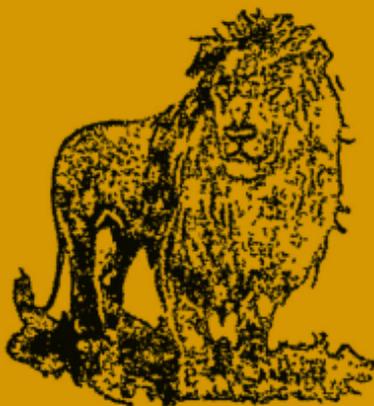


အမရပူရမြို့၊
ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်
အရှင်ဇနကာဘိဝံသ
၏

မဟာဂန္ဓာရုံဝတ်ဂူတိစဉ်

ပရိတ်ကြီးနိဿယများ ပါဝင်သည်။

[ရဟန်း သာမဏေများ၊ လူဥပါသကာများ၊ နေ့စဉ်
သံဝေဂဘာဝနာ ဗွားများ၍ ကိုယ်ကျင့်တရား တိုးတက်ရန်နှင့်
အန္တရာယ်ကင်းရန်အတွက် ရည်ရွယ်ထုတ်ဝေပါသည်။]



၁၃၆၂-ခုနှစ်

ဝါခေါင်လ

နယူးဘားမားအော့ပိဆက်ပိဋကပုံနှိပ်တိုက်
အမရပူရမြို့။

အချိန်ဒါန်း

ကျောင်းတိုက်တည်ထောင် ကျေးဇူးတော်ရှင် အမရပူရမြို့၊ မဟာ
ဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်ဘုရား သည်
၁၃၀၂-ခုနှစ်က စတင်၍ အမရပူရမြို့၊ မဟာဂန္ဓာရုံ စာသင်တိုက်
ကို သံဃာ(၄)ပါးဖြင့် စတင်တည်ထောင်ခဲ့သည်။ သို့သော်-တည်
ထောင်စမှာပင် ဒုတိယကမ္ဘာစစ်ပီးကြောင့် ခေတ္တ အဆက်ပြတ်ခဲ့ရ
၏။

စာဝါပို့ချ တစ်ဖန် စစ်ပြီးကာလ ၁၃၀၆-ခုနှစ်လောက်မှ ပြန်၍
စတင်ခဲ့ရာ ၁၃၀၉-ခုနှစ်၌မူ သံဃာ (၇၀) ကျော်
ခန့်ရှိနေပေပြီ ထိုသို့ စာသင်တိုက်စတင်ချိန်မှစ၍ ဆရာတော်သည်
နံနက်စောစော အရုဏ်တက်လျှင် တက်ချင်း အရုဏ်ဆွမ်း သံဃာ
များပါ စားစေ၍ ဆွမ်းခံမထွက်မီ အချိန်ပိုင်း၌ စာဝါတစ်ဝါပို့ချ
တော်မူလေ့ရှိ၏။ စာဝါမှာ အင်္ဂုတ္တိုရ်၊ သံယုတ်ပါဠိတော် အဋ္ဌ
ကထာများ၊ ဝိနည်းဆိုင်ရာ ပါဠိ အဋ္ဌကထာစာဝါများ ဖြစ်၏။

ဩဝါဒပေး ထိုစာဝါကို မချမီ ကျောင်းတိုက်နှင့် စပ်၍ဖြစ်စေ၊
သံဃာများ၏ ကိုယ်ကျင့်သိက္ခာနှင့် စပ်၍ဖြစ်စေ
အနည်းငယ် အဆုံးအမ ဩဝါဒပေးလေ့ရှိ၏။

ထိုသို့ပြုလုပ်ရာမှ တဖြည်းဖြည်း သံဃာအရေအတွက်မှာ များ၍
များ၍လာရာ သံဃာသုံးရာ၊ လေးရာမှ ငါးရာကျော်အထိ ဖြစ်လာ
သောအခါ စာဝါလျော့၍ ဩဝါဒ အဆုံးအမ ပေးမှုကို အချိန်
ပို၍ ပေးခဲ့ရလေသည်။ ထိုသို့ ဩဝါဒပေးရာ၌ ဩဝါဒ မနာယူမီနှင့်

နာယူပြီးနောက်၌ သံဃာများအတွက် ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ၊ မေတ္တာဘာဝနာ၊ သံဝေဂဉာဏ် ပွားများဖွယ်ရာ၊ ဝိပဿနာဘာဝနာများဖြစ်ပွားဖွယ်ရာ ဂါထာပါဠိ၊ ဂါထာနိဿယ၊ လင်္ကာ၊ သံပေါက်၊ စကားပြေ စသည်များကို ချပေးလေ့ရှိ၏။

ဝတ်ရွတ်စဉ်ဖြစ် ထိုဂါထာ စသည်တို့ကို သံဃာများအားလုံး
 သြဝါဒ အချိန်၌ တစ်ညီတစ်ညွတ် ရွတ်ဆို
 ပွားများကြရ၏။ ထိုရွတ်ဆို ပွားများကြသော ဂါထာ၊ လင်္ကာ
 စသည်များသည် နှစ်ပေါင်းကြာညောင်းလာသောအခါ အတော်
 များများ စုမိပြီး ဖြစ်လာလေသည်။ နောက်ပိုင်းကာလ၌ အသုံး
 များသော ရတနသုတ်၊ မေတ္တသုတ်၊ ခန္ဓသုတ်၊ ဝဋ္ဋသုတ်-ပရိတ်များ
 ကိုလည်း နိဿယနှင့်တကွ ရွတ်စေခဲ့ပါသည်။ ၎င်းပရိတ်များကို
 ရပ်ရွာများ၌လည်း တစ်ရံတစ်ခါ နိဿယပါ ရွတ်ဆိုကြရပါသည်။

ထိုဂါထာ၊ လင်္ကာစသည်တို့သည် “မဟာဂန္ဓာရုံဝတ်ရွတ်စဉ်”
 ဖြစ်လာခဲ့ပေသည်။

နေ့စဉ်ရွတ်ဆို ထိုသြဝါဒ ဝတ်ရွတ်စဉ်များကို ယနေ့အထိ
 မဟာဂန္ဓာရုံ သံဃာတော် ၆ ရာ ကျော်တို့
 လည်း သြဝါဒအချိန်၌ ရွတ်ဆိုနေကြ၏။ ဂန္ဓာရုံတိုက်ခွဲ ကျောင်း
 တိုက်များလည်း နံနက်စောစော သြဝါဒချိန် သတ်မှတ်၍ ဤ
 ဝတ်ရွတ်စဉ်များကို ရွတ်ဆိုနေကြပါသည်။

ပုံနှိပ်လုပ်ဆောင် ယခုအခါ ၎င်းဝတ်ရွတ်စဉ်များ တစ်မူတည်း
 တစ်မျိုးတည်း ဖြစ်စေရန်နှင့် အလားတူရွတ်
 ဆိုပွားများလိုသော သံဃာတော်များ၊ အမျိုးကောင်းသား၊ အမျိုး
 ကောင်းသမီးများလည်း ရွတ်ဆိုပွားများနိုင်ကြစေရန် ရည်သန်၍
 ဤ“မဟာဂန္ဓာရုံဝတ်ရွယ်စဉ်”ကို စာအုပ်အဖြစ် ပုံနှိပ်လုပ်ဆောင်
 ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

နာယကဆရာတော်များ
 မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်
 အမရပူ ရမြို့။

၁၃၄၃-ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း (၁) ရက်၊ သောကြာနေ့။



၃
 ၃

အရှင်ဇနကာဘိဝံသ ဆရာတော် ၏

သာသနာရေး သြဝါလေကာ

- ၁။ ရှင်တော်ဘုရား သားတော်များဟု၊
မှတ်သားခေါ်ရ သံဃာမည်၊
သံဃာဆိုက နှစ်မျိုးရသည့်၊
ပရမတ္ထ သမ္မုတီ၊
တရားသိကာ•ရိယာဖြစ်မှ၊
ပရမတ္ထ ခေါ်ကြသည်၊
သမ္မုတိဆို ထိုသံဃာ၌၊
ဆိုးကောင်း နှစ်ဝ ရှိကြသည်။
- ၂။ ပစ္စည်းလေးဖြာ လှူရှာကြသည့်၊
ဗုဒ္ဓဝါဒ တို့တိုင်းပြည်၊
အကောင်းကိုသာ ကိုးကွယ်ကြဖို့၊
စိတ်က နိစ္စ ထားရမည်၊
အကောင်းတွေက အသက်ပေးလို့၊
သာသနာရေး ဆောင်သင့်ပြီ၊
မဆောင်နိုင်သော် ဘာသာပျက်၍၊
သာသနာသက် ဆုံးလိမ့်မည်။



အမှာစာ

အိပ်ရာမှထ မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်၌ နံနက်အရုဏ်မတက်မီ တစ်နာရီကြိုတင်၍ တုံးကြီးခေါက်လိုက်လျှင်(ငယ် လွန်းသော သာမဏေနှင့် ဦးသူတော်မှ လွဲ၍) သံဃာအားလုံး အိပ်ယာမှ ထပြီး မျက်နှာသစ်, ကျင်ကြီးကျင်ငယ်အမှု ပြုပြီးနောက် သင့်လျော်သော ဣရိယာပုထ်ဖြင့် တရားတစ်မျိုးမျိုးကို နှလုံးသွင်းကာ ငြိမ်သက်စွာ နေကြရပါသည်။

နံနက်ဆွမ်းစား အရုဏ်တက်၍ တုံးကလေး ခေါက်သောအခါ အဆာပြေ လေမထရုံမျှ ငံပြာရည်, ပဲပြုတ်, ရေခွေးကြမ်းဖြင့် ဆွမ်းစားကြရပါသည်။ (အချို့လည်း ယာဂုသောက်ကြ၏)

ဩဝါဒနာ အရုဏ်တက်ပြီးနောက် ၂၅ မိနစ်လောက်ကြာလျှင် (ဩဝါဒတုံး)ဟု ခေါ်အပ်သော တုံး ခေါက်ပါသည်။ ထိုအခါ မကျန်းမာသူနှင့် ကျောင်းစောင့်ကို ချန်၍ ကျန်သံဃာ အားလုံးပင် သတ်မှတ်ထားအပ်သော ကျောင်းဆောင်သို့ ဩဝါဒနာယူရန် သင်္ကန်းလက်ကတော့ထိုး, နေရာထိုင် လက်ယာပခုံးပေါ်တင်ကာ လက်အုပ်ချီလျက် ဣန္ဒြေရှိစွာ ဝင်ကြရပါသည်။

ဝတ်ရွတ်စဉ်ဆို တော်တော်ကလေး စုဝေးမိလျှင် ရှေးဦးစွာ ဘုရားဂုဏ်တော်, တရားဂုဏ်တော်, သံဃာ့ဂုဏ်တော် ပါဠိ အနက်ကို တစ်ပုဒ်စီ အလှည့်ကျ ညီညီညာညာ ရွတ်ဆို၍ ကျေးဇူးတော်ရှင် ဆရာတော်ကြီး စီစဉ်တော်မူခဲ့သော

သီလ,သမာဓိ,ပညာ,တိုးပွားဖွယ်ရာ သံဝေဂဖြစ်ဖွယ်ရာ စကားပြေ, ဂါထာ, လင်္ကာ, သံပေါက်များကို အလှည့်ကျ ရွတ်ဆိုကြရပါ သည်။ ထို သြဝါဒအချိန်၌ နေ့စဉ် ရွတ်ဆိုအပ်သော ဂါထာစသည် များပင် “ဝတ်ရွတ်စဉ်” ဟု နာမည်တွင်နေပါသည်။

ဝတ်ရွတ်စဉ် ၂ မျိုး

မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်၌...

၁။ နံနက် သြဝါဒအချိန်တွင် ရွတ်ဆိုအပ်သော သြဝါဒ ဝတ်ရွတ်စဉ်။

၂။ ညဉ့်ဘုရားဝတ်တက်ချိန်တွင် ရွတ်ဆိုအပ်သော ညဉ့် ဝတ်ရွတ်စဉ် ဟု နှစ်မျိုးရှိရာ... ဤကျမ်းငယ်ပါ ဝတ်ရွတ်စဉ်မှာ သြဝါဒ ဝတ်ရွတ်စဉ် ဖြစ်ပါသည်။ ညဉ့်အချိန်မှာမူ (က) ပစ္စ ဝေက္ခဏာ, လိင်,ဒဏ်, သေခိယ,စုဒ္ဒသခန္ဓကဝတ်, ဝုတင်တေရသ ၃၂-ကောဋ္ဌာသ, ဒသဓမ္မသုတ် ပါဠိ အနက်၊ (ခ) ပါတိမောက်၊ (ဂ) ပရိတ်တော်များ၊ (ဃ) ဓမ္မစကြာ စသော သုတ်တော်များ၊ (င) ပဋ္ဌာန ပစ္စယုဒ္ဒေသ, ပစ္စယနိဒ္ဒေသ ပါဠိတော်များကို အလှည့် ကျ ရွတ်ဆိုကြရပါသည်။

ဒါန သီလ ဘာဝနာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ အရေးတကြီး သိရမည့် ကျင့်နည်း, ကျင့်ရမည့် ဒါန, သီလ, ဘာဝနာ အကြောင်းကို ကောင်းကောင်း နားလည်စေရန် ကျေးဇူး တော်ရှင် ဆရာတော်ကြီးသည် ၁၃၂၅-ခုနှစ်လောက်က နံနက်

ဩဝါဒပေးချိန်၌ (စိတ်ထဲမှာသိရုံမျှမက)နှုတ်မှာတက်၍ သွက်သွက် သက်လက် ရွတ်ဆိုနိုင်အောင် ဆိုရိုး “ဝတ်ရွတ်စဉ်” အဖြစ်ဖြင့် စီစဉ်တော်မူခဲ့ပါသည်။ ထို အခန်းကိုလည်း ဤကျမ်းငယ်၌ ထည့် သွင်းထားပါသည်။

ပရိတ်တော် ၁၃၂၉-ခုနှစ်၌မူ သာရေးနာရေး ကိစ္စများ၌ ရွတ် ဆိုလေ့ရှိသော ရတနသုတ်တော်၊ မေတ္တာသုတ် တော်စသော ပရိတ်များ၏ နိဿယကို ဩဝါဒပေးချိန်၌ပင် တစ် နေ့လျှင် တစ်ဂါထာစီလောက် ပို့ချတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထို နိဿယ များကိုလည်း ဤ၌ပြထား ပါသည်။

ညွှန်ကြားချက် ၁၃၃၅-ခုနှစ်ကဆုန်လ၌ ထူးထူးခြားခြားရာသီ ပူပြင်းသဖြင့် အမရပူရမြို့ဝယ် ဝမ်းရောဂါဖြစ် ပွားခဲ့ရာ ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော်ဘုရားသည် ကျောင်းတိုက်သံဃာ များအား ကားကြီး(၁၀)စီးဖြင့် တစ်မြို့လုံးပတ်၍ ပရိတ်ရွတ်ဖတ်ရန် စီစဉ်တော်မူလျက်၊ ပရိတ်ရွတ်ဖတ်ရာ၌လည်း တန်ခိုးထက်မြက် အကျိုးရစေရန် နာသူ၊ ရွတ်သူ နှစ်ဦး လိုက်နာရမည့် အချက်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းသို့ ရောဂါမဝင်နိုင်အောင် နေထိုင်စားသောက် နည်းကိုလည်း စနစ်တကျ ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ပါသည်။

စုပေါင်းစီစဉ် ထို အားလုံးကို စုပေါင်း၍ ဂဏဝါစကအဖွဲ့က ကျမ်းစာအဖြစ် စီစဉ်လိုက်ပါသည်။ အမျိုးကောင်း သား အမျိုးကောင်းသမီး တို့သည် နှုတ်တက်အာဂုံ ဆောင်ပြီး

(သို့မဟုတ်) ကြည့်ရှုလေ့လာ၍ သဒ္ဒါ၊ ပညာ တိုးပွားစေကာ
ကုသိုလ်တရား ကြီးစားနိုင်ကြပါစေ။

ဂဏဝါစက.စာချဘုန်းကြီးများ
မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်
အမရပူရမြို့။

၁၃၄၃-ခုနှစ်၊ နတ်တော်လဆန်း (၅) ရက်၊ အင်္ဂါနေ့။
၁၉၈၁-ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ (၁) ရက်။



ခေါင်းစဉ် မာတိကာ

အကြောင်းအရာ

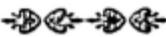
စာမျက်နှာ

ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်	...	၁
ဩဝါဒ ပါတိမောက်	...	၂
စတုပါရိသုဒ္ဓိသီလအကျိုး	...	၅
စတုပါရိသုဒ္ဓိသီလ	...၆-၇-၈-၉	
သီလမစင်ကြယ်သူ၏ အပြစ်	...	၁၀
စိတ်မထိန်းလျှင် ဘာဝနာအလုပ် မဖြစ်	...	၁၀
ဂုဏ်,လာဘ်နှင့် နိဗ္ဗာန် တစ်လမ်းစီ	...	၁၁
ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ		
ဗုဒ္ဓဘွဲ့တော်	...	၁၃
ဇိနဘွဲ့တော်, သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်	...	၁၃
ဘုရားပွင့်လာ ကျိုးများစွာ	...	၁၄
စေတနာ တူလျှင် အကျိုးတူ	...	၁၅
မေတ္တာဘာဝနာ		
အရပ်(၁၀)မျက်နှာ မေတ္တာပို့	...	၁၆
မေတ္တာအကျိုး(၁၁)မျိုး	...	၁၈
အသုဘဘာဝနာ		
ဆံပင်စသည်ကို စက်ဆုတ်ဖွယ် ရှုပုံ	...	၁၈-၁၉
မရဏာဿတိဘာဝနာ		
နောက်ဆုံးသေရမည်	...	၂၄
ဝိပဿနာအခြေခံ		
သံဝေဂဝတ္ထု(၈)ပါး၊ မီး(၁၁)ပါး	...	၂၅

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ဝိပဿနာတာဝနာ	
အစိတ် ၆ ပါးရှုပွားပုံ၊ အသံ၌ ဝိပဿနာရှုပွားပုံ ...	၂၆
အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ အနတ္တခန္ဓာ ...	၂၇
ပျံလွန်ခါနီး ရေးခဲ့သည့် သံဝေဂလင်္ကာ(၁၀)ပုဒ် ...	၂၈
ဆရာတော်အား ကန်တော့လင်္ကာ ...	၂၈
ဒေဝဒူတသုတ်	
ငရဲကြီးရှစ်ထပ် ...	၂၉
ဥဿဒ ငရဲငယ်များ ...	၃၆
ဒါနခန်း	
ပုညကြိယဝတ္ထု၊ ဒါန ၂ မျိုး ...	၃၉
မသန့်ရှင်းသောဒါန၊ တိဟိတ်, ဒွိဟိတ်ကုသိုလ် ...	၄၀
တိဟိတ်, ဒွိဟိတ်, အဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် ...	၄၁
အကျိုးကြီး-မကြီး ...	၄၂
သီလခန်း	
သီလ ၂ မျိုး, ဥပုသ် ၃ မျိုး ...	၄၄
သီလ ၄ မျိုး ...	၄၇
တာဝနာခန်း	
စိတ်သေး စိတ်ငယ် ...	၄၈
ကမ္မဋ္ဌာန်း ...	၅၀
ကမ္မဋ္ဌာန်း ၂ မျိုး၊ သမထ ၂ မျိုး ...	၅၀
သမထ ၄၀, စရိုက် ၆ မျိုး ...	၅၁
စတုရာရက္ခ ...	၅၃

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ	
အကြောင်းကောင်း၊ အကျိုးကောင်း	... ၅၄
ကျေးဇူးများ၊ ကျေးဇူးဆပ်	... ၅၅-၅၆
စိတ်ကြည်လင်၊ ဉာဏ်တော်ကြီး၊ သဒ္ဓါပညာတိုး	... ၅၇
မေတ္တာဘာဝနာ	... ၅၉
အသုဘဘာဝနာ	... ၆၀
မရဏဿတိဘာဝနာ	... ၆၂
ဝိပဿနာဘာဝနာ	
သီလဝိသုဒ္ဓိ၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ	... ၆၄
ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ၊ ခန္ဓာဝန်	... ၆၅
ရုပ်တရားကို ရှုပုံ၊ နာမ်တရားကို ရှုပုံ	... ၆၆
ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးကို ဣရိယာပုထ် ၄ ပါးဖြင့်ရှုပုံ	... ၆၇
စတုရာရက္ခနှင့် စင်၍မှတ်ဖွယ်	
ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊ မေတ္တာ၊ အသုဘ	... ၇၀
မရဏဿတိ	... ၇၁
မေတ္တာပို့နည်း	
ကျောင်းတိုက်သံဃာ	... ၇၁
ကျောင်းတိုက်နတ်၊ ဆွမ်းခံရွာ၊ အရပ် ၁၀ မျက်နှာ	... ၇၂
မရဏဿတိပွားနည်း	
သေခြင်း၊ သင့်တင့်အောင်နှလုံးသွင်း	... ၇၃-၇၄
ပြည့်စုံမှု ပျက်စီးမှု၊ အားလုံးသေရ	... ၇၅
ဘေးရန်များ၊ အသက်အားနည်း	... ၇၆

အကြောင်းအရာ		စာမျက်နှာ
အပိုင်းအခြားမရှိ, အနှစ်တစ်ရာ အလွန်ဆုံး	...	၇၇
ဝိပဿနာ အခြေခံ	...	၇၈
သံဃာတော်များ၏ ညွှန်ကြားချက်	...	၇၉
ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်	...	၈၂
	ပရိတ်အချို့	
ပရိတ်နာသု အင်္ဂါ	...	၈၃
ပရိတ်ရွတ်သု အင်္ဂါ	...	၈၄
	ပရိတ်ကြီးနိဿယ	
နတ်ပင့်	...	၈၇
ရတနသုတ်ပါဠိ	...	၉၃
ရတနသုတ် နိဿယ	...	၉၉
မေတ္တသုတ် ပါဠိ	...	၁၂၃
မေတ္တသုတ် နိဿယ	...	၁၂၆
ခန္ဓသုတ် ပါဠိ	...	၁၃၇
ခန္ဓသုတ် နိဿယ	...	၁၃၉
ဝဋ္ဋသုတ် ပါဠိ	...	၁၄၃
ဝဋ္ဋသုတ် နိဿယ	...	၁၄၅
ဗောဇ္ဈင်သုတ်ပါဠိ	...	၁၄၉
ဗောဇ္ဈင်သုတ် နိဿယ	...	၁၅၂
ပါဠိတော် ဗောဇ္ဈင်သုတ်ပါဠိ	...	၁၅၇
ပါဠိတော် ဗောဇ္ဈင်သုတ် နိဿယ	...	၁၅၉
နောက်ဆက်တွဲ	...	၁၆၃



ဤကျောင်းတိုက်၌

၁။	စိတ်ကောင်းရှိဖို့က	ပထမ။
၂။	ဝိနည်းလေးစားဖို့က	ဒုတိယ။
၃။	ကျန်းမာဖို့က	တတိယ။
၄။	သန့်ရှင်းဖို့က	စတုတ္ထ။
၅။	အဝတ်အစားတတ်ဖို့က	ပဉ္စမ။
၆။	အနေအထိုင်တတ်ဖို့က	ဆဋ္ဌမ။
၇။	အပြောအဆိုတတ်ဖို့က	သတ္တမ။
၈။	အသွားအလာတတ်ဖို့က	အဋ္ဌမ။
၉။	စည်းကမ်းလိုက်နာဖို့က	နဝမ။
၁၀။	စာတတ်ဖို့က	ဒေသမ။

ဤ(၁၀)ချက်ကို အစဉ်အတိုင်း ဝရုစိုက်ပါ။



အမရပူရမြို့ မဟာဝိဇ္ဇာရုံကျောင်းတိုက်

နံနက်ဩဝါဒ

ဝတ်ရွတ်စဉ်



နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်

ကမ္မဿကော•မိ ကမ္မဒါယာဒေါ၊ ကမ္မယောနိ ကမ္မဗန္ဓု၊
ကမ္မပ္ပဋိဿရဏော၊ ယံ ကမ္မံ ကရိဿာမိ ကလျာဏံ
ဝါ ပါပကံဝါ၊ တဿ ကမ္မဿ ဒါယာဒေါ ဘဝိဿာမိတိ၊
ပဗ္ဗင်္ဂိတေန အဘိဏံ ပစ္စဝေက္ခိတဗ္ဗံ။

အဟံ-ငါသည်၊ ကမ္မဿကော-ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိ
သည်၊ ကမ္မဒါယာဒေါ-ကံပေးအပ်သော အမွေကို ခံယူရသည်၊ ကမ္မ
ယောနိ-ကံဟူသောအကြောင်းရှိသည်၊ ကမ္မဗန္ဓု-ကံဟူသောဆွေ
မျိုးရှိသည်၊ ကမ္မပ္ပဋိဿရဏော-ကံဟူသောလဲလျောင်းရာရှိသည်၊
အမိ-ဖြစ်ပါတကား၊ ကလျာဏံဝါ-ကောင်းသည်မူလည်း ဖြစ်သော၊
ပါပကံဝါ-မကောင်းသည်မူလည်းဖြစ်သော၊ ယံကမ္မံ-အကြင်ကံကို၊
ကရိဿာမိ-ပြုလိုက်အံ့၊ တဿကမ္မဿ-ထိုကံကောင်း ကံဆိုး၊
အမျိုးမျိုး၏၊ ဒါယာဒေါ-အမွေခံသည်၊ ဘဝိဿာမိ-ဖြစ်ရမှာပါတကား။

ဣတိ-ဤအကြောင်းကို၊ ပဗ္ဗဇိတောနု-သာသနာ့ဝန်ထမ်း၊ ရဟန်း
သာမဏေသည်၊ အဘိဏ္ဍ-နေ့စဉ်မပြတ်၊ ပေစ္စဝေက္ခိတဗ္ဗ-ဆင်ခြင်
ထိုက်၏။

ဩဝါဒပါတိမောက်ဂါထာ

၁။ ခန္တီ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊
နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ၊
န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဃာတိ၊
န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဋ္ဌယန္တော။

တိတိက္ခာ-မိမိကသာ၊ အရာရာဝယ်၊ အသာမစံ၊ အနာခံခြင်း
ဟူသော၊ ခန္တီ-တောင်တောင်ဤဤ၊ မကြံစည်ဘဲ၊ ခန္တီတရား၊
ကိုယ်မှာထားခြင်းသည်၊ ပရမံ တပေါ-အကျင့်တရား၊ များအပြား
ထက်၊ ထူးခြားလွန်တင့်၊ အသာဆုံး အကျင့် ဖြစ်ပါပေသတည်း။
ဗုဒ္ဓါ-ဂင်္ဂါသဲတူ၊ ပွင့်တော်မူသည့်၊ ဆူဆူထွဋ်ထား၊ မြတ်ဘုရား
တို့သည်၊ နိဗ္ဗာနံ-ဒုက္ခခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းရာမှန်၊ အေးနိဗ္ဗာန်ကို၊
ပရမံ-မဂ် ဖိုလ်ရစ်တန်၊ ဓမ္မက္ခန်ထက်၊ ကဲလျှံလွှမ်းဖုံး၊ အမြတ်ဆုံး
တရားဟူ၍၊ ဝဒန္တိ-ရတနသုတ်လာ၊ မြတ်သစ္စာဝယ်၊ သေချာ
ထုတ်ဖော်၊ ဟောပြတော်မူကြကုန်၏။

ပရူပဃာတိ-ရှင်လူအများ၊ ကိုယ်နှုတ်အားဖြင့်၊ ထိပါးပုတ်ခတ်၊
ညှင်းဆဲတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော-ဒေါသကိုဖြုတ်၊
မနှင်ထုတ်သဖြင့်၊ အဟုတ်အစစ်၊ ပဗ္ဗဇိတ မဖြစ်နိုင်ချေ၊ ပရံ-
ကိုယ်မှတစ်ပါး၊ ရှင်လူများတွင်၊ သနားဖွယ်ရာ၊ အဖြာဖြာကို၊

ဝိဟေဋ္ဌယန္တော-ကရုဏာကင်း၊ မေတ္တာရှင်း၍၊ နိမ်နင်းပုတ်ခတ်
ညှင်းဆဲတတ်သောပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သမဏော-ကိလေသာငြိမ်းအေး၊
အပူဝေးမှ၊ ခေါ်ဆိုရသည့်၊ သမဏအစစ်သည်၊ နဟောတိ-သမဏ
အမှန်၊ သူဝန်ခံလည်း၊ ဧကန်စင်စစ်၊ မဖြစ်နိုင်တော့ချေ။



၂။ သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
ကုသလဿုပသမ္ပဒါ၊
သစိတ္တပရိယောဒါပနံ၊
ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

သဗ္ဗပါပဿ-ယုတ်မာသော့သွမ်း၊ ဟော့ရမ်းသမှု၊ အကုသိုလ်
အစုစုကို၊ အကရဏံ-လုံးဝပြောင်စင်အောင်၊ ရှောင်ကြဉ်သမှု၊ မပြု
လုပ်ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ကုသလဿုပသမ္ပဒါ-ကာမမဟဂ္ဂုတ်၊ လော
ကုတ်အထိ၊ ရှိရှိသမျှ၊ ကုသလကို၊ ဥပသမ္ပဒါ-တစ်ဆင့်တစ်ဆင့်၊
ရင့်ထက်ရင့်၍၊ မလင့်ပုံသေ၊ ပြည့်စုံစေခြင်းသည်လည်းကောင်း၊
သစိတ္တပရိယောဒါပနံ-မိမိစိတ်ရင်း၊ ပွတ်သစ်ဝင်းသည့်၊ ခရုသင်း
အနေ၊ ဖြူစင်စေခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ဧတံ-အကုသိုလ်ကင်း၊
ကုသိုလ်သွင်း၍၊ စိတ်ရင်းစင်ရိုး၊ ဤ ၃ မျိုးသည်၊ ဗုဒ္ဓါနံ-ဂင်္ဂါ
သဲတူ၊ ပွင့်တော်မူသည့်၊ ဆူဆူထွဋ်ထား၊ မြတ်ဘုရားတို့၏၊
သာသနံ-လိုရင်းနှုန်းပြုထုံးအရဖြင့်၊ သုံးကြပစေ၊ ဆုံးမတော်မူချက်
ပါပေတည်း။

၃။ အနုပဝါဒေါ အိနုပဃာတော၊
 ပါတိမောက္ခေ သံဝရော၊
 မတ္တညုတာစ ဘတ္တသ္မိံ၊
 ပန္နိဉ္စ သယနာသနံ၊
 အဓိစိတ္တေစ အာယောဂေါ၊
 ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

အနုပဝါဒေါ-သူတစ်ပါး၌၊ ဖြစ်ပွားတတ်လင့်၊ ပြုအကျင့်ကို၊
 နှုတ်ဖြင့်မဲ့ရွဲ့၊ မကဲ့ရဲ့ခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ အနုပဃာတော-
 ရှင် လူအများ၊ ကိုယ်စိတ်အားဖြင့်၊ ထိပါးသတ်ညှင်း၊ မဖျက်ဆီး
 ခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ပါတိမောက္ခေ-ဝိနည်းပိဋကတ်၊ အရပ်
 ရပ်ဝယ်၊ ပညတ်ထုတ်ဖော်၊ ပါတိမောက် သီလတော်၌၊ သံဝရော
 စ-သဒ္ဓါတရား၊ သတိထား၍၊ ကြီးမားလွန်မင်း၊ စောင့်စည်းခြင်း
 သည်လည်းကောင်း၊ ဘတ္တသ္မိံ-မစားရလျှင်၊ သက်မရှင်၍၊ နေ့စဉ်
 စားရ၊ ဆွမ်းပစ္စည်းဟူသော အာဟာရ၌၊ မတ္တညုတာစ-ခံယူသော
 ခါ၊ စားသုံးရာဝယ်၊ ကိုယ်မှာလိုသမျှ၊ အတိုင်းအရှည် ပမာဏကို
 သိသူ၏ အဖြစ်သည်လည်းကောင်း၊ ပန္နိဉ္စ သယနာသနံ-ရှင်လူ
 သီးသီး၊ အရောက်နည်းသည့်၊ တိုက်ကြီးစွန်ဖျား၊ တောကျောင်းများ
 ဝယ်၊ တစ်ပါးတည်းပျော်၊ မွေ့လျော်ခြင်းသည် လည်းကောင်း၊
 အဓိစိတ္တေ-ဝိပဿနာအခြေခံ၊ သမာပတ်ဈာန်နှင့်၊ ရှစ်တန်ဖိုလ်မဂ်၊
 အလွန်ထက်သော စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ်၌၊ အာယောဂေါစ-
 သင်္ခန္ဓာနက်ဖြန်၊ ရမည့်ဟန်ဖြင့်၊ မှန်မှန်ကြိုးကုတ်၊ အားထုတ်ခြင်းသည်
 လည်းကောင်း၊ ဧတံ-အနုပဝါဒ၊ စသည်အပြား၊ ဤ ၆ ပါးသည်။

ဗုဒ္ဓါနံ-ဂင်္ဂါသဲတူ၊ ပွင့်တော်မူသည့်၊ ဆူဆူထွတ်ထား၊ မြတ်ဘုရား
တို့၏။ သာသနံ-လိုရင်းနှုန်းပြု၊ ထုံးအရဖြင့်၊ သုံးကြပစေ၊ အဆုံး
အမတော်ပါပေတည်း။



စတုပါရိသုဒ္ဓိ သီလအကျိုး

သာသနေ ကုလပုတ္တာနံ၊
ပတိဋ္ဌာ နတ္ထိ ယံ ဝိနာ၊
အာနိသံသပရိစ္ဆေဒံ၊
တဿ သီလဿ ဧဝံ ဝဒေ။

သာသနေ-ကမ္ဘာ့ ကမ္ဘာ၊ လွန်လေပါလည်း၊ တစ်ခါတစ်ဖန်၊
ကြုံရန်ခဲကပ်၊ အမြတ်ရတနာ၊ သာသနာတော်မြတ်ကြီး၌၊ ကုလ
ပုတ္တာနံ-မျိုးရိုးကိုကျင့်၊ အစုံတင့်၍၊ ဆင့်ဆင့်ကြီးစား၊ အမျိုး
ကောင်းသားတို့၏။ ယံသီလံ-စတုပါရိ၊ သုဒ္ဓိလေးဖြာ၊ သိက္ခာညီမျှ၊
အကြင်သို့သော သီလကို၊ ဝိနာ-ကိုယ် နှုတ်နှလုံး၊ မစောင့်သုံးဘဲ၊
ရွံ့မှန်းသောအား၊ ကြဉ်ဖယ်ထား၍၊ ပတိဋ္ဌာ နတ္ထိ-သမာဓိ ပညာ၊
တက်ဖို့ငှာလျှင်၊ တည်ရာအခြေ၊ မရှိနိုင်တော့ချေ။ တဿ သီလဿ-
သမာဓိကောင်း၊ ပညာကောင်းဖို့၊ အကြောင်းရင်းမှန်၊ ထိုအခြေခံ
သီလ၏။ အာနိသံသပရိစ္ဆေဒံ-ကိုယ့်မှာ တိုးတက်၊ အကျိုးရင်း၊
အကျိုးဆက်၊ အပိုင်းအခြားကို၊ ဧဝံ-နတ်နှင့်လူဝယ်၊ အဘယ်
သူတစ်ယောက်သည်၊ ဝဒေ-အကုန်အစင်၊ စုံအလင်ဖြင့်၊ ခုံမင်
သောမန၊ သဘောကျအောင်၊ ပြောပြနိုင်ပါတော့အံ့နည်း။



မဟာဂဇ္ဇာရုံဝတ်ရွတ်စဉ်

ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ

ပါတိမောက္ခံ ပိသောဓေန္တော၊
အပ္ပေဝ ဇီဝိတံ ဇဟေ၊
ပညတ္တံ လောကနာထေန၊
န ဘိန္ဒေ သီလသံဝရံ။

ပါတိမောက္ခံ-ဝိနည်းပိဋကတ်၊ အရပ်ရပ်၌၊ ပညတ်ထုတ်ဖော်၊
သိက္ခာပုဒ်သီလတော်ကို၊ ပိသောဓေန္တော-မကျိုးမပေါက်၊ မညှိုး၊
ပျောက်ဘဲ၊တိုးတောက်စေချင်၊ သုတ်သင်သူသည်၊ ဇီဝိတံ-လွန်စွာ
စုံမက်၊ ကိုယ့်အသက်ကို၊ အပ္ပေဝ ဇဟေ-မဝံ့တဝံ့၊ ရွံ့တရွံ့ဖြင့်၊
တွန့်ကာလွန်ကာ၊ စွန့်လိုက်ရစေကာမူ၊ လောကနာထေန-မြဟွာ
လူနတ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သည့်၊နတ်နတ်ထွတ်ထား၊ဘဘုရားသည်၊
ပညတ္တံ-အာဏာတော်မြတ်၊ မိန့်တော်မှတ်၍၊ ပညတ်ထုတ်ဖော်၊
ဟောပြုတော်မူအပ်သော၊ သီလသံဝရံ-ကိုယ် နှုတ်နှစ်ထွေ၊ စောင့်
စည်းစေဖို့၊ ကုဋေကိုးထောင်၊ ကျော်ခေါင်မြင့်ဟီး၊ သီလတော်ကြီး
ကို၊ နဘိန္ဒေ-အမိန့်တော်ချက်၊ ဦးထိပ်ရွက်၍၊ မဖျက်မိစေ၊ စောင့်
စည်းသင့်ပေသတည်း။

တ္တုန္ဒြိယသံဝရသီလ

စက္ခုနာ သံဝရော သာဓု၊ သာဓု သောတေန သံဝရော၊
ဃာနေန သံဝရော သာဓု၊ သာဓု ဇိတှာယ သံဝရော၊
ကာယေန သံဝရော သာဓု၊ သာဓု မနေန သံဝရော၊
သဗ္ဗတ္ထ သံဝတော ဘိက္ခု၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

စက္ခုနာ-အကြောင်းစက္ခု၊ တင်စားပြုသည့်၊ စက္ခုဝိညာဉ်ဖြင့်၊
သံဝရော-အဘိဈာန်နှင့်၊ ဗျာပါဒေါသ၊ မဖြစ်ရအောင်၊ နေ့ညစောင့်ငြား၊

သတိထားခြင်းသည်၊ သာဓု-ခုဘေးမခ၊ နောင်အေးမြဖို့၊ ဘဝတာရှည်(ရှေ့)၊ ကောင်းမြတ်လှပေ၏။

သောတေန-အကြောင်းသောတ၊ တင်စားရသည့်၊ သောတံဝိညာဉ်ဖြင့်၊ သံဝရော-အဘိဇ္ဈာနှင့်၊ ဗျာပါဒေါသ၊ မဖြစ်ရအောင်၊ နေ့ည စောင့်ငြား၊ သတိထားခြင်းသည်၊ သာဓု-ခုဘေးမခ၊ နောင်အေးမြဖို့၊ ဘဝတာရှည်(ရှေ့)၊ ကောင်းမြတ်လှပေ၏။

ဃာနေန-အကြောင်းဃာန၊ တင်စားရသည့်၊ ဃာနဝိညာဉ်ဖြင့်၊ သံဝရော-အဘိဇ္ဈာနှင့်၊ ဗျာပါဒေါသ၊ မဖြစ်ရအောင်၊ နေ့ည စောင့်ငြား၊ သတိထားခြင်းသည်၊ သာဓု-ခုဘေးမခ၊ နောင်အေးမြဖို့၊ ဘဝတာရှည်(ရှေ့)၊ ကောင်းမြတ်လှပေ၏။

ဇိဝှာယ-အကြောင်းဇိဝှာ၊ တင်စားရာသည့်၊ ဇိဝှာ ဝိညာဉ်ဖြင့်၊ သံဝရော-အဘိဇ္ဈာနှင့်၊ ဗျာပါဒေါသ၊ မဖြစ်ရအောင်၊ နေ့ည စောင့်ငြား၊ သတိထားခြင်းသည်၊ သာဓု-ခုဘေးမခ၊ နောင်အေးမြဖို့၊ ဘဝတာရှည်(ရှေ့)၊ ကောင်းမြတ်လှပေ၏။

ကာယေန-အကြောင်းကာယ၊ တင်စားရသည့်၊ ကာယဝိညာဉ်ဖြင့်၊ သံဝရော-အဘိဇ္ဈာနှင့်၊ ဗျာပါဒေါသ၊ မဖြစ်ရအောင်၊ နေ့ည စောင့်ငြား၊ သတိထားခြင်းသည်၊ သာဓု-ခုဘေးမခ၊ နောင်အေးမြဖို့၊ ဘဝတာရှည်(ရှေ့)၊ ကောင်းမြတ်လှပေ၏။

မနေန-ဘဝင်မနော၊ တင်စားပြောသည့်၊ မနောခေါ်တွင်၊ ဇောဝိညာဉ်ဖြင့်၊ သံဝရော-အဘိဇ္ဈာနှင့်၊ ဗျာပါဒေါသ၊ မဖြစ်ရအောင်၊ နေ့ည စောင့်ငြား၊ သတိထားခြင်းသည်၊ သာဓု-ခုဘေးမခ၊ နောင်အေးမြဖို့၊ ဘဝတာရှည်(ရှေ့)၊ ကောင်းမြတ်လှပေ၏။

သဗ္ဗတ္ထ-အလုံးစုံသော စက္ခုစိသား၊ ၆ ပါးသော ဒွါရတို့၌၊
 သံဝုတော-အဘိဇ္ဈာနှင့်၊ ဗျာပါဒေါသ၊ မဖြစ်အောင်၊ နေ့ညမခြား၊
 သတိထား၍ စောင့်ရှောက်သော၊ ဘိက္ခု-သံသရာရေး၊ လာမည့်
 ဘေးကို၊ မျှော်တွေးရှုတောင်း၊ ရဟန်းကောင်းသည်။ သဗ္ဗဒုက္ခာ-
 အလုံးစုံသော ပဋိသန္ဓေ၊ အိုနာသေရေး၊ ဆင်းရဲဘေးမှ၊ ပမုစ္စတိ-
 မုချပိုင်ပိုင်၊ လွတ်မြောက်နိုင်ပေသတည်း။

အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ

အနေသနာယ စိတ္တံပိ၊
 အဇနေတွာ ဝိစက္ခဏော၊
 အာဇီဝံ ပရိသောဝေယျ၊
 သဒ္ဓါပဗ္ဗဇိတော ယတိ။

ဝိစက္ခဏော-ဘုရားပျက်မှာ၊ သာသနာနှင့်၊ ကိုယ့်မှာနောင်ရေး၊
 မြော်တွေးဆင်ခြင်၊ ပညာပျံ့လည်း၊ ဖြစ်ပေထံသော၊ သဒ္ဓါပဗ္ဗဇိ
 တော-ဘယာပဇော်၊ သဒ္ဓါတွက်ကြောင့်၊ ခွာထွက်သမှု၊ ရဟန်းပြု
 ခဲ့သူလည်း၊ ပြစ်ပေထံသော၊ ယတိ-သာသနာ့ဝန်၊ အားသွန်
 ကြိုးပမ်း၊ ထမ်းဖို့ ရည်ရော်၊ ရဟန်းတော်သည်။ အနေသနာယ-
 ဘုရားစက်ဆုပ်၊ လွန်သေးနပ်သည့်၊ အယုတ်တမာ၊ လေးဖြာ
 ပစ္စည်း၊ ရှာဖွေနည်း၌၊ စိတ္တံပိ-ပြုလုပ်ဖို့ရန်၊ စိတ်အကြံကိုမျှလည်း။
 အဇနေတွာ-သာသနာ့အရှိန်၊ ကိုယ့်အရှိန်ဝယ်၊ ဂုဏ်သိရ်ညစ်ပေ၊
 ပဖြစ်စေဘဲ၊ အာဇီဝံ-တစ်သက်လျာမျှ၊ တစ်ဝမ်းဝဖို့၊ တစ်ခဏ
 အတွက်ကလေး၊ အသက်မွေးကို၊ ပရိသောဝေယျ-ဝန်းကျင်ခပင်း၊
 ပြစ်ပျိုးကင်းအောင်၊ ရှင်းလင်း သုတ်သင်ရာသတည်း။

ပစ္စယသန္နိဿိတသီလ
ဓာတုပဋိကူလ၊ ဝိပဿနာပစ္စဝေက္ခဏာ

ဖိနပ်၊ ဆီမီးကို အစပြု၍၊ ဤယခုနေ့၊ ရှေ့နောက်အရုဏ်နှစ်ခု
အကြား သုံးစားမှီဝဲအပ်သမျှ သင်္ကန်း၊ ဆွမ်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး၊
ပစ္စည်းလေးပါးတို့ကို ကစားစံပယ်၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊ လှပရေဆင်း၊
ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ သုံးဆောင်အပ်သည်မဟုတ်ပါ။

နိဿတ္တ၊ နိဇ္ဇိဝ၊ အဗျာကတ၊ သုည၊ ဓာတ်ရပ်အစစ်၊ အနိစ္စ၊
ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ အသုဘ၊ အရိုးစုဖြစ်သော၊ ဤကိုယ်ခန္ဓာ အတွင်းအပြင်
ရောဂါ ဘေးဘယာ ကင်းကွာ၍ ကျန်းမာ ချမ်းသာ အသက်ရှည်
ကြာစွာ တည်နေလျက်...

စာပေကျမ်းဂန် သင်အံလေ့လာနိုင်ခြင်း၊ သီလ၊ သမာဓိ၊
ဝိပဿနာ ရဟန်းတရားကို ပွားများအားထုတ်နိုင်ခြင်း အကျိုးငှာ
မှီဝဲသုံးဆောင်ပါသတည်း။

အကျဉ်းဆင်ခြင်နည်း -

အသက်ရှည်ကြာ၊ ဘေးရောဂါတို့၊
ကိုယ်မှာမကပ်၊ ပရိယတ်နှင့်၊
ပဋိပတ်ရေး၊ မျှော်ထောက်တွေး၍၊
ဤဆေး ဤဆွမ်း၊ ဤသင်္ကန်းနှင့်၊
ရွှင်လန်းဖွယ်ကောင်း၊ ဤစံကျောင်းကို၊
မှီအောင်း သုံးစွဲပါသတည်း။

မဟာဂန္ဓာရုံဝတ်ရွတ်စဉ်

သီလမစင်ကြယ်သူအပြစ်

ပိဏ္ဍောပိ·ဿ အယောဂုဠော၊
အယောပဠောဝ စီဝရံ၊
ဝိဟာရော အယောကုမ္ဘိဝ၊
သတ္တိဝေဓောဝ အဉ္ဇလိ။

အဿ-ထို သီလ သိက္ခာ၊ ကောင်းစွာမစင်၊ ပုထုဇဉ်ဆိုး၊ ရဟန်းမျိုး၏။ ပိဏ္ဍောပိ-ဒကာ ဒကာမ၊ သဒ္ဓါကြွ၍၊ ထာဝရလှူဒါန်း၊ စားဖွယ်ဆွမ်းသည်လည်း၊ အယောဂုဠောဝ-အရှိန်ရဲရဲ၊ မီးလျှံစွဲသည့်၊ သံခဲသံလုံး၊ သံတုံးတွေနှင့် တူလှပေ၏။ စီဝရံ-ကိုယ်ဝယ်ဆင်မြန်း၊ ဝတ်သင်္ကန်းသည်၊ အယော ပဠောဝ-အရှိန်ကြီးမား၊ မီးလျှံ ဝါးသည်၊ သံပြားကြီးနှင့် တူလှလေ၏။ ဝိဟာရော-သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း၊ နေရာကျောင်းသည်။ အယောကုမ္ဘိဝ-ဝန်းကျင်တောက်ပြောင်၊ ရဲရဲလောင်ညီး၊ သံအိုးကြီးနှင့်တူလှလေ၏။ အဉ္ဇလိ-လူသူအားလုံး၊ ကိုင်းညွတ်ရုံး၍၊ ရွှင်ပြုံးကြည်ညို၊ ရိုသေမြတ်နိုး၊ လက်စုံမိုး၍၊ ရှိခိုးကြခြင်းသည်။ သတ္တိဝေဓောဝ-အရောင်လက်လက်၊ မြမြထက်သည့်၊ လှံရွက်ကို မိုး၊ ဝိုင်း၍ထိုးသည်နှင့် တူလှလေသတည်း။

စိတ်မထိမ်းလျှင်ဘာဝနာအလုပ်မဖြစ်

ကတိဟံ စရေယျ သာမညံ၊
စိတ္တံ စေ န နိဝါရယေ၊
ပဒေ ပဒေ ဝိသီဒေယျ၊
သင်္ကပ္ပိနံ ဝသာနဂေါ။

စိတ္တံ-အာရုံအများ၊ လှည့်လည်သွားလျက်၊ ကျက်စား၍နေ၊

စိတ်လေစိတ်လွင့်ကို၊ စေ န နိဝါရယေ-အကယ်၍ကား၊ သတိ ထား၍ မတားမြစ်နိုင်ငြားအံ့၊ ဧဝံသတိ- ကိုယ့်စိတ်ကိုပင်၊ အမြဲ ယဉ်အောင်၊ ဆင်ခြင်သောအား၊ သတိထား၍၊ မတားမြစ်နိုင် သည်ရှိသော်၊ ကတိဟံ-ဘယ်နှစ် ဘယ်လ၊ ဘယ်ရက်ကျမှ၊ သာမညံ-ကိလေသာခန်း၊ လွတ်ငြိမ်းချမ်းသည့်၊ ရဟန်းစင်စစ်၊ ဖြစ်ဖို့အကြောင်း၊ ကောင်းသော ဘာဝနာအလုပ်ကို၊ စရေယျ- လုံ့လရင့်သန်၊ အသင့်မှန်အောင်၊ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ်၊ အားထုတ် နိုင်ပါတော့အံ့နည်း၊ သင်္ကပ္ပိနံ-ကာမဗျာပါ၊ ဝိဟိံသာဟု၊ ယုတ် မာသုံးလီ၊ အကြံအစည်တို့၏၊ ဝဿနဂေါ-အလိုအကြိုက်၊ ကိုယ့် စရိုက်ကို၊ မိုက်မိုက်မှားမှား၊ လိုက်စားနေသည်ဖြစ်၍၊ ပဒေ ပဒေ- သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း၊ လိုရာပြောင်း၍၊ အကြောင်းအား လျော်စွာ၊ ဣရိယာပုထ်တိုင်း၍၊ ဝိသီဒေယျ-ဘာဝနာအလုပ်၊ အား မထုတ်ဘဲ၊ ဆုတ်ကာ ဆုတ်ကာ၊ နစ်မြုတ်၍နေရာ၏။

ဂုဏ်, လာဘ်နှင့်နိဗ္ဗာန် တစ်လမ်းစီ

အညာ ဟိ လာဘူပနိသာ၊
 အညာ နိဗ္ဗာနဂါမိနီ၊
 ဧဝမေတံ အဘိညာယ၊
 ဘိက္ခု ဗုဒ္ဓဿ သာဝကော၊
 သက္ကာရံ နာဘိနန္ဒေယျ၊
 ဝိဝေကမနုဗြူဟယေ။

လာဘူပနိသာ-လာဘသက္ကာ၊ ရဖို့ရာဟု၊ ဂုဏ်ဝါမျှော်ချင့်၊ ပြု အပ်သောအကျင့်သည်၊ အညာ-နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း၊ အကျင့် ကောင်းမှ၊ ရွဲ့စောင်းသောအား၊ တစ်မျိုးတစ်ခြား၊ တစ်ပါးသာတည်း၊ နိဗ္ဗာနဂါမိနီ-ရုပ်နာမ်ခပ်သိမ်း၊ ချုပ်ငြိမ်းဖို့ရာ၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း၊

ကောင်းသော အကျင့်သည်၊ အညှာ-ဂုဏ်လာဘ်မျှော်ကိုး၊ အကျင့်
ဆိုးမှ၊ တစ်မျိုးတစ်ခြား၊ တစ်ပါးသာတည်း၊ ဝေ-ဤသို့ သွားလမ်း
ခွဲခြမ်းသောအား၊ နှစ်မျိုးနှစ်စားဖြင့်၊ ဝေမဂ္ဂ-သံသရာလည်ရန်၊
အပါယ်စံနှင့်၊ နိဗ္ဗာန်မြန်းဖွယ်၊ လမ်းနှစ်သွယ်ကို၊ အဘိညာယ-သို့
လော သို့လော၊ မတွေးတောဘဲ၊ သဘောအရှိ၊ ဟုတ်တိုင်းသိ၍၊
ဗုဒ္ဓဿ-သိရန်မှန်က၊ မကျန်ရအောင်၊ လုံးဝသိမြင်၊ ဘုရားရှင်၏၊
သာဝကော-ကရုဏာလှုံဆော်၊ မေတ္တာတော်ဖြင့်၊ ဟောဖော်ညွှန်ပြ၊
မြတ်ဓမ္မကို၊ အားရပုံသေ၊ လိုက်နာ၍နေသော၊ ဘိက္ခု-သံသရာ
ဘေး၊ လာမည့်ရေးကို၊ မျှော်တွေးရှုတောင်း၊ ရဟန်းကောင်းသည်၊
သက္ကာရံ-ဒကာ ဒကာမ၊ သဒ္ဓါကြွ၍၊ ဒါနဟုခေါ်၊ ပူဇော်သက္ကာရ
ကို၊ နာဘိနန္ဒေယျ-မရသော်တ၊ ရသော်ကြွ၍၊ အားရခင်မင်၊
လိုချင် တောင့်တ၍ မနေရာ၊ ဝိဝေကံ-အဖော်ကိုရှောင်း၊ အပေါင်း
ကိုခွာ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာဝယ်၊ ဘာဝနာနှစ်ရပ်၊ သမာပတ်ကို၊ အနုဗြူ
ဟယေ-တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့်၊ ရင့်သထက်ရင့်အောင်၊ မလင့်ပုံ
သေ၊ တိုးပွားစေရာ၏။



ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာ

ဗုဒ္ဓဘွဲ့တော်

လက္ခဏာတော်ကြီးငယ်၊ အသွယ်သွယ်ဖြင့်၊ သပ္ပာယ်
 လှစွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါဝယ်၊ ပါရမီတော် အဟုန်၊ ကိုယ်လုံး
 ခြံ၍၊ မွမ်းထုံသင်းကြူ၊ သယံဇာတဟု၊ ဉာဏ်တူကင်းလတ်၊
 အရဟတ်ဖြင့်၊ သတ်ဖြတ်ခပင်း၊ ကိလေ ရှင်းသား၊
 ဉာဏ်ရင်းမဟာ၊ ကရုဏာနှင့်၊ သမ္မာသမ္မောဓိ၊ အစရှိ
 လတ်၊ ဉာဏ်တော်မြတ်၏၊ ကိန်းဝပ်စံပျော်၊ ခန္ဓာပေါ်
 ဝယ်၊ ဘွဲ့တော်ဗုဒ္ဓ၊ တင်ပါရသည်...လောကထွတ်ထား၊
 မြတ်ဘုရား။

ဇိနဘွဲ့တော်

ဘုန်းတော်ထိန်လျှမ်း ၊ ကျွန်ထိပ် ပန်းကား ၊ အစွမ်း
 နှိမ်နှင်း ၊ နယ်ပယ်တွင်းမှ ၊ လွတ်ကင်း ထွက်ငြား ၊ မာရ်
 နတ်သားတည်း။ ထပ်ပွားအသစ် ၊ မဖြစ်နိုင်စေ၊ ကိလေ
 ဘိသင် ၊ မာရ်နှစ်အင်လောင်း ၊ အကြောင်းသမုဒယ ၊
 ပယ်ချပိုင်ပိုင် ၊ သိနိုင်သမှု ၊ ခန်မစ္စဟု ၊ နှစ်ခုမာရ်နှင့် ၊
 ပေါင်းငါးအင်ကို ၊ ပင်ဟေမိမင်း ၊ ဘောင်မြေတွင်း၌ ၊
 မကြွင်းကုန်စင် ၊ အောင်ပွဲယဉ်သည်...မြတ်ရှင်ဇိနဘွဲ့တော်
 ဘုရား။

သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်အစွမ်းသုံးပါး

- ၁။ သိရန်မှန်က၊ မကျန်ရအောင်၊ လုံးဝစုံလင်၊ အကုန်မြင်၊
 သဗ္ဗညုဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း။

၂။ သိသိတရား၊ များများအပြား၌၊ ဟောထားစဖွယ်၊ နည်းသွယ်သွယ်ကို၊ ခြယ်လှယ်စုံလင်၊ အကုန်မြင်၊ သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်အစွမ်းတည်း။

၃။ ကျွတ်ထိုက်ကြပေ၊ များဝေနေ၏၊ ဣန္ဒြေစရိုက်၊ သူ့အကြိုက်ကို၊ နှိုက်ချွတ်စုံလင်၊ အကုန်မြင်၊ သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်အစွမ်းတည်း။

ဉာဏ်တော်စွမ်းပကား၊ ဤသုံးပါးကြောင့်၊ အများဝေနေ၊ ကျွတ်လွတ်စေဖို့၊ မနေမနား၊ သက်တော်အားဖြင့်၊ ကြီးမားလေဘိ၊ ရှစ်ဆယ်ပြည့်၍၊ ပရိနိဗ္ဗာန်၊ စံသည့်တိုင်အောင်၊ သည်ယူဆောင်၊ ဘုန်းခေါင် ငါတို့ ဘုရားတည်း။

ဘုရားပွင့်လာ ကျိုးများစွာ

၁။ ဘုရားရှင်တော်၊ မပွင့်ပေါ်လျှင်၊ လူတော်အများ၊ စိတ်ကောင်းထားလည်း၊ ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့်၊ ထိုထိုဘုံဘဝ၊ မသိရ၊ များလှ အပြစ်တွေ။

၂။ ဘုရားရှင်တော်၊ ပွင့်ထွန်းပေါ်၍၊ ဟောဖော်ညွှန်ကြား၊ မြတ်တရားကြောင့်၊ ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့်၊ ထိုထိုဘုံဘဝ၊ သိကြရ၊ များလှကျေးဇူးပေ။

၃။ ကျေးဇူးတော်ရင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ နေ့စဉ်မပြတ်၊ ကျေးဇူးဆပ်ဖို့၊ အမြတ်ရတနာ၊ သာသနာ၏၊ ဝန်တာနှစ်ခန်း၊ ကိုယ်စီထမ်း၊ ကြိုးပမ်းကြပါလေ။

ဝရဲရှိတယ်၊ တိရစ္ဆာန်ရှိတယ်၊ ပြိတ္တာရှိတယ်၊ လူနဲ့လူမဲ့လူဆင်းရဲရှိတယ်၊ သေရဦးမယ်၊ သတိထား။

စေတနာတူလျှင် အကျိုးတူ

တိဋ္ဌန္တေ နိဗ္ဗုတေ စာပိ၊
သမေ စိတ္တေ သမံ ဖလံ၊
စေတောပဏိဓိဟေတံ ဟိ၊
သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ သုဂ္ဂတီ ။

[ဝိမာန-၆၆]။

တိဋ္ဌန္တေစာပိ-သက်တော်ထင်ထင်၊ တည်ရှိစဉ်ဝယ်၊ ဖူးမြင်ရ
ငြား၊ မြတ်ဘုရား၌ လည်းကောင်း၊ နိဗ္ဗုတေစာပိ-ရွှေပြည်နိဗ္ဗု၊
စံတော်မူသည့်၊ သုံးလူထွတ်ထား၊ မြတ်ဘုရား၌ လည်းကောင်း၊
စိတ္တေ-ဂုဏ်တော်အာရုံ၊ ကောင်းစွာထုံ၍၊ တလုံလဲလဲ၊ မှီဝဲစွဲသုံး၊
စိတ်နှလုံးသည်၊ သမေ-သဒ္ဓါ ပညာ၊ အရာရာဝယ်၊ မက္ခာတန်းတူ၊
ညီမျှပါမူကား၊ သမံဖလံ-အကျိုးပေးဟန်၊ အတန်တန်လည်း၊
ကေန်ညီမျှ၊ တန်းတူရလေတော့၏။ ဟိ (ယုတ္တံ)-ထိုစကားလျှင်၊
မမှားကေန်၊ ယုတ္တံတန်လှပါပေ၏။ သတ္တာ-ယုတ်မြတ်မဟူ၊ သူ
ငါက-စ၊ သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည်၊ စေတောပဏိဓိဟေတု-စိတ်နေ
စိတ်ထား၊ ကြီးမားဖြူစင်၊ ကြည်လင်သန့်ရှင်း၊ အကြောင်းရင်း
ကြောင့်၊ သုဂတီ-လူရွာ နတ်ထံ၊ ချမ်းသာစံလျက်၊ နိဗ္ဗာန်တိုင်ထိ၊
အကောင်းဆုံးဂတိသို့၊ ဂစ္ဆန္တိ-ပါရမီစွမ်းသလောက်၊ စခန်းပေါက်
အောင်၊ လှမ်းရောက်နိုင်ကြပေသတည်း။



မေတ္တာဘာဝနာ

အရပ် ၁၀ မျက်နှာ မေတ္တာပို့

- ၁။ အရှေ့အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
- ၂။ အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
- ၃။ တောင်အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန်ကင်းကွာ၊ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
- ၄။ အနောက်တောင်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
- ၅။ အနောက်အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
- ၆။ အနောက်မြောက်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

- ၇။ မြောက်အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြ ပါစေ။
- ၈။ အရှေ့မြောက်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာ သား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
- ၉။ အရှေ့အရပ်၌ နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာ ကြပါစေ။
- ၁၀။ အထက်အရပ်၌နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြ ပါစေ။
- ၁၁။ အောက်အရပ်၌နေကြသော၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည်၊ ဘေးရန် ကင်းကွာ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြ ပါစေ။

အမျှဝေ

ဤကုသိုလ်အဖို့ကို မိဘဆရာ၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ဒါယကာ ဒါယိကာမ အပေါင်း၊ နတ်အပေါင်းနှင့်တကွ၊ သတ္တဝါဟူသမျှတို့ အား အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ ရကြပါစေသတည်း။

သာဓု...သာဓု...သာဓု။



မေတ္တာအကျိုး (၁၀)မျိုး

မေတ္တာဂုဏ်ရည်၊ ဆယ့်တစ်လီကာ၊ အညီသတ္တဝါ၊ မလပ်ပါ
 အောင်၊ ခါခါနေ့စဉ်၊ မေတ္တာယှဉ်မှု၊ ကြည်လင်အိပ်ပျော်၊ ထချိန်
 တော်၍၊ နိုးသော်ရွှင်ရွှင်၊ အိပ်မက်မြင်လည်း၊ အစဉ်ကောင်းစွာ၊
 မြင်မက်ရာ၏။ ပြည်ရွာလူသား၊ နတ်အများလည်း၊ မြင်ကြားသမျှ၊
 ချစ်ခင်ကြသဖြင့်၊ ဒေဝထွေထွေ၊ စောင့်ရှောက်လေ၏။ မီးရေခိုးသူ၊
 များရန်သူလည်း၊ မယူမဖျက်၊ မနှောက်ယှက်တည်း၊ စိတ်စက်
 လည်းတည်၊ မျက်နှာကြည်၍၊ သေမည်ခါချဉ်း၊ တွေဝေကင်း၏၊
 မှန်းရင်းဓမ္မ၊ မဂ်မရလည်း၊ ဈာန်ရလေလစ်၊ ဗြဟ္မာဖြစ်သည်...
 ဆယ့်တစ် မေတ္တာအကျိုးတည်း။



အသုတ တာဝနာ

၁။ ဣမသ္မိံ ကာယေ ဣမေ ကေသာ နာမ ဝဏ္ဏတောပိ၊
 ဂန္ဓတောပိ , သဏ္ဍာနတောပိ , အာသယတောပိ ,
 ဩကာသတောပိ၊ အသုဘာ၊ ဇေယျာပဋိကူလျာ။

ဤ ငါ၏ခန္ဓာကိုယ်၌ ဤ ဆံပင်တို့မည်သည် အဆင်းအား
 ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အနံ့အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပုံသဏ္ဍာန်အားဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ သလိပ် သည်းခြေ သွေး ပြည်စသောဖြစ်ခဲ့ရာ
 အကြောင်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဖြစ်ရာအရပ်အားဖြင့်လည်းကောင်း
 မတင့်တယ်ကုန်၊ စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်းကုန်၏။ ရွံရှာဖွယ်ကောင်း
 ကုန်၏။

ကေသာ သုညာ အတ္တေနဝါ အတ္တနိယေနဝါ=ဆံပင်တို့သည် အတ္တမှလည်းကောင်း၊ အတ္တ၏ ဥစ္စာအဖြစ်မှ လည်းကောင်း ကင်းကုန်၏။

ဆံပင်တို့သည် ငါမဟုတ်၊ သူမဟုတ်၊ ငါ့ ဥစ္စာလဲမဟုတ်၊ သူ့ဥစ္စာလဲမဟုတ်၊ အချိန်ရှိသရွေ့ ဖြစ်ပျက်နေသော ပထဝီ ဓာတ်လွန်ကဲသော ရုပ်ကလာပ် အစုတို့သာ ဖြစ်ကုန်သည် တကား... ..။

အမှာ။ ။နောက် ကောဋ္ဌာသတိဉ္စလည်း ဤနည်းမှီး၍ လိင်ဝှစ်ကို သတိပြုလျက် ဖြေးဖြေး လေးလေး ရွတ်ပါ။

၂။ ကုမသ္မိ ကာယေ ကုမေ လောမာ နာမ ဝဏ္ဏတောပိ၊
ဂန္ဓတောပိ , သဏ္ဍာနတောပိ , အာသယတောပိ ,
ဩကာသတောပိ၊ အသုဘာ၊ ဇေဂုတ္တေ ပဋိကူလျာ။

လောမာ သုညာ အတ္တေနဝါ အတ္တနိယေနဝါ။ [လောမာ-
မွေးညှင်း။]

၃။ နခါ-(ခြေသည်း လက်သည်း)။

၄။ ဒန္တာ-(သွား)=တူပြီ။

၅။ ကုမသ္မိ ကာယေ အယံ တစော နာမ ဝဏ္ဏတောပိ၊
ဂန္ဓတောပိ , သဏ္ဍာနတောပိ , အာသယတောပိ ,
ဩကာသတောပိ၊ အသုဘော၊ ဇေဂုတ္တေ ပဋိကူလျာ။

တစော သုညာ အတ္တေနဝါ -အတ္တနိယေနဝါ။ [တစော-အရေထူ
အရေပါး။]

၆။ ဣမသ္မိ ကာယေ ဣဒံ မံသံ နာမ ဝဏ္ဏတောပိ ।ပေ ।
အသုဘံ, ဇေတုန္တံ, ပဋိကူလျံ။

မံသံ သုညံ အတ္တေနဝါ အတ္တနိယေနဝါ။ [မံသံ-အသား။]

၇။ ဣမသ္မိ ကာယေ အယံ နှာရ နာမ ।ပေ । ပဋိကူလျော။
နှာရ သုညော အတ္တေနဝါ အတ္တနိယေနဝါ။ [နှာရ-
အကြော။]

၈။ ဣမသ္မိ ကာယေ ဣဒံ အဋ္ဌိ နာမ ।ပေ । ပဋိကူလျံ။
အဋ္ဌိ သုညံ အတ္တေနဝါ အတ္တနိယေနဝါ။
[အဋ္ဌိ-အရိုး။]

၉။ အဋ္ဌိပိဋံ = (ရိုးတွင်းခြင်ဆီ) ၊ ၁၀။ ဝက္ကံ = (အညှို့) ၊
၁၁။ ဟဒယံ = (နှလုံး)၊ ၁၂။ ယကနံ = (အသံ)၊ ၁၃။ ကိလောမ
ကံ = (အမြှေး)၊ ၁၄။ ပိဟကံ = (အပြင်)၊ ၁၅။ ပပ္ဖါသံ = (အဆုတ်)၊
၁၆။ အန္တံ = (အူမ)၊ ၁၇။ အန္တဂုဏံ = (အူသိမ်)၊ ၁၈။ ဥဒရိယံ =
(အစာသစ်)၊ ၁၉။ ကရိသံ = (အစာဟောင်း)၊ ၂၀။ မတ္တလုဂံ =
(ဦးနှောက်)၊

အမှာ ။ အဋ္ဌိအတိုင်း ဆိုပါ။ ဤ ပတ္တလုဂံ အထိ ကောဠာသ
၂၀ သည် ပထဝီဘတ် လွန်ကဲသော ရုပ်ကလာပ်အစုတည်း။

၂၁။ ဣမသ္မိံ ကာယေ ဣဒံ ပိတ္တံ နာမ၊

ဝဏ္ဏတောပိ ၊ပေ ၊ ပဋိကူလံ။

ဤ ငါ၏ ကိုယ်၌ ဤ သည်းခြေမည်သည် အဆင်းအားဖြင့် လည်းကောင်း၊ အနံ့အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပုံသဏ္ဍာန်အားဖြင့် လည်းကောင်း၊ သလိပ် သွေး ပြည် စသော ဖြစ်ခဲ့ရာအကြောင်း အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဖြစ်ရာအရပ်အားဖြင့်လည်းကောင်း မတင့် တယ်၊ စက်ဆုတ်ဖွယ်ကောင်း၏။ ရွံရှာဖွယ်ကောင်း၏။

အမှာ။ ။သည်းခြေအရာ ဖြစ်၍ “သလိပ်, သွေး, ပြည် စသော” ဟုဆိုရသည်။ “သည်းခြေ” မထည့်ရပုံကို သတိပြုပါ။

ပိတ္တံ သုညံ အတ္တေန ဝါ အတ္တနိယေန ဝါ။

သည်းခြေသည် ငါမဟုတ်, သူမဟုတ်, ငါ့ဥစ္စာလဲမဟုတ်, သူ့ဥစ္စာလဲမဟုတ်၊ အချိန်ရှိသရွေ့ ဖြစ်ပျက်နေသော အာပေါ ဓာတ်လွန်ကဲသော ရုပ်ကလာပ်အစုသာ ဖြစ်ပေသည်တကား။

၂၂။ သေမှုံ(သလိပ်) တူပြီ၊ (သည်းခြေ , သွေး , ပြည် စသော ဖြစ်ခဲ့ရာ အကြောင်းအားဖြင့်လည်းကောင်းဟု ဆိုပါ။ “သလိပ်” မထည့်ရ။)

၂၃။ ဣမသ္မိံ ကာယေ အယံ ပုဗ္ဗောနာမ၊ပေ၊ပဋိကူလော။
ပုဗ္ဗော သုညော အတ္တေန ဝါ အတ္တနိယေန ဝါ။
[ပုဗ္ဗော=ပြည်။]

အမှာ။ ။သလိပ် , သည်းခြေ , သွေးစသော ဖြစ်ခဲ့ရာ အကြောင်းအားဖြင့်လည်းကောင်းဟု ဆိုပါ။ “ပြည်” မထည့်ရ။

၂၄။ လောဟိတံ-သွေး။ [ပိတ္တံနှင့် တူပြီ၊ သလိပ်၊ သည်းခြေ ပြည် စသော ဖြစ်ခဲ့ရာ အကြောင်းအားဖြင့် လည်း ကောင်းဟု ဆိုပါ။ “သွေး” မထည့်ရ။]

၂၅။ သေဒေါ=(ခွေး)။

၂၆။ မေဒေါ=(အဆီခဲ) ။ [ပုဗ္ဗောနှင့် တူပြီ။]

၂၇။ အဿု=(မျက်ရည်)။ [ပိတ္တံနှင့် တူပြီ။]

၂၈။ ဣမသ္မိံ ကာယေ အယံ ဝဿ နာမ ပေ၊ ပဋိကူလျာ။

အမှာ။ ။ (၂၅)ကောဋ္ဌာသမှစ၍ (၃၂)အထိ “သလိပ်၊ သည်းခြေ၊ သွေး၊ ပြည် စသော ဖြစ်ခဲ့ရာအကြောင်းအားဖြင့် လည်းကောင်း”ဟု ဆိုပါ။

ဝဿ သုညာ အတ္တေန ဝါ အတ္တနိယေန ဝါ။
(ဝဿ=ဆီကြည်။)

၂၉။ ဣမသ္မိံ ကာယေ အယံ ခေဋ္ဌော နာမ၊ ပေ၊ ပဋိကူလျော ပေ၊ (ခေဋ္ဌော=တံတွေး။)

၃၀။ သိဃာဏိကာ=(နှပ်)။

၃၁။ လသိကာ=(အစေး)။ [ဝဿနှင့် တူပြီ။]

၃၂။ မုတ္တံ=(ကျင်ငယ်)။ [ပိတ္တံနှင့် တူပြီ။]

အမှာ။ ။ ပိတ္တံမှစ၍ မုတ္တံတိုင်အောင် ကောဋ္ဌာသ ၁၂ ပါး သည် အာပေါဓာတ် လွန်ကဲသော ရုပ်ကလာပ်အစုတည်း။

ကျမ်းညွှန်း။ ။ အသုဘ တာဝနာ ဆိုင်ရာ ဂါထာများကို ရုပ်ပုံရှင်ကျင့်ဝတ် ဆဋ္ဌမူ စာမျက်နှာ(၉၇-၉၈)၌ ပြထားပြီ။



မရဏသတိတာဝနာ

အဇ္ဇေဝ ကိစ္စံ အာတပွံ၊
ကော ဇညာ မရဏံ သုဝေ၊
န ဟိ နော သင်္ဂရံ တေန၊
မဟာသေနေန မစ္စုနာ။

အဇ္ဇေဝ-နက်ဖြန်မရွေ့၊ ယခုနေ့၌ပင်၊ အာတပွံ-ကိလေသာ အမှိုက်၊ မီးဖြင့်တိုက်သို့၊ လောင်မြိုက်ဖို့ရန်၊ အဖန်ဖန်အားထားထုတ် မှုကို၊ ကိစ္စံ(ကာတပွံ)-မနားမနေ၊ ပြုသင့်ပေ၏။ သုဝေ-ယနေ့မှ နောက်၊ နက်ဖြန်ရောက်မှ၊ မရဏံ-သေရမည်ကို၊ ကော-နတ်နှင့် လူဝယ်၊ အဘယ်သူသည်၊ ဇညာ-ကောင်းစွာ ပိုင်ပိုင်၊ သိနိုင်ပါအံ့ နည်း။ ဟိ(ယုတ္တံ)-ထိုကဲ့သို့သာ၊ အခါခါဖြင့်၊ မှန်စွာပုံသေ၊ တွေး သင့်ပေ၏။ မဟာသေနေန-တွင်းပနှစ်တန်၊ ရောဂါဒဏ်ဖြင့်၊ ဘေး ရန်ပတ်လည်၊ များသောစစ်သည်ရှိသော၊ တေန မစ္စုနာ-သုံးဆယ့် တစ်ဘုံ၊ အကုန်ချေနင်း၊ ထိုသေမင်းနှင့်၊ သင်္ဂရံ-ကိုယ်ကသာ အောင်၊ ညှာတာအောင်ဟု၊ လက်ဆောင် ချောမြို့၊ တိုက်၍ယူ ခြင်းသည်၊ န နော အတ္ထိ (နတ္ထိဝေ)-မရှိကေန်၊ အမှန်ပင်ဖြစ်ပါပေ သတည်း။



နောက်ဆုံး သေရမည်

ဘုန်းကံကြီးမား၊ ခြွေရံများ၍၊ ခွန်အားပြည့်မတ်၊ ဣဒ္ဓိပါဒ်နှင့်၊
အတတ်ပညာ၊ ကြီးမြင့်ပါလည်း၊ သတ္တဝါအားလုံး၊ ကုန်အောင်ချိုး၊
နောက်ဆုံး သေရမည်တကား။

ရေ၌ဒုတ်ရေး၊ တူတွေးရေပွက်၊ တောင်ထက်မြစ်တူ၊ အားရှိသူ
ထွေး၊ တံတွေးသားတစ်၊ သံအိုးခြစ်၌၊ ချပစ်အလား၊ သတ်မည့်
နွားနှင့်၊ မြက်ဖျားမှာနှင်း၊ ပုံမယွင်းခဲ့၊ နည်းမင်းအာယု၊ ကောင်း
သည့်မှုကို၊ ပြုသင့်လက်ငင်း၊ ခုချက်ချင်း။

ညဉ့်နေ့တစ်နေ့၊ ထက်ဝက်နေ့တည်း၊ တစ်ကြိမ်၍စား၊ ထက်
ဝက်စားနှင့်၊ လေးငါးလုတ်တွင်း၊ မသေလျှင်းမူ၊ ခြောက်ယောက်
လူကို၊ မေ့သူဟောထား။ တစ်လုတ်စားတွင်း၊ ရှူရိုက်တွင်းမှာ၊
မသေပါမူ၊ မြတ်စွာဘုရား၊ ဟောတရားကို၊ အားထုတ်အံ့ဟူ၊
နှစ်ယောက်သူသာ၊ အပူထက်စွာ ပွားသတည်း။

ငါနှင့်ရွယ်တူ၊ ငါ့အောက်လူ၊ ကြီးသူသေကြ များလှပြီ။
ခဏမစဲ၊ အိုစမြဲ၊ ကိုယ်လဲ သေဘက်နီးခဲ့ပြီ။
မသေရမိ၊ ပါရမိ၊ ငါသည် ဖြည့်မှ သင့်တော့မည်။



ဝိပဿနာ အခြေခံ

သံဝေဂဝတ္ထုရှစ်ပါး

အမိဝမ်းခေါင်း၊ ဆယ်လညောင်းမျှ၊ အောင်းခွဲရပေ၊ တည်
သန္ဓေနှင့်၊ လှူပြေလှူရွာ၊ ရောက်ပြန်ပါလည်း၊ အို နာ သေရေး၊
ဒုက္ခဘေးကြောင့်၊ စိတ်အေးကိုယ်ခိုင်၊ မနေနိုင်ခဲ့၊ ဆိုင်ဆိုင်ဒုက္ခ၊
ခံပြီးမှလည်း၊ များလှပါယ်ရွာ၊ ရောက်ကြရှာ၏။

အတိတာရှေး၊ ဤ ဝဋ်ဘေးနှင့်၊ နောင်ရေးနာဂတ်၊ ဒုက္ခထပ်
လိမ့်၊ မပြတ်ခုခါ၊ ဖြစ်တုန်းမှာလည်း၊ အစာရှာရ၊ ထိုဒုက္ခကြောင့်၊
နေညမဟူ၊ ကိုယ်စိတ်ပူ၍၊ သူသူ ငါငါ၊ မသက်သာသည်...ရှစ်
ဖြာသံဝေ ရကြောင်းတည်း။

မီး (၁၁) ပါး

သူသူ ငါငါ၊ ဖြစ်လေရာဝယ်၊ ဦးစွာကြိုဆီး၊ ဇာတိမီးက၊ အပြီး
ပုံသေ၊ လောင်မြိုက်လေ၏။ မသွေတစ်သီး၊ ဇရာမီးလည်း၊ အပြီး
နောက်မှာ၊ ကပ်လျက်ပါ၏။ မကွာစေရ၊ မရဏဟုံ၊ တစ်ဘဝဖျက်
ဆီး၊ လောင်သည့်မီးလည်း၊ ငြီးငြီးပြောင်ပြောင်၊ အမြဲလောင်၏။
လောင်ပုံလောင်အား၊ မထင်ရှားလည်း၊ နုထွားပျိုမျှစ်၊ အရွယ်ဖြစ်
သော်၊ အချစ်ရာဂ၊ မီးတွေထ၍၊ ဒေါသထန်ပြင်း၊ မောဟညှင်း
၏။ မကင်းနိုင်အောင်၊ ထို့နောက်နောင်လည်း၊ တောက်လောင်ဖိစီး၊
သောကမီးကြောင့်၊ ဝမ်းနည်းဖွယ်တွေ၊ အထွေထွေနှင့်၊ ပရိဒေဝ၊
ငိုကြွေးရ၍၊ ဒုက္ခလည်းထပ်၊ ဒေါမနသ်နှင့်၊ ဆက်စပ်မကွာ၊ ဥပါ
ယာသ၊ လွန်ပြင်းပြလျက်၊ သက်မျှမရှု၊ တက်အောင်ပူသည်...
ဆူဆူဆယ့်တစ် မီးတောက်တည်း။

ဝိပဿနာဘာဝနာ

အစိတ်(၆)ပါး ရှုပွားပုံ

အို အို-လူများ၊ သတိထားလော၊ သွားဆဲကာလ၊ ခါသယ
 ဝယ်၊ ပထမခြေလှမ်း၊ ရုပ်နာမ်တန်းတို့၊ လှမ်းဒုတိယ၊ မရောက်
 ကြဘူး၊ ဒုတိယလှမ်း၊ ရုပ်နာမ်တန်းလည်း၊ လှမ်းတတိယ၊
 မရောက်ကြပင်၊ တစ်လှမ်းတွင်လည်း၊ မြောက်စဉ်တစ်မျိုး၊ ရှေ့တိုး
 တစ်ဖုံ၊ လွန်တုံတစ်ဝ၊ အောက်ချတစ်ခင်း၊ ထိခြင်းတစ်လွေ၊ ဖိနင်း
 စေ့အောင်၊ တစ်ရွေ့ရွေ့မြန်း။ ခြေလှမ်းပိုင်းခြား၊ အစိတ် ၆ ပါးဝယ်၊
 သွယ်သွယ်နာမ်တန်း၊ ရုပ်အတန်းတို့၊ နှမ်းအိုးခင်းထက်၊ နှမ်းတွေ
 ကျက်သို့၊ ဖြစ်ပျက်နေကြ၊ အနိစ္စသည်...ဒုက္ခ အနတ္တချည်းတည်း။

အသံ၌ ဝိပဿနာရှုပွားပုံ

က-သံတစ်ခု၊ ဖြစ်ပေါ်မှု၌၊ စိတ်စုဆစ်ဆစ်၊ ရုပ်ထုဖြစ်ဖို့၊ သစ်
 သစ်ပေါ်အောင်၊ အတော်ဆောင်၏၊ ဆောင်သည့်ရုပ်ဓာတ်၊ ထို
 ကလာပ်တွင်၊ ဝိညတ်စုစု၊ ပဲ့ကိုင်မှုဖြင့်၊ စိတ်ပြု ပထဝီ၊ ကံပထဝီ
 တို့၊ လီလီဖန်ဖန်၊ ပွတ်တိုက်ခံမှ၊ က-သံပီပီ၊ နှုတ်၌မည်သည်...
 ထိုဤ အနိစ္စ၊ မှတ်ကုန်ကြ၊ ထိုဤ ဒုက္ခ၊ မှတ်ကုန်ကြ၊ ထိုဤ
 အနတ္တ၊ မှတ်ကုန်ကြ။

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ

- ၁။ ရုပ် နာမ် နှစ်ဝ၊ ဤကာယ၏၊ ခုဖြစ် ခုပျက်၊ မမြဲချက်ကို၊ ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း၊ ဉာဏ်ရောင် လင်းက၊ ယင်းသို့ ကာယ၊ ဟူသမျှ၌၊ ဒုက္ခချည်းသာ၊ ငြီးငွေ့လာ—မှန်စွာစင် ကြယ်ကြောင်း။
- ၂။ ရုပ် နာမ် နှစ်ဝ၊ ဤကာယ၏၊ ဒုက္ခသက်သက်၊ ဆင်းရဲ ချက်ကို၊ ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း၊ ဉာဏ်ရောင် လင်းက၊ ယင်းသို့ ကာယ၊ ဟူသမျှ၌၊ ဒုက္ခချည်းသာ၊ ငြီးငွေ့လာ— မှန်စွာစင်ကြယ်ကြောင်း။
- ၃။ ရုပ် နာမ်နှစ်ဝ၊ ဤကာယ၏၊ အနတ္တတွက်၊ နှစ်မဲ့ချက်ကို၊ ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း၊ ဉာဏ်ရောင် လင်းက၊ ယင်းသို့ ကာယ၊ ဟူသမျှ၌၊ ဒုက္ခချည်းသာ၊ ငြီးငွေ့လာ—မှန်စွာ စင် ကြယ်ကြောင်း။

အနတ္တခန္ဓာ

- ၁။ မအိုပါလို၊ ငါကဆိုလည်း၊ ငါဆိုမရ၊ အိုကြရ၊ အနတ္တ-ခန္ဓာကိုယ်။
- ၂။ မနာပါလို၊ ငါကဆိုလည်း၊ ငါဆိုမရ၊ နာကြရ၊ အနတ္တ-ခန္ဓာကိုယ်။
- ၃။ မသေပါလို၊ ငါကဆိုလည်း၊ ငါဆိုမရ၊ သေကြရ၊ အနတ္တ-ခန္ဓာကိုယ်။

ပျံတော်မူခါနီး_ရေးသားအပ်သော

ဆရာတော်၏ သံဝေဂလင်္ကာ (၁၀)ပုဒ်

- ၁။ ငါတို့နေရာ၊ ဤကမ္ဘာ၊ တဏှာအုပ်စိုးသည်။
- ၂။ တဏှာစေရာ၊ မနေသာ၊ ဖွေရှာဆက်ရသည်။
- ၃။ ရသည့်ဥစ္စာ၊ ချစ်သူပါ၊ စွန့်ခွါသွားရမည်။
- ၄။ တကယ့်အရေး၊ တကယ့်ဘေး၊ ဘယ်သွေးဘယ်သား
မကယ်ပြီ။
- ၅။ ငါနှင့်ရွယ်တူ၊ ငါ့အောက်လူ၊ ကြီးသူသေကြများလှပြီ။
- ၆။ ခဏ မစဲ၊ အိုစမြဲ၊ ကိုယ်လဲ သေဘက်နီးခဲ့ပြီ။
- ၇။ ဇရာမီးတောင်၊ ကိုယ်ထည်းလောင်၊ သေအောင်မြှိုက်
တော့သည်။
- ၈။ မသေရခင်၊ သွားလမ်းစဉ်၊ ကြိုတင်ပြင်သင့်သည်။
- ၉။ ဒါန သီလာ၊ ဘာဝနာ၊ လမ်းသာထွင်လိမ့်မည်။
- ၁၀။ မဂ္ဂင်ယာဉ်ကြီး၊ အမြန်စီး၊ ခရီးထွက်တော့မည်။

ကျေးဇူးရှင်ဆရာတော်အား ကန်တော့လင်္ကာ

ကျေးဇူးရှင်ခေါ်၊ ဆရာတော်၏၊
 ဂုဏ်တော်တမ်းတ၊ ပုံမှန်းဆလျက်၊
 ဂါရဝညွတ်ကျိုး၊ လက်စုံမိုး၍၊
 ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား...။

ဒေဝဒူတသုတ်

ငရဲကြီး(၈)ထပ်

၁။ သဗ္ဗိဝေါတိ

ဇလိတာဝုဟေတ္ထေဟိ၊
ခဏ္ဍိတာပိ နေရယိကာ၊
ဇိဝန္တာ ယမိ ပုနောပိ၊
သဗ္ဗိဝေါတိ ပဝုစ္စတေ။

ယမိနိရယေ-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ မကွင်းနိုင်အောင်၊ အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၊ အကြင်သို့သော ငရဲကြီး၌၊ နေရယိကာ-အမြဲအစွဲ၊ အနဲနဲဖြင့်၊ တစ်သဲသဲဆူ၊ ငရဲသူတို့သည်။ ဇလိတာဝုဟေတ္ထေဟိ-ပြောင်တစ်လက်လက်၊ အရောင်ထွက်သည်၊ လက်နက်ကိုင်စွဲ၊ ငရဲထိမ်းကြီးတို့က၊ ခဏ္ဍိတာပိ-သေလောက် ကြေလောက်၊ အနေရောက်အောင်၊ တောက်တောက် ဖြတ်ဆင်း၊ သတ်ညှင်းအပ်ပါကုန်သော်လည်း၊ ပုနောပိဇိဝန္တာ-အကုသိုလ်ကံ၊ မကုန်ပြန်လျှင်၊ တစ်ဖန်ဆက်တည်၊ အသက်ရှည်ကြရလေကုန်၏။ သောနိရယော-သို့ကလိုက်၊ မကုန်ပြန်လျှင်၊ တစ်ဖန်ဆက်တည်၊ အသက်ရှည်ရိုး၊ ထိုငရဲအိုးကို၊ သဗ္ဗိဝေါတိ-သဗ္ဗိဝေါတိငရဲဟူ၍၊ ပဝုစ္စတေ-ဗျူပွတ်အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်ကိုက်အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့သတည်း။



၂။ ကာဠသုတ်

ကာဠသုတ္တေန တစ္ဆန္တိ၊
ယမိ နိရယပါလကာ၊
အနုဗန္ဓာ ပပတန္တေ၊
ကာဠသုတ္တော ပဝုစ္စတေ။

ယမိနိရယေ-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ မကွင်းနိုင်အောင်၊
အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၊ အကြင်သို့သော ငရဲ
ကြီး၌၊ နိရယပါလကာ-ပြောင်တစ်လက်လက်၊ အရောင်ထွက်သည့်၊
လက်နက်ကိုင်စွဲ၊ ငရဲထိန်းကြီးတို့က၊ အနုဗန္ဓာ-သားကောင်တစ်
သိုက်၊ ခွေးတွေလိုက်သို့၊ ရိုက်နှက်သတ်ညှင်း၊ အတင်းလိုက်ကြ
ကုန်သည်ဖြစ်၍၊ ပပတန္တေ-ဟော တစ်ဟိုက်ဟိုက်၊ အမောဆိုက်
၍၊ မူးမိုက်လဲသွား၊ ငရဲသားတို့ကို၊ ကာဠသုတ္တေန-သစ်ရွေသမား၊
လက်ကိုင်ထားသည့်၊ သစ်များတိုင်းရိုး၊ တစ်မျဉ်းကြိုးဖြင့်၊ တစ္ဆန္တိ-
တိုင်းကာထက်အောက်၊ ပက်လက်မှောက်၍၊ ရှေ့နောက် ရှုပ်ပွေ့
ခုတ်ရွေ့ကြလေကုန်၏။ သော နိရယော-သို့ကလိုက်၊ မကုန်ပြန်
လျှင်၊ ဖန်ဖန် ရှုပ်ပွေ့ ခုတ်ရွေ့ကြရိုး၊ ထိုင်ရဲအိုးကို၊ ကာဠသုတ္တော
တိ-ကာဠသုတ်ငရဲဟူ၍၊ ပဝုစ္စတေ-ဗျူပုတ်အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်
ကိုက်အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့သတည်း။

၃။ သဃာတ

အယောမယပထဗျံ ယမို၊
ကဋိမတ္တံ ပဝေသိတေ၊
အယောသေလာ သံဃာတေန္တိ၊
သဃာတောတိ ပဝုစ္စတေ။

ယမိုနိရယေ-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ မကွင်းနိုင်အောင်၊
အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၊ အကြင်သို့သော ငရဲ
ကြီး၌၊ အယောမယပထဗျံ-၉ ယူဇနာ၊ အလှုံဖြာသည့်၊ သံဃာ
အတိပြီး၊ မြေပြင်ကြီးဝယ်၊ ကဋိမတ္တံ-ဖဝါးလျှောက်ထက်၊ ခါး
လောက်နက်အောင်၊ ပဝေသိတေ-ယိမ်းယိုင်ဆုတ်ခံ၊ မလှုပ်ရန်ဖို့၊
မြှုပ်နှံသွင်းထား၊ ငရဲသားတို့ကို၊ အယောသေလာ-ဂျိုးတစ်ဂျိမ်း
ဂျိမ်း၊ တစ်ဟိန်းဟိန်းနှင့်၊ ဒိန်းဒိန်းညံအောင်၊ အလှုံပြောင်ငြီး၊
သံတောင်ကြီးတို့သည်၊ သံဃာတေန္တိ-ရှေ့နောက်နှစ်ဖက်၊ လှုံစီ
ထွက်၍၊ ဆက်ဆက်နှိပ်မွေ့၊ ကြိပ်ချေကြလေကုန်၏။ သောနိရ
ယော-သို့ကလိုက်၊ မကုန်ပြန်လျှင်၊ ဖန်ဖန်နှိပ်မွေ့၊ ကြိပ်ချေကြရိုး၊
ထိုငရဲအိုးကို၊ သဃာတောတိ-သဃာတငရဲဟူ၍၊ ပဝုစ္စတေ-ဗျူပွတ်
အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်ကိုက်အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့သတည်း။

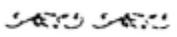


၄။ ဇာလရောရဝ

ဇာလာဟိ ပဝိသိတွာန၊ ခုယုမာနာ ဒယာဝဟံ၊
မဟာရဝံ ရဝန္တေတ္ထ၊ ဝုစ္စတေ ဇာလရောရဝေါ။

တ္ထေနိရယေ-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ မကွင်းနိုင်အောင်၊
အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၊ ဤ မည်သောငရဲကြီး၌

ဇာလာဟီ-တစ်ခဲလုံး၊ ပြုတ်ပြုတ်ပြုန်းမျှ၊ တစ်ဟုန်းဟုန်းထန်၊
 မီးတောက် မီးလှုံတို့သည်၊ ပဝိသိတ္တာနု-ဒွါရ ၉ သွယ်၊ အပေါက်
 ငယ်မှ၊ ဘယ်ဝယ်မကြွင်း၊ ချဉ်းနင်း ဝင်ရောက်ကြကုန်လျက်၊ ခုယု
 မာနာ-အတင်းအကြပ်၊ လောင်ကျွမ်းအပ်သည့်၊ များလတ်ဘိ
 တောင်း၊ ငရဲသားအပေါင်းတို့သည်၊ ဒယာဝဟံ-အားငယ်ပါးငယ်၊
 အများကယ်အောင်၊ သနားဖွယ်ကို ဆောင်သော၊ မဟာရဝံ-
 ကယ်ပါယူပါ၊ တစ်စာစာနှင့်၊ ကြမ္မာထန်သီး၊ အသံကြီးကို၊ ရဝန္တိ-
 သံကုန်လှစ်၍၊ ဟစ်အော်ကြရှာလေကုန်၏၊ သောနိရယော-သို့က
 လိုက်၊ မကုန်ပြန်လျှင်၊ ဖန်ဖန်အော်ရိုး၊ ထိုငရဲဒိုးကို၊ ဇာလရောရ
 ဝေါ-ဇာလရောရဝငရဲဟူ၍၊ ဝုစ္စတေ-ပျံ့ပွတ်အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်
 ကိုက်အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့သတည်း။



၅။ ဓူမရောရဝ

ဓူမေဟီ ပဝိသိတ္တာနု၊
 သေဒမာနာ ဒယာဝဟံ၊
 မဟာရဝံ ရဝန္တေတ္ထ၊
 ဝုစ္စတေ ဓူမရောရဝေါ။

တ္ထေနိရယေ-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ ပကွင်းခိုင်အောင်၊
 အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၍ပည့်သော ငရဲကြီး၌၊
 ဓူပေဟီ-တစ်ခဲလုံး၊ လွှမ်းအုပ်ပုံးလျက်၊ တစ်ရုန်းရုန်းတိုး၊ ပီးအိုး
 တို့သည်၊ ပဝိသိတ္တာနု- ဒွါရ ၉ သွယ်၊ အပေါက်ငယ်မှ၊
 ဘယ်ဝယ်မကြွင်း၊ ချဉ်းနင်း ဝင်ရောက်ကြကုန်လျက်၊ သေဒမာနာ-

အတင်းအကြပ်၊ နူးနှပ်အပ်သည့်၊ များလတ်ဘိတောင်း၊ ငရဲသား
 အပေါင်းတို့သည်၊ ဒယာဝဟံ-အားငယ်ပါးငယ်၊ အများကယ်
 အောင်၊ သနားဖွယ်ကိုဆောင်သော၊ မဟာရဝံ-ကယ်ပါယူပါ၊
 တစ်စာစာနှင့်၊ ကြမ္မာထန်သည်၊ အသံကြီးကို၊ ရဝန္တိ-သံကုန်လှစ်
 ၍၊ ဟစ်အော်ကြရူလေကုန်၏။ သောနိရယော-သို့က လိုကံ၊
 မကုန်ပြန်လျှင်၊ ဖန်ဖန်အော်ရိုး၊ ထိုငရဲအိုးကို၊ ဝူမရောရဝေါ-
 ဝူမရောရဝငရဲဟူ၍၊ ဝုစ္စတေ-ဗျူပွတ်အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်ကိုက်
 အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့သတည်း။



၆။ တာပန

ဇလိတေ အယသ္မုလမ္ပိ၊
 နိစ္စလံ နိဿိဒါပိတေ၊
 တာပေတိ ပါပကေ ပါဏေ၊
 တာပနောတိ ပဝုစ္စတေ။

ယောနိရယော-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ မကွင်းနိုင်
 အောင်၊ အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၊ အကြင်
 သို့သော ငရဲကြီးသည်၊ ဇလိတေ-ရဲရဲညီးလောင်၊ ပြောင်တစ်လက်
 လက်၊ အရောင်ထွက်၍ နေသော၊ အယသ္မုလမ္ပိ-ထန်းလုံးပင်စဉ်၊
 ပမာထင်သည့်၊ သံလျှင်အတိပြီး၊ တံကျင်ကြီး၌၊ နိစ္စလံ နိဿိဒါပိ
 တေ-မယိမ်းမယိုင်၊ ထိုင်စေအပ်ကုန်လျက်၊ ပါပကေ ပါဏေ-
 အယုတ်တမာ၊ သတ္တဝါအများ၊ ငရဲသားတို့ကို၊ တာပေတိ-ကိုယ်
 လုံးရဲရဲ၊ မီးလျှံစွဲဖို့၊ အမြဲပုံသေ၊ ပူလောင်စေ၏။ သောနိရယော-သို့က
 လိုကံ၊ မကုန်ပြန်လျှင်၊ ဖန်ဖန်လောင်ပို့၊ နုပျော့အိုးကို၊ တာပနောတိ-

တာပနုငရဲဟူ၍၊ ပဝုစ္စတေ-ဗျူပ္ပုတ်အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်ကိုက်အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့သတည်း။



၇။ မဟာတာပန

အယောသေလံ အာရောပေတွာ၊
ဟေဋ္ဌာသူလံ ပတာပိယ၊
ပါပကေ ယော ပတာပေတိ၊
ပတာပနောတိ ဝုစ္စတေ။

ယောနိရယော-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ မကွင်းနိုင်အောင်၊ အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၊ အကြင်သို့သောငရဲကြီးသည်၊ အယောသေလံ-ရဲရဲညှိုးလောင်၊ အလှူပြောင်လက်၊ သံတောင်ထက်သို့၊ အာရောပေတွာ-ရိုက်နှက်သောအား၊ တင်ထားပြီး၍၊ ဟေဋ္ဌာသူလံ-တောင်ခြေစိုက်ထား၊ တံကျင်ဖျားသို့၊ ပတာပိယ-ကံကြမ္မာမွေ့၊ မုန်တိုင်းလေကြောင့်၊ အနေမမှန်၊ ကျွမ်းပြန်ခေါက်ချိုး၊ စောက်ထိုးကျစေလျက်၊ ပါပကေ-အယုတ်တမာ၊ သတ္တဝါအများ၊ ငရဲသားတို့ကို၊ ပတာပေတိ-တာပနထက်၊ နှစ်ဆတက်အောင်၊ နိပ်စက်ဆန်းမွေ့၊ လောင်ကျွမ်းစေ၏။ သောနိရယော-သို့ကလိုက်၊ မကုန်ပြန်လျှင်၊ ဖန်ဖန်လောင်ရိုး၊ ထိုင်ရဲအိုးကို၊ ပတာပနောတိ-ပတာပနငရဲဟူ၍၊ ဝုစ္စတေ-ဗျူပ္ပုတ်အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်ကိုက်အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့ သတည်း။



၈။ အဝီစိ

ဇာလာနံ သတ္တာနံ ယတ္ထ၊
 နတ္ထိ ဒုက္ခဿ အန္တရံ၊
 ဗာလာနံ နိဝါသော သော ဟိ၊
 အဝီစိတိ ဝုစ္စတေ။

'ယတ္ထနိရယေ-ကံကြမ္မာရင်း၊ ဖန်လာညှင်းက၊ မကွင်းနိုင်
 အောင်၊ အတင်းဆောင်လျက်၊ သွင်းလှောင်ပိတ်ဆီး၊ အကြင်သို့
 သောဝရဲကြီး၌၊ ဇာလာနံ-ဝဲယာရှေ့နောက်၊ အထက်အောက်မှ၊
 ထွင်းဖောက်ထွက်သွား၊ မီးအလှုံအများတို့၏လည်းကောင်း၊ သတ္တာ
 နံ-ကျည်တောက်အတွင်း၊ နှမ်းမုန်ညှင်းသို့၊ ပြည့်တင်းကြပ်လှောင်း၊
 သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏လည်းကောင်း၊ ဒုက္ခဿ-ကိုယ်ရောစိတ်မှာ၊
 မသက်သာအောင်၊ ဆက်ကာနှိမ်နင်း၊ ဆင်းရဲခြင်း၏လည်းကောင်း၊
 အန္တရံ နတ္ထိ-တစ်မိနှစ်မျှ၊ မလစ်ရ၍၊ ခေတ္တနားရန်၊ အကြားမကျန်
 တော့ချေ၊ ဗာလာနံ-ကမ္ဘာတိုက်ဖွား၊ ငမိုက်သားတို့၏၊ နိဝါသော-
 အမြဲမပြတ်၊ နေထိုင်ရာအရပ်ဖြစ်သော၊ သော ဟိ နိရယော-
 အကုသိုလ်ကံ၊ အရင်းခံလျက်၊ သယံဇာတ၊ ထာဝရဖြင့်၊ ကာလ
 ကြာပြီး၊ ထိုဝရဲကြီးကို၊ အဝီစိတိ-အဝီစိငရဲဟူ၍၊ ဝုစ္စတေ-ဗျူပွတ်
 အလိုက်၊ ရုပ်ဓာတ်ကိုက်အောင်၊ သမိုက်အပ်လေတော့သတည်း။



ဥဿဒေရဲငယ်များ

၁။ ဘင်ပုပ်

အဝိစိမှာ ပမုတ္တာပိ၊ အမုတ္တာ သေသပါပိနော၊
ပစ္စန္တိ ပူတိကေ ဂူထေ၊ တဿေဝ သမနန္တရေ။

အဝိစိမှာ-ဒုက္ခထန်သည်၊ အဝိစိငရဲကြီးမှ၊ ပမုတ္တာပိ-ကံအား
လျော်စွာ၊ လွတ်မြောက်ရပါကုန်သော်လည်း။ သေသပါပိနော-
အကုသိုလ်ကံ၊ အကျန်အကြွင်း၊ မကင်းသေးသူတို့သည်။ အမုတ္တာ-
အပြီးအပြတ်၊ မလွတ်လပ်ကြကုန်ဘဲ။ တဿေဝ-ဒုက္ခထန်သည်၊
ထို အဝိစိငရဲကြီး၏သာလျှင်။ သမနန္တရေ-အကွက်မလပ်၊ ဆက်စပ်
လျက်တည်သော၊ ပူတိကေဂူထေ-ပိုးလောက်တွေပြွမ်း၊ ပုပ်နံ့လွှမ်း
လျက်၊ ဆိုးသွမ်းဘိခြင်း၊ ဘင်ပုပ်တွင်း၌၊ ပစ္စန္တိ-ကိုယ်လုံးငုပ်လျှိုး၊
ပိုးလောက်ထိုးဖို့၊ တစ်မျိုးဆက်ကာ၊ ကျက်ရရှာလေကုန်၏။

၂။ ဖြာပူ

ပူတိဂူထာ ပမုတ္တာပိ၊ အမုတ္တာ သေသပါပိနော၊
ပစ္စန္တိ ကုက္ကုလေ ဂူထေ၊ တဿေဝ သပနန္တရေ။

ပူတိ ဂူထာ-ပိုးလောက်တွေပြွမ်း၊ ပုပ်နံ့လွှမ်းလျက်၊ ဆိုးသွမ်းဘိ
ခြင်း၊ ဘင်ပုပ်တွင်းမှ၊ ပမုတ္တာပိ-ကံအားလျော်စွာ၊ လွတ်မြောက်
ရပါကုန်သော်လည်း။ သေသပါပိနော- အကုသိုလ်ကံ၊ အကျန်
အကြွင်း၊ မကင်းသေးသူတို့သည်။ အမုတ္တာ-အပြီးအပြတ်၊ မလွတ်
လပ်ကြကုန်ဘဲ။ တဿေဝ-ပိုးလောက်ကိုက်ခဲ၊ ထို ဘင်ပုပ်ငရဲ၏

သာလျှင်၊ သမနန္တရေ-အကွက်မလပ်၊ ဆက်ဆပ်လျက်တည်သော၊
ကုက္ကုလေ ဥဏှေ-လွန်မင်းပြင်းပြ၊ ပူလောင်လှသည့်၊ အောက်က
မီးခဲ၊ ပြာပူထဲ၌၊ ပစ္စန္တိ-ကျလျှင်စုပ်စုပ်၊ ကိုယ်လုံးမြုပ်လျက်၊
မလှုပ်သာ မယှက်သာ၊ ကျက်ရရှာလေကုန်၏။

၃။ လက်ပံတော

ကုက္ကုလုဏှာ ပမုတ္တာပိ၊ အမုတ္တာ သေသပါပိနော၊
ပစ္စန္တိ သိမ္ဗလိဒါယေ၊ တဿေဝ သမနန္တရေ။

ကုက္ကုလုဏှာ-လွန်မင်းပြင်းပြ၊ ပူလောင်လှသည့်၊ အောက်က
မီးခဲ၊ ပြာပူထဲမှ၊ ပမုတ္တာပိ-ကံအားလျော်စွာ၊ လွတ်မြောက်
ရပါကုန်သော်လည်း၊ သေသပါပိနော- အကုသိုလ်ကံ၊ အကျန်
အကြွင်း၊ မကင်းသေးသူတို့သည်၊ အမုတ္တာ-အပြီးအပြတ်၊ မလွတ်
လပ်ကြကုန်ဘဲ၊ တဿေဝ-ပူလောင်ထန်သဲ၊ ထို ပြာပူငရဲ၏သာ
လျှင်၊ သမနန္တရေ-အကွက်မလပ်၊ ဆက်ဆပ်လျက် တည်သော၊
သိမ္ဗလိဒါယေ-ယူနေ့မြင့်မောက်၊ မီးလျှံတောက်သည့်၊ ထက်
အောက်မကျန်၊ ပင်လက်ပံပေါ၊ ငရဲတော၌၊ ပစ္စန္တိ-အမြဲနှိပ်စက်၊
သတ်ပုတ်ချက်ကြောင့်၊ တက်ကာသက်ကာ၊ ကျက်ရရှာလေကုန်၏။

၄။ သန်လျက်ရွက်

သိမ္ဗလိမှာ ပမုတ္တာပိ၊ အမုတ္တာ သေသပါပိနော၊
ပစ္စန္တိ အသိပတ္တေ၊ တဿေဝ သမနန္တရေ။

သိမ္ဗလိမှာ-ပင်လက်ပံပေါ၊ ငရဲတောမှ၊ ပမုတ္တာပိ-ကံအား
လျော်စွာ၊ လွတ်မြောက်ရပါကုန်သော်လည်း၊ သေသပါပိနော-အကု
သိုလ်ကံ၊ အကျန်အကြွင်း၊ မကင်းသေးသူတို့သည်၊ အမုတ္တာ-အပြီး
အပြတ်၊ မလွတ်လပ်ကုန်ဘဲ၊ တဿေဝ-ပင်လက်ပံပေါ၊ ထိုငရဲတော

၏သာလျှင်၊ သမနန္တရေ-အကွက်မလပ်၊ ဆက်စပ်လျက်တည်သော၊
အသိပတ္တေ-ခါး သန်လျက်၊ ပမာထက်သည့်၊ အရွက်တွေပေါ့၊
တော၏သပွယ်၊ ငရဲငယ်၌၊ ပပစ္စန္တိ-လွန်မင်းပြင်းထန်၊ အရှင်ခံ၍၊
နိယံမသွေ၊ ကျက်ရရှာလေကုန်၏။

၅။ ကြိမ်ပိုက်မြစ်

အသိပတ္တာ ပမုတ္တာပိ၊ အမုတ္တာ သေသပါပိနော၊
ပပစ္စန္တိ ခါရောဒကေ၊ တဿေဝ သမနန္တရေ။

အသိပတ္တာ-သန်လျက်ရွက်ပေါ့၊ ငရဲတောမှာ၊ ပမုတ္တာပိ-ကံ
အားလျော်စွာ၊ လွတ်မြောက်ရပါကုန်သော်လည်း။ သေသပါပိနော-
အကုသိုလ်ကံ၊ အကျန်အကြွင်း၊ မကင်းသေးသူတို့သည်၊ အမုတ္တာ-
အပြီးအပြတ်၊ မလွတ်လပ်ကြကုန်ဘဲ၊ တဿေဝ-သန်လျက်ရွက်ပေါ့၊
ထိုငရဲတော၏သာလျှင်၊ သမနန္တရေ-အကွက်မလပ်၊ ဆက်စပ်လျက်၊
တည်သော၊ ခါရောဒကေ-ကြိမ်ဆူးတွေရုံ၊ စပ်ခါးငံလျက်၊ သံရေပူ၊
လှောင်း၊ ပြစ်ငယ်ချောင်း၌၊ ပပစ္စန္တိ-မျောလျက်စုန်ဆန်၊ စူးရှခံ၍၊
နိယံမသွေ၊ ကျက်ရရှာလေကုန်၏။

ဒါနခန်း

ပုညကြိယဝတ္ထု ကောင်းသော အကျိုးတရားတို့၏ တည်ရာ အကြောင်းဖြစ်၍ သူတော်ကောင်းတို့သည် ပြုသင့်ပြုထိုက်သော ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို “ပုညကြိယဝတ္ထု” ဟု ခေါ်ပါသည်။ ထို ပုညကြိယဝတ္ထုသည် ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ၊ အပစာယန၊ ဝေယျာဝစ္စ၊ ပတ္တိဒါန၊ ပတ္တာနုမောဒန၊ ဓမ္မဿဝန၊ ဓမ္မဒေသနာ၊ ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မ အားဖြင့် ဆယ်ပါးအပြားရှိ၏။

ဒါန(၂)မျိုး ထိုတွင်...စွန့်ကြပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်းသည် ဒါန မည်၏။ ထို ဒါနသည် စေတနာဒါန၊ ဝတ္ထုဒါန အားဖြင့် နှစ်ပါးအပြားရှိ၏။ ထိုတွင် လှူလိုသောအခါ ဖြစ်ပေါ်လာ သော စေတနာသည် ပုဗ္ဗစေတနာမည်၏။ လှူဒါန်းဆဲ (လှူဒါန်းနေ ချိန်)တွင် ဖြစ်ပေါ်လာသော စေတနာသည် မုဉ္ဇစေတနာမည်၏။ လှူပြီးသောအခါ ဖြစ်ပေါ်လာသော စေတနာသည် အပရစေတနာ မည်၏။ ဤသို့ ပုဗ္ဗ၊ မုဉ္ဇ၊ အပရ စေတနာသုံးပါးသည် စေတနာဒါန မည်၏။ လှူဖွယ်ဝတ္ထုသည် ဝတ္ထုဒါနမည်၏။ နောက်နောင်အကျိုး ပေးသောအခါ စေတနာဒါနသည်သာ အကျိုးပေး၏။ ဝတ္ထုဒါန သည်ကား စေတနာ ထက်သန်ဖို့ရာ အာရုံမျှသာဖြစ်၏။ စေတနာ မသန်ရှင်းလျှင် အကျိုးပေးလည်း မသန်ရှင်းပါ။

မသန့်ရှင်းသော ဒါန ဂုဏ်ကိုလည်းကောင်း၊ လာဘ်ကို လည်းကောင်း၊ ဘဝစည်းစိမ်ကို လည်းကောင်း တောင့်တ၍ စွန့်ကြဲ ပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်းသည် လောဘပါဝင်နေသောကြောင့် မသန့်ရှင်းသော ဒါနဖြစ်၏။ အလှူနှင့်စပ်၍ စိတ်ဆိုးခြင်း၊ ဝမ်းနည်းခြင်း၊ နှလုံးမသာယာခြင်း ဖြစ်နေလျှင် ဒေါသ၊ ဒေါမနဿ ပါဝင်နေသောကြောင့် မသန့်ရှင်းသော ဒါနဖြစ်၏။

လောဘ ပါဝင်သော ဒါနကြောင့် အကျိုးရသောအခါ လောဘကြီးသူ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဒေါသ ပါဝင်သော ဒါနကြောင့် အကျိုးရသောအခါ ဒေါသကြီးသူ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဒေါမနဿ ပါဝင်သော ဒါနကြောင့် အကျိုးရသောအခါ ထိုစည်းစိမ်ကို မခံစားလိုဘဲ လူနံ့ လူမွဲ လူဆင်းရဲကဲ့သို့ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

တိဟိတ်၊ ဒွိဟိတ် ကံ-ကံ၏ အကျိုးကို ယုံကြည် နားလည်သောကမ္မဿကတာဉာဏ်၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟုရှုတတ်သော ဝိပဿနာဉာဏ် ပါဝင်သော ကုသိုလ်သည် တိဟိတ် ကုသိုလ်ဖြစ်၏။ ထို ဉာဏ်မျိုးမပါလျှင် ဒွိဟိတ် ကုသိုလ်ဖြစ်၏။

အလှူ၏ ရှေ့အပို့ နောက်အပို့၌ ကုသိုလ်ခြံရံလျှင် ဥက္ကဋ္ဌ ကုသိုလ်ဖြစ်၏။ အကုသိုလ်ခြံရံလျှင် သြပက ကုသိုလ်ဖြစ်၏။

[ဆောင်] ကုသိုလ်ပြုစဉ်၊ ကံကျိုးပြင်သိ၊ ဉာဏ်ယှဉ်ဘိ၊ တိဟိတ် ကုသိုလ်ခေါ်။
 ကံကျိုးမသိ၊ ဉာဏ်မရှိ၊ ဒွိဟိတ်ကုသိုလ်ခေါ်။

ရှေ့နောက် နှစ်ရပ်၊ ကုသိုလ်ညှပ်၊ ဥက္ကဋ္ဌ ဆင့်၍
ခေါ်။

ရှေ့နောက် နှစ်တန်၊ အကု ခြံ၊ တစ်ဖန် သြမက
ခေါ်။

တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် တိဟိတ်ဥက္ကဋ္ဌ ကုသိုလ်ကြောင့် နောက်နောင်
ဘဝ၌ ပဋိသန္ဓေ နေသောအခါ ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်
သော တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ တည်နေရ၍ တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ရလေ
သည်။ ထိုတိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အရာရာဝယ် စဉ်းစားဉာဏ်ရှိ၍
သင်ပြရာ၌ တတ်သိနားလည်သူ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် တိဟိတ် သြမကနှင့် ဒွိဟိတ် ဥက္ကဋ္ဌ ကုသိုလ်
ကြောင့် နောက်နောင် ဘဝ၌ ပဋိသန္ဓေ နေရ
သောအခါ ဉာဏ်နှင့်မယှဉ်သော ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ တည်နေရ၍
ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ရလေသည်။ ထို ဒွိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အရာရာ
ဝယ် စဉ်းစားဉာဏ်နည်းပါး၍ သင်ပြရာ၌ တတ်သိနားလည်ဖို့ရန်
မလွယ်ကူသူ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

အဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ် ဒွိဟိတ်သြမက ကုသိုလ်ကြောင့် နောက်နောင်
ဘဝ၌ ပဋိသန္ဓေ နေရသောအခါ အလောဘ၊
အဒေါသ၊ အမောဟဟူသော ဟိတ်တစ်ခုမျှ မယှဉ်သော အဟိတ်
ပဋိသန္ဓေ တည်နေရ၍ အဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်ရလေသည်။ ထိုအဟိတ်
ပုဂ္ဂိုလ်သည် အရာရာဝယ် စဉ်းစားဉာဏ်မရှိဘဲ သင်ပြရာ၌
တတ်သိ နားလည်နိုင်ခဲ့သူ၊ လူဖျင်း၊ လူအ၊ လူန၊ လူထိုင်း၊ လူ
အရိုင်းအစိုင်း ဖြစ်တတ်ပါသည်။

အကျိုးကြီး၊ မကြီး အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်သည် လယ်ယာမြေနှင့်တူ၏။
လှူဖွယ်ဝတ္ထုနှင့် စေတနာစုသည် မျိုးစေ့
နှင့်တူ၏။ အလှူရှင်သည် လယ်ယာလုပ်သူနှင့် တူ၏။

လယ်ယာမြေမကောင်းလျှင် အပင်ကြီးကြီး အသီးထွားထွား
မဖြစ်နိုင်သကဲ့သို့ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်က သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာမရှိလျှင်
အကျိုးကြီးကြီး မပေးနိုင်၊ လယ်ယာမြေက ကောင်းသော်လည်း
မျိုးစေ့က မကောင်းလျှင် အပင်ကြီးကြီး အသီးထွားထွား မဖြစ်နိုင်
သကဲ့သို့ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်က သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ရှိသော်လည်း
လှူဖွယ်ဝတ္ထုနှင့် စေတနာစုက မသန့်ရှင်းလျှင် အကျိုးကြီးကြီး
မပေးနိုင်။

လယ်ယာမြေနှင့် မျိုးစေ့က ကောင်းသော်လည်း လယ်ယာလုပ်
ကိုင်သူက နားမလည်လျှင် အပင်ကြီးကြီး အသီးထွားထွား မဖြစ်
နိုင်သကဲ့သို့ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်က သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာရှိ၍ လှူဖွယ်
ဝတ္ထုနှင့် စေတနာစုက သန့်ရှင်းသော်လည်း အလှူရှင်က နားမ
လည်လျှင် အကျိုးကြီးကြီး မပေးနိုင်။

[ဆောင်] အလှူခံမှာ၊ လယ်ပမာ၊ လှူရှာသူများ၊ လယ်သမား။
အများလှူဖွယ်၊ မျိုးစေ့နယ်၊ နောင်ဝယ်အသီးစား။

[ဆောင်] ဒါနအစွမ်း၊ လက်ရုံးတန်းဖို့၊ ဆုံးခန်းရောက်
ဖွယ်၊ ဤကျမ်းငယ်က၊ အဘယ်ထုတ်ချောက်၊
ရေးသားလောက်လိမ့်၊ နှိုင်းထောက်ကြံခြယ်၊

ဉာဏ်မမယ်တို့၊ စိတ်ဝယ် ဝိုးဝါး၊ မထင်မှားနှင့်၊
 ဘုရားဆူဆူ၊ ဒါနကူမှ၊ သုံးလူသင်းကျစ်၊ ဧကန်
 ဖြစ်၍၊ အသစ်တရား၊ ဟောဖော် ထားလျက်၊
 အများဝေနေ၊ ကျွတ်လွတ်စေ၏။ ထွေထွေများ
 မြှောင်၊ ဒါနဆောင်သော်၊ ပြောင်တစ်လက်လက်၊
 အရောင်ထွက်သို့၊ ခေါင်ထက်ခေါင်နင်း၊ ဖြစ်ကြ
 ခြင်းနှင့်၊ ယင်းသည့်ဒါန၊ မပါကြသည့်၊ ဒုက္ခသည်
 စု၊ တွေ့တိုင်းရှု၍၊ လှူမှုအားကိုး၊ ဒါနမျိုးကို၊
 ပျိုးလေ ဆန်းဆန်း၊ နေ့စဉ်လန်းအောင်၊ ကျွတ်
 တန်းဝင်လိုဘိမူကား။



သီလခန်း

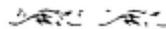
သီလ (၂) မျိုး ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်တို့ကို စောင့်ထိန်းခြင်းသည် သီလ ပည်၏။ ထို သီလသည် စာရိတ္တသီလ၊ ဝါရိဗ္ဗသီလအားဖြင့် နှစ်ပါးအပြားရှိ၏။

ထိုတွင် ဆရာကောင်း၊ သမားကောင်း၊ ပိကောင်း၊ ပကောင်း၊ ဆွေကောင်း၊ ပျိုးကောင်းတို့၏ ကောင်းသော အကျင့်အတိုင်း ပြောဆို နေထိုင်ခြင်းသည် "စာရိတ္တသီလ" မည်၏။ မပြုမကျင့်ရဟု တားမြစ်အပ်သော အမှုကို မပြု မကျင့်ဘဲ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည် "ဝါရိတ္တသီလ" မည်၏။ ထို့အပြင် လူဝတ်ကြောင်တို့ စောင့်ထိန်း အပ်သော ဂဟဋ္ဌသီလ၊ ရဟန်းသားပဏောတို့ စောင့်ထိန်းအပ်သော ပဗ္ဗတိတသီလအားဖြင့် နှစ်ပါးအပြားရှိ၏။ ဂဟဋ္ဌသီလသည်လည်း နိစ္စသီလ၊ ဥပေါသထသီလ အားဖြင့် နှစ်ပါးအပြားရှိ၏။ ထိုတွင် ငါးပါးသီလ၊ အာဇိဝဋ္ဌပကသီလသည် လူဝတ်ကြောင်တို့ အပြု စောင့်ထိန်းအပ်သော "နိစ္စသီလ" မည်၏။ ရှစ်ပါးသီလ၊ ကိုးပါး သီလ၊ ဆယ်ပါးသီလသည် တစ်ရံတစ်ခါ စောင့်ထိန်းအပ်သော "ဥပေါသထသီလ" မည်၏။

ဥပုသ် (၃) မျိုး ထို ဥပုသ်စောင့်ထိန်းခြင်းသည် နိဂဏ္ဏဥပုသ်၊ ဂေါပါလကဥပုသ်၊ အရိယဥပုသ်၊ အားဖြင့် သုံးပါး အပြားရှိ၍ ထိုတွင် နိဂဏ္ဏတို့ စောင့်ထိန်းအပ်သော ဥပုသ် သည် "နိဂဏ္ဏဥပုသ်" မည်၍ ဓွားကျောင်းသားသည် ဓွားစားကျက် ဝဋ်ကို ကြံစည်နေသကဲ့သို့ ထို့အတူ သီလယူပြီးနောက် အစား

အသောက်နှင့် အိမ်ယာကိစ္စကို ပြောဆိုကြစည်၍ နေခြင်းသည် “ဂေါပါလကဥပုသ်” မည်၏။ သီလယူပြီးနောက် တရားတစ်မျိုးမျိုးကို နှလုံးသွင်း၍ နေခြင်းသည် “အရိယဥပုသ်” မည်၏။ ထိုအရိယဥပုသ်သည်သာ ကောင်းသော ဥပုသ်မည်၏။

[ဆောင်] အင်္ဂါရှစ်တန်၊ သီလခံ၍၊ ခြိုးခြံအောင့်အည်း၊ တစ်ဖြောင့်တည်းဖြင့်၊ စောင့်စည်းအားထုတ်၊ တရားကုတ်၊ ဥပုသ်စောင့်ဟု ခေါ်။



အရိယဥပုသ်(၅)မျိုး ထို အရိယဥပုသ်သည် ဗြဟ္မဥပုသ်၊ ဓမ္မဥပုသ်၊ သံဃဥပုသ်၊ ဒေဝတာဥပုသ်၊ သီလဥပုသ်အားဖြင့် ငါးပါးအပြား ရှိ၏။

ထိုတွင် သီလယူပြီးနောက် ဗြဟ္မာမည်သော မြတ်စွာဘုရား၏ ဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်တော်၏ အကြောင်းအရာဟောပြောသည်ကို နာယူ၍ဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်တော်၏ အကြောင်းအရာရေးသားထားသော ကျမ်းစာကို ကြည့်ရှု ရွတ်ဖတ်၍ဖြစ်စေ စောင့်သုံးခြင်းသည် “ဗြဟ္မဥပုသ်” မည်၏။

သီလယူပြီးနောက် တရားတော်၏ ဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်တော်၏အကြောင်းအရာ ဟောပြောသည်ကို နာယူ၍ဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်တော်၏ အကြောင်းအရာကို ရေးသားထားသော ကျမ်းစာကို ကြည့်ရှုရွတ်ဖတ်၍ဖြစ်စေ စောင့်သုံးခြင်းသည် “ဓမ္မဥပုသ်” မည်၏။

သီလယူပြီးနောက် အရိယာသံဃာတော်၏ ဂုဏ်ကိုအာရုံပြု၍
ဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်တော်၏အကြောင်းအရာ ဟောပြောသည်ကို နာယူ၍
ဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်တော်၏ အကြောင်းအရာကို ရေးသားထားသော
ကျမ်းစာကို ကြည့်ရှုရုတ်ဖတ်၍ဖြစ်စေ စောင့်သုံးခြင်းသည် “သံဃ
ဥပုသ်” မည်၏။

သီလယူပြီးနောက် နတ်ဗြဟ္မာတို့၏ သဒ္ဓါ၊ သီလ စသော
ဂုဏ်ကို သက်သေအရာ၌ထား၍ မိမိ၏ သဒ္ဓါ၊ သီလ စသောဂုဏ်
ကိုအာရုံပြု၍ နေခြင်းသည် “ ဒေဝတာဥပုသ်” မည်၏။

သီလယူပြီးနောက် မိမိသီလ၏ မကျိုး၊ မပေါက်၊ မပြောက်၊
မကြားခြင်းဂုဏ်ကို အာရုံပြု၍နေခြင်းသည် “သီလဥပုသ်” မည်၏။

- [ဆောင်] ၁။ အဂါရုဏ်ပါး၊ စွန်အဖျားက၊ တစ်ပါးပါးကျိုး၊
ဥပုသ်မျိုး၊ “အကျိုးအပြတ်” ခေါ်။
- ၂။ အဂါရုဏ်ပါး၊ အလယ်ကြားက၊ တစ်ပါးပါးပျက်၊
ဥပုသ်တွက်၊ “ပေါက်ပျက်သည်” ဟု ခေါ်။
- ၃။ ဝါစိပြောက်စွား၊ ပုံအလားသို့၊ ကြီးကြား
ပြီးပြောက်၊ ယွင်းသွေပေါက်၊ “အပြောက်”
ဥပုသ် ခေါ်။
- ၄။ စွားကြောင် စွားကြား၊ ပုံအလားသို့၊ နှစ်ပါး
သုံးပါး၊ အပျားဆက်လျက်၊ တရားပျက်၊
“ကျားကွက်သည်” ဟု ခေါ်။

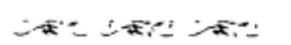
သီလ (၄)မျိုး ရဟန်းသာမဏေတို့ စောင့်ထိန်းအပ်သော သီလသည် “ပဗ္ဗဇိတသီလ” မည်၏။ ထို ပဗ္ဗဇိတသီလသည် ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ၊ ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ၊ အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ၊ ပစ္စယသန္နိသိတသီလအားဖြင့် လေးပါးအပြားရှိ၏။

ထိုတွင် ဝိနည်းပါဠိတော်၌ လာသော သိက္ခာပုဒ်အပေါင်းကို စောင့်ထိန်းခြင်းသည် “ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ” မည်၏။ ဤပါတိမောက္ခသံဝရသီလ၌ သဒ္ဓါပြဋ္ဌာန်းသောကြောင့် သဒ္ဓါရှိသူသာ လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းနိုင်၏။

ဣန္ဒြေ (၆) ပါးတို့ကို အဘိဇ္ဈာ၊ ဒေါမနဿစသော အကုသိုလ်မဖြစ်ရအောင် စောင့်ထိန်းခြင်းသည် “ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ” မည်၏။ ဤဣန္ဒြိယသံဝရသီလ၌ သတိပြဋ္ဌာန်းသောကြောင့် သတိရှိသူသာ လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းနိုင်၏။

ကုလဒူသန၊ အနေသန၊ မိစ္ဆာဇီဝတို့မှ ရှောင်ကြဉ်၍ တရားသဖြင့် အသက်မွေးခြင်းသည် “အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ” မည်၏။ ဤအာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ၌ ဝီရိယပြဋ္ဌာန်းသောကြောင့် ဝီရိယရှိသူသာ လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းနိုင်၏။

ပစ္စည်းလေးပါးတို့ကို ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်၍ သုံးစွဲခြင်းသည် “ပစ္စယသန္နိသိတသီလ” မည်၏။ ဤ ပစ္စယသန္နိသိတသီလ၌ ပညာပြဋ္ဌာန်းသောကြောင့် ပညာရှိသူသာ ပစ္စည်းလေးပါး၏ အကျိုးရပုံကို ဉာဏ်ဖြင့်ဆင်ခြင်သောအားဖြင့် လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းနိုင်၏။



ဘာဝနာခန်း

စိတ်သေး၊ စိတ်ငယ် သတ္တဝါတို့၏ စိတ်သည် ပင်ကိုယ်အားဖြင့် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာဓာတ်ခံပါနေသောကြောင့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယတို့ဖြင့် မငြိမ်မသက် ဝိတက်များ၍ လှုပ်ရှားနေ၏။ ထိုစိတ်မျိုးကို မငြိမ်သက်သော ကလေးနှင့်တူသောကြောင့် “စိတ်သေး၊ စိတ်ငယ်များ” ဟုခေါ်၏။ ထိုစိတ်သေး၊ စိတ်ငယ်များကို ပယ်ရှားဖို့ရာ သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိ၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာတို့ဖြင့် စိတ်ကို ကြီးကျယ် ပြင့်များ တိုးပွားလာအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းကို “ဘာဝနာ” အလုပ်ဟု ခေါ်၏။

[ဆောင်] ၁။ လောဘ-ဒေါသ၊ ဟန်မာနနှင့်၊ ဣဿာ-ပစ္ဆေ၊
နည်းပါးစေ၍၊ စိတ်နေစိတ်ထား၊ သဒ္ဓါပွား၍၊
ကြီးမား ပြင့်မြတ်၊ ဖြစ်စေတတ်၊ မှတ်လေ
ဘာဝနာ။

၂။ လောဘ-ဒေါသ၊ ဟန်မာနနှင့်၊ ဣဿာ-ပစ္ဆေ၊
နည်းပါးစေ၍၊ စိတ်နေစိတ်ထား၊ ပညာပွား
လျက်၊ ကြီးမား ပြင့်မြတ်၊ ဖြစ်စေတတ်၊
မှတ်လေဘာဝနာ။

၃။ လောဘ-ဒေါသ၊ ဟန်မာနနှင့်၊ ဣဿာ-ပစ္ဆေ၊
နည်းပါးစေ၍၊ စိတ်နေစိတ်ထား၊ သတိပွား
လျက်၊ ကြီးမား ပြင့်မြတ်၊ ဖြစ်စေတတ်၊
မှတ်လေဘာဝနာ။

- ၄။ လောဘ-ဒေါသ, မာန်မာနနှင့်, ဣဿာ-မစ္ဆေ
နည်းပါးစေ၍, စိတ်နေစိတ်ထား, ဝီရိယပွား
လျက်, ကြီးမား မြင့်မြတ်, ဖြစ်စေတတ်,
မှတ်လေဘာဝနာ။
- ၅။ လောဘ-ဒေါသ, မာန်မာနနှင့်, ဣဿာ-မစ္ဆေ
နည်းပါးစေ၍, စိတ်နေစိတ်ထား, သမာဓိပွား
လျက်, ကြီးမား မြင့်မြတ်, ဖြစ်စေတတ်,
မှတ်လေဘာဝနာ။
- ၆။ လောဘ-ဒေါသ, မာန်မာနနှင့်, ဣဿာ-မစ္ဆေ
နည်းပါးစေ၍, စိတ်နေစိတ်ထား, မေတ္တာပွား
လျက်, ကြီးမား မြင့်မြတ်, ဖြစ်စေတတ်,
မှတ်လေဘာဝနာ။
- ၇။ လောဘ-ဒေါသ, မာန်မာနနှင့်, ဣဿာ-မစ္ဆေ
နည်းပါးစေ၍, စိတ်နေစိတ်ထား, ကရုဏာပွား
လျက်, ကြီးမား မြင့်မြတ်, ဖြစ်စေတတ်,
မှတ်လေဘာဝနာ။
- ၈။ လောဘ-ဒေါသ, မာန်မာနနှင့်, ဣဿာ-မစ္ဆေ
နည်းပါးစေ၍, စိတ်နေစိတ်ထား, မုဒိတာပွား
လျက်, ကြီးမား မြင့်မြတ်, ဖြစ်စေတတ်,
မှတ်လေဘာဝနာ။

ကမ္မဋ္ဌာန်း: ထို ဘာဝနာကိုပင် ရှေးရှေးဘာဝနာ အလုပ်သည်
နောက်နောက်ဘာဝနာ အလုပ်၏ တည်ရာဖြစ်သော
ကြောင့် "ကမ္မဋ္ဌာန" ဟုခေါ်၏။ [ကမ္မ=ရှေးရှေးဘာဝနာ အလုပ်
သည် + ဋ္ဌာန=နောက်နောက် ဘာဝနာ အလုပ်၏ တည်ရာ၊
ဝါ=ကမ္မဋ္ဌာန်း။]

[ဆောင်] နောက်နောက်တိုးပွား၊ အလုပ်များ၏၊ ရှေ့သွား
တည်ရာ၊ အလုပ်မှာ၊ ခေါ်ပါ ကမ္မဋ္ဌာန်း။

ကမ္မဋ္ဌာန်း(၂)မျိုး: ထိုကမ္မဋ္ဌာန်းသည် သမထဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်း၊
ဝိပဿနာဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းအားဖြင့် နှစ်ပါး
အပြားရှိ၏။ ထိုတွင် ကိလေသာတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ဝိတက်
ဝသည်တို့ကိုလည်းကောင်း ငြိမ်သက်စေတတ်၍ သမာဓိပြဋ္ဌာန်း
သော ဘာဝနာအလုပ်သည် သမထဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း မည်၏။

ရုပ် နာမ် ခဗ္ဗာတို့ကို အနိစ္စဟုလည်းကောင်း၊ ဒုက္ခဟု
လည်းကောင်း၊ အနတ္တဟုလည်းကောင်း အပျိုးပျိုးရှုတတ်သည်ဖြစ်
၍ ပညာပြဋ္ဌာန်းသော ဘာဝနာအလုပ်သည် ဝိပဿနာဘာဝနာ
ကမ္မဋ္ဌာန်း မည်၏။

၇.မတ(၂)မျိုး: သမထကမ္မဋ္ဌာန်းသည်အာရုံကမ္မဋ္ဌာန်း၊ အာရမဏိက
ကမ္မဋ္ဌာန်း အားဖြင့် နှစ်ပါးအပြားရှိ၏။ ထိုတွင်
ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြင်းဖိုရန် ကသိုဏ်းအဝရှိသော အာရုံသည် အာရုံ
ကမ္မဋ္ဌာန်းမည်၍ ယိုအာရုံကို အာရုံဖြင့်ဖြစ်သော စိတ်အစဉ်သည်
အာရုံစိတ်ကမ္မဋ္ဌာန်း မည်၍

သမထ(၄၀) အာရုံကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ကသိုဏ်းဆယ်ပါး၊ အသုဘဆယ်ပါး၊ အနုဿတိဆယ်ပါး၊ ဗြဟ္မဝိဟာရလေးပါး၊ အာဟာရပဋိကုလသညာ၊ စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်၊ အာရုပ္ပလေးပါးအားဖြင့် လေးဆယ်အပြားရှိ၏။ ထိုလေးဆယ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့တွင် မိမိစရိုက်နှင့်သင့်လျော်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်မှ အကျိုးရလွယ်၏။

စရိုက်(၆)မျိုး မကြာမကြာလည်းဖြစ်တတ်၊ လွန်လွန်ကဲကဲလည်းဖြစ်တတ်သော သဘောကို “စရိုက်” ဟု ခေါ်၏။ ထိုစရိုက်သည် ရာဂစရိုက်၊ ဒေါသစရိုက်၊ မောဟစရိုက်၊ သဒ္ဓါစရိုက်၊ ပညာစရိုက်၊ ဝိတက်စရိုက် အားဖြင့် ခြောက်ပါးအပြားရှိ၏။ ထိုတွင်...

[ဆောင်] ၁။ ရာဂစရိုက်၊ ရှိသူ၌ကား၊ ယာပိုထ်လေးထွေ၊ ယဉ်ကျေးလေ၏။ ထွေထွေကိစ္စ၊ ပြုသမျှလည်း၊ ကျနစေလတ်၊ လွန်သေသပ်ရှင့်၊ လေးမြတ်ဖွယ်ရေး၊ ဘောဇဉ်ရွေးက၊ ချိုမွှေးဆီမ့်အိမ့်၊ လွန်နှစ်သိမ့်သတဲ့၊ မစိမ့်လောက်တုံ၊ ကာမဂုဏ်ကြောင့်၊ အာရုံစွဲကာ၊ မခွဲခွာတည်း၊ မာယာ ဗလဝ၊ သာဠေယျနှင့်၊ မာန ဖိစီး၊ အလိုကြီး၏။

ထိုနည်းသဒ္ဓါ၊ စရိုက်မှာမူ၊ မာယာစသော၊ ပြစ်မနှောဘဲ၊ သာမောရွှင်လန်း၊ လှူပေးကမ်းလျက်၊ ရဟန်းတော်ပေါင်း၊ ထေရ်ရှင်ကောင်း

နှင့်၊ ဝဇ္ဇကျောင်းဘုရား၊ မြတ်တရားကို၊ မှတ်သားနာယူ၊ လွန်ကြည်ဖြူသည်၊ ဤသူ မွန်မြတ်ပေတကား။

၂။ ဒေါသစရိုက်၊ ရှိသူ၌ကား၊ ယာပိုထ်လေး ထွေ၊ ကြမ်းတမ်းလေ၏။ ထွေထွေကိစ္စ၊ ပြုသ မျှလည်း၊ ကျနမဖွယ်၊ မတင့်တယ်တည်း။ စား ဖွယ် ငန်ချဉ်၊ စပ်ခါးမင်၏၊ ငါးအင်အာရုံ၊ မ ဖွယ်ကြုံလျှင်၊ ယမ်းပုံမီးကျ၊ စိတ်တိုလျှ၌၊ ကောဝထန်သည်၊ ရန်ငြိုးကြီးလျက်၊ ဖိစီး က္ကဿာ၊ မစ္ဆေရာနှင့်၊ ပက္ခာပဠာသ၊ ဒုဗ္ဗေ တို့၊ မုချဆစ်ပွား၊ အပြစ်များ၏။

တရားပညာ၊ စရိုက်မှာမူ၊ ရှေ့လာအားလုံး၊ နည်းတူသုံးလျက်၊ လုံးလုံးကောဝ၊ စသည်ဆိတ် ကွယ်၊ ဆုံးမလွယ်၏။ စားဖွယ်ကသိုဏ်း၊ တွေ ကြုံတိုင်းလည်း၊ ဦးဦးချိန်ချိန်၊ သုခပိန်တည်း၊ ကြိမ်ကြိမ်နောင်လာ၊ သံသရာကို၊ ပညာသတိ၊ မြော်ခေါ်ညှိ၌၊ ဂတိနောင်လျှင်၊ ကောင်းအောင် ပြင်သည်၊ လူတွင်သူမြတ်ပေတကား။

၃။ ဝေဟာစရိုက်၊ ရှိသူ၌ကား၊ ယာပိုထ်လေး ထွေ၊ ဂှုပ်ပွေပွေနှင့်၊ ထွေထွေကိစ္စ၊ ဂှုပ်ထွေးစွ တည်း။ အာဟာရအရာ၊ စားသောက်ပါလည်း၊ ဘယ်ဟာဒိဒိ၊ ပြပရီခဲ၊ တိုင်းအစွမ်း၊ စုံထောက် လှမ်း၍၊ အဆန်းအရိုး၊ ကြောင်းအကျိုးဟု၊

ကောင်းဆိုးယုတ်မြတ်, မသိတတ်သဖြင့်, အရပ်
ရပ်မှာ, နောက်လိုက်သာတည်း။ ပညာသတိ,
ကင်းကွာဘိ၍, ထိနပ်မိဒွ, ဥဒ္ဒစ္စနှင့်, ကာလကုန်
ဆုံး, အချိန်ဖြုန်း၏။

ထုံးနည်းမခြား, ဝိတက်များလည်း, စကား
တွေပေါ့, ကိစ္စမျောလျက်, ကောင်းသောလုပ်
ငန်း, ကုသိုလ်လမ်းမူ, အစွမ်းမရှိ, ပျင်းရိရိတည်း။
မိမိတို့တမ်း, လူ့ပေါက်ပန်းနှင့်, ရောပြွမ်းပျော်ပါး,
အကြံများသည်, လူအားလူပိုတွေပါတကား...။

စတုရာရက္ခ ထိုစရိုက် (၆)ပါးသည် အချို့ပုဂ္ဂိုလ်၌ တစ်ပါးစီ
သာ အထင်အရှား ဖြစ်တတ်၍၊ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်၌
ကား နှစ်ပါး, သုံးပါးစသည် ရော၍ဖြစ်တတ်သေး၏။ ထိုကမ္မဋ္ဌာန်း
တို့တွင် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ, မေတ္တာ, အသုဘ, မရဏဿတိ ဤ
လေးပါးသည် စိတ်ကို မကောင်းသောအာရုံသို့ မသွားအောင်
စောင့်ရှောက် တားမြစ်တတ်သောကြောင့် စတုရာရက္ခဘာဝနာ
မည်၏။

[ဆောင်] ဘုရားအာရုံ, မေတ္တာထုံ၍, တစ်ဖုံကာယ, အသုဘ
နှင့်, မရဏဿတိ, ဤ လေးလီသည်, ကိုယ်စီ
စိတ်စောင့် တရားတည်း။



၁။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ထိုတွင် ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးဦးစွာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ အကြောင်းကောင်းပုံ၊ အကျိုးကောင်းပုံ၊ သတ္တဝါတို့အား ကျေးဇူးများပုံကို အာရုံပြု၍ ပွားများရာ၏။

အကြောင်းကောင်း: အကြောင်းကောင်းပုံ ဟူသည်ကား...လေး အသချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလပတ်လုံး ဒါနစသော ပါရမီတော်တို့ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူရာအခါ၌ ယခုကာလဝယ်အထက်တန်း သူတော်ကောင်းတို့သော်မှ လိုက်၍မပိုလောက်အောင်စည်းစိမ်ကို စွန့်၍လည်းကောင်း၊ အင်္ဂါကြီးငယ်ကို စွန့်၍လည်းကောင်း၊ အသက်စွန့်၍လည်းကောင်း ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့ခြင်း၊ ဆွေတော်မျိုးတော်တို့၏ အစီးအပွားကို ကျင့်တော်မူခြင်း ဟူသော ဉာတတ္ထစရိယ၊ သတ္တဝါအများ၏ အစီးအပွားကို ကျင့်တော်မူခြင်းဟူသော လောကတ္ထစရိယ၊ ဉာဏ်ပညာတိုးပွားအောင် ကျင့်တော်မူခြင်းဟူသော ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယ ဤသို့ ကျင့်တော်မူခြင်းသည် အကြောင်းကောင်းပုံတည်း။

အကျိုးကောင်း: အကျိုးကောင်းပုံ ဟူသည်ကား... အကြောင်းကောင်းသည့်အားလျော်စွာ ဘုရားဖြစ်တော်မူမည့် ဘဝ၌ တုသိတာနတ်ပြည်ဝယ် နတ် ဗြဟ္မာအများတို့က ပဋိသန္ဓေနေဖို့ရန် တောင်းပန်ရခြင်း၊ မယ်တော်ဝမ်းတိုက်၌ ချမ်းမြေ့စွာ ပဋိသန္ဓေနေတော်မူရခြင်း၊ ချမ်းမြေ့စွာ ဖွားတော်မူရခြင်း၊ ဖွားမြင်သောအခါ လူ့လောကဝယ် ရုပ်လက္ခဏာအားဖြင့် အသာဆုံးဖြစ်ရခြင်း၊ တစ်ဆယ့်ခြောက်နှစ် ရောက်သောအခါ ထီးနန်းကိုစံတော်မူရ

ခြင်း၊ နှစ်ဆယ့်ကိုးနှစ်အရွယ် ရောက်သောအခါ သူအို၊ သူနာ၊ သူသေ၊ ရသေ့ရဟန်းတို့ကို မြင်ရ၍ သံဝေဂရသဖြင့် တောထွက် တော်မူပြီးလျှင် ခြောက်နှစ်ပတ်လုံး ဒုက္ကရစရိယအကျင့်ကို ကျင့် တော်မူပြီးနောက် ဗောဓိပင်အောက်ဝယ် မင်္ဂလေးပါး ဖိုလ်လေးတန် ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မြင်ရသည်နှင့်တစ်ပြိုင်တည်း ကိလေသာအားလုံး ကုန်ဆုံးရကား သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ရ၍ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓအဖြစ် သို့ ရောက်တော်မူခြင်းသည် မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မျှ လိုက်၍ မမှီနိုင် အောင် မြင့်ခေါင်ကြီးမားသော အကျိုးကောင်းပုံတည်း။

ကျေးဇူးများ သတ္တဝါတို့အား ကျေးဇူးများပုံ ဟူသည်ကား...
 ဘုရားဖြစ်တော်မူပြီးသောအခါ ဖလသမာပတ်ချမ်းသာကို ဝင်စားတော်မူ၍ အေးချမ်းသာယာစွာ နေနိုင်ပါသော်လည်း နေတော်မမူဘဲ သတ္တဝါတို့အား ကျေးဇူးများဖို့ရာ မနားမနေ တရားတော်ကို ဟောပြောတော်မူခြင်း၊ တရားတော်ကို နာရ၍ ငရဲ၊ ပြိတ္တာ အသုရကာယ်တို့ ရှိကြသေး၏ဟု သိရခြင်း၊ လူဆင်းရဲ၊ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသုရကာယ်ဖြစ်ဖို့အကြောင်း မကောင်းသော ဒုစရိုက်တရားတို့ကို သိရခြင်း၊ သိသည့်အားလျော်စွာ ထိုဒုစရိုက်တို့မှ ရှောင်ကြဉ်သူတို့မှာ ထိုဆင်းရဲတို့မှ လွတ်မြောက်ရခြင်း၊ နတ် ဗြဟ္မာနှင့် နိဗ္ဗာန်တရားတို့ ရှိကြသေး၏ဟု သိရခြင်း၊ လူ၊ နတ်၊ နိဗ္ဗာန်သုံးတန်သော ချမ်းသာတို့ကို ရဖို့အကြောင်းကောင်းသော သုစရိုက်တရားတို့ကို သိရခြင်း သိသည့်အားလျော်စွာ ထို သုစရိုက်တရားတို့ကို ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်သူတို့မှာ လူ နတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာကို ထိုက်တန်သမျှ ရကြခြင်း သည် ဖိဘလည်းမပေးနိုင်၊ ဆရာသမားလည်း မညွှန်ပြနိုင်သည့် သတ္တဝါတို့အား ကျေးဇူးများပုံတည်း။

ကျေးဇူးဆပ် ဤကဲ့သို့ ကျေးဇူးတော်ရှင် ဘုရားရှင်ကို နေ့စဉ်
 မပြတ် ကျေးဇူးဆပ်သောအားဖြင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏
 ရွှေနှုတ်တော်ထွက်ဖြစ်သော ပရိယတ်ခေါ် ပိဋကတ် ပါဠိတော်ကို
 မကွယ် မပအောင် နေ့စဉ်မှန်မှန် သင်အံ့ပို့ချခြင်း၊ ဝိနည်းပါဠိတော်
 လာ သိက္ခာသီလကို စောင့်ထိန်းခြင်းမှစ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို
 ပွားများသည့်တိုင်အောင် ပဋိပတ်ကိုကျင့်ခြင်း ဤသို့ ပရိယတ်၊
 ပဋိပတ် တာဝန်နှစ်ရပ်ကို ထမ်းဆောင်သင့်ကြပါသည်။ ထိုသို့
 မထမ်းဆောင်ဘဲ သာသနာတော်တွင်းသို့ဝင်၍ ဂုဏ်ရမှု၊ လာဘ်ရမှု
 အတွက် မျှော်ကိုးအားထုတ်၍ နေထိုင်ကြပါလျှင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏
 အလိုတော်ကျ မဟုတ်သဖြင့် မိမိအတွက်လည်း ဘဝအဆက်ဆက်
 ၌ သက်သာလိမ့်မည်မဟုတ်ပါ။

- [ဆောင်] ၁။ ကျေးဇူးတော်ရှင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ နေ့စဉ်မပြတ်၊
 ကျေးဇူးဆပ်သို့၊ ပရိယတ်နှင့်၊ ပဋိပတ်နှစ်ဖြာ၊
 သာသနာကို၊ ကောင်းစွာကြိုးကုတ်၊ လွန်အား
 ထုတ်၊ အဟုတ် ကျင့်ကြစေ။
- ၂။ အကျင့်မဖေါ်၊ ဂုဏ် လာဘ်မျှော်၍၊ စိတ်ပျော်
 ကိုယ်ရွှင်၊ သာသနာဝင်မှု၊ အစဉ်နောင်လာ၊
 သာသနာနှင့်၊ ကိုယ်ပါ နိမ့်ကျ၊ နောက်ဘဝ၌၊
 ရောက်ရလေမည့်၊ တိုင်းမသိ၊ များဘိဒုက္ခတွေ။

စိတ်ကြည်လင် သတ္တဝါတို့၏ စိတ်ကို နောက်ကျစေတတ်သော ကိလေသာတို့ဟူသည် လောဘ၊ဒေါသ၊မောဟ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ ထိန၊ ဥဒ္ဒစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပအားဖြင့် ဆယ်ပါး အပြားရှိ၏။ ထို ဆယ်ပါးကို အဆင့်ဆင့် မြှောက်ပွား၍ တစ်ထောင့်ငါးရာ ဖြစ်ရလေသည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ စိတ်တော်အစဉ် သည် ထိုကိလေသာ အနောက်အကျတို့မှ ကင်းစင်၍ အမြဲအားဖြင့် ကြည်လင်တော်မူပါသည်။

ဉာဏ်တော်ကြီး ဆီးနှင်း၊ မြူ၊ တိမ်၊ သူရိန်၊ မီးခိုး၊ ညစ်မျိုး ငါးအင် ကင်းစင်သော ကောင်းကင်၌ ညဉ့် ကာလဝယ် လမင်းသည် အစွမ်းကုန် သာယာထွန်းလင်းနေသကဲ့သို့ ထို့အတူ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ စိတ်တော် အစဉ်ဝယ် သိဖွယ်ဟူသမျှကို အလုံးစုံ အကုန်အစင် သိမြင်နိုင်သော သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီး သည် အကြောင်းအားလျော်စွာ ပေါ်ထွန်း၍နေပါသည်။

လူသိများသော ဘုရားရှင်၏ဂုဏ်တော်တို့သည် (၉)ပါးရှိ၏။ ထို ဂုဏ်တော်တို့တွင်-ကိလေသာကင်းစင်၍ စိတ်တော်၏ ကြည်လင် ခြင်းသည် “အရဟံ”ဂုဏ်တော် မည်၏။ ထိုကြည်လင်သော စိတ် တော်အစဉ်ဝယ် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးဖြင့် သိဖွယ်ဟူသမျှကို အလုံးစုံ အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူနိုင်ခြင်းသည် “သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ” ဂုဏ်တော် မည်၏။

သဒ္ဓါပညာတိုး ဤဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော အစဉ်အားဖြင့် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ၏ အကြောင်းကောင်းပုံ၊ အကျိုးကောင်းပုံ၊ သတ္တဝါတို့အား ကျေးဇူးများပုံကို အာရုံပြု၍ “အရဟံဂုဏ်တော်၊

သဗ္ဗသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်”ကို မိမိစိတ်တွင် ထင်မြင်လာအောင်အဖန်ဖန် ပွားများခြင်းကို “ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ”ဟုခေါ်ပါသည်။ ထိုသို့ ပွားများသောပုဂ္ဂိုလ်မှာ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာနစသော ကိလေသာတွေ နည်း၍နည်း၍ သွားသောကြောင့် မိမိစိတ်အစဉ် ကြည်လင်လာပြီးလျှင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို ယုံကြည်သော သဒ္ဓါတရား၊ သာသနာတော်ကို ပြုစုစောင့်ရှောက်လိုသော ဉာဏ်ပညာလည်း ကြီး၍ ကြီး၍ လာပါလိမ့်သတည်း။

မှတ်ချက်။ ။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်... ..

- ၁။ မိမိသီလကို စင်ကြယ်အောင် အားထုတ်ခြင်း။
- ၂။ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ ရောက်နေရခြင်း။
- ၃။ မြတ်စွာဘုရား၏ သပ္ပယ်တော်မူပုံ၊ ဘဂဝါဂုဏ်တော်တွင်ပါဝင်သော သီရိဘုန်းတော်ကို အာရုံပြုရခြင်း။
- ၄။ စိတ်တော်အစဉ် ကြည်လင်သန့်ရှင်းပုံ၊ အရဟံဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုရခြင်း။
- ၅။ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်၏ ကြီးကျယ်တော်မူပုံ၊ သဗ္ဗသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုရခြင်း။
- ၆။ ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ စရဏ တစ်ဆယ့်ငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူပုံ၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုရခြင်း။

၇။ ဒီပက်ရာမြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်မှ စ၍ လေး
အသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း ကာလပတ်လုံး သတ္တဝါ
များ၏ အစီးအပွား အလို့ငှာ မည်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်မျှလိုက်
၍ မမှီနိုင်သော ပါရမီတော်တို့ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူပုံ
သုဂတဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုရခြင်း။

ဤသို့ အစဉ်အတိုင်း အာရုံပြုပြီးမှ အရဟံဂုဏ်တော်ကိုဖြစ်စေ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်ကို ဖြစ်စေ မိမိအလိုရှိသော ဂုဏ်တော်
တစ်ပါးပါးကို အထပ်ထပ် အာရုံပြု၍ ရှုပွားများရာ၏။



၂။ မေတ္တာတာဝန်

မေတ္တာတာဝန်ကို ပွားများလိုသောပုဂ္ဂိုလ်သည် မေတ္တသုတ်
တော်၌ လာသည့်အတိုင်း တသ သတ္တဝါ၊ ထာဝရ သတ္တဝါစသော
အစုံအားဖြင့် ဖြစ်စေ၊ အရပ် ၁၀ မျက်နှာ သတ္တဝါအားဖြင့် ဖြစ်စေ
ပွားများရာ၏။

အမှာ။ ။ တသ၊ ထာဝရ စသော အစုံကို မေတ္တသုတ်
နိဿယကြည့်၍ သိနိုင်ပြီ၊ အရပ်(၁၀)မျက်နှာ မေတ္တာပို့ကိုရှေ့၌
ပြခဲ့ပြီ။



မဟာဂန္ဓာရုံဝတ်ရွတ်စဉ်

၃။ အသုဘဘာဝနာ

အသုဘဘာဝနာကို ပွားများလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အသုဘ ဆယ်ပါးတွင် တစ်ပါးပါးကို အာရုံပြု၍ဖြစ်စေ၊ ၃၂ ကောဋ္ဌာသကို အာရုံပြု၍ဖြစ်စေ ပွားများရာ၏။

ဥဒ္ဓါမာတကံ = သေသည်မှအထက်၊ နှစ်ရက်သုံးရက်ကူးသဖြင့်၊ ဖူးဖူးရောင်ပုပ်၊ စက်ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာလောင်း ပါတကား။

ဝိနီလကံ = ဖြူနီသဘော၊ ရောနှောစပ်တွဲ၊ ညှိမဲမဲပုပ်၊ စက် ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာလောင်းပါတကား။

ဝိပုဗ္ဗကံ = ပြည်တစိုစို၊ ပေါက်ကွဲယိုလျက်၊ စက်ဆုတ်ဖွယ် ရာ၊ မသာလောင်းပါတကား။

ဝိစ္ဆိဒ္ဓကံ = ထက်အောက် နှစ်ရပ်၊ မဆက်စပ်အောင်၊ ဖြတ် အပ်ပြီးလျက်၊ စက်ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာလောင်း ပါတကား။

ဝိက္ခာယိတကံ = ခွေး၊ လင်းတ၊ ကျီး၊ အသီးသီးတို့၊ နည်းမျိုးစုံ ပြား၊ ဖုံဖုံအားဖြင့်၊ ခဲစားအပ်လျက်၊ စက်ဆုတ် ဖွယ်ရာ၊ မသာလောင်းပါတကား။

ဝိက္ခိတ္တကံ = လက်ခြေခေါင်းကိုယ်၊ ဖရိုဖရဲ၊ ထိုထိုကြဲသဖြင့်၊ ပစ်လွှင့်အပ်လျက်၊ စက်ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာ လောင်းပါတကား။

ဟတဝိက္ခိတ္တကံ = ကျီးခြေမယွင်း၊ ဝါးဖြင့်မွန်း၍၊ ညှဉ်းအပ်ထိုထို၊
လက် ခြေ ကိုယ်တို့၊ ဖရိုဖရဲ၊ ထိုထိုကြာသဖြင့်၊
ပစ်လွှင့်အပ်လျက်၊ စက်ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာ
လောင်းပါတကား။

လောဟိတကံ = သွေးများထွက်ယို၊ တစ်ကိုယ်လုံးပေ၊ လိမ်းကျံ
နေသော၊ စက်ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာလောင်းပါ
တကား။

ပုဋ္ဌုဝကံ = ပိုးလောက်တွေပြည့်၊ ကျိုကျိတက်နေ၊ ထွက်စေ
တတ်သော၊ စက်ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာလောင်းပါ
တကား။

အဋ္ဌိကံ = အရိုးစုပေါင်း၊ တစ်ချောင်းဖြစ်စေ၊ အသရေယုတ်၊
စက်ဆုတ်ဖွယ်ရာ၊ မသာလောင်းပါတကား...။

အမှာ။ ။ ၃၂ ကောဋ္ဌာသနည်းဖြင့် အသုဘဘာဝနာ ပွားများပုံ
ကို ရှေး၌ပြခဲ့ပြီ။



၄။ မရဏဿတိဘာဝနာ

မရဏဿတိဘာဝနာကို ပွားများလိုသောပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးဦးစွာ မုန်းသူ၏ သေခြင်း၊ ချစ်သူ၏ သေခြင်း၊ မိမိ၏ သေခြင်းကိုသာ အာရုံမပြုဘဲ အများနှင့်ဆိုင်သော သေခြင်းကို အာရုံပြု၍ ပွားများ ရာ၏။

အပ္ပ•မာယု မနုဿာနံ၊
ဟိဋ္ဌေယျ နံ သုပေါရိသော၊
စရေယျာ•ဒိတ္တသီသောဝ၊
နတ္ထိ မစ္စုဿ နာ•ဂမော။

မနုဿာနံ-ယခုလိုလူ၊ ဆုတ်ကပ်သူတို့၏။ အာယု-ကြောက် စရာလမ်း၊ အသက်တမ်းသည်။ အပ္ပ-ရေတွက်လေလေ၊ တိုလှချေ၏။ သုပေါရိသော-သိမြင်ကျိုးကြောင်း၊ ပညာရှိသူတော်ကောင်းသည်။ နံ (အာယု)-ကြောက်စရာအချက်၊ ထို အသက်ကို၊ ဟိဋ္ဌေယျ- နေ့ရော ညညီပါ၊ ရှုံးချရာ၏။ (ဟိဋ္ဌေတွာ-အချိန်ရှိသမျှ ရှုံးချပြီး၍) အာဒိတ္တသီသောဝ-ဦးခေါင်းဦးညောင်၊ မီးလောင်ခံရသူကဲ့သို့၊ စရေ ယျ-တရားအမြတ်၊ မလစ်လပ်အောင်၊ မပြတ်ပုံသေ၊ ကျင့်၍နေရာ ၏။ မစ္စုဿ-ဓမ္မတာမင်း၊ သေရခြင်း၏။ န အာဂမော- မရောက် လာရာ၊ သတ္တဝါမည်သည်။ နတ္ထိ-လူ့ဘုံ နတ်ရောက်၊ အကုန် ပေါက်အောင်၊ မွေနှောက်ရှာဖွေ၊ မရှိနိုင်ချေတာကား။



အန္တောဝဿသတံ သဗ္ဗေ၊
 လောကေ သကမ္မနိဿိတာ၊
 မရဏံ ဝေ ဂမိဿန္တိ၊
 ဇာတာနံ ဟိ မတံ ဝုဝံ။

လောကေ-မျက်မြင်တွေ့ရ၊ လူ့လောက၌၊ သကမ္မနိဿိတာ-
 စာရေးဝတ်ရေး၊ နေထိုင်ရေးဟု၊ ကိုယ်ရေးတွေ့ရှုပ်၊ ကိုယ်အလုပ်
 ကို မှီကြကုန်သော၊ သဗ္ဗေ-ရဟန်း ရှင် လူ၊ ခပ်သိမ်းသူတို့သည်၊
 အန္တောဝဿသတံ-တစ်နေ့ တစ်ရက်၊ တစ်နံနက်ဟု၊ အသက်ကုန်
 ဆင်း၊ အနှစ်တစ်ရာအတွင်း၌၊ ဝေ(ဧကန္တေန)-စင်စစ်ဧကန်၊ အမှန်
 မလွဲ၊ တစ်ပုံစံထဲသာလျှင်၊ မရဏံ ဂမိဿန္တိ-သေတွင်းသေဝ၊
 သေပေါက်ကျအောင်၊ ရောက်ရကုန်လိမ့်မည်၊ ဟိ(သစ္စံ)-သူတော်
 အများ၊ လက်ကိုင်ထား၍၊ စကားဆိုဟန်၊ အမှန်ပင် ဖြစ်ပါပေ၏။
 ဇာတာနံ-ရှေးကံအရ၊ တစ်ဘဝ၌၊ ဖြစ်ကြရသူ၊ အများလူတို့၏။
 မတံ-အသက်တန်းနှင့်၊ ကံစွမ်းအရှိန်၊ ကုန်ချိန်ရောက်က၊ သေ
 ပျောက်ရခြင်းသည်၊ ဝုဝံ-မြေလက်ခတ်နဲ့၊ မြှောက်သည့်ခဲသို့၊ မလွဲ
 မသွေ၊ အမြဲပင် ဖြစ်ပေသတည်း။



ဝိပဿနာဘာဝနာ

ဝိပဿနာဘာဝနာကို ပွားများလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် သင်္ကြိုဟ် ကျမ်းဌ်လာသည့်အတိုင်း သီလဝိသုဒ္ဓိ၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ၊ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ၊ ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ၊ မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိ၊ ပဋိပဒါဉာဏ ဒဿနဝိသုဒ္ဓိ၊ ဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိအားဖြင့် ဝိသုဒ္ဓိခုနှစ်ပါး အစဉ် အတိုင်း ပွားများရာ၏။

သီလဝိသုဒ္ဓိ ထိုတွင် သီလဝိသုဒ္ဓိသည် ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ၊ ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ၊ အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ၊ ပစ္စယ သန္နိသိတသီလအားဖြင့် လေးပါးအပြားရှိ၏။

ထိုတွင် ဝိနည်းပါဠိတော်၌ လာသော သိက္ခာပုဒ်အပေါင်းကို စောင့်ထိန်းခြင်းသည် “ပါတိမောက္ခသံဝရသီလ” မည်၏။

ဣန္ဒြေခြောက်ပါးတို့ကို အဘိဇ္ဈာ၊ ဒေါမနဿစသောအကုသိုလ် မဖြစ်ရအောင် စောင့်ထိန်းခြင်းသည် “ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ”မည်၏။

ကုလဒူသန၊ အနေသန၊ မိစ္ဆာဇီဝတို့မှ ရှောင်ကြဉ်၍ တရား သဖြင့် အသက်မွေးခြင်းသည် “အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ” မည်၏။

ပစ္စည်းလေးပါးကို ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်၍ သုံးစွဲခြင်းသည် “ပစ္စယသန္နိသိတသီလ” မည်၏။

စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဈာန်၏ ရှေ့အနီး ဥပစာဖြစ်သော သမာဓိသည် ဥပစာသမာဓိ မည်၏။ ဈာန်စိတ်သည် အပ္ပနာ သမာဓိမည်၏။ ထိုသမာဓိနှစ်ပါးကို ရသောအခါစိတ်သည် နိဝရဏ တို့မှ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သောကြောင့် စိတ္တဝိသုဒ္ဓိမည်၏။

ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ လက္ခဏာ၊ ရသ စသောအားဖြင့် နာမ်ရပ်နှစ်ပါး
အပြားကို ပိုင်ခြား၍ သိတတ်သော ဉာဏ်သည်
အတ္တဒိဋ္ဌိတို့မှ စင်ကြယ်သောအားဖြင့် ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ မည်၏။

အမှာ။ ။ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိစသော နောက် ဝိသုဒ္ဓိများ၏
ဖြစ်များပုံကို သင်္ဂြိုဟ်ဘာသာဋီကာ ကမ္မဋ္ဌာန်းပိုင်း
မှာကြည့်ရှုပါ။



ခန္ဓာဝန်

ဘာရာ ဟဝေ ပဉ္စက္ခန္ဓာ၊
ဘာရဓာရော စ ပုဂ္ဂလော၊
ဘာရာဒါနံ ဒုခံ လောကေ၊
ဘာရနိက္ခေပနံ သုခံ။

ပဉ္စက္ခန္ဓာ-ငါ့ဟုခေါ်တွင်၊ ပုကိုယ်ပင်ဟု ထင်မြင်ရငြား၊ ခန္ဓာ
ငါးပါးတို့သည်၊ ဟဝေ-စင်စစ်ကေနိ၊ အမှန်အားဖြင့်၊ ဘာရာ-
လေးလံလှစွာ၊ ဝန်ထုပ် ဝန်ပိုးကြီးတို့ပါတကား...၊ ပုဂ္ဂလော-သူငါ
ကစ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ဟူသမျှသည်၊ ဘာရဓာရော-ခန္ဓာဝန်ထမ်း၊ အမြဲခွမ်း
လျက်၊ ပင်ပန်း၍သာ နေရပါတကား၊ လောကေ-ငရဲ တိရစ္ဆာန်၊
မချန်ပြီတ္တာ၊ ဗြဟ္မာ လူ နတ်၊ အရပ်ရပ်သောလောက၌၊ ဘာရာဒါနံ -
ခန္ဓာဝန်ကို၊ ယူရခြင်းသည်၊ ဒုခံ(ဒုက္ခံ)-ဇာတိဇရာ၊ အစဖြာလျက်၊
များစွာထောင်သောင်း၊ ဆင်းရဲအပေါင်း၏၊ အကြောင်းရင်းမှန်၊

အခြေခံပါတကား။ ဘာရနိက္ခေပနံ-မဂ်အရိယာ၊ ရသည့်ခါဝယ်၊ ခန္ဓာဝန်ညစ်၊ ပစ်ချလိုက်ရခြင်းသည်။ သုခံ-ဒုက္ခများစွာ၊ ကင်းစင် ကွာသဖြင့်၊ သာယာငြိမ်ညောင်း၊ ချမ်းသာကြောင်းပါတကား။

ရုပ်တရားကို ရှုပုံ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ အရင်းခံ၍ ရှေးကံက စီမံ လိုက်သော ဤခန္ဓာကိုယ်သည် တစ်လုံး တစ်ခဲတစ်တွဲတည်းသာ ထင်ရသော်လည်း ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတို့ကြောင့် အသီးအသီးဖြစ်၍နေသော ရုပ်ကလာပ် အမှုန်အမွှားတို့သာ ဖြစ်ချေသည်။ ဤရုပ်ကလာပ် အမှုန်အမွှားတို့ သည် အချိန်ရှိသမျှ ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲ သော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

မမြဲသည့်အတွက် အဖြစ်အပျက်ဒဏ်ကို ခံနေရသောကြောင့် ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဒုက္ခတို့ပါတကား...။

ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဒုက္ခဖြစ်၍ အနှစ်သာရ အတ္တမရှိ သော အတ္တမဟုတ်သော အနတ္တတို့ပါတကား။

နာမ်တရားကိုရှုပုံ စိတ်၊ စေတသိက်နှစ်ပါးကို အာရုံယူတတ်၊ အာရုံသို့ ညွှတ်တတ်သောကြောင့် နာမ် တရားဟုခေါ်၏။ ဤ နာမ်တရားများသည် စိတ်တစ်ပါးနှင့် စေတသိတ် အများပေါင်း၍ ဖြစ်ရသောကြောင့် နာမ်ကလာပ်ပင် ဖြစ်ချေသည်။

ထို နာမ်ကလာပ်များလည်း လက်ဖြောက်တစ်ချက်တီးခန့် ကာလ၌ ကုဋေတစ်သိန်းမက ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

မမြဲသည့်အတွက် အဖြစ်အပျက်ဒဏ်ကို ခံနေရသောကြောင့် ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဒုက္ခတို့ပါတကား...။

ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဒုက္ခဖြစ်၍ အနှစ်သာရ အတ္တမရှိ သော အတ္တမဟုတ်သော အနတ္တတို့ပါတကား။

ရုပ်နာမ် ၂ ပါးကို
ဣရိယာပုထ် ၄ ပါးဖြင့်ခွဲခြား၍ရှုပုံ

များစွာသောသတ္တဝါတို့သည် ရုပ်တရားချည်းလည်း မဖြစ်နိုင်၊ နာမ်တရားချည်းလည်း မဖြစ်နိုင်၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ပေါင်းစပ်မှသာ ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ ထို့ကြောင့် ဤ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို ဣရိယာပုထ် လေးပါးအားဖြင့် ခွဲခြားသောအခါ... ..

သွားဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားတို့သည် ရုပ်ဆဲခဏ သို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှ ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေ သောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

ရုပ်ဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားတို့သည် ထိုင်ဆဲခဏ သို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း

ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေ
သောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

ထိုင်ဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားတို့သည်လျောင်းဆဲ
ခဏသို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှ ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်း
ဖြစ်တိုင်း ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်
ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

သွားဆဲခဏ၌လည်း ပထမခြေလှမ်းဝယ်ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်
တရားတို့သည် ဒုတိယခြေလှမ်းသို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှ
ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း
ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါ
တကား...။

ဒုတိယခြေလှမ်း၌လည်း ခြေကိုမြှောက်ဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသော
ရုပ်နာမ်တရားတို့သည် ရှေ့တိုးဆဲခဏသို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်
ရှိသမျှ ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်း
ပျက်တိုင်း ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော
အနိစ္စတို့ပါတကား...။

ရှေ့တိုးဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသောရုပ်နာမ်တရားတို့သည် ရှေ့ခြေကို
ရှောင်ဆဲခဏသို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှ ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊
ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း၊ ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း၊ ထပ်၍
ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

ရှေ့ခြေကို ရှောင်ဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသောရုပ်နာမ်တရားတို့သည် အောက်ချဆဲခဏသို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှ ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း၊ ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း၊ ထပ်၍ ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

အောက်ချဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားတို့သည် တည်ရာ အပြင်ဝယ် ထိဆဲခဏသို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှ ဖြစ်၍ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း၊ ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း၊ ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါ တကား...။

တည်ရာအပြင်ဝယ် ထိဆဲခဏ၌ ဖြစ်ကြသော ရုပ်နာမ်တရားတို့သည် ဖိ၍ နင်းဆဲခဏသို့ မရောက်ကြဘဲ အချိန်ရှိသမျှ ဖြစ်၍ ဖြစ်၍၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း၊ ပျက်၍ပျက်၍၊ ပျက်တိုင်းပျက်တိုင်း၊ ထပ်၍ထပ်၍ ဖြစ်ပျက်နေသောကြောင့် မမြဲသော အနိစ္စတို့ပါတကား...။

မမြဲသည့်အတွက် အဖြစ်အပျက်ဒဏ်ကို ခံနေရသောကြောင့် ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဒုက္ခတို့ပါတကား...။

ကြောက်ဖွယ်ကောင်းသော ဒုက္ခဖြစ်၍ အနှစ်သာရ အတ္တမရှိသော အတ္တမဟုတ်သော အနတ္တတို့ပါတကား။

ဝိပဿနာဘာဝနာပြီးပြီ။



စတုရာရက္ခဋ္ဌင်စပ်၍မှတ်ဖွယ်

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာကို ပွားများသောပုဂ္ဂိုလ်သည်
 ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်ကို ပို၍ကြည်ညိုသော
 ကြောင့် မိမိအတွက် သာသနာ ညှိုးနွမ်းဖွယ်ကိစ္စကို မပြုတော့၊
 သာသနာတော်၏ တိုးတက်ကြီးပွားကြောင်း ကျက်သရေရှိကြောင်း
 အလုပ်ကိုသာ စွမ်းနိုင်သမျှ ပြုလုပ်တော့သည်။ [ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ပွား
 နည်းကို ပြခဲ့ပြီ။]

မေတ္တာ မေတ္တာဘာဝနာကို ပွားများလေ့ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ကား
 အရာရာ၌ ကိုယ်ကျိုးကို ရှေးရှုမထားဘဲ သူတစ်ပါး
 အကျိုးကိုသာ ရှေးရှု၏။ ထိုသို့ရှေးရှုသောကြောင့် သာသနာတော်
 နှင့်စပ်၍ အကျိုးမဲ့ ကုန်ကျဖွယ်များကို မိမိလည်းမသုံးဖြုန်း
 ဒါယကာတို့ကိုလည်း မသုံးဖြုန်းစေတော့။

အသုဘ အသုဘဘာဝနာကား သာသနာတော်နှင့် လွန်စွာသင့်
 လျော်၏။ အိမ်ရာမထောင် သာသနာဘောင်၌ တစ်
 ကိုယ်တည်း နေသောပုဂ္ဂိုလ်သည် အသုဘဘာဝနာကဲ့သို့ ဘာဝနာ
 တမ်းမျိုးမျိုးသာ လက်ကိုင်မရှိပါမူ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်
 ဘက်၌ သက်တော်ကြီးသော်လည်း စိတ်ရောက်လျက် ရှိတတ်
 သေး၏။ ထို့ကြောင့် အသုဘဘာဝနာကို ကောင်းစွာပွားများသူသာ
 စိတ်ဖြူစင်နိုင်ပေလိမ့်မည်။ [အသုဘပွားနည်းကို ရှေး၌ပြခဲ့ပြီ။]

မရဏသတိ သေခြင်းတရားကို နှလုံးသွင်းမှု မရဏသတိ
 ဘာဝနာကို နေ့စဉ်ပြုသောပုဂ္ဂိုလ်သည် “ငါသည်
 သေသွားသောအခါ ကုသိုလ်သာလျှင် အားကိုးရာရှိပါတကား” ဟု
 အမြဲ သတိရနေသောကြောင့် ဘုန်းကံကြီးမား လာဘ်များမှု၌
 ကြောင့်ကြမစိုက်တော့ဘဲ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကိစ္စကိုသာ တစ်ခုပြီး
 တစ်ခု ဘာဝနာပွားမှုတိုင်အောင် အမြဲ ပြု၍ နေပေလိမ့်မည်။
 ထို့ကြောင့် ဤကမ္မဋ္ဌာန်း(၄)ပါးကို “စတုရာရက္ခကမ္မဋ္ဌာန်း” ဟု
 နာမည်ထူးတပ်လျက် ရှေးသူတော်သူမြတ်တို့ အမြဲ အားထုတ်ခဲ့ကြ
 လေသည်။



မေတ္တာပို့နည်း

ကျောင်းတိုက်သံဃာ မေတ္တာဘာဝနာကို ဖြစ်စေလိုသော ရဟန်း
 သာမဏေသည် ရှေးဦးစွာ သီမဋ္ဌသံဃာ
 တော်များကို စိတ်အားဖြင့် ပိုင်းခြားမှန်းဆ၍ “ဤကျောင်းတိုက်၌
 သီတင်းသုံးတော်မူကြသော နာယက၊ စာချဆရာတော်များနှင့်တကွ
 သံဃာတော်အပေါင်းသည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြ
 ပါစေ” ဟု နှုတ်ဖြင့်လည်းရွတ် စိတ်ဖြင့်လည်းအာရုံပြု၍ မေတ္တာပွား
 စေရမည်။ ဤသို့မေတ္တာစိတ်ကို ပွားစေ၊ များစေ၊ တိုးစေခြင်း
 ကိုပင် “မေတ္တာပို့” ဟု ခေါ်သည်။

ကျောင်းတိုက်နတ် ထို့နောက်-ကျောင်းတိုက်၌ စောင့်ရှောက်၍
 နေကြသော နတ်အပေါင်းကို စိတ်အားဖြင့်
 ပိုင်းခြားမှန်းဆ၍ “ဤကျောင်းတိုက်၌တည်ရှိကြသော နတ်အပေါင်း
 တို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ”ဟု ရှေး
 နည်းအတိုင်း မေတ္တာပို့ရသည်။

ဆွမ်းခံရွာ မိမိ၏ ကျက်စားရာ မြို့ရွာ၌ အစိုးရသူ အုပ်ချုပ်သူ
 များကို စိတ်အားဖြင့် ပိုင်းခြားမှန်းဆ၍ “ငါ၏ဆွမ်းခံ
 ရာမြို့ရွာ၌ အုပ်ချုပ်၍နေကြသော အစိုးရတို့သည် ဘေးရန်ကင်း
 ကွာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ ”ဟု (ရှေးအတိုင်း) မေတ္တာပို့ရ
 သည်။

ထို ဂေါစရဂါမ် မြို့(ရွာ)၌ မြို့သူ မြို့သား(ရွာသူ ရွာသား)လူ
 အများတို့ကို စိတ်အားဖြင့် ပိုင်းခြားမှန်းဆ၍ “ငါ၏ဆွမ်းခံရွာ မြို့
 (ရွာ)၌ နေကြသော မြို့သူမြို့သား (ရွာသူ ရွာသား) လူအများတို့
 သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ ”ဟု (ရှေး
 အတိုင်း) မေတ္တာပို့ရသည်။

အရပ်(၁၀)မျက်နှာ ထို့နောက် မိမိမြို့ မိမိရွာ၌ နေထိုင်ကြ
 သောသတ္တဝါတို့မှစ၍ အနီးအပါး ပတ်ဝန်း
 ကျင်မြို့ရွာ၌ နေထိုင်ကြသော သတ္တဝါတို့ကို စိတ်အားဖြင့် ချဲ့ကာ
 ချဲ့ကာ ပိုင်းခြား၍ မေတ္တာပို့ရသည်။ ထိုသို့ ချဲ့ကာ ချဲ့ကာ ပိုင်းခြား
 ရာ၌ အရှေ့အရပ်၌ နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊
 အနောက်အရပ်၌ နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊ မြောက်
 အရပ်၌နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊ တောင်အရပ်၌နေ

ကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်၌
 နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အနောက်မြောက်ထောင့်
 အရပ်၌ နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အရှေ့မြောက်
 ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အနောက်
 တောင်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော သတ္တဝါတို့ကို လည်းကောင်း၊
 အောက်အရပ်၌ နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အထက်
 အရပ်၌ နေကြသော သတ္တဝါတို့ကိုလည်းကောင်း အစဉ်အတိုင်း
 စိတ်အားဖြင့် ပိုင်းခြား၍ ပိုင်းခြား၍ နှုတ်အားဖြင့်ဖြစ်စေ၊ စိတ်
 အားဖြင့်ဖြစ်စေ မေတ္တာကို ချဲ့ထွင် တိုးပွားစေရသည်။



မရဏသမာတိ ပွားနည်း

သေခြင်း တစ်ဘဝအတွက် ဆက်ကာ ဆက်ကာဖြစ်နေသောရုပ်
 ဇီဝတကို “အသက်” ဟုခေါ်၏။ ထိုအသက်သည်
 ကံအရှိန် မကုန်သေးသမျှ ဆက်၍ဖြစ်နေ၏။ အသက်တမ်းကုန်ခြင်း၊
 သို့မဟုတ် ကံအစွမ်းကုန်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အသက်တမ်း ကံအစွမ်း
 နှစ်မျိုးလုံးကုန်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ရှေးဘဝကပါလာသော မကောင်း
 မှုကံဟူသော ဥပစ္စေဒက ကပ်၍ဖြတ်တတ်သော ကံကြောင့် ကံ
 အရှိန်ပြတ်သွားခြင်း ဤအကြောင်း တစ်ပါးပါးကြောင့် တစ်ဘဝ
 အတွက် ဇီဝိတ(အသက်)၏ နောက်ထပ် မဆက်တော့ခြင်းကို
 “သေခြင်း”ဟုခေါ်ရ၏။ ထိုသေခြင်းမှ မည်သူမျှမလွတ်နိုင်၊ ထိုသို့
 မလွတ်နိုင်သော သေခြင်းကို သတိရနေခြင်းကို “မရဏသမာတိ”ဟု

ခေါ်၏။ ထို မရဏသတိကို မိမိသန္တာန်၌ အဖန်ဖန် ဖြစ်စေခြင်းကို “မရဏသတိဘာဝနာ” ဟု ခေါ်သည်။

ထို ဘာဝနာကို ဖြစ်စေရာ၌ “မရဏံ မေ ဘဝိဿတိ=ငါ၏ သေခြင်း ဖြစ်လိမ့်မည်” ဟုသော်လည်းကောင်း၊ “ဇီဝိတံ မေ ဥစ္ဆိဿတိ=ငါ၏ အသက်သည် ပြတ်လိမ့်မည်” ဟုသော်လည်းကောင်း၊ “မရဏံ မရဏံ=သေရခြင်း သေရခြင်း” ဟုသော်လည်းကောင်း ဤနည်း သုံးမျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် မရဏကို သတိထားနိုင်၏။

သင့်တင့်အောင် နှလုံးသွင်း ထိုသို့ သေခြင်းသဘောကို အမှတ်ရနေရာ၌ သင့်တင့်အောင် နှလုံးသွင်းရသည်။ ချဲ့ဦးအံ့-မိခင်သည် သား၏ သေမည့်အရေးကို တွေးမိသောအခါ ဝမ်းနည်းမှုသောက ဖြစ်သကဲ့သို့ မိမိချစ်အပ်သူ၏ သေမည့်အရေးကို တွေးနေလျှင်(သတိရနေလျှင်) ဝမ်းနည်းမှုသောက ဖြစ်တတ်၏။ မိမိမုန်းအပ်သူ၏ သေမည့်အရေးကို တွေးသောအခါ ဝမ်းသာအားရ ဖြစ်တတ်၏။ မချစ်အပ် မမုန်းအပ် (အလယ် အလတ်) သူ၏ သေမည့်အရေးကို သတိရသောအခါ သံဝေဂမရဘဲ အမှတ်တမဲ့ဖြစ်တတ်၏။ ဥပမာ-သင်းချိုင်းစောင့် သူသေကောင်ဖုတ်သူတို့၏ သူသေကောင်ကိုမြင်ရာ၌ သံဝေဂမဖြစ်သကဲ့သို့တည်း။ မိမိ သေမည့်အရေးကို အမှတ်ရနေရာ၌ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်မှု ဒေါ်မနုဿဖြစ်တတ်၏။ ထို့ကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်နှင့်တွဲ၍ သေခြင်းကို သတိထားမှုကို “ယောနိသော မနုဿိကာရ(သင့်တော်သော နှလုံးသွင်းမှု)” ဟုမဆိုနိုင်။ ထိုသို့နှလုံးသွင်းခြင်း၌ ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်သော သတိလည်းမဖြစ်၊ သံဝေဂလည်း မဖြစ်ပါ။

ထို့ကြောင့် ထိုထိုအရပ်၌ သတိထားအပ်သောသတ္တဝါ၊ သေနေသော သတ္တဝါတို့ကို ကြည့်၍ဖြစ်စေ တွေ့မြင်အပ်ဖူးသော စည်းစိမ်ရှင်တို့၏ သေကြပုံကို ဆင်ခြင်၍ဖြစ်စေ သတိကိုလည်းကောင်း၊ ထိတ်လန့်မှုသြတ္တပ္ပကိုလည်းကောင်း၊ ဉာဏ်ကိုလည်းကောင်းဖြစ်စေ၍ “သေရခြင်း ဖြစ်လိမ့်ဦးမည်” စသည်ဖြင့် နှလုံးသွင်းမှုကို ပြုစေထိုက်၏။

ပြည်စုံမှု၊ ပျက်စီးမှု လောက၌ ပြည့်စုံမှု စည်းစိမ်ဟူသမျှသည် ပျက်စီးမှု ဝိပတ္တိသာအဆုံးရှိ၏။ အနာကင်းခြင်းသည် (တကင်းထဲကင်း၍မနေ) အနာရောဂါဖြစ်ခြင်းသာ အဆုံးရှိ၏။ နောက်ဆုံးသေခါနီးမှာ မည်သူမဆို ရောဂါဖြစ်၏။ အရွယ်ပျိုခြင်းသည် (တပျိုထဲပျို၍ မနေ)အိုခြင်းသာ အဆုံးရှိ၏။ အသက်ရှင်ခြင်းသည်လည်း (တရှင်ထဲရှင်၍မနေ) သေခြင်းသာ အဆုံးရှိ၏။ ဤသို့လျှင် “သမ္ပတ္တိ ဟူသမျှသည် ဝိပတ္တိသာ အဆုံးရှိ၏” ဟု နှလုံးသွင်းမှုသည် သမ္ပတ္တိ ဝိပတ္တိအားဖြင့် မရဏကို အမှတ်ရနေခြင်းတည်း။

အားလုံးသေရ အခြွေအရံများကြသော ရှင်ဘုရင်တို့၏အပေါ်၌ သော်မှ ဤသေခြင်းသဘောသည် ကျရောက်သေး၏။ ထိုမျှလောက်အခြွေအရံမရှိသော ငါ၏အပေါ်မှာ အိုဖွယ်ရာမရှိ။ ဧကန်ကျရောက်မည်သာ၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် ပုညမဟတ္တ (ဘုန်းကံကြီးသော ဇောတိက စသောသူဌေး)، ထာမမဟတ္တ (အားကောင်းသောစစ်သူကြီးများ)، ဣဒ္ဓိမဟတ္တ (တန်ခိုးကြီးတော်မူသော အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်)، ပညာမဟတ္တ (ပညာကြီးတော်မူသော အရှင်သာရိပုတ္တရာ)، ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ အားဖြင့်လည်း မိမိကိုယ်ကပ်ဆောင်၍ သေခြင်းကိုနှလုံးသွင်းရသည်။

ဘေးရန်များ ဤကိုယ်၏ အတွင်းဝယ် ရှစ်ဆယ်သောပိုး အမျိုး
 အစားတွေရှိ၏။ အရေပါးမှီသော ပိုးတွေက အရေ
 ပါးကို စားကြ၏။ အရေထူကိုမှီသော ပိုးတွေက အရေထူကိုစား
 ကြ၏။ ထို့အတူ အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီ
 ကိုမှီသော ပိုးတို့ကလည်း မိမိတို့မှီရာကို ခဲစားကြ၏။ ထိုပိုးတို့
 ကြောင့်လည်း ဤကိုယ်သည် သေနိုင်၏။ အပြင်ကလည်း ရောဂါ
 များစွာ ကျရောက်နိုင်၊ ကူးစက်နိုင်၏။ ထိုရောဂါတို့ကြောင့် လည်း
 သေနိုင်၏။ မြွေ၊ ကင်း စသော သတ္တဝါတို့ကြောင့်လည်း သေနိုင်
 ၏။ ဤသို့ ကိုယ်ကာယ၏ ဘေးရန်အများတို့နှင့် ဆက်ဆံနေပုံ
 ကို ဆင်ခြင်သောအားဖြင့်လည်း မရဏကို သတိရနိုင်သည်။

အသက်အားနည်း အသက်ဟု ခေါ်အပ်သော ဤဇီဝိတသည်
 အလွန်အားနည်း၏။ ထွက်သက်-ဝင်သက်
 နှင့် စပ်၏။ ထွက်သက်က ပြန်မဝင်နိုင်လျှင်လည်းကောင်း၊ ဝင်သက်
 က ပြန်မထွက်နိုင်လျှင်လည်းကောင်း သေတော့၏။ ဣရိယာပုထ်
 လေးပါးနှင့်လည်းစပ်၏။ ဣရိယာပုထ်တစ်ပါးပါး ပျက်လျှင်(မသွား
 နိုင်လျှင်၊ မထိုင်နိုင်လျှင် စသည်ကြောင့်) သေရ၏။ အအေး၊ အပူ
 ဥတုနှင့်လည်းစပ်၏။ အအေးလွန်လျှင်ဖြစ်စေ၊ အပူလွန်လျှင်ဖြစ်စေ
 သေနိုင်၏။ မဟာဘုတ်လေးပါးနှင့်လည်းစပ်၏။ မဟာဘုတ်တစ်ပါး
 ပါးလွန်လျှင် သေနိုင်၏။ အာဟာရနှင့်လည်းစပ်၏။ အာဟာရ
 မစားရ၍ လည်းကောင်း၊ အာဟာရလွန်သွားလျှင် လည်းကောင်း၊
 မသင့်သောအာဟာရကို စားမိလျှင်လည်းကောင်း သေနိုင်၏။ ဤ
 သို့အသက်၏ အားနည်းပုံကို ဆင်ခြင်၍လည်း မရဏကို နှလုံးသွင်း
 ရသည်။ [“အပ္ပမာယု မနုဿာနံ”စသောဂါထာကို ဤ၌ရွတ်ပါ။]

အပိုင်းအခြားမရှိ အပိုင်းအခြား အမှတ်အသား၏ မရှိခြင်းကို
 “အနိမိတ္တ” ဟုခေါ်၏။ “အသက်မည်မျှရှိမှ
 သေလိမ့်မည်” ဟု ဇီဝိတ=အပိုင်းအခြား, “မည်သည့်အနာရောဂါ
 ဖြင့် သေလိမ့်မည်” ဟု ဗျာဓိ=အပိုင်းအခြား, “မည်သည့်အချိန်
 ကာလ၌ သေလိမ့်မည်” ဟု ကာလ=အပိုင်းအခြား, “မည်သည့်
 နေရာ၌ အလောင်းကို ချရလိမ့်မည်” ဟု အလောင်းချရာ ဌာန=
 အပိုင်းအခြား, “သေပြီးသောအခါ မည်သည့်ဂတိ ရောက်လိမ့်
 မည်” ဟု ဂတိအပိုင်းအခြား၊ ဤအပိုင်းအခြား အမှတ်အသား
 ငါးမျိုးလုံး မရှိခြင်းကို ဆင်ခြင်သော အားဖြင့်လည်း သေခြင်းကို
 နှလုံးသွင်းရသည်။ [ဤနေရာဝယ် ရှေ့ပြုခဲ့သည့် “အဇ္ဇေဝ ကိစ္စ
 အာတပုံ” စသောဂါထာကို ရွတ်ပါ။]

အနှစ်တစ်ရာ အလွန်ဆုံး အသက်ရှည်ရာ ကာလအပိုင်းအခြား
 ကို “အဒ္ဓါနပရိစ္ဆေဒ” ဟုခေါ်၏။ ယခု
 ခေတ်၌ လူတို့၏ အသက်ရှည်ရာကာလသည် ကံအထူးမပါလျှင်
 အနှစ်တစ်ရာသည် အလွန်ဆုံးတည်း။ ကံအထူးပါစေကာမူ တစ်ရာ
 ထက် အနည်းငယ်သာလွန်နိုင်၏။ နှစ်ရာသို့ကား မရောက်နိုင်ဟု
 မိန့်တော်မူ၏။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏အလွန်ဆုံး အသက်ကိုပင် ဆင်ခြင်
 ကာ မရဏကို အောက်မေ့နိုင်ပါသည်။ [ဤနေရာ၌ “အန္တော
 ဝဿသတံ” စသော ဂါထာကို ရွတ်ပါ။]

ဝိပဿနာ ဝိ=အနိစ္စဟုလည်းကောင်း, ဒုက္ခဟုလည်းကောင်း,
 အနတ္တဟုလည်းကောင်း အထူးထူး အပြားပြား+

ပဿနာ=ရှုတတ်သောဉာဏ်၊ မဟာကုသိုလ်၌ ယှဉ်သောဉာဏ် တည်း။ ထို ဝိပဿနာဉာဏ်ကို မိမိစိတ်အစဉ်၌ တိုးပွားစေခြင်း(တိုးပွားအောင် အားထုတ်ခြင်း)ကို “ဝိပဿနာဘာဝနာ”ဟု ခေါ်သည်။

အခြေခံ ထို ဝိပဿနာဘာဝနာကို အားထုတ်လိုသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် သီလနှင့် သမာဓိကို အခြေခံ၍ ပြုရ၏။ သီလမစင်ကြယ်လျှင် သမာဓိမရလျှင် ဝိပဿနာဉာဏ်အစစ် မဖြစ်နိုင်၊ သီလမစင်ကြယ်လျှင်ကား ဝိပဋိသာရ(စိတ်နှလုံး မသာယာမှု) မဖြစ်တော့ဘဲ စိတ်သည် ရွှင်လန်း၏။ စိတ်ရွှင်လန်းလျှင် အနည်းငယ်နှစ်သက်မှု နုသောပီတိဟူသော ပါမောဇ္ဇဖြစ်၏။ ထို နုသောပီတိဖြစ်လျှင် တစ်ဖြည်းဖြည်းရင့်ကာ အားရှိသော ပီတိဖြစ်၏။ ထို ပီတိဖြစ်လျှင် ကိုယ် စိတ်နှစ်ပါးလုံးအေးငြိမ်းမှု ပဿဒ္ဓိ၊ လဟုတာ၊ မုဒုတာ၊ ကမ္မညတာတို့ ဖြစ်ကြ၏။

ထိုသို့ ပဿဒ္ဓိစသည်ဖြစ်လျှင် ကိုယ် စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာမှုသုခဖြစ်၏။ ထိုသို့ သုခဖြစ်မှသာ ကောင်းသောအာရုံ၌ စိတ်တည်ကြည်၍ သမာဓိရနိုင်၏။ ထိုသို့သမာဓိရမှသာ ဝိပဿနာဖြစ်နိုင်သည်။

စတုရာရက္ခနှင့်စပ်၍ မှတ်ဖွယ် ပြီးပြီ။



ဝမ်းရောဂါနှင့် စပ်၍
သံဃာတော်များ၏ ညွှန်ကြားချက်

- က။ “ဝမ်းရောဂါ”ဆိုသည်မှာ မိုးပေါ်က ကျလာသောရောဂါ မဟုတ်ပါ။ ဥတုပူပြင်းသောအခါ၊ မိုးကအေးလောက် အောင်မရွာသောအခါဝယ် လူတို့က အစားအသောက် ကို သင့်တင့်အောင် မစားမသောက်တတ်သောကြောင့် ဤရောဂါ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
- ခ။ ထို့ပြင် စွန့်ထားသော ကျင်ကြီးကို အံ့သောယင်ကောင် ၏ ထိုကျင်ကြီး၌ ပါနေသော ရောဂါပိုးများကို သယ်ယူ လာသဖြင့် ကူးစက်နိုင်သော ရောဂါ ဖြစ်ပါသည်။
- ဂ။ ထိုရောဂါသည် မူလက အားနည်းနေသော လူကြီးများ၊ ကလေးများ၌ သာ၍ ကူးစက်လွယ်ပါသည်။
- ဃ။ ထို ရောဂါဖြစ်လာသောအခါ မကောင်းဆိုးဝါးတို့လည်း နှောင့်ယှက်လာတတ်ပါသည်။ ထို မကောင်းဆိုးဝါးတို့ သည် ပင်ကိုယ်က စိတ်အားငယ်သူ၊ ကြောက်ရွံ့နေသူ တို့ကို သာ၍ နှောင့်ယှက်နိုင်ပါသည်။ သတ္တိရှိရှိနှင့် ခွန် အားပြည့်သူများကို အနားသို့မျှ မကပ်ဝံ့ပါ။
- င။ ယခု ရွတ်ဆိုအပ်ပြီးသော ပရိတ်တော်သည် ပင်ကိုယ် အားဖြင့် တန်ခိုးကြီးမားသော်လည်း ရွတ်ဆိုသောပုဂ္ဂိုလ် ၏ ယုံကြည်မှု၊ ပီသမှု၊ နာယူသော ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ ယုံ ကြည်မှု၊ အားကိုးမှုကို လိုက်၍ တန်ခိုး ထက်-မထက် ကွဲပြားနိုင်ပါသည်။

မဟာဂန္ဓာရုံဝတ်ရွတ်စဉ်

- ၈။ ထို့ကြောင့် ပရိတ်ဒဏ်သက်ကိုသာ အားကိုးဘဲ မိမိတို့ ယုံကြည်မှုနှင့် ရွတ်ဆိုသော ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ သီလ၊ သိက္ခာ၊ မေတ္တာ၊ ကရုဏာကြီးမား-မကြီးမားမှုတို့ကို လည်း စဉ်းစားရပါသည်။ ထို့ကြောင့်-
- ၁။ ထို မေတ္တာ၊ ကရုဏာတို့ သန့်ရှင်းသည်ထက် သန့်ရှင်းဖို့ အလှူဒါနကို လုံးဝ မပြုကြပါနှင့်။ မိမိတို့ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရားကိုသာ အားပြုကြပါ။
(အလှူဒါန ပါလာလျှင် ထိုအလှူဒါနကို သာယာမက်မောသော လောဘဇောက ပရိတ်တော်၏ သတ္တိတို့ကို ယုတ်လျော့စေနိုင်ပါသည်။)
- ၂။ (၁၀) ရက်အတွင်း၌ ငါးပါးသီလကို အထူးသန့်ရှင်းအောင် ထိန်းကြပါ။ (သီလ၏တန်ခိုးကို သိသောအခါ ဆက်လက်၍ ထိန်းချင်လာပါလိမ့်မည်။)
- ၃။ အားအင်မလျော့ရအောင် သင်္ကြန်အတွင်းလို သဘောထား၍ ကိုယ်သွေးထုတ်မှုကို အထူးရှောင်ကြပါ။
- ၄။ အ အိပ်မပျက်အောင် ပွဲသဘင်များကို ရှောင်နိုင်သမျှ ရှောင်ကြပါ။
- ၅။ မသန့်ရှင်းသော အစာ(ယင်အုံသော အစာ)နှင့် အအေးလွန်သော အစာတို့ကို ရှောင်ကြပါ။
- ၆။ တစ်ညလုံး လေတိုက်ခံ၍ မအိပ်ပါနှင့်၊ သင့်တော်ရုံ လေခံပါ။ အထိုက်အလျောက် ချွေးရပါစေ။

- ၇။ သားစိမ်း၊ ငါးစိမ်း၊ သားကြီး၊ ငါးကြီးများကို ရှောင်ပါ။
(ထို အညှီ အနံ့များကို မကောင်းဆိုးဝါးတို့က အလွန် ကြိုက်ပါသည်။)
- ၈။ အိမ်၏ အတွင်း-အပြင်ကိုလည်းကောင်း၊ မိမိ၏ကိုယ် နှင့် အဝတ်တို့ကိုလည်းကောင်း သန့်ရှင်းအောင် အထူး ဂရုစိုက်ပါ။
- ၉။ မြန်မာ သမားတော်တို့၏ ညွှန်ကြားချက်များနှင့်တကွ မြို့နယ်ဆရာဝန်၏ အောက်ပါ ညွှန်ကြားချက်များကို လည်းအတတ်နိုင်ဆုံး လိုက်နာပါ။
- ၁၀။ နောက်နောက် ညဉ့်များ၌ ပတ်ဝန်းကျင်ရွာများ တိုင် အောင် ရှစ်နာရီမှ စ၍ မိမိတို့ ရပ်ကွက်အသီးသီးသို့ ပရိတ်နာဖို့ရန် ပင့်နိုင်ပါသည်။

အမှာ။ ။ အလှူဒါန လုံးလုံးမပါရ။ အစိတ် သုံးဆယ်ခန့် ထက် မနည်းသော သံဃာများကို အသွား အပြန် မပင်ပန်းရအောင် နီးသည်ဖြစ်စေ၊ ဝေးသည်ဖြစ်စေ၊ ကာသွားနိုင်သော နေရာအထိ ကားဖြင့်ပင့်ပါ။ သံဃာ တစ်ရာကျော်လောက်ကို မျှရမည်ဖြစ်၍ တစ်ညဉ့် တည်းဖြင့် ရပ်ကွက်အားလုံး မနွံနိုင်ပါ။ သို့ဖြစ်၍ မဲချ သင့်က မဲချပေးကြပါ။ တစ်ရပ်ကွက်လုံး ပရိတ်တော် ၏ အသံ လွှမ်းသွားအောင် အသံချဲ့စက် ပါနိုင်လျှင် ကောင်းပါသည်။

သံဃာတော်များ ၁၃၃၆.ခုနှစ်၊ ကဆုန်လဆန်း(၅)ရက်။



မဟာဂဇ္ဇာရုံဝတ်ရွတ်စဉ်

ဝမ်းဧရာဝဲနှင့် ဓပ်၍
ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်

- ၁။ ဝမ်းနူးစာများကို လည်းကောင်း၊ ယင်ကောင်အံ့သည့် အစားအသောက် အဖျော်ယမကာများကိုလည်းကောင်း ရှောင်ကြရန်နှင့် ရေကိုကျိုချက်သောက်ရန်။
- ၂။ ယင်ကောင်များကို ဖယ်ရှားရန်။
- ၃။ လက်များကို အစာ မစားမီ ဆပ်ပြာနှင့် ပွတ်တိုက် ဆေးကြောရန်။
- ၄။ မစင်များကို ယင်ကောင်မအံ့သည့် နည်းဖြင့် ရှင်းလင်းရန်။
- ၅။ ဝမ်းရောဂါရှိသော လူနာများနှင့် လည်းကောင်းတို့၏ မစင်များ၊ အန်ဖတ်များကို ကိုင်မိပါက လက်များကို ဆပ်ပြာနှင့် အကြိမ်များစွာ ဆေးကြောသုတ်သင်ရန်။

မြို့နယ်ဆရာဝန်



၃။ တစ်ခါ ပရိတ်တော့ နာတော့ နာပါရဲ့၊ ဒါပေမယ့် ပရိတ်ကို သိပ်မယုံဘူး။ အဲဒီလို မယုံလို့ရှိလျှင်လဲ ပရိတ်က အဲဒီသူကို မစောင့်ရှောက်ပါဘူး။

[ဆောင်] ကံ-ကိလေသာ၊ စင်က္ခာလွတ်ကင်း၊ ယုံကြည်ခြင်း၊ နာလျှင်း သုံးအင်္ဂါ။

ပရိတ်ရွတ်သူအင်္ဂါ ပါဠိကွရံ အနာသေတွာ၊
အတ္တံ ဇာနိယ သာဓုကံ၊
အနုဒ္ဓယံ ကရိတွာန၊
ဘဏေ ပရိတ္တံ မုတ္တမံ။

ပရိတ်ရွတ်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က...

၁။ ပုဒ်ပါဠိအက္ခရာကို မှန်မှန်ကန်ကန် ရွတ်တတ်ရမယ်။

၂။ ပရိတ်ရဲ့ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို ကောင်းကောင်း နားလည်ရမယ်။

၃။ ပရိတ်နာတဲ့သူ အပေါ်မှာ သနားတဲ့ ကရုဏာစိတ်၊ အကျိုးလိုလားတဲ့ မေတ္တာစိတ်၊ အဲဒီလို စိတ်မျိုး ထားရမယ်။

[ဆောင်] ပါဠိမပျက်၊ အနက်ကိုသိ၊ မေတ္တာရှိ၊ တြိရွတ်အင်္ဂါ။

ဒီတော့ ရွတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဘက်ကလဲ အကြောင်းအင်္ဂါစုံမှ၊ နာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဘက်ကလဲ အကြောင်းအင်္ဂါစုံမှ ဒီပရိတ်တော်ဟာ ဆိုင်ရာအပြစ်တွေကို ကာကွယ်ပြီးတော့ ပေးနိုင်မယ်တဲ့။

ဒါကြောင့် ပရိတ်ရွတ်တဲ့အခါ ရွတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ရဲ့ အရည်အချင်း၊ ပုဒ် အကွရာ မှန်မှန်ကန်ကန်နဲ့ အနက်အဓိပ္ပါယ် နားလည်လို့၊ တစ်ခါ အနက်အဓိပ္ပါယ် နားလည်တဲ့အပြင် မေတ္တာနဲ့ ကရုဏာနဲ့ သနားစောင့်ရှောက်လို့ ဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်ရမယ်။

ပရိတ်နာတဲ့အခါ နာတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကလည်း မိမိမှာ အပြစ်ကြီးတွေ မရှိဘူးဆိုလျှင် ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ နာရမယ်။ အဲဒီလိုဆိုလို့ရှိလျှင် ဒီပရိတ်တော်က ဘေးရန် အန္တရာယ်ကို စောင့်ရှောက် ကာကွယ် ပါတယ်။

အရှင်ဇနကာဘိဝံသ

၁၃၂၅..ခုနှစ်၊ ကဆုန်လ။





အရှင်နေကာတိဝံသ..၏ ပရိတ်ကြီးနိဿယ

ဓမ္မော တဿ တဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

နတ်ပဌ်

၁။ သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ အတြာဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ၊
သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဿေ၊ သုဏန္တု သဂ္ဂမောက္ခဒံ။

၁။ သမန္တာ-ရှေ့ နောက် ဝဲ ယာ၊ ဒိသာရပ်ခွင်၊ ဤစကြဝဠာ
ပတ်ဝန်းကျင်၌၊ စက္ကဝါဠေသု-စကြဝဠာ အပေါင်း၊ တိုက်တစ်
သောင်းတို့၌၊ ဝသန္တာ-ကိုယ်စီကိုယ်ငှ၊ နေထိုင်ကြကုန်သော၊
ဒေဝတာ-တန်းဆိုးကြီးမား၊ နတ် ပြယုဂ္ဂ အများတို့သည်၊ အတြ-
ပရိတ်တော်မြတ်၊ ရွတ်ဖတ်နေကြ၊ ဤဒေသသို့၊ အာဂစ္ဆန္တု-ညီ
ညာဖြဖြ၊ လာရောက်ကြပါကုန်လော၊ မုနိရာဿေ-မုနိထွတ်တင်၊
ဘုရားရှင်၏၊ သဂ္ဂမောက္ခဒံ-နတ်ပြည် နိဗ္ဗာန်၊ ကျိုးနစ်တန်ကို၊
ကေန်ပိုင်ပိုင်၊ ပေးစွမ်းနိုင်သော၊ သဒ္ဓမ္မံ-ဥပါဒိအန္တရယ်၊ ရန်သူယ်
သူယ်ကို၊ ကာကွယ်ပေးတတ်၊ ပရိတ်တရားတော်မြတ်ကို၊ သုဏန္တု-
အာရုံတစ်ပါး၊ စိတ်မသွားဘဲ၊ လေးစားကြည်ဖြူ၊ နာယူလှည့်ကြ
ပါကုန်လော...။

- ၂။ မေဿဝနကာလော အယံ ဘဒ္ဒန္တာ၊
- ၃။ နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္ဗုဒ္ဓဗုဒ္ဓဿ။
- ၄။ ယေ သန္တာ သန္တစိတ္တာ၊ တိသရဏသရဏာ၊
 ဣ လောကန္တရေ ဝါ။
 ဘုမ္မာ•ဘုမ္မာ စ ဒေဝါ၊ ဂုဏ ဂဏ ဂဟဏ
 ဗျာဝဋ္ဋာ သဗ္ဗကာလံ။
 ဧတေ အာယန္တု ဒေဝါ၊ ဝရကနကမယေ၊
 မေရရာဇေ ဝသန္တော။
 သန္တော သန္တောသဟေတုံ၊ မုနိဝရဝစနံ၊
 သောတု•မဂ္ဂံ သမဂ္ဂါ။

၂။ ဘဒ္ဒန္တာ-အို နတ်အများတို့၊ အယံ-ဤအခါသည်ကား၊
 မေဿဝနကာလော-မြတ်ဘုရား၏၊ တရားဒေသနာ၊ နာယူရမည့်
 အခါပေတည်း။

၃။ အရဟတော-တစ်ထောင်ငါးရာ၊ ကိလေသာတို့မှ၊ ဝေး
 ကွာတော်မူသော၊ သမ္ဗုဒ္ဓဗုဒ္ဓဿ-ကြွင်းမဲ့ဥသည့်၊ အလုံးစုံကို၊
 အကုန်အစင်၊ သိမြင်တော်မူသော၊ တဿ ဘဂဝတော-မုနိထွတ်
 တင်၊ ထို ဘုရားရှင်အား၊ နမော-ရိုသေညွတ်ကျိုး၊ လက်စုံမိုး၍၊
 ရှိခိုး ကန်တော့ပါ၏။

၄။ ဣ ဝါ-ဤစကြဝဠာ၊ ကမ္ဘာလောက၌လည်းကောင်း၊
 လောကန္တရေ ဝါ-အခြားသော စကြဝဠာ၊ ကမ္ဘာလောက၌လည်း
 ကောင်း၊ ဝသန္တာ-နေကြကုန်သော၊ သန္တာ-သူတော်အစစ်၊
 သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြစ်ကြကုန်သော၊ သန္တစိတ္တာ-သူတော်တို့တုံး၊ အမြဲသုံး၍၊

၅။ သဗ္ဗေသု စက္ကဝါဠေသု၊ ယက္ခာ ဒေဝါ စ ဗြဟ္မာနော၊
ယံ အမှေဟိ ကတံ ပုညံ၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသာကော။

နှလုံးငြိမ့်ညောင်း၊ စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်ရှိကြကုန်သော၊ တိသရဏာ သရဏာ-သုံးပါးရတနာ၊ ကိုးကွယ်ရာရှိကြကုန်သော၊ သဗ္ဗကာလံ- နေ့ရောညဉ့်ပါ၊ အခါခပ်သိမ်း၊ ဂုဏာ ဂဏာ ဂဟဏာ ဗျာဝဠာ-သီလ သမာဓိ၊ စရိုဆူဆူ၊ ဂုဏ်အပေါင်းကိုယူခြင်း၌၊ အားစိုက်ကြကုန် သော၊ ဘုမ္မာစ-မြေနှင့်ဆက်စပ်၊ အရပ်ရပ်၌၊ နေကြသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ အဘုမ္မာစ-မြေနှင့်မစပ်၊ ကောင်းကင်ရပ်၌၊ နေထိုင် ကြသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ယေ ဒေဝါစ-အကြင်နတ် ဗြဟ္မာ တို့သည်လည်းကောင်း၊ ဝရကနကမယေ-ကောင်းမြတ်သော ရွှေစင် အတိပြီးသော၊ မေရုရာဇေ-မြင့်မိုရ်တောင်မင်း၌၊ ဝသန္တော-နေသော၊ သန္တော-အရိယာနွယ်ဝင်၊ သူတော်စင်ဖြစ်သော၊ ယော ဒေဝေါစ- အကြင်သိကြားမင်းသည် လည်းကောင်း၊ သန္တိ-ရှိကြပေကုန်၏။ တေဒေဝါ-ဤနတ်သိကြားတို့သည်၊ သန္တောသဟေတုံ-သန္တောသ ဟူသော အကြောင်းကြောင့်၊ အဂ္ဂံ-မြတ်လှပေသော၊ မုနိဝရဝစနံ- ပုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ ဒေသနာခေါ်၊ တရားတော်ကို၊ သောတုံ-လေးမြတ် ကြည်ဖြူ၊ နာယူခြင်းငှာ၊ သမဂ္ဂါ-ကိုယ်စိတ်နှစ်ဝ၊ ညီညွတ်ကြကုန် သည်၊ ဟုတွာ-ဖြစ်၍၊ အာယန္တု-လာကြပါကုန်လော။

၅။ သဗ္ဗေသု-အလုံးစုံကုန်သော၊ စက္ကဝါဠေသု-စကြဝဠာအ ပေါင်း၊ တိုက်တစ်သောင်းတို့၌၊ သဗ္ဗေ-ကြွင်းမဲ့ဥသံ့၊ အလုံးစုံကုန် သော၊ ယက္ခာစ-ဘီလူးတို့သည်လည်းကောင်း၊ ဒေဝါစ-နတ်တို့ သည် လည်းကောင်း၊ ဗြဟ္မာနောစ-ဗြဟ္မာတို့သည် လည်းကောင်း။

- ၆။ သဗ္ဗေ တံ အနုမောဒိတ္တာ၊ သမဂ္ဂါ သာသနေ ရတာ၊
ပမာဒရဟိတာ ဟောန္တု၊ အာရက္ခာသု ဝိသေသတော။
- ၇။ သာသနဿ စ လောကဿ၊ ဝုဗ္ဗိ ဘဝတု သဗ္ဗဒါ၊
သာသနဗ္ဗိ စ လောကဗ္ဗ၊ ဒေဝါ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။

အမေဟိ-အကျွန်ုပ်တို့သည်၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသာဓကံ-လုံးစုံများစွာ၊ စည်းစိမ်းချမ်းသာကို ပြီးစေတတ်သော၊ ယံပုညံ-ဒါနသီလ၊ စသည် ပေါင်းစု၊ အကြင် ကောင်းမှုကို၊ ကတံ-ပြုအပ်ပြီ။

၆။ တံ ပုညံ-ဒါနသီလ၊ စသည်ပေါင်းစု၊ ထိုကောင်းမှုကို၊ အနုမောဒိတ္တာ-ဝမ်းမြောက်နေမော်၊ သာဓုခေါ်၍၊ သမဂ္ဂါ-ကိုယ်ရော စိတ်ပါ၊ ကြည်သာရွှင်ပျ၊ ညီညွတ်ကြကုန်လျက်၊ သာသနေ-ဘုန်း လူဖိနော်၊ ဘုရား အဆုံးအမတော်၌၊ ရတာ-မွေ့လျော်ပျော်ပိုက်၊ နှစ်ချိုက်ကြကုန်သည်၊ ဟောန္တု-ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ဝိသေ သတော-အထူးအားဖြင့်၊ အာရက္ခာသု-လူသားတို့ဝယ်၊ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်မှုတို့၌၊ ပမာဒရဟိတာ-မေ့လျော့ခြင်းမှ၊ ကင်းကြ ကုန်သည်၊ ဟောန္တု-ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

၇။ သာသနဿစ-ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာတော်မြတ်ကြီး၏ လည်းကောင်း၊ လောကဿစ-တိုင်းသူပြည်သား၊ လူအများနှင့်၊ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား၊ သတ္တဝါအများ၏လည်းကောင်း၊ ဝုဗ္ဗိ-တိုး တက် ကြီးပွားခြင်းသည်၊ သဗ္ဗဒါ-အခါခပ်သိမ်း၊ ဘဝတု-ဖြစ်ပါစေ သတည်း။ ဒေဝါ-သမ္မာဒေဝအပေါင်း၊ နတ်ကောင်း နတ်မြတ်တို့ သည်၊ သာသနဗ္ဗိစ-ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာတော်မြတ်ကြီးကိုလည်း ကောင်း၊ လောကဗ္ဗ-တိုင်းသူပြည်သား၊ လူအများနှင့်၊ ကမ္ဘာသူ

- ၈။ သဒ္ဓိံ ဟောန္တု သုခိံ သဗ္ဗေ၊ ပရိဝါရေဟိ အတ္တနော၊
အနိဿာ သုမနာ ဟောန္တု၊ သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။
- ၉။ ရာဇတော ဝါ စောရတော ဝါ၊ မနုဿတော ဝါ
အမနုဿတော ဝါ၊ အဂ္ဂိတော ဝါ ဥဒကတော ဝါ၊

ကမ္ဘာသား၊ သတ္တဝါအများကိုလည်းကောင်း၊ သဗ္ဗဒါ-အခါခပ်သိမ်း၊
ရက္ခန္တု-အမြဲမပြတ်၊ စောင့်ကြပ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

၈။ သဗ္ဗေ-လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါတို့သည်၊ အတ္တနော-မိမိ
မိမိ၏၊ ပရိဝါရေဟိ-အခြွေအရံတို့နှင့်၊ သဒ္ဓိံ-အတူတကွ၊ သုခိံ-
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ၊ ချမ်းသာခြင်း ရှိကြကုန်သည်၊ ဟောန္တု-စင်စစ်
မသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ သဗ္ဗေဟိ-ကြွင်းမဲ့ဥသယံ၊ အလုံး
စုံကုန်သော၊ ဉာတိဘိ-ဆွေမျိုးသားခြင်းတို့နှင့်၊ သဟ-အတူတကွ၊
အနိဿာ-ဆင်းရဲဒုက္ခ၊ မရှိကြကုန်သည်၊ သုမနာ-နှစ်သက်ရွှင်လန်း၊
စိတ်ချမ်းသာကြကုန်သည်၊ ဟောန္တု-စင်စစ် မသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေ
ကုန်သတည်း။

၉။ ရာဇတောဝါ-မင်းဘေးမှ လည်းကောင်း၊ စောရတောဝါ-
ရိုးသူဘေးမှ လည်းကောင်း၊ မနုဿတောဝါ-လူဆိုးဘေးမှ လည်း
ကောင်း၊ အမနုဿတောဝါ-နတ်ဘီလူးဘေးမှ လည်းကောင်း၊
အဂ္ဂိတောဝါ-မီးဘေးမှ လည်းကောင်း၊ ဥဒကတောဝါ-ရေဘေးမှ
လည်းကောင်း၊ ပိသာစတောဝါ-မြေဘုတ် ဘီလူးဘေးမှ လည်း
ကောင်း၊ ခါဏုကတောဝါ-သစ်ငုတ်ဘေးမှလည်းကောင်း၊ ကဏ္ဍက
တောဝါ-ဆူးငြောင့်ဘေးမှ လည်းကောင်း၊ နက္ခတ္တတောဝါ-မကောင်း

ပိသာစတော ဝါ ခါဏုကတော ဝါ၊ ကဏ္ဍကတော ဝါ
 နက္ခတ္တတော ဝါ၊ ဇနပဒရောဂတော ဝါ အသဒ္ဓမ္မတော
 ဝါ၊ အသဒ္ဓိဋ္ဌိတော ဝါ *အသပ္ပုရိသတော ဝါ၊ စဏ္ဍာ-
 ဟတ္ထိ-အဿ-မိဂ-ဂေါဏ-ကုက္ကုရ- အဟိ-ဝိစ္ဆိက-
 မဏိသပ္ပ-ဒီပိ၊ အစ္စ-တရစ္စ-သူကရ-မဟိသ-ယက္ခ-
 ရက္ခသာဒီဟိ၊ နာနာဘယတော ဝါ နာနာရောဂတော
 ဝါ၊ နာနာဥပဒ္ဒဝတော ဝါ အာရက္ခံ ဂဏုန္တိ။

သော နက္ခတ်မှလည်းကောင်း၊ ဇနပဒရောဂတောဝါ-ဇနပုဒ်၌ဖြစ်
 သော ရောဂါဘေးမှလည်းကောင်း၊ အသဒ္ဓမ္မတောဝါ-မသူတော်တို့
 ၏အကျင့်တရားမှလည်းကောင်း၊ အသဒ္ဓိဋ္ဌိတောဝါ-မှားသောအယူ
 မှလည်းကောင်း၊ အသပ္ပုရိသတောဝါ-သူတော်မဟုတ်၊ သူယုတ်မာ
 ဘေးမှလည်းကောင်း၊ စဏ္ဍာ-ဟတ္ထိ ၊ပေ၊ ရက္ခသာဒီဟိ-ကြမ်းတမ်း
 သော ဆင် မြင်း သမင် နွား ခွေး မြွေ ကင်းငြီးကောက် မြွေစိမ်း
 သစ် ဝံ အောင်း ဝက် ကျွဲ ဘီလူး ရက္ခိဿ် အစရှိသော ဘေးတို့
 မှလည်းကောင်း၊ နာနာဘယတောဝါ-အမျိုးမျိုးသော ဘေးတို့မှ
 လည်းကောင်း၊ နာနာရောဂတောဝါ-အမျိုးမျိုးသော ရောဂါတို့မှ
 လည်းကောင်း၊ နာနာဥပဒ္ဒဝတောဝါ-အမျိုးမျိုးသော အန္တရာယ်တို့
 မှ လည်းကောင်း၊ အာရက္ခံ-အစောင့်အရှောက်ကို၊ ဂဏုန္တိ-ယူကြ
 ပါကုန်လော့။

*အသဒ္ဓိဋ္ဌိတောဝါကို ရူပသိဒ္ဓိ တာသာဇီကာ(၁)၁၀၄..၌ ရှုပါ။

ရတနသုတ်ပါဠိ

(၁) ပဏိဓာနတော ပဋ္ဌာယ၊
 တထာဂတဿ ဒသ ပါရမိယော၊
 ဒသ ဥပပါရမိယော ဒသ ပရမတ္ထပါရမိယောတိ၊
 သမတ္ထိံသ ပါရမိယော၊
 ပဉ္စ မဟာပရိစ္ဆာဂေ၊
 လောကတ္ထစရိယံ ဉာတတ္ထစရိယံ၊ ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယန္တိ
 တိဿော စရိယာယော၊
 ပစ္ဆိမဘဝေ ဂဗ္ဘဝေါက္ကန္တိ ဇာတိံ၊
 အဘိနိက္ခမနံ ပဓာနစရိယံ၊
 ဗောဓိပလ္လင်္ဂေ မာရဝိဇယံ သဗ္ဗညုတဉာဏာပ္ပဋိဝေဓံ၊
 ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနံ နဝ လောကုတ္တရဓမ္မေတိ၊
 သဗ္ဗေပိ မေ ဗုဒ္ဓဂုဏေ အာဝဇ္ဇေတွာ၊
 ဝေသာလိယာ တီသု ပါကာရန္တေသု၊
 တိယာမရတ္တိံ ပရိတ္တံ ကရောန္တော၊
 အာယသ္မာ အာနန္ဒတ္ထေရော ဝိယ၊
 ကာရညစိတ္တံ ဥပဋ္ဌပေတွာ။

(၂) ကောဋိသတသဟသေသု၊
 စက္ကဝါဠေသု ဒေဝတာ၊
 ယဿာဏံ ပဋိဂ္ဂဏန္တိ၊
 ယဉ္စ ဝေသာလိယာ ပုရေ။

- (၃) ရောဂါမနုဿဒုဗ္ဗိက္ခ၊ သမ္ဘူတံ တိဝိဓံ ဘယံ၊
 ခိပ္ပမန္တရဓာပေသိ၊ ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။
- (၄) ယာနိဝ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိ ဝ အန္တလိက္ခေ၊
 သဗ္ဗေဝ ဘူတာ သုမနာ ဘဝန္တ၊
 အထောပိ သက္ကစ္စ သုဏန္တ၊ ဘာသိတံ။
- (၅) တသ္မာ ဟိ ဘူတာ နိသာမေထ သဗ္ဗေ၊
 မေတ္တံ ကရောထ မာနသိယာ ပဇာယ၊
 ဒိဝါ စ ရတ္တော စ ဟရန္တိ ယေ ဗလီ၊
 တသ္မာ ဟိ နေ ရက္ခထ အပ္ပမတ္တာ။
- (၆) ယံကိဗ္ဗိ ဝိတ္တံ ဣဝ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
 သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ၊
 န နော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
 ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- (၇) ခယံ ဝိရာဂံ အမတံ ပဏီတံ၊
 ယဒဇ္ဈဂါ သကျုမုနိ သမာဟိတော၊
 န တေန ဓမ္မေန သမတ္ထိ ကိဗ္ဗိ၊
 ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

(၈) ယံ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌော ပရိဝဏ္ဏယံ သုစိ၊
 သမာဓိမာနန္တရိကညမာဟု၊
 သမာဓိနာ တေန သမော န ဝိဇ္ဇတိ၊
 ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

(၉) ယေ ပုဂ္ဂလာ အဋ္ဌ သတံ ပသတ္တာ၊
 စတ္တာရိ တောနိ ယုဂါနိ ဟောန္တိ၊
 တေ ဒက္ခိဏေယျာ သုဂတဿ သာဝကာ၊
 ဧတေသု ဒိန္နာနိ မဟပ္ပလာနိ၊
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

(၁၀) ယေ သုပ္ပယုတ္တာ မနသာ ဒဠေန၊
 နိက္ကာမိနော ဂေါတမသာသနမ္ပိ၊
 တေ ပတ္တိပတ္တာ အမတံ ဝိဂယု၊
 လဒ္ဓါ မုဓာ နိဗ္ဗုတိ ဘုဉ္ဇမာနာ၊
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

(၁၁) ယထိန္ဒရီလော ပထဝိဿိတော သိယာ၊
 စတုဗ္ဘိ ဝါတေဟိ အသမ္ပကမ္ပိယော၊
 တထူပမံ သပ္ပုရိသံ ဝဒါမိ၊
 ယော အရိယသစ္စာနိ အဝေစ္စ ပဿတိ၊
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။



- (၁၂) ယေ အရိယသစ္စာနိ ဝိဘာဝယန္တိ၊
ဂန္တိရပညေန သုဒေသိတာနိ၊
ကိဉ္ဇာပိ တေ ဟောန္တိ ဘုသံ ပမတ္တာ၊
န တေ ဘဝံ အဋ္ဌမမာဒိယန္တိ၊
ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဇေတန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- (၁၃) သဟာဝဿ ဒဿနသမ္ပဒါယ၊
တယသု မော ဇဟိတာ ဘဝန္တိ၊
သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိန္တိတဉ္စ၊
သီလဗ္ဗတံ ဝါပိ ယဒတ္ထိ ကိဉ္ဇိ။
- (၁၄) စတူဟာပါယေဟိ စ ဝိပ္ပမုတ္တော၊
ဆစ္စာဘိဋ္ဌာနာနိ အဘဗ္ဗ ကာတုံ၊
ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဇေတန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- (၁၅) ကိဉ္ဇာပိ သော ကမ္မကရောတိ ပါပကံ၊
ကာယေန ဝါစာ ဥဒ စေတသာ ဝါ၊
အဘဗ္ဗ သော တဿ ပဋိစ္ဆဒါယ၊
အဘဗ္ဗတာာ ဒိဋ္ဌပဒဿ ဝုတ္တာ၊
ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဇေတန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

- (၁၆) ဝနပ္ပဂုဗ္ဗေ ယထဖုဿုတ•ဂ္ဂေ၊
 ဂိမှာနမာသေ ပဋ္ဌမသ္မိံ ဂိမ္မေ၊
 တထူပမံ ဓမ္မဝရံ အဒေသယိ၊
 နိဗ္ဗာနဂါမိံ ပရမံ ဟိတာယ၊
 ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 တေေန သစ္စေန သုဝတ္ထိံ ဟောတု။
- (၁၇) ဝရော ဝရညူ ဝရဒေါ ဝရာဟရော၊
 အနုတ္တရော ဓမ္မဝရံ အဒေသယိ၊
 ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 တေေန သစ္စေန သုဝတ္ထိံ ဟောတု။
- (၁၈) ခိဏံ ပုရာဏံ နဝ နတ္ထိံ သမ္ဘဝံ၊
 ဝိရတ္တစိတ္တာ•ယတိကေ ဘဝသ္မိံ၊
 တေ ခိဏဗိဇာ အဝိရုဋ္ဌိဆန္ဒာ၊
 နိဗ္ဗန္တိ သိရာ ယထ•ယံ ပဒိပေါ၊
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 တေေန သစ္စေန သုဝတ္ထိံ ဟောတု။
- (၁၉) ယာနိဝ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိ ဝ အန္တလိက္ခေ၊
 တထာဂတံ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ၊
 ဗုဒ္ဓံ နမသ္ဗာမ သုဝတ္ထိံ ဟောတု။

(၂၀) ယာနီခ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိ ဝ အန္တလိက္ခေ၊
 တထာဂတံ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ၊
 ဓမ္မံ နမဿာမ သုဝတ္ထိံ ဟောတု။

(၂၁) ယာနီခ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိ ဝ အန္တလိက္ခေ၊
 တထာဂတံ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ၊
 သံဃံ နမဿာမ သုဝတ္ထိံ ဟောတု။

ရတနသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



ရတနသုတ်နိဿယ ပရိတ်ရွတ်စဉ် ဆင်ခြင်ဖွယ်

၁။ ပဏီဓာနတော-သဗ္ဗညုတာ၊ ဉာဏ်တော်သာသို့၊ မှန်စွာ
 ရှေးရှု၊ စိတ်ထားတော်မူရာအခါမှာ၊ ပဋ္ဌာယ-စဉ်၊ တထာဂတဿ-
 မြတ်စွာဘုရား၏။ ဒသ ပါရမီယော-သူသူ ငါငါ၊ ဖြည့်နိုင်ရာသည့်၊
 ဆယ်ဖြာအညီ၊ ပါရမီတော်တို့ လည်းကောင်း၊ ဒသ ဥပပါရမီ
 ယော-မျက်စိ နား နှာ၊ အင်္ဂါ ခြေ လက်၊ ပျက်တန် ပျက်မျှ၊
 ဖြည့်ရဆယ်လီ၊ အလယ်အလတ်ဖြစ်သော ဥပပါရမီတော်တို့ လည်း
 ကောင်း၊ ဒသ ပရမတ္ထပါရမီယော-အသက်ကိုမျှ၊ မငဲ့ရဘဲ၊ ဖြည့်
 ရဆယ်လီ၊ အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော ပရမတ္ထပါရမီတော်တို့ လည်း
 ကောင်း၊ ဣတိ-ဤသို့၊ သမတ္တိသ ပါရမီယော-အမျှသုံးဆယ်၊
 များကျယ်အညီ၊ ပါရမီတော်တို့ လည်းကောင်း၊ ပဉ္စမဟာပရိစ္စာ
 ဂေ-ကြီးကျယ်မြင့်မြတ်၊ စွန့်လှူအပ်သည့်၊ ငါးရပ်သီးသီး၊ စွန့်ခြင်း
 ကြီးတို့ လည်းကောင်း။

လောကတ္ထစရိယံ-တိုင်းသူပြည်သား၊ သတ္တဝါများ၏၊ စီးပွားတိုး
 ရန်၊ ကျင့်ကြံတော်မူခြင်းလည်းကောင်း၊ ဉာတတ္ထစရိယံ-ဆွေသား
 မျိုးသား၊ သတ္တဝါများ၏၊ စီးပွားတိုးရန်၊ ကျင့်ကြံတော်မူခြင်းလည်း
 ကောင်း၊ ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယံ(ဗုဒ္ဓိ+အတ္ထစရိယံ)-သဗ္ဗညုဏ်အား၊ ရအောင်
 သွားဖို့၊ စီးပွားတိုးရန်၊ ကျင့်ကြံတော်မူခြင်း လည်းကောင်း၊ ဣတိ-
 ဤသို့၊ တိသော စရိယာယော-ကျင်းကြံကြီးကုတ်၊ အားထုတ်
 အပ်စွာ၊ သုံးဖြာသော စရိယာတို့လည်းကောင်း။

ပစ္ဆိမဘဝေ-ပါရမီဟုန်, ညီညီစုံ၍, သိရဂုဏ်ပြည့်ဝ, နောက်ဆုံးဘဝ၌၊ ဂဗ္ဘဝေါက္ကန္တိ-မယ်တော်မာယာ, ဝမ်းတိုက်သာ၌, ကောင်းစွာပိုင်းအုံ, သန္ဓေတည်ခဲ့ပုံ လည်းကောင်း၊ ဇာတိ-မယ်တော်မာယာ, ဝမ်းတိုက်သာမှ, ကောင်းစွာပြည့်စုံ, ဖွားမြင်တော်မူခဲ့ပုံ လည်းကောင်း၊ အဘိနိက္ခမနံ-နှစ်ဆယ့်ကိုးမြောက်, ရွယ်တော်ရောက်က, နတ်လောက်နီးနီး, စည်းစိမ်ကြီးကို, အပြီးစွန့်ကာ, တောရိပ်သာသို့, စွန့်ခွာတော်မူပုံ လည်းကောင်း၊ ပဓာနစရိယံ-အရိုးကြေကြေ, အရေခြောက်ခြောက်, ခြောက်နှစ်လောက်မျှ, မကြောက်မရွံ့, နောက်မတွန့်ဘဲ, သက်စွန့်ကြိုးကုတ်, တရားအားထုတ်တော်မူပုံ လည်းကောင်း။

ဗောဓိပလ္လင်္ဂေ-ဘုရားစင်စစ်, မဖြစ်သမျှ, မထဖို့ရန်, ဝိဋ္ဌာန်ဖွဲ့ခွေ, ထိုင်နေတော်မူရာ, မဟာဗောဓိပလ္လင်၌၊ မာရဝိဇယံ-ဝိရိမေခလား, ဆင်စီးကာဖြင့်, ဝဲယာစစ်တပ်, ရံပတ်ခိုင်ဖြိုး, မာရ်နတ်ကြီးကို, ကြိုဆီးမေတ္တာ, ခြံရံကာလျက်, ပါရမီစက်ဟုန်, လက်နက်စုံဖြင့်, အကုန်အစင်, အောင်မြင်တော်မူပုံ လည်းကောင်း၊ သဗ္ဗညုတဉာဏပုဋိဝေဓံ-အကုန်သိမှန်, သဗ္ဗညုဏ်ကို, ကေနိပိုင်ပိုင်, ထိုးထွင်း၍သိနိုင်ပုံ လည်းကောင်း၊ ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနံ-သဒ္ဓိန္ဒြေစသား, အလွန်များသည့်, တရားစကြာ, ရတနာကို, သတ္တဝါခပင်း, စိတ်အတွင်း၌, ရှင်းစေလင်းစေ, ဖြစ်စေတော်မူပုံ လည်းကောင်း၊ နဝ လောကုတ္တရဓမ္မေ-တရားစကြာ, ရတနာကြောင့်, သူ ငါ ထိုထို, အသိပိုသား, မဂ်ဖိုလ် ရှစ်တန်, မြတ်နိုးဗွာန်ဟု, ကိုးတန်သော လောကုတ္တရာတရားတို့ လည်းကောင်း၊ ဣတိ-ဤသို့၊ သဗ္ဗေပိ-

ကြွင်းမဲ့ဥသံ့၊ အလုံးစုံလည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ဣမေ ဗုဒ္ဓဂုဏေ-ဗုဒ္ဓ မြတ်စွာ၊ ရတနာ၌၊ ကောင်းစွာထင်ပေါ်၊ ဤ ဂုဏ်တော်တို့ကို၊ (ယောဂါဝစရော-ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း၊ လွန်ကြိုးပမ်းသည့်၊ ရဟန်း မောင်ရှင်၊ သူတော်စင်ကောင်း၊ လူအပေါင်းသည်၊ ဝါ-ပရိတ္တ ဘာဏကော-ပရိတ်တော်မြတ်၊ ရွတ်ဖတ်မည့်သူ၊ ရဟန်း ရှင် လူ သည်၊ အာဝဇ္ဇေယျ-ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊ ဘာဝနာပြည့်အောင်၊ သတိ မကွာ၊ ဆင်ခြင်ရာ၏။)

အာဝဇ္ဇေတွာ-စိတ်၌ထင်ထင်၊ ဆင်ခြင်ပြီး၍၊ ဝေသာလိယာ- ဝေသာလီခေါ်၊ နေပြည်တော်၏၊ တီသု ပါကာရန္တရေသု-ရံပတ် ကာထား၊ တံတိုင်းသုံးထပ်တို့၏ အကြားတို့၌၊ တိယာမရတ္တိ- ပထမယာမ်မှ၊ စ၍အဆုံး၊ ညဉ့်သုံးယာမ်ပတ်လုံး၊ ပရိတ္တံ-ဘေး အန္တရာယ်၊ အကာအကွယ်ကို၊ ကရောန္တော-ရတနသုတ္တာ၊ ရွတ် ဆိုကာဖြင့်၊ ကောင်းစွာအားထုတ်၊ ပြုလုပ်တော်မူသော၊ အာယသ္မာ အာနန္ဒတ္ထေရောဝိယ-အရှင်အာနန္ဒာ မထေရ်မြတ်ကဲ့သို့၊ ကာရည စိတ္တံ- သတ္တဝါအများ၊ သနားငဲ့စောင်း၊ စိတ်ကောင်း စိတ်မြတ် ကို၊ ဥပဋ္ဌပေတွာ-ရှေ့ရှုတည်နေ၊ ဖြစ်စေပြီး၍၊ (ဘဏာမ ဟေ၌ စပ်ပါ)

အမှာ။ ။ ဤ ပဏိဓာနတော စသော ပါဠိသည် ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ (ဒ)အတ္တနော ပုဗ္ဗကမ္မဝတ္ထု၌လာသော ပါဠိကို အနည်းငယ် ဖြည့်စွက်ထားခြင်းဖြစ်၏။ ပရိတ်ရွတ်ဆိုသောပုဂ္ဂိုလ်သည်...

- ၁။ ပရိတ်တော်ကို ဟောတော်မူသော ဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်များကို အာရုံပြုပါ။
- ၂။ ဝေသာလီမြို့၌ ပရိတ် ရွတ်တော်မူဖူးသော အရှင်အာနန္ဒာကဲ့သို့ ကရုဏာစိတ် ထားပါ ဟု ဆိုလိုသည်။ ထို့ကြောင့် ရတနသုတ်တော်နှင့် သာမက “ ပရိတ်တော်အားလုံးနှင့် ဆိုင်သော စကား”ဟု မှတ်ပါ။

၂-၃။ ကောဠိသတသဟသေသု စက္ကဝါဠေသု-ကုဋေ တွက်ကိန်း၊ တစ်သိန်းသင်္ချာ၊ စကြဝဠာတို့၌၊ ဝသန္တာ-ကိုယ်စီ ကိုယ်င၊ နေထိုင်ကြကုန်သော၊ ဒေဝတာ-သမ္မာဒိဋ္ဌိအပေါင်း၊ နတ်ကောင်း နတ်မြတ်တို့သည်၊ ယဿ(ပရိတ္တဿ)-ရတနာသုံးဝ၊ ဂုဏ်တော်ပြသဖြင့်၊ ရတနသုတ်ခေါ်၊ အကြင် ပရိတ်တော်၏၊ အာဏံ-တန်ခိုး ရှိန်ဝါ၊ အမိန့်အာဏာတော်ကို၊ ပဋိဂ္ဂဏန္တိ -ဝမ်းမြောက် ရွှင်ပျ၊ လက်ခံ(ယူ)ကြကုန်၏၊ ယဉ္ဇ(ပရိတ္တံ)-ရတနာသုံးဝ၊ ဂုဏ်တော်ပြသဖြင့်၊ ရတနသုတ်ခေါ်၊ ယင်းပရိတ်တော်သည်ပင်၊ ဝေသာလီယာပုရေ-ဝေသာလီဟု၊ နာမည်ထင်ပေါ်၊ နေပြည်တော်၌၊ ရောဂါမနုဿ ဒုဗ္ဗိက္ခသမ္ဘူတံ-ရောဂါကပ်ဘေး၊ ဘီလူးဘေးနှင့်၊ စားရေးကပ်တိုက်၊ လွန်စွာ ဆိုက်၍နေသော၊ တိဝိဝံ ဘယံ-သုံးမျိုးအပြား၊ လွန်ကြီးမားသော ဘေးကို၊ ခိပ္ပမေဝ-မကြာ မတင်၊ ဆောလျင်စွာ သာလျှင်၊ အန္တရဓာပေသီ-ကွယ်ပျောက်လွတ်ကင်း၊ သန့်ရှင်းစေခဲ့ဖူးလေပြီ၊ တံ ပရိတ္တံ- ရတနာသုံးဝ၊ ဂုဏ်တော်ပြသဖြင့်၊

ရတနသုတ်ခေါ်၊ ထို ပရိတ်တော်ကို၊ ဟေ-အို သူတော်ကောင်းတို့၊ ဘဏာမ-ညီညာဖြဖြ၊ ရွတ်ဆိုကြကုန်စို့...။

၄။ ဣဝ-ပရိတ်တော်မြတ်၊ ရွတ်ဖတ်နေကြ၊ ဤဒေသ၌၊ ဘုမ္မာနိ-မြေ၌ဆက်စပ်၊ အရပ်ရပ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော၊ ယာနိဘူတာနိ ဝါ-စတုမဟာ၊ ဝတီသာနှင့်၊ ဆိုင်ရာပေါင်းစပ်၊ အကြင်နတ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ အန္တလိက္ခေ-ဟင်းလင်းအပြင်၊ ထက်ကောင်းကင်၌၊ (နိဗ္ဗတ္တာနိ-ရှေးကံအဟုန်၊ တန်ခိုးဂုဏ်ကြောင့်၊ ကုံလုံပြည့်ဝ၊ ဖြစ်နေကြကုန်သော၊) ယာနိ ဘူတာနိ ဝါ-ယာမာစသား၊ အကြင်အထက်နတ် အများတို့သည်လည်းကောင်း၊ သမာဂတာနိ- ညီညာဖြဖြ၊ ရောက်လာကြကုန်၏။ သဗ္ဗေဝ-ဘူမိဌာန၊ အာကာသ၌၊ နေကြညသံ့၊ အလုံးစုံသာလျှင်ဖြစ်ကုန်သော၊ တေဘူတာ-စတုမဟာ၊ ဝတီသာမှ၊ စ၍တက်သွား၊ ထို နတ်အများတို့သည်၊ သုမနာ-ဝမ်းမြောက်ရွှင်ပျ၊ ကောင်းသော စိတ်ရှိကြကုန်သည်၊ ဘဝန္တု-အမြဲမသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း၊ အထောပိ-ထိုမှတစ်ဝ၊ ပြုလုပ်ရမည့်၊ ကိစ္စအထူး၊ ညွှန်ပြဦးအံ့၊ ဘာသိတံ-ဒိဗ္ဗသမ္ပတ္တိ၊ စသည်ဆက်ဆက်၊ မဂ်ဖိုလ်တိုင်အောင်၊ ချမ်းသာကို ဆောင်နိုင်သော တရားတော်ကို၊ သက္ကစ္စ-လေးစားသမှု၊ ကောင်းစွာပြု၍၊ သုဏန္တု-အာရုံတစ်ပါး၊ စိတ်မသွားအောင်၊ နားစိုက်၍ ထောင်ကြကုန်လော...။

၅။ ဘူတာ-အိုနတ်အများတို့...၊ ဟိ(ယသွာ)-အကြင်ကြောင့်၊ (တုမေ-သင်တို့သည် သမာဂတာ-နေရာစည်းစိမ်၊ ကိုယ့်ရိပ်ငြိမ်ကို၊ တစ်ချိန်ခဏ၊ စွန့်၍လာကြကုန်၏။) တသွာ-ထို့ကြောင့်၊

သဗ္ဗေ-အလုံးစုံကုန်သော၊ (တုဗျေ-သင်တို့သည်။) နိသာမေထ-စူးစူးစိုက်စိုက်၊ နာယူလိုက်ကြကုန်လော၊ မာနုသိယာပဇာယ-ဘေးအန္တရာယ်၊ မငြိတွယ်ဖို့၊ စိတ်ဝယ်လိုလား၊ လူပုဂ္ဂိုလ်အများ၌၊ မေတ္တံ-ဒုက္ခခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းစေချင်၊ မေတ္တာရေစင်ကို၊ ကရောထ-ကြည်သာရွှင်လန်း၊ သွန်းဖြန်းကြကုန်လော...။

ယေ(မနုဿာ)-အကြင်လူတို့သည်၊ ဒိဝါ စ-နေ့အခါ၌လည်းကောင်း၊ ရတ္တာ စ-ညဉ့်အခါ၌လည်းကောင်း၊ ဗလီ-နတ်ရုပ်နတ်နန်း၊ ဆီမီးပန်းနှင့်၊ မျှတမ်းဝေကာ၊ အရာရာ၌၊ ကောင်းစွာကော်ရော်၊ ပူဇော်မှုကို၊ ဟရန္တိ-ထိုက်တန်သမျှ၊ ပို့ဆောင်ကြကုန်၏။ တသ္မာ-ထို့ကြောင့်၊ နေ(မနုဿေ)-မိမိတို့ကို၊ လွန်ကြည်ညို၍၊ မှီခိုအားထား၊ ကိုးစားကြသူ၊ ထိုလူတို့ကို၊ အပ္ပမတ္တာ-နေ့နေ့ညည၊ မမေ့ကြကုန်ဘဲ၊ ရက္ခထ-စီးပွားမဲ့များ၊ ပယ်ခွာထား၍၊ စီးပွားမြားမြောက်၊ ကောင်းစွာရောက်အောင်၊ စောင့်ရှောက်ကြကုန်လော...။

၆။ ဣဓ ဝါ-လူတို့နေရာ၊ မြို့ရွာဌာန၊ ဤလောက၌ လည်းကောင်း၊ ဟုရံ ဝါ-နဂါး ဂဠုန်၊ ဖုံဖုံနေကြ၊ ဟို အောက်လောက၌ လည်းကောင်း၊ သဂ္ဂေသု ဝါ-နတ်မြို့ခြောက်လီ၊ မြဟ္မာပြည်တို့၌ လည်းကောင်း၊ ဝိတ္တံ-ပီတိအစွမ်း၊ ကိုယ်စိတ်လန်း၍၊ ဝမ်းပန်းကြည်သာ၊ နှစ်သက်စရာ လည်းဖြစ်ပေထသော၊ ပဏီတံ-လောကီရေးရာ၊ ရတနာဝယ်၊ အသာဆုံး အမြတ်ဆုံးလည်းဖြစ်ပေထသော၊ ယံကိဉ္စိ-သက်ရှိသက်မဲ့၊ ကြွင်းမဲ့ဥသယံ၊ အလုံးစုံသော၊ ယံ ရတနံ-ဥစ္စာရှင်တို့၊ သုံးဆောင်ဖို့လျှင်၊ နှစ်မြို့ဖွယ်ရာ၊ အကြင်ရတနာသည်၊ အတ္ထိ-ရှေးကံအလျောက်၊ ဘုန်းကံထောက်က၊ ဝမ်းမြောက်ဖွယ်ရာ၊

ထင်ရှားရှိပါပေ၏။ ဣတ္ထိ-နှစ်သက်ရွှင်လန်း၊ ပီတိဖျန်းဖို့၊ သိန်းသန်း ကုဋေ၊ အထွေထွေသော ဤရတနာတို့တွင်၊ တထာဂတေန-သုံး လူထွတ်ထား၊ မြတ်ဘုရားနှင့်၊ သမံ-တန်းတူထား၍၊ ရှုစား လောက်စွာ၊ တစ်စုံတစ်ခုသော ရတနာသည်၊ န နော အတ္ထိ(နတ္ထိ ဝေ)-အကြောင်းကိုကြည့်၊ အကျိုးကြည့်လည်း၊ မရှိကေန်၊ အမှန် ပင် ဖြစ်ပါတော့သတည်း။

ဣဒ္ဓိဗုဒ္ဓေ-သုံးလူထွတ်ထား၊ ဤ ငါတို့မြတ်စွာဘုရားသည် လည်း၊ ပဏီတံ-လောကီဥစ္စာ၊ ရတနာထက်၊ ကံသာမြတ်မွန်၊ တု ဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိုသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာ တစ်ဆူ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဧတေန သစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များ လူမိုလ်တို့အား။) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန် ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေ သတည်း။

၇။ (သန္တံ-ဖြစ်ပျက်မစပ်၊ အငြိမ်းဓာတ်ဖြင့်၊ မပြတ်ပုံသေ၊ အေးမြပေထသော) ခယံ-ရုပ်နာမ်ဆူဆူ၊ အပူခပ်သိမ်း၊ ကုန်ငြိမ်း ရာလည်း ဖြစ်ပေထသော၊ ဝိရာဂံ-ရုပ်နာမ်အဆက်၊ အကုန်ပျက် သဖြင့်၊ မတပ်မက်ရာလည်း ဖြစ်ပေထသော၊ အမတံ-ဇရာမရဏ၊ ရှာမရသဖြင့်၊ ကာလပုံသေ၊ အမြုတေလည်း ဖြစ်ပေထသော၊ ပဏီတံ-အရသာရှိ၊ ဘောဇဉ်၏သို့၊ သိ၍မဝ၊ မွန်မြတ်ပေထသော၊ ယံ(ခမ္မံ)-အသင်္ခတ၊ နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ အကြင်တရားတော်မြတ်ကို၊ သမာဟိတော-ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း၊ လွန်ကြိုးပန်းသဖြင့်၊ စိတ်စွမ်း

တည်ဘိ၊ သမာဓိရှိတော်မူသော၊ သကျမုနိ-သာကီနွယ်ဖွား၊ ငါတို့ ဘုရားသည်၊ အဇ္ဈဂါ-ဗောဓိအောင်မြေ့၊ ပလ္လင်ဗွေဌ်၊ လေးထွေ သစ္စာ၊ သိသောခါဝယ်၊ ကောင်းစွာလှလှ၊ ရတော်မူခဲ့ပေပြီ။

တေန ဓမ္မေန-အသင်္ခတ၊ နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ ထိုတရားတော်မြတ်နှင့်၊ သင်္ခ-တန်းတူထား၍၊ ရှုစားလောက်သော၊ ကိဉ္ဇိ-တစ်မျိုးတစ်ဖြာ၊ ရတနာသည်၊ န အတ္ထိ-လူ့ဘုံနတ်ရောက်၊ အကုန်ပေါက်အောင်၊ မွေနှောက်ရှာဖွေ၊ မရှိတော့ချေ။ ဣဒမ္ပိ ဓမ္မ-အသင်္ခတ၊ နိဗ္ဗာန ဓာတ်၊ ဤ တရားတော်မြတ် သည်လည်း၊ ပဏီတံ-လောကီ လောကုတ္တရာ၊ အဖြာဖြာထက်၊ ကံသာမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိုသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ် တော်မူပါပေ၏။ ဧတေနသစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို၊ များလှပိုလ်တို့အား၊) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေး ငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၈။ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌော-သဗ္ဗညုတာ၊ ဉာဏ်ပညာဖြင့်၊ လွန်စွာထင် ရှား၊ မြတ်ဘုရားသည်၊ ယံ(သမာဓိ)-သောတာပတ္တိ၊ စသည်ဆင့် တက်၊ လေးချက်အပြား၊ အကြွင် သမာဓိတရားကို၊ သုစိ-မိမိဆိုင် ရာ၊ ကိလေသာမြူ၊ ဟူဟူသမျှ၊ ကင်းပပျောက်ကွယ်၊ အလွန်စင် ကြယ်သော၊ သမာဓိ-သမထဝိပဿနာ၊ ရှေ့သွားပါသဖြင့်၊ လွန် စွာတည်ဘိ၊ ထူးခြားသော သမာဓိဟူ၍၊ ပရိဝဏ္ဏယီ-ချဲ့ထွင်ထုတ် ဖော်၊ ချီးမွမ်းတော်မူခဲ့ပေပြီ၊ ယံ (သမာဓိ)-သောတာပတ္တိ၊ စသည်

ဆင့်တက်၊ လေးချက်အပြား၊ အကြင် သမာဓိတရားကိုပင်၊ အာနန္တရိကံ-အကျိုးပေးရာ၊ အခါမဲ့၊ အခြားမဲ့ဖိုလ်၊ အကျိုးကို ပေးစွမ်းနိုင်၏ဟူ၍၊ အာဟု-ဘုရားစသား၊ ပုဂ္ဂိုလ်များတို့၊ ဟော ထားညီတူ၊ မိန့်မြွက်တော်မူကြကုန်ပြီ။ [ကညမာဟု-ကံ+ယံ+ အာဟု-ဟုပုဒ်ဖြတ်။]

တေန သမာဓိနာ-သောတာပတ္တိ၊ စသည်ဆင့်တက်၊ လေးချက် အပြား၊ ထိုသမာဓိတရားနှင့်၊ သမော-တန်းတူထား၍၊ ရှုစား လောက်စွာ၊ တစ်စုံတစ်ရာသော သမာဓိသည်၊ န ဝိဇ္ဇတိ-စင်စစ် ကေန်၊ အမှန်မရှိချေ။ ဣဒ္ဓမ္မိဓမ္မေ-သောတာပတ္တိ၊ စသည်ဆင့် တက်၊ လေးချက်အပြား၊ ဤသမာဓိတရားသည်လည်း၊ ပဏီတံ- သမာဓိရတနာ၊ အဖြာဖြာထက်၊ ကဲသာမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန် သော၊ ရတနံ-ရိသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဧတေနသစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤဝစီသစ္စာ ကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှဖိုလ် တို့အား။) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ် သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသ တည်း။



၉။ သတံ ပသတ္တာ-သူတော်သူမြတ်၊ အရပ်ရပ်တို့၊ မပြတ် ထုတ်ဖော်၊ ချီးမွမ်းတော်မူအပ်ကုန်သော၊ ယေပုဂ္ဂလာ-ပုထုဇဉ်နွယ်၊ အောက်တန်းနယ်မှ၊ ထက်ဝယ်သို့ခို၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ အဋ္ဌ-ကုဋေကုဋာ၊ များပြားစွာလည်း၊ တူရာပေါင်းထား၊ ရှစ်ပါးတို့သာ တည်-၊ တောနိ-အသီးအခြား၊ ခွဲသောအားဖြင့်၊ ရှစ်ပါးဟု ဆို၊ ဤ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ စတ္တာရိ ယုဂါနိ-မဂ် ဖိုလ်နှစ်ပါး၊ အစုံ ထား၍၊ လေးပါးသော အစုံတို့သည်၊ ဟောန္တိ-ဖြစ်ကုန်၏။

သုဂတဿ-တင့်တယ်သာညွှင်း၊ ကြွသွားခြင်း ရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏။ သာဝကာ-တရားဓမ္မ၊ သြဝါဒကို၊ လုံးဝနာယူ၊ တပည့်ရင်း ဖြစ်တော်မူကြကုန်သော၊ တေ ပုဂ္ဂလာ-အစုံလေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ထို အရိယာသူတော် ကောင်းတို့သည်၊ ဒက္ခိဏေယျာ-တမလွန်စခန်း၊ ကြီးပွားလမ်းဖို့၊ မျှော်မှန်းရည်ရွယ်၊ ပေးလှူဖွယ်ကို၊ ရည်ရွယ်သမျှ၊ အကျိုးရသဖြင့်၊ တစ်စမချန်၊ အလှူခံခြင်းငှာလည်း ထိုက်တော်မူပါပေကုန်၏။

တေသု-အစုံလေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ဤ အရိယာ သူတော်ကောင်းတို့၌၊ ဒိန္နာနိ-ပေးလှူသောအခါ၊ စေတနာတို့သည်၊ မဟပ္ပလာနိ-ကြီးကျယ်ဖွံ့ဖြိုး၊ များမြတ်သော အကျိုးရှိကုန်၏။ ဣဒမိသံဃေ-အစုံလေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ဤ အရိယာ သူတော်ကောင်းသည်လည်း၊ ပဏီတံ-အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်၊ များထိုထိုထက်၊ ပိုမိုမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန် သော၊ ရတနံ-ရိုသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊

ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ တေတေန သစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤဝစီသစ္စာ
ကြောင့်၊ (ပါဏိနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှပိုလ်
တို့အား။) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊
အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၁၀။ ယေ(ခီဏာသဝါ)-အကြင် အာသဝေါကုန်ခန်း၊ ရဟန္တာ
အရှင်မြတ်တို့သည်၊ ဂေါတမ သာသနမှီ-ဂေါတမမြတ်စွာ၊ ဤ
သာသနာတော်၌၊ ဒဠေနေ မနသာ-ခိုင်မြဲစွာဘိ၊ သမာဓိနှင့်ယှဉ်
သောစိတ်ဖြင့်၊ သုပ္ပယုတ္တာ-ကိုယ် နှုတ်ဆိုင်ရာ၊ ပြစ်မပါအောင်၊
လွန်စွာကြိုးကုတ်၊ အားထုတ်ခဲ့ကြကုန်သည်၊ (ဟုတွာ-ဖြစ်၍၊)
နိက္ကာမိနော-ကိုယ့်အသက်ပါ၊ မငဲ့ညှာဘဲ၊ ပညာ ပဓာန၊ ဝီရိယ
ဖြင့်၊ ကိလေသာခပင်း၊ အားလုံးရှင်း၍၊ ထွက်မြောက်ခြင်း ရှိကြ
ကုန်ပြီ။

တေ ခီဏာသဝါ-အာသဝေါကုန်ခန်း၊ ထိုရဟန္တာ အရှင်မြတ်တို့
သည်၊ အမတံ-ဇရာမရဏ၊ ရှာမရသဖြင့်၊ ကာလပုံသေ၊ အမြဲ
တေဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကို၊ ဝိဂယ-အာရုံထင်ပေါက်၊ ဉာဏ်ဖြင့်ရောက်
လျက်၊ မုဓာ-အဖိုးအခ၊ မပေးရဘဲ၊ လဒ္ဓါ-ကောင်းစွာလှလှ၊ ရ
သည်ဖြစ်၍၊ နိဗ္ဗုတိ-ကိလေသာဟူသမျှ၊ ငြိမ်းအေးရ၍၊ အရဟတ္တ
ဖိုလ်၊ သမာပတ်ချမ်းသာကို၊ ဘုဉ္ဇမာနာ-လိုရာခဏ၊ မဆိုင်းဘဲ၊
အားရရွှင်ကြည်၊ ခံစားရကုန်သည် ဖြစ်၍၊ ပတ္တိပတ္တာ-ရောက်
ထိုက်သလောက်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက်အောင်၊ ဆိုက်ရောက်တော်
မူကြကုန်ပြီ၊ ဣဒမ္ပိ သံဃေ-အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက်၊ ထိပ်ဆုံးရောက်
သည့်၊ မြားမြောက်လှစွာ၊ ဤ ရဟန္တာသံဃာတော် သည်လည်း။

ပဏီတံ-များအရိယာ၊ သူတော်စွာထက်၊ ကံသာမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ တေနေ သစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှဗိုလ်တို့အား။) သုဝဠိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်။ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၁၁။ ပထဝီသီတော-ရှစ်တောင် ဆယ်တောင်၊ နက်အောင်ဝင်တည်၊ မြေဥှိပိုသော၊ ဣန္ဒြီလော-မြို့ပေါက်တံခါး၊ ကောင်းစွာထားဖို့၊ သစ်သား နှစ်ခိုင်၊ တံခါးတိုင်ကို၊ စတုဗ္ဘိဝါတေဟိ-အရပ်တကာ၊ လေးမျက်နှာမှ၊ လာကြပချေ၊ မှန်တိုင်းလေတို့သည်။ အသမ္ပကမ္ဘိယော-ထိုဤ ယိမ်းယိုင်၊ မလှုပ်စေနိုင်သည်။ သိယာယထာ-ဖြစ်ရာသကဲ့သို့၊ ယော(သပ္ပရိသော)-ပုထုဇဉ်နွယ်၊ အောက်တန်းနယ်မှ၊ ထက်ဝယ်သို့ပြောင်း၊ အကြင် သောတာပန်သူတော်ကောင်းသည်။ အရိယသစ္စာနိ-အရိယာမှန်၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်၊ ဧကန်သိအပ်၊ လေးရပ်သော သစ္စာတို့ကို၊ အဝေစွ-ဉာဏ်ဖြင့်ထွင်းဖောက်၊ အတွင်းရောက်၍၊ ပဿတိ-သေချာပိုင်ပိုင်၊ သိမြင်နိုင်၏။

(တံ)သပ္ပရိသံ-ပုထုဇဉ်နွယ်၊ အောက်တန်းနယ်မှ၊ ထက်ဝယ်သို့ပြောင်း၊ ထို သောတာပန် သူတော်ကောင်းကို၊ တထူပမံ-ကောင်းစွာမြဲခိုင်၊ ထိုတံခါးတိုင်လျှင် ဥပမာရီ၏ ဟူ၍၊ (အဟံ-ငါဘုရားသည်။) ဝဒါမိ-သေချာထုတ်ဖော်၊ မိန့်မြွက်တော်မူ၏။ ဣဒမ္ဘိသံဃေ-သောတာပန် အရိယာ၊ ဤ သံဃာတော်အပေါင်းသည်လည်း၊ ပဏီတံ-အောက်တန်းများဖြင့်၊ ပုထုဇဉ်တို့၊ မယှဉ်နိုင်စွာ၊

ဂုဏ်ခြင်းကွာ၍၊ ကဲသာမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိသေ
လေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။
ဧတေန သစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှမိုလ်တို့အား၊) သုဝတ္ထိ-
တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်း
သည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၁၂။ ဂမ္ဘီရပညေန-နက်နဲစွာဘိ၊ ဉာဏ်တော်ရှိသည့်၊ မုနိ
ထွတ်ထား၊ မြတ်ဘုရားသည်၊ သုဒေသိတာနိ-အကျဉ်း အကျယ်၊
အသွယ်သွယ်ဖြင့်၊ ဖွယ်ဖွယ်ရာရာ၊ ကောင်းစွာ ဟောပြတော်မူအပ်
ကုန်သော၊ အရိယသစ္စာနိ-အရိယာမှန်၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်၊ ဧကန်
သိအပ်၊ လေးရပ်သော သစ္စာတို့ကို၊ ယေ(သပ္ပုရိသာ)-ပုထုဇဉ်
နွယ်၊ အောက်တန်းနယ်မှ၊ ထက်ဝယ်သို့ပြောင်း၊ အကြင် သောတာ
ပန်သူတော်ကောင်းတို့သည်၊ ဝိဘာဝယန္တိ-မိမိသန္တာန်၊ ပညာဉာဏ်
ဖြင့်၊ မှန်မှန်ပိုင်ပိုင်၊ ထင်ရှားစေနိုင်ကုန်၏။

တေ(သပ္ပုရိသာ)-လေးရပ်သစ္စာ၊ ကိုယ့်စိတ်မှာလျှင်၊ ထင်စွာ
သိတတ်၊ ထိုသောတာပန် သူတော်မြတ်တို့သည်၊ ဘုသံ ပမတ္တာ-
လူ နတ်ချမ်းသာ၊ ခံစားကာဖြင့်၊ လွန်စွာပျော်မွေ့၊ တရားမေ့ကြ
ကုန်သည်၊ ကိဉ္ဇာပိ ဟောန္တိ-အကြောင်းတိုက်ဆုံ၊ အကယ်၍ပင်
ဖြစ်စေကုန်ဦးတော့၊ တေ(သပ္ပုရိသာ)-လွန်စွာပျော်မွေ့၊ တရားမေ့
၍၊ အတွေ့၌ပျော်၊ ထို သောတာပန် သူတော်ကောင်းတို့သည်၊
အဋ္ဌမံ ဘဝံ-လူနတ်ကာမ၊ ရှစ်ခုမြောက်ဘဝကို၊ န အာဒိယန္တိ-
ထပ်၍တစ်မူ၊ မယူကြတော့ကုန်၊ ဣဒမ္ပိ သံဃေ-သောတာပန်၊

အရိယာ၊ ဤ သံဃာတော် အပေါင်းသည်လည်း၊ ပဏီတံ-
 အောက်တန်းများဖြင့်၊ ပုထုဇဉ်တို့၊ မယှဉ်နိုင်စွာ၊ ဂုဏ်ချင်းကွာ၍၊
 ကံသာမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိသေလေးမြတ်၊ ဆည်း
 ကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဇေတန သစ္စေန-
 မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန် ခပ်သိမ်း၊
 အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှဗိုလ်တို့အား၊) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊
 အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-
 စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၁၃။ အဿ-လူ နတ် ကာမ၊ ခုနစ်ဘဝ၌၊ ဖြစ်ရဖန်ဖန်၊ ထို
 သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဒဿနသမ္ပဒါယ-နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ တရား
 မြတ်ကို၊ တပ်အပ်ထင်လင်း၊ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်၏ ပြည့်စုံခြင်း
 နှင့်၊ သဟာဝ-ရှေ့နောက်မဆက်၊ တစ်ပြိုင်နက်သာလျှင်၊ သက္ကာယ
 ဒိဋ္ဌိ-ထင်ရှားရှိတောင်း၊ ခန္ဓာအပေါင်း၌၊ အကြောင်းမပြု၊ လူ့ဗာလ
 တို့၊ အတ္တစွဲဘိ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိကိုလည်းကောင်း၊ ဝိစိကိစ္ဆိတဉ္စ-
 ရတနာသုံးဖြာ၊ ကျင့်သိက္ခာတည့်၊ ပုဗ္ဗာပရန္တိ၊ သုံးဌာနနှင့်၊ ပဋိစ္စ
 သမုပ္ပါဒ်၊ ဤနှစ်ရပ်၌၊ ဆုံးဖြတ်ဉာဏ်ကင်း၊ ယုံမှားခြင်းဝိစိကိစ္ဆာကို
 လည်းကောင်း၊ သီလဗ္ဗတံဝါပိ-နွား ခွေး အလေ့၊ ဆောက်တည်၍
 လျှင်၊ မမေ့မှန်စွာ၊ ကျင့်နိုင်ပါမူ၊ ကိလေသာစင်၊ သံသရာစင်ဟု၊
 အမြင်မှားဘိ၊ သီလဗ္ဗတပရာမာသဒိဋ္ဌိ ကိုလည်းကောင်း၊ တယော
 ဓမ္မာ-အပြစ်ကြီးမား၊ သုံးပါးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို၊ ဇဟိ
 တာ-ကိုယ့်သန္တာန်တွင်၊ မပါဝင်အောင်၊ အစဉ်မပြတ်၊ ပယ်စွန့်အပ်
 ပြီးကုန်သည်၊ ဘဝန္တိ-ဖြစ်ကုန်၏။ ကိဉ္စိ-အပါယ်ရောက်ကြောင်း၊

မကောင်းသိမ်ဖျဉ်း၊ စိုးစဉ်းအနည်းငယ်သော၊ ယံ (ကိလေသဇာတံ)-ဣဿာ မစ္ဆရိယ၊ စသည်များဟူ၊ အကြင်အလားတူ ကိလေသာသည်၊ အတ္ထိ-ထိုသောတာပန်၊ သူ့သန္တာန်၌၊ အမှန်ရှေးက၊ ရှိခဲ့လှ၏။ (တမ္ပိ ကိလေသဇာတံ-ဣဿာ မစ္ဆရိယ၊ စသည်များဟူ၊ ထိုအလားတူ ကိလေသာကိုလည်း၊ ဇဟိတံ-ကိုယ့်သန္တာန်တွင်၊ မပါဝင်အောင်၊ အစဉ်မပြတ်၊ ပယ်စွန့်အပ်ပြီးသည်၊ ဘဝတိ-ဖြစ်၏။)



၁၄။ (သော-နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ တရားမြတ်ကို၊ တပ်အပ်ထင်ထင်၊ သိမြင်ပြီးသော ထို သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။) စတူဟိ အပါယေ ဟိစ-ချမ်းသာကင်းငြား၊ ဆင်းရဲများသည့်၊ လေးပါးသော အပါယ်တို့မှလည်း၊ ဝိပဗုဒ္ဓော-ပဋိသန္ဓေ၊ မတည်နေရ၊ လုံးဝသန့်ရှင်း၊ လွတ်ကင်းလေပြီ။ ဆ အဘိဋ္ဌာနာနိစ-အာနန္ဒရိယ၊ ကံငါးဝနှင့်၊ ပုဒ္ဒပယ်ထား၊ အခြားဆရာကို ညွှန်ပြခြင်းအားဖြင့်၊ ခြောက်ပါးသော ဋ္ဌာနတို့ကိုလည်း၊ ကာတုံ-မှားမှားယွင်းယွင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်းငှာ၊ အဘဗ္ဗော-မထိုက်မတန်၊ မလျော်ကန်တော့၊ ဣဒမ္ပိ သံယေ-သောတာပန်အရိယာ၊ ဤ သံဃာတော်အပေါင်းသည်လည်း၊ ပဏီတံ-အောက်တန်းများဖြင့်၊ ပုထုဇဉ်တို့၊ မယှဉ်နိုင်စွာ၊ ဂုဏ်ချင်းကွာ၍၊ ကဲသာမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ဂုတနံ-ရိသေလေး မြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဇေတနသစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှပိုလ်တို့အား။) သုဝတ္တိ-တင့်တယ်

ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊
ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



၁၅။ သော-နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ တရားမြတ်ကို၊ တပ်အပ်ထင်ထင်၊
သိမြင်ပြီးသော ထို သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ကာယေန ဝါ-ကိုယ်
လက်လှုပ်ရှား၊ တစ်ပါးပါးသော၊ ကာယဒွါရဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊
ဝါစာ(ဝါစာယ) ဝါ-နှုတ်သာလှုပ်ရှား၊ တစ်ပါးပါးသော၊ ဝစီဒွါရဖြင့်
သော်လည်းကောင်း၊ ဥဒစေတသာ ဝါ-ကိုယ်နှုတ်နှစ်ပါး၊ မလှုပ်ရှားဘဲ၊
စိတ်အားတွင်ပြု၊ မနောဒွါရဖြင့်သော် လည်းကောင်း၊ ပါပကံ-
ယုတ်မာဆိုးညစ်၊ အပြစ်ဖြစ်သော၊ ကမ္မံ-ကာယဝစီ၊ တစ်လီမနော၊
သုံးပါးသောကံတို့တွင်၊ တစ်ပါးပါးသောကံကို၊ ကိဉ္ဇာပိကရောတိ-
အသိဉာဏ်ကင်း၊ မေ့လျော့ခြင်းကြောင့်၊ ချွတ်ယွင်းသမှု၊ အကယ်၍
ပြုမိပေသေး၏။ တထာပိ-ထိုသို့ ကိုယ် နှုတ် စိတ်မှု၊ အနည်းငယ်
ပြုမိပါသော်လည်း၊ သော-ထိုသောတာပန် သာဝကသည်၊ တဿ
(ပါပကဿ)-ယုတ်မာဆိုးညစ်၊ ထိုအပြစ်ကို၊ ပဋိစ္ဆဒါယ-ဒေသနာ
သဘော၊ ထုတ်မပြောဘဲ၊ မနောဥ္စဝယ်၊ ဖုံးကွယ်၍ထားခြင်းငှာ၊
အဘဗ္ဗော-မထိုက်မတန်၊ မလျော်ကန်တော့၊ ဒိဋ္ဌပဒဿ-နိဗ္ဗာနဓာတ်၊
တရားမြတ်ကို၊ တပ်အပ်ထင်ထင်၊ သိမြင်ပြီးသော၊ သောတာပန်
ပုဂ္ဂိုလ်၏။ အဘဗ္ဗတာ-မိမိအပြစ်၊ မပွင့်လှစ်ဘဲ၊ ကောက်ကျစ်
သောအား၊ ဖုံးထားခြင်းငှာ မထိုက်သည်၏အပြစ်ကို၊ ဝုတ္တာ-ရှင်
တော်ဘုရား၊ ဟောထားတော်မူအပ်ပြီး ဣဒမ္ဗိသံဃေ-သောတာပန်

အရိယာ၊ ဤ သံဃာတော်အပေါင်း သည်လည်း။ ပဏီတံ-အောက်
 တန်းများဖြင့်၊ ပုထုဇဉ်တို့၊ မယှဉ်နိုင်စွာ၊ ဂုဏ်ချင်းကွာ၍၊ ကဲသာ
 မြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိုသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်
 ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဇေတန သစ္စေန-မှန်
 ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန် ခပ်သိမ်း၊
 အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှပိုလ်တို့အား။) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊
 အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-
 စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



*ပထဗျာ ဧကရဇ္ဇေန၊ သဂ္ဂဿ ဂမနေန ဝါ။
 သဗ္ဗလောကာဓိပစ္စေန၊ သောတာပတ္တိဖလံ ဝရံ။
 ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏိတံ၊ ဧတေနသစ္စေန သုဝတ္တိ ဟောတု။

*ပထဗျာ-ကမ္ဘာ့ဗွေဇင်၊ မြေတစ်ပြင်လုံး၌၊ ဧကရဇ္ဇေနဝါ-တစ်ဦးတည်းအရှင်၊ ဘုရင်ဧကရာဇ်၊ ဖြစ်ရသည်ထက် လည်းကောင်း၊ သဂ္ဂဿ-စည်းစိမ်ရိပ်မြုံ၊ ချမ်းသာစုံသည့်၊ နတ်တို့ဘုံသို့၊ ဂမနေနဝါ- ဘုသိုလ်ဖန်၍၊ ဗိမာန်အသင့်၊ ဘုံအသင့်ဖြင့်၊ ဂုဏ်မြင့်ဖြိုးမောက်၊ ရောက်ရသည်ထက် လည်းကောင်း၊ သဗ္ဗလောကာဓိပစ္စေနဝါ-တစ်လောကလုံး၊ သိမ်းကြုံးလွှမ်းမိုး၊ အုပ်စိုးရသော ဗြဟ္မာမင်းကြီး ဖြစ်ရသည်ထက် လည်းကောင်း၊ သောတာပတ္တိဖလံ-သောတာပတ္တိ၊ မည်ရှိထူးခြား၊ ဖိုလ်တရားသည်၊ ဝရံ-ဂုဏ်အရည်ဖြင့်၊ လောကီစည်းစိမ်၊ ရိပ်ငြိမ်ချမ်းသာ၊ များစွာထိုက်၍၊ မပိုနိုင်တန်း၊ အလှမ်းဝေးကွာ၊ ထူးခြား မြင့်မြတ်လှပါပေသည်တကား။ ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ-ဤ သောတာပတ္တိ ဖိုလ်တရားသည်လည်း၊ ပဏိတံ-လောကီရတနာ၊ အဖြာဖြာထက်၊ ကဲသာမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော ရတနံ-ရိသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဧတေန သစ္စေန-မဖောက်မပြန်၊ မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏိနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များသူဖိုလ်တို့အား၊) သုဝတ္တိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးချန်ကုန်ရှင်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

(ဤ ဝါထာကို သောတာပတ္တိဖိုလ်တရားအတွက် ကြည်ညိုဖွယ် ဖြစ်သဖြင့် ဓမ္မပဒေ ယူ၍ ထည့်သွင်းဖော်ပြပါသည်။)

၁၆ ။ ဂိမှာနံ-အပူပြင်းပြ၊ နွေလေးလတို့တွင်၊ ပဌမသ္မိဂိမေ-
 ရှေးဦးအစ၊ နွေကာလဖြစ်သော၊ မာသေ-ရင်ခတ်ပန်းတို့၊ ပွင့်လန်း
 ခါကျူး၊ လတန်ခူး၍၊ ဖုဿိတဂ္ဂေ-ခက်မ ခက်မွာ၊ ပွင့်ဝေဆာ
 သဖြင့်၊ လွန်စွာ ဆန်းတင့်၊ ပင်လုံးပွင့်သော အဖျားရှိသော၊
 ဝနပ္ပဂုမ္မေ-တောကြီးမြိုင်လယ်၊ လွန်တင့်တယ်သား၊ ပင်လယ်
 ပင်လတ်၊ အထပ်ထပ်လောင်း၊ သစ်ပင်အပေါင်းသည်၊ (သ သိရိ
 ကော ယထာ-ရွန်းရွန်းအိအိ၊ အသရေရှိသကဲ့သို့၊) တထူပမံ-ထို
 တောအုပ်ကြီးသဖွယ်၊ တင့်တယ်လှပ၊ နက်နဲလှစွာသော၊ နိဗ္ဗာန
 ဂါမိ-တစ်ဆယ့်တစ်သီး၊ မီးအဆူဆူ၊ အပူခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းရာ
 မှန်၊ အေးနိဗ္ဗာန်သို့၊ ဧကန်ဆတ်ဆတ်၊ ရောက်စေတတ်သော၊ ဓမ္မ
 ဝရံ-သုံးပုံပိဋကတ်၊ ငါးရပ်နိကာယ်၊ ကိုးသွယ်အင်္ဂါ၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာဟု၊
 ဒေသနာပေါင်း၊ ရှစ်သောင်းလေးထောင်သော တရားတော်မြတ်ကို၊
 ပရမံ ဟိတာယ-လောကုတ် လောကီ၊ နှစ်လီတိုးပွား၊ အမြတ်ဆုံး
 စည်းပွားအလိုငှာ၊ (အမှာကံ ဗုဒ္ဓေါ-ငါတို့ဆရာ၊ မြတ်စွာဘုရား
 သည်၊) အဒေသယိ-ကရုဏာလှုံဆော်၊ ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့်၊ ထုတ်
 ဖော်ကျူးသိ၊ ဟောမိန့်တော်မူခဲ့လေပြီ။...

က္ကဒမ္ပိဗုဒ္ဓေ-တောအုပ်ကြီးသဖွယ်၊ လွန်တင့်တယ်အောင်၊ သွယ်
 သွယ်တရား၊ ဟောဖော်ကြားသည့်၊ ဘုရားမြတ်စွာ၊ ဤကိုးကွယ်ရာ
 သည်လည်း၊ ပဏီတံ-ပုထုဇဉ် အရိယာ၊ အဖြာဖြာထက်၊ ကံသာ
 မြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်
 ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဧတေန သစ္စေန-မှန်
 ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊
 အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှပိုလ်ကိုအား၊) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ပိုရန်။

အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



၁၇။ ဝရော-အဇ္ဈာသယဓာတ်၊ မြင့်မြတ်ကြသူ၊ နတ်နှင့် လူတို့၊ ကြည်ဖြူလေးမြတ်၊ တောင့်တအပ်ထသော၊ ဝရညူ-ဗောဓိ မဏ္ဍိုင်၊ ရိပ်သာမြိုင်ဝယ်၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့်၊ နိဗ္ဗာန်ကို သိတော်မူ ပြီးထသော၊ ဝရဒေါ-ပဉ္စဝဂ္ဂီ၊ စသည်များမြတ်၊ လူနှင့် နတ်အား၊ အမြတ်တရားကိုလည်း ပေးတော်မူထသော၊ ဝရဟရော-ရှေးရှေး ဘုရား၊ အမြဲသွားသည့်၊ တရားမဂ္ဂင်၊ မြတ်လမ်းစဉ်ကို၊ အမျှင် မပြတ်၊ ဆောင်ပြတော်မူတတ်ထသော၊ အနတ္တရော-လောကုတ္တရာ၊ ဂုဏ်အရာဝယ်၊ အသာအတူ၊ ရှိတော်မမူသော မြတ်စွာဘုရား သည်၊ ဓမ္မဝရ-သွာက္ခာတတာ၊ ဂုဏ်ခြောက်ဖြာနှင့်၊ ကောင်းစွာ ပြည့်စုံ၊ အဖုံဖုံသော တရားတော်မြတ်ကို၊ အဒေသယံ-ကရုဏာ လှုံ့ဆော်၊ ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့်၊ ထုတ်ဖော်ကျူးသီ၊ ဟောမိန့်တော် မူခဲ့လေပြီ၊ ဣဒမ္ဗိ ဗုဒ္ဓေ-သုံးလူထွတ်ထား၊ ဤငါတို့မြတ်စွာဘုရား သည်လည်း၊ ပဏီတံ-ပုထုဇဉ် အရိယာ၊ အဖြာဖြာထက်၊ ကံသာ မြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ် ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏၊ ဇေတန သစ္စေန-မှန် ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလူဗိုလ်တို့အား။) သုဝတ္တိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



၁၈။ (ယေသံ ဝိရာနံ-အာသဝေါကုန်ခန်း၊ ရဟန္တာအရှင်၊ အကြင်ပညာရှင်တို့၏) ပုရာဏံ-ဘဝါဘဝ၊ သံသာရက၊ ပြုခဲ့သမျှ၊ အတန်တန်၊ အဟောင်းဖြစ်သော ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံသည်။ ခီဏံ-အရဟတ္တမဂ်၊ ဉာဏ်လက်နက်ကြောင့်၊ အဆက်ပျက်ပြုန်း၊ ကုန်ဆုံးလေပြီ။ နဝံ-ရဟန္တာဖြစ်မှ၊ အသစ်ရသည့်၊ ပုညကောင်းမှု၊ အစုစုသည်လည်း။ နတ္ထိသမ္ဘဝံ-အဝိဇ္ဇာ တဏှာ၊ အဖော်မပါသဖြင့်၊ နောင်ခါအင်အား၊ အကျိုးများဖို့၊ ထင်ရှားမရှိတော့ချေ။ အာယတိကေ-နောက်နောင်အခါ၊ ပေါ်လာမည်ဖြစ်သော၊ ဘဝသ္မိ-ဘဝဖန်ခါ၊ သံသရာ၌၊ ဝိရတ္တစိတ္တာ-တပ်မက်ခင်မင်၊ လိုချင်သောစိတ်၊ မရှိကြတော့ကုန်၊ တေ ဝိရာ-အာသဝေါကုန်ခန်း၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၊ ထို ပညာရှိတို့သည်။ ခီဏာဗီဇာ-ကုန်ခန်းခြောက်သွေ့၊ ပဋိသန္ဓေမျိုးစေ့ရှိကြကုန်သည်။ အဝိရုဋ္ဌိဆန္ဒာ-ဘဝထိုထို၊ စည်ပင်လိုသော ဆန္ဒမရှိကြကုန်သည်။ (ဟုတွာ-ဖြစ်၍။) အယံ ပဒီပေါ-တောက်ပလျှံညီး၊ ဤဆီမီးသည်။ (နိဗ္ဗုတော ယထာ-ထိုဤမရောက်၊ ဤနေရာပင်၊ ငြိမ်းပျောက်သကဲ့သို့။) နိဗ္ဗန္တိ-ထိုဤဘဝ၊ မရောက်ကြဘဲ၊ အေးမြပုံသေ၊ ငြိမ်းကြပေတော့သတည်း။

ဣဒမ္ပိ သံဃေ-ရဟန္တာအရိယာ၊ ဤသံဃာအပေါင်းသည်လည်း။ ပဏီတံ-အရိယာပုဂ္ဂိုလ်၊ များထိုထိုထက်၊ ပိုမိုမြတ်မွန်၊ တုဖက်လွန်သော၊ ရတနံ-ရိသေလေးမြတ်၊ ဆည်းကပ်ဖို့ရာ၊ ရတနာတစ်ဆူ၊ ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။ ဧတေန သစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤဝစီသစ္စာကြောင့်။ (ပါဏီနံ-ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းကြလို့၊ များလှပိုလ်တို့အား။) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်လို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊

ဘေးလှန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



၁၁။ ဣဝ-ပရိတ်တော်မြတ်၊ ရွတ်ဖတ်နေကြ၊ ဤဒေသ၌၊ ဘုမ္မာနိ-မြေ၌ဆက်စပ်၊ အရပ်ရပ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော၊ ယာနိဘူတာနိ ဝါ-ဝတုမဟာ၊ ဝတိသာနှင့်၊ ဆိုင်ရာပေါင်းစပ်၊ အကြင်နတ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ အန္တလိက္ခေ-ဟင်းလင်းအပြင်၊ ထက်ကောင်းကင်၌၊ (နိဗ္ဗတ္တာနိ-ရှေးကံအဟုန်၊ တန်ခိုးဂုဏ်ကြောင့်၊ ကုံလုံပြည့်ဝ၊ ပြစ်နေကြကုန်သော၊) ယာနိ ဘူတာနိ ဝါ-ယာမာစသား၊ အကြင်အထက်နတ် အများတို့သည်လည်းကောင်း၊ သမာဂတာနိ- ညီညာမြေ၊ ရောက်လာကြကုန်ပြီ၊ (ဟေပယံ-ညီညာမြေ၊ ရောက်လာကြကုန်၊ ထိုအလုံးစုံသော အကျွန်ုပ်တို့သည်၊) တထာဂတံ-ရှေးဘုရားအတူ၊ ကြွလာတော်မူထသော၊ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ-နတ် လူ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတို့၊ လွန်စွာလေးမြတ်၊ ပူဇော်တော်မူအပ်ထသော၊ ပုခံ-မြတ်စွာဘုရားကို၊ နပဿာမ-ကိုင်းညွတ်ရိကျိုး၊ ဦးနှိမ်ချိုး၍၊ ရှိဦးကန်တော့ပါကုန်၏၊ (ပါဏိနံ-တို့အား၊) သုဝတ္တိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးလှန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



၂၀။ ဣဝ-ပရိတ်တော်မြတ်၊ ရွတ်ဖတ်နေကြ၊ ဤဒေသ၌၊ ဘုမ္မာနိ-မြေ၌ဆက်စပ်၊ အရပ်ရပ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော၊ ယာနိဘူတာနိ ဝါ-ဝတုမဟာ၊ ဝတိသာနှင့်၊ ဆိုင်ရာပေါင်းစပ်၊ အကြင်နတ်တို့

သည်လည်းကောင်း၊ အန္တလိက္ခေ-ဟင်းလင်းအပြင်၊ ထက်ကောင်းကင်၌၊ (နိဗ္ဗတ္တနိ-ရှေးကံအဟုန်၊ တန်ခိုးဂုဏ်ကြောင့်၊ ကုံလုံပြည့်ဝ၊ ဖြစ်နေကြကုန်သော၊) ယာနိ ဘူတာနိ ဝါ-ယာမာစသား၊ အကြင်အထက်နတ် အများတို့သည်လည်းကောင်း၊ သမာဂတာနိ- ညီညာဖြူဖြူ၊ ရောက်လာကြကုန်ပြီ၊ (တေမယံ-ညီညာဖြူဖြူ၊ ရောက်လာကြကုန်၊ ထိုအလုံးစုံသော အကျွန်ုပ်တို့သည်၊) တထာဂတံ-သမထဝိပဿနာ၊ ဘာဝနာအစုံဖြင့်၊ သွားထိုက်သည် အားလျော်စွာ၊ ကိလေသာ အသင်းအပင်းကို၊ ဖြတ်တောက်လျက်၊ သွားရောက်တတ်ထသော၊ (တစ်နည်း)တထာဂတံ-ပညာဖြင့် ထိုးထွင်း၍ သိအပ်သည်ရှိသော်၊ အလုံးစုံသောဒုက္ခကို ပယ်သတ်ခြင်းငှာ၊ ကောင်းစွာ ဖြစ်သည့်အတွက် ဘုရားအစရှိသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့ ထိုးထွင်း၍ သိအပ်ထသော၊ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ-နတ် လူ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတို့၊ လွန်စွာလေးမြတ်၊ ပူဇော်တော်မူအပ်ထသော၊ ဓမ္မံ-မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာဟု၊ ဆယ်တန်သော တရားတော်မြတ်ကို၊ နမဿာမ-ကိုင်းညွတ်ရိုကျိုး၊ ဦးနှိမ်ချိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့ပါကုန်၏။ (ပါဏီနံ-တို့အား၊) သုဝတ္ထိံ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



၂၁။ ဣစ-ပရိတ်တော်မြတ်၊ ရွတ်ဖတ်နေကြ၊ ဤဒေသ၌၊ ဘုမ္မာနိ-မြေ၌ဆက်စပ်၊ အရပ်ရပ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော၊ ယာနိ ဘူတာနိ ဝါ-စတုမဟာ၊ ဝတီသာနှင့်၊ ဆိုင်ရာပေါင်းစပ်၊ အကြင်နတ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ အန္တလိက္ခေ-ဟင်းလင်းအပြင်၊ ထက်ကောင်းကင်၌ (နိဗ္ဗတ္တာနိ-ရှေးကံအဟုန်၊ တန်ခိုးဂုဏ်ကြောင့်၊ ကုံလုံပြည့်ဝ၊ ဖြစ်နေကြကုန်သော၊) ယာနိ ဘူတာနိ ဝါ-ယာမာစသား၊ အကြင်အထက်နတ် အများတို့သည်လည်းကောင်း၊ သမာဂတာနိ- ညီညာဖြူဖြူ၊ ရောက်လာကြကုန်ပြီ၊ (တေမယံ-ညီညာဖြူဖြူ၊ ရောက်လာကြကုန်၊ ထိုအလုံးစုံသော အကျွန်ုပ်တို့သည်၊) တထာဂတံ-အတ္တဟိတ ပဋိပန္နုပုဂ္ဂိုလ်တို့ သိထိုက်သည့်အားလျော်စွာ ထိုထိုမဂ်ဖြင့် သိတော်မူပြီးထသော၊ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ-နတ်လူ မြဟွာ၊ သတ္တဝါတို့၊ လွန်စွာလေးမြတ်၊ ပူဇော်တော်မူအပ်ထသော၊ သံဃံ-ရှစ်ပါးအရိယာ သံဃာတော်အပေါင်းကို၊ နမဿာမ-ကိုင်းညွတ်ရိုကျိုး၊ ဦးနှိမ်ချိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့ပါကုန်၏။ (ပါဏီနံ-တို့အား။) သုဝတ္ထိ-တင့်တယ်ဖို့ရန်၊ အတန်တန်ဖြင့်၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ရတနသုတ်နိဿယ ပြီး၏။



မေတ္တသုတ် ပါဠိ

- (၁) ယဿာနဘာဝတော ယက္ခာ၊
 နေဝ ဒဿေန္တိ ဘိသနံ၊
 ယမှိစေဝါ နယုဉ္ဇန္တော၊
 ရတ္တိန္ဒိဝမတန္တိတော။
- (၂) သုခံ သုပတိ သုတ္တောစ၊
 ပါပံ ကိဉ္စိ န ပဿတိ၊
 ဝေမာဒိဂုဏူပေတံ၊
 ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။
- (၃) ကရဏီယမတ္တကုသလေန၊
 ယန္တ သန္တံ ပဒံ အဘိသမေစ္စ၊
 သက္ကော ဥဇ္ဇ စ သုဟုဇ္ဇ စ၊
 သုဝစော စဿ မုဒု အနတိမာနီ။
- (၄) သန္တုဿကော စ သုဘရော စ၊
 အပ္ပကိစ္စော စ သလ္လဟုကုတ္တိ၊
 သန္တိန္ဒြိယော စ နိပကော စ၊
 အပ္ပဂဗ္ဘော ကုလေသုနနဂိဒ္ဓေါ။
- (၅) န စ ခုဒ္ဒမာစရေ ကိဉ္စိ၊
 ယေန ဝိညူ ပရေ ဥပဝဒေယျံ၊
 သုခိနော ဝ ခေမိနော ဟောန္တု၊
 သဗ္ဗ သတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။

- (၆) ယေ ကေစိ ပျံ့ဏဘူတတ္ထိ၊
 တသာ ဝါ ထာဝရာဝ နဝသေသာ၊
 ဒီဃာ ဝါ ယေဝ မဟန္တာ၊
 မဇ္ဈိမာ ရဿကာ အနကထူလာ။
- (၇) ဒိဋ္ဌာ ဝါ ယေဝ အဒိဋ္ဌာ၊
 ယေ ဝ ဒူရေ ဝသန္တိ အဝိဒူရေ၊
 ဘူတာ ဝ သမ္ဘဝေသီ ဝ၊
 သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။
- (၈) န ပရော ပရံ နိကုဗ္ဗေထ၊
 နာတိမညေထ ကတ္တစိ န ကိဋ္ဌိ၊
 ဗျာရောသနာ ပဋိဃသည၊
 နာညမညဿ ဒုက္ခမိစ္ဆေယျ။
- (၉) မာတာ ယထာ နိယံပုတ္တ၊
 မာယုသာ ဧကပုတ္တ မနရက္ခေ၊
 ဝေမ္ပိ သဗ္ဗဘူတေသု၊
 မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။
- (၁၀) မေတ္တဉ္စ သဗ္ဗလောကသ္မိံ၊
 မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ၊
 ဥဒ္ဓံ အဓော စ တိရိယဉ္စ၊
 အသမ္မာဝံ အဝေရမသပတ္တံ။

(၁၁) တိဋ္ဌံ စရံ နိသိန္ဓော ဝ၊
 သယာနော ယာဝတာ•သု ဝိတမိဒ္ဓေါ၊
 တေံ သတိံ အဓိဋ္ဌေယျ၊
 ဗြဟ္မမေတံ ဝိဟာရမိဓ•မာဟု။

(၁၂) ဒိဋ္ဌိဉ္စ အနုပဂ္ဂမ္ပ၊
 သီလဝါ ဒဿနေန သမ္ပန္နော၊
 ကာမေသု ဝိနေယျ ဂေဓံ၊
 န ဟိ ဇာတုဂ္ဂဗ္ဘသေယျ ပုန ရေတိ။

မေတ္တသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



မေတ္တာဘာဝနာ

မေတ္တသုတ်နိဿယ

မေတ္တသုတ္တ ပရိကမ္မ

၁-၂။ ယဿ-အကြင် မေတ္တသုတ် ပရိတ်တော်၏၊ အာနဘာဝတော-တန်ခိုးရှိန်စော်၊ အာနဘော်တော်ကြောင့်၊ ယက္ခာ-နတ်ဘီလူး၊ ပြိတ္တာစသော မကောင်းဆိုးဝါးတို့သည်၊ ဘိသနံ-ကြောက်မက်ဖွယ်စုံ၊ ရူပ သဒ္ဒစသောအာရုံကို၊ နေဝ ဒဿေန္တိ-မပြုကြတော့ကုန်၊ ယမှိ စေဝ-အကြင် မေတ္တသုတ်ခေါ်၊ ပရိတ်တော်၌ပင်၊ ဝါ-မေတ္တသုတ်လာ၊ ဘာဝနာ၌ပင်၊ ရတ္တိန္ဒိဝံ-နေ့ရောညဉ့်ပါ၊ အခါမပြတ်၊ အတန္တိတော-မပျင်းမရိ၊ လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍၊ အနယုဉ္ဇန္တော-အဖန်ဖန် ကြိုးကုတ်၊ အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သုခံ-ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ၊ ချမ်းချမ်းသာသာ၊ သုပတိ-အိပ်ရနေရ၏၊ သုတ္တော-အိပ်ပျော်သည်၊ (သမာနော)စ-ဖြစ်ပြန်သော်လည်း၊ ကိစ္စိပါပံ-ကြောက်မက်ဖွယ်တောင်း၊ မကောင်းဖျင်းသက်၊ တစ်စုံတစ်ခုသော အိပ်မက်ကို၊ န ပဿတိ-မမြင် မမက်ရ၊ ဝေ မာဒိဂုဏူပေတံ-ဤသို့စသား၊ တစ်ဆယ့်တစ်ပါးသော၊ အကျိုးဂုဏ်တို့နှင့်၊ ပြည့်စုံသော၊ တံ ပရိတ္တံ-ထို မေတ္တသုတ် ပရိတ်တော်ကို၊ ဟေ-အို သူတော်ကောင်းတို့...၊ မယံ-ငါတို့သည်၊ ဘဏာမ-ညီညီဖြဖြ၊ ရွတ်ဆိုကြကုန်စို့...။



၃။ အတ္တကုသလေန-မိမိစီးပွား၊ အကျိုးများဖို့၊ လိုလားကျွမ်းကျင်၊ သူတော်စင်သည်။ သန္တံ-ဖြစ်ပျက်မစပ်၊ အငြိမ်းဓာတ်ဖြင့်၊ မပြတ်ပုံသေ၊ အေးမြပေထသော၊ ယံ ပဒံ-ရောက်သင့်ရောက်ထိုက်၊ ဉာဏ်အမြင်ဆိုက်က၊ တိုက်ရိုက်သိရန်၊ အကြင်နိဗ္ဗာန်သည်။ (အတ္ထိ-ပရမတ်တရား၊ မြတ်တစ်ပါးဖြင့်၊ ထင်ရှားမသွေ၊ ရှိပါပေ၏။) တံ ပဒံ-ရောက်သင့်ရောက်ထိုက်၊ ဉာဏ်အမြင်ဆိုက်က၊ တိုက်ရိုက်သိရန်၊ ထိုနိဗ္ဗာန်သို့၊ အဘိသမေစ္စ-ရှေးရှုမြော်ထောက်၊ ကောင်းစွာရောက်၍၊ ကရဏီယံ-မချွတ်ကေန်၊ အမှန်ပြုထိုက်၏။

သက္ကော စ-ကိုယ့်အသက်ပါ၊ မငဲ့ညှာဘဲ၊ လွန်စွာကြိုးပမ်း၊ ကျင့်စွမ်းနိုင်သူသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

ဥဇ္ဇ စ- ကိုယ် နှုတ် နှစ်ပါး၊ မလှည့်စားဘဲ၊ ရိုးသားမြင့်မြတ်၊ ဖြောင့်မတ်သူသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

သုဟုဇ္ဇ စ- စိတ်နေစိတ်ထား၊ မလှည့်စားဘဲ၊ ရိုးသားမြင့်မြတ်၊ လွန်ဖြောင့်မတ်သူသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

သုဝစော စ- မိတ်ဆွေ ဆရာ၊ ဆုံးမပါလျှင်၊ ကောင်းစွာဆိုလွယ်၊ ဆုံးမလွယ်သူသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

မုဒု စ- ရွှေကောင်းရွှေသန့်၊ ပြုတိုင်းခန့်သို့၊ နူးညံ့ပျော့ပြောင်းသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

အနတိမာနီ-မျိုးရိုးကိုစွဲ၊ ဂုဏ်ကိုစွဲ၍၊ လွန်ကဲသော မာန်မာန မရှိသူသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

၄။ သန္တုဿကော စ-ရရှိသမျှ၊ ပစ္စယဖြင့်၊ အားရကျေနပ်၊ နှစ်သက်တတ်သည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

သုဘရော စ-ကောင်းဆိုး နည်းပါး၊ ပစ္စည်းများဖြင့်၊ အားရ ကျေနပ်၊ လွယ်ကူစွာ မွေးမြူအပ်သည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

အပ္ပကိစ္စော စ-ရဟန်းကိစ္စ၊ နှစ်ခုရမှ၊ ပြင်ပ တခြား၊ စိတ်မသွားဘဲ၊ နည်းပါးသောကိစ္စရှိသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

သလ္လဟကဝုတ္တိ စ-ပရိက္ခရာရှစ်ပါး၊ ကိုယ်ပိုင်ထား၍၊ ပေါ့ပါးလှည့်လည်၊ လွယ်ကူသော အသက်မွေးမှု ရှိသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

သန္တိန္ဒြိယောစ-ဣဋ္ဌာနိဋ္ဌ၊ တွေ့ကြုံကလျှင်၊ ရာဂမတိုး၊ စိတ်မဆိုးဘဲ၊ ရိုးရိုးတည်ကြည်၊ ငြိမ်သက်သော ဣန္ဒြေရှိသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

နိပကော စ-သီလစောင့်မှု၊ စသည်စုဝယ်၊ ကြီးထုမြင့်လျက်၊ ရင့်ကျက်သော ပညာရှိသူသည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

အပ္ပဂဗ္ဘော စ-ကိုယ်ကြမ်း နှုတ်ကြမ်း၊ စိတ်သော့သွမ်းလျက်၊ ဟော့ရမ်း ဆိုးယုတ်၊ မကြမ်းကြုတ်သည်လည်း၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

ကုလေသု-ဝင်ထွက်သွားလာ၊ ဒါယကာနှင့်၊ ဒါယိကာမများ၊ အမျိုးလေးပါးတို့၌၊ အနဂါဒ္ဓေါ စ-ပစ္စည်းအတွက်၊

ရောနှောချက်ကြောင့်၊ စွဲမက်စိတ်ယိုင်၊ မခွာနိုင်သည်လည်း။
နအဿ- မဖြစ်ရာ။



၅။ ယေန(ပါပေန)-အကြင် အနည်းငယ်ပြု၊ မကောင်းမှု
ကြောင့်၊ ပရေ-မိမိမှတစ်ပါး၊ အခြားကုန်သော၊ ဝိညူ-ကြောင်း
ကျိုး မြင်သိ၊ ပညာရှိတို့သည်၊ ဥပဝဒေယျ-စွပ်စွဲကဲ့ရဲ့ကုန်ရာ၏။
ခုဒ္ဒိ-အနည်းငယ်သော၊ ကဗ္ဗိ-ကိုယ်နှုတ်စိတ်ပါ၊ တစ်စုံတစ်ရာသော၊
တံ ပါပံ-ထိုမကောင်းမှုကို၊ န အာစရေ-မပြုမကျင့်ရာ၊ သဗ္ဗ
သတ္တာ-လုံစုံများစွာ၊ သတ္တဝါတို့သည်၊ သုခိနော ဝါ-ကိုယ်စိတ်နှစ်
ဖြာ၊ ချမ်းသာခြင်းရှိကြကုန်သည်လည်းကောင်း၊ ခေမိနော ဝါ-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ ကင်းငြိမ်းကြကုန်သည်လည်းကောင်း၊ ဟောန္တု-
အမြဲမသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ သုခိတတ္တာ-ရွှင်လန်းဝမ်း
မြောက်၊ သုခသို့ရောက်သောစိတ် ရှိကြကုန်သည်၊ ဘဝန္တု-အမြဲ
မသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။



၆။ ယေကေစိ-အမှတ်မဲ့ညသံ့၊ အလုံးစုံကုန်သော၊ တသာဝါ-ဒေါသမကင်း၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းကြောင့်၊ လွန်မင်းပြင်းပြ၊ ထိပ်လန့်ကြသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ထာဝရာဝါ-ဒေါသကင်းမြဲ၊ ကြောက်ခြင်းကုန်သဖြင့်၊ မတုန်လှုပ်ဘဲ၊ ခိုင်မြဲသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ယေ ပါဏဘူတာ-ရုပ်နာမ်နှစ်ချက်၊ ဇီဝိန်ဆက်၍၊ အသက်တည်အောင်း၊ အကြင် သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်၊ အတ္တိ-ကိုယ်စီ ကိုယ်ငှ၊ ကိုယ့်ဒေသ၌၊ နေ့ညပုံသေ၊ ရှိကြလေကုန်၏။ အနဝသေသာ-တစ်စုံတစ်ယောက်၊ အာရုံပျောက်၍၊ ယွင်းဖောက်ကွေ့ကွင်း၊ အကြွင်းမရှိကုန်သော၊ တေ ပါဏဘူတာ-ရုပ်နာမ်နှစ်ချက်၊ ဇီဝိန်ဆက်၍၊ အသက်တည်အောင်း၊ ထိုသတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်၊ သုခိတတ္တာ-ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်၊ သုခသို့ ရောက်သောစိတ်ရှိကြကုန်သည်။ ဘဝန္တု-အမြဲမသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဒီဃာဝါ-ရှည်လျားသော ခန္ဓာကိုယ်ရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊ မြေ ငါးစသော သတ္တဝါလည်းဖြစ်ကုန်သော၊ မဟန္တာဝါ-ကြီးမားသောခန္ဓာကိုယ်ရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊ လိပ်၊ ဆင်၊ အသူရိန်စသော၊ သတ္တဝါလည်းဖြစ်ကုန်သော၊ မဇ္ဈိမာဝါ-အလယ်အလတ်၊ ကိုယ်ခန္ဓာရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊ ကျွဲ နွား၊ စသော သတ္တဝါလည်းဖြစ်ကုန်သော၊ ရဿကာဝါ-ပုတိုသော ကိုယ်ခန္ဓာရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊ ကြက် ငှက်စသော၊ သတ္တဝါလည်းဖြစ်ကုန်သော၊ အဏုကာဝါ-ဒိဗ္ဗစက္ခုဖြင့်သာ၊ မြင်နိုင်ကောင်းသည့်၊ သေးနှောင်းလှစွာ၊ ရေးပိုး ရေမွှားစသော သတ္တဝါလည်းဖြစ်ကုန်သော၊ ထူလာဝါ-ဝိုင်းဝန်း ပြည့်ဖြိုးသော၊ ကိုယ်ခန္ဓာရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊

ခရယောက်သွားစသော သတ္တဝါလည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ယေ ပါဏဘူတာ-ရုပ်နာမ်နှစ်ချက်၊ ဇီဝိန်ဆက်၍၊ အသက်တည်အောင်း၊ အကြင် သတ္တဝါအပေါင်း တို့သည်၊ အတ္တိ-ကိုယ်စီကိုယ်င၊ ကိုယ့်ဒေသ၌၊ နေ့ညပုံသေ၊ ရှိကြလေကုန်၏။ အနဝသေသာ-တစ်စုံတစ်ယောက်၊ အာရုံပျောက်၍၊ ယွင်းဖောက်ကွေကွင်း၊ အကြွင်းမရှိကုန်သော၊ တေ ပါဏဘူတာ-ရုပ်နာမ်နှစ်ချက်၊ ဇီဝိန်ဆက်၍၊ အသက်တည်အောင်း၊ ထိုသတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်၊ သုခိတတ္တာ-ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်၊ သုခသို့ရောက်သော စိတ်ရှိကြကုန်သည်။ ဘဝန္တု-အမြဲမသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။



၇။ ဒိဋ္ဌာဝါ-ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ၊ တွေ့မြင်အပ်ဖူးသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ အဒိဋ္ဌာဝါ-ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ၊ မတွေ့မြင်အပ်ဖူးသည်လည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ ယေ ပါဏဘူတာ-ရုပ်နာမ်နှစ်ချက်၊ ဇီဝိန်ဆက်၍၊ အသက်တည်အောင်း၊ အကြင် သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်၊ အတ္တိ-ကိုယ်စီ ကိုယ်င၊ ကိုယ့်ဒေသ၌၊ နေ့ညပုံသေ၊ ရှိကြလေကုန်၏။ အနဝသေသာ-တစ်စုံတစ်ယောက်၊ အာရုံပျောက်၍၊ ယွင်းဖောက်ကွေကွင်း၊ အကြွင်းမရှိကုန်သော၊ တေ ပါဏဘူတာ-ရုပ်နာမ်နှစ်ချက်၊ ဇီဝိန်ဆက်၍၊ အသက်တည်အောင်း၊ ထိုသတ္တဝါအပေါင်းတို့သည်၊ သုခိတတ္တာ-ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်၊ သုခသို့ရောက်သောစိတ်ရှိကြကုန်သည်။ ဘဝန္တု-အမြဲမသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ယေသတ္တာ-အကြင်သတ္တဝါတို့သည်၊ ဒူရေ-တစ်နယ်တစ်ကျေး၊ အရပ်ဝေး၌၊ ဝသန္တိ-နေထိုင်ကြကုန်၏။ တေသတ္တာဝါ-တစ်နယ်တစ်ကျေး၊ အရပ်ဝေး၌၊ နေထိုင်ကြကုန်သော ထို သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ ယေတ္တာ-အကြင် သတ္တဝါတို့သည်၊ အဝိဒူရေ-အနီးအပါး၊ ကိုယ့်အနား၌၊ ဝသန္တိ-နေထိုင်ကြကုန်၏။ တေသတ္တာဝါ-အနီးအပါး၊ ကိုယ့်အနား၌၊ နေကြကုန်သော ထိုသတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊ သုခိတတ္တာ-ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်၊ သုခသို့ ရောက်သောစိတ်ရှိကြကုန်သည်။ ဘဝန္တိ-အမြဲမသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဘူတာဝါ-ဖြစ်ခြင်းကိစ္စ၊ ပြီးစီးကြသဖြင့်၊ ဘဝကုန်ခန်း၊ ရဟန္တာလည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ သမ္ဘဝေသီဝါ-ဖြစ်ခြင်းကိစ္စ၊ မပြီးကြသဖြင့်၊ ဘဝခင်မင်၊ ပုထုဇဉ် သေက္ခလည်းဖြစ်ကုန်သော၊ သဗ္ဗသတ္တာ-လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည်၊ သုခိတတ္တာ-ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်၊ သုခသို့ ရောက်သောစိတ်ရှိကြကုန်သည်။ ဘဝန္တိ-အမြဲမသွေ၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။



၈။ ပရော-ဆရာသမား၊ မိဘများနှင့်၊ သွေးသားစပ်တော်၊ မိတ်ဖော်ပေါင်းသင်း၊ အချင်းချင်းဟူ၊ တစ်ပါးသောလူသည်၊ ပရံ-တပည့်အများ၊ သမီးသားနှင့်၊ သွေးသားစပ်တော်၊ မိတ်ဖော်ပေါင်းသင်း၊ အချင်းချင်းဟူ၊ တစ်ပါးသောလူကို၊ န နိကုဗ္ဗေထ-အထင်မှောက်မှား၊ ကျိုးပျက်ပြားအောင်၊ လှည့်စားသမှု၊ မပြုမကျင့်ရာ၊

ကတ္တစိ-မြို့ပြပြည်ရွာ၊ စည်းဝေးရာနှင့်၊ ဆွေဉာမျိုးလယ်၊ အသွယ်
 သွယ်၌၊ ကိဉ္ဇနံ-ရဟန်း ရှင် လူ၊ ခပ်သိမ်းသူဝယ်၊ ဘယ်သူမဆို၊
 တစ်စုံတစ်ယောက်ကိုမျှ၊ န အတိမညေထ-မေတ္တာကင်းစင်၊ ဒေါသ
 ယှဉ်၍၊ အမြင်မှိန်မှေး၊ အထင်မသေးရာ၊ ဗျာရောသနာ(ဗျာရော
 သနာယ)-ချုပ်ချယ်စော်ကား၊ သူထိပါးအောင်၊ ယွင်းမှားဖောက်ပြန်၊
 ကာယကံ ဝစီကံဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပဋိဃသညာ(ပဋိဃသညာယ)-
 ဒေါသကြီးမား၊ ရန်ငြိုးထား၍၊ ပျက်ပြားစေရန်၊ မနောကံသညာဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ အညမညဿ-ဆရာသမား၊ ဆွေမျိုးများနှင့်၊ အိမ်
 သားပေါင်းသင်း၊ အချင်းချင်း၏၊ ဒုက္ခံ-ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ၊ မကြည့်
 သာအောင်၊ လွန်စွာ ထန်ပြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်းကို၊ န ဣစ္ဆေယျ-
 မေတ္တာကုန်ခန်း၊ ဒေါသစွမ်းဖြင့်၊ ပရမ်းပတာ၊ အလိုမရှိရာ။



၉။ မာတာ-မြင့်မိုရ်တောင်ဦး၊ မကကျူးသည့်၊ ကျေးဇူးအရင်၊
 မွေးမိခင်သည်၊ နိယံ ပုတ္တံ-မိမိရင်နှစ်၊ အရင်းဖြစ်၍၊ လွန်ချစ်
 စဖွယ်၊ သားသူငယ်ဖြစ်သော၊ ဧကပုတ္တံ-အကြီးအငယ်၊ ညွှန်ပြ
 ဖွယ်ဟု၊ အဆွယ်အမှီး၊ တစ်ယောက်တည်းသော သားကို၊ အာယု
 သာ-သား၏အတွက်၊ ကိုယ့်အသက်ကို၊ ငဲ့ကွက်၍သာ၊ မညှာ
 တာဘဲ၊ အနုရက္ခေ ယထာ-မျက်စိအောက်က၊ မပျောက်ရအောင်၊
 နေ့ညပုံသေ၊ စောင့်ရှောက်လေသကဲ့သို့၊ ဧဝမ္ပိ-ပမာထားယူ၊
 မခြားအတူသာလျှင်၊ သဗ္ဗဘူတေသု-ရှိသမျှဥသယံ၊ အားလုံးခြံ၍၊

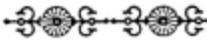
လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါ အနန္တတို့၌၊ အပရိမာဏံ-ဤမျှ၌သာ၊ ငါ့
မေတ္တာဟု၊ နေရာကိုပိုင်း၊ အတိုင်းအရှည် မရှိရလေအောင်၊
မာနသံ-ဒေါသကင်းစင်၊ မေတ္တယှဉ်လျက်၊ ကြည်လင်လှုံဖိတ်၊
ကုသိုလ်စိတ်ကို၊ ဘာဝယေ-တစ်ဆင့်ထက် တစ်ဆင့်၊ ရင့်ထက်
ရင့်အောင်၊ မလင့်ပုံသေ၊ တိုးပွားစေရာ၏။



၁၀။ ဥဒ္ဓံ-အထက်လောက၊ အရူပ၌၊ နေကြဥသယုံ၊ အလုံးစုံ
သော သတ္တဝါအပေါင်း၌ လည်းကောင်း၊ အစော စ-အောက်တန်း
လောက၊ ဘုံကာမ၌၊ နေကြဥသယုံ၊ အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်း
၌ လည်းကောင်း၊ တိရိယဉ္ဇ-အလယ်လောက၊ ဘုံရူပ၌၊ နေကြ
ဥသယုံ၊ အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်း၌ လည်းကောင်း၊ သဗ္ဗ
လောကသို့-လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါဟု၊ သင်္ချာအနန္တ၊ ဤလောက၌၊
အသမ္မာဝံ-ရပ်တိုင်းမဆန့်၊ အားလုံးဖြန့်၍၊ ပျံ့နှံ့ကျယ်ဝန်း၊ ကျဉ်း
မြောင်းခြင်း မရှိရလေအောင်၊ အဝေရံ-ဒေါသပြင်းထန်၊ အတွင်း
ရန်လည်း မရှိသော၊ အသပတ္တံ-မကောင်းအောင်ကြံ၊ အပြင်ရန်
လည်း မရှိသော၊ အပရိမာဏံ-ဤ၍ဤမျှ၊ ဂဏန်းချ၍၊ မရနိုင်
ညှိ၊ အတိုင်းအရှည်မရှိသော၊ မာနသံ-မိမိစိတ်မှာ၊ ဖြစ်ပေါ်လာ
၍၊ ဦးစွာကိုယ်ရေး၊ လွန်ချမ်းအေးသော၊ မေတ္တံ-သတ္တဝါအပေါင်း၊
ခမ်းသာကြောင်းကို၊ ငဲ့စောင်းလိုလား၊ မေတ္တာတရားကို၊ ဘာဝယေ-
တစ်ဆင့်ထက် တစ်ဆင့်၊ ရင့်ထက် ရင့်အောင်၊ မလင့်ပုံသေ၊ တိုး
ပွားစေရာ၏။



၁၁။ တိဋ္ဌ(တိဋ္ဌန္တော)ဝါ-ထိုထို ဤဤ၊ အရပ်ဆီသို့၊ မလည်
မပတ်၊ မတ်မတ်ရပ်၍ နေစဉ်သော်လည်းကောင်း၊ စရံ(စရန္တော)
ဝါ-ထိုထို ဤဤ၊ အရပ်ဆီသို့၊ လှည့်လည်ကူးကာ၊ သွားလာ၍
နေစဉ်သော်လည်းကောင်း၊ နိသိန္ဒောဝါ- မသွားမလာ၊ တစ်နေရာ
၌၊ ကောင်းစွာဖွဲ့ခွေ့ ထိုင်နေစဉ်သော်လည်းကောင်း၊ သယာနော
ဝါ-ထိုင်ရပ်သွားလာ၊ မပြုပါဘဲ၊ အိပ်ရာဝယ်စောင်း၊ လျောင်း၍နေ
စဉ်သော်လည်းကောင်း၊ ယာဝတာ-သွား ရပ် ထိုင် လျောင်း၊
လိုရာပြောင်း၍၊ အကြောင်းအားလျော်စွာ၊ အကြင်သို့သော အခါ၌၊
ဝိတမိဒ္ဒေါ-မိဒ္ဒမလွမ်း၊ ကိုယ်မနွမ်းသဖြင့်၊ ရွှင်လန်းကြည်လင်၊
မအိပ်ချင်သည်။ အဿ-စင်စစ်မသွေ့၊ ဖြစ်၍နေ၏။ တာဝတာ-မိဒ္ဒ
မဝင်၊ မအိပ်ချင်၍၊ ကြည်လင်ကာယ၊ ထို ကာလပတ်လုံး။ ဧတံ
သတိ-သတ္တဝါအပေါင်း၊ ချမ်းသာကြောင်းကို၊ ငဲ့စောင်းလိုဘိ၊ ဤ
သတိကို၊ အဓိဋ္ဌေယျ-အစွဲအမြဲ၊ မပြောင်းလွဲအောင်၊ စိတ်ဇွဲသန်
သန်၊ အဓိဋ္ဌာန်ပြုရာ၏။ ဣဓ-တရားသဖြင့်၊ ဆုံးမသင့်ရာ၊ ဤ
သာသနာတော်၌၊ ဧတံ ဝိဟာရံ-သွား ရပ် ထိုင် လျောင်း၊ နေရာ
ပြောင်းလည်း၊ စိတ်ကောင်းမသွေ့၊ ဤမေတ္တာဖြင့်နေခြင်းကို၊ ဗြဟ္မ
ဝိဟာရံ-အရိယာနေ၊ ဗြဟ္မာနေသို့၊ စိတ်နေသန်ရှင်း၊ ကောင်းမြတ်
သော နေထိုင်ခြင်းဟူ၍၊ အာဟု-ဘုရားစသား၊ ပုဂ္ဂိုလ်များတို့၊
ဟောထားတူညီ၊ မိန့်မြွက်တော်မူကြလေကုန်ပြီ။



၁၂။ စ-ထိုကဲ့သို့သာ၊ သတ္တဝါအများ၊ အာရုံထား၍၊ တရား
 မေတ္တာ၊ ပွားများရပါသော်လည်း၊ ဒိဋ္ဌိ-ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ၊ ရှိသည်
 သာဟု၊ စိတ်မှာထင်မိ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိသို့၊ အနုပဂ္ဂမ္ဘ-အယူယွင်း
 ဖောက်၊ မကပ်ရောက်မှု၍၊ သီလဝါ-ပွတ်သစ်စဝင်း၊ ခရသင်းသို့၊
 သန့်ရှင်းစွာဘိ၊ သီလရှိသည်၊ ဒဿနေန-နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ တရား
 မြတ်ကို၊ တပ်အပ်ထင်ထင်၊ ဦးစွာမြင်သိ၊ သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ်
 နှင့်၊ သမ္ပန္နော-အနုမတဂ္ဂ၊ သံသာရဝယ်၊ စ၍ကုံလုံ၊ ပြည့်စုံသည်
 ဖြစ်၍၊ ကာမေသု-ဝတ္ထုအာရုံ၊ ကာမဂုဏ်တို့၌၊ ဂေခံ-လွန်စွာနှစ်
 သက်၊ မပစ်ရက်အောင်၊ တပ်မက်တွယ်တာ၊ ကာမတဏှာကို၊
 ဝိနေယျ-အနာဂါမိ၊ မဂ်သို့ထိ၍၊ သိသိသာသာ၊ ပယ်ခွာနိုင်သည်
 ရှိသော်၊ ဇာတု-စင်စစ်ဧကန်၊ အမှန်အားဖြင့်၊ ပုန-ဤဘဝမှ၊
 စုတေရလျှင်၊ ဌာနတစ်ဖန်၊ ဤသို့ပြန်၍၊ ဂဗ္ဘသေယျံ-အမိဝမ်း
 တိုက်၊ စွဲပိုက်သန္ဓေ၊ တည်နေရခြင်းသို့၊ န တေ-မကပ်မရောက်ရ
 တော့သတည်း။

မေတ္တသုတ်နိဿယ ပြီး၏။



ခန္ဓပရိတ္တ ပါဠိ

- (၁) သဗ္ဗာသီဝိသဇာတိနံ၊
ဒိဗ္ဗမန္တာ ဂဒံဝိယ၊
ယံ နာသေတိ ဝိသံ ယောရံ၊
သေသဉ္စာပိ ပရိဿယံ။
- (၂) အာဏာခေတ္တံသိ သဗ္ဗတ္ထံ၊
သဗ္ဗဒါ သဗ္ဗပါဏိနံ၊
သဗ္ဗသောပိ နိဝါရေတိ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။
- (၃) ဝိရူပက္ခေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ဧရောပထေဟိ မေ၊
ဆဗျာပုတ္တေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ကဏှာဂေါတမကေဟိ စ။
- (၄) အပါဒကေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ဒွိပါဒကေဟိ မေ၊
စတုပ္ပဒေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ဗဟုပ္ပဒေဟိ မေ။
- (၅) မာ မံ အပါဒကော ဟိံသိ၊
မာ မံ ဟိံသိ ဒွိပါဒကော၊
မာ မံ စတုပ္ပဒေ ဟိံသိ၊
မာ မံ ဟိံသိ ဗဟုပ္ပဒေ။

- (၆) သဗ္ဗေ သတ္တာ_သဗ္ဗေ ပါဏာ၊
 သဗ္ဗေ ဘူတာ စ ကေဝလာ၊
 သဗ္ဗေ ဘဒြာနိ ပဿန္တု၊
 မာ ကိစ္ဆိ ပါပမာဂမာ။

- (၇) အပ္ပမာဏော ဗုဒ္ဓေါ၊
 အပ္ပမာဏော ဓမ္မော၊
 အပ္ပမာဏော သံဃော၊
 ပမာဏဝန္တာနိ သရီသပါနိ၊
 အဟိဝိစ္ဆိကာ သတပဒိ၊
 ဥဏ္ဏနာဘိ သရပူ မူသိကာ။

- (၈) ကာတာ မေ ရက္ခာ၊
 ကတံ မေ ပရိတ္တံ၊ ပဋိက္ကမန္တု ဘူတာနိ၊
 သော ဟံ နမော ဘဂဝတော၊
 နမော သတ္တန္တံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ။

ခန္ဓပရိတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



ခန္ဓသုတ်နိဿယ

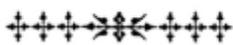
ခန္ဓသုတ်ပရိတ် အမွှန်း

၁-၂။ ဒိဗ္ဗမန္တာဂဒံ-နတ်မန္တရား၊ နတ်ဆေးဝါးသည်။ သဗ္ဗာ သီဝိသဇာတီနံ-အဆိပ်ပြင်းထန်၊ မြွေမျိုးမှန်သမျှတို့၏။ ယောရံ ဝိသံ-ကြမ်းတမ်းလှပေ၊ အဆိပ်ရေကို၊ နာသေတိဝိယ-အလျှင်း ပျောက်ပြေ၊ ပျက်စီးစေတတ်သကဲ့သို့၊ တထာ-ထို့အတူ၊ ယံ ပရိတ္တံ-ခန္ဓသုတ်ခေါ်၊ အကြင်ပရိတော်သည်။ သဗ္ဗတ္ထ အာဏာ ခေတ္တမှီ-လုံးစုံခပင်း၊ အာဏာခေတ်အတွင်း၌၊ သဗ္ဗပါဏီနံ-လုံးစုံ များစွာ၊ သတ္တဝါတို့၏။ ယောရံဝိသံ စ-ပြင်းထန်လှချေ၊ အဆိပ်ရေ ကိုလည်းကောင်း၊ သေသံ-အဆိပ်ကိုချန်၊ ကြွင်းကျန်သော၊ ပရိဿ ယဉ္ဇာပိ-ဘေးရန်အန္တရာယ်၊ အသွယ်သွယ်ကို လည်းကောင်း။ သဗ္ဗဒါ-အခါခပ်သိမ်း၊ သဗ္ဗသောပိ နိဝါရေတိ-မကြွင်းကျန်အောင်၊ တွန်းလှန်ဖယ်ရှားနိုင်ပေ၏။ တံ ပရိတ္တံ-ခန္ဓသုတ်ခေါ်၊ ထိုပရိတ် တော်ကို၊ ဟေ-အို...သူတော်ကောင်းတို့၊ ဘဏာမ-ညီညာဖြဖြ၊ ရွတ်ဆိုကြကုန်စို့။



၃။ ဝိရူပက္ခေဟိ-ဝိရူပက္ခ၊ မည်ရကျော်ဟိုး၊ နဂါးမင်းမျိုးတို့ နှင့်၊ မေ-ငါ၏။ မေတ္တံ-မိတ်ဆွေဖြစ်ကြောင်း၊ ကောင်းသောမေတ္တာ သည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေ၊ ဧရာပထေဟိ-ဧရာပထ၊ မည်ရကျော် ဟိုး၊ နဂါးမင်းမျိုးတို့ နှင့်၊ မေ-ငါ၏။ မေတ္တံ-မိတ်ဆွေဖြစ်ကြောင်း၊

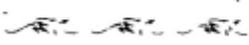
ကောင်းသောမေတ္တာသည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေ၊ ဆဗျာပုတ္တေဟိ-
 ဆဗျာပုတ္တ၊ မည်ရကျော်ဟိုး၊ နဂါးမင်းမျိုးတို့နှင့်၊ မေ-ငါ၏၊ မေတ္တံ-
 မိတ်ဆွေဖြစ်ကြောင်း၊ ကောင်းသောမေတ္တာသည်၊ ဟောတု-
 ဖြစ်ပါစေ၊ ကဏှာဂေါတမကေဟိ စ-ကဏှာဂေါတမ၊ မည်ရကျော်
 ဟိုး၊ နဂါးမင်းမျိုးတို့နှင့်လည်း၊ မေ-ငါ၏၊ မေတ္တံ-မိတ်ဆွေဖြစ်
 ကြောင်း၊ ကောင်းသောမေတ္တာသည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေ။



၄။ အပါဒကေဟိ-အခြေမရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊ သတ္တဝါ
 ဟူသမျှတို့နှင့်၊ မေ-ငါ၏၊ မေတ္တံ-မိတ်ဆွေဖြစ်ကြောင်း၊ ကောင်း
 သောမေတ္တာသည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေ။ ဒွိပါဒကေဟိ- အခြေနှစ်
 ချောင်းရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊ သတ္တဝါဟူသမျှတို့နှင့်၊ မေ-ငါ၏၊
 မေတ္တံ-မိတ်ဆွေဖြစ်ကြောင်း၊ ကောင်းသောမေတ္တာသည်၊ ဟောတု-
 ဖြစ်ပါစေ။ စတုပ္ပဒေဟိ-အခြေလေးချောင်းရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများ
 စွာ၊ သတ္တဝါဟူသမျှတို့နှင့်၊ မေ-ငါ၏၊ မေတ္တံ-မိတ်ဆွေဖြစ်
 ကြောင်း၊ ကောင်းသောမေတ္တာသည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေ။ ဗဟုပ္ပ
 ဒေဟိ-များသောအခြေရှိသည့်၊ မျိုးဇာတိများစွာ၊ သတ္တဝါဟူသမျှ
 တို့နှင့်၊ မေ-ငါ၏၊ မေတ္တံ-မိတ်ဆွေဖြစ်ကြောင်း၊ ကောင်းသော
 မေတ္တာသည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေ။



၅။ အပါဒကော-အခြေမရှိသော သတ္တဝါသည်၊ မံ-ငါကို၊ မာ ဟိသိ-မညှင်းဆဲပါစေနှင့်၊ ဒွိပါဒကော-အခြေနှစ်ချောင်းရှိသော သတ္တဝါသည်၊ မံ-ငါကို၊ မာ ဟိသိ-မညှင်းဆဲပါစေနှင့်၊ စတုပ္ပဒေါ-အခြေလေးချောင်းရှိသော သတ္တဝါသည်၊ မံ-ငါကို၊ မာ ဟိသိ-မညှင်းဆဲပါစေနှင့်၊ ဗဟုပ္ပဒေါ-များသောအခြေရှိသော သတ္တဝါသည်၊ မံ-ငါကို၊ မာ ဟိသိ-မညှင်းဆဲပါစေနှင့်။



၆။ သဗ္ဗေ-ခပ်သိမ်းကုန်သော၊ သတ္တာ-အာရုံငါးရပ်၊ ငြိကပ် တတ်သော သတ္တဝါတို့ သည်လည်းကောင်း၊ သဗ္ဗေ-ခပ်သိမ်းကုန် သော၊ ပါဏာ*-ထွက်သက်ရှိသော သတ္တဝါတို့ သည်လည်း ကောင်း၊ သဗ္ဗေ-ခပ်သိမ်းကုန်သော၊ ဘူတာ-ဖြစ်ပြီး ဖြစ်ဆဲသော သတ္တဝါတို့ သည်လည်းကောင်း၊ သဗ္ဗေ-အလုံးစုံကုန်သော၊ ဘဒြာ နိ-ကောင်းကျိုးချမ်းသာ၊ မင်္ဂလာတို့ကို၊ ပဿန္တု-တွေ့မြင်ကြပါစေ ကုန်၊ ကိဉ္စိ-တစ်စုံတစ်ယောက်သော သတ္တဝါသို့၊ ပါပံ-မကောင်း ဆိုးဝါး၊ အနိဋ္ဌဗလ အကျိုးတရားသည်၊ ကေဝလာ-စင်စစ်ကေနံ၊ အမှန်အားဖြင့်၊ မာ အာဂမာ-မကပ် မရောက်ပါစေနှင့်။

*ရှေးမူအတိုင်း အနက်ယောဇနာထားပါသည်။ ဆရာတော်ကမူ “ပုဂ္ဂလာ” ဟုပြင်တော်မူ၍ “သဗ္ဗေ.ကုန်သော၊ ပုဂ္ဂလာ..ပုဂ္ဂိုလ် ဟူသမျှတို့သည် လည်းကောင်း၊ ဘဒြာနိ.” ဟု အနက်ယောဇနာ တော်မူသည်။

၇။ ပုဒ္ဓေါ-ကြွင်းမဲ့ဥသံ၊ အလုံးစုံကို၊ အကုန်သိမြင်၊ ဘုရားရှင်သည်၊ အပ္ပမာဏော-ဤ၍ ဤမျှ၊ ဂဏန်းချ၍၊ မရနိုင်အောင်၊ များမြောင်သော ဂုဏ်တော်ရှိပါပေ၏။ ဓမ္မော-မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်၊ ဓမ္မက္ခန်ဟု၊ ဆယ်တန်သော တရားတော်မြတ်သည်၊ အပ္ပမာဏော-ဤ၍ ဤမျှ၊ ဂဏန်းချ၍၊ မရနိုင်အောင်၊ များမြောင်သော ဂုဏ်တော်ရှိပါပေ၏။ သံဃော-အရိယာရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်သည်၊ အပ္ပမာဏော-ဤ၍ ဤမျှ၊ ဂဏန်းချ၍၊ မရနိုင်အောင်၊ များမြောင်သောဂုဏ်တော်ရှိပါပေ၏။ သရီသပါနိ-ကိုယ်ဖြင့် တွား၍၊ သွားတတ်ကုန်သော၊ အဟိဝိစ္ဆိကာ-မြေ့ ကင်းမြီးကောက်တို့သည်လည်းကောင်း၊ သတပဒီ-ကင်းခြေများတို့သည် လည်းကောင်း၊ ဥဏ္ဏနာဘီ-ပင့်ကူတို့သည်လည်းကောင်း၊ သရဗူ-တက်တူတို့သည် လည်းကောင်း၊ မူသိကာ-ကြွက်တို့သည် လည်းကောင်း၊ ပမာဏဝန္တာနိ-နှိုင်းယှဉ်ဖွယ်ရာ၊ များစွာထိုထို၊ အကုသိုလ်ရှိကြကုန်၏။

၈။ မေ-ငါသည်၊ ရက္ခာ-အစောင့်အရှောက်ကို၊ ကတာ-ပြုအပ်ပြီ၊ မေ-ငါသည်၊ ပရိတ္တံ-ဝန်းကျင်လှည့်ပတ်၊ စောင့်ရှောက်တတ်သော အကာအရံကို၊ ကတံ-ပြုအပ်ပြီ၊ ဘူတာနိ-ဆိုခဲ့သမျှ၊ သတ္တဝါအနန္တတို့သည်၊ ပဋိက္ကမန္တု-ဝေးစွာရှောင်လွှဲ၊ ဖဲကြကုန်လော့၊ သော အဟံ-မေတ္တာဖြင့်သာ နေလေ့ရှိသော ထိုငါသည်၊ ဘဂဝတော-ငါတို့ထိပ်တင်၊ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား၊ နမော-ရိုသေမြတ်နိုး၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးပါ၏။ သတ္တန္တံ-ခုနစ်ဆူကုန်သော၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနိ-ဝိပဿီစသား၊ ဘုရားရှင်တို့အား၊ နမော-ရိုသေမြတ်နိုး၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးပါ၏။

ခန္ဓသုတ်နိဿယ ပြီးပြီ။

ဝဋ်သုတ်ပါဠိ

- (၁) ပူရေန္တံ ဗောဓိသမ္ဘာရေ၊
 နိဗ္ဗတ္တံ ဝဋ်ဇာတိယံ၊
 ယဿ တေဇေန ဒါဝဂ္ဂိ၊
 မဟာသတ္တံ ဝိဝဇ္ဇယိ။
- (၂) ထေရဿ သာရိပုတ္တဿ၊
 လောကနာထေန ဘာသိတံ၊
 ကပ္ပဋ္ဌာယိ မဟာတေဇံ၊
 ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။
- (၃) အတ္ထိ လောကေ သီလဂုဏော၊
 သစ္စံ သောစေယျန္နဒ္ဒယာ၊
 တေန သစ္စေန ကာဟာမိ၊
 သစ္စကိရိယမနုတ္တရံ။
- (၄) အာဝဇ္ဇေတွာ ဓမ္မဗလံ၊
 သရိတွာ ပုဗ္ဗကေ ဇိနေ၊
 သစ္စဗလမဝဿာယ၊
 သစ္စကိရိယမကာသဟံ။
- (၅) သန္တိ ပက္ခာ အပတနာ၊
 သန္တိ ပါဒါ အဝဋ္ဌနာ၊
 မာတာ ပိတာ စ နိက္ခန္တာ၊
 ဇာတဝေဒ ပဋိက္ကမ။

(၆) သဟ သစ္စေ ကတေ မယံ၊
 မဟာပဇ္ဇလိတော သိခိ၊
 ဝဇ္ဇေသိ သောဠသကရိသာနိ၊
 ဥဒကံ ပတွာ ယထာ သိခိ၊
 သစ္စေန မေ သမော နတ္ထိ၊
 သော မေ သစ္စပါရမီ။

ဝဋ္ဋပရိတ္တံ နိဗ္ဗိတံ။



ဝဋ္ဋသုတ်နိဿယ

၁။ ဗောဓိသမ္ဘာရေ-ဗောဓိဉာဏ်ဆီ၊ စိတ်တော်ရည်၍၊ ပါရမီ အထူး၊ အဆောက်အဦးတို့ကို၊ ပူရေန္တံ-ဘဝဆက်တိုင်း၊ မဆိုင်း မဆင့်၊ ဖြည့်ကျင့်နေစဉ်၊ ဝဋ္ဋဇာတိယံ-ဘုရားအလောင်း၊ မြတ် အပေါင်းတို့၊ အကြောင်းဆုံရ၊ အငယ်ဆုံးငုံးဘဝ၌၊ နိဗ္ဗတ္တံ- အကြောင်းဖန်လာ၊ ကံကြမ္မာကြောင့်၊ တစ်ခါတုံးက၊ ဖြစ်ခဲ့ရသော၊ မဟာသတ္တံ-ငါတို့ဗုဒ္ဓ၊ ဂေါတမဟု၊ လောကထိပ်ဆောင်း၊ ဘုရား အလောင်းကို၊ ယဿ ပရိတ္တဿ-ဝဋ္ဋသုတ်ခေါ်၊ အကြင်ပရိတ် တော်၏။ ဝါ-ဝဋ္ဋသုတ်ခေါ်၊ အကြင်ပရိတ်တော်လာ၊ နှုတ်သစ္စာ၏။ တေဇေန-သတ္တိအင်အား၊ စွမ်းပကားကြောင့်၊ ဒါဝဂ္ဂိ-တောလုံးညံ ဟီး၊ တောမီးကြီးသည်၊ ဝိဝဇ္ဇယိ-တစ်ဆယ့်ခြောက်ကရီသ၊ အဝေး မှပင်၊ အေးမြပစေ၊ ရှောင်ကွင်းခဲ့လေပြီ။



၂။ လောကနာထေန-သောင်းလောကဓာတ်၊ အရပ်ရပ်ဝယ်၊ နတ်နတ်ထွတ်ထား၊ မြတ်ဘုရားသည်၊ သာရိပုတ္တဿ-သာရိမည် ရ၊ ပုဏ္ဏားမ၏၊ သားလှရတနာ၊ သာရိပုတ္တရာ မည်တော်မူသော၊ ထေရဿ-လက်ယာတော်ရုံ၊ ပညာဉာဏ်ဖက်၊ တေဒဂ်တင်၊ အရှင် မထေရ်မြတ်အား။ ဘာသိတံ-ပညတ်ထုတ်ဖော်၊ ဟောပြတော်မူ အပ်သော၊ ကပ္ပဋ္ဌာယိ-ကမ္ဘာဆုံးတိုင်၊ တည်ရှိနိုင်သော၊ မဟာ တေဇံ-ကြီးကျယ်မြင့်မိုး၊ တန်ခိုးအာနုဘော်ရှိသော၊ တံ ပရိတ္တံ- ဝဋ္ဋသုတ်ခေါ်၊ ထို ပရိတ်တော်ကို၊ ဟေ-ပရိတ်တရား၊ လွန်အား

ထားသည့်၊ အများလူပေါင်း၊ အို...သူတော်ကောင်းတို့၊ ဘဏာမ-
ညီညာဖြဖြ၊ ရွတ်ဆိုကြကုန်စို့။

၃။ လောကေ-လူနတ်ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတို့၊ နေရာဌာန၊ ဤ
လောက၌၊ သီလဂုဏော-ငါးပါးရှစ်ပါး၊ ဆယ်ပါးကစ၊ သီလ
အကျိုး၊ ဂုဏ်တန်ခိုးသည်၊ အတ္ထိ-စင်စစ်ဧကန်၊ အမှန်မသွေ၊ ရှိပါ
ပေ၏။ သစ္စံ-မှန်ကန်လှစွာ၊ ကိုယ် နှုတ်မှာဝယ်၊ သစ္စာအကျိုး၊
ဂုဏ်တန်ခိုးသည်၊ အတ္ထိ-စင်စစ်ဧကန်၊ အမှန်မသွေ၊ ရှိပါပေ၏။
အနုဒ္ဒယာ-သူတစ်ပါးကို၊ သနားကြင်နာ၊ ကရုဏာနှင့်၊ မေတ္တာ
အကျိုး၊ ဂုဏ်တန်ခိုးသည်၊ အတ္ထိ-စင်စစ်ဧကန်၊ အမှန်မသွေ၊ ရှိပါ
ပေ၏။ ဧတေန သစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤဝစီသစ္စာဖြင့်၊ အနုတ္တ
ရံ-မိမိထက်မှာ၊ အသာမရှိသော၊ သစ္စကိရိယံ-နှုတ်အမူအရာ၊ ဝစီ
သစ္စာကို၊ ကာဟာမိ-အားကိုးတစ်ခု၊ ပြုရတော့အံ့။



၄။ (ဣတိ-ဤသို့ကြံပြီး၍) အဟံ-ငါသည်၊ ဓမ္မဗလံ-သူတော်
တရား၊ စွမ်းပကားကို၊ အာဝဇ္ဇေတွာ-စိတ်မှာထင်မြင်၊ ဆင်ခြင်
ပြီး၍လည်းကောင်း၊ ပုဗ္ဗကေ ဖိနေ-ကမ္ဘာများစွာ၊ ရှေးအခါက၊
ကောင်းစွာပွင့်ငြား၊ ရှင်တော်ဘုရားတို့ကို၊ သရိတွာ-ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊
ဂုဏ်တော်ထိအောင်၊ သတိရပြီး၍ လည်းကောင်း၊ သစ္စဗလံ-
သစ္စာတရား၊ စွမ်းပကား၏၊ အင်အားပြည့်ဖြိုး၊ ဂုဏ်တန်ခိုးကို၊ အဝ
ဿာယ-စိတ်ဝယ်အတည်၊ စွဲမှီ၍လည်းကောင်း၊ သစ္စကိရိယံ-နှုတ်
အမူအရာ၊ ဝစီသစ္စာကို၊ အကာသိ-အားကိုးတစ်ခု၊ ပြုခဲ့ဖူးလေပြီ။

၅။ ပက္ခာ-ကြီးသောအခါ၊ ပျံနိုင်ရာသည့်၊ ခုမှာသေးသေး၊ အတောင်ကလေးတို့သည်၊ သန္တိ-ငါ၏ကိုယ်မှာ၊ ထင်ရှားရှိပါကုန်၏။ (ပန တထာပိ-ငါ၏ကိုယ်မှာ၊ ထင်ရှား ရှိပါကုန်သော်လည်း။) အပတနာ-ငယ်သည့်အတွက်၊ ပျံတက်ဖို့ရာ၊ မစွမ်းနိုင်ပါကုန်၊ ပါဒါ-ကြီးသောအခါ၊ သွားနိုင်ရာသည့်၊ ခုမှာသေးသေး၊ ခြေကလေးတို့သည်၊ သန္တိ-ငါ၏ကိုယ်မှာ၊ ထင်ရှားရှိပါကုန်၏။ (ပန တထာပိ-ငါ၏ကိုယ်မှာ၊ ထင်ရှား ရှိပါကုန်သော်လည်း။) အဝဋ္ဌနာ-ပီးဘေးလွတ်အောင်၊ မရှောင်မရှား၊ မသွားနိုင်ပါကုန်၊ မာတာပိတာ စ-ငါ့ကိုမွေးဖွား၊ မိဘနှစ်ပါးတို့သည်လည်း၊ နိက္ခန္ဓာ-အသက်ဘေးကြောင့်၊ ထွက်ပြေးကြကုန်ပြီ၊ ဇာတဝေဒ-အဟုန်ပြင်းစွာ၊ လောင်၍လာသည့်၊ ကြောက်စရာကြီးကြီး၊ အို...တောမီး၊ ပဋိက္ကမ-ဝေးစွာရှောင်လွှဲ၊ ဖဲလိုက်ပါလော့။



၆။ မယုံ-ငါ၏၊ သစ္စေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဝစီသစ္စာကို၊ သဟကတေ-နှုတ်မှာရွတ်မှု၊ ပြုအပ်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက်၊ မဟာပဇ္ဇလိတော-အရှိန်ပြင်းစွာ၊ တောက်လောင်လာသော၊ သိခီ-အလျှံထိန်ငြီး၊ တောမီးကြီးသည်၊ ဥဒကံ ပတွာ-ဆန့်ကျင်နိုင်လောက်၊ ရေသို့ရောက်၍၊ ဝဇ္ဇိတော-ရှောင်ကွင်းရသော၊ သိခီယထာ-မီးလျှံကဲ့သို့၊ သောဠသ ကရီသာနိ-တစ်ဆယ့်ခြောက်ပယ်၊ ကျယ်ဝန်းသောအရပ်

တို့တိုင်အောင်၊ ဝဇ္ဇေသိ-သစ္စာစကား၊ စွမ်းပကားကြောင့်၊ အနား
မချဦး၊ ရှောင်ကွင်းခွဲဖူးလေပြီ။

သာရိပုတ္တ-သာရိပုတ္တရာ၊ မေ-ငါဘုရားနှင့်၊ သစ္စေန-သစ္စာ
အားဖြင့်၊ သမော-တူသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ (တနည်း) မေ-ငါဘုရား
၏၊ သစ္စေန-သစ္စာနှင့်၊ သမော-တူသော သစ္စာတရားသည်၊
နတ္ထိ-မရှိတော့ချေ၊ သော-ဤ ပါရမီသည်၊ မေ-ငါဘုရား၏၊
သစ္စပါရမီ-မှသာမပါ၊ အမှန်သာလျှင်၊ ကောင်းစွာ နှုတ်ချီ၊ သစ္စာ
ပါရမီ ဖြစ်ပါသတည်း။

ဝဇ္ဇသုတ်နိဿယ ပြီး၏။



မောဇ္ဈိသုတ်ပါဠိ

- (၁) သံသာရေ သံသရန္တာနံ၊
သဗ္ဗဒုက္ခဝိနာသနော၊
သတ္တ ဓမ္မေ စ ဗောဇ္ဈင်္ဂေ၊
မာရသေနာပမဒ္ဒနော။
- (၂) ဗုဒ္ဓိတွာ ယေစိမေ သတ္တာ၊
တိဘဝါ မုတ္တကုတ္တမာ၊
အဇာတိ•မဇရာ•ဗျာဒိ၊
အမတံ နိဗ္ဗယံ ဂတာ။
- (၃) ဝေမာဒိဂုဏူပေတံ၊
အနေကဂုဏသင်္ဂဟံ၊
ဩသဓ္ဓေ ဣမံ မန္တံ၊
ဗောဇ္ဈင်္ဂဉ္စ ဘဏာမ ဟေ။
- (၄) ဗောဇ္ဈင်္ဂေါ သတိသင်္ခါတော၊
ဓမ္မာနံ ဝိစယော တထာ၊
ဝီရိယံ ဝိတိ ပဿဒ္ဓိ၊
ဗောဇ္ဈင်္ဂါ စ တထာပရော။
- (၅) သမာဓုပေက္ခာ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ၊
သတ္တေတေ သဗ္ဗဒဿိနာ၊
မုနိနာ သမ္ပဒက္ခာတာ၊
ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ။

(၆) သံဝတ္တန္တိ အဘိညာယ၊
 နိဗ္ဗာနာယ စ ဗောဓိယာ၊
 တေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊
 သောတ္ထိံ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

(၇) ကေသ္မိံ သမယေ နာထော၊
 မောဂ္ဂလ္လာနဉ္စ ကဿပံ၊
 ဂိလာနေ ဒုက္ခိတေ ဒိသွာ၊
 ဗောဇ္ဈင်္ဂေ သတ္ထ ဒေသယီ။

(၈) တေ စ တံ အဘိနန္ဒိတွာ၊
 ရောဂါ မုစ္စိသု တင်္ဂဏော၊
 တေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊
 သောတ္ထိံ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

(၉) ကေဒါ ဓမ္မရာဇာပိ၊
 ဂေလညေနာဘိပိဋိတော၊
 စုန္ဒတ္ထေရေန တံယေဝ၊
 ဘဏာပေတွာန သာဒရံ။

(၁၀) သမ္မောဒိတွာန အာဗာဓာ၊
 တမှာ ဝုဋ္ဌာသိ ဌာနသော၊
 တေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊
 သောတ္ထိံ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

(၁၁) ပဟိနာ တေ စ အာဗာဓာ၊
တိဏ္ဍန္တိန္ဒြိယံ မဟေသိနံ၊
မဂ္ဂဟတာ ကိလေသာ စ၊
ပတ္တာနုပတ္တိဓမ္မတံ၊
တေနေ သစ္စဝဇ္ဇေန၊
သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

မောဇ္ဈိမသုတ္တံ နိဗ္ဗိတံ။



ဗောဇ္ဈင်သုတ်နိဿယ

၁-၂။ သံသာရေ-ဘဝများစွာ၊ သံသရာကြီးထဲ၌၊ သံသရန္တာ
 နံ-တစ်ဘဝမှ၊ တစ်ဘဝသို့၊ ကျင်လည်နေကြရကုန်သော၊ သူရော
 ကိုယ်ပါ၊ သတ္တဝါဟူသမျှတို့၏။ သဗ္ဗဒုက္ခဝိနာသနေ-အလုံးစုံသော
 ဝဋ်ဒုက္ခကို၊ ပယ်ဖျောက်နိုင်ကုန်ထသော၊ မာရသေနာပမဒ္ဒနေ-မာရ်
 နတ်မင်း၏ ကိလေသာ စစ်တပ်ကို နှိမ်နှင်းနိုင်ကုန်ထသော၊
 ဗောဇ္ဈင်-သစ္စာလေးပါးတရားကိုသိတတ်သော အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်
 ၏အကြောင်းဖြစ်ကုန်သော၊ သတ္တဓမ္မေ-ခုနစ်ပါးသော တရားတို့ကို၊
 ဗုဒ္ဓိတွာ-ကောင်းမွန်စွာ သိကြပြီး၍၊ ဝါ-သိကြခြင်းကြောင့်၊ ယေ
 ဣမေ သတ္တာ-အကြင် သတ္တဝါတို့သည်၊ ဥတ္တမာ-မွန်မြတ်သော
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ (ဟုတွာ-ဖြစ်၍) တိဘဝါ-ကာမ ရူပ၊ အရူပဟု၊
 သုံးမျိုးသော ဘဝမှ၊ မုတ္တာ-လွတ်မြောက်ကြလေကုန်ပြီ။

(တေ-ထိုသံသရာဒုက္ခမှ၊ လွတ်မြောက်ကြသော၊ ဘုရား ပစ္စေ
 ကာ၊ အရိယာ သာဝကတို့သည်။) အဇာတိ-ပဋိသန္ဓေ၊ တည်နေရ
 ခြင်းလည်း မရှိထသော၊ အဇရံ-ရွတ်တွယိုယွင်း၊ အိုမင်းရခြင်း
 လည်း မရှိထသော၊ အဗျာဓိ-မကျန်းမမာ၊ ဖျားနာရခြင်းလည်း
 မရှိထသော၊ အမတံ-သေရခြင်းလည်း မရှိထသော၊ နိဗ္ဗယံ-ဘေး
 မရှိသော နိဗ္ဗာန်သို့၊ ဂတာ-အာရုံပြုသောအားဖြင့် ရောက်သွားကြ
 ရလေကုန်ပြီ၊ ဝါ-ပရိနိဗ္ဗာန် စံသောအားဖြင့် ရောက်သွားကြရလေ
 ကုန်ပြီ။

၃။ ဝေမာဒိဂုဏူပေတံ-သံသရာဝဋ်ဒုက္ခမှ၊ လွတ်မြောက်၍၊
 နိဗ္ဗာန်ရခြင်း တည်းဟူသော အကျိုးဂုဏ်တို့နှင့်လည်း ပြည့်စုံထ
 သော၊ အနေကဂုဏသင်္ဂဟံ-အမျိုးမျိုးသောဂုဏ်တို့ကို၊ သိမ်းကျုံး
 ၍လည်း ယူနိုင်ထသော၊ သြသဝဠ-မကျန်းမမာ၊ ဖျားနာသူတို့
 အတွက်၊ ဆေးဝါးကောင်းလည်း ဖြစ်ပေထသော၊ မန္တစ-မကျန်း
 မမာ၊ ဖျားနာသူတို့အတွက်၊ မန္တရားလည်း ဖြစ်ပေထသော၊ ဣမံ
 ဗောဇ္ဈင်-ဤ ဗောဇ္ဈင်မည်သော တရားကို၊ ဟေ-အို...သူတော်
 ကောင်းတို့၊ (မယံ-ငါတို့သည်) ဘဏာမ-ညီညာဖြဖြ၊ ရွတ်ဆိုကြ
 ပါကုန်စို့။

၄-၅-၆။ သတိသင်္ခါတော ဗောဇ္ဈင်ဂေါ-သတိဆိုအပ်၊ ဗောဇ္ဈင်
 တရားတော်မြတ်လည်းကောင်း၊ ဓမ္မာနံ ဝိစယော-ဓမ္မဝိစယဗောဇ္ဈင်
 လည်းကောင်း၊ တထာ-ထိုမှတစ်ပါး၊ ဝီရိယံ-ဝီရိယဗောဇ္ဈင်လည်း
 ကောင်း၊ ပီတိ ပဿဒ္ဓိဗောဇ္ဈင်၊ စ-ပီတိဗောဇ္ဈင်၊ ပဿဒ္ဓိဗောဇ္ဈင်
 တို့ လည်းကောင်း၊ တထာပရေ-ထိုမှ တစ်ပါးကုန်သော၊ သမာဓု
 ပေက္ခာ ဗောဇ္ဈင်-သမာဓိဗောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာဗောဇ္ဈင် တို့လည်း
 ကောင်း၊ ဣတိ-ဤသို့၊ သဗ္ဗဒဿိနာ-အလုံးစုံကို သိမြင်တော်မူ
 သော၊ မုနိနာ-ဘုရားရှင်သည်၊ သမ္မ(သမ္မာ)-ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့်
 ပိုင်းဖြတ်၍၊ အကောင်းမြတ်ဆုံး ဖြစ်ရလေအောင်၊ အက္ခာတာ-ဟော
 ပြတော်မူအပ်ကုန်သော၊ ဇေတသတ္တ-ဤခုနစ်ပါးသောဗောဇ္ဈင်တရား
 တို့သည်၊ ဘာဝိတာ-မိမိတို့သန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်ကုန် သည်ရှိ
 သော်၊ ဗဟုလီကတာ-ကြိမ်းဖန်များစွာ၊ လေ့လာအပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊
 အဘိညာယ-သစ္စာလေးပါးကို ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် သိခြင်းငှာလည်း

ကောင်း၊ နိဗ္ဗာနာယ စ-ရုပ်နာမ်ခွင်သိမ်းတို့၏ ငြိမ်းအေးရာ နိဗ္ဗာန် အကျိုး ငှာလည်းကောင်း၊ ဗောဓိယာ-မဂ်ဉာဏ်အကျိုးငှာ လည်းကောင်း၊ သံဝတ္တန္တိ-စင်စစ်ဧကန်၊ အမှန်ပင်ဖြစ်နိုင်ပါပေကုန်၏။ တေတေန သစ္စဝဇ္ဇေန-မှန်ကန်လှစွာ၊ ဤ ဝစီသစ္စာကြောင့်၊ တေ-သင့်အား၊ သဗ္ဗဒါ-နေ့ရောညဉ့်ပါ၊ အခါခပ်သိမ်း၊ သောတ္တိ-ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ၊ ချမ်းသာခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၇။ ဧကသ္မိံ သမယေ-အခါတစ်ပါး၌၊ နာထော-သတ္တဝါတို့၏ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဂိလာနေ-မကျန်းမာကြကုန်သည် ဖြစ်၍၊ ဒုက္ခိတေ-ဒုက္ခရောက်နေကြကုန်သော၊ မောဂ္ဂလ္လာနဉ္စ-လက်ဝဲတော်ရုံ၊ အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန် မထေရ်မြတ်ကိုလည်းကောင်း၊ ကဿပဉ္စ-ရတ္တည၊ မဟတ္တ၊ တေဒဂ်ရသည့်၊ ဝုတင်တေရသကို ဆောင်နိုင်သော အရှင်မဟာကဿပမထေရ်မြတ်ကိုလည်းကောင်း၊ ဒိသ္မာ-မြင်တော်မူ၍၊ သတ္တ ဗောဇ္ဈင်္ဂေ-ခုနစ်ပါးသော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့ကို၊ အဒေသယံ-ဟောတော်မူခဲ့လေပြီ။

၈။ တေ စ-ထို အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်မထေရ်မြတ်၊ အရှင်မဟာကဿပမထေရ်မြတ်တို့သည်လည်း၊ တံ-ထိုဘုရားရှင် ဟောတော်မူအပ်သော ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါး တရားတော်ကို၊ အဘိနန္ဒိတွာ-လွန်လွန်မင်းမင်း နှစ်သက်တော်မူခြင်းကြကြောင့်၊ တခံဏေ-မြတ်စွာဘုရား တရားဟောတော်မူရာ၊ ထိုခဏ၌၊ ရောဂါ-မကျန်းမမာ၊ ဖျားနာနေသော ရောဂါမှ၊ မုစ္ဆိသု-လွတ်မြောက်ကြဖူးကုန်ပြီ။

ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန-ဤကဲ့သို့ မှန်ကန်သော သစ္စာစကားကို ပြောဆိုရခြင်းကြောင့်၊ တေ-ရတနာသုံးပါးကို၊ ယုံကြည်အားထား၍ နေသော သင်(ဒါယကာကြီး) အား၊ သဗ္ဗဒါ-နေ့ရောညဉ့်ပါ၊ အခါခပ်သိမ်း၊ သောတ္ထိ-ကိုယ်စိတ် နှစ်ဖြာ၊ ချမ်းသာခြင်းသည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ...ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၉-၁၀။ ဧကဒါ-အခါတစ်ပါး၌၊ ဓမ္မရာဇာပိ-တရားမင်းဘုရား သော်မှလည်း၊ ဂေလညေန-မကျန်းမမာ၊ ဖျားနာခြင်း ရောဂါသည်၊ အဘိပိဋိတော-နိဝံစက်တော်မူအပ်သည်ဖြစ်၍၊ စုန္ဒုတ္ထေရေန-အရှင် စုန္ဒမထေရ်ကို၊ တံ ယေဝ ဗောဇ္ဈင်-ထို ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါး မြတ် တရားကိုပင်၊ သာဒရံ-ရိုသေလေးမြတ်စွာ၊ ဘဏာပေတွာန-မြတ် စွာဘုရား၊ ထံတော်ပါး၌၊ ရုတ်ပွားစေပြီး၍၊ သမ္မောဒိတွာန-မြတ် စွာကိုယ်တော်တိုင် ဝမ်းမြောက်တော်မူလှသည်ဖြစ်၍၊ တမှာ အာ ဗာဓာ-ထို မကျန်းမမာ၊ ဖျားနာရင်းစွဲဖြစ်သော ရောဂါမှ၊ ဋ္ဌာန သော-တစ်ခဏချင်းအားဖြင့်၊ ဝုဋ္ဌာသိ-ထမြောက် လွတ်ကင်းတော် မူလေပြီ၊ ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန-ဤကဲ့သို့ မှန်ကန်သောသစ္စာ စကားကို ပြောဆိုရခြင်းကြောင့်၊ တေ-ရတနာသုံးပါးကို၊ ယုံကြည် အားထား၍ နေသော သင်(ဒါယကာကြီး)အား၊ သဗ္ဗဒါ-နေ့ရော ညဉ့်ပါ၊ အခါခပ်သိမ်း၊ သောတ္ထိ-ကိုယ်စိတ် နှစ်ဖြာ၊ ချမ်းသာခြင်း သည်၊ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ...ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၁၁။ မဂ္ဂဟတာ-အရိယာမဂ်၊ ဉာဏ်လက်နက်ဖြင့်၊ ပယ်ဖျက် အပ်ပြီးကုန်သော၊ ကိလေသာ-တစ်ထောင့်ငါးရာ၊ ကိလေသာတို့ သည်၊ အနုပတ္တိဓမ္မတံ-တစ်ဖန်ထပ်ကာ၊ မဖြစ်လာခြင်းသဘောရှိကုန်

သည်၏အဖြစ်သို့၊ ပတ္တာက္ကဝ-စင်စစ်မှချ၊ ရောက်ရကုန်သကဲ့သို့၊
 (တထာ-ထိုအတူ) တိဏ္ဍန္တိပိ-ရှင်တော်ဘုရား၊ ထေရ်နှစ်ပါးနှင့်၊
 သုံးပါးလည်း ဖြစ်ကုန်သော၊ မဟေသီနံ-မဟာက္ကသိ၊ မုနိထွတ်
 တင်၊ ထေရ်အရှင်တို့၏။ ပဟိနာ-ဟေဇျင်ခုနစ်ပါး၊ မြတ်တရားဖြင့်၊
 ပယ်ရှားအပ်ပြီးကုန်သော၊ တေ အာဗာဓာ စ-ထိုသည့်ရောဂါ၊
 ဝေဒနာတို့သည်လည်း၊ (အနုပတ္တိဓမ္မတံ-တစ်ဖန်ထပ်ကာ၊ မဖြစ်
 လာခြင်း သဘောရှိကုန်သည်၏ အဖြစ်သို့၊ ပတ္တာ-မှချမသွေ၊
 ရောက်ကြပေကုန်ပြီ။) ဇေတန သစ္စဝဇ္ဇေန-ဤကဲ့သို့ မှန်ကန်သော
 သစ္စာ စကားကို ပြောဆိုရခြင်းကြောင့်၊ တေ-ရတနာသုံးပါးကို၊
 ယုံကြည် အားထား၍ နေသော သင်(ဒါယကာကြီး)အား။ သဗ္ဗဒါ-
 နေ့ရောညဉ့်ပါ၊ အခါခပ်သိမ်း။ သောတ္ထိ-ကိုယ်စိတ် နှစ်ဖြာ၊ ချမ်း
 သာခြင်းသည်။ ဟောတု-စင်စစ်မသွေ...ဖြစ်ပါစေသတည်း။

မောဇ္ဈင်သုတ်နိဿယ ပြီး၏။



ပါဠိတော် ဗောဇ္ဈင်သုတ်ပါဠိ

က။ သတ္တိ•မေ ဥပါသက ဗောဇ္ဈဂါ၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတာ ဘာဝိတာ ဗဟုလီကတာ၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ။

ခ။ ကတမေ သတ္တိ။

(၁) သတိသမ္မောဇ္ဈဂေါ ခေါ ဥပါသက၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတော
ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

(၂) မ္ဗေဝိစယသမ္မောဇ္ဈဂေါ ခေါ ဥပါသက၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတော
ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

(၃) ဝိရိယသမ္မောဇ္ဈဂေါ ခေါ ဥပါသက၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတော
ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

(၄) ပီတိသမ္မောဇ္ဈဂေါ ခေါ ဥပါသက၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတော

ဘာဝိတော ဗဟုလိကတော၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

(၅) ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈဂေါ ခေါ ဥပါသက၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတော
ဘာဝိတော ဗဟုလိကတော၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

(၆) သမာဓိသမ္မောဇ္ဈဂေါ ခေါ ဥပါသက၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတော
ဘာဝိတော ဗဟုလိကတော၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

(၇) ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈဂေါ ခေါ ဥပါသက၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတော
ဘာဝိတော ဗဟုလိကတော၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

* ဣမေ ခေါ ဥပါသက သတ္တ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ၊
ဘဂဝတာ သမ္မဒက္ခာတာ ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ၊
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ။

ပါဠိဗောဇ္ဈင်္ဂ်သုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

ပါဠိတော် ဗောဇ္ဈင်သုတ် နိဿယ

က။ ဥပါသက-ရတနာသုံးရပ်ကို၊ မပြတ်မလပ်၊ ဆည်းကပ် မြတ်နိုး၊ အားကိုးလေ့ရှိသော ဥပါသကာ ဒါယကာကြီး၊ ဘဂဝ တာ-မြတ်စွာဘုရားသည်၊ သမ္မ(သမ္မာ)-ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့် ပိုင်း ဖြတ်၍ အကောင်းမြတ်ဆုံးဖြစ်ရလေအောင်၊ အက္ခာတာ-ဟောပြ တော်မူအပ်ကုန်သော၊ သတ္တ-ခုနစ်ပါးကုန်သော၊ ဣမေ ဗောဇ္ဈင်- ဤဗောဇ္ဈင်တရားတို့သည်၊ ဘာဝိတာ-မိမိတို့သန္တာန်၌ ဖြစ်စေ အပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလီကတာ-ကြိမ်ဖန်များစွာ၊ အလေ့ အလာပြုအပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ အဘိညာယ-သစ္စာလေးပါး တရား ကို ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်သိခြင်းငှာ၊ သမ္မောဓာယ-မဖောက်မပြန်၊ အမှန်အတိုင်းသိခြင်းငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ရုပ် နာမ်ခပ်သိမ်းတို့၏ အေး ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာ၊ သံဝတ္တန္တိ-စင်စစ်ဧကန်၊ အမှန်ပင် ဖြစ်နိုင်ပေကုန်၏။

ခ။ ကတမေ သတ္တ-အဘယ် ခုနစ်ပါးတို့နည်း။

အမှာ။ ။ ဤဗောဇ္ဈင်ရွတ်ရာ၌ဒါယကာအတွက် “သတ္တိ•မေ ဥပါသက ဗောဇ္ဈင်္ဂါ”， ဒါယိကာမအတွက် “သတ္တိ•မေ ဥပါ သိကေ”， သီတင်းကြီး-သီတင်းငယ် ရဟန်း သာမဏေများ အတွက်“သတ္တိ•မေ ဘန္တေ” “သတ္တိ•မေ အာဂုသော ဗောဇ္ဈင်္ဂါ” ဟုဆိုင်ရာထည့်၍ ရွတ်သင့်ပါသည်။

၁။ ဥပါသက-ရတနာသုံးရပ်ကို၊ မပြတ်မလပ်၊ ဆည်းကပ်မြတ် နိုး၊ အားကိုးလေ့ရှိသော ဥပါသကာ ဒါယကာကြီး၊ ဘဂဝတာ- မြတ်စွာဘုရားသည်၊ သမ္မ (သမ္မာ)-ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့် ပိုင်းဖြတ်၍

အကောင်းမြတ်ဆုံးဖြစ်ရလေအောင်၊ အက္ခာတော-ဟောပြတော်မူ
 အပ်ခဲ့သော၊ သတိသမ္မောဇ္ဈဂေါ-မိမိရုပ် နာမ်၊ ခန္ဓာပေါ်၌၊ သတိ
 ထား၍ နေရခြင်းဟူသော သမ္မောဇ္ဈင်တရားသည်၊ ဘာဝိတော-မိမိ
 တို့သန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလီကတော-ကြိမ်ဖန်
 များစွာ၊ အလေ့အလာပြု အပ်သည်ရှိသော်၊ အဘိညာယ-သစ္စာ
 လေးပါးတရားကို ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်သိခြင်းငှာ၊ သမ္မောဓာယ-
 မဖောက်ပြန် အမှန်အတိုင်း သိခြင်းငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ရုပ်နာမ်
 ခပ်သိမ်းတို့၏ အေးငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာ၊ သံဝတ္တတိ-စင်စစ်
 ကေန့်၊ အမှန်ပင်ဖြစ်နိုင်ပေ၏။

၂။ ဥပါသက-ဒါယကာကြီး...၊ ဘဂဝတာ-သည်၊ သမ္မ
 (သမ္မာ)-အောင်၊ အက္ခာတော-သော၊ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈဂေါ-ရုပ်
 နာမ် တရားတို့ကို စိစစ်၍ နေရခြင်းတည်းဟူသော ဓမ္မဝိစယ
 သမ္မောဇ္ဈင်တရားသည်၊ ဘာဝိတော-သော်၊ ဗဟုလီကတော-
 သော်၊ အဘိညာယ-ငှာ၊ သမ္မောဓာယ-ငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ငှာ၊
 သံဝတ္တတိ-၏။

၃။ ဥပါသက-ဒါယကာကြီး...၊ ဘဂဝတာ-သည်၊ သမ္မ
 (သမ္မာ)-အောင်၊ အက္ခာတော-သော၊ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈဂေါ-
 ကြိုးစား အားထုတ်ခြင်းဟူသော ဝီရိယ သမ္မောဇ္ဈင်တရားသည်၊
 ဘာဝိတော-သော်၊ ဗဟုလီကတော-သော်၊ အဘိညာယ-ငှာ၊
 သမ္မောဓာယ-ငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ငှာ၊ သံဝတ္တတိ-၏။

၄။ ဥပါသက-ဒါယကာကြီး...၊ ဘဂဝတာ-သည်၊ သမ္မ (သမ္မာ)-အောင်၊ အက္ခာတော-သော၊ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ဂေါ-နှစ်သက်ခြင်းဟူသော ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်တရားသည်၊ ဘာဝိတော-သော်၊ ဗဟုလီကတော-သော်၊ အဘိညာယ-ငှာ၊ သမ္မောဓာယ-ငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ငှာ၊ သံဝတ္တတိ-၏။

၅။ ဥပါသက-ဒါယကာကြီး...၊ ဘဂဝတာ-သည်၊ သမ္မ (သမ္မာ)-အောင်၊ အက္ခာတော-သော၊ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်-ကိုယ်စိတ် နှစ်ပါး၏ အေးငြိမ်းခြင်းဟူသော ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်တရားသည်၊ ဘာဝိတော-သော်၊ ဗဟုလီကတော-သော်၊ အဘိညာယ-ငှာ၊ သမ္မောဓာယ-ငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ငှာ၊ သံဝတ္တတိ-၏။

၆။ ဥပါသက-ဒါယကာကြီး...၊ ဘဂဝတာ-သည်၊ သမ္မ (သမ္မာ)-အောင်၊ အက္ခာတော-သော၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်ဂေါ-စိတ်တည်ကြည်ခြင်း ဟူသော သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်တရားသည်၊ ဘာဝိတော-သော်၊ ဗဟုလီကတော-သော်၊ အဘိညာယ-ငှာ၊ သမ္မောဓာယ-ငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ငှာ၊ သံဝတ္တတိ-၏။

၇။ ဥပါသက-ဒါယကာကြီး...၊ ဘဂဝတာ-မြတ်စွာဘုရားသည်၊ သမ္မ (သမ္မာ)-ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့် ပိုင်းဖြတ်၍ အကောင်းမြတ်ဆုံး ဖြစ်ရလေအောင်၊ အက္ခာတော-ဟောပြုတော်မူအပ်သော၊ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ဂေါ-လျစ်လျူရှုခြင်း ဟူသော ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်တရားသည်၊ ဘာဝိတော-သော်၊ ဗဟုလီကတော-သော်၊

အဘိညာယ-ငှာ၊ သမ္မောဓာယ-ငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ-ငှာ၊ သံဝတ္တတိ-
ဖြစ်နိုင်ပေ၏။

*ဥပါသက-ဥပါသကာ ဒါယကာကြီး၊ ဘဂဝတာ-သည်၊
သမ္မ(သမ္မာ)-ရွှေဉာဏ်တော်ဖြင့် ပိုင်းဖြတ်၍ အကောင်းမြတ်ဆုံး
ဖြစ်ရလေအောင်၊ အက္ခာတာ-ဟောပြုတော်မူအပ်ကုန်သော၊ ဣမေ
သက္ကဗောဇ္ဈင်္ဂါ-ဤ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါး၊ မြတ်တရားတို့သည်၊ ဘာဝိ
တာ-မိတ်သန္တာန်၌ ဖြစ်စေအပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ ဗဟုလီကတာ-
ကြိုင်ဖန် ဦးစွာ အလေ့အလာ ပြုအပ်ကုန်သည်ရှိသော်၊ အဘိညာ
ယ-သစ္စာလေးပါးတရားကို ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်သိခြင်းငှာ၊ သမ္မော
ဓာယ-မဖောက်မပြန် အမှန်အတိုင်း သိခြင်းငှာ၊ နိဗ္ဗာနာယ- ရုပ်
နာမ်ခပ်သိမ်းတို့၏ အေးငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာ၊ သံဝတ္တန္တိ-စင်စစ်
ကေနိ၊ အမှန်ပင်ဖြစ် နိုင်ပါပေကုန်၏။

ပါဠိတော် ဗောဇ္ဈင်သုတ်နိဿယ ပြီး၏။

မဟာဂဇ္ဇာရုံ ဝတ်ရွတ်စဉ် ပြီးပြီ။



နောက်ဆက်တွဲ

အစာအာဟာရ၌ ပဋိကူလ္လာကာရအားဖြင့်

ဆင်ခြင်ပုံ ခြင်းရာ(၁၀)ပါး

မာတိကာ

သင်္ဂဟ ဝါထာ

ဂမနာ သေနာ တောဂါ၊ အာသယာ စ နိဓာနတော၊
အပက္ကာ စ ပက္ကာ ဖလာ၊ နိဿန္ဒတော စ မက္ခနာ၊
ဝေံ ဒသာဟာကာရေဟိ၊ ဣက္ခေယျာ ပဋိကူလတာ။

ဂမနာ-ဆွမ်းခံသွားရခြင်းအားဖြင့် လည်းကောင်း၊ သေနာ-
အစာရှာရခြင်း အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ တောဂါ-သုံးဆောင်ခြင်း
အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ အာသယာ စ-အခြားစီ ဖြစ်တတ်သော
သလိပ်၊ သည်းခြေ၊ သွေး၊ ပြည် အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ နိဓာန
တော-စု၍ တည်နေရာ အစာသစ်အိမ် အားဖြင့်လည်းကောင်း၊
အပက္ကာ စ-မကျက် မကြေသေးသော အားဖြင့်လည်းကောင်း၊
ပက္ကာ စ-ကြေကျက်ပြီး အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဖလာ-အကျိုးရင်း
အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ နိဿန္ဒတော စ -ထိုမှ ဤမှ ယိုစီးစိမ့်ထွက်
သော အကျိုးဆက် အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ မက္ခနာ-လူးလည်း
ခြင်း အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဝေံ-ဤသို့၊ ဒသာဟိ အာကာရေ
ဟိ-ဆယ်ပါးသော အခြင်းအရာတို့ဖြင့်၊ ပဋိကူလတာ-စက်ဆုပ်ရွံ
ရှာ၊ ထိုဖွယ်ရာ အဖြစ်ကို၊ ဣက္ခေယျာ- ဆင်ခြင်အပ်၏။

(၁) ဆွမ်းခံသွားရခြင်း “ဝမန” အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

မဟာနုဘော်၊ ရဟန်းတော်တို့၊ ရွှင်ပျော်ညဉ့်လုံး၊ ကျင့်သုံးဓမ္မ၊ စောစောထ၍၊ စေတီယင်္ဂဏ၊ စသည်ဝတ်ဝတ်၊ မချွတ်ပြုကာ၊ ချိန်ခါလင့်ထ၊ အာသနဌ၊ ဝိသတိသာ၊ ဝါရာပတ်လုံး၊ ပိုက်ကြိုး စီးဖြန်း၊ သင်္ကန်းသပိတ်၊ ပရိက္ခရာ၊ ယူဆောင်ကာလျှင်၊ သာယာပြန်ပြု၊ ဆန်းထူးစိမ့်စုံ၊ ရင်မြိုင်ဝ၊ ဝိဝေကကို၊ အာဟာရတွက်၊ မဇ်ကွက်ပဲ၊ စားမက်ရှာရေး၊ သုသာန်ပြေးသည်၊ တောခွေးအလား၊ ရွာသို့သွားသော်၊ စဉ်အားရောက်အောင်၊ ကွင်းမရှောင်ရ၊ အိမ်မြှောင် ကြွက်ချေး၊ လင်းနို့ ချေးနှင့်၊ ခိုချေး ရှဉ့်ချေး၊ လူချေး ရွံ့ပွက်၊ ချောက်နက် သစ်ငုတ်၊ အကောင်ပုတ်ပြွမ်း၊ ဆွမ်းခံလမ်းသို့၊ ကြိုးပမ်းချီရ၊ တံခါးဝက၊ များလှဘေးဘျမ်း၊ ခွေးကြမ်းနွားဆိုး၊ ဆင် မြင်းဆိုးကြောင့်၊ ငုတ်လျှိုးမျက်လွှာ၊ မနေသာခဲ့၊ မျှော်ကာကြည့်ရ၊ ပြန်ကာလလည်း၊ သေနယော၊ အာဟာရောသည်...အဟော စက်ဆုပ်ဖွယ်တကား။

(၂) အစာရှာဖွယ်ခြင်း “ပရိယေသန” အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

အိုးတိုလက်စွဲ၊ ဘုန်းစားနဲသို့၊ ရှင်မဲ့ရောင်ခြောက်၊ အိမ်စဉ်လျှောက်၍၊ ညှိုးအောက်မျက်နှာ၊ ခွာရာရွံ့ပွက်၊ တင်ရောက်တက်သား၊ တစ်ဖက်ဖြင့်ကြွ၊ တစ်ဖက်မ တည်း၊ ကာလနေ့မူ၊ လေဆောင်ယူသည့်၊ ဖုံဖြူ မြက်မှိုက်၊ ကိုယ်၌ရစ်ဝိုင်း၊ အိမ်ဝတိုင်း၌၊ ယင်ရိုင်းသဲသဲ၊ ငါးမဲပုပ်စပ်၊ ချွဲ နှပ် တံတွေး၊ လူသေး ခွေးဘင်၊ နွား မစင်က၊ စသည်များစွာ၊ ရွံ့ဖွယ်ရာကို၊ မှိတ်ကာချဉ်းကပ်၊

မိုင်းကာရပ်လည်း၊ ပုပ်စပ်ကျန်ကြွင်း၊ ထမင်း မုန့်ဟောင်း၊ ကောင်း မကောင်းကို၊ မလောင်းတချို့၊ လောင်းတချို့နှင့်၊ တချို့က ဆဲ၊ ဦးပြရဟန်။ ဖိုချောင်ခန်းမှာ၊ ကျီးကန်းသဘော၊ ရှာရမောသည်... အဟော စက်ဆုပ်ဖွယ်ပါတကား။

(၃..၄..၅) အစာသုံးဆောင်ခြင်းစသော “ပရိဘောဂ၊ အာသယ၊ နိဓာန” သုံးပါးတို့ဖြင့်ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

စားမည်စိတ်ရှိ၊ လက်နှိုက်မိမူ၊ မြတ်ဘိသူကို၊ ဖိတ်လှူမတင့်၊ ပူရှိန်သင့်၍၊ ချွေးနှင့်စိုရွဲ၊ လက်ဆုပ်ထဲမှ၊ ချေခွဲတစ်တန်၊ အာသို နံသော်၊ ညှိန် တံတွေး၊ ကြေးညစ်မြှေးကို၊ လုံးထွေးပေါင်းစု၊ ထောင်းထုဝါးလျှင်း၊ ခွေးစားကျင်းမှာ၊ ထည့်ခွေးစာသို့၊ ရှုရာမလှ၊ မမြင်ရလို့၊ မြိန်ကြနိုင်ပါ...၊ မျိုသောခါလည်း၊ ဝင်ကာဆင်း လျှောက်၊ စာအိမ်ပေါက်သို့၊ မရောက်ခင်သေး၊ ပြည် သွေး သည်းခြေ၊ သလိပ်တွေဟု၊ လေးထွေအာသယ၊ ရောထဆင်ကွဲ...၊ မွေးကတဲက၊ အနဲငယ်မျှ၊ မဆေးရဘူး၊ လဲလူးရွံဖွယ်၊ အိမ်ဝယ် တည်မော၊ အာဟာရောသည်... အဟော စက်ဆုပ်ဖွယ်တကား။

(၆..၇..၈) အစာမကြေ စသော “အရိပတ္တ , ပရိပတ္တ , ဖလ” သုံးပါးတို့ဖြင့်ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

ရွာဒွန်းစဏ္ဍား၊ တံခါးအထွက်၊ တံစိပွက်သို့၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာ၊ မိုက်မဲစွာသား၊ အစာအိမ်ထဲ၊ ဟိုလဲ ဤနေ့၊ စားသရွေ့ကို၊ ပေါင်း ပွေ့စုလျက်၊ ဓာတ်မီးချက်၍၊ ပရပွက်အူ၊ ကျိုက်ကျိုက် ဆူပွ၊ အမြှုပ်ထလျက်...၊ အူခေါင်းသက်၍၊ ချက်မြစ်ကျောက်ကုန်း၊ အူ အဆုံးဟု၊ ပတုန်းပိတ်ဝယ်၊ ကျင်ငယ် ကျင်ကြီး၊ ဖြစ်ထပြီးလေ...၊

ကောင်းစွာကြေက၊ ကေသာ လောမ၊ စသည်ရောယု၊ အပုပ်စုကို၊ ပြီးမှုစေပါ၊ မကြေခါမှု၊ နူနာစိုရွဲ၊ ပွေးဝဲ အစ၊ ရာမကသည့်၊ ဖလ ရောဂေါ၊ ဖြစ်စေသောကြောင့်... အဟော စက်ဆုပ်ဖွယ်တကား။

(၉) အစာဟောင်းယိုစီးထွက်သော အကျိုးဆက်
“နိဿန္တ” အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

ဝမ်းမြောက် ရွှင်ပြယ်၊ လူပုံလယ်မှာ၊ တင့်တယ်ဘိခြင်း၊ တစ် ခံတွင်းက၊ သွင်းသည့်အစာ၊ တစ်ညည့်ကြာလျှင်၊ မျက်နှာညှိုးမှိတ်၊ နှာခေါင်းပိတ်လျက်၊ လူဆိတ်ကွယ်ရာ၊ စွန့်ရရှာသည်၊ ကြည့်ကာ တောင် မြောက်၊ ကိုးပေါက်ဒွါရ၊ အမာဝမှ၊ ယိုကျ ဖျင်းဖျင်း၊ ဆံမွေးတွင်းက၊ သက်ဆင်းကျလျော့၊ အာဟာရောသည်... အဟော စက်ဆုပ်ဖွယ်တကား။

(၁၀) ပေကျခြင်း“သမ္မက္ခဏ”အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံလင်္ကာ

စားသောအခါ၊ ခံတွင်းမှာတည်း၊ ရွံရာမသိ၊ ထွက်ပြန်တိလည်း၊ တံစိပွက်တွင်း၊ ချက်ထမင်းမှ၊ အမြှုပ်ထ၍၊ ဝါဋ္ဌနုတ်ခမ်း၊ အိုးနုတ် ခမ်းမှာ၊ လူးလည်းပါသို့၊ ကိုးဒွါရပေါက်၊ ဆံမွေးပေါက်မှ၊ စီး လျှောက်ယိုကျ၊ ခေဋ မျက်ချေး၊ နှပ်စေး နဖာ၊ သွားမှာသွားမြှေး၊ ညစ်ကြေးမစင်၊ ကျင်ငယ်ဘင်တို့၊ ဝန်းကျင်လိမ်းကပ်၊ ရေသုံးသပ် လည်း၊ ကြပ်ကြပ်မပြယ်၊ ထို့ဖွယ်သဘော၊ အာဟာရောသည်... အဟော စက်ဆုပ်ဖွယ်တကား။

[ပရမတ္ထသရူပဘေဒနီကျမ်း၊ ဒုတိယအုပ်(၃၇၆)မှ]



ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာမူခွင့်ပြုချက်

အမှတ်(၇၀၈/၂၀၀၀) (၁၀)

စာအုပ်စာတန်း စာနယ်ဇင်း မျက်နှာပိုး
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၆၀၀/၂၀၀၀) (၁၀)

အုပ်စု	၅၀၀၀
အကြိမ်	စတုတ္ထအကြိမ်
တန်ဖိုး	(၁၅၀)

ထုတ်ဝေသူ - ဦးမောင်မောင် (မြ-၀၃၂၇၁)၊
မဟာဂန္ဓာရုံစာပေ၊ ပိန်းတန်းရပ်၊ အမရပူရမြို့။

ပုံနှိပ်သူ - ဦးမောင်မောင် (၀၁၈၂၄)၊
နယူးဘားမားအော့ဖ်ဆက်ပိဋကပုံနှိပ်တိုက်၊
မဟာဂန္ဓာရုံဧရပ်ဝင်း၊ အမရပူရမြို့။