ឈ្នះក្រោធដោយខន្តី

បុគ្គលគប្បីលះនូវក្រោធ ទិដ្ឋិផងសោត និងមានៈ
រួចលះឲ្យអស់សញ្ញោជនៈ កិលេសឧបសគ្គទាំងអស់បាន ។
ទុក្ខមិនដែលមានដល់និករ នាមធម៌ រូបធម៌ទាំងប៉ុន្មាន
លះអស់គ្មានសល់ក្នុងសន្ដាន បញ្ញាកើតមានសុខជាហី ។
អ្នកទប់កំហឹងបានមិនក្រោធ ដូចអ្នកបររថទប់អាជានេយ្យ
យើងហៅជននោះសារថី ឯជនដទៃកាន់ខ្សែសោះ ។
គេផ្ចាញ់ជនក្រោធដោយខន្តី ផ្ចាញ់ពាលអប្រិយ៍ដោយសប្បុរស
ផ្ចាញ់ជនកំណាញ់ឲ្យរបស់ ផ្ចាញ់ពាក្យឡេះឡោះពោលសច្ចៈ។
ត្រូវពោលតែពាក្យសច្ចៈពិត ញុំាងចិត្តកុំខឹងជាប្រត្យ័ក្ស
ឲ្យទានយាចកតិចតាមស្ម័គ្រ ធម៌ទាំងបីផ្ទាក់ទៅសួគ៌ឋាន ។
អ្នកប្រាជ្ញមិនដែលបៀតបៀនសត្វ សង្រួមប្រយ័ត្នកាយចិត្តបាន
មិនមានសោកសៅក្នុងសន្ដាន តែងដល់និព្វានឋានទៀងទាត់ ។
អ្នកមានស្មារតីភ្ញាក់រលឹក រាល់ថ្ងៃយប់នឹកសិក្ខាបទ
និងនឹកនិព្វានឋានរំលត់ អាសវៈប្រាកដនៅមិនបាន ។
ម្នាលអតុលៈពាក្យនិន្ទា ឬសរសើរជាធម៌បូរាណ
មិនទើបតែកើតថ្ងៃនេះបាន មានក្នុងលោកឋានជាប្រក្រតី ។

អ្នកខ្លះនៅស្ងៀមគេនិន្ទា ខ្លះពោលពណ៌នាគេដៀលស្តី
អ្នកពោលតិចល្មមក៏អប្រិយ៍ លើលោកគេស្តីគេចមិនផុត ។
គ្មានទេជនដែលគេសរសើរ ឬក៏និន្ទាម្យ៉ាងសុទ្ធ ៗ
អតីត-បច្ចុប្បន្ន-អនាគត ប្រាកដជាគ្មានកុំសង្ស័យ ។
អ្នកប្រាជ្ញសរសើរនូវជនណា មានការប្រតិបត្តិរាល់យប់ថ្ងៃ
ផ្តាច់គុណវិបត្តិប្រាជ្ញវាងវៃ មានសីលប្រពៃបញ្ញាមុត ។
ជនខ្លះសមអីគេនិន្ទា ចិត្តថ្លាដូចមាសជម្ពូនុត
ទេព្តា មារ ព្រហ្មក៏លំអុត សរសើរបំផុតដោយសុទ្ធចិត្ត ។
រក្សានូវកាយកំរើកព្រម សង្រួមល្អល្មមដោយកាយពិត
លះកាយទុច្ចរិតយ៉ាងពិសិដ្ឋ សាងកាយសុចរិតឲ្យថ្លៃថ្លា ។
រក្សាវាចាកំរើកព្រម គឺបានសង្រួមដោយវាចា
លះពាក្យអាក្រក់ពាក្យមុសា ពោលពាក្យថ្លៃថ្លាសច្ចៈពិត ។
រក្សានូវចិត្តរញ្ជួយព្រម សង្រួមល្អល្មមដោយសទ្ធាចិត្ត
លះមនោទុច្ចរិតក្នុងគំនិត ប្រព្រឹត្តសុចរិតចិត្តថ្លាថ្លៃ ។
អ្នកប្រាជ្ញសង្រួមកាយវាចា និងចិត្តអាត្មាជាប្រក្រតី
បានជាបណ្ឌិតក្នុងលោកិយ៍ ព្រោះសុចរិតបីបរិបូណ៌ហើយ ។
ជីវិតអ្នកនោះនឹងបានសុខ ជាតិនេះជាតិមុខមិនខានឡើយ
ហេតុនេះសូមជនកុំកន្តើយ លះក្រោធនេះហើយបានសុខហោង ។