

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (ဝင်္ကပူ)
ဓာတ်တော်တိုက်



ညွှန်း
ဓာတ်ရွှေတော်စဉ်

Shwedagon Society (Singapore)
11, TEO KIM ENG ROAD
SINGAPORE 416389.
Ph - 67432013

ဓာတ်ရွှေတော်စဉ် ၂၅၄၉ မြန်မာ့နှစ်-၁၃၆၇ ခုနှစ်-၂၀၀၆

ကနုထံ

ဘုရားပွင့်ပေါ် ကျေးဇူးတော်

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

ဘုရားရှင်တော် ပွင့်ထွန်းပေါ်၍၊
ဟောပတ်ညွှန်ကြား မြတ်တရားကြောင့်၊
ဤကားကုသိုလ် အကုသိုလ်နှင့်၊
ထိုထိုဘုံဘဝ သိကြရ များလှကျေးဇူးတွေ၊

ကျေးဇူးတော်ရှင် ဘုရားရှင်ကို၊
နေ့စဉ်မပြတ် ကျေးဇူးဆပ်သို့၊
အမြတ်ရတနာ သာသနာ၏၊
ရောင်ဝါတင့်ဆန်း မြင့်အောင်ထမ်း၊
အစွမ်းပြကြစေ၊

မာတိကာ

(က)

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာအကျိုး ၁
တရားထိုင်အစီစဉ်လင်္ကာ ၂
မှန်သောမေတ္တာစကား ၃
ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ၏ အဆိုအမိန့်များ ၃
မင်းအဖြတ်ထက် မြတ်သောကုသိုလ် ၄
ရှေးဦးပြုဖွယ် ၇
လူသားတိုင်း သတိပြုသင့်ဖွယ် ၁၀
အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီဖြည့်ခြင်း ၁၃
အနန္တငါးပါးအား ရှိခိုးခြင်း ၁၄
ဘုရားစသား ပုဂ္ဂိုလ်မွန်များအား ဝန်ချတောင်းပန်ကန်တော့ခြင်း ၁၅
မိမိအပေါ်၌ ပြစ်မှားထားသူတို့အား မိမိက မေတ္တာထား၍ သည်းခံခွင့်လွှတ်ခြင်း ၁၆
နတ်ဗြဟ္မာများကို ပင့်ဖိတ်ခြင်း ၁၈
ရောင်ခြည်တော်ဖွင့် ဘုရားပင့်ဖြင့် ပူဇော်ခြင်း ၂၀
ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း ၂၂
ဓမ္မဂုဏ်တော်ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း ၂၄
သံဃာ့ဂုဏ်တော်ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း..... ၂၅
သဗ္ဗဉ်ညဏ်အား စွမ်းသုံးပါးကို ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း ၂၇
ရတနာသုံးပါးနှင့် မိဘဆရာတို့ကို ကန်တော့ခြင်း ၂၈

(ခ)

မာတိကာ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာအား ရေချမ်း ပန်း ဆီမီး ဖျော်ရည်တို့ဖြင့် ဆက်ကပ်ပူဇော်ခြင်း	၂၉
ငါးပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ခြင်း	၃၀
မဟာသမယသုတ်ပါဠိတော်	၃၃
မဟာသမယသုတ် ဘုရားရှိခိုး	၅၀
ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်တော်များကို ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း	၅၁
ပုဗ္ဗဏှသုတ္တ	၅၂
မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများခြင်း	၅၉
မိမိ၏အကျင့်မြတ်ကို ရတနာသုံးပါးအား ပူဇော်ဆုတောင်း အမျှဝေခြင်း	၆၄
သစ္စာပါရမီဖြည့်ရန် သစ္စာဆိုပြီး ဆုမွန်ပြုခြင်း	၆၆
ဓမ္မဒါနဆုတောင်း	၆၇

ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာအကျိုး

အိုဘာသာဝင် သူတော်စင်တို့၊
 နေ့စဉ်နေ့တိုင်း နံနက်ပိုင်းနှင့်၊
 ညပိုင်းတခါ စောသတ္တာဇ်၊
 များစွာဂုဏ်စု အာရုံပြုလော၊
 လူမှုကိစ္စ ဆောင်ရွက်ကြလည်း၊
 ဗုဒ္ဓစောမြတ် မနောဓာတ်၌၊
 မပြတ်မှီကာ ရပ်တည်လာသို့၊
 မေတ္တာနှလုံး သစ္စာသုံး၍၊
 ရွှင်ပြုံးအေးမြ ပြုလုပ်ကြလော၊
 သို့မှဘေးဒဏ် တွင်းပြင်ရန်ကို၊
 အမှန်ကိုယ်က အောင်နိုင်ရလျက်၊
 ဘဝတစ်လျှောက် ကြံတိုင်းပေါက်သည်၊
 ထို့နောက်ဆင့်လို့ မြင့်မည်ကိုယ်....။ ။

မဟာဂန္ဓာမှ ဆရာတော်
 အမရပူရမြို့



၂

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

အနန္တငါးအင်၊

ကျေးဇူးရှင်၊

ဦးတင်ဝန်ချပါ။

ဆိတ်-တင်-ဖြောင့်-ငါး၊

ရှိမြင်ပွား၊ ကြိုးစားဘာဝနာ။

[ဂန္ဓာရုံဆရာအဆက်ဆက် တရားထိုင်အစီအစဉ်လင်္ကာ။]

- ၁။ အနန္တော အနန္တငါးပါး၏ ကျေးဇူးဂုဏ်ကို ပူဇော်ကန်တော့ရန်။
- ၂။ ခင်ပွန်းကြီးဆယ်ပါးအား ဝန်ချတောင်းပန်ခြင်း။
- ၃။ ဆိတ်ငြိမ်ရာနေရာ ရွေးခြယ်ခြင်း။
- ၄။ တင်ပလွင်ခွေသုံးမျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ထိုင်ခြင်း။
- ၅။ ခါးကို ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ်ထားခြင်း။
- ၆။ အာရုံငါးပါးကို စောင့်ထိန်းခြင်း။
- ၇။ ရှိသော ရုပ်နာမ်တရား၏ ဖြစ်ပျက်ကို မြင်အောင် ကြိုးစားပွားများခြင်း။

မှန်သော မေတ္တာစကားပါ

“သဒ္ဓါ (ယုံကြည်မှု) တရားတစ်ခုကို အရင်းတည် လိုက်ပါ”

ဤဝတ်ရွတ်စဉ်ကို သင်- သူတော်စင်တို့ စိတ် အေးအေးဆေးဆေး ကြည်ကြည်လင်လင် ပြင်ဆင်၍ အကောင်းမြတ်သော သတိသမ္မဇဉ်ကို လက်ကိုင်ထားပြီး ရွတ်ဖတ်ပူဇော် ပွားများသွားပါလျှင် သင်သူတော်စင်တို့ လောကအပူမှန်သမျှ ကင်းငြိမ်းပြီး လိုအင်ဆန္ဒပြည့်စုံ လျက် နိဗ္ဗာန်အထိ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။

“မဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် လာ၍ အကြောင်းကြားပါ။ ဖြစ်ခဲ့ လျှင် ဓမ္မဒါန လက်ဆင့်ကမ်းလိုက်ပါ”။ ဗုဒ္ဓရှင်တော် မြတ်ကိုယ်တော်တိုင် မိန့်မှာတော်မူသည်ကို သက်သေ တည်၍ ရဲဝံ့စွာ တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

“သင်တို့ အကျင့်မှန်ဖို့သာ လိုသည်”။

ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ၏ အဆိုအမိန့်များ

တိဋ္ဌန္တေ နိဗ္ဗုတေစာပိ၊ သမေ စိတ္တေ သမံ ဖလံ၊
စေတောပဏိမိ ဟေတုဟိ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ သုဂ္ဂတိ။

“သက်တော်ထင်ရှား မြတ်ဘုရားကို ယုံကြည်သော သဒ္ဓါပညာမျိုးဖြင့် ဓာတ်တော် မေ့မိလိမ့်၊ ရုပ်ပွားတော်၊ ဆင်းတုတော်၊ ပံတော်တို့တွင်လည်း ကြည်လင်သန့်ရှင်း

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

ရိုးသားဖြူစင် တူညီသော သဒ္ဓါပညာမျိုးနှင့် ပူဇော်
ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်အားထားလျှင် အကျိုးပေးအတူတူ
ကောင်းသော သုဂတိဘဝကို ရရှိနိုင်သည်သာ ဖြစ်၏။

ဘာဝေဟိ ဗုဒ္ဓါနုဿတိံ၊ ဘာဝနာန မနုတ္တရံ၊
ဣမံ သတိံ ဘာဝယိတွာန၊ ပူရယိဿတိ မာနသံ။

“ဘာဝနာနည်း (၄၀)ထဲတွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော
ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာကို ပွားများပါ။ ဤဗုဒ္ဓါနုဿတိ
ဘာဝနာကို ပွားများခြင်းကြောင့် စိတ်ကြံသမျှ ကောင်း
မြတ်သော အလိုဆန္ဒအားလုံး ပြည့်စုံလိမ့်မည်”ဟု
မိန့်တော်မူ၏။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာအား ကိုးကွယ်ပူဇော်ကြသူများသည်-

- ၁။ ဘဝဆက်တိုင်းမှာ အပူဇော်ခံရခြင်း၊
- ၂။ အကြံဉာဏ်ပညာ ထက်မြက်လျှင်မြန်ခြင်း၊
- ၃။ နတ်မြတ်နတ်ကောင်းနတ်အပေါင်းတို့
ချစ်ခင်ခြင်း၊
- ၄။ တိုင်းတာနှိုင်းဆ မရအောင် စည်းစိမ်ချမ်းသာ
ရရှိပိုင်ဆိုင်ခြင်း၊
- ၅။ ရုပ်ရည်အဆင်း လှပကျော့ရှင်းတင့်တယ်ခြင်း၊
- ၆။ လူအများ လေးစားချစ်ခင်ခြင်း၊
- ၇။ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းများ ပေါင်းမိခိုင်မြဲခြင်း၊

ရတနာတော်တို့ကို ညှစ်ခမ်း ဝင်ရွတ်စဉ်

၈။ ဂုဏ်သတင်း ပျံ့နှံ့ကျော်ဇောခြင်း၊

သဗ္ဗတ္ထ ပူဇိတော ဟောမိ၊
တိက္ခပညော ဘဝါမဟံ၊
သဗ္ဗေ ဒေဝါ ဝိဟယန္တိ၊
အမိတဘောဂံ လဘာမဟံ။

သုဝဏ္ဏဝဏ္ဏော သဗ္ဗတ္ထ၊
ပဋိကန္တော ဘဝါမဟံ၊
မိတ္တာနံ အစလော ဟောတိ၊
ယသော အပ္ပဂ္ဂတော မဟံ။

(ထေရာအပါဒါနံ)

မင်းအဖြစ်ထက် မြတ်သော ကုသိုလ်

ဂုဏ်တော်ရွတ်ပွား၊ ဝတ်တက်ဝတ်ကပ် ပြုသူများ၏ သဏ္ဍာန်၌ ဖြစ်ပေါ်သော ဝီတိသည် ဇေယျဒိင် တစ်ကျွန်းလုံးကို အစိုးရသော မင်းအဖြစ်ထက် သာလွန် မြင့်မြတ်၏။

ဗုဒ္ဓေါတိ ကိတ္တယန္တဿ၊
ကာယေ ဘဝတိ ယာ ဝီတိ၊
ဝရမေဝဟိ သာ ဝီတိ၊
ကသိဏေနပိ ဇေယျဒီပဿ။

[ဒိဋ္ဌ-၁-၅၄၊ ဣတိဝုတ်-၅-၂၇၁-၂-၃]

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

ဗုဒ္ဓအလိုတော်ကျ ပြည့်စုံအောင်ဆိုရသော ‘စိတ္တံ
ဂုတ္တံ သုခါဝဟံ’လို့ မိန့်မှာတော်မူခဲ့သည့်အတိုင်း
နေစဉ်တစ်လျှောက်မှာ စိတ်ကို သတိတရားလေးဖြင့်
‘အကုသိုလ်တရားများ နည်းပါးပြီး မဖြစ်တော့အောင်၊
ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားပြီး ဖြစ်သထက်ဖြစ်နေအောင်
မိမိစိတ်ထားလေးကို အေးငြိမ်းပြီး ဖြူစင်နေအောင်”
စောင့်ရှောက်နိုင်လျှင် အမွန်မြတ်ဆုံးသော ချမ်းသာ
အတိကို ရွက်ဆောင် ခံစားနိုင်ပါ၏။

သို့မို့ကြောင့် ဘဝမှာ တင်းတိမ်ရောင်ရဲ နေနိုင်
အောင် လေ့ကျင့်ပြီး အရာရာကို ယောနိသောမနသိ
ကာရဖြင့် နှလုံးသွင်းလျက် မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆ
သော သတိ ဒီရိယ သမာဓိ ပညာတရားတို့ဖြင့် ဗုဒ္ဓ
နောက်ဆုံး မိန့်မှာခဲ့သည့်အတိုင်း နေစဉ်တစ်လျှောက်
နှလုံးသွင်းကျင့်ကြံ နေထိုင်နိုင်ကြပါစေ။

လူသားအားလုံး၏ အကျိုးကို လိုလားလျက်

ဘုမိထေရဝံသ B.A (Q)
ရွှေတိဂုံအသင်းတော်(စင်္ကာပူ)
ဓာတ်တော်တိုက်
၁၁-တိုကင်းအင်းလမ်း၊ ယူနို(စ်)
စင်္ကာပူနိုင်ငံ

ရှေးဦးပြုဖွယ်

- ၁။ ကိုယ်လက်မျက်နှာ သန့်ရှင်းအောင်ပြုလုပ်ပါ။
- ၂။ မိမိခန္ဓာကိုယ်နှင့် အဆင်ပြေပြီး ရိသေမှုအသွင် ရှိလျက် သက်သာချောင်ချိသော အဝတ် အစားကို ဝတ်ဆင်ပါ။
- ၃။ ဘုရားပန်း သောက်တော်ရေချမ်း ဆီမီးအမွှေး တိုင်တို့ကို ပြင်ဆင်၍ နံနက်နှင့်နေ့တွင် ဆွမ်း တော်တို့ကို ဆက်ကပ်ခြင်း ညနေချမ်းတွင် ဖျော်ရည်တို့ကို ပြင်ဆင် ဆက်ကပ်ပါ။
- ၄။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်၏ ရှေ့မှောက်သို့ တကယ်သက် တော် ထင်ရှားရှိသော ဘုရားထံ ဝင်ရောက်ဖူး မျှော်သကဲ့သို့ လက်အုပ်ချီ၍ ရိသေလေးစား သော အမူအရာဖြင့် ဝင်ရောက်ပြီးနေထိုင်ပါ။ (ဝတ်တက်ပြီး ပြန်သည့်အခါ ကိုယ်အမူအရာ ဖြင့် ညင်သာစွာ ထ၍ ခုနှစ်လှမ်းရှစ်လှမ်း လောက် နောက်ဆုတ်ပြီးမှ လှည့်၍ထွက်ပါ။
- ၅။ မိမိခန္ဓာကိုယ်နှင့် အဆင်ပြေမည့် ရိသေမှုရှိသော နေထိုင်မှုကို ပြုလုပ်ပါ။
- ၆။ မိမိစိတ်ထဲတွင် ဘာမျှမတွေးဘဲ တည်ငြိမ် အေးဆေးအောင် ထွက်လေဝင်လေ မှတ်၍ စိတ်ကို အေးဆေးအောင် ပြင်ဆင်ပါ။
- ၇။ သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရား၏ ပုံတော်ကို မိမိစိတ်ထဲတွင် ပုံပေါ်အောင် ဖြည်းဖြည်းခြင်း အာရုံယူပါ။
ပြီးလျှင် - စတင်ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပါ။

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

‘စုဏ္ဍိယပါဠိ ဂါထာများကို အလွတ်ရအောင် ကျက်နိုင်လျှင် ပိုကောင်း၏။ အဓိပ္ပာယ်ကို ရွှေတိဂုံအသင်း (စင်္ကာပူ) ဓမ္မစကြာ၊ ပဋ္ဌာန်း ဝတ်ရွတ်စဉ်နှင့် ဆိုင်ရာစာအုပ်များတွင် ကြည့်ရှုနိုင်ပြီး ကျက်ရန်မလို၊ အာရုံပြုနိုင်အောင်၊ မှတ်မိရုံသာ ထပ်ကာတလဲလဲ ကြည့်ရှုပါ’ အကျင့်မှန်ဖို့သာ လိုသည် ဘုရားရှိခိုး ဝတ်တက်ခြင်း၏ အကျိုးအရသာကို သင်တို့ကိုယ်တိုင် ခံစားရပါလိမ့်မည်။

ထို့အပြင် အောက်ပါကျင့်ဝတ်ကို အထူးသတိထား၍ လေ့ကျင့် ပွားများကြည့်ပါ။

၁။ အိပ်ယာမှ နိုး နိုးခြင်း သတိထားပြီး ဗုဒ္ဓါနုဿတီနှင့် ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။ “အိပ်ယာထလျှင် ဘုရားရှင်၊ ဦးတင်လက်အုပ် ချီရမယ်၊ ချီရင်းချီရင်း ပျက်ယိုယွင်း၊ နာမ်တွင်း သတိထားရမယ်” ဆိုတဲ့အတိုင်း အိပ်ယာမှ နိုးနိုးခြင်း ပက်လက်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ စောင်းလျက်ပဲဖြစ်ဖြစ် ဝိပဿီ၊ သီခီ၊ ဝေဿဘူ၊ ကကုသံ၊ ကောဏာဂုမ်၊ ကဿပ၊ ဂေါတမဘုရား (၇) ဆူအား အာရုံပြု၍ နဖူးပေါ် (သို့မဟုတ်) ရင်ဘတ်တွင် လက်အုပ်ချီလျက် “သောဟံ နမော ဘဂဝတော၊ နမော သတ္တန္တံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ” ဟု ရွတ်ဆိုပြီး ဖြစ်ပျက် တင်ရှုပါ။ အစပိုင်း၌ သတိထားပြီး အလေ့အကျင့် လုပ်ယူပါ။ နောက်ပိုင်းတွင် သူ့အလိုလို သတိယှဉ်ပြီး အကျင့် ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။ သင်၏ဘဝအတွက် ကောင်းကျိုးများ ခံစားရပါလိမ့်မည်။ မယုံလျှင် လုပ်ဖြစ်အောင် လုပ်ကြည့်ပါ။ သင်ကိုယ်တိုင် ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ နှစ်ဖြာကောင်းကျိုး ခံစားရပါလိမ့်မည်။

