ကိုရင်ဝတ်ပြီးရင်

သာမဏေကျော်

553920

ကိုရင်ဝတ်ပြီးရင်

သာမဏေကျော်

ကိုရင်ဝတ်ပြီးရင်

သာမဏေကျော်

http://www.dhammadownload.com

သာမဏေကျော်

ကိုရင်ဝတ်ပြီးရင်

http://www.dhammadownload.com

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက် ● ၃၂၀၀၈၂၀၂၀၇

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် ● ၃၂၀၁၆၅၀၃၀၇

အုပ်ရေ ● ၁၀၀၀

တန်ဖိုး ● ၄၀၀ ကျပ်

ပုံနှိပ်ခြင်း ● ၂၀၀၇ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ
ပထမအကြိမ်

မျက်နှာဖုံးနှင့် ● ဦးအောင်ထက် (၀၈၀၀၃)
အတွင်းပုံနှိပ် အောင်ပါရမီပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်-၁၂၇၊ အခန်း-၃၊ ၅၂-လမ်း
ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ထုတ်ဝေသူ ● ဦးကျော်ဟင်း (၀၉၁၀)
ယုံကြည်ချက်စာပေ
အမှတ် (၁၁၁)၊ ၃၃-လမ်း၊
ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

အတွင်းဖလင် ● ကိုမြင့်သူ

မျက်နှာဖုံးဒီဇိုင်း ● ကိုအောင်လွင်

သာမဏေကျော်စာပေ

သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်
(လှော်ကားဥယျာဉ်အနီး)
မှော်ဘီမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။ ဖုန်း-၇၀၉၆၈၀

http://www.dhammadownload.com

မာတိကာ

၁။ နိဒါန်း ၁

၂။ ရှင်သာမဏေများအတွက် ၄
ဆယ်ပါးသီလ တောင်းခံပုံ ပါဠိ + မြန်မာ

၃။ ဘုရားရှိခိုး ပါဠိ + မြန်မာ ၅

၄။ သရဏဂုံ ဆောက်တည်ပုံ ပါဠိ + မြန်မာ ၅

၅။ ဆယ်ပါးသီလ ဆောက်တည်ပုံ ပါဠိ + မြန်မာ ၆

၆။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရနှင့် ၈
အဗြဟ္မစရိယသိက္ခာပုဒ်တို့၏ ခြားနားချက်

၇။ ဥစ္စာသယန (မြင့်သောနေရာ) နှင့် ၉
မဟာသယန (မြတ်သော နေရာ)

၈။ ဝိကာလဘောဇန သိက္ခာပုဒ်၌ ၉
ကာလနှင့် ဝိကာလ ခွဲပုံ

၉။ ဥပဇ္ဈာယ်ယူပုံ ၁၀

၁၀။ ဥပဇ္ဈာယ်ပေးပုံ ၁၀

http://www.dhammadownload.com

၁၁။ ဉပဇ္ဈာယ်ဆရာ ၁၁

၁၂။ ဉပဇ္ဈာယ်ယူ၊ ဉပဇ္ဈာယ်ပေး ၁၁

၁၃။ သင်္ကန်း၌ ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ ၁၁

၁၄။ ဆွမ်း၌ ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ ၁၂

၁၅။ ကျောင်း၌ ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ ၁၂

၁၆။ ဆေး၌ ဆင်ခြင်ပုံလင်္ကာ ၁၃

၁၇။ ပစ္စည်းလေးပါး ဆင်ခြင်ရာ ကာလ ၁၃

၁၈။ လိင် ၁၀ ပါး ၁၃

၁၉။ လိင်ကျခြင်း ၁၅

၂၀။ ဘိက္ခုနိဒူသကနှင့် အပြဟ္မစရိယတို့ ဘယ်လိုထူးသလဲ ၁၅

၂၁။ ဒဏ် ၁၀ ပါး ၁၆

၂၂။ ဒဏ်ပေးခြင်းနှင့် ဒဏ်ထိုက်ခြင်း ၁၇

သေခိယ ၇၅ - ပုဒ်

၂၃။ ပရိမဏ္ဍလဝဂ် ၁၈

အဓိပ္ပာယ်မှတ်ချက် သေခိယ ခေါ်ပုံ ၁၉

သင်းပိုင် ဝတ်ပုံ ၁၉

ဧကသိ ရန်းပုံ ၂၀

သင်္ကန်းကို ညီစွာ ဝတ်ရမည့် ဌာန ၂၀

သင်္ကန်းရုံပုံ ၂၀

http://www.dhammadownload.com

၂၄။ ဥဏှုရ္ဟိကဝင် ၂၁
၂၅။ ခမ္ဘကတဝင် ၂၂
အဓိပ္ပာယ်ရှင်းချက် ၂၃
၂၆။ သက္ကစ္စဝင် ၂၄
၂၇။ ကဗဠဝင် ၂၅
၂၈။ သုရုသုရုဝင် ၂၆
၂၉။ ပါဒုကဝင် ၂၇
၃၀။ ခန္ဓကဝတ် ၁၄ ပါး ၃၀
၃၁။ ဆရာလေးမျိုး ၃၆
၃၂။ တပည့်လေးပါး ၃၆
၃၃။ ဩကာသ ကန်တော့ခန်း ၃၇
၃၄။ ဩကာသ ကန်တော့ခန်း၏ အဓိပ္ပာယ်အဖွင့် ၃၈
၃၅။ ကံသုံးပါး ၃၈
၃၆။ ပထမပိုင်း ရည်ရွယ်ချက် ၃၉
၃၇။ ဒုတိယပိုင်း ရည်ရွယ်ချက် ၄၀
၃၈။ အပါယ် ၄ ပါး ၄၁
၃၉။ ကပ်သုံးပါး ၄၂
၄၀။ ရပ်ပြစ် ၈ ပါး ၄၃
၄၁။ ရန်သူမျိုးငါးပါး ၄၃
၄၂။ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး ၄၄
၄၃။ ဗျသနတရားငါးပါး ၄၅

http://www.dhammadownload.com

၄၄။ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား ၄၅

၄၅။ နိဗ္ဗာန်တရား ၄၆

၄၆။ ဂုဏ်တော် (၉) ပါး ဘုရားရှိခိုး ၄၆

၄၇။ ဂုဏ်တော် (၆) ပါး တရားရှိခိုး ၅၀

၄၈။ ဂုဏ်တော် (၉) ပါး သံဃာတော်ရှိခိုး ၅၁

၄၉။ ဤကျောင်းတိုက်၌ ၅၄

၅၀။ ပျံတော်မူခါနီး ရေးသားအပ်သော ၅၄
မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်၏ သံဝေဂလင်္ကာ (၁၀) ပုဒ်

၅၁။ သတိထား ၅၅

၅၂။ မေတ္တာဘာဝနာ အရပ် (၁၀) မျက်နှာ မေတ္တာပို့ ၅၅

၅၃။ အမျှဝေ ၅၇

၅၄။ လိင် (၁၀) ပါး ၅၈

၅၅။ ဒဏ် (၁၀) ပါး ၅၉

http://www.dhammadownload.com

နိဒါန်း

သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်မှာ မိမိနှစ်ခြိုက်တဲ့ ပညာရေးစနစ်နဲ့ ပိဋကစာပေတွေကို ပို့ချပေးနေပါတယ်။ ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း၊ တတိယတန်း၊ စတုတ္ထတန်း၊ ပဉ္စမတန်း စသည်ခွဲကာ သင်ယူစေပါတယ်။ (၆) လတစ်ကြိမ် အတန်းတင် စာမေးပွဲ ဖြေဆိုစေပါတယ်။ ဥပုသ်နေ့တိုင်း အစမ်းစာမေးပွဲတွေ ဖြေစေပါတယ်။ ၁၃၆၈ (၂၀၀၇) ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလမှာ အတန်းတင်စာမေးပွဲ စတင်ဖြေစေပါမယ်။ ပထမတန်းမှာ ကျေးဇူးတော်ရှင် အမရပူရ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီး ရေးသားခဲ့တဲ့ နာမ်ဂိုဏ်းစာအုပ်၊ ပါဠိသိက္ခာစာအုပ်တွေအပြင် ကိုရင်လေးတို့ဖတ်ဖို့ဆိုတဲ့ စာအုပ်ကိုလည်း သင်ယူစေပါတယ်။ ကိုရင်ဝတ်ပြီးရင်ဆိုတဲ့ စာအုပ်လေးကိုလည်း

http://www.dhammadownload.com

သင်ယူစေပါတယ်။ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ပုံ၊ (၁၀) ပါးသီလ၊ လိင် (၁၀) ပါး၊ ဒဏ် (၁၀) ပါး၊ သေခိယ (၇၅) ပါး၊ ခန္ဓကဝတ် (၁၄) ပါး၊ ဘုရား ဂုဏ်တော်၊ တရား ဂုဏ်တော်၊ သံဃာ ဂုဏ်တော် စတာတွေ ကိုရင်ဝတ်ပြီးရင် စာအုပ်မှာ ပါဝင်နေပါတယ်။ ကိုရင်ဝတ်ပြီးသူတိုင်း သိရ လိုက်နာရမယ့် အချက်အလက်တွေကို ထည့်ထားပါတယ်။

သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းမှာ စာသင်သားတွေကို နေ့စဉ် တစ်နာရီကြာအောင် တရားရှုမှတ်စေပါတယ်။ ဥပုသ်နေ့တိုင်းမှာတော့ ၃ နာရီကြာ တရားရှုမှတ်စေပါတယ်။ တရားရှုမှတ်ပုံကို ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ကြီးရဲ့ ဩဝါဒတော်နဲ့အညီ သင်ပြပေးပါတယ်။ တရား ဘယ်လို ရှုမှတ်ရမလဲ လို့ စာအုပ်လေး ထုတ်နုတ်ဖော်ပြထားရာ အဲဒီစာအုပ်လေးကိုလည်း ပထမတန်းမှာ ပြဋ္ဌာန်းပေးထားပါတယ်။ သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်က စာသင်သား ကိုရင်တိုင်း၊ ဖိုးသူတော်တိုင်း သတိပဋ္ဌာန်ရှုမှတ်ပုံကို သိစေချင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ စာအုပ်လေးကိုပါ သင်ယူစေပါတယ်။ အဲဒီစာအုပ် ၅ အုပ်ကို ပထမတန်းဝင်ရှင်တိုင်း၊ ဖိုးသူတော်တိုင်း သင်ယူကြရပါတယ်။

ဒုတိယတန်းမှာတော့ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာပါဠိယမကဝဂ်၊ သဂြိုဟ် (၄) ပိုင်း၊ ယနေ့မှာ သာမဏေငယ်၊ နောင်အခါဝယ် ဆရာတော်ကြီး စာအုပ်နဲ့ အဲဒီစာအုပ်ပါ မြန်မာစာသားတွေရဲ့

http://www.dhammadownload.com

သက်ဆိုင်ရာ ပါဠိစာအုပ်၊ သာလွန် အခြေခံအင်္ဂလိပ် စကားပြော စာအုပ်ငယ်တွေကို သင်ယူစေပါမယ်။

ကိုရင်ဝတ်ပြီးရင် စာအုပ်မှ စာသားတွေကို ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီးနဲ့ မဟာစည်ဆရာတော်ကြီးရဲ့ စာအုပ်တွေမှ ထုတ်နုတ်စုစည်း ဖော်ပြထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။ သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းသို့ ရောက်သစ်စ စာသင်သားတိုင်း လေ့လာသင်ယူရမှာမို့ စာအုပ်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားလိုက်ပါတယ်။

