



ဓမ္မဒူတာ ဇေတဝန်တောရ

(ဘုရားရှိခိုး နှင့် ဝတ်ရွတ်စဉ်)

ဓမ္မဒူတာ ဇေတဝန်တောရ ဆေကိန္ဒာရာမကျောင်းတိုက်

ဘုရားရှိခိုး
နှင့်
ဝတ်ရွတ်စဉ်

၁၄.၅.၂၀၁၅

ပခင်ကြီးဦးကောင်သိန်း + မိခင်ကြီးဒေါ်စောကြည်

တို့ဘေးရန်ရှုရှင်

သမီး မသန်းသန်းဘေး

မွေးငွေ့ ဝဗ္ဗဒါနအလှူ။

ဘုရားရှိခိုးရကျိုး

စေတီအတူ^၁ စိတ်မူတည်ကြည်^၂

ရောက်မည်နတ်ရွာ^၃ သစ္စာသိလွယ်^၄

မြတ်နွယ်အမျိုး^၅ ရှိကျိုးခံရ^၆

ပြည့်ဝအင်္ဂါ^၇ ဆင်းလှစွာဖြင့်^၈

ကာယာ^၉ ခံတွင်း^{၁၀} ကြိုင်သင်းမွေးကြ။

ကြီးမူ ပညာ^{၁၁} နက်စွာ^{၁၂} ထက်^{၁၃} ရွှင်^{၁၄}

လျင်မြန်^{၁၅} ဆန်းကြယ်^{၁၆} ကောင်းကြွယ်စကား

ဆိုနိုင်ငြားသည်^{၁၇} ရှိခိုးရကျိုး

ဆယ့်ခုနစ်မျိုးတည်း။

ဓမ္မဒူတာ ပန်းတိုင်

ဓမ္မဒူတတောရနေငြား သံဃာများတို့-

- ၁။ ကောင်းဖို့ စိတ်ထား
၂။ လေးစား ဝိနည်း
၃။ ကိုယ်လည်း ကြံ့ခိုင်
၄။ နေထိုင် သန့်ရှင်း
၅။ မယွင်း သွားတတ်
၆။ သပ်ရပ် နေထိုင်
၇။ ပိုင်ပိုင် ပြောဘတ်
၈။ စားဝတ် တတ်ခါ
၉။ လိုက်နာ စည်းမျဉ်း
၁၀။ တတ်ခြင်း စာပေ
ဆယ်ထွေပြည့်ဝ ရှိလေမှ မုချကျိုးရှိမည်။

ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်
ရှုပွားနည်းအချုပ်
ပုဗ္ဗကိစ္စ ၅ ပါး

၁။ ကန်တော့ရန်

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ၊ ကာယဝစီ မနောချီလျက်
သုံးလီစေတနာ လေးဖြာပဏာမ ပူဇနဖြင့် ဘုရားရတနာ၊
တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ ရတနာမြတ်သုံးပါး မိဘနှစ်ပါး
ဆရာသမားတို့နှင့်တကွ ပြစ်မှားမိသူ ပုဂ္ဂိုလ်အများတို့အား
ဘုရားတပည့်တော် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော်
ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏အရှင်ဘုရား။

(လေးဖြာပဏာမ ဟူသည် ကိုယ်ဖြင့် ရှိခိုးခြင်း၊ နှုတ်ဖြင့်ရှိခိုးခြင်း၊
စိတ်ဖြင့် ရှိခိုးခြင်း၊ အကျင့်ဖြင့် ရှိခိုးခြင်းတို့တည်း။)

၂။ သီလခံယူရန် (ရှစ်ပါးသီလ ခံယူပုံ အကျဉ်း)

အဟံ ဘန္တေ နိဗ္ဗာနံ ပတ္တယိတွာ

တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂံသမန္နာဂတံ

ဥပေါသထသီလံ သမာဒိယာမိ၊

ဒုတိယမ္ပိ ၊ တတိယမ္ပိ ၊

အရှင်ဘုရား- ဘုရားတပည့်တော်သည် နိဗ္ဗာန်ကို
လိုလားတောင့်တပါ၍ (တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင်)
သရဏဂုံ သုံးပါးနှင့်တကွ အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော
ဥပုသ်သီလတော်မြတ်ကို ကောင်းစွာ ဆောက်တည်ပါ၏ ။

၃။ ဘုရားပင့်ရန်

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တ၊
 စကြဝဠာ ကမ္ဘာမြေမိုး ဖြန်းဖြန်းကျိုးမျှ တန်ခိုးတော် အနန္တတို့နှင့်
 ပြည့်စုံတော်မူသော အစိန္တေယျ သုံးလောကထွဋ်ထား
 သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားသည် ဘုရားတပည့်တော်၏ ကေသာ
 ဥသျှောင် ပိတုန်းရောင်ဖြင့် ညိုမှောင်မည်းနက် ကိန်းစက်ရာမှန်
 ဗိမာန်သာဆန်း ။ ဤဦးခေါင်းတော်တည်းဟူသော
 ကျောင်းသင်္ခမ်း၌ လျောင်းထိုင်ရပ်သွားလေးပါးကုရိယာ
 မျှတစွာဖြင့် ကြည်သာရွှင်ပြုံး ကြွရောက်ကာ သီတင်းသုံးတော်
 မူလှည့်ပါ အရှင်ဘုရား။

၄။ ခန္ဓာကိုယ် စွန့်လှူရန်

ဣမာဟံ ဘန္တေ အတ္တဘာဝံ တုမှာကံ

ပရိစ္စဇာမိ ဩဝဒိတုံ။ (၃ ခေါက်)

ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံ
 ကျော်ကြား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်သည်
 ရုပ်နာမ်ထွေးရော ဤခန္ဓာကိုယ် အတ္တဘောကို ရှင်တော်
 မြတ်ဘုရားတို့အား အလိုတော်ရှိသလို ဆုံးမတော်မူနိုင်
 ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ စွန့်လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၅။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းရန်

အဟံ ဘန္တေ သံသာရဝဋ္ဋဒုက္ခတော
 မောစနတ္ထာယ ကမ္မဋ္ဌာနံ ယာစာမိ၊
 ဒေသ မေ ဘန္တေ ဘဂဝါ အနုကမ္ဘံ ဥပါဒါယ။
 ဒုတိယမ္ပိ၊ တတိယမ္ပိ။

ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံကျော်ကြား
 ရှင်တော်မြတ်ဘုရား-ဘုရားတပည့်တော်သည် သံသရာဝဋ်
 ဆင်းရဲမှ လျင်မြန်စွာ ကျွတ်လွတ်ပါရခြင်းအကျိုးငှာ (တစ်ကြိမ်
 နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင်) သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာ
 ကမ္မဋ္ဌာန်းကို တောင်းပန်ပါ၏။ ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ကျေးဇူး
 ဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံကျော်ကြား ရှင်တော်မြတ်ဘုရား--- ရှင်တော်မြတ်
 ဘုရားတို့သည် ဘုရားတပည့်တော်အား အစဉ်သနားတော်
 မူသည်ကို အကြောင်းပြု၍ သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို
 ပေးသနားတော်မူကြပါကုန် အရှင်ဘုရား။

၆။ အားထုတ်ချိန် တစ်ထိုင်ပြည့်တိုင်း နှိုးဆော်ရန်

တစ်ထိုင်အချိန်ပြည့်သွားပါပြီ။ ပြောင်းဆဲပြင်ဆဲမှာလည်း
 ခန္ဓာမှာ အသိဉာဏ်ရအောင် ရှုရင်းပွားရင်းနဲ့ ပြောင်းကြ ပြင်ကြ
 ရွှေ့ကြပါ။

အားလုံး ပြောင်းပြင်ပြီးက မိမိတို့ ပြုထားတဲ့ ကုသိုလ်
 ကောင်းမှုတွေကို ညီညာဖြဖြ အမျှဝေကြရအောင်။

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	အနေကဇာတင်ပါဠိ	၁
၂။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒါ အနုလုံ	၂
၃။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒါ ပဋိလုံ	၃
၄။	ပဋ္ဌာန်း - ၂၄ ပစ္စည်း	၄
၅။	ခုနစ်ဆူဘုရားရှိခိုး	
၆။	ဓာရဏပရိတ်တော်	
	အန္တရာယ်မပြုနိုင် ဂုဏ်လေးခိုင်	၁၂
၇။	အာဝေဏိကဂုဏ်တော် (၁၈)ဖော်	၁၃
၈။	သဗ္ဗညုဉာဏ်တော် အစွမ်း(၃)ပါး	၂၀
၉။	မေတ္တာဘာဝနာ	၂၂
၁၀။	အသုဘဘာဝနာ	၂၃
၁၁။	သံဝေဂဝတ္ထု (၈)ပါး	၂၄
၁၂။	မီး (၁၁)မီး	၂၅
၁၃။	သံဝေဂ နှင့် မရဏဿတိဘာဝနာ	၂၆
၁၄။	အေးသယောင်နှင့်အပူလောင်တတ်သည်	၂၆
၁၅။	နိဗ္ဗာန်နှင့်လာဘ် တစ်လမ်းစီ	၂၇
၁၆။	ပစ္စည်းလေးပါး၌ ဆင်ခြင်ရန်	၂၈
၁၇။	ဓမ္မာနုပဿနာ ဂ္ဂုပ္ပားနည်းအချုပ်	၂၉
၁၈။	ပရိတ်တော် နေ့အလိုက်ရွတ်ပုံအစီအစဉ်	၃၀
၁၉။	ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာမူ ပရိတ်ကြီးပါဠိတော်	၃၁

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၀။	မင်္ဂလသုတ္တ	၃၃
၂၁။	ဓာရဏပရိတ်တော်	၃၇
၂၂။	အာဝေဏိကဂုဏ်တော် (၁၈)ဖော်	၃၈
၂၃။	ရတနသုတ္တ	၄၀
၂၄။	မေတ္တသုတ္တ	၄၅
၂၅။	ဓမ္မစကြာသုတ်ပါဠိတော်	၄၈
၂၆။	ခန္ဓသုတ္တ	၅၉
၂၇။	မောရသုတ္တ	၆၁
၂၈။	ဝဋ္ဋသုတ္တ	၆၂
၂၉။	ဓဇေဂ္ဂသုတ္တ	၆၄
၃၀။	အာဠာနာဠိယသုတ္တ	၇၁
၃၁။	အင်္ဂုလိမာလသုတ္တ	၇၈
၃၂။	ဗောဇ္ဈင်္ဂီသုတ္တ	၇၉
၃၃။	ပုဗ္ဗဏှသုတ္တ	၈၁
၃၄။	ပဋ္ဌာန်းပစ္စယုဒ္ဒေသ နှင့် ပစ္စယနိဒ္ဒေသပါဠိ	၈၅
၃၅။	အနတ္တလက္ခဏသုတ် ပါဠိတော်	၁၀၂
၃၆။	ဘုရားဂုဏ်တော် ၉-ပါးအဖွင့်	၁၁၀
၃၇။	ဘုရားရှိခိုး ဂုဏ်တော်ဖွင့်	၁၁၆
၃၈။	တရားဂုဏ်တော် ၆-ပါးအဖွင့်	၁၁၇
၃၉။	တရားရှိခိုး ဂုဏ်တော်ဖွင့်	၁၁၉
၄၀။	သံဃာဂုဏ်တော် ၉-ပါးအဖွင့်	၁၂၀
၄၁။	သံဃာရှိခိုး ဂုဏ်တော်ဖွင့်	၁၂၅

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၄၂။	မေတ္တာပို့ (မေတ္တာဘာဝနာ)	၁၂၇
၄၃။	အသုဘ ဘာဝနာ	၁၂၉
၄၄။	မရဏဿတိ ဘာဝနာ	၁၃၀
၄၅။	ပစ္စည်းလေးပါး၌ ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်ပုံ	၁၃၀
၄၆။	ဩဝါဒပါတိမောက် ၃-ဂါထာ	၁၃၂
၄၇။	ဗုဒ္ဓ၏ နေ့စဉ်ဩဝါဒကထာ	၁၃၃
၄၈။	ဗုဒ္ဓ၏ နောက်ဆုံးစကား	၁၃၃
၄၉။	ဓုတင် ဆောက်တည်ရန်	၁၃၄
၅၀။	ပူဇော်ဆုတောင်း	၁၃၆
၅၁။	သုဝဏ္ဏဘူမိ ၅-ဂါထာ	၁၃၇
၅၂။	အမျှဝေ	၁၃၇
၅၃။	ဆွမ်း၊ ရေချမ်း၊ ပန်း၊ ဆီမီး၊ အမွှေးနံ့သာကပ်ရန်	၁၃၈
၅၄။	ခုနစ်နေ့ဗုဒ္ဓဝင်ဘုရားရှိခိုးနှင့် ဆုတောင်းအမျှဝေ	၁၄၃
၅၆။	သီလခံယူဆောက်တည်ပုံ	၁၄၈
၅၇။	ရဟန်းတော်များ ဒေသနာကြား အာပတ်ဖြေရန်	၁၅၃
၅၈။	အပ်စပ်အောင် သုံးနည်းများ	၁၅၆
၅၉။	ဟေမဝတသုတ် ပါဠိတော်	၁၅၈
၆၀။	အာဠဝကသုတ် ပါဠိတော်	၁၆၅
၆၁။	သံဝေဇနိယသုတ် ပါဠိတော်	၁၇၀

နမော တဿ ယတော မဟိမတော ယဿ တမော န။

ဓမ္မဒူတာ ဇေတဝနိတောရ ဆေကိန္ဒာရာမကျောင်းတို့က်

ဘုရားရှိခိုး

နှင့်

ဝတ်ရွတ်စဉ်

အနေကဇာတင်ပါဠိ

အနေကဇာတိ သံသာရုံ၊ သန္တာဝိဿံ အနိဗ္ဗိသံ။
ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊ ဒုက္ခာ ဇာတိ ပုနပ္ပုနံ။
ဂဟကာရက ဒိဋ္ဌောသိ၊ ပုန ဂေဟံ န ကာဟသိ။
သဗ္ဗာ တေ ဖာသုကာ ဘဂ္ဂါ၊ ဂဟကူဠံ ဝိသင်္ခတံ။
ဝိသင်္ခါရဂတံ စိတ္တံ၊ တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ။



ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနှလုံး

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ	သင်္ခါရာ
သင်္ခါရပစ္စယာ	ဝိညာဏံ
ဝိညာဏပစ္စယာ	နာမရူပံ
နာမရူပပစ္စယာ	သဠာယတနံ
သဠာယတနပစ္စယာ	ဖဿော
ဖဿပစ္စယာ	ဝေဒနာ
ဝေဒနာပစ္စယာ	တဏှာ
တဏှာပစ္စယာ	ဥပါဒါနံ
ဥပါဒါနပစ္စယာ	ဘဝေါ
ဘဝပစ္စယာ	ဇာတိံ
ဇာတိပစ္စယာ	ဇရာ မရဏ -
သောက ပရိဒေဝ	
ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာ	
သမ္ဘဝန္တိ။	
ဝေမေတဿ	
ကေဝလဿ	
ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ	
သမုဒယော ဟောတိ။	



ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလုံ

အဝိဇ္ဇာယတွေဝ-

အသေသ ဝိရာဂနိရောဓာ

သင်္ခါရနိရောဓော

သင်္ခါရနိရောဓာ

ဝိညာဏနိရောဓော

ဝိညာဏနိရောဓာ

နာမရူပနိရောဓော

နာမရူပနိရောဓာ

သဠာယတနနိရောဓော

သဠာယတနနိရောဓာ

ဖဿနိရောဓော

ဖဿနိရောဓာ

ဝေဒနာနိရောဓော

ဝေဒနာနိရောဓာ

တဏှာနိရောဓော

တဏှာနိရောဓာ

ဥပါဒါနနိရောဓော

ဥပါဒါနနိရောဓာ

ဘဝနိရောဓော

ဘဝနိရောဓာ

ဇာတိနိရောဓော

ဇာတိနိရောဓာ

ဇရာ မရဏ-

သောက ပရိဒေဝ

ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာ

နိရုဇ္ဈန္တိ။

ဝေမေတဿ

ကေဝလဿ

ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ

နိရောဓော ဟောတိ။



ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
 အာတာပိနော ဈာယတော ပြာဟ္မဏဿ။
 အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊
 ယတော ပဇာနာတိ သဟေတု ဓမ္မံ။

ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
 အာတာပိနော ဈာယတော ပြာဟ္မဏဿ။
 အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊
 ယတော ခယံ ပစ္စယာနံ အဝေဒိ။

ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
 အာတာပိနော ဈာယတော ပြာဟ္မဏဿ။
 ဝိဂ္ဂဟယံ တိဋ္ဌတိ မာရသေနံ၊
 သူရိယောဝ ဩဘာသယ မန္တလိက္ခံ။



ပဋ္ဌာန်း - ၂၄ ပစ္စည်း

ဟေတုပစ္စယော
 အာရမ္မဏပစ္စယော
 အဓိပတိပစ္စယော
 အနန္တရပစ္စယော
 သမနန္တရပစ္စယော

သဟဇာတပစ္စယော
အညမညပစ္စယော
နိဿယပစ္စယော
ဥပနိဿယပစ္စယော
ပုရေဇာတပစ္စယော
ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော
အာသေဝနပစ္စယော
ကမ္မပစ္စယော
ဝိပါကပစ္စယော
အာဟာရပစ္စယော ဝ
ဣန္ဒြိယပစ္စယော
ဈာနပစ္စယော
မဂ္ဂပစ္စယော
သမ္ပယုတ္တပစ္စယော
ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယော
အတ္ထိပစ္စယော
နတ္ထိပစ္စယော
ဝိဂတပစ္စယော
အဝိဂတပစ္စယောတိ။



ယေန္တော ဗောဓိယာ မူလေ၊
 သကျာနံ နန္ဒိဝမ္မနော။
 ဝေမေဝ ဇယော ဟောတု၊
 ဇယဿု ဇယမင်္ဂလေ။

အပရာဇိတ ပလ္လင်္ကေ၊
 သီသေပုထု ဝိပုက္ခလေ။
 အဘိသေကေ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ၊
 အဂ္ဂပ္ပတ္တော ပမောဒတိ။

သုနက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ၊
 သုပ္ပဘာတံ သုဟုဋ္ဌိတံ။
 သုခဏော သုမုဟုတ္တော စ၊
 သုယိဋ္ဌံ ဗြဟ္မစာရိသု။

ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္ပံ၊ ဝါစာကမ္ပံ ပဒက္ခိဏံ။
 ပဒက္ခိဏံ မနောကမ္ပံ၊ ပဏီမိတေ ပဒက္ခိဏေ။
 ပဒက္ခိဏာနိ ကတွာန၊ လဘန္တတ္ထေ ပဒက္ခိဏေ။
 တေ အတ္ထ လဒ္ဓါ သုခိတာ၊ ဝိရုဋ္ဌာ ဗုဒ္ဓသာသနော။
 အရောဂါ သုခိတာ ဟောထ၊ သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။



ခုနစ်ဆူ ဘုရားရှိခိုး

အစိန္တေယျ အစိန္တေယျ . အပ္ပမေယျ အပ္ပမေယျ
အနန္တဇေဋ္ဌ သေဋ္ဌ . အတုမရှိ အတိုင်းမသိသော
ကျေးဇူးတော် ဂုဏ်တော်အပေါင်းတို့၏ တည်ရာ
စုဝေးရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ မြတ်စွာဘုရား။

၁။ ဘုန်းတော်အနန္တ ကံတော်အနန္တ ဉာဏ်တော်
အနန္တ စကြဝဠာကမ္ဘာမြေမိုးဖြန်းဖြန်းကျိုးမျှ၊ တန်ခိုးတော်
အနန္တတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ----

အရှင်ဝိပဿီမြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်

၂။ ဘုန်းတော်အနန္တ ----

အရှင်သီဝီမြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်

၃။ ဘုန်းတော်အနန္တ ----

အရှင်ဝေဿဘူမြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်

၄။ ဘုန်းတော်အနန္တ ---

အရှင်ကကုသန်မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်

၅။ ဘုန်းတော်အနန္တ ----

အရှင်ကောဏဂုဏ်မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်

၆။ ဘုန်းတော်အနန္တ ----

အရှင်ကဿပမြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်

၇။ ဘုန်းတော်အနန္တ ----

အရှင်ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်

ဤခုနစ် ဆူကုန်သော၊ မြတ်စွာဘုရားကြီးအပေါင်း
တို့သည်၊ အကျွန်ုပ်၏၊ ဦးခေါင်းထက်၌၊ အမြဲကိန်းစက်
စောင့်ရှောက် တည်နေတော်မူပါစေကုန်သတည်း။

ဤခုနစ် ဆူကုန်သော၊ မြတ်စွာဘုရားကြီးအပေါင်း
တို့သည် အကျွန်ုပ်၏ ဝဲ-ယာနှစ်ဖက် ပခုံးထက်၌
အမြဲကိန်းစက် စောင့်ရှောက် တည်နေတော်မူပါ
စေရန်သတည်း ။

ဤခုနစ် ဆူကုန်သော၊ မြတ်စွာဘုရားကြီးအပေါင်း
တို့သည်၊ အကျွန်ုပ်၏ အဆုတ် အသည်း နှလုံးထဲ၌
အမြဲကိန်းစက် စောင့်ရှောက် တည်နေတော်မူပါ
စေရန်သတည်း ။

- | | | |
|-------------|-----------------|-------|
| ❖ ဝိပဿီ | ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝိ | |
| အရဟံ | သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ | |
| အနန္တပုညော | အနန္တဂုဏော | |
| အနန္တညာဏော | အနန္တတေဇော | |
| အနန္တဣဒ္ဓိ | အနန္တဇုတိ ။ | |
| ❖ သိဒ္ဓိ | ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝိ | ----- |
| ❖ ဝေဿဘူ | ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝိ | ----- |
| ❖ ကကုသန္ဓော | ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝိ | ----- |
| ❖ ကောဏဂမနော | ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝိ | ----- |
| ❖ ကဿပေါ | ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝိ | ----- |
| ❖ ဂေါတမော | ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝိ | |
| အရဟံ | သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ | |
| အနန္တပုညော | အနန္တဂုဏော | |
| အနန္တညာဏော | အနန္တတေဇော | |
| အနန္တဣဒ္ဓိ | အနန္တဇုတိ ။ | |

❖ သတ္တိမေ ဗုဒ္ဓါ

ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ၊

အနန္တပုညာ အနန္တဂုဏာ၊

အနန္တညာဏာ အနန္တတေဇာ၊

အနန္တဣဒ္ဓိမန္တာ အနန္တဇုတိမန္တာ။

နမော၊ တေသံ သတ္တန္တံ ဗုဒ္ဓါနံ ဘဂဝန္တာနံ
အရဟန္တာနံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ။

❖ ဒုတိယမ္ပိ-သတ္တိမေ ဗုဒ္ဓါ

ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ၊

အနန္တပုညာ အနန္တဂုဏာ၊

အနန္တညာဏာ အနန္တတေဇာ၊

အနန္တဣဒ္ဓိမန္တာ အနန္တဇုတိမန္တာ။

❖ နမော၊ တေသံ သတ္တန္တံ ဗုဒ္ဓါနံ ဘဂဝန္တာနံ
အရဟန္တာနံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ။

❖ တတိယမ္ပိ-သတ္တိမေ ဗုဒ္ဓါ

ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ၊

အနန္တပုညာ အနန္တဂုဏာ၊

အနန္တညာဏာ အနန္တတေဇာ၊

အနန္တဣဒ္ဓိမန္တာ အနန္တဇုတိမန္တာ။

❖ နမော၊ တေသံ သတ္တန္တံ ဗုဒ္ဓါနံ ဘဂဝန္တာနံ
အရဟန္တာနံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ။

- ❖ အနန္တပုညာ ပုဒ်၊
ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓိ၊
အနန္တေဟိ ပုညစက္ကေဟိ၊
အမေ ရက္ခန္တိ ॥
- ❖ အနန္တဂုဏာ ပုဒ်၊
ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓိ၊
အနန္တေဟိ ဂုဏစက္ကေဟိ၊
အမေ ရက္ခန္တိ ॥
- ❖ အနန္တဉာဏာ ပုဒ်၊
ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓိ၊
အနန္တေဟိ ဉာဏစက္ကေဟိ၊
အမေ ရက္ခန္တိ ॥
- ❖ အနန္တတေဇာ ပုဒ်၊
ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓိ၊
အနန္တေဟိ တေဇစက္ကေဟိ၊
အမေ ရက္ခန္တိ ॥
- ❖ အနန္တဣဒ္ဓိမန္တာ ပုဒ်၊
ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓိ၊
အနန္တေဟိ ဣဒ္ဓိစက္ကေဟိ၊
အမေ ရက္ခန္တိ ॥
- ❖ အနန္တဇုတိမန္တာ ပုဒ်၊
ဘဂဝန္တော အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓိ၊
အနန္တေဟိ ဇုတိစက္ကေဟိ၊
အမေ ရက္ခန္တိ ॥

❖ သဗ္ဗေ သဗ္ဗညုသမ္ဗုဒ္ဓါ၊
 မာရသေနာ ဝိဓမ္မိနော၊
 မာရသေနာ ဝိမဒ္ဓိနော၊
 မာရသေနာ ဝိဇိတာဝိနော၊
 သဗ္ဗေဟိ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓစက္ကေဟိ၊
 အမေ ရက္ခန္တိ။ ။

❖ သဗ္ဗေ ပစ္စေကသမ္ဗုဒ္ဓါ၊
 သယမ္ဘူ ဝိဇိတာဝိနော၊
 သဗ္ဗေဟိ ပစ္စေကဗုဒ္ဓစက္ကေဟိ၊
 အမေ ရက္ခန္တိ။ ။

❖ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါနုဗုဒ္ဓါ၊
 အရဟန္တာ ခိဏာသဝါ၊
 သဗ္ဗေဟိ အရဟန္တစက္ကေဟိ၊
 အမေ ရက္ခန္တိ။ ။



ဓာရဏပရိတ်တော် အန္တရာယ်မပြုနိုင် ဂုဏ်လေးနိုင်

- ၁။ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတို့၏ ဇီဝိတခေါ်
အသက်တော်ကို တစ်စုံတစ်ယောက်သောပုဂ္ဂိုလ်သည်
ပျက်စီးအောင် ပြုခြင်းငှာ မတတ်နိုင်။
- ၂။ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတို့၏ သဗ္ဗညုတ
ဉာဏ်တော်ကို တစ်စုံတစ်ယောက်သောပုဂ္ဂိုလ်သည်
မသိမမြင်အောင် ပြုခြင်းငှာ မတတ်နိုင်။
- ၃။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတို့အတွက် ရှေးရှု
ဆောင်အပ်ကုန်သော ပစ္စည်းလေးပါးတို့ကို တစ်စုံ
တစ်ယောက်သောပုဂ္ဂိုလ်သည် ပျက်စီးအောင်
ပြုခြင်းငှာ မတတ်နိုင်။
- ၄။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးတို့၏ ကိုယ်တော်ရောင်ခြည်
တစ်လီရှစ်ဆယ်၊ လက္ခဏာငယ် အသွယ်သွယ်ကို
တစ်စုံတစ်ယောက်သောပုဂ္ဂိုလ်သည် ပျက်စီးအောင်
ပြုခြင်းငှာ မတတ်နိုင်။

သက်တော်ဉာဏ်တော် ပစ္စည်းတော်နှင့် ကိုယ်တော်
ရောင်ခြည် ဤလေးလီတို့ကို တစ်စုံတစ်ယောက်သော
ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပျက်စီးအောင်ပြုခြင်းငှာ မတတ်နိုင်။

ထိုနည်းမခြား အလားတူစွာ ဘုရားတပည့်တော်အား
ပြည့်စုံပါစေသတည်း။



အာဇေဏိကဂူဏ်တော် (၁၈) ဖော်

- ၁။ ရှေးရှေးဘဝ အတိတ်ကလျှင် တွေ့ရသမှု တရားအစဉ်
ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံပေငြား
မြတ်စွာဘုရား၏ သီရိန်မှန်က မကျန်ရအောင် လုံးဝ
စုံလင် အကုန်သိမြင်သော ဉာဏ်တော်သည် မောဟ
မှောင်ကြီး ရှေ့ကဆီး၍ အပြီးကွယ်ကာ မတားမြစ်
နိုင်ပါတကား။
- ၂။ နောက်နောက်ကာလ အနာဂတ်ဝယ် တွေ့ရသမှု
တရားအစဉ် ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်နှင့်
ပြည့်စုံပေငြား မြတ်စွာဘုရား၏ သီရိန်မှန်က မကျန်
ရအောင် လုံးဝစုံလင် အကုန်သိမြင်သော ဉာဏ်တော်
သည် မောဟမှောင်ကြီး ရှေ့ကဆီး၍ အပြီးကွယ်ကာ
မတားမြစ်နိုင်ပါတကား။
- ၃။ ပစ္စုပ္ပန်ခဏ ခုဘဝဝယ် တွေ့ရသမှု တရားအစဉ်
ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံပေငြား
မြတ်စွာဘုရား၏ သီရိန်မှန်က မကျန်ရအောင် လုံးဝ
စုံလင် အကုန်သိမြင်သော ဉာဏ်တော်သည် မောဟ
မှောင်ကြီး ရှေ့ကဆီး၍ အပြီးကွယ်ကာ မတားမြစ်
နိုင်ပါတကား။

အတိတ် အနာဂတ် ခုဝတ္တမာန် ပစ္စုပ္ပန်ဟု
သုံးတန်ကုန်သော ဆီးတားကွယ်ကာ မရှိပါဘဲ
လိုရာပြည့်စုံ ဤဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံလုံလောက်
အထမြောက်တော်မူပြီးသော ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ
တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံပေငြား မြတ်စွာဘုရား၏

၄။ ကိုယ်ဖြင့်ပြုရန် ကာယကံ မှန်သမျှသည် သတိတမန်
အမြဲခံလျက် ဉာဏ်တော်တရား ရှေ့သွားရှိသည်ဖြစ်၍
ဉာဏ်တော်ရှေ့က ဖြစ်ပြီးမှလျှင် နောက်ကစိုက်စိုက်
လိုက်ရပေသည်တကား။

၅။ နှုတ်ဖြင့်ပြောရန် ဝစီကံ မှန်သမျှသည် သတိတမန်
အမြဲခံလျက် ဉာဏ်တော်တရား ရှေ့သွားရှိသည်ဖြစ်၍
ဉာဏ်တော်ရှေ့က ဖြစ်ပြီးမှလျှင် နောက်ကစိုက်စိုက်
လိုက်ရပေသည်တကား။

၆။ စိတ်ဖြင့်ကြံရန် မနောကံ မှန်သမျှသည် သတိတမန်
အမြဲခံလျက် ဉာဏ်တော်တရား ရှေ့သွားရှိသည်ဖြစ်၍
ဉာဏ်တော်ရှေ့က ဖြစ်ပြီးမှလျှင် နောက်ကစိုက်စိုက်
လိုက်ရပေသည်တကား။

ကာလသုံးတန် ကံလည်းသုံးပါး ဤသို့အားဖြင့်
ခြောက်ပါးကုန်သော ဆီးတားကွယ်ကာ မရှိပါဘဲ
လိုရာပြည့်စုံ ဤဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံလုံလောက်
အထမြောက်တော်မူပြီးသော ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ
တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံပေငြား မြတ်စွာဘုရား၏-

၇။ သတ္တဝါထိုထို စီးပွားကိုလျှင် ပြုလိုသောအား
ကြီးမားသော ဆန္ဒတော်၏ သတ္တိချွတ်ယွင်း အားကုန်
ခြင်းကြောင့် မတင်းနိုင်တော့ ယုတ်လျော့ခြင်းသည်
ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေတကား။

၈။ တရားဓမ္မ သြဝါဒကို နေ့ညခပင်း ဟောပြခြင်း၏
သတ္တိချွတ်ယွင်းအားကုန်ခြင်းကြောင့် မတင်းနိုင်တော့
ယုတ်လျော့ခြင်းသည် ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏ
အနေ မရှိပါချေတကား။

၉။ ပရိယတ် ပဋိပတ် အကျင့်မြတ်၌ မပြတ်ကြိုးကုတ်
အားထုတ်နိုင်သော ဝီရိယတော်၏ သတ္တိချွတ်ယွင်း
အားကုန်ခြင်းကြောင့် မတင်းနိုင်တော့ ယုတ်လျော့ခြင်း
သည် ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေ
တကား။

၁၀။ အာရုံတစ်ခု စူးစိုက်ရှု၍ စိတ်စုများမြှောင် တည်တံ့
အောင် ထားနိုင်သော သမာဓိတော်၏ သတ္တိချွတ်ယွင်း
အားကုန်ခြင်းကြောင့် မတင်းနိုင်တော့ ယုတ်လျော့ခြင်း
သည် ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေ
တကား။

၁၁။ သိရန်မှန်က မကျန်ရအောင် လုံးဝစုံလင် အကုန်သိမြင်
သောဉာဏ်တော်၏ သတ္တိချွတ်ယွင်း အားကုန်ခြင်း
ကြောင့် မတင်းနိုင်တော့ ယုတ်လျော့ခြင်းသည်
ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေတကား။

၁၂။ ကိလေသာမာရ် သူပုန်ရန်မှ ကေန့်လွတ်ကင်း
သန့်ရှင်းသော အရဟတ္တဖိုလ်၏ သတ္တိချွတ်ယွင်း
အားကုန်ခြင်းကြောင့် မတင်းနိုင်တော့ယုတ်လျော့ခြင်း
သည် ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေ
တကား။

ကာလသုံးတန် ကံလည်းသုံးဝ ဓမ္မခြောက်ပါး ဤသို့
အားဖြင့် ဆယ့်နှစ်ပါးကုန်သော ဆီးတားကွယ်ကာ
မရှိပါဘဲ လိုရာပြည့်စုံ ဤဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံ
လုံလောက် အထမြောက်တော်မူပြီးသော ဘုန်းတော်
ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံပေငြား မြတ်စွာဘုရား၏-

၁၃။ အကျိုးမဖက် အပျက်အချော်ပြုမှုသည် ဘယ်ခါ
ကာလ သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေတကား။

၁၄။ မဆင်မခြင် စိတ်၌ထင်သော် အလျင်ပြောမှု
ပြုလုပ်မှုသည် ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏအနေ
မရှိပါချေတကား။

၁၅။ ဉာဏ်တော်မပြန့် မနွဲ့စပ်သော ကိစ္စသည် ဘယ်ခါ
ကာလ သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေတကား။

၁၆။ မြင်ရသူများ လန့်ရွံ့သွားအောင် ပြေးလွှားသမှု
အဟုန်ဖြင့် ပြုရသည်၏ အဖြစ်သည် ဘယ်ခါကာလ
သမယမှ ခဏအနေ မရှိပါချေတကား။

၁၇။ သတ္တဝါအမျိုးမျိုး စီးပွားတိုးအောင် အကျိုးမငဲ့
 ကြောင့်ကြမဲ့စိတ်သည် ဘယ်ခါကာလ သမယမှ
 ခဏအနေ မရှိပါချေတကား။

၁၈။ စဉ်းစားသမှု ဉာဏ်မပြုဘဲ လျစ်လျူရှုကာ
 ဥပေက္ခာသည် ဘယ်ခါကာလ သမယမှ ခဏအနေ
 မရှိပါချေတကား။

ကာလသုံးတန် ကံလည်းသုံးဝ ဓမ္မခြောက်သွယ်
 ပြုဖွယ်ခြောက်ပါး ဤသို့အားဖြင့် များပြားဘိတုံ
 တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးကုန်သော ဆီးတားကွယ်ကာမရှိပါဘဲ
 လိုရာပြည့်စုံ ဤဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံလုံလောက်
 အထမြောက်တော်မူပြီးသော ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ
 တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံပေငြား မြတ်စွာဘုရားအား
 တစ်စုံတစ်ယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပျက်စီးအောင်
 ပြုခြင်းငှာ မတတ်နိုင်။

ထိုနည်းမခြား အလားတူစွာ ဘုရားတပည့်တော်အား
 ပြည့်စုံပါစေသတည်း။

ကာလသုံးတန် ကံလည်းသုံးဝ ဓမ္မခြောက်သွယ်
 ပြုဖွယ်ခြောက်ပါး ဤသို့အားဖြင့် များပြားဘိတုံ
 တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးကုန်သော ဆီးတားကွယ်ကာမရှိပါဘဲ

လိုရာပြည့်စုံ ဤဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံလုံလောက်
အထမြောက်တော်မူပြီးသော ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ
တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံပေငြား မြတ်စွာဘုရားအား
အာဝေဏိက ဓမ္မဘုန်းဟုန် ကျေးဇူးဂုဏ်ကို
အာရုံထားကာ ပွားသဒ္ဓါဖြင့် များစွာညွတ်ကျိုး
ရှိခိုးပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

ခုနစ်ဆူကုန်သော ဝိပဿီအစထား ဘုရားရှင်ကိုယ်
တော်မြတ်ကြီးတို့အား အာဝေဏိက ဓမ္မဘုန်းဟုန်
ကျေးဇူးဂုဏ်ကို အာရုံမျှော်ကိုး သဒ္ဓါဖြိုးကာ
ရှိခိုးဦးညွတ်ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

သဒ္ဓမ္မသုံးဖြာ ရှစ်အရိယာနှင့် တကွဖြစ်သော
သီရန်မှန်ကမကျန်ရအောင် လုံးဝစုံလင် အကုန်သိမြင်
ဘုရားရှင်သည် ချွေရံသင်းပင်း ဆွေမျိုးသားချင်းနှင့်
တကွဖြစ်သော ဘုရားတပည့်တော်ကို ကာလရှည်ကြာ
အခါခပ်သိမ်း ရန်မာန်ငြိမ်းအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်
တော်မူပါစေသတည်း။

ဘုရားတပည့်တော်အားသာလျှင် ကာလရှည်ကြာ
ဘယ်ခါမလပ် လိုအင်ဆန္ဒ မှန်သမျှကို ဆောလျှင်
မနွေး အောင်ဆုပေးတော်မူပါစေသတည်း။

တစ်ဆယ့်ရှစ်ဖြာ အာဝေဏိက ဗုဒ္ဓကျေးဇူး
ဂုဏ်အထူးတို့ကို ချီးကျူးကြည်ညို ဖွင့်ဆိုမြွက်ကြား
ထိုစကားသည်သာလျှင် မတိမ်းမစောင်း ကောင်းမြတ်
ကေနိ ဝင်စစ်မှန်၏ ။

အာဝေဏိက ဓမ္မဘုန်းဟုန် ကျေးဇူးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံ
ပေငြား မြတ်စွာဘုရားကို ဘုရားအာရုံ ကိုယ်လုံးခြံ၍
ကြည်ယုံကော်ရော် ဘုရားတပည့်တော်သည် ကိုယ်နှုတ်
နှလုံး သုံးပါးပျောင်းပျော့ မာန်ကိုလျှော့၍ ရှိခိုး
ကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

ဗုဒ္ဓဓမ္မ ဌာရသကို ထုတ်ဆိုသော ဝန္တနာဖြိုး ရှိခိုးပါရ
ဤပုညကြောင့် မအောင်သေးခင် အောင်ကြွေးတင်၍
အောင်မြင်ရန်မျှော် ဘုရားတပည့်တော်၏ လောကီ
လောကုတ် ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ နှစ်ဖြာကောင်းကျိုး
ပွားတိုးဖို့ရန် တောင်းတအပ်သမျှ ကောင်းမြတ်သော
အကြံမှန်သမျှသည် ကြံစည်သည့်အတိုင်း မဆိုင်း
လျင်စွာ ပြည့်စုံအောင်မြင်ပါစေသတည်း။



သဗ္ဗညုဉာဏ်တော် အစွမ်းသုံးပါး

၁။ သိရန်မှန်ကန် မကျန်ရအောင်
 လုံးဝစုံလင် အကုန်မြင်
 သဗ္ဗညုဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း ။

၂။ သိသည့်တရား များအပြား၌
 ဟောကြားစဖွယ် နည်းသွယ်သွယ်ကို
 ခြယ်လှယ်စုံလင် အကုန်မြင်
 သဗ္ဗညုဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း ။

၃။ ကျွတ်ထိုက်ကြပေ များဝေနေ၏
 ဣန္ဒြေစရိုက် သူ့အကြိုက်ကို
 နှိုက်ချွတ်စုံလင် အကုန်မြင်
 သဗ္ဗညုဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း ။

ဉာဏ်တော်စွမ်းပကား ဤသုံးပါးကြောင့်
 အများဝေနေ ကျွတ်လွတ်စေဖို့
 မနေမနား သက်တော်အားဖြင့်
 ကြီးမားလေဘိ ရှစ်ဆယ်ပြည့်၍
 ပရိနိဗ္ဗာန် စံသည့်တိုင်အောင်
 သယ်ယူဆောင် ဘုန်းခေါင် ငါတို့ဘုရားတည်း။

❖ ဘုရားရှင်တော် မပွင့်ပေါ်လျှင်
လူတော်အများ စိတ်ကောင်းထားလည်း
ဤကားကုသိုလ် အကုသိုလ်ဟု
ထိုထိုဘုံဘဝ မသိရ
များလှအပြစ်တွေ ။

❖ ဘုရားရှင်တော် ပွင့်ထွန်းပေါ်၍
ဟောဖော်ညွှန်ကြား မြတ်တရားကြောင့်
ဤကားကုသိုလ် အကုသိုလ်ဟု
ထိုထိုဘုံဘဝ သိကြရ
များလှကျေးဇူးတွေ ။

❖ ကျေးဇူးတော်ရင် ဘုရားရှင်ကို
နေ့စဉ်မပြတ် ကျေးဇူးဆပ်ဖို့
အမြတ်ရတနာ သာသနာ၏
နှစ်ဖြာဝန်ထမ်း လွန်ကြိုးပမ်း
လူစွမ်းပြကြစေ ။



မေတ္တာဘာဝနာ

- ❖ ကိုယ်စီကိုယ်ငှ ကိုယ့်ဒေသ၌ ပျော်ကြစပ်ရာ သတ္တဝါ မှန်သမျှတို့သည် အိပ်မက်ရာမက် ကောင်းစွာမက်၍ နှစ်သက်ကြည်သာ အိပ်စက်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။
- ❖ မင်္ဂလာကျက်သရေ ယှက်ဝေလန်းသဖြင့် စန်းပွင့်ကြ ကုန်သည်ဖြစ်၍ကောင်းစွာမိုးသောက်အလင်းရောက်၍ ထမြောက်နိုးကြားနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။
- ❖ အပါယ်ဒုဂ္ဂတိ ရောက်မည့်အကြောင်း မကောင်း ညစ်ဆိုး ဒုစရိုက်မျိုးကို သူတော်လက်နက် တရား စက်ဖြင့် ဖြိုဖျက်နိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။
- ❖ အလောင်းအလျာ ဖြည့်ကောင်းရာသည့် သုံးဖြာ ဆယ်လီ သုံးဆယ်အညီ ပါရမီအပေါင်း အကျင့် ကောင်းကို တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် ရင့်သထက် ရင့်အောင် မလင့်ပုံသေ ဖြည့်ကျင့်နိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။



အသုဘဘာဝနာ

- ❖ ငါ၏ကိုယ်မှာ နံ့သာမွှေးကြိုင်
မြဲခိုင်လှစွာ ကောင်းရာမမြင်
ဆံပင်သာရှိ အမွှေးရှိ၍၊
ရှိသည့်လက်သည်း ခြေအသည်းနှင့်
သွားလည်းတစ်ထွေ အရေတစ်မျိုး
ညှိနဲ့ဆိုးသည် အသိုးအပုပ်ချည်းပါတကား။
- ❖ အပုပ်တွေ သိုလှောင်ထားတဲ့ ဂိုဒေါင်ပမာ ဤငါ့ရဲ့
ခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည်ကား လှအောင်ပအောင် တင့်တယ်
အောင်ဟု မာန်ထောင်ကာ အထင်လွဲတွေဖြင့် အစဉ်
မြဲစွာ အသရေတိုးစေဖို့ ရေချိုးကာ လွန်စွာယုယငြား
သော်လည်း ရွံစရာ အသုဘတရားချည်းသာလျှင်
တည်း။
- ❖ မိမိမှတစ်ပါး ချစ်သား ချစ်သမီး ချစ်ဇနီး ချစ်လင်
ချစ်ခင်လေငြား ယောက်ျားမိန်းမ အများတို့သည်
လည်း ပိုးဖဲကတ္တီပါ အထည်အဝတ်မျိုးတွေဖြင့်
တစ်မျိုးတစ်ဖုံ ပလီပလာ အလီလီ အချစ်တိုး
အောင်ဟု အသစ်အသစ်တိုးကာ ဟန်ပြင်ကြသော်လည်း
အန်ချင်စရာ အသုဘတရားချည်းသာလျှင်တည်း။

❖ သုံးဆယ့်တစ်နှောင်တွေမှာ အကောင်တွေ အနေထား
ကြသည့် ထွေထွေစားစား သတ္တဝါအများတို့သည်
လည်း သနပ်ခါးပေါင်ဒါ မျိုးစုံပန်းတွေဖြင့် ထပ်မနား
ဆောင်ကာ ကတိုးအစုံဖြန်းပါလို့ တစ်မျိုးတစ်ဖုံ
ဆန်းအောင် အဟုတ်ယောင်ဆောင်ကြသော်လည်း
အပုပ်ကောင် အသုဘတရားချည်းသာလျှင်တည်း။



သံဝေဂဝတ္ထု (၈) ပါး

အမိဝမ်းခေါင်း	ဆယ်လညောင်းမျှ
အောင်းခဲရချေ	တည်သန္ဓေနှင့်
လူ့ပြည်လူ့ရွာ	ရောက်ပြန်ပါလည်း
အိုနာသေရေး	ဒုက္ခဘေးကြောင့်
စိတ်အေးကိုယ်ခိုင်	မနေနိုင်ခဲ့
ဆိုင်ဆိုင်ဒုက္ခ	ခံပြီးမှလည်း
များလှပါယ်ရွာ	ရောက်ကြရှာ၏
အတီတာရေး	ဤဝဋ်ဘေးနှင့်
နောင်ရေးနာဂတ်	ဒုက္ခထပ်လိမ့်
မပြတ်ခုခါ	ဖြစ်တုန်းမှာလည်း
အစာရှာရ	ထိုဒုက္ခကြောင့်
နေ့ညမဟူ	ကိုယ်စိတ်ပူ၍
သူသူငါငါ	မသက်သာသည်
ရှစ်ဖြာသံဝေ	ရကြောင်းတည်း။



မီး (၁၁) မီး

သူသူငါငါ	ဖြစ်လေရာဝယ်
ဦးစွာကြိုဆီး	ဇာတိမီးက
အပြီးပုံသေ	လောင်မြိုက်လေ၏
မသွေတစ်သီး	ဇရာမီးလည်း
အပြီးနောက်မှာ	ကပ်လျက်ပါ၏
မကွာစေရ	မရဏဟု
တစ်ဘဝဖျက်ဆီး	လောင်သည့်မီးလည်း
ညီးညီးပြောင်ပြောင်	အမြဲလောင်၏
လောင်ပုံလောင်အား	မထင်ရှားလည်း
နုထွားပျိုမျစ်	အရွယ်ဖြစ်သော်
အချစ်ရာဂ	မီးတွေထ၍
ဒေါသထန်ပြင်း	မောဟညှင်း၏။
မကင်းနိုင်အောင်	ထို့နောက်နောင်လည်း
တောက်လောင်ဖိစီး	သောကမီးကြောင့်
ဝမ်းနည်းဖွယ်တွေ	အထွေထွေနှင့်
ပရိဒေဝ	ငိုကြွေးကြ၍
ဒုက္ခလည်းထပ်	ဒေါမနသ်နှင့်
ဆက်စပ်မကွာ	ဥပါယာသ
လွန်ပြင်းပြလျက်	သက်မျှမရှူ
တက်အောင်ပူသည်	ဆူဆူဆယ့်တစ်
မီးတောက်တည်း ။	



သံဝေဂ နှင့် မရဏသမာတိ ဘာဝနာ

- ၁။ ငါတို့နေရာ ဤကမ္ဘာ တဏှာအုပ်စိုးသည်။
 ၂။ တဏှာစေရာမနေသာ ဖွေရှာဆက်ရသည်။
 ၃။ ရသည့်ဥစ္စာ ချစ်သူပါ စွန့်ခွာသွားရမည်။
 ၄။ တကယ့်အရေး တကယ့်ဘေး ဘယ်သွေး ဘယ်သား
 မကယ်ပြီ။
 ၅။ ငါနှင့်ရွယ်သူငါ့အောက်လူ ကြီးသူသေကြ များလှပြီ။
 ၆။ ခဏမစဲ အိုစမြဲ ကိုယ်လည်းသေဘက်နီးခဲ့ပြီ။
 ၇။ ဇရာမီးတောင် ကိုယ်ထည်းလောင် သေအောင်မြို့က်တော့-
 သည်။
 ၈။ မသေရခင် သွားလမ်းစဉ် ကြိုတင်ပြင်သင့်ပြီ။
 ၉။ ဒါနသီလာ ဘာဝနာ လမ်းသာထွင်လိမ့်မည်။
 ၁၀။ မဂ္ဂင်ယာဉ်ကြီး အမြန်စီး ခရီးထွက်တော့မည်။

❖ ငရဲရှိတယ် တိရစ္ဆာန်ရှိတယ်
 ပြိတ္တာရှိတယ် အသူရကာယ်ရှိတယ်
 လူနဲ့လူမွဲရှိတယ် လူဆင်းရဲရှိတယ်
 သေရဦးမယ် သတိထား ။



အေးသယောင် အပူလောင်တတ်သည်

- ❖ ထိုသီလသိက္ခာ ကောင်းစွာမစင် ပုထုဇဉ်ဆိုး ရဟန်း
 မျိုး၏ ဒကာ ဒကာမ သဒ္ဓါကြွ၍ ထာဝရလှူဒါန်း
 စားဖွယ်ဆွမ်းသည်လည်း အရှိန်ရဲရဲ မီးလျှံစွဲသည့်
 သံခဲသံတုံးတွေနှင့် တူလှပေ၏ ။

- ❖ ကိုယ်ဝယ်ဆင်မြန်းဝတ်သင်္ကန်းသည် အရှိန်ကြီးမား
မီးလျှံဝါးသည့် သံပြားကြီးနှင့် တူလှပေ၏ ။
- ❖ သွားရပ်ထိုင်လျောင်း နေရာကျောင်းသည် ဝန်းကျင်
တောက်ပြောင် ရဲရဲလောင်ညီး သံအိုးကြီးနှင့်
တူလှပေ၏ ။
- ❖ လူသူအားလုံး ကိုင်းညွတ်ရုံးလျက် ရွှင်ပြုံးကြည်ညို
ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးကြခြင်းသည်
အရောင်လက်လက် မြမြထက်သည့် လှံရွက်ကိုမိုး
ဝိုင်း၍ထိုးသည်နှင့် တူလှပေသတည်း။



နိဗ္ဗာန် နှင့် လာဘ် တစ်လမ်းစီ

- ❖ လာဘသက္ကာရဖို့ရာဟုဂုဏ်ပါမျှော်ချင့်ပြုအပ်သော
အကျင့်သည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်းမှ
ရွဲ့စောင်းသောအား တစ်မျိုးတစ်ခြား တစ်ပါးသာ
တည်း။
- ❖ တဏှာဝါန ကင်းစင်ပသည့် ခေမရောက်ကြောင်း
ကောင်းသောအကျင့်သည် ဂုဏ်လာဘ်မျှော်ကိုး
အကျင့်ဆိုးမှ တစ်မျိုးတစ်ခြား တစ်ပါးသာတည်း။

- ❖ ဤသို့ သွားလမ်း ခွဲခြမ်းသောအား နှစ်မျိုးနှစ်စားဖြင့် သိရန်မှန်က မကျန်ရအောင် လုံးဝစုံလင် အကုန် သိမြင် ဘုရားရှင်၏-
- ❖ တရားဓမ္မ ဩဝါဒကို လုံးဝနာယူ တပည့်ရင်း ဖြစ်တော်မူသော သံသရာဘေး လာမည့်ရေးကို မျှော်တွေးရှုတောင်း ရဟန်းကောင်းသည်။
- ❖ သံသရာလည်ရန် အပါယ်စံနှင့် နိဗ္ဗာန်မြန်းဖွယ် လမ်းနှစ်သွယ်ကို သို့လော သို့လော မတွေးတောဘဲ သဘောအရှိ ဟုတ်တိုင်းသိ၍-
- ❖ ဒကာ ဒကာမ သဒ္ဓါကြွ၍ ဒါနဟုခေါ် ပူဇော် သက္ကာရကို မရသော်တ ရသော်ကြွ၍ အားရခင်မင် လိုချင်တောင့်တ၍ မနေရာ။
- ❖ အဖော်ကိုရှောင်း အပေါင်းကိုခွာ ဆိတ်ငြိမ်ရာဝယ် ဘာဝနာနှစ်ရပ် သမာပတ်ကို တစ်ဆင့်ထက် တစ်ဆင့် ရင့်သထက်ရင့်အောင် မလင့်ပုံသေ တိုးပွားစေရာသတည်း။



ပစ္စည်းလေးပါး၌ ဆင်ခြင်ရန်

- ❖ အသက်ရှည်စွာ ဘေးရောဂါတို့ ကိုယ်မှာမကပ်၊ ပရိယတ်နှင့် ပဋိပတ်ရေး မျှော်ထောက်တွေး၍၊ ဤဆေး ဤဆွမ်း ဤသင်္ကန်းနှင့်၊ ရွှင်လန်းဖွယ်တောင်း ဤစံကျောင်းကို၊ ကိန်းအောင်းမှီခိုပါသတည်း။ (၃-ကြိမ်)

ဓမ္မာနုပဿနာ ရှုပွားနည်းအချုပ်

- ❖ ဝင်လေထိမှု သတိပြု ရုပ်ဟု ရှုပွားပါ။
- ❖ ထွက်လေထိမှု သတိပြု ရုပ်ဟု ရှုပွားပါ။
- ❖ ထွက်ဝင်ခိုက်မှာ ပူအေးတာ ရှုပါ ရုပ်ဟုသာ။
- ❖ ထွက်ဝင်ခိုက်မှာ တင်းတောင့်တာ လှုပ်တာ ရွေ့တာ ရုပ်ရှုပါ။
- ❖ တင်ပါးကြမ်းထိ ပူအေးကြည့် ရှုဘိ ရုပ်ဟုသာ။
- ❖ ရင်၌တိုးတုန် လှုပ် နှင့် ခုန် ရှုတုံ ရုပ်ဟုသာ။
- ❖ ကြွခိုက်အခါ လေးတင်းနာ လျော့တာ ရုပ်ရှုပါ။
- ❖ လှမ်းခိုက်အခါ ပေါ့တင်းနာ လျော့တာ ရုပ်ရှုပါ။
- ❖ ချခိုက်အခါ မာပျော့နာ တင်းတာတိုးတာ ရုပ်ရှုပါ။
- ❖ ရပ်ခိုက်အခါ တင်းတောင့်တာ ထိန်းတာ ရုပ်ရှုပါ
- ❖ အိပ်ခိုက်အခါ လျော့တင်းနာ ပူတာအေးတာ ရုပ်ရှုပါ။
- ❖ ခေါင်းအုံးခေါင်းထိ ဒိတ်တိုးကြည့် ရှုဘိ ရုပ်ဟုသာ။
- ❖ အာရုံတွေမှာ ညွတ်တတ်တာ သိတာ နာမ်ရှုပါ။
- ❖ ကိုယ်နှင့်စပ်သမျှ ရုပ်ရှုကြ စိတ်နှင့်စပ်က နာမ်ရှုပါ။
- ❖ အလုပ်နေရာ ဣရိယာ ချိန်ခါမရွေးရ။

သာဓု သာဓု သာဓု



မနက်ဝတ်ရွတ်စဉ် ပြီး၏။

ပရိတ်တော် နေ့အလိုက် ရွတ်ပုံ အစီအစဉ်

တနင်္ဂနွေနေ့	= မင်္ဂလာသုတ်၊ ဓာရဏပရိတ်
တနင်္လာနေ့	= ရတနသုတ်
အင်္ဂါနေ့	= မေတ္တာသုတ်၊ ဓမ္မစကြာ
ဗုဒ္ဓဟူးနေ့	= ခန္ဓ၊ မောရ၊ ဝဇ္ဇသုတ်
ကြာသပတေးနေ့	= ဇေဂ္ဂသုတ်
သောကြာနေ့	= အာဇာနည်ဋီယသုတ်
စနေနေ့	= အင်္ဂုလိမာလသုတ်၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်၊ ပုဗ္ဗဏှသုတ်၊



ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာစူ
မရိတ်ကြီး ပါဠိတော်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

- ၁။ သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊
အတြာဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ။
သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဇဿ၊
သုဏန္တု သဂ္ဂမောက္ခဒံ။
- ၂။ ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။
ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။
ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။
- ၃။ နမော တဿ ဘဂဝတော
အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
နမော တဿ ဘဂဝတော
အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
နမော တဿ ဘဂဝတော
အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။
- ၄။ ယေ သန္တာ သန္တဝိတ္တာ၊
တိသရဏသရဏာ၊
ဧတ္ထ လောကန္တရေဝါ၊
ဘုမ္မာ ဘုမ္မာ စ ဒေဝါ။
ဂုဏ ဂဏ ဂဟဏ၊

ဗျာဝဋ္ဋာ သဗ္ဗကာလံ။
ဇော အာယန္တ ဒေဝါ၊
ဝရ ကနကမယေ၊
မေရုရာဇေ ဝသန္တော။
သန္တော သန္တောသဟေတုံ၊
မုနိဝရဝစနံ၊
သောတုမဂ္ဂံ သမဂ္ဂါ။

၅။ သဗ္ဗေသု စက္ကဝါဠေသု၊
ယက္ခာ ဒေဝါ စ ဗြဟ္မဇော။
ယံ အမေဟိ ကတံ ပုညံ၊
သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသာကေ။

၆။ သဗ္ဗေသံ အနုမောဒိတွာ၊
သမဂ္ဂါ သာသနေ ရတာ။
ပမာဒရဟိတာ ဟောန္တု၊
အာရက္ခာသု ဝိသေသတော။

၇။ သာသနဿ စ လောကဿ၊
ပုဗ္ဗိ ဘဝတု သဗ္ဗဒါ။
သာသနမ္ပိ စ လောကဉ္စ၊
ဒေဝါ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။

၈။ သဒ္ဓိံ ဟောန္တူ သုခီ သဗ္ဗေ၊
 ပရိဝါရေဟိ အတ္တနော။
 အနီဃာ သုမနာ ဟောန္တူ၊
 သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။