ဓာတ်တော်တိုက် ညခင်း ဝတ်ရွတ်ခဉ်

၂။ ကိုယ် လက် မျက်နှာ သန့်ရှင်း၍ သတိထားကာ
မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများပြီး ဖြစ်ပျက်ရှုပါ။

“မျက်နှာသစ်လျှင် ရေကိုမြင်၊ ကြည်လင်မေတ္တာ
ပွားရတယ်၊ ပွားရင်းပွားရင်း ပျက်ယိုယွင်း၊ နာမ်တွင်း
သတိထားရမယ်”ဆိုသည့်အတိုင်း မျက်နှာသစ်ရန် ရေကို
မြင်တိုင်း “ဤရေသည် အေးမြကြည်လင်သလို သတ္တဝါ
အားလုံးလည်း ရေလို အေးမြ၍ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ
ကြည်လင်ချမ်းမြေ့ကြပါစေ”ဟု လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ
စိတ်ပါလက်ပါ မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများပါ။

ပွားများနေရင်း အခုန ပွားများဖြစ်ပေါ်နေတဲ့
စိတ်ဟာ အခုမရှိတော့ဘူး၊ ပျောက်သွား ပျက်သွားပြီ
စသည်ဖြင့် ဖြစ် ပျက် ရှုပါ။ အဲဒါကြောင့် ဘယ်အရာမှ
မမြဲ၊ အနိစ္စပါတကားဟု ဆင်ခြင်ပွားများ နှလုံးသွင်းပါ။

ယခုလို ရှုခြင်းသည် ရှေးပါရမီဓာတ်ခံ အား
နည်းလို့ ရဟန္တာ မဖြစ်သေးသော်လည်း နောက်
သာသနာတွင် ရဟန္တာဖြစ်ဖို့ ပါရမီအထုံ ဖြစ်ပါသည်။
ယခုဘဝမှာလည်း မေတ္တာအကျိုးအတိုင်း ကောင်း
ကျိုးများ ဧကန်မုချ ခံစားရပါလိမ့်မည်။

လောကအကျိုးကို လိုလားတော်မူသော ဘုရား
ရှင်အား ဦးထိပ်ပန်ဆင်လျက် ---

ထာဝရမေတ္တာဖြင့်
ရွှေတိဂုံအသင်းတော်(ဧကန်ပု)
ဓာတ်တော်တိုက်

လူသားတိုင်း သတိပြုသင့်ဖွယ်

မည်သူမဆို -

၁။ အန္တရာယ်ကင်းဖို့၊

၂။ ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ဖို့၊

ဤ ၂-ချက် မဖြစ်မနေ လိုအပ်သည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓလက်ထက်က သံသရာဝဋ်ဒုက္ခမှ ကျွတ်လွတ်ရန် ဝိပဿနာ အားထုတ်သော ရဟန်းတော်များ လူသူမနီး တောကြီး မျက်မည်းထည်း၌ နေလျက် တရားအားထုတ်ကြသည်။ ထိုရဟန်းတော်များသည်-

“ဒို့ဟာ လောကီနယ်ပယ်မှ ထွက်ပြီး လောကုတ္တရာသက်သက် လုပ်နေသူများ ဖြစ်သည်”ဟု ယူဆကာ ပတ်ဝန်းကျင်ကို သတိ မထားဘဲ ဝိပဿနာသက်သက်သာ အားထုတ် နေကြသည်။

သို့သော် သက်ရှိသက်မဲ့အရာတိုင်း ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် မကင်းကြ၊ ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ဆက်စပ်နေသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်၏ တုန်ပြန်မှုကို ခံရမြဲ ဖြစ်သည်။

ပတ်ဝန်းကျင်ကို ဂရုမပြုဘဲ နေမိသော ထိုရဟန်းတို့ကို မကောင်းဆိုးဝါးများက သူတို့ စွမ်းနိုင်သလောက် မကောင်းသော အဆင်း၊ အသံ၊ အနံ့တို့ဖြင့် တုန်ပြန် ဒုက္ခပေးကြသည်။ ထိုရဟန်းပုဂ္ဂိုလ်များ အအိပ်ပျက်

ဓာတ်တော်တိုက် ညခင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

အစားပျက် ကျန်းမာရေး ချို့တဲ့ပြီး တရားကောင်း
ကောင်း အားမထုတ်နိုင်ကြ၊ သူတို့ ရည်မှန်းချက်
တရားထူး မရကြ၊ ထို့ကြောင့် ယင်းနေရာ၌ ဆက်မနေ
နိုင်ဘဲ မြတ်ဗုဒ္ဓထံ ပြန်သွားကြရသည်။

နောက်အခါ မြတ်ဗုဒ္ဓ ဟောကြားတော်မူသော
မေတ္တသုတ်တော်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးသဖြင့်
ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အဆင်ပြေသွားကြသည်။ အဆင်ပြေ
သည့်အတွက် အန္တရာယ်ကင်းခြင်း၊ ရည်မှန်းချက်အတိုင်း
တရားထူးရခြင်းအကျိုးများ ခံစားကြရသည်။

ဤသို့ ဖော်ပြပါ ဖြစ်ရပ်သာကေအရ လောကုတ္တရာ
သက်သက် ဝိပဿနာ အားထုတ်နေသူများပင်
အန္တရာယ်ကင်းဖို့၊ ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ဖို့ လိုအပ်
သေးလျှင် လောကသားများနှင့် ဆက်ဆံပြီး -

- ၁။ အိမ်ထောင်ရေးအတွက် ဆောင်ရွက်နေသူများ
- ၂။ လူမှုရေးအတွက် ဆောင်ရွက်နေသူများ
- ၃။ နိုင်ငံ့အရေးအတွက် ဆောင်ရွက်နေသူများ
- ၄။ သာသနာရေးအတွက် ဆောင်ရွက်နေသူများ

စသည် စသည် မည်သူမဆို အန္တရာယ်ကင်းဖို့
ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ဖို့ လိုအပ်နေမည်မှာ မလွဲပေ။

အဆိုပါ အန္တရာယ်ကင်းဖို့၊ ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ဖို့အတွက် -

၁။ ပရိတ်တော်များ

၂။ ဂါထာတော်များ

၃။ မန္တာန်တော်များကို ရွတ်ပွားသရဇ္ဈာယ်ရမည်။

ပရိတ်, ဂါထာ, မန္တာန် လာသည့်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးရမည်။ ပရိတ်, ဂါထာ, မန္တာန်များသည် နေ့စဉ် ဝတ်မပျက် ရွတ်ဆိုနေရုံဖြင့်ပင် အန္တရာယ်ကင်းခြင်း, ရည်မှန်းချက် အောင်မြင်ခြင်း အကျိုးများ ရရှိနိုင်သည်။ ပရိတ်, ဂါထာ, မန္တာန်တော်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်သုံးလျှင်ကား အကျိုးရမှုအတွက် အဘယ်မှာ ပြောဖွယ်ရှိပါအံ့နည်း?။

အင်းစိန် ရွာမဆရာတော်၏

လက်ရွေးစင်

ပရိတ်+ဂါထာ+မန္တာန်များစာအုပ်

နိဒါန်းအမှာစာမှ ထုတ်နုတ်
တင်ပြထားခြင်းဖြစ်သည်။



အဓိဋ္ဌာန်ပါရမီ ဖြည့်ခြင်း

၉-ရက် စသည် အဓိဋ္ဌာန်တင်ခြင်း

“ယနေ့မှ စ၍ (၉-ရက်) တိတိ နေ့စဉ်မပြတ် (မဟာသမယသုတ်တော်ကို) ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပါမည်”ဟု အဓိဋ္ဌာန်ပြုပါသည်အရှင်ဘုရား။

[အဓိဋ္ဌာန်ရက်ကို မိမိဆန္ဒအတိုင်း (၉-ရက်၊ ၁၈-ရက်၊ တစ်လစသည်ဖြင့်) အဓိဋ္ဌာန်ပြုနိုင်သည်။]

နေ့စဉ်အဓိဋ္ဌာန်တင်

(၉-ရက်) အဓိဋ္ဌာန် (မဟာသမယသုတ်တော်ကို) ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ရာတွင် ယနေ့အဓိဋ္ဌာန်အဖြစ် ယခုအချိန်မှ စပြီး (မဟာသမယသုတ်တော်ကို) ရွတ်ဆို၍ မြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ပါတော့မည်အရှင်ဘုရား။

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

စင်္ကာပူ ရွှေတိဂုံအသင်းတော်
ဇာတ်တော်တိုက် ဝတ်ရွတ်စဉ်



[ရိုသေလေးစားယုံကြည်စိတ်ဖြင့် (၃) ကြိမ်ရွတ်ဆိုပူဇော်ပါ။]

* နမော၊ တဿ ဘဂဝတော၊ အရဟတော၊

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

အနန္တငါးပါးအား ရှိခိုးခြင်း

[အနန္တော အနန္တ (၅)ပါးမှ တစ်ပါးစီ၏ မိမိသိသော ကျေးဇူးဂုဏ်
တစ်ခုခုကို အာရုံပြု၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်ကန်တော့ပါ။]

၁။ ဗုဒ္ဓဂုဏံ၊ အနန္တံ၊ အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ၊

၂။ ဓမ္မဂုဏံ၊ အနန္တံ၊ အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ၊

၃။ သံဃဂုဏံ၊ အနန္တံ၊ အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ၊

၄။ မာတာပိတုဂုဏံ၊ အနန္တံ၊ အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ၊

၅။ အာစရိယဂုဏံ၊ အနန္တံ၊ အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ။

[တစ်ပုဒ်ဆုံးတိုင်း ညီညာစွာ ဦးချကန်တော့ရန်။]



* ကျမ်းဂန်များနှင့်အညီ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားများပြီး
လည်း ဖြစ်၏။ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ရာ၊ တရားအားထုတ်ရာ၌ ပြီးဆုံး
သည်အထိ အနှောက်အယှက် အန္တရာယ်မရှိ အားထုတ်နိုင်ရန်
အတွက် “နမော တဿ” ဖြင့် ပဏာမပူဇော်ကန်တော့ခြင်း
ဖြစ်သည်။

ဘုရားစသား ပုဂ္ဂိုလ်မွန်များအား ဝန်ချတောင်းပန်
ကန်တော့ခြင်း

အနိုင်မဲ့ညဏ်တော်နှင့် ပြည်စုံတော်မူသော မြတ်စွာ
ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်သည် ၊ သံသရာဘဝပေါင်း
များစွာ၌သော်လည်းကောင်း၊ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌သော်
လည်းကောင်း၊ ဘုရား တရား သံဃာ၊ ရတနာ
မြတ်သုံးပါး၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ အဂ္ဂသာဝကရဟန္တာ
သာဝကရဟန္တာ၊ မိဘဘိုးဘွား၊ ဆရာသမား၊ ကျေးဇူး
ရှင်များနှင့်၊ ပုဂ္ဂိုလ်မွန် ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့အပေါ်၌၊ သိ၍
ဖြစ်စေ မသိ၍ ဖြစ်စေ၊ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ၊
ကံသုံးပါးတို့တွင်၊ တစ်ပါးပါးသောကံဖြင့်၊ ပြစ်မှားစော်
ကားမိခြင်းရှိခဲ့ပါလျှင်၊ ကျေးဇူးကန်းခြင်း ရှိခဲ့ပါလျှင်၊
ကျေးဇူး ချေဖျက်ခြင်း ရှိခဲ့ပါလျှင် ထိုအပြစ်တို့မှ၊
ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ၊ ရိုသေလေးစားစွာ ဝန်ချ
ပါ၏။ တောင်းပန်ပါ၏။ ကန်တော့ပါ၏အရှင်ဘုရား၊
ဘုရားတပည့်တော်အား အစဉ်သနားသောအားဖြင့်၊
သည်းခံတော်မူကြပါအရှင်ဘုရား၊ ခွင့်လွှတ်တော်မူကြပါ
အရှင်ဘုရား၊ ကျေအေးတော်မူကြပါအရှင်ဘုရား။

[ဦးချကန်တော့ရန်]

[ဝန်ချတောင်းပန်တယ်ဆိုတာ ကိုယ်က ပုထုဇဉ်ဆိုတော့
လောဘ ဒေါသ မောဟ မကင်းတဲ့ သတ္တဝါဖြစ်တော့ စိတ်နဲ့
ရင်လည်း ပြစ်မှားမိတတ်တယ်၊ (တစ်ခါတစ်လေ ကိုယ်အမူအရာ
နှုတ်အမူအရာပါ ပါတတ်ပါတယ်၊)] အမေအဖေပေမယ့်လို့
စိတ်နဲ့ ပြစ်မှားမိတတ်တယ်၊ ဘုရား တရား သံဃာပေမယ့်လို့
မတော်မောဟ ပြောမိတတ်တယ်၊ အမှတ်တမဲ့နဲ့ ရယ်ရွမ်း
ပတ်ရွမ်းနဲ့ ဟာသလုပ်ပြီးတော့ ပြောမိတတ်တယ်၊ ဒါတွေဟာ

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

မိမိ အပေါ်၌ ပြစ်မှားထားသူတို့အား

မိမိက မေတ္တာထား၍

သည်းခံခွင့်လွှတ် ကျေအေးခြင်း

အကျွန်ုပ်အပေါ်၌လည်း သံသရာဘဝပေါင်းများစွာ
 ၌သော်လည်းကောင်း၊ ယခုပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌သော်လည်း
 ကောင်း၊ သိ၍ဖြစ်စေ မသိ၍ဖြစ်စေ၊ ကာယကံ ဝစီကံ
 မနောကံတို့ဖြင့် ပြစ်မှားစော်ကားမိခြင်း ရှိခဲ့ပါလျှင်၊
 ကျေးဇူးကန်းခြင်း ရှိခဲ့ပါလျှင်၊ ကျေးဇူး ချေဖျက်ခြင်း
 ရှိခဲ့ပါလျှင်၊ ကျေးဇူးမေ့လျော့ခြင်း ရှိခဲ့ပါလျှင်၊ ကျေးဇူး
 မှဲစွာ ကြမ်းတမ်းစွာ ပြောဆိုပြုမှု ဆောင်ရွက်ခြင်း ရှိခဲ့ပါလျှင်
 ၎င်းတို့က တောင်းပန်ဝန်ချသည်ဖြစ်စေ၊ ဝန်ချတောင်း
 ပန်ခြင်း မပြုသည်ဖြစ်စေ၊ ကျွန်ုပ်က သည်းခံပါ၏။
 ခွင့်လွှတ်ပါ၏။ ကျေအေးပါ၏။

ဤကဲ့သို့ သည်းခံခွင့်လွှတ် ကျေအေးခြင်း စွမ်းအား

ကျူးလွန်မိတာပါတဲ့။ အဲဒီလို ကျူးလွန်ပြစ်မှားထားမိလို့ရိရင်
 တရားအားထုတ်တဲ့အခါ မပေါက်ရောက်တတ်ပါဘူး။ အဟန့်
 အတား ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ဒါ့ကြောင့် လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ
 လေးလေးစားစား စိတ်ပါ လက်ပါ ဝန်ချတောင်းပန်ကန်တော့ပါ။
 (လောကီ လောကုတ် အကျိုးရှိပါတယ်။) နောင်ကိုလည်း အထူး
 သတိထားပြီး မပြစ်မှား မကျူးလွန်မိအောင် စောင့်ထိန်းရပါမယ်။



(မိမိစိတ်ထဲတွင် ငါတို့ဟာ ဘဝမှာ ခဏတွေ့ကြရတာဘဲ
 ဘယ်နေ့ သေကြရမှန်း မသိ သေကြရမည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်၏။

ဘေဒကောသလ်တိုက် ညခင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

သတ္တိတို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့အပေါ်၌ ပြစ်မှားထားသူ တို့သည် ဘေးရန်မကျ ချမ်းသာကြပါစေသတည်း၊ ဆင်းရဲမခ ချမ်းသာကြပါစေသတည်း၊ အလိုဆန္ဒ ပြည့်ဝ ကြပါစေသတည်း၊ ဉာဏ်ပညာကြီးမား၍ အများ အလယ်တွင် တင့်တယ်ကြပါစေသတည်း၊ ဂုဏ် သတင်း ကျော်ကြား၍ ချစ်ခင်ကူညီ စောင့်ရှောက် ဖြည့်ဆည်းသူများ ပေါများကြပါစေသတည်း၊ မဂ် ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်များ ပေါ်ထွန်းကြ၍ သံသရာတို့တို့ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ကူးမြောက်အောင်မြင်ကြပါစေ သတည်း။

ငါတို့ဟာ သံသရာဘဝတစ်လျှောက်မှာ ဆွေမျိုးမိဘ မတော် ဖူးသူမရှိ မိသားစုတွေသာ ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် မိမိစိတ်ထဲတွင် ဘာအာဇာတ အမှန်းတရားများနှင့် မနာလိုဝန်တိုစိတ်ကိုမျှ မထားရှိဘဲ မိသားစုစိတ်ဓာတ်အမှန်ဖြင့် ကိုယ်ချင်းစာ မေတ္တာ ထားလိုက်ပြီး လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ ခွင့်လွှတ်ကျေအေးကြည့်ပါ။ သင်ကိုယ်တိုင် စိတ်လက် ပေါ့ပါးပြီး စိတ်ချမ်းမြေ့မှုအရသာ ခံစားရပါလိမ့်မည်။)



ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

နတ်ဗြဟ္မာများကို ပင့်ဖိတ်ခြင်း

[ဤဂါထာရွတ်ရာ၌ မိမိစိတ်ကို စကြဝဠာအားလုံးဖြန့်ကျက်လျက်
နတ်ဗြဟ္မာများ ကြွလာပုံကို အာရုံပြု ရွတ်ဆိုပါ။]

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

၂။ ဓမ္မဿဝနကာလော၊ အယံ ဘဒ္ဒန္တာ။
[၃-ကြိမ်]

၃။ နမော၊ တဿ ဘဂဝတော၊ အရဟတော၊
သမ္ဗုဒ္ဓဗုဒ္ဓဿ။ [၃-ကြိမ်]

၄။ ယေ သန္တာ သန္တစိတ္တာ၊
တိသရဏ သရဏာ၊
ဧတ္ထ လောကန္တရေ ဝါ၊
ဘုဗ္ဗာ ဘုဗ္ဗာ စ ဒေဝါ၊
ဂုဏ ဂဏ ဂဟဏ၊
ဗျာဝဠာ သဗ္ဗကာလံ၊
ဧတေ အာယန္တု ဒေဝါ၊
ဝရကနကမယေ၊
မေရရာဇေ ဝသန္တော၊
သန္တော သန္တောသဟေတုံ၊
မုနိဝရ ဝစနံ၊
သောတု မဂ္ဂံ သမဂ္ဂါ။

- ၅။ သဗ္ဗေသု စက္ကဝါဠေသု၊
ယက္ခာ ဒေဝါစ ဗြဟ္မဏော၊
ယံ အမှေဟိ ကတံ ပုညံ၊
သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသာဂေ။
- ၆။ သဗ္ဗေ တံ အနုမောဒိတွာ၊
သမဂ္ဂါ သာသနေ ရတာ၊
ပမာဒရဟိတာ ဟောန္တု၊
အာရက္ခာသု ဝိသေသတော။
- ၇။ သာသနဿ စ လောကဿ၊
ဂုဓိံ ဘဝတု သဗ္ဗဒါ၊
သာသနဓိံ စ လောကဉ္စ၊
ဒေဝါ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။
- ၈။ သဒ္ဓိံ ဟောန္တု သုခီ သဗ္ဗေ၊
ပရိဝါရေဟိ အတ္တနော၊
အနိဃာ သုမနာ ဟောန္တု၊
သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉှတိဘိ။
- ၉။ ရာဇတော ဝါ စောရတော ဝါ၊
မနုဿတော ဝါ၊ အမနုဿတော ဝါ၊
အဂ္ဂိတော ဝါ ဥဒကတော ဝါ၊
ပိသာစတော ဝါ ခါဏုကတော ဝါ၊
ကဏ္ဍကတော ဝါ နက္ခတ္တတော ဝါ၊
ဇေနပဒရောဂတော ဝါ၊ အသဒ္ဓမ္မတော ဝါ၊
အသန္နိဋ္ဌိတော ဝါ၊ အသပ္ပုရိသတောဝါ၊
စဏ္ဍ ဟတ္ထိံ၊ အဿ မိဂ၊ ဂေါဏ ကုက္ကုရ၊

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

အဟိဝိစ္စိက ပဏိသပ္ပ ဒီပိ၊ အတ္တ တရတ္ထ၊
သုကရ မဟိံသ၊ ယက္ခ ရက္ခသာဒီဟိ၊
နာနာဘယတော ဝါ၊ နာနာရောဂတော ဝါ၊
နာနာဥပဒ္ဒဝတော ဝါ၊ အာရက္ခံ ဂဏှန္တူ။



ရောင်ခြည်တော်ပွင့် ဘုရားပင့်ပြန် ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း

|ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ ကိုယ်တော်မှ
ရောင်ခြည်ကွန်မြူးတော်မူနေသော ပုံတော်အား အာရုံပြု၍
ရွတ်ဆိုပူဇော်ပါ|

နီလာယော နီလဋ္ဌာနမှာ၊ ပီတောဒါတာစ လောဟိတာ၊
တမှာ တမှာစ မဇ္ဈိဋ္ဌာ၊ နိက္ခမိံသု ပဘဿရာ။

ယဿ ဘဂဝတော-အကြင်ရွှေဘုန်းတော်သခင်
ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏၊ နီလဋ္ဌာနမှာ-ဆံ့မှတ်ဆိတ်တော်
မျက်နှာတော်မှ၊ စ၍ထိုထို ညိုရောင်ဖိတ်ဖိတ်၊ ကိုယ်
အင်္ဂါတော်အစိတ်စိတ်မှ၊ နီလာယော-နီလာရွဲ့ညို
ဖဲအညိုနှင့်၊ ကြာညိုပွင့်ချပ် မြညိုရပ်သို့၊ လျှပ်လျှပ်
စိုပြောင်...၊ ညိုမောင်းသောရောင်ခြည်တော်တို့သည်၊
နိက္ခမိံသု-ဝန်းကျင်အထက် ဝဲယာယုက်၍၊ မြန်းထွက်
ကွန်မြူးတော်မူကြလေကုန်ပြီ။

ပီတဋ္ဌာနမှာ-ကိုယ်အရေတော် မျက်လုံးတော်မှ၊
စ၍ထွေထွေ ရွှေရောင်ဖိတ်ဖိတ်၊ ကိုယ်အင်္ဂါတော်
အစိတ်စိတ်မှ၊ ပီတာစ-ရွှေနှစ်သိင်္ဂီ ရွှေအထည်နှင့်၊

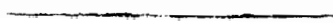


ရွှေရည်ယဉ်သန်း ရွှေစင်ပန်းသို့၊ လျှမ်းလျှမ်းထိန်ဝေ...၊
ဝါရွှေသော ရောင်ခြည်တော်တို့သည်လည်း၊ နိက္ခမိသု-
ဝန်းကျင်အထက် ဝဲယာယုက်၍၊ မြန်းထွက် ကွန့်မြူး
တော်မူကြလေကုန်ပြီ။

ဩဒါတဋ္ဌာနမှာ-အရိုးတော် သွားတော် မျက်ဖြူ
တော်မှ၊ စ၍ဖွေးလူ ဖြူရောင်ဖိတ်ဖိတ်၊ ကိုယ်အင်္ဂါတော်
အစိတ်စိတ်မှ၊ ဩဒါတာစ-ငွေလရောင်ခြည် ငွေ
အထည်နှင့်၊ ငွေရည်ယဉ်သန်း ငွေစင်ပန်းသို့၊ လျှမ်း
လျှမ်းဖွေးလူ...၊ ဖြူဝင်းသော ရောင်ခြည်တော်တို့သည်
လည်း၊ နိက္ခမိသု-ဝန်းကျင်အထက် ဝဲယာယုက်၍၊
မြန်းထွက်ကွန့်မြူးတော်မူကြလေကုန်ပြီ။

လောဟိတဋ္ဌာနမှာ-အသားတော် အသွေးတော်
နှုတ်ခမ်းတော်မှ၊ စ၍ထိုဤ နီရောင်ဖိတ်ဖိတ်၊ ကိုယ်
အင်္ဂါတော် အစိတ်စိတ်မှ၊ လောဟိတာစ-ကမ္မလာနီ
သန္တာနီနှင့်၊ ကြာနီပွင့်ချပ် ပတ္တမြားရပ်သို့၊ လျှပ်လျှပ်
ထိန်ကြည်...၊ နီသွေးသော ရောင်ခြည်တော်တို့သည်
လည်း၊ နိက္ခမိသု-ဝန်းကျင်အထက် ဝဲယာယုက်၍၊
မြန်းထွက်ကွန့်မြူးတော်မူကြလေကုန်ပြီ။

တမှာတမှာစ-လက်ခြေဖဝါးတော် လက်သည်း
တော်မှ၊ စ၍ခပင်း မကြွင်းထိုထို၊ ကိုယ်အင်္ဂါတော်
အစိတ်စိတ်မှ၊ မဇ္ဈိဋ္ဌာစ-ထန်းကျင့်နီပဆေး ပန်းရောင်
သွေးသို့၊ နီတွေးလွင်လွင် ဝါကြင်ကြင်လောင်း...၊ မောင်း
သော ရောင်ခြည်တော်အပေါင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊
ပဘဿရာစ-နဘံအဇ္ဇော ဝသန္တာဝယ်၊ သံဝါထစ်ချုန်း



မိုးရွာတုန်း၌၊ ရုန်းရင်းပျက်သန်း လျှပ်စစ်ပန်းသို့၊ ပျံမြန်း
ပြုံးပြက်...၊ ဟလက်လက်ထွက်သော ရောင်ခြည်တော်
တို့သည်လည်းကောင်း၊ နိက္ခမိသု-ဝန်းကျင်အထက်
ဝဲယာယုက်၍၊ မြန်းထွက်ကွန့်မြူးတော်မူကြလေကုန်ပြီ။

သော ဇိနော-ထူးထွေဆန်းကြယ် ရောင်ခြောက်
သွယ်တို့ကြောင့်၊ အင်္ဂီရသံ ဘွဲ့ထူးခံသည့်၊ ငါးမာန်
အောင်ပြီး၊ ထိုဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်၊ မေ-
ပန္နာငါးခု ပေါင်းစုမည်ခေါ်၊ တပည့်တော်၏၊ သီသ
ကေ-ဦးခေါင်းရတနာ မြတ်အင်္ဂါအထက်၌၊ ဌာတု-
မယိမ်းမယိုင် ကျောက်စာတိုင်ကဲ့သို့၊ ခိုင်ခိုင်မတ်မတ်၊
ရပ်တန့်တည်နေတော်မူလှည့်ပါ၊ စိန်ရောင်ခြည်နေတန့်န့်
ကဲ့သို့၊ ရွှေဘုန်းတော်သခင်...၊ ရှင်တော်မြတ်ကြီး
ဘုရား။



ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း

ဣတိပိ၊ သော ဘဂဝါ...၊
အရဟံ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊
သုဂတော၊
လောကဝိဒူ၊
အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ၊

ဓာတ်တော်တိုက် ညခင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ၊
ဗုဒ္ဓေါ၊
ဘဂဝါ။



ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ၊ လောကမိံ ကိတ္တိဗျာပိတံ၊
အတုလံ ဓမ္မရာဇာနံ၊ ဝန္ဒာမိံ တီဟိ သာဒရံ။

ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ-ဤအရဟတာ အစလာသည့်၊
ကိုးဖြာသော ဂုဏ်တော်အပေါင်းတို့ဖြင့်၊ လောကမိံ-
ဘဝဂ်ဆုံးအောင် ဘုံသုံးဆောင်၌၊ ကိတ္တိဗျာပိတံ-
သိမ့်သိမ့်တုန်ခတ် ပဲ့တင်ထပ်မျှ၊ နှံ့စပ်ကျော်စောတော်မူ
ထသော၊ အတုလံ-သီလခေါင်ထိ သမာဓိနှင့်၊ ကြီးဘိ
ပညာ လွန်ကဲသာ၍၊ ပြိုင်လာနှိုင်းသူ အတုလည်း
ရှိတော်မမူထသော၊ ဓမ္မရာဇာနံ-သုံးဘုံမကိုဋ် သုံးထိုက်
သရဖူ၊ သုံးလူသင်းကျစ် ဓမ္မရာဇ်ထွဋ်ထား၊ ရှင်တော်
မြတ်ဘုရားကို၊ တီဟိ-လက်အုပ်အဉ္စလီ နှုတ်သံ
ချီလျက်၊ ရွှင်ကြည်မနော သုံးပါးသော ဒွါရတို့ဖြင့်၊
သာရဒံ-လေးမြတ်ကြည်ညို ရိသေခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍၊
ဝန္ဒာမိံ-ဂုဏ်တော်ထုံမွမ်း ပုံတော်မှန်းလျက် ချီးမွမ်း
ထောမနာ၊ ပဏာညွတ်ကျိုး လက်စုံမိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့
ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

[တီဟိ-ဟု စတင်ဆိုလျှင် လက်အုပ်စချီလျက်
ပြီးသည့်အခါ ညီညီညာညာ ရှိခိုးကန်တော့ရန်။]



ဓမ္မဂုဏ်တော်ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း

- * သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော
- * သန္တိဋ္ဌိကော၊
- * အကာလိကော၊
- * ဧဟိပဿိကော၊
- * ဩပနေယျိကော၊
- * ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညုဟိ...။

ဣစ္စေဝံ ဆဟိ ဂုဏေဟိ၊ ပါကဋံ ဇိနပူဇိတံ။
 သမ္ပတ္တိဒါယကံ ဓမ္မံ၊ ဝန္ဒာမိ တီဟိ သာဒရံ။

ဣစ္စေဝံ ဆဟိ ဂုဏေဟိ-ဤသွာက္ခာတော အစ
 လာသည့်၊ ခြောက်ဖြာသော ဂုဏ်တော်အပေါင်းတို့ဖြင့်၊
 ပါကဋံ-တိတ္ထိတို့ဘောင် လွန်များမြောင်သည့်၊ ဟန်
 ဆောင်တရား အစားစားထက်၊ မားမားစွင့်စွင့် ဂုဏ်ရည်
 တင့်၍၊ ကြီးမြင့်ထင်ရှားပေထသော၊ ဇိနပူဇိတံ-ကိုယ်
 တိုင်သိငြား ကိုယ့်တရားလည်း၊ ငါးပါးမာရ်နှိမ် မာရ
 ဇိန်ပင်၊ ကြိမ်ကြိမ်လေးမြတ် မှီဝဲပူဇော်တော်မူအပ်ထ
 သော၊ သမ္ပတ္တိဒါယကံ-ကျင့်ကြံလိုက်နာ ဝေနေယျာ
 အား၊ လှူရွာနတ်ထံ နိဗ္ဗာန်အထိ သမ္ပတ္တိကို၊ မိမိရရ
 ပေးစွမ်းနိုင်ပေထသော၊ ဓမ္မံ-မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ဓမ္မက္ခန်ဟု၊
 ဆယ်တန်သော တရားတော်မြတ်ကို၊ တီဟိ-လက်အုပ်
 အဇ္ဇလီ နှုတ်သံချီလျက်၊ ရွှင်ကြည်မနော သုံးပါးသော
 ဒွါရတို့ဖြင့်၊ သာဒရံ-လေးမြတ်ကြည်ညို ရိသေခြင်းရှိ

သည်ဖြစ်၍၊ ဝန္တာမိ-စိတ်ဖြင့်ဦးတန်း ဂုဏ်တော်
မှန်းလျက် ချီးမွမ်းထောမနာ၊ ပဏာညွတ်ကျိုး လက်စုံ
မိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏..... အရှင်ဘုရား။

[တိဟိ-ဟုစတင်ဆိုလျှင် လက်အုပ်စချီလျက် ပြီးချိန်တွင်
ညီညီညာညာ ရှိခိုးကန်တော့ရန်။]



သံဃာ့ဂုဏ်တော်ဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း

- * သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
 - * ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
 - * ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
 - * သာမိစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
(ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ၊ အဋ္ဌ ပုရိသ
ပုဂ္ဂလာ)
- “ဧသဘဂဝတော သာဝကသံဃော”
- * အာဟုနေယျော၊
 - * ပါဟုနေယျော၊
 - * ဒက္ခိဏေယျော၊
 - * အဉ္ဇလီကရဏီယော၊
 - * အနတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။



ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ၊ လောကမိ ဝိဿုတံ ဂဏံ၊
သာသနံ စိရဓာတာရံ၊ ဝန္ဒာမိ တီဟိ သာဒရံ။

ဧဝံ နဝဟိ ဂုဏေဟိ-ဤသုပ္ပဋိပန္နတာ အစလာ သည့်၊ ကိုးဖြာသော ဂုဏ်တော်အပေါင်းတို့ဖြင့်၊ လော ကမိ-ဘဝဂ်ဆုံးအောင် ဘုံသုံးဆောင်၌၊ ဝိဿုတံ- တိတ္ထိတို့ဘောင် လွန်များမြောင်သည့်၊ ဟန်ဆောင် သံဃာ အဖြာဖြာထက်၊ အရာရာဖြင့် ဂုဏ်ရည်တင့်၍၊ ကြီးမြင့်ထင်ရှားပေထသော၊ သာသနံ-ကမ္ဘာ့ကမ္ဘာ လွန်လေပါလည်း၊ တစ်ခါတစ်ဖန် ကြုံရန်ခဲကပ်၊ အမြတ်ရတနာ ဤသာသနာတော်မြတ်ကြီးကို၊ စိရ ဓာတာရံ-ဘုရားလက်ထက် အဆက်ဆက်မှ၊ မပျက်ရ အောင် ပို့ချသင်ယူ...၊ ဆောင်ရွက်တော်မူလာပေထ သော၊ ဂဏံ-အတွင်းစိတ်ဓာတ် မြင့်မြတ်ကြည်လင်၊ သူတော်စင်ကောင်း အရိယာသံဃာတော်အပေါင်းကို၊ တီဟိ-လက်အုပ်အဇ္ဇလီ နှုတ်သံချီ၍၊ ရွှင်ကြည်မနော သုံးပါးသောဒွါရတို့ဖြင့်၊ သာဒရံ-လေးမြတ်ကြည်ညို ရိုသေခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍၊ ဝန္ဒာမိ-ဂုဏ်တော်ထုံမွမ်း ပုံတော်မှန်းလျက် ချီးမွမ်းထောမနာ၊ ပဏာညွတ်ကျိုး လက်စုံမိုး၍၊ ရှိခိုးကန်တော့ပါ၏... အရှင်ဘုရား။

[တီဟိ-ဟု စတင်ဆိုလျှင် လက်အုပ်စချီလျက် ပြီးချိန်တွင် ညီညီညာညာ ရှိခိုးကန်တော့ရန်။]



ဓာတ်တော်တိုက် ညခင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

သဗ္ဗညုဉာဏ်အား စွမ်းသုံးပါးကို
ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း

သိရန်မှန်က မကျန်ရအောင်၊ လုံးဝစုံလင် အကုန်
မြင်...၊ သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်အစွမ်းတည်း။

သိသည့်တရား များအပြား၌၊ ဟောထားစဖွယ်
နည်းသွယ်သွယ်ကို၊ ခြယ်လှယ်စုံလင် အကုန်မြင်...၊
သဗ္ဗညုဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း။

ကျွတ်ထိုက်ကြပေ များဝေနေ၏၊ ဣန္ဒြေစရိုက်
သူ့အကြိုက်ကို၊ နှိုက်ချွတ်စုံလင် အကုန်မြင်...၊ သဗ္ဗညု
ဉာဏ်တော် အစွမ်းတည်း။

ဉာဏ်တော်စွမ်းပကား ဤသုံးပါးကြောင့်၊ အများ
ဝေနေ ကျွတ်လွတ်စေဖို့၊ မနေမနား သက်တော်
အားဖြင့်၊ ကြီးမားလေဘိ ရှစ်ဆယ်ပြည့်၍၊ ပရိနိဗ္ဗာန်
စံသည့်တိုင်အောင် သယ်ယူဆောင်၊ ဘုန်းခေါင်ငါတို့
ဘုရားတည်း။

[အဓိပ္ပာယ်ကို သေချာစွာ အာရုံပြု၍
လေးလေးစားစား ဦးချကန်တော့ပါ။]

[ဤသို့ သဗ္ဗညုဉာဏ်တော်အား ပူဇော်ကန်တော့ခြင်းကြောင့် မိမိတို့သည်
ဉာဏ်ပညာ ထက်မြက်ခြင်း၊ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ပွားများပြီးသားဖြစ်၍
လိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်စုံခြင်း အကျိုးရရှိမည်။]



ရတနာသုံးပါးနှင့် မိဘဆရာတို့ကို
ကန်တော့ခြင်း

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ၊ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ၊ ဤကံသုံးပါးတို့တွင်၊ တစ်ပါးပါးသောကံဖြင့် ပြစ်မှား ကျူးလွန်မိသည်ရှိသော်၊ ထိုအပြစ်တို့မှ ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ၊ ပထမ ဒုတိယ တတိယ၊ တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင်၊ ဘုရား ရတနာ တရားရတနာ သံဃာရတနာ၊ ရတနာမြတ် သုံးပါးတို့နှင့်၊ မိဘဆရာသမားတို့ကို၊ ရိုသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍၊ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ ပါ၏အရှင်ဘုရား။

ဤသို့ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ရ သော ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံ စေတနာတို့ကြောင့်၊ အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုး ငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျာဓိတရားငါးပါး၊ အနာမျိုးကိုးဆယ့်ခြောက်ပါးတို့မှ၊ အခါခပ်သိမ်း ကင်း လွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍၊ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာ တရားတော်မြတ်ကို၊ ရပါလို၏အရှင်ဘုရား။



**ဗုဒ္ဓမြတ်စွာအား ရေချမ်း ပန်း ဆီမီး ဖျော်ရည်စသည်
ဆက်ကပ်ပူဇော် လှူဒါန်းခြင်း**

ကိလေသာကင်းရှင်းပြီး အလုံးစုံသောတရားတော်ကို အမှန်အတိုင်း ကောင်းမွန်စွာ ကိုယ်တိုင်သိမြင်လျက် ဘုန်းတော် (၆)ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို တပည့်တော်သည် အသက်တို့ဖြင့် မှီဝဲဆည်းကပ် ပူဇော်ကန်တော့ပါ၏အရှင်ဘုရား၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာအား ကြည်လင်အေးမြသော ရေချမ်း ပန်း ဆီမီးနှင့် အေးမြ ချိုမြိန်သော ဖျော်ရည်စသည်တို့ကို ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ လှူဒါန်းပါ၏အရှင်ဘုရား၊ ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ အလှူခံတော်မူပါအရှင်ဘုရား၊ နှစ်သက် တော်မူပါအရှင်ဘုရား၊ ဘုဉ်းပေးသုံးဆောင်တော်မူပါ အရှင်ဘုရား။

[ဗုဒ္ဓမြတ်စွာအား ပန်းရေချမ်းစသည် တစ်ခုစီ ဆက်ကပ်ပုံအကျယ်ကို ဝတ်ရွတ်စဉ်များတွင် ကြည့်ရှုနိုင်သည်။]



ငါးပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ခြင်း

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

ဒုတိယမ္ဗိ- အဟံ ဘန္တေ၊ တိသရဏေန သဟ၊
ပဉ္စသီလံ၊ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ၊ သီလံ
ဒေထ၊ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ဗိ- အဟံ ဘန္တေ၊ တိသရဏေန သဟ၊
ပဉ္စသီလံ၊ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ၊ သီလံ
ဒေထ၊ မေ ဘန္တေ။

* ဆရာတော်မှ ဆိုခြင်း- ယမဟံ ဝဒါမိ တံ ဝဒေထ။

သီလခံယူသူမှ ဆိုခြင်း- “အာမ ဘန္တေ” ပါအရှင်ဘုရား။

နမော၊ တဿ ဘဂဝတော၊ အရဟတော၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

[သုံးကြိမ် ဆိုရန်]



ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓာတ်တော်တိုက် ညှင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

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

* ဆရာတော်မှ ဆိုခြင်း-

“တိသရဏဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ”။

* သီလခံယူသူမှ ဆိုခြင်း-

“အာမ ဘန္တေ” ပါ အရှင်ဘုရား။

- ၁။ ပါဏာတိပါတာ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ၊
သမာဒိယာမိ။
- ၂။ အဒိန္နာဒါနာ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ၊
သမာဒိယာမိ။
- ၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ၊
သမာဒိယာမိ။
- ၄။ မုသာဝါဒါ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ၊
သမာဒိယာမိ။

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ၊
ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ၊ သမာဒိယာမိ။

* ဆရာတော်မှ ဆိုခြင်း- ‘တိသရဏေန သဟ
ပဉ္စသီလံ၊ သာဓုကံ ကတွာ အပ္ပမာဒေန
သမ္မာဒေထ။’

* သီလခံယူသူမှ ဆိုခြင်း- ‘အာမ ဘန္တေ’ ပါအရှင်
ဘုရား။

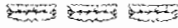
[ဆရာတော် သံဃာတော်များ မရှိလျှင် သီလခံယူသူမှ
ဆိုခြင်းများကို ဆိုစရာ မလိုပါ။]

မှတ်ချက်။ ။အခါအားလျော်စွာ ကောမာရဗြဟ္မစရိယသီလံ၊
အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ၊ ရှစ်ပါးသီလ၊ ကိုးပါး
သီလစသည်တို့ကို စွမ်းနိုင်သမျှ ထိန်းသိမ်း
စောင့်သုံးနိုင်သည်။



[ပရိတ်ကြီးကို တစ်နေ့ တစ်သုတ်စီ ထည့်၍
ရွတ်ဆိုပူဇော်ရန်။]

မဟာသမယသုတ် ပါဠိတော်



မဟာသမယသုတ်အဖွဲ့

- (က) သတေဟိ ပဉ္စမတ္ထေဟိ၊
 ဒီဏာသဝေဟိ ကေဝလံ၊
 ဘိက္ခုဟိ ဘူပဝံသေဟိ၊
 သတ္တာ ဇိနော ပရိဂုတော။
- (ခ) သက္ကေ ကပိလဝတ္ထုသ္မိံ၊
 ဆာယာရမ္မေ မဟာဝနေ၊
 သမန္တတော သဟဿေဟိ၊
 စက္ကဝါဠေဟိ ဒသဟိ။
- (ဂ) အာဂမ္မ သန္နိသိန္နာနံ၊
 ဒေဝါနံ ယမဒေသယိ၊
 အာယု ဒီဃ ကရံ သဗ္ဗ၊
 သမ္ပတ္တိသာဓကံ ဝရံ။
- (ဃ) သုဒ္ဓါဝါသပ္ပဘူတီဟိ၊
 ဒေဝေဟိ ပဋိနန္ဒိတံ၊
 သဗ္ဗရောဂဘယုဏ္ဍိတံ၊
 သမယံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

ဗြဟ္မာလေးဦး ဂါထာတစ်ပုဒ်စီဖြင့် လျှောက်ထားပုံ

၁။ ဧဝံ မေ သုတံ... ဧကံ သမယံ၊ ဘဂဝါ သက္ကေသု ဝိဟရတိ၊ ကပိလဝတ္ထုသ္မိံ မဟာဝနေ၊ မဟတာ ဘိက္ခု သံဃေန သဒ္ဓိံ၊ ပဉ္စမတ္တေဟိ ဘိက္ခုသတေဟိ၊ သဗ္ဗေဟေဝ အရဟန္တေဟိ၊ ဒသဟိစ လောကဓာတူဟိ ဒေဝတာ၊ ယေဘုယျေန သန္နိပတိတာ ဟောန္တိ၊ ဘဂဝန္တံ ဒဿနာယ ဘိက္ခု သံဃဉ္စ၊ အထခေါ စတုန္တံ သုဒ္ဓါဝါသကာယိကာနံ၊ ဒေဝတာနံ ဧတဒ ဟောသိ “အယံ ခေါ ဘဂဝါ သက္ကေသု ဝိဟရတိ၊ ကပိလဝတ္ထုသ္မိံ မဟာဝနေ၊ မဟတာ ဘိက္ခုသံဃေန သဒ္ဓိံ၊ ပဉ္စမတ္တေဟိ ဘိက္ခုသတေဟိ၊ သဗ္ဗေဟေဝ အရဟန္တေဟိ၊ ဒသဟိ စ လောကဓာတူဟိ ဒေဝတာ၊ ယေဘုယျေန သန္နိပတိတာ ဟောန္တိ၊ ဘဂဝန္တံ ဒဿနာယ ဘိက္ခုသံဃဉ္စ၊ ယံနူန မယမ္ပိ ယေန ဘဂဝါ တေနုပသင်္ဂမေယျာမ၊ ဥပသင်္ဂမိတွာ...၊ ဘဂဝတော သန္တိကေ၊ ပစ္စေကံ ဂါထံ ဘာသေ ယျာမာ”တိ၊ အထခေါ တာ ဒေဝတာ...၊ သေယျ ထာပိနာမ၊ ဗလဝါ ပုရိသော သမိဉ္စိတံ ဝါ ဗာဟံ ပသာရေယျ၊ ပသာရိတံ ဝါ ဗာဟံ သမိဉ္စေယျ၊ ဧဝမေဝ သုဒ္ဓါဝါသေသု ဒေဝေသု၊ အန္တရဟိတာ ဘဂဝတော ပုရတော ပါတုရဟေသု၊ အထခေါ တာ ဒေဝတာ၊ ဘဂဝန္တံ အဘိဝါဒေတွာ ဧကမန္တံ အဋ္ဌံသု၊ ဧကမန္တံ ဌိတာ ခေါ၊ ဧကာ ဒေဝတာ၊ ဘဂဝတော သန္တိကေ ဣမံ ဂါထံ အဘာသိ။

ဓာတ်တော်တိုက် ညှဉ်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

“မဟာသမယော ပဝနသ္မိံ၊
ဒေဝကာယာ သမာဂတာ၊
အာဂတာမှ ဣမံ ဓမ္မသမယံ၊
ဒက္ခိတာယေ အပရာဇိတသံဃ”န္တိ။

၂။ အထခေါ အပရာ ဒေဝတာ.., ဘဂဝတော
သန္တိကေ, ဣမံ ဂါထံ အဘာသိ။

“တတြ ဘိက္ခဝေါ သမာဒဟံသု၊
စိတ္တမတ္တနော ဥဇုကံ အကံသု၊
သာရထိံ နေတ္တာနိ ဂဟေတွာ၊
ဣန္ဒြိယာနိ ရက္ခန္တိ ပဏ္ဍိတာ”တိ။