သာမဏေကျော်
သာမဏေကျော် မဟာဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်
ရန်ကုန်တိုင်း၊ မှော်ဘီမြို့နယ်၊
လှော်ကားဥယျာဉ်အနီး။

http://www.dhammadownload.com

ရှင်သာမဏေများအတွက် ဆယ်ပါးသီလ တောင်းခံပုံ ပါဠိ

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသသာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ဒသ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဆယ်ပါးသီလ တောင်းခံပုံ မြန်မာပြန်

အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်သည် သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ ရှင်သာမဏေ၏ ဆယ်ပါးသီလကို တောင်းပါ၏။ တပည့်တော်အား သနားသောအားဖြင့် ဆယ်ပါးသီလ ခံယူနည်းကို ပေးတော်မူပါကုန်ဘုရား။

အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်သည် သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ ရှင်သာမဏေ၏ ဆယ်ပါးသီလကို နှစ်ကြိမ်မြောက်

http://www.dhammadownload.com

တောင်းပါ၏။ တပည့်တော်အား သနားသောအားဖြင့် ဆယ်ပါးသီလ ခံယူနည်းကို ပေးတော်မူပါကုန်ဘုရား။

အရှင်ဘုရား၊ တပည့်တော်သည် သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ ရှင်သာမဏေ၏ ဆယ်ပါးသီလကို သုံးကြိမ်မြောက်တောင်းပါ၏။ တပည့်တော်အား သနားသောအားဖြင့် ဆယ်ပါးသီလ ခံယူနည်းကို ပေးတော်မူပါကုန်ဘုရား။

ဘုရားရှိခိုး ပါဠိ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

(မြန်မာပြန်)

ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော၊ အလုံးစုံသောတရားတို့ကို မဖောက်မပြန် ကိုယ်တော်တိုင် သိမြင်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားအား ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

(မြန်မာလို ၃ ခေါက် ဆိုပါစေ)

သရဏဂုံ ဆောက်တည်ပုံပါဠိ

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

http://www.dhammadownload.com

ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

(မြန်မာပြန်)

(က) ဘုရားရှင်ကို ကိုးကွယ်ပါ၏။
(ခ) တရားတော်မြတ်ကို ကိုးကွယ်ပါ၏။
(ဂ) အရိယာ သံဃာတော်ကို ကိုးကွယ်ပါ၏။

မှတ်ချက် ။ ။ "နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း၊ သုံးကြိမ်မြောက်လည်း" ထည့်၍ အထက်ပါအတိုင်း ဆိုပါ။

ဆယ်ပါးသီလ ဆောက်တည်ပုံ ပါဠိ + မြန်မာ

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
သူတစ်ပါးအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
သူတစ်ပါး ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၃။ အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
မမြတ်သော မေထုန်အကျင့်မှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

http://www.dhammadownload.com

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
လိမ်လည် လှည့်ပတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
မူးယစ်မေ့လျော့စေတတ်သော သေရည်အရက်ကို သောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၆။ ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
နေ့လွဲညစာ စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၇။ နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူကဒဿနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
အကုသိုလ်များကြောင်း မကောင်းမှုဖြစ်သော ကခြင်း၊ သီချင်းဆိုခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း၊ ဘုရား အဆုံးအမတော်၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော ကြည့်ရှု နားထောင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၈။ မာလာ ဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
ပန်းပန်ခြင်း၊ နံ့သာပျစ်ကို နိမ့်ရာအရပ်သို့ ဖို့သိပ်ခြင်း၊ နံ့သာရည်၊ နံ့သာမှုန်တို့ကို လိမ်းကျံခြယ်လှယ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၉။ ဥစ္စာသယနမဟာသယနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

http://www.dhammadownload.com

မြင့်မြတ်သော နေရာ၌ အိပ်ခြင်း၊ နေထိုင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

၁၀။ ဇာတရူပ ရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဏာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

ရွှေငွေကို ကိုင်ခြင်း၊ ခံယူခြင်း၊ စီမံခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

ကာမေသုမိစ္ဆာစာရနှင့် အဗြဟ္မစရိယ သိက္ခာပုဒ်တို့၏ ခြားနားချက်

ကာမေသု မိစ္ဆာစာရ သိက္ခာပုဒ်ကို စောင့်ထိန်းလျှင် မိမိ မပိုင်ဆိုင်သော ကာမကိစ္စတို့ကို ကျူးလွန်ခြင်းမှသာ ရှောင်ကြဉ်ရ၏။

အဗြဟ္မစရိယ သိက္ခာပုဒ်ကို စောင့်ထိန်းလျှင် မိမိပိုင်ဆိုင်သော ကာမကိစ္စနှင့် မိမိ မပိုင်ဆိုင်သော ကာမကိစ္စ နှစ်မျိုးလုံးမှ ရှောင်ကြဉ်ရ၏။ ဤသို့အားဖြင့် ခြားနားပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

ဥစ္စာသယန (မြင့်သော နေရာ) နှင့် မဟာသယန (မြတ်သော နေရာ)

တစ်တောင့်ထွာထက် မြင့်သော ခြေရှိသော ထိုင်ခုံ၊ ခုတင် စသော နေရာများကို ဥစ္စာသယန (မြင့်သောနေရာ) ဟု ခေါ်သည်။

ရဟန်းသာမဏေတို့ မထိုင်ကောင်း၊ မအိပ်ကောင်းဟု ပညတ်ထားသော, ဆန်းကြယ်စွာ ချုပ်အပ်၊ ရက်အပ်သော သားမွေးအခင်း စသည်များကို မဟာသယန (မြတ်သော နေရာ) ဟု ခေါ်သည်။

ဝိကာလဘောဇနေ သိက္ခာပုဒ်၌ ကာလနှင့် ဝိကာလ ခွဲပုံ

နံနက်စောစော အရုဏ်တက်သည်မှစ၍ မွန်းတည့် တိုင်အောင် အချိန်သည် ရဟန်းသာမဏေနှင့် ဥပုသ်သည်တို့ ဆွမ်းစသည်တို့ကို စားသောက်ဖို့ရာ အချိန်ဖြစ်၍ 'ကာလ' မည်၏။

မွန်းလွဲသည်မှစ၍ နောက်တစ်နေ့ အရုဏ်တက်တိုင် အောင် အချိန်သည် ရဟန်းသာမဏေနှင့် ဥပုသ်သည်တို့

http://www.dhammadownload.com

ဆွမ်းစသည်တို့ကို စားသောက်ဖို့ရာ အချိန်မဟုတ်၍ 'ဝိကာလ' မည်၏။

ဥပဇ္ဈာယ်ယူပုံ

ဥပဇ္ဈာယော မေ ဘန္တေ ဟောဟိ။

(သုံးခေါက်ဆိုရန်)

အရှင်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရားသည် ဘုရားတပည့်တော်၏ အပြစ်ကြီး၊ အပြစ်ငယ်ကို ကြည့်ရှု၍ ဆိုဆုံးမသော ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ ဖြစ်တော်မူပါ အရှင်ဘုရား။

ဥပဇ္ဈာယ်ပေးပုံ

ပါသာဒိကေန သမ္ပာဒေဟိ။ (သမ္ပာဒေထ။)

ကြည်ညိုဖွယ်ကို ဆောင်သော ကိုယ်အမူအရာ၊ နှုတ်အမူအရာဖြင့် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးပါးကို ပြည့်စုံစေလော့။

မှတ်ချက် ။ ။ တပည့်နှစ်ပါး၊ သုံးပါး စသည်များလျှင် "သမ္ပာဒေထ"ဟုဆို၍ "ပြည့်စုံကြစေလော့" ဟု မြန်မာပြန်ပါ။

http://www.dhammadownload.com

ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ

အပြစ်ကြီး၊ အပြစ်ငယ်ကို အမြဲမပြတ် ကြည့်ရှုဆုံးမတတ်သော ဆရာမြတ်ကို ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာဟု ခေါ်သည်။

ဥပဇ္ဈာယ်ယူ၊ ဥပဇ္ဈာယ်ပေး

အပြစ်ကြီး၊ အပြစ်ငယ်တို့ကို ကြည့်ရှု ဆုံးမတတ်သော "ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ" ဟု စိတ်ထဲမှ မှတ်ယူထားခြင်းကို "ဥပဇ္ဈာယ်ယူသည်" ဟု ခေါ်သည်။

တပည့်က ဥပဇ္ဈာယ်ယူသောအခါ ဆရာက "ပါသာဒိကေန သမ္ပာဒေဟိ - (သမ္ပာဒေထ)" ဟု ဆို၍ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာဖြစ်ကြောင်း အသိပေးလိုက်ခြင်းကို "ဥပဇ္ဈာယ်ပေး" ဟု ခေါ်၏။

သက်နိုး၌ ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

ချမ်းပူကို ဖျက်၊ ခြင် မှက် လေ နေ၊ ကင်း မြွေ လွဲသည်၊ ဟိရိဂုဏ်ကို၊ ကုန်စေတတ်စွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါကို၊ လုံပါစေလို၊

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်ကို စံပယ်၊ ဆင်ပြင်မယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ် မမှန်း၊ ဤသက်န်းကို၊ ဖုံးလွှမ်းဝတ်ရုံပါသတည်း။

ဆွမ်း၌ ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

ဤသည့်စားဖွယ်၊ အမယ်မယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊ လှပရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ မသုံးပါဘူး၊ လေးဖြာခတ်ဆောင်၊ ဤကိုယ်ကောင်သည်၊ ရှည်အောင် တည်လျက်၊ အသက်မျှတမ်း၊ မမောပန်းငြား၊ ဘုရားသာသနာ၊ ကျင့်နှစ်ဖြာကို၊ ကျင့်ပါနိုင်စေ၊ ဝေဒနာဟောင်းသစ်၊ မဖြစ်စေရ၊ ယာပိုထ်မျှလစ်၊ ခပ်သိမ်းပြစ်ကို၊ မဖြစ်လေအောင်၊ ချမ်းမြေ့အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း။

ကျောင်း၌ ဆင်ခြင်ပုံ လင်္ကာ

ချမ်းပူကို ဖျက်၊ ခြင် မှက် လေ နေ၊ ကင်း မြွေ ဝေးမှု၊ ဥတု ဘေးဘျမ်း၊ မသန်း ကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်ကြောင်း၊ နေရာကျောင်းကို၊ ကိန်းအောင်း မှီခိုပါသတည်း။

http://www.dhammadownload.com

ဆေး၃ ဆင်ခြင်ပုံလင်္ကာ

ကျင်နာခံခက်၊ နှိပ်စက်ဖိစီး၊ ဖြစ်ပြီး ဖြစ်လာ၊ ဝေဒနာကို၊ စွန့်ခွာပယ်လျှင်း၊ ဆင်းရဲကင်း၍၊ လူမင်းမြတ်စွာ၊ သာသနာကို၊ ကြည်သာရွှင်လန်း၊ ဖြည့်ကျင့်စွမ်းနိုင်ဖို့၊ ရည်မှန်း သုံးဆောင်ပါသတည်း။

ပစ္စည်းလေးပါး ဆင်ခြင်ရာ ကာလ

၁။ ပဋိလာဘကာလ = ရတဲ့ အခါကာလ။

၂။ ပရိဘောဂကာလ = သုံးဆောင်တဲ့ အခါကာလ။

ဆောင်ပုဒ်

ရခါ သုံးခါ၊ ပစ္စယာ၊ နှစ်ဖြာ ဆင်ခြင်ကြ။

လိင် ၁၀ ပါး

၁။ **ပါဏာတိပါတ**=သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်း။ (ပိုးကောင် ကလေးများကိုသော်လည်း မသတ်ရ။)