၉။ ရာဇတော ဝါ စောရတော ဝါ
 မနုဿတော ဝါ အမနုဿတော ဝါ
 အဂ္ဂိတော ဝါ ဥဒကတော ဝါ
 ပိဿာစတော ဝါ ခါဏုကတော ဝါ
 ကဏုကတော ဝါ နက္ခတ္တတော ဝါ
 ဇနပဒရောဂတော ဝါ အသဒ္ဓမ္မတော ဝါ
 အသန္နိဋ္ဌိတော ဝါ အသပ္ပုရိသတော ဝါ
 စဏှာ ဟတ္ထိ အဿ မိဂ ဂေါဏ ကုတ္တုရ
 အဟိ ဝိစ္ဆိက မဏိသပ္ပ ဒီပိ
 အစ္ဆ တရစ္ဆ သူကရ မဟိသ
 ယက္ခ ရက္ခသာဒီဟိ
 နာနာဘယတော ဝါ နာနာရောဂတော ဝါ
 နာနာဥပဒ္ဒဝတော ဝါ အာရက္ခံ ဂဏှန္တူ။

၁။ မင်္ဂလသုတ္တ

၁။ ယံ မင်္ဂလံ ဒွါဒသဟိ၊
 စိန္တယီသု သဒေဝကာ၊
 သောတ္တာနံ နာမိဂစ္ဆန္တိ၊
 အဋ္ဌတ္တိသဉ္စ မင်္ဂလံ။

၂။ ဒေသိတံ ဒေဝဒေဝေန၊
 သဗ္ဗပါပဝိနာသနံ။
 သဗ္ဗလောက ဟိတတ္ထာယ၊
 မင်္ဂလံ တံ ဘဏ္ဍာမ ဟေ။

၃။ ဧဝံ မေ သုတံ၊
 ကေ သမယံ ဘဂဝိ သာဝတ္ထိယံ၊
 ဝိဟရတိ ဇေတဝနေ၊
 အနာထပိဏ္ဍိကဿ အာရာမေ။
 အထခေါ အညတရာ ဒေဝတာ
 အဘိက္ကန္တယ ရတ္ထိယာ
 အဘိက္ကန္တဝဏ္ဏာ
 ကေဝလကပ္ပံ ဇေတဝနံ ဩဘာသေတွာ
 ယေန ဘဂဝိ၊ တေနုပသင်္ကမိ။
 ဥပသင်္ကမိတွာ၊
 ဘဂဝန္တံ အဘိဝါဒေတွာ
 ကေမန္တံ အဋ္ဌာသိ။
 ကေမန္တံ ဌိတာ ခေါ သာ ဒေဝတာ
 ဘဂဝန္တံ ဂါထာယ အဇ္ဈဘာသိ။

၄။ ဗဟူ ဒေဝါ မနုဿာ စ၊
 မင်္ဂလာနိ အစိန္တယုံ။
 အာကင်္ခမာနာ သောတ္ထာနံ၊
 ဗြူဟိ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၅။ အသေဝနာ စ ဗာလာနံ၊
ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ။
ပူဇာ စ ပူဇေနယျာနံ၊
ဧတံ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၆။ ပတိရူပ ဒေသဝါသော စ၊
ပုဗ္ဗေ စ ကတ ပုညတာ။
အတ္တသမ္မာပဏိမိ စ၊
ဧတံ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၇။ ဗာဟုသစ္စဉ္စ သိပ္ပဉ္စ၊
ဝိနယောစ သုသိက္ခိတော။
သုဘာသိတာ စ ယာ ဝါစာ။
ဧတံ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၈။ မာတာပိတု ဥပဋ္ဌာနံ၊
ပုတ္တဒါရဿ သင်္ဂဟော။
အနာကုလာ စ ကမ္မန္တာ၊
ဧတံ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၉။ ဒါနဉ္စ ဓမ္မစရိယာ စ၊
ဉာတကာနဉ္စ သင်္ဂဟော။
အနဝဇ္ဇာနိ ကမ္မာနိ၊
ဧတံ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၁၀။ အာရတီ ဝိရတီ ပါပါ။

မဇ္ဇပါနာ စ သံယမော။

အပ္ပမာဒေါ စ ဓမ္မေသု၊

တေ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၁၁။ ဂါရဝေါ စ နိဝါတော စ၊

သန္တုဋ္ဌိ စ ကတညုတာ။

ကာလေန ဓမ္မဿဝနံ၊

တေ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၁၂။ ခန္တီစ သောဝစဿတာ၊

သမဏာနဉ္စ ဒဿနံ၊

ကာလေန ဓမ္မသာကန္တာ၊

တေ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၁၃။ တပေါ စ ဗြဟ္မစရိယဉ္စ

အရိယသစ္စာန ဒဿနံ၊

နိဗ္ဗာန သစ္စိကိရိယာ စ၊

တေ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၁၄။ ဗုဒ္ဓဿ လောကဓမ္မေဟိ၊

စိတ္တံ ယဿ န ကမ္ပတိ၊

အသောကံ ဝိရဇံ ခေမံ၊

တေ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၁၅။ တောဒိသာနီ ကတွာန၊

သဗ္ဗတ္ထ မပရာဇိတာ။

သဗ္ဗတ္ထ သောတ္ထိ ဂစ္ဆန္တိ၊

တံ တေသံ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

မင်္ဂလသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



ဓာရဏပရိတ်တော်

အန္တရာယ်မပြုနိုင် ဂုဏ်လေးစိုင်း

၁။ ဗုဒ္ဓါနံ ဇီဝိတဿ န သက္ကာ ကေနစိ အန္တရာယော
ကာတုံ။

၂။ ဗုဒ္ဓါနံ သဗ္ဗညုတညာဏဿ န သက္ကာ ကေနစိ
အန္တရာယော ကာတုံ။

၃။ ဗုဒ္ဓါနံ အဘိဟဋ္ဌာနံ စတုန္ဒံ ပစ္စယာနံ န သက္ကာ
ကေနစိ အန္တရာယော ကာတုံ။

၄။ ဗုဒ္ဓါနံ အသီတိယာနုဗျဉ္ဇနာနံ ဗျာမပ္ပဘာယဝါ
န သက္ကာ ကေနစိ အန္တရာယော ကာတုံ။

❖ ဣမေသံ စတုန္ဒံ န သက္ကာ ကေနစိ အန္တရာယော
ကာတုံ၊ တထာ မေ ဟောတု။



အာဝေဏိကဂူဏ်တော် တစ်ဆယ့်ရှစ်ပေ

၁။ အတိတံသေ ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော အပ္ပဋ္ဌိဟတံ ဉာဏံ၊

၂။ အနာဂတံသေ ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော အပ္ပဋ္ဌိဟတံ ဉာဏံ၊

၃။ ပစ္စုပ္ပန္နံသေ ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော အပ္ပဋ္ဌိဟတံ ဉာဏံ။

❖ ဣမေဟိ တိဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတဿ ဗုဒ္ဓဿ
ဘဂဝတော

၄။ သဗ္ဗံ ကာယကမ္မံ ဉာဏပုဗ္ဗင်္ဂံ ဉာဏာနုပရိဝတ္တံ၊

၅။ သဗ္ဗံ ဝစီကမ္မံ ဉာဏပုဗ္ဗင်္ဂံ ဉာဏာနုပရိဝတ္တံ၊

၆။ သဗ္ဗံ မနောကမ္မံ ဉာဏပုဗ္ဗင်္ဂံ ဉာဏာနုပရိဝတ္တံ။

❖ ဣမေဟိ ဆဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတဿ ဗုဒ္ဓဿ
ဘဂဝတော

၇။ နတ္ထိ ဆန္ဒဿ ဟာနိ။

၈။ နတ္ထိ ဓမ္မဒေသနာယ ဟာနိ။

၉။ နတ္ထိ ဝီရိယဿ ဟာနိ။

၁၀။ နတ္ထိ သမာဓိဿ ဟာနိ။

၁၁။ နတ္ထိ ပညာယ ဟာနိ။

၁၂။ နတ္ထိ ဝိမုတ္တိယာ ဟာနိ။

❖ ဣမေဟိ ဒွါဒသဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတဿ
ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော

၁၃။ နတ္ထိ ဒဝါ။

၁၄။ နတ္ထိ ရဝါ။

၁၅။ နတ္ထိ အပ္ပုဋ္ဌံ။

၁၆။ နတ္ထိ ဝေဂါယိတတ္ထံ။

၁၇။ နတ္ထိ အဗျာဝဋ္ဌမနော။

၁၈။ နတ္ထိ အပ္ပဋိသင်္ခါနုပေက္ခာ။

❖ ကုမေဟိ အဋ္ဌာရသဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတဿ
ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော၊ န သက္ကာ ကေနစိ အန္တရာယော
ကာတုံ၊ တထာ မေ ဟောတု။

(တထာ တေ ဟောတု)

❖ ကုမေဟိ အဋ္ဌာရသဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတဿ
ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော နမော သတ္တန္တံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ။

❖ သသဒ္ဓမ္မဂဏုတ္တမော၊

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ။

သပရိဝါရံ သဉ္ဇာတိဂဏံ၊

ရက္ခတု မံ စိရံ သဒါ။

သဗ္ဗကာမဒဒေါ ဟောတု၊

မယုမေဝ စိရံ သဒါ။

(တုယုမေဝ စိရံ သဒါ)

❖ တဒေဝ ဝစနံ သစ္စံ၊

ဘဂဝန္တံ နမာမဟံ။

ဧတေန သစ္စပုညေန၊

စိန္တာမယံ သမိဇ္ဈတံ။

(စိန္တာတုယံ သမိဇ္ဈတံ)

ဓာရဏပရိတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၂။ ရတနသုတ္တံ

၁။ ပဏိဓာနတော ပဌာယ
 တထာဂတဿ ဒဿ ပါရမိယော၊
 ဒဿ ဥပပါရမိယော၊
 ဒဿ ပရမတ္ထ ပါရမိယောတိ၊
 သမတိံသ ပါရမိယော၊
 ပဉ္စ မဟာပရိစ္စာဂေါ၊
 လောကတ္ထစရိယံ
 ဉာတတ္ထစရိယံ၊
 ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယန္တိ
 တိဿော စရိယာယော၊
 ပစ္စိမဘဝေ ဂဗ္ဘဝေါက္ကန္တိ ဇာတိံ
 အဘိနိက္ခမနံ ပဓာနစရိယံ
 ဗောဓိပလ္လင်္ဂေ မာရဝိဇယံ
 သဗ္ဗညုတဉာဏပ္ပဋိဝေဓံ၊
 ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနံ၊
 နဝ လောကုတ္တရဓမ္မေတိ၊
 သဗ္ဗေပိမေ ဗုဒ္ဓဂုဏေ အာဝဇ္ဇေတွာ
 ဝေသာလိယာ တီသု ပါကာရန္တရေသု၊
 တိယာမရတ္တိံ ပရိတ္တိံ ကရောန္တော၊
 အာယသ္မာ အာနန္ဒတ္ထေရော ဝိယ၊
 ကာရုညစိတ္တံ ဥပဋ္ဌပေတွာ-

၂။ ကောဠိသတသဟဿေသု

စက္ကဝါဠေသု ဒေဝတာ။

ယဿာ'ဏံ ပဋိဂ္ဂဏှန္တိ၊

ယဉ္စ ဝေသာလိယာ ပုရေ။

၃။ ရောဂါမနုဿဒုဗ္ဘိက္ခ-

သမ္ဘူတံ တိဝိဓံ ဘယံ။

ခိပ္ပ'မန္တရဓာပေသိ၊

ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ၊

၄။ ယာနီဓ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊

ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိ ဝ အန္တလိက္ခေ။

သဗ္ဗေဝ ဘူတာ သုမနာ ဘဝန္တူ၊

အထောပိ သက္ကစ္စ သုဏန္တူ ဘာသိတံ။

၅။ တသ္မာ ဟိ ဘူတာ နိဿမေထ သဗ္ဗေ၊

မေတ္တံ ကရေထ မာနုသိယာ ပဇာယ၊

ဒိဝါ စ ရတ္တော စ ဟရန္တိ ယေ ဗလီ၊

တသ္မာ ဟိ နေ ရက္ခထ အပ္ပမတ္တာ။

၆။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊

သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ။

န နော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊

ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊

တေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၇။ ခယံ ဝိရာဂံ အမတံ ပဏီတံ၊
ယဒဇ္ဈဂါ သကျမုနီ သမာဟိတော။
န တေန ဓမ္မေန သမတ္ထိ ကိဉ္စိ၊
ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၈။ ယံ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌော ပရိဝဏ္ဏယီ သုစီ၊
သမာဓိ'မာနန္တရိက'ည'မာဟု။
သမာဓိနာ တေန သမော န ဝိဇ္ဇတိ၊
ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

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

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

၁၁။ ယထိန္ဒဒီလော ပထဝိသိတော သိယာ၊
 စတုဗ္ဗိဝါတေဟိ အသမ္ပကမ္ပိယော။
 တထူပမံ သပ္ပုရိသံ ဝဒါမိ၊
 ယော အရိယသစ္စာနိ အဝေစ္စ ပဿတိ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၂။ ယေ အရိယသစ္စာနိ ဝိဘာဝယန္တိ၊
 ဂမ္ဘီရပညေန သုဒေသိတာနိ။
 ကိဉ္ဇာပိ တေ ဟောန္တိ ဘုသံ ပမတ္တာ၊
 န တေ ဘဝံ အဋ္ဌမ'မာဒိယန္တိ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၃။ သဟာဝ'ဿ ဒဿနသမ္ပဒါယ၊
 တယ'ဿု ဓမ္မာ ဇဟိတာ ဘဝန္တိ။
 သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆိတဉ္စ၊
 သီလဗ္ဗတံ ဝါပိ ယဒတ္ထိ ကိဉ္စိ။

၁၄။ စတူဟပါယေဟိ စ ဝိပ္ပမုတ္တော၊
 ဆစ္စာဘိဌာနာနိ အဘဗ္ဗ ကာတုံ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၅။ ကိဉ္ဇာပိ သော ကမ္မကရောတိ ပါပကံ၊
 ကာယေန ဝါစာ ဥဒ စေတသာ ဝါ။
 အာဘဗ္ဗ သော တဿ ပဋိစ္ဆဒါယ၊
 အာဘဗ္ဗတာ ဒိဋ္ဌပဒဿ ဝုတ္တာ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဇောေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၆။ ဝနပ္ပဂုဓေ ယထ ဖုဿိတဂ္ဂေ၊
 ဂိမ္မာန မာသေ ပဌမသ္မိံ ဂိမ္မေ။
 တထူပမံ ဓမ္မဝရံ အဒေသယိ၊
 နိဗ္ဗာနဂါမိံ ပရမံ ဟိတာယ။
 ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ။
 ဇောေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၇။ ဝရော ဝရညူ ဝရဒေါ ဝရာဟရော။
 အနတ္တရော ဓမ္မဝရံ အဒေသယိ။
 ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဇောေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၈။ ခီဏံ ပုရာဏံ နဝ နတ္ထိ သမ္ဘဝံ၊
 ဝိရတ္တစိတ္တာ' ယတိကေ ဘဝသ္မိံ။
 တေ ခီဏဗီဇာ အဝိရုဋ္ဌိဆန္ဒာ၊
 နိဗ္ဗန္တိ ဝီရာ ယထယံ ပဒီပေါ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဇောေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၉။ ယာနီခ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိဝ အန္တလိက္ခေ။
 တထာဂတံ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ။
 ဗုဒ္ဓံ နမဿာမ သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၂၀။ ယာနီခ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိဝ အန္တလိက္ခေ။
 တထာဂတံ ဒေဝမနုဿ ပူဇိတံ။
 ဓမ္မံ နမဿာမ သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၂၁။ ယာနီခ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိ ဝါ ယာနိဝ အန္တလိက္ခေ။
 တထာဂတံ ဒေဝမနုဿပူဇိတံ၊
 သံဃံ နမဿာမ သုဝတ္ထိ ဟောတု။
 ရတန သုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၃။ မေတ္တသုတ္တ

၁။ ယဿာနုဘာဝတော ယက္ခာ၊
 နေဝ ဒဿေန္တိ ဘိသနံ။
 ယဉ္စိ စေဝါနုယုဇ္ဇန္တော၊
 ရတ္တိန္တိ'မတန္တိတော။

- ၂။ သုခံ သုပတိ သုတ္တော စ၊
 ပါပံ ကိဉ္စိ န ပဿတိ။
 ဝေမာဒိ ဂုဏူပေတံ။
 ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။
- ၃။ ကရဏီယ'မတ္တကုသလေန၊
 ယန္တ သန္တံ ပဒံ အဘိသမေစ္စ။
 သက္ကော ဥဇ္ဇူ စ သုဟုဇ္ဇူ စ၊
 သုဝစော စဿ မုဒု အနုတိမာနီ။
- ၄။ သန္တုဿကော စ သုဘရော စ၊
 အပ္ပကိစ္စော စ သလ္လဟုကဝုတ္တိ။
 သန္တိန္ဒြိယော စ နိပကော စ၊
 အပ္ပဂဗ္ဘော ကုလေသွ'နနုဂိဒ္ဓေါ။
- ၅။ န စ ခုဒ္ဒ'မာစရေ ကိဉ္စိ၊
 ယေန ဝိညူ ပရေ ဥပဝဒေယျံ။
 သုခိနောဝ ခေမိနော ဟောန္တု၊
 သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။
- ၆။ ယေ ကေစိ ပါဏဘူတတ္ထိ၊
 တဿ ဝါ ထာဝရာဝ နဝသေဿ။
 ဒီဃာ ဝါ ယေဝ မဟန္တာ၊
 မဇ္ဈိမာ ရဿကာ အဏုကထူလာ။

၇။ ဒိဋ္ဌာ ဝါ ယေဝ အဒိဋ္ဌာ၊
 ယေဝ ဒူရေ ဝသန္တိ အဝိဒူရေ။
 ဘူတာဝ သမ္ဘဝေသီဝ၊
 သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။

၈။ န ပရော ပရံ နိကုဗ္ဗေထ၊
 နာတိမညေထ ကတ္တစိ န ကဗ္ဗိ။
 ဗျာရောသနာ ပဋိဃသည၊
 နာညမညဿ ဒုက္ခမိစ္ဆေယျ။

၉။ မာတာ ယထာ နိယံပုတ္တ၊
 မာယုသာ ဧကပုတ္တ မနုရက္ခေ။
 ဝေမ္ဗိ သဗ္ဗဘူတေသု၊
 မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။

၁၀။ မေတ္တဉ္စ သဗ္ဗလောကသ္မိ၊
 မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။
 ဥဒ္ဓိ အဓော စ တိရိယဉ္စ၊
 အသမ္မာဓံ အဝေရ'မသပတ္တံ။

၁၁။ တိဋ္ဌံ စရံ နိသိန္ဓောဝ၊
 သယာနော ယာဝတာ'ဿ ဝိတမိဒ္ဓေါ။
 တေ သတိ အဓိဋ္ဌေယျ၊
 ဗြဟ္မ'မေတံ ဝိဟာရ'မိဓ'မာဟု။

၁၂။ ဒိဋ္ဌိဉ္စ အနုပဂ္ဂမ္မ၊

သီလဝါ ဒဿနေန သမ္ပန္နော။

ကာမေသု ဝိနယ ဂေဓံ၊

န ဟိ ဇာတုဂ္ဂဗ္ဗသေယျ ပုနရေတိ။

မေတ္တသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



ဓမ္မစကြာသုတ်ပါဠိ

ဓမ္မစကြာအမွှန်း

- (က) ဘိက္ခုနံ ပဉ္စဝဂ္ဂီနံ၊
ဣသိပတန နာမကေ။
မိဂဒါယေ ဓမ္မဝရံ၊
ယံ တံ နိဗ္ဗာနပါပကံ။
- (ခ) သဟမ္ပတိ နာမကေန၊
မဟာဗြဟ္မေန ယာစိတော။
စတုသစ္စံ ပကာသေန္တော၊
လောကနာထော အဒေသယံ။
- (ဂ) နန္ဒိတံ သဗ္ဗဒေဝေဟိ၊
သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသာဓကံ။
သဗ္ဗလောကဟိတတ္ထာယ၊
ဓမ္မစက္ကံ ဘဏာမ ဟေ။

၁။ မွေ့စကြာနိဒါန်း

ဝေံ မေ သုတံ-

ကေံ သမယံ ဘဂဝါ ဗာရာဏသီယံ ဝိဟရတိ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ။

တတြ ခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂိယေ ဘိက္ခု။ အာမန္တေသိ။

၂။ အယုတ်တရားနှစ်ပါး

ဒွေ မေ ဘိက္ခဝေ အန္တော ပဗ္ဗဇိတေန န သေဝိတဗ္ဗာ။

ကတမေ ဒွေ-

ယော စာယံ ကာမေသု ကာမသုခလ္လိကာနုယောဂေါ
ဟိနောဂါမ္မောပေါထုဇ္ဇနိကောအနရိယောအနတ္ထသံဟိတော။

ယော စာယံ အတ္တကိလမထာနုယောဂေါ ဒုက္ခော
အနရိယော အနတ္ထသံဟိတော။

၃။ အလယ်အလတ် အကျင့်တရား

တေ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဥဘော အန္တေ အနုပဂမ္မ မဇ္ဈိမာ
ပဋိပဒါ တထာဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ
ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

ကတမာ စ သာ ဘိက္ခဝေ မဇ္ဈိမာ ပဋိပဒါတထာဂတေန
အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌဂီကော မဇ္ဈိ။

သေယျထိဒံ-

သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော
သမ္မာအာဇီဝေါ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။
အယံ ခေါ သာ ဘိက္ခဝေ မဇ္ဈိမာပဋိပဒါတထာဂတေန
အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ
အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

၄။ ဒုက္ခသစ္စာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ။
ဇာတိပိ ဒုက္ခာ၊ ဇရာပိ ဒုက္ခာ၊ ဗျာဓိပိ ဒုက္ခော၊
မရဏမ္ပိ ဒုက္ခံ၊ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊
ဝိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော၊ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ၊
တမ္ပိ ဒုက္ခံ၊ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ။

၅။ သမုဒယသစ္စာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ။
ယာယံ တဏှာ ပေါနောဗ္ဘဝိကာ နန္ဒီရာဂသဟဂတာ
တတြတတြာဘိနန္ဒိနီ။
သေယျထိဒံ-
ကာမတဏှာ ဘဝတဏှာ ဝိဘဝတဏှာ။

၆။ နိရောဓသန္တာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ။
ယော တဿာယေဝ တဏှာယ အသေသဝိရာဂ
နိရောဓော စာဂေါ ပဋိနိဿဂေါ မုတ္တိ အနာလယော။

၇။ မဂ္ဂသန္တာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဂေါမိနိပဋိပဒါ
အရိယသစ္စံ။
အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌဂီကော မဂ္ဂေါ။
သေယျထိဒံ-
သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော
သမ္မာအာဇီဝေါ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

၈။ ဒုက္ခသန္တာ၌ သန္တုဉာဏ်

“ဣဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စ”န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ
အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊
ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၉။ ဒုက္ခသန္တာ၌ ကိစ္ဆုဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညေယျ”န္တိ
မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနုဿုတေသု ဓမ္မေသု
စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊
ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၀။ ဒုက္ခသမ္ဘာ၌ ကတဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညာတ”န္တိ
 မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု
 စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊
 ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၁။ သမုဒယသမ္ဘာ၌ သစ္စဉာဏ်

“ဣဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ”န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ
 အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊
 ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၂။ သမုဒယသမ္ဘာ၌ ကိစ္စဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟာတဗ္ဗ”န္တိ
 မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊
 ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ။ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊
 အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၃။ သမုဒယသမ္ဘာ၌ ကတဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟိန”န္တိ
 မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊
 ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ။ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊
 အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၄။ နိရောဓသစ္စာ၌ သစ္စဉာဏ်

“ဣဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စ” ၏ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ
အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊
ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၅။ နိရောဓသစ္စာ၌ ကိစ္စဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ သတ္တိကာ-
တဗ္ဗ” ၏ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု
စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊
ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၆။ နိရောဓသစ္စာ၌ ကတဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ သတ္တိကတ” ၏
မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု
စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ
ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၇။ မဂ္ဂသစ္စာ၌ သစ္စဉာဏ်

“ဣဒံ ဒုက္ခနိရောဓဂေါပနိပဋိပဒါ အရိယသစ္စ” ၏
မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု ဓမ္မေသု
စက္ခံ၊ ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ
ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။

၁၈။ မဂ္ဂသစ္စာ၌ ကိစ္စဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဂေါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ
ဘာဝေတဗ္ဗ” နှိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု စက္ခံ
ဥပပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥပပါဒိ၊ ပညာ ဥပပါဒိ၊
ဝိဇ္ဇာ ဥပပါဒိ၊ အာလောကော ဥပပါဒိ။

၁၉။ မဂ္ဂသစ္စာ၌ ကတဉာဏ်

“တံ ခေါ ပနိဒံ ဒုက္ခနိရောဂေါမိနီ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ
ဘာဝိတ” နှိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနနဿုတေသု စက္ခံ
ဥပပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥပပါဒိ၊ ပညာ ဥပပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ
ဥပပါဒိ၊ အာလောကော ဥပပါဒိ။

၁၉။ ရှေးက ဘုရားဖြစ်ကြောင်းဝန်မခံခဲ့ပုံ

ယာဝကီဝဉ္စ မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု စတူသု အရိယသစ္စေသု
ဝေ တိပရိဝဉ္စ ခွါဒသာကာရံ ယထာဘူတံ ဉာဏဒဿနံ
န သုဝိသုဒ္ဓိံ အဟောသိ။

နေဝ တာဝါဟံ ဘိက္ခဝေ သဒေဝကေ လောကေ သမာရကေ
သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏိယာ ပဇာယ သဒေဝ
မနဿာယ “အနတ္တရံသမ္မာသမ္ဗောဓီအဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါ” တိ
ပစ္စညာသိ။

၂၁။ ယခုမှ ဘုရားမြစ်ကြောင်း ဝန်ခံပုံ

ယတော စ ခေါ် မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု
စတူသု အရိယသစ္စေသု ဝေ တိပရိဝဇ္ဇံ ဒွါဒသာကာရံ
ယထာဘူတံ ဉာဏဒဿနံ သုဝိသုဒ္ဓိံ အဟောသိ။
အထာဟံ ဘိက္ခဝေ သဒေဝကေ လောကေ သမာရကေ
သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏိယာ ပဇာယ သဒေဝ
မနုဿာယ “အနတ္တရံသမ္မာသမ္မောဓိံအဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါ” တိ
ပစ္စညာသိ။

၂၂။ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ပုံ

ဉာဏဉ္စ ပန မေ ဒဿနံ ဥဒပါဒိ။ “အကုပ္ပါ မေ ဝိမုတ္တိ၊
အယမန္တိမာ ဇာတိ၊ နတ္ထိ ဒါနိ ပုနပ္ပဝေါ” တိ။

၂၃။ ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းတို့ တရားနှစ်သက်ကြပုံ

ဣဒမဝေါစ ဘဂဝါ။

အတ္တမနာ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာ ဘိက္ခု။ ဘဂဝတော ဘာသိတံ
အဘိနန္ဒန္တိ။

၂၄။ အရှင်ကောဏ္ဍည သောတာပန်ဖြစ်ပုံ

ဣမသ္မိံ စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘညမာနေ
အာယသ္မတော ကောဏ္ဍညဿ ဝိရဇံ ဝိတမလံ ဓမ္မစက္ခု
ဥဒပါဒိ “ယံကိစ္ဆိ သမုဒယဓမ္မံ၊ သဗ္ဗံ တံ နိရောဓ ဓမ္မံ”န္တိ။

၂၅။ နတ်ဗြဟ္မာတို့ ကောင်းချီးပေးပုံ

ပဝတ္တိတေ စ ပန ဘဂဝတာ ဓမ္မစက္ကေ ဘုမ္မာ ဒေဝါ
သဒ္ဓမ္မာသောသေသံ “တေ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

ဘုမ္မာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ စာတုမဟာရာဇိကာ
ဒေဝါ သဒ္ဓမ္မာသောသေသံ “တေဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

စာတုမဟာရာဇိကာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ တာဝတိံသာ
ဒေဝါ သဒ္ဓမ္မာသောသေသံ “တေဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

တာဝတိံသာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ ယာမာ
ဒေဝါ သဒ္ဓမ္မာသောသေသံ “တေဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

ယာမာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ တုသိတာ ဒေဝါ
သဒ္ဓံမနုဿာဝေသုံ “တေံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

တုသိတာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ နိမ္မာနရတီ ဒေဝါ
သဒ္ဓံမနုဿာဝေသုံ “တေံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

နိမ္မာနရတီနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တိ ဒေဝါ
သဒ္ဓံမနုဿာဝေသုံ “တေံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တိနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတွာ ဗြဟ္မကာယိကာ
ဒေဝါသဒ္ဓံမနုဿာဝေသုံ “တေံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တိတံ
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြာဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိ”န္တိ။

ဣတိဟ တေန ခဏေန တေန လယေန တေန
မုဟုတ္တေန ယာဝ ဗြဟ္မလောကာ သဒ္ဓေါ အဗ္ဘုဂ္ဂစ္ဆိ။

၂၆။ တစ်သောင်းသော လောကဓာတ်တူန်လှုပ်ပုံ
အယဉ္ဇ ဒသသဟဿိလောကဓာတု သံကမ္ပိ သမ္ပကမ္ပိ
သမ္ပဝေဝိ။

၂၇။ အရောင်အလင်း ဖြစ်ပေါ်လာပုံ
အပ္ပမာဏော စ ဥဋ္ဌာရော ဩဘာသော လောကေ
ပါတုရဟောသိ အတိက္ကမ္မ ဒေဝိနံ ဒေဝိနဘာဝန္တိ။

၂၈။ မြတ်စွာဘုရား ဥဒါန်းကျူးပုံ
အထ ခေါ ဘဂဝါ ဣမံ ဥဒါနံ ဥဒါနေသိ “အညာသိ
ဝတ ဘော ကောဏ္ဍညော၊ အညာသိ ဝတ ဘော
ကောဏ္ဍညော”တိ။
ဣတိဟိဒံ အာယသ္မတော ကောဏ္ဍညဿ အညာသိ
ကောဏ္ဍညောတွေဝ နာမံ အဟောသိ။

၂၉။ အညာသိကောဏ္ဍည ရှင်ရဟန်းအဖြစ် တောင်းခံပုံ
အထ ခေါ အာယသ္မာ အညာသိကောဏ္ဍညော
ဒိဋ္ဌဓမ္မော ပတ္တဓမ္မော ဝိဒိတဓမ္မော ပရိယောဂါဠဓမ္မော
တိဏ္ဍဝိစိကိစ္ဆော ဝိဂတကထံကထော ဝေသာရဇ္ဇပ္ပတ္တော
အပရပ္ပစ္စယော သတ္တုသာသနေ ဘဂဝန္တိ တေဒဝေါစ
“လဘေယျဟံ ဘန္တေ ဘဂဝတော သန္တိကေ ပဗ္ဗဇ္ဇံ၊
လဘေယျံ ဥပသမ္ပဒ”န္တိ။

၃၀။ ဟေိဘိက္ခု ရဟန်းအဖြစ်ရပုံ

“ဟေိဘိက္ခု” တိ ဘဂဝါ အဝေါစ “သွာက္ခာတော ဓမ္မော၊
စရ ဗြဟ္မစရိယံ သမ္မာ ဒုက္ခဿ အန္တကိရိယာယာ” တိ။
သာဝ တဿ အာယသ္မတော ဥပသမ္ပဒါ အဟောသီတိ။

ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၄။ ဓန္ဓသုတ္တ

၁။ သဗ္ဗာသီဝိသဇာတိနံ၊

ဒိဗ္ဗမန္တာဂဒံ ဝိယ။

ယံ နာသေတိ ဝိသံ ဃောရံ

သေသဉ္စာပိ ပရိဿယံ။

၂။ အာဏာက္ခေတ္တမိ သဗ္ဗတ္ထ၊

သဗ္ဗဒါ သဗ္ဗပါဏိနံ။

သဗ္ဗသောပိ နိဝါရေတိ၊

ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ဝိရူပက္ခေဟိ မေ မေတ္တံ။

မေတ္တံ ဇရာပထေဟိ မေ။

ဆဗျာပုတ္တေဟိ မေ မေတ္တံ၊

မေတ္တံ ကဏှာဂေါတမကေဟိ စ။

၄။ အပါဒကေဟိ မေ မေတ္တံ၊

မေတ္တံ ဒွိပါဒကေဟိ မေ။

စတုပ္ပဒေဟိ မေ မေတ္တံ၊

မေတ္တံ ဗဟုပ္ပဒေဟိ မေ။

၅။ မာ မံ အပါဒကော ဟိသိ၊
မာ မံ ဟိသိ ခွိပါဒကော။
မာ မံ စတုပ္ပဒေါ ဟိသိ၊
မာ မံ ဟိသိ ဗဟုပ္ပဒေါ။

၆။ သဗ္ဗေ သတ္တာ သဗ္ဗေ ပါဏာ၊
သဗ္ဗေ ဘူတာ စ ကေဝလာ။
သဗ္ဗေ ဘဒြာနိ ပဿန္တူ၊
မာ ကန္တိ ပါပ'မာဂမာ။

၇။ အပ္ပမာဏော ဗုဒ္ဓေါ၊
အပ္ပမာဏော ဓမ္မော။
အပ္ပမာဏော သံယော
ပမာဏဝန္တာနိ သရီသပါနိ။
အဟိ ဝိစ္ဆိကာ သတပဒီ၊
ဥဏ္ဏနာဘိ သရဗူ မူသိကာ။

၈။ ကတာ မေ ရက္ခာ၊
ကတံ မေ ပရိတ္တံ၊
ပဋိက္ကမန္တူ ဘူတာနိ။
သောဟံ နမော ဘဂဝတော။
နမော သတ္တန္တံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ။
ခန္ဓသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၅။ မောရသုတ္တံ

၁။ ပူရေန္တံ ဗောဓိသမ္ဘာရေ၊
 နိဗ္ဗတ္တံ မောရယောနိယံ။
 ယေန သံဝိဟိတာရက္ခံ၊
 မဟာသတ္တံ ဝနေစရာ။

၂။ စိရသံ ဝါယမန္တာပိ၊
 နေဝ သက္ခိယံ ဂဏှိတုံ။
 “ဗြဟ္မမန္တ”န္တိ အက္ခာတံ၊
 ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ဥဒေတ’ယံ စက္ခုမာ ဧကရာဇာ၊
 ဟရိဿဝဏ္ဏော ပထဝိပ္ပဘာသော။
 တံ တံ နမဿာမိ ဟရိဿဝဏ္ဏံ ပထဝိပ္ပဘာသံ၊
 တယာ’ဇ္ဇ ဂုတ္တာ ဝိဟရေမု ဒိဝသံ၊

၄။ ယေ ဗြဟ္မဏာ ဝေဒဂူ သဗ္ဗဓမ္မေ၊
 တေ မေ နမော တေ စ မံ ပါလယန္တူ။
 နမတ္ထု ဗုဒ္ဓါနံ၊ နမတ္ထု ဗောဓိယာ၊
 နမော ဝိမုတ္တာနံ၊ နမော ဝိမုတ္တိယာ၊
 ဣမံ သော ပရိတ္တံ ကတွာ၊
 မောရော စရတိ သေနာ။

၆၂

ဓမ္မဒူတ ဇောဝန်တောရ

၅။ အပေတ'ယံ စက္ခုမာ ကေရာဇာ၊
ဟရိဿဝဏ္ဏော ပထဝိပ္ပဘာသော။
တံ တံ နမဿာမိ ဟရိဿဝဏ္ဏံ ပထဝိပ္ပဘာသံ၊
တယာ'ဇူ ဂုတ္တာ ဝိဟရေမု ရတ္တိံ။

၆။ ယေ ဗြာဟ္မဏာ ဝေဒဂူ သဗ္ဗဓမ္မေ၊
တေ မေ နမော၊ တေ စ မံ ပါလယန္တူ။
နမတ္ထု ဗုဒ္ဓါနံ၊ နမတ္ထု ဗောဓိယာ။
နမော ဝိမုတ္တာနံ၊ နမော ဝိမုတ္တိယာ။
ဣမံ သော ပရိတ္တံ ကတွာ၊
မောရော ဝါသ'မကပ္ပယိ။
မောရသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၆။ ဝဇ္ဇသုတ္တ

၁။ ပူရေန္တံ ဗောဓိသမ္ဘာရေ၊
နိဗ္ဗုတ္တံ ဝဇ္ဇဇာတိယံ။
ယဿ တေဇေန ဒါဝဂ္ဂိ၊
မဟာသတ္တံ ဝိဝဇ္ဇယိ။

၂။ ထေရဿ သာရိပုတ္တဿ၊
လောကနာထေန ဘာသိတံ။
ကပ္ပဌာယိ မဟာတေဇံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ အတ္ထိလောကေ သီလဂုဏော၊
သစ္စံ သောစေယျ'နဒ္ဒယာ။
တေန သစ္စေန ကာဟာမိ၊
သစ္စကိရိယ'မုတ္တမံ။

၄။ အာဝဇ္ဇေတွာ ဓမ္မဗလံ၊
သရိတွာ ပုဗ္ဗကေ ဇိနော။
သစ္စဗလ'မဝဿာယ၊
သစ္စကိရိယ'မကာသဟံ။

၅။ သန္တိ ပက္ခာ အပတနာ၊
သန္တိ ပါဒါ အဝဉ္ဇနာ။
မာတာ ပိတာ စ နိက္ခန္တာ၊
ဇာတဝေဒ ပဋိက္ကမ။

၆။ သဟ သစ္စေ ကတေ မယှံ၊
မဟာပဇ္ဇလိတော သိင်္ခိ။
ဝဇ္ဇေသိ သောဠသ ကရိသာနိ၊
ဥဒကံ ပတွာ ယထာ သိင်္ခိ။
သစ္စေန မေ သမော နတ္ထိ၊
သော မေ သစ္စပါရမီ။

ဝဇ္ဇသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၇။ ဇေတဝန်တောရ

၁။ ယဿာ'နုဿရဏေနာပိ၊
အန္တလိက္ခေပိ ပါဏိနော။
ပတိဋ္ဌ'မဓိဂစ္ဆန္တိ၊
ဘူမိယံ ဝိယ သဗ္ဗထာ။

၂။ သဗ္ဗပဒ္ဒဝဇာလမှာ၊
ယက္ခစောရာဒိသမ္ဘဝိ။
ဂဏာနာ န စ မုတ္တာနံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ဧဝံ မေ သုတံ၊
ဧကံ သမယံ ဘဂဝိ သာဝတ္ထိယံ။
ဝိဟရတိ ဇေတဝနေ၊
အနာထပိဏ္ဍိကဿ အာရာမေ။

၄။ တတြ ခေါ ဘဂဝိ
ဘိက္ခု အာမန္တေသိ “ဘိက္ခဝေါ”တိ၊
“ဘဒန္တေ”တိ တေ ဘိက္ခု
ဘဂဝတော ပစ္စယောသုံ။
ဘဂဝိ တေဒဝေါစ -
ဘူတပုဗ္ဗံ ဘိက္ခဝေ၊
ဒေဝိ သုရသင်္ဂါမော၊
သမုပဗျူဇော အဟောသိ။

အထ ခေါ် ဘိက္ခုဝေ
 သက္ကော ဒေဝါနမိန္ဒော
 ဒေဝေ တာဝတိံသေ အာမန္တေသိ၊
 “သစေ မာရိသာ ဒေဝါနံ၊
 သင်္ဂါမဂတာနံ ဥပ္ပဇ္ဇေယျ
 ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ
 လောမဟံသောဝါ၊
 မမေဝ တသ္မိံ သမယေ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကေယျာထ။
 မမံ ဟိ ဝေါ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ
 ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ
 လောမဟံသော ဝါ၊
 သော ပဟိယိဿတိ။

၅။ နော စေ မေ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကေယျာထ၊
 အထ ပဇာပတိဿ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကေယျာထ။
 ပဇာပတိဿ ဟိ ဝေါ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ၊
 ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊
 လောမဟံသော ဝါ၊
 သော ပဟိယိဿတိ။

၆။ နော စေ ပဇာပတိဿ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကေယျာထ၊
 အထ ဝရုဏဿ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကေယျာထ။
 ဝရုဏဿ ဟိ ဝေါ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ၊
 ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊
 လောမဟံသော ဝါ၊
 သော ပဟိယိဿတိ။

၇။ နော စေ ဝရုဏဿ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကေယျာထ၊
 အထ ဤသာနဿ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကေယျာထ။
 ဤသာနဿ ဟိ ဝေါ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ၊
 ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊
 လောမဟံသော ဝါ၊
 သော ပဟိယိဿတိ”တိ။

၈။ တံ ခေါ် ပန ဘိက္ခဝေ သက္ကဿ ဝါ
 ဒေဝါနမိန္ဒဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ၊
 ပဇာပတိဿ ဝါ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ၊
 ဝရုဏဿ ဝါ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ၊
 ဤသာနဿ ဝါ
 ဒေဝရာဇဿ ဓဇ္ဇေ
 ဥလ္လောကယတံ၊
 ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊
 လောမဟံသော ဝါ၊
 သော ပဟိယေတာပိ
 နောပိ ပဟိယေထ။

၉။ တံ ကိဿ ဟေတု၊
 သက္ကော ဟိ ဘိက္ခဝေ ဒေဝါနမိန္ဒော
 အ ဝိတရာဂေါ
 အ ဝိတဒေါသော၊
 အ ဝိတမောဟော၊
 ဘီရု ဆမ္ဘိ
 ဥတြာသီ ပလာယိတိ။

၁၀။ အဟဉ္ဇ ခေါ် ဘိက္ခုဝေ ဇေ ဝဒါမိ၊

သစေ တုမှာကံ ဘိက္ခုဝေ၊

အရညဂတာနံ ဝါ ရုက္ခမူလဂတာနံ ဝါ

သုညာဂါရဂတာနံ ဝါ ဥပ္ပဇ္ဇေယျ

ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ

လောမဟံသော ဝါ၊

မမေဝ တသ္မိံ သမယေ အနုဿရေယျာထ။

၁၁။ ဣတိပိသော ဘဂဝါ

အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊

ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊

သုဂတော၊ လောကဝိဒ္ဓ၊

အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ၊

သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ၊

ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ”တိ။

၁၂။ မမံ ဟိ ဝေါ ဘိက္ခုဝေ အနုဿရတံ၊

ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊

လောမဟံသော ဝါ၊

သော ပဟိယိဿတိ။

၁၃။ နော စေ မံ အနုဿရေယျာထ၊

အထ ဓမ္မံ အနုဿရေယျာထ၊

၁၄။ သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော၊
သန္တိဋ္ဌိကော၊ အကာလိကော၊
ဟေပဿိကော၊ ဩပနေယျိကော၊
ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗျော ဝိညူဟိ”တိ။

၁၅။ ဓမ္မံ ဟိ ဝေါ ဘိက္ခဝေ အနုဿရတံ။
ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ။
လောမဟံသော ဝါ။
သော ပဟိယိဿတိ။

၁၆။ နော စေ ဓမ္မံ အနုဿရေယျာထ၊
အထ သံဃံ အနုဿရေယျာထ။

၁၇။ သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ဥပုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
သာမီစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ၊
အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ၊
ဓေ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
အာဟုနေယျော၊ ပါဟုနေယျော၊
ဒက္ခိဏေယျော၊ အဉ္ဇလိကရဏီယော၊
အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿာ”တိ။

၁၈။ သံဃံ ဟိ ဝေါ ဘိက္ခဝေ အနုဿရတံ၊
ယံ ဘဝိဿတိ ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊
လောမဟံသော ဝါ၊
သော ပဟိယိဿတိ။

၁၉။ တံ ကိဿဟေတု?
တထာဂတော ဟိ ဘိက္ခဝေ။
အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
ဝိတရာဂေါ
ဝိတဒေါသော
ဝိတမောဟော၊
အဘီရု အဆမ္ဘိ
အနုတြာသီ အပလာယိတိ။

၂၀။ ဣဒမဝေါစ ဘဂဝါ၊
ဣဒံ ဝတ္တာန သုဂတော၊
အထာပရံ ဧတဒဝေါစ သတ္ထာ။

၂၁။ အရညေ ရုက္ခမူလေ ဝါ၊
သုညာဂါရေဝ ဘိက္ခဝေါ။
အနုဿရေထ သမ္ဗုဒ္ဓံ၊
ဘယံ တုမ္ပာက နော သိယာ။

၂၂။ နော စေ ဗုဒ္ဓံ သရေယျာထ၊
 လောကဇဉ္ဇေ နရာသဘံ၊
 အထ ဓမ္မံ သရေယျာထ၊
 နိယျာနိကံ သုဒေသိတံ၊

၂၃။ နော စေ ဓမ္မံ သရေယျာထ၊
 နိယျာနိကံ သုဒေသိတံ။
 အထ သံဃံ သရေယျာထ။
 ပုညက္ခေတ္တံ အနုတ္တရံ။

၂၄။ ဧဝံ ဗုဒ္ဓံ သရန္တာနံ၊
 ဓမ္မံ သံဃဉ္စ ဘိက္ခဝေါ၊
 ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊
 လောမဟံသော န ဟေဿတိ။
 ဓဇ္ဇေသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၈။ အာဇာနည်ဦးသုတ္တံ

၁။ အပ္ပသန္ဓေဟိ နာထဿ၊
 သာသနေ သာဓုသမ္ပတေ။
 အမနုဿေဟိ စဏ္ဍေဟိ၊
 သဒါ ကိဗ္ဗိသကာရိဘိ။

၂။ ပရိသာနံ စတဿန္တိ၊
အဟိံသာယ စ ဂုတ္တိယာ။
ယံ ဒေသေသိ မဟာဝီရော၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ဝိပဿိဿ စ နမတ္ထု၊
စက္ခုမန္တဿ သိရီမတော။
သိဝိဿပိ စ နမတ္ထု၊
သဗ္ဗဘူတာနုကမ္ပိနော။

၄။ ဝေဿဘုဿ စ နမတ္ထု၊
နာတကဿ တပဿိနော။
နမတ္ထု ကကုသန္တဿ၊
မာရသေနာပမဒ္ဒိနော။

၅။ ကောဏာဂမနဿ နမတ္ထု။
ဗြာဟ္မဏဿ ဝုသီမတော။
ကဿပဿ စ နမတ္ထု၊
ဝိပ္ပမုတ္တဿ သဗ္ဗမိ။

၆။ အင်္ဂီရသဿ နမတ္ထု၊
သကျုပ္ပတ္တဿ သိရီမတော။
ယော ဣမံ ဓမ္မံ ဒေသေသိ၊
သဗ္ဗဒုက္ခာပနုဒနံ။

၇။ ယေ စာပိ နိဗ္ဗုတာ လောကေ၊
ယထာဘူတံ ဝိပဿိသုံ။
တေ ဇနာ အဝိသုဏာထ၊
မဟန္တာ ဝိတသာရဒါ။

၈။ ဟိတံ ဒေဝမနုဿာနံ၊
ယံ နမဿန္တိ ဂေါတမံ။
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နံ၊
မဟန္တံ ဝိတသာရဒံ။

၉။ ဧတေ စညေ စ သမ္ပဒ္ဒါ၊
အနေကသတကောဋိယော။
သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ သမသမာ၊
သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ မဟိဒ္ဓိကာ။

၁၀။ သဗ္ဗေ ဒသဗလူပေတာ၊
ဝေသာရဇ္ဇေဟု'ပါဂတာ။
သဗ္ဗေ တေ ပဋိဇာနန္တိ၊
အာသဘံ ဌာနမုတ္တမံ။

၁၁။ သီဟနာဒံ နဒန္တေတေ၊
ပရိသာသု ဝိသာရဒါ။
ဗြဟ္မစက္ကံ ပဝတ္ထေန္တိ၊
လောကေ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ။

၁၂။ ဥပေတာ ဗုဒ္ဓဓမ္မေဟိ၊
 အဋ္ဌာရသဟိ နာယကာ။
 ဗာတ္ထိသလက္ခဏူပေတာ၊
 သိတာနုဗျဉ္ဇနာဓော။

၁၃။ ဗျာမပ္ပဘာယ သုပ္ပဘာ၊
 သဗ္ဗေ တေ မုနိကုဉ္ဇရာ။
 ဗုဒ္ဓါ သဗ္ဗညုနော ဇေတေ၊
 သဗ္ဗေ ခိဏာသဝါ ဇိနာ။

၁၄။ မဟာပဘာ မဟာတေဇာ၊
 မဟာပညာ မဟဗ္ဗလာ။
 မဟာကာရုဏိကာ ဇီရာ၊
 သဗ္ဗေသာနံ သုခါဝဟာ။

၁၅။ ဒီပါ နာထာ ပတိဋ္ဌာ စ၊
 တာဏာ လေဏာ စ ပါဏိနံ။
 ဂတီ ဗန္ဓူ မဟေဿာသာ၊
 သရဏာ စ ဟိတေသိနော

၁၆။ သဒေဝကဿ လောကဿ
 သဗ္ဗေ ဇေတေ ပရာယဏာ။
 တေသာဟံ သိရသာ ပါဒေ၊
 ဝန္ဒာမိ ပုရိသုတ္တမေ။

၁၇။ ဝစသာ မနသာ စေဝ၊

ဝန္တာမေ'တေ တထာဂတေ။

သယနေ အာသနေ ဌာနေ၊

ဂမနေ စာပိ သဗ္ဗဒါ။

၁၈။ သဒါ သုခေန ရက္ခန္တု၊

ဗုဒ္ဓါ သန္တိကရာ တုဝံ။

တေဟိ တံ ရက္ခိတော သန္တော။

မုတ္တော သဗ္ဗဘယေဟိ စ။

၁၉။ သဗ္ဗရောဂါ ဝိနီမုတ္တော၊

သဗ္ဗသန္တာပ ဝဇ္ဇိတော။

သဗ္ဗဝေရ'မတိက္ကန္တော၊

နိဗ္ဗုတော စ တုဝံ ဘဝ။

၂၀။ တေသံ သစ္စေန သီလေန၊

ခန္တိမေတ္တာဗလေန စ။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု၊

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၁။ ပုရတ္ထိမသ္မိံ ဒိသာဘာဂေ၊

သန္တိ ဘူတာ မဟိဒ္ဓိကာ။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု၊

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၂။ ဒက္ခိဏသို့ ဒိသာဘာဂေါ

သန္တိ ဒေဝါ မဟိဒ္ဓိကာ။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၃။ ပစ္ဆိမသို့ ဒိသာဘာဂေါ

သန္တိ နာဂါ မဟိဒ္ဓိကာ။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၄။ ဥတ္တရသို့ ဒိသာဘာဂေါ

သန္တိ ယက္ခာ မဟိဒ္ဓိကာ။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၅။ ပုရတ္ထိမေန ဓတရဋ္ဌော

ဒက္ခိဏေန ဝိရုဋ္ဌကော။

ပစ္ဆိမေန ဝိရုပက္ခော

ကုဝေရော ဥတ္တရံ ဒိသံ။

၂၆။ စတ္တာရော တေ မဟာရာဇာ

လောကပါလာ ယသသိနော။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၇။ အာကာသဌာ စ ဘူမဌာ၊

ဒေဝါ နာဂါ မဟိဒ္ဓိကာ။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု၊

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၈။ ကုဒ္ဓိမန္တော စ ယေ ဒေဝါ၊

ဝသန္တာ ကုဓ သာသနေ။

တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု၊

အရောဂေန သုခေန စ။

၂၉။ သဗ္ဗိတိယော ဝိဝဇ္ဇန္တု၊

သောကော ရောဂေါ ဝိနဿတု။

မာ တေ ဘဝန္တန္တရာယာ၊

သုခီ ဒီဃာယုကော ဘဝ။

၃၀။ အဘိဝါဒနသီလိဿ၊

နိစ္စံ ဝုဗ္ဗာပစာယိနော။

စတ္တာရော ဓမ္မာ ဝမန္တိ၊

အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

အာဠာနာဠိယသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၉။ အင်္ဂုလိမာလသုတ္တံ

၁။ ပရိတ္တံ ယံ ဘဏန္တဿ၊
 နိသိန္နဌာနဓောဝနံ။
 ဥဒကမ္ပိ ဝိနာသေတိ၊
 သဗ္ဗမေဝ ပရိဿယံ။

၂။ သောတ္ထိနာ ဂဗ္ဘဝုဌာနံ၊
 ယဉ္ဇ သာဓေတိ တင်္ခဏေ။
 ထေရဿ'ဂုံလိမာလဿ၊
 လောကနာထေန ဘာသိတံ။
 ကပ္ပဌာယိ မဟာတေဇံ၊
 ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ယတော'ဟံ ဘဂိနိ၊
 အရိယာယ ဇာတိယာ ဇာတော။
 နာဘိဇာနာမိ သဗ္ဗိစ္စ ပါဏံ၊
 ဇီဝိတာ ဝေါရောပေတာ။
 တေန သစ္စေန သောတ္ထိ တေ ဟောတု
 သောတ္ထိ ဂဗ္ဘဿ။
 အင်္ဂုလိမာလသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၁၀။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ္တ

၁။ သံသာရေ သံသရန္တာနံ၊
သဗ္ဗဒုက္ခဝိနာသဇေန။
သတ္တ ဓမ္မေ စ ဗောဇ္ဈင်္ဂေ၊
မာရသေနာပမဒ္ဒဇေန။

၂။ ဗုဒ္ဓိတွာ ယေ စိမေ သတ္တာ၊
တိဘဝါ မုတ္တကုတ္တမာ။
အဇာတိ'မဇရာ ဗျာဓိ၊
အမတံ နိဗ္ဗယံ ဂတာ။

၃။ ဝေမာဒိဂုဏူပေတံ၊
အနေကဂုဏသင်္ဂဟံ။
ဩသဓဉ္စ ဣမံ မန္တံ၊
ဗောဇ္ဈင်္ဂဉ္စ ဘဏာမ ဟေ။

၄။ ဗောဇ္ဈင်္ဂေါ သတိသင်္ခါတော၊
ဓမ္မာနံ ဝိစယော တထာ။
ဝီရိယံ ပီတိ ပဿဒ္ဓိ၊
ဗောဇ္ဈင်္ဂါ စ တတာပရေ။

၅။ သမာဓုပေက္ခာ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ၊
သတ္တေတေ သဗ္ဗဒဿိနာ။
မုနိနာ သမ္မဒက္ခာတာ၊
ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ။

၆။ သံဝတ္တန္တိ အဘိညာယ၊
နိဗ္ဗာနာယ စ ဗောဓိယာ။
ဇေတန သစ္စဝဇ္ဇေန၊
သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

၇။ ကေသိ သမယေ နာထော၊

မောဂ္ဂလာနဉ္စ ကဿပံ။

ဂိလာနေ ဒုက္ခိတေ ဒိသွာ၊

ဗောဇ္ဈင်္ဂေ သတ္တ ဒေသယိ။

၈။ တေ စ တံ အဘိနန္ဒိတွာ၊

ရောဂါ မုတ္တိသု တခံဏေ။

ဇောေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊

သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

၉။ ကေဒါ ဓမ္မရာဇာပိ၊

ဂေလညေနာဘိပိဋိတော။

စုန္ဒတ္ထေရေန တံယေဝ၊

ဘဏာပေတွာန သာဒရံ။

၁၀။ သမ္မောဒိတွာန အာဗာဓာ၊

တမှာ ဝုဋ္ဌာသိ ဌာနသော။

ဇောေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊

သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

၁၁။ ပဟိနာ တေ စ အာဗာဓာ၊

တိဏ္ဏန္ဒမ္ပိ မဟေသိနံ။

မဂ္ဂဟတာ ကိလေသာဝ၊

ပတ္တာ'နုပ္ပတ္တိဓမ္မတံ။

ဇောေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊

သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



၁၁။ ပုဗ္ဗဏှသုတ္တ

- ၁။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝမင်္ဂလဉ္စ၊
 ယော စာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 ပုဒ္ဓါနုဘာဝေန ဝိနာသ'မေန္တု။
- ၂။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝမင်္ဂလဉ္စ၊
 ယော စာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 ဓမ္မာနုဘာဝေန ဝိနာသ'မေန္တု။
- ၃။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝမင်္ဂလဉ္စ၊
 ယော စာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 သံဃာနုဘာဝေန ဝိနာသ'မေန္တု။
- ၄။ ဒုက္ခပ္ပတ္တာ စ နိဒ္ဒုက္ခာ၊
 ဘယပ္ပတ္တာ စ နိဗ္ဗယာ။
 သောကပ္ပတ္တာ စ နိဿောကာ၊
 ဟောန္တု သဗ္ဗေပိ ပါဏိနော။
- ၅။ ဧတ္တာဝတာ စ အမေဟိ၊
 သမ္ဘတံ ပုညသမ္ပဒံ။
 သဗ္ဗေ ဒေဝါနုမောဒန္တု၊
 သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ။

- ၆။ ဒါနံ ဒဒန္တ သဒ္ဓါယ၊
သီလံ ရက္ခန္တ သပ္ပဒါ။
ဘာဝနာဘိရတာ ဟောန္တ၊
ဂစ္ဆန္တ ဒေဝတာဂတာ။
- ၇။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ဗလပ္ပတ္တာ၊
ပစ္စေကာနဉ္စ ယံ ဗလံ။
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သပ္ပဿော။
- ၈။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ။
န နော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၉။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ။
န နော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၁၀။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ။
န နော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၁။ ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊

ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။

သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန၊

သဒါ သုခီ ဘဝန္တု တေ။

၁၂။ ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊

ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။

သဗ္ဗဓမ္မာနုဘာဝေန၊

သဒါ သုခီ ဘဝန္တု တေ။

၁၃။ ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊

ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။

သဗ္ဗသံဃာနုဘာဝေန၊

သဒါ သုခီ ဘဝန္တု တေ။

၁၄။ မဟာကာရုဏီကော နာထော၊

ဟိတာယ သဗ္ဗပါဏိနံ။

ပူရေတွာ ပါရမီ သဗ္ဗာ၊

ပတ္တော သမ္မောဓိ'မုတ္တမံ။

ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊

သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

၁၅။ ဇယန္တော ဗောဓိယာ မူလေ၊

သကျာနံ နန္ဒိဝဗ္ဗေနာ။

ဝေမေဝ ဇယော ဟောတု၊

ဇယဿု ဇယမင်္ဂလေ။

၁၆။ အပရာဇိတပလ္လင်္ကေ၊
သီသေ ပုထုဝိပုက္ခလေ။
အဘိသေကေ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ၊
အဂ္ဂပ္ပတ္တော ပမောဒတိ။

၁၇။ သုနက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ၊
သုပ္ပဘာတံ သုဟုဋ္ဌိတံ။
သုခဏော သုမုဟုတ္တော စ၊
သုယိဋ္ဌံ ဗြဟ္မစာရိသု။

၁၈။ ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္မံ၊
ဝါစာကမ္မံ ပဒက္ခိဏံ။
ပဒက္ခိဏံ မနောကမ္မံ၊
ပဏီမိ တေ ပဒက္ခိဏေ။

၁၉။ ပဒက္ခိဏာနိ ကတွာန၊
လဘန္တတ္ထေ ပဒက္ခိဏေ။
တေ အတ္ထလဒ္ဓါ သုခိတာ၊
ဝိရုဋ္ဌာ ဗုဒ္ဓသာသနေ။
အရောဂါ သုခိတာ ဟောထ၊
သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။

ပုဗ္ဗဏှသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

ပရိတ္တပါဠိ နိဋ္ဌိတာ။



ပဋ္ဌာန်းပါဠိတော်

ပစ္စယုဒ္ဓေသပါဠိ

ဟေတုပစ္စယော

အာရမ္မဏပစ္စယော

အဓိပတိပစ္စယော

အနန္တရပစ္စယော

သမနန္တရပစ္စယော

သဟဇာတပစ္စယော

အညမညပစ္စယော

နိဿယပစ္စယော

ဥပနိဿယပစ္စယော

ပုရေဇာတပစ္စယော

ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော

အာသေဝနပစ္စယော

ကမ္မပစ္စယော

ဝိပါကပစ္စယော

အာဟာရပစ္စယော

ဣန္ဒြိယပစ္စယော

ဈာနပစ္စယော

မဂ္ဂပစ္စယော

သမ္ပယုတ္တပစ္စယော

ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယော

အတ္တိပစ္စယော

နတ္တိပစ္စယော

ဝိဂတပစ္စယော

အဝိဂတပစ္စယောတိ။

ပစ္စယနိဒ္ဒေသပါဠိ

၁။ ဟေတုပစ္စယောတိ-

ဟေတု ဟေတုသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ သမုဋ္ဌာနာနဉ္စ
ရူပါနံ ဟေတုပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂။ အာရမ္မဏပစ္စယောတိ-

ရူပါယတနံ စက္ခုဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

သဒ္ဓါယတနံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဂန္ဓာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရသာယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ သဒ္ဓါယတနံ ဂန္ဓာယတနံ ရသာယတနံ
ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတနံ မနောဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

သဗ္ဗေ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ယံ ဓမ္မံ အာရဗ္ဗ ယေ ယေ ဓမ္မာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ စိတ္တစေတ
သိကာ ဓမ္မာ တေ တေ ဓမ္မာ တေသံ တေသံ ဓမ္မာနံ
အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

၃။ အဓိပတိပစ္စယောတိ-

ဆန္ဒာဓိပတိ ဆန္ဒသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံသမုဋ္ဌာနာနဉ္စ
ရူပါနံ အဓိပတိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဝီရိယာဓိပတိ ဝီရိယသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံသမုဋ္ဌာနာ
နဉ္စ ရူပါနံ အဓိပတိပစ္စယေန ပစ္စယော။

စိတ္တာဓိပတိ စိတ္တသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံသမုဋ္ဌာနာနဉ္စ
ရူပါနံ အဓိပတိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဝီမံသာဓိပတိ ဝီမံသသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံသမုဋ္ဌာနာ
နဉ္စ ရူပါနံ အဓိပတိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ယံ ဓမ္မံ ဂရုံ ကတွာ ယေ ယေ ဓမ္မာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ စိတ္တ
စေတသိကာ ဓမ္မာ တေ တေ ဓမ္မာ တေသံ တေသံ ဓမ္မာနံ
အဓိပတိပစ္စယေန ပစ္စယော။

၄။ အနန္တရပစ္စယောတိ-

စက္ခုဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနော
ဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

သောတဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဃာနဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဇိဝှိဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနော
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ကာယဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယေသံ ယေသံ ဓမ္မာနံ အနန္တရာ ယေ ယေ ဓမ္မာ
ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ တေ တေ ဓမ္မာ တေသံ
တေသံ ဓမ္မာနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

၅။ သမနန္တရပစ္စယောတိ-

စက္ခုဝိညာဏဓာတု တံသမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနော
ဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

သောတဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဃာနဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနော
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဇိဝှိဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနော
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ကာယဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာ စ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ယေသံ ယေသံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရာ ယေ ယေ ဓမ္မာ
 ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ တေ တေ ဓမ္မာ တေသံ
 တေသံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

၆။ သဟဇာတပစ္စယောတိ—

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ သဟဇာတ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စတ္တာရော မဟာဘူတာ အညမညံ သဟဇာတ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ သဟဇာတ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ စိတ္တသမုဋ္ဌာနာနံ ရူပါနံ
 သဟဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

မဟာဘူတာ ဥပါဒါရူပါနံ သဟဇာတပစ္စယေန
 ပစ္စယော။

ရူပိနော ဓမ္မာ အရူပိနံ ဓမ္မာနံ ကိဉ္စိကာလေ
သဟဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။ ကိဉ္စိကာလေ န
သဟဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

၇။ အညမညပစ္စယောတိ-

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညပစ္စယေန ပစ္စယော။
စတ္တာရော မဟာဘူတာ အညမညပစ္စယေန ပစ္စယော။
ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညပစ္စယေန ပစ္စယော။

၈။ နိဿယပစ္စယောတိ-

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ နိဿယပစ္စယေန
ပစ္စယော။
စတ္တာရော မဟာဘူတာ အညမညံ နိဿယပစ္စယေန
ပစ္စယော။
ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ နိဿယပစ္စယေန
ပစ္စယော။

စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ စိတ္တသမုဋ္ဌာနာနံ ရူပိနံ
နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

မဟာဘူတာ ဥပါဒါရူပိနံ နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

စက္ခာယတနံ စက္ခုရိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

သောတာယတနံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဃာနာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဇိဝှိယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယာပာတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿာယ မနောဓာတု စ မနောဝိညာဏဓာတု စ ဝတ္တန္တိ၊ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာ စ မနောဝိညာဏဓာတုယာ စ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

၉။ ဥပနိဿယပစ္စယောတိ-

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ **အကုသလာနံ** ဓမ္မာနံ ကေသဉ္စိ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ **အဗျာကတာနံ** ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ **အကုသလာနံ** ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ **ကုသလာနံ** ဓမ္မာနံ ကေသဉ္စိ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ဥတုဘောဇနမ္ပိ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုဂ္ဂလောဝိ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။
 သေနာသနမ္ပိ ဥပနိဿယပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၀။ ပုရေဇာတပစ္စယောတိ-

စက္ခာယတနံ စက္ခုဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
 ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။
 သောတာယတနံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံ
 သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ဃာနာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
 ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ဇိဝှိယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
 ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ကာယာယတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
 ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ စက္ခုဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

သဒ္ဓါယတနံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဂန္ဓာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရသာယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဖောဠဗ္ဗာယတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

**ရူပါယတနံ သဒ္ဓါယတနံ ဂန္ဓာယတနံ ရသာယတနံ
ဖောဠဗ္ဗာယတနံ** မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿာယ မနောဓာတု စ မနောဝိညာဏဓာတု စ
ဝတ္တန္တိ၊ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

မနောဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
ကိဉ္စိကာလေ ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော၊ ကိဉ္စိကာလေ
န ပုရေဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၁။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယောတိ-

ပစ္ဆာဇာတာ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ ပုရေဇာတဿ
ဣမဿ ကာယဿ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၂။ အာသေဝနပစ္စယောတိ-

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အာသေဝနပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အာသေဝနပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကိရိယာဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
ပစ္ဆိမာနံ ကိရိယာဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ အာသေဝနပစ္စယေန
ပစ္စယော။

၁၃။ ကမ္မပစ္စယောတိ-

ကုသလာကုသလံ ကမ္မံ ဝိပါကာနံ ခန္ဓာနံ ကဋ္ဌတ္တာ စ
ရူပါနံ ကမ္မပစ္စယေန ပစ္စယော။

စေတနာ သမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ သမုဋ္ဌာနာနဉ္စ
ရူပါနံ ကမ္မပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၄။ ဝိပါကပစ္စယောတိ-

ဝိပါကာ စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ
ဝိပါကပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၅။ အာဟာရပစ္စယောတိ-

ကဗဠိကာရော အာဟာရော ဣမဿ ကာယဿ
အာဟာရပစ္စယေန ပစ္စယော။

အရူပိနော အာဟာရာ သမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ
တံသမုဋ္ဌာနာနဉ္စ ရူပါနံ အာဟာရပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၆။ ကုန္တိယပစ္စယောတိ-

စက္ခုန္တိယံ စက္ခုဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ ကုန္တိယပစ္စယေန ပစ္စယော။

သောတိန္တိယံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ကုန္တိယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဃာနိန္တိယံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ ကုန္တိယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဇိဝှိန္တိယံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ ကုန္တိယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယိန္တိယံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ကုန္တိယပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပဇိဝှိတိန္တိယံ ကဋတ္တာရူပါနံ ကုန္တိယပစ္စယေန
ပစ္စယော။

အရူပိနော ကုန္တိယာ သမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ
တံ သမုဋ္ဌာနာနဉ္စ ရူပါနံ ကုန္တိယပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၇။ ဈာနပစ္စယောတိ-

ဈာနဂါနိ ဈာနသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံသမုဋ္ဌာနာ
နဉ္စ ရူပါနံ ဈာနပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၈။ မဂ္ဂပစ္စယောတိ-

မဂ္ဂဂါနိ မဂ္ဂသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံသမုဋ္ဌာနာနဉ္စ
ရူပါနံ မဂ္ဂပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယောတိ-

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ သမ္ပယုတ္တပစ္စယေန
ပစ္စယော။

၂၀။ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယောတိ-

ရူပိနော ဓမ္မာ အရူပိနံ ဓမ္မာနံ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယေန ပစ္စယော။

အရူပိနော ဓမ္မာ ရူပိနံ ဓမ္မာနံ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂၁။ အတ္ထိပစ္စယောတိ-

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ အတ္ထိပစ္စယေန
ပစ္စယော။

စတ္တာရော မဟာဘူတာ အညမညံ အတ္ထိပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဩကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ အတ္ထိပစ္စယေန
ပစ္စယော။

စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ စိတ္တသမုဋ္ဌာနာနံ ရူပါနံ
အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

မဟာဘူတာ ဥပါဒါရူပါနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

စက္ခာယတနံ စက္ခုရိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

သောတာယတနံ သောတရိညာဏဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဃာနာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ

ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဇိဝှိယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ

ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယာယတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ

ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ စက္ခုဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ

ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

သဒ္ဒါယတနံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ

ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဂန္ဓာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ

ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရသာယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ

ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ

ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ သဒ္ဒါယတနံ ဂန္ဓာယတနံ ရသာယတနံ

ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတနံ မနောဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ

ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿာယ မနောဓာတု စ မနောဝိညာဏ

ဓာတု စ ဝတ္တန္တိ၊ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာ စ မနောဝိညာဏ

ဓာတုယာ စ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိပစ္စယေန

ပစ္စယော။

၂၂။ နတ္ထိပစ္စယောတိ-

သမနန္တရနိရုဒ္ဓါ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ ပဋ္ဌပ္ပန္နာနံ
စိတ္တစေတသိကာနံ ဓမ္မာနံ နတ္ထိပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂၃။ ဝိဂတပစ္စယောတိ-

သမနန္တရဝိဂတာ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ ပဋ္ဌပ္ပန္နာနံ
စိတ္တစေတသိကာနံ ဓမ္မာနံ ဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂၄။ အဝိဂတပစ္စယောတိ-

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ အဝိဂတ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စတ္တာရော မဟာဘူတာ အညမညံ အဝိဂတပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဩကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ အဝိဂတပစ္စယေန
ပစ္စယော။

စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ စိတ္တသမုဋ္ဌာနာနံ ရူပါနံ
အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

မဟာဘူတာ ဥပါဒါရူပါနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

စက္ခာယတနံ စက္ခုရိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

သောတာယတနံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဃာနာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဇိဝှိယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယာယတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ စက္ခုဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

သဒ္ဒါယတနံ သောတဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဂန္ဓာယတနံ ဃာနဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရသာယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတနံ ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံသမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

**ရူပါယတနံ သဒ္ဒါယတနံ ဂန္ဓာယတနံ ရသာယတနံ
ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတနံ** မနောဓာတုယာ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿာယ မနောဓာတု စ မနောဝိညာဏ
ဓာတု စ ဝတ္တန္တိ၊ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာ စ မနောဝိညာဏ
ဓာတုယာ စ တံသမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ပစ္စယနိဒ္ဒေသော နိဋ္ဌိတော။



အနတ္တလက္ခဏသုတ်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

အနတ္တလက္ခဏသုတ်အမွှန်း

- (က) ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္ထေတွာ၊
 အာသဠိယံ ဟိ ပုဏ္ဏမေ။
 နဂရေ ဗာရာဏသီယံ၊
 ဣသိပတနဂုယေ ဝနေ။
- (ခ) ပါပေတွာဒိဇလံ နေသံ၊
 အနုက္ကမေန ဒေသယံ။
 ယံ တံ ပက္ခဿ ပဉ္စမုံ၊
 ဝိမုတ္တတ္ထံ ဘဏာမ ဟေ။

(၁) အနတ္တလက္ခဏသုတ်နိဒါန်း

ဧဝံ မေ သုတံ—

ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ဗာရာဏသီယံ ဝိဟရတိ ဣသိ
 ပတနေ မိဂဒါယေ။

တတြ ခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂိယေ ဘိက္ခု အာမန္တေသိ
 “ဘိက္ခုဝေါ”တိ။

“ဘဒန္တေ”တိတေဘိက္ခုဘဂဝတောပစ္စယောသုံ။
 ဘဂဝါ တေဒဝေါစ

(၂) ရူပက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနတ္တာ။

ရူပဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘင်္ဂိဿ၊ နယိဒံ ရူပံ
အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။

လဗ္ဘေထ စ ရူပေ “ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ
မာ အဟောသီ”တိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ရူပံ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ရူပံ
အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

န စ လဗ္ဘတိ ရူပေ “ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ
မာ အဟောသီ”တိ။

(၃) ဝေဒနာက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

ဝေဒနာ အနတ္တာ။

ဝေဒနာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘင်္ဂိဿ၊ နယိဒံ
ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။

လဗ္ဘေထ စ ဝေဒနာယ “ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊
ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ”တိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝေဒနာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ဝေဒနာ
အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

န စ လဗ္ဘတိ ဝေဒနာယ “ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊
ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ”တိ။

(၄) သညာက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

သညာ အနတ္တာ။

သညာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ
သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။

လဗ္ဘေထ စ သညာယ “ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊
ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ”တိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ သညာ အနတ္တာ၊
တသ္မာ သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

န စ လဗ္ဘတိ သညာယ “ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊
ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ”တိ။

(၅) သင်္ခါရက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

သင်္ခါရာ အနတ္တာ။

သင်္ခါရာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿံသု၊
နယိဒံ သင်္ခါရာ အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။

လဗ္ဘေထ စ သင်္ခါရေသု “ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ ဟောန္တု၊
ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ မာ အဟေသု”န္တိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ သင်္ခါရာ အနတ္တာ၊
တသ္မာ သင်္ခါရာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

န စ လဗ္ဘတိ သင်္ခါရေသု “ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ ဟောန္တု၊
ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ မာ အဟေသု”န္တိ။

(၆) ဝိညာဏက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

ဝိညာဏံ အနတ္တာ။

ဝိညာဏဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘာဝိဿ၊
နယိဒံ ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။

လဗ္ဘေထ စ ဝိညာဏေ “ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊
ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ”တိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝိညာဏံ အနတ္တာ၊
တသ္မာ ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

န စ လဗ္ဘတိ ဝိညာဏေ “ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊
ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ”တိ။

(၇) ရူပက္ခန္ဓာ၌ လက္ခဏာရေးသုံးပါး

တံ ကိံ မညထ ဘိက္ခဝေ-

ရူပံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။

အနိစ္စံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။

ဒုက္ခံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ န တံ
သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဒေသောဟမသ္မိ၊ ဒေသော မေ
အတ္တာ”တိ။

နော ဟေတံ ဘန္တေ။

(၈) နာမက္ခန္ဓာလေးပါး၌ လက္ခဏာရေးသုံးပါး

ဝေဒနာ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။

အနိစ္စာ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။

ဒုက္ခံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ နု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဧသောဟမသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ”တိ။

နော ဟေတံ ဘန္တေ။

သညာ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။

အနိစ္စာ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။

ဒုက္ခံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ နု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊ ဧသောဟမသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ”တိ။

နော ဟေတံ ဘန္တေ။

သင်္ခါရာ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။

အနိစ္စာ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။

ဒုက္ခံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ န တံ
သမနုပဿိတုံ “တေ မမ၊ ဇေယျာဟမသ္မိ၊ ဇေယျာ မေ
အတ္တာ”တိ။

နော ဟေတံ ဘန္တေ။

ဝိညာဏံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။

အနိစ္စံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။

ဒုက္ခံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံ န တံ
သမနုပဿိတုံ “တေ မမ၊ ဇေယျာဟမသ္မိ၊ ဇေယျာ မေ
အတ္တာ”တိ။

နော ဟေတံ ဘန္တေ။

(၉) ရှုပ်တရားကို တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့်
မရှုကြည့်အပ်ပုံ

တသ္မာတိဟဘိက္ခဝေယံ ကိဉ္စိရူပံ အတိတာနာဂတ
ပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တံ ဝါ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ၊ သြဠာရိကံ ဝါ၊ သုခုမံ ဝါ၊
ဟိနံ ဝါ၊ ပဏီတံ ဝါ၊ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗံ ရူပံ
“နေတံ မမ၊ နေယျာဟမသ္မိ၊ န မေ သော အတ္တာ”တိ
ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဠဗ္ဗံ။

(၁၀) ဝေဒနာတရားကို တဏှာ ၊ မာန ၊

ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့်မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယာ ကာစိ ဝေဒနာ အတိတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာ
အဇ္ဈတ္တံ ဝိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝိ၊ ဩဠာရိကာ ဝိ၊ သုခုမာ ဝိ၊
ဟိနာဝိ၊ ပဏီတာဝိ၊ ယာဒူရေသန္တိကေဝိ။ သဗ္ဗာဝေဒနာ
“နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေ သော အတ္တာ”တိ
ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

(၁၁) သညာတရားကို တဏှာ ၊ မာန ၊

ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့်မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယာ ကာစိ သညာ အတိတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာ
အဇ္ဈတ္တံ ဝိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝိ၊ ဩဠာရိကာ ဝိ၊ သုခုမာ ဝိ၊
ဟိနာဝိ၊ ပဏီတာဝိ၊ ယာဒူရေသန္တိကေဝိ။ သဗ္ဗာသညာ
“နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေ သော အတ္တာ”တိ
ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

(၁၂) သင်္ခါရတရားကို တဏှာ ၊ မာန ၊

ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့်မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ အတိတာနာဂတပစ္စုပ္ပန္နာ
အဇ္ဈတ္တံ ဝိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝိ၊ ဩဠာရိကာ ဝိ၊ သုခုမာ ဝိ၊ ဟိနာ ဝိ၊
ပဏီတာ ဝိ၊ ယေ ဒူရေ သန္တိကေ ဝိ။ သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ
“နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေ သော အတ္တာ”တိ
ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

(၁၃) ဝိညာဉ်တရားကို တဏှာ ၊ မာန ၊

ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့် မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယံ ကိစ္ဆိ ဝိညာဏံ အတိတာနာဂတပစ္စပ္ပန္နံ
အဇ္ဈတ္တံ ဝါ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ၊ သြဠာရိကံ ဝါ၊ သုခုမံ ဝါ၊ ဟိနံ ဝါ၊
ပဏီတံ ဝါ၊ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗံ ဝိညာဏံ
“နေတံ မမ၊ နေသောဟမသ္မိ၊ န မေ သော အတ္တာ”တိ
ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္မပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

(၁၄) နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်မှစ၍ မင်္ဂလိဒ္ဓ ၁၆ ချက် ဖြစ်ပုံ

ဧဝံ ပဿံ ဘိက္ခဝေ သုတ ဝါ အရိယသာဝကော
ရူပသ္မိမ္မိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သညာယပိ
နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သင်္ခါရေသုပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝိညာဏသ္မိမ္မိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ။

နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ။ ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ။

ဝိမုတ္တသ္မိံ ဝိမုတ္တမိတိ ဉာဏံ ဟောတိ။

“ခီဏာ ဇာတိ။ ဝုသိတံ ဗြဟ္မစရိယံ။ ကတံ
ကရဏီယံ။ နာပရံ ဣတ္ထတ္တာယာ”တိ ပဇာနာတိ။

(၁၅) ပဉ္စဝဂ္ဂိရဟန်းများ ရဟန္တာဖြစ်ပုံ

ဣဒမဝေါစ ဘဂဝါ၊ အတ္တမနာ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာ ဘိက္ခု။
ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒန္တိ။

ဣမသ္မိံ စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘညမာနေ
ပဉ္စဝဂ္ဂိယာနံ ဘိက္ခုနံ အနုပါဒါယ အာသဝေဟိ စိတ္တာနိ
ဝိမုတ္တိသုတိ။

အနုတ္တလက္ခဏသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



ဘုရားဂုဏ်တော် ၉ ပါး အပွင့်

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော၊ လောကဝိဒ္ဓု၊
အနတ္တရော ပုရိသ ဒမ္မသာရထိ၊
သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ။

အရဟံ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၁။ သော ဘဂဝါ - ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရားသည်။ ဣတိပိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-
တစ်ထောင့်ငါးရာ၊ ကိလေသာတို့၊ ဝါသနာလေ့၊
အထုံငွေ့မျှ၊ မငွေ့မရိပ်၊ ဝင်းဝင်းဖိတ်သို့၊ ရွှေစိတ်
ပျံ့သင်း၊ လွန်သန့်ရှင်း၍၊ မင်းမင်းပြည်သူ၊ ကြည်ဖြူ
ကော်ရော်၊ အလှူတော်မှန်၊ အပူဇော်ကို၊ ခံတော်မူ
ထိုက်သော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း။ အရဟံ-
အရဟံ ဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊ အံ့ချီး၍မကုန်၊
ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊ ထင်ရှား
တော်မူပါပေသည်တကား။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၂။ သောဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရားသည်၊ ဣတိဝိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-
သဗ္ဗညုဉာဏ်အား၊ စွမ်းပကားဖြင့်၊ များသင်္ခါရ၊
ဝိကာရနှင့်၊ လက္ခဏပညတ်၊ နိဗ္ဗာန်ဓာတ်ဟု၊
ငါးရပ်သိရန်၊ ဧယျဓမ်ကို၊ ဖောက်ပြန်မရှိ၊
ကိုယ်တော်တိုင် သိတော်မူသော ဤအကြောင်း
ကြောင့်လည်း၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ- သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဟူသော
ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊ အံ့ချီး၍မကုန်၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊
ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊ ထင်ရှားတော်မူပါပေသည်တကား။

ဝိဇ္ဇာစရဏ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၃။ သောဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရားသည်၊ ဣတိဝိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-
သုံးပါးရှစ်ပါး၊ နှစ်မျိုးအားဖြင့်၊ ဟောထားပညာ၊
ဉာဏ်ဝိဇ္ဇာတည်း၊ နိဗ္ဗာန်ဓာတ်၊ အမြိုက်ရပ်သို့၊
ဆိုက်ကပ်ရန်ဖြင့်၊ အမှန်သင့်သည့်၊ အကျင့်စရဏ၊
ဆယ့်ငါးဝနှင့်၊ တကွဥသုံး၊ ပြည့်စုံတော်မူသော
ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော-
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊ အံ့ချီး၍
မကုန်၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊
ထင်ရှားတော်မူပါပေသည်တကား။

သုဂတ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၄။ သော ဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရားသည်၊ **ဣတိပိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-** ဒီပင်္ကရာ၊ ထွတ်ချာသနင်း၊ ခြေတော်ရင်းမှ၊ မှန်ကင်း သိရီ၊ ဗောဓိမဏ္ဍိုင်၊ ခန်းဝါပိုင်အောင်၊ ဆယ်ခိုင်ပါရမီ၊ စုံဖြည့်ညီလျက်၊ သုံးလီဘဝ၊ များသတ္တ၏၊ သုခစီးပွား၊ ကျင့်သောအားဖြင့်၊ မိုက်မှားအယူ၊ မိစ္ဆာဟူက၊ ဆံမြူတစ်စိ၊ မကပ်ငြိဘဲ၊ သတိသမ္ပဇေ၊ မပြတ်ယှဉ် လျက်၊ သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်၊ ရကြောင်းရော်၍၊ ကြွတော်မူ ခဲ့သော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း၊ **သုဂတော-** သုဂတဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊ အံ့ချီး၍မကုန်၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊ ထင်ရှား တော်မူပါပေသည်တကား။

လောကဝိဒူ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၅။ သော ဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရားသည်၊ **ဣတိပိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-** သတ္တောကာသ၊ သင်္ခါရဟု၊ လောကသုံးဘုံ၊ အလုံးစုံကို၊ အာရုံထင်စွာ၊ ပိုင်းခြားကာဖြင့်၊ ကောင်းစွာကုန်စင်၊ သိမြင်တော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း၊ **လောကဝိဒူ-** လောကဝိဒူဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊ အံ့ချီး၍မကုန်၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင် ကျော်ကြား၊ ထင်ရှားတော်မူပါပေသည်တကား။

အနတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၆။ သော ဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရားသည်၊ **ဣတိပိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-** ဆုံးမသင့်ရန်၊ သတ္တဝါမှန်သော်၊ ခြောက်တန်လျှင်ခြောက် မြောက်တန် မြောက်၍၊ အောက်အောက်ထက်ဂုဏ်၊ ဆင့်ဆင့်စုံဖို့၊ ဖုံဖုံသင်ပေး၊ အစဉ်ဖေးလျက်၊ ယဉ်ကျေး လေအောင် ، သွေးဆောင် ဆုံးမတော်မူတတ်သော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း ၊ **အနတ္တရောပုရိသ ဒမ္မသာရထိ-** အနတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ ဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊ အံ့ချီး၍မကုန်၊ ပြဟွာဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊ ထင်ရှားတော်မူပါပေသည်တကား။

သတ္တာဒေဝ မနုဿာနံ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၇။ သော ဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရားသည်၊ **ဣတိပိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-** သတ္တဝါဟော်၊ ကုန်သည်ကျော်သည်၊ ဖော်လှော် ငယ်သား၊ နောက်ပါများကို၊ ရေရှားဘေးခ၊ ကန္တာရမှ၊ ခေမမြေငူထုတ်ကယ်ယူသို့၊ ထို့တူတစ်စုံ၊ ခဲယဉ်းဘိသည့် ဇာတိ ဇရာ၊ မရဏာဟု၊ ကန္တာရကြမ်း၊ ခရီးလမ်းမှ၊ ရွှေနန်းမြေငူ၊ ပြည်နိဗ္ဗာသို့၊ နတ်လူပြဟွာ၊ သတ္တဝါကို၊ ကောင်းစွာ ဆောင်ယူ၊ ကယ်တင်တော်မူတတ်သော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း၊ **သတ္တာဒေဝ မနုဿာနံ-** သတ္တာဒေဝ မနုဿာနံ ဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊

အံ့ချီး၍မကုန်၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊
ထင်ရှားတော်မူပါပေသည်တကား။

ဗုဒ္ဓ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၈။ သော ဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရားသည်၊ **ဣတိပိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-**
ဒုက္ခသမုဒယ၊ နိရောဓနှင့်၊ မဂ္ဂမည်သာ၊ လေးသစ္စာကို၊
ဦးစွာပိုင်ပိုင်၊ သိမြင်နိုင်၍၊ သုံးဆိုင်ဝေနေ၊ များဗိုလ်ခြေကို
မသွေအတူ၊ သိစေတော်မူနိုင်သော ဤအကြောင်း
ကြောင့်လည်း၊ **ဗုဒ္ဓေါ-**ဗုဒ္ဓ ဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊
အံ့ချီး၍မကုန်၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊
ထင်ရှားတော်မူပါပေသည်တကား။

ဘဂဝါ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၉။ သော ဘဂဝါ- ထိုရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရားသည်၊ **ဣတိပိ ဣမိနာစ ကာရဏေန-**
(၁) အဏုမြူသဖွယ်၊ ပျောက်ကွယ်သိမ်မွေ့မမြင်
တွေ့အောင်၊ ရုပ်ဆောင် ဖန်ဆင်းနိုင်သော
“**အဏိမာ**” ဘုန်းတော်၊
(၂) စိတ်၏အလား၊ ကောင်းကင်ဖျား၌၊ ပေါ့ပါး
လျင်မြန်၊ ဈာန်ပျံ့ကြွသွားနိုင်သော “**လဃိမာ**”
ဘုန်းတော်၊
(၃) ကိုယ်တော်သဏ္ဌာန်၊ ပုံဟန်တိုင်းငြား၊ မနှိုင်း
အားဖို့၊ ကြီးမားလေအောင်၊ ရုပ်ဆောင်ဖန်ဆင်း
နိုင်သော “**မဟိမာ**” ဘုန်းတော်၊

- (၄) ဆီးတားကွယ်ကာ၊ မရှိပါဘဲ၊ လိုရာတိုင်းပေါက်၊
တစ်ခဏလောက်ဖြင့်၊ ကြွရောက်နိုင်သော
“ပတ္တိ” ဘုန်းတော်၊
- (၅) အဆင်းအတန်တန်၊ ပုံသဏ္ဌာန်ကို၊ စီမံဖန်တီး၊
တစ်ခဏတည်းဖြင့်၊ ပြီးစီးနိုင်သော “ပါကမ္မ”
ဘုန်းတော်၊
- (၆) ကိုယ်တော်မြတ်၏၊ စိတ်ဓာတ်တော်မှ၊ စ၍
မကြွင်း၊ လူနတ်မင်းကို၊ ပိုင်နင်းအုပ်စိုး၊ လွှမ်းမိုး
နိုင်သော “ဤသီတာ” ဘုန်းတော်၊
- (၇) သမာပတ်ဈာန်၊ အဘိညာဏ်ကို၊ ဝင်စံလိုက၊
တစ်ခဏချင်းပိုင်၊ ဝင်စားနိုင်သော “ဝသီတာ”
ဘုန်းတော်၊
- (၈) ကိစ္စတစ်ခု၊ ပြုစုတုန်းပင်၊ ပြီးဆုံးချင်သော်၊
ဆောလျင်မသွေ၊ ပြီးဆုံးစေနိုင်သော
“ယတ္ထကာမာဝသာယီတာ” ဘုန်းတော်၊
- ၁။ ရှစ်ဖော်အပြား၊ ဤသို့အားဖြင့်၊ ထင်ရှားလေဘိ၊
“ဣဿရိယ” ဘုန်းတော်။
- ၂။ ကိလေသာရန်၊ ပယ်ဖျက်လှန်ဖို့၊ နိဗ္ဗာန်ဖိုလ်မဂ်၊
ကိုးချက်အပြား၊ လောကုတ္တရာ၊ တရားတည်းဟူသော
“ဓမ္မ” ဘုန်းတော်
- ၃။ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ၊ ဖြစ်ပေါ်လာ၍၊ ကမ္ဘာတိုက်ပေါင်း၊
သောင်းလောကဓာတ်၊ ပဲ့တင်ထပ်မျှ၊ နဲ့စပ်သတင်း၊
ကျော်စောခြင်းဟူသော “ယသ” ဘုန်းတော်။
- ၄။ ရွှေမျက်နှာတော်၊ လက်ခြေတော်မှ၊ စ၍မကြွင်း၊
ပင်လုံးဝင်းသည့်၊ ပန်းမင်းအနေ၊ ကျက်သရေ

မင်္ဂလာ၊ စုဝေးကာဖြင့်၊ လွန်စွာတင့်တယ်၊
သပ္ပာယ်တော်မူသော “သိရီ” ဘုန်းတော်။

၅။ အလိုတော်တိုင်း၊ တောင့်တတိုင်းပင်၊ မဆိုင်းမတွ၊
ပြီးစီးရသည့် “ကာမ” ဘုန်းတော်။

၆။ တစ်လောကလုံး၊ ညွတ်ရုံးကိုးစား၊ အားထားဖို့ရာ၊
လွန်စွာကြိုးကုတ်၊ အားထုတ်တော်မူသော
“ပယတ္တ” ဘုန်းတော်။

ဤခြောက်ဖော်ဂုဏ်၊ ဘုန်းတော်ဟုန်နှင့်၊ ပြည့်စုံ
တော်မူသော ဤအကြောင်းကြောင့်လည်း၊ ဘဂဝါ-
ဘဂဝါ ဟူသော ဂုဏ်တော်ကြီးဖြင့်၊ အံ့ချီး၍မကုန်၊
ဗြဟ္မာ့ဘုံတိုင်အောင်၊ ပျံ့လှိုင်ကျော်ကြား၊ ထင်ရှား
တော်မူပါပေသည်တကား။

ဘုရားရှိခိုး ဂုဏ်တော်ဖွင့်

ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ၊ လောကမိ ကိတ္တိဗျာပိတံ။
အတုလံ ဓမ္မရာဇာနံ၊ ဝန္ဒာမိ တိဟိ သာဒရံ။

ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ- ဤ အရဟတာ၊ အစလာ
သည့်၊ ကိုးဖြာသော ဂုဏ်တော်တို့ဖြင့်၊ လောကမိ-
ဘဝဂ်ဆုံးအောင်၊ ဘုံသုံးဆောင်၍၊ ကိတ္တိဗျာပိတံ-
သိမ့်သိမ့်တုန်ခတ်၊ ပဲ့တင်ထပ်မျှ၊ နှံ့စပ်ကျော်စော
တော်မူထသော၊ အတုလံ-သီလခေါင်ထိ၊ သမာဓိနှင့်၊
ကြီးဘိပညာ၊ လွန်ကဲသာ၍၊ ပြိုင်လာနိုင်သူ၊

အတူလည်း ရှိတော်မမူထသော၊ **ဓမ္မရာဇာနိ-**
သုံးဘုံမကိုဋ်၊ သုံးထိုက်သရဖူ၊ သုံးလူသင်းကျစ်၊
ဓမ္မရာဇ်ထွတ်ထား၊ ရှင်တော်မြတ်ဘုရားကို၊ **တိဟိ-**
လက်အုပ်အဉ္စလီ၊ နှုတ်သံချီလျက်၊ ရွှင်ကြည်မနော၊
သုံးပါးသော ဒွါရတို့ဖြင့်၊ **သာဒရံ-**လေးမြတ်ကြည်ညို၊
ရိုသေခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍၊ **ဝန္ဒာမိ-**ဂုဏ်တော်ထုံမွမ်း၊
ပုံတော်မှန်းလျက်၊ ချီးမွမ်းထောမနာ၊ ပဏာညွတ်ကျိုး၊
လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ ဘုရား။



တရားဂုဏ်တော် ၆ ပါး အဖွင့်

သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော၊
သန္နိဋ္ဌိကော၊ အကာလိကော၊ ဟေိ ပဿိကော၊
ဩပနေယျိကော၊ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ။

သွာက္ခာတ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

- ၁။ **ဘဂဝတာ-** ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရားသည်၊ **ဓမ္မော-**မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ဓမ္မက္ခန်ဟု၊
ဆယ်တန်သော တရားတော်မြတ်ကို၊ **သွာက္ခာတော-**
ကြားနာရုံပင်၊ အပူစင်၍၊ ကျင့်လျှင် ချမ်းသာ၊
ကျင့်ပြီးခါလည်း၊ လွန်စွာငြိမ်းချမ်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်းနှင့်၊
စခန်းသင့်အောင်၊ မှန်းလင့်ရည်ရော်၊ ကောင်းစွာ
ဟောတော်မူအပ်ပါပေ၏ ။

သန္နိဋ္ဌိက ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၂။ **ဓမ္မော**- မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ကိုးတန်သော တရားတော် မြတ်သည်။ **သန္နိဋ္ဌိကော**-ဟောပြသလောက်၊ ကျင့်တိုင်းပေါက်၍၊ မဂ်ရောက်ဖိုလ်ထိ၊ ပညာရှိသည့်၊ များအရိယာ၊ သူတော်စွာတို့၊ သူတကာပြော၊ ယုံကြည်သောကြောင့်၊ သဘောချင်းထပ်၊ မဆည်းကပ်ဘဲ၊ တပ်အပ်ထင်ထင်၊ ကိုယ်တိုင်လည်း သိမြင်ထိုက်ပါပေ၏ ။

အကာလိက ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၃။ **ဓမ္မော**- သောတာပတ္တိ၊ စသည်ဆင့်တက်၊ လေးချက်အပြား၊ မဂ်တရားသည်။ **အကာလိကော**- ငါးရက်ခုနစ်ရက်၊ စသည်တက်၍၊ ငုံ့လျက်ရှည်ဝေး၊ အကျိုးပေးရာ၊ အခါမငဲ့၊ အခြားမဲ့ဖိုလ်၊ အကျိုးကိုလည်း ပေးတော်မူတတ်ပါပေ၏ ။

ဟေပဿိက ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၄။ **ဓမ္မော**- မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ကိုးတန်သော တရားတော် မြတ်သည်။ **ဟေပဿိကော**- ဝေဟာတက်ထွန်း၊ ယုဂန်စွန်း၌၊ လဝန်းအလား၊ ပတ္တမြားသဖွယ်၊ စင်ကြယ်ထင်ရှား၊ ရှိသည်များကြောင့်၊ အားရရွှင်လန်း၊ လိုက်ခဲ့စမ်းပါ၊ ရှုစမ်းပါဟု၊ သံသာချိုမြ၊ ဖိတ်ခေါ်ပြဖို့၊ မုချကေန်၊ အမှန်သင့်လျော်၊ ထိုက်တန်တော်မူပါပေ၏ ။

ဩပနေယျိက ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၅။ **ဓမ္မော-** မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ကိုးတန်သော တရားတော် မြတ်သည်။ **ဩပနေယျိကော-** မိမိစိတ်တွင်၊ တစ်ကြိမ်ထင်က၊ လေးခွင်အပါယ်၊ ဝဋ်မီးကွယ်သဖြင့်၊ ကိုယ်ဝယ်ဝတ်နှောင်၊ ဆံဥသျှောင်ကို၊ မီးလောင်သော် ငြား၊ မငြိမ်းအားဘဲ၊ တရားမျက်ရှင်၊ စိတ်စွဲထင်အောင်၊ ကျင့်ဆောင်ခြင်းငှာ ထိုက်တော်မူပါပေ၏ ။

ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၆။ **ဓမ္မော-** မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ကိုးတန်သော တရားတော် မြတ်ကို၊ **ဝိညူဟိ-** ပုထုဇန့်နှင့်၊ မတန်သင့်စွာ၊ လေးသစ္စာကို၊ ကောင်းစွာမြင်သိ၊ ပညာရှိအပေါင်း၊ အရိယာသူတော်ကောင်းတို့သည်၊ **ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော-** ကိုယ်စီကိုယ်ငှ၊ လိုတိုင်းရ၍၊ နိဗ္ဗာနဓာတ်၊ သမာပတ် ဖြင့်၊ မပြတ်သိပိုင်၊ ခံစားနိုင်ပါပေ၏ ။

တရားရှိခိုး ဂုဏ်တော်ဖွင့်

ဣစ္ဆေဝံ ဆဟိ ဂုဏေဟိ၊ ပါကဋံ ဇိနပ္ပဇိတံ။

သမ္ပတ္တိဒါယကံ ဓမ္မံ၊ ဝန္တာမိ တိဟိ သာဒရံ။

ဣစ္ဆေဝံ ဆဟိ ဂုဏေဟိ- ဤသွာက္ခာတတာ အစလာသည့်၊ ခြောက်ဖြာသော ဂုဏ်တော်တို့ဖြင့်၊

ပါကဋံ- တိတ္ထိတို့ဘောင်၊ လွန်များမြှောင်သည့်၊ ဟန်ဆောင်တရား၊ အစားစားထက်၊ မားမားစွင့်စွင့်၊ ဂုဏ်ရည်တင့်၍ ، ကြီးမြင့် ထင်ရှားပေထသော၊

ဇိနပူဇိတံ— ကိုယ်တိုင်သိဉာဏ်၊ ကိုယ့်တရားလည်း၊
ငါးပါးမာရ်နှိမ်၊ မာရ်ဇိနပင်၊ ကြိမ်ကြိမ်လေးမြတ်၊
မှီဝဲပူဇော်တော်မူအပ်ထသော။ **သမ္ပတ္တိဒါယကံ**—
ကျင့်ကြံလိုက်နာ၊ ဝေနေယျာအား၊ လူ့ရွာနတ်ဌာနံ၊
နိဗ္ဗာန်အထိ၊ သမ္ပတ္တိကို၊ မိမိရရ၊ ပေးစွမ်းနိုင်ပေထသော။
ဓမ္မံ— မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာဟု၊ ဆယ်တန်သော
တရားတော်မြတ်ကို။ **တိဟိ**— လက်အုပ်အဉ္စလီ၊
နှုတ်သံချီလျက်၊ ရွှင်ကြည်မနော၊ သုံးပါးသော
ဒွါရတို့ဖြင့်။ **သာဒရံ**— လေးမြတ်ကြည်ညို၊ ရိုသေခြင်း
ရှိသည်ဖြစ်၍။ **ဝန္ဓာမိ**— စိတ်ဖြင့်ဦးတန်း၊ ဂုဏ်တော်မှန်း
လျက်၊ ချီးမွမ်းထောမနာ၊ ပဏာညွတ်ကျိုး၊ လက်အုပ်
မိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ဘုရား။



သံဃာ့ဂုဏ်တော် ၉ ပါး အဖွင့်

သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ဥပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
သာမိစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ၊
သေ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
အာဟုနေယျော၊ ပါဟုနေယျော၊
ဒက္ခိဏေယျော၊ အဉ္စလိကရဏီယော၊
အနုတ္တရံပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။

သုပ္ပဋိပန္န ဂုဏ်တော်ဖွင့်

- ၁။ **ဘဂဝတော-** ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရား၏။ **သာဝကသံဃော-** ဆုံးမထားဟန်၊ တရား
မှန်ကို၊ နာခံလိုက်နာ၊ အရိယာဟု၊ သင်္ချာရှစ်ဖော်၊
သံဃာတော်အပေါင်း၊ သူတော်ကောင်းသည်။
သုပ္ပဋိပန္နော- တရားသဖြင့် ဆုံးမသင့်ရာ၊ သာသနာ
ဝယ်၊ လျော်စွာထုံးပြ၊ ဆုံးအမကို၊ လုံးဝလိုက်နာ၊
ကောင်းမွန်စွာလည်း ကျင့်တော်မူတတ်ပါပေ၏ ။

ဥပုပ္ပဋိပန္န ဂုဏ်တော်ဖွင့်

- ၂။ **ဘဂဝတော-** ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရား၏။ **သာဝကသံဃော-** ဆုံးမထားဟန်၊ တရား
မှန်ကို၊ နာခံလိုက်နာ၊ အရိယာဟု၊ သင်္ချာရှစ်ဖော်၊
သံဃာတော်အပေါင်း၊ သူတော်ကောင်းသည်။
ဥပုပ္ပဋိပန္နော- စဉ်းလဲသမှု၊ မာယာစုဖြင့်၊ ဖုဖု
ထစ်ထစ်၊ မကောက်ကျစ်ဘဲ၊ စင်စစ်နိဗ္ဗာန်၊
လမ်းပြောင့်မှန်အောင်၊ လျော်ကန်ချင့်မျှော်၊ ကျင့်ကြံ
တော်မူတတ်ပါပေ၏ ။

ဉာယပ္ပဋိပန္န ဂုဏ်တော်ဖွင့်

- ၃။ **ဘဂဝတော-** ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရား၏။ **သာဝကသံဃော-** ဆုံးမထားဟန်၊ တရား မှန်ကို၊ နာခံလိုက်နာ၊ အရိယာဟု၊ သင်္ချာရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ သူတော်ကောင်းသည်။ **ဉာယပ္ပဋိပန္နော-** ကိုယ်ဝယ်ဝတ်နှောင်၊ ဆံဥသျှောင်ကို၊ မီးလောင်သော်ငြား၊ မငြိမ်းအားဘဲ၊ ကြီးမားလောင်မီး၊ ဒုက္ခကြီးတို့၊ အပြီးကေန်၊ ငြိမ်းရာမှန်သည့်၊ နိဗ္ဗာန်အလို့ငှာ ကျင့်တော်မူတတ်ပါပေ၏ ။

သာမိစိပ္ပဋိပန္န ဂုဏ်တော်ဖွင့်

- ၄။ **ဘဂဝတော-** ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရား၏။ **သာဝကသံဃော-** ဆုံးမထားဟန်၊ တရား မှန်ကို၊ နာခံလိုက်နာ၊ အရိယာဟု၊ သင်္ချာရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ သူတော်ကောင်းသည်။ **သာမိစိပ္ပဋိပန္နော-** ရိုသေသမှု၊ လူတို့ပြုသည့်၊ သာမိစိကံ၊ လျော်ထိုက်တန်အောင်၊ ကျင့်ကြံတော် မူတတ်ပါပေ၏ ။
- စတ္တာရိ-** မဂ်ဖိုလ်နှစ်ပါး၊ အစုံအားဖြင့်၊ လေးပါး ကုန်သော၊ **ယဒိဒံ ပုရိသယုဂါနိ-** အကြင်ယောက်ျား အစုံတို့သည်၊ **အဋ္ဌ-** အသီးအခြား၊ ခွဲသောအားဖြင့်၊ ရှစ်ပါးကုန်သော၊ **ပုရိသပုဂ္ဂလာ-** ပုရိသပုဂ္ဂလ၊ ခေါ်ကြ ထိုထို၊ မြင့်မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ပါပေတည်း။

အာဟုနေယျ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၅။ ဘဂဝတော- ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရား၏။ **သေ- သော သာဝကသံဃော** - အစုံလေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ဤအရိယာ သူတော်ကောင်းသည်။ **အာဟုနေယျော-** တုန့်ပြန်ကြီးလေး၊ အကျိုးပေးသဖြင့်၊ အဝေးမှယူ၊ ဆောင်၍မူလည်း၊ ကြည်ဖြူလေးမြတ်၊ ပူဇော်အပ်သည့်၊ လာဘ်သပ်ပကာ၊ အဖြာဖြာကို၊ ကောင်းစွာ သိမ်းပိုက်၊ ခံယူခြင်းငှာလည်း ထိုက်တော်မူပါပေ၏ ။

ပါဟုနေယျ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၆။ ဘဂဝတော- ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ် ဘုရား၏။ **သေ- သော သာဝကသံဃော** - အစုံလေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ဤအရိယာ သူတော်ကောင်းသည်။ **ပါဟုနေယျော-** ဝေးရပ်မျိုးနွယ်၊ များဧည့်သည်ဘို့၊ ရည်ရွယ်မှန်းထား၊ ပစ္စည်းများကို၊ ဘုရားတစ်ဆူ၊ ပွင့်တော်မူမှ၊ ပေါ်လာကြသည့်၊ ကမ္ဘာ့ဧည့်ကောင်း၊ သူတော်ပေါင်းမို့၊ အကြောင်းထိုက်စွာ၊ ပေးလှူခြင်းငှာလည်း ထိုက်တော်မူပါပေ၏ ။

ဒက္ခိဏေယျ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၇။ ဘဂဝတော- ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရား၏။ **သေ- သော သာဝကသံဃော** -
အစုံလေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊
ဤအရိယာ သူတော်ကောင်းသည်။ **ဒက္ခိဏေယျော-**
တမလွန်စခန်း၊ ကြီးပွားလှမ်းဘို့၊ မျှော်မှန်းရည်ရွယ်၊
ပေးလှူဖွယ်ကို၊ ရည်ရွယ်သမျှ၊ အကျိုးရသဖြင့်၊
တစ်စမချန်၊ အလှူခံခြင်းငှာလည်း ထိုက်တော်မူပါ
ပေ၏ ။

အဗ္ဗလိကရဏီယ ဂုဏ်တော်ဖွင့်

၈။ ဘဂဝတော- ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
ဘုရား၏။ **သေ- သော သာဝကသံဃော** - အစုံ
လေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊ ဤ
အရိယာသူတော်ကောင်းသည်။ **အဗ္ဗလိကရဏီယော-**
တစ်လောကလုံး၊ ကိုင်းညွတ်ရုံးလျက်၊ ရွှင်ပြုံး
ကြည်ညို၊ ရိုသေမြတ်နိုး၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရိုခိုးခြင်း
ကိုလည်း ထိုက်တော်မူပါပေ၏ ။

အနတ္တရံ ပုညဓေတ္တံ လောကဿ ဂုဏ်တော်ဖွင့်
 ၉။ **ဘဂဝတော-** ရွှေဘုန်းတော်သခင်၊ ရှင်တော်မြတ်
 ဘုရား၏။ **သေ- သော သာဝကသံဃော -**
 အစုံလေးပါး၊ သီးခြားရှစ်ဖော်၊ သံဃာတော်အပေါင်း၊
 ဤအရိယာ သူတော်ကောင်းသည်။ **လောကဿ-**
 လူနတ်ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါအပေါင်း၏။ **အနတ္တရံ-**အတုမရှိ
 မြတ်ခေါင်ထိသော၊ **ပုညဓေတ္တံ-** ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊
 မျိုးစေ့စု၏၊ ကြီးထူမြင့်မား၊ စွင့်စွင့်ကားလျက်၊
 ဖွင့်ထွားဖွယ်ရာ၊ လယ်ယာမြေကောင်းအတူ ဖြစ်တော်
 မူပါပေ၏ ။

သံဃာရှိခိုး ဂုဏ်တော်ဖွင့်

ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ၊ လောကမ္ပိ ဝိဿုတံ ဂဏံ။
သာသနံ စိရဓာတာရံ၊ ဝန္တာမိ တိဟိ သာဒရံ။

ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ- ဤသုပ္ပဋိပန္နတာ၊ အစလာ
 သည့်၊ ကိုးဖြာသော ဂုဏ်တော်အပေါင်းတို့ဖြင့်၊
လောကမ္ပိ- ဘဝဂ်ဆုံးအောင်၊ ဘုံသုံးဆောင်၌၊
ဝိဿုတံ- တိတ္ထိတို့ဘောင်၊ လွန်များမြောင်သည့်၊
 ဟန်ဆောင်သံဃာ၊ အဖြာဖြာထက်၊ အရာရာဖြင့်၊
 ဂုဏ်ရည်တင့်၍၊ ကြီးမြင့် ထင်ရှားပေထသော၊
သာသနံ- ကမ္ဘာ့ကမ္ဘာ၊ လွန်လေပါလည်း၊ တစ်ခါ
 တစ်ဖန်၊ ကြုံရန်ခဲကပ်၊ အမြတ်ရတနာ ဤသာသနာ

တော်မြတ်ကြီးကို၊ **စိရဓာတာရံ-** ဘုရားလက်ထက်၊
 အဆက်ဆက်မှ၊ မပျက်ရအောင်၊ ပို့ချသင်ယူ၊
 ဆောင်ရွက်တော်မူလာပေထသော၊ **ဂဏံ-** အတွင်း
 စိတ်ဓာတ်၊ မြင့်မြတ်ကြည်လင်၊ သူတော်စင်ကောင်း၊
 အရိယာသံဃာတော်အပေါင်းကို၊ **တိဟိ-** လက်အုပ်
 အဗ္ဗလီ၊ နှုတ်သံချီ၍၊ ရွှင်ကြည်မနော၊ သုံးပါးသော
 ဒွါရတို့ဖြင့်၊ **သာဒရံ-** လေးမြတ်ကြည်ညို၊ ရိုသေခြင်း
 ရှိသည်ဖြစ်၍၊ **ဝန္ဒာမိ-** ဂုဏ်တော်ထုံမွမ်း၊ ပုံတော်မှန်း
 လျက်၊ ချီးမွမ်းထောမနာ၊ ပဏာညွတ်ကျိုး၊ လက်အုပ်
 မိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏ဘုရား။



❖ ဧဝံ ဗုဒ္ဓံ သရန္တာနံ၊
 ဓမ္မံ သံဃဉ္စ ဘိက္ခုဝေါ။
 ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ၊
 လောမဟံသော န ဟေဿတိ။

၁။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝမင်္ဂလဉ္စ၊
 ယောစာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 ဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန ဝိနာသ'မေန္တူ။

၂။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝမင်္ဂလဉ္စ၊
 ယောစာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 ဓမ္မာနုဘာဝေန ဝိနာသ'မေန္တူ။

၃။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝမင်္ဂလဉ္စ၊
 ယောစာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 သံဃာနုဘာဝေန ဝိနာသ'မေန္တူ။



မေတ္တာပို့ (မေတ္တာဘာဝနာ)

- ❖ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား-
 သတ္တဝါအားလုံးတို့ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
 (၃ ခေါက်)
- ❖ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား-
 ကုသိုလ်ရှင်အားလုံးတို့ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း
 ငြိမ်းကြပါစေ။ (၃ ခေါက်)
- ❖ ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ
 ကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ ဘုံသုံးဆယ့်တစ် ဖြစ်ဖြစ်များစွာ သတ္တဝါ ဘယာ
 ဘေးမှ ဝေးပါစေ။
- ❖ လန့်တတ် မလန့်တတ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ
 ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။

- ❖ မြင်ဘူး မမြင်ဘူး နှစ်ဦးများစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ မြင်အပ် မမြင်အပ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ ဝေးနေ နီးနေ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ ဘဝဇာတ်သိမ်း မသိမ်းများစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ သန္ဓေ ပဝတ္တိ နှစ်ရိုများစွာ သတ္တဝါ ချမ်းသာ
ကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ ရှည်တိုလယ်လတ် သုံးရပ်များစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ ကြီးငယ်လယ်လတ် သုံးရပ်များစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ ဝိုင်းသေးလယ်လတ် သုံးရပ်များစွာ သတ္တဝါ
ချမ်းသာကိုယ်စိတ် ပြည့်ပါစေ။
- ❖ တစ်ယောက်သူကား တစ်ယောက်အား
လှည့်စားအပြု ကင်းပါစေ။
- ❖ တစ်ရပ်ရပ်တွင် တစ်ယောက်မြင် မာန်ဝင်ထေမဲ့
ကင်းပါစေ။
- ❖ ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထင့် ဒေါသဖြင့် ပြုကျင့်ဆင်းရဲ
ကင်းပါစေ။



အသုဘ ဘာဝနာ

ဤငါ့ကိုယ်တွင် ဆံပင် အမွေး၊ ခြေသည်း လက်သည်း၊
 သွား အရေ၊ အသား အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီ၊
 အညှို့၊ နှလုံး၊ အသည်း အမြေး၊ အဖျဉ်း အဆုတ်၊
 အူမ အူသိမ်၊ အစာသစ် အစာဟောင်း၊ ဦးဏှောက်
 သည်းခြေ၊ သလိပ် ပြည် သွေး၊ ချွေး၊ အဆီခဲ၊
 မျက်ရည်၊ ဆီကြည် တံတွေး၊ နှပ်အစေး၊ ကျင်ငယ်တို့
 မည်သည်၊ အဆင်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ အနံ့အားဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ ပုံသဏ္ဌာန်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ သလိပ်
 သည်းခြေ၊ ပြည်သွေးစသော ဖြစ်ခဲ့ရာအကြောင်းအားဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ ဖြစ်ရာအရပ်အားဖြင့်လည်းကောင်း၊
 မတင့်တယ်ကုန်။ စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်းကုန်၏။ ရွံရှာဖွယ်
 ကောင်းကုန်၏။ အတ္တမှလည်းကောင်း၊ အတ္တ၏ ဥစ္စာ
 အဖြစ်မှလည်းကောင်း ကင်းကုန်၏။ ငါမဟုတ်ကုန်။
 သူမဟုတ်ကုန်။ ငါ့ဥစ္စာလည်း မဟုတ်ကုန်။ သူ့ဥစ္စာလည်း
 မဟုတ်ကုန်။ အချိန်ရှိသရွေ့ ဖြစ်ပျက်နေသော ပထဝီဓာတ်
 အာပေါဓာတ် လွန်ကဲသော ရုပ်ကလာပ်အစုတို့ချည်းသာ
 ဖြစ်ကုန်သည်တကား။



မရဏဿတိ ဘာဝနာ

အဒ္ဓါဝံ မေ ဇီဝိတံ -

ငါ၏ အသက်သည် မမြဲပါတကား။

ဓုဝံ မေ မရဏံ-

ငါ၏ သေခြင်းသည် မြဲပါတကား။

အဝဿံ မယာ မရိတဗ္ဗမေဝ-

ငါသည် မချွတ်ကေနံ အမှန်အားဖြင့်
သေရမှာပါတကား။

မရဏပရိယောသာနံ မေ ဇီဝိတံ-

ငါ၏ အသက်ရှင်ခြင်းသည် သေခြင်းသည်သာ
အဆုံးရှိချေ၏တကား။

ဇီဝိတမေဝ အနိယတံ-

အသက်ရှင်ခြင်းသည်သာလျှင် မမြဲပါတကား။

မရဏံ နိယတံ-

သေခြင်းသည် မြဲပါတကား။



ပစ္စည်းလေးပါး၌ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ပုံ

သင်္ကန်း၌ ဆင်ခြင်ရန်

ချမ်းပူကိုဖျက်၊ ခြင် မှက် လေ နေ၊ ကင်း မြွေ လွှဲသုန်၊
ဟိရိဂုဏ်ကို၊ ကုန်စေတတ်စွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါကို၊ လုံပါစေလို၊
ကိုယ်ကိုစံပယ်၊ ဆင်ပြင်မယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်မသန်း၊
ဤသင်္ကန်းကို ဖုံးလွှမ်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

ဆွမ်းပစ္စည်း၌ ဆင်ခြင်ရန်

ဤသည့်စားဖွယ်၊ အမယ်မယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊
လှပရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ မသုံးပါဘူး။ လေးဖြာဇာတ်
ဆောင်၊ ဤကိုယ်ကောင်သည်၊ ရှည်အောင်တည်လျက်၊
အသက်မျှတမ်း၊ မမောပန်းငြား၊ ဘုရားသာသနာ၊ ကျင့်
နှစ်ဖြာကို၊ ကျင့်ပါနိုင်စေ၊ ဝေဒနာဟောင်းသစ်၊ မဖြစ်စေရ၊
ယာပိုက်မျှလစ် ၊ ခပ်သိမ်းပြစ်ကို ၊ မဖြစ်လေအောင် ၊
ချမ်းမြေ့အောင်ဟု၊ သုံးဆောင် မှီဝဲပါသတည်း။

ကျောင်းပစ္စည်း၌ ဆင်ခြင်ရန်

ချမ်းပူကိုဖျက်၊ ခြင် မှက် လေ နေ၊ ကင်းမြေဝေးမှု၊
ဥတုဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်ကြောင်း၊
နေရာကျောင်းကို၊ ကိန်းအောင်း မှီခိုပါသတည်း။

ဆေးပစ္စည်း၌ ဆင်ခြင်ရန်

ကျင်နာခံခက်၊ နှိပ်စက်ဖိစီး၊ ဖြစ်ပြီးဖြစ်လာ၊ ဝေဒနာ
ကို၊ စွန့်ခွာပယ်လျှင်း၊ ဆင်းရဲကင်း၍၊ လူမင်းမြတ်စွာ
သာသနာကို ကြည်သာရွှင်လန်း ဖြည့်ကျင့်စွမ်းနိုင်ဖို့၊
ရည်မှန်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

ကြွင်းသော အသုံးအဆောင်တို့၌ ဆင်ခြင်ရန်

ဖိနပ်ဆီမီး၊ ထီးတောင်ဝှေးစ၊ ဟူသမျှကို၊ အေးမြ
ချမ်းပူ၊ မြေငူသစ်ငုတ်၊ ခလုတ်ဆူးငြောင့်၊ မနှောင့်
ဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်၍၊ အားအင်
ပြည့်မာ၊ သာသနာကို၊ ကောင်းစွာကျင့်ဆောင်၊ ဖြည့်နိုင်
အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း။

ဩဝါဒပါတိမောက် ၃ ဂါထာ

- ၁။ သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
 ကုသလဿုပသမ္ပဒါ။
 သစိတ္တပရိယောဒပနံ၊
 ဇေတံ ဗုဒ္ဓါနဿာသနံ။
- ၂။ ခန္တိ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊
 နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။
 န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဃာတိ၊
 န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဌယန္တော။
- ၃။ အနုပဝါဒေါ အနုပဃာတော၊
 ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။
 မတ္တညုတာ စ ဘတ္တသ္မိံ၊
 ပန္နစ္ဆ သယနာသနံ။
 အဓိစိတ္တေ စ အာယောဂေါ၊
 ဇေတံ ဗုဒ္ဓါနဿာသနံ။



ဗုဒ္ဓ ၏ နေ့စဉ် သြဝါဒကထာ

အပ္ပမာဒေန ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒေထ။
 ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒေါ ဒုလ္လဘော လောကသ္မိံ ၊
 မနုဿတ္တဘာဝေါ ဒုလ္လဘော၊
 ဒုလ္လဘာ သဒ္ဓါသမ္ပတ္တိ၊
 ပဗ္ဗဇိတဘာဝေါ ဒုလ္လဘော၊
 သဒ္ဓမ္မဿဝနံ အတိဒုလ္လဘံ၊
 ဧဝံ ဒိဝသေ ဒိဝသေ ဩဝဒတိ။



ဗုဒ္ဓ ၏ နောက်ဆုံးစကား

ဟန္တု ဒါနိ ဘိက္ခဝေ ၊ အာမန္တယာမိ ဝေါ။
 ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

ယံ ပတ္တံ ကုသလံ တဿ၊ အာနုဘာဝေန ပါဏိနော။
 သဗ္ဗေ သဒ္ဓမ္မ ရာဇဿ၊ ဥတ္တာ ဓမ္မံ သုခါဝဟံ။

ပါပုဏန္တု ဝိသုဒ္ဓါယ၊ သုခါယ ပဋိပတ္တိယာ။
 အသောက မနုပါယာသံ၊ နိဗ္ဗာန သုခမုတ္တမံ။

စိရံ တိဋ္ဌတု သဒ္ဓမ္မော၊ ဓမ္မေ ဟောန္တု သဂါရဝိ။
 သဗ္ဗေပိ သတ္တာ ကာလေန၊ သမ္မာ ဒေဝေါ ပဝဿတု။

ယထာ ရက္ခိသု ပေါရာဏာ၊ သုရာဇာနော တထေဝိမံ။
 ရာဇာ ရက္ခတု ဓမ္မေန၊ အတ္တနောဝ ပဇံ ပဇံ။

တ္ထောဝတာ စ အမေဟိ၊ သမ္ဘတံ ပုညသမ္ပဒံ။
သဗ္ဗေ ဒေဝါနုမောဒန္တု၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိ သိဒ္ဓိယာ။

ဒါနံ ဒဒန္တု သဒ္ဓါယ၊ သီလံ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။
ဘာဝနာဘိရတာ ဟောန္တု၊ ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာဂတာ။

သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ဗလပ္ပတ္တာ၊ ပစ္စေကာနဉ္စ ယံ ဗလံ။
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။



ဇူတင် ဆောက်တည်ရန်

၁။ ပိဏ္ဏပါတ်ဇူတင်

၁။ အတိရေကလာဘံ ပဋိက္ခိပါမိ။

ပိဏ္ဏိယလောပ ဘောဇဉ်မှ ပိုလွန်ကြွယ်ဌေး
တစ်ဆယ့်လေးဘတ်လားကို ပယ်မြစ်ပါ၏ ။

၁၄ ဘတ်လားဟူသည်-

၁။ သံဃဘတ်။ ၂။ ဥဒ္ဓေသဘတ် ၃။ နိမန္တနဘတ်
၄။ သလာကဘတ် ၅။ ပက္ခိကဘတ် ၆။ ဥပေါသထိကဘတ်
၇။ ပါဠိပဋိကဘတ် ၈။ အာဂန္တုကဘတ် ၉။ ဂမိကဘတ်
၁၀။ ဂိလာနဘတ် ၁၁။ ဂိလာနုပဋ္ဌာကဘတ် ၁၂။ ဝိဟာရဘတ်
၁၃။ ဓုရဘတ် ၁၄။ ဝါရဘတ်

ပိဏ္ဏပါတ်ကံ သမာဒိယာမိ။

ဆွမ်းခံစားခြင်း အလေ့ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ အကြောင်း
အင်္ဂါ သမာဒိန စေတနာကို ကောင်းစွာ ဆောက်တည်
ပါ၏။

၂။ သပဒါနစာရိဇ္ဇတင်

၂။ လောလုပ္ပစာရံ ပဋိက္ခိပါမိ။

အိမ်စဉ်ကျော်၍ လျှပ်ပေါ်လော်လီသော ဆွမ်းခံ
သွားခြင်းကို ပယ်မြစ်ပါ၏ ။

သပဒါနစာရိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

အိမ်စဉ်မပြတ် သွားရပ်ခြင်း အလေ့ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်၏
အကြောင်းအင်္ဂါ သမာဒါန စေတနာကို ကောင်းစွာ
ဆောက်တည်ပါ၏။

၃။ ပတ္တပိဏ္ဍိကဇ္ဇတင်

၃။ ဒုတိယကဘာဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။

နှစ်ခုမြောက်သောခွက်ကို ပယ်မြစ်ပါ၏။

ပတ္တပိဏ္ဍိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

တစ်ခွက်တည်း၌ ဆွမ်းကိုယူခြင်း အလေ့ရှိသော
ပုဂ္ဂိုလ်၏ အကြောင်းအင်္ဂါ သမာဒါန စေတနာကို
ကောင်းစွာ ဆောက်တည်ပါ၏။

၄။ ခလုပစ္ဆာဘတ္တိကဇ္ဇတင်

၄။ အတိရိတ္တဘောဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။

ဂိလာနပုဂ္ဂိုလ်ဝိနည်းမိရ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ကြွင်းကျန်သော
ဘောဇဉ်ကို ပယ်မြစ်ပါ၏။

ခလုပစ္ဆာဘတ္တိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

ပယ်မြစ်သည့်နောက်မှ ရသောဆွမ်းကို စားခြင်း
အလေ့မရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ အကြောင်းအင်္ဂါ သမာဒါန
စေတနာကို ကောင်းစွာ ဆောက်တည်ပါ၏။



ပူဇော်ဆုတောင်း

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မ ပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မ ပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ။

ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မ ပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ ဇာတိ ဇရာ မရဏမှာ
ပရိမုစ္စိဿာမိ။

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညပတ္တိံ သဗ္ဗသတ္တာနံ သမံ ဘာဇေမ။

တေ တေ သတ္တာ သာဓု သာဓူတိ အနုမောဒန္တူ။

❖ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား လျော်သော
ဤကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်
ပါ၏ ။

❖ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား လျော်သော
ဤကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့် တရားတော်ကို ပူဇော်
ပါ၏ ။

❖ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား လျော်သော
ဤကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့် သံဃာတော်ကို ပူဇော်
ပါ၏ ။

❖ လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအား လျော်သော
ဤကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့် မွေးအိုသေကြောင်း
ဆင်းရဲပေါင်းမှ ကေနိမုချ ကင်းလွတ်ရပါလို၏
အရှင်ဘုရား။

သုဝဏ္ဏဘူမိ ၅ ဂါထာ

သုဝဏ္ဏဘူမိ ဂန္ဓာန၊ သောဏုတ္တရာ မဟိဒ္ဓိကာ။
ပိသာ စေ နိဒ္ဒမေတွာန၊ ဗြဟ္မဇာလ မဒေသိသုံ။

ဩဇာဒီပံ ဇိနော ဂန္ဓာ၊ ကကုသန္ဓော မဟေသယော။
ပဇ္ဇရံ ရောဂံ သမေတွာ၊ ဓမ္မဝရံ အဒေသယိ။

ဟိရိဩတ္တပ္ပသမ္ပန္နာ၊ သုက္ကဓမ္မ သမာဟိတာ။
သန္ဓော သပ္ပုရိသာ လောကေ၊ ဒေဝဓမ္မာ'တိ ဝုစ္စရေ။

သဗ္ဗေ ဒေဝါ စ ယက္ခာ စ၊ သဗ္ဗေ ဂန္ဓဗ္ဗ ကိန္ဓရာ။
သဗ္ဗေ ဗဟူ ပေတာ စေဝ၊ သဗ္ဗေ ယက္ခာ ပလာယန္တူ။

အသုဘာ မရဏံ မေတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာ။
စတုရက္ခာ ဣမေ ဓမ္မာ၊ သာယံ ပါတော ဝိဘာဝိနာ။
(၃ ခေါက်)

အမျှဝေ

ဤသို့ပြုရ ပဏာမနှင့် ဒါန သီလာ ဘာဝနာဟု
မြတ်ကောင်းမှုကို မိဘ ဆရာ ဉာတကာနှင့်
ယမရာဇာ ဣန္ဒာသက္က၊ စစ္စာ ဥဿုံ၊
ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ သတ္တဝါအနန္တ
တို့အား ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။ ထိုကုသလ
မြတ်ပုညကို အမျှရ၍ ချမ်းသာကြသည်
ဖြစ်ကြပါစေကုန်သော်။

(အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့- သာဓု သာဓု သာဓု)⁹

ဆွမ်း၊ ဧရဈမ်း၊ ပန်း၊
ဆီမီး၊ အမွှေးနံ့သာ ကပ်လှူရန်

❁ ဆွမ်းတော်ကပ်ရန်

❖	ဘုန်းတော်အနန္တ	ကံတော်အနန္တ
	ဉာဏ်တော်အနန္တ	စကြဝဠာ
	ကမ္ဘာမြေမိုး	ဖြန်းဖြန်းကျိုးမျှ
	တန်ခိုးတော်	အနန္တတို့နှင့်
	ပြည့်စုံတော်မူသော	မြတ်စွာဘုရား
	ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား	
	ခဲဘွယ်ချိုချဉ်	ဆွမ်းဘောဇဉ်ကို
	ဖြူစင်သဒ္ဓါ	စေတနာဖြင့်
	ရွှင်ကာစိတ်လန်း	လှူဒါန်းပါ၏ ။

ဆုတောင်း

❖	ရသာမွှေးကြူ	ဆွမ်းဖွေးဖြူကို
	ပေးလှူပါရ	ဤပုညကြောင့်
	ဘဝတိုင်းဝယ်	ပညာကြွယ်လျက်
	မြနွယ်ရွှေနှင့်	အနေတင့်
	ဆင့်ဆင့်မြင့်ရလို ။



❖ ဓမ္မဗျမ်းကပ်ရန်

- | | | |
|---|----------------------|--------------------|
| ❖ | ဘုန်းတော်အနန္တ | ကံတော်အနန္တ |
| | ဉာဏ်တော်အနန္တ | စကြဝဠာ |
| | ကမ္ဘာမြေမိုး | ဖြန်းဖြန်းကျိုးမှု |
| | တန်ခိုးတော် | အနန္တတို့နှင့် |
| | ပြည့်စုံတော်မူသော | မြတ်စွာဘုရား |
| | ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား | |
| | စမ်းသီတဂူ | ရေဖြူဖြူကို |
| | ဖြူစင်သဒ္ဓါ | စေတနာဖြင့် |
| | ရွှင်ကာစိတ်လန်း | လှူဒါန်းပါ၏ ။ |

ဆုတောင်း

- | | | |
|---|-----------------------|--------------|
| ❖ | ကြည်လင်အေးမြ | ရေလှူရ၍ |
| | ဘဝတိုင်းဝယ် | ပညာကြွယ်လျက် |
| | ကိုယ်ဝယ်တွင်းပြင် | ညစ်ကြေးစင် |
| | ကြည်လင်အေးမြလို ... ။ | |



❁ ပန်းကပ်ရန်

❖	ဘုန်းတော်အနန္တ	ကံတော်အနန္တ
	ဉာဏ်တော်အနန္တ	စကြဝဠာ
	ကမ္ဘာမြေမိုး	ဖြန်းဖြန်းကျိုးမှု
	တန်ခိုးတော်	အနန္တတို့နှင့်
	ပြည့်စုံတော်မူသော	မြတ်စွာဘုရား
	ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား	
	ရနံ့မွှေးကြူ	ပန်းဆူဆူကို
	ဖြူစင်သဒ္ဓါ	စေတနာဖြင့်
	ရွှင်ကာစိတ်လန်း	လှူဒါန်းပါ၏ ။

ဆုတောင်း

❖	အနံ့လည်းသင်း	အဆင်းလည်းလှ
	ပန်းလှူရ၍	ဘဝတိုင်းဝယ်
	ပညာကြွယ်လျက်	သွယ်သွယ်ဂုဏ်နှင့်
	အစုံဆင့်	ထုံသင်းကြိုင်ရလို့... ။



❁ ဆီမီးကပ်ရန်

- | | | |
|---|----------------------|--------------------|
| ❖ | ဘုန်းတော်အနန္တ | ကံတော်အနန္တ |
| | ဉာဏ်တော်အနန္တ | စကြဝဠာ |
| | ကမ္ဘာမြေမိုး | ဖြန်းဖြန်းကျိုးမျှ |
| | တန်ခိုးတော် | အနန္တတို့နှင့် |
| | ပြည့်စုံတော်မူသော | မြတ်စွာဘုရား |
| | ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား | |
| | ရောင်ဝါထိန်ငြီး | မြတ်ဆီမီးကို |
| | ပိုပြီးသဒ္ဓါ | စေတနာဖြင့် |
| | ရွှင်ကာစိတ်လန်း | လှူဒါန်းပါ၏ ။ |

ဆွေတောင်း

- | | | |
|---|-------------------------------|--------------|
| ❖ | ထွန်းလင်းတောက်ပ | မီးလှူရ၍ |
| | ဘဝတိုင်းဝယ် | ပညာကြွယ်လျက် |
| | လနွယ်နေနှင့် | အသရေတင့် |
| | ဆင့်ဆင့်ထွန်းတောက်လို . . . ။ | |



❁ အမွှေးနံ့သာကပ်ရန်

- | | |
|----------------------|--------------------|
| ❖ ဘုန်းတော်အနန္တ | ကံတော်အနန္တ |
| ဉာဏ်တော်အနန္တ | စကြဝဠာ |
| ကမ္ဘာမြေမိုး | ဖြန်းဖြန်းကျိုးမျှ |
| တန်ခိုးတော် | အနန္တတို့နှင့် |
| ပြည့်စုံတော်မူသော | မြတ်စွာဘုရား |
| ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား | |
| ရနံ့ဝေဖြာ | ကြူနံ့သာကို |
| ဖြူစင်သဒ္ဓါ | စေတနာဖြင့် |
| ရွှင်ကာစိတ်လန်း | လှူဒါန်းပါ၏ ။ |

ဆုတောင်း

- | | |
|--------------------------|---------------|
| ❖ သင်းပျံ့လွှမ်းကြိုင် | နံ့သာတိုင်ကို |
| လှိုင်ပစေဟု | ပူဇော်ပါရ |
| ဤပုညကြောင့် | |
| ဘဝအစဉ် | မယှဉ်သာအောင် |
| ပညာဆင်းနံ့ | သတင်းနံ့ |
| သင်းပျံ့ကြိုင်ရလို ... ။ | |



ကျေးဇူးတော်ရှင် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏
ဓူနစ်နေ့ ဘုရားရှိခိုးနှင့် ဆူတောင်း အမျှဝေ

ပဋိသန္ဓေယူတော်မူသောနေ့ (ကြာသပတေးနေ့)

- ၁။ သုံးလူ့ရှင်ပင်၊ ကျွန်တို့ထိပ်တင်၊ သောင်းခွင်စကြာ
ဝဠာ၊ နတ်ဗြဟ္မာတို့၊ ညီညာရုံးစု၊ တောင်းပန်မှု
ကြောင့်၊ ရတုနဂို၊ ရွန်းရွန်းစိုသည်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊
ကြွက်မင်းနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ကြည်ဖြူ၊ သန္ဓေယူ
သည်။ ။ နတ်လူငြိမ်းဘို့ ကိန်းပါကို။

ဖွားမြင်တော်မူသောနေ့ (သောကြာနေ့)

- ၂။ သန္ဓေယူကာ၊ ဆယ်လကြာသော်၊ မဟာသက္ကရာဇ်၊
ခြောက်ဆယ့်ရှစ်ကြိမ်၊ ကဆုန်လပြည့်၊ သောကြာ
နေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့စုံစီ၊ လုမ္ဗိနီ၌၊ မဟီလိုက်ဆူ၊
ဖွားတော်မူသည်။ ။ နတ်လူအောင်မြို့ လမ်းပါကို။

တောထွက်တော်မူသောနေ့ (တနင်္လာနေ့)

- ၃။ ဖွားမြင်မြောက်သော်၊ ဆယ့်ခြောက်နှစ်ရွယ်၊ ပျိုနု
နယ်၌၊ သုံးသွယ်ရွှေနှင့်၊ သိမ်းမြန်းပြီးလစ်၊
ဆယ့်သုံးနှစ်လျှင်၊ ဘုန်းသစ်လှုံလူ၊ စံတော်မူ၍၊
ရွယ်မူနုဖြိုး၊ နှစ်ဆယ့်ကိုးဝယ်၊ လေးမျိုးနိမိတ်၊
နတ်ပြဟိတ်ကြောင့်၊ ရွှေစိတ်ငြင်ငြိ၊ သံဝေပိုကာ၊
ဝါဆိုလပြည့်၊ ကျားမင်းနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ရဂို၊
တောရပ်လှံသည်၊ စုံမြိုင်ပင်ရိပ် ခမ်းမှာကို။

ဘုရားဖြစ်တော်မူသောနေ့ (ဗုဒ္ဓဟူးနေ့)

- ၄။ တောရပ်မြိုင်ပေါ်၊ ခြောက်နှစ်ပျော်၍၊ ခါတော်တဖုံ၊
ပွင့်ချိန်ကြိုကာ၊ ကဆုန်လပြည့်၊ ဆင်မင်းနေ့ဝယ်၊
မြွေပရမေ၊ ပလ္လင်ဗွေထက်၊ ရွှေညောင်တော်ကြီး၊
ဗိတာန်ထီးနှင့်၊ မငြီးကြည်ဖြူ၊ နေတော်မူလျက်၊
ရန်မြူခပင်း၊ အမိုက်သင်းကို၊ အရှင်းပယ်ဖျောက်၊
အလင်းပေါက်က၊ ထွန်းတောက်ဘုန်းတော်၊
သောင်းလုံးကျော်သည်။ ။ သုံးဖော်လူတို့ ငြိမ်းပါကို။

ဓမ္မစကြာဟောတော်မူသောနေ့ (စနေနေ့)

- ၅။ ဘုရားဖြစ်ခါ၊ မိဂဒါသို့၊ စကြာရွှေဖွား၊ ဖြန့်ချီ
သွား၍၊ ငါးပါးဝဂ္ဂ၊ စုံအညီနှင့်၊ မဟိတစ်သောင်း၊
တိုက်အပေါင်းမှ၊ ခညောင်းကပ်လာ၊ နတ်ဗြဟ္မာ
အား၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ စနေနေ့ဝယ်၊ ကြွေကြွေ
လျှံတက်၊ ဓမ္မစက်ကို၊ မိန့်မြွက်ထွေပြား၊
ဟောဖော်ကြားသည်။ ။ တရားနတ်စည်
ရွမ်းတယ်ကို။

ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသောနေ့ (အင်္ဂါနေ့)

- ၆။ တရားနတ်စည်၊ ဆော်ရွမ်းလည်က၊ သုံးမည်ဘုံ
သိုက်၊ တစ်သောင်းတိုက်ဝယ်၊ ကျွတ်ထိုက်သသူ၊
နတ် လူ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါကို၊ ခေမာသောင်သို့၊

ဖောင်ကူးတို့ဖြင့်၊ ဆောင်ပို့ပြီးကာ၊ ဝါလေးဆယ့်
ငါး၊ သက်ကားရှစ်ဆယ်၊ စုံပြည့်ကြွယ်က၊
ရာလေးဆယ့်ရှစ်၊ သက္ကရာဇ်ဝယ်၊ နယ်မလ္လာတိုင်း၊
စံနှိုင်းမယုတ်၊ ကုသိန္ဒာရုံ၊ အင်ကြင်းစုံ၌၊
ကဆုန်လပြည့်၊ အင်္ဂါနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့နိဗ္ဗာန်၊
စံတော်မူသည်။ ။ ဝှန်းဆူသောင်းလုံး
ကျော်တယ်ကို။

တေဇောဓာတ်လောင်တော်မူသောနေ့ (တနင်္ဂနွေနေ့)

၇။ နိဗ္ဗာန်စံပြီ၊ ရှုမအိသား၊ သိင်္ဂီရွှေလျော်၊ အလောင်း
တော်ကို၊ ထိုရော်ကဆုန်၊ လဆုတ်ကြို၍၊
ဂဠုန်နေ့ဝယ်၊ ခိုးငွေမနှော၊ ဓာတ်တေဇောလျှင်၊
ရှင်စောဉာဏ်စက်၊ မိဋ္ဌာန်ချက်ဖြင့်၊ လျှံတက်
ကော်ရော်၊ မီးပူဇော်သည်။ ။ မွေတော် ရှစ်စိတ်
ကြွင်းတယ်ကို။

ဆူတောင်း

ထိုခုနစ်နေ့၊ သာချမ်းမြေ့ကို၊ ဆွေ့ဆွေ့ကြည်ဖြူ၊
အာရုံယူလျက်၊ သုံးလူတို့နတ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သား
ကိုယ်တော်ဖျားကို၊ သုံးပါးမှန်စွာ၊ ဝန္တု နာ နှင့်၊
သဒ္ဓါဖြိုးဖြိုး၊ ကျွန်ရှိခိုးသည်။ ။ ကောင်းကျိုးခပ်သိမ်း
ကြွယ်စေသော်။

- ❖ အဆုံးဘဝ၊ တိုင်ပြန်ကလည်း၊ ပညာအရာ၊
ဘိဓမ္မာနှင့်၊ ကြေညာကျော်ကြား၊ လူအများကို၊
တရားစည်ကြီး၊ ခြိမ်းခြံ တီး၍၊ မီးဆယ့်တစ်တန်၊
ငြိမ်းရာမှန်သည်။ ။ နိဗ္ဗာန်အောင်မြို့၊
ရောက်စေသော်။
- ❖ သုံးလူထွတ်ထား၊ မြတ်တရားနှင့် ရှစ်ပါးသံဃာ၊
ရတနာကို၊ သဒ္ဓါရှိကျိုး၊ လက်စုံမိုး၍၊ ရှိခိုးပါရ၊
ဤပုညကြောင့်၊ ဒိဋ္ဌမျက်မြင်၊ ဘဝတွင်လည်း၊
ကင်းစင်အန္တရာယ်၊ ကောင်းကျိုးကြွယ်လျက်၊
ဆယ်ဖြာအညီ၊ ပါရမီနှင့်၊ ဆယ်လီပုည၊
မြတ်ဓမ္မလည်း၊ နိစ္စရွှင်ဖြိုး၊ နေ့စဉ်တိုးသည်။ ။
သက်ဇိုင်းကြာမြင့် ရှည်စေသော်။
- ❖ ဘဝတစ်ဖန်၊ ဖြစ်တုံပြန်လည်း၊ လေးတန်အပါယ်၊
ရှစ်သွယ်ရပ်ပြစ်၊ ကင်းတုံလစ်၍၊ ရှင်ချစ်မြတ်စွာ၊
သာသနာလျှင်၊ ရောင်ဝါထိန်ဝင်း၊ လင်းရာတမူ၊
လူကောင်းနတ်ကောင်း၊ ဘဝကောင်း၌၊
ညွတ်ညောင်းသန္ဓေ၊ တိဟိတ်နေ၍၊ ဆွေလယ်
မျိုးလယ်၊ တန်ခိုးကြွယ်သည်။ ။
လနယ် ထွန်းတင့်ပါစေသော်။

- ❖ အသိအလိမ္မာ၊ ဉာဏ်ပညာနှင့်၊ သဒ္ဓါသီလ သုတ
ပြည့်ဖြိုး၊ ဂုဏ်တန်ခိုးလည်း၊ အမျိုးလေးဘော်၊
သတင်းကျော်လျက်၊ သူတော်တို့ထုံး၊ ကျင့်သုံး
တရား၊ အမှားမလိုက်၊ စရိုက်စင်ဖြူ၊ အလှူရေစက်၊
လက်နှင့်မကွာ၊ ရှစ်ဖြာဥပုသ်၊ မယုတ်ကြိုးစား၊
လေးပါးဗြဟ္မစိုရ်၊ ရွှန်းရွှန်းစိုသည်။ ။
ကုသိုလ်ကိုယ်လုံး ထုံစေသောဝံ။
- ❖ ပတ္တမြားပလ္လင်၊ ကံ့ကော်ပင်ဝယ်၊ ငါးအင်မာရ်စစ်၊
အောင်ပွဲလှစ်၍၊ ခေတ်ဇာတိလုံး၊ သိမ့်သိမ့်ချိုး
လျက်၊ ရွှေဘုန်းစိုက်ထူ၊ ပွင့်တော်မူသား၊ သုံးလူ့
သခင်၊ မိတေးရှင်ကို၊ မျက်မြင်ဖူး၍၊ အထူးကြည်
ညို၊ ဘုန်းရိပ်ခိုသည်။ ။ မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်
ရောက်စေသောဝံ။ ။



ကောမာရ ဖြဟ္မစရိယသီလ၊

ကောမာရိ ဖြဟ္မစရိယသီလ၊

ငါးပါးသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလ၊ ဆယ်ပါးသီလ ဆောက်တည်ရန်

ကောမာရ ဖြဟ္မစရိယသီလ ခံယူဆောက်တည်ပုံ

၁။ ကန်တော့ရန်

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ ကာယဝစီ
မနော ချီလျက် သုံးလီစေတနာ လေးဖြာပဏာမ
ပူဇနဖြင့် ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ
ရတနာမြတ်သုံးပါး မိဘနှစ်ပါး ဆရာသမားတို့နှင့်တကွ
ပြစ်မှားမိသူ ပုဂ္ဂိုလ်အများတို့အား ဘုရားတပည့်တော်
ရိုသေမြတ်နိုးလက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့
ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား ။

“လေးဖြာ ပဏာမ” ဟူသည် ကိုယ်ဖြင့် ရှိခိုးခြင်း၊
နှုတ်ဖြင့် ရှိခိုးခြင်း၊ စိတ်ဖြင့် ရှိခိုးခြင်း၊ အကျင့်ဖြင့်
ရှိခိုးခြင်းတည်း ။

၂။ ဆုပေးရန်

ရတနာမြတ်သုံးပါး မိဘနှစ်ပါး ဆရာသမားတို့နှင့်တကွ
ပြစ်မှားမိသူ ပုဂ္ဂိုလ်အများတို့အား သဒ္ဓါရိုကျိုး လက်အုပ်
မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ရသော
ပူဇေန္တ ပဏာမ သက္ကစ္စဂါရဝ ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံ
စေတနာ သဒ္ဓါ ပညာ ဝီရိယတို့ကြောင့် အနိဋ္ဌဘေးဒဏ်
ရန်မာရ်ခပ်သိမ်း ဘဝတိုင်း ကင်းလွတ် ငြိမ်းကြကုန်သည်

ဖြစ်၍ ဒါနသီလ သမာဓိ ပညာ ကျင့်ဖွယ်ရာတရားလေးပါး
နိမိကဏ္ဍသုတ္တန်လာ တရားဒေသနာတော်မြတ်တို့ကို
ဘဝမခြား ကျင့်ကြံကျိုးကုတ် အားထုတ်နိုင်ကြသဖြင့်
ဒုက္ခခပ်သိမ်း ငြိမ်းအေးရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ပရမတ်ကို
အရဟတ္တဖိုလ်ပေါက် လျှင်မြန်ထုတ်ချောက် ရရောက်
နိုင်ကြသည့်ကိုယ် ဖြစ်ကြပါစေ ။ ။

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ

(ကောမာရ ပြဟူစရိယသီလံ) (အမျိုးသားငယ်နှင့် (အိမ်ထောင်မရှိသူများ) အတွက်)

(ကောမာရိပြဟူစရိယသီလံ) (အမျိုးသမီးငယ်နှင့် (အိမ်ထောင်မရှိသူများ) အတွက်)

(ပဉ္စသီလံ) (အများ အတွက်)

(အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ) (ဥပသ်သ်များအတွက်)

(ဒသ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ) (သာမဏေများအတွက်)

ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတ္တာ သီလံ ဒေသ မေ ဘန္တေ၊

ဒုတိယမ္ပိ -----

တတိယမ္ပိ -----

ယမဟံ ဝဒါမိ တံ ဝဒေတ။

အာမ ဘန္တေ။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ ဒုတိယမ္ပိ ----- တတိယမ္ပိ -----

တိသရဏဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ။

အာမ ဘန္တေ။

(၁) ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်
ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ
(စိတ်၌မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

(၂) အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

ဥစ္စာရှင်သည် ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် မပေးအပ်သော
သူတစ်ပါး ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း
ဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ (စိတ်၌မြဲစွာ)
ဆောက်တည်ပါ၏။

(၃) အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ) ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
မမြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်
ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ (စိတ်၌
မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

ကာမဂုဏ်တို့၌ ကဲ့ရဲ့ထိုက်စွာ ယုတ်မာသော
အကျင့်မှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို
ကောင်းစွာ (စိတ်၌မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

(၄) မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

မဟုတ်မမှန် လိမ်ညာဝါကြွား ပြောကြားခြင်းမှ
ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်း
စွာ (စိတ်၌မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

- (၅) သုရမေရယ မဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

ကုသိုလ်ပညာ ဥစ္စာတို့ကို မေ့လျော့ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သော အရက်သေစာ သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ (စိတ်၌မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

- (၆) ဝိကာလ ဘောဇနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

နေလွဲ ညစာ စားသောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ(စိတ်၌ မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

- (၇) နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသုက ဒဿနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

သာသနာတော်၏ ဆူးငြောင့်သဖွယ် ဖြစ်သော ကိုယ်တိုင်ကခြင်း၊ သူတစ်ပါးကိုကခြင်းခြင်း၊ သူတစ်ပါးကသည်ကို ကြည့်ရှုခြင်း၊ ကိုယ်တိုင်သိဆိုခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို သိဆိုခြင်းခြင်း၊ သူတစ်ပါး သိဆိုသည်ကို နားထောင်ခြင်း၊ ကိုယ်တိုင်တီးမှုတ်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးကို တီးမှုတ်ခြင်းခြင်း၊ သူတစ်ပါး တီးမှုတ်သည်ကို နားထောင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း ဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ (စိတ်၌မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

- (၈) မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏမဏ္ဍန ဝိဘူသနဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

ပန်းပန်ခြင်း၊ နံ့သာလိမ်းခြင်း၊ နံ့သာပြောင်းတို့ဖြင့်

အပြေအပြစ် အတင့်အတယ် ပြုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်
ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ (စိတ်၌
မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

(အမှာ- ရှစ်ပါးသီလဆောက်တည်ရာတွင် (၇) နှင့် (၈) ကို
တစ်ပေါင်းတည်း ဆောက်တည်ရမည်။)

(၉) ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ
သမာဒိယာမိ။

တစ်ထောင့်ထွာထက် မြင့်သောနေရာ၊ ပန်းများ
အရပ်များဖြင့် ဆန်းကြယ်စွာ ရေးခြယ် ပြုလုပ်ထားသော
မြင့်သောနေရာ၊ မြတ်သော နေရာတို့၌ လျောင်း၊ ထိုင်၊
ရပ်၊ သွား နေထိုင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော
သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ (စိတ်၌မြဲစွာ) ဆောက်တည်
ပါ၏။

(၁၀) ဇာတရူပ ရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဏာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ
သမာဒိယာမိ။

ရွှေငွေကို ခံယူကိုင်ဆောင်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်
ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်တော်ကို ကောင်းစွာ (စိတ်၌
မြဲစွာ) ဆောက်တည်ပါ၏။

တိသရဏေန သဟ (ကောမာရဗြဟ္မစရိယသီလံ)

(ကောမာရိဗြဟ္မစရိယသီလံ)

(ပဉ္စသီလံ) (အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ)

(ဒသ သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇသီလံ)

ဓမ္မံ သာဓုကံ ကတ္တာ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

အာမ ဘန္တေ။

ရဟန်းတော်များအတွက် ဒေသနာကြား
အာပတ်ဖြေရန်

သီတင်းငယ်က သီတင်းကြီးထံ ဒေသနာပြောပုံ
ဒေသနာပြော - အဟံ ဘန္တေ သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော
အာဝိကရောမိ။
(အလုံးစုံသော အာပတ်တို့ကို
ထင်ရှားဖော်ပြပါသည်ဘုရား။)

ဒေသနာခံ- သာဓု သာဓု သာဓု။
(ကောင်းပြီ ကောင်းပြီ ကောင်းပြီ။)

ဒေသနာပြော- အဟံ ဘန္တေ သမ္မဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ
သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိ၊ တာ
တုမ္မမူလေ ပတိဒေသေမိ။
(အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် သင့်သော
အလုံးစုံသော အာပတ်တို့ကို
တပည့်တော် အရှင်ဘုရားထံ
ထင်ရှားဖော်ပြပါသည်ဘုရား။)

ဒေသနာခံ- ပဿသိ အာဂုသော တာ
အာပတ္တိယော။
(ထိုအပြစ်များကို အပြစ်ဟုရှုပါ၏လော
ငါ့ရှင်။)

ဒေသနာပြော- အာမ ဘန္တေ ပဿာမိ။
(မှန်ပါ အပြစ်ဟုရှုပါသည်ဘုရား။)

ဒေသနာခံ- အာယတိ အာဂူသော သံဝရေယျာသိ။
(နောင်အခါမှာ စောင့်စည်းပါလေ
ငါ့ရှင်။)

ဒေသနာပြော- သာဓု သုဠ ဘန္တေ သံဝရိဿာမိ။
(ကောင်းပါပြီ၊ ကောင်းကောင်း
စောင့်စည်းပါမည် ဘုရား။)

ဒေသနာခံ- သာဓု သာဓု သာဓု။
(ကောင်းပြီ ကောင်းပြီ ကောင်းပြီ။)

သီတင်းကြီးက သီတင်းငယ်ထံ ဒေသနာပြောပုံ

ဒေသနာပြော - အဟံ အာဂူသော သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော
အာဝိကရောမိ။

ဒေသနာခံ- သာဓု သာဓု သာဓု။

ဒေသနာပြော- အဟံ အာဂူသော သမ္မဟုလာ
နာနာဝတ္ထုကာ သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော
အာပဇ္ဇိ၊ တာ တုယျမူလေ ပတိဒေသေမိ။

ဒေသနာခံ- ပဿထ ဘန္တေ တာ အာပတ္တိယော။

ဒေသနာပြော- အာမ အာဂူသော ပဿာမိ။

ဒေသနာခံ- အာယတီ ဘန္တေ သံဝရေယျာထ။
 ဒေသနာပြော- သာဓု သုဠ အာဂုသော သံဝရိဿာမိ။
 ဒေသနာခံ- သာဓု သာဓု သာဓု။

သီတင်းငယ်က ထပ်၍ ဒေသနာပြောပုံ

ဒေသနာပြော- အဟံ ဘန္တေ သမ္ပဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ
 သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိ၊ တာ
 တုမ္ပမူလေ ပတိဒေသေမိ။
 ဒေသနာခံ- ပဿသိ အာဂုသော တာ အာပတ္တိယော။
 ဒေသနာပြော- အာမ ဘန္တေ ပဿာမိ။
 ဒေသနာခံ- အာယတီ အာဂုသော သံဝရေယျာသိ။
 ဒေသနာပြော- သာဓု သုဠ ဘန္တေ သံဝရိဿာမိ။
 ဒေသနာခံ- သာဓု သာဓု သာဓု။



အပ်စပ်အောင် သုံးနှုန်းနည်းများ

“ကပ္ပိယံ ကရောဟိ” = အပ်စပ်အောင် လုပ်လိုက်ပါ။

“ကပ္ပိယံ ဘန္တေ” = အပ်စပ်ပါပြီ အရှင်ဘုရား။

ဤနေရာ၌ အပင်ပေါက်နိုင်သော၊ အစေ့ပါသော စပျစ်သီး၊ ဖရဲသီး၊ ငရုတ်သီး စသည်များနှင့် အမြစ် ပါသော နံနံပင်၊ ဇီယာပင်၊ မြင်းခွာပင် စသည်များကို ဆိုလိုသည်။

ထိုအသီး၊ အရွက်၊ အပင်များကို လက်သည်း၊ ဓား၊ မီးသုံးမျိုးတို့တွင် တစ်ခုခုနှင့် ဆိတ်၍လည်းကောင်း၊ ဖြတ်၍လည်းကောင်း၊ ရှို့၍လည်းကောင်း ပြုလုပ်နိုင် သည်။

ပါးစပ်ကလည်းဆို၊ လက်ကလည်းလုပ် တစ်- ပြိုင်နက် ဖြစ်နေရမည်။

သစ်ပင်၊ မြက်ပင် စသည်တို့၌ - ကပ္ပိသည်၊ သိသည် ဟု သုံးရသည်။

ရွှေ၊ ငွေ စသည်တို့၌ - ဝတ္ထု၊ ပစ္စည်းဟု သုံးနှုန်းရသည်။ တိုက်ရိုက်မလှူဘဲ သာသနာတော်နှင့် အပ်စပ်အောင် လျှောက်ထားရသည်။

လျှောက်ထားပုံကား-

ကိုယ်တိုင်ကပ္ပိယဖြစ်က- အရှင်ဘုရား-အပ်စပ်သော (၁၀၀၀) တန် အမှုသစ်ပစ္စည်းကို တပည့်တော်ထံ အလှူခံတော်မူပါဘုရား။

လုံခြုံသောနေရာ ညွှန်းစေလိုသော်- အရှင်ဘုရား-
အပ်စပ်သော (၁၀၀ဝိ) တန် အမှုသစ်ပစ္စည်းကို
လှူဒါန်းပါ၏။ လုံခြုံရာ ညွှန်းတော်မူပါဘုရား။

ကပ္ပိယ ညွှန်းစေလိုသော်- အရှင်ဘုရား-အပ်စပ်သော
(၁၀၀ဝိ) တန် အမှုသစ်ပစ္စည်းကို လှူဒါန်းပါ၏။
ကပ္ပိယညွှန်းတော်မူပါဘုရား။

ကပ္ပိယ ညွှန်းပြီးသော် တဖန်လျှောက်ထားပုံ-
အရှင်ဘုရား-အပ်စပ်သော (၁၀၀ဝိ) တန်
အမှုသစ်ပစ္စည်းကို အရှင်ဘုရား၏ ကပ္ပိယ(မောင်လှ)ထံ
အပ်နှံလှူဒါန်းထားပါ၏ ။ အလိုရှိသော ပစ္စည်းကို
ကပ္ပိယမောင်လှထံ အလှူခံတော်မူပါဘုရား။

ရဟန်းတော်များက မြေကြီးကိုသော်လည်းကောင်း
မီးကိုသော်လည်းကောင်း အလိုရှိ၍- ကပ္ပိစမ်းပါ၊
သိစမ်းပါ ဟု ခိုင်းသည်ရှိသော် တူးရမှာလား၊
ရှို့ရမှာလားဟု ပြန်၍ မမေးကောင်းပါ။

အလိုရှိတာ ဘိမိန့်ရှိပါဟု ရိုသေစွာ
လျှောက်ထားရမည်။



နောက်ဆက်တွဲ

ဟေမဝတသုတ် ပါဠိတော်

(*ဣတိ သာတာဂိရော ယက္ခော)

- ၁။ အဇ္ဇ ပန္နရသော ဥပေါသထော၊
ဒိဗ္ဗာရတ္တိ ဥပဋ္ဌိတာ။
အနောမနာမံ သတ္တာရံ၊
ဟန္တ ပဿာမ ဂေါတမံ။

(*ဣတိ ဟေမဝတော ယက္ခော)

- ၂။ ကစ္စိ မနော သုပဏိဟိတော၊
သဗ္ဗဘူတေသု တာဒိနော။
ကစ္စိ ဣဋ္ဌေ အနိဋ္ဌေ စ၊
သင်္ကပ'ဿ ဝသီကတာ။

(*ဣတိ သာတာဂိရော ယက္ခော)

- ၃။ မနော စဿ သုပဏိဟိတော၊
သဗ္ဗဘူတေသု တာဒိနော။
အထော ဣဋ္ဌေ အနိဋ္ဌေ စ၊
သင်္ကပ'ဿ ဝသီကတာ။

(*ဣတိ ဟေမဝတော ယက္ခော)

- ၄။ ကစ္စိ အဒိန္နံ နာဒိယတိ၊
ကစ္စိ ပါဏေသု သညတော။
ကစ္စိ အာရာ ပမာဒမှာ၊
ကစ္စိ ဈာနံ န ရိဉ္စတိ။

(*ကုတိ သာတာဂိရော ယက္ခော)

- ၅။ န သော အဒိန္နံ အာဒိယတိ၊
အထော ပါဏေသု သညတော။
အထော အာရာ ပမာဒမှာ၊
ဗုဒ္ဓေါ ဈာနံ န ရိပ္ပတိ။

(*ကုတိ ဟေမဝတော ယက္ခော)

- ၆။ ကစ္စိ မုသာ န ဘဏတိ၊
ကစ္စိ န ဒီဏဗျပ္ပယော။
ကစ္စိ ဝေဘူတိကံ နာဟ၊
ကစ္စိ သမ္ပံ န ဘာသတိ။

(*ကုတိ သာတာဂိရော ယက္ခော)

- ၇။ မုသာ စ သော န ဘဏတိ၊
အထော န ဒီဏဗျပ္ပယော။
အထော ဝေဘူတိကံ နာဟ၊
မန္တာ အတ္ထံ စ ဘာသတိ။

(*ကုတိ ဟေမဝတော ယက္ခော)

- ၈။ ကစ္စိ န ရဇ္ဇတိ ကာမေသု၊
ကစ္စိ စိတ္တံ အနာဝိလံ။
ကစ္စိ မောဟံ အတိက္ကန္တော၊
ကစ္စိ ဓမ္မေသု စက္ခုမာ။

(*ကုတိ သာတာဂိရော ယက္ခော)

၉။ န သော ရဇ္ဇတိ ကာမေသု၊
အထော စိတ္တံ အနာဝိလံ။
သဗ္ဗမောဟံ အတိက္ကန္တော၊
ဗုဒ္ဓေါ ဓမ္မေသု စက္ခုမာ။

(*ကုတိ ဟေမဝတော ယက္ခော)

၁၀။ ကစ္စိ ဝိဇ္ဇာယ သမ္ပန္နော၊
ကစ္စိ သံသုဒ္ဓစ္စာရဏော။
ကစ္စိ'ဿ အာသဝါ ခိဏာ၊
ကစ္စိ နတ္ထိ ပုနဉ္စဝေါ။

(*ကုတိ သာတာဂိရော ယက္ခော)

၁၁။ ဝိဇ္ဇာယ စေဝ သမ္ပန္နော၊
အထော သံသုဒ္ဓစ္စာရဏော။
သဗ္ဗ'ဿ အာသဝါ ခိဏာ၊
နတ္ထိ တဿ ပုနဉ္စဝေါ။

၁၂။ သမ္ပန္နံ မုနိနော စိတ္တံ၊
ကမ္မုနာ ဗျပ္ပထေန စ။
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နံ၊
ဓမ္မတော နံ ပသံသသိ။

၁၃။ သမ္ဗန္ဓိ မုနိနော စိတ္တံ၊
 ကမ္မုနာ ဗျပ္ပထေန စ။
 ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓိ၊
 ဓမ္မတော အနုမောဒသိ။

၁၄။ သမ္ဗန္ဓိ မုနိနော စိတ္တံ၊
 ကမ္မုနာ ဗျပ္ပထေန စ။
 ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓိ၊
 ဟန္တ ပဿာမ ဂေါတမံ။

၁၅။ ဧဟိ ဇဃိ ကိသံ ဝီရံ၊
 အပ္ပိဟာရံ အလောလုပံ။
 မုနိ ဝနသ္မိ ဈာယန္တံ၊
 ဧဟိ ပဿာမ ဂေါတမံ။

၁၆။ သီဟံဝေကစရံ နာဂံ၊
 ကာမေသု အနပေက္ခိနံ။
 ဥပသင်္ကမ္မ ပုစ္ဆာမ၊
 မုစ္စုပါသပ္ပမောစနံ။

၁၇။ အက္ခာတာရံ ပဝတ္ထာရံ၊
 သဗ္ဗဓမ္မာန ပါရဂူ။
 ဗုဒ္ဓံ ဝေရဏယာတီတံ၊
 မယံ ပုစ္ဆာမ ဂေါတမံ။

(*ကုတိ ဟေမဝတော ယက္ခော)

၁၈။ ကိသ္မိ လောကော သမုပ္ပန္နော၊

ကိသ္မိ ကုဗ္ဗတိ သန္တဝံ။

ကိဿ လောကော ဥပါဒါယ၊

ကိသ္မိ လောကော ဝိညဟတိ။

(ဟေမဝတာတိ ဘဂဝါ)

၁၉။ ဆသု လောကော သမုပ္ပန္နော၊

ဆသု ကုဗ္ဗတိ သန္တဝံ။

ဆန္ဒမေဝ ဥပါဒါယ၊

ဆသု လောကော ဝိညယတိ။

၂၀။ ကတမံ တံ ဥပါဒါနံ၊

ယတ္ထ လောကော ဝိဟညတိ။

နိယျာနံ ပုစ္ဆိတော ဗြူဟိ၊

ကထံ ဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

၂၁။ ပဉ္စ ကာမဂုဏာ လောကေ ၊

မနောဆဋ္ဌာ ပဝေဒိတာ ။

ဧတ္ထ ဆန္ဒံ ဝိရာဇေတွာ ၊

ဧဝံ ဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ ။

၂၂။ ဧတံ လောကဿ နိယျာနံ ၊
 အက္ခာတံ ဝေါ ယထာတထံ ။
 ဧတံ ဝေါ အဟဝက္ခာမိ ၊
 ဧဝံ ဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ ။

၂၃။ ကောသ္မု'ဓ တရတိ ဩယံ ၊
 ကော'ဓ တရတိ အဏ္ဏဝံ ။
 အပ္ပတိဋ္ဌေ အနာလဓမ္မေ ၊
 ကော ဂမ္ဘီရေ န သီဒတိ ။

၂၄။ သဗ္ဗဒါ သီလသမ္ပန္နော၊
 ပညဝါ သုသမာဟိတော ။
 အဇ္ဈတ္တစိန္တိ သတိမာ ၊
 ဩယံ တရတိ ဒုတ္တရံ ။

၂၅။ ဝိရတော ကာမသညာယ ၊
 သဗ္ဗသံယောဇနာတိဂေါ ။
 နန္ဒိဘဝပရိက္ခိဏော ၊
 သော ဂမ္ဘီရေ န သီဒတိ ။

၂၆။ ဂမ္ဘီရပညံ နိပုဏတ္ထဒဿိ ၊
 အကိဉ္စနံ ကာမဘဝေ အသတ္တံ ။
 တံ ပဿထ သဗ္ဗမိ ဝိပ္ပမုတ္တံ ၊
 ဒိဗ္ဗေ ပထေ ကမမာနံ မဟေသိ ။

၂၇။ အနောမနာမံ နိပုဏတ္ထဒဿိ ၊
 ပညာဒဒိံ ကာမာလယေ အသတ္တံ ။
 တံ ပဿထ သဗ္ဗဝိဒ္ဓံ သုမေဓံ ၊
 အရိယေ ပထေ ကမမာနံ မဟေသိ ။

၂၈။ သုဒိဋ္ဌံ ဝတ နော အဇ္ဇ ၊
 သုပ္ပဘာတံ သုဟုဋ္ဌိတံ ။
 ယံ အဒဿာမ သမ္ပုဒ္ဓိံ ၊
 ဩယတိဏ္ဏမနာသဝံ ။

၂၉။ ဣမေ ဒသသတာ ယက္ခာ၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ယဿသိနော ။
 သဗ္ဗေ တံ သရဏံ ယန္တိ ၊
 တံ နော သတ္တာ အနုတ္တရော ။

၃၀။ တေ မယံ ဝိစရိဿာမ ၊
 ဂါမာ ဂါမံ နဂါ နဂံ ။
 နမဿမာနာ သမ္ပုဒ္ဓိံ ၊
 ဓမ္မဿ စ သုဓမ္မတန္တိ။

ဟေမဝတသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ ။

အာဠာဝကသုတ် ပါဠိတော်

* ဧဝံ မေ သူတံ -

ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ အာဠာပိယံ ဝိဟရတိ

အာဠာဝကဿ ယက္ခဿ ဘဝနေ ။

အထ ခေါ အာဠာဝကော ယက္ခော

ယေန ဘဂဝါ တေနုပသင်္ကမိ ၊

ဥပသင်္ကမိတွာ ဘဂဝန္တံ ဧတဒဝေါစ

“နိက္ခမ သမဏာ”တိ

“သာဓာပုသော”တိ ဘဂဝါ နိက္ခမိ ။

“ပဝိသ သမဏာ”တိ ၊

“သာဓာပုသော”တိ ဘဂဝါ ပါဝိသိ။

ဒုတိယမ္ပိ ခေါ -

အာဠာဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ ဧတဒဝေါစ

“နိက္ခမ သမဏာ”တိ

“သာဓာပုသော”တိ ဘဂဝါ နိက္ခမိ ။

“ပဝိသ သမဏာ”တိ ၊

“သာဓာပုသော”တိ ဘဂဝါ ပါဝိသိ။

တတိယမ္ပိ ခေါ -

အာဠာဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ ဧတဒဝေါစ

“နိက္ခမ သမဏာ”တိ

“သာဓာပုသော”တိ ဘဂဝါ နိက္ခမိ ။

“ပဝိသ သမဏာ”တိ ၊

“သာဓာပုသော”တိ ဘဂဝါ ပါဝိသိ။

စတုတ္ထမ္ပိ ခေါ် -

အာဠဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ ဧတဒဝေါစ

“နိက္ခမ သမဏာ”တိ

န ခွါဟံ တံ အာဝုသော နိက္ခမိဿာမိ ၊

ယံ တေ ကရဏီယံ တံ ကရောဟီတိ ။

ပဉ္စ တံ သမဏ ပုစ္ဆိဿာမိ ။

သစေ မေ န ဗျာကရိဿသိ၊

စိတ္တံ ဝါ တေ ခိပိဿာမိ ၊

ဟဒယံ ဝါ တေ ဖာလေဿာမိ ၊

ပါဒေသု ဝါ ဂဟေတွာ ပါရဂူီယ ခိပိဿာမိတိ ။

န ခွါဟံ တံ အာဝုသော ပဿာမိ

သဒေဝကေ လောကေ သမာရကေ

သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏီယာ

ပဇာယ သဒေဝမနုဿာယ၊

ယော မေ စိတ္တံ ဝါ ခိပေယျ ၊

ဟဒယံ ဝါ ဖာလေယျ ၊

ပါဒေသု ဝါ ဂဟေတွာ ပါရဂူီယ ခိပေယျ၊

အပိစ တံ အာဝုသော ပုစ္ဆိ ယဒါ ကင်္ခသီတိ ။

အထ ခေါ အာဠဝကော ယက္ခော

ဘဂဝန္တံ ဂါထာယ အဇ္ဈဘာသိ -

၁။ “ကိဿူ’စ ဝိတ္တံ ပုရိသဿ သေဌံ ၊

ကိဿု သုစိန္တံ သုခမာဝဟတိ ။

ကိဿု ဟဝေ သာဒုတရံ ရသာနံ ၊

ကထံ ဒီဝိ ဒီဝိတမာဟု သေဌံ ။

၂။ သဒ္ဓိဓ ဝိတ္တံ ပုရိသဿ သေဋ္ဌံ ၊
 ဓမ္မော သုစိန္တော သုခမာဝဟတိ ။
 သစ္စံ ဟဝေ သာဒုတရံ ရသာနံ ၊
 ပညာဇီဝိ ဇီဝိတမာဟု သေဋ္ဌံ ။

၃။ ကထံသု တရတိ ဩဃံ ၊
 ကထံသု တရတိ အဏ္ဏဝံ ။
 ကထံသု ဒုက္ခမစ္စေတိ ၊
 ကထံသု ပရိသုဇ္ဈတိ ။

၄။ သဒ္ဓါယ တရတိ ဩဃံ ၊
 အပ္ပမာဒေန အဏ္ဏဝံ ။
 ဝီရိယေန ဒုက္ခမစ္စေတိ ၊
 ပညာယ ပရိသုဇ္ဈတိ ။

၅။ ကထံသု လဘတေ ပညံ ၊
 ကထံသု ဝိန္ဒတေ ဓနံ ။
 ကထံသု ကိတ္တိံ ပပေါတိ ၊
 ကထံ မိတ္တာနိ ဂုဏ္ဏတိ ။
 အသ္မာ လောကာ ပရံ လောကံ ၊
 ကထံ ပစ္စ န သောစတိ ။

၆။ သဒ္ဓဟာနော အရဟတ္တံ၊
ဓမ္မံ နိဗ္ဗာနပတ္တိယာ ။
သုဿသံ လဘတေ ပညံ၊
အပ္ပမတ္တော ဝိစက္ခဏော ။

၇။ ပတိရူပကာရီ ဓုရဝါ ၊
ဥဌတာ ဝိန္ဒတေ ဓနံ ။
သစ္စေန ကိတ္တိံ ပပ္ပေါတိ ၊
ဒဒံ မိတ္တာနိ ဂန္ထတိ ။

၈။ ယဿေတေ စတုရော ဓမ္မာ ၊
သဒ္ဓဿ ဃရမေသိနော ။
သစ္စံ ဓမ္မော မိတိ စာဂေါ ၊
သ ဝေ ပစ္စ န သောစတိ ။

၉။ ဣဃံ အညေပိ ပုစ္ဆဿု ၊
ပုထု သမဏဗြာဟ္မဏေ ။
ယဒိ သစ္စာ ဒမာ စာဂါ ၊
ခန္တျာ ဘိယျော'ဓ ဝိဇ္ဇတိ ။

၁၀။ ကထံသု ဒါနိ ပုစ္ဆေယျံ ၊
ပုထု သမဏဗြာဟ္မဏေ ။
ယောဟံ အဇ္ဇ ပဇာနာမိ ၊
ယော အတ္ထော သမ္ပရာယိကော ။

၁၁။ အတ္ထာယ ဝတ မေ ဗုဒ္ဓေါ ၊

ဝါသာယာ'ဠဝိမာဂမာ ။

သောဟံ အဇ္ဇ ပဇာနာမိ ၊

ယတ္ထ ဒိန္နံ မဟပ္ပလံ ။

၁၂။ သော အဟံ ဝိစရိဿာမိ ၊

ဂါမာ ဂါမံ ပုရာပုရံ ။

နမဿမာနော သမ္ပဒ္ဓိံ ၊

ဓမ္မဿ စ သုဓမ္မတ"န္တိ ။

အာဠဝကသုတ္တံ နိဌိတံ ။

သံဝေဇနီယသုတ် ပါဠိတော်

စတ္တာရိမာနိ ဘိက္ခဝေ သဒ္ဓဿ ကုလပုတ္တဿ
ဒဿနီယာနိ သံဝေဇနီယာနိ ဌာနာနိ ။
ကတမာနိ စတ္တာရိ ?

“ဣဓ တထာဂတော ဇာတော”တိ
ဘိက္ခဝေ သဒ္ဓဿ ကုလပုတ္တဿ
ဒဿနီယံ သံဝေဇနီယံ ဌာနံ ။

“ဣဓ တထာဂတော အနုတ္တရံ
သမ္မာသမ္ဗောဓိံ အဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါ”တိ
ဘိက္ခဝေ သဒ္ဓဿ ကုလပုတ္တဿ
ဒဿနီယံ သံဝေဇနီယံ ဌာနံ ။

“ဣဓ တထာဂတော အနုတ္တရံ
ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္ထေသီ”တိ
ဘိက္ခဝေ သဒ္ဓဿ ကုလပုတ္တဿ
ဒဿနီယံ သံဝေဇနီယံ ဌာနံ ။

“ဣဓ တထာဂတော အနုပါဒိသေသာယ
နိဗ္ဗာနဓာတုယာ ပရိနိဗ္ဗုတော”တိ
ဘိက္ခဝေ သဒ္ဓဿ ကုလပုတ္တဿ
ဒဿနီယံ သံဝေဇနီယံ ဌာနံ ။

ဣမာနိ ခေါ ဘိက္ခဝေ
စတ္တာရိ သဒ္ဓဿ ကုလပုတ္တဿ
ဒဿနီယာနိ သံဝေဇနီယာနိ ဌာနာနိ”တိ။

သံဝေဇနီယသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ ။