

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

ရွှေညာဝါ - အရှင်တေဇာနန္ဒ

သာသနဓမ္မောစရိယ၊ သာသနပါလဓမ္မောစရိယ၊
ရွှေဟင်္သာညာဝါကျမ်းပြု၊
သီရိမင်္ဂလာကျောင်း၊ သာဓုပရိယတ္တိစာသင်တိုက်၊

အရှင်ဝိမလ

M.A. (Indo-Āryan)

ရန်ကုန်ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်ကထိက

ဦးဇော်မြင့်ဝင်း + ဒေါ်ကြည်ကြည်ဝေ

သား - ကောင်းဇော်စိုင်း

စည်သူဇော်မိသားစု

ကာလာရုံပုံနှိပ်တိုက်၊ ၃၁ လမ်း၊

ပန်းဘဲတန်း၊ ရန်ကုန်



ရန်ကုန် - ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ဓမ္မရာသီ ဗုဒ္ဓဓမ္မနှင့် အင်္ဂလိပ်စာသင်တန်းများအတွက်

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုသင်ခန်းစာ



ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

နွေရာသီ ဗုဒ္ဓဓမ္မနှင့် အင်္ဂလိပ်စာသင်တန်းများအတွက်

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုသင်္ချာစာ

သာသနာ - ၂၅၅၃

မြန်မာ-၁၃၇၁

ကျေးဇူးတင်လှ

ဤရန်ကုန် ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု
 သင်တန်းများနှင့် စာအုပ်ထုတ်ဝေနိုင်ရေးအတွက် ဝိုင်းဝန်း
 ကူညီအားပေး ဆောင်ရွက်ကြသော ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်
 ပဓာနတာဝန်ခံအကျိုးတော်ဆောင်ချုပ်ဆရာတော်
 ဘဒ္ဒန္တ ပညာသီဟ(ရွှေညောင်ဆရာတော်)၊
 စာအုပ်ဖြစ်မြောက်အောင်ဆောင်ရွက်ပေးသော
 အရှင်တေဇာနန္ဒ (ရွှေညောင်ကျမ်းပြု)၊ စာအုပ်ထုတ်ဝေရန်
 အကြံပြုပေးသော ဘဒ္ဒန္တပါကဋ္ဌလင်္ကာရ၊
 “ပညာသင်ရင်း သာသနာပြု” ဟူသော
 ရန်ကုန်ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်၏အရ သင်ခန်းစာများကို
 ရွေးချယ်စုဆောင်းပေး၍ ဝိုင်းဝန်းကူညီ သင်ပြပေးကြသော
 ရန်ကုန်ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် B.A, M.A အတန်းများမှ
 ဆရာလေး ဒေါ်ထေရီ ဦးဆောင်သည့် ဆရာ၊ဆရာမများ၊
 စာအုပ်အတွက် ကုန်ကျမှုကို ပညာပါရမီ
 ဖြည့်သောအားဖြင့် ဖြည့်စွက် လှူဒါန်းပေးသော
 ဦးဇော်မြင့်ဝင်း+ဒေါ်ကြည်ကြည်ဝေ၊ သား-ကောင်းဇော်စိုင်း၊
 စည်သူဇော် မိသားစု(ကာလာစုံပုံနှိပ်တိုက်)၊
 မျက်နှာဖုံး ဒီဇိုင်းဖန်တီးရှင် ရဲမင်းအောင် တို့အား
 အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းတင်အပ်ပါသည်။

စိစဉ်သူ-အရှင်ဝိပလ M.A(Indo-Āryan)

(ဘာသန္တရဆေက မဟာဓမ္မာစရိယ)

သင်ကြားစီမံ ဆရာတော်၊ ရန်ကုန်ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

တို့က်တွန်းခြင်း နှင့် အမှာစကား

ကမ္ဘာ့အခြေအနေသည် တစ်ခေတ်ပြီးတစ်ခေတ်
 ပြောင်းလဲလာခဲ့ရာ လူမျိုးခြားဘာသာခြားတို့သည် ငွေနှင့်
 အာဏာကို အသုံးပြုလျက် စီးပွားရေး ဘာသာရေး တို့ကို ချဲ့ထွင်
 လာသဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် ဘေးအန္တရာယ်အမျိုးမျိုးနှင့်
 တွေ့ကြုံရပြီး ဆုတ်ယုတ်လာခဲ့ရပေသည်။

ထို့ကြောင့် အမျိုးဘာသာသာသနာရေးအတွက် ရဟန်း
 နှင့်လူ (ဝါ) ဆရာ ဒကာလက်တွဲညီညွတ်စွာ လုပ်ဆောင်ကြမှ
 ဖြစ်ပေတော့မည်။ သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ် ရဟန်းတော်များသည်
 ဗုဒ္ဓ၏တရားဓမ္မတို့ကို ခေတ်မီပရိယတ္တိသင်ကြားရေးစနစ်ဖြင့်
 သင်ယူလေ့လာ၍ တိုးတက်ပြောင်းလဲနေသည့် ခေတ်နှင့်အညီ
 အင်္ဂလိပ်စာစသည့် ကမ္ဘာ့ဗဟုသုတများကို လေ့လာ၍ သာသနာပြု
 လုပ်ငန်းကို လုပ်ဆောင်သင့်လှပေသည်။ လူဒါယကာ၊ ဒါယိကာမ
 များကလည်း သာသနာပြုလုပ်ငန်းများ၌အမျိုးဘာသာအသိစိတ်ဖြင့်
 ကူညီပံ့ပိုးသင့်လှပေသည်။

အချို့နေရာဒေသတို့၌ ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ အခြေခံ အကျဆုံး
 ဖြစ်သော ဩကာသကန်တော့ချိုးမျိုးကို မရွတ်ဆိုနိုင်သော
 လူငယ်တွေရှိနေခြင်းသည် မိမိတို့ဗုဒ္ဓဘာသာ အတွက် အနှုတ်
 လက္ခဏာပင် ဖြစ်ပေသည်။ ထိုဖြစ်ရပ်မျိုးများနှင့် နောက်ထပ်
 မကြုံရအောင် ယခုလို လူငယ်လူရွယ်များတွက် အကျိုးများ
 စေသော ဤသင်တန်းမျိုး များများပေါ်ပေါက်သင့်လှပေသည်။
 ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် မိမိတို့၏သား သမီးတို့အား ငယ်ငယ်

တိုက်တွန်းခြင်း နှင့် အမှာစကား

ကတည်းမှစ၍ (အလိုမလိုက်ပဲ)ပညာရေး၊ စီးပွားရေးတို့၌ တင်းတင်းကြပ်သွန်သင်ဆုံးမ၍ လေ့ကျင့်ပေးကြရမည်။ နိတိစာပေ များတွင်လည်း ကလေးငယ်များကို ၅-နှစ်သားအရွယ်အထိ ချောမော့ အလိုလိုက်ရာ၏။ ၅-နှစ်မှ ၁၅-နှစ်အရွယ်အထိ တင်းတင်းကြပ်ကြပ် (ဒုတ်ပြု)ဆုံးမရာ၏။ ၁၆-နှစ်သားမှ အထက်လူငယ်များကို မိတ်ဆွေကဲ့သို့ သဘောထား၍ ဆုံးမရာ၏။ ထို့နောက် နောင်ဘဝ၌သူခချမ်းသာရရှိဘို့အတွက် ဘာသာရေး လုပ်ငန်းများကိုလည်း စူးစိုက်လုပ်ဆောင်စေရမည်။ သို့မှသာ မိမိတို့လည်း ချမ်းသာ၍ အမျိုးဘာသာသာသနာ မကွယ်မပျောက် ထွန်းတောက်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ရန်ကုန်ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်၏ သာသနာပြုလုပ်ငန်း များတွင် စီမံချက်တခုဖြစ်သော B.A-M.A ဘွဲ့ရ ပုဂ္ဂိုလ်များဖြင့် သာသနာပြု “နွေရာသီ ဗုဒ္ဓဓမ္မနှင့် အင်္ဂလိပ်စာသင်တန်း” များကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဆောင်ရွက်ရန် စီစဉ်လိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ သင်္ခန်းစာများသည် ခေတ်အဆက်ဆက် ဆရာတော်ကြီးများ ပညာရှင်များရေးသားထားသည့် စာပေများကို စုစည်းတင်ပြရယူထားခြင်းဖြစ်ပါကြောင်း.....

စီစဉ်သူ

အရှင်ဝိမလ M.A(Indo-Aryan)

(ဘာသန္တရဆေက မဟာဓမ္မာစရိယ)

သင်ကြားစီမံဆရာတော်

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ဗာတိကာ

ဗာတိကာ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

- ရတနာသုံးပါးအားရှိခိုးကန်တော့ရန် ၁
- ဩကာသကန်တော့ချိုး ၁
- သရဏဂုံ သီလတောင်းရန် ၂
- ဘုရားရှိခိုးရန် ၂
- သရဏဂုံသုံးပါး ဆောက်တည်ရန် ၂
- ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်ရန် ၄
- လယ်တီဆရာတော်၏ ခုနှစ်နေ့ဘုရားရှိခိုး ၄
- ဆွမ်းတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း ၈
- ရေချမ်းကပ်နှင့် ဆုတောင်း ၉
- ပန်းတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း ၁၀
- ဆီမီးတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း ၁၁
- အမျှဝေရန် ၁၂
- ရှစ်ပါးသီလခံယူဆောက်တည်ပုံ ၁၃

အခန်း(၁)

- ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ရှိခိုးဦးချနည်း ၁၅
- ဩကာသကန်တော့ချိုး ရှင်တန်း ၁၆
- သရဏဂုံမြန်မာပြန် ၁၉
- သရဏဂုံအဓိပ္ပာယ် ၂၀
- ဘုရားဂုဏ်တော် ကိုးပါးပါဠိ ၂၁
- ဘုရားဂုဏ်တော် ကိုးပါးလင်္ကာ ၂၁
- တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ပါး ပါဠိ ၂၂
- တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါးလင်္ကာ ၂၂
- သံဃာဂုဏ်တော်ကိုးပါး ပါဠိ ၂၃
- သံဃာဂုဏ်တော်ကိုးပါး လင်္ကာ ၂၄
- ငါးပါးသီလအဓိပ္ပာယ် ၂၅

မာတိကာ

- ငါးပါးသီလ လင်္ကာများ ၂၆
- ရှစ်ပါးသီလအဓိပ္ပါယ် ၂၈
- ဆွမ်းလှူရကျိုး ငါးပါး ၂၈
- ပန်းလှူရကျိုး သုံးပါး ၂၈
- ရေလှူရကျိုး ဆယ်ပါး ၂၉
- မီးလှူရကျိုး နှစ်ပါး ၂၉

အခန်း(၂)

- ဗုဒ္ဓဝင် အကျဉ်း ၃၀
- ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်းချုပ် ဆောင်ပုဒ် ၃၅
- ဗုဒ္ဓဝင်ကဗျာ ၃၆
- ဗုဒ္ဓဝင်ဆိုင်ရာ သိမှတ်ဖွယ်ရာများ ၃၇
- ဗုဒ္ဓ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်၊ ဗုဒ္ဓဝင် ၄၁
- ကမ္ဘာနှင့် ဘုရား ၄၂
- ဘဒ္ဒကမ္ဘာ၌ပွင့်သော ဘုရားငါးဆူ ၄၂
- ဖွားဖက်တော်မူနှစ်ဦး ၄၃
- ဒုလ္လဘတရားငါးပါး ၄၃
- ပါရမီ ၁၀-ပါး ၄၃
- ပါရမီ ၁၀-ပါး၊ အပြား-၃၀ ၄၄

အခန်း(၃)

- မင်္ဂလာအညွှန်း ၄၆
- မင်္ဂလာမှတ်တမ်း ၄၆
- သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာ သံပေါက်ကဗျာ ၄၇
- မင်္ဂလာ လှေကျင့်ခန်း ၅၄

အခန်း(၄)

- ဘာသာစာရိတ္တယဉ်ကျေးမှု ၅၇
- ကာယကံယဉ်ကျေးမှု ၅၇
- ဝစီကံယဉ်ကျေးမှု ၆၁

မာတိကာ

- မနောကံယဉ်ကျေးမှု ၆၆
- အစားအစာယဉ်ကျေးမှု ၆၇
- အဝတ်အစားယဉ်ကျေးမှု ၆၈
- ဆွမ်း, ကွမ်းဆိုင်ရာ ယဉ်ကျေးမှုဝေါဟာရများ ၆၈
- ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ဆုံးမစာ သံပေါက်ကဗျာများ ၆၉
- ပဋ္ဌာန်း ၂၄-ပစ္စည်း ပါဠိတော် ၇၁
- သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော် စွမ်းသုံးဖော် ၇၂
- နိုင်ရာတာဝန်ယူကြစို့ ၇၃
- ကုသိုလ်ရေးမို့ ကြီးစားမည် ၇၃
- သရဏဂုံရွတ်ကြမယ် ၇၄
- သရဏဂုံအကျိုး ၁၀-ပါး ၇၄
- သရဏဂုံအစွမ်း ၇၅
- မနောချမ်းမြေ့ ပျော်ရွှင်ဖွယ် ၇၆
- နှုတ်ဆက်ပါသည် ၇၆
- သူကျေးဇူးကို သိရမယ် ၇၇
- စိတ်လည်းပြင်မယ် ရုပ်လည်းပြင်မယ် ၇၇
- ဘုရားရှင်တို့ အဆုံးအမ ၇၈
- ကလေးကောင်းမှ ၇၈
- ကောင်းတဲ့လမ်းကြောင်း ၇၉
- မကောင်းတဲ့လမ်းကြောင်း ၇၉
- ခွင့်တောင်းပါ ၇၉
- ဆုံးမစာ ၇၉
- ကျောင်းသားကောင်း ၈၀
- ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော် မှန်းကာမျှော် ၈၀
- သတိထား ၈၁
- စိတ်ကောင်းထားဖို့ အရေးကြီး ၈၁
- ဂုဏ်များရှင် ၈၂
- လူကြီးလား ကလေးလား ၈၂
- တရား ဆိုတာ ၈၂
- သူတော်ကောင်း ၈၃

ဗာတိကာ

- ရှိ+ခိုး ၈၃
- အပျင်းရဲ့ အပြစ် ၈၄
- ကိုယ်ချင်းစာပါ ၈၄
- ဥါ မပျင်းနဲ့ ၈၅
- တပည့်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး ၈၅
- ဆရာကျင့်ဝတ် (၅)ပါး ၈၅
- သား(သမီး)ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး ၈၅
- မိဘကျင့်ဝတ် (၅)ပါး ၈၆
- လူတော်လူကောင်း ၈၆
- ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပြောဆိုပါ ၈၆
- ပျားသကာလို စကားချို့ ၈၆
- မနေအပ်သောအရပ် (၆)မျိုး ၈၇
- စီးပွားတက်ကြောင်း (၄)ပါး ၈၇
- စီးပွားပျက်ကြောင်း (၄)ပါး ၈၇
- ကိုယ်ပိုင် ၈၇
- ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိ ၈၇
- ပ, ဖ, ဗ, ဘ, မ အဓိပ္ပါယ် ၈၈
- အာဂလူ ၈၈
- ခလုတ်ထိမှ အမိတ ၈၈
- ပညာမတတ် သူများဖိနပ် ၈၈

အခန်း(၅)

- မေတ္တာသုတ်တော်လာ မေတ္တာပို့ပုံ ၈၉
- ဒိသာယရဏ(အရပ်မျက်နှာဖြန့်) မေတ္တာပွားနည်း ၉၀
- တောင်တန်းဆရာတော် မေတ္တာပို့ ၉၂
- အရပ်ဆယ်မျက်နှာမေတ္တာပို့ ၉၂
- ဆုတောင်း, အမျှဝေ ၉၂
- သင်တန်းဆင်းကဗျာ ၉၃
- အနာဂတ်ဇာတိမြေ ၉၄



ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

ရတနာသုံးပါးအားရှိခိုးကန်တော့ရန်

- ဗုဒ္ဓ - မြတ်စွာဘုရားကို၊
ပူဇော်မိ - ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။
- ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊
ပူဇော်မိ - ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။
- သံဃံ - သံဃာတော်အရှင်မြတ်ကို၊
ပူဇော်မိ - ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဩကာသကန်တော့ချိုး

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ၊ သဗ္ဗဒေါသ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ ပထမ ဒုတိယ တတိယ၊ တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင်၊ ဘုရားရတနာ တရားရတနာ သံဃာရတနာ ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့ကို အရိုအသေ အလေးအမြတ် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ပူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ကန်တော့ရသော ကုသိုလ်ကံ စေတနာတို့ကြောင့်
အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ် ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊
ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျာနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း
ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား နိဗ္ဗာန်
တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

သရဏဂုံ သီလတောင်းရန်

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ
ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ
ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ
ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဘုရားရှိခိုးရန်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
(သုံးကြိမ်)

သရဏဂုံသုံးပါး ဆောက်တည်ရန်

➤ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
ဘုရားရှင်ကို ကိုးကွယ်ပါ၏။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

- ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
တရားတော်ကို ကိုးကွယ်ပါ၏။
- သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းကို ကိုးကွယ်ပါ၏။
- ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း ဘုရားရှင်ကို ကိုးကွယ်ပါ၏။
- ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း တရားတော်ကို
ကိုးကွယ်ပါ၏။
- ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းကို
ကိုးကွယ်ပါ၏။
- တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
သုံးကြိမ်မြောက်လည်း ဘုရားရှင်ကို ကိုးကွယ်ပါ၏။
- တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
သုံးကြိမ်မြောက်လည်း တရားတော်ကို
ကိုးကွယ်ပါ၏။
- တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊
သုံးကြိမ်မြောက်လည်း သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းကို
ကိုးကွယ်ပါ၏။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်ရန်

- ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- သုရာမေရယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

လယ်တီဆရာတော်၏ ခုနှစ်နေ့ဘုရားရှိခိုး

ကြာသပတေးနေ့ ပဋိသန္ဓေယူ

၁။ သုံးလှူရှင်ပင်၊ ကျွန်ထိပ်တင် သောင်းခွင်စကြာဝဠာ၊
နတ်ဗြဟ္မာတို့၊ ညီညာရုံးစု၊ တောင်းပန်မှုကြောင့်၊ ရတုနဂိုရ်၊
ရွန်းရွန်း စိုသည်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ ကြွက်မင်းနေ့ဝယ်၊
ချမ်းမြေ့ကြည်ဖြူ၊ သန္ဓေယူသည်၊ နတ်လူငြိမ်းဘို့ ကိန်းပါကို။

သောကြာနေ့ဖွားမြင်

၂။ သန္ဓေယူခါ၊ ဆယ်လကြာသော်၊ မဟာသက္ကရာဇ်၊
ခြောက်ဆယ့်ရှစ်ကြံ့၊ ကဆုန်လပြည့်၊ သောကြာနေ့ဝယ်၊
ချမ်းမြေ့စုံစီ၊ လုမ္ဗိနီ၌၊ မဟီလိုက်ဆူ၊ ဖွားတော်မူသည်၊ နတ်လူ
အောင်မြို့ လမ်းပါကို။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

တနင်္လာနေ့တောထွက်

၃။ ဖွားမြင်မြောက်သော်၊ ဆယ့်ခြောက်နှစ်ရွယ်၊
ပျိုနေယျံ၌၊ သုံးသွယ်ရွှေနန်း၊ သိမ်းမြန်းပြီးလစ်၊ ဆယ့်သုံးနှစ်လျှင်၊
ဘုန်းသစ် လျှံထူ၊ စံတော်မူ၍၊ ရွယ်မူနုဖြိုး၊ နှစ်ဆယ့်ကိုးဝယ်၊
လေးမျိုးနိမိတ်၊ နတ်ပြဟိတ်ကြောင့်၊ ရွှေစိတ်ငြင်ငြို၊ သံဝေပိုကာ၊
ဝါဆိုလပြည့်၊ ကျားမင်းနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ရုံ၊ တောရိပ်လှံသည်၊
စုံမြိုင်ပင်ရိပ် ခန်းမှာကို။

ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ ဘုရားဖြစ်

၄။ တောရပ်မြိုင်ပေါ်၊ ခြောက်နှစ်ပျော်၍၊ ခါတော်တစ်ဖုံ၊
ပွင့်ချိန်ကြုံကာ၊ ကဆုန်လပြည့်၊ ဆင်မင်းနေ့ဝယ်၊ မြေပရမေ၊
ပလ္လင်ဗေထက်၊ ရွှေညောင်တော်ကြီး၊ ဗိတန်ထီးနှင့်၊
မငြီးကြည်ဖြူ၊ နေတော်မူလျက်၊ ရန်မြူခပင်း၊ အမိုက်သင်းကို၊
အရှင်းပယ်ဖျောက်၊ အလင်းပေါက်ကာ၊ ထွန်းတောက်ဘုန်းတော်၊
သောင်းလုံး ကျော်သည်၊ သုံးဘော်လူတို့ ငြိမ်းပါကို။

စနေနေ့ ဓမ္မစကြာဟော

၅။ ဘုရားဖြစ်ခါ၊ မိဂဒါသို့၊ စကြာရွှေဖွား၊ ဖြန့်ချိသွား၍၊
ငါးပါးဝဂ္ဂို၊ စုံအညီနှင့်၊ မဟီတစ်သောင်း၊ တိုက်အပေါင်းမှ၊
ခညောင်းကပ်လာ၊ နတ်ဗြဟ္မာအား၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ စနေနေ့ဝယ်၊
ကြွေကြွေလျှံတက်၊ ဓမ္မစက်ကို၊ မိန့်မြွက်ထွေပြား၊ ဟောဖော်
ကြားသည်၊ တရားနတ်စည် ရွမ်းတယ်ကို။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

အင်္ဂါနေ့ ပရိနိဗ္ဗာန်စံ

၆။ တရားနတ်စည်၊ ဆော်ရွမ်းလည်က၊ သုံးမည်ဘုံသိုက်၊
တစ်သောင်း တိုက်ဝယ်၊ ကျွတ်ထိုက်သသူ၊ နတ်လူဗြဟ္မာ၊
သတ္တဝါကို၊ ခေမာသောင်သို့၊ ဖောင်ကူးတို့ဖြင့်၊ ဆောင်ပို့ပြီးခါ၊
ဝါလေးဆယ့်ငါး၊ သက်ကားရှစ်ဆယ်၊ စုံပြည့်ကြွယ်က၊ ရာလေး
ဆယ့်ရှစ်၊ သက္ကရာဇ်ဝယ်၊ နယ်မလ္လာတိုင်း၊ စံနှိုင်းမယုတ်၊
ကုဿိန္ဒာရုံ၊ အင်ကြင်းစုံ၌၊ ကဆုန်လပြည့်၊ အင်္ဂါနေ့ဝယ်၊
ချမ်းမြေ့ဖွယ်၊ စံတော်မူသည်၊ ဝမ်းဆူသောင်းလုံး ကျော်တယ်ကို။

တနင်္ဂနွေနေ့ တေဇောဓာတ်လောင်

၇။ နိဗ္ဗာန်စံပြီး၊ ရှုမအိသား၊ သိင်္ဂီရွှေလှော်၊ အလောင်း
တော်ကို၊ ထိုရော်ကဆုန်၊ လဆုတ်ကြံ့၍၊ ဂဠုန်နေ့ဝယ်၊
ခိုးငွေမနှော၊ ဓာတ်တေဇောလျှင်၊ ရှင်စောဉာဏ်စက်၊
မိဋ္ဌာန်ချက်ဖြင့်၊ လျှံတက် ကော်ရော်၊ မီးပူဇော်သည်၊
မွေတော်ရှစ်စိတ် ကြွင်းတယ်ကို။

ဆုတောင်း

ထိုခုနစ်နေ့-သာချမ်းမြေ့ကို၊ ဆွေဆွေကြည်ဖြူ၊
အာရုံယူလျက်၊ သုံးလူတို့နတ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သား၊
အထွဋ်ခေါင်ဖျား ကိုယ်တော်ဘုရားကို သုံးပါးမွန်စွာ၊ ဝန္တနာဖြင့်၊
သဒ္ဓါဖြိုးဖြိုး၊ ကျွန်ရှိခိုးသည်၊ ကောင်းကျိုးခပ်သိမ်း
ကြွယ်စေသောစံ။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

အဆုံးဘဝ၊ တိုင်ပြန်ကလည်း၊ ပညာအရာ၊ ဘိဓမ္မာနှင့်
ကြေညာကျော်ကြား၊ လူအများကို၊ တရားစည်ကြီး၊ ချိမ်ချိမ်တီး၍၊
မီးဆယ့်တစ်တန်၊ ငြိမ်းရာမှန်သည်၊ နိဗ္ဗာန်အောင်မြို့ ရောက်စေ
သောစံ။

သုံးလူထွတ်ထား၊ မြတ်တရားနှင့်၊ ရှစ်ပါးသံဃာ၊
ရတနာကို၊ သဒ္ဓါရှိကျိုး၊ လက်စုံမိုး၍၊ ရှိခိုးပါရ၊ ဤပုညကြောင့်၊
ဒိဋ္ဌမျက်မြင်၊ ဘဝတွင်လည်း၊ ကင်းစင်အန္တရာယ်၊ ကောင်းကျိုး
ကြွယ်လျက်၊ ဆယ်ဖြာအညီ၊ ပါရမီနှင့်၊ ဆယ်လီပုည မြတ်ဓမ္မ
လည်း၊ နိစ္စရွှင်ဖြိုး၊ နေ့စဉ်တိုးသည်၊ သက်ဇိုဝ်းကြာမြင့်
ရှည်စေသောစံ။

ဘဝတစ်ဖန်၊ ဖြစ်တုံပြန်လည်း၊ လေးတန်အပါယ်၊
ရှစ်သွယ်ရပ်ပြစ်၊ ကင်းတုံလစ်၍၊ ရှင်ချစ်မြတ်စွာ၊ သာသနာလျှင်၊
ရောင်ဝါထိန်လင်း၊ လင်းရာတမူ၊ လူကောင်းနတ်ကောင်း၊
ဘဝကောင်း၌၊ ညွတ်ညောင်းသန္ဓေ၊ တိဟိတ်နေ၍၊ ဆွေလယ်
မျိုးလယ်၊ တန်ခိုးကြွယ်သည်၊ လ နှယ်ထွန်းတင့် ပါစေသော်စံ။

အသိလိမ္မာ၊ ဉာဏ်ပညာနှင့်၊ သဒ္ဓါသီလ၊ သုတပြည့်ဖြိုး၊
ဂုဏ်တန်ခိုးလည်း၊ အမျိုးလေးဖော်၊ သတင်းကျော်လျက်၊
သူတော်တို့ထုံး၊ ကျင့်သုံးတရား၊ အမှားမလိုက်၊ စရိုက်စင်ဖြူ၊
အလှူရေစက်၊ လက်နှင့်မကွာ၊ ရှစ်ဖြာဥပုသ်၊ မယုတ်ကြီးစား၊
လေးပါးဗြဟ္မစိုရ်၊ ရွန်းရွန်းစိုသည်၊ ကုသိုလ်ကိုယ်လုံး
ထုံစေသောစံ။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ပတ္တမြားပလ္လင်၊ ကံ့ကော်ပင်ဝယ်၊ ငါးအင်မာန်စစ်၊
အောင်ပွဲလှစ်၍၊ ခေတ်ဇာတိလုံး၊ သိမ့်သိမ့်ချုံးလျက်၊ ရွှေဘုန်း
စိုက်ထူ၊ ပွင့်တော်မူသား၊ သုံးလူသခင်၊ မိတေးရှင်ကို၊
မျက်မြင်ဖူး၍၊ အထူးကြည်ညို၊ ဘုန်းရိပ်ခိုသည်၊ မဂ် ဖိုလ်
နိဗ္ဗာန်ရောက်စေသော်။

အမျှဝေ

သုံးလူထွဋ်ထား၊ မြတ်တရားနှင့်၊ ရှစ်ပါးသံဃာ၊
အရိယာအား၊ ရတနာမိုး၊ ရွာသွန်းဖြိုးသို့၊ ကိုးပါးခြောက်စုံ၊
ကိုးရပ်ဂုဏ်ကို၊ အာဂုံချီးကျူး၊ နှုတ်လျှာမြူး၍၊ ကြည်နူးဆွေ၊
ရှိခိုးရသည့်၊ ပုညကုသိုလ်၊ အဖို့ကိုလျှင်၊ မွေးမိခင်နှင့်၊ ဖခင်
ဆရာ၊ ဉာတကာက၊ သတ္တဝါအများ၊ နတ်တို့အားလည်း၊ ရငြား
ပါစေ၊ အမျှဝေသည်၊ ကောင်းထွေသာစုခေါ်စေသော်။

ဆွမ်းတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း

အရဟတာဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ အရဟံ အစရှိသော
ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်သမန္နဂတံ၊ ပြည့်စုံတော်မူသော။
နာထံ၊ လူ၊ နတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော။
ဗုဒ္ဓံ၊ သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို။ ဥဒ္ဓိဿ၊
ရည်မှတ်၍။ စေတီယဿ၊ ဓာတု စေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿ
စေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီ တော်မြတ်အား။ သုဒ္ဓသီတလပသန္တံ၊
သန့်ရှင်းအေးမြ ကြည်လင် လှသော။ ဣမံ ပါနိယပရိဘောဇနိယံ၊
ဤသောက်တော်ရေ သုံးဆောင်တော်ရေကို။ သက္ကစုံ၊
ရိုရိုသေသေ။ ဒေမိ၊ နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လျှာဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။
ပူဇော်မိ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

ပိဏ္ဍပါတ ခါဒနိယ ဘောဇနိယံ၊ ဤဆွမ်း ခဲဖွယ်
ဘောဇင်ချိုချင်ရသာ အဖြာဖြာကို။ သက္ကစုံ၊ ရိုရိုသေသေ။ ဒေမိ၊
နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လျှာဒါန်းပါ၏အရှင်ဘုရား။ ပူဇော်မိ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော်
ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

မေ၊ တပည့်တော်၏။ ဣဒံ ပုညံ၊ ဤကောင်းမှုသည်။
အာသဝက္ခယာဝဟံ၊ အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏
ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို
ဧကန်ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ ဟောတု၊
ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ရေချမ်းကပ်နှင့် ဆုတောင်း

အရဟတာဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ အရဟံ အစရှိသော
ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမန္နဂတံ၊ ပြည့်စုံတော်မူသော။
နာထံ၊ လူ၊ နတ် တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော။
ဗုဒ္ဓံ၊ သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို။ ဥဒ္ဓိဿ၊
ရည်မှတ်၍။ စေတီယဿ၊ ဓာတု စေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿ
စေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီ တော်မြတ်အား။ သုဒ္ဓသီတလပသန္တံ၊
သန့်ရှင်းအေးမြ ကြည်လင် လှသော။ ဣမံ ပါနိယပရိဘောဇနိယံ၊
ဤသောက်တော်ရေ သုံးဆောင်တော်ရေကို။ သက္ကစုံ၊
ရိုရိုသေသေ။ ဒေမိ၊ နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လျှာဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။
ပူဇော်မိ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

မေ၊ တပည့်တော်၏။ ဣဒံ ပုညံ၊ ဤကောင်းမှု သည်။
အာသဝက္ခယာဝဟံ၊ အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာ
ကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို
ဧကန် ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ ဟောတု၊
ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ပန်းတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း

အရဟတာဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ အရဟံအစရှိသော ကိုးပါးသော
ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမဇ္ဇာဂတံ၊ ပြည့်စုံတော်မူသော။
နာထံ၊ လူ၊နတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော် မူသော။ ဗုဒ္ဓံ၊
သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို။ ဥဒ္ဓိဿ၊
ရည်မှတ်၍။ စေတီယဿ၊ ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿ
စေတီ၊ ပရိဘောဂ စေတီတော် မြတ်အား။ ဝဏ္ဏ ဂန္ဓ သမ္ပန္နံ၊
အဆင်း၊ အနံနှင့် ပြည့်စုံသော။ ဣမံ ပုပ္ဖံ၊ ဤပန်းကို။ သက္ကစ္စံ၊
ရိုရိုသေသေ။ ဒေမိ၊ နိဗ္ဗာန် ရည်မှန်းလှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။
ပူဇေမိ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

မေ၊ တပည့်တော်၏။ ဣဒံ ပုညံ၊ ဤကောင်းမှုသည်။
အာသဝက္ခယာဝဟံ၊ အာသဝေါ တရား လေးပါးတို့၏
ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို
ဧကန်ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါစေ
သတည်း။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

ဆီမီးတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း

အရဟတာဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ အရဟံအစရှိသော ကိုးပါး
သော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမဇ္ဇာဂတံ၊ ပြည့်စုံတော်မူသော။
သဗ္ဗညုတာ နာဝရဏဉာဏေဟိ၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်၊ အနာဝရဏ
ဉာဏ်တော် တို့ဖြင့်။ တိလောကေ၊ သုံးပါးသောလောက၌။
အဝိဇ္ဇာ အန္တကာရံ၊ အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အမိုက်မှောင်ကို၊
ဝိမေတ္တာ၊ ပယ်ဖျောက်၍။ ဇလံ-ဇလန္တော၊ ထွန်းလင်းတောက်ပ
တော်မူ စေနိုင် သော။ ဗုဒ္ဓံ၊ သက်တော် ထင်ရှား
သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို။ ဥဒ္ဓိဿ၊ ရည်မှတ်၍၊ စေတီယဿ၊
ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီ
တော်မြတ်အား။ ပဘာဝဏ္ဏေဟိ၊ အရောင်အဆင်းတို့ဖြင့်။
အန္တကာရံ၊ အမိုက်မှောင်ကို။ ဝိနာသကံ၊ ပယ်ဖျောက်
တတ်သော။ ဣမံဒီပဇာလံ၊ ဤဆီမီးလျှံကို၊ သက္ကစ္စံ၊ ရိုရိုသေသေ။
ဒေမိ၊ နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်းလှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။ ပူဇေမိ၊
နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

မေ၊ တပည့်တော်၏။ ဣဒံ ပုညံ၊ ဤကောင်းမှုသည်။
အာသဝက္ခယာဝဟံ၊ အာသဝေါ တရား လေးပါးတို့၏
ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို
ဧကန်ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ ဟောတု၊
ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ဆွမ်း၊ ရေချမ်း၊ ပန်း၊ ဆီမီး၊ ကပ်လှူခြင်း ပြီး၏။



ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

အမျှဝေရန်

ဤသို့ပြုရာ၊ မြတ်ပုညကို၊ ကြီးထမြင့်ခေါင်၊ မြင်းမိုရ်
တောင်ဦး၊ မကကြူးသား၊ ကျေးဇူးအရင်၊ မွေးမိခင်နှင့်၊ ဖခင်
တို့အား၊ ရငြားပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

မသွေခိုစွာ၊ ဤကာယကို၊ စောင့်ထပေလတ်၊ ကိုယ်စောင့်
နတ်လည်း၊ မလပ်စေရ၊ ပေးဝေငှ၏။

မိတ္တဆွေည၊ ဆရာသမား၊ ဘိုးဘွားကစ၊ ယမရာဇာ၊
ဒေဝါယက္ခ၊ ဣန္ဒဘုမ္မာ၊ အာကာသနတ်၊ အထူးမှတ်၍၊
မပြတ်ပညာ၊ ကုသလကို၊ ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာလောက၊ အနန္တတွင်၊
အမြတ်စဉ်ကာ၊ သတ္တာဝါသ၊ ဘုံကိုးဝနှင့်၊ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ
တည်ရှိရန်ပါး၊ များစွာလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊
ဝေနေယျအား၊ အမျှကုသိုလ်၊ ပေးဝေလို၏။

ထိုကုသလ၊ မြတ်ပုညကို၊ အမျှရကြသည် ဖြစ်စေသော်၊
ဝသုန္ဒရေ၊ ဤမြေပံသု၊ သီလာထုလည်း၊ သက်သေအမှု
တည်စေသော်။

(အမျှ၊ အမျှ၊ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့)

သာဓု- သာဓု- သာဓု



ရှစ်ပါးသီလခံယူဆောက်တည်ပုံ
(ဩကာသကန်တော့ချိုးနှင့် ဆုတောင်း)

သရဏဂုံနှင့်ရှစ်ပါးသီလတောင်းရန်

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂသမ္ပန္နဂတံ
ဥပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ
မေ ဘန္တေ ။

ဒုတိယမ္ပိ။

တတိယမ္ပိ။

(ဘုရားရှိခိုးရန်နှင့် သရဏဂုံဆောက်တည်ရန်)

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ရှစ်ပါးသီလဆောက်တည်ရန်

- ၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
 - ၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
 - ၃။ အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
 - ၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
 - ၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
 - ၆။ ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
 - ၇။ နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသုက ဒဿန မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
 - ၈။ ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- သီလပေးသူ။ ။ တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂံသမန္နာဂတံ ဥပေါသထ သီလံ သာရကံ ကတွာ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။
- သီလယူသူ။ ။ အာမ ဘန္တေ။



အခန်း(၁)

ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ရှိခိုးဦးချမှည့်

လက်အုပ်ကိုပင်၊ ကြောင့်သွင်၊ အလျှင်ပြုလုပ်ပါ။
မျက်ခုံးလက်မ၊ ဆံစလက်ညှိုး၊ ထိကာမိုး၊ ရှိခိုးဝန္တနာ။
လက်ချ၊ ဒူးချ၊ တံတောင်ချ၊ နဖူးချကာ ဦးချပါ။

- ၁။ အမျိုးသားဖြစ်လျှင်= ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်ပြီး ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် ထိ၍ ရှိခိုးဦးချရမည်။
(အစီအစဉ်) = (၁) ဆောင့်ကြောင့်ထိုင် (ခြေ)
(၂) လက်ချ (လက်)
(၃) ဒူးချ (ဒူး)
(၄) တံတောင်ချ (တံတောင်)
(၅) နဖူးချ၊ ဦးချပါ၏ဘုရား။(နဖူး)
- ၂။ အမျိုးသမီးဖြစ်လျှင်= ပုဆစ်တုပ်ထိုင်ပြီး ထိခြင်းသုံးပါးဖြင့်သာ ထိ၍ ရှိခိုးဦးချရမည်။
(အစီအစဉ်) = (၁) ပုဆစ်တုပ်ထိုင် (ခြေ၊ ဒူး)
(၂) လက်ချ (လက်)
(၃) တံတောင်ချ (တံတောင်)
(၄) နဖူးချ၊ ဦးချပါ၏ဘုရား။(နဖူး)

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ဩကာသကန်တော့ချိုး ရှင်တန်း

ဩကာသ = ရှိခိုးပါရစေ၊ ကန်တော့ပါရစေဟု အခွင့်တောင်းခြင်းကို ဩကာသဟုခေါ်သည်။

သုံးကြိမ်ဆို = လေးနက်စေလိုသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ထင်ရှားပျံ့နှံ့စေလိုသောကြောင့်လည်းကောင်း ဩကာသကို သုံးကြိမ် ဆိုရသည်။

ကံသုံးပါး = ကိုယ်ဖြင့်ပြုအပ်သောကံကို ကာယကံ၊ နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုအပ်သောကံကို ဝစီကံ၊ စိတ်ဖြင့်ကြံစည်အပ်သောကံကို မနောကံဟုခေါ်သည်။

ဘုရား = သစ္စာလေးတန် တရားမှန်ကို ဧကန်ပိုင်နိုင်ကိုယ်တိုင်စထွင် ကုန်စင်ခပင်း ကျန်ကြွင်းမရှိ သိမြင်တော်မူသော သဗ္ဗညုဘုရားရှင်သည် (ဗုဒ္ဓ)ဘုရား ။

တရား = မိမိကို ဆောင်ယူကျင့်သုံးသူတို့ကို အပါယ်စသည် တို့၌ လည်းကောင်း၊ ဝဋ်ဆင်းရဲတို့၌လည်းကောင်း၊ မကျရောက်အောင်ဆောင်ယူကယ်တင် တတ် သော မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပရိယတ်ဟုဆိုအပ်သော ဆယ်တန်သော တရား တော်မြတ်သည် (ဓမ္မ)တရား။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

သံဃာ = အယူသီလတူမျှသည်၏အဖြစ်ဖြင့် ပေါင်းစုဖွဲ့စည်းထားအပ်သော ဘုရားသားတော် အပေါင်းသည် (သံဃ)သံဃာ။

ရတနာ = နှစ်သက်မြတ်နိုးအပ်သောကြောင့် ရတနာ။

ရှိခိုး = ရှိခိုးခြင်းမှာ ကိုယ်ဖြင့်ရှိခိုးခြင်း၊ နှုတ်ဖြင့်ရှိခိုးခြင်း၊ စိတ်ဖြင့်ရှိခိုးခြင်းဟူ၍ သုံးမျိုးရှိပါသည်။

ပူဇော် = ပစ္စည်းဖြင့်ပူဇော်ခြင်း၊ တရားဖြင့်ပူဇော်ခြင်းဟူ၍ နှစ်မျိုး ရှိပါသည်။

ဖူးမြော် = ပကတိမျက်စိဖြင့်ဖူးမြော်ခြင်း၊ အသိဉာဏ်မျက်စိ ဖြင့် ဖူးမြော်ခြင်းဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

မာန်လျှော့ = မိမိသန္တာန်ရှိသော မာန်မာနတရားများကို လျှော့ချဖယ်ရှားခြင်း။ (ရတနာသုံးပါးကို မြင့်မြတ်ရာ၌ ထားခြင်း)။

ကန်တော့ = အပြစ်ရှိ၍ကန်တော့ခြင်း၊ ကုသိုလ်ရလို၍ ကန်တော့ခြင်းဟူ၍ နှစ်မျိုး ရှိပါသည်။ (ကန်တော့ဆိုသည်မှာ အကုသိုလ်ကို ကန်၊ ကျောက်၍ ကုသိုလ်ကို တော့၊ ယူခြင်းကို ဆိုလိုသည်။)

အပါယ်လေးပါး = ချမ်းသာကင်း၍ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုခွင့်မရသော အရပ်ကို အပါယ်ဟုခေါ်သည်။ (ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်)။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ကပ်သုံးပါး = ငတ်မွတ်ဘေး (ဒုတ္တိက္ခန္ဓရကပ်)၊
လက်နက်ဘေး (သတ္တန္တရကပ်)၊
ရောဂါဘေး(ရောဂန္တရကပ်)။

ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး= မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် မရနိုင်သည်ကိုစွဲ၍ မကောင်းသော
အရပ်၊ မနေအပ်သောအရပ်ကို ရပ်ပြစ် (အပြစ်ရှိ
သောအရပ်)ဟု ခေါ်သည်။

ဘုရားပွင့်ဆဲအခါ၌= (၁)ငရဲဘုံ၊ (၂)တိရစ္ဆာန်ဘုံ၊ (၃)ပြိတ္တာ-
အသူရကာယ်ဘုံ၊ (၄)ရုပ်သာရှိ၍ နာမ်မရှိသော
(အသညသတ်)ဗြဟ္မာဘုံ၊ နာမ်သာရှိ၍ ရုပ်မရှိ
သော (အရူပ) ဗြဟ္မာဘုံ၊ (၅) ပစ္စန္ဓရာဇ်- တိုင်း
စွန်နယ်များ ဇနပုဒ်တို့၌ ဖြစ်ရခြင်း၊ (၆)မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ-
မှားယွင်းသောအယူရှိသူဖြစ်ရခြင်း၊ (၇) တရား
တော်ကို နားလည်နိုင်သော ဉာဏ်မရှိသူ ဖြစ်
ရခြင်း၊ (၈)ဉာဏ်ရှိသော်လည်း ဘုရားမပွင့်သော
အခါ၌ လူဖြစ်ရခြင်း။ (ဘုရားပွင့်ဆဲအခါ ၇-
ပါး+မပွင့်သောအခါ ၁ ပါး=ပေါင်း ရပ်ပြစ်
၈-ပါး)။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ဘုရားဖြစ်ခါ၊ ပါယ်သုံးရွာနှင့်၊ ဒီဃာယုနတ်၊
ဖြစ်လတ်ပစ္စန်၊ မိစ္ဆာဉာဏ်ရှိ၊ ဉာဏ်မရှိသား၊
ဉာဏ်ရှိငြားလည်း၊ ဘုရားမဖြစ်၊ ကျမ်းဂန်
လှစ်သည်၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး သရုပ်တည်း။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

ရန်သူမျိုး ၅-ပါး=ရေ၊ မီး၊ မင်း (မင်းဆိုး-မင်းယုတ်)၊ ခိုးသူ၊
အမွေခံ သားဆိုး-သမီးဆိုး။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ရေ မီး မင်း ခိုး၊ မွေခံဆိုး၊ ရန်မျိုးအပြား၊
ဤငါးပါး။

ဝိပတ္တိတရား ၄-ပါး= ဖောက်ပြန်ချွတ်ယွင်းခြင်းကို ဝိပတ္တိဟု
ခေါ်သည်။ (ကာလ၊ဥပမိ၊ပယောဂ၊ဂတိ)။

ဗျဿနတရား ၅ပါး= ဆွေမျိုး၊ ဥစ္စာ၊ ရောဂါ၊ အကျင့်၊ အယူတို့၏
ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်းကို ဗျဿနဟုခေါ်သည်။

မဂ် = နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော တရားလမ်း
ကို မဂ်ဟု ခေါ်သည်။ (လောဘစသော ကိလေ
သာများကို ပယ်သတ်တတ်သောတရား)။

ဖိုလ် = မဂ်၏ အကျိုးတရားကို ဖိုလ်ဟု ခေါ်သည်။
(လောဘစသော ကိလေသာများ ငြိမ်းအေးမှု
တရား)။

နိဗ္ဗာန် = တဏှာ (ကိလေသာ) ကင်းရာ ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်
သော ငြိမ်းအေးမှုဓာတ်သဘောကို နိဗ္ဗာန်ဟု
ခေါ်သည်။

သရဏဂုံမြန်မာပြန်

ဘုရားရှင်ကိုသာ၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊
ယုံကြည်သိမှတ်၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

တရားတော်ကိုသာ၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊
ယုံကြည်သိမှတ်၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။
သံဃာတော်ကိုသာ၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊
ယုံကြည်သိမှတ်၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

သရဏဂုံအဓိပ္ပါယ်

သရဏ+ဂမနဟူသောပါဠိမှ=သရဏဂုံဟု မြန်မာစကား
ဖြစ်လာသည်။ (သရဏ-ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂမန-အသိအမှတ်
ပြုလျက် ဆည်းကပ်ခြင်း)။

ဘုရား၊ တရား၊ အရိယာသံဃာသည် ကိုးကွယ်ရာ
အစစ်ဖြစ်၏ဟု အသိအမှတ်ပြုလျက် ရိုသေလေးမြတ် ဆည်းကပ်
သော ကုသိုလ်စေတနာကို သရဏဂုံဟုခေါ်၏။

(ရတနာဂုဏ်ရည်)



● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

ဘုရားဂုဏ်တော် ကိုးပါးပါဠိ

ဣတိပိ သောဘဂဝါ အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော၊ လောကဝိဒ္ဓု၊ အနုတ္တရောပုရိသ
ဒမ္မသာရထိ၊ သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ။

ဘုရားဂုဏ်တော် ကိုးပါးလင်္ကာ

- ဘုရားဂုဏ်တော် သေချာမှတ်ဖို့ ကဗျာစပ်လို့
ဆိုကြမယ်။
- ၁။ ကိလေသာတွေ ကင်းစင်ပြတ်လို့
လူနတ်ဗြဟ္မာ ပူဇော်တယ်။ (အရဟံ)
- ၂။ တရားအလုံးစုံ ကိုယ်တိုင်သိလို့
ဆရာမရှိသူ ဖြစ်ပါတယ်။ (သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ)
- ၃။ ထူးတဲ့အသိဉာဏ် အကျင့်မှန်များလည်း
ကောင်းစွာထင်ရှား ပြည့်စုံတယ်။ (ဝိဇ္ဇာစရဏ သမ္ပန္နော)
- ၄။ ကောင်းတဲ့စကားကို မိန့်ဆိုတတ်လို့၊
နိဗ္ဗာန်မြတ်သို့ ကြွသွားတယ်။ (သုဂတော)
- ၅။ သတ္တ သင်္ခါ ဩကာသတဲ့
လောကသုံးပါး သိမြင်တယ်။ (လောကဝိဒ္ဓု)
- ၆။ မယဉ်ကျေးသူ၊ ယဉ်အောင်ပြုတဲ့
ဆုံးမမှုမှာ သာလွန်တယ်။ (အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ)
- ၇။ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါများရဲ့

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

- ဆရာထင်ရှား ဖြစ်ပါတယ်။(သတ္တာဓမ္မနုဿာန်)
- ၈။ လေးပါးသစ္စာ စိတ်ဖြာသိတဲ့
ဉာဏ်မြင်ရှိသူ ဖြစ်ပါတယ်။ (ဗုဒ္ဓေါ)
- ၉။ ဘုန်းတော်ခြောက်ပုံ ဂုဏ်တော်မြတ်နှင့်
တစ်စမလပ် ပြည့်စုံတယ်။ (ဘဂဝါ)
ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးဖြာပဲကွယ်
အသဲ(အသည်း) စွဲအောင်မှတ်ကြကွယ်
(မှတ်ကွယ်)၂ ။

တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ပါး ပါဠိ

သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော။ သန္နိဋ္ဌိကော။ အ
ကာလိကော။ ဧဟိ ပဿိကော။ ဩပနေယျိကော။ ပစ္စတ္တံ
ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညုဟိ။

တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ပါးလင်္ကာ

- တရားဂုဏ်တော် သေချာမှတ်ဖို့ ကဗျာစပ်လို့
ဆိုကြမယ်။
- ၁။ ဘုရားကောင်းစွာ ဟောညွှန်အပ်လို့
တရားတော်မြတ် ခိုင်မာတယ်။ (သွာက္ခာတော)
- ၂။ ကိုယ်တိုင်ကျင့်ရင် ကိုယ်တိုင်သိလို့
မိမိရရ သေချာတယ်။(သန္နိဋ္ဌိကော)

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

- ၃။ အခုကျင့်ရင် အခုထူးလို့
အကျိုးကျေးဇူး မြန်ဆန်တယ်။ (အကာလိကော)
- ၄။ လာပါကြည့်ပါ ဖိတ်ခေါ်အပ်လို့
စမ်းသပ်ခံကြောင်း ကြေညာတယ်။ (ဧဟိပဿိကော)
- ၅။ ကိုယ်နှင့် စိတ်မှာ မြဲဆောင်အပ်လို့
ထက်ကြပ်မကွာ အားထားဖွယ်။(ဩပနေယျိကော)
- ၆။ အရိယာဆို ကိုယ်စီသိလို့
ထိထိမိမိခံစားတယ်။(ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညုဟိ)
တရားဂုဏ်တော်ခြောက်ဖြာပဲကွယ်
အသဲ (အသည်း) စွဲအောင် မှတ်ကြကွယ်၊
(မှတ်ကွယ်)၂ ။

သံဃာဂုဏ်တော်ကိုးပါး ပါဠိ

သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော။
ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော။
ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော။
သာမိစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော။
ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ။ ဧသ ဘဂဝ
တော သာဝကသံဃော။
အာဟုနေယျော။
ပါဟုနေယျော။
ဒက္ခိနေယျော။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

အခွလီကရဏီယျော။
အနတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။

သံဃာဂုဏ်တော်ကိုးပါး လင်္ကာ

- သံဃာဂုဏ်တော် သေချာမှတ်ဖို့ ကဗျာစပ်လို့ ဆိုကြမယ်။
- ၁။ ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ကျင့်ကြံကြတဲ့ ဘုရားသားတော် ဖြစ်ပါတယ်။ (သုပ္ပဋိပ္ပန္နော)
- ၂။ ဖြောင့်ဖြောင့်ညီညီ ကျင့်ကြံကြတဲ့ ဘုရားသားတော် ဖြစ်ပါတယ်။ (ဥဇုပ္ပဋိပ္ပန္နော)
- ၃။ နိဗ္ဗာန်ရည်သန် ကျင့်ကြံကြတဲ့ ဘုရားသားတော် ဖြစ်ပါတယ်။ (ဉာယပ္ပဋိပ္ပန္နော)
- ၄။ ရိုသေထိုက်အောင် ကျင့်ကြံကြတဲ့ ဘုရားသားတော် ဖြစ်ပါတယ်။ (သာမိဓိပ္ပဋိပ္ပန္နော)
မဂ်ဖိုလ်လေးစုံ ရှစ်ပုံပြားတဲ့ ဘုရားသားတော် အရိယာကွယ်။
(စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌပုရိသပုဂ္ဂလာ)
- ၅။ ရပ်ဝေးသယ်လာ ဥစ္စာများကို ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။ (အာဟုနေယျော)
- ၆။ ဧည့်သည်ဖို့ရာ ဥစ္စာများကို ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။ (ပါဟုနေယျော)
- ၇။ နောင်ဖို့လှူရာ ဥစ္စာများကို

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

- ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။ (ဒက္ခိဏေယျော)
- ၈။ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်အထူးကို ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။ (အခွလီကရဏီယော)
- ၉။ လူနတ်ဗြဟ္မာ ကောင်းမှုမျိုးကို အပျိုးထိုက်ဆုံး ယာမြေလယ်။ (အနတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ)

သံဃာဂုဏ်တော် ကိုးဖြာပဲကွယ့် အသဲ(အသည်း)စွဲအောင် မှတ်ကြကွယ် (မှတ်ကွယ်)။

ငါးပါးသီလအဓိပ္ပါယ်

- (၁) သူ့အသက်လည်း၊ မသက်ဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- (၂) သူ့ဥစ္စာလည်း၊ မခိုးဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- (၃) ကာမဂုဏ်လည်း၊ မမှားဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- (၄) လိမ်ညာ၍လည်း၊ မပြောဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- (၅) သေအရက်လည်း၊ မသောက်ဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

ငါးပါးသီလ လင်္ကာများ

- ၁။ သူ့အသက်ကို သိလျက်သားနဲ့ ဒေါသစိတ်ထားသေစေလို့။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

လုံ့လပြုကာ သေအောင်သတ်တော့
ပါဏာတိပါတ် အကုသိုလ်။
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့ အပါယ်ငရဲကျမည်ဆို။
လွတ်လာပြန်လဲ ရောဂါစွဲ ဆင်းရဲ အသက်တို။
အဲဒါကြောင့် ပဉ္စသီလ တည်ကြပါစေလို။

၂။ သူ့ဥစ္စာကို သိလျက်သားနဲ့ လောဘစိတ်ထား ခိုးယူလို။
လုံ့လပြုကာ ခိုးယူမိက အဒိန္နဟု အကုသိုလ်။
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့ အပါယ်ငရဲကျမည်ဆို။
လွတ်လာပြန်လဲ ဥစ္စာမွဲ ဆင်းရဲ ဖြစ်တိုင်းကို။
အဲဒါကြောင့် ပဉ္စသီလ တည်ကြပါစေလို။

၃။ ရှောင်ရှားအပ်သူမိန်းမများ၌ ရာဂစိတ်ထား ပေါင်းဖော်လို။
လုံ့လပြုကာ ကျူးလွန်မိက ကာမေသုတဲ အကုသိုလ်။
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့ အပါယ်ငရဲကျမည်ဆို။
လွတ်လာပြန်က နပုံးပ မိန်းမဖြစ်တတ်သကို။
အဲဒါကြောင့် ပဉ္စသီလ တည်ကြပါစေလို။

၄။ မဟုတ်မမှန် တဖက်သားကို
ယွင်းချွတ်လှည့်စား မုသားဆို။
အမိပ္ပိယံကို ထိုသူသိ၍ အကျိုးကိုသိ အကုသိုလ်။
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့ အပါယ်ငရဲကျမည်ဆို။
လွတ်လာပြန်လဲ ပါးစပ်ပြဲ သွားကျနှုတ်ခမ်းတို။
အဲဒါကြောင့် ပဉ္စသီလ တည်ကြပါစေလို။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

၅။ ယစ်မူးတတ်စွာ သေရည်များကို
မူးယစ်သောက်စား ဘိန်းရှူမျို။
ဒုစရိုက်တွေ ဖြစ်ပေါ်ကြောင်းမို့
မကောင်းစင်စစ် အကုသိုလ်။
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့ အပါယ်ငရဲကျမည်ဆို။
လွတ်လာစေဦး လူမေ့မူး အရူးဆက်တိုင်းကိုယ်။
အဲဒါကြောင့် ပဉ္စသီလ တည်ကြပါစေလို။

နိဂုံး

ဘဝနောင်ခါ သံသာရေးကို၊
မျှော်တွေးရှုစား များလှဗိုလ်။
ငါးပါးပဉ္စသီ လုံ့အောင်ထိန်းလို၊
မတိမ်းစေနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို။
လုံ့သူတွေမှာ တကယ်ပဲပေါ့၊
အပါယ်ငရဲ ကင်းတယ်ဆို။
အပါယ်ကင်းလျှင် နတ်ရွာရောက်လို့၊
မြတ်စွာထံမှောက် ကျွတ်တမ်းခို။
အဲဒါကြောင့် ဒီဘဝ သီလ တည်ကြပါစေလို။

(ဒဂုံ ဦးထွန်းမြင့်)

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ရှစ်ပါးသီလအဓိပ္ပါယ်

- ၁။ သူ့အသက်လည်း၊ မသက်ဘဲ၊ စိတ်စွဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- ၂။ သူ့ဥစ္စာလည်း၊ မခိုးဘဲ၊ စိတ်စွဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- ၃။ မမြတ်တာလည်း၊ မကျင့်ဘဲ၊ စိတ်စွဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- ၄။ လိမ်ညာ၍လည်း၊ မပြောဘဲ၊ စိတ်စွဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- ၅။ သေအရက်လည်း၊ မသောက်ဘဲ၊ စိတ်စွဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- ၆။ နေ့မွန်းတိမ်းလွဲ၊ ညစာလည်း၊ မစားဘဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- ၇။ ပွဲလမ်းသဘင်၊ အလှပြင်လည်း၊ မပြုဘဲ၊ စိတ်စွဲရှောင်ကြဉ်မည်။
- ၈။ မြင့်မြတ်ရာလည်း၊ မနေဘဲ၊ စိတ်စွဲရှောင်ကြဉ်မည်။

ဆွမ်းလှူရကျိုး ငါးပါး

သက်ရှည် ဆင်းလှ၊ သုခ ခွန်အား၊ ပညာများ၊ ငါးပါး ဆွမ်းအကျိုး။

ပန်းလှူရကျိုး သုံးပါး

ပန်းလိုလှပ၊ ဘဝရပ်ရည်။ ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၊ သန့်ရှင်းပေသည်။ နံ့စော်ကင်းလို့၊ ခံတွင်းမွှေးကြည်။ ပန်းလှူကျိုး၊ သုံးမျိုး ရနိုင်သည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

ရေလှူရကျိုး ဆယ်ပါး

လျှင်မြန်၊ သန့်ရှင်း၊ ကျော်ဇောခြင်းနှင့်၊ လွတ်ကင်း မွတ်သိပ်၊ မဆိတ်ခြံရံ၊ ဒီဃံသက်ရှည်၊ ရုပ်ရည်ဆင်းလှ၊ သုခခွန်အား၊ ပညာများ၊ ဆယ်ပါး ရေအကျိုး။

မီးလှူရကျိုး နှစ်ပါး

ဘုရားရှင်အား၊ စိတ်ထားကြည်ဖြူ၊ ဆီမီးလှုပ်ပန်း၊ လှူဒါန်း သောသူ။ စက္ခုမံသ၊ ဉာဏနှစ်ဆူ။ ကြည်လင်၏၊ ဖြစ်ဘိ ဉာဏ်ကြီးသူ။



အခန်း(၂)

ဗုဒ္ဓဝင် အကျဉ်း

- ၁။ ဂေါတမဘုရားအလောင်းတော်သည် ဤဘဒ္ဒကမ္ဘာမှ ပြန်၍ ရေတွက်သည်ရှိသော် လေးအသချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း အထက်၌ သုမေဓာရသေ့ ဖြစ်ခဲ့လေသည်။
- ၂။ သုမေဓာရှင်ရသေ့သည် ဒီပင်္ကရာ မြတ်စွာဘုရား ခြေတော် ရင်း၌ ကိုယ်တော်တစ်ဦးတည်း နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရနိုင် သော်လည်း ဩဃလေးဖြာ သံသရာ၌ နစ်မြွန်းပျော်ပါ ကုန်သော ဝေနေယျ သတ္တဝါအပေါင်းတို့ကို သနားကြင်နာ တော်မူလှသဖြင့် ယူတော် မမူခဲ့ပေ။
- ၃။ သုမေဓာရှင်ရသေ့ဘဝမှစ၍ ဝေဿန္တရာမင်းဘဝတိုင်အောင် မရေတွက်နိုင်သော ဘဝတို့၌-
 - (၁)ရွှေ,ငွေ,ဆင်,မြင်း အစရှိသည်ကို လှူဒါန်းခြင်း - ဒါနပါရမီ။
 - (၂)ခြေ,လက်,နား,နှာ,ခေါင်း အစရှိသည်တို့ကို လှူဒါန်း ခြင်း-ဒါနဥပပါရမီ။
 - (၃)ကိုယ့်အသက်ကိုလှူဒါန်းခြင်း - ဒါနပရမတ္ထပါရမီ အစရှိ သော ပါရမီသုံးဆယ်တို့ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့လေသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

- ၄။ ထို့ပြင် အလွန်စွန့်နိုင်ခဲ့လှစွာသော -
 - (၁)ပဒေသရာဇ်, ဧကရာဇ်, စကြာမင်းတို့၏ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာကို စွန့်ခြင်း - ဓနပရိစ္စာဂ။
 - (၂)သား, သမီးကိုစွန့်ခြင်း - ပုတ္တပရိစ္စာဂ။
 - (၃)မယားကိုစွန့်ခြင်း - ဘရိယပရိစ္စာဂ။
 - (၄)ခြေ,လက်, နှား, နှာခေါင်း အစရှိသော အင်္ဂါကြီးငယ်ကို စွန့်ခြင်း- အင်္ဂပရိစ္စာဂ။
 - (၅)ကိုယ့်အသက်ကိုစွန့်ခြင်း- ဇီဝိတပရိစ္စာဂ ဟုဆိုအပ်သော စွန့်ခြင်းကြီး ငါးပါးတို့ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့လေသည်။
- ၅။ ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့ပြီးနောက် ဘုရားအလောင်းတော်သည် တုသိတာနတ်ပြည်၌ သေတကေတု အမည်ရှိသော နတ်သားဖြစ် ခဲ့လေသည်။ နတ်သားဖြစ်နေစဉ် စကြာဝဠာ တိုက် တစ်သောင်းမှ နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်းတို့သည် “အရှင်နတ်သား ဘုရားဖြစ်ချိန် တန် ပါပြီ၊ လူ့ပြည်သို့ဆင်း၍ ဘုရားဖြစ်တော်မူပါ” ဟု ဘုရားအလောင်းကို တောင်းပန် ကြလေသည်။
- ၆။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ဘုရားအလောင်းတော် သေတကေတုနတ်သား သည်-

(၁)ကာလ	-ဘုရာဖြစ်ရာ အချိန်ကာလ၊
(၂)ဒီပ	-ဘုရားဖြစ်ရာ ကျွန်းအရပ်၊
(၃)ဒေသ	-ဘုရားဖြစ်ရာ အရပ်ဒေသ၊

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

(၄)ကုလ -ဘုရားဖြစ်ရာ အမျိုးအနွယ်၊

(၅)မာတု အာယုပရိစ္ဆေဒ -မယ်တော်၏ သက်တမ်း အပိုင်း အခြားဟူသော ကြည့်ခြင်းကြီးပါးတို့ကို ကြည့်ရှု တော်မူပြီး၊ နတ်အဖြစ်မှ စုတေကာ မဟာသက္ကရာဇ် ၆၇-ခု၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ ကြာသပတေးနေ့၌ ကပိလဝတ်ပြည့်ရှင် ဘုရင်သုဒ္ဓေါဓနမင်းကြီး၏ တောင်ညာဒေဝီမိဖုရားကြီး မယ်တော်မာယာဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေ တည်နေလေသည်။

၈။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် မဟာသက္ကရာဇ် ၆၈-ခု၊ ကဆုန် လပြည့်၊ သောကြာနေ့၌ ဒေဝဒဟပြည်နှင့် ကပိလဝတ်ပြည် တို့၏ အကြားရှိ လုမ္ဗိနီသာမော အင်ကြင်းဥယျာဉ်တော၌ မီးရှူး သန့်စင် ဖွားမြင်တော်မူလေသည်။

၉။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ၁၆-နှစ်အရွယ်ရောက်သောအခါ ယသော်ဓရာမင်းသမီးနှင့် ထိမ်းမြားလက်ထက်၍ မင်းစည်းစိမ်ကို ခံစားလေသည်။

၁၀။ ၂၉-နှစ် ရောက်သောအခါ သူအို -သူနာ -သူသေ - ရဟန်း ဟူသော နိမိတ်ကြီးလေးပါးကို မြင်တော်မူသဖြင့် တောထွက်၍ ရဟန်းပြုလေသည်။

၁၁။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် အလွန်ကျင့်နိုင်ခဲ့လှစွာသော ဒုက္ကရ စရိယာအကျင့်ကို ၆-နှစ်ပတ်လုံး ကျင့်တော်မူခဲ့ လေသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

၁၂။ ထိုနောက် ဘုရားဖြစ်မည့်နေ့၌ သုဇာတာမည်သောသူဌေး သမီးသည် လှူဒါန်းအပ်သော နို့ဃနာဆွမ်းကို အလှူခံ ဘုဉ်းပေးပြီး မဟာဗောဓိပင်သို့ ကြွသွားတော်မူလေသည်။

၁၃။ သောတ္တိယစင် မြက်ထမ်းသမား(မြက်ရိတ်လုလင်)သည် မဟာဗောဓိပင်သို့ ကြွလာသော ဘုရားလောင်းတော်အား မြက်ရှစ်ဆုပ်ကို လှူဒါန်းလေသည်။

၁၄။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် သောတ္တိယစင် လှူဒါန်း အပ်သော မြက်ရှစ်ဆုပ်ကို ကြံဖြန့်လိုက်သောအခါ ထိုခဏဝယ် မြက် ရှစ်ဆုပ်သည် မဟာဗောဓိပင်ရင်း၌ အရာဇိတပလ္လင် ဖြစ်လာ လေသည်။

၁၅။ ဘုရားအလောင်းတော်သည် ထိုပလ္လင်ထက်၌ထက်ဝယ်ဖွဲ့ ခွေနေတော်မူစဉ် နေမဝင်မီ ဒေဝပုတ္တမာရ်(မာရ်နတ်)ကို အောင် မြင်တော်မူ၍ ညဉ့်ဦးယာမ၌ ရှေးဘဝတို့၌ နေခဲ့(ဖြစ်ခဲ့)ဖူးသော ခန္ဓာအစဉ် (ဘဝအစဉ်) ကို အောက်မေ့သိတက်သော ပုဗ္ဗေနိဝါ-သာနုဿတိဉာဏ်ကို ရတော်မူလေသည်။

သန်းခေါင်ယာမ၌ နတ်တို့၏ မျက်စိနှင့်တူသော (နတ်တို့၏ မျက်စိထက်ထူးသော) စုတေခါနီးဖြစ်သော သတ္တဝါ စသည်တို့ကို မြင်တတ်သော ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်ကို ရတော်မူလေသည်။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

မိုးသောက်ယာမိ၌ အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ကုန်ခြင်းကို သိတတ်သော အာသဝက္ခယဉာဏ်ကို ရတော်မူ၍ သက်တော် ၃၅-နှစ်အရွယ်၊ မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃-ခု၊ ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓဟူး နေ့ အရုဏ်တက်ချိန်၌ လောကသုံးပါးတွင် အတုမရှိသော သဗ္ဗညုဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူလေ သည်။

၁၆။ သုံးလူသခင် သဗ္ဗညုဘုရားရှင်သည် ၄၅ -ဝါကာလပတ်လုံး ဝေနေယျတို့အား ဓမ္မစကြာစသော တရားဓမ္မတို့ကို ဟောပြတော် မူကာ လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက် တော်မူခဲ့လေသည်။

၁၇။ ၄၅-ဝါ ကာလပတ်လုံး သတ္တဝါတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို မနားမနေ ဆောင်ရွက်တော်မူခဲ့သော သဗ္ဗညုဘုရားရှင်သည် သက် တော် ၈၀-အရွယ်ရောက်သောအခါ မဟာသက္ကရာဇ် ၁၄၈-ခု၊ ကဆုန်လပြည့်၊ အင်္ဂါနေ့ဝယ် ကုသိနာရုံပြည် မလ္လာမင်းတို့၏ အင်ကြင်းဥယျာဉ်၌ ခန္ဓပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူလေသည်။



ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

ဗုဒ္ဓဝင်အကျဉ်းချုပ် ဆောင်ပုဒ်

မ၊ သိ၊ ကြ၊ လတ်၊ တွေး၊ ဆ၊ အပ်၊
နေ့မြတ်ခုနှစ်တွေ။

သန်၊ ဖွား၊ တော၊ ပွင့်၊ စက်၊ စု၊ သင့်၊
ရှင်ပင့်သာကီဆွေ။

ရှင်းလင်းချက်

- ၁။ မ ... ကြာသပတေးနေ့တွင်
- သန် ... ပဋိသန္ဓေနေတော်မူပါသည်။
- ၂။ သိ ... သောကြာနေ့တွင်
- ဖွား ... ဖွားမြင်တော်မူပါသည်။
- ၃။ ကြ ... တနင်္လာနေ့တွင်
- တော ... တောထွက်တော်မူပါသည်။
- ၄။ လတ် ... ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင်
- ပွင့် ... ဘုရားဖြစ်တော်မူပါသည်။
- ၅။ တွေး ... စနေနေ့တွင်
- စက် ... ဓမ္မစကြာဟောတော်မူပါသည်။
- ၆။ ဆ ... အင်္ဂါနေ့တွင်
- စု ... (စုတိ)ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူပါသည်။
- ၇။ အပ် ... တနင်္ဂနွေနေ့တွင်
- သင့် ... တေဇောဓာတ် လောင်တော်မူပါသည်။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ဗုဒ္ဓဝင်ကဗျာ

ကဆုန်လပြည့် နေ့သောကြာ၊
 ဘုရားမွေးတဲ့ နေ့မြတ်ပါ။
 သက္ကရာဇ်မှာ ခြောက်ဆယ့်ရှစ်၊
 သုဒ္ဓေါ မင်းဖစစ်။
 မာယာဒေဝီ မွေးမယ်တော်၊
 ကပိလဝတ် နေပြည်တော်။
 သာကီမျိုးနော် ထင်ရှားလှ၊
 နွယ်တော် ဂေါတမ။
 သိဒ္ဓတ္ထတဲ့ မည်နာမံ၊
 ဆယ့်ခြောက်နှစ်မှာ ထီးနန်းစံ။
 နှစ်ဆယ့်ကိုးမှန် တောထွက်သွား၊
 ခြောက်နှစ် ကျင့်တရား။
 သုံးဆယ့်ငါးနှစ် ပြည့်လေတုံ၊
 တစ်ရာ သုံးခုကြုံ။
 လပြည့်ကဆုန် ဗုဒ္ဓဟူး၊
 ဘုရားဖြစ်တဲ့ နေ့အထူး။
 တရားဦးမြတ် ဓမ္မစက်ပေ၊
 ဝါဆိုလပြည့် ဟောစနေ။
 သက်ရှစ်ဆယ်လေ တိုင်အောင်ထိ၊
 သတ္တဝါအကျိုး သယ်ပိုး၏။
 သောင်းထိုက်မှူးကြီး တို့မြတ်စွာ၊
 ဘုံသုံးပါးလုံး ထင်ရှားပါ။
 လူနတ်ဗြဟ္မာ လွန်ကျော်ကြား၊
 ငါတို့ဘုရား ဒို့ဘုရား ။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

ဗုဒ္ဓဝင်ဆိုင်ရာ သိမှတ်ဖွယ်ရာများ

ဗုဒ္ဓဝင်ခက်ဆစ်

- ၁။ ဘုရားဘွဲ့တော် = ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား
- ၂။ နိယတဗျာဒိတ်ပေးသောဘုရား=ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရား
- ၃။ နိယတဗျာဒိတ်ရသောဘဝ= သုမေဓာရှင်ရသေ့
- ၄။ နိယတဗျာဒိတ်ပေးသောနေ့ =ကဆုန်လပြည့်နေ့
- ၅။ ပါရမီဖြည့်ရာကာလ =လေးအသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာ တစ်သိန်း
(သုမေဓာဘဝမှဝေဿန္တရာဘဝထိ)
- ၆။ ပါရမီတော်ကျင့်စဉ်များ=ပါရမီ (၁၀)ပါး၊ အပြား(၃၀)၊
စွန့်ခြင်းကြီး (၅)ပါး၊ စရိယ(၃)ပါး
- ၇။ ပါရမီဖြည့်ဘက် = သုမိတ္တာအမျိုးသမီး (ယသော်ဓရာ
အလောင်း)
- ၈။ ဖြည့်ကျင့်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက် =သတ္တဝါများကို
ကယ်တင်ရန်
- ၉။ ပဋိသန္ဓေယူသည့်ဘဝ=တုသိတာနတ်ပြည်၊သေတကေတု
နတ်သား
- ၁၀။ ပဋိသန္ဓေယူသောနေ့=မဟာသက္ကရာဇ်(၆၇)ခု၊ ဝါဆို
လပြည့်၊ ကြာသပတေး

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

- ၁၁။ ဖွားမြင်တော်မူသောနေ့=မဟာသက္ကရာဇ်(၆၈)ခု၊
ကဆုန်လပြည့်၊သောကြာ
- ၁၂။ ဖွားမြင်တော်မူရာဌာန=ကပိလဝတ်ပြည်နှင့် ဒေဝဒဟမြို့
အကြားရှိ လုမ္ဗိနီအင်ကြင်းတော
- ၁၃။ လူနာမည် = သိဒ္ဓတ္ထမင်းသား
- ၁၄။ ခမည်းတော်နာမည် = သုဒ္ဓေါဒနမင်း
- ၁၅။ မယ်တော်နာမည် = သီရိမဟာမာယာဒေဝီ
- ၁၆။ မိထွေးတော်နာမည် = မဟာပဇာပတိဂေါတမီ
- ၁၇။ ကြင်ယာတော်နာမည် = ယသော်ဓရာ(ဘဒ္ဒကဏ္ဍနာ)
- ၁၈။ သားတော်နာမည်= ရာဟုလာ
- ၁၉။ ယောက်ဖတော်နာမည် =အရှင်ဒေဝဒတ်
- ၂၀။ နေပြည်တော် = ကပိလဝတ်ပြည် (သက္ကတိုင်း၊ မဇ္ဈိမ
ဒေသ)
- ၂၁။ နန်းစံနှစ် = ၁၃-နှစ် (အသက် ၁၆-နှစ်မှ ၂၉နှစ်
ထိ)
- ၂၂။ နန်းမ (၃)ဆောင်= ရမ္မ၊ သုဘ၊ သုရမ္မ
- ၂၃။ နိမိတ်ကြီးလေးပါး = သူအို၊ သူနာ၊ သူသေ၊ ရဟန်း၊

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

- ၂၄။ တောထွက်တော်မူသောနေ့= မဟာသက္ကရာဇ်(၉၇)ခု၊
ဝါဆိုလပြည့်၊တနင်္လာနေ့
- ၂၅။ တောထွက်ချိန်အသက်အရွယ်= ၂၉ - နှစ်
- ၂၆။ ဒုက္ကရစရိယာ = ခဲယဉ်းစွာကျင့်ရသောအကျင့်
- ၂၇။ ဒုက္ကရစရိယာကျင့်သောနေရာ= ဥရုဝေဠတော
- ၂၈။ ဒုက္ကရစရိယာကျင့်သောနှစ် = ၆-နှစ်
- ၂၉။ ကျင့်ချိန်အလုပ်အကျွေး = ပဉ္စဝဂ္ဂိ ၅-ဦး (ကောဏ္ဍည၊
ဝပ္ပ၊ ဘဒ္ဒိယ၊မဟာနန်၊ အဿဇိ)
- ၃၀။ ဘုရားဖြစ်သောနေ့= မဟာသက္ကရာဇ် (၁၀၃)-ခု၊
ကဆုန်လပြည့်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့။
- ၃၁။ ဘုရားဖြစ်တော်မူသောအချိန်= ကဆုန်လပြည့်နေ့ည
ပစ္စိမယာမ်(အရုဏ်မတက်မီ)
- ၃၂။ ဘုရားဖြစ်တော်မူသောနေရာ=မဟာဗောဓိပင်ရင်း၊
အပရာဇိတပလ္လင်တော်
- ၃၃။ ဘုရားဖြစ်ချိန်သက်တော် = (၃၅)နှစ်
- ၃၄။ ဘုရားပွင့်ချိန်လူတို့သက်တမ်း = (၁၀၀)တမ်း
- ၃၅။ ဓမ္မစကြာဟောသောနေ့=မဟာသက္ကရာဇ်(၁၀၃)၊ ဝါဆို
လပြည့်၊စနေနေ့

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

၃၆။ ဓမ္မစကြာဟောသောနေရာ=နေရာဗာရာဏသီပြည်၊ ဣသိ
ပတနမိဂဒါဝုန်တော

၃၇။ ပထမဦးဆုံး သာဝက = ပဉ္စဝဂ္ဂိ ၅-ဦး

၂၃။ နောက်ဆုံး သာဝက = သုဘဒ္ဒပရိပိုင်

၃၉။ လက်ယာရံ အဂ္ဂသာဝက = အရှင်သာရိပုတ္တရာ

၄၀။ လက်ဝဲရံ အဂ္ဂသာဝက = အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်

၄၁။ ဟော- တရားတော်များ = ဝိနည်း၊ သုတ္တန်၊ အဘိဓမ္မာ

၄၂။ အဆုံးအမသာသနာ= ပရိယတ္တိ၊ ပဋိပတ္တိ၊ ပဋိဝေဓ၊

၄၃။ ကျင့်စဉ်သိက္ခာ = သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊

၄၄။ ချမှတ်ပေးခဲ့သောလမ်းစဉ် = မဇ္ဈိမပဋိပဒါ(မဂ္ဂင် (၈)ပါး)

၄၅။ သစ္စာလေးပါး = ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ နိရောဓသစ္စာ၊
မဂ္ဂသစ္စာ

၄၆။ နောက်ဆုံးသက်တော်၊ ဝါတော် = သက်တော်(၈၀)၊ ဝါတော်
(၄၅)ဝါ

၄၇။ ပရိနိဗ္ဗာန်စံသောနေ့ = မဟာသက္ကရာဇ် ၁၄၈၊ ကဆုန်ပြည့်၊
အင်္ဂါနေ့

၄၈။ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသောအချိန် = အရုဏ်တက်ချိန်

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

၄၉။ ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသောနေရာ = ကုသိကာရုံပြည်၊ အင်ကြင်း
ဥယျာဉ်

၅၀။ တေဇောဓာတ်လောင်သောနေ့ = မဟာသက္ကရာဇ်(၁၄၈)
ကဆုန်လပြည့် ကျော်(၁၂)ရက်၊
တနင်္ဂနွေနေ့

၅၁။ ကြွင်းကျန်ခဲ့သောဓာတ်တော် = စွယ်တော်(၄)ဆူ၊
ညှပ်ရိုးတော်(၂)ဆူ၊ သင်းကျစ်
တော်(၁)ဆူ၊ အသမ္ဘိန္ဒ(မပြိုကွဲသော)
ဓာတ်တော်(၇)ဆူနှင့် အသား
တော်၊ အသွေးတော် အရိုးတော်
တို့သည် မုန်ညှင်းစေ့ပမာဏ၊ ဆန်ကျိုး
ပမာဏ၊ အစိတ်စိတ်ကွဲပြီး ဓာတ်တော်
မွေတော်ရှစ်စိတ်(၂-တင်း)ခန့် ကြွင်း
ကျန်လေသည်။

ဗုဒ္ဓ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်၊ ဗုဒ္ဓဝင်

၁။ သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားကို ဗုဒ္ဓ- ဟုခေါ်၏

၂။ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်(စကားတော်)များကို
ဗုဒ္ဓဘာသာ-ဟုခေါ်၏။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

၃။ မြတ်စွာဘုရားတရားတော် (စကားတော်)အတိုင်း
လိုက်နာ ကျင့်သုံးနေထိုင်သူကို ဗုဒ္ဓဘာသာ ဝင်- ဟုခေါ်၏။

၄။ မြတ်စွာဘုရား၏ အကြောင်းအရာ မှတ်တမ်းကို ဗုဒ္ဓဝင်-
ဟု ခေါ်၏။

ကမ္ဘာနှင့် ဘုရား

တစ်ဆူသာရ၊ နှစ်မဏ္ဍ၊ ဝရသုံးဆူသာ။

သာရမဏ္ဍ၊ လေးဆူပြ၊ ဘဒ္ဒငါးဆူလာ။

တစ်ဆူသော်မျှ၊ မပွင့်က၊ သုညကပ်ကမ္ဘာ။

ကမ္ဘာခြောက်မျိုး၊ မော်ကွန်းထိုး၊ ကျမ်းရိုးစဉ်အလာ။

ဘဒ္ဒကမ္ဘာ၌ပွင့်သော ဘုရားငါးဆူ

၁။ ကကုသန် မြတ်စွာဘုရား၊

၂။ ကောဏာဂုမ် မြတ်စွာဘုရား၊

၃။ ကဿပ မြတ်စွာဘုရား၊

၄။ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၊

၅။ အရိမေတ္တေယျ မြတ်စွာဘုရား။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

ဗြူးဖက်တော်ခုနှစ်ဦး

၁။ ယသော်ခင်လေး၊

၂။ ညီထွေး အာနန်။

၃။ ကဏ္ဍကမြင်း၊

၄။ ကျွန်ရင်းမောင်ဆန်။

၅။ ကာဠုဒါယိ၊

၆။ ဗောဓိရုက္ခံ။

၇။ ရွှေအိုးစွက်၊ ဗြူးဖက်ခုနှစ်တန်။

ဒုလ္လဘတရားငါးပါး

၁။ ဘုရားဖြစ်ရန် ခဲယဉ်းခြင်း၊

၂။ ဘုရားပွင့်ချိန်၌ လူဖြစ်ရန် ခဲယဉ်းခြင်း၊

၃။ သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံရန် ခဲယဉ်းခြင်း၊

၄။ ရဟန်းဖြစ်ရန် ခဲယဉ်းခြင်း၊

၅။ သူတော်ကောင်းတရားနာကြားရန် ခဲယဉ်းခြင်း။

ပါရမီ ၁၀-ပါး

သံသရာတည်းဟူသော ဤဘက်ကမ်းမှ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူ
သော ထိုဘက်ကမ်းသို့ ရောက်စေနိုင်သည့် ဒါန၊ သီလစသော
ကုသိုလ်တရားများကို “ပါရမီ”ဟု ခေါ်သည်။

၁။ ဒါနပါရမီ = အလှူပေးခြင်း၊

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

- ၂။ သီလပါရမီ = ကိုယ်ကျင့်သီလ စောင့်ထိန်းခြင်း၊
- ၃။ နေက္ခမ္မပါရမီ = တောထွက်ခြင်း၊ (မကောင်းမှုမှ ရှောင်ခြင်း)
- ၄။ ပညာပါရမီ = ပညာဖြင့်အများအကျိုးဆောင်ခြင်း၊
- ၅။ ဝီရိယပါရမီ = ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း၊
- ၆။ ခန္တီပါရမီ = သည်းခံခြင်း၊
- ၇။ သစ္စာပါရမီ = အမှန်စကားကိုသာပြောဆိုခြင်း၊
- ၈။ အဓိဋ္ဌာနပါရမီ = စိတ်ဓာတ်မြဲမြံအောင်ဆောက်တည်ခြင်း၊
- ၉။ မေတ္တာပါရမီ = မေတ္တာဓာတ် အပြည့်အဝထားခြင်း၊
- ၁၀။ ဥပေက္ခာပါရမီ = သင့်တင့်မျှတစွာရှုမြင်ခြင်း။

(ဆောင်) = ဒါန၊ သီလ၊ နေက္ခမ္မ၊ ပညာ၊ ဝီရိယာ။
ခန္တီ၊ သစ္စာ၊ ဓိဋ္ဌာန၊ မေတ္တာ၊ ဥပေက္ခာ။

ပါရမီ ၁၀-ပါး၊ အပြား-၃၀

၄၄: ၁၀-ပါးကို-

- (က) ခန္ဓာကိုယ်မှပြင်ပဖြစ်သောပစ္စည်းတို့ကို စွန့်၍ ဖြည့် ကျင့်ခြင်း မူလပါရမီ။
- (ခ) လက် ခြေစသောအင်္ဂါတို့ကိုစွန့်၍ ဖြည့်ကျင့်ခြင်း ဥပပါရမီ။
- (ဂ) အသက်ကိုစွန့်၍ ဖြည့်ကျင့်ခြင်း ပရမတ္ထပါရမီ
- (၃)ပါးဖြင့်မြောက်သော် ပါရမီအပြား (၁၀×၃=၃၀) ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

ပါရမီဖြည့်ကျင့်ရာကာလ အပိုင်းအခြား

- ပညာဓိကဘုရားများသည် လေးအသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း။
- သဒ္ဓါဓိကဘုရားများသည် ရှစ်အသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာတစ်သိန်း
- ဝီရိယာဓိကဘုရားများသည်တစ်ဆယ့်ခြောက်အသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာတစ်သိန်း။
- ပစ္စေကဗုဒ္ဓါများသည် နှစ်အသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာတစ်သိန်း။
- အဂ္ဂသာဝကများသည် တစ်အသင်္ချေနှင့်ကမ္ဘာတစ်သိန်း။
- (အသီတိ)မဟာသာဝကများသည် ကမ္ဘာတစ်သိန်း။
- ပကတိသာဝကများသည် ကာလအပိုင်းအခြားမရှိ ဖြည့်ကျင့် ရသည်။

စရိယ (၃)ပါး

- ၁။ လောကတ္ထစရိယ = လောကလူသား၊ ကမ္ဘာသူ၊ ကမ္ဘာသား သတ္တဝါများ၏ ကောင်းကျိုးချမ်းသာအတွက်ကျင့်ခြင်း။
- ၂။ ဉာတတ္ထစရိယ = မိမိ၏ ဆွေမျိုး၊ အမျိုးအနွယ်အားလုံး၏ အကျိုး အတွက်ကျင့်ခြင်း။
- ၃။ ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယ = သဗ္ဗညုဘုရား ဖြစ်ရေးအတွက်ကျင့်ခြင်း။



အခန်း(၃)

မင်္ဂလာအညွှန်း

- (က) ကလေးအရွယ်၊ လိမ္မာပါနှင့်မှ၊ ကြီးရင့်က လိမ္မာမည်။
မလိမ္မာပြည်ထောင်စုကြလျှင်၊ ကောင်းမှုမတည်။
ကလေးတို့နေပြည်၊ တည်စေဖို့စိတ်စော။
နံနက်မင်္ဂလာနှင့်၊ နေ့မကွာ ညဉ့်ပါသုံးလို့ရယ်၊
ပြုံးကြစေသော။
- (ခ) မကောင်းပယ်ဖြတ်၊ အကျင့်မြတ်၊ မှတ်အပ်မင်္ဂလာ။
- (ဂ) တိုးတက်ကြီးပွား၊ အကြောင်းများ၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
- (ဃ) ကြီးသူကိုရိုသေ၊ ရွယ်တူကိုလေးစား၊ ငယ်သူကိုသနား၊
အဲဒါ မင်္ဂလာတရား။
- (င) ရိုးရိုးကျင့်၊ မြင့်မြင့်ကြံ၊ မှန်တာလုပ်၊ ဟုတ်တာပြော၊
အဲဒါ မင်္ဂလာသဘော။

မင်္ဂလာမှတ်တမ်း

- ၁။မင်္ဂလာတရားဟောကြားသူ = မြတ်စွာဘုရား။
- ၂။ဟောကြားသည့်နေရာ = သာဝတ္ထိပြည်၊ဇေတဝန်
ကျောင်းတော်။
- ၃။ဟောကြားသည့်အချိန် = ညသန်းခေါင်ယံ။
- ၄။ဟောကြားရန်တောင်းပန်သူ = နတ်သားတစ်ယောက်။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

- ၅။မင်္ဂလာအငြင်းပွားရာကာလ = (၁၂) နှစ်။
- ၆။မင်္ဂလာအဓိပ္ပာယ် = ကြီးပွားတိုးတက်ခြင်း၏
အကြောင်း ဖြစ်သောကြောင့်
မင်္ဂလာ (တနည်း)မကောင်းမှုကို
ပယ်ဖြတ်တတ်သောကြောင့် မင်္ဂလာ
အရေအတွက် = (၃၈)ပါး
မင်္ဂလာနှုတ်ခွန်းဆက် = မင်္ဂလာပါ ခင်ဗျာ၊
မင်္ဂလာပါ ရှင့်။

သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာ သံပေါက်ကဗျာ
မင်္ဂလာအမွမ်းတင်ကဗျာများ

မင်္ဂလာနိဒါန်း

- သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာတရားကို၊
နတ်လူအများ ကြံစည်ပေ။
ဘယ်သင်းဘယ်ဟာ မင်္ဂလာစစ်ဟု၊
သေချာဇာစ်မြစ်မသိပေ။
ဆယ့်နှစ်နှစ်တိုင်တိုင် နှုတ်ပြိုင်ငြင်းလို့၊
မင်္ဂလာအခင်း မပြီးပေ။
မင်္ဂလာတရား ဝါဒများ၊ ကွဲပြားနတ်လူတွေ။
အဲဒါကြောင့် ကြံကြစည်ကြ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

မြင်ကြားတွေ့ရာ မင်္ဂလာပဲဟု
 သုံးစုကွဲကာ ငြင်းခုံနေ
 နတ်လူတွေမှာ အငြင်းပွားသည့်
 အခင်းများလည်း ကင်းပါစေ။
 မကောင်းမှုတွေ ကွယ်ကာပျောက်လို့
 ချမ်းသာရောက်ဖို့ ရည်ရွယ်ပေ
 နတ်တို့ထက်နတ် ဘုရားမြတ် ဟောအပ်ခဲ့ပါသလေ။
 အဲဒါကြောင့် သင်ကြမှတ်ကြ ဆောင်ကြတို့တစ်တွေ။

သာဝတ္ထိပြည်မွန် - ဇေတဝန်ကျောင်း၌၊
 ကိန်းအောင်းပျော်ပိုက် မြတ်စိန္တေ။
 သန်းခေါင်ယံခါ မထင်ရှားသည့်၊
 နတ်သားတစ်ယောက် ချည်းကပ်လေ။
 လေးမြတ်ရိုသေ မင်္ဂလာသဘောကို၊
 ထင်ရှားဟောဘို့ လျှောက်ပန်ချေ။
 အသေဝနာတရား အစထား၊
 ဟောကြားမိန့်ခဲ့ပေ။
 အဲဒါကြောင့် နာရကြားရ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

အသေဝနာစာလာနံ

၁။ လူမိုက်ဆိုလျှင် ရှောင်သွေလွှဲလို့
 မမှီဝဲနဲ့ကင်းအောင်နေ။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

၂။ ပညာရှိကို အရှည်တွဲလို၊
 မှီဝဲဆည်းကပ် နည်းယူစေ။
 ၃။ သုံးပါးရတနာမိဘများနှင့်
 ဆရာသမားကို ပူဇော်လေ။
 ချမ်းသာကိုပေး ဆက်ဆံရေး၊ မျှော်တွေးသုံးချက်ပေ။
 အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

ပတိရူပဒေသဝါသော စ

၄။ ကုသိုလ်ပညာ ဥစ္စာရဖို့၊
 သင့်ရာဒေသ အမြဲနေ။
 ၅။ ရှေးကတင်ကြိုပြုခဲ့ဘူးသည့်၊
 ကောင်းမှုအထူးရှိပါစေ။
 ၆။ မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင်ထိန်းလို့၊
 မတိမ်းစေနဲ့ ဆောက်တည်လေ။
 ဥစ္စာကိုပေး နေထိုင်ရေး၊ မျှော်တွေးသုံးချက်ပေ။
 အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

ဗာဟုသစ္စဉ္စ

၇။ တတ်ကောင်းတတ်ရာဟူသမျှကို၊
 ကြားမြင်သူတရှိပါစေ။
 ၈။ အိုးအိမ်တည်ထောင် ဝမ်းစာရေးနဲ့၊
 အသက်မွေးဘို့ အတတ်သင်လေ။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

- ၉။ လူနှင့်ဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်များကို၊
ကောင်းစွာသင်ကြား နားလည်စေ။
- ၁၀။ မှန်ကန်ယဉ်ကျေး ချိုသာအေး၊ ဆိုရေးတတ်ပါစေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

မာတာပိတုဥပဋ္ဌာန်

- ၁၁။ မြင်းမိုရ်ရွှေတောင် မိဘကြွေးကို၊
ကောင်းစွာဆပ်ပေး ဝတ်ကျေကျေ။
- ၁၂။ ကြွေးသစ်ချကာ သားနှင့်မယားကို၊
မြှောက်စားချီးမြှင့် ဝတ်ကုန်စေ။
- ၁၃။ အလုပ်တာဝန် မလစ်ဟင်းနဲ့၊
အပြစ်ကင်းအောင် လုပ်ပါလေ။
စည်းစိမ်ကိုပေး ပြုစုရေး၊ မျှော်တွေးသုံးချက်ပေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

ဒါနဥ

- ၁၄။ သုံးတန်စေတနာ ဖြူစင်လန်းလို့၊
ပေးကမ်းဝေမျှ လှူနိုင်စေ။
- ၁၅။ ကိုယ်နှုတ်စိတ်ကြံ မမိုက်မှားနဲ့၊
သုစရိုက်တရားကို ကျင့်ပါလေ။
- ၁၆။ ဆွေမျိုးတွေကို ပြစ်မထားနဲ့၊
သင်္ဂဟတရားနှင့် ချီးမြှောက်လေ။

⑤ ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ⑤

- ၁၇။ သန့်စင်ပြစ်မျိုး လူထုကျိုး၊ သည်ပိုးရွက်ဆောင်ပေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

အာရတိ ဝိရတိ ပါပါ

- ၁၈။ မကောင်းမှုတွေ ဟူသမျှကို၊
မတွေ့ခင်က ရှောင်ကြဉ်လေ။
- ၁၉။ တွေ့ကြုံလာကျင် မလွန်ကြူးနဲ့၊
အထူးသဖြင့် စောင့်စည်းနေ။
- ၂၀။ အရက်သေစာ မသောက်စားနဲ့၊
မှောက်မှားတတ်တဲ့ အရာပေ။
- ၂၁။ လုပ်ကိုင်ပြောကြား သတိထား၊ တရားမမေ့စေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

ဂါရဝေါ စ

- ၂၂။ အသက်ဂုဏ်ဝါ ကိုယ့်ထက်ကြီးက၊
ဆည်းကပ်ခစား ရိုသေသေ။
- ၂၃။ မာနတံခွန် ဂုဏ်မကြွနဲ့၊
ကိုယ့်ကိုနိမ့်ချ အမြဲနေ။
- ၂၄။ လောဘအပို လိုမလိုက်နဲ့၊
ကိုယ်ထိုက်တာနဲ့ ကျေနပ်လေ။
- ၂၅။ ကိုယ့်ပေါ်ပြုဖူး သူ့ကျေးဇူး၊ အထူးသိတတ်စေ။
- ၂၆။ ကောင်းကျိုးဆင့်ပွား၊ မြတ်တရား၊ နာကြားမပြတ်ပေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ခန္တီ စ

- ၂၇။ ဝတ်စားနေထိုင် ရန်ခပ်သိမ်း၊
စိတ်ကိုချုပ်ထိန်း သည်းခံလေ။
- ၂၈။ ကျိုးကြောင်းပြညွှန် ဆုံးမစကားကို၊
ပြောကြားလာက နာလွယ်စေ။
- ၂၉။ သူမြတ်ပုဂ္ဂိုလ် ဟူသမျှကို၊
မကြာခဏ တွေ့ဆုံလေ။
- ၃၀။ သဘာဝတွေး မှန်ကန်ရေး၊ ဆွေးနွေးမပြတ်ပေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

တပေါ စ

- ၃၁။ လောကီအာရုံ ဇိမ်ယစ်မှုးလို့၊
အပျော်မကြူးနဲ့ ခြိုးခြံလေ။
- ၃၂။ မေတ္တာဗြဟ္မစိုရ် လက်ကိုင်သုံးလို့၊
သူမြတ်ကျင့်ထုံး ယွင်းမသွေ။
- ၃၃။ လေးပါးသစ္စာ ဉာဏ်မြင်ကြည့်လို့၊
အမှန်သိအောင် ကြိုးစားလေ။
- ၃၄။ ဒုက္ခလွတ်ကင်း နိဗ္ဗာန်ချဉ်း၊ အလင်းပေါက်ပါစေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

ဖုဋ္ဌဿ လောကဓမ္မဟိ၊

- ၃၅။ ဆင်းရဲချမ်းသာ သဘာဝ၊
တွေ့ကြုံနေကျ လူတိုင်းပေ။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

- ၃၆။ ကောင်းဆိုးနှစ်တန် အစုံတွဲလို့၊
တစ်လဲစီလှည့် အမြဲနေ။
- ၃၇။ လောကဓံကြုံ မဖြုံတမ်းပေါ့၊
မတုန်စမ်းနဲ့ စိတ်ခိုင်စေ။
- ၃၈။ သောကကိုထိန်း ရမ္မက်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းချမ်းသာနေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

မင်္ဂလာအကျိုး

- ☉ သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာကုံးကို၊
လိုက်နာကျင့်သုံး ပန်သူတွေ။
စီးပွားချမ်းသာ ကျက်သရေတိုးလို့၊
ကောင်းကျိုးစည်ပွင့် တဝေဝေ။
ဘေးကင်းရန်ကွာ ချစ်သူပေါလို့၊
စိတ်ရောကိုယ်ရော ချမ်းသာမလေ။
ပြောဆိုကြံဆ၊ ဆောင်သမျှ၊ အောင်ရမည်ကိန်းသေ။
အဲဒါကြောင့် ပန်ကြဆင်ကြ မင်္ဂလာပန်းခိုင်တွေ။

မျှော်လင့်ချက်

- သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာတရားတို့၊
ပျက်ပြားနေကြ ကမ္ဘာမြေ။
ဟိုတိုင်းဒီပြည် ရန်စစ်ခင်းလို့၊
လူနှင့်လူချင်း သတ်ကာနေ။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ငြိမ်းချမ်းပါစေ အာသိသန္ဓေ၊ စွမ်းနိုင်ရာက ကူညီသလေ။
သုံးဆယ့်ရှစ်ပါး၊ မင်္ဂလာတရား၊ ဒို့များဖြန့်ကာဝေ။
အဖိုးတန်တဲ့ ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့ကသိပါစေ။

(ဒဂုံ-ဦးထွန်းမြင့်)

=====

မင်္ဂလာ လှေကျင့်ခန်း

ပြည့်စုံသောမင်္ဂလာများ

- ၁။ မိဘစကား နားထောင်သူ = သောဝစသတတာ။
- ၂။ လူကြီးရှေ့ဦးညွတ်သွားသူ = ဂါရဝနိဝါတ။
- ၃။ မုန့်ဖိုးပိုမတောင်းသူ = သန္တုဋ္ဌိ။
- ၄။ သူများဆဲသည်ကို ပြန်မဆဲသူ = ခန္တိ။
- ၅။ ဆင်းရဲသားများအား ပေးကမ်းသူ = ဒါနုဋ္ဌ။
- ၆။ ရပ်ကွက်သန့်ရှင်းရေးလုပ်သူ = အနဝဇ္ဇာနိ ကမ္မာနိ။
- ၇။ ကျောင်းစည်းကမ်းကိုလိုက်နာသူ = သောဝစသတတာ။
- ၈။ ခြင်ကိုမရိုက်သတ်သူ = အာရတိ ဝိရတိ ပါပါ။
- ၉။ တရားသဖြင့်စီးပွားရှာသူ = အနာကုလာ စ ကမ္မန္တာ။
- ၁၀။ သားသမီးကို လုပ်ကျွေးသူ = ပုတ္တဒါရဿသင်္ဂဟ။
- ၁၁။ ကျောင်းစာကြိုးစားသူ = အတ္တသမ္မာပဏိမိ။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

- ၁၂။ သင်္ချာတွက်လေ့ကျင့်သူ = သိပ္ပဋ္ဌ။
- ၁၃။ သတင်းစာဖတ်သူ = ဗာဟုသစ္စဋ္ဌ။
- ၁၄။ မိဘဆရာကို ရိုသေသူ = ဂါရဝနိဝါတ။
- ၁၅။ မိဘတို့ကိုရှိခိုးပြီးအိပ်သူ = ပူဇာ စ ပူဇေယျာနံ။
- ၁၆။ ကျောင်းမှန်မှန်တက်သူ = အတ္တသမ္မာပဏိမိ။
- ၁၇။ စာအုပ်ကို လက်နှစ်ဖက်ဖြင့်ပေးသူ = ဂါရဝ။
- ၁၈။ လူလိမ္မာနှင့်ပေါင်းသူ = ပဏ္ဍိတာနုဋ္ဌ သေဝနာ။
- ၁၉။ ကျောင်းပြေးသူနှင့်မပေါင်းသူ = အသေဝနာ စ ဗာလာနံ။
- ၂၀။ မိဘတို့ကို နင်း, နှိပ်ပေးသူ = မာတာပိတု ဥပဋ္ဌာနံ။
- ၂၁။ အိမ်စာများကို မှန်မှန်လုပ်သူ = သောဝစသတတာ။
- ၂၂။ သီလရှင်အား ဆန်လောင်းသူ = ဒါနုဋ္ဌ။
- ၂၃။ ညစဉ်ဘုရားရှိခိုးပြီးမှ အိပ်သူ = ပူဇာ စ ပူဇေယျာနံ။
- ၂၄။ ကျောင်းလုပ်အားပေးသူ = အနဝဇ္ဇာနိ ကမ္မာနိ။
- ၂၅။ မိတ္တဗလနှင့် ပြည့်စုံသူ = ပဏ္ဍိတာနုဋ္ဌ သေဝနာ။
- ၂၆။ ဉာဏဗလနှင့် ပြည့်စုံသူ = ဗာဟုသစ္စဋ္ဌ+သိပ္ပဋ္ဌ။
- ၂၇။ ဘောဂဗလနှင့် ပြည့်စုံသူ = ပုဗ္ဗေ ကတပုညတာ+ အနာကုလာစ ကမ္မန္တာ။
- ၂၈။ စာရိတ္တဗလနှင့်ပြည့်စုံသူ = အတ္တသမ္မာပဏိမိ+ ဓမ္မစရိယာ မင်္ဂလာ။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ပျက်ကွက်သည့်မင်္ဂလာများ

- ၁။ ကျောင်းပြေးသူ = အတ္တသမ္မာပဏိမိ။
- ၂။ စာမကြီးစားသူ = အတ္တသမ္မာပဏိမိ။
- ၃။ လိမ်ပြောသူ = ဝိရတီ ပါပါ+ဓမ္မစရိယာ စ။
- ၄။ စည်းကမ်းမလိုက်နာသူ = သောဝစသတော။
- ၅။ ဆေးခြောက်ရှူသူ = မဇ္ဇပါနာ စ သံယမော။
- ၆။ လမ်းသူရဲနှင့်ပေါင်းသူ = အသေဝနာစ ဗာလာနံ။
- ၇။ စာမေးပွဲခိုးချသူ = ဝိရတီပါပါ+ဓမ္မစရိယာစ။
- ၈။ ခိုက်ရန်ဖြစ်သူ = ခန္တီ။
- ၉။ မချေမငံပြောသူ = သုဘာသိတာစယာဝါစာ။
- ၁၀။ ဘုရားမရှိခိုးဘဲအိပ်သူ = ပူဇာ စ ပူဇာနေယျာနံ။
- ၁၁။ မိဘကိုမကူညီသူ = မာတာပိတု ဥပဋ္ဌာနံ။
- ၁၂။ အမြတ်ကြီးစားသူ = အနာကုလာ စ ကမ္မန္တာ။
- ၁၃။ ပြည်သူပိုင်ပစ္စည်းခိုးသူ = ဝိရတီ ပါပါ+ဓမ္မစရိယာ စ။



အခန်း(၄)

ဘာသာစာရိတ္တယဉ်ကျေးမှု

ကာယကံယဉ်ကျေးမှု

- ၁။ ဘုရားဆင်းတုတော်၊ ပုံတော်နှင့် ဓမ္မကျမ်းစာအုပ်များကို မြင့်မြတ်သောနေရာ၌ထား၍ ကိုင်တွယ်လိုလျှင် လက်အုပ်ချီ ရှိခိုးပြီးမှ ကိုင်တွယ်ရမည်။ ကြမ်းပြင်မှာ ချထားခြင်း၊ ချိုင်းကြား ညှပ်ယူခြင်းစသည်ဖြင့် မရိုမသေ မပြုရ။
- ၂။ တရားဓမ္မနာယူသောအခါ ဓမ္မကထိကကိုသာမက တရားတော်ကိုပါ အလေးဂရုပြုသောအားဖြင့် ဦးထုပ်ချွတ်ရမည်။ ခေါင်းပေါင်းဖြစ်လျှင် ဆံစဖော်ရမည်။ တရားခွေကို အမြင့်၌ ထား၍ ဖွင့်ရမည်။ ဒူးတုပ်လျက်ဖြစ်စေ၊ လက်အုပ်ချီလျက် ဖြစ်စေ၊ တရားရှုမှတ်သည့်ပုံစံဖြင့်ဖြစ်စေ အရိုအသေပြုနာယူ ရမည်။
- ၃။ ရဟန်းသံဃာ၊ သီလသိက္ခာရှိသူ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူများ အနီး၌ နေထိုင်သောအခါ ဝေးလွန်း၊ နီးလွန်း၊ ရှေ့တည့်တည့်၊ နောက်တည့်တည့်၊ မြင့်သောနေရာနှင့် လေညာ လေတင် နေ ရာများ၌ မနေထိုင်ရပါ။(ဝေး နီး လေညာ၊ မြင့်မောက်ရာနှင့်၊ မျက်နှာချင်းကပ်၊ နောက်ကျောဘက်၊ ခြောက်ရပ်မနေထိုက်)။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

- ၄။ ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူတို့ အနီး၌ ထိုင်သောအခါ မြင့်သောနေရာ၊ မြတ်သောနေရာ၊ ခေါင်းရင်း နေရာတို့၌ မထိုင်ရ။
- ၅။ ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘများအား ရှိခိုးရာတွင် ခြေ လက် နဖူး တံတောင် ဒူးဟူသော ထိခြင်းကြီးငါးပါးဖြင့် ရှိခိုးရမည်။
- ၆။ ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူတို့အနီးမှ ပြန်လည်ထွက်ခွါလာသောအခါ လက်အုပ်ချီကာ ကိုယ်ကို ညွတ်လျက် လေးငါးလှမ်း နောက်ဆုတ်ပြန်ပြီးမှ လိုရာ အရပ်သို့ သွားရမည်။ ချက်ချင်းနောက်ကျောပေး မပြန်ရ။
- ၇။ ခရီးလမ်းမပေါ်၌ ရဟန်းသံဃာတို့နှင့် တွေ့သောအခါ ဦးထုပ်၊ ဖိနပ်တို့ကို ချွတ်၍ ထီးကိုရုတ်ကာ လက်အုပ်ကို နဖူးပြင်အထိ မြှောက်တင်လျက် ခြေစုံရပ်တန့်ပြီး ရှိခိုးရမည်။
- ၈။ ပစ္စည်းဝတ္ထု တစ်စုံတစ်ခုကို ပေးသောအခါ၊ ယူသောအခါ တို့၌ အလွန်သေးငယ်သော အရာဝတ္ထုပင် ဖြစ်စေကာမူ လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် ပေးရယူရမည်။
- ၉။ ရဟန်းသံဃာ၊ သီလသိက္ခာရှိသူ၊ အသက်အရွယ်ကြီး သူများအနီးမှ ဖြတ်သန်းသွားလာသောအခါနှင့် ပရိသတ် အတွင်း သွားလာသောအခါတို့၌ ခါးကိုကုန်း၍ ခေါင်းကို ညွတ်ကာ သွားလာရမည်။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

- ၁၀။ လမ်းခရီးသွားလာရာတွင် ကျဉ်းကျပ်သောနေရာများ၌ ရဟန်း သံဃာ၊ ဆရာမိဘ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသော သူတို့အား ခြေစုံရပ်တန့်၍ လမ်းဖယ်ပေးရမည်။ တိုးဝှေ့ ကျော်တက်၍ မသွားရ။
- ၁၁။ မီးရထား၊ ကား၊ သင်္ဘောများပေါ်တွင် ရဟန်းသံဃာနှင့် အိုမင်း မစွမ်းသောပုဂ္ဂိုလ်များ၊ သာသနာ့နွယ်ဝင် သီလရှင်များအား နေရာပေးလှူရမည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် နေရာလှယ်ကပ်၍ မထိုင်ရ။
- ၁၂။ ခရီးသွားလာရာတွင် ရဟန်းသံဃာများ၊ သာသနာ့နွယ်ဝင် သီလရှင်များ၊ အိုမင်းမစွမ်းသောပုဂ္ဂိုလ်များအား လိုအပ်လျှင် ဖေးမတွဲထူခြင်း၊ အထုပ်အပိုးသယ်ယူပေးခြင်းဖြင့် ဖေးမ ကူညီရမည်။
- ၁၃။ ရဟန်းသံဃာနှင့် သာသနာ့နွယ်ဝင် သီလရှင်များအား လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း၊ ဆလံပေးခြင်း၊ လက်ယက် ခေါ်ခြင်းဖြင့် မဆက်ဆံရ။ လက်အုပ်ချီ အရိုအသေပြု၍ ဆက်ဆံရမည်။
- ၁၄။ ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘတို့ ကျိန်းစက်အိပ်ပျော် နေသည့်အခါ ထိုသူတို့အနီး၌ ခြေသံမကြားအောင် ခြေကို ဖော့နင်းလျက် သွားရမည်။
- ၁၅။ ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူများ ထံသို့ ချဉ်းကပ်သောအခါ မကောင်းသောကိုယ်နံ့များရှိက

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ဆေး ကြော သုတ်သင်ပြီးမှ ချဉ်းကပ်ရမည်။

၁၆။ လမ်းတွင်တွေ့၍ နှုတ်ဆက်ရာ၌ ချစ်ခင်လေးစားသော အမှု အရာဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်နှင့်နေရာအားလျော်စွာ နှုတ်ဆက် တတ်ရမည်။

၁၇။ အမျိုးသမီးများသည် ရဟန်းသံဃာ၊ လူကြီးသူမများ ရှေ့ မှောက်တွင် ကိုယ်ဝတ်ထဘီပြင်ဝတ်ခြင်း၊ အလှအပ ပြင်ဆင် ခြင်း မပြုလုပ်ရ၊ မလုံခြုံ မယဉ်ကျေးသော ဝတ်စားဆင်ယင်မှုဖြင့် သွားလာဝင်ထွက်ခြင်း မပြုရ။

၁၈။ မမြင်ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ ရဟန်းတော်ထံ အမျိုးသမီး တစ်ဦးတည်း မချဉ်းကပ်ရ။

၁၉။ အမျိုးသမီးတစ်ဦးသည် ရဟန်းတော် တစ်ပါးပါးနှင့် ပြောဆို ဆွေးနွေးခြင်းပြုလိုပါက သိကြားနားလည်သော အမျိုးသား တစ်ဦးကို ခေါ်သွားရမည်။

၂၀။ အမျိုးသမီးများသည် ရဟန်းသံဃာတော်များအား ဆံပင်ဖြန့် ခင်း၍ဖြစ်စေ၊ လက်စသည်ဖြင့် ကိုင်တွယ်ထိတွေ့၍ဖြစ်စေ ရှိမခိုးရ၊ အရိုအသေမပြုရ။

၂၁။ ဘုရားရင်ပြင်၊ ကျောင်းဝင်း၊ ဆေးရုံ၊ စာသင်ကျောင်း စသော လူများစုဝေးရာ နေရာဌာနများ၌ ကွမ်းတံတွေး ထွေးခြင်း၊ ခွဲ၊ နှပ် စသော အညစ်အကြေးများစွန့်ခြင်း မပြုရ။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

၂၂။ တစ်စုံတစ်ဦး ဘုဉ်းပေး စားသောက်နေစဉ် ကြားလောက် မြင်လောက်သောနေရာ၌ ခွဲဟက်ခြင်း၊ နှပ်ညစ်ခြင်း စသည် မပြုရ။

၂၃။ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ချေဆတ်ခြင်းကို တစ်စုံတစ်ဦးဘက် လှည့်၍ မပြုလုပ်ရ၊ လူသူမရှိရာသို့ဖြစ်စေ၊ အခြားနေရာသို့ ထသွား၍ဖြစ်စေ၊ လက်ကိုင်ပုဝါဖြင့် အုပ်၍ဖြစ်စေ ပြုလုပ်ရမည်။ လေလည်လိုလျှင် လူများမရှိသောနေရာသို့ ထသွားရမည်။

ဝစီကံယဉ်ကျေးမှု

၁။ မြတ်စွာဘုရားကို “ဗုဒ္ဓ” ဟု နာမည်ဖော်၍ ခေါ်ဝေါ် မသုံးစွဲရ၊ မြတ်စွာဘုရား၊ ဘုရားရှင်စသည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲရမည်။

၂။ မြတ်စွာဘုရား၊ ဆင်းတုတော်၊ ရုပ်ပွားတော်၊ ပုံတော်ထားရှိ သော နေရာကို ဘုရားကျောင်းဆောင်၊ ဘုရားဆောင် ဟု ပြော ဆိုရမည်၊ ဘုရားစင်ဟု မပြောဆိုရ။

၃။ ဘုရားရှိခိုးရာ၊ ဝတ်ပြုရာ တရားဓမ္မဟောပြောနာယူရာ အဆောက်အအုံကို ဘုရားရှိခိုးကျောင်း၊ ဝတ်ကျောင်း၊ ဓမ္မာရုံဟု ပြောဆိုရမည်။

၄။ စေတီတော်၊ ဆင်းတုတော်၊ ရုပ်ပွားတော်၊ ပုံတော်၊ ရဟန်း သံဃာတော်နှင့် သီလရှင်များကို သပ္ပာယ်သည်၊ တင့်တယ်

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

သည်။ ကြည်ညိုဖွယ်ကောင်းသည်ဟု ပြောရမည်။
ချောသည်။ လှသည်ဟု မပြောဆိုရ။

၅။ ရဟန်းသံဃာတော်များကခေါ်လျှင် ဘုရား၊ အရှင်ဘုရား
ဟု ထူးရမည်။
ဆရာမိဘစသော ရိုသေလေးစားထိုက်သူတို့က ခေါ်လျှင်
ခင်ဗျာ၊ ရှင် ဟု ထူးရမည်။

၆။ ရဟန်းသံဃာတော်များ၊ သာမဏေများနှင့် ပြောဆိုရာတွင်
ဟုတ်မှန်ကြောင်းဝန်ခံရာ၌ မှန်ပါ အရှင်ဘုရား၊ တင်ပါ
အရှင်ဘုရား ဟု ပြောဆိုရမည်။
ဆရာမိဘစသော ရိုသေလေးစားထိုက်သူတို့နှင့် ပြောဆိုရာ
တွင် ဟုတ်မှန်ကြောင်း ဝန်ခံရာ၌ ဟုတ်ကဲ့ခင်ဗျာ၊
ဟုတ်ကဲ့ရှင်၊ မှန်ပါ ခင်ဗျာ၊ မှန်ပါ ရှင်ဟု ပြောဆိုရမည်။

၇။ ရဟန်းသံဃာတော်များနှင့်ပြောဆိုရာတွင် မဟုတ်မှန်
ကြောင်း လျှောက်တင်လိုလျှင် မဟုတ်ပါ အရှင်ဘုရား၊
မမှန်ပါ အရှင်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်မှားပါတယ်
အရှင်ဘုရားဟု ပြောဆိုရမည်။
ဆရာမိဘစသော ရိုသေထိုက်သူတို့နှင့် မဟုတ်မှန်ကြောင်း
ငြင်းဆိုလိုလျှင် မဟုတ်ပါ ခင်ဗျာ၊ မဟုတ်ပါ ရှင်၊ မမှန်ပါ
ခင်ဗျာ၊ မမှန်ပါ ရှင်၊ ကျွန်တော် မှားပါတယ် ခင်ဗျာ၊
ကျွန်မ မှားသွားပါတယ်ရှင်ဟု ပြောဆိုရမည်။

၈။ ရဟန်းတော်များကို ဝါကြီးလျှင် ဆရာတော်ဘုရား၊

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

ဘုန်းတော် ကြီးဘုရားဟု လျှောက်ထားပြောဆိုရမည်။
ဝါငယ်လျှင် ဦးဇင်းဘုရား၊ သာမဏေများကို ကိုရင်ဘုရား၊
အရှင်ဘုရားဟု ပြောဆိုရမည်။ (ဘုန်းဘုန်း၊ ဘာဘုန်း၊
ဘာဘုရားစသည်ဖြင့် မခေါ်ဝေါ် မပြောဆိုရ။)

၉။ သက်တော်၊ ဝါတော်ကြီးသော ဆရာတော်ကြီးများ၏
အမည်ကို သုံးနှုန်းပြောဆိုသောအခါ ဦးသောဘဏ၊
ဦးသောဘိတ စသည်ဖြင့် နာမည်တပ်၍ မသုံးနှုန်း
မပြောဆိုရ။ ကျောင်းတိုက်ကိုစွဲ၍ဖြစ်စေ၊ မြို့ကိုစွဲ၍ဖြစ်စေ
မဟာစည်ဆရာတော်၊ ရွှေကျင်တိုက်သစ်ဆရာတော်၊ ပဲခူး
ဆရာတော်၊ မန္တလေးဆရာတော် စသည်အားဖြင့် သုံးနှုန်း
ပြောဆိုရမည်။

၁၀။ ရဟန်းသံဃာတော်များ၊ သီလရှင်များနှင့် ပြောဆိုရာတွင်
မိမိကို ရည်ညွှန်းပြောဆိုလိုပါက ဘုရားတပည့်တော်၊ ဘုရား
တပည့်တော်မ ဟု ပြောဆိုရမည်။
မိဘဆရာစသော ရိုသေထိုက်သူများနှင့် ပြောဆိုရာတွင်
မိမိကို ရည်ညွှန်းပြောဆိုလိုက ကျွန်တော်၊ ကျွန်မဟု
ပြောဆိုရမည်။

၁၁။ မြတ်စွာဘုရား၊ ရဟန်း၊ သာမဏေများ၏ ဖခင်အား
ခမည်းတော်၊ မိခင်အား မယ်တော်၊ အစ်ကိုအား အစ်ကို
တော်၊ နောင်တော်၊ အမအား အမတော်၊ ညီ၊ ညီမအား
ညီတော်၊ ညီမတော်၊ ဆွေမျိုးများအား ဆွေတော်၊
မျိုးတော်ဟု ပြောဆိုရမည်။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

- ၁၂။ ရဟန်းသံဃာများ နေထိုင်သည်ကို သီတင်းသုံးသည်ဟု ခေါ်သည်။ ဆရာတော် ဘယ်မြို့မှာ နေပါသလဲဟု မေးရ၊ ဆရာတော် ဘယ်မြို့မှာ သီတင်းသုံးပါသလဲဘုရား ဟု မေးလျှောက်ရမည်။
- ၁၃။ ရဟန်းသံဃာများ အိပ်စက်နေသည်ကို ကျိန်းနေသည်၊ ကျိန်း စက်နေသည်ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၁၄။ ဘုရား၊ ရဟန်းသံဃာများ ရေချိုးသည်ကို ရေသပ္ပာယ်သည် ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၁၅။ ရဟန်းသံဃာများ သုံးသောအိမ်သာကို ကုဋီဟုခေါ်သည်။ ရဟန်းသံဃာများ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်ပြုသည်ကို ကိုယ်လက် သန့်စင်သည်၊ (သို့မဟုတ်) ဆီးသွားသည်ကို ကျင်ငယ်စွန့်သည်၊ ကျင်ကြီးစွန့်သည်ကို ကုဋီတက်သည်ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၁၆။ ရဟန်းသံဃာများ သွားလာသည်ကို ကြွသွားသည်၊ ကြွလာသည်ဟု ခေါ်သည်။ ဘယ်ကကြွလာသလဲ ဘုရား၊ ဘယ်ကို ကြွမှာပါလဲ ဘုရားဟု မေးမြန်း လျှောက်ထား ရမည်။
- ၁၇။ ရဟန်းသံဃာများအား မေးမြန်းသည်ကို လျှောက်၊ လျှောက်ထား၊ လျှောက်တင်ဟု သုံးနှုန်းသည်။ လျှောက်ထား ပါရစေ အရှင်ဘုရားစသည်ဖြင့် ပြောဆိုရမည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

- ၁၈။ ရဟန်းသံဃာများ ပြောဆိုသည်ကို မိန့်တော်မူသည်၊ မိန့်ကြား သည်ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၁၉။ ရဟန်း သာမဏေများ ကွယ်လွန်သည်ကို ပျံလွန် တော်မူသည်၊ ဘဝနတ်ထံ စံတော်မူသည်ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၂၀။ ဘုန်းကြီးများ အသုဘပွဲ ပြုလုပ်သည်ကို ဈာပနပွဲ၊ ဘုန်းကြီးပျံပွဲ ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၂၁။ မြတ်စွာဘုရား သာသနာသုံးဝေါဟာရအနေဖြင့် အမျိုးသား များကို ဒါယကာ(ဒကာ)၊ ဥပါသကာ၊ အမျိုးသမီးများကို ဒါယိကာမ (ဒကာမ)၊ ဥပါသိကာမဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၂၂။ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုအရ ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် အရွယ်ကို လိုက်၍ အဘိုး၊ အဘွား၊ ဦးကြီး၊ ဒေါ်ကြီး၊ ဦးလေး၊ ဒေါ်လေး၊ အကို၊ အမဟုခေါ်၍ ကိုယ့်အောက်ငယ်သူ ဖြစ်လျှင် မြေး၊ သား၊ သမီး၊ တူ၊ တူမ၊ ညီ၊ ညီမ၊ လူကလေး စသည်ဖြင့် သုံးနှုန်း ကြသည်။ ရှေးလူကြီးများ က လူငယ်လူရွယ်များကို ကိုရင်ဟု ချစ်စနိုး ခေါ်ကြသည်။
- ၂၃။ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦးတွေ့ဆုံလျှင် အရှင်ဘုရား ကျန်းမာပါရဲ့ လား၊ ဦးလေး ကျန်းမာပါရဲ့လား၊ မင်္ဂလာပါ ခင်ဗျာ၊ မင်္ဂလာပါရှင် စသည်ဖြင့် နှုတ်ဆက်ရမည်။
- ၂၄။ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ခွဲခွါလျှင်လည်း အရှင်ဘုရား၊ တပည့် တော် (တပည့်တော်မ)ကို ပြန်ခွင့်ပြုပါဦး ဘုရား၊

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ကျွန်တော်(ကျွန်မ) ပြန်ပါဦးမယ် ခွင့်ပြုပါဦးစသည်ဖြင့် လေးလေးစားစား ရည်မှန်ဖော်ရွေစွာ ပြောဆိုရမည်။

၂၅။ တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို မတော်တဆ ထိခိုက်မိ၍ဖြစ်စေ၊ အခြား အတွက်ဖြစ်စေ၊ တောင်းပန်ရန်ရှိလျှင် ခွင့်လွှတ်ပါ ခင်ဗျာ၊ ကန်တော့၊ ကန်တော့ပါ၊ သည်းခံပါစသော သင့်လျော်ရာ စကား အသုံးအနှုန်းတို့ဖြင့် ယဉ်ကျေးစွာ ပြန်လည် ပြောဆိုရမည်။

မနောက်ယဉ်ကျေးမှု

- ၁။ သူတစ်ပါး ပစ္စည်းဥစ္စာကို မတရားလိုချင်သောစိတ် မထားရ။
- ၂။ သူတစ်ပါး၏ အသက်အိုးအိမ် စည်းစိမ်ဂုဏ်သိရ်ကို ဖျက်ဆီး လိုသောစိတ် မထားရ။
- ၃။ ကြီးသူနှင့်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သူနှင့်ဖြစ်စေ၊ တွေ့ဆုံရသောအခါ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေဟု မေတ္တာ ပွားရမည်။
- ၄။ ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်၍ ကိုယ်ချင်းစာနာသည့် စိတ်ကောင်း စိတ်မွန်ကို မွေးမြူရမည်။
- ၅။ ကိုယ့်ထက်သာသူကို မနာလိုသောစိတ်ထားမျိုး၊ ကိုယ့်အောက် နိမ့်သူကို နိမ့်ချလိုသော စိတ်ထားမျိုးဖြင့် မဆက်ဆံရ။
- ၆။ မှားယွင်းသော အယူအဆ အတွေးအခေါ်များကို လုံးဝလက် မခံရ။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

အစားအစာယဉ်ကျေးမှု

- ၁။ ထမင်း ဟင်းပုဂံထဲမှ အစားအစာများကို အစမှစ၍ အစဉ်အတိုင်း ယူစားရမည်။
- ၂။ လက်ထဲ၌ ထမင်းလုပ်ပြုသောအခါ စွမ်းနိုင်သမျှ သပ်သပ်ရပ်ရပ် ရှိအောင်ပြုရမည်။ ထမင်းလုပ်ကို မကြီးလွန်းစေရ။
- ၃။ ထမင်းလုပ်မရောက်မီ ပါးစပ်ကို ဟ၍ မထားရ၊ ပါးစပ်နား ရောက်မှ ပါးစပ်ဟ၍ လက်ဖြင့် သွင်းထည့်ရမည်။ လျှာဖြင့် ကော်၍ မယူရ။
- ၄။ ပါးစပ်အတွင်းသို့ ရောက်သောအခါ တစ်ဘက်သောပါးကို ဖောင်း၍ မနေစေရ။
- ၅။ ပါးစပ်အတွင်း ထမင်းလုပ်ရှိနေ၍ စကားပီသအောင် ပြောဖို့ မဖြစ် နိုင်လျှင် စကားမပြောရ။
- ၆။ ဟင်းရေသောက်သောအခါ ရှူးရှူးမြည်စေရ။
- ၇။ လက်၌ ပေနေသည်ကို လက်ချောင်းဖြင့် အသာအယာပွတ်၍ ချရမည်။ လက်ကို မခါရ။
- ၈။ ထမင်း ဟင်းစားသောအခါ ပါးစပ်မှ ပျပ်ပျပ်မြည်အောင် မစားရ။
- ၉။ ထမင်း ဟင်းပုဂံများကို ဇွန်းသံ ပုဂံသံ မမြည်အောင် ကိုင်တွယ် စားသောက်ရမည်။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

အဝတ်အစားယဉ်ကျေးမှု

- ၁။ အသက်အရွယ်နှင့် လိုက်ဖက်ညီသော အရောင်အသွေး အဝတ်အထည်ပုံစံကို ကြည့်ရှုဝတ်ဆင်ရမည်။
- ၂။ ညစ်ပေနံစော်မှု မရှိအောင် လျှော်ဖွတ်မီးပူတိုက်ရမည်။
- ၃။ သေသေသပ်သပ် ကျကျနန ဝတ်ဆင်ရမည်။
- ၄။ လုံလုံခြုံခြုံ ဝတ်ဆင်ရမည်။

ဆွမ်း, ကွမ်းဆိုင်ရာ ယဉ်ကျေးမှုဝေါဟာရများ

- ၁။ ရဟန်း သာမဏေများနှင့် ပတ်သက်လျှင် ထမင်းကို ဆွမ်း၊ ဟင်းကို ဆွမ်းဟင်းဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၂။ ဆွမ်းမှတစ်ပါး အခြားစားသောက်ဖွယ်ရာများကို ခဲဖွယ် ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၃။ ဘုန်းကြီး သီလရှင်များ ဆွမ်းစသည် အလှူခံလာသော အခါ အလှူခံကြွသည်၊ ဆွမ်းခံကြွသည်၊ ဆွမ်းဆန် ရပ်သည် စသည်ဖြင့် ပြောဆိုရမည်။ မလှူနိုင်လျှင် ကန်တော့ဆွမ်းပါဘုရား ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၄။ ရဟန်း သာမဏေများ စားသောက်ခြင်းကို ဘုဉ်းပေး သည်ဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၅။ ရဟန်းသံဃာများနှင့်ပတ်သက်လျှင် လူတို့ဝေါဟာရအတိုင်း မသုံးဘဲ သာသနာသုံးဝေါဟာရဖြင့် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးကြပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

မုန့် ဟင်းခါးဆွမ်း၊ ခေါက်ဆွဲဆွမ်းဘုဉ်းပေးကြပါစသည်ဖြင့် ပြောဆို ပင့်လျှောက်ရမည်။

- ၆။ ရဟန်း သာမဏေများနှင့်ပတ်သက်လျှင် ထမင်းပွဲဟု မပြောရ၊ ဆွမ်းပွဲ၊ ဆွမ်းပြင်နေတယ်၊ ဆွမ်းပြင်ပြီးပြီဟု ပြောဆိုရမည်။
- ၇။ ရဟန်းသံဃာတော်များသည် ရှေ့နှင့် ဒန်ပူ(သွားတိုက်တံ) မှ တစ်ပါး အခြားဘုဉ်းပေးမည့် စားသောက်ဖွယ်များကို လူ, သာမဏေတို့က ကိုယ်ထိလက်ရောက် ပေးကမ်းမှသာ ဘုဉ်းပေးတော်မူကြသည်။ ထိုသို့ ပေးကမ်းသည်ကို ကပ်သည်၊ ဆွမ်းကပ်သည်၊ လက်ဖက်ရည်ကပ်သည် စသည်ဖြင့် ပြောဆိုရမည်။

ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ဆုံးမစာ သံပေါက်ကဗျာများ

- ၁။ အနန္တငါးပါး၊ ဦးထိပ်ထား၊ ညွတ်တွားပါကွဲ့ မမေ့နဲ့။
- ၂။ ဆရာမိဘ၊ ဆိုဆုံးမ၊ လိုက်နာကြကွဲ့ မမေ့နဲ့။
- ၃။ ကိုယ့်ထက်ကြီးသူ၊ ပြောဆိုမှု၊ နင်ငါဟူ၍ မပြောနဲ့။
- ၄။ သူများကိုသာ၊ ရန်မရှာ၊ မခံချင်တာ မပြောနဲ့။
- ၅။ မိဦးဖဦး၊ ဆရာဦးကို၊ ခူး၍နှော်ကွဲ့ မစားနဲ့။
- ၆။ ပရမ်းပတာ၊ သူ့ထက်ငါ၊ လူ့ယက်ကာကွဲ့ မစားနဲ့။
- ၇။ ငြိမ်သက်သားနား၊ သတိထား၊ ကောင်းကောင်းစားကွဲ့ ဖိတ်စေနဲ့။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

- ၈။ လက်ကိုလျက်ကာ၊ မစားရာ၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့၊
ကောင်းကောင်း တဲ့။
- ၉။ နှုတ်ခမ်းပါးနား၊ လျက်ကာစား၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့၊
ကောင်းကောင်း တဲ့။
- ၁၀။ လျှာကိုထုတ်ကာ၊ မစားရာ၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့၊
ကောင်းကောင်းတဲ့။
- ၁၁။ ဟင်းရေသောက်ပြန်၊ ရှူးရှူးသံ၊ ဧကန်မပြုနဲ့။
- ၁၂။ ထမင်းဟင်းပေလျက်၊ သောက်ရေခွက်၊ လက်နဲ့မကိုင်နဲ့။
- ၁၃။ ထမင်းဟင်းပေလျက်၊ ညာလက်နဲ့၊ ဇွန်းကိုမကိုင်နဲ့။
- ၁၄။ ထမင်းစားရာ၊ အစားစာ၊ များစွာစကား မပြောနဲ့။
- ၁၅။ စားပြီးသောအခါ၊ စင်ကြယ်စွာ၊ ဆေးကြောပါကွဲ့ ကောင်း
ကောင်းတဲ့။
- ၁၆။ ယဉ်ကျေးအောင်သွား၊ ယဉ်အောင်စား၊ စကားပြောလည်း
ယဉ် စေကွဲ့။
- ၁၇။ ရဟန်းသံဃာ၊ ရှေ့မှောက်မှာ၊ ရိုသေစွာတဲ့ သွားပါကွဲ့။
- ၁၈။ လူကြီးသူမ၊ ရှေ့သို့ကျ၊ ကုန်းကွ၍တဲ့ သွားပါကွဲ့။
- ၁၉။ အိမ်ပေါ်ကျောင်းပေါ်၊ ဧရပ်ပေါ်၊ သွားသော်ခြေနင်း မပြင်းနဲ့။
- ၂၀။ ဒူးထောင်ပေါင်ကား၊ ဆရာနား၊ အလျားမှောက်၍ မနေနဲ့။
- ၂၁။ ဒူးထောင်ပေါင်ကား၊ မိဘနား၊ အလျားမှောက်၍ မနေနဲ့။
- ၂၂။ အိပ်ရာနေရာ၊ အိပ်ပြီးခါ၊ သိမ်းကြပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
- ၂၃။ သောက်ရေသုံးရေမရှိခြေ၊ ရေကိုခပ်ကွဲ့ မပျင်းနဲ့။
- ၂၄။ ကျောင်းတွင်းအိမ်တွင်း၊ ရှုတ်နေလျင်း၊ သန့်ရှင်းအောင်တဲ့
ပြုပါကွဲ့။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

- ၂၅။ ကျောင်းပစ္စည်းကို၊ မယူလို၊ မြွေဆိပ်လိုတဲ့ ကြောက်ပါကွဲ့။
- ၂၆။ အများပိုင်ကို၊ ကိုယ့်ဟာလို၊ ရိုသေကြကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
- ၂၇။ ဝေယျာဝစ္စာ၊ ကျောင်းအိမ်မှာ၊ လျော်စွာလုပ်ကွဲ့ မခိုနဲ့။
- ၂၈။ ဧည့်သည်အာဂန္တု၊ ရောက်လာမှု၊ ဆူ၍ညံကာ မနေနဲ့။
- ၂၉။ မိန်းကလေးမှာ၊ အရာရာ၊ ပြာတီးပြာတာ မရှုပ်နဲ့။
- ၃၀။ မိန်းမ၊ မင်း၊ ဆင်၊ ရဟန်းပင်၊ ဣန္ဒြေရှင်ကွဲ့ လေးဦးတဲ့။
- ၃၁။ မိန်းမဣန္ဒြေ၊ သိရ်သရေ၊ စိန်ကုဋေတန်သကွဲ့ မှတ်လေတဲ့။
- ၃၂။ လူရှုတ်လူပွေ၊ လူယုတ်တွေ၊ ရှောင်လေရှားကွဲ့ ဝေးဝေးတဲ့။
- ၃၃။ ဘိန်းအရက်ကို၊ မရှုလို၊ မစင်လိုတဲ့ ရွံပါကွဲ့။
- ၃၄။ ဂုံးချောကြမ်းကြုတ်၊ အကျင့်ယုတ်၊ မဟုတ်စကား မပြောနဲ့။
- ၃၅။ မျက်မှောက်တစ်သွယ်၊ မျက်ကွယ်တခြား၊ အကျင့်မှား၊
ရှောင်ရှား ပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
- ၃၆။ ဘုရားပုထိုး၊ ဦးညွတ်ကျိုး၊ ရှိခိုးအိပ်ကွဲ့ မမေ့နဲ့။
- ၃၇။ မိခင်ဖခင်၊ ဆရာရှင်၊ နေ့စဉ်မမေ့နဲ့ ရှိခိုးကွဲ့။
- ၃၈။ ကိုယ့်ပေါ်ပြုဖူး၊ သူ့ကျေးဇူး၊ အထူးမမေ့နဲ့ ပြန်ဆပ်ကွဲ့။

ပဋ္ဌာန်း ၂၄-ပစ္စည်း ပါဠိတော်

- | | |
|-------------------|--------------------|
| ၁။ ဟေတုပစ္စယော | ၂။ အာရမ္မဏပစ္စယော |
| ၃။ အဓိပတိပစ္စယော | ၄။ အနန္တရပစ္စယော |
| ၅။ သမနန္တရပစ္စယော | ၆။ သဟဇာတပစ္စယော |
| ၇။ အညမညပစ္စယော | ၈။ နိဿယပစ္စယော |
| ၉။ ဥပနိဿယပစ္စယော | ၁၀။ ပုရေဇာတပစ္စယော |

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

- ၁၁။ ပစ္စာဇာတပစ္စယော ၁၂။ အာသေဝနပစ္စယော
- ၁၃။ ကမ္မပစ္စယော ၁၄။ ဝိပါကပစ္စယော
- ၁၅။ အာဟာရပစ္စယော ၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စယော
- ၁၇။ ဈာနပစ္စယော ၁၈။ မဂ္ဂပစ္စယော
- ၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော ၂၀။ ဝိပွယုတ္တပစ္စယော
- ၂၁။ အတ္ထိပစ္စယော ၂၂။ နတ္ထိပစ္စယော
- ၂၃။ ဝိဂတပစ္စယော ၂၄။ အဝိဂတပစ္စယောတိ။

သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော် စွမ်းသုံးဖော်

သိရန်မှန်က၊ မကျန်ရအောင်၊ လုံးဝစုံလင်၊ အကုန်မြင်၊
သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း။

သိသည့်တရား၊ များအပြား၌၊ ဟောထားစဖွယ်၊
နည်းသွယ်သွယ်ကို၊ ခြယ်လှယ်စုံလင်၊ အကုန်မြင်၊ သဗ္ဗညု
တဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း။

ကျွတ်ထိုက်ကြပေ၊ များဝေနေ၏၊ ဣန္ဒြေစရိုက်၊
သူ့အကြိုက် ကို၊ နှိုက်ချွတ်စုံလင်၊ အကုန်မြင်၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်
အစွမ်းတည်း။

ဉာဏ်တော်စွမ်းပကား၊ ဤသုံးပါးကြောင့်၊ အများဝေနေ၊
ကျွတ်လွတ်စေဖို့၊ မနေမနား၊ သက်တော်အားဖြင့်၊ ကြီးမားလောဘိ၊
ရှစ်ဆယ်ပြည့်၍၊ ပရိနိဗ္ဗာန်၊ စံသည့်တိုင်အောင်၊ သယ်ယူဆောင်၊
ဘုန်းခေါင်..ငါတို့ဘုရားတည်း။

(ဘာသာဋီကာဆရာတော်)

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

နိုင်ရာတာဝန်ယူကြစို့

ဘုရားရှင်တော်၊ မပွင့်ပေါ်လျှင်၊ လူတော်အများ၊
စိတ်ကောင်းထားလည်း၊ ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့်၊
ထိုထိုဘုံဘဝ၊ မသိရ၊ များလှအပြစ်တွေ။

ဘုရားရှင်တော်၊ ပွင့်ထွန်းပေါ်၍၊ ဟောဖော်ညွှန်ကြား၊
မြတ်တရားကြောင့်၊ ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့်၊ ထိုထို
ဘုံဘဝ၊ သိကြရ၊ များလှကျေးဇူးပေ။

ကျေးဇူးတော်ရှင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ နေ့စဉ်မပြတ်၊
ကျေးဇူးဆပ်ဖို့၊ အမြတ်ရတနာ၊ သာသနာ၏၊ နိုင်ရာဝန်ထမ်း၊
ကိုယ်စီစွမ်း၊ ကြိုးပမ်းကြပါစို့။

(ဘာသာဋီကာဆရာတော်)

ကုသိုလ်ရေးမို့ ကြိုးစားမည်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ လောင်းလျှာတုန်းက၊ နောက်ဆုံးအထိ ပါရမီ။
လူနတ်များစွာ ချမ်းသာရေးမို့၊ အသက်ပေးလို့ ဖြည့်ခဲ့သည်။
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာအတွက်မို့၊ ငါပါအသက် ဆုံးစေမည်။
နောက်မဆုတ်ပေါင်ခုလိုတွေးလို့၊ ကုသိုလ်ရေးမို့ကြိုးစားမည်။

(ဘာသာဋီကာဆရာတော်)

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ငါတို့ရဲ့ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ
ငါတို့မှာ တန်ခိုးကြီးတဲ့ဘုရား ရှိတယ်။
ဘုရားရှင်က မှန်ကန်တဲ့တရား ပေးတယ်။
တရားမပျောက်အောင် သံဃာတော်တွေက
စောင့်ရှောက်တယ်။

(ဓမ္မဒူတ-အရှင်ဆေကိန္ဒ)

သရဏဂုံရွတ်ကြမယ်

အိပ်ရာဝင်သော် သတိရလို့၊
ဗုဒ္ဓ၊ဓမ္မ၊သံဃာရယ်။
ကိုးကွယ်ပါတယ်စိတ်မှာညွတ်လို့၊
နှုတ်ကတွတ်တွတ်ရွတ်ရတယ်။
အိပ်ရာထပြန် တစ်ဖန်ထပ်လို့၊
မှန်မှန်မပြတ် ရွတ်ပါကွယ်။
ဘေးအန္တရာယ် ရန်စွယ်ကင်းလို့၊
ကောင်းခြင်းသုခ ရလိမ့်မယ်။

သရဏဂုံအကျိုး ၁၀-ပါး

သရဏဂုံ တကယ်မြဲရင်၊
အပါယ်ငရဲ ကြောက်ဖို့မလို့။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

နတ်ဖြစ်သော်ပင် တူနိုင်ရိုးလား၊
ဆယ်မျိုးဂုဏ်စု သူ့ထက်ပို။
ငါးဖြာအာရုံ လာမတုနဲ့၊
အာယု၊ဝဏ္ဏ သုခဆို။
အာဏာပိုင်စိုး၊ ခြွေရံတိုး၊
ဆယ်မျိုးဂုဏ်ကဲမို။
အဲဒါကြောင့်
သရဏဂုံပန်း အစဉ်လန်း
ဆင်မြန်းပန်စေလို့။

သရဏဂုံအစွမ်း

မိုးချုပ်နေဝင် အပြင်မထွက်နဲ့၊
သရဲ၊သဘက် ဆွဲတတ်တယ်။
မဆွဲနိုင်အောင် ဘုရားပေးတဲ့၊
တရားဆေးနဲ့ ပေါက်လိုက်မယ်။
တရားဆေးဟာ ဘယ်မှာလဲကွယ့်၊
ဒို့လည်းပေးအုံး မောင်မောင်ရယ်။
ဗုဒ္ဓ၊ဓမ္မ သံဃာရွတ်ကွယ့်၊
သရဲထွက်လို့ ပြေးလိမ့်မယ်။
(ဗုဒ္ဓ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မ.....၊ သံဃံ.....)။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

မနောချမ်းမြေ့ ပျော်ရွှင်ဖွယ်

မိသားစုတွေ ကောင်းကျိုးဆိုက်ဖို့၊
မိဘအကြိုက် လိုက်ပါမယ်။
ဉာဏ်ရည်တက်ဖွယ် စာကြိုးစားလို့၊
ဘိုးဘွားဆရာ ရိုသေမယ်။
ကစားချိန်ကစားစားချိန်စားလို့၊
အသွားအလာတော့ဆင်ခြင်မယ်။
ဘိုးဘိုးဘွားဘွားဖေမေများက၊
သားသမီးအကြိုက်လည်းလိုက်ပါကွယ်။
သူ့ငါအကြိုက်သာလိုက်လျောကြရင်၊
မနောချမ်းမြေ့ပျော်ရွှင်ဖွယ်။
ကြိုက်တယ်၊ လိုက်မယ်။

(ဓမ္မဒူတ-အရှင်ဆေကိန္ဒ)

နှုတ်ဆက်ပါသည်

- ♣ လောဘကို နှုတ်မည်၊ အလောဘနှင့် ဆက်မည်၊
နှုတ်သည် ဆက်သည်၊ နှုတ်ဆက်ပါသည်။
- ♣ ဒေါသကို နှုတ်မည်၊ အဒေါသနှင့် ဆက်မည်၊
နှုတ်သည် ဆက်သည်၊ နှုတ်ဆက်ပါသည်။
- ♣ မောဟကို နှုတ်မည်၊ အမောဟနှင့် ဆက်မည်၊
နှုတ်သည် ဆက်သည်၊ နှုတ်ဆက်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

သူ့ကျေးဇူးကို သိရမယ်

ရှေးရှေးတုန်းက ရေကန်မှာ၊ သစ်ပင်တစ်ပင် ရှိနေတာ။
သစ်ကိုင်းပေါ်မှာ ရွှေချိုးငှက်၊ နေ့စဉ် နားခိုလျက်။
သစ်ပင်ထက်က ပျားတစ်အုံ၊ ချိုးငှက်နည်းတူ သူခိုလှုံ။
လေအဟုန်ပြင်းတဲ့နေ့၊ ပျားလေး ကန်ထဲကျပြီဟေ့။
ချိုးငှက်တွေတော့ သစ်ရွက်ခြွေ၊ ပျားလေးနားမှာကြွေ။
သစ်ရွက်လှေပေါ်ပျားတွယ်တက်၊ သေဘေးလွတ်လို့အသက်ဆက်။
တစ်နေ့တစ်ရက် တစ်ခါဝယ်၊ မုဆိုးချိုးကို လေးနဲ့ရွယ်။
ပျားသူငယ် သူဝင်တုပ်၊ မုဆိုး လေးမြားပြုတ်။
(ညီလေး/ညီမလေး)ဝတုတ်မှတ်သားဖွယ်၊
သူ့ကျေးဇူးကိုသိရမယ်။
အံ့တုန်အလှယ် သူ့ကျေးဇူး၊ ခွင့်ခါသင့်ရင် ဆပ်လေဦး။

စိတ်လည်းပြင်မယ် ရုပ်လည်းပြင်မယ်

- ♣ နေထွက်နေဝင်၊ ကိုးဂုဏ်ရင်၊ နေ့စဉ်ရှိခိုးမယ်။
အနန္တငါး၊ ဂုဏ်တော်များ၊ ညွတ်တွားကန်တော့မယ်။
- ♣ မျက်နှာသစ်စဉ်၊ ရေကိုမြင်၊ မြင်စဉ်မေတ္တာ ပွားပါမယ်။
သစ်ရင်းသစ်ရင်း၊ လျှော့ယိုယွင်း၊
ရုပ်ဆင်းသတိထားပါမယ်။
- ♣ တန်းတူတွေလျင်၊ မေတ္တာဝင်၊ မဝင်နိုင်က ပြိုင်တတ်တယ်။
ပြင်မယ့်အစား၊ မေတ္တာပွား၊ စိတ်ထား ပြုပြင်ပြောင်းပါမယ်။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

- ❖ ကိုယ့်အောက်တွေလျှင်၊ ကရုဏာဝင်၊ မဝင်နိုင်ကိုင်တတ်တယ်။
နိုင်မယ့်အစား၊ ကရုဏာပွား၊ စိတ်ထား ပြုပြင်ပြောင်းပါ့မယ်။
- ❖ ကိုယ့်ထက်သာလျှင်၊ မုဒိတာဝင်၊
မဝင်ကုသသာ ယိုင်တတ်တယ်။
ယိုင်မယ့်အစား၊ မုဒိတာပွား၊ စိတ်ထား ပြုပြင်ပြောင်းပါ့မယ်။
- ❖ စိတ်ကိုလည်းပြင်၊ ရုပ်လည်းပြင်၊ ပြင်ဆင်တိုင်းလှ၊ ပြုတိုင်းရ၊
သုခနိဗ္ဗာန်တိုင်လိမ့်မယ်၊ သုခနိဗ္ဗာန်တိုင်လိမ့်မယ်။

(မစိုးရိမ်ဆရာတော်ကြီး)

ဘုရားရှင်တို့ အဆုံးအမ

မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊
ဖြူအောင် စိတ်ကိုထား၊
ဗုဒ္ဓတိုင်းသာ၊ မိန့်ခဲ့တာ၊ သုံးဖြာဤစကား။

ကလေးကောင်းမှ

ကလေး ကလေး အထင်မသေးနဲ့၊
ကလေးက လူကြီးဖြစ်တာ၊
ကလေးကောင်းမှ လူကြီးကောင်းမှာ၊
လူကြီးကောင်းမှ အားလုံးကောင်းမှာ။

(ရွှေဥမင်ဆရာတော်ကြီး)

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

ကောင်းတဲ့လမ်းကြောင်း

ငယ်သော်ကား သား၊ ကြီးသော် အား၊
ငယ်သော် သမီး၊ ကြီးသော် ထီး။

မကောင်းတဲ့လမ်းကြောင်း

ငယ်သော်ကား သား၊ ကြီးသော် ကျား၊
ငယ်သော် သမီး၊ ကြီးသော် မီး။

ခွင့်တောင်းပါ

- ၁။ မိဦး ဖဦး၊ ဆရာဦးကို၊ ခူး၍အလျှင် မစားနှင့်။
- ၂။ မိဘ ဆရာ၊ ထားသည့်ဟာကို၊ မျက်နှာကွယ်လျှင်၊
မယူငင်နှင့်၊ လိုချင်သောအား၊ စားချင်ငြားက၊ ဝတ်တွားခယ၊
တောင်းပါကြ။

ဆုံးမစာ

- ၁။ အစားနှင့်ခိုင်း၊ ဝမ်းကိုနှိုင်း၊ ဝင်တိုင်းမစားနှင့်။
- ၂။ ဆင်ခြင်တွေးတော၊ သူ့သဘော၊ ပြောတိုင်းမယုံနှင့်။
- ၃။ မိတ်ဆွေတို့မှာ၊ ဖြောင့်မှန်စွာ၊ သစ္စာမဖောက်နှင့်။
- ၄။ မလေးမစား၊ သူတစ်ပါး၊ လှည့်ဖြားမလိမ်နှင့်။
- ၅။ မိတ်ဆွေဖော်သင်း၊ လူချစ်ချင်း၊ သတင်းမပျက်နှင့်။
- ၆။ အမှားမလိုက်၊ အမှန်ကြိုက်၊ စရိုက်ကောင်းအောင်ကျင့်ရမည်။
- ၇။ မှီကောင်းဆရာ၊ ဆုံးမခါ၊ စိတ်မှာ စွဲမှတ်နာရမည်။
- ၈။ မပြုခင်က၊ စဉ်းစားကြ၊ ကိစ္စအသွယ်သွယ်။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

၉။ အမှားကိုပစ်၊ အမှန်ချစ်၊ စင်စစ်ချမ်းသာဖွယ်။
၁၀။ အမှားကိုချစ်၊ အမှန်ပစ်၊ စင်စစ်ဆင်းရဲဖွယ်။

ကျောင်းသားကောင်း

အတူကစားရင် ရန်မဖြစ်နဲ့၊
ချစ်ချစ်ခင်ခင် ကစားပါ။
အနိုင်ကျင့်တာ ရှက်စရာပဲကွဲ့၊
ဆိုတာဆဲတာ ရိုင်းလှစွာ။
ကျောင်းသားပီပီ၊ အကူညီပေးလို့၊
ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး ဆက်ဆံပါ။
ဆရာပြောတာ မြေဝယ်မကျအောင်၊
နားထောင်ပါမှ လူလိမ္မာ။
စည်းကမ်းဆိုတာ ရိုသေကြရင်၊
ပညာမှချ တတ်မြောက်မှာ။
တတ်မှာ၊ တတ်မှာ။

ဗုဒ္ဓဝုဏ်တော် မှန်းကာမျှော်

၁။ ငါ၏စိတ်တွင်၊ လောဘဝင်သော်၊ ဝင်စဉ်လောဘ၊ အနိုင်ရ
အောင်၊ လောဘကင်းစင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ ကြည်လင်မြတ်နိုး၊
လက်စုံမိုး၊ ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။
၂။ ငါ၏စိတ်တွင်၊ ဒေါသဝင်သော်၊ ဝင်စဉ်ဒေါသ၊ အနိုင်ရအောင်၊
ဒေါသကင်းစင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ ကြည်လင်မြတ်နိုး၊ လက်စုံမိုး၊
ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

၃။ ငါ၏စိတ်တွင်၊ မောဟဝင်သော်၊ ဝင်စဉ်မောဟ၊ အနိုင်
ရအောင်၊ မောဟကင်းစင် ဘုရားရှင်ကို၊ ကြည်လင်မြတ်နိုး၊
လက်စုံမိုး၊ ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။
၄။ ငါ၏စိတ်တွင်၊ သောကဝင်သော်၊ ဝင်စဉ်သောက၊ အနိုင်ရ
အောင်၊ သောကကင်းစင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ ကြည်လင်မြတ်နိုး၊
လက်စုံမိုး၊ ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။
၅။ ငါ၏စိတ်တွင်၊ ကိလေဝင်သော်၊ ဝင်စဉ်ကိလေသ၊ အနိုင်ရ
အောင်၊ ကိလေကင်းစင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ ကြည်လင်မြတ်နိုး၊
လက်စုံမိုး၊ ရှိခိုးပါ၏ဘုရား။

သတိထား

ငရဲ ရှိတယ်၊ တိရစ္ဆာန် ရှိတယ်၊ ပြိတ္တာ ရှိတယ်။ လူနဲ့
လူမွဲ လူဆင်းရဲ ရှိတယ်၊ သေရဦးမယ် သတိထား။

စိတ်ကောင်းထားဖို့ အရေးကြီး

စိတ်ပုပ်နှုတ်ပုပ်၊ အလုပ်ပုပ်လျှင်၊
အများမှန်း၍၊ ဆင်းရဲသည်။
စိတ်ဖြူနှုတ်ဖြူ၊ အလုပ်ဖြူလျှင်၊
အများချစ်၍၊ ချမ်းသာသည်။

(ချမ်းမြေ့ဆရာတော်)

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ဂုဏ်များရှင်

အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တူး၊ လက်ဦးတဲ့ မြတ်ဆရာ။
ထက် ကောင်း ကင် ဗြဟ္မာ့မျိုး၊
တိုးလို့မှတ်ပါ။
ထိုသူဟာ ဘယ်မှာနေငြား။
တခြားမောင်မရှာနဲ့၊ (တခြားမယ်မရှာနဲ့)၊
နောင်အခါ ပူဇော်ရမယ့်၊ မိဘနှစ်ပါး။

လူကြီးလား ကလေးလား

သီလကြီး= လူကြီး၊ သီလသေး= ကလေး၊
သမာဓိကြီး= လူကြီး၊ သမာဓိသေး= ကလေး၊
ပညာကြီး= လူကြီး၊ ပညာသေး= ကလေး၊
ပါရမီကြီး= လူကြီး၊ ပါရမီသေး= ကလေး။

တရားဆိုတာ

တရားဆိုတာ (ကျင့်)ဖို့ပါ၊
ကျင့်တယ်ဆိုတာ (ပြင်)ဖို့ပါ၊
ပြင်တယ်ဆိုတာ (ပြောင်း)ဖို့ပါ၊
ပြောင်းတယ်ဆိုတာ (ကောင်း) ဖို့ပါ၊
ကောင်းတယ်ဆိုတာ (တရား)ပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

သူတော်ကောင်း

(သူတော်ကောင်း)၊
သူ-မတော်လည်း ကိုယ်ကကောင်း၊
ဒါမှ သူတော်ကောင်း။
(သူတော်ကောင်း)၊
သူတော်လာအောင် ကိုယ်ကကောင်း၊
ဒါမှ သူတော်ကောင်း။
(သူတော်ကောင်း)၊
သူ-မကောင်းလည်း ကိုယ်ကကောင်း၊
ဒါမှ သူတော်ကောင်း။
(သူတော်ကောင်း)၊
သူကောင်းလာအောင်ကိုယ်ကကောင်း၊
ဒါမှ သူတော်ကောင်း။
သူတော်ကောင်းလေး ဖြစ်စေချင်၊
စိတ်ထားလှဖို့ပြင်၊
သတိ ယှဉ်တဲ့ ခန္တီသုံး၊
ဒါမှ အမြတ်ဆုံး။

ရှိ+ခိုး

ညီမလေးငယ်၊ ညီလေးငယ်၊
ဘုရားရှိခိုး အိပ်ပါကွယ်။
ဘုရားမှာ ဘာတွေရှိ၊
ဂုဏ်တော်ကိုးပါး(ရှိ)။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ဂုဏ်တွေရှိဖို့ ဒို့ဘုန်းကြွယ်၊
ဘာတွေဖြည့်ကျင့်တယ်။
စွန့်ခြင်းငါးသွယ်၊ ကျင့်သုံးပါး၊
ပါရမီတွေဖြည့်ကျင့်ပွား။
လောကသားတို့အကျိုးငှာ၊
ဗုဒ္ဓလမ်းစဉ် အတု (ခိုး)ပါ။
ဂုဏ်(ရှိ)တာကို အတု(ခိုး)တော့၊
(ရှိ+ခိုး)တယ်လို့ ခေါ်တာပေါ့။

အပျင်းရဲ့ အပြစ်

လောကလူရွာ၊ ပျင်းသူမှာ၊ ပညာဘယ်က ရအံ့နည်း။
ပညာမဲ့က၊ လူ့အောက်ကျ၊ ဥစ္စာဘယ်က ရအံ့နည်း။
ဥစ္စာမဲ့တော့၊ ဆင်းရဲချေ၊ မိတ်ဆွေဘယ်က ရအံ့နည်း။
မိတ်ဆွေပျက်က၊ လူ့ဘဝ၊ သုခဘယ်က ရအံ့နည်း။
သုခယွင်းယို၊ ဆင်းရဲပို၊ ကုသိုလ်ဘယ်က ရအံ့နည်း။
ကုသိုလ်အားလျော့၊ သဒ္ဓါပျော့၊ ဘယ်တော့နိဗ္ဗာန်ရအံ့နည်း။
နိဗ္ဗာန်မရ၊ သံသာရ၊ ဒုက္ခဘယ်တော့ ဆုံးမည်နည်း။

ကိုယ်ချင်းစာပါ

သားသားတို့က...ကလေးပါ၊ မီးမီးတို့က...ကလေးပါ၊
ကလေးဆိုတာ မဆိုးပါ၊ ကလေးဆိုတာ နားမလည်ပါ၊
နားလည်အောင်သာ ပြောပေးပါ၊
နားထောင်ချင်အောင် ပြောပေးပါ။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

ဥုံ မပျင်းနဲ့

ဥုံ= မပျင်းနဲ့ မပျင်းနဲ့၊
ခုလည်းမပျင်းနဲ့၊ နောင်လည်းမပျင်းနဲ့၊
ဘယ်တော့မှလည်း မပျင်းနဲ့၊
ပျင်းရင် အ- တတ်တယ်။
န- တတ်တယ်။
ကျ- တတ်တယ်။

တပည့်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

- (၁) ညီညာထကြွ၊ (၂) ဆုံးမနာယူ၊
 - (၃) လာမှုကြိုဆီး၊ (၄) ထံနီးလုပ်ကြွေး၊
 - (၅) သင်တွေးအံ့ရွတ်၊
- တပည့်ဝတ်၊ မချွတ်ငါးခုသာ။

ဆရာ့ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

- (၁) အတတ်လည်းသင်၊ (၂) ပဲ့ပြင်ဆုံးမ၊
 - (၃) သိပ္ပံမချန်၊ (၄) ဘေးရန်ဆီးကာ၊
 - (၅) သင့်ရာအပ်ပို့၊
- ဆရာတို့၊ ကျင့်ဖို့ဝတ်ငါးဖြာ။

သား(သမီး)ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

- (၁) ကျွေးမွေးမပျက်၊ (၂) ဆောင်ရွက်စီမံ၊
 - (၃) မွေခံထိုက်စေ၊ (၄) လှူမြှူဝေ၍၊
 - (၅) စောင့်လေမျိုးနွယ်၊
- ဝတ်ငါးသွယ်၊ ကျင့်ဖွယ်သား(သမီး)တို့တာ။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

မိဘကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

- (၁) မကောင်းမြစ်တာ၊ (၂) ကောင်းရာညွှန်လတ်၊
 - (၃) အတတ်သင်စေ၊ (၄) ပေးဝေနှီးရင်း၊
 - (၅) ထိမ်းမြားခြင်းလျှင်၊
- ဝတ်ငါးအင်၊ ဖခင်မယ်တို့တာ။

လူတော်လူကောင်း

စာမတတ်မှု၊ ဗိုက်ခေါက်ထူ၊ လူထဲရှင်ထဲ အသုံးမကျ။
 စာတတ်ပြန်လျှင်၊ စိတ်ကြီးဝင်၊ မြင်သူတိုင်းက အော့ချင်ကြ။
 စာတတ်အောင်သင်၊ တတ်ပြန်လျှင်၊ စိတ်ကြီးမဝင်ရ။

ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပြောဆိုပါ

မလိမ္မာလတ်၊ ထိုပါးစပ်၊ ရန်ခတ်ဖြစ်တတ်တယ်။
 လိမ္မာပါးနပ်၊ ထိုပါးစပ်၊ မိတ်ခတ်ဖြစ်တတ်တယ်။
 လျှောက်ဖွယ်စကား၊ နောက်သွယ်ဖျားပါဘုရားလို့ထည့်ရမယ်။
 ဘူး၊ တယ်ကိုဖျောက်ပါကိုရောက်၊ မေးလျှောက်တတ်ရမယ်။
 (ဂန္ဓကုဋီဆရာတော်)

ပျားသကာလို စကားချို

တစ်ယောက်စကား၊ တစ်ယောက်နားမှာ၊ မခါးရအောင်၊
 သတိဆောင်၍၊ မောင်တို့ဆိုလေ၊ ပျားသကာသို့ ချိုလှစေ။
 (ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ)

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

မနေအပ်သောအရပ် (၆)မျိုး

ဝေး၊ နီး၊ လေညာ၊ မြင့်မောက်ရာနှင့်၊
 မျက်နှာချင်းအပ်၊ နောက်ကျောဘက်၊
 ခြောက်ရပ်မနေထိုက်။

စီးပွားတက်ကြောင်း (၄)ပါး

ပျောက်တာကိုရှာ၊ ပျက်တာကိုပြင်၊
 ထွက်ဝင်ကိုမျှ၊ ဉာဏ်ကြီးသူအား၊ ကြီးမှူးထား၊
 စီးပွားတက်ကြောင်းလေး။

စီးပွားပျက်ကြောင်း (၄)ပါး

ပျောက်တာမရှာ၊ ပျက်တာမပြင်၊
 ထင်သလိုသုံး၊ ဉာဏ်တုံးသူအား၊ ကြီးမှူးထား၊
 စီးပွားပျက်ကြောင်းလေး။

ကိုယ်ပိုင်

စာအုပ်ထဲမှာ၊ ရှိတဲ့စာ၊ ကိုယ်စာမဟုတ်ဘူး။
 သူများလက်မှာ၊ ရှိဥစ္စာ၊ ကိုယ့်ဟာမဟုတ်ဘူး။

ကိုယ့်အကြောင်းကိုယ်သိ

ဖျင်း၊ ဖျင်းမှန်းသိ၊ လူတော်ဖြစ်နိုင်၏။
 ဖျင်းပါလျှက်ပင်၊ တော်တယ်ထင်၊ ဖျင်းမြဲဖျင်းမည်ပင်။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

ပ, ဖ, ဗ, ဘ, မ အဓိပ္ပါယ်

ပ, ဖ, ဗ, ဘ, မ-ဆိုတဲ့ အတိုင်း မပျင်းရ၊
ပျင်းရင် ပျင်းလိမ့်မယ်၊ ပျင်းရင်မိုလ်မဖြစ်၊
ဗိုလ်မဖြစ်ရင် ဘေးမှာ နေရမယ်၊
ဘေးမှာနေပါများရင် မြောင်းထဲ ရောက် လိမ့်မယ်။

အာဂလူ

အာဂုံရမှ အာဂလူ။
အာဂလူလေး ဖြစ်ဖို့အရေး၊
အာဂုံများများ ကျက်ထားပေး။
အာဂုံများစွာ ရထားကာ လေ့လာမိပ္ပါယာ။
သိသည့်အဓိပ္ပါယ်၊ အသွယ်သွယ်၊
အာဂုံကယ်တော့၊ မမေ့တယ်။

ခလုတ်ထိမှ အဓိတ

ပြောမှ သိ၊ ထိမှ နာ၊ သာမှ နေ၊ သေမှ ခင်၊
ဤလေးအင်၊ လူ့ရှင် မကျင့်အပ်။

ပညာမတတ် သူများဖိနပ်

သိပညာ ဖြစ်ပွားအောင်၊ ချစ်သားတို့ သင်ကြပါ။
မိဘဆရာတို့ ဖန်ခါခါ တပည့်သားကို
ထောင်နားဆန် မငြင်းအောင် သွင်းကြပေရာ။
လှေလှော် လှေခတ်နှင့် အတတ်ကယ်မဲ့သူမှာ
ဝန်ထမ်းသာ ဖြစ်မြဲ။
ပညာရှင် ဖြစ်ပေက လူ့ပြည်မှာ ပူဇော်လို့ ဇေယျပေါ်
ဂုဏ်ထင်ပလိမ့်မယ် မိုးလထက်ကဲ။

အခန်း(၅)

မေတ္တာသုတ်တော်လာ မေတ္တာပို့ပုံ

- ၁။ လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပါဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၂။ ကြောက်တတ်၊ မကြောက်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၃။ ဝေးနေ၊ နီးနေ၊ နှစ်ထွေများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၄။ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၅။ ဘဝဇာတ်ဆုံး၊ မဆုံးများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၆။ ရှည်၊ တို၊ အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။

● ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ် ●

- ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၇။ ကြီး၊ ငယ်၊ အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
- ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၈။ ဆူ၊ ကြုံ၊ အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
- ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၉။ လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။
- ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၁၀။ အထင်သေးခြင်း၊ အချင်းချင်း ကင်းရှင်းကြပါစေ။
- ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
- ၁၁။ ဆင်းရဲလိုခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။
- ဥပါဒ် ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

ဒိသာဖရဏ(အရပ်မျက်နှာဖြန်) မေတ္တာပွားနည်း

- ၁။ အရှေ့အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

● ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု ●

- ၂။ အနောက်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၃။ မြောက်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၄။ တောင်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၅။ အနောက်တောင်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၆။ အနောက်မြောက်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၇။ အရှေ့မြောက်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၈။ အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၉။ အောက်အရပ်၌ရှိသော- ထက်ဝန်းကျင် အနန္တစကြာဝဠာ
အပါယ်ဘုံသား အနန္တသတ္တဝါတို့.....
- ၁၀။ အထက်အရပ်၌ရှိသော-ထက်ဝန်းကျင် အနန္တစကြာဝဠာ
အနန္တနတ်ဗြဟ္မာတို့.....

(မင်းကွန်းတိပိဋကဆရာတော်ကြီး)

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

တောင်တန်းဆရာတော် မေတ္တာပို့

ငါ၏ (ဝန်းကျင်၌) ရှိကြကုန်သော လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအားလုံး ဘေးရန်ကြောင့်ကြ ဆင်းရဲကင်း၍ ကိုယ်စိတ် နှစ်ဖြာ ကျန်းမာ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ကောင်းကျိုးလိုရာဆန္ဒ ပြည့်ဝကြပါစေ။

အရပ်ဆယ်မျက်နှာမေတ္တာပို့

အရပ်ဆယ်မျက်နှာနေ အားလုံးသော သတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ် စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာဖြင့် မိမိတို့ခန္ဓာဝန်ကို ရွက် ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

(သဒ္ဓမ္မရုံသီရိပိသာဆရာတော်)

ဆုတောင်း, အမျှစေ

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကြောင့်၊ ချမ်းမြဲအေးကြည်၊ ဘေးမဲ့ မည်သည့်၊ ရွှေပြည်ထုတ်ချောက်၊ လမ်းမကောက်ဘဲ၊ ရောက်ရ ပါလို၊ ထိုထိုဘဝ၊ ကျင်လည်ရလည်း၊ ဒုက္ခဘေးဒဏ်၊ ရန်မာရ် အပေါင်း၊ မကောင်းဟူသမျှ၊ မတွေ့ရဘဲ၊ သဗ္ဗဏ္ဍာ၊ မင်္ဂလာကို ရွယ်ကာတတိုင်း၊ ရစေသော်...။

ယနေ့ယခု၊ ပြုပြုသမျှ၊ မြတ်ဘာဂကို၊ မိဘဆရာ၊ မျိုး သဟာနှင့်၊ ကိုယ်မှာစောင့်ကြပ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်ကာ၊ အရင်းစ၍၊ ရှိသမျှလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျတို့၊ ရကြပါစေ၊ ပေးငှဝေသည်၊ ကောင်းထွေ သာဓု ခေါ်စေသော်။

(သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု)

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

သင်တန်းဆင်းကဗျာ

- ♣ တရားစစ်မှန်၊ ကျင့်ကြံကြမ္မာ၊ ချမ်းသာသူခ ရနိုင်မည်။
- ♣ တရားတုတွေ၊ ကျင့်နေကြလို့၊ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်ရသည်။
- ♣ ယခုတစ်ဖန်၊ အမှန်လမ်းသို့၊ အမြန်လှမ်းဖို့၊ ချိန်တန်ပြီ။
- ♣ သို့မှတိုင်းပြည်၊ ဘာသာရေးကြောင့်၊ သာယာအေးဆေး ရှိလိမ့်မည်။
(ဘာသာဋီကာဆရာတော်)

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုသင်္ကန်းစာ ပြီးပါပြီ။



ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

အနာဂတ်ဇာတိမြေ

တို့မြေဌာနီ၊ ရှေးခါဆီဝယ်၊ မထေရ်အပေါင်း၊
စံရာကျောင်းမှ၊ ငြိမ့်ညောင်းသာယာ၊ မိန့်အာဏာကို၊
ရပ်ရွာလူများ၊ လွန်လေးစားခဲ့။ ခုကားသို့နယ်၊ မဟုတ်ကွယ်၍၊
နယ်ပယ်ပွားစီး၊ သား၊ သမီးတို့၊ ဘုန်းကြီးကျောင်းတွင်၊
စာမသင်တော့။

ထို့ပြင်မြို့နေ၊ ကလေးတွေကား၊ တို့မေဘာသာ၊
တို့မေစာကို၊ သင်ရာကောင်းမျှ၊ မထင်ကြဘဲ၊ ပြင်ကလာပေး၊
စာပထွေးကို၊ အလေးဂရု၊ အရေးပြု၏။

ယခုလိုသာ၊ နှစ်ပေါင်းကြာလျှင် မြန်မာတိုင်းဖွား၊
အမျိုးသားတို့၊ ဘုရားကိုစွန့်၊ တရားစွန့်၍၊ စွန့်လိမ့်မှန်စွာ၊
မြတ်သံဃာတည်း၊ ထိုခါတိုင်းဖွား၊ လူအများလည်း၊ တရားမပါ၊
အမှားစာကြောင့်၊ များစွာခုထက် တိုး၍ပျက်လိမ့်။

သို့တွက်များပြား၊ ဘုန်းဘုရားတို့၊ တရားကိုကျင့်၊
လုံအောင်ကျင့်၍၊ မလင့်စေရ၊ ကိုယ့်ဒေသ၌၊ စိတ်ကကြည်ဖြူ၊
လိုက်နာယူလျက်၊ ကိုယ်မှုနှုတ်ပြောင်း၊ စိတ်လည်းကောင်းလိမ့်။

မကောင်းအကောင်း၊ အကြောင်းကြောင်းကို၊
သောင်းပြောင်းကုန်စင်၊ အစုံမြင်သည့်၊ ထေရ်ရှင်များစွာ၊
ဒါယကာတို့၊ အခါအခွင့်၊ ပဏာသင့်အောင်၊ စာချင့်စုပေါင်း၊
နည်းသင့်ပြောင်းမှ၊ နောက်နှောင်းမြန်မာ၊ သာသနာသည်၊
ရှည်ကြာနေသို့ ထွန်းမည်ကို။

တောင်မြို့မဟာနွာရုံဆရာတော်

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

ရတနာသုံးစုံ ရှိခိုးပုံ လင်္ကာ

➤ ဗုဒ္ဓ ဗုဒ္ဓ မြတ်ဗုဒ္ဓ၊ ကရုဏာရှင်၊ မြတ်ဗုဒ္ဓ။
မြတ်စွာဗုဒ္ဓ ဆိုသည်မှာ၊ သတ္တဝါများကျိုးတွက်တာ။
ဆယ်ဖြာပါရမီဖြည့်ဆည်းပူး၊ လမ်းကောင်းညွှန်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ထူး။
ပုဂ္ဂိုလ်ထူးမို့ ဦးညွတ်ကာ၊ ဘုရားဂုဏ်တော်များရည်စူးကာ။
လေးမြတ်လှစွာ ရှိခိုးပါ၏၊ ဗုဒ္ဓ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

➤ ဓမ္မ ဓမ္မ မြတ်ဓမ္မ၊ ဗုဒ္ဓဟောပြု မြတ်ဓမ္မ။
ဓမ္မ တရားဆိုသည်မှာ၊ ဒုက္ခပင်လယ်ကြီးထဲမှာ။
နစ်မြုပ် မျှောရှာသတ္တဝါများ၊ ကယ်တင်တတ်လို့ မြတ်တရား။
မြတ်တရားမို့ ဦးညွတ်ကာ၊ တရားဂုဏ်ရည်စူးကာ။
လေးမြတ်လှစွာ ရှိခိုးပါ၏၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

➤ သံဃ သံဃ မြတ်သံဃ၊ ဗုဒ္ဓသာဝက မြတ်သံဃ။
သံဃ ရဟန်းဆိုသည်မှာ၊ ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ အဖြာဖြာ။
သင်ယူကျင့်ကာ တာဝန်ထမ်း၊ သာသနာပြုလို့ မြတ်ရဟန်း။
မြတ်ရဟန်းမို့ ဦးညွတ်ကာ၊ သံဃဂုဏ်များရည်စူးကာ။
လေးမြတ်လှစွာ ရှိခိုးပါ၏၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

(ကျောင်းဆင်းချိန်တွင်ဆိုရန်)
ဗုဒ္ဓဘာသာ လူငယ် အဓိဋ္ဌာန် (၅) ချက်

- ၁။ ကျွန်တို့သည် ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ၊ ရတနာမြတ် သုံးပါးတို့ကို တစ်သက် ပတ်လုံး ယုံကြည်လေးစား၊ ကိုးကွယ်ဆည်း ကပ်ကြ ပါမည်။
- ၂။ ကျွန်တို့သည် ဖေဖေ မေမေ ဆရာသမားများနှင့် လူကြီး မိဘများ၏ ဆုံးမစကားကိုရိုသေလေးစား လိုက်နာ ကြပါမည်။
- ၃။ ကျွန်တို့သည် ဒုစရိုက်မှုများကို ရှောင်ရှား၍ သုစရိုက် မှုများ ကိုပြုကျင့်ကာ စိတ်ကိုဖြူစင်အောင် ထားကြ ပါမည်။
- ၄။ ကျွန်တို့သည် လူလူချင်း မေတ္တာ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ တရားများဖြင့် တသက်ပတ်လုံး ဆက်ဆံနေထိုင်သွား ကြပါမည်။
- ၅။ ကျွန်တို့သည် ဗုဒ္ဓတရားတော်ပြန့်ပွားရေးအတွက် စွမ်းနိုင်သမျှရွက် ဆောင်ကြပါမည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

နာယကဂုဏ်ခြောက်ပါး

ထကြွနိုးကြား သနားသည်းခံ ဝေဖန်ထောက်ရှု ဤခြောက်ခု ကြီးသူကျင့်ရာ တရားတည်း။

- ထကြွလုံးလရှိခြင်း = ဥဋ္ဌာနဂုဏ်။
- နိုးကြားခြင်း = ဇာဂရိယဂုဏ်။
- သနားခြင်း = ဒယာဂုဏ်။
- သည်းခံတတ်ခြင်း = ခမာဂုဏ်
- ဝေဖန်ကြည့်ရှုတတ်ခြင်း = သံဝိဘာဂဂုဏ်။
- အမြော်အမြင်ကြီးခြင်း = ဣက္ခဏဂုဏ်။

အနာယကဂုဏ်ခြောက်ပါး

ဂဏန်း ပုတ်သင်၊ ကိုင်းပင် နွားသိုး၊ လိပ်မျိုး ခွေးအ၊ ဤခြောက်ဝ အနာယကဂုဏ်။

- ဂဏန်းကဲ့သို့ = အမြဲလက်မ ထောင့်လေ့ရှိသူ။
- ပုတ်သင်ကဲ့သို့ = သူတပါးလုပ်သမျှကို ခေါင်းညိမ့်တတ်သူ။
- ကိုင်းပင်ကဲ့သို့ = လေလာရာ ယိမ်းပါးတတ်သူ။
- နွားသိုးကဲ့သို့ = ရူးရူးဒိုင်းဒိုင်း ပြုတတ်သူ။
- လိပ်ကဲ့သို့ = ကိုယ့်ဘက်ကိုယ် ယက်တတ်သူ။
- ခွေးအကဲ့သို့ = စားပိုးနက်အောင်စားပြီးအိပ်တတ်သူ။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

အသင်းအဖွဲ့ပျက်စီးကြောင်းတရားခြောက်ပါး

- အမျက်ထွက်လွယ်ခြင်း။
- ရန်ငြိုးဖွဲ့ခြင်း။
- ကျေးဇူးမဲ့ကိုသာဆိုခြင်း။
- ဂုဏ်တုဂုဏ်ပြိုင်ပြုခြင်း။
- ဝန်တိုခြင်း။
- ငြူစုခြင်း။

စိတ်တိုငြိုးဖွဲ့ ချေဖဲ့ကျေးဇူး။
 ဂုဏ်ထူးသူကို ဖက်ပြိုင်လိုမှု၊
 ဝန်တိုမှုဟု ငြူစုတတ်ငြား
 ဤခြောက်ပါး ကွဲပျားကြောင်းဟုမှတ်။

အရက်သမားဝါဒ ကဗျာများ

- ထူးတယ် ရူးတယ် မူးမယ်ဟဲ့လို့
 မြူးဖွယ်အရက် မှတ်လို့ရယ်။
 ကြိတ်ကာမှိတ်ကာ မျိုကာသွင်းတော့၊
 လူနဲ့ လူချင်း စချင်တယ်။
 ဒီပုလင်းမလောက်ရင် ဟိုပုလင်းသောက်လို့၊
 တစ်ယောက်တပေါက်ဆူအုံးမယ်။
 ရှက်ကြောက်တရား မရှိငြား အရက်သမားဝါဒရယ်။
 အဲဒါကြောင့်
 ရှောင်ကြပါတော့ ထာဝရ ကောင်းအောင်ကွယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

- ဘီလူးစိတ်ဝင်ကာ ထင်သလိုမိုက်လို့၊
 တွေ့သမျှလိုက်လို့ ရမ်းတတ်တယ်။
 အဝတ်ဗလာ ကိုယ်မှာ ပျောက်လျက်၊
 ရွာရိုးလျှောက်လို့ ဆဲတတ်တယ်။
 မကြားချင်သူ တုတ်နဲ့ရိုက်တော့၊
 အုတ်ဆက်ကွဲလို့ သေတတ်တယ်။
 အရက်သမား ငတိများ ရန်ပွားတတ်ပါတယ်။
 အဲဒါကြောင့်
 ရှောင်ကြပါတော့ ထာဝရ ကောင်းအောင်ကွယ်။

- လမ်းဘေးအိပ်ကာ လူညွန့်တုံးလျက်၊
 အသက်ပါဆုံး ပျက်စီးမယ်၊
 ဒါ့ကြောင့် မောင်မယ် တစက်လောက်မှ၊
 အရက်မသောက်ဖို့ တောင်းပန်တယ်။
 အရက်မသောက်ရင် လူအပေါင်းက၊
 သူတော်ကောင်းလို့ ဆိုကြမယ်။
 လူသိတရား စိတ်မှာထား ရှောင်ရှားသင့်ပါတယ်၊
 အဲဒါကြောင့်
 ရှောင်ကြပါတော့ ထာဝရ ကောင်းအောင်ကွယ်။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

➤ ဓားကိုဖျက်တာ ဝါးအမျက်ပေါ့၊
 လူကိုဖျက်တော့ အရက်ကွယ်။
 သောက်လေမှူးလေ ထူထွေချက်က၊
 အရူးဆက်ဆက် ဖြစ်တတ်တယ်။
 ရှောင်ရှားပါလေ အဆိတ်တုံးဟု၊
 ဘဝဆုံးမည် အရက်ဟယ်။
 သောက်တဲ့လူများ သတိထား စဉ်းစားပါအုံးကွယ်၊
 အဲဒါကြောင့်
 ရှောင်ရှားပါတော့ ထာဝရ ကောင်းအောင်ကွယ်။

➤ ရှောင်ကြဉ်ကြယင် ရောဂါကင်းလို့၊
 လောကအတွင်း ထင်လင်းမယ်။
 လူရောနတ်ပါ သဒ္ဓါပွားလျက်၊
 ကြည်ညိုဝတ်တွား ပြုလိမ့်မယ်။
 မျက်မှောက်တမလွန် နှစ်တန်အကျိုးတို့။
 စည်စိမ်တိုးလို့ ချမ်းသာမယ်။
 မောင်မယ်အများ သတိထား ရှောင်ရှားပါတော့ကွယ်။
 အဲဒါကြောင့်
 ရှောင်ကြပါတော့ ထာဝရ ကောင်းအောင်ကွယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှု

သူတော်ကောင်းတို့ထုံးနှလုံးမူ

* ဟုတ်သောအကြံ၊ မှန်သောအကျင့်၊
 သင့်သောအယူ၊ ဖြူသောနှလုံး၊
 သူတော်ထုံးကို၊ စွဲသုံးသောထွေ မှန်လှစေ။
 (အရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ -၃၆)

မေတ္တာအကျိုး (၁၁)မျိုး

“အိမ်၊နီး ချမ်းသာ၊ ယုတ်မာမမက်၊ နှစ်သက်လှနတ်၊
 စောင့်လတ်နတ်များ၊ စိတ်ကားမနံ့၊ စိတ်ပျံ့တည်ကြည်၊
 ရွှင်ကြည်မျက်နှာ၊ သေခါမတွေ၊ လားလေ ဗြဟ္မာ၊ ဆယ့်တစ်
 ခါဟု၊ မေတ္တာနိသင်၊ ကျိုးဆက်ထင်သည်၊ ရှင်လူအများ၊ ကျင့်ရာ
 သော်။”

ခဲယဉ်းကြောင်းတရား(၄)ပါး

လူတစ်ယောက်ဟာ၊ ဖြစ်ဖို့ရာ၊ လွန်စွာ ခဲယဉ်းသည်။
 ဖြစ်ခဲလှစွာ၊ လူဆိုတာ၊ ဖြစ်ခါနေရပြီ။
 လူတစ်ယောက်ဟာ၊ ရှင်ဖို့ရာ၊ လွန်စွာ ခဲယဉ်းသည်။
 ရှင်ခဲလှစွာ၊ သက်ဆိုတာ၊ ရှင်ခါနေရပြီ။
 တရားတော်ဟာ၊ နာဖို့ရာ၊ လွန်စွာ ခဲယဉ်းသည်။
 နာရခဲစွာ၊ တရားမှာ၊ နာခါနေရပြီ။
 သာသနာဟာ၊ တွေ့ဖို့ရာ၊ လွန်စွာ ခဲယဉ်းသည်။
 တွေ့ခဲလှစွာ၊ သာသနာ၊ တွေ့ခါနေရပြီ။
 အကြောင်းလေးဖြာ၊ ဆုံဖို့ရာ၊ လွန်စွာ ခဲယဉ်းသည်။
 ဆုံခဲလှစွာ၊ ကြောင်းလေးဖြာ၊ ဆုံခါနေရပြီ။
 အကြောင်းလေးဖြာ၊ တိုက်ဆိုင်လာ အရိယာမဂ်တော့ရသင့်ပြီ။

ရန်ကုန်-ဗုဒ္ဓတက္ကသိုလ်

ထူးခြားလိမ္မာရှိသည်သာ

- * မှတ်မှတ်ရာ ထိုထိုစာကို
ရှာ၍မပြတ်၊ အိမ်တွင်ဖတ် ။ ။
- * ဖတ်ပြန်သော်ကား၊ ဖတ်ဖန်များက
သားမယားပင်၊ သိမြင်ကင်းကွာ
မလိမ္မာလည်း၊ စာပေစကား
နေတိုင်းကြားက၊ ထူးခြားလိမ္မာ
ရှိသည်သာတည်း။ ။

(အရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ)