## ဝ-သုံးလုံး ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ချုပ် ၏ လုပ်ငန်းများ

၁။ အပတ်စဉ် စနေနှင့် တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း
နံနက် (၈ : ၀၀) နာရီ မှ (၁၀ : ၀၀) နာရီ အထိ
လူပုဂ္ဂိုလ်များအား ဝိပဿနာ ပညာပေး ပို့ချကျင့်ဆောင်စေခြင်း။

၂။ သင်္ကြန်တရားစခန်း ပြုလုပ်ခြင်း။

၃။ ဝါတွင်း အဖိတ်နေ့ ဥပုသ်နေ့တိုင်း
မွန်းလွဲ (၁ : ၀၀) နာရီ မှ (၃ : ၀၀) နာရီ အထိ
ရဟန်းတော်များအား ဝိပဿနာသင်တန်းများ ပို့ချခြင်း။

၄။ ဝါတွင်း တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဆွမ်းလောင်းလှူခြင်း။

၅။ ဝါဆိုသင်္ကန်း ကပ်လှူပွဲ ကျင်းပပြုလုပ်ခြင်း။

၆။ ဆွမ်းသိမ်း အောင်ပွဲ ပြုလုပ်ခြင်း။

၇။ ဘုံကထိန်သင်္ကန်း ဆက်ကပ်ပွဲ ပြုလုပ်ခြင်း။

၈။ ရဟန်းတော်များ ဝိပဿနာပညာ ဆရာဖြစ်သင်တန်း
(ဒီဇင်ဘာ တစ်လ သင်တန်း)

DESIGN:ALLONE

http://www.dhammadownload.con

ပရိယတ္တိ ပဋိပတ္တိ ပဋိဝေဓ

# ဝ-သုံးလုံး ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ချုပ်

## ဝိပဿနာပညာတက္ကသိုလ်

# ဝိပဿနာ ညဝိ အနှစ်ချုပ် ကျင့်စဉ်

ပဓာနနာယကဆရာတော်
ဘဒ္ဒန္တဓောတိက
သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ
ဝိပဿနာပညာတက္ကသိုလ်ဒါကမ္မိက (ကျမ်းပြု)
စီစဉ်သင်ပြကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေးသည်။

သင်တန်းသားများအတွက်သာ

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၅၅ ကောဇာသက္ကရာဇ် - ၁၃၇၃ ခရစ်နှစ် - ၂၀၁၁

http://www.dhammadownload.con

ပရိယတ္တိ ပဋိပတ္တိ ပဋိဝေဓ

# ဝ-သုံးလုံး ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ချုပ်

## ဝိပဿနာပညာတက္ကသိုလ်

# ဝိပဿနာ ညဏ်ဝါ အနှစ်ချုပ် ကျင့်ဖွယ်

ပဓာနနာယကဆရာတော်

## ဘဒ္ဒန္တဇောတိက

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ

ဝိပဿနာပညာတက္ကသီလာဒိကမ္ဗိက (ကျမ်းပြု)

စီစဉ်သင်ပြကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေးသည်။

သင်တန်းသားများအတွက်သာ

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၅၅ ကောဇာသက္ကရာဇ် - ၁၃၇၃ ခရစ်နှစ် - ၂၀၁၁

ဝိပဿနာ ညဏ်ဝါ အနှစ်ချုပ် ကျင့်ဖွယ်

http://www.dhammadownload.con

# ပ-သုံးလုံး ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ချုပ် ၏ လုပ်ငန်းများ

၁။ အပတ်စဉ် စနေနှင့် တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း

နံနက် (၈ း ၀၀) နာရီ မှ (၁၀ း ၀၀) နာရီ အထိ

လူပုဂ္ဂိုလ်များအား ဝိပဿနာ ပညာပေး ပို့ချကျင့်ဆောင်စေခြင်း။

၂။ သင်္ကြန်တရားစခန်း ပြုလုပ်ခြင်း။

၃။ ဝါတွင်း အဖိတ်နေ့ ဥပုသ်နေ့တိုင်း

မွန်းလွဲ (၁ း ၀၀) နာရီ မှ (၃ း ၀၀) နာရီ အထိ

ရဟန်းတော်များအား ဝိပဿနာသင်တန်းများ ပို့ချခြင်း။

၄။ ဝါတွင်း တနင်္ဂနွေနေ့တိုင်း ဆွမ်းလောင်းလှူခြင်း။

၅။ ဝါဆိုသင်္ကန်း ကပ်လှူပွဲ ကျင်းပပြုလုပ်ခြင်း။

၆။ ဆွမ်းသိမ်း အောင်ပွဲ ပြုလုပ်ခြင်း။

၇။ ဘုံကထိန်သင်္ကန်း ဆက်ကပ်ပွဲ ပြုလုပ်ခြင်း။

၈။ ရဟန်းတော်များ ဝိပဿနာပညာ ဆရာဖြစ်သင်တန်း

(ဒီဇင်ဘာ တစ်လ သင်တန်း)

DESIGN:ALLONE

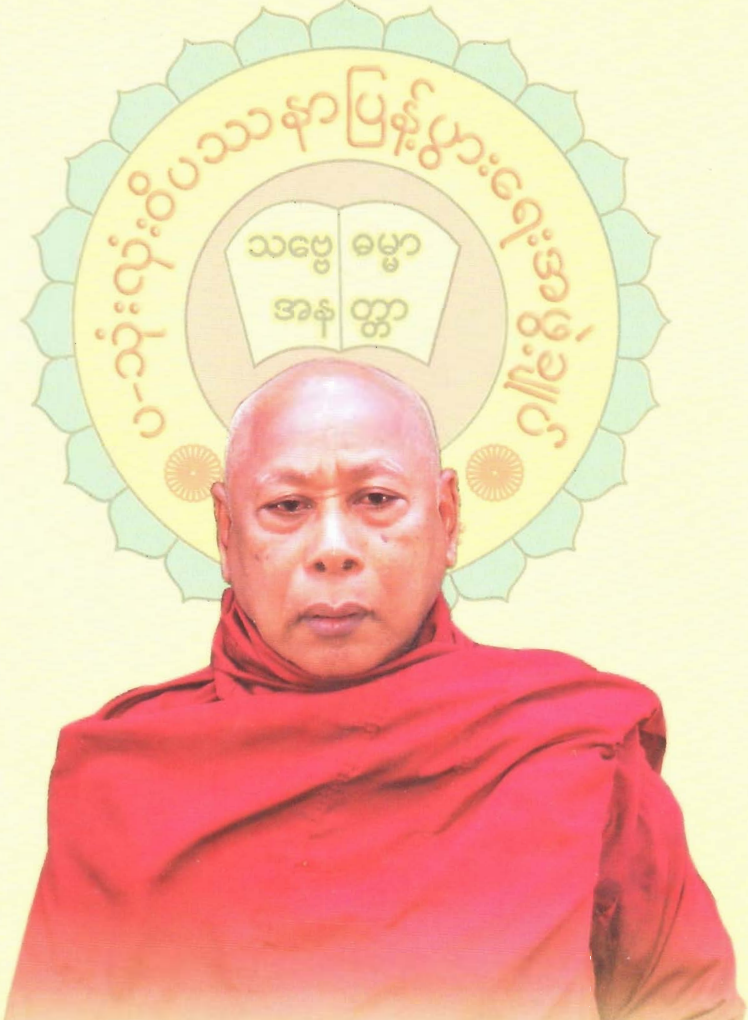
http://www.dhammadownload.con

ဝိပဿနာ ပညာတက္ကသိုလ် ပဓာနနာယက ဆရာတော်

**ဘဒ္ဒန္တဇောတိက (ဓမ္မာစရိယ)**

**အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနစရိယ**

http://www.dhammadownload.con




ဝိပဿနာ ပညာတက္ကသိုလ် ပဓာနနာယက ဆရာတော်

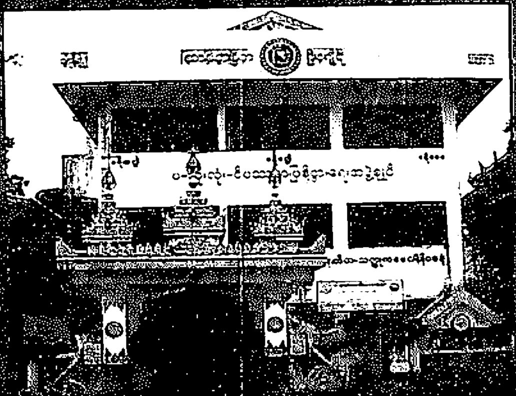
**ဘဒ္ဒန္တဇောတိက (ဓမ္မာစရိယ)**

**အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနစရိယ**

ပရိယတ္တိ ပဋိပတ္တိ ပဋိဝေဓ

# ပ-သုံးလုံး ဝိပဿနာ ပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့ချုပ်

## ဝိပဿနာပညာတက္ကသိုလ်




## ဝိပဿနာ ညာဏ် အနှစ်ချုပ် ကျင့်ဖွယ်

ပဓာနနာယကဆရာတော်

## ဘဒ္ဒန္တဇောတိက

သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ၊ အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ

ဝိပဿနာပညာတက္ကသိုလ်ဒါကာမိုက (ကျမ်းပြု)

စီစဉ်သင်ပြကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပေးသည်။

သင်တန်းသားများအတွက်သာ

သာသနာတော်နှစ် - ၂၅၅၅ ကောဇာသက္ကရာဇ် - ၁၃၇၃ ခရစ်နှစ် - ၂၀၁၁

http://www.dhammadownload.con

စာမူခွင့်ပြုချက် (၅၈၂/၂၀၀၁ (၉))
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၆၄၇/၂၀၀၁ (၁))

အတွင်းစာသားနှင့်
မျက်နှာဖုံးပုံနှိပ်သူ
ဦးမြင့်ဦး
သိန်းသန်းဦးပုံနှိပ်တိုက်၊
၁၂၁၊ ၃၄ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့

ထုတ်ဝေသူ
ဦးမိုးကြည်၊ အမှတ် (၆၈၇)၊ ဖျာပုံလမ်း၊ (၇) ရပ်ကွက်
ရန်ကုန်မြို့

ဖြန့်ချိရေး
ကွန်ပျူတာစာစီ
သိင်္ဂီ မေကွန်ပျူတာစာစီနှင့်မိတ္တူ
တိုက် ၁၄/၄၊ ဇဆပလရပ်ကွက်၊ မင်္ဂလာတောင်ညွန့်၊
ရန်ကုန်မြို့

http://www.dhammadownload.con

# အစီအစဉ်


၁။ ဝိပဿနာညဝါအနှစ်ချုပ်ကျင့်ဖွယ်ဖြစ်ပေါ်လာရသည်မှာ ............. (က)
၂။ တိုက်တွန်းပါ၏ ............................................................(ခ)
၃။ နိဗ္ဗာန်တံခါးဖွင့် ............................................................(ဂ)
၄။ မဟာနမက္ကာရဘုရားရှိခိုးကြီး ........................................ ၁
၅။ တရားတော်ကို သင်ယူရသည်မှာ...................................... ၂
၆။ ယောဂီရဟန်းသူမြတ်၏အစဆုံးအလုပ်မှာ .......................... ၂
၇။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တရှုမြင်စေချင်ပါ၏................................ ၃
၈။ လိုရင်းမှူသာ ............................................................... ၄
၉။ ဒုက္ခ စသည် (၁၅)ပုဒ်..................................................... ၆
၁၀။ ဝိပဿနာ ပုတီးစိတ်........................................................ ၇
၁၁။ သက္ကာယအကျင့်နှင့် သက္ကာယချုပ်ငြိမ်းကြောင်းအကျင့် .............. ၉
၁၂။ အမြင်မှန်မှာ ................................................................ ၁၀
၁၃။ မာရ်နှင့် မာရ်တရား....................................................... ၁၁
၁၄။ အနိစ္စနှင့် အနိစ္စတရား ................................................... ၁၂
၁၅။ ဒုက္ခနှင့် ဒုက္ခတရား ....................................................... ၁၃
အနတ္တနှင့် အနတ္တတရား
၁၆။ ခယနှင့်ဝယ .................................................................. ၁၄
၁၇။ ဖြစ်တရားနှင့် ငြိမ်းတရား .................................................. ၁၆
၁၈။ ခန္ဓာနှစ်သက်လျှင် ဒုက္ခမှမလွတ်နိုင် ...................................... ၁၇

http://www.dhammadownload.con


၁၉။ တရားနှလုံးအစဉ်ကျင့်သုံးရမည်မှာ ............ ၁၈
၂၀။ အကြောင်းနှင့် အကျိုးမျှသာ ............ ၂၀
၂၁။ အကြောင်းအကျိုးပိုင်းခြားရမည်မှာ ............ ၂၂
၂၂။ သုတရှိမှ ကိစ္စပြီးမည်မှာ ............ ၂၃
၂၃။ ဒုက္ခငြိမ်းကြရသည်မှာ ............ ၂၆
၂၄။ သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော်မြန်မာပြန်မှာ ............ ၂၈
၂၅။ အဝိဇ္ဇာတို့ငြိမ်းကြသည်မှာ ............ ၂၉
၂၆။ ယခုပင် ဝိပဿနာရှုနေကြပေတော့အံ့ ............ ၃၀
၂၇။ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ရစေချင်ပါ၏ ............ ၃၂
၂၈။ ကျက်စားစရာ စားကျက် ............ ၃၅
၂၉။ အာနာပါနကောက်နုတ်ချက် ............ ၃၆
၃၀။ ဣရိယာပထကောက်နုတ်ချက် ............ ၃၈
၃၁။ သမ္ပဇညကောက်နုတ်ချက် ............ ၃၉
၃၂။ ပဋိကူလမနသိကာရကောက်နုတ်ချက် ............ ၄၀
၃၃။ ဓါတုမနသိကာရကောက်နုတ်ချက် ............ ၄၂
၃၄။ နဝသိဝထိကကောက်နုတ်ချက် ............ ၄၃
၃၅။ ဝေဒနာရှုကွက်ကောက်နုတ်ချက် ............ ၄၄
၃၆။ စိတ်ရှုကွက်ကောက်နုတ်ချက် ............ ၄၅
၃၇။ ဓမ္မာနုပဿနာနီဝရဏရှုကွက်ကောက်နုတ်ချက် ............ ၄၇
၃၈။ ခန္ဓာရှုကွက်မှာ ............ ၄၈
၃၉။ အာယတနရှုကွက်ကောက်နုတ်ချက်မှာ ............ ၄၈
၄၀။ သံယောဇဉ် (၁၀)ပါး ............ ၄၉
၄၁။ ဗောဇ္ဈင်ရှုကွက်ကောက်နုတ်ချက် ............ ၅၀

http://www.dhammadownload.con


၄၂။ သစ္စာရှုကွက်ကောက်နုတ်ချက် .......... ၅၁

၄၃။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် .......... ၅၂

၄၄။ အာနာပါနပဗ္ဗ .......... ၅၄

၄၅။ ဣရိယာပထပဗ္ဗ .......... ၅၅

၄၆။ သမ္ပဇညပဗ္ဗ .......... ၅၆

၄၇။ ပဋိကူလမနသိကာရပဗ္ဗ .......... ၅၇

၄၈။ ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗ .......... ၅၈

၄၉။ နဝသိဝထိကပဗ္ဗ .......... ၅၉

၅၀။ ဝေဒနာနုပဿနာ .......... ၆၀

၅၁။ စိတ္တာနုပဿနာ .......... ၆၁

၅၂။ ဓမ္မာနုပဿနာ .......... ၆၃

၅၃။ ခန္ဓပဗ္ဗ .......... ၆၆

၅၄။ အာယတနပဗ္ဗ .......... ၆၈

၅၅။ ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗ .......... ၆၉

၅၆။ သစ္စပဗ္ဗ .......... ၇၀

၅၇။ ဇာတိပိဒုက္ခာ .......... ၇၁

၅၈။ ဇရာပိဒုက္ခာ .......... ၇၁

၅၉။ မရဏမ္ပိဒုက္ခံ .......... ၇၁

၆၀။ သောက၊ ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ .......... ၇၂

၆၁။ ဒေါမနဿ၊ ဥပါယာသ၊ .......... ၇၃

အပိယေဟိသမ္ပယောဂေါဒုက္ခော .......... ၇၃

၆၂။ ပိယေဟိဝိပ္ပယောဂေါဒုက္ခော .......... ၇၄

၆၃။ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာပိဒုက္ခာ .......... ၇၅

http://www.dhammadownload.con

၆၄။ သမုဒယသစ္စာ ........ ၇၆
၆၅။ နိရောဓသစ္စာ ........ ၇၇
၆၆။ မဂ္ဂသစ္စာ ........ ၇၉
၆၇။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်လိုရင်းအနက် ........ ၈၄
၆၈။ သမ္ပဇညအနက် ........ ၉၁
၆၉။ ပဋိကူလမနသိကာရအနက် ........ ၉၂
၇၀။ ဓာတုမနသိကာရအနက် ........ ၉၄
၇၁။ နဝသိဝထိကအနက် ........ ၉၅
၇၂။ ဝေဒနာနုပဿနာအနက် ........ ၉၈
၇၃။ စိတ္တာနုပဿနာအနက် ........ ၉၉
၇၄။ ဓမ္မာနုပဿနာအနက် ........ ၁၀၁
၇၅။ ခန္ဓာအနက် ........ ၁၀၂
၇၆။ အာယတနအနက် ........ ၁၀၄
၇၇။ ဗောဇ္ဈင်အနက် ........ ၁၀၅
၇၈။ သစ္စာအနက် ........ ၁၀၆
၇၉။ အာသီသပဋ္ဌာနာ ........ ၁၀၄

K

http://www.dhammadownload.con

# ဝိပဿနာ ညဝါ အနှစ်ချုပ်ကျင့်ဖွယ် ဖြစ်ပေါ်လာရသည်မှာ

## ဝိပဿနာပညာတက္ကသိုလ် ရဟန်းတော်များ ဝိပဿနာ ဆရာဖြစ်သင်တန်း

နှစ်စဉ် ဒီဇင်ဘာလနှင့် ဇန်နဝါရီလ (၃၆)ရက် ကျင်းပရာ မြန်မာပြည်အဝန်း အနယ်နယ်အရပ်ရပ်မှ ကြွရောက်တော်မူလာကြကုန်သော ကျောင်းထိုင်ဆရာတော်များ၊ စာချဆရာတော်များ၊ ပထမကြီးအောင်ပြီး သံဃာတော်များအား သာသနာတော်၏ အခြေခံ အရင်းအမြစ် မြတ်စွာဘုရားနှုတ်ခပါဠ် မိမိသန္တာန်သက်ဝင်တည်ရှိတော်မူကြစိမ့်ငှာ၊ ခက်ခဲနက်နဲ သိမ်မွေ့သော ဒေသနာတော်ကို ရလွယ်၊ သိလွယ်၊ ထင်လွယ်၊ မြင်လွယ်၊ နားလည်လွယ် မပြတ်နှလုံးသွင်း ကျင့်သုံးနိုင်လွယ် အဖိုးမဖြတ်နိုင် တစ်သက်လုံး သေရာညောင်စောင်းအထိ၊ အားကိုးအားထားပြုနိုင်သော လွယ်ကူချမ်းသာစွာ ကျင့်သုံးဖွယ် အနှစ်တရားပါဠိတော်များကို ဆိုရိုးပြု၍ ညဉ့်အခါပို့ချသင်ပြ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပေးတော်မူသောကြောင့် ဝိပဿနာ ညဝါအနှစ်ချုပ် ကျင့်ဖွယ် ဖြစ်ပေါ်လာရပါသည်။

**(ဘဒ္ဒန္တဓောတိက)**
သာသနဓဇ ဓမ္မာစရိယ
အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ

http://www.dhammadownload.con



## တိုက်တွန်းပါ၏

ဝိပဿနာညဝါအနှစ်ချုပ်ကျင့်ဖွယ်သည် -

တစ်ပုဒ်ရလျှင် အနည်းဆုံး (၁၅)ပုဒ်။ အများဆုံး (၁၀၈)ပုဒ် အထိ ရနိုင်ပါသည်။ မြည်းစမ်းကြည့်တော်မူကြပါ။ အနည်းဆုံး တစ်ပုဒ်မျှ ကျက်ကြည့်တော်မူကြပါ။ ရရမည်။ အာမခံသည်။ သဒ္ဓါစေတ် မပြတ်နှီးပေးသူတိုင်း ရနိုင်သည်။ ကြိုးစားကြည့်တော်မူ ကြပါ။ တစ်ရာ့ရှစ်ပုဒ်ကို တစ်ရာ့ရှစ်လုံးပုတီးစိတ်။ စကွဲ့ဒုကွဲ့တစ်ပုဒ် ပုတီးတစ်လုံးချ၊ စိတ်ကြည့်တော်မူကြပါ။ မပြတ်ပွားများ နှလုံးသွင်း ကျင့်သုံးကြည့်တော်မူကြပါ။ မိမိကျင့်သုံးပြီး ကိုယ်တိုင်ရရှိသော အစီး အပွားချမ်းသာများ ရရှိခံစားတော်မူရ၍ အများရှင်လူ အစီးအပွား ချမ်းသာသုခ ရရှိတော်မူကြစိမ့်ငှာ မျှဝေပေးလိုက်ရပါသည်။ ခံစား စံစားနိုင်ကြပါစေသော်။

**ယထာဝါဒီ တထာကာရီ။**
**ယထာကာရီ တထာဝါဒီ။**

(အံ (၁)/၃၃၂/စတုက္ကနိပါတ်/လောကသုတ်)
ပြောတဲ့အတိုင်းလုပ်။
လုပ်တဲ့အတိုင်းပြော။

**ဘဒ္ဒန္တဓောတိက**
(သာသနဓဇဓမ္မာစရိယ+အဂ္ဂမဟာကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ)

http://www.dhammadownload.con



# နိဗ္ဗာန်တံခါးဖွင့်

အပါရုတာ တေသံ အမတဿဒွါရာ။
ယေ သောတဝန္တော ပမုဉ္စန္တု သဒ္ဓံ။
(သံ/၁/၁၄၀/မ/၁/၂၂၆/ဒီ - ၇/၃၄)

ယေ၊ တရားနှလုံး အစဉ်သုံး၍ ပျော့ပျော့ ပျောင်းပျောင်း နှလုံးထားကြသော အကြင် သူတော်သူမြတ်အပေါင်းတို့သည်။ သောတဝန္တော၊ သိမ်မွေ့နက်နဲ ခက်ခဲလှသော ဝိပဿနာတရားကို နားထောင်နိုင်သော နားရှိကြကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။

တေ၊ ထိုနားထောင်ခြင်းငှာ စွမ်းနိုင်သော နားရှိကြကုန်သော သူတော်ကောင်းတို့သည်။ သဒ္ဓံ၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရရာရကြောင်း ယုံကြည်စိတ်ကောင်း သဒ္ဓါတရားအပေါင်းကို။ ပမုဉ္စန္တု၊ ကောင်းစွာမသေွ စေလွှတ်တော်မူကြပါကုန်လော့။

တေသံ၊ ယုံကြည်စိတ်ကောင်း သဒ္ဓါတရားအပေါင်းကို စေလွှတ်ကြကုန်သောသူတော်သူမြတ်တို့၏။အတ္ထာယ၊ စီးပွားချမ်းသာ ဖြစ်စိမ့်သောငှာ။ အမတဿ၊ အမြိုက်နိဗ္ဗာန်၏။ ဒွါရာ၊ တံခါးသဖွယ် ဖြစ်၍ဖြစ်သော အရိယာမဂ်ပညာဟု ဆိုအပ်သော ဝိပဿနာ ဉာဏ် အနှစ်ချုပ်ကျင့်ဖွယ် တံခါးကို။ အပါရုတာ၊ ယခုအချိန်အခါကစ၍ တရားစည်တော်ကြီး ရိုက်ခတ်တီးလျက်။ ကောင်းစွာမသေွ တွန်းကန် ဖွင့်လှစ်တော်မူလိုက်ပါပေသည်တကား။

http://www.dhammadownload.con

နမော တော ဗုဒ္ဓဝိရတ္ထုတိ

ဝိရ မဟာဝိရ

ဗုဒ္ဓ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ

တော တာဝ သမ္ဗုဒါနုဘူတဿ

မေ မမ သမ္ဗန္ဓာနုဘူတဿ

နမော နမက္ကာရော

အတ္ထု ဘဝတူတိယောဇနာ

http://www.dhammadownload.con

# မဟာနမက္ကာရ ဘုရားရှိခိုးကြီး

## နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

အရဟာတော၊ လူမင်း၊ နတ်မင်း၊ ပြဟ္မာမင်းတို့၏ ဝပ်စင်းကော်ရော် ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်ထသော။ အရ ဟာတော၊ ကိလေသာတည်းဟူသော ရန်သူတို့မှ ကင်းဝေးတော်မူပြီးထသော။ အရ ဟာတော၊ ကိလေသာစက် သုံးထောင်ဝက်ကို မဂ်လေးအောက်ထက် အမြောက်စက်ဖြင့် ပြုတ်ပျက်ကင်းစေ အတင်းမွှေ၍ နင်းချေခါတွက် အလာပျက်အောင် နာနာနှက် တော်မူပြီးထသော။ အရ ဟာတော၊ သံသရာတည်းဟူသော စက်အကန့်တို့ကို အရဟတ္တမဂ် စိန်သန်လျက်ဖြင့် ပယ်ဖြတ်ခုတ်ထွင် သုတ်သင်ရှင်းလင်းတော်မူ ပြီးထသော။ အ ရဟာတော၊ ကိလေသာတည်းဟူသော မကောင်းမှုကို ပြုဖို့ရာ ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ် ရှိတော်မမူထသော။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ၊ မဖောက်မပြန်ကောင်းမွန်လှစွာ ဆရာကင်းပြီး မဂ်ခရီးဖြင့် ပြည်ကြီးပူရ အမတသို့ ကြွသွားတော်မူပြီးထသော။ သမ္မာ-သမ္ဗုဒ္ဓဿ၊ သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် ကိုယ်တော်တိုင် သိမြင်တော်မူပြီးထသော၊ သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ၊ သစ္စာလေးလီ ခိုင်နှင်းဆီကို မမှီးဆရာ ကိုယ့်ချည်းသာလျှင် ကောင်းစွာထင်ထင် ကိုယ်တော်တိုင် ပန်ဆင်တော်မူပြီးထသော။ သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ၊ သစ္စာလေးဆင့် မြတ်လေးပွင့်ကို လွယ်လင့်တကူ ဉာဏ်တံချူဖြင့် ကိုယ်တော်တိုင် ပန်ချူတော်မူပြီးထသော။

တဿဘဂဝတော၊ ဣဿရိယစသည် ခြောက်ဖြာ ဘုန်းသမ္ဘာနှင့် ပြည့်စုံတော်မူထသော ထိုမြတ်စွာဘုရားအား။ နမော နမက္ကာရော၊ ရှိခိုးခြင်းသည်။ နမော၊ ဘယ လာဘ ကုလ ကြဉ်ရှောင်း ဂုဏ်တော်အပေါင်းကို အသင့်နှလုံး ဆို့ပိတ်ဖုံးလျက် သုံးဖြာစေတနာ သုံးဖြာဒွါရ ပဏာမဖြင့် ကာယဝစီ မနောချီ၍ ကြည်စွသဒ္ဓါ စေတနာစူးယှ အထူးကြွ၍ ဦးချရိုကျိုး ရှိခိုးခြင်းသည်။ အတ္ထု၊ ဘဝတု၊ ကောင်းစွာမသွေ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

http://www.dhammadownload.con



## တရားတော်ကို သင်ယူရမည်မှာ

ဥဂ္ဂဏှာဟိ တွံ ဘိက္ခု ဣမံဓမ္မပရိယာယံ။
ပရိယာပုဏာဟိ တွံ ဘိက္ခု ဣမံဓမ္မပရိယာယံ။
ဓါရေဟိ တွံ ဘိက္ခု ဣမံဓမ္မပရိယာယံ။
အတ္ထသံဟိတောယံ ဘိက္ခုဓမ္မပရိယာယော။
အာဒိဗြဟ္မစရိယကောတိ၊ (သံ၊ ၂၊ ၃၁၁/သံ၊ ၁၊ ၃၀၃)
(အံ၊ သတ္တက - ၁၅၆)
တေ ဝေါ သာဓုကံ ဥဂ္ဂဟေတွာ၊ (ဒီ၊ ၂၊ ၁၀၀)
ယော ဝေါ အာနန္ဒမယာ ဓမ္မောစ (ဒီ၊ ၂၊ ၁၂၇)
အရဟတ္တမဂ္ဂဿ ပဋိပဒါ ဝိသုဒ္ဓိ အာဒိ။ (ခု၊ ၉၊ ၁၆၈)

ဘိက္ခု၊ ရဟန်း။ တွံ၊ သည်။ ဣမံဓမ္မပရိယာယံ၊ ဤတရားဒေသနာတော်ကို။ ဥဂ္ဂဏှာဟိ၊ သင်ယူဦးလော။ ပ။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်း။ အတ္ထသံဟိတော၊ အကျိုးစီးပွားချမ်းသာနှင့် စပ်ယှဉ်သော။ အယံဓမ္မပရိယာယော၊ ဤတရားဒေသနာတော်ကို သင်ယူခြင်းသည်။ အာဒိဗြဟ္မစရိယကော၊ မြတ်သော ဝိပဿနာအကျင့်၏ အစပေတည်း။

## ယောဂီရဟန်းသူမြတ်၏ အစဆုံးအလုပ်မှာ

တရားတော် တစ်ပုဒ်ပုဒ် တတ်စွမ်းသရွေ့ သင်ယူအရကျက်ဆောင်ထား ကျင့်သုံးရမည်ဖြစ်၏။ ဝိပဿနာကျင့်သူတိုင်း တရားတစ်ပုဒ်ပုဒ် မပြတ်နှုတ်သွင်း ကျင့်သုံးခြင်းသည် ဦးစွာအစ ပထမဦးဆုံးအလုပ် ဖြစ်ပေသည်။

http://www.dhammadownload.con


# အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တာ ရှုမြင်စေချင်ပါ၏

ရှင်တော်ဘုရားသည် ငါးရာစီ ရဟန်းတို့ကို သုံးကြိမ် သုံးခါ တရားဟောသည့်အဆုံး ရဟန္တာဖြစ်ကြကုန်၏။ ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့သည် တရားရှာဖွေတော်မူခဲ့ပုံနှင့်တကွ ကျင့်စဉ် ဤသို့ ဟောတော်မူကြ၏။

ငါတို့သည် ရှေးကဿပဘုရားရှင် သာသနာကွယ်ပျောက်သောအခါ၊ ဘုရားရှင်သည် မည်သည့်စကား၊ မည်သို့တရားဟောကြားလေသနည်းဟု ငါးရာအစု၊ သုံးစုပြု၍ နေ့ညမပြတ် ကာလရှည်စွာ တရားရှာဖွေခဲ့ကြသည်။ ငါတို့အာသယ အလိုကုသိုလ်ဓာတ်ကြောင့် နတ်မင်း သိကြား လူအိုယောင်ဖန်ဆင်း လူ့ပြည်ဆင်း ပြောကြားသည်မှာ –

ပထမ ငါးရာလူစုအား အနိစ္စ။
ဒုတိယ ငါးရာလူစုအား ဒုက္ခ။
တတိယ ငါးရာလူစုအား အနတ္တာ။

အသီးသီးပြောကြားသည်။ မိမိ မိမိတို့ ရသည့် ကြားရသည့်အတိုင်း ဘုရားရှင်၏စကားကို ရိုသေစွာခံယူ ယုံကြည်စွာ လိုက်နာကျင့်သုံး၊ အနိစ္စရသူတို့ အနိစ္စ အနိစ္စ။ ဒုက္ခရသူတို့ ဒုက္ခ ဒုက္ခ။ အနတ္တရသူတို့ အနတ္တ အနတ္တ မပြတ်ရွတ်ဆိုကြသည်။ ဘုရားသာသနာကွယ်သဖြင့် အဓိပ္ပာယ် သဘာဝကိုကား မသိကြရ။ သို့ရာတွင် မပြတ်ရွတ်ဆိုသည့် ကုသိုလ်အစွမ်းသတ္တိကြောင့် ဘုရားရှင်နှစ်ဆူတို့၏အကြား ရှည်လျားစွာ လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည် စုန်လိုက်

http://www.dhammadownload.con



ဆန်လိုက်ဖြင့် ဘဝများစွာ ကျင်လည်ခဲ့ကြရ၏။ အပါယ်လေးပါး ဘဝများ တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မသိခဲ့ရ။ မကျရောက်ခဲ့ရ၊ ယခု ငါတို့ ဂေါတမဘုရားရှင် လက်ထက်တော်၌ ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူသော အနိစ္စကို ကြားနာရသဖြင့် ရှေးဦးငါးရာ၊ ဒုက္ခကို ကြားနာရသဖြင့် ဒုတိယ ငါးရာ၊ အနတ္တကို ကြားနာရသဖြင့် တတိယ ငါးရာ၊ အသီးသီးတစ်ထောင့်ငါးရာ ရဟန္တာ ဖြစ်ကြရပေသတည်း။

ဓမ္မသဘာဝကို မသိပါဘဲနှင့် စရွတ်ဆိုခဲ့ရာ အဆုံးစွန်ထိ ကျေးဇူးခံစားကြရ၏။ သို့လျှင် အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ တရားစာ ကျက်စေချင်ပါ၏။ ရစေချင်ပါ၏။ ရှုမြင်စေချင်ပါ၏။ အနိစ္စ စသည့် တရားစာပါဠိတော်များ ရစေချင်ပါ၏။

## လိုရင်းမျှသာ

သာဝတ္ထိပြည်၊ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ ရဟန်းတို့၏ ရှေးရှေး လေ့ကျက်ခဲ့ဖူးသော အလိုအာသာကို သိမြင်တော်မူသော ဘုရားရှင် သည်

ပထမ ငါးရာအစုရဟန်းတို့အား –
သဗ္ဗေသင်္ခါရာ အနိစ္စာ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။
ဒုတိယ ငါးရာအစု ရဟန်းတို့အား –
သဗ္ဗေသင်္ခါရာ ဒုက္ခာ။ ပ။ ဝိသုဒ္ဓိယာ။
တတိယ ငါးရာအစု ရဟန်းတို့အား –
သဗ္ဗေဓမ္မာ အနတ္တာ။ ပ။ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

http://www.dhammadownload.con



ဟောတော်မူသည့် ဂါထာအဆုံး၊ ဂါထာအဆုံးတိုင်း၌ ရဟန္တာ ဖြစ်ကြကုန်၏။

သဗ္ဗေ၊ ခပ်သိမ်းကုန်သော။ သင်္ခါရာ၊ ကံ စိတ် ဥတု အာဟာရ ဟု အကြောင်းတရားလေးပါးတို့သည် ပေါင်းစု၍ ပြုပြင်အပ်ကုန်သော မိမိခန္ဓာ၊ သူတစ်ပါးခန္ဓာ၊ ရုပ်နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရတရားတို့သည်၊ အနိစ္စာ၊ ဖြစ်ပျက်ဖန်ဖန် ဧကန်မှန်သောကြောင့် အမြဲမရှိပါတကား။

ဒုက္ခာ၊ ဖြစ်ပျက်ဖန်ဖန် နှိပ်စက်ဒဏ်ကြောင့် တရံမစဲ လွန်ဆင်းရဲ၍ စက်ဆုပ်ဖွယ် အချည်းနှီးပါတကား။

သဗ္ဗေ၊ ခပ်သိမ်းကုန်သော။ ဓမ္မာ၊ ရုပ် နာမ် နိဗ္ဗာန် ပညတ် တရား မှန်သမျှတို့သည်။ အနတ္တာ၊ မဖြစ်စေလို မပျက်စေလို ကြောင်းကြဆိုလည်း ဆိုတိုင်းမရ အလိုမပါ အစိုးမရ ပိုင်ဆိုင်သူမရှိ အနတ္တပါတကားဟု၊

ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ ပညာယ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာဖြင့်။ ပဿတိ၊ ရှုမြင်၏။ အထ၊ ထိုအခါ၌။ ဒုက္ခေ၊ ခန္ဓာငါး၀ ရုပ်နာမ်တရား ဒုက္ခမှန်သမျှ၌။ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ငြီးငွေ့၏။ ဧသော၊ ဤသို့ရှုမြင်ငြီးငွေ့ခြင်း သည်။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ စင်ကြယ်ကောင်းမြတ်နိဗ္ဗာနဓာတ်ကို ရခြင်း၏။ မဂ္ဂေါ၊ နည်းကောင်းလမ်းမှန် အကျင့်ကောင်း အကျင့်မှန်ကြီးသည်။ ဟောတိ၊ မုချမသွေစင်စစ် အစစ်ကြီးဖြစ်ပါပေတော့သတည်း။

(ရှေး၌၊ အနိစ္စ စသည့်ပါသော ပါဠိတော်ဆိုရိုးများ တွေ့ရ လတ္တံ့။)

http://www.dhammadownload.con



## ဒုက္ခစသည် (၁၅) ပုဒ်

ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးတော်မူသောအခါ ရဟန်းတို့အား ဤသို့ ဟောကြားတော်မူ၏။

ဟောဟန်ကား – ဒုက္ခံ ဒုက္ခန္တိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမံနုခေါ ဘန္တေ ဒုက္ခန္တိ။
ရူပံ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ၊
ဝေဒနာ ဒုက္ခာ၊
သညာ ဒုက္ခာ၊
သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ၊
ဝိညာဏံ ဒုက္ခံ ဟု ဟောတော်မူ၏။
(သံ၊ ၂၊ ၁၈)

ဒုက္ခ – နေရာ၊ အနိစ္စ အနတ္တ၊ ပြောင်းထည့်ဆို (၁၅)ပုဒ်ဆိုလေ၊ ပုဒ်ပေါင်း (၁၇၆၀) ပုဒ် – မဟာသတိပဋ္ဌာန် (၃၅) ပုဒ်၊ ပေါင်း (၁၇၉၅)ပုဒ် ပြခဲ့ပေအံ့။

ဘန္တေ၊ ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေသော မြတ်စွာဘုရား။ ဒုက္ခံဒုက္ခန္တိ၊ ဒုက္ခ ဒုက္ခဟု။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်ပါ၏။ ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား။ ဒုက္ခန္တိ၊ ဒုက္ခဟူသည်။ ကတမံနု၊ အဘယ်ပါနည်း ဘုရား။

ဘိက္ခု၊ ရဟန်း။ ရူပံ၊ ရုပ်သည်။ ဒုက္ခံ၊ ဒုက္ခမည်၏ –

http://www.dhammadownload.con



ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲမရှိဘဲ ဆင်းရဲအမှန်မှာ – (သစ္စယမိုက်/၂၀၀) ဈာန်ဝင်စားသူ၊ စကြာမန္တတ်သိကြားဖြဟ္မာ မိဖုရားရတနာ စည်းစိမ်ခံစားနေသူ၊ အားရဝမ်းသာဖြစ်နေသူတို့၏ ခန္ဓာသည်၊ ကိုယ်စိတ်မဆင်းရဲဘဲ ဆင်းရဲအမှန်ဖြစ်နေပေသည်။ ကိုယ်စိတ် ဆင်းရဲကို ဘုရားပွင့် ပွင့်/မပွင့် ပွင့် သိရှိနိုင်၏။ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ မပါဘဲ၊ မရှိဘဲ၊ ဆင်းရဲအမှန်ကိုကား – တစ်ဆူ တစ်ဆူသော ဘုရားရှင်တို့ပွင့်မှ ထုတ်ဖော်ဟောကြားခဲ့၏။

ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲကား အကြောင်းညီညွတ်က ငြိမ်းစဲ ပျောက်ကင်း နိုင်သည်။ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ မရှိဘဲ ဆင်းရဲအမှန်ကား ဝိပဿနာ ကျင့်မှ ငြိမ်းစဲနိုင်၏။ ကိုယ်စိတ် ဆင်းရဲခြင်းထက် ကိုယ်စိတ် ဆင်းရဲ မရှိဘဲနဲ့ ဆင်းရဲအမှန်တရား ဆင်းရဲခြင်းကား သာလွန်ပိုမို ဆင်းရဲလှချေ၏

## ဝိပဿနာပုတီးစိပ်

စက္ခုံ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။ (သံ၊ ၁၊ ၂၃၆၊ ၇၊ ၈၊ ၉/၂၅၇/၈)

သောတံ ဒုက္ခံ။

ဃာနံ ဒုက္ခံ။

ဇိဝှါ ဒုက္ခာ။

ကာယော ဒုက္ခော။

မနော ဒုက္ခော။

ရူပါ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခာ။

http://www.dhammadownload.con


သဒ္ဒါ ဂန္ဓာရသာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ ဓမ္မာဒုက္ခာ။
စက္ခုဝိညာဏံဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။ ပ၊ မနောဝိညာဏံ ဒုက္ခံ။
စက္ခုသမ္ဖဿံ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။ ပ၊ မနောသမ္ဖဿံ ဒုက္ခံ။
စက္ခုသမ္ဖဿဇာဝေဒနာ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခာ။ ပ။
မနောသမ္ဖဿဇာဝေဒနာ ဒုက္ခာ။
ရူပတဏှာ ဘိက္ခဝေဒုက္ခာ။ ပ၊ ဓမ္မတဏှာ ဒုက္ခာ။

ဒုက္ခ- နေရာ အနိစ္စ၊ အနတ္တ ပြောင်းထည့်ဆို။ အနိစ္စ (၃၆)ပုဒ်။ ဒုက္ခ (၃၆)ပုဒ်။ အနတ္တ (၃၆)ပုဒ်။ ပေါင်း (၁၀၈)ပုဒ်။ စက္ခုံ အနိစ္စံ၊ တစ်ပုဒ် ပုတီးတစ်လုံးချစိတ် (၁၀၈)လုံး တစ်ပတ်စေ့၍ ကြိုးစားတော်မူကြပါလေ။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ စက္ခုံ၊ မျက်စိအကြည်ဓာတ်သည်။ ဒုက္ခံ၊ ဒုက္ခမည်၏။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ (၁၀၈)ကွက် စက်လက္ခဏာမှတ်ကြောင်းသည် စီးပွားချမ်းသာ အထွတ်အထိပ်သို့ရောက်ကြောင်း အမှတ်အသားဖြစ်၏။ စက္ခုံဒုက္ခံ - စသည်ကို ပုတီးတစ်လုံးချ။ တစ်ရာ့ရှစ်လုံး တစ်ပတ်စေ့အောင် ပုတီးစိတ်၊ မပြတ်နှလုံးသွင်း၊ ရှုဆင်ခြင်ပါက စီးပွားချမ်းသာ ရရာရကြောင်း အကျင့်ကောင်းကြီးဖြစ်ပေသည်ဟု ယုံကြည်စိတ်ချ ကျင့်သုံးတော်မူနိုင်ကြပါစေ။

http://www.dhammadownload.con



## သက္ကာယအကျင့် နှင့်
## သက္ကာယချုပ်ငြိမ်းကြောင်းအကျင့်

အယံခေါ ပန ဘိက္ခဝေ သက္ကာယ သမုဒယ ဂါမိနိပဋိပဒါ။
စက္ခုံ ဧတံမမ ဧသောဟမသ္မိ ဧသော မေအတ္တာတိသမနုပဿတိ။
ရူပေ ဧတံမမ ဧသောဟမသ္မိ ဧသော မေအတ္တာတိသမနုပဿတိ။
စက္ခုဝိညာဏံ ဧတံမမ ဧသောဟမသ္မိ ဧသော မေအတ္တာတိသမ
နုပဿတိ။
စက္ခုသမ္ဖဿံ ဧတံမမ ဧသောဟမသ္မိ ဧသော မေအတ္တာတိသမ
နုပဿတိ။
ဝေဒနံ ဧတံမမ ဧသောဟမသ္မိ ဧသော မေအတ္တာတိသမနုပဿတိ။
တဏှံ ဧတံမမ ဧသောဟမသ္မိ ဧသော မေအတ္တာတိသမနုပဿတိ။
သောတ သဒ္ဒေ သောတဝိညာဏံ သောတသမ္ဖဿံ ဝေဒနံတဏှံ
ဃာနံ ဂန္ဓေ ဃာနဝိညာဏံ ဃာနသမ္ဖဿံ ဝေဒနံတဏှံ
ဇိဝှံ ရသေ ဇိဝှါဝိညာဏံ ဝေဒနံတဏှံ
ကာယံ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေ ကာယဝိညာဏံ ကာယသမ္ဖဿံ ဝေဒနံတဏှံ
မနံ ဓမ္မေ မနောဝိညာဏံ မနောသမ္ဖဿံ ဝေဒနံတဏှံ
(အသီးသီးလည်းထည့်ဆို) (၃၆)ပုဒ်၊ (၃၆)ပုဒ်၊ (၃၆)ပုဒ်။

အယံ ခေါပန ဘိက္ခဝေ သက္ကာယနိရောဓ ဂါမိနိပဋိပဒါ။
(မ/၃/၃၃၁/၂) စက္ခုံ နေတံမမ နေသောဟမသ္မိ နမေသော အတ္တာ
တိသမနုပဿတိ၊ သောတံ စသည် (၃၆)ပုဒ်လည်းထည့်ဆို။ နေတံ
/ မမ နေသောဟမသ္မိ / နမေသောအတ္တာ (၃)ပုဒ်စီ (၃၆)ပုဒ်
ပေါင်း (၁၀၈)ပုဒ်။

http://www.dhammadownload.con



ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အယံခေါပန၊ ဤအကျင့်သည်ကား၊ သက္ကာယ သမုဒယ ဂါမိနီပဋိပဒါ၊ သက္ကာယဖြစ်ကြောင်း အကျင့်ပေတည်း။ စက္ခုံ၊ စက္ခုသည်။ ဧတံမမ၊ ငါ့ဉစ္စာ။ ဧသောဟမသ္မိ၊ ငါ။ ဧသောမေ အတ္တာတိ၊ ငါ့အလိုသို့ လိုက်၏ဟု။ သမနုပဿတိ၊ အဖန်ဖန်ရှု၏။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အယံခေါပန၊ ဤအကျင့်သည်ကား၊ သက္ကာယ နိရောဓ ဂါမိနီပဋိပဒါ။ သက္ကာယချုပ်ငြိမ်းကြောင်း အကျင့်ပေတည်း။ စက္ခုံ၊ စက္ခုသည်၊ နေတံမမ၊ ငါ့ဉစ္စာမဟုတ်။ နေသောဟမသ္မိ၊ ငါမဟုတ်။ နမေသောအတ္တတိ၊ ငါ့အလိုသို့မလိုက်ဟု။ သမနုပဿတိ၊ ရှု၏။

## အမြင်မှန်မှာ

အနိစ္စညေ၀ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ရူပံ အနိစ္စန္တိ ပဿတိ။
သာဿ ဟောတိ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာ ပဿံ နိဗ္ဗိန္ဒတိ။
(သံ - ၂ - ၄၂)

ရူပံ - နေရာ၊ ဝေဒနံ၊ သညာ၊ သင်္ခါရေ၊ ဝိညာဏံ၊ ထည့်ဆို။
အနိစ္စေယေ၀ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု စက္ခုံ အနိစ္စန္တိ ပဿတိ။
သာဿ ဟောတိ။ ပ။ နိဗ္ဗိန္ဒတိ။ (သံ - ၂ - ၃၅၄/၅)

စက္ခု - နေရာ။ ဝတ္ထု၊ အာရုံ၊ ဝိညာဏံ။ ဖဿံ။ ဝေဒနံ၊ တဏှာ၊ ၆ × ၆ = ၃၆ ပါး ထည့်ဆို။ အနိစ္စ - နေရာ။ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ထည့်ဆို။ ၃၆ × ၃ = ၁၀၈၊ ပြည့်အောင်ဆို။

ခန္ဓာငါးပါးက - အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ။ ၃ × ၅ = ၁၅ ပုဒ်၊ ၁၀၈ + ၁၅ = ၁၂၃ ပုဒ်အထိ ဆိုလေ။

http://www.dhammadownload.con



ရူပေ၊ သဒ္ဒေ၊ ဂန္ဓေ၊ ရသေ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေ၊ ဓမ္မေအနိစ္စန္တိ၊ ပဿတိ။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ဘိက္ခု၊ သည်။ အနိစ္စညေဝ၊ အနိစ္စသာဖြစ်သော။ ရူပံ၊ ရုပ်ကို။ အနိစ္စန္တိ၊ အနိစ္စဟု။ ပဿတိ၊ ရှုမြင်၏။ အဿ၊ ထိုရဟန်းအား။ သာ၊ ထိုသို့ရှုမြင်ခြင်းသည်။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ အမြင်မှန်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ သမ္မာ၊ မချွတ်မယွင်း။ ပဿံ၊ ရှုမြင်သည်ရှိသော်။ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ငြီးငွေ့၏။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဖြစ်သည့် ခန္ဓာငါးပါး သဘာဝတရားကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု ရှုမြင်မှ အမြင်မှန် "သမ္မာဒိဋ္ဌိ" ဖြစ်၏။

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဖြစ်သည့်၊ ဝတ္ထုအာရုံဝိညာဏ အစရှိသော (၁၂၃) ခုသော ဓမ္မသဘာဝတရားကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု ရှုမြင်ပါမှ အမြင်မှန်ဖြစ်ကြပေမည်။

သို့မှသာ ဘုံသုံးပါး၌ ငြီးငွေ့မည်ဖြစ်သည်။

## မာရ်နှင့် မာရ်တရား

မာရော မာရော တိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ မာရောတိ။
ရူပံ ခေါရာဓ မာရော ဝေဒနာ မာရော သညာမာရော
သင်္ခါရာ မာရော ဝိညာဏံ မာရောတိ။
(သံ၊ ၂၊ ၁၅၉/၁၆၀/၁)

http://www.dhammadownload.con



မာရဓမ္မော မာရဓမ္မောတိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ မာရဓမ္မောတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ မာရဓမ္မော။ ပ၊ ဝိညာဏံ မာရဓမ္မောတိ။

အရှင်ဘုရား မာရ် မာရ် ဟု ဆိုအပ်ပါ၏။
အရှင်ဘုရား မာရ်သည် အဘယ်ပါနည်းဘုရား။
ရုပ် ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ ဝိညာဏ်သည် မာရ်မည်၏။

အရှင်ဘုရား မာရ်တရား မာရ်တရား ဟု ဆိုအပ်ပါ၏။
အရှင်ဘုရား မာရ်တရားသည် အဘယ်ပါနည်းဘုရား။
ရုပ်ဝေဒနာသညာသင်္ခါရဝိညာဏ်သည် မာရ်တရားမည်၏။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊
ခန္ဓာငါးပါး ဓမ္မသဘာဝကို မာရ်ဟု ရှုသင့်၏။
မာရ်တရားဟု ရှုမြင်သင့်၏။ မပြတ်နှလုံးသွင်းကျင့်သုံးသင့်၏။
ဤသို့ ရှုမြင်ခြင်းသည်၊ ယောဂီအလုပ် ရဟန်းကိစ္စ ပြုလုပ်အားထုတ်သည်မည်၏။

## အနိစ္စနှင့် အနိစ္စတရား

အနိစ္စံ အနိစ္စန္တိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမံ နုခေါ ဘန္တေ အနိစ္စန္တိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ အနိစ္စံ၊ ဝေဒနာ အနိစ္စာ၊
သညာအနိစ္စာ၊ သင်္ခါရာ အနိစ္စာ၊
ဝိညာဏံ အနိစ္စံ။

http://www.dhammadownload.con



အနိစ္စဓမ္မော အနိစ္စဓမ္မောတိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ အနိစ္စဓမ္မောတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ အနိစ္စဓမ္မော။ ပ၊ ဝိညာဏံ အနိစ္စဓမ္မော။

အရှင်ဘုရား၊ အနိစ္စ အနိစ္စဟု ဆိုအပ်ပါ၏။
အဘယ်သည် အနိစ္စ မည်ပါသနည်း။
ရုပ်၊ ဝေ၊ သဉ်၊ ခါ၊ ဝိညာဏ်သည် အနိစ္စမည်၏။
အနိစ္စဓမ္မ မည်သည်၊ ခန္ဓာငါးပါးဖြစ်၏။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်
ခန္ဓာငါးပါး ဓမ္မသဘာဝကို အနိစ္စဟု ရှုမြင်သင့်၏။
အနိစ္စသဘောတရားဟု ရှုမြင်သင့်၏။
ဤသို့ ရှုမြင်ခြင်းသည်။
ယောဂီအလုပ် ရဟန်းကိစ္စ ပြုလုပ်အားထုတ်သည် မည်ပါပေ၏။ မြင်အောင်ရှုလေ -

## ဒုက္ခနှင့် ဒုက္ခတရား
## အနတ္တနှင့် အနတ္တတရား

ဒုက္ခံ ဒုက္ခန္တိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမံ နုခေါ ဘန္တေ ဒုက္ခန္တိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ ဒုက္ခံ။ ပ၊ ဝိညာဏံဒုက္ခံ။

http://www.dhammadownload.con



ဒုက္ခဓမ္မော ဒုက္ခဓမ္မောတိ ဘန္တေဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ ဒုက္ခဓမ္မောတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ ဒုက္ခဓမ္မော။ ပ၊ ဝိညာဏံ ဒုက္ခဓမ္မော။

အနတ္တာ အနတ္တာတိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ အနတ္တာတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ အနတ္တာ။ ပ၊ ဝိညာဏံ အနတ္တာ။

အနတ္တဓမ္မော အနတ္တ ဓမ္မောတိ ဘန္တေဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ အနတ္တဓမ္မောတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ အနတ္တဓမ္မော။ ပ၊ ဝိညာဏံ အနတ္တဓမ္မော။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမဖက်၊ ဓမ္မသဘာဝသက်သက်ဖြစ်သည့် ရုပ် ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ ဝိညာဏ်ကို ဒုက္ခ ဒုက္ခဟု ရှုရမည်။ ဒုက္ခတရားဟု ရှုရမည်။ အနတ္တဟု ရှုရမည်။ အနတ္တတရားဟု ရှုရမည်။ ဤသို့ ရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေ၏။

## ခယ နှင့် ဝယ

ခယဓမ္မော ခယဓမ္မောတိ ဘန္တေဝုစ္စတိ၊
ကတမော နုခေါဘန္တေ ခယဓမ္မောတိ၊
ရူပံ ခေါ ရာဓ ခယဓမ္မော။ ပ။ ဝိညာဏံ ခယဓမ္မော။

http://www.dhammadownload.con



ဝယဓမ္မာ ဝယဓမ္မာတိ ဘန္တေဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ ဝယဓမ္မာတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ ဝယဓမ္မော။ ပ။ ဝိညာဏံ ဝယဓမ္မော။

ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား။ ခယဓမ္မော ခယဓမ္မောတိ၊ ကုန်ခမ်းတတ်သောတရား၊ ကုန်ခမ်းတတ်သောတရားဟူ။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်ပါ၏။ ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား။ ကတမော၊ အဘယ်မည်သော တရားသည်။ ခယဓမ္မောနု၊ ကုန်ခမ်းတတ်သော တရားမည်ပါသနည်းဘုရား။

ရူပံ၊ ရုပ်သည်။ ခယဓမ္မော၊ ကုန်ခမ်းတတ်သော တရားမည်၏။ ဝယဓမ္မော၊ ပျက်စီးတတ်သောတရားမည်၏။

ယောဂီသူမြတ်သည်၊
ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါသဏ္ဌာန် ဒြပ်အသွင်အပြင် ဖောက်ထွင်း အမည်နာမ လက္ခဏာ ဖောက်ထွင်း ဉာဏ်မျက်စိဖြင့် စူးရှုမှုသဘာဝ ရုပ်ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ ဝိညာဏ်ကို –

ကုန်ခမ်းတတ်သောတရား၊
ပျက်စီးတတ်သောတရား၊
ဟု မပြတ်နှလုံးသွင်း ထင်အောင်မြင်အောင် တစိမ့်စိမ့် ရှုဆင်ခြင်နေရမည်ဟု ဟောတော်မူ၏။

http://www.dhammadownload.con



## ဖြစ်တရား နှင့် ငြိမ်းတရား

သမုဒယဓမ္မော သမုဒယ ဓမ္မောတိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ သမုဒယ ဓမ္မောတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ သမုဒယ ဓမ္မော။ ပ။ ဝိညာဏံ သမုဒယဓမ္မော။

နိရောဓ ဓမ္မော နိရောဓ ဓမ္မောတိ ဘန္တေ ဝုစ္စတိ။
ကတမော နုခေါ ဘန္တေ နိရောဓ ဓမ္မောတိ။
ရူပံ ခေါ ရာဓ နိရောဓ ဓမ္မော။ ပ။ ဝိညာဏံ နိရောဓဓမ္မော။

သမုဒယဓမ္မော၊ ဖြစ်ခြင်းသဘောရှိသော တရား၊
နိရောဓဓမ္မော၊ ချုပ်ခြင်းသဘောရှိသော တရား။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊
ခန္ဓာငါးပါးကို ဖြစ်ခြင်းသဘောရှိသောတရား၊
ခန္ဓာငါးပါးကို ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသဘောရှိသောတရား။
ဟု မပြတ်နှလုံးသွင်း စိမ့်စိမ့်ထင်အောင် ရှုရမည်ဟု ဟောတော်မူ၏။

ဖြစ်လျှင်လည်း ခန္ဓာငါးပါး ဒုက္ခအစုပဲ။
ချုပ်ငြိမ်းလျှင်လည်း ခန္ဓာငါးပါး ဒုက္ခအစုပဲ။
မြင်အောင် ထင်အောင် ဉာဏ်မျက်စိဖြင့်ရှု
(သံ၊ ၁။ ၂၅၇/အောက်ဆုံး။ ၂၅၈ – အစဆုံး)

http://www.dhammadownload.con



ခန္ဓာငါးပါး ဒုက္ခအစုမှ အခြားသောအရာသည် မဖြစ်။
ခန္ဓာငါးပါး ဒုက္ခအစုမှ အခြားသောအရာသည် မချုပ်ငြိမ်း။
ဟု ဟောတော်မူ၏။ ( သံ၊ ၁၊ ၁၃၇)
နိဗ္ဗာန်ကို ဒုက္ခနိရောဓ အရိယာသစ္စာဟု ဆိုအပ်၏။
ဆင်းရဲ၏ ချုပ်ခြင်းကို မဆို။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်။ ပြန်/၂။၄၉၀)

## ခန္ဓာနှစ်သက်လျှင် ဒုက္ခမှမလွတ်နိုင်

ယော ဘိက္ခဝေ ရူပံ အဘိနန္ဒတိ။
ဒုက္ခံ သော အဘိနန္ဒတိ။
ယော ဒုက္ခံ အဘိနန္ဒတိ။
အပရိမုတ္တော သော ဒုက္ခသ္မာတိ
ဝဒါမိ။ (သံ၊ ၂၊ ၂၆/၂၄၆)

ရူပံ – နေရာ၊ ဝေဒနံ၊ သညာ၊ သင်္ခါရေ၊ ဝိညာဏံလည်း ထည့်ဆို။
ရူပံ – နေရာ၊ စက္ခု သောတ ဃာန ဇိဝှါ ကာယမန၊ ထည့်ဆို။
ရူပံ – နေရာ၊ ရူပေ သဒ္ဒေ ဂန္ဓေ ရသေ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေ ဓမ္မေ၊ ထည့်ဆို။
ရူပံ – နေရာ၊ စက္ခုဝိညာဏံ။ ပ၊ မနောဝိညာဏံ၊ ထည့်ဆို။
ရူပံ – နေရာ၊ စက္ခုသမ္ဖဿ။ ပ၊ မနောသမ္ဖဿ၊ ထည့်ဆို။
ရူပံ – နေရာ၊ စက္ခုသမ္ဖဿဇာဝေဒနာ။ ပ၊ မနောသမ္ဖဿဇာဝေဒနာ၊ ထည့်ဆို။

http://www.dhammadownload.con



ဘိက္ခဝေ၊ တို့၊ ယော၊ အကြင်သူသည်၊ ရူပံ၊ ရုပ်ကို၊ အဘိနန္ဒတိ၊ နှစ်သက်၏။ သော၊ ထိုသူသည်၊ ဒုက္ခံ၊ ဒုက္ခကို၊ အဘိနန္ဒတိ၊ နှစ်သက်သည်မည်၏။ ယော၊ အကြင်သူသည်၊ ဒုက္ခံ၊ ဒုက္ခကို၊ အဘိနန္ဒတိ၊ နှစ်သက်၏။ သော၊ ထိုသူသည်။ ဒုက္ခသ္မာ၊ ဒုက္ခအပေါင်းမှ၊ အပရိမုတ္တောတိ၊ မလွတ်မြောက်နိုင်ဟု၊ ဝဒါမိ၊ ငါဘုရား ဟောတော်မူ၏။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါ ငါ သူတစ်ပါးမဟုတ်သည့် ခန္ဓာငါးပါးကိုလည်းကောင်း၊ စက္ခုအစ မနောသမ္ဖဿဇာဝေဒနာ အဆုံး (၃၀)မျိုးကိုလည်းကောင်း၊ မနှစ်သက်အပ်၊ နှစ်သက်လျှင် ဒုက္ခအပေါင်းမှ မလွတ်မြောက်နိုင်ဟု ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောတော်မူခဲ့၏။

ဤ၌ = ခန္ဓာ (၅) စက္ခုစသည်ကား (၃၀) ပေါင်း (၃၅) ကို၊ ဒုက္ခဟု မြင်အောင်ရှုနေပါမှ မနှစ်သက်ရာရောက်မည်။

## တရားနှလုံး အစဉ်ကျင့်သုံးရမည်မှာ

ဥပမာ၊ ကြီးမားလှဘိ သစ်ပင်ကြီးကား၊

အနှစ်၊ ပင်စည်၊ အကိုင်းအခက် အရွက်အလက်၊ သစ်ပင်ရိပ် ဟု ရှိရာ၏။

အနှစ်လည်း မမြဲခြင်း ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘော ဧကန်မှန်၏။

ပင်စည်လည်း မမြဲခြင်း ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘော ဧကန်မှန်၏။

အကိုင်းအခက် အရွက်အလက်လည်း မမြဲခြင်း ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘော ဧကန်မှန်၏။ (မ-၃/၃၂၂)

http://www.dhammadownload.con



သို့ပါလျက်၊ သစ်ပင်၏အရိပ်ကို မြေ၏ ခိုင်၏ မဖောက်မပြန်ဟု ရှုမြင်ခြင်းငှာ အဘယ်မှာလျှင် သင့်လျော်ပါအံ့နည်း။

ဥပမာ ဆီမီးလျှံ တောက်နေသည် ဟူငြားအံ့။

ဆီမီးလျှံ ဆီမီးတောက်သည် ဆီ၊ မီစာ၊ မီးလျှံ၊ မီးရောင် စုဝေးပေါင်းစုံနေခြင်းမျှပင်။ (မ/၃/၃၂၀)

ဆီလည်းကုန်ခမ်း၊ မမြဲဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောအမှန်ပင် –

မီးစာလည်းကုန်ခမ်း၊ မမြဲ ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောအမှန်ပင် –

မီးလျှံလည်းကုန်ခမ်း၊ မမြဲ ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောအမှန်ပင် –

သို့ပါလျက် မီး၏ အရောင်အလင်းကို မြဲသည် ခိုင်ခန့်သည် တည်တံ့သည် ဖောက်ပြန်ခြင်း မရှိဟု အဘယ်မှာလျှင် ရှုမြင်ခြင်းငှာ သင့်လျော်ပါမည်နည်း။

ငါ သူ လူ နတ် သတ္တဝါဟု ဆိုရာဝယ်၊
စိတ်၊ စေ၊ ရုပ်တို့ စုဝေးပေါင်းစုံနေခြင်းမျှသာ၊
စိတ်၊ စေ၊ ရုပ်လည်း ငါ သူ လူ နတ် သတ္တဝါ မဟုတ်၊
ငါ သူ လူ နတ် သတ္တဝါလည်း စိတ် စေ ရုပ် မဟုတ်၊
သို့ရာတွင် စိတ် စေ ရုပ်တို့ စုဝေးပေါင်းစုံမိလျှင်ဖြင့်
ငါ သူ လူ နတ် သတ္တဝါဟု အရိပ်နိမိတ် ဖြစ်ပေါ်လာပေတော့၏။
စိတ် စေ ရုပ် ဖြစ်သည့် သဘာဝမွေခာတ်သား၏
ငါ သူ လူ နတ် သတ္တဝါ အရိပ်နိမိတ်ဖြစ်ပေါ်နေခြင်းမျှသာ
(သံ၊ ၁၊ ၁၃၇/သံ/၂/၉၇/သဂ်ဟ – ပစ္စည်းပိုင်း)

စိတ်သည်လည်း မမြဲ ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောအမှန်ပင် –

စေတသိက်သည်လည်း မမြဲ ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောအမှန်ပင် –

http://www.dhammadownload.con



ရုပ်သည်လည်း မမြဲဖောက်ပြန်ခြင်းသဘောအမှန်ပင် – ဖြစ်ကြပါပေသည်တကားဟု မပြတ်နှလုံးသွင်း အောက်မေ့ဆင်ခြင်ခြင်းကို အမြဲပြုကျင့်အားထုတ်ရာသည်။

ထို့နောက် စိတ် စေ ရုပ်ဖြစ်သည့် သဘာဝဓမ္မဓာတ်သားတို့မှ မမြဲခြင်း မတည်တံ့ခြင်း ဖောက်ဖောက်ပြန်ပြန် ပျက်ပျက်စီးစီး တစ်ခဏချင်း တစ်ခဏချင်း လျှင်လျှင်မြန်မြန် ဖြစ်ပျက်နေကြပါလျက်၊

အဘယ်မှာလျှင်၊ စိတ် စေ ရုပ်ဖြစ်သည့် သဘာဝဓမ္မဓာတ်သား၏ အရိပ်အရောင် အတုအပနိမိတ်ဖြစ်သည့် လူနတ်သူငါ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါကို မြဲသည် ခိုင်ခန့်သည် တည်တံ့သည် ဖောက်ဖောက်ပြန်ပြန် ပျက်ပျက်စီးစီး မရှိပါဟု စွဲလမ်းခြင်း သိမ်းပိုက်ခြင်းငှာ ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်း သင့်လျော်နိုင်ပါအံ့နည်း မဖြစ်နိုင်ပါတကား မသင့်မလျော်ပါ တကားဟု တရားနှလုံးအစဉ်သုံး မပြတ်ပြုကျင့် အောက်မေ့အားထုတ်ကြရပါပေသည်တကား။

## အကြောင်းနှင့် အကျိုးမျှသာ

ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနိစ္စံ။ ယောပိ ဟေတု
ယောပိပစ္စယော ရူပဿ ဥပ္ပါဒါယ။
သောပိ အနိစ္စော။ အနိစ္စ သမ္ဘူတံ
ဘိက္ခဝေ ရူပံ ကုတောနိစ္စံ ဘဝိဿတိ။
(သံ၊ ၂၊ ၂၀/၃၄၄)

ရူပံ – နေရာ၊ ဝေဒနံ၊ သညံ၊ သင်္ခါရေ၊ ဝိညာဏံလည်း ထည့်ဆို

http://www.dhammadownload.con



ရူပံ – နေရာ၊ စက္ခုံ။ ပ။ မနောသမ္ဖဿဇာဝေဒနံ (၁၀၅)ပုဒ်လည်း ထည့်ဆို။ [ ၅ × ၃ = ၁၅/၃၀ × ၃ = ၉၀ =ပေါင်း(၁၀၅)]

အနိစ္စံ – နေရာ၊ ဒုက္ခံ၊ အနတ္တာ၊ ပြင်ဆို။

ကုတော သုခံ ဘဝိဿတိ။

ကုတော အတ္တာ ဘဝိဿတိ။

မနော ကုတော သုခေါ ဘဝိဿတိ။

မနော ကုတော အတ္တာ ဘဝိဿတိ။

ရူပါ သဒ္ဒါ ကုတော သုခါ ဘဝိဿတိ။

ရူပါ သဒ္ဒါ ကုတော အတ္တာ ဘဝိဿတိ။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ရူပံ၊ ရုပ်သည်။ အနိစ္စံ၊ မမြဲ။ ရူပဿ၊ ရုပ်၏။ ဥပ္ပါဒါယ၊ ဖြစ်ခြင်းငှာ။ ယောပိဟေတု၊ အကြင်အတိတ် အကြောင်းသည် လည်းကောင်း။ ယောပိပစ္စယော၊ အကြင်ပစ္စုပ္ပန် အကြောင်းသည် လည်းကောင်း။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ သောပိ၊ ထိုအကြောင်းသည်လည်း။ အနိစ္စော၊ မမြဲ။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အနိစ္စသမ္ဘူတံ၊ မမြဲသော အကြောင်းကို မှီ၍ဖြစ်သော။ ရူပံ၊ ရုပ်သည်။ ကုတော၊ အဘယ်မှာလျှင်။ နိစ္စံ၊ မြဲသည်။ ဘဝိဿတိ၊ ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်း။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

ဤကား အကြောင်း၊ ဤကား အကျိုးဟု ပိုင်းခြားရှုရသည့် အကြောင်းတရားကိုက အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ ဖြစ်နေပါလျက်၊ အကျိုးတရားကား၊ အဘယ်မှာလျှင် နိစ္စ သုခ အတ္တ ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်းဟု ရှုဆင်ခြင်ရမည်ဟု မိန့်တော်မူ၏။

http://www.dhammadownload.con


## အကြောင်းအကျိုး ပိုင်းခြားရမည့်မှာ

အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ ရူပသမုဒယော။ ပ။ ဝိညာဏသမုဒယော။
တဏှာသမုဒယာ ရူပသမုဒယော။ ပ။ ဝိညာဏသမုဒယော။
ကမ္မသမုဒယာ ရူပသမုဒယော။ ပ။ ဝိညာဏသမုဒယော။
အာဟာရသမုဒယာ ရူပသမုဒယော။ ပ။ ဝိညာဏသမုဒယော။
ဖဿ သမုဒယာ၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရသမုဒယော။
နာမရူပသမုဒယာ။ ဝိညာဏသမုဒယော။(ခု/၉)
အဝိဇ္ဇာနိရောဓါ ရူပနိရောဓေါ။ ပ၊ ဝိညာဏနိရောဓေါ။
တဏှာနိရောဓါ ရူပနိရောဓေါ။ ပ၊ ဝိညာဏနိရောဓေါ။
ကမ္မနိရောဓါ ရူပနိရောဓေါ။ ပ၊ ဝိညာဏနိရောဓေါ။
အာဟာရနိရောဓါ ရူပနိရောဓေါ။
ဖဿနိရောဓါ၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရနိရောဓေါ။
နာမရူပနိရောဓါ၊ ဝိညာဏနိရောဓေါ။

အဝိဇ္ဇာသမုဒယာ၊ အဝိဇ္ဇာဖြစ်ခြင်းကြောင့်။ ရူပသမုဒယော၊ ရုပ်ဖြစ်၏။

အဝိဇ္ဇာနိရောဓါ၊ အဝိဇ္ဇာချုပ်ခြင်းကြောင့်။ ရူပနိရောဓေါ၊ ရုပ်ချုပ်၏။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊
ခန္ဓာတစ်ပါးလျှင် အကြောင်းတရားလေးပါးစီ။
ခန္ဓာငါးပါးဆိုက အကြောင်းတရား (၂၀)၊
အဝိဇ္ဇာအစရှိသော အကြောင်းက (၂၀)

http://www.dhammadownload.con


အကျိုးတရားဖြစ်တဲ့ ခန္ဓာကား (၅)
အကြောင်းတရား (၂၀) မှာ၊ ဖြစ်သဘော (၂၀) ပျက် (၂၀)
အကျိုးတရားခန္ဓာမှာ၊ ဖြစ် (၅) ပျက် (၅)
အားလုံးပေါင်းကဖြစ် (၂၅) ပျက် (၂၅) ပေါင်း (၅၀) အမှု (၅၀) ရှုမြင်မှု၊ အာရဒ္ဓဝိပဿကောတိသင်္ခါရဇ္ဇတိ။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်-၂/၆၉) အတိတ်အနာဂါတ်ပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓ စသည့် (၁၁)ဌာနၵ် အမှု (၅၀) စီ ရှုမြင်ပါက ဖြစ်ပျက် (၅၅၀)ဟု မိန့်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်-၄၀၄/၇)

## သုတရှိမှ ကိစ္စပြီးမည်မှာ

ဧဝံ ပဿံ ဘိက္ခဝေ သုတဝါ အရိယသာဝကော၊
ရူပသ္မိံပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သညာ
ယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သင်္ခါရေသုပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝိညာဏသ္မိံပိ
နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ၊ ဝိရာဂါဝိမုစ္စတိ
ဝိမုတ္တသ္မိံ ဝိမုတ္တ မိတိ ဉာဏံဟောတိ၊ ခီဏာဇာတိ၊
ဝုသိတံ ဗြဟ္မစရိယံ၊ ကတံကရဏီယံ၊ နာပရံ
ဣတ္ထတ္တာယာတိ ပဇာနာတိ။ (သံ ၂။ ၁၈/၂၃၆/၇/၈/၉)
စက္ခုသ္မိံပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ပ။ စက္ခုသမ္ဖဿဇာဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ။
(လ) မနောသမ္ဖဿ ဇာဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ။ (၂၅၇/၈)

ဆိုခဲ့ပြီးသော (၅၀၆)ပုဒ်၏ အဆုံးတိုင်းမှာ အထက်ပါ ဧဝံပဿံ။ ပ။ ပဇာနာတိ။ အပိုဒ်ကိုဆက်ပြီးထည့်ဆိုတော်မူကြပါလေ။
ဧဝံပဿံ - ပုဒ်လည်း (၅၀၆) ပုဒ်ဖြစ်၏။

http://www.dhammadownload.con


ဘိက္ခဝေ၊ တို့ သုတဝါ၊ သုတရှိသော အရိယသာဝကော၊ အရိယာ၏တပည့်သည်၊ ဧဝံ၊ ဤသို့၊ ပဿံ ပဿန္တော၊ ရှုမြင်သည်ရှိသော်၊ ရူပသ္မိံပိ၊ ရုပ်၌လည်း၊ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ငြီးငွေ့၏။ မ။ ဝိညာဏသ္မိံ၊ ပိ၊ ဝိညာဏခန္ဓာ၌လည်း၊ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ငြီးငွေ့၏။ နိဗ္ဗိန္ဒံ နိဗ္ဗိန္ဒန္တော၊ ငြီးငွေ့သည်ရှိသော်၊ ဝိရဇ္ဇတိ၊ တပ်မက်မှုကင်း၏၊ ဝိရာဂါ၊ တပ်မက်မှုကင်းခြင်းကြောင့်၊ ဝိမုစ္စတိ၊ လွတ်မြောက်၏။ ဝိမုတ္တသ္မိံ၊ လွတ်မြောက်သည်ရှိသော်၊ ဝိမုတ္တမိတိ၊ လွတ်မြောက်ပြီးဟု ဉာဏံ၊ ကိုယ်တိုင်သိခြင်းသည်၊ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဇာတိ၊ ဖြစ်ခြင်းသဘောသည်၊ ခီဏာ၊ ကုန်ပြီ။ ကရဏီယံ၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စမှန်သမျှကို၊ ကတံ၊ ပြုပြီးပြီ၊ နာပရံဣတ္ထတ္တာယ။ မဂ်ဉာဏ်ကိစ္စ (၁၆)ချက်ပြုရန် မရှိတော့ပြီးဟု၊ ပဇာနာတိ။ ပိုင်ပိုင်ကြီး သဘောကျအောင်သိ၏။

သုတမဖက်၊ မလေ့ကျက်က ဝိပဿနာခက်သည်။

(ဒိပဲရင်း ဆရာတော်)

လယ်လုပ်မခက်၊ လယ်တည်ခက်၏။
အကျင့်မခက်၊ အသိခက်၏။

(ရေစကြိုဝိနည်းအကျော်၊ ရွှေဥမင်ဆရာတော်)

## ဒုက္ခဖြစ်ကြရသည်မှာ

၁။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ ဥပဓိ ပစ္စယာ။
၂။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ။
၃။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ သင်္ခါရ ပစ္စယာ။
၄။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ ဝိညာဏ ပစ္စယာ။

http://www.dhammadownload.con



၅။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ ဖဿ ပစ္စယာ။
၆။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ ဝေဒနာ ပစ္စယာ။
၇။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ တဏှာ ပစ္စယာ။
၈။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ ဥပါဒါန ပစ္စယာ။
၉။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ အာရမ္ဘ ပစ္စယာ။
၁၀။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ အာဟာရ ပစ္စယာ။
၁၁။ ယံကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ။ သဗ္ဗံ ဣဉ္ဇိတ ပစ္စယာ။

သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော် (၃၉၁) အောက်ဆုံးမှစသည်။

ယံကိဉ္စိ၊ ခပ်သိမ်းကုန်သော။ ဒုက္ခံ၊ ဒုက္ခသည်။ သမ္ဘောတိ၊ ဖြစ်ပေါ်၏။ သဗ္ဗံ၊ အလုံးစုံသော ဒုက္ခဖြစ်ပေါ်ရခြင်းသည်။

၁။ ဥပဓိပစ္စယာ၊ ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။

၂။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ၊ အဝိဇ္ဇာဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ (လ)

၃။ အာရမ္ဘပစ္စယာ၊ အားထုတ်အပ်သော ကံဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရ၏။

၄။ ဣဉ္ဇိတပစ္စယာ၊ ကံ၏အဆောက်အဦဟူသော တုန်လှုပ်ခြင်းဟူသော အကြောင်းကြောင့်။ ဒုက္ခံ၊ ဒုက္ခသည်။ သမ္ဘောတိ၊ ဖြစ်ပေါ်ရ၏။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

စိတ်၊ စေ၊ ရုပ်ဟူသော သဘာဝတရားတို့ ဖြစ်ပျက်သမျှအစုအပုံသည် ဒုက္ခ၊

http://www.dhammadownload.con



ဒုက္ခဖြစ်ပေါ်ရခြင်းသည်၊ မိမိသူတစ်ပါးဟူသော အကြောင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ရသည်မဟုတ်။ အကြောင်းတရား သဘောသဘာဝများကို အစွဲပြုအကြောင်းခံ၍ ဒုက္ခအကျိုးသဘာဝတရားသည် ဖြစ်ပေါ်၏။

ဤကား၊ အကြောင်းသစ္စာ ဆင်းရဲ ဖြစ်ကြောင်းအမှန်

ဤကား၊ အကျိုးသစ္စာ ဆင်းရဲအမှန်

အမှန် (၂)ပါးကို ပိုင်းခြား၍ ရှုသော ဝိပဿနာဉာဏ်ကို၊ မပြတ်နှလုံးသွင်း ရှုဆင်ခြင်ရပါသည်။

## ဒုက္ခငြိမ်းကြရသည်မှာ

၁။ ဥပမိန် နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၂။ အဝိဇ္ဇာယ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၃။ သင်္ခါရာနံ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၄။ ဝိညာဏဿ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၅။ ဖဿဿ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၆။ ဝေဒနာနံ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၇။ တဏှာယ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၈။ ဥပါဒါနံ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၉။ အာရမ္ဘာနံ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၁၀။ အာဟာရာနံ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။
၁၁။ ဣဉ္ဇိတာနံ နိရောဓာ နတ္တိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။

http://www.dhammadownload.con



၁၂။ ဥပမိနံ၊ ကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံတို့၏။ နိရောဓာ၊ အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ခြင်းကြောင့်၊ ဒုက္ခသာ၊ ဒုက္ခ၏၊
သမ္ဘဝေါ၊ ဖြစ်ခြင်းသည်၊ နတ္ထိ၊ မရှိတော့ပြီ။

၁၃။ အာရမ္ဘာနံ၊ အားထုတ်အပ်သော ကံတို့၏။ နိရောဓာ၊ ချုပ်ခြင်းကြောင့်။

၁၄။ ဣဉ္ဇိတာနံ၊ ကံ၏အဆောက်အဦဟူသောတုန်လှုပ်ခြင်းတို့၏။ နိရောဓာ၊ အကြွင်းမဲ့ချုပ်ခြင်းကြောင့်၊ ဒုက္ခသာ၊ ဒုက္ခ၏၊
သမ္ဘဝေါ၊ ဖြစ်ခြင်းသည်၊ နတ္ထိ၊ မရှိတော့ပြီ။ ပ။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

ဤတရားကား ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းကြောင်းအမှန်။

ဤတရားကား ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းကြောင်း နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းအမှန်။ အမှန်တရား(၂)ပါးကို ပိုင်းခြားရှုခြင်ရပါသည်။

၁။ ဒုက္ခ–နှင့်–ဒုက္ခသမုဒယ၊ အမှန် (၂)ပါး

၂။ ဒုက္ခနိရောဓ–နှင့်–ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ။ အမှန် (၂)ပါး

ယထာဘူတံ၊ ပဇာနာတိ။

ပထမဘာဏဝါရောနိဋ္ဌိတော၊

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ သစ္စပဗ္ဗ။

http://www.dhammadownload.con



## သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော် မြန်မာပြန်မှာ

အပိုဒ် (၃၇၄) လောက၌ - များသောသဘောရှိကုန်သော ဆင်းရဲဒုက္ခဟူသမျှတို့သည်၊ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံဟူသော အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။ မသိသည်ဖြစ်၍ ကုသိုလ် အကုသိုလ် ကံပြုသော ပညာနည်းသူပုထုဇဉ်သည် အဖန်တလဲလဲ ဆင်းရဲသို့ ကပ်ရောက်ရ၏။

ထို့ကြောင့် ပိုင်းခြား၍သိတတ်သူသည်၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၏ဖြစ်ကြောင်းကို ရှုဆင်ခြင်လျက် လောကီကုသိုလ် အကုသိုလ်ကံကို မပြုလုပ်ရာဟု ဟောတော်မူ၏။

(မှတ်ချက်) လက္ခဏာရေးသုံးပါးဖြင့်ရှု ဝိဇ္ဇာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်လျက် ဒါန စသည်ပြု။ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်လျှင် အဝိဇ္ဇာ စသည့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ငြိမ်း၏။

အပိုဒ် (၇၄၅) အကြင်ရဟန်းသည်၊ ဤဝေဒနာကို ဆင်းရဲကြောင်း ဟုသိ၍ ပျက်တတ်သောသဘော ဖောက်ပြန်တတ်သော သဘောကို ဉာဏ်ဖြင့်တွေ့ထိ၍ အပျက်ကိုရှုကာ ထိုဝေဒနာတို့၌ ဤသို့ ဆင်းရဲသော အဖြစ်ကို သိ၏။

(မှတ်ချက်) ဥပါဒါရုပ်တို့သည် နာသည်ကျင်သည် ဆင်းရဲသည် ချမ်းသာသည်ဟူ၍ မရှိကြ၊ ဥပမာ - ဝါဂွမ်းဆိုင်တစ်ခုနှင့် ဝါဂွမ်းဆိုင်တစ်ခု ထိခိုက်သကဲ့သို့တည်း။

မဟာဘုတ်တို့သည် နာသည်၊ ကျင်သည်၊ ဆင်းရဲသည်၊ ချမ်းသာ သည်ဟူ၍ ရှိကြသည်။ ဥပမာ -ဝါဂွမ်းဆိုင်ကို ပေပေါ်တင်၍

http://www.dhammadownload.con



တူဖြင့် ထုသော်၊ ဝါဂွမ်းဆိုင်ကိုလွန်၍ ပေသို့ ထိခိုက်သကဲ့သို့တည်း။ နာသည် ကျင်သည် - စသည်မှာ ရုပ်တရား (အဘိဓမ္မတ္ထဒီပကာ/၃၀)
အပိုဒ် (၇၅၇) သတိရှိသော ရဟန်းသည် ကံ၏ အဆောက်အဦ ဟူသော တုန်လှုပ်ခြင်းဟူသောအကြောင်းကြောင့် ဆင်းရဲဒုက္ခဖြစ်ရ၏ဟု ဤသို့သောအပြစ်ကို သိသောကြောင့် တဏှာကို စွန့်လွှတ်လျက် ကမ္မာဘိသင်္ခါရတို့ကို ချုပ်ငြိမ်းစေလျက် တဏှာမရှိသည် ဥပါဒါန်မရှိ သည်ဖြစ်၍ ဤသံသရာမှ ထွက်မြောက်ရာဟု ဟောတော်မူ၏။

## အဝိဇ္ဇာတို့ ငြိမ်းကြသည်မှာ

၁။ ကထံ နု ခေါ ဘန္တေ ဇာနတော ကထံ ပဿတော အဝိဇ္ဇာ ပဟီယတိ ဝိဇ္ဇာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ။

၂။ ကထံ နု ခေါ ဘန္တေ ဇာနတော ကထံ ပဿတော သံယောဇနာ ပဟီယန္တိ။

၃။ ကထံ နု ခေါ ဘန္တေ ဇာနတော ကထံ ပဿတော အာသဝါ ပဟီယန္တိ။

၄။ ကထံ နု ခေါ ဘန္တေ ဇာနတော ကထံ ပဿတော အနုသယာ ပဟီယန္တိ။

၅။ ကထံ နု ခေါ ဘန္တေ ဇာနတော ကထံ ပဿတော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ပဟီယတိ။

၆။ ကထံ နု ခေါ ဘန္တေ ဇာနတော ကထံ ပဿတော သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပဟီယတိ

http://www.dhammadownload.con



၇။ ကထံနုခေါ ဘန္တေ ဇာနတော ကထံပဿတော အတ္တာနုဒိဋ္ဌိ ပဟီယတိ

ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရား။ ကထံ၊ အဘယ်ကဲ့သို့။ ဇာနာတော၊ သိသောသူအား။ ကထံ၊ အဘယ်ကဲ့သို့။ ပဿတော၊ ရှုမြင်သောသူအား။ အဝိဇ္ဇာ၊ အဝိဇ္ဇာသည်။ ပဟီယတိနု၊ ပယ်ပါသနည်း။ ဝိဇ္ဇာ၊ ဝိဇ္ဇာသည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိနု၊ ဖြစ်ပါသနည်းဘုရား။

စက္ခုံ၊ စက္ခုပသာဒ အကြည်ဓာတ်ကို၊

ရူပေ၊ အဆင်းဓာတ်ရူပါရုံကို ၊

စက္ခုဝိညာဏံ၊ မြင်သိဓာတ်ကို၊

စက္ခုသမ္ဖဿံ၊ စက္ခုပသာဒ အကြည်ကိုမှီ၍ ရူပါရုံကို တွေ့ထိသော သဘောကို၊

စက္ခုသမ္ဖဿဇာဝေဒနာ၊ အာရုံကို ခံစားတတ်သောသဘောကို၊ အနိစ္စတော၊ အနိစ္စအားဖြင့်။ ဇာနတော၊ သိသောသူအား။ ပဿတော၊ ရှုမြင်သောသူအား။ အဝိဇ္ဇာ၊ အဝိဇ္ဇာသည်။ ပဟီယတိ၊ ပယ်၏။ ဝိဇ္ဇာ၊ ဝိဇ္ဇာသည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။

အနိစ္စတော၊ ဇာနာတော၊ ပဿတော၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ပဟီယတိ။ ဒုက္ခတော၊ ဇာနာတော၊ ပဿတော၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပဟီယတိ။

အနတ္တတော၊ ဇာနာတော၊ ပဿတော၊ အတ္တာနုဒိဋ္ဌိ ပဟီယတိ။

(သံ။ ၂။ ၂၅၉/၂၇၆)

ဝတ္ထု၊ အာရုံ၊ ဝိညာဏ်၊ ဖဿ၊ ဝေဒနာ ခြောက်ပါးစီ။

၆ × ၅ = ၃၀

http://www.dhammadownload.con



အနိစ္စတော (၃၀) ဒုက္ခတော (၃၀) အနတ္တတော (၃၀) ပေါင်း (၉၀) တစ်သုတ် (၉၀) သုတ်ပေါင်း ခုနစ်သုတ် (၆၃၀)ပုဒ် ပြည့်အောင် ဆိုရိုးပြုဆိုရစ်ခဲ့တော်မူကြပါလေ။

(၁၆၇၀)ပုဒ်ပြီး၏။

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ ပုဒ်ပေါင်းဆိုလို၏။

## ယခုပင် ဝိပဿနာရှုနေပေတော့အံ့

ဟန္ဒာဟံ ဣဒမေဝ မနသိကရောမိ၊

ဣတိစက္ခုံ အနိစ္စံ။ (သံ၊ ၂၊ ၃၇၈) အောက်ဆုံး။

ရူပါ အနိစ္စာ။

စက္ခုဝိညာဏံ အနိစ္စံ။

စက္ခုသမ္ဖဿော အနိစ္စော

စက္ခုသမ္ဖဿဇာ ဝေဒနာ အနိစ္စာ

ယမ္ပိဒံ စက္ခုသမ္ဖဿ ပစ္စယာဉပ္ပဇ္ဇတိ

ဝေဒယိတံ သုခံဝါ ဒုက္ခံဝါ အဒုက္ခမသုခံဝါ

တမ္ပိ၊ အနိစ္စံ။

ဟန္ဒ၊ ယခုပင်။ အဟံ၊ ငါသည်။ ဣဒမေဝ၊ ဤတရားကိုသာလျှင်။ မနသိကရောမိ၊ နှလုံးသွင်းနေပေတော့အံ့။

ဣတိ၊ ဤကား။ စက္ခုံ၊ စက္ခုပသာဒ အကြည်ဓာတ်သည်။ အနိစ္စံ၊ မမြဲ။

ရူပါ၊ အဆင်းဓာတ် ရူပါရုံသည်။ အနိစ္စာ၊ မမြဲ။

http://www.dhammadownload.con



စက္ခုဝိညာဏံ၊ မြင်သိစိတ်သည်။ အနိစ္စံ၊ မမြဲ။

စက္ခုသမ္ဖဿော၊ စက္ခုရုပ်ပါရုံ မြင်သိစိတ်ဆုံခြင်း ထိသဘော သည်။ အနိစ္စော၊ မမြဲ။

စက္ခုသမ္ဖဿပစ္စယာ၊ စက္ခုရုပ်ပါရုံ မြင်သိဆုံခြင်းကြောင့်။

ဝေဒယိတံ၊ ခံစားအပ်သော။

သုခံဝါ ဒုက္ခံဝါ အဒုက္ခမသုခံဝါ၊ သုခမှုလည်းဖြစ်ဖြစ်၊ ဒုက္ခမှု လည်းဖြစ်ဖြစ်၊ အဒုက္ခမသုခမှုလည်းဖြစ်ဖြစ်။ ယံဝေဒယိတံ၊ အကြင် ခံစားခြင်းသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ တမ္ပိ၊ ထိုခံစားခြင်းသည်လည်း။ အနိစ္စံ၊ မမြဲ။ ဣတိ၊ ဤသို့။ မနသိကရောမိ၊ နှလုံးသွင်းနေပေတော့အံ့။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

စက္ခု-အစ မနောသမ္ဖဿဇာဝေဒနာ–အဆုံး (၃၀)သော ဓမ္မ သဘာဝကို အနိစ္စဟု ရှုရပါသည်။ ဒုက္ခဟု ရှုရပါသည်။ အနတ္တဟု ရှုရပါသည်။ အနိစ္စ (၃၀)၊ ဒုက္ခ (၃၀)၊ အနတ္တ (၃၀) ပေါင်း (၉၀) မပြတ်ရှုဆင်ခြင်နေရပါသည်။ ယင်းသို့ ဆင်ခြင်သည်ကိုပင် ဝိပဿနာ အားထုတ်၏ဟုဆိုသည်။

## မဟာသတိပဋ္ဌာန် ရစေချင်ပါ၏

ရွှေအတိပြီးသော သေတ္တာကိုရသော လုလင်သည်၊ ဝတ်ပိုင်း ဝတ်စုတ် ဝတ်မှိုက်ထုပ်ကို မထည့်ဘဲ စိန်ကျောက်ရတနာ အဖြာဖြာကို သာ ထည့်ထားလေဘိသကဲ့သို့။

http://www.dhammadownload.con



ကုရုတိုင်းသား ပရိသတ်လေးပါးကို ရတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် ထိုပရိသတ်၏သန္တာန်၌ စိန်ကျောက်ရတနာ အဖြာဖြာနှင့် တူသော မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကို သွတ်သွင်းချီးမြှင့် ပေးသနားထည့်ထားတော်မူ၏။

တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော လူ့ဘဝ လူ့ခန္ဓာကိုယ်ကို ရကြရာ၊ ဝတ်ပိုင်း ဝတ်စုတ် ဝတ်မှိုက်ထုပ်ကိုသာ ထည့်ထားသူ မဖြစ်ကြစေလင့်။ စိန် ကျောက်ရတနာ အဖြာဖြာနှင့်တူသော မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကို ထည့်သွင်းထားသူများ ဖြစ်စေချင်ပါ၏။

မိမိကိုယ်ကို တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် မြင့်သည်ထက်မြင့်တတ်လိုကြသောသူတို့သည် မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကို လေ့ကျက်ဆောင်ထားကြကုန်၏။

မဟာဒတ္တနွားလားသည်၊ နွားအဖြစ်၌တည်လျက်၊ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကို ကြားနာရစဉ် ကွယ်လွန်၏။ နတ်သမီးတစ်ထောင်ခြံရံလျက် နတ်သားအဖြစ်ကို ရ၏။ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကိုပင် တစ်ဖန်ကြားနာရ၏။ နတ်သမီးတစ်ထောင်နှင့်အတူ သောတာပန်အဖြစ်သို့ရောက်ပေသည်။

သို့စင်လျက် ဖြစ်နိုင်တုံဘိသေး၏။ အဖိုးမဖြတ်နိုင်သော လူ၏အဖြစ်၌ကား အဘယ်မှာလျှင် မဖြစ်ဘဲရှိရာအံ့နည်း။ ဖြစ်ရမည်မှာမြေကြီးလက်ခတ်မလွဲ ဖြစ်ရမည်သာတည်း။

ကကုသန်ဘုရားရှင် ရှေ့လက်ထက်တော်၌၊ ဆွမ်းစားကျောင်းအနီး၌ ကျက်စားသော ကြက်မသည်၊ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း တရားစာရွတ်ဆိုပွားများသော ရဟန်း၏ တရားအသံ ကြားနာအာရုံယူခိုက်

http://www.dhammadownload.con



သေ၏။ ဥပရိမည်သော မင်းသမီးအဖြစ်သို့ ရောက်ရတုံသေး၏။

ထို့နောက် ဘဝခြား၍ ငါတို့ဘုရားရှင်သည် ထိုဝက်မငယ်ကို မြင်တော်မူ၍၊ ယထာပိမူလေ အနုပဒ္ဒဝေ-အစရှိသောတရားကို ဟောကြားတော်မူ၏။ များစွာသော ပရိသတ်တို့သည် သောတာပန် အဖြစ် စသည်သို့ရောက်ကြကုန်၏။ ထိုဝက်မငယ်သည်၊ ဝက်မငယ် အဖြစ်လွန်၍ သုဝဏ္ဏဘူမိ၌ မင်းသမီးအဖြစ်ကို ရ၏။ ထိုနောက် ဘဝ ခြား၍ သူကြွယ်သမီး သုမနဖြစ်၏။ ဒုဋ္ဌဂါမဏိမင်းကြီး၏ အမတ်ကြီး သည်သူကြွယ်သမီးသုမနကို ကြီးစွာသော မင်္ဂလာပြု၍ ဆောင်ယူ၏။

မဟာအနုရုဒ္ဓါထေရ်သည်၊ ဆွမ်းခံကြွစဉ်မြင်ရ၍။ ငါရှင်တို့ ဝက်မငယ်သည် အမတ်ကြီးမယားအဖြစ်သို့ ရောက်ရသည်ကား အံ့ဖွယ်ရှိပေစွဟု ရဟန်းတို့နှင့်ပြော၏။ ထိုစကားသံကို သုမနကြား လေလျှင် အတိတ်ဘဝကို ဖွင့်လှစ်၍ မြင်နိုင်သော ဉာဏ်အမြင်ရ၏။ ကြီးစွာထိတ်လန့်၏။ ခင်ပွန်းလင်ကို တောင်းပန်၍ ရဟန်းမပြု၏။ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကို တစ်ဖန်ကြားနာရ၏။ သောတာပန်အဖြစ်သို့ ရောက်ရလေတော့၏။

သို့စင်လျက်၊ ဖြစ်နိုင်တုံဘိသေး၏။ အဘိုးအနဂ္ဃထိုက်တန် သော လူအဖြစ်ကား အဘယ်မှာ မဖြစ်နိုင်ဘဲ ရှိချေအံ့နည်း။

- ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာသည်လည်းကောင်း၊
- တပည့်ယောဂီသည်လည်းကောင်း၊
- မဟာသတိပဋ္ဌာန်ကို အရဆောင်စေချင်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.con



## ကျက်စားစရာစားကျက်

တရံရောအခါ ဗီလုံးငှက်သည် မိမိစားကျက်မှလွန်၍ သူတစ်ပါးစားကျက်၊ ကျက်စားမိ၏။ သိန်းစွန်သုတ်ချီခြင်းသို့ ရောက်ရ၏။ ကြီးစွာသောဆင်းရဲသို့ သက်ဆင်းရပေ၏။ (သတိပဋ္ဌာနသံယုတ်) (သံ/၃/၁၂၇)

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်လည်း၊ မိမိအဖ မြတ်စွာဘုရားစားကျက်ဖြစ်သည့် သတိပဋ္ဌာန်အာရုံ၌သာ ကျက်စားရပေမည်။ သတိပဋ္ဌာန်အာရုံ စားကျက်မှလွန်၍ အခြားကာမဂုဏ်အာရုံ ကျက်စားမိလျှင်ဖြင့် မာရ်မင်း၏ ကျော့ကွင်းသို့ သက်ဆင်းရ၏။ မာရ်မင်းအလိုသို့ လိုက်ပါရတော့၏။ ကြီးစွာသော ဆင်းရဲတွင်းသို့ အဖန်တလဲလဲ သက်ဆင်းရပေတော့၏။

ဆီအတိပြည့်သည့် သပိတ်ပိုက်၍ လူသူထူထပ်လှသည့် ပွဲခင်းအလယ်တိုးဝင်သွားရမည့် ရာဇဝတ်သား၊ ဆီတစ်စက်မျှ ယိုဖိတ်ကျက၊ သင့်ဦးခေါင်း သန်လျက်ဖြင့် ဖြတ်အံ့ဟု သံလျက်မိုးလျှက် လိုက်ပါလာချေသည်။ အသက်အန္တရာယ် ဦးခေါင်းပြတ်မည့်ဘေးမှ ကြောက်ရွံ့၏။ ဆီစက်ကျမည့်အရေး မကျအောင်သတိဖြင့် မပြတ်နှလုံးသွင်းသွားရပေသည်။

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်လည်း အပါယ်ကျမည့်အရေး၊ ဇာတိစသော ဝဋ္ဋဒုက္ခတို့မှ ကျွတ်လွတ်မည့်အရေး၊ အစဉ်တွေးကြောက်ရွံ့ရ၏။ မဟာသတိပဋ္ဌာန်အာရုံ စားကျက်မှလွန်၍ ကာမဂုဏ်အာရုံစားကျက် မကျက်စားဘဲ အာရုံမယူဘဲ၊ မိမိအဖ မြတ်စွာဘုရား

http://www.dhammadownload.con



ကျက်စားရာ အာရုံ သတိပဋ္ဌာန်ကိုသာ ကျက်စားရမည်၊ အာရုံယူရမည်ဟု သိရပါသည်။ (မဟာဝဂ္ဂသံယုတ်) (သံ/၃/၁၄၇)

ဤမျှ ကျင့်သုံးလျှင်၊ ဥပမာ ရေမွတ်သိတ်ရေဆာသူ ရေရှာ၏။ ရေတွင်း၌ ရေကိုမြင်ရ၏။ ကြိုးနှင့်ပုံး မပြည့်စုံ၍ ရေမသောက်ရသေး။ ယောဂီရဟန်းသူမြတ်လည်း၊ ဝိဇ္ဇာနှင့်စာရဏ မပြည့်စုံသေး၍ နိဗ္ဗာန ခတ်သို့ မသက်ရောက်ရသေး၊ သို့ပေမယ့် အာရုံပြုသောအားဖြင့် အနုဗောဓဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်ကျင့်သုံးအားထုတ်ရသည်မှာ အလွန်အကြူး အထူးပင် ဉာဏ်အမြင် အလေ့အကျက် အားကောင်းလာပေတော့သည်။ (သံ/၁/၃၃၉)

## အာနာပါန ကောက်နုတ်ချက်

အို ရဟန်းတို့ -

သတိလွတ်သောသူအား
ပညာအဆင်ခြင်ကင်းသောသူအား
အာနာပါနဿတိဘာဝနာကို
ငါဘုရားဟောတော်မမူ၊
သတိသမ္ပဇဉ်နှင့် ပြည့်စုံသောသူအားသာ
အလုံးစုံသော ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ပြည့်စုံ၏။

အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည်ကား -

ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ ဘုရားသားတော် ယောက်ျားမြတ်တို့သာလျှင် နှလုံးသွင်းရာ ဌာနဖြစ်၏။ သိမ်သိမ်ငယ်ငယ်မဟုတ်။

http://www.dhammadownload.con



သာမာန်လူစားများ၊ နည်းနာကျကျ၊ သဘာဝအညီ မှီဝဲနိုင်သည် မဟုတ်။ အကြောင်းအကြောင်းသို့ နှလုံးသွင်း၏။ ထိုနှလုံးသွင်းသောအတိုင်း၊ ငြိမ်သက်သည်လည်း ဖြစ်၏။ သိမ်မွေ့သည်လည်းဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် အာနာပါန အားထုတ်သူသည် ကြီးစွာသော သတိပညာကို အလိုရှိအပ်လေသည်။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ်ပြန်-ပ-၅၆၆/အပိုဒ်-၂၃၀)

အာနာပါန၌ ဥပမာကား- လိမ္မာသော ပန်းပွတ်သမားသည်၊ စည်ကြီးအစရှိသည်ကို ပွတ်လုပ်သောအခါ၊ ပွတ်ကြိုးကို ရှည်ရှည် ဆွဲငင်သကဲ့သို့၊ ဆံထိုး ဆံကျင်အစရှိသည်ကို ပွတ်လုပ်သောအခါ၊ ပွတ်ကြိုးကို တိုတိုဆွဲငင်သကဲ့သို့။ ထို့အတူ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ရှည်ရှည်ဖြစ်စေသည့်အခါ၊ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ရှည်ရှည်ဖြစ်စေသည်။ တိုတိုဖြစ်စေသည့်အခါ၊ တိုတိုဖြစ်သည်ဟု အောက်မေ့ခြင်း သတိကို ပြုရာသည်။

ထိုသို့ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို အရှည်အတိုအားဖြင့် အောက်မေ့သိမ်းဆည်းခြင်း သတိရှိရမည်။

ထွက်သက် ဝင်သက်သည် ရုပ်မည်၏။

ရုပ်ဖြစ်သော အာရုံကို တွေ့ထိတတ်သောသဘောသည် ဖဿ။

ရုပ်ဖြစ်သော အာရုံကို ခံစားတတ်သောသဘောသည် ဝေဒနာ။

ရုပ်ဖြစ်သော အာရုံကို မှတ်၍ သိတတ်သောသဘောသည် သညာ။

ရုပ်ဖြစ်သော အာရုံသို့ ရှေ့ရှုတင်တတ်သောသဘောသည် စေတနာ။

http://www.dhammadownload.con



ရုပ်ဖြစ်သော အာရုံကို အထူးသဖြင့် သိတတ်သောသဘော
သည် ဝိညာဉ်။

ဟု ဆိုအပ်သော ဖဿပဉ္စမက တရားငါးပါး အပေါင်းသည်၊ ရုပ်ကိုညွတ်၍ သိတတ်သောကြောင့် နာမ်မည်၏။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းကား -

အဝိဇ္ဇာ တဏှာ အစရှိသော တရားများဖြစ်၏။

အကြောင်းတရားကို စွဲ၍ အကျိုးတရားဖြစ်ခြင်းမျှသာ၊ ငါ သူတစ်ပါး၊ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမဟုတ်။ အဟုတ်ကား- အကြောင်းနှင့် တကွသော နာမ်ရုပ်တရားကို

အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟု
လက္ခဏာရေးသုံးပါးသို့တင်၍
ဝိပဿနာကို ရှုဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းမပြတ်
အောက်မေ့ခြင်းကို ပြုရာသည်။

## ဣရိယာပထ ကောက်နုတ်ချက်

ခွေးစသော သတ္တဝါတို့ပင်သော်လည်း၊ သွားလျှင် သွား၏ဟု သိကြကုန်၏။ ယင်းသို့ သိခြင်းသည်

ငါဟူသော အမှတ်သညာမကွာ
သတ္တဝါဟူသော အယူကိုလည်းမစွန့်
ကမ္မဋ္ဌာန်းလည်းမဖြစ်၊ သတိပဋ္ဌာန်လည်းမဟုတ်။

သွားလျှင် သွား၏၊ ရပ်လျှင် ရပ်၏၊ ထိုင်လျှင် ထိုင်၏၊ လျောင်းလျှင် လျောင်း၏ဟု အောက်မေ့သိမ်းဆည်းသတိကို ဖြစ်စေ

http://www.dhammadownload.con



ရ၏။ သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်းတတ်သော ငါသူတစ်ပါးမရှိ။ သွားမည်၊ ရပ်မည်၊ ထိုင်မည်၊ လျောင်းမည်ဟု စိတ်သည်ဖြစ်၏။ စိတ်ဖြစ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်တည်း၊ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော လှုပ်ရှားသော ဝါယောဓာတ်ရုပ်သည်ဖြစ်၏။ လှုပ်ရှားဝါယောဓာတ် ပျံ့နှံ့သဖြင့် လျောင်းထိုင်ရပ်သွား ဖြစ်ရပေသည်။

ဥပမာ လှည်းသမားလှည်းနှင်သည်ရှိသော် လှည်းသွားသည်ရပ်သည်ခေါ်ဝေါ်ခြင်းမျှသာဖြစ်၏။ လှည်းသမားနှင့်တူသော သွားလို၊ ရပ်လို၊ ထိုင်လို၊ လျောင်းလိုသောစိတ်သည် နွားနှင့်တူသော စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သော ဝါယောဓာတ်လှုပ်ရှားမှုကို ဖြစ်စေ၏။ လှည်းနှင့်တူသော တစ်ကိုယ်လုံးရှေ့တက်သည်ကို သွားသည်ဟု ဆိုအပ်၏။

သွားလို ရပ်လိုသောစိတ်ကား နာမ်တရားဖြစ်၏။

လှုပ်ရှားသော ဝါယောဓာတ်ကား ရုပ်တရားဖြစ်၏။

ရုပ်နာမ်သည် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါမဟုတ်။ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တသာ ဟုတ်သည်ဟု ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် မပြတ်နှလုံးသွင်းရှု ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်းကို ပြုရာသည်။

## သမ္ပဇဉ် ကောက်နုတ်ချက်

၁။ ရှေ့တက်၊ နောက်ဆုတ်။

၂။ တူရူကြည့်၊ စောင်းငဲ့ကြည့်။

၃။ ကွေး၊ ဆန့်။

၄။ အဝတ်ပုဆိုးဝတ်။

၅။ စား၊ သောက်၊ ခဲ၊ လျက်။

http://www.dhammadownload.con



၆။ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်စွန့်။

၇။ သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ အိပ်၊ နိုး၊ စကားဆို၊ ဆိတ်ဆိတ်နေ။

ဤ (၇)ဌာန၊ အချက် (၂၂)ချက်၌ သမ္ပဇဉ် (၄)ပါးနှင့် ညှိ၍ (၈၈)ချက် ပညာဉာဏ် အဆင်အခြင် ပြုရာသည်။

အသို့ပြုရမည်နည်း ဟူမူကား
အကျိုးရှိ မရှိ၊ အကျိုးပင်ရှိသော်လည်း
သင့် မသင့်၊ အကျိုးလည်းရှိ သင့်လည်း
သင့်သော်လည်း၊ နာမ်ရုပ် ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ
ယူမိ မယူမိ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ ယူမိသော်လည်း
ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားဖြစ်သည့် ရုပ်တရား နာမ်တရားများကို
အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု ပညာဉာဏ်ဖြင့်
ရှုမိ မရှုမိကို၊ သတိသမ္ပဇဉ် အစဉ်မပြတ်
နှလုံးသွင်း အောက်မေ့ အားထုတ်ခြင်းအမှုကို
ပြုကြရာသည်။

## ပဋိက္ကူလမနသိကာရ ကောက်နုတ်ချက်

ဥပမာ၊ ကောက်မျိုးပဲနှမ်းဆန်တို့ဖြင့်ပြည့်သော အောက်အထက် အဝနှစ်ဘက်ရှိသောအိပ်ကို ဖြေ၍ကြည့်သည်ရှိသော် မျက်စိ အမြင်ရှိသော ယောကျ်ားသည် –

ဤကားသလေး။ ဤကားကောက်။
ဤကားပဲနောက်။ ဤကားပဲလွန်း။ ဤကားနှမ်း။
ဤကားဆန်ဟူ၍ ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရာသကဲ့သို့၊

http://www.dhammadownload.con



ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်သော ယောဂီသူမြတ်သည်၊

ခြေဖဝါး အပြင်မှသည် အထက်ဆံဖျားတိုင်အောင် ဤသို့ ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရာသည်။

ဤကားဆံ။ ဤကားအမွေး။ ဤကားခြေသည်းလက်သည်း။

ဤကားသွား။ ဤကားအရေ။

ဤကားအသား။ ဤကားအကြော။ ဤကားအရိုး။

ဤကားခြင်ဆီ။ ဤကားအညို့။

ဤကားနှလုံးသား။ ဤကားအသည်း။ ဤကားအမြှေး။

ဤကားအဖျဉ်း။ ဤကားအဆုတ်။

ဤကားအူမ။ ဤကားအူသိမ်။ ဤကားအစာသစ်။

ဤကားအစာဟောင်း။ ဤကားဦးနှောက်။

ဤကားသည်းခြေ။ ဤကားသလိပ်။ ဤကားပြည်။

ဤကားသွေး။ ဤကားချွေး။ ဤကားအဆီခဲ။

ဤကားမျက်ရည်။ ဤကားဆီကြည်။ ဤကားတံတွေး။

ဤကားနှပ်။ ဤကားအစေး။ ဤကားကျင်ငယ်ဟု

(၃၂)ပါးသော စက်ဆုတ်ရွံ့ရှာဖွယ်အစု အတိသာ ပြည့်လေသည်ဟု ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရာသည်။

http://www.dhammadownload.con



## ဓာတုမနသိကာရ ကောက်နုတ်ချက်

ဥပမာ၊ နွားသတ်ယောက်ျားသည် နွားကို အစားကျွေးမွေးသည့်အခါ၊ သတ်ရာသို့ ဆောင်ယူသည့်အခါ၊ သတ်၍ သေသည့်အခါ နွားဟူသော အမှတ်အသား သညာရှိပေသည်။

အသားတစ်ခြား၊ အရိုးတစ်ခြား၊ အရေတစ်ခြား၊

အကြောတစ်ခြား၊ အသီးသီးအစုအပုံ ဝေဖန်ပိုင်းခြားသည့်အခါ၌ကား၊ နွားဟူသော အမှတ်သညာကင်း၏။ အမဲဟူသော အမှတ်သညာဖြစ်၏။ ငါအမဲရောင်းသည်ဟူသော အမှတ်သညာဖြစ်၏။ ထိုသူတို့ အမဲဝယ်သည်ဟူသော အမှတ်သညာဖြစ်ကြသကဲ့သို့ သွားရပ် ထိုင် လျောင်းဟူသော လေးပါးဖြစ်တည်သော ဤကိုယ်သည်

၁။ ကြမ်းတမ်းခက်မာခြင်း ပထဝီဓာတ်

၂။ ပျော့ညံ့ဖွဲ့စည်းခြင်း အာပေါဓာတ်

၃။ ရင့်ခြင်းကျက်ခြင်း တေဇောဓာတ်

၄။ တုန်လှုပ်ထောက်ပံ့ခြင်း ဝါယောဓာတ်

လေးပါးသော အဖို့အစုသာရှိသည်ဟု ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရာသည်။ ဆင်ခြင်အောက်မေ့သောအခါ ငါ သူဟူသော အမှတ်သညာ ကွာ၏။ မဆင်ခြင် မအောက်မေ့သောအခါ၊ ငါ သူတစ်ပါးဟူသော အမှတ်သည် ထင်ပြန်၏။

ထို့ကြောင့် အစဉ်သဖြင့် ဓာတ်လေးပါး အစုအဖို့သာရှိသည်ဟု မပြတ်နှလုံးသွင်း အောက်မေ့အားထုတ်ခြင်းကို ပြုကြရာသည်။

http://www.dhammadownload.con



## နဝသိဝထိက ကောက်နုတ်ချက်

၁။ သေ၍ တစ်ရက်နှစ်ရက် သုံးရက်ရှိ၍ သချိုင်းစွန့်ပစ်အပ်သော ဖူးဖူးရောင်သောအကောင်။
အဖြူ, အနီရောသော ညိုသောအဆင်းရှိသော အကောင်။
ကိုးပေါက်ဒွါရ အမာဝမှ ယိုကျဖြိုးဖြိုးရွံ့ရှာဖွယ်ရှိသော အကောင်။

၂။ ကျီး, လင်းတ, ခွေးအစရှိသော အကောင်တို့ ထိုးဆွကိုက်ခဲသည့် အကောင်။

၃။ အသွေးအသားနှင့်အတူ အကြောမပြတ်သေးသော အရိုးစု ရှိသောအကောင်။

၄။ အသားမကပ် အသွေးလိမ်းကျံ၍ အကြောမပြတ်သေးသော အရိုးစု။

၅။ အသားအသွေးမကပ် အကြောမပြတ်သေးသော အရိုးစု။

၆။ လက်ရိုး, ခြေရိုး, ဖမျက်ရိုး, မြင်းခေါင်းရိုး, ပုဆစ်ရိုး, ခါးရိုး, ပေါင်ရိုး, နံရိုး, ကျောရိုး, လက်ပြင်ရိုး, လည်ရိုး, မေးရိုး, သွားရိုး, ဦးခေါင်းရိုး, ဖရိုဖရဲ အကွဲကွဲအပြဲပြဲ ဖြစ်နေကြသည်။

၇။ ဖွေးဖွေးဖြူသော အရိုးစု။

၈။ နှစ်လည်ခါကျူး လွင်တီးခေါင်၌ ဟောင်းမြင်းစုပုံထားသောအရိုးစု။

၉။ ဆွေးပုတ် မှုန့်မှုန့်ညက်ညက်ဖြစ်လေပြီးသော အရိုးစု။
အသီးသီးကို မြင်သည့်ကာလ၊ မြင်အောင်အာရုံယူ၍
ငါ၏ကိုယ်သည်လည်း ဤကဲ့သို့သော သဘောရှိ၏။
ဤသို့ ဖြစ်ရအုံးမည်။

http://www.dhammadownload.con



ဤအဖြစ်မျိုးကို မလွန်ဆန်နိုင်ဟု
မပြတ်နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်အောက်မေ့ အားထုတ်ခြင်းကို ပြုကြရာသည်။

ကာယနုပဿနာ (၁၄)ပါး ကောက်နုတ်ချက်
ကျင့်သုံးဖွယ်ပြီး၏။

## ဝေဒနာရှုကွက် ကောက်နုတ်ချက်

ဝေဒနာရှုလျှင် သတိနှင့်သမ္ပဇဉ် ပြည့်စုံရပါမည်။
သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး လေ့ကျက်သော သတိဖြစ်ရမည်။
သမ္ပဇဉ် (၇)ဌာန (၂၂)ချက် သမ္ပဇဉ်လေးချက်ညီပြီး
(၈၈)ချက် ဆင်ခြင်ဉာဏ်နှင့်ပြည့်စုံရပါမည်။ (သံ/၃/၁၂၃/၄)

သို့မှသာ ထင်သမျှဝေဒနာရှုကွက် မှန်မှန် ရှုဆင်ခြင်နိုင်မည်။ ရှုလျှင် စိတ်ကိုလည်း အာရုံမပြုဘဲ။ ရုပ်ကိုလည်း အာရုံမပြုဘဲ။ ဝေဒနာမှ ကျန်စေတသိက်ကိုလည်း အာရုံမပြုဘဲ။ ဝေဒနာကိုသာ ကွင်းကွင်းကွက်ကွက် အာရုံယူ၊ တိကျစွာ ရှုကွက်မှာ ခက်ခဲနက်နဲ သိမ်မွေ့လေစွ။

ကျွန်တော်ဆိုတဲ့ ဝေဒနာကလေ ချိုမှန်း, ချဉ်မှန်း, နာမှန်း, ကျင်မှန်း, မသိပါဘူးဗျာ။ ခံစားတာနဲ့ဖြစ်ရင် ပျက်သွားတာပါပဲဗျာ သိတာက– ဟိုအကောင် စိတ်စိတ်။ ချိုတာ, ချဉ်တာက–ရသာရုံ ရုပ်ဗျ။ နာတာ ကျင်တာက ဓာတ်ကြီးလေးပါးဖောက်ပြန်တာ ရုပ်ပါဗျ။ ရုပ်ဗျ။ ကျွန်တော်ဆိုတဲ့ ဝေဒနာကို ချိုတယ်, ချဉ်တယ်, နာတယ်, ကျင်တယ်

http://www.dhammadownload.con


လို့ စွပ်စွဲနေကြတာ မှားမနေကြဘူးလားဗျာ။ ချိုမှု, ချဉ်မှု, နာမှု, ကျင်မှု, အောင့်အင်းမှု, တောင့်တင်းမှုကို အာရုံခံစားတာသာ ကျွန်တော် ဝေဒနာဗျ။ ဝေဒနာသဘာဝ ကွင်းကွင်းကွက်ကွက် အာရုံယူပြီး အနိစ္စ စသည်ဖြင့် မပြတ်နှလုံးသွင်း ဝိပဿနာ ပွားများအားထုတ်နေရပါမည်။

ဥပါဒါရုပ်တို့သည် နာသည်, ကျင်သည်, ဆင်းရဲသည်, ချမ်းသာ သည်ဟူ၍ မရှိကြ။ ဥပမာ၊ ဝါဂွမ်းဆိုင်တစ်ခုနှင့်တစ်ခု ထိခိုက်သကဲ့သို့ တည်း။ ဘူတရုပ်တို့သည် နာသည်, ကျင်သည်, ဆင်းရဲသည်, ချမ်းသာ သည်ဟူ၍ ရှိကြ၏။ ဥပမာ ဝါဂွမ်းဆိုင်ကို ပေပေါ်တင်၍တူဖြင့်ရိုက် သော် ဝါဂွမ်းဆိုင်လွန်၍ ပေပေါ်သို့ ထိခိုက်သကဲ့သို့တည်း။ (အဘိဓမ္မတ္ထဒီပက-၃၀)

ဒွေဥရှင်္ဂနိဘိန္ဒိတွာ။ ထေရဿ ဝေဒနံဝိက္ခမ္ဘေတွာ သီလံပစ္စ ဝေက္ခတော ပရိသုဒ္ဓသီလံနိဿာယ ပီတိ ပါမောဇ္ဇံ ဥပ္ပဇ္ဇိ။ တတော အနုက္ကမေန ဝိပဿနံ ဝဍ္ဎေန္တော။ ပ ။ အရဟတ္တံပတ္တော။ (ဒီ-၃/၃၃၉) (၄)

## စိတ်ရှုကွက် ကောက်နုတ်ချက်

စိတ်သည် ဓမ္မသဘာဝအားဖြင့် တစ်ခုချင်းတစ်ခုချင်း ဖြစ်ပေါ် လာပြီးလျှင် တစ်ခဏချင်း တစ်ခဏချင်း လျင်မြန်ဆုံး ချုပ်ပျောက် သွားကြသည်မှာ ဓမ္မနိယာမဟု စွဲမြဲစွာ သိရှိအပ်၏။

အိပ်သည့်အချိန်ကို ချန်ထားပြီး၊ ကျန်အချိန်များ၌ ကုသိုလ် စိတ်ရှစ်မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်နေပေသည်။ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်မနေလျှင် အကုသိုလ်စိတ် (၁၂)မျိုးထဲက တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်နေ၏။ ရှုကွက် ကုသိုလ်

http://www.dhammadownload.con


နှင့် အကုသိုလ်(၂)ကွက်၊ ငါ၏စိတ်သည် မည်သည့်အကွက်၌ ကျက်စားဖြစ်နေသနည်းဟု ရှုဆင်ခြင်ရသည်။ မပြတ်နှလုံးသွင်း အောက်မေ့ရသည်။

အကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်နေက၊ လူနတ်ဆင်းရဲမက ငရဲတိရစ္ဆာန် အပါယ်ထိ ကျရောက်နိုင်၏။ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်သော် လူနတ်ချမ်းသာမက– မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်အထိ ရောက်နိုင်၏။ သောတာပန် ဖြစ်နိုင်၏။ အပါယ်တံခါးပိတ်၏။ ဝိသာခါ အနာထပိဏ်လို ဘုံစဉ်စံနိုင်၏။ ဤကား ဓမ္မနိယာမ၏ အစွမ်းသတ္တိဖြစ်သည်။

တပ်မက်ခြင်းနှင့်တကွဖြစ်သောစိတ်ကို တပ်မက်သော လောဘစိတ်

ဒေါသနှင့်တကွဖြစ်သောစိတ်ကို ဒေါသနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်

မောဟနှင့်တကွဖြစ်သောစိတ်ကို မောဟနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်

ကွဲပြားခြားနားစွာ သိရ၏။ သိပုံကား –

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်၊ လောဘဖြစ်ပေါ်လာမူ

ဩဘ်– လောဘစိတ်ဖြစ်ပေါ်ပေပြီဟု သိလိုက်သောစိတ်၊ ဆင်ခြင်လိုက်သောစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာသည်နှင့်တပြိုင်နက်၊ လောဘစိတ် ချုပ်ပျောက်သွားတော့၏။ ချုပ်ပျောက်သွားသော လောဘစိတ်ကို အနိစ္စစသည်ဖြင့် လက္ခဏာရေးသုံးပါး တင်ရှု ဝိပဿနာပွားများ အားထုတ်နေရပါမည်။

http://www.dhammadownload.con


အကုသိုလ်စိတ်မှ ကုသိုလ်စိတ်သို့ တက်ကာ ဒါနသီလ သမထထက် အဖိုးမဖြတ်နိုင်အောင် အကျိုးကျေးဇူးများတဲ့ ဝိပဿနာ ကုသိုလ်ကြီးကို လှုလှုပိုင်ပိုင် ရယူကြရမည်ဖြစ်ပေတော့၏။

## ဓမ္မာနုပဿနာ နီဝရဏရှုကွက် ကောက်နုတ်ချက်

၁။ ကာမစ္ဆန္ဒ၊ ဝတ္ထုကာမကို လိုချင်တောင့်တခြင်း။
၂။ ဗျာပါဒ၊ သူတစ်ပါးကို ပျက်စီးစေခြင်း။
၃။ ထိနမိဒ္ဓ၊ နာမကာယ၏ မခံ့ခြင်း။ ပျင်းရိခြင်း။
၄။ ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ၊ ပျံ့လွင့်ခြင်း နောင်တပူပန်ခြင်း။
၅။ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ အာရုံကို မဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်း။

မိမိသန္တာန် အထက်ပါ နီဝရဏ (၅)ပါး တစ်မျိုးမျိုးဖြစ်လျှင် ဖြစ်၏။ မဖြစ်လျှင် မဖြစ်ဟု ဆင်ခြင်သုံးသပ်နှလုံးသွင်းကြရပါသည်။

မသင့်သောအားဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းကြောင့် မဖြစ်သေးသော နီဝရဏဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဖြစ်ပြီးသော နီဝရဏ အလွန်တိုးပွားပါသည်။ သင့်သောအားဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းကြောင့် မဖြစ်သေးသော နီဝရဏ မဖြစ်။ ဖြစ်ပြီးသော နီဝရဏကိုပယ်၏။ ပယ်ပြီးသော နီဝရဏ အသစ်တစ်ဖန် မဖြစ်ပြန်အောင် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရာသည်။

ကုသိုလ်ကိစ္စဖြစ်ဖို့ မဖြစ်အောင် နှောင့်ယှက်တားမြစ်တတ်သော သဘောသတ္တိကို နီဝရဏဟု ဆိုအပ်၏။

http://www.dhammadownload.con


## ခန္ဓာရှုကွက်မှာ –

စာမျက်နှာ (၂၇)၌ ပြခဲ့ပြီးသောနည်းဖြင့်၊

အကြောင်းတရားဖြစ်သည်ရှိသော် အကျိုးတရားဖြစ်၏။

အကြောင်းတရားချုပ်သည်ရှိသော် အကျိုးတရားချုပ်၏ဟု ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရာသည်။

ကမ္မသ္မိံ သတိ ကမ္မံ ဟောတိ
ကမ္မသ္မိံ အသတိ ကမ္မံ နဟောတိ
(သံ–၁/၂၆၆)

## အာယတနရှုကွက် ကောက်နုတ်ချက်

စက္ခုပသာဒရုပ် အစရှိသော ဝတ္ထုရုပ် (၆)ပါးကို အနိစ္စ စသည်ဖြင့် ရှုပါရုံစသော အာရုံ (၆)ပါး အနိစ္စစသော ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုမြင်သိရှိရပါမည်။

မရှုမမြင် မသိရှိပါက၊ သံယောဇဉ် (၁၀)ပါး တစ်ပါးပါးဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် သံယောဇဉ်ကိုလည်း အနိစ္စစသော ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုမြင်သိရှိရပါမည်။

မသင့်သောနှလုံးသွင်းကြောင့် မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ်ဖြစ်ပေါ်၏။ ထိုသံယောဇဉ်ကိုလည်း အနိစ္စ စသော ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုမြင်သိရှိရပါမည်။ သင့်သောနှလုံးသွင်းကြောင့် ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်ကိုလည်း ပယ်၏။ ထိုသံယောဇဉ်ကိုလည်း အနိစ္စ စသည့် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုမြင်သိရှိရပါမည်။

http://www.dhammadownload.con



## သံယောဇဉ် (၁၀)ပါး

၁။ အာရုံမက်မောလျှင် ကာမရာဂ, သံယောဇဉ်ဖြစ်၏။

၂။ အမျက်ထွက်လျှင် ပဋိဃ, သံယောဇဉ်ဖြစ်၏။

၃။ ငါ့အပြင်မရှိဟု ထောင်လွှားလျှင် မာန, သံယောဇဉ်။

၄။ ရုပ်နာမ်စသည်သည် မြဲ၏ဟုယူလျှင် ဒိဋ္ဌိ, သံယောဇဉ်။

၅။ ဤသည်ကား သတ္တဝါဟုတ်လေသလော မဟုတ်လေသလော ဟုတွေးတောလျှင် ဝိစိကိစ္ဆာ, သံယောဇဉ်။

၆။ ရသည့်ဘဝ သာယာလျှင် မရသည့်ဘဝ တောင့်တလျှင် ဘဝရာဂ, သံယောဇဉ်။

၇။ ခွေး, နွားအကျင့် ကျင့်လျှင် သီလဗ္ဗတပရာမာသ, သံယောဇဉ်။

၈။ ငြူစူလျှင် ဣဿာ, သံယောဇဉ်။

၉။ ဝန်တိုလျှင် မစ္ဆရိယ, သံယောဇဉ်။

၁၀။ မောဟ၏ အစွမ်းဖြင့် ဖြစ်သော ကာမရာဂ, သံယောဇဉ်စသည် ဖြစ်ရခြင်းသည် အဝိဇ္ဇာ, သံယောဇဉ်။

ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ဗောဇ္ဈင်ကိုလည်း အနိစ္စ စသည့် ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုမြင်သိရှိရပါသည်။

ဖြစ်ပြီးသော ဗောဇ္ဈင်ကိုလည်း ပွားများခြင်း ပြည့်စုံစေခြင်းဟု ဉာဏ်အမြင် အဖန်ဖန်ပွားများ ရှုမြင်သိရှိရပါသည်။

## သစ္စာရှုကွက် ကောက်နုတ်ချက်

ယောဂီရဟန်းသူမြတ်သည်၊

ပဉ္စက္ခန္ဓော ဒုက္ခ။ တဏှာသမုဒယော

ဤသို့ အကျဉ်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊

ကတမေ ပဉ္စက္ခန္ဓာ၊ ရူပက္ခန္ဓာ စသော

အကျယ်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊

ဆရာ၏အထံ၌ သင်၍ နှုတ်ဖြင့် အဖန်တလဲလဲ တပြောင်းပြန်ပြန် စီးဖြန်းရွတ်ဖတ်ခြင်းအမှုကို ပြုရာ၏။

ဒုက္ခသစ္စာ, သမုဒယသစ္စာတို့၌ ပါဠိသင်ခြင်း, အဋ္ဌကထာသင်ခြင်း, နာခြင်း, ဆောင်ခြင်း, သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် သမ္မသန ပဋိဝေဓဉာဏ်အမြင် ဖြစ်ပေါ်လာပေမည်။

နိရောဓသစ္စာ, မဂ္ဂသစ္စာတို့ကား ကြားနာခြင်းဖြင့် သဝနပဋိဝေဓဉာဏ်အမြင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပေသည်။ လောကီမဂ္ဂသစ္စာဖြစ်သော ဝိပဿနာဉာဏ်ကား ကျင့်သုံးအားထုတ်အပ်သော ကိစ္စအားဖြင့် ဉာဏ်အမြင် ထက်မြက်လာပေမည်။

http://www.dhammadownload.con



ဒုက္ခ, သမုဒယ, မဂ္ဂသစ္စာတို့သည် ပိုင်းခြားရှုမြင် ကျင့်သုံးရခြင်းဖြင့် ကိစ္စပဋိဝေဓဉာဏ် ရနိုင်ပါသည်။ နိရောဓသစ္စာ၌ကား အာရုံပြုပြုပေးပါမှ အာရမ္မဏပဋိဝေဓဉာဏ်အမြင်ပေါက် နိဗ္ဗာန်သို့ အသိရောက် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါသည်။

ဤသို့လျှင် စတုသစ္စ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုလည်း အဖန်တလဲလဲ စီးဖြန်းရာ ပွားစေရာ အားထုတ်နှလုံးသွင်း ကျင့်သုံးစေရာသည်။

ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်လိုရင်း ရှုကွက်များ ပြီးဆုံးခြင်းသို့ ရောက်၏။

## မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

၁။ ဧဝံမေသုတံ – ဧကံသမယံ ဘဂဝါ ကုရူသုဝိဟာရတိ ကမ္မာသဓမ္မံ နာမ ကုရူနံ နိဂမော။ တတြခေါ ဘဂဝါ ဘိက္ခူ အာမန္တေသိ "ဘိက္ခဝေါ" တိ။ "ဘဒ္ဒန္တေ"တိ တေဘိက္ခူ ဘဂဝတော ပစ္စဿောသုံ။ ဘဂဝါ ဧတဒဝေါစ –

(ဥဒ္ဒေသ)

၂။ ဧကာယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ<br>
သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ<br>
သောက ပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ<br>
ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ အတ္ထင်္ဂမာယ

http://www.dhammadownload.con



ဉာယဿ အဓိဂမာယ
နိဗ္ဗာနဿ သစ္ဆိကရိယာယ၊
ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ။
ကတမေ စတ္တာရော။ (မ/၁/၇၀)

ဣဓဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု
ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျလောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ၊
ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျလောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ၊
စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျလောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ၊
ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျလောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ။

ဥဒ္ဒေသော နိဋ္ဌိတော။

http://www.dhammadownload.con



## ၁။ အာနာပါနပဗ္ဗ

ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိရဟာတိ။
ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အရညဂတောဝါ ရုက္ခမူလ ဂတောဝါ
သုညာဂါရဂတောဝါ နိသီဒတိ ပလ္လ င်္ကံ အာဘုဇိတွာ ဥဇုံ ကာယံ
ပဏိဓာယ ပရိမုခံ သတိံ ဥပထပေတွာ။
သော သတောဝ အဿသတိ၊ သတောဝ ပဿသတိ။
(ဒီဃံဝါ အ/ပ ဿသန္တော “ဒီဃံအ/ပဿသာမိ”တိ ပဇာနာတိ။
ရဿံဝါ အ/ပ ဿသန္တော “ရဿံ အ/ပ ဿသာမိ”တိ ပဇာနာတိ။
“သဗ္ဗကာယ ပဋိသံဝေဒီ အ/ပ ဿသိဿာမိ”တိ သိက္ခတိ။
“ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အ/ပ ဿသိဿာမိ”တိ သိက္ခတိ။)
သေယျာထာပိ ဘိက္ခဝေဒက္ခော ဘမ ကာရောဝါ ဘမ ကာရန္တေ
ဝါသီဝါ ဒီဃံ/ရဿံ ဝါအဉ္ဆန္တော “ဒီဃံ/ရဿံ အဉ္ဆာ မိ”တိ ပဇာနတိ။
ဧဝမေဝ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု – (      )
( (ဣတိ အဇ္ဈတ္တံဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ)
(ဗဟိဒ္ဓါဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ)
(အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။)
သမုဒယဓမ္မာ နုပဿီဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊
ဝယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊
သမုဒယဝယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။
“အတ္ထိကာယော” တိဝါ ပနဿ သတိပစ္စု ပဋ္ဌိတာ ဟောတိ
ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။

http://www.dhammadownload.con



အနိဿိတောစ ဝိဟရတိ၊
နစ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။
ဧဝမ္ပိခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ )
( ) ကို အခန်းတိုင်း (၁၄)ခန်းထိ အဆုံးတိုင်းမှာ လိုက်ဆို။

## ၂။ ဣရိယာ ပထပဗ္ဗ

ပုနစ ပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု
ဂစ္ဆန္တောဝါ "ဂစ္ဆာမိ" တိ ပဇာနာတိ၊
ဌိတောဝါ "ဌိတောမှိ" တိ ပဇာနတိ၊
နိသိန္နောဝါ "နိသိန္နောမှိ"တိ ပဇာနာတိ၊
သယနောဝါ "သယာနောမှိ"တိ ပဇာနာတိ၊
ယထာ ယထာဝါ ပနဿ ကာယော ပဏိဟိတော ဟောတိ၊
တထာတထာနံ ပဇာနာတိ။

ပဇာနာတိ – အဖွင့်၊ အလယ်လမ်းမှန် အနှစ်ချုပ်ကျင့်ဖွယ် (၇၄)ရှု။

## ၃။ သမ္ပဇည ပဗ္ဗ

ပုနစ ပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု
အဘိက္ကန္တေ ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီဟောတိ၊
အာလောကိတေ ဝိလောကိတေ သမ္ပဇာနကာရီဟောတိ၊
သမိဉ္ဇိတေ ပသာရိတေ သမ္ပာဇာနကာရီဟောတိ၊
သင်္ဃာဋိပတ္တစီဝရဓာရဏေ သမ္ပာဇာနကာရီဟောတိ၊
အသိတေ ပီတေ ခါယိတေ သာယိတေ သမ္ပာဇာနကာရီဟောတိ၊

http://www.dhammadownload.con



ဥစ္စာရ ပဿာဝကမ္မေ သမ္ပဇာနကာရီဟောတိ၊
ဂတေဌိတေ နိသိန္နေ သုတ္တေ ဇာဂရိတေ ဘာသိတေ
တုဏှိဘာဝေ သမ္ပဇာန ကာရီဟောတိ။

၇/၁၂/၉၉ ဘဒ္ဒန္တဇောတိက၊ မဟာကမ္မဌာနစရိယ၏အခွေ
B - ၉/၁၀/မှာ သမ္ပဇာနကာရီကို အသေးစိတ်ရှင်းပြထားသည်။

သမ္ပဇည = ဆင်ခြင်ရန် (၄)ပါးမှာ
အကျိုးရှိ /မရှိ။
သင့် /မသင့်။
ကမ္မဌာန်းတရား အာရုံ ပြု/မပြု။
နာမ်ရုပ်သဘာဝ အနိစ္စ စသည် ရှုမိ/ မရှုမိ။

## ၄။ ပဋိကူလမနသိကာရ ပဗ္ဗ

ပုန စ ပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု

(က္ကမမေဝ ကာယံ ဥဒ္ဓံပါဒတလာ အဓော ကေသမတ္ထကာ တစ ပရိယန္တံ ပူရံ နာနာပ္ပကာရဿ အသုစိနော ပစ္စဝေက္ခတိ

"အတ္ထိ က္ကမသ္မိံကာယေ ကေသာ လောမာ နခါ ဒန္တာ တစော မံသံ နှာရု အဋ္ဌိ အဋ္ဌိမိဉ္စံ ဝက္ကံ ဟဒယံ ယကနံ ကိလောမကံ ဝိဟကံ ပပ္ဖာသံ အန္တံ အန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ ကရီသံ မတ္ထလုင်္ဂံ ပိတ္တံ သေမှံ ပုဗ္ဗော လောဟိတံ သေဒေါ မေဒေါ အဿု ဝသာ ခေဠော သိင်္ဃာဏိကာ လသိကာ မုတ္တ" န္တိ။)

http://www.dhammadownload.con



သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဥဘတောမုခါ ပုတောဠိပူရာ နာနာဝိဟိတဿ ဓညဿ။ သေယျဒိဒံ၊ သာလီနံ ဝီဟီနံ မုဂ္ဂါနံ မာသာနံ တိလာနံ တဏ္ဍုလာနံ။ တမေနံ စက္ခုမာပုရိသော မုဥ္စိတွာ ပစ္စဝေက္ခေယျ "ဣမေသာလီ ဣမေဝီဟီ ဣမေမုဂ္ဂါ ဣမေမာသာ ဣမေတိလာ ဣမေတဏ္ဍုလာ"တိ။ ဧမေဝခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ( ) မုတ္တ"န္တိ။

## ၅။ ဓာတုမနသိကာရ ပဗ္ဗ

ပုနစ ပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု

(ဣမမေဝ ကာယံ ယထာဌိတံ ယထာပဏိဟိတံ ဓာတု သော ပစ္စဝေက္ခတိ "အတ္ထိ ဣမသ္မိံ ကာယေ ပထဝီဓာတု အာပေါဓာတု တေဇောဓာတု ဝါယောဓာတူ"တိ။)

သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဒက္ခော ဂေါဃာတကောဝါ ဂေါဃာတကန္တေ ဝါသီဝါ ဂါဝိံ ဝဓိတွာ စတုမဟာပထေ ဗိလသော ဝိဘဇိတွာ နိသိန္နော အဿ။

ဧဝမေဝခေါဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ( ) ဝါယော ဓာတူ"တိ။

ပဋိကူလ = စက်ဆုတ်ဖွယ်။

ဓာတု = သူ့သဘော သူဆောင်သည့်သဘော

မနသိကာရ = စိတ်၌ထင်အောင် နှလုံးသွင်းပြုရမည်။

တရားအားထုတ်သည်မှာ = မနောကမ္မမေဝ ဘာဝနာ မနောကံ အလုပ်။

http://www.dhammadownload.con



## ၆။ နဝသိဝထိကာ ပဗ္ဗ

(ပုနစ ပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပဿေယျသရီရံ သိဝထိကာယ ဆဍ္ဍိတံ)

( ) (၉)ပိုဒ်လုံး။ ပုနစ ပရံ၊ ပ။ ဆဍ္ဍိတံ။ လိုက်ဆို။

၁။ ဧကာဟမတံ ဝါ

ဒွီဟမတံ ဝါ

တီဟမတံ ဝါ

ဥဒ္ဓုမာတကံ ဝိနီလကံ ဝိပုဗ္ဗကဇာတံ။

(သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ

"အယမ္ပိခေါကာယော ဧဝံဓမ္မော

ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတီ တော"တိ။

( ) (၉)ပုဒ်လုံး ထည့်ဆို။

၂။ ( ) ကာကေဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

ကုလလေဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

ဂိဇ္ဈေ ဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

ကင်္ကေဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

သုနခေဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

ဗျဂ္ဃေဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

ဒီပီဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

သိင်္ဂါလေဟိဝါ ခဇ္ဇမာနံ

ဝိဝိဓေဟိဝါ ပါဏကဇာတေဟိ ခဇ္ဇမာနံ။ ( )တိ။

http://www.dhammadownload.con



၃။ အင်္ဂိက သင်္ခလိကံ၊
သမံသလောဟိတံ၊
နှာရုသမ္ဗန္ဓံ။ ( )တိ။
၄။ အင်္ဂိက သင်္ခလိကံ
နိမံသလောဟိတ မက္ခိတံ၊
နှာရုသမ္ဗန္ဓံ။ ( )တိ။
၅။ အင်္ဂိက သင်္ခလိကံ
အပဂတ မံသလောဟိတံ၊
နှာရုသမ္ဗန္ဓံ။ ( )ဧဝံအနတီ တော”တိ။
၆။ ပုနစပရံ ( ) ဆဍ္ဍိတံ။
အင်္ဂိကာနိ အပဂတသမ္ဗန္ဓာနိ ဒိသာဝိဒိသာ ဝိက္ခိတ္တာနိ၊
အညေန ဟတ္ထင်္ဂိကံ၊
အညေန ပါဒင်္ဂိကံ၊
အညေန ဂေါပ္ဖကင်္ဂိကံ၊
အညေန ဇင်္ဃင်္ဂိကံ၊
အညေန ဦရုင်္ဂိကံ၊
အညေန ကဋိင်္ဂိကံ၊
အညေန ဖာသုကင်္ဂိကံ၊
အညေန ပိဋ္ဌိင်္ဂိကံ၊
အညေန ခန္ဓင်္ဂိကံ၊
အညေန ဂီဝင်္ဂိကံ၊
အညေန ဟနုကင်္ဂိကံ၊

http://www.dhammadownload.con



အညေန ဒန္တဋ္ဌိကံ၊
အညေန သီသကဋာဟံ။ (      ) ဧဝံ အနုတီတောတိ။

၇။ အဋ္ဌိကာနိ
သေတာနိ
သင်္ခဝဏ္ဏ ပဋိဘာဂါနိ။ (      ) တိ။

၈။ အဋ္ဌိကာနိ
ပုဉ္ဇကိတာနိ
တေရောဝဿိကာနိ။ (      ) တိ။

၉။ အဋ္ဌိကာနိ ပူတီနိ
စုဏ္ဏက ဇာတာနိ။ (      ) ဧဝံ အနုတီတောတိ။
ဣတိအဇ္ဈတ္တံဝါ (ပ) ကာယေကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
နဝသိဝထိက ပဗ္ဗံနိဋ္ဌိတံ။
စုဒ္ဒသကာယာနုပဿနာနိဋ္ဌိတာ။

## ၇။ ဝေဒနာနုပဿနာ

၁၅။ ကထဉ္စပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု –

၁။ သုခံဝါ ဝေဒနံဝေဒယမာနော "သုခံဝေဒနံ ဝေဒယာမိ"တိ ပဇာနာတိ။

၂။ ဒုက္ခံဝါ ဝေဒနံဝေဒယမာနော "ဒုက္ခံဝေဒနံ ဝေဒယာမိ"တိ ပဇာနာတိ။

http://www.dhammadownload.con



၃။ အဒုက္ခမသုခံဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော "အဒုက္ခမသုခံဝေဒနံ ဝေဒယာမီ"တိ ပဇာနာတိ။

၄။ သာမိသံဝါသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော "သာမိသံသုခံဝေဒနံ ဝေဒယာမီ"တိ ပဇာနာတိ။

၅။ နိရာမိသံဝါသုခံဝေဒနံ ဝေဒယမာနော "နိရာမိသံသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီ"တိ ပဇာနာတိ။

၆။ သာမိသံဝါ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော "သာမိသံဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီ"တိ ပဇာနာတိ။

၇။ နိရာမိသံဝါ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော "နိရာမိသံဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီ"တိ ပဇာနာတိ။

၈။ သာမိသံဝါ အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော "သာမိသံ အဒုက္ခ မသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီ"တိ ပဇာနာတိ။

၉။ နိရာမိသံဝါ အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော "နိရာမိသံ အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီ"တိ ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံဝါ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဝေဒနာသုဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယ ဓမ္မာနုပဿဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ၊
ဝယဓမ္မာနုပဿီဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ၊
သမုဒယဝယဓမ္မနုပဿီဝါ ဝေဒနာသုဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

"အတ္ထိဝေဒနာ"တိဝါ ပနဿ သတိပစ္စုပဋ္ဌိတာဟောတိ

http://www.dhammadownload.con



ယာဝဒေဝဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ မတ္တာယ။
အနိဿိတောစ ဝိဟရတိ
နစကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။
ဧဝမ္ပိခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဒေနာနုပဿနာနိဋ္ဌိတာ။

## ၈။ စိတ္တာနုပဿနာ

ကထဉ္စပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု –

၁။ သရာဂံဝါ စိတ္တံ "သရာဂံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၂။ ဝီတရာဂံဝါ စိတ္တံ "ဝီတရာဂံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၃။ သဒေါသံဝါ စိတ္တံ "သဒေါသံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၄။ ဝီတဒေါသံဝါ စိတ္တံ "ဝီတဒေါသံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၅။ သမောဟံဝါ စိတ္တံ "သမောဟံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၆။ ဝီတမောဟံဝါ စိတ္တံ "ဝီတမောဟံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၇။ သံခိတ္တံဝါ စိတ္တံ "သံခိတ္တံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၈။ ဝိက္ခိတ္တံဝါ စိတ္တံ "ဝိက္ခိတ္တံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၉။ မဟဂ္ဂတံဝါ စိတ္တံ "မဟဂ္ဂတံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၁၀။ အမဟဂ္ဂတံဝါ စိတ္တံ "အမဟဂ္ဂတံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၁၁။ သဉတ္တရံဝါ စိတ္တံ "သဉတ္တရံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၁၂။ အနုတ္တရံဝါ စိတ္တံ "အနုတ္တရံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၁၃။ သမာဟိတံဝါ စိတ္တံ "သမာဟိတံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။

http://www.dhammadownload.con


၁၄။ အသမာဟိတံဝါ စိတ္တံ "အသမာဟိတံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၁၅။ ဝိမုတ္တံဝါ စိတ္တံ "ဝိမုတ္တံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
၁၆။ အဝိမုတ္တံဝါ စိတ္တံ "အဝိမုတ္တံ စိတ္တ"န္တိ ပဇာနာတိ။
ဣတိ အဇ္ဈတ္တံဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ၊
ဝယဓမ္မာ နုပဿီဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ၊
သမုဒယ ဝယဓမ္မာနုပဿီဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ။
"အတ္ထိ စိတ္တ"န္တိဝါ ပနဿသတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ
ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ မတ္တာယ။
အနိဿိတောစ ဝိဟရတိ၊ နစကိဉ္စိ လောကေဥပါဒိယတိ။
(ဧဝမ္ပိခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုစိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ။)

**စိတ္တာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။**

## ၉။ ဓမ္မာနုပဿနာ

### ၁။ နီဝရဏ

ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဓဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီဝိဟရတိ ပဉ္စသုနီဝရဏေသု။ ကထဉ္စ ပနဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသုနီဝရဏေသု။

http://www.dhammadownload.con



ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု

သန္တံဝါ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္ဒံ “အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္ဒော”တိ ပဇာနာတိ၊
အသန္တံဝါ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္ဒံ “နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္ဒော”တိ ပဇာနာတိ၊

ယထာစ အနုပ္ပန္နဿ ကာမစ္ဆန္ဒဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊
ယထာစ ဥပ္ပန္နဿ ကာမစ္ဆန္ဒဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊
ယထာစ ပဟီနဿ ကာမစ္ဆန္ဒဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စပဇာနာတိ။

ဗျာပါဒံ။ ပ။ ဗျာပါဒေါ”တိ။ ပ။ ဗျာပါဒဿ။
ထိနမိဒ္ဓံ။ ပ။ ထိနမိဒ္ဓ” န္တိ။ ပ။ ထိနမိဒ္ဓဿ။
ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စံ။ ပ။ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စ” န္တိ။ ပ။ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စဿ။
ဝိစိကိစ္ဆံ။ ပ။ ဝိစိကိစ္ဆ” န္တိ။ ပ။ ဝိစိကိစ္ဆာယ။
ဣတိ အဇ္ဈတ္တံဝါ ဓမ္မေသုဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဓမ္မေသုဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါဝါ ဓမ္မေသုဓမ္မနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသုဝိဟရတိ၊
ဝယဓမ္မာ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသုဝိဟရတိ၊
သမုဒယဝယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသုဝိဟရတိ။
“အတ္ထိဓမ္မာ”တိဝါပနဿ။ ပ။ ဓမ္မေသုဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသုနီဝရဏေသု။

နီဝရဏပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

http://www.dhammadownload.con


## ၂။ ခန္ဓပဗ္ဗ

ပုနစပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု။
ကထဉ္စပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု။
ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု
ဣတိရူပံ၊ ဣတိရူပဿ သမုဒယော၊ ဣတိရူပဿ အတ္ထင်္ဂမော။
ဣတိဝေဒနာ၊ ဣတိဝေဒနာယ သမုဒယော၊ ဣတိဝေဒနာယ အတ္ထင်္ဂမော။
ဣတိသညာ၊ ဣတိသညာယ သမုဒယော၊ ဣတိသညာယ အတ္ထင်္ဂမော။
ဣတိသင်္ခါရာ၊ ဣတိသင်္ခါရာနံ သမုဒယော၊ ဣတိသင်္ခါရာနံ အတ္ထင်္ဂမော။
ဣတိဝိညာဏံ၊ ဣတိဝိညာဏဿ သမုဒယော၊ ဣတိဝိညာဏဿ အတ္ထင်္ဂမောတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသုဝိဟရတိ၊
ဝယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသုဝိဟရတိ၊
သမုဒယဝယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသုဝိဟရတိ။

http://www.dhammadownload.con


"အတ္ထိဓမ္မာ"တိ ဝါပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ၊
ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ မတ္တာယ။
အနိဿိတောစ ဝိဟရတိ၊
နစကိဉ္စိလောကေ ဥပါဒိယတိ။
ဧဝမ္ပိခေါ ဘိက္ခဝေဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ခန္ဓပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

## ၃။ အာယတနပဗ္ဗ

ပုနစပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ဆသု အဇ္ဈတ္တိက ဗာဟိရေသု အာယတနေသု။

ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဆသု အဇ္ဈတ္တိက ဗာဟိရေသု အာယတနေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု –

စက္ခုဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ရူပေစ ပဇာနာတိ၊
ယဉ္စ တဒုဘယံ ပဋိစ္စဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊
ယထာစ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊
ယထာစ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊
ယထာစ ပဟီနဿ သံယောဇနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သောတဉ္စ။ ပ။ သဒ္ဒေစ။

http://www.dhammadownload.con



ဃာနဉ္စ။ ပ။ ဂန္ဓေစ။
ဇိဝှါစ။ ပ။ ရသေစ။
ကာယဉ္စ။ ပ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေစ။
မနဉ္စ။ ပ။ ဓမ္မေစ။ ပ ။ ပဇာနာတိ။
ဧဝမ္ပိ။ ပ။ ဝိဟရတိ။

အာယတနပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

## ၄။ ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗ

ပုနစပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခုဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ သတ္တသု ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။

ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ သတ္တသု ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သန္တံဝါ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂံ "အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ သတိ သမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂေါ"တိ ပဇာနာတိ၊

အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂံ "နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ သတိ သမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂေါ"တိ ပဇာနာတိ၊

ယထာစ အနုပ္ပန္နဿ သတိ သမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊

ယထာစ ဥပ္ပန္နဿ သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂဿ ဘာဝနာယ ပါရိပူရီဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

ဓမ္မဝိစယ
ဝီရိယ

http://www.dhammadownload.con



ပီတိ

ပဿဒ္ဓိ

သမာဓိ

ဥပေက္ခာ။ ၀။

ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

## ၅။ သစ္စပဗ္ဗ

ပုနစပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ စတူသု အရိယသစ္စေသု။

ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ စတူသု အရိယသစ္စေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု –

"ဣဒံ ဒုက္ခ" န္တိ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ၊

"အယံ ဒုက္ခ သမုဒယော"တိ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ၊

"အယံ ဒုက္ခနိရောဓော"တိ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ၊

"အယံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ"တိ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ။

ပဌမ ဘာဏဝါရော နိဋ္ဌိတော။

http://www.dhammadownload.con



## ၁။ ဇာတိ

၁။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ။
ဇာတိပိ ဒုက္ခာ၊ ဇရာပိ ဒုက္ခာ၊ မရဏမ္ပိ ဒုက္ခံ၊
သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿုပါယာသာပိ ဒုက္ခာ၊
အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊
ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊
ယမ္ပိစ္ဆံ နလဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ၊
သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာပိ ဒုက္ခာ။

## ၂။ ဇာတိပိ ဒုက္ခာ

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ ဇာတိ။
ယာတေသံတေသံ သတ္တာနံ တမှိတမှိ
သတ္တနိကာယေ ဇာတိ
သဉ္ဇာတိ ဩက္ကန္တိ အဘိနိဗ္ဗတ္တိ ခန္ဓာနံ ပါတုဘာဝေါ
အာယတနာနံ ပဋိလာဘော။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဇာတိ။

## ၃။ ဇရာပိ ဒုက္ခာ

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ ဇရာ။
ယာတေသံ တေသံ သတ္တာနံ တမှိတမှိ သတ္တနိကာယေ ဇရာ
ဇီရဏတာ ခဏ္ဍိစ္စံ ပါလိစ္စံ ဝလိတ္တစတာ အာယုနောသံဟာနိ၊
ဣန္ဒြိယာနံ ပရိပါကော။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဇရာ။

http://www.dhammadownload.con



## ၄။ မရဏမ္ပိ ဒုက္ခံ

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ မရဏံ။
ယံ တေသံ တေသံ သတ္တာနံ တမှာတမှာ သတ္တနိကာယာ စုတိ
စဝနတာ ဘေဒေါ အန္တရဓာနံ မစ္စု မရဏံ ကာလကိရိယာ
ခန္ဓာနံ ဘေဒေါ
ကဠေဝရဿ နိက္ခေပေါ ဇီဝိတိန္ဒြိယဿုပစ္ဆေဒေါ။
ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ မရဏံ။

## ၅။ သောက

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သောကော။
ယော ခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန သမန္နာဂတဿ
အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဋ္ဌဿ သောကော သောစနာ
သောစိတတ္တံ အန္တောသောကော အန္တောပရိသောကော။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သောကော။

## ၆။ ပရိဒေဝ

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ပရိဒေဝေါ။
ယောခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန သမန္နာ ဂတဿ
အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဋ္ဌဿ အာဒေဝေါ ပရိဒေဝေါ
အာဒေဝနာ ပရိဒေဝနာ အာဒေဝိတတ္တံ ပရိဒေဝိတတ္တံ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ပရိဒေဝေါ။

http://www.dhammadownload.con



## ၇။ ဒုက္ခ

ကတမဥ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။
ယံခေါ ဘိက္ခဝေ ကာယိကံဒုက္ခံ ကာယိကံ အသာတံ
ကာယသမ္ဖဿဇံ ဒုက္ခံ အသာတံ ဝေဒယိတံ။
ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။

## ၈။ ဒေါမနဿ

ကတမဥ္စ ဘိက္ခဝေ ဒေါမနဿံ။
ယံခေါ ဘိက္ခဝေ စေတသိကံ ဒုက္ခံ စေတသိကံ အသာတံ
မနောသမ္ဖဿဇံ ဒုက္ခံ အသာတံ ဝေဒယိတံ။
ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒေါမနဿံ။

## ၉။ ဥပါယာသ

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ဥပါယာသော။
ယောခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန သမန္နာဂတဿ။
အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဋ္ဌဿ အာယာသော ဥပါယာသော
အာယာသိတတ္တံ ဥပယာသိတတ္တံ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဥပါယာသော။

## ၁၀။ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော

ကတမောစ ဘိက္ခဝေ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါဒုက္ခော။
ဣဓ ယဿ တေ ဟောန္တိ အနိဋ္ဌာ အကန္တာ အမနာပါ
ရူပါ သဒ္ဒါ ဂန္ဓာ ရသာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ ဓမ္မာ၊

http://www.dhammadownload.con


ယေဝါပနဿ တေ ဟောန္တိ အနတ္တာ ကာမာ အဟိတကာမာ
အဖာသုကကာမာ
အယောဂက္ခေမကာမာ၊ ယာ တေဟိ သဒ္ဓိံ သင်္ဂတိ သမာဂမော
သမောဓါနံ မိဿီဘာဝေါ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။

## ၁၁။ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော

ကတမောစ ဘိက္ခဝေ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။
ဣဓ ယဿ တေ ဟောန္တိ ဣဋ္ဌာ ကန္တာ မနာပါ
ရူပါ သဒ္ဒါ ဂန္ဓာ ရသာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ ဓမ္မာ၊
ယေ ဝါ ပနဿ တေ ဟောန္တိ အတ္ထကာမာ ဟိတကာမာ
ဖာသုကကာမာ
ယောဂက္ခေမကာမာ မာတာဝါ ပိတာဝါ ဘာတာဝါ ဘဂိနီဝါ
မိတ္တာဝါ အမစ္စာဝါ ဉာတိ သာလောဟိတာဝါ၊ ယာတေဟိ
သဒ္ဓိံ အသင်္ဂတိ အသမာဂမော အသမောဓါနံ အမိဿီ ဘာဝေါ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။

## ၁၂။ ယမ္ပိစ္ဆံ နလဘတိ တမ္ပိဒုက္ခံ

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ယမ္ပိစ္ဆံ နလဘတိ တမ္ပိဒုက္ခံ။
ဇာတိ ဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ
"အဟောဝတ မယံ နဇာတိဓမ္မာ အဿာမ၊
နစ ဝတ နော ဇာတိအာဂစ္ဆေယျာ"တိ။

http://www.dhammadownload.con



နခေါ ပနေတံ ဣက္ကာယ ပတ္တဗ္ဗံ၊
ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ နလဘတိ တမ္ပိဒုက္ခံ။

ဇရာ မမှာနံ
ဗျာဓိ မမှာနံ
မရဏ မမှာနံ
သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသမမှာနံ
အာဂစ္ဆေယျုံ။ ပ။ နလဘတိ တမ္ပိဒုက္ခံ။

## ၁၃။ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာပိ ဒုက္ခာ

ကတမေ စ ဘိက္ခဝေ ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာပိ ဒုက္ခာ။
သေယျထိဒံ
ရူပုပါဒါနက္ခန္ဓော၊
ဝေဒနုပါဒါနက္ခန္ဓော၊
သညုပါဒါနက္ခန္ဓော၊
သင်္ခါရုပါဒါနက္ခန္ဓော၊
ဝိညာဏုပါဒါနက္ခန္ဓော။
သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာပိ ဒုက္ခာ။
ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယ သစ္စံ။

ဒုက္ခ သစ္စာခန်း ပြီး၏။

http://www.dhammadownload.con



## ၁၄။ သမုဒယသစ္စာ

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ။
ယာယံ တဏှာ ပေါနောဗ္ဘဝိကာ နန္ဒီရာဂသဟဂတာ တတြတတြာ ဘိနန္ဒိနီ။
သေယျထိဒံ၊ ကာမတဏှာ ဘဝတဏှာ ဝိဘဝတဏှာ။
သာခေါ် ပနေသာ ဘိက္ခဝေ တဏှာ ကတ္ထ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ ကတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။
ယံလောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊
ဧတ္ထေသာတဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊
ဧတ္ထနိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။
ကိဉ္စလောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ။
စက္ခုလောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊
ဧတ္ထေသာတဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊
ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။ ပ။ မနောလောကေ။ ပ။ နိဝိသတိ။
ရူပါလောကေ။ ပ။ မနောလောကေ။ ပ။ ဧတ္ထနိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။
စက္ခုဝိညာဏံလောကေ။ ပ။ မနောဝိညာဏံလောကေ။ ပ။ နိဝိသတိ။
စက္ခုသမ္ဖဿောလောကေ။ ပ။ မနောသမ္ဖဿောလောကေ။ ပ။ နိဝိသတိ။
စက္ခုသမ္ဖဿဇာ ဝေဒနာလောကေ။ ပ။ မနောသမ္ဖဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ ပ။
ရူပ သညာလောကေ။ ပ။ ဓမ္မသညာလောကေ။ ပ။ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

http://www.dhammadownload.con



ရူပ သဉ္စေတနာလောကေ။ ပ။ ဓမ္မသဉ္စေတနာလောကေ။ ပ။ ဧတ္ထေနိဝိ
သမာနာနိဝိသတိ။
ရူပတဏှာလောကေ။ ပ။ ဓမ္မတဏှာလောကေ။ ပ။ ဧတ္ထေနိဝိ
သမာနာနိဝိသတိ။
ရူပဝိတက္ကောလောကေ။ ပ။ ဓမ္မဝိတက္ကောလောကေ။ ပ။ ဧတ္ထေနိဝိ
သမာနာနိဝိသတိ။
ရူပဝိစာရောလောကေ။ ပ။ ဓမ္မဝိစာရောလောကေ။ ပ။ ဧတ္ထေနိဝိ
သမာနာနိဝိသတိ။

ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ။

သမုဒယသစ္စာ ပြီး၏။

## ၁၅။ နိရောဓသစ္စာ

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ။
ယော တဿာယေဝ တဏှာယ အသေသဝိရာဂ နိရောဓေါ စာဂေါ
ပဋိနိဿဂ္ဂေါ မုတ္တိ အနာလယော။
သာခေါပနေသာ ဘိက္ခဝေ တဏှာ
ကတ္ထ ပဟီယမာနာ ပဟီယတိ၊
ကတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
ယံလောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊
ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟီယမာနာ ပဟီယတိ၊
ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
ကိဉ္စလောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊

http://www.dhammadownload.con



စက္ခုလောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊
ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟီယမာနာ ပဟီယတိ၊
ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။ ပ။ မနောလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈတိ။
ရူပါလောကေ။ ပ ။ ဓမ္မာလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
စက္ခုဝိညာဏံလောကေ။ ပ။ မနောဝိညာဏံလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
စက္ခုသမ္ဖဿောလောကေ။ ပ။ မနောသမ္ဖဿော လောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
စက္ခုသမ္ဖဿဇာ ဝေဒနာလောကေ။ ပ။ မနောသမ္ဖဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
ရူပသညာလောကေ။ ပ။ ဓမ္မသညာလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
ရူပသဉ္စေတနာလောကေ။ ပ။ ဓမ္မသဉ္စေတနာလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
ရူပတဏှာလောကေ။ ပ။ ဓမ္မတဏှာလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
ရူပဝိတက္ကောလောကေ။ ပ။ ဓမ္မဝိတက္ကောလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။
ရူပဝိစာရောလောကေ။ ပ။ ဓမ္မဝိစာရောလောကေ။ ပ။ နိရုဇ္ဈ မာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ။

နိရောဓသစ္စာ ပြီး၏။

http://www.dhammadownload.con



## ၁၆။ မဂ္ဂသစ္စာ

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ။
အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌင်္ဂိကော မဂ္ဂေါ။
သေယျထိဒံ –

သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော
သမ္မာအာဇီဝေါ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

(၁) ကတမာစ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒိဋ္ဌိ။
ယံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခေဉာဏံ ဒုက္ခသမုဒယေဉာဏံ
ဒုက္ခနိရောဓေဉာဏံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိယာ ပဋိပဒါယ ဉာဏံ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒိဋ္ဌိ။

(၂) တမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ။
နေက္ခမ္မ သင်္ကပ္ပေါ အဗျာပါဒသင်္ကပ္ပေါ အဝိဟိံသ သင်္ကပ္ပေါ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ။

(၃) ကတမာစ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါစာ။
မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီ ပိသုဏာယဝါစာယ ဝေရမဏီ
ဖရုသာယ ဝါစာယ ဝေရမဏီ သမ္ဖပ္ပလာပဝါစာ ဝေရမဏီ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါစာ။

(၄) ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာကမ္မန္တော။
ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ
အဒိန္နာဒါနာဝေရမဏီ
ကာမေသုမိစ္ဆာ စာရာဝေရမဏီ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာကမ္မန္တော။

http://www.dhammadownload.con



(၅) ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာအာဇီဝေါ။
ဣဓ ဘိက္ခဝေ အရိယ သာဝကော
မိစ္ဆာအာဇီဝံ ပဟာယ သမ္မာ အာဇီဝေန ဇီဝိတံကပ္ပေတိ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာအာဇီဝေါ။

(၆) ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါယာမော။
ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု -
အနုပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနုပ္ပါဒါယ ဆန္ဒံဇနေတိ ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ၊
ဥပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ပဟာနာယ ဆန္ဒံဇနေတိ ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ၊
အနုပ္ပန္နာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပ္ပါဒါယ ဆန္ဒံဇနေတိ ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ၊
ဥပ္ပန္နာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဌိတိယာ အသမ္မောသာယ ဘိယျော ဘာဝါယ ဝေပုလ္လာယ ဘာဝနာယ ပါရိပူရိယာ ဆန္ဒံဇနေတိ ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါယာမော။

(၇) ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသတိ။
ဣဓဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု -
ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ၊
ဝေဒနာ သု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ၊

http://www.dhammadownload.con



စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ၊
ဓမ္မေသုဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿံ။

အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသတိ။

(၈) ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသမာဓိ။

ဣဓဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု -

ဝိဝိစ္စေဝ ကာမေဟိ ဝိဝိစ္စ အကုသလေဟိ ဓမ္မေဟိ သဝိတက္ကံ သဝိစာရံ ဝိဝေကဇံ ပီတိသုခံ ပဌမံဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ ဝိဟရတိ။

ဝိတက္က ဝိစာရာနံ ဝူပသမာ အဇ္ဈတ္တံ သမ္ပသာဒနံ စေတသော ဧကောဒိဘာဝံ အဝိတက္ကံ အဝိစာရံ သမာဓိဇံ ပီတိသုခံ ဒုတိယံဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ ဝိဟရတိ။

ပီတိယာစ ဝိရာဂါ ဥပေက္ခကောစ ဝိဟရတိ၊ သတောစ သမ္ပဇာနော၊ သုခဉ္စ ကာယေန ပဋိသံဝေဒေတိ၊ ယံတံ အရိယာ အာစိက္ခန္တိ "ဥပေက္ခကော သတိမာ သုခဝိဟာရီ"တိ တတိယံဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ ဝိဟရတိ။

သုခဿစ ပဟာနာ ဒုက္ခဿစပဟာနာ ပုဗ္ဗေဝ သောမနဿ ဒေါမနဿာနံ အတ္ထင်္ဂမာ အဒုက္ခ မသုခံ ဥပေက္ခာ သတိပါရိ သုဒ္ဓိံ စတုတ္ထံဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ ဝိဟရတိ။

အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသမာဓိ။

ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနီ ပဋိပဒါအရိယသစ္စံ

မဂ္ဂသစ္စာ ပြီး၏။

http://www.dhammadownload.con



ဣတိ အဇ္ဈတ္တံဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊
ဝယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊
သမုဒယဝယ ဓမ္မာနုပဿီဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။
"အတ္ထိ ဓမ္မာ"တိ ဝါပနဿ သတိပစ္စုပဋ္ဌိတာဟောတိ
ယာဝဒေဝဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ မတ္တာယ။
အနိဿိတောစ ဝိဟရတိ၊ နစ ကိဉ္စိလောကေ ဥပါဒိယတိ။
ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
စတူသု အရိယ သစ္စေသု။

**ဓမ္မာနုပဿနာ ပြီး၏။**

ယောဟိကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံဘာဝေယျ
သတ္တဝဿာနိ တဿ ဒွိန္နံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဋိကင်္ခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ။
တိဋ္ဌန္တု ဘိက္ခဝေ သတ္တဝဿာနိ။ ယောဟိ ကောစိ။ ပ။ ဆ ဝဿာနိ။ ပ။ ဧကံဝဿံ။
တိဋ္ဌတု ဘိက္ခဝေ ဧကံဝဿံ။ ယောဟိ ကောစိ။ ပ။ သတ္တ မာသာနိ။ ပ။ အနာဂါမိတာ။
တိဋ္ဌန္တု ဘိက္ခဝေ သတ္တမာသာနိ။ ယောဟိ ကောစိ။ ပ။ဆမာသာနိ။ ပ။ အဍ္ဍမာသံ။

http://www.dhammadownload.con



တိဋ္ဌတု ဘိက္ခဝေ အဓုမာသော။ ယောဟိ ကောစိ။ ပ။ သတ္တာဟံ။ ပ။ အနာဂါမိတာ။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

## မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် လိုရင်းအနက်

၁။ ဘန္တေကဿပ၊ အရှင်မဟာကဿပ။ ကြုံသုတ္တံ၊ ဤမဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို။ မေမယာ၊ ကျွန်ုပ်အာနန္ဒာသည်။ ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏။ သမ္မုခါ၊ မျက်မှောက်တော်မှ။ ဧဝံ၊ ဤသို့။ သုတံ ဥပလက္ခိတံ၊ မှတ်လိုက်ရ၏။ ပ။ အဝေါစ၊ မိန့်တော်မူ၏။

၂။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ သတ္တာနံ၊ ၏။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ အထူးထူးသော ကိလေသာတို့မှ အထူးသဖြင့် စင်ကြယ်ခြင်းငှာ။ သောကပရိဒေဝါနံ၊ စိုးရိမ်ခြင်း ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်းတို့ကို။ သမတိက္ကမာယ၊ လွန်မြောက်ခြင်းငှာ။ ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ၊ ကိုယ်၏ဆင်းရဲခြင်း စိတ်နှလုံး မသာယာခြင်းတို့၏။ အတ္ထင်္ဂမာယ၊ ချုပ်ခြင်းသို့ ရောက်ခြင်းငှာ။ ဉာယဿ၊ အရိယာမဂ်ကို။ အဓိဂမာယ၊ ရခြင်းငှာ။ နိဗ္ဗာနဿ၊ နိဗ္ဗာန်ကို။ သစ္ဆိကိရိယာယ၊ မျက်မှောက်ပြုခြင်းငှာ။ ပဝတ္တော၊ ဖြစ်သော။

ဧကာယနော၊ တစ်ကြောင်းတည်းသော ခရီးဖြစ်သော။

ဧကာယနော၊ တစ်ယောက်အထီးတည်းသာလျှင် သွားအပ်သော။

ဧကာယနော၊ မြတ်သောဘုရား သဗ္ဗညု၏ ခရီးဖြစ်သော။

ဧကာယနော၊ မြတ်သောသာသနာတော်၌သာလျှင်ဖြစ်သော။

ဧကာယနော၊ မြတ်သောနိဗ္ဗာန်သို့သာလျှင် သွားတတ်သော။

အယံ ဤဒိသော၊ ဤသို့ သဘောရှိသော။ မဂ္ဂေါ၊ ခရီးသည်။ စတ္တာရော၊ လေးပါးကုန်သော။ ယဒိဒံ - ယေက္ကမေ သတိပဋ္ဌာနာ၊ အကြင်သတိပဋ္ဌာန်တို့တည်း။

http://www.dhammadownload.con



စတ္တာရော၊ လေးပါးကုန်သော သတိပဋ္ဌာန်တို့သည်။ ကတမေ၊ အဘယ်သည်တို့နည်း။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ဣဓ၊ ဤသာသနာတော်၌။ ဘိက္ခု၊ သည်။ အာတာပီ၊ ကိလေသာကို လွန်စွာပူပန်စေတတ်သော လုံ့လရှိသည် ဖြစ်၍။ သမ္ပဇာနော၊ ကောင်းစွာအပြားအားဖြင့် သိတတ်သော ပညာအဆင်အခြင်နှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍။ သတိမာ၊ ရုပ်အပေါင်းကို အောက်မေ့တတ်သော သတိနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍။ လောကေ၊ ရုပ်အပေါင်းဟူသော လောက၌။ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ရုပ်ကိုတပ်သောအားဖြင့် ရှေးရှုကြံခြင်းလောဘ ကြံတိုင်းမရခြင်း ဒေါသကို။ ဝိနေယျ၊ ပယ်ဖျောက်၍။ ကာယေ၊ ဘူတရုပ် ဥပါဒါရုပ်အပေါင်း ပထဝီ စသည် ရုပ်အပေါင်း၌။ ကာယာနုပဿီ၊ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ အသုဘ အခြင်းအရာ အပေါင်းတို့ကို အဖန်တလဲလဲ ရှုသော ဝိပဿနာဉာဏ် ရှိသည် ဖြစ်၍။ ဝိဟရတိ၊ လျောင်းထိုင်ရပ်သွား လေးပါးဣရိယာ သာယာရွှင်ပျော်သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ဘိက္ခု၊ သည်။ အာတာပီ၊ ဝေဒနာကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော ကိလေသာကို လွန်စွာပူပန်စေတတ်သော လုံ့လရှိသည် ဖြစ်၍။ သမ္ပဇာနော။ ဝေဒနာကို ကောင်းစွာအပြားအားဖြင့် သိတတ်သော ပညာအဆင်အခြင်နှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍။ သတိမာ၊ ဝေဒနာကို အောက်မေ့တတ်သော သတိနှင့်ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍။ လောကေ၊ ဝေဒနာဟူသော လောက၌။ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဝေဒနာကို တပ်သောအားဖြင့် ရှေးရှုကြံခြင်း လောဘ ကြံတိုင်းမရခြင်းဒေါသကို။ ဝိနေယျ၊ ပယ်ဖျောက်၍။ ဝေဒနာသု၊ သုခစသော ဝေဒနာတို့၌။ ဝေဒနာနုပဿီ၊ သုခဝေဒနာကို ဒုက္ခအားဖြင့်၊

http://www.dhammadownload.con



ဒုက္ခဝေဒနာကို ခြောင်တံသင်းနှင့် တူသောအားဖြင့်၊
ဥပေက္ခာဝေဒနာကို အနိစ္စအားဖြင့်
အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု အဖန်တလဲလဲရှုသော ဝိပဿနာဉာဏ်ရှိသည် ဖြစ်၍။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

ဘိက္ခု၊ သည်။ အာတာပီ၊ စိတ်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော ကိလေသာကို။ ပ။ ၍။ သမ္ပဇာနော၊ စိတ်ကို။ ပ။ ၍။ သတိမာ၊ စိတ်ကိုအောက်မေ့။ ပ။ ၍။ လောကေ၊ စိတ်ဟူသော လောက၌။ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ စိတ်ကိုတပ်သောအားဖြင့်။ ပ။ ကို။ ဝိနေယျ။ ၍။ စိတ္တေ၊ ရာဂနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်စသည်၌။ စိတ္တာနုပဿီ၊ ရာဂနှင့် တကွဖြစ်သောစိတ် စသောစိတ်ကို အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တဟု အဖန် တလဲလဲရှုသော ဝိပဿနာ ဉာဏ်ရှိသည်ဖြစ်၍။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

ဘိက္ခု၊ သည်။ အာတာပီ၊ နီဝရဏစသော တရားကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော ကိလေသာကို။ ပ။ ၍။ သမ္ပဇာနော။ ၍။ သတိမာ။ ၍။ လောကေ။ သင်္ခါရဟူသော လောက၌၊ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ နီဝရဏစသောတရားကို တပ်သောအားဖြင့်။ ပ။ ကို။ ဝိနေယျ။ ၍။ ဓမ္မေသု၊ နီဝရဏ စသောတရားတို့၌။ ဓမ္မာနုပဿီ၊ နီဝရဏ စသော တရားကို တဖန်တလဲလဲ အနိစ္စ အစရှိသော ဝိပဿနာ ဉာဏ်ဖြင့် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

ဥဒ္ဒေသပြီး၏။

၃။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ကထဉ္စ၊ အဘယ်သို့လျှင်။ ဘိက္ခု၊ သည်။ ကာယေ၊ ပထဝီစသော ရုပ်အပေါင်း၌။ ကာယာနုပဿီ၊ ပထဝီ စသော ရုပ် အပေါင်းကို အနိစ္စ စသည်ဖြင့် အဖန်တလဲလဲ ဝိပဿနာ ရှုလေ့ရှိ

http://www.dhammadownload.con



သည်ဖြစ်၍။ ဝိဟာရတိ၊ လျှောင်းထိုင်ရပ်သွားလေးပါး ဣရိယာပုတ်ဖြင့် သာယာရွှင်ပျော် သီတင်းသုံး နေတော်မူသနည်း။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ဣဓ၊ ၌။ ဘိက္ခု၊ သည်။ အရညဂတောဝါ၊ တောအရပ်သို့ ကပ်၍လည်းကောင်း။ ရုက္ခမူလဂတောဝါ၊ သစ်ပင်ရင်းသို့ ကပ်၍လည်းကောင်း။ သုညာဂါရဂတောဝါ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ ကပ်၍လည်းကောင်း။ ပလ္လင်္ကံ၊ ထက်ဝယ်ကို။ အာဘုဇိတွာ၊ ဖွဲ့ခွေ၍။ ဥဇုံ၊ ဖြောင့်မတ်စွာ။ ကာယံ၊ ကိုယ်ကို။ ပဏိဓာယ၊ ထား၍။ သတိံ၊ သတိကို။ ပရိမုခံ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းသို့ ရှေးရှု။ ဥပဋ္ဌပေတွာ၊ ဖြစ်စေ၍။ နိသီဒတိ၊ နေ၏။ သော၊ ထိုရဟန်းသည်။ သတောဝ၊ သတိနှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍သာလျှင်။ အဿသတိ၊ ထွက်သက်ကို ဖြစ်စေ၏။ သတောဝ။ လျှင်။ ပဿသတိ၊ ဝင်သက်ရှိုက်၏။

အဿသန္တော၊ ထွက်သက်ရှုလတ်သော်။
ဒီဃံဝါ၊ ရှည်စွာမူလည်း။
ပဿသန္တော၊ ဝင်သက်ရှိုက်လတ်သော်။
အဿသာမီတိ၊ ထွက်သက်ရှု၏ ဟူ၍။
ဒီဃံဝါ၊ ရှည်စွာ။
ပဿသာမီတိ၊ ဝင်သက်ရှိုက်၏ ဟူ၍။
ပဇာနာတိ၊ အပြားအားဖြင့် ဉာဏ်ပညာဖြင့် သိ၏။
ရဿံဝါ၊ တိုစွာမူလည်း။ ပ။ တိုစွာ။ ပ။ ပဇာနာတိ။ သိ၏။
သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ၊ ထွက်သက်ဝင်သက်၏အစ အလယ် အဆုံး သုံးပါး အပေါင်းကို ထင်စေလျက်။
အဿသိဿာမီတိ၊ ထွက်သက်ကို ဖြစ်စေအံ့ဟူ၍။

http://www.dhammadownload.con



ပဿသိဿာမီတိ၊ ဝင်သက်ရှိုက်အံ့ဟူ၍။
သိက္ခတိ၊ အားထုတ်သဖြင့် ကျင့်၏။
ကာယသင်္ခါရံ၊ အရှုပြင်း၍ အရှိုက်ပြင်း၍ ရုန့်ရင်းသော ထွက်သက် ဝင်သက်ကို ။
ပဿမ္ဘယံ၊ သာယာဖြည်းညှင်းရှုခြင်း ရှုရှိုက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းစေလျက်။
ပဿသိဿာမီတိ၊ ဝင်သက်ရှိုက်အံ့ဟူ၍။
သိက္ခတိ၊ အားထုတ်သဖြင့် ကျင့်၏။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ သေယျထာပိ၊ ရှည်တိုထင်စွာ ငြိမ်းစေရာဝယ် ဥပမာကား။ ဒက္ခော၊ လိမ္မာသော။ ဘမကာရောဝါ၊ ပွတ်သမားသည် လည်းကောင်း။ ဘမကာရန္တေဝါသီဝါ၊ ပွတ်သမား၏ တပည့်သည် လည်းကောင်း။ ဒီဃံဝါ၊ ရှည်စွာမူလည်း။ အဉ္ဆန္တော၊ ပွတ်ကြိုးငင်သည် ရှိသော်။ ဒီဃံ၊ ရှည်စွာ။ အဉ္ဆာမီတိ၊ ငင်၏ဟူ၍။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။ ရဿံဝါ၊ တိုစွာမူလည်း။ အဉ္ဆန္တော၊ ဆွဲငင်သည်ရှိသော်။ ရဿံ၊ တိုစွာ။ အဉ္ဆာမီတိ၊ ငင်၏ဟူ၍။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဣတိဓေ၊ ဤသို့ ဆိုခဲ့ပြီးသော အပြားအားဖြင့်။ အဇ္ဈတ္တံဝါ၊ မိမိသန္တာန်၌မူလည်း။

ဗဟိဒ္ဓါဝါ၊ အပသန္တာန်၌မူလည်း။

အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓံဝါ၊ ရံခါ မိမိသန္တာန် ရံခါ အပသန္တာန်၌လည်း။ ကာယေ၊ ရုပ်အပေါင်း၌၊ ကာယာနုပဿီ၊ ထွက်သက် ဝင်သက် အပေါင်းကို အဖန်တလဲလဲ အနိစ္စ စသည်ဖြင့် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

http://www.dhammadownload.con



ကာယသ္မိံ၊ ထွက်သက်ဝင်သက် အပေါင်းဟူသော ရုပ်အစု၌။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီဝါ၊ အဝိဇ္ဇာတဏှာကံ အာဟာရဟူသော ဖြစ်ကြောင်း သဘောကို အဖန်တလဲလဲ ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍။

ဝယဓမ္မာနုပဿီဝါ၊ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ အာဟာရဟူသော တရားတို့၏ ပျက်ကြောင်းသဘောကို အဖန်တလဲလဲ ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍။

သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီဝါ၊ ဖြစ်ကြောင်းသဘော ပျက်စီးကြောင်းသဘောကို အဖန်တလဲလဲ ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

ကာယော၊ ထွက်သက်ဝင်သက်ဟူသော ဝါယောဓာတ်ရုပ်အစုသည်သာလျှင်၊ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ က္တတိ၊ ဤသို့။ အဿ၊ ထိုရဟန်း၏။ သတိဝါပန၊ သတိသည်မူလည်း၊ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ၊ ရှေးရှုထင်သည်။ ဟောတိ၊ ၏။ သာ၊ ထိုသတိသည်။ ယာဝဒေဝ၊ အကြင်မျှလောက်။ ဉာဏမတ္တာယ၊ အဆင့်ဆင့်ဉာဏ်၏ ပွားခြင်းအတိုင်းအရှည် အကျိုးငှာလည်းကောင်း။ ပဋိဿတိမတ္တာယ၊ အဆင့်ဆင့်သတိ၏ပွားခြင်း အတိုင်းအရှည်အကျိုးငှာလည်းကောင်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

သောဘိက္ခု၊ သည်။ အနိဿိတောစ၊ တဏှာဒိဋ္ဌိအားဖြင့် မမှီမူ၍လည်း။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။ လောကေ၊ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော လောက၌။ ကိဉ္စိ၊ တစ်စုံတစ်ခုသော ရုပ် ဝေဒနာ သညာ သင်္ခါရ ဝိညာဏ်မျှကို။ အတ္တာတိဝါ၊ ငါအစိုးရသော ကိုယ်ဟူ၍လည်းကောင်း။ အတ္တနိယံ တိဝါ၊ ငါ၏ဥစ္စာဟူ၍လည်းကောင်း။ နစဉပါဒိယတိ၊ မစွဲလန်း။

ဧဝမ္ပိခေါ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

http://www.dhammadownload.con



ဣရိယာပထပိုင်း

၄။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ပုနစ၊ တဖန်လည်း။ အပရံ၊ တစ်ပါးတုံ။ ဘိက္ခု၊ သည်။

ဂစ္ဆန္တောဝါ၊ သွားလျက်မူလည်း။ သွားစဉ်မူလည်း။ သွားသည် ဖြစ်၍မူလည်း။ သွားသည်ရှိသော်မူလည်း။ သွားသောကြောင့်မူလည်း။ သွားဆဲ သွားခိုက် သွားတုန်းမူလည်း။ ဂစ္ဆာမိတိ၊ သွား၏ဟူ၍။

ဌိတောဝါ၊ ရပ်လျက်ရပ်စဉ် ရပ်သည်ဖြစ်၍ ရပ်သည်ရှိသော် ရပ်သောကြောင့်မူလည်း ရပ်ဆဲရပ်ခိုက် ရပ်တုန်း မူလည်း။ ဌိတောမှီတိ၊ ရပ်၏ဟူ၍။

နိသိန္နောဝါ၊ ထိုင်လျက် ထိုင်စဉ် ထိုင်သည်ဖြစ်၍ ထိုင်သည်ရှိသော် ထိုင်သောကြောင့်မူလည်း။ ထိုင်ဆဲ ထိုင်ခိုက် ထိုင်တုန်းမူလည်း။ နိသိန္နောမှီတိ၊ ထိုင်၏ဟူ၍။

သယာနောဝါ၊ လျောင်းလျက် လျောင်းစဉ် လျောင်းသည်ဖြစ်၍ လျောင်းသည်ရှိသော် လျောင်းသောကြောင့်မူလည်း လျောင်းဆဲလျောင်းခိုက် လျောင်းတုန်းမူလည်း။ သယာနောမှီတိ၊ လျောင်း၏ဟူ၍။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ပန၊ လျောင်းထိုင်ရပ်သွားကို ပဓာနပြု၍ ဆင်ခြင်သည်မှ တစ်ပါး ကိုယ်ကိုပဓာနပြု၍ ဆင်ခြင်ခြင်းဖြင့်ကား။

ယထာယထာ၊ အကြင်အကြင်သွားခြင်းစသော အခြင်းအရာအားဖြင့်။ အဿ၊ ထိုရဟန်း၏။ ကာယော၊ ကိုယ်သည်။ ပဏိဟိတော၊ ထားသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တထာတထာ၊ ထိုသွားခြင်း စသော

http://www.dhammadownload.con



အခြင်းအရာအားဖြင့် ။ နံ ၊ ထိုကိုယ်ကို။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။ ပ။
ဧဝမ္ပိ၊ ဤသို့လျှင်။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

## သမ္ပဇညအနက်

ဘိက္ခု၊ သည်။

၁။ အဘိက္ကန္တေ၊ ရှေ့သို့တက်သည်ရှိသော်။

၂။ ပဋိက္ကန္တေ၊ နောက်သို့ဆုတ်သည်ရှိသော်။

၃။ အာလောကိတေ၊ တူရူကြည့်သည်ရှိသော်။

၄။ ဝိလောကိတေ၊ တစောင်းကြည့်သည့်ရှိသော်။

၅။ သမိဉ္ဇိတေ၊ ကွေးသည်ရှိသော်။

၆။ ပသာရိတေ၊ ဆန့်သည်ရှိသော်။

၇။၈။၉။ သင်္ဃာဋိ ပတ္တစီဝရဓာရဏေ၊ ဒုကုဋ် သပိတ်သင်္ကန်းကို
ဆောင်သည်ရှိသော်။

၁၀။ အသိတေ၊ စားသည်ရှိသော်။

၁၁။ ပီတေ၊ သောက်သည်ရှိသော်။

၁၂။ ခါယိတေ၊ ခဲသည်ရှိသော်။

၁၃။ သာယိတေ၊ လျက်သည်ရှိသော်။

၁၄။၁၅။ဥစ္စာရပဿာဝကမ္မေ၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်သည်ရှိသော်။

၁၆။ ဂတေ၊ အတန်ငယ်သွားသည်ရှိသော်။

၁၇။ ဌိတေ၊ အတန်ငယ်ရပ်သည်ရှိသော်။

၁၈။ နိသိန္နေ၊ အတန်ငယ်ထိုင်သည်ရှိသော်။

၁၉။ သုတ္တေ၊ အိပ်သည်ရှိသော်။

http://www.dhammadownload.con



၂၀။ ဇာဂရိတော၊ နိုးသည်ရှိသော်။

၂၁။ ဘာသိတေ၊ စကားဆိုသည်ရှိသော်။

၂၂။ တုဏှီဘာဝေ၊ ဆိတ်ဆိတ်နေသည်ရှိသော်။

သမ္ပဇာနကာရီ၊ ကောင်းစွာဉာဏ်ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်းကို ပြုလုပ်လေ့ရှိသည်။ ဟောတိ။ ဖြစ်၏။

ဧဝမ္ပိ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ။ နေ၏။

## ပဋိကူလ မနသိကာရအနက်

ဘိက္ခု၊ သည်။ ပါဒတလာ၊ ခြေဖဝါးအပြင်မှ။ ဥဒ္ဓံ၊ အထက် ဖြစ်သော။ ကေသမတ္ထကာ၊ ဆံဖျားမှ။ အဓော၊ အောက်ဖြစ်သော။ တစပရိယန္တံ၊ အပေါ်ရေလျှင်အဆုံးရှိသော။ နာနာပကာရဿ၊ အထူး ထူးအပြားပြားရှိသော။ အသုစိနော၊ မစင်မကြယ်ရွံရှာဖွယ်သောဝတ္ထု ဖြင့်။ ပူရံ၊ ပြည့်သော။ ဣမမေဝကာယံ၊ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင်။ ပစ္စဝေက္ခတိ။ ဆင်ခြင်၏။

ဣမသ္မိံကာယေ၊ ဤတစ်လံမျှလောက်သောကိုယ်၌။

ကေသာ၊ ဆံပင်။ လောမာ၊ အမွေး။ နခါ၊ ခြေသည်းလက် သည်း။ ဒန္တာ၊ အရိုး။ အဋ္ဌိမဉ္ဇာ၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီ။ ဝက္ကံ၊ အညို့။ ဟဒယံ၊ နှလုံး။ ယကနံ၊ အသည်း။ ကိလောမကံ၊ အမြှေး။ ပိဟကံ၊ အဖျဉ်း။ ပပ္ဖါသံ၊ အဆုတ်။ အန္တံ၊ အူမ။ အန္တဂုဏံ၊ အူသိမ်အူဖွဲ့။ ဥဒရိယံ၊ အစာ သစ်။ ကရီသံ၊ အစာဟောင်း။ မတ္ထလုင်္ဂံ၊ ဦးနှောက်ဦးနှစ်။ ပိတ္တံ၊ သည်းခြေ။ သေမှံ၊ သလိပ်။ ပုဗ္ဗော၊ ပြည်။ လောဟိတံ၊ သွေး။ သေဒေါ၊ ချွေး။ မေဒေါ၊ အဆီခဲ။ အဿု၊ မျက်ရည်။ ဝသာ၊ ဆီကြည်။ ခေဠော၊

http://www.dhammadownload.con



တံတွေး။ သိယ်ာဏိကာ၊ နှပ်။ လသိကာ၊ အစေး။ မုတ္တံ၊ ကျင်ငယ်။ ဣတိ၊ ဤသို့သော အခြင်းအရာအစုတို့သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ပစ္စဝေက္ခတိ၊ ဆင်ခြင်၏။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ သေယျထာပိ၊ ဥပမာကား။ ဥဘတောမုခါ၊ မျက်နှာ၀နှစ်ဘက်ရှိသော။ ပုတောဠိ၊ အိတ်သည်။ နာနာဝိဟိတဿ၊ အထူးထူးအပြားပြားထည့်အပ်သော။ ဓညဿ၊ စပါးဖြင့်။ ပူရာ၊ ပြည့်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဣဒံ၊ ဤအိပ်သည်။ သေယျထာကတမံ၊ အဘယ်နည်းဟူမူကား။ သာလိနံ၊ သလေးတို့ဖြင့်။ ဝီဟီနံ၊ ကောက်စပါးတို့ဖြင့်။ မုဂ္ဂါနံ၊ ပဲနောက်တို့ဖြင့်။ မာသာနံ၊ ပဲကြီးတို့ဖြင့်။ တိလာနံ၊ နှမ်းတို့ဖြင့်။ တဏ္ဍုလာနံ၊ ဆန်တို့ဖြင့်။ ပူရာ၊ ပြည့်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

တမေနံ၊ ထိုစပါးစသည်တို့ဖြင့်ပြည့်သော အိတ်ကို။ မုဥ္စိတွာ၊ ဖြေ၍။ စက္ခုမာ၊ မျက်စိအမြင်ရှိသော။ ပုရိသော၊ ယောက်ျားသည်။

ဣမေ၊ ဤသည်တို့ကား။ သာလိ၊ သလေးတို့တည်း။
ဣမေ၊ ဤသည်တို့ကား။ ဝီဟီ၊ ကောက်တို့တည်း။
ဣမေ၊ ဤသည်တို့ကား။ မုဂ္ဂါ၊ ပဲနောက်တို့တည်း။
ဣမေ၊ ဤသည်တို့ကား။ မာသာ၊ ပဲကြီးတို့တည်း။
ဣမေ၊ ဤသည်တို့ကား။ တိလာ၊ နှမ်းတို့တည်း။
ဣမေ၊ ဤသည်တို့ကား။ တဏ္ဍုလာ၊ ဆန်တို့တည်း။
ဣတိ၊ ဤသို့။ ပစ္စဝေက္ခေယျ၊ ဆင်ခြင်ရာ၏။
ဧဝမေဝခေါ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

http://www.dhammadownload.con



## ဓာတုမနသိကာရအခန်း

ဘိက္ခု၊ သည်။

ယထာဌိတံ၊ တည်မြဲတိုင်းသော။ ယထာပဏိဟိတံ၊ ထားမြဲတိုင်းသော။ ဣမမေဝကာယံ၊ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင်။ ဓာတုသော၊ ဓာတ်အားဖြင့်။ ပစ္စဝေက္ခတိ၊ ဆင်ခြင်၏။

ဣမသ္မိံကာယေ၊ ဤကိုယ်၌။

ပထဝီဓာတု၊ ကြမ်းတမ်းခက်မာခြင်း လက္ခဏာရှိသော ပထဝီဓာတ်။ အာပေါဓာတု၊ ယို့ယိုးခြင်းဖွဲ့ခြင်း လက္ခဏာရှိသော အာပေါဓာတ်။ တေဇောဓာတု၊ ရင့်ကျက်စေခြင်း ပူခြင်းလက္ခဏာရှိသော တေဇောဓာတ်။ ဝါယောဓာတု၊ ရွေ့ခြင်း ပြည့်စေ ပြန့်စေခြင်း လက္ခဏာရှိသော ဝါယောဓာတ်သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ပစ္စဝေက္ခတိ၊ ဆင်ခြင်၏

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ သေယျထာပိ၊ ဥပမာကား။

ဒက္ခော၊ လိမ္မာသော။ ဂေါဃာတကောဝါ၊ နွားသတ်သမားသည်လည်းကောင်း။ ဂေါဃာတကန္တေဝါသီဝါ၊ နွားသတ်သမား၏ တပည့်သည်လည်းကောင်း။ ဂါဝိံ၊ နွားကို။ ဝဓိတွာ၊ သတ်၍။ စတုမဟာ ပထေ၊ လမ်းမလေးဖြာပေါင်းဆုံရာ၌။ ဗိလသော၊ အဖို့အစုအားဖြင့်။ ဝိဘဇိတွာ၊ အရိုးအသား သီးခြားဝေဖန်၍။ နိသိန္နော၊ နေသည်။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ဧဝမေဝခေါ၊ ဤအတူသာလျှင်။ ပ။ ပစ္စဝေက္ခေယျ၊ ဆင်ခြင်ရာ၏။

ဧဝမ္ပိ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

http://www.dhammadownload.con


## နဝသိဝထိက အနက်

၁။ ဘိက္ခု၊ သည်။ သိဝထိကာယ၊ သုဿာန်၌။ ဆဍ္ဍိတံ၊ စွန့်ပစ်အပ်သော။

ဧကာဟမတံဝါ၊ သေ၍တစ်ရက်ရှိပြီလည်းဖြစ်သော။
ဒွိဟာမတံဝါ၊ သေ၍ နှစ်ရက်ရှိပြီလည်းဖြစ်သော။
တီဟာမတံဝါ၊ သေ၍ သုံးရက်ရှိပြီလည်းဖြစ်သော။
ဥဒ္ဓုမာတကံ၊ ဖူးဖူးရောင်သော။
ဝိနီလကံ၊ အဖြူအနီရောသည်ဖြစ်၍ များသောအားဖြင့် ညိုသောအဆင်းရှိသော။ ဝိပုဗ္ဗကဇာတံ၊ ယိုစီးသောပြည်ရှိသော။ သရီရံ၊ အကောင်ပုတ်ကို၊ ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။

၂။ ဘိက္ခု၊ သည်။ သိဝထိကာယ၊ သုဿာန်၌။ ဆဍ္ဍိတံ၊ စွန့်ပစ်အပ်သော။

ကာကေဟိဝါ၊ ကျီးတို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစားအပ်သော။
ကုလလေဟိဝါ၊ စွန်ရဲတို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစားအပ်သော။
ဂိဇ္ဈေဟိဝါ၊ လင်းတတို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစားအပ်သော။
ကင်္ကေဟိဝါ၊ ဘုံပတီးငှက်တို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစား အပ်သော။
သုနခေဟိဝါ၊ အိမ်ခွေးတို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစားအပ်သော။
ဗျဂ္ဃေဟိဝါ၊ ကျားတို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစားအပ်သော။
ဒီပိဟိဝါ၊ သစ်တို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစားအပ်သော။
သိင်္ဂါလေဟိဝါ၊ မြေခွေးတောခွေးတို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာနံ၊ ခဲစားအပ်သော။
ဝိဝိဓေဟိ၊ အထူးထူးအပြားပြား များစွာကုန်သော။

http://www.dhammadownload.con


ပါဏကဇာတေဟိဝါ၊ ပိုးလောက်တို့သည်မူလည်း။ ခဇ္ဇမာန်း ခဲစား
အပ်သော။ သရီရံ၊ အကောင်ကို။ ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။
၃။ ဘိက္ခု၊ သည်။ သိဝထိကာယ၊ သုသာန်၌။ ဆဍ္ဍိတံ၊ စွန့်ပစ်
အပ်သော။
အဋ္ဌိကသင်္ခလိကံ၊ အရိုးဆက်ရှိသော။
သမံသလောဟိတံ၊ အသွေးအသားနှင့်တကွသော။
နှာရုသမ္ဗန္ဓံ၊ အကြောဖြင့်ဖွဲ့အပ်သော။
သရီရံ၊ အကောင်ကို။ ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။
၄။ အဋ္ဌိကသင်္ခလိကံ၊ အရိုးဆက်ရှိသော။
နိမံသလောဟိတမက္ခိတံ၊ အသားမရှိ သွေးဖြင့်လိမ်းကျံအပ်သော။
နှာရုသမ္ဗန္ဓံ၊ အကြောဖြင့်ဖွဲ့အပ်သော။
သရီရံ၊ အကောင်ကို။ ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။
၅။ အဋ္ဌိက သင်္ခလိတံ၊ အရိုးဆက်ရှိသော။
အပဂတမံသလောဟိတံ၊ အသားအသွေးကင်းသော။
နှာရုသမ္ဗန္ဓံ၊ အကြောဖြင့်ဖွဲ့အပ်သော။
သရီရံ၊ အကောင်ကို။ ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။
၆။ ဒိသာဝိဒိသာ၊ ထိုထိုသို့သော အရပ်မျက်နှာတို့၌။
ဝိက္ခိတ္တာနိ၊ ပစ်အပ်ကုန်သော။
အပဂတ သမ္ဗန္ဓာနိ၊ အကြောပြတ်၍ အစပ်ကင်းကုန်သော။
အဋ္ဌိကာနိ၊ အရိုးဖြစ်ကုန်သော။
သရီရံ သရီရာနိ၊ အကောင်တို့ကို။
ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။

http://www.dhammadownload.con


အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဟတ္ထဋ္ဌိကံ၊ လက်ရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ပါဒဋ္ဌိကံ၊ ခြေရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဇင်္ဃဋ္ဌိကံ၊ ဖမျက်ရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဇင်္ဃဋ္ဌိကံ၊ မြင်းခေါင်းရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဦရုဋ္ဌိကံ၊ ပေါင်ရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ကဋိဋ္ဌိကံ၊ ခါးရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဖာသုကဋ္ဌိကံ၊ နံရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ပိဋ္ဌိဋ္ဌိကံ၊ ကျောက်ဆူးရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ခန္ဓဋ္ဌိကံ၊ ပုခုံးရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဂီဝဋ္ဌိကံ၊ လည်ကုပ်ရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဟနုကဋ္ဌိကံ၊ မေးရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ ဒန္တဋ္ဌိကံ၊ သွားရိုးကို။
အညေန၊ တစ်ပါးသောအရပ်မျက်နှာဖြင့်။ သီသကဋာဟံ၊ ခေါင်းခွံကို။

ဣတိ၊ ဤသို့သောအကောင်ကို။ ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။

၇။ ဘိက္ခု၊ သည်။ သေတာနိ၊ ဖြူကုန်သော။ အဋ္ဌိကာနိ၊ အရိုး ဖြစ်ကုန်သော။ သရီရံ၊ အကောင်တို့ကို။ ပဿေယျ၊ မြင်ရာ၏။

၈။ ဘိက္ခု၊ သည်။ ပုဉ္ဇကိတာနိ၊ အစုဖရိုဖရဲကြဲကုန်သော။ တေရောဝဿိကာနိ၊ ခါကျူးနှစ်လည် မိုးရည်စွတ်ကာ ကြာမြင့်ကုန် သော။ အဋ္ဌိကာနိ၊ သော။ သရီရံ၊ အကောင်တို့ကို။ ပဿေယျ၊ ၏။

၉။ ပူတီနိ၊ ဆွေးမြေ့ကုန်ပြီးသော။ စုဏ္ဏက ဇာတာနိ၊ မှုန့်မှုန့် ညက်ညက်ဖြစ်၍ ဖရိုဖရဲကြဲကုန်ပြီးသော။ အဋ္ဌိကာနိ သရီရာနိ၊ ပဿေယျ၊ ၏။

http://www.dhammadownload.con



သော ဘိက္ခု၊ ထိုရဟန်းသည်။ သေယျထာပိ၊ မြင်သော အကောင်ကဲ့သို့။ အယမ္ပိကာယော၊ ဤငါ၏ ကိုယ်သည်လည်း။ ဧဝံဓမ္မော၊ ဤ သို့သဘောရှိ၏။ ဧဝံဘာဝီ၊ ဤသို့ဖြစ်ရဦးမည်။ ဧဝံအနတီတော။ ဤ သို့သဘော၊ ဤသို့အဖြစ်မျိုးကို မလွန်ဆန် နိုင်ဟု။ ပစ္စဝေက္ခေယျ၊ ရှုဆင်ခြင်ရာ။

## ဝေဒနာနုပဿနာအနက်

ဘိက္ခု၊ သည်။

သုခံဝါဝေဒနံ၊ သုခဝေဒနာကိုမူလည်း။ ဝေဒယမာနော၊ ခံစားသည် ရှိသော်။

သုခံဝေဒနံ၊ သုခဝေဒနာကို။ ဝေဒယာမီတိ၊ ခံစား၏ဟု။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဒုက္ခံဝါဝေဒနံ၊ ကိုမူလည်း။ ဝေဒယမာနော၊ သော်။

ဒုက္ခဝေဒနံ၊ ကို။ ဝေဒယာမီတိ၊ ခံစား၏ဟု။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

အဒုက္ခမသုခံဝါဝေဒနံ၊ ကို။ ဝေဒယမာနော၊ သော်။

အဒုက္ခမသုခံဝေဒနံ၊ ကို။ ဝေဒယာမီတိ၊ ခံစား၏ဟု။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

သာမိသံဝါသုခံဝေဒနံ၊ ကာမဂုဏ်၌ မှီသောသုခဝေဒနာကိုမူလည်း။

နိရာမိသံဝါသုခံဝေဒနံ၊ ကာမဂုဏ်၌ မမှီသော သုခဝေဒနာကိုမူလည်း။

သာမိသံဝါဒုက္ခံဝေဒနံ၊ ကာမဂုဏ်၌ မှီသောဒုက္ခဝေဒနာကိုမူလည်း။

နိရာမိသံဝါဒုက္ခံဝေဒနံ၊ ကာမဂုဏ်၌ မမှီသော ဒုက္ခဝေဒနာကိုမူလည်း။

သာမိသဝါအဒုက္ခမသုခဝေဒနံ၊ ကာမဂုဏ်၌ မှီသော အဒုက္ခမသုခ ဝေဒနာကိုမူလည်း။

http://www.dhammadownload.con


နိရာမိသံဝါအဒုက္ခမသုခဝေဒနံ၊ ကာမဂုဏ်၌ မမှီသော အဒုက္ခမသုခ ဝေဒနာကိုမူလည်း။ ဝေဒယမာနော၊ ခံစားသည်ရှိသော်။ နိရာမိသံ အဒုက္ခမသုခဝေဒနံ၊ ကာမဂုဏ်၌ မမှီသော ဥပေက္ခာဝေဒနာကို။ ဝေဒယာမိတိ၊ ခံစား၏ဟူ၍။ ပဇာနာတိ၊ ပညာဉာဏ်ဖြင့် အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဆိုက်အောင် ပိုင်းခြား၍သိ၏။

## စိတ္တာနုပဿနာအနက်

ဘိက္ခု၊ သည်။

သရာဂံဝါ၊ ရာဂနှင့်တကွဖြစ်သော။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ သရာဂံ စိတ္တန္တိ၊ ရာဂနှင့်တကွဖြစ်သော စိတ်ဟု။ ပဇာနာတိ။ သိ၏။
ဝီတရာဂံဝါ၊ ရာဂကင်းသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ ဝီတရာဂံစိတ္တန္တိ၊ ရာဂ ကင်းသောစိတ်ဟူ၍။ ပဇာနာတိ။ သိ၏။
သဒေါသံဝါ၊ ဒေါသနှင့်တကွဖြစ်သော။
ဝီတဒေါသံဝါ၊ ဒေါသကင်းသော။
သမောဟံဝါ၊ မောဟနှင့်တကွဖြစ်သော။
ဝီတမောဟံဝါ၊ မောဟကင်းသော။
သံခိတ္တံဝါ၊ အိပ်ခြင်း ငိုက်မြည်းခြင်းဖြင့်တွန့်သော။
ဝိက္ခိတ္တံဝါ၊ မတည်မတံ့ ပျံ့လွင့်သည်မူလည်းဖြစ်သော။
မဟဂ္ဂတံဝါ၊ မြတ်သောအဖြစ်သို့ရောက်သည်မူလည်းဖြစ်သော။
အမဟဂ္ဂတံဝါ၊ မြတ်သောအဖြစ်သို့ မရောက်သည်မူလည်းဖြစ်သော။
သဥတ္တရံဝါ၊ မိမိထက်မြတ်သောတရားရှိသည်မူလည်းဖြစ်သော။
အနုတ္တရံဝါ၊ မိမိထက်မြတ်သောတရားမရှိသည်မူလည်းဖြစ်သော။

http://www.dhammadownload.con



သမာဟိတံဝါ၊ တည်ကြည်သည်မူလည်းဖြစ်သော။
အသမာဟိတံဝါ၊ မတည်ကြည်သည်မူလည်းဖြစ်သော။
ဝိမုတ္တံဝါ၊ ကိလေသာမှ လွတ်သည်မူလည်းဖြစ်သော။
အဝိမုတ္တံဝါ၊ ကိလေသာမှ မလွတ်သည်မူလည်းဖြစ်သော။
စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ အဝိမုတ္တံစိတ္တန္တိ၊ ကိလေသာမှ မလွတ်သောစိတ်ဟူ၍။
ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဧဝမ္ပိ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

## ဓမ္မာနုပဿနာအနက်

၁။ နီဝရဏပဗ္ဗ

ဘိက္ခု၊ သည်။ အဇ္ဈတ္တံ၊ မိမိသန္တာန်၌။

သန္တံဝါ၊ မပြတ်ဖြစ်သဖြင့် ထင်ရှားရှိသည်မူလည်းဖြစ်သော။

အသန္တံဝါ၊ မပြတ် မဖြစ်ခြင်း ပယ်ခြင်းကြောင့် ထင်ရှား မရှိသည် မူလည်းဖြစ်သော။

ကာမစ္ဆန္ဒော၊ ကာမစ္ဆန္ဒသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ယထာစ၊ အကြင်မသင့်သော နှလုံးသွင်းခြင်းကြောင့်လည်း။ အနုပ္ပန္နဿ၊ မဖြစ်သေးသော။ ကာမစ္ဆန္ဒဿ၊ ၏။ ဥပ္ပါဒေါ၊ ဖြစ်ခြင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တဉ္စ၊ ထိုမသင့်သော နှလုံးသွင်းခြင်းဟူသော အကြောင်းကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ယထာစ၊ အကြင်သင့်သော နှလုံးသွင်းခြင်းကြောင့်လည်း။ ဥပ္ပန္နဿ၊ ဖြစ်သော။ ကာမစ္ဆန္ဒဿ၊ ကို။ ပဟာနံ၊ ပယ်ခြင်းသည်။

http://www.dhammadownload.con



ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တဥ္စ၊ ထိုအသင့်နှလုံးသွင်းခြင်းဟူသော အကြောင်းကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ယထာစ၊ အကြင်သို့သော အခြင်အရာအားဖြင့်လည်း။ ပဟီနဿ၊ ပယ်အပ်ပြီးသော။ ကာမစ္ဆန္ဒဿ၊ ၏။

အာယတိံ၊ နောင်အခါ၌။ အနုပ္ပါဒေါ၊ အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် မဖြစ်ခြင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တဥ္စ၊ ထိုတဖန်အသစ် မဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဗျာပါဒ။

ထိနမိဒ္ဓ။

ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ။

ဝိစိကိစ္ဆာ။

ကာမစ္ဆန္ဒ၊ နေရာ။ ပြောင်းထည့်လေ။

ဧဝမ္ပိ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

## ခန္ဓာအနက်

ဘိက္ခု၊ သည်။

ရူပံ၊ ရူပက္ခန္ဓာကား။ ဣတိ၊ ဤသို့ဖောက်ပြန်ခြင်းသဘော ရှိ၏။

ရူပဿ၊ ရူပက္ခန္ဓာ၏။ သမုဒယယော၊ ဖြစ်ကြောင်းကား။

ဣတိ၊ ဤမျှ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ အာဟာရဟူ၍ လေးပါးရုပ်ဖြစ်ခြင်းအားဖြင့် ငါးပါးတည်း။

ရူပဿ၊ ရူပက္ခန္ဓာ၏။ အတ္ထင်္ဂမော၊ ချုပ်ကြောင်းကား။

http://www.dhammadownload.con



က္ကတိ၊ ဤမျှ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ အာဟာရ၏ ချုပ်ခြင်း၊ ရုပ်၏ ပျက်ခြင်းအားဖြင့် ငါးပါးအတိုင်း အရှည်ရှိ၏။

ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရတို့ကား။

က္ကတိ၊ ဤမျှ သုံးပါး ခံစားခြင်း သဘောရှိ၏။

က္ကတိ၊ ဤမျှ ရူပါရုံ စသည်ကို မှတ်ခြင်းသဘောရှိ၏။

က္ကတိ၊ ဤမျှ ငါးဆယ် ဤသို့ပြုပြင်ခြင်း သဘောရှိကုန်၏။

ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရာ၊ တို့၏။ သမုဒယော၊ ဖြစ်ကြောင်းကား။

အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ကံ၊ ဖဿ၊ မိမိဖြစ်ခြင်းအားဖြင့် ငါးပါးတည်း။

အတ္ထင်္ဂမော၊ ချုပ်ကြောင်းကား။

က္ကတိ၊ ဤမျှ အဝိဇ္ဇာ စသည်ချုပ်ခြင်းလေးပါး၊ မိမိ၏ချုပ်ခြင်းအားဖြင့် ငါးပါး ငါးပါးစီ အမျှအတိုင်း အရှည်ရှိကုန်၏။

ဝိညာဏံ၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာကား။

က္ကတိ၊ ဤမျှ လောကီစိတ် ရှစ်ဆယ့်တစ်ခု၊ ဤသို့ အာရုံကို သိခြင်းသဘော ရှိ၏။

သမုဒယော၊ ဖြစ်ကြောင်းကား။

က္ကတိ၊ ဤမျှ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ၊ နာမ်ရုပ်ဖြစ်ခြင်း၊ မိမိ ဝိညာဏက္ခန္ဓာဖြစ်ခြင်း အားဖြင့် ငါးပါးတည်း။

အတ္ထင်္ဂမော၊ ချုပ်ကြောင်းကား။

က္ကတိ၊ ဤမျှ အဝိဇ္ဇာ တဏှာ ကံ၊ နာမ်ရုပ်၏ ချုပ်ခြင်း၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာ၏ ပျက်ခြင်း အားဖြင့် ငါးပါးအတိုင်းအရှည်ရှိ၏။

က္ကတိ၊ ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဝေမွိ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

http://www.dhammadownload.con



## အာယတန အနက်

ဘိက္ခု၊ သည်။

စက္ခုဉ္စ၊ မျက်စိအကြည်ဓာတ်ကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ရူပေစ၊ အဆင်းဓာတ်ကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

တဒုဘယံ၊ စက္ခုပသာဒ ရူပါရုံနှစ်ပါးစုံကို။ ပဋိစ္စ၊ အစွဲပြု အကြောင်း ခံ၍။ ယဥ္စသံယောဇနံ၊ အကြင်သံယောဇဉ်သည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။ တဉ္စ၊ ထို သံယောဇဉ်ကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ယထာစ၊ အကြင်မသင့်သော နှလုံးသွင်းခြင်းကြောင့်လည်း။ အနုပ္ပန္နဿ၊ မဖြစ်သေးသော။ သံယောဇနဿ၊ ၏။ ဥပ္ပါဒေါ၊ ဖြစ်ခြင်း သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တဉ္စ၊ ထိုသံယောဇဉ်ကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ယထာစ၊ အကြင်သင့်သော နှလုံးသွင်းခြင်းကြောင့်လည်း။ ဥပ္ပန္နဿ၊ ဖြစ်သော။ သံယောဇနဿ၊ သံယောဇဉ်၏။ ပဟာနံ၊ ပယ်ခြင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တဉ္စ၊ ထိုသံယောဇဉ် ကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ယထာစ၊ အကြင် အခြင်းဖြင့်လည်း။ ပဟီနဿ၊ ပယ်အပ်ပြီး သော။ သံယောဇနဿ၊ ၏။ အာယတိံ၊ နောင်အခါ၌။ အနုပ္ပါဒေါ၊ အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် မဖြစ်ခြင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တဉ္စ၊ ထိုနောင် တဖန် မဖြစ်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

စက္ခု၊ နေရာ။ သောတ, ဃာန, ဇိဝှါ, ကာယ, မန ထည့်။

ရူပေ၊ နေရာ။ သဒ္ဒေ, ဂန္ဓေ, ရသေ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေဓမ္မေ ထည့်။

ဧဝမ္ပိ၊ ဤသို့လည်း။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

http://www.dhammadownload.con



## ဗောဇ္ဈင် အနက်

ဘိက္ခု၊ သည်။

သန္တံဝါ၊ ရသည်ဖြစ်၍ ထင်ရှားရှိသည်မူလည်း ဖြစ်သော။

အသန္တံဝါ၊ မရသည်ဖြစ်၍ ထင်ရှားမရှိသည်မူလည်း ဖြစ်သော။

သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်ဂေါ၊ ကုသိုလ်တရားတို့ကို အောက်မေ့တတ်သော

သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ နတ္ထိ၊ မရှိ။

ဣတိ၊ ဤသို့။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ယထာစ၊ အကြင်အသင့် နှလုံးသွင်းခြင်းကြောင့်။ အနုပ္ပန္နဿ၊ မဖြစ်သေးသော။ သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်ဿ၊ ၏။ ဥပ္ပာဒေါ၊ သည်။ ဟောတိ၊ ၏။ တဉ္စ၊ ထိုသတိသမ္ဗောဇ္ဈင်ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း။ ပဇာနာတိ၊ သိ၏။

ဓမ္မဝိစယ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ သဘောတရားကို စုံစမ်းဆင်ခြင်တတ်သော ပညာ။

ဝီရိယ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ကုသိုလ်တရားကို အားထုတ်ခြင်းတည်းဟူသော ဝီရိယ။

ပီတိ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ရတနာသုံးပါးဂုဏ် စသည်ကို နှစ်သက်ခြင်းဟူသော ပီတိ။

ပဿဒ္ဓိ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ကိုယ်စိတ်၏ ငြိမ်းခြင်းတည်းဟူသော ပဿဒ္ဓိ။

သမာဓိ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ တည်ကြည်ခြင်း၊ မပျံ့လွင့်ခြင်းတည်းဟူသော သမာဓိ။

ဥပေက္ခာ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ သုခနှင့်ဒုက္ခ အဖို့နှစ်ပါး မသက်ဝင်ဘဲ အလယ်အလတ် အာရုံငြိမ်သက် သက်ဝင်သော တတြမဇ္ဈတ္တတာ။

http://www.dhammadownload.con



သတိ၊ နေရာ။ ကျန် ဗောဇ္ဈင်များလဲ ထည့်ဆို။
ဧဝမ္ပိ၊ ဤသို့လျှင်။ ပ။ ဝိဟရတိ၊ နေ၏။

## သစ္စာ အနက်

၁။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ကတမာစ၊ အဘယ်တရားသည်ကား။ ဇာတိ၊ ဇာတိမည်သနည်း။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ တေသံ တေသံသတ္တာနံ၊ ထိုထိုသတ္တဝါတို့၏။ တမှိတမှိ သတ္တနိကာယေ၊ ထိုထိုသတ္တဝါအပေါင်း၌။ ယာဇာတိ၊ အကြင်ခန္ဓာတို့၏ ရှေးဦးစွာဖြစ်ခြင်းသည်။ ယာသဉ္ဇာတိ၊ အကြင် ပြည့်စုံစွာဖြစ်ခြင်းသည်။ ယာဩက္ကန္တိ၊ အကြင် ဝမ်းတွင်းသို့ သက်ဝင်စွာ ဖြစ်ခြင်းသည်။ ခန္ဓာနံ၊ ခန္ဓာတို့၏။ ယောပါတုဘာဝေါ၊ အကြင်ထင် ရှားဖြစ်ခြင်းသည်။ အာယတနာနံ၊ အာယတနတို့ကို။ ယောပဋိလာ ဘော၊ အကြင်ရခြင်းသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အယံ၊ ဤ တရားကို။ ဇာတိ၊ ပဋိသန္ဓေနေခြင်းဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

၂။ ဘိက္ခဝေ၊ ကတမာစ၊ ဇရာ၊ ဇရာမည်သနည်း။

ဘိက္ခဝေ၊ တေသံတေသံ သတ္တာနံ၊ တမှိတမှိသတ္တနိကာယေ၊ ၌။ ယာဇရာ၊ ယိုယိုယွင်းယွင်း နဂိုရ်ရင်းမတည် အိုမင်းခြင်းသည်။ ယာဇိ ရဏတာ၊ အကြင်အိုသော အခြင်းအရာသည်။ ယံခဏ္ဍိစ္စံ၊ အကြင် သွားကျိုးသည်၏ အဖြစ်သည်။ ယံပါလိစ္စံ၊ အကြင်ဆံဖြူသည်၏ အဖြစ်သည်။ ယာဝလိတ္တစတာ၊ အကြင်အရေတွန့်သည်၏ အဖြစ် သည်။ အာယုနော၊ ဇိဝိတိန္ဒြေ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ထွေ၏။ ယာသံဟာနိ၊ အကြင်ယုတ်ခြင်းသည်။ ဣန္ဒြိယာနံ၊ စက္ခုန္ဒြေ စသည်တို့၏။ ယောပရိ

http://www.dhammadownload.con



ပါကော၊ အကြောင်ရင့်ခြင်းသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အယံ၊ ဤတရားကို။ ဇရာ၊ အိုခြင်းဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ မိန့်ဆိုအပ်၏။

၃။ ဘိက္ခဝေ၊ ကတမဥ္စ၊ မရဏံ၊ မရဏမည်သနည်း။

ဘိက္ခဝေ၊ တေသံတေသံ သတ္တာနံ၊ ၏။ တမှာတမှာ သတ္တနိကာယာ၊ ထိုထိုသတ္တဝါတို့နေရာမှ။ ယာစုတိ၊ အကြောင်ရွေ့လျော့ခြင်းသည်။ ယာစဝနတာ၊ အကြောင့်ရွေ့လျော့သော အခြင်းအရာသည်။ ယောဘေဒေါ၊ အကြောင်ခန္ဓာပျက်ခြင်းသည်။ ယံအန္တရဓာနံ၊ အကြောင်ခန္ဓာကွယ်ခြင်းသည်။ ယောမစ္စု၊ အကြောင်သေခြင်းသည်။ ယံမရဏံ၊ အကြောင်အသက်ကို စွန့်ခြင်းသည်။ ယံ ကာလံကိရိယာ၊ အကြောင်သေခြင်းကို ပြုခြင်းသည်။ ခန္ဓာနံ၊ တို့၏။ ယောဘေဒေါ၊ အကြောင်ပျက်ခြင်းသည်။ ကဠေဝရဿ၊ အကောင်ကို။ ယောနိက္ခေပေါ၊ အကြောင်ပစ်ချခြင်းသည်။ ဇီဝတိန္ဒြိယဿ၊ ၏။ ယောဥပစ္ဆေဒေါ၊ အကြောင်ချုပ်ပြတ်ခြင်းသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ က္ကဒံ၊ ဤတရားကို။ မရဏံ၊ သေခြင်းဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

၄။ ဘိက္ခဝေ၊ ကတမောစ၊ သောကော၊ သောကမည်သနည်း။

ဘိက္ခဝေ၊ အညတရညတရေန၊ အမှတ်မဲ့တစ်ပါးပါးသော။ ဗျသနေန၊ ဆွေမျိုးပျက်စီးခြင်း စသည်ဖြင့်။ သမန္နာဂတဿ၊ အဘိဘူတဿ၊ နှိပ်စက်အပ်သော။ အညတရညတရေန၊ အမှတ်မဲ့တစ်ပါးပါးသော။ ဒုက္ခဓမ္မေန၊ ဆင်းရဲခြင်း၏အကြောင်းသည်။ ဖုဋ္ဌဿ၊ တွေ့အပ်သော။ သတ္တဿ၊ ၏။ ယောခေါသောကော၊ အကြောင်စိုးရိမ်ခြင်းသည်။ ယာသောစနာ၊ အကြောင်စိုးရိမ်သော အခြင်းအရာသည်။ ယံသောစိတတ္တံ၊ အကြောင်စိုးရိမ်သည်၏အဖြစ်သည်။ ယောအန္တောသောကော၊ အကြောင်

အတွင်း၌စိုးရိမ်ခြင်းသည်။ ယောအန္တော ပရိသောကော၊ အကြင် အတွင်း၌ ပြင်းစွာစိုးရိမ်ခြင်းသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အယံ၊ ဤတရားကို။ သောကော၊ သောကဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ မိန့်ဆိုအပ်၏။

၅။ ဘိက္ခဝေ၊ ရဟန်းတို့။ ကတမောစ၊ အဘယ်တရားသည်ကား။ ပရိဒေဝေါ၊ ပရိဒေဝမည်သနည်း။

ဘိက္ခဝေ၊ အညတရညတရေန၊ ဗျသနေန၊ သမန္နာဂတဿ၊ အဘိတူတဿ၊ အညတရညတရေန၊ ဒုက္ခဓမ္မေန၊ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းသည်။ ဖုဋ္ဌဿ၊ တွေ့အပ်သော၊ သတ္တဿ၊ သတ္တဝါ၏။ ယောပရိဒေဝေါ၊ အကြင်ဂုဏ်ကျေးဇူးကိုဆို၍ ငိုမြည်တမ်းခြင်းသည်။ ယာအာဒေဝနာ၊ အကြင်ရည်ညွှန်း၍ ငိုမြည်တမ်းသော အခြင်းအရာ သည်။ ယံအာဒေဝိတတ္တံ၊ အကြင်ရည်ညွှန်း၍ ငိုမြည်တမ်းသည်၏ အဖြစ် သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အယံ၊ ဤတရားကို။ ပရိဒေဝေါ၊ ပရိဒေဝဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

၆။ ဘိက္ခဝေ၊ ဒုက္ခံ၊ ကိုယ်၏ဆင်းရဲခြင်းသည်။ ကတမဥ္စ၊ အဘယ်ပါနည်း။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ ကာယိကံ၊ ကာယပသာဒ၌မှီသော။ ယံခေါ ဒုက္ခံ၊ အကြင်ဆင်းရဲခြင်းသည်။ ကာယိကံ၊ ကာယပသာဒ၌မှီ သော။ ယံ အသာတံ၊ အကြင်မသာယာခြင်းသည်။ ကာယသမ္ဖဿဇံ၊ ကာယပသာဒ၌ မှီသော ဖဿကြောင့်ဖြစ်သော။ ယံဝေဒယိတံ၊ အကြင်ဝေဒနာသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ အယံ၊ ဤတရားကို။ ဒုက္ခံ၊ ကိုယ်၏ဆင်းရဲခြင်းဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

၇။ စေတသိကံ၊ စိတ်၌မှီသော။

မနောသမ္ဖဿဇံ၊ စိတ်၌မှီသော ဖဿကြောင့်ဖြစ်သော။

http://www.dhammadownload.con


၈။ ဘိက္ခဝေ၊ ဥပါယာသော၊ စိတ်၏ပင်ပန်းခြင်းသည်၊ ကတမော၊ အဘယ်နည်းဟူမူကား။ ဘိက္ခဝေ၊ အညတရညတရေန၊ ဗျသနေန၊ သမန္နာဂတဿ။ အညတရညတရေန၊ ဒုက္ခဓမ္မေန၊ ဖုဋ္ဌဿ၊ သတ္တဿ၊ ၏။ ယောခေါအာယာသော၊ အကြင်စိတ်ပင်ပန်းခြင်းသည်။ ယောဥပါယာသော၊ အကြင်စိတ်လွန်စွာပင်ပန်းခြင်းသည်။ ယံ အာယာသိတတ္တံ၊ အကြင်စိတ်၏ လွန်စွာပင်ပန်းသည်၏ အဖြစ်သည်။ အတ္ထိ၊ ဘိက္ခဝေ၊ အယံ၊ ဥပါယာသော၊ ဥပါယာသဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ၏။

၉။ ဘိက္ခဝေ၊ အပ္ပိယေဟိ၊ မချစ်အပ်ကုန်သော အာရုံသခ်ါရ သတ္တဝါတို့နှင့်။ သမ္ပယောဂေါ၊ ပေါင်းဖော်ရခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲခြင်းသည်။ ကတမော၊ အဘယ်ပါနည်း။

ဣဓ၊ ဤလောက၌။ ယေရူပါ၊ အကြင်မြင်အပ်သော ရူပါရုံတို့သည်။ ယေသဒ္ဒါ၊ အကြင်ကြားနာအပ်သော သဒ္ဒါရုံတို့သည်။ ယေဂန္ဓာ၊ အကြင်နမ်းအပ်သော ဂန္ဓာရုံတို့သည်။ ယေရသာ၊ အကြင် လျက်အပ်သော ရသာရုံတို့သည်။ ယေဖောဋ္ဌဗ္ဗာ၊ အကြင်တွေ့အပ်သော ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုံတို့သည်။ ယေဓမ္မာ၊ အကြင်သိအပ်သော ဓမ္မာရုံတို့သည်။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ တေ၊ ထိုအာရုံ ခြောက်ပါးတို့သည်။ အဿ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏။ အနိဋ္ဌာ၊ အလိုမရှိအပ်သော အာရုံတို့သည်။ အပနာပါ၊ နှလုံးကို မပွားစေတတ်သော အာရုံတို့သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တေ၊ ထိုသတ္တဝါတို့သည်မူလည်း။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ တေ၊ ထိုသတ္တဝါတို့သည်။ အဿ၊ ထိုသူ၏။ အနတ္ထကာမာ၊ အကျိုးမဲ့ကို အလိုရှိကုန်သည်။ အဟိတကာမာ၊ စီးပွားမဲ့ကို အလိုရှိကုန်သည်။ အဖာသုကကာမာ၊ မချမ်းသာခြင်းကို အလိုရှိကုန်သည်။ အယောဂက္ခေမကာမာ၊ ဘေး

http://www.dhammadownload.con


မကောင်းခြင်းကို အလိုရှိကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တေဟိ၊ ထို မချစ်အပ်ကုန်သော အာရုံသင်္ခါရသတ္တဝါတို့နှင့်။ သဒ္ဓိံ၊ တကွ။ ယာသင်္ဂတိ၊ အကြင်တစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်ခြင်းသည်။ ယောသမာဂမော၊ အကြင်အတူစည်းဝေးခြင်းသည်။ ယံ သမောဓာနံ၊ အကြင် ပေါင်းဖော်ခြင်းသည်။ ယောမိဿီဘာဝေါ၊ အကြင် ရောနှောခြင်း သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ အယံ၊ ဤတရားကို။ အပ္ပိယေဟိ၊ မချစ်အပ်သော အာရုံသင်္ခါရသတ္တဝါတို့နှင့်။ သမ္ပယောဂေါ၊ ပေါင်း ဖော်ရခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော။ ဒုက္ခော၊ ဆင်းရဲဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ၏။

၁၀။ ဝိပ္ပယောဂေါ၊ ကွေကွင်းရခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော။

ဣဋ္ဌာ၊ အလိုရှိအပ်သော အာရုံတို့သည်။

ကန္တာ၊ နှစ်သက်အပ်သော အာရုံတို့သည်။

မနာပါ၊ နှလုံးကိုပွားစေတတ်သော အာရုံတို့သည်။

မာတာဝါ၊ အမိမူလည်းဖြစ်သော။

ပိတာဝါ၊ အဖမူလည်းဖြစ်သော။

ဘာတာဝါ၊ ညီ၊ အစ်ကို၊ မောင်မူလည်းဖြစ်သော။

ဘဂိနိဝါ၊ ညီမ၊ အစ်မ၊ နှမမူလည်းဖြစ်သော။

မိတ္တာဝါ၊ အဆွေခင်ပွန်းမူလည်းဖြစ်သော။

အမစ္စာဝါ၊ တကွဖြစ်ဖက်မူလည်းဖြစ်သော။

ဉာတိသာလောဟိတာဝါ၊ မိထွေး၊ မိကြီးစသော အမိမျိုး၊ ဘထွေး ဘကြီးစသော အဖမျိုးမူလည်းဖြစ်သော။

ဘိက္ခဝေ၊ ယမ္ပိ၊ အကြင်တောင်းတခြင်းဟူသော အကြောင်း ဖြင့်လည်း။ ဣစ္ဆံ၊ အလိုရှိသောသူသည်။ နလဘတိ၊ မရ။ တမ္ပိ၊ ထို

http://www.dhammadownload.con


တောင်းတခြင်းဟူသော အကြောင်းဖြင့်မရအပ်သော ဝတ္ထုကို အလိုရှိသည်လည်းဖြစ်သော။ ဒုက္ခံ၊ ဒုက္ခသည်။ ကတမဥ္စ၊ အဘယ်နည်းဟူမူကား။

ဘိက္ခဝေ။ ဇာတိဓမ္မာနံ၊ ပဋိသန္ဓေနေခြင်းသဘောရှိကုန်သော။
ဇရာဓမ္မာနံ၊ အိုခြင်းသဘောရှိကုန်သော။
ဗျာဓိဓမ္မာနံ၊ ဖျားနာခြင်းသဘောရှိကုန်သော။
မရဏဓမ္မာနံ၊ သေခြင်းသဘောရှိကုန်သော။

သတ္တာနံ၊ သတ္တဝါတို့အား။
ဇာတိဓမ္မာ၊ ပဋိသန္ဓေနေခြင်းသဘောရှိကုန်သည်။
ဇရာဓမ္မာ၊ အိုခြင်းသဘောရှိကုန်သည်။
ဗျာဓိဓမ္မာ၊ ဖျာနာခြင်းသဘောရှိကုန်သည်။
မရဏဓမ္မာ၊ သေခြင်းသဘောရှိကုန်သည်။

နအဿာမ၊ မဖြစ်ပါကုန်ငြားအံ့။ အဟောဝတ၊ ဩ-ကောင်းလေစွ။ နော၊ ငါတို့သို့။
ဇာတိ၊ ပဋိသန္ဓေနေခြင်းသည်။
ဇရာ၊ အိုခြင်းသည်။
ဗျာဓိ၊ ဖျားနာခြင်းသည်။
မရဏံ၊ သေခြင်းသည်။

နစအာဂစ္ဆေယျ၊ မလာသည်မူလည်းဖြစ်ငြားအံ့။ အဟောဝတ၊ ဩ- ကောင်းလေစွ။ ဣတိဧဝံ၊ ဤသို့သော အလိုသည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။ ဣစ္ဆာယ၊ လိုချင်တောင်းတခြင်းဖြင့်။ ဧတံ၊ ထိုပဋိသန္ဓေနေခြင်း အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်း သဘော၏ မရှိခြင်းစသော မရအပ်သော

http://www.dhammadownload.com


ဝတ္ထုကို။ နခေါပတ္တဗ္ဗံ။ မရအပ်သည်သာတည်း။ ဣဒမ္ပိ။ မရအပ်သည်ကို တောင့်တခြင်းသည်လည်း။ ယမ္ပိစ္ဆံနလဘတိ တမ္ပိဒုက္ခံ၊ မရအပ်သည်ကို တောင်တခြင်း ဒုက္ခမည်၏။

ဘိက္ခဝေ၊ တို့။ သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသဓမ္မာနံ၊ စိုးရိမ်ခြင်း ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်း၊ ကိုယ်၏ဆင်းရဲခြင်း စိတ်နှလုံးမသာယာခြင်း စိတ်၏လွန်စွာပင်ပန်းခြင်း သဘောရှိကုန်သော။ သတ္တာနံ၊ အား။ မယံ၊ ငါတို့သည်။ သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသဓမ္မာ၊ သဘောရှိကုန်သည်။ နအဿာမ၊ မဖြစ်ပါကုန်ငြားအံ့။ အဟောဝတ။

နေဥ၊ ငါတို့သို့။ သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသဓမ္မာ၊ သဘောတို့သည်။ နစ အာဂစ္ဆေယျုံ၊ မလာသည်မူလည်းဖြစ်ကုန်ငြားအံ့။ အဟောဝတ။

ဘိက္ခဝေ၊ သာခေါပနေသာ၊ ထိုတဏှာသည်။ ကတ္ထ၊ အဘယ်အာရုံ၌။ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ၊ ရှေးဦးစွာဖြစ်သည်ဖြစ်၍။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။ ကတ္ထ၊ အဘယ်အာရုံ၌။ နိဝိသမာနာ၊ အဖန်တလဲလဲဖြစ်သောအားဖြင့် တည်သည်ဖြစ်၍။ နိဝိသတိ၊ တည်သနည်း။

လောကေ၊ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော လောက၌။ ယံပိယရူပံ၊ အကြင်ချစ်အပ်သော သဘောရှိသော အာရုံသည်။ ယံသာတရူပံ၊ အကြင်သာယာအပ်သော သဘောရှိသော အာရုံသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဧတ္ထ၊ ဤချစ်အပ် သာယာအပ်သော သဘောရှိသော အာရုံ၌။ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ၊ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ နိဝိသမာနာ၊ နိဝိသတိ။

ပိယရူပံ၊ သည်။ သာတရူပံ၊ သည်။ ကိဉ္စ၊ အဘယ်နည်း။

http://www.dhammadownload.con



လောကေ၊ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာဟူသော လောက၌၊ စက္ခုံ၊ စက္ခုပသာဒမျက်အကြည်ဓာတ်သည်။ ပိယရူပံ၊ ချစ်အပ်သော သဘောရှိသော အာရုံတည်း။ သာတရူပံ၊ သာယာအပ်သော သဘောရှိသော အာရုံတည်း။ (စက္ခုသောတ စသည် ရူပါရုံ စက္ခုဝိညာဏ ဖဿဝေဒနာ အစရှိသည်ထည့်လေ။) (ကျန်သောအနက်များ သိသာလွယ်ပြီ။)

http://www.dhammadownload.con



## အာသီသပတ္တနာ

ဝိသုဒ္ဓိသီလာဒိဂုဏာ သောဘိတေန
သာသနဓဇ ဓမ္မာစရိယ
မဟာကမ္မဋ္ဌာနစရိယ
လဒ္ဓလဒ္ဓေန ဘဒ္ဒန္တဇောတိကမဟာ
ထေရေန သုခကာမာနံ သာဓူနံ
စတ္တာရော မဟာသတိပဋ္ဌာနေ
ယထာဝတော သုဘာဝေတုံ
ကေဝလံ သခေ်ပါ ဓိပ္ပါယမတ္တေန
ယထာပါဠိယဋ္ဌကထာ ဂတနယံ
သုလိခိတော အယံ ဝိပဿနာဉာဏ်ါ
အနှစ်ချုပ်ကျင့်ဖွယ် တိဂန္ထော
အန္တရာယံ ဝိနာနိဋ္ဌ ဉပါဂတော
တထာ သဗ္ဗသတ္တာနံ ဓမ္မနိဿိတာ
သင်္ကပ္ပါ သမိဇ္ဈန္တု။
ဣမံ ဂန္ထံ သာဓူ သဒ္ဓမ္မေ ဂါရဝံကတွာ
သဒ္ဓါ ပညာစက္ခုနာ ပုနပ္ပုနံ ပဿိတွာ
ဘာဝေန္တု ဝိစုဂ္ဂတဥ္ဆကတွာ
ဓါရေန္တု။

၁၃၆၂ ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်ကျော် (၁၄)ရက် (၂၂-၁-၂၀၀၀) တနင်္လာနေ့ ညနေ (၃)နာရီ (၄၅)မိနစ် ကောင်းမြတ်သောအချိန်တွင် ရေးသားပြီးစီးအောင်မြင်တော်မူသည်။