၂။ **အဒိန္နာဒါန** = သူ့ဥစ္စာကို ခိုးခြင်း။ (မြက်တစ်ပင်ကို သော်မျှ လိမ်၍ ညာ၍ ခိုး၍ မယူရ။)

http://www.dhammadownload.com

၃။ **အပြဟွစရိယ** = မေထုန်အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်း။ (တိရစ္ဆာန်မဥ္စသော်မှ မမှီဝဲရ။)

၄။ **မုသာဝါဒ** = လိမ်ညာပြောခြင်း။ (ပြောင်လှောင်ကျီစား လို၍သော်မှ လိမ်မပြောရ။)

၅။ **သုရာမေရယ** = သေရည်အရက်ကို သောက်ခြင်း။

၆။ **ဗုဒ္ဓဿ အဝဏ္ဏဘာသန** = ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ အပြစ်ကို ပြောခြင်း။ ("ဘုရား မဟုတ်ဘူး၊ အလုံးစုံကို မသိနိုင် ဘူး". . . စသည်ဖြင့် မပြောရ။)

၇။ **ဓမ္မဿ အဝဏ္ဏဘာသန** = တရားတော်၏ အပြစ်ကို ပြောခြင်း။ ("ဤတရားအတိုင်း ကျင့်လို့ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ မလွတ်နိုင်ဘူး" စသည်ဖြင့် မပြောရ။)

၈။ **သံဃဿ အဝဏ္ဏဘာသန** = သံဃာတော်၏ အပြစ် ကို ပြောခြင်း။ ("အရိယာဖြစ်ပြီးသော သံဃာတော်ကို ကောင်းမွန်စွာ ကျင့်သူ မဟုတ်ဘူး" စသည်ဖြင့် သံဃာ တော်ကို ထိခိုက်၍ မပြောရ။)

၉။ **မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ** = မိစ္ဆာအယူရှိခြင်း။ (ကံနှင့် ကံ၏အကျိုးကို မယုံခြင်း၊ "မည်သူမဆို ဤဘဝမှ သေလျှင် ဘဝပြတ် တော့၏။ နောက်ထပ် မဖြစ်ရ" ဟု ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ စသော အယူရှိခြင်း။)

၁၀။ **ဘိက္ခုနိဒူသက** = ဘိက္ခုနီမကို မေထုန်ကျင့်၍ ဖျက် ဆီးခြင်း။

http://www.dhammadownload.com

လိင်ကျခြင်း

သူ့အသက်ကို သတ်မှုစသော ပြစ်မှုဆယ်ပါးတွင် တစ်ပါးပါးကို ပြုကျင့်သော သာမဏေအား ရှင်သာမဏေအသွင်ဖြင့် မနေကောင်း၍ လူဝတ်လဲပေးရသည်။ ထိုသို့လူဝတ်လဲပေးရလောက်အောင် ပြစ်မှု ကျူးလွန်ခြင်းကို 'လိင်ကျသည်' ဟု ခေါ်ရသည်။

ဘိက္ခုနီဒူသကနှင့် အပြဟ္မစရိယတို့ ဘယ်လိုထူးသလဲ

ရိုးရိုးအပြဟ္မစရိယကို ပြုကျင့်သူသည် နောင်အခါ စောင့်စည်း လိုသောစိတ်ရှိလျှင် ရှင်သာမဏေ ထပ်၍ပြုခွင့်ရ၏။ အသက်စေ့လျှင် ရဟန်းပြုခွင့်လည်း ရ၏။ ဘိက္ခုနီမ၌ ကျင့်မိသူကား ရဟန်းပြုဖို့ မဆိုထားနှင့်၊ ရှင်သာမဏေ ထပ်၍ ပြုခွင့်မျှပင် မရနိုင်တော့ပေ။

http://www.dhammadownload.com

ဒဏ် ၁၀ ပါး

၁။ **ဝိကာလဘောဇန** = နေ့လွဲညစာ စားခြင်း။

၂။ **နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူက ဒဿန** = ကခြင်း၊ သီချင်းဆိုခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း၊ သာသနာတော်နှင့် မသင့်တော်သော ပွဲလမ်းသဘင်များကို ကြည့်ရှုနားထောင်လေ့ရှိခြင်း။

၃။ **မာလာ ဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသန** = ပန်းပန်ခြင်း၊ နံ့သာလိမ်းခြင်း၊ နံ့သာပျောင်းတို့ဖြင့် အတင့်အတယ် အပြေအပြစ် ပြုခြင်း။

၄။ **ဥစ္စာသယန မဟာသယန** = မြင့်မြတ်သော နေရာ၊ ကြီးကျယ်ခမ်းနားသော နေရာတို့၌ ထိုင်ခြင်း၊ အိပ်ခြင်း။

၅။ **ဇာတရူပ ရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဏ** = ရွှေငွေကို ကိုယ်တိုင်ခံယူခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို ခံယူစေခြင်း၊ အပ်နှံချထား၍ လှူဒါန်းသည်ကို သာယာခြင်း။

၆။ **ဘိက္ခူနံ အလာဘာယ ပရိသက္ကတိ** = ရဟန်းတော်များကို လာဘ်မရအောင် အားထုတ်ခြင်း။ (ဆွမ်းစသည်ကို မလှူချင်အောင် မဟုတ်မမှန်သော အပြစ်ကို လုပ်ကြံ၍ လူတို့အား ပြောဆိုခြင်း)

၇။ **ဘိက္ခူနံ အနတ္ထာယ ပရိသက္ကတိ** = ရဟန်းတော်များကို အကျိုးမဲ့ဖြစ်အောင် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်ခြင်း။

http://www.dhammadownload.com

၈။ **ဘိက္ခုနံ အဝါသာယ ပရိသက္កតိ** = ရဟန်းတော်များကို နေမြဲကျောင်း၌ မနေနိုင်အောင် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်အောင် အားထုတ်ခြင်း။ (တစ်စုံတစ်ခုသော ပြစ်မှုကြောင့် ထိုကျောင်းမှ ထွက်သွားရအောင် အားထုတ်ခြင်း။)

မှတ်ချက် ။ ။(ကောင်းမွန်စွာ မနေထိုင်သူကို ထွက်သွားအောင် ပြုလုပ်ပါက ဒဏ်မထိုက်။)

၉။ **ဘိက္ခူ အက္កောသတိ ပရိဘာသတိ** = ရဟန်းတို့ကို ဆဲခြင်း၊ ရိုက်မည်၊ နှက်မည် စသည်ဖြင့် ခြိမ်းခြောက်ခြင်း။

၁၀။ **ဘိက္ခူ ဘိက္ခူဟိ ဘေဒေတိ** = ရဟန်းတော်ချင်း ကွဲပြားအောင် (မတည့်အောင်) ကုန်းတိုက်ခြင်း၊ ရန်တိုက်ခြင်း။

ဒဏ်ပေးခြင်းနှင့် ဒဏ်ထိုက်ခြင်း

ရေဒဏ်၊ သဲဒဏ် စသည်ကို ထမ်းရမည်ဟု နောက်မပြုဝံ့အောင် အပြစ်ပေးမှု၊ နှိပ်ကွပ်မှုကို 'ဒဏ်ပေးခြင်း' ဟု ခေါ်၏။

ထိုရေဒဏ်၊ သဲဒဏ် အပေးခံရလောက်အောင် ပြစ်မှုကျူးလွန်မိခြင်းကို 'ဒဏ်ထိုက်ခြင်း' ဟု ခေါ်၏။

http://www.dhammadownload.com

သေခိယ ၇၅ – ပုဒ်

၁။ ပရိမဏ္ဍလဝဂ်

၁။ သင်းပိုင်ကို ညီညီ ဝတ်ရမည်။

၂။ ကိုယ်ကို ညီညီ ရုံရမည်။

၃။ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ လည်ပင်း၊ လက်ကောက်ဝတ်တို့ကို ဖုံး၍ သွားရမည်။

၄။ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ လည်ပင်း၊ လက်ကောက်ဝတ်တို့ကို ဖုံး၍ နေရမည်။

၅။ ကိုယ်နှုတ်ကို စောင့်ထိန်း၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ သွားရမည်။

၆။ ကိုယ်နှုတ်ကို စောင့်ထိန်း၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ နေရမည်။

၇။ လေးတောင်မျှ ကြည့်လျက် မျက်လွှာချ၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ သွားရမည်။

၈။ လေးတောင်မျှ ကြည့်လျက် မျက်လွှာချ၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ နေရမည်။

http://www.dhammadownload.com

၉။ သင်္ကန်းကို ပင့်လျက် မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မသွားရ။
၁၀။ သင်္ကန်းကို ပင့်လျက် မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မနေရ။

အဝိပ္ပာယ် မှတ်ချက်
သေခိယ ခေါ်ပုံ

ရဟန်းသာမဏေများ သင်ထိုက်၊ ကျင့်ထိုက်၊ သင်အပ်၊ ကျင့်အပ်သောကြောင့် 'သေခိယ' ဟု ခေါ်သည်။

•

သင်းပိုင် ဝတ်ပုံ

သင်းပိုင်ကို ဝတ်သောအခါ ချက်ကို ဖုံးမိအောင် ဝတ်ရ၏။ ခါးဘက်က အပေါ်မှာ တက်နေ၍ ချက်ဘက်က အောက်ကို လျှောကျနေအောင် မဝတ်ရပါ။ အောက်ပိုင်းမှာလည်း ဒူးအောက် လက်ရှစ်သစ်လောက် ချပြီး ရှေ့ရော နောက်ပါ ဝိုင်းနေအောင် ဝတ်ရသည်။

http://www.dhammadownload.com

ကောသီ ရန်းပုံ

ကောသီကို ရန်းသောအခါ အထက်ပိုင်း၌ ဘက်လက် တံတောင်ဆစ်ကို ဖုံးမိစေ၍ အောက်ပိုင်း၌ သင်းပိုင်း အထက် လက်လေးသစ်လောက် မြှင့်တင်လျှက် ပတ်ဝန်း ကျင် ညီ၍ နေအောင် ဝတ်ရ (ရုန်းရ) သည်။

သင်္ကန်းကို ညီစွာ ဝတ်ရမည့် ဌာန

သင်းပိုင်၊ ကောသီတို့ကို (တစ်ပါးတည်းနေသောအခါ၊ အိပ်နေသောအခါ စသည်တို့၌ ညီစွာ မဝတ်နိုင်၊ မရုန်းနိုင် သော်လည်း) သံဃာ့အစည်းအဝေး၊ ဘုရားဝတ်တက်၊ ဆရာ သမားနှင့် မထေရ်ကြီးများထံ သွားသောအခါတို့၌ ဝန်းဝိုင်း ညီညွတ်စွာ ဝတ်ရ၊ ရန်းရသည်။

သင်္ကန်းရုံပုံ

သင်္ကန်းရုံသောအခါ ကောသီကို သိပ်လည်း မကျပ်စေ ရ၊ ကုတ်ပိုး ဟုခေါ်သော လည်ပင်းဖုံးမိစေရုံသာ ပြုလုပ်၍ အောက်ပိုင်း၌ အရှည်ကြီးတွဲ၍ ကျမနေစေရ။ အောက်ပိုင်း၌

http://www.dhammadownload.com

ဧကေသီကို သင်းပိုင်အထက် လက်လေးသစ်လောက် ထပ်ရုံ ရမည်။

၂။ ဥဇ္ဇုဂ္ဂိကာဝဂ်

၁။ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ အကျယ်ကြီး ရယ်၍ မသွားရ။
၂။ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ အကျယ်ကြီး ရယ်၍ မနေရ။
၃။ တိုးတိုး သာယာစွာ စကားပြောဆို၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ သွားရမည်။
၄။ တိုးတိုး သာယာစွာ စကားပြောဆို၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ နေရမည်။
၅။ ကိုယ်ကို လှုပ်၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မသွားရ။
၆။ ကိုယ်ကို လှုပ်၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မနေရ။
၇။ လက်မောင်းကို လှုပ်၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မသွားရ။
၈။ လက်မောင်းကို လှုပ်၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မနေရ။
၉။ ဦးခေါင်းကို လှုပ်၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မသွားရ။
၁၀။ ဦးခေါင်းကို လှုပ်၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မနေရ။

မှတ်ချက် ။ ။ "တိုးတိုး သာယာစွာ စကားပြောဆိုရမည်" ဆိုရာ၌ ခြောက်တောင်ထွာမှ သဲကွဲစွာ ကြားရရုံ ပြောဆိုရ သည်။

http://www.dhammadownload.com

နံပါတ် (၅) သိက္ခာပုဒ်၌ 'ကိုယ်' ဆိုသည်မှာ သွားတဲ့ အခါ တစ်ကိုယ်လုံးကို မဆိုလို၊ အထက်ပိုင်း ကိုယ်ကိုသာ ဆိုလိုသည်။ အောက်ပိုင်းကိုယ်ကိုကား လှုပ်လှုပ်ရှားရှား သွားနိုင်ပါသည်။

၃။ ခမ္ဘကတဝဂ်

၁။ ခါးကို ထောက်လျက် မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မသွားရ။

၂။ ခါးကို ထောက်လျက် မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မနေရ။

၃။ ခေါင်းမြီးခြုံ၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မသွားရ။

၄။ ခေါင်းမြီးခြုံ၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မနေရ။

၅။ ခြေဖဝါး အစွန်အဖျားဖြင့် နင်း၍ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ မသွားရ။

၆။ ဒူးနှစ်ဖက်ကို လက်ဖြင့် ပွေ့ပိုက်၍ဖြစ်စေ၊ အဝတ်ဖြင့် ဖွဲ့၍ဖြစ် စေ မထိုင်ရ။

၇။ ဆွမ်းကို ရိုသေစွာ (လေးလေးစားစား သတိပြု၍) ခံယူရမည်။

၈။ ဟိုဟိုဒီဒီ မကြည့်ဘဲ သပိတ်ကို သတိပြုလျက် ဆွမ်းကို ခံယူရမည်။

http://www.dhammadownload.com

၉။ ဆွမ်းနှင့်ဟင်း မျှတရုံ ခံယူရမည်။

မှတ်ချက် ။ ။ ဆွမ်းလေးပုံ၊ ဟင်းတစ်ပုံ ခံယူလျှင် မျှတ၏။

၁၀။ ဆွမ်းကို သပိတ်အတွင်း နှုတ်ခမ်းနှင့် ညီရုံ ခံယူရမည်။

အဓိပ္ပာယ်ရှင်းချက်

ဖဝါးစွန်းနင်း၍ သွားခြင်းဆိုသည်မှာ - ခြေဖျားဖြင့်သာ မြေ၌နင်း၍ ခြေဖနောင့်က မြေ၌ မထိဘဲ (ခြေဖျား ထောက်၍) သွားခြင်း၊ ခြေဖနောင့်ဖြင့်သာ မြေ၌ နင်း၍ ခြေဖျားက မြေ၌ မထိဘဲ ဖနောင့်ထောက်၍ သွားခြင်းကို 'ဖဝါးအစွန်းဖြင့် နင်း၍သွားခြင်း' ဟု ခေါ်သည်။

'ဆွမ်းကို ရိုသေစွာ ခံယူရမည်' - ဟု ဆိုရာ၌ ဆွမ်းခံသောအခါ ဆွမ်းကိုဖြစ်စေ၊ ဟင်းကိုဖြစ်စေ မလိုချင်သလို လိုချင်သလို၊ သွန်ပစ်ချင်သလို မခံယူဘဲ လေးလေးစားစား ခံယူရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

http://www.dhammadownload.com

၄။ သက္ကစ္စဝဂ်

၁။ ဆွမ်းကို ရိုသေစွာ (လေးလေးစားစား သတိထား၍) စားရမည်။

၂။ သပိတ်ကို သတိထားလျက် ဆွမ်းကို စားရမည်။

၃။ ဆွမ်းကို မိမိထိုင်ရာဘက်မှစ၍ အစဉ်အတိုင်း စားရမည်။

၄။ ဆွမ်းကို ဟင်းနှင့် မျှတရုံ စားရမည်။

၅။ ဆွမ်းကို အလယ်မှ ထိပ်မှ နှိပ်၍ မစားရ။

၆။ ဟင်းကို များများ ရရန် ဆွမ်းဖြင့် မဖုံးရ။

၇။ ကျန်းမာလျက် ဟင်းကို လည်းကောင်း၊ ထမင်းကို လည်းကောင်း တောင်းမစားရ။

၈။ ကဲ့ရဲ့လို၍ သူတစ်ပါး၏ သပိတ်ကို မကြည့်ရ။

၉။ ဆွမ်းလုတ်ကို မကြီးလွန်း၊ မသေးလွန်း မိမိပါးစပ်နှင့် သင့်ရုံ ပြုလုပ် စားရမည်။

၁၀။ ဆွမ်းလုတ်ကို ညီညီညွတ်ညွတ် ပြု၍ စားရမည်။

မှတ်ချက် ။ ။ "ဆွမ်းကို အစဉ်အတိုင်း စားရမည်" ဆိုသည်မှာ ဆွမ်းကို ဟိုနားက ယူလိုက်၊ ဒီနားက ယူလိုက်မစားဘဲ မိမိဘက်မှစ၍ အစဉ်အတိုင်း ယူစားခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

သူတစ်ပါးအား ပေးလိုလျှင်ကား ယူချင်သောအပိုင်းက ယူ၍ပေးနိုင်ပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

၅။ ကာဗဋ္ဌဝဂ်

၁။ ဆွမ်းလုတ် မရောက်မီ ပါးစပ်ကို ကြိုတင်၍ မဟာရ။
၂။ ဆွမ်းစားစဉ် လက်များကို ပါးစပ်ထဲ မထည့်ရ။
၃။ ပါးစပ်ထဲ ဆွမ်းရှိစဉ် စကားမပြောရ။
၄။ ဆွမ်းလုတ်ကို မြှောက်၍ မစားရ။
၅။ ဆွမ်းလုတ်ကို (တစ်ပိုင်းတစ်စ) ကိုက်ဖြတ်၍ မစားရ။
၆။ ဆွမ်းကို မျောက်ကဲ့သို့ ပါးစောင်း၌ ထား၍ မစားရ။
၇။ လက်ကို ခါ၍ မစားရ။
၈။ ဆွမ်းလုတ်များ ကြဲ၍ မစားရ။
၉။ လျှာထုတ်၍ မစားရ။
၁၀။ ပျတ်ပျတ် အသံမြည်အောင် မစားရ။

မှတ်ချက် ။ ။ နံပါတ် (၁) သိက္ခာပုဒ်၌ ဆွမ်းစားသောအခါ ပါးစပ်ပေါက်နားသို့ ဆွမ်းလုတ် မရောက်ခင် ပါးစပ်ကို ဖွင့်ထားခြင်းသည် မယဉ်ကျေးသော အမူအရာ ဖြစ်သောကြောင့် ပါးစပ်ပေါက်သို့ ဆွမ်းလုတ်မရောက်မီ ပါးစပ်ကို ဖွင့်ဟ၍ မထားရပါ။

နံပါတ် (၂) သိက္ခာပုဒ်၌ 'ခံတွင်း' ဆိုသည်မှာ နှုတ်ခမ်း၊ သွားတို့၏ အတွင်းဘက်ကို ဆိုလိုပါသည်။

http://www.dhammadownload.com

၆။ သုရုသုရုဝဂ်

၁။ ရှုတ်ရှုတ် အသံပြု၍ မစားရ။
၂။ လက်ကို လျက်၍ မစားရ။
၃။ သပိတ်ကို ခြစ်၍ မစားရ။
၄။ နှုတ်ခမ်းကို လျက်၍ မစားရ။
၅။ ဆွမ်းတွေ ဟင်းတွေ ပေနေသည့် လက်ဖြင့် သောက်ရေခွက်ကို မကိုင်ရ။
၆။ ဆွမ်းလုံးပါသည့် သပိတ်ဆေးရေကို ရွာတွင်းမှာ မသွန်ရ။
၇။ ကျန်းမာပါလျက် ထီးကိုင်နေသူအား တရားမဟောရ။
၈။ ကျန်းမာပါလျက် တုတ်၊ တောင်ဝှေး ကိုင်ထားသူအား တရား မဟောရ။
၉။ ကျန်းမာပါလျက် ဓားကိုင်ထားသူအား တရားမဟောရ။
၁၀။ ကျန်းမာပါလျက် လက်နက်ကိုင်ထားသူအား တရားမဟောရ။

မှတ်ချက် ။ ။ နံပါတ် (၃) သိက္ခာပုဒ်၌ ဟင်းရည်ကိုဖြစ်စေ၊ နွားနို့၊ လက်ဖက်ရည်ကိုဖြစ်စေ သောက်သောအခါ (ရှုးရှုး. . . ရှုးရှုး) လို့ အသံမြည်အောင် မသောက်ရ။ နံပါတ် (၈) သိက္ခာပုဒ်၌ တုတ်၊ တောင်ဝှေးဆိုသည်မှာ လေး

http://www.dhammadownload.com

တောင်ရှိသော တုတ်၊ တောင်ဝှေးကို ဆိုလိုပါသည်။

၇။ ပါဒုကာဝဂ်

၁။ ကျွန်းမာပါလျက် (သဲကြိုးမပါဘဲ ဘုတပ်ထားသည့်) ခြေနင်းစီးထားသူအား တရားမဟောရ။

၂။ ကျွန်းမာပါလျက် ဖိနပ်စီးထားသူအား တရားမဟောရ။

၃။ ကျွန်းမာပါလျက် ယာဉ်စီးထားသူအား တရားမဟောရ။

၄။ ကျွန်းမာပါလျက် အိပ်ရာပေါ် နေသူအား တရားမဟောရ။

၅။ ကျွန်းမာပါလျက် ဒူးကို လက်၊ ပုဆိုးတို့ဖြင့် ဖွဲ့ထိုင်နေသူအား တရားမဟောရ။

၆။ ကျွန်းမာပါလျက် ဆံစမပေါ် အောင် ခေါင်းပေါင်းထားသူအား တရားမဟောရ။

၇။ ကျွန်းမာပါလျက် ခေါင်းကို ခြုံထားသူအား တရားမဟောရ။

၈။ ကျွန်းမာပါလျက် နေရာ၌ ထိုင်နေသူအား မြေမှာနေ၍ တရား မဟောရ။

၉။ ကျွန်းမာပါလျက် မြင့်ရာ၌ နေသူအား နိမ့်ရာမှ နေ၍ တရား မဟောရ။

http://www.dhammadownload.com

၁၀။ ကျန်းမာပါလျက် ထိုင်နေသူအား ရပ်၍ တရားမဟောရ။
၁၁။ ကျန်းမာပါလျက် ရှေ့က သွားသူအား နောက်မှ နေ၍ တရား မဟောရ။
၁၂။ ကျန်းမာပါလျက် လမ်းပေါ်မှ သွားနေသူအား လမ်းဘေးမှနေ၍ တရားမဟောရ။
၁၃။ ကျန်းမာပါလျက် မတ်တတ်ရပ်ပြီး ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ် မစွန့်ရ။
၁၄။ ကျန်းမာပါလျက် စိမ်းသော မြက်ခင်း သစ်ပင်ရှိရာ၌ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်၊ တံတွေး မစွန့်ရ။
၁၅။ သုံးစွဲနိုင်သည့် ရေ၌ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်၊ တံတွေး မစွန့်ရ။

မှတ်ချက် ။ ။ ပါဒုကနှင့် ဥပါဟန အထူးကား - ဟိန္ဒူလူမျိုးများ စီးလေ့ရှိသော သဲကြိုးမပါဘဲ အဖျား၌ ဘုကလေးတပ်ပြီးလျှင် ထိုဘုကို ခြေဖျားဖြင့် ညှပ်၍စီးရသော သစ်သားဖိနပ် (ခုံဖိနပ်) ကို "ပါဒုက = ခြေနင်း"ဟု ခေါ်၏။ ထိုဖိနပ်မှ ကြွင်းသော သဲကြိုးတပ် နောက်ပိတ်ဖိနပ် စသော ဖိနပ်များကို "ဥပါဟနဖိနပ်" ဟု ခေါ်၏။

နံပါတ် (၁၅) သိက္ခာပုဒ်၌ သောက်၍ သုံး၍ ဖြစ်လောက်သော ရေတွင်း၊ ရေကန် စသော ရေထဲ၌ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်၊ နှပ်၊ တံတွေးတို့ မစွန့်ကောင်း။ မြစ်ကြီး၊ ချောင်းကြီးတို့၌ကား

http://www.dhammadownload.com

စွန့်သည့်အတွက် ရေ မပျက်သောကြောင့် လည်းကောင်း၊ လှေ၊ သင်္ဘောသွားစဉ် ရေလွတ်သော ကုန်းနေရာကို မရသောကြောင့် လည်းကောင်း စွန့်ကောင်းပါ၏။

အထက်ပါ တရားမဟောကောင်းသော သိက္ခာပုဒ် (၁၆) ပုဒ်တို့၌ 'တရား' ဆိုသည်မှာ ပါဠိတော်နှင့် အဋ္ဌကထာတို့၌ တိုက်ရိုက်လာသော ပါဠိစကားဖြင့်ဟောခြင်းကိုသာ တားမြစ်သည်။ အခြားဘာသာစကားဖြင့် ဟောခြင်းကိုကား မတားမြစ်ပါ။

သေခိယသိက္ခာပုဒ် (၇၅) ပုဒ်တို့တွင် -

ပရိမဏ္ဍလဝဂ်မှ ခမ္ဘကတဝဂ် (၆) ခုမြောက်အထိ သိက္ခာပုဒ် (၂၆) ပုဒ်သည် သွားလာနေထိုင်မှုနှင့် စပ်သော သာရုပ္ပ သိက္ခာပုဒ်များ ဖြစ်သည်။

ခမ္ဘကတဝဂ် (၇) ခုမြောက် သိက္ခာပုဒ်မှ သုရုသုရုဝဂ် (၆) ခုမြောက် သိက္ခာပုဒ်အထိ သုံးဆယ်သော သိက္ခာပုဒ်များသည် ဆွမ်းဘောဇဉ်နှင့် စပ်သော 'ဘောဇနပဋိသံယုတ္တ' သိက္ခာပုဒ်များ ဖြစ်သည်။

သုရုသုရုဝဂ် (၇) ခုမြောက် သိက္ခာပုဒ်မှ ပါဒုကဝဂ် အဆုံးထိ သိက္ခာ ပုဒ် (၁၉) ပုဒ်သည် တရားဟောမှုနှင့် စပ်သော 'ဓမ္မဒေသနာ ပဋိသံယုတ္တ' သိက္ခာပုဒ်များ ဖြစ်သည်။

http://www.dhammadownload.com

ခန္ဓကဝတ် ၁၄ ပါး

၁။ **အာဂန္တုကဝတ္တက္ခန္ဓက** = အာရာမ်အတွင်းသို့ မဝင်မီ ဖိနပ်ချွတ်ခြင်း၊ ထီး ရုပ်ခြင်း၊ ဦးခေါင်းခြုံကို ဖွင့်ခြင်း၊ ဦးခေါင်း၌ တင်အပ်သော သင်္ကန်းကို ပခုံးသို့ ချခြင်း၊ အာဝါသိက ရဟန်းကြီးကို ရှိခိုးခြင်းစသော အာဂန္တုကရဟန်း သာမဏေတို့ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ သူတစ်ပါးတို့၏ ကျောင်းတိုက်သို့ ခေတ္တခဏ သွားသော ရဟန်း သာမဏေကို 'အာဂန္တု ဧည့်သည်' ဟု ခေါ်သည်။

၂။ **အာဝါသိကဝတ္တက္ခန္ဓက** = အာဂန္တုရဟန်းကြီးကို မြင်လျှင် ခရီးဦး ကြိုဆိုခြင်း၊ သပိတ်သင်္ကန်းကို လှမ်းယူခြင်း၊ အာဂန္တုရဟန်းကြီးကို ရှိခိုးခြင်း၊ ခြေဆေးရေ ခြေဆေး အင်ပျဉ်စသည်ကို အနီး၌ ထားခြင်းစသော အာဝါသိက ရဟန်းသာမဏေတို့ ပြုရသောဝတ် လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ မိမိနေတဲ့ကျောင်း၌ အတော်ကြာကြာ နေသော ရဟန်း သာမဏေကို 'အာဝါသိက (ကျောင်းနေပုဂ္ဂိုလ်)' ဟု ဆိုသည်။

၃။ **ဂမိကဝတ္တက္ခန္ဓက** = သစ်ဘဏ္ဍာ၊ မြေဘဏ္ဍာ စသည်တို့ကို သိုမှီးခြင်း၊ တံခါးမ၊ လေသာတံခါးတို့ကို ပိတ်ခြင်း၊ ပန်

http://www.dhammadownload.com

ပြော၍ သွားခြင်းစသော ခရီးသွားအံ့သော ရဟန်းသာမဏေတို့ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ ခရီးသွားမည့် ရဟန်းသာမဏေ ကို 'ဂမိက' ဟု ခေါ်သည်။

သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်အပ်သော ခုတင်၊ ကုလားထိုင်၊ စားပွဲ စသည်ကို 'သစ်ဘဏ္ဍာ' ဟုခေါ်၍ မြေဖြင့် ပြုလုပ်အပ်သော အိုးခွက်ပန်းကန် စသည်များကို 'မြေဘဏ္ဍာ' ဟု ခေါ်သည်။

၄။ **အနုမောဒနဝတ္တ** = မထေရ်ကြီး တရားဟောခြင်း၊ မထေရ်ကြီးက တိုက်တွန်းမှ ဟောခြင်း၊ ပန်လျှောက်၍ ဟောခြင်းစသော တရားဟောရာ၌ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ ကျောင်းတိုက်တွင်းမှာဖြစ်စေ မြို့တွင်းမှာဖြစ်စေ ဒကာ၊ ဒကာမများ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ ရှိအောင် တရားဟောခြင်းကို 'အနုမောဒနာ ပြုခြင်း' ဟု ဆိုသည်။

၅။ **ဘတ္တဂ္ဂဝတ္တ** = တရားဟောခြင်း၊ ရဟန်းကြီးကို တိုးဝှေ့၍ မနေထိုင်ခြင်း၊ ရဟန်းငယ်တို့ကို နေရာဖြင့် မတားမြစ်ခြင်းစသော ဆွမ်းစားဇရပ်၌ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

http://www.dhammadownload.com

မှတ်ချက် ။ ။ ဆွမ်းစားရာ ဌာနဖြစ်သော ကျောင်းကိုဖြစ်စေ၊ ဇရပ်ဖြစ်စေ၊ အိမ်ကိုဖြစ်စေ 'ဘတ္တဂ္ဂ' ဟု ဆိုသည်။

၆။ **ပိဏ္ဍစာရိကဝတ္တ** = သစ်ဘဏ္ဍာ၊မြေဘဏ္ဍာ စသည်တို့ကို သိုမှီးခြင်း၊ သပိတ်ကို ရေကျင်းခြင်း၊ ခါးပန်းကို ဖွဲ့ခြင်း၊ သင်းပိုင် ကိုယ်ဝတ်သင်္ကန်းတို့ကို အဝန်းညီစွာ ဝတ်ရုံခြင်း၊ သေခိယနှင့်အညီ သွားခြင်း၊ မနွေးမလျင် ရွာတွင်းသို့ဝင်ခြင်း၊ မရှည်မကြာရပ်ခြင်း စသောဆွမ်းခံ ရဟန်းသာမဏေတို့ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ ဆွမ်းခံသွားသော ရဟန်း သာမဏေများကို 'ပိဏ္ဍစာရိက' ဟု ခေါ်သည်။

၇။ **အာရညိကဝတ္တ** = သောက်ရေ သုံးရေ တည်ထားခြင်း၊ မီးပွတ်ခုံ ပွတ်ကျည် တောင်ဝှေးထားခြင်း၊ အရပ်လေးမျက်နှာ တာရာနက္ခတ်တို့ကို မှတ်သားခြင်း စသော တောနေ ရဟန်းသာမဏေတို့ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ တောကျောင်း၌ နေသောပုဂ္ဂိုလ်ကို 'အာရညိက (တောနေ) ပုဂ္ဂိုလ်' ဟု ခေါ်သည်။

၈။ **သေနာသနဝတ္တ** = ညောင်စောင်း အင်းပျဉ် အိပ်ရာ နေရာတို့ကို တံမြက်လှဲခြင်း စသော ကျောင်း၌ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

http://www.dhammadownload.com

မှတ်ချက် ။ ။ ကျောင်းကိုလည်းကောင်း၊ အိပ်ရာနေရာကို လည်းကောင်း 'သေနာသန' ဟု ဆိုသည်။

၉။ **ဇန္တာဃရဝတ္တ** = ပြာကို စွန့်ခြင်း၊ တံမြက်လှည်းခြင်း စသော ချွေးဇရုံးအိမ်၌ ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ ဆီးနှင်းအားကြီး၍ အအေးများသော အရပ် ဒေသတို့၌ အအေးမိမှုစသည် မဖြစ်ရ အောင် ခန္ဓာကိုယ်ကို နူးနပ်စေခြင်းအကျိုး ငှာ မီးဖိုပါသော ရေချိုးအိမ်များကို ဆောက် လုပ်ကြရသည်။ ထိုရေချိုးအိမ် ကျောင်းငယ် ကလေးကို 'ဇန္တာဃရ = ဇရုံးအိမ်' ဟု လည်း ကောင်း၊ 'မီးတင်းကုတ်' ဟု လည်းကောင်း ဆိုသည်။

၁၀။ **ဝစ္စကုဋိဝတ္တ** = ချောင်းဟန့်ခြင်း၊ သက်န်းတန်း၌ သင်္ကန်းကို တင်၍ မနှေးမလျင် ဝင်ခြင်း၊ သင်းပိုင်ကို ပင့်၍ မဝင်ခြင်း၊ နင်းခုံ၌ နင်းပြီးမှ သင်းပိုင်ကို ပင့်ခြင်း၊ ကြမ်းသော ကနုတံ စသည်ဖြင့် မသုတ်ခြင်း၊ သန့်သက် ရေ ဆေးခြင်း၊ နင်းခုံ၌ နင်းလျက် သင်းပိုင်ကို ဖုံးလွှမ်း ခြင်း စသော ကျင်ကြီးအိမ်၌ ပြုရသော ဝတ်လည်း ကောင်း။

http://www.dhammadownload.com

မှတ်ချက် ။ ။ မအပ်သော ကနုတံ (၆) မျိုး

၁။ ကွဲနေသော ကနုတံ၊
၂။ ကြမ်းတမ်းသော ကနုတံ၊
၃။ အဆစ်အဖုရှိသော ကနုတံ၊
၄။ ဆူးရှိသော ကနုတံ၊
၅။ အခေါင်းရှိသော ကနုတံ၊
၆။ ပုပ်ဆွေးသော ကနုတံ။

ဆောင်ပုဒ်

ကွဲ-ကြမ်း-ဆစ်ဖု၊ ဆူး-ခေါင်း-ပု၊ ကနု မအပ်ခြောက်။

၁၁။ **ဥပဇ္ဈာယဝတ္တ** = နံနက်စောစောထ၍ ကိုယ်ဝတ်ကို လက်ကန်တော့တင်၍ မျက်နှာသစ်ရေ ဒန်ပူ ကပ်ခြင်း၊ ယာဂု ဆွမ်း ကပ်ခြင်း၊ သပိတ်ခွက် ဆေးခြင်း၊ ကျောင်း အိပ်ရာနေရာကို သုတ်သင်ခြင်း၊ နေလှန်းခြင်း၊ တံမြက် လှည်းခြင်း၊ နေရာခင်းခြင်း စသည်ဖြင့် ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၌ သဒ္ဓိဝိဟာရိက တပည့်တို့က ပြုရသော ဝတ်လည်း ကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၌ တပည့်အများ ရှိရာတွင် တစ်ပါးက 'ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၏ ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်များကို တပည့်တော်ပြုပါမည်' ဟု တာဝန်ယူထားသော်လည်းကောင်း၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ

http://www.dhammadownload.com

ကိုယ်တိုင်က "ငါ့မှာ ဝတ်ပြုမည့်သူ ရှိပြီ၊ သင်တို့ ချမ်းသာစွာ နေ၍ ပရိယတ်၊ ပဋိပတ်ကို အားထုတ်ကြ" ဟု ခွင့်ပြုထားသော် လည်းကောင်း ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် မပြုဘဲ နေခွင့်ရသည်။ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာမှာ ဝတ်ပြုမည့်သူလည်း မရှိ၊ ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာကိုယ်တိုင် ခွင့်ပြုချက်လည်း မရှိပါဘဲ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၏ ဝတ်ကို မပြုသော ရဟန်းသာမဏေတို့မှာ အာပတ် သင့်ခြင်း၊ ဒဏ်ထိုက်ခြင်း ဟူသော အပြစ် ရှိသည်။

၁၂။ **သဒ္ဓိဝိဟာရိကဝတ္တခွ** = သင်္ဂြိုဟ်ထောက်ပင့် ချီးမြှင့်ခြင်းစသည်ဖြင့် သဒ္ဓိဝိဟာရိကတပည့်တို့၌ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာက ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

မှတ်ချက် ။ ။ ဥပဇ္ဈာယ်ယူထားသော တပည့်ကို 'သဒ္ဓိဝိဟာရိက = အတူနေတပည့်' ဟု ခေါ်သည်။

၁၃။ **အာစရိယဝတ္တခွ** = နံနက်စောစောထ၍ ကိုယ်ဝတ်ကို လက်ကန်တော့တင်၍ မျက်နှာသစ်ရေ ဒန်ပူကပ်ခြင်း၊ ယာဂုဆွမ်းကပ်ခြင်း၊ သပိတ်ခွက်ဆေးခြင်း၊ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာတို့ကို သုတ်သင်ခြင်း၊ နေလှန်းခြင်း၊ နေရာခင်းခြင်း စသည်ဖြင့် ဆရာလေးပါးတို့၌ တပည့်လေးပါးတို့က ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

http://www.dhammadownload.com

ဆရာ လေးမျိုး

(၁) ပဗ္ဗဇ္ဇာစရိယ = သရဏဂုံပေး၍ ရှင်ပြုပေးသော ဆရာ။
(၂) ဥပသမ္ပဒါစရိယ = ကမ္မဝါစာ ရွတ်ဖတ်၍ ရဟန်းပြုပေးသော ဆရာ။
(၃) ဓမ္မာစရိယ = စာချပေးသော ဆရာ။
(၄) နိဿယာစရိယ = နိဿယည်းပေးသော ဆရာ။

၁၄။ **အန္တေဝါသိကဝတ္တ** = သင်္ဂြိုဟ်ထောက်ပင့် ချီးမြှင့်ခြင်း စသည်ဖြင့် တပည့်လေးပါးတို့၌ ဆရာလေးပါးတို့က ပြုရသော ဝတ်လည်းကောင်း။

တပည့် လေးပါး

၁။ ပဗ္ဗဇ္ဇန္တေဝါသိက = ရှင်ပြုပေးအပ်သော တပည့်။
၂။ ဥပသမ္ပဒန္တေဝါသိက = ပဉ္စင်းပြုပေးအပ်သော တပည့်။
၃။ ဓမ္မန္တေဝါသိက = စာချပေးအပ်သော တပည့်။
၄။ နိဿယန္တေဝါသိက = နိဿယည်း ယူနေသော တပည့်။

http://www.dhammadownload.com

၁။ ဩကာသ ကန်တော့ခန်း

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတည်းဟူသော အပြစ်ခပ်သိမ်း ပပျောက်ငြိမ်း၍ အသက်ရှည်စွာ အနာမဲ့ရေး ရန်ဘေးကင်းကြောင်း ကောင်းမှုမင်္ဂလာ ဖြစ်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာတည်းဟူသော ရတနာ မြတ်သုံးပါး (ဆရာသမား) တို့ကို အရိုအသေ လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုး ပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ (အရှင်ဘုရား)။

(ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင် ဤမှာ ရပ်ပါ။ ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ် မရှိလျှင် အောက်ပါဆုတောင်းကို ဆက်တောင်းပါ)

ကန်တော့ရသော ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့် အပါယ် (၄) ပါး၊ ကပ် (၃) ပါး၊ ရပ်ပြစ် (၈) ပါး၊ ရန်သူမျိုး (၅) ပါး၊ ဝိပတ္တိတရား (၄) ပါး၊ ဗျသနတရား (၅) ပါး၊ အနာမျိုး (၉၆)၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (၆၂) ပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်း သည်သာဖြစ်၍ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားတော် မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

မှတ်ချက် ။ ။ ဤကန်တော့ခန်း၌ (ဆရာသမား) ဟူသော ဤအမှာစကားမှာ ဆရာသမားတို့ကို ကန်တော့သောအခါ၌ ထည့်ဆိုရန်ဖြစ်သည်။ မိခင်၊ ဖခင် စသည်တို့ကို ကန်တော့သော

http://www.dhammadownload.com

အခါများ၌မူကား မိခင်၊ ဖခင်၊ အဘိုး၊ အဘွား၊ ဦးကြီး၊ အရီး၊ အဒေါ် စသည်ဖြင့် ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာတို့ကို လဲလှယ်ထည့်သွင်း၍ ဆိုရမည်။ (အရှင်ဘုရား) ဟူသော စကားမှာလည်း ရတနာသုံးပါး၊ ရဟန်း၊ သံဃာတို့ကို ကန်တော့သောအခါ၌သာ ဆိုရန် ဖြစ်သည်။

၂။ ဩကာသ ကန်တော့ခန်း၏ အဓိပ္ပာယ်အဖွင့်

'ဩကာသ' ဟူသော စကားသည် 'ရှိခိုးပါရစေ၊ ခွင့်ပြုတော်မူပါ'ဟု ဆိုသောစကား ဖြစ်သည်။ ပိုမို၍ လေးနက်စေရန် သုံးကြိမ်ထပ်ဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။

ကံ သုံးပါး

ကိုယ်ဖြင့် ပြုအပ်သော အမှုကို ကာယကံဟု ခေါ်သည်။ နှုတ်ဖြင့် ပြုအပ်သော အမှုကို ဝစီကံဟု ခေါ်သည်။ စိတ်ဖြင့် ပြုအပ်သော အမှုကို မနောကံဟု ခေါ်သည်။ ယင်းကံသုံးပါး တို့တွင် ကာယကံသည် ကောင်းသည့် အမှုကိစ္စကို

http://www.dhammadownload.com

ပြုလုပ်သော ကာယကံ၊ မကောင်းသည့် အမှုကိစ္စကို ပြုလုပ်သော ကာယကံအားဖြင့် ၂ ပါး အပြားရှိ၏။

ဝစီကံသည်လည်း ကောင်းသည့် အမှုကိစ္စကို ပြောဆိုသော ဝစီကံ၊ မကောင်းသည့် အမှုကိစ္စကို ပြောဆိုသော ဝစီကံအားဖြင့် ၂ ပါးပင် အပြားရှိ၏။

မနောကံသည်လည်း ကောင်းသည့် အမှုကိစ္စကို ကြံစည်သော မနောကံ၊ မကောင်းသည့် အမှုကိစ္စကို ကြံစည်သော မနောကံအားဖြင့် ၂ ပါးပင် အပြားရှိ၏။

ယင်းသို့လျှင် ကံသုံးပါးမှာ ကောင်းသော ကံ၊ မကောင်းသော ကံအားဖြင့် ၂ ပါးစီ ပြားသောကြောင့် ခြောက်ပါးရသော်လည်း မကောင်းသော ပြုမှု၊ ပြောမှု၊ ကြံမှုတို့ကိုသာ ဤ၌ အပြစ်ဟု ဆိုလိုသည်။

ပထမပိုင်း ရည်ရွယ်ချက်

ထိုတွင် ကောင်းသော ကံကြောင့် ကောင်းကျိုးကို ခံစားရသကဲ့သို့ မကောင်းသော ကံကြောင့် ဆိုးပြစ်ကို ခံစားရမည်ဖြစ်ရာ အကယ်၍ မကောင်းသော အပြု၊ အပြောနှင့် အကြံအစည်များကို ပြုလုပ်၊ ပြောဆို၊ ကြံစည်သောအားဖြင့် ပြစ်မှားခဲ့မိဖူးပါလျှင် ရှိခိုးခြင်းတည်းဟူသော ဤကောင်းမှုကံ

http://www.dhammadownload.com

ကြောင့် ဆိုးပြစ်ခပ်သိမ်း ပပျောက်ငြိမ်းရပါလို၏ဟု ရှိခိုးသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ ပထမရည်ရွယ်ချက်ကို ပြဆိုထားသည်။

ဤကဲ့သို့ အပြစ်ရှိ၍ အပြစ်ပျောက်ဖို့ရန် ရှိခိုးကန်တော့ ရခြင်းသည်လည်း တစ်ခါတစ်ရံသာ ဖြစ်ဖွယ်ရှိပါသည်။ သို့ သော် နေ့စဉ် ရှိခိုးရာ၊ သီလမခံယူမီ ရှိခိုးရာ၊ ခရီးသွားရင်း စေတီပုထိုးများကို ရှိခိုးရာစသည်တို့၌လည်း အပြစ်ရှိ၍ ရှိခိုး ကြသည့် အဓိပ္ပာယ်ရောက်နေပါသည်။ အမှန်မှာ အပြစ်ရှိ၍ ရှိခိုးကြသည်ချည်း မဟုတ်ပါ။ ကုသိုလ်ရရေးအတွက် ရှိခိုး ကြခြင်းကသာ များပါသည်။

ဒုတိယပိုင်း ရည်ရွယ်ချက်

ထို့ပြင် ဤဘဝတွင် အသက်ရှည်ခြင်း၊ အနာကင်းခြင်း အစရှိသော အကျိုးထူးတို့ကို ရရှိခံစားရ၍ နောင်တမလွန် ဘဝတွင်လည်း အပါယ်လေးပါး အစရှိသည်တို့မှ ကင်းလွတ် ရပါလို၏ဟု ရှိခိုးသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဒုတိယရည်ရွယ်ချက်ကို ပြဆိုထားသည်။ ဤသို့လျှင် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ကန်တော့သောပုဂ္ဂိုလ်၏ ရည် ရွယ်ချက်ကို ဤသြကာသ ကန်တော့ခန်း၌ အပြည့်အစုံ ဖော်ပြထားပေသည်။

http://www.dhammadownload.com

အပါယ် ၄ ပါး

အပါယ်ဟူသော စကားသည် "အပါယ" ဟူသော ပါဠိမှ ဆင်းသက်လာသော ပါဠိသက် မြန်မာစကား ဖြစ်သည်။ ကြီးပွားချမ်းသာမှု ကင်းရာဖြစ်သော အရပ်ကို အပါယ်ဟု ခေါ်သည်။ ယင်းအပါယ်သည် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသုရကာယ်အားဖြင့် ၄ ပါး ရှိသည်။

ထိုတွင် ငရဲသည် ဤကမ္ဘာမြေကြီးထဲ၌ ငရဲသတ္တဝါများအတွက် ဥမင်လိုဏ်ကြီးသဖွယ် ဖြစ်လျက် တည်ရှိနေသည်။

လူမှတစ်ပါးသော မျက်မြင်ကုန်းသတ္တဝါ၊ ရေသတ္တဝါ အပေါင်းကို တိရစ္ဆာန်ဟု ခေါ်သည်။

လူ့ပြည်လောကဟု ဆိုရသော ဤကမ္ဘာမြေပြင်မှာပင် တော၊ ချုံ၊ ချောင်း၊ မြောင်း၊ တောင်စောင်း၊ လိုဏ်ဂူ စသည်တို့ကို မှီခို၍ စားဝတ်နေရေး မပြည့်စုံဘဲ အငတ်ငတ် အပြတ်ပြတ်နေရသော သတ္တဝါတစ်မျိုးကို ပြိတ္တာဟု ခေါ်သည်။ ၎င်းတို့ကို လူတို့၏ ပကတိမျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်။

ဘုံဗိမာန်သီးခြားမရှိဘဲ အစာရေစာငတ်ပြတ်၍ နေရသော အောက်တန်းစား နတ်တစ်မျိုးကို ဝိနိပါတိက အသုရာဟု ခေါ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ၎င်းတို့က လူတို့ကိုလည်း ခြောက်လှန့်တတ်သေး၏။ ထိုအသုရာတို့တွင် အောက်တန်းအကျဆုံးသော ကာလကဉ္စိကအသုရာတို့သည် ကိုယ်ကောင်ကြီး ၃ ဂါဝုတ်အထိ ရှိနေသော်လည်း ပါးစပ်မှာ အပ်နဖား

http://www.dhammadownload.com

ပေါက်လောက်မျှသာ ရှိသဖြင့် တစ်သက်ပတ်လုံး အစာရေစာ အငတ်ငတ် အပြတ်ပြတ်နှင့် နေရသည်။ ပြိတ္တာတို့သည် အသုရာတို့နှင့် သမီးပေးခြင်း၊ သမီးယူခြင်း ရှိသဖြင့် ရုပ်ပြစ်ရှစ်ပါးကို ရေတွက်ရာ၌ အသုရကာယ်ကို ပြိတ္တာထဲ၌ သွင်းယူရသည်။

ကပ်သုံးပါး

'ကပ်'ဟူသော စကားသည် 'ကပ္ပ'ဟူသော ပါဠိစကားမှ ဆင်းသက်လာသော ပါဠိသက် မြန်မာစကား ဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာမပျက်မီ အကြား၌ အသေဆိုးနှင့် သေကြေပျက်စီးရသော ခေတ်ကာလကို ဤ၌ 'ကပ်' ဟု ခေါ်သည်။

ယင်းကပ်သည် -

(၁) သတ္ထန္တရကပ် - တုတ်၊ ဓား၊ သေနတ်စသော လက်နက်ကြောင့် ပျက်စီးရသော ခေတ်ကာလ။

(၂) ရောဂန္တရကပ် - ကျောက်ရောဂါ၊ ဝမ်းရောဂါ စသော ရောဂါဖြင့် သေကြေပျက်စီးရသော ခေတ်ကာလ။

http://www.dhammadownload.com

(၃) ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ် - ငတ်မွတ်ခေါင်းပါး အစာရှား၍ သေကြေ ပျက်စီးရသော ခေတ်ကာလဟု သုံးမျိုး ရှိသည်။

ရပ်ပြစ် ၈ ပါး

မင်္ဂ၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန် ရရန် တရားအားထုတ်ခွင့် မရှိသော အရပ်ကို 'ရပ်ပြစ်' ဟု ခေါ်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ဘုရား ပွင့်ခါ၊ ပါယ်သုံးရွာနှင့်၊ ဒီဃာယုနတ်၊ ဖြစ်လတ်ပစ္စန်၊ မိစ္ဆာ ဉာဏ်ရှိ ဉာဏ်မရှိသား၊ ဉာဏ်ရှိငြားလည်း၊ ဘုရားမဖြစ်၊ ကျမ်းဂန်လစ်သည်၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး သရုပ်တည်း။

ရန်သူမျိုးငါးပါး

(၁) ရေ၊ (၂) မီး၊ (၃) သူခိုး၊ (၄) အမွေခံ သားသမီးဆိုး၊ (၅) မင်းဆိုးတို့တည်း။

ဆောင်ပုဒ်

ရေ၊ မီး၊ သူခိုး၊ မွေခံဆိုးနှင့်၊ မင်းဆိုးအပြား၊ ဤငါးပါး၊ မှတ်သား ရန်သူတည်း။

(သံ ၁/၉၁)

http://www.dhammadownload.com

ဝိပတ္တိတရား လေးပါး

ဖောက်ပြန်ချို့ယွင်း ပျက်စီးခြင်းကို 'ဝိပတ္တိ' ဟု ခေါ်သည်။ ယင်းသည်ကား -

၁။ ကာလဝိပတ္တိ - မင်းဆိုးမင်းယုတ် အုပ်ချုပ်သော ကာလ။

၂။ ဂတိဝိပတ္တိ - အပါယ်လေးပါး၌ လားရောက်ရခြင်း။

၃။ ဥပဓိဝိပတ္တိ - ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါဟူသော ဥပဓိချို့တဲ့ခြင်း။

၄။ ပယောဂဝိပတ္တိ - (ပြုလုပ်မှု၊ ပြောဆိုမှု၊ ကြံစည်မှုကို ပယောဂ ဟု ခေါ်သည်) ယင်း ပယောဂ၏ ချို့တဲ့ခြင်း (ကုသလကမ္မပထတရားများ ချို့တဲ့ခြင်း) ဤလေးပါးပင် ဖြစ်သည်။

(အဘိ - ၅ ၂-၄၂၂)

ဆောင်ပုဒ်

ကာလ ဂတိ၊ ဥပဓိမဲ့ထ၊ ပယောဂ၊ လေး၀ ဝိပတ္တိ။

http://www.dhammadownload.com

ဗျသနတရား ငါးပါး

ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်းကို 'ဗျသန' ဟု ခေါ်သည်။
ယင်းသည်လည်း . . .

၁။ ဉာတိဗျသန = ဆွေစုမျိုးစု ပျက်စီးခြင်း၊
၂။ ဘောဂဗျသန = စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပျက်စီးခြင်း၊
၃။ ရောဂဗျသန = အနာရောဂါဟူသော ပျက်စီးခြင်း၊
၄။ သီလဗျသန = ကိုယ်ကျင့်သီလ ပျက်စီးခြင်း၊
၅။ ဒိဋ္ဌိဗျသန = အယူ ပျက်စီးခြင်း (အယူမှားခြင်း)
တို့အားဖြင့် ငါးပါး ရှိသည်။

(ဒီ ၃-၁၉၆)

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေပျက်မျိုးပျက်၊ ဥစ္စာပျက်နှင့်၊ ဖြစ်လျက်ရောဂါ၊
မိစ္ဆာယူငြား၊ ကျင့်ပျက်ငြား၊ ငါးပါး ဗျသန။

မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား

မဂ်တရားသည် - ၁။ သောတာပတ္တိမဂ်
၂။ သကဒါဂါမိမဂ်
၃။ အနာဂါမိမဂ်
၄။ အရဟတ္တမဂ်

အားဖြင့် လေးပါးအပြားရှိ၏။

http://www.dhammadownload.com

ဖိုလ်တရားသည်လည်း

၁။ သောတာပတ္တိဖိုလ်

၂။ သကဒါဂါမိဖိုလ်

၃။ အနာဂါမိဖိုလ်

၄။ အရဟတ္တဖိုလ်

အားဖြင့် လေးပါးအပြားရှိ၏။

နိဗ္ဗာန်တရား

နိဗ္ဗာန်ဟူသည် နိဗ္ဗာန ဟူသော ပါဠိမှ ဆင်းသက်လာသော ပါဠိသက် မြန်မာစကား ဖြစ်သည်။

ငြိမ်းချမ်းခြင်းကို နိဗ္ဗာန်ဟု ခေါ်သည်။

ရုပ်နာမ်တို့၏ ဖြစ်ပျက်မှုအားလုံး ချုပ်ပျက်ဆိတ်သုဉ်းကင်းငြိမ်းခြင်းကို 'နိဗ္ဗာန်' ဟု ခေါ်သည်။

ဂုဏ်တော် (၉) ပါး ဘုရားရှိခိုး

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော သုဂတော လောကဝိဒူ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝါ။

http://www.dhammadownload.com

၁။(က) **အရဟံ** - လွန်ကဲထူးမြတ်သော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိ ဉာဏဒဿနဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၁။(ခ) **အရဟံ** - ဝါသနာနှင့်တကွ တစ်ထောင့်ငါးရာ ကိလေသာအညစ်အကြေးတို့မှ ကင်းဝေးစင်ကြယ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၁။(ဂ) **အရ-ဟံ** - လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အစရှိသော ကိလေသာရန်သူတို့ကို ပယ်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။

၁။(ဃ) **အရ-ဟံ** - သံသရာစက်၏ ထောက်အကန့်တို့ကို ချိုးဖျက်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။

၁။(င) **အ-ရဟံ** - မျက်မှောက်မျက်ကွယ် အချင်းခပ်သိမ်း စင်ကြယ်၍ ဆိတ်ကွယ်ရာ မရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။

၂။ **သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ** - သစ္စာလေးပါး ခပ်သိမ်းသော တရားတို့ကို သူတစ်ပါးအထံ နည်းမခံဘဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်အဟုန်အစွမ်းဖြင့် စူးစမ်းရှာဖွေကာ မှန်ကန်စွာ သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

http://www.dhammadownload.com

၃။ **ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော** - ဝိဇ္ဇာမည်သော ဉာဏ်ထူး သုံးပါး၊ ဉာဏ်ထူးရှစ်ပါး၊ စရဏမည်သော အခြေခံ အကျင့်တရား ၁၅ ပါး တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူ ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၄။(က) **သုဂတော** - သတ္တဝါတို့အား အကျိုးများကြောင်း ဟုတ်မှန်သော စကားကောင်းကိုသာ မြွက်ဆိုတော် မူတတ်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၄။(ခ) **သုဂတော** - မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ တင့်တယ်သော အမူ အရာဖြင့် ကောင်းစွာ သွားခြင်း၊ ကောင်းစွာ ဖြစ် ခြင်း ရှိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၅။ **လောကဝိဒူ** - လောက၏ အကြောင်းအရာ အလုံးစုံကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာ ဘုရား။

၆။(က) **အနုတ္တရော** - အမြင့်မြတ်ဆုံးသော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဉာဏ ဒဿနဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လောကဓာတ်အလုံး၌ အမြင့်မြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူ ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၆။(ခ) **ပုရိသဒမ္မသာရထိ** - ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာအသိ မရှိကြသေး၊ မပြည့်ဝသေး၍ ဆုံးမပေးထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာပြည့်ဝ အချိုး

http://www.dhammadownload.com

ကျအောင် ဆုံးမသွန်သင်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၆။(ဂ) **အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ** - ဆုံးမထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ညွှန်ကြားသွန်သင် ပဲ့ပြင်ဆုံးမမှု၌ အတုမရှိ အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၇။ **သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ** - ချမ်းသာရကြောင်း လမ်းကောင်းညွှန်ပြ ဆုံးမတော်မူတတ်၍ လူ နတ်တို့၏ ဆရာမြတ်အစစ် ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၈။ **ဗုဒ္ဓေါ** - တရားအလုံးစုံကို အကုန် သိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

၉။ **ဘဂဝါ** - ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့် လုံးဝဥဿုံ ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံ အစရှိသော ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော်၊ ဆယ်ပါးသော ဂုဏ်တော်၊ အနန္တဂုဏ်တော်၊ ကျေးဇူးတော်အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

(မဟာစည် ဝတ်ရွတ်စဉ် - ၂၉)

http://www.dhammadownload.com

ဂုဏ်တော် (၆) ပါး တရားရှိခိုး

သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော သန္ဒိဋ္ဌိကော အကာလိကော ဧဟိပဿိကော ဩပနေယျိကော ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ။

ဘဂဝတာ - မြတ်စွာဘုရားသခင်သည်၊ သွာက္ခာတော - ဟောကြားအပ်သော၊ ဓမ္မော - တရားတော်သည်. . .

၁။ **သွာက္ခာတော** - ကိလေသာငြိမ်းကြောင်း ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာ ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားတော်မြတ်ပေတကား။

၂။ **သန္ဒိဋ္ဌိကော** - ကျင့်ကြံအားထုတ်လျှင် မျက်မှောက်ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၃။ **အကာလိကော** - အချိန်အခွင့် မဆိုင်းလင့်ဘဲ အသင့်လက်ငင်း ချက်ချင်း အကျိုးပေးတတ်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

၄။ **ဧဟိပဿိကော**-"လာပါ၊ ကြည့်လှည့်ပါ"ဟု ကျင့်ကြံအားထုတ်ရန် ဖိတ်မန်တိုက်တွန်းထိုက်သော တရားတော် မြတ်ပါပေတကား။

၅။ **ဩပနေယျိကော** - မိမိသန္တာန်၌ တည်အောင် ကျင့်ဆောင်ထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

http://www.dhammadownload.com

၆။ **ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ** - တရားမြင်သိ ပညာရှိ ရှစ်ပါး အရိယာများသာလျှင် ကိုယ့်တရားနှင့် ကိုယ် အသီးသီး သိမြင်ခံစားရသော တရားတော်မြတ်ပါ ပေတကား။

သွာက္ခာတ အစရှိသော ဂုဏ်တော် ၆ ပါးနှင့် ပြည့်စုံ တော်မူသော မဂ် ၄ ပါး၊ ဖိုလ် ၄ ပါး၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပရိယတ်အားဖြင့် ၁၀ ပါးသော တရားတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(မဟာစည် ဝတ်ရွတ်စဉ်-၃၂)

ဂုဏ်တော် (၉) ပါး သံဃာတော်ရှိခိုး

သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ သာမီစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ၊ အဋ္ဌ ပုရိသ ပုဂ္ဂလာ၊ ဧသ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ အာဟု နေယျော ပါဟုနေယျော ဒက္ခိဏေယျော အဉ္ဇလိကရဏီ ယော အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။

http://www.dhammadownload.com

ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံဃော - တပည့်သားအပေါင်း သံဃာတော်သည်. . .

၁။ **သုပ္ပဋိပန္နော** - လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟကင်းကြောင်း သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အကျင့်ကောင်းကို ကောင်းစွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၂။ **ဥဇုပ္ပဋိပန္နော** - ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်ထား အကောက်သုံးပါးကင်းရန် ဖြောင့်မှန်စွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၃။ **ဉာယပ္ပဋိပန္နော** - ဆင်းရဲငြိမ်းရန် နိဗ္ဗာန်အလို့ငှာ သင့်လျော်စွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၄။ **သာမိစိပ္ပဋိပန္နော** - သူများက ပြုသည့် ရိုသေမှုနှင့် သင့်တင့် ထိုက်တန်အောင် ကျင့်ကြံတော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၅။ **အာဟုနေယျော** - အရပ်ဝေးမှသော်လည်း ဆောင်လာ၍ ပေးလှူပူဇော်ထိုက်၊ ပေးလှူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၆။ **ပါဟုနေယျော** - ချစ်မြတ်နိုးအပ်သည့် ဧည့်သည်များအတွက် အထူးပြုပြင်ထားသော စားကောင်းသောက်ဖွယ်ကိုသော်လည်း ပေးလှူပူဇော်ထိုက်၊ ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

http://www.dhammadownload.com

၇။ **ဒက္ခိဏေယျော** - နောင်တမလွန်လောကဥ္စ ကောင်းကျိုးရမည်ဟု ယုံကြည်၍ ပေးလှူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၈။ **အဉ္ဇလိကရဏီယော** - ကောင်းကျိုးချမ်းသာ မှန်စွာရမည်ဟု ယုံကြည်မျှော်ကိုးလျက် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

၉။ **အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ** - ကောင်းမှုမျိုးကို စိုက်ပျိုးရန် အလို့ငှာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ အကောင်းဆုံး လယ်ယာမြေ ဖြစ်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

သုပ္ပဋိပန္န အစရှိသော ဤကိုးပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဂ္ဂဋ္ဌာန်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါး၊ ဖလဋ္ဌာန်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါးအားဖြင့် ရှစ်ပါးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း သံဃာတော်မြတ်နှင့်တကွ သမ္မုတိ သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(မဟာစည်ဝတ်ရွတ်စဉ် - ၃၃)

http://www.dhammadownload.com

ဦးကျောင်းတိုက်၌

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

မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်ကြီး

ပျံတော်မူခါနီး ရေးသားအပ်သော မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်၏ သံဝေဂလင်္ကာ (၁၀) ပုဒ်

၁။ ငါတို့နေရာ၊ ဤကမ္ဘာ၊ တဏှာအုပ်စိုးတယ်။
၂။ တဏှာစေရာ၊ မနေသာ၊ ဖွေရှာဆက်ရသည်။
၃။ ရသည့်ဥစ္စာ၊ ချစ်သူပါ၊ စွန့်ခွာသွားရမည်။

http://www.dhammadownload.com

၄။ တကယ့်အရေး၊ တကယ့်ဘေး၊ ဘယ်သွေး ဘယ်သား မကယ်ပြီ။
၅။ ငါနှင့်ရွယ်တူ၊ ငါ့အောက်လူ၊ ကြီးသူသေကြ များလှပြီ။
၆။ ခဏမစဲ၊ အိုစမြဲ၊ ကိုယ်လည်း သေဘက်နီးခဲ့ပြီ။
၇။ ဇရာမီးတောင်၊ ကိုယ်ထည်းလောင်၊ သေအောင် မြိုက်တော့သည်။
၈။ မသေရခင်၊ သွားလမ်းစဉ်၊ ကြိုတင်ပြင်သင့်သည်။
၉။ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ၊ လမ်းသာထွင်လိမ့်မည်။
၁၀။ မဂ္ဂင်ယာဉ်ကြီး၊ အမြန်စီး၊ ခရီးထွက်တော့မည်။

သတိထား

ငရဲရှိတယ်၊ တိရစ္ဆာန်ရှိတယ်၊ လူနုံလူမွဲ လူဆင်းရဲ ရှိတယ်။ သေရဦးမယ်၊ သတိထား။

မေတ္တာဘာဝနာ
အရပ် (၁၀) မျက်နှာ မေတ္တာပို့

၁။ အရှေ့အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

http://www.dhammadownload.com

၂။ အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

၃။ တောင်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

၄။ အနောက်တောင်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

၅။ အနောက်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါ အများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

၆။ အနောက်မြောက်ထောင့်အရပ်၌နေကြသော ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားသတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

၇။ မြောက်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာ ချမ်းသာ ကြပါစေ။

၈။ အရှေ့မြောက်ထောင့်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

http://www.dhammadownload.com

၉။ အရှေ့အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

၁၀။ အထက်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

၁၁။ အောက်အရပ်၌ နေကြသော ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများတို့သည် ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။

အမျှဝေ

ဤကုသိုလ်အဖို့ကို မိဘဆရာ၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမ အပေါင်း၊ နတ်အပေါင်းနှင့် တကွ သတ္တဝါဟူသမျှတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ ရကြပါစေ သတည်း။

သာဓု. . . သာဓု. . . သာဓု။

http://www.dhammadownload.com

လိင် (၁၀) ပါး

၁။ ကိုရင်ဆိုတာ, သတ္တဝါ, သတ်တာ မလုပ်ရ။
၂။ ကိုရင်ဆိုတာ, သူ့ဥစ္စာ, ခိုးတာ မလုပ်ရ။
၃။ ကိုရင်ဆိုတာ, မေထုန်မှာ, ကျင့်တာ မလုပ်ရ။
၄။ ကိုရင်ဆိုတာ, လိမ်ညာကာ, ပြောတာ မလုပ်ရ။
၅။ ကိုရင်ဆိုတာ, သေရည်မှာ, သောက်တာ မလုပ်ရ။
၆။ ကိုရင်ဆိုတာ, ရတနာ, သုံးဖြာ ပြစ်မပြောရ။
၇။ ကိုရင်ဆိုတာ, ယူလွဲမှာ, ယူတာ မလုပ်ရ။
၈။ ကိုရင်ဆိုတာ, ဘိက္ခုနီမှာ, မေထုန်မှီဝဲတာ မလုပ်ရ။
၉။ ဤပြစ်ဆယ်ပါး, ကျူးလွန်ငြား, ပြောင်းသွား လူ့ဘဝ။

http://www.dhammadownload.com

ဒဿ (၁၀) ပါး

၁။ ကိုရင်ဆိုတာ, မွန်းလွဲမှာ, စားတာ မလုပ်ရ။
၂။ ကိုရင်ဆိုတာ, တီးမှုတ်တာ, ကတာ မလုပ်ရ။
၃။ ကိုရင်ဆိုတာ, ပန်းနံ့သာ, လိမ်းတာ မလုပ်ရ။
၄။ ကိုရင်ဆိုတာ, မြင့်မြတ်ရာ, အိပ်တာ (နေတာ) မလုပ်ရ။
၅။ ကိုရင်ဆိုတာ, ရွှေငွေမှာ, ကိုင်တာ မလုပ်ရ။
၆။ ကိုရင်ဆိုတာ, ရဟန်းတွေမှာ,
လာဘ်လာဘာ, မရ အောင် မလုပ်ရ။
၇။ ကိုရင်ဆိုတာ, ရဟန်းတွေမှာ, ကျိုးမဲ့တာကို မလုပ်ရ။
၈။ ကိုရင်ဆိုတာ, ရဟန်းတွေမှာ,
နေရာပြောင်းအောင် မလုပ်ရ။
၉။ ကိုရင်ဆိုတာ, ရဟန်းတွေမှာ,
ဆဲတာ (ခြိမ်းခြောက်တာ) မလုပ်ရ။
၁၀။ ကိုရင်ဆိုတာ, ရဟန်းချင်းမှာ,
ကုန်းတိုက်တာကို မလုပ်ရ။
၁၁။ ဤပြစ်ဆယ်ပါး, ကျူးလွန်ငြား, သူကား ဒဏ်ထိုက်စွ။

သာမဏေကျော်
၁၃၆၈ ခု၊ တန်ဆောင်းမုန်းလဆုတ်၊ ၁၃ ရက်။
(၁၇-၁၁-၂၀၀၆)