

# ใบงานวิชา พระพุทธศาสนา

เรื่องการบริหารจิตและเจริญปัญญา

ชื่อ .....นามสกุล .....ชั้น ..... เลขที่ .....

คำชี้แจง : ให้นักเรียนใส่หมายเลขเรียงลำดับบทสวดมนต์ และจับคู่บทแผ่เมตตาต่อไปนี้ให้ถูกต้อง

## 1.1 บทสวดมนต์

อะระหังสัมมาสัมพุทธโธ ภะคะวา

สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

พุทฺธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ

สังฆัง นะมามิ

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ

ธัมมัง นะมัสสามิ

## 1.2 บทแผ่เมตตา

สัพเพ สัตตา

● สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน  
ทั้งหมดทั้งสิ้น

อะเวรา โหนตุ

● จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้พยายาบทเบียดเบียนซึ่งกันและกัน  
เลย

อัปปะยาปิฆมา โหนตุ

● จงมีแต่ความสุขกายสุขใจ , รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัย  
ทั้งสิ้นเถิด

อะนีฆา โหนตุ

● จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย

สุขี อัตตานิัง ปะริหารันตุ

● จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้มีเวรซึ่งกันและกันเลย