจะสวดแบบมีคำแปลเป็นภาษาไทย

Phra Thamkosajarn (Prayoon Dhammacitto) [10] ได้ให้ความหมายพระพุทธมนต์ไว้ว่า อานุภาพของการเจริญหรือสวดปริตรว่า เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันหรือมีส่วนทำให้สิ่งที่เลวร้ายเกิดขึ้นแล้วหรือกาลังจะเกิดให้คลี่คลายไปในทางที่ดีเพราะอานุภาพของการเจริญหรือสวดปริตรนั้นเอง อย่างไรก็ตามโดยสรุปก็จะพบว่า พระปริตรนี้มีอานุภาพตามที่ปรากฏในบทอาราธนาให้พระสงฆ์แสดงสวดพระปริตรอยู่ 3 ประการคือ

1. สามารถป้องกันหรือต้านทานภัยวิบัติทั้งปวงให้หายไป เช่น ภัยจากธรรมชาติภัย จากโจรภัย จากพระราชาภัยจากอมนุษย์

2. สามารถยังความสำเร็จของสมบัติทั้งหลายให้เกิดขึ้นได้เช่น ความมีเกียรติ มียศมีลาภหรือความสวัสดีต่างๆ

3. สามารถกำจัดทุกข์ภัยและปรอดภัยทั้งปวงได้

ซึ่งอานุภาพทั้ง 3 ประการนี้ถือ ได้ว่าเป็นสิ่งที่พึงหวังหรือจะพึงเกิดขึ้นเมื่อมีการกล่าวหรือสวดพระปริตรอันเป็นมงคลของพระพุทธศาสนาซึ่งหากผู้สวดสามารถที่จะบริกรรมหรือพร่ำบ่นให้ขึ้นใจเป็นปัจจุบันหรือกระทำบ่อยๆ ผลที่พึงหวังดังกล่าวก็จะเกิดขึ้นอย่างแน่นอน

การสวดมนต์กับการสร้างเสริมสุขภาพ

การศึกษาวิจัยในยุคปัจจุบัน พบว่า การสวดมนต์ ไหว้พระ ส่งผลให้สุขภาพดีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตรวมทั้งรักษาโรคได้ด้วย มีงานวิจัยหลายฉบับที่แสดงให้เห็นถึงประโยชน์หรืออานุภาพของการสวดมนต์ เช่น การทดลองของ Maechee Kanokwan Preeprem [7] ได้ศึกษาเรื่อง ผลของการสวดมนต์และการฟังบทสวดมนต์ โดยเปรียบเทียบผลก่อนและหลังของการสวดมนต์และการฟังบทสวดมนต์มีต่อความวิตกกังวลในการสอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่มีความศรัทธาในพุทธศาสนาต่างกัน ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มสวดมนต์ทั้งจะมีศรัทธาในพุทธศาสนาสูงหรือมีศรัทธาในพุทธศาสนาต่ำจะมีความวิตกกังวลในการสอบลดลงได้มากกว่า กลุ่มฟังบทสวดมนต์ และกลุ่มควบคุม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางค่าสถิติที่ระดับ .01 ความวิตกกังวลในการสอบเกิดจากกระบวนการคิดที่เชื่อมโยงระหว่างภาวะความวิตกกังวลกับสถานการณ์สอบ ก่อให้เกิดความไม่สบายใจต่อบุคคล วิธีการจัดการกับความวิตกกังวล คือ การผ่อนคลาย คือการสวดมนต์ เพื่อให้จิตเกิดเป็นสมาธิ และสติ มีความสงบ ผ่อนคลาย และการทำซ้ำๆ เป็นระยะเวลาที่ต่อเนื่อง สามารถอยู่กับปัจจุบันขณะ ไม่ตีความสิ่งเร้าที่เข้ามา เมื่อเจอกับเหตุการณ์ จะสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ยอมรับสถานการณ์ ความรู้สึกของเราก็จะดีขึ้น ผ่อนคลายความวิตกกังวลในการสอบได้ และการทดลองของ Kijsarun Chanpo [11] ศึกษาเรื่อง ผลของการสวดมนต์ตามแนวพุทธศาสนาและการทำสมาธิแบบอานาปานสติที่มีต่อความเครียดของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทำการทดลองนิสิตระดับปริญญาตรีของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุระหว่าง 18-21 ปี ทั้งหมดจำนวน 60 คน ทำแบบวัดความเครียดสวนปรุงเพื่อคัดเลือกนิสิตที่มีความเครียดในระดับปานกลางถึงเครียดสูงเข้าร่วมการวิจัย มีการวัดคลื่นสมองด้วยเครื่อง NeXus-10 เป็นรายบุคคล ก่อนทำการสวดมนต์และทำสมาธิแบบอานาปานสติ ให้ผู้ทำการทดลองนั่งพัก 5 นาทีแล้ววัดคลื่นสมองขณะพัก จากนั้นเริ่มทำการสวดมนต์ในกลุ่มสวดมนต์และทำสมาธิในกลุ่มทำสมาธิแบบอานาปานสติ วัดคลื่นสมองทุก 5 นาทีเป็นเวลา 30 นาที จากนั้นทำการทดสอบความเครียดหลังการทดลอง พบว่า การสวดมนต์ และการทำสมาธิแบบอานาปานสติมีผลทำให้ลดระดับความเครียดลงได้ โดยการสวดมนต์สามารถผ่อนคลายความเครียด(คลื่นอัลฟ่า)ได้ตั้งแต่นาทีที่ 5 เป็นต้นไป ส่วนการทำสมาธิแบบอานาปานสติสามารถผ่อนคลายความเครียด(คลื่นอัลฟ่า)ได้ตั้งแต่นาทีแรกจนถึงนาทีที่ 5

Somporn Kantharadusdee Triamchaisri [12] กล่าวว่า การสวดมนต์ช่วยบำบัดสภาวะจิตใจได้ เป็นการบำบัดด้วยคลื่นเสียงแผ่วเบา ช่วยกระตุ้นการทำงานของสมอง โดยการผลิตสารเคมี สารไฟฟ้า สารสื่อประสาท และโปรตีนบางตัว ช่วยปรับสมดุลให้กับร่างกาย หลักการทำงานคือ เมื่อคลื่นเสียงเข้าไปในส่วนของสมองกรองสัญญาณที่เรียกว่า “ทาลามัส” ช่วยสร้างสารสื่อประสาทกันไม่ให้สมองชัก กันไม่ให้คนก้าวร้าว กันไม่ให้คนคิดโน่นคิดนี่ หรือไม่ให้สมองวุ่นวายสับสน ช่วยให้ระบบทางเดินหายใจดี และระบบทางเดินอาหารดีด้วย ซึ่งมีผลต่อการทำงานของสมอง แนะนำให้สวดช้า ๆ เบาๆ เป็นจังหวะที่เหมาะสม ซึ่งจะเข้าสู่สมองซีกขวา ช่วยเยียวยาจิตใจ แต่ถ้าสวดเร็วจะเข้าสมองซีกซ้ายที่ไม่ถึงกับเยียวยา แต่จะได้เพียงสารปีติเท่านั้น แนะนำสวดรอบละ 12-15 นาที ในคนปกติที่ต้องการเสริมสร้างสุขภาพ วันละ 1 รอบแต่ถ้าในคนป่วยแนะนำวันละ 2 รอบ การสวดมนต์ นับเป็นวิธีหนึ่งของการปฏิบัติสมาธิ ที่ได้เป็นการปฏิบัติสมาธิโดยการใช้เสียงที่ได้กระตุ้นการทำงานของตัวรับสัญญาณของร่างกายให้ผลิตสารเคมี สารไฟฟ้า สารสื่อประสาทและโปรตีนบางตัวที่การสั่นสะเทือนของเสียงที่ได้เป็นจังหวะที่ดีได้ควบคุมใจกับร่างกายให้สมดุล

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การสวดมนต์นั้นหากสวดด้วยการเปล่งเสียง ผลทางสรีระที่เกิดขึ้นก็คือ กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ที่เป็นกลไกสำคัญในการหายใจและการเปล่งเสียงแข็งแรงขึ้น เพราะผู้สวดออกแรงเปล่งเสียงออกมา สารอาหารที่ร่างกายสะสมไว้ถูกเผาผลาญ และหากสวดจนเกิดสมาธิจิตใจก็สงบลง เมื่อจิตสงบสารเคมีที่ร่างกายสร้างขึ้นและเป็นคุณต่อสุขภาพก็หลั่งออกมามาก ทำให้ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายทำงานดีขึ้น กลไกการกำจัดโรคทำงานได้ดี สุขภาพก็ดีขึ้น [13] ดังนั้น การสวดมนต์กับสุขภาพของร่างกายมีความสัมพันธ์กัน เพราะว่าการสวดมนต์ออกเสียง ช่วยให้ปอดได้ทำงาน เมื่อปอดทำงาน เลือดลมก็เดินสะดวก เมื่อเลือดลมเดินสะดวก ร่างกายก็สดชื่น กระปรี้กระเปร่า และกระฉับกระเฉง คลายความเครียด ขณะสวดมนต์จิตจดจ่ออยู่กับบทสวด สมองไม่ได้คิดในเรื่องที่ทำให้เครียด จึงทำให้อารมณ์ผ่อนคลาย ผิวพรรณผ่องใสและมีเสน่ห์ เพิ่มพูนศรัทธาในพระรัตนตรัย บทสวดแต่ละบทเป็นการระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัย เมื่อสวดบ่อย จิตก็จะยิ่งแนบแน่นอยู่กับพระรัตนตรัย ขันติบารมีย่อมเพิ่มพูน ขณะสวดต้องใช้ความอดทนเพื่อเอาชนะอาการปวดเมื่อยที่เกิดขึ้นกับร่างกาย และความเกียจคร้าน เป็นต้น ยิ่งสวดมนต์บ่อย ความอดทนก็จะมีมากยิ่งขึ้น จิตสงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ ขณะสวดมนต์จิตจดจ่ออยู่กับบทสวด ไม่วอกแวกฟุ้งซ่านไปที่อื่น จึงทำให้จิตสงบและเกิดสมาธิมั่นคง บุญบารมีเพิ่มพูน ในขณะสวดมนต์ จิตใจย่อมปราศจากกิเลส มีความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นต้น จึงได้ชื่อว่าเกิดบุญบารมี บุญบารมีนี้ เมื่อสั่งสมมากเข้าก็จะเป็นทุนสนับสนุนให้บรรลุผลตามที่เราต้องการ จิตใจอ่อนโยนมีเมตตา การแผ่เมตตาหลังจากสวดมนต์ เป็นการส่งความปรารถนาดีไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลาย ลดละความเห็นแก่ตัว ช่วยกำจัดความโกรธในใจให้เบาบางและลดน้อยลง ทำให้จิตใจปราศจากความโกรธและพบความสุข สุขภาพจิตดีขึ้น

สำหรับผู้ที่สุขภาพดีอยู่แล้วหากปฏิบัติตามลำพัง การสวดมนต์ก็เป็นกิจกรรมที่สร้างทั้งสุขภาพกายและจิตให้ดียิ่งขึ้น โดยที่ร่างกายก็ได้หายใจเป็นจังหวะ ได้เผาผลาญสารอาหารส่วนเกิน กล้ามเนื้อหายใจ กระบังลมและหน้าท้องได้ออกกำลังทำให้แข็งแรงขึ้น สมองได้รับการฝึกฝนให้ความจำดีขึ้นและจิตใจสบายขึ้น มีความสงบสุขมากขึ้น หากปฏิบัติเป็นหมู่คณะ การสวดมนต์ ย่อมสร้างความสามัคคี เพราะสมาชิกที่สวดมนต์แต่ละคนต้องฟังซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ทางอ้อม ให้เคารพในหมู่คณะ

ประวัติความเป็นมาของพระคาถามหาจักรพรรดิ

จากการศึกษาหนังสือ ใครจะใหญ่เกินกรรม [14] สรุปได้ว่า คาถามหาจักรพรรดิหรือคาถาพระมหาจักรพรรดิ เป็นคาถาที่หลวงปู่ดู่ พรหมปัญโญ พระเกจิอาจารย์แห่งวัดสะแก จ.พระนครศรีอยุธยา เป็นผู้แต่งขึ้นใช้สำหรับการสวดมนต์เพื่อรวบรวมบุญและบารมีไว้อุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาให้แก่ 3 ภพภูมิ ได้แก่ โลกมนุษย์ สวรรค์ และนรก โดยช่วยเหลือปรับภพภูมิทั้งหลายทั่วสามแดนโลกธาตุ คาถาบทนี้ได้แรงบันดาลใจมาจากบทสวดชมพูปติสูตร ซึ่งเป็นการสรรเสริญเรื่องราวเมื่อครั้งที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเนรมิตพระองค์เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ เพื่อกำราบทิฐิของพญาชมพูบดี พระมหากษัตริย์ผู้มากด้วยอิทธิฤทธิ์ อันเป็นที่มาของพระพุทธรูปปางทรงเครื่องกษัตริย์ หลวงปู่ดู่ใช้คาถาพระมหาจักรพรรดิในการอธิษฐานจิต

ปลุกเสกพระเครื่องทุกชนิดของท่าน ที่สำคัญ หลวงปู่ดูได้ถ่ายทอดบทสวดมนต์พระคาถามหาจักรพรรดิและความรู้ทั้งหลายของท่านให้แก่พระอาจารย์ วรงคต วิริยธโรหรือหลวงตาม้า วัดถ้ำเมืองนะ อ.เชียงดาว จ.เชียงใหม่เพื่อเผยแพร่คาถาพระมหาจักรพรรดิและวิธีการสวดมนต์ที่ถูกต้องให้กับพุทธศาสนิกชนสืบไป

คาถาพระมหาจักรพรรดิ เป็นการสวดมนต์เพื่อไหว้พระพุทธเจ้าทั่วทั้งพระนิพพานตลอดจนถึงพระธรรมเจ้าและพระโพธิสัตว์เจ้า พระอริยสงฆ์สาวกทั้งมวล สวดไหว้พระพุทธเจ้าทั้ง 5 พระองค์รวมถึงน้อมนำกำลังของเทพ พรหม พระอริยะเจ้าทั้งหลาย การสวดมนต์ด้วยบทพระมหาจักรพรรดิ ตามแนวทางของหลวงตาม้า จะเป็นการสวดมนต์โดยนำบทพระมหาจักรพรรดิมาสวดมนต์ซ้ำไปมาในทุกที่ทุกเวลาให้จิตคุ้นชินกับบทสวด ผู้สวดมนต์สามารถเลือกสวดมนต์ตามกำลังวัน ได้แก่ อาทิตย์ 6, จันทร์ 15, อังคาร 8, พุธ 17, พฤหัส 19, ศุกร์ 21, เสาร์ 10 จบ เป็นต้น หรือเลือกสวดตามรอบสวดมนต์ภายใน 1 ชั่วโมงของวัดถ้ำเมืองนะ ถ้าเป็นไปได้ให้สวดมนต์พร้อมกันเวลา 20.30 น.เป็นประจำทุกคืน หรือเลือกสวดมนต์ในทุกที่ทุกเวลาที่ผู้สวดมนต์นึกขึ้นได้ ซึ่งหลวงตาม้าเน้นให้สวดทุกอิริยาบถทั้ง ยืน,เดิน,นั่ง,นอน,กินข้าว,อาบน้ำ,ขับรถ,ทำงานบ้าน เป็นต้น การทำกิจกรรมต่างๆสามารถสวดมนต์ไปด้วยได้หมด เพื่อสร้างความเคยชินเพื่อให้จิตห่างจากคลื่นที่ไม่ดีและปิดอันตรายทั้งปวงด้วยความเชื่อที่ว่า การสวดมนต์ช่วยให้สุขภาพแข็งแรง โชคดี มีความสุข ปลอดภัยจากภัยอันตรายใด ถ้ามีกรรมใดอย่างน้อยกรรมจากหนักก็ได้กลายเป็นเบา กรรมเบาจะได้หาย จิตใจสบายใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขกาย สบายใจ

วิธีการสวดมนต์ด้วยพระคาถามหาจักรพรรดิตามแนวทางพระอาจารย์วรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า)

ก่อนสวดพระคาถามหาจักรพรรดิ์ ขอให้ผู้สวดมนต์หายใจเข้าลึกๆ นึกถึงภาพหลวงปู่ทวด หลวงปู่ดู่ หลวงตาม้า ซึ่งวิธีการสวดมนต์คาถามหาจักรพรรดิ มีดังนี้

เริ่มต้นด้วยการตั้งสัจจะอธิษฐาน

จากการศึกษาวีดีโอของเพจวัดถ้ำเมืองนะ หลวงตาม้า ก่อนสวดมนต์ หลวงตาม้าจะกล่าวนำอธิษฐาน ดังนี้ “นึกถึงหลวงปู่ ขอบารมีท่าน น้อมกำลังจักรพรรดิ ตั้งแต่อดีต ปัจจุบันและอนาคตผ่านมาที่เรา กำหนดไป 3 โลกธาตุ กำหนดไปในสิ่งที่เกี่ยวข้องเกี่ยวพันกับเราทั้งหมด อัญเชิญเทพ พรหมทุกชั้น ทุกภพ ทุกภูมิ โลกของวิญญาณ โอปปาติะ บริเวณนี้บริเวณใกล้เคียง บริเวณไกลไป แถวบ้านเรา ที่ทำงาน ที่เราอาศัย ที่เราเลี้ยงชีพ หลวงตาอ๋อย ในหลวง ร 9 พระสยาม พระศรีสยาม วีรกษัตริย์ วีรบุรุษและวีรสตรีทั้งหลาย เจ้าพ่อหลักเมือง พระเสื้อเมือง พระทรงเมือง ทุกจังหวัด พญาครุฑ ยักษ์ นาค คนธรรพ์ ลับแล พระสบ กุมภัณฑ์ พร้อมบริวาร ชาวป่าหิมพานต์ทั้งหมด ฤาษี ดาบส นักบวชทั้งหลาย พระแม่คงคา พระแม่โพสพ พระแม่ธรณี สวดพร้อมกับเรานะฮะ” อธิษฐานแล้วสวดมนต์ตามบทต่าง [15] ดังนี้

บทบูชาพระถวายชีวิต

พุทธัง ชีวิตตัง เม ปูเชมิ (ข้าพเจ้า ขอบูชาพระพุทธเจ้า ด้วยชีวิต)
ธัมมัง ชีวิตตัง เม ปูเชมิ (ข้าพเจ้า ขอบูชาพระธรรมเจ้า ด้วยชีวิต)
สังฆัง ชีวิตตัง เม ปูเชมิ (ข้าพเจ้า ขอบูชาพระสงฆ์เจ้า ด้วยชีวิต)

บทบูชาพระกล่าวถึงการมอบกายถวายชีวิต เพื่อพระรัตนตรัยแล้วแม้ชีวิตก็มอบให้ได้ เป็นบาทฐานของการเข้าถึงพระไตรสรณะคม

กราบพระ 6 ครั้ง (กราบด้วยจิต)

พุทธัง วันทามิ (กราบ) ธัมมัง วันทามิ (กราบ) สังฆัง วันทามิ (กราบ) ครูอุปัชฌาอาจาริยคุณัง วันทามิ (กราบ) มาตาปิตุคุณัง วันทามิ (กราบ) พระไตรสิกขาคุณัง วันทามิ (กราบ)

การไหว้พระ 6 ครั้งเป็นการแสดงความอ่อนน้อมแก่สรณะผู้ควรบูชา 6 สรณะด้วยกัน แฝงไว้ด้วยกุศโลบายแห่งความอ่อนน้อมและความกตัญญูกตเวทีอันเป็นเครื่องหมายแห่งคนดี

บทสมาทานศีล 5

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทธัสสะ (กราบ 3 ครั้ง)
พุทธัง สรณัง คัจฉามิ ธัมมัง สรณัง คัจฉามิ สังฆัง สรณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ พุทธัง สรณัง คัจฉามิ ทุติยัมปิ ธัมมัง สรณัง คัจฉามิ ทุติยัมปิ สังฆัง สรณัง คัจฉามิ
ตติยัมปิ พุทธัง สรณัง คัจฉามิ ตติยัมปิ ธัมมัง สรณัง คัจฉามิ ตติยัมปิ สังฆัง สรณัง คัจฉามิ

ปาณาติปาตา เวรมณี สิกขาปะทังสมาธิยามิ
อทินนาทานา เวรมณี สิกขาปะทังสมาธิยามิ
อพรัมจริยา เวรมณี สิกขาปะทังสมาธิยามิ
มุสาวาทา เวรมณี สิกขาปะทังสมาธิยามิ
สุราเมรยะ มัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี สิกขาปะทังสมาธิยามิ
** อิมานิ ปัญจสิกขา ปทานิ สมาธิยามิ ** (3 ครั้ง)
สีเลนะ สุคติง ยันติ สีเลนะ โภคะสัมปทา สีเลนะ นิพพุตติง ยันติ ตัสมา สีลัง วิโส ธะเย

บทอาราธนาพระ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทธัสสะ (กราบ 3 ครั้ง)

พุทธัง อาราธนานัง กะโรมิ ธัมมัง อาราธนานัง กะโรมิ สังฆัง อาราธนานัง กะโรมิ

คาถาหลวงปู่ทวด (น้อมระลึกถึงปู่ทวด แล้วว่าคาถา ดังนี้)

นะโม โพธิสัตโต อาคันติมายะ อิติ ภะคะวา (3 ครั้ง)

คาถาหลวงปู่ดู่ (น้อมระลึกถึงปู่ดู่ แล้วว่าคาถา ดังนี้)

นะโม โพธิสัตโต พรหม ปัญโญ (3 ครั้ง)

บทขอขมาพระรัตนตรัย

โยโทโส โมหะจิตเต นะพุทธัสมิง ปาปะกะโต มะยา ขะมะถะเม กะตัง โทสัง สัพพะปาปัง วินัสสันตุ
โยโทโส โมหะจิตเต นะธัมมัสมิง ปาปะกะโต มะยา ขะมะถะเม กะตัง โทสัง สัพพะปาปัง วินัสสันตุ
โยโทโส โมหะจิตเต นะสังฆัสมิง ปาปะกะโต มะยา ขะมะถะเม กะตัง โทสัง สัพพะปาปัง วินัสสันตุ

บทสวดพระคาถามหาจักรพรรดิ ของหลวงปู่ดู่ พรหมปัญโญ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมา สัมพุทธัสสะ (กราบ 3 ครั้ง)
นะโมพุทธายะ พระพุทธะ ไตรรัตนะญาณ
มณีนพรัตน์ สีสะหัสสะ สุธรรมา

พุทโธ ธัมโม สังโฆ ยะธาพุทโมนะ
พุทธะบูชา ธัมมะบูชา สังฆะบูชา
อัคคีทานัง วะรังคันธัง สีวลี จะมหาเถรัง
อะหังวันทามิ ทูระโต อะหังวันทามิ ธาตุโย
อะหังวันทามิ สัพพะโส
พุทธะ ธัมมะ สังฆะ ปูเชมิ

คำแปลคาถาพระมหาจักรพรรดิ

นะโมพุทธายะ หมายถึง ข้าพเจ้าขอนอบน้อมบูชา ต่อพระพุทธเจ้า 5 พระองค์ คือ
นะ หมายถึง พระกกุสันธะ
โม หมายถึง พระโกนาคม
พุท หมายถึง พระกัสสป
ธา หมายถึง พระสมณโคดม
ยะ หมายถึง พระศรีอริยเมตไตรย

พระพุทธไตรรัตนญาณ หมายถึง สุดยอดของศีล สมาธิ ปัญญา

มณีนพรัตน์ หมายถึง สมบัติจักรพรรดิ 7 ประการ ได้แก่ จักรแก้ว ช้างแก้ว ม้าแก้ว ขุนพลแก้ว ขุนคลังแก้ว นางแก้ว แก้วมณี

สีสะหัสสะ สุธรรมา หมายถึง การคิดและลงมือทำจนรู้ทั่วทั่ง 3 โลก

พุทโธ หมายถึง ทรงเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

ธัมโม หมายถึง พระธรรมของพระพุทธเจ้า

สังโฆ หมายถึง พระสาวกผู้ปฏิบัติตาม

ยะธาพุทโมนะ หมายถึง พระพุทธเจ้าที่จะมาตรัสรู้ในอนาคต คือ พระศรีอริยเมตไตรย (เป็นการไล่สูตรคาถาย้อนกลับแบบโบราณ โดยนำเอาคำ "ยะ" มาตั้งไว้ข้างหน้า หมายถึง กำลังของพระศรีอริยเมตไตรยเป็นองค์นำ)

พุทธบูชา หมายถึง ข้าพเจ้าขอบูชาพระพุทธเจ้า

ธัมมะบูชา หมายถึง ข้าพเจ้าขอบูชาพระธรรม

สังฆะบูชา หมายถึง ข้าพเจ้าขอบูชาพระสงฆ์

อัคคีทานัง วะรังคันธัง หมายถึง ไฟเผาทำลายกิเลสทั้งภายนอกภายใน

สีวลี จะมหาเถรัง ขอนมัสการพระสีวลีเถระเจ้า ผู้เป็นเลิศทางลาภสักการะ หมายถึง โชค ลาภ ธุรกิจการงาน ครอบคลุมทั้งหมด

อะหังวันทามิ ทูระโต หมายถึง ขอนมัสการสถานศักดิ์สิทธิ์ทั่วไป มีสังเวชนียสถาน เป็นต้น

อะหังวันทามิ ธาตุโย หมายถึง ขอนมัสการพระบรมสารีริกธาตุและพระธาตุทั้งหลายทั่วทั้งแสนโกฏิจักรวาล

อะหังวันทามิ สัพพะโส หมายถึง ขอนมัสการสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย

พุทธะ ธัมมะ สังฆะ หมายถึง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

ปูเชมิ หมายถึง การบูชาทั้งหมดทั้งมวลในพระพุทธศาสนา

บทสวดเชิญพระเข้าตัว (เมื่อสวดคาถาจักรพรรดิครบแล้ว สวดแผ่บุญกุศลปรับภพภูมิส่งวิญญาณดังนี้)

หลังสวดมนต์ หลวงตาม้าจะกล่าวนำอธิษฐาน ดังนี้ “น้อมไปที่หลวงปู่ดู่ ไปตามกำลังจักรพรรดิ ตั้งแต่อดีต ปัจจุบัน และอนาคต ไปตามรูปลักษณ์ที่เราสร้างขึ้นแล้วอธิษฐานไว้ แผ่ไปทั้ง 3 โลกธาตุ โลกของโอปปาติะ มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายที่ยังเวียนว่ายตายเกิดทั้ง 3 แดนโลกธาตุ สิ่งที่เกี่ยวข้อง เกี่ยวพันกับเราทั้งหมด แผ่ให้ผู้มีพระคุณกับกองทุนพรหมปัญโญ เจ้าเมืองนะและสาขา ผู้อธิษฐานให้ช่วยเหลือ ผู้ที่เจ็บป่วย ผู้ที่ตายไป อธิษฐานอะไรไว้ น้อมไปในสิ่งที่อธิษฐานนั้น ขอวิมานปรับภูมิทั้งหลายส่งวิญญาณ”

สัพเพพุทธา สัพเพธัมมา สัพเพสังฆา พะลัปปัตตา ปัจเจกานัญ จะยังพลัง อรหันตานัญ จะ เตเชนะรักขัง พันธามิ สัพพะโส (3 จบ)

คำแปล

สัพเพพุทธา หมายถึง ด้วยอำนาจแห่งพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

สัพเพธัมมา หมายถึง ด้วยอำนาจแห่งพระธรรมทั้งหลาย

สัพเพสังฆา หมายถึง ด้วยอำนาจแห่งพระสงฆ์ทั้งหลาย

พะลัพปัตตา ปัจเจกานัญ จะ ยังพะลัง หมายถึง ด้วยอำนาจแห่งพระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย

อะระหันตานัญ จะเตเชนะรักขัง พันธามิ สัพพะโส หมายถึง ด้วยอำนาจแห่งพระอรหันต์เจ้ารักษา (พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระสงฆ์)ทั้งหมดทั้งมวล ขอให้เป็นไปตามคำอธิษฐาน

บทอธิษฐานจิต (ให้อธิฐานจิตแผ่กุศลปรับภพภูมิให้เจ้ากรรมนายเวร)

พุทธัง อธิฏฐามิ ธัมมัง อธิฏฐามิ สังฆัง อธิฏฐามิ

คำแปล

พุทธังอธิษฐามิ หมายถึง ข้าพเจ้าขออธิษฐานด้วยอำนาจแห่งพระพุทธเจ้า

ธัมมังอธิษฐามิ หมายถึง ข้าพเจ้าขออธิษฐานด้วยอำนาจแห่งพระธรรม

สังฆังอธิษฐามิ หมายถึง ข้าพเจ้าขออธิษฐานด้วยอำนาจแห่งพระสงฆ์

ต่อจากนั้นให้ผู้สวดมนต์น้อมจิตแผ่บุญและอธิษฐานน้อมในเรื่องต่างๆ โดยตั้งจิตอธิษฐานคิดทำสิ่งใดให้สำเร็จทุกประการทั้งทางโลกและทางธรรม ขอสิ่งที่ข้าพเจ้าอธิษฐาน จงสำเร็จเป็นจริงทุกประการ

สิ่งที่เป็นมงคลทั้งหลาย พรที่เป็นมงคลทั้งหลายเกิดจากตัวเราเอง ดังนั้น การสวดมนต์ แผ่เมตตาและบันทึกบุญ จึงเป็นขั้นตอนสำคัญในการปฏิบัติธรรมด้วยการสวดมนต์ สามารถสรุปขั้นตอนได้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสวดมนต์คาถามหาจักรพรรดิพร้อมจับภาพหลวงปู่ดู่ การสวดมนต์ คือ การทำกำลังแล้วแต่บุคคลจะทำมากทำน้อยก็เป็นไปตามนั้น เฉกเช่นเหมือนกับการออกกำลังกายใครทำคนนั้นก็ได้รู้ได้เฉพาะตน หลวงตาเน้นให้สวดมนต์เพื่อให้จิตมีกำลังเป็นสิ่งที่สำคัญมาก จิตมีกำลัง แล้วจิตจะเบาสบาย อารมณ์ดี มีความสุข จิตจะมีเมตตาและปรารถนาดี จะหลีกหนีจากการกระทำกรรมที่ไม่ดีทั้งหลาย หากสวดมนต์มาถูกทางจะมีแต่ความมีเมตตาไม่ทำร้ายหรือริษยาให้ร้ายผู้ใด ผู้สวดมนต์จะกระทำแต่ความดีเพราะรู้เห็นถึงผลของการกระทำ ดังนั้น การสวดมนต์จึงช่วยให้สุขภาพจิตที่ยิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 2 แผ่เมตตาหรือส่งวิญญาณ การสวดมนต์ทำให้จิตมีกำลัง ซึ่งจิตที่มีกำลังแล้วสามารถเชื่อมต่อกับบารมีแห่งหลวงปู่ดู่ได้แล้ว จึงสามารถนำกำลังจิตที่มีมาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น ประโยชน์ในที่นี้หลวงตาเน้นประโยชน์ต่อโลกวิญญาณ หลวงตาม้าได้รับการอบรมสั่งสอนจากหลวงปู่ดู่ ท่านเชื่อว่าวิญญาณต่างๆที่ตกค้างอยู่ในโลกนี้มีมากมายมหาศาล เป็นสิ่งที่น่าสงสารอย่างไม่มีประมาณ ท่านจึงมุ่งเน้นในการเอากระแสกำลังแห่งบุญนำมาใช้แผ่เมตตาเพื่อส่งวิญญาณ

ปรับภพภูมิ เพื่อเป็นประโยชน์ เรียกได้ว่าเป็นขั้นตอนที่ก่อเกิดประโยชน์ต่อสิ่งอื่น รวมทั้งปรับสภาวะจิตตนเองให้ดำรงความมีเมตตาต่อสิ่งอื่น

ขั้นตอนที่ 3 การบันทึกบุญ คือ การที่จิตบันทึกพฤติกรรมหรือการกระทำของบุคคลที่ดีหรือสภาวะธรรมที่ดี สิ่งที่ได้กระทำเหล่านี้จะเป็นแรงสืบไปในจิตทั้งรูปและนามและ DNA หลวงตาม้าจึงมุ่งเน้นให้ผู้สวดมนต์บันทึกบุญ ซึ่งการบันทึกบุญจะเป็นไปโดยธรรมชาติของจิต โดยจิตจะบันทึกบุญตั้งแต่การสวดมนต์ภาวนา แผ่เมตตาการกระทำกรรมต่างๆลงในจิต เป็นลักษณะเหมือนวงรอบ เพื่อเป็นกำลังของเราในการปฏิบัติภาวนาหรือการสืบพบชาติหรือตัดภพชาติก็ได้ การบันทึกบุญนี้เปรียบเสมือนบันทึกเงินฝากในธนาคาร ผู้สวดมนต์สามารถที่จะย้อนบุญที่ผู้สวดมนต์กระทำและเบิกนำมาใช้เพื่อเป็นกำลังประโยชน์ได้ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต

การกระทำทั้งหมดตั้งแต่สวดมนต์แผ่เมตตาบันทึกบุญนั้นเป็นเหมือนวงจรบุญ สามารถเกิดดับได้ในสภาวะเดียวของจิต เมื่อผู้สวดมนต์ทำอย่างนี้อยู่บ่อยๆ เป็นวงรอบของความถี่ สิ่งที่จะเกิดขึ้นกับผู้สวดมนต์คือการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมของตนที่ดีขึ้นทางกายวาจาและใจ นี่คือเป้าหมายของการปฏิบัติภาวนาจนถึงวิปัสสนาญาณ คือการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมของเราทางกายวาจาใจที่ดียิ่งขึ้นเพื่อเป็นประโยชน์ต่อตัวตนเองและสิ่งรอบข้าง นับว่าเป็นประโยชน์ในการตัดภพชาติหรือหากต้องมาเกิดเพื่อสร้างประโยชน์สืบต่อไป

ที่สำคัญวิธีการสวดมนต์ของหลวงตาม้า ท่านจะแนะนำให้ผู้สวดมนต์สวมใส่พระผงรูปหลวงปู่ดู่ หลวงปู่ทวด หลวงตาม้า รูปพระจักรพรรดิหรือสวมใส่วัตถุมงคลที่หลวงตาท่านทำแจกประชาชน นั่นก็คือ พระผงจักรพรรดิกับสร้อยประคำพร้อมกำพระสวดมนต์ไปด้วย เพราะการสวดคาถามหาจักรพรรดิถ้าใช้คู่กับพระผงจักรพรรดิจะทำให้การปฏิบัติภาวนาก้าวหน้าเร็วขึ้น ซึ่งหลวงตาม้าจะสอนให้ผู้สวดมนต์นำจิตไปอยู่ที่พระในขณะสวดมนต์หรือให้นึกถึงพระบ่อยๆ พยายามคุยทางจิตกับพระผงจักรพรรดิที่ใส่ไว้เพื่ออธิษฐานและเพื่อนำพลังงานองค์พระมาคุ้มครองผู้สวดมนต์ให้ป้องกันอันตรายทั้งปวง หากพิจารณาแล้วจะพบว่า การกระทำแบบนี้จะเป็นการควบคุมจิตของผู้สวดมนต์ไม่ให้จิตฟุ้งซ่านไปไหน ยิ่งสวดมนต์ไปด้วย จิตนึกถึงพระที่ห้อยไปด้วย จะเป็นการแผ่แสงสว่างของพลังงานบุญแบบสว่างชัดมากและเป็นเกาะป้องกันภัยให้กับผู้สวด ภพภูมิต่างๆ ได้แก่ เทวดา,วิญญาณ เป็นต้น เมื่อเห็นแสงสว่างบุญจากผู้สวดมนต์ เขาจะมาอนุโมทนาบุญกับผู้สวดมนต์ รวมทั้งช่วยเหลือเกื้อกูลผู้สวดมนต์อย่างดีตลอดการเวียนว่ายตายเกิด ส่งผลให้ผู้สวดมนต์โชคดี มีความสุข สำเร็จ สมหวังดังปรารถนา

หลักธรรมและคำสอนของพระอาจารย์วรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า)

จากการศึกษาจะเห็นได้ว่า แนวคำสอนของหลวงตาม้า วิริยธโร จะเป็นคำสอนแบบกลางๆ ง่ายๆ ทุกท่านสามารถนำไปปฏิบัติได้ โดยสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความต้องการของผู้สวด เป้าหมายในการปฏิบัติอยู่ที่ผู้สวดมนต์จะปรารถนาว่าต้องการอะไร โดยมีพื้นฐานความเชื่อเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด ผู้สวดมนต์จะปรารถนาว่า ชีวิตต่อไป “จะเกิดหรือไม่เกิด” สามารถเลือกได้ว่า ชาติต่อไปจะเกิดเป็นมนุษย์หรือเกิดเป็นเทวดา พรหม หรือเลือกที่จะไม่เกิด ไปนิพพานเลย เมื่อมีการสวดมนต์ไป พิจารณาชีวิตไปแบบสบายๆในขณะที่สวด จิตว่าง โล่ง เบาสบาย ผู้ปฏิบัติก็จะได้คำตอบจากสติปัญญาของตัวเอง นอกจากนั้น การสวดมนต์หรือการปฏิบัติตามแนวทางของหลวงตาม้า หลวงตาท่านแนะนำให้คนที่ปฏิบัตินำหลักธรรม “อิทธิบาท 4” มาใช้ในการสวดมนต์ด้วย ยกตัวอย่างเช่น

1. ฉันทะ หมายถึง ความพึงพอใจ เวลาสวดมนต์ชอบสวดในอิริยาบถไหนหรือถนัดแบบไหน

2. วิริยะ หมายถึง ความพากเพียร ความขยันในการสวดมนต์

3. จิตตะ หมายถึง จิตจดจ่อ ความตั้งใจหรือการเอาใจใส่ในบทสวดมนต์

4. วิมังสา หมายถึง การพิจารณาทั้งหมด หรือการพิจารณาว่า การสวดมนต์ปฏิบัติธรรมของตนมีจุดบกพร่องตรงไหน หรือปฏิบัติได้ดีขึ้นมากน้อยเพียงใด

ที่สำคัญผู้สวดมนต์ปฏิบัติธรรมจะต้องนำหลักธรรม “พรหมวิหาร 4” มาใช้ควบคู่ด้วย ยกตัวอย่างเช่น

1. เมตตา หมายถึง ความรัก ความเมตตา ความปรารถนาดี

2. กรุณา หมายถึง จิตอยากช่วยให้สำเร็จในสิ่งที่ปรารถนา

3. มุทิตา หมายถึง จิตพลอยยินดีในสิ่งที่เขาสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนา

4. อุเบกขา หมายถึง วางใจเป็นกลาง เช่น ได้ก็ดี ไม่ได้ก็ไม่เป็นไร สำเร็จก็ดี ไม่สำเร็จก็ไม่เป็นไร เขารักก็ดี เขาไม่รักก็ไม่เป็นไร เพราะการยึดติดจะก่อให้เกิดทุกข์ การวางอุเบกขา จะทำให้ใจสบาย ไม่เครียด ลดการวิตกกังวล

นอกจากนั้น หลวงตาเปิดโรงทานเลี้ยงอาหารผู้ที่ไปสวดมนต์ทุกวัน มีเมนูอาหารหลักคือ จับฉ่าย ไข่พะโล้ ดังนั้น ผู้สวดมนต์ตามแนวทางหลวงตาม้าสามารถสวดมนต์ได้โดยไม่ต้องวิตกกังวลว่าจะไม่มีอาหารทานหรือไม่มีที่นอน หลวงตาม้าได้ให้ผู้ดูแลเตรียมอาหารและสถานที่ในวัดและสถานปฏิบัติธรรมพุทธพรหมปัญโญทุกสาขา เพื่อสนับสนุนให้ประชาชนได้เข้าไปสวดมนต์ฝึกตนเอง พัฒนาตนเองตามแนวทางหลวงตาม้า คือ “กิน,นอน,สวดมนต์” หากผู้สวดมนต์ได้ปฏิบัติภาวนาอย่างเข้าใจและปรับตัวกับข้อวัตรของหลวงตาได้ จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเองได้อย่างมาก หากปรับพฤติกรรมต่างๆของตนให้เหมาะสมจะส่งผลให้การสวดมนต์ปฏิบัติธรรมมีความก้าวหน้ายิ่งขึ้น เช่น

- สวดมนต์, แผ่เมตตา, อธิษฐานขอพร ทุกวัน ดังคำกล่าวของหลวงตาว่า “ไม่ดื้อ ไม่ซน สวดมนต์ทุกวัน”
- เน้นให้พูดน้อยๆ สวดมนต์เยอะๆ หมั่นสวดมนต์ทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน ทุกที่ ทุกเวลา
- ฝึกคุยกับหลวงปู่ดู่ ปรึกษาหลวงปู่ดู่ทุกเรื่อง ทุกเวลาเพื่อให้จิตอยู่กับหลวงปู่ เป็นการฝึกสังฆานุสติ
- ฝึกสละสิ่งของโดยกล่าวว่า อิมังสละ คือ ฝึกไม่ยึดติดวัตถุ คน สิ่งของ ฝึกละให้ได้ ลดละความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้ลดลง
- ใช้หลักอิทธิบาท 4 ควบคู่ในการปฏิบัติธรรม สวดมนต์
- งดเล่นโทรศัพท์ แชท ไลน์ งดดูข่าว ดูละคร หนัง เป็นต้น ห่างจากคลื่นทางโลก เพื่อมุ่งสู่กระแสทางธรรม

จะเห็นได้ว่า อานิสงส์ของการสวดคาถามหาจักรพรรดิ ทำให้ผู้ที่สวดและภาวนาคาถาพระมหาจักรพรรดิเป็นประจำจะเป็นผู้ที่มีสติปัญญา จิตใจสงบ หน้าตาผ่องใส นอนหลับไม่ฝันร้าย รักษาโรคภัยไข้เจ็บ ช่วยลดเคราะห์กรรมอันเกิดจากเจ้ากรรมนายเวร ชีวิตสงบสุข ประสบความสำเร็จ สมหวัง ทำสิ่งใดก็ราบรื่น สมปรารถนาอันเป็นผลอานิสงส์จากการแผ่บุญและอุทิศกุศลให้แก่เจ้ากรรมนายเวร รวมทั้ง 3 ภพภูมิด้วยจิตเมตตา ตามหลักธรรมพรหมวิหาร 4 และอิทธิบาท 4

การเสริมสร้างสุขภาพด้วยการสวดมนต์พระคาถามหาจักรพรรดิ ตามแนวทางของพระวรงคต วิริยะธโร (หลวงตาม้า)

หลวงตาม้า กล่าวว่า ประโยชน์หรือผลลัพธ์ของการสวดมนต์เป็นประจำจะส่งผลต่อผู้สวดมนต์ให้มีสุขภาพแข็งแรงทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต [16] ดังนี้

1. อายุยืน หมายถึง คลื่นพลังงานของบทสวดจะไปปรับสมดุลธาตุในร่างกาย ช่วยขับล้างพลังงานที่ไม่ดีออกจากร่างกาย ทำให้คลื่นที่ไม่ดีไม่สามารถส่งผลเต็มร้อย ทำให้ผู้สวดมนต์เจ็บป่วยน้อยลง ผิวพรรณผ่องใส มีสง่าราศีขึ้น นอกจากนั้นมีความเชื่อว่า เจ้ากรรมนายเวรอโหสิกรรมให้เพราะผู้สวดมนต์แผ่บุญไปให้ทุกครั้งที่สวดมนต์

2. แก่ช้า หมายถึง คลื่นพลังงานของบทสวดจะไปปรับธาตุ ขับล้างพลังงานที่ไม่ดีออกจากร่างกาย คลื่นที่ไม่ดีไม่สามารถส่งผลเต็มร้อย ทำให้ผู้สวดมนต์เจ็บป่วยน้อยลง ผิวพรรณผ่องใส มีสง่าราศีขึ้น

3. โรคน้อย หมายถึง คลื่นพลังงานของบทสวดจะไปปรับธาตุต่างๆในร่างกายให้มีความสมดุล ช่วยขับล้างพลังงานที่ไม่ดีออกจากร่างกาย คลื่นที่ไม่ดีจึงไม่สามารถส่งผลเต็มร้อย ทำให้ผู้สวดมนต์เจ็บป่วยน้อยลง ผิวพรรณผ่องใส มีสง่าราศีขึ้น

4. ตายตามอายุขัย หมายถึง คลื่นพลังงานที่ไม่ดีหรือกรรมที่ไม่ดีไม่สามารถมาตัดรอนทำร้ายผู้สวดมนต์ได้ เพราะพุทธมนต์รักษา บุญรักษา ภพภูมิต่างๆรักษาคุ้มครองจนกว่าผู้สวดมนต์จะหมดอายุขัยในภพภูมิมนุษย์

5. รวย หมายถึง คลื่นพลังงานของบทสวดจะไปดึงผลบุญแห่งการที่ผู้สวดมนต์เคยทำบุญ ทำทานมาในอดีตให้เกิดโชคลาภในปัจจุบัน และช่วยไปดึงคนที่เกี่ยวข้องกับผู้สวดมนต์มาซื้อสินค้าและบริการของผู้สวดมนต์ ทำให้ธุรกิจการค้าของผู้สวดมนต์ ขายของดี เห็นผลกำไร ที่สำคัญบทสวดจะทำให้ผู้สวดมนต์คิดออกว่า ทำอย่างไรให้ผู้สวดมนต์มีรายได้มากขึ้นและค้าขายดีขึ้น มีโชคลาภมากขึ้น เป็นต้น

6. ไปเกิดใหม่ตามใจ หมายถึง จิตสุดท้ายของผู้สวดมนต์ก่อนตายอยู่กับคำสวดมนต์ เมื่อตายแล้วจิตก็จะออกจากร่างไปตามคลื่นพุทธมนต์ไปเกิดเป็นมนุษย์ เทวดาหรือพรหมหรือเรียกว่า “เวียนบน” สามารถเลือกเกิดได้หรือเรียกว่า “ไปตามใจ ไม่ได้ไปตามกรรม” ช่วยให้รอดจากการเป็นวิญญาณสัมภเวสี เป็นวิญญาณที่เวียนว่ายทุกข์ทนบนโลกมนุษย์อีกหลายร้อย หลายพันปี

บทสรุป

การสวดคาถามหาจักรพรรดิ เปรียบดั่งเป็นการสร้างกำแพงแก้วคุ้มกันตัวร่วมถึงการอาราธนาบารมีหลวงปู่ดู่ บารมีพระมหาจักรพรรดิทุกพระองค์ตั้งแต่อดีต ปัจจุบันและอนาคต ครูบาอาจารย์ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อัญเชิญบุญบารมีน้อมเข้าตัวผู้สวดเพื่อส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิตให้แข็งแรง ช่วยป้องกันภัยอันตรายและสร้างมหาโชคมหาลาภให้กับผู้สวดมนต์ได้ดี จะเห็นได้ว่า การสวดมนต์ช่วยเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดีขึ้นทางกาย วาจา ใจ เป็นการพัฒนาชีวิตตนเองให้ดีขึ้น โดยพัฒนาจิตวิญญาณแห่งตนก่อเกิดพฤติกรรมใหม่ทางกายวาจาและใจ การสวดมนต์จึงเป็นวิธีการในการภาวนาให้จิตอยู่กับกระแสแห่งกุศล รวบรวมเป็นกำลังแห่งสมาธิและสืบต่อเป็นปัญญา โดยให้สวดบทไหนก็ได้ แต่หลวงตาม้าแนะนำให้เลือกสวดบทมหาจักรพรรดิ เพราะมีความเชื่อว่าเป็นบทที่มีกำลังมากในยุคนี้ทั้งทางโลกและทางธรรม การสวดมนต์ไปเรื่อยๆ สามารถเป็นทั้งสมถะหรือวิปัสสนากรรมฐานก็ได้ขึ้นอยู่กับผู้สวดมนต์จะพิจารณา

การสวดมนต์เป็นการทำความดีไปพร้อมกันทั้งทางกาย วาจา ใจ การทำดี พูดดี คิดดี ย่อมเป็นสิริมงคลแก่ตัวเอง การสวดมนต์ทำให้จิตใจของผู้สวดสดชื่นเบิกบาน จิตที่สดชื่นเบิกบานย่อมส่งผลให้ผิวพรรณดี หน้าตายิ้มแย้ม แจ่มใส ทำให้ผู้ที่พบเห็นเกิดความรู้สึกเป็นมิตร รักใคร่เอ็นดู ศัตรูกลายเป็นมิตร ผู้เป็นมิตรยิ่งรักใคร่ นอกจากนั้น พุทธศาสนิกชนมีความเชื่อว่า การสวดมนต์ทำให้แคล้วคลาดปลอดภัยจากภยันตรายทั้งปวง ทำให้ดวงดี แก้ไขเคราะห์ร้าย ปัดเป่าเสนียดจัญไร การสวดมนต์เป็นการทำดีที่สามารถเปลี่ยนดวงชะตาให้ดีขึ้นได้ ส่งผลให้ครอบครัวและสังคมสงบสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งบ้านใด ชุมชนใดที่มีสวดมนต์อยู่เป็นประจำและสอนให้บุตรหลานได้สวดมนต์ ครอบครัวจะไม่มีการทะเลาะเบาะแว้งและไม่ไปสร้างความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น รวมทั้งยังเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ผู้อื่นอีกด้วย ดังนั้น การสวดมนต์จึงช่วยสร้างเสริมสุขภาพและส่งเสริมสุขภาพที่ดีส่งให้ผู้สวดมนต์มีสุขภาพที่แข็งแรงทั้งสุขภาพกายและสุขภาพใจ คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น รวมทั้ง การจัดกิจกรรมการสวดมนต์ส่งผลให้ช่วยพัฒนาชุมชนและพัฒนาสังคมให้รู้รักสามัคคี มีความอยู่เย็นเป็นสุข สงบ ร่มเย็นเพิ่มขึ้น

เอกสารอ้างอิง

[1] Phrakrū Sukhetpacharakuṇ Guṇakaro (Mingkuan). (2019). *A Study of the Power of Chanting Resulting in the Enhancement of Happiness in Life.* Master's Degree Thesis, Buddhist Studies, Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (In Thai)

[2] Wisit Sriphiboon. (2010). *Law of Vibration*. 5th printing. Bangkok: Banana Sweet Publishing House.

[3] Department of Religious Affairs. (2020). *Prayers to prosper the Lord Buddha's prayers across the year for royal merit. 2021. B.E*. Bangkok: Agricultural Cooperative Assembly of Thailand Limited Printing House.

[4] Liang Xiang Publishing House. (2008). *Praying, chanting, translating*. Bangkok: Liang Siang Pian Publishing House for the Buddha.

[5] Pattpong Worapongpichet. (2007). *Buddhist therapy*. Nonthaburi: Department of Thai Traditional and Alternative Medicine Development Ministry of Public Health.

[6] Daily News newspaper. (2014). *Ministry of Public Health promotes Thai prayer therapy as a solution for treating serious illnesses without using drugs*. Daily News, issue 22 July 2014, page 25. Retrieved from https://www.hsri.or.th/people/media/care/detail/5592

[7] Maechee Kanokwan Preeprem. (2019). *Effect of Buddhist Chanting and Listening to Buddhist Chanting on Test Anxiety of Mathayom Suksa 4 Students with Different Faith in Buddhism*. Doctor of Philosophy Thesis, Buddhist Studies, Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (In Thai)

[8] Phra Maha Wutthichai Wachiramedhi (W. Wachiramedhi). (2010). *9 mantras for progress*. Bangkok: Wimuttayalai Institute.

[9] Brahma Pandit. (2013). *Likittham*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Printing House.

[10] Phra Thamkosajarn (Prayoon Dhammacitto). (2006). *The power of Phra Parittara*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Printing Press.

[11] Kijsarun Chanpo. (2013). *Effects of Buddhism pray and Anapanasati meditation on stress in Chulalongkorn University students*. Master of Science Thesis, Sports Science, Chulalongkorn University. (In Thai)

[12] Somporn Kantharadusdee Triamchaisri (2016). *Let's pray and heal. Prevent aggression*. A list of Dr. Rama's encounters. Retrieved from https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/article/สวดมนต์บำบัด

[13] Mano Mettanantho Laowanich, Patpong Woraphongpichet and Somporn Kantharadusdee Triamchaisri. (2019). *Chanting and meditation therapy for the treatment of disease*. Nonthaburi: Department of Thai Traditional and Alternative Medicine Development Ministry of Public Health.

[14] A group of disciples of Luang Ta Ma. (2023). *Who is bigger than karma?* 91st ed. Chiang Mai: Buddha Brahma Panyo Meditation Center, Chiang Dao branch.

[15] Wat Tham Mueang page - Luang Pu Du Luang Ta Ma. (2566). *Dharma Sermons and lectures of Luang Ta Ma*. Retrieved from https://www.facebook.com/Luangtama.Luangpudu.watthummuangna

[16] Following Wiriyatharo Luang Ta Ma Page. (2566). *Dharma Sermons and lectures of Luang Ta Ma*. Retrieved from https://www.facebook.com/wiriyataro