၃။ အထခေါ အပရာ ဒေဝတာ...၊ ဘဂဝတော
သန္တိကေ, ဣမံ ဂါထံ အဘာသိ။

“ဆေတွာ ခိလံ ဆေတွာ ပလိဃံ၊
ဣန္ဒြိယိလံ ဥိဟစ္စ မနေဇာ၊
တေ စရန္တိ သုဒ္ဓါ ဝိမလာ၊
စက္ခမုတာ သုဒန္တာ သုသုနာဂါ”တိ။

၄။ အထခေါ အပရာ ဒေဝတာ...၊ ဘဂဝတော
သန္တိကေ, ဣမံ ဂါထံ အဘာသိ။

“ယေကေစိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂတာသေ၊
န တေ ဂမိဿန္တိ အပါယဘူမိံ၊
ပဟာယ မာနသံ ဒေဟံ၊
ဒေဝကာယံ ပရိပူရေဿေ”တိ။

နတ်ဗြဟ္မာတို့၏ အစည်းအဝေး

၅။ အထခေါ် ဘဂဝါ ဘိက္ခု။ အာမန္တေသိ၊
 ယေဘုယျေန ဘိက္ခဝေ၊ ဒသသု လောကဓာတူသု
 ဒေဝတာ၊ သန္နိပတိတာ ဟောန္တိ၊ တထာဂတံ
 ဒဿနာယ ဘိက္ခုသံဃဉ္စ။ ယေပိ တေ ဘိက္ခဝေ
 အဟေသုံ၊ အတီမဒ္ဓါနံ အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ၊
 တေသမ္ဗိ ဘဂဝန္တာနံ၊ ဧတံ ပရမာယေဝ ဒေဝတာ၊
 သန္နိပတိတာ အဟေသုံ၊ သေယျထာပိ မယုံ ဧတရဟိ၊
 ယေပိ တေ ဘိက္ခဝေ ဘဝိဿန္တိ၊ အနာဂတမဒ္ဓါနံ
 အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ၊ တေသမ္ဗိ ဘဂဝန္တာနံ၊ ဧတံ
 ပရမာယေဝ ဒေဝတာ၊ သန္နိပတိတာ ဘဝိဿန္တိ၊
 သေယျထာပိ မယုံ ဧတရဟိ၊ အာစိက္ခိဿာမိ
 ဘိက္ခဝေ...၊ ဒေဝကာယာနံ နာမာနိ၊ ကိတ္တယိဿာမိ
 ဘိက္ခဝေ...၊ ဒေဝကာယာနံ နာမာနိ၊ ဒေသေဿာမိ
 ဘိက္ခဝေ...၊ ဒေဝကာယာနံ နာမာနိ၊ တံ သုဏာထ၊
 သာဓုကံ မနသိ ကရောထ၊ ဘာသိဿာမိ'တိ၊ “ဧဝံ
 ဘန္တေ” တိ ခေါ တေ ဘိက္ခု။ ဘဂဝတော
 ပစ္စသောသုံ။

ရဟန်းတို့ ဒိဗ္ဗစက္ခုအဘိညာဉ် ဝင်စားခြင်း

၆။ ဘဂဝါ ဧတဒေဝါစ -

သိလောက မနုကဿာမိ၊
 ယတ္ထ ဘုမ္မာ တဒဿိတာ၊
 ယေ သိတာ ဂိရိဂဗ္ဘရုံ၊
 ပဟိတတ္တာ သမာဟိတာ။

ပုထူသီဟာဝ သလ္လီနာ၊
လောမဟံသာဘိသမ္ဘုနော၊
ဩဒါတမာနသာ သုဒ္ဓါ၊
ဝိပ္ပသန္တမနာဝိလာ။

၇။ ဘိယျော ပဉ္စသတေ ဥတွာ၊
ဝနေ ကာပိလဝတ္ထဝေ၊
တတော အာမန္တယီ သတ္တာ၊
သာဝကေ သာသနေ ရတေ။

ဒေဝကာယာ အဘိက္ကန္တာ၊
တေ ဝိဇာနာထ ဘိက္ခဝေါ၊
တေ စ အာတပ္ပမကရံ၊
သုတွာ ဗုဒ္ဓဿ သာသနံ။

၈။ တေသံ ပါတုရဟု ဉာဏံ၊
အမနုဿာန ဒဿနံ၊
အပေကေ သတမဒက္ခံ၊
သဟဿံ အထ သတ္တရီ။

သတံ ဧကေ သဟဿာနံ၊
အမနုဿာန မဒ္ဒသုံ၊
အပေကေ နန္တမဒ္ဒက္ခံ၊
ဒိသာ သဗ္ဗာ ဖုတာ အဟုံ။

ဘုပွဲစိုးနတ်အုပ်ရတို့၏ အမည်ကို ဟောခြင်း

၉။ တဉ္စ သဗ္ဗံ အဘိညာယ၊
ဝဝတ္ထိတွာန စက္ခုမာ၊
တတော အာမန္တယီ သတ္တာ၊
သာဝကေ သာသနေ ရတေ။

ဒေဝကာယာ အဘိက္ကန္တာ၊
တေ ဝိဇာနာထ ဘိက္ခဝေါ၊
ယေ ဝေါ'ဟံ ကိတ္တယိဿာမိ၊
ဂိရာဟိ အနုပုဗ္ဗသော။

၁၀။ သတ္တသဟဿာ တေ ယက္ခာ၊
ဘုမ္မာ ကာပိလဝတ္ထဝါ၊
ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၁၁။ ဆသဟဿာ ဟေမဝတာ၊
ယက္ခာ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၁၂။ သာတာဂီရာ တိသဟဿာ၊
 ယက္ခာ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၁၃။ ဣစ္စေတေ သောဠဿသဟဿာ၊
 ယက္ခာ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

နတ်မင်း(၆)မျိုး

၁၄။ ဝေဿာမိတ္တာ ပဉ္စသတာ၊
 ယက္ခာ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၁၅။ ကုမ္ဘီရော ရာဇဂဟိကော၊
 ဝေပုလ္လဿ နိဝေသနံ၊
 ဘိယျောနံ သတသဟဿံ၊
 ယက္ခာနံ ပယိရုပါသတိ၊
 ကုမ္ဘီရော ရာဇဂဟိကော၊
 သောပါဂါ သမိတိံ ဝနံ။

၁၆။ ပုရိမဉ္ဇ ခိသံ ရာဇာ၊
 ဓတရဋ္ဌော ပသာသတိ၊
 ဂန္ဓဗ္ဗာနံ အဓိပတိ၊
 မဟာရာဇာ ယသဿိ သော၊
 ပုတ္တာပိ တဿ ဗဟဝေါ၊
 ဣန္ဒနာမာ မဟဗ္ဗလာ၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၁၇။ ဒက္ခိဏဉ္ဇ ခိသံ ရာဇာ၊
 ဝိရုဋ္ဌော တံ ပသာသတိ၊
 ဣမ္ဘဏ္ဏာနံ အဓိပတိ၊
 မဟာရာဇာ ယသဿိ သော၊
 ပုတ္တာပိ တဿ ဗဟဝေါ၊
 ဣန္ဒနာမာ မဟဗ္ဗလာ၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၁၈။ ပစ္ဆိမဉ္ဇ ခိသံ ရာဇာ၊
 ဝိရူပက္ခော ပသာသတိ၊
 နာဂါနဉ္ဇ အဓိပတိ၊
 မဟာရာဇာ ယသဿိ သော၊
 ပုတ္တာပိ တဿ ဗဟဝေါ၊

ဣန္ဒနာမာ မဟဗ္ဗလာ၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၁၉။ ဥတ္တရဉ္စ ဒိသံ ရာဇာ၊
 ကုဝေရော တံ ပသာသတိ၊
 ယက္ခာနဉ္စ အဓိပတိ၊
 မဟာရာဇာ ယသဿိ သော၊
 ပုတ္တာပိ တဿ ဗဟဝေါ၊
 ဣန္ဒနာမာ မဟဗ္ဗလာ၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၂၀။ ပုရိမံ ဒိသံ ဓတရဋ္ဌော၊
 ဒက္ခိဏေန ဝိရူဠကော၊
 ပစ္ဆိမေန ဝိရူပက္ခော၊
 ကုဝေရော ဥတ္တရံ ဒိသံ။

၂၁။ စတ္တာရော တေ မဟာရာဇာ၊
 သမန္တာ စတုရော ဒိသာ၊
 ဒဒ္ဒလ္လမာနာ အဋ္ဌံသု၊
 ဝနေ ကာပိလဝတ္ထဝေ။

၄၂

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (ဧကန်ပု)

နတ်မင်း (၁၁) ယောက်

၂၂။ တေသံ မာယာဝိနော ဒါသာ၊
အာဂုံ ဝဇ္ဇနိကာ သဌာ၊
မာယာ ကုဋေဏှာ ဝိဋေဏှာ၊
ဝိဇ္ဈုစ္စ ဝိဇ္ဈုဋေဝ သဟ။

၂၃။ စန္ဒနော ကာမသေဋ္ဌောစ၊
ကိန္နိ ဃဏှာ နိဃဏှာစ၊
ပနာဒေါ ဩပမညောစ၊
ဒေဝသုတော စ မာတလိ။

စိတ္တသေနောစ ဂန္ဓဗ္ဗော၊
နဋ္ဌော ရာဇာ ဇနေသဘော၊
အာဂါ ပဉ္စသိခေါ စေဝ၊
တိမ္မရူသူရိယဝစ္ဆသာ။

ဇတေ စညေစ ရာဇာနော၊
ဂန္ဓဗ္ဗာ သဟရာဇူဘိ၊
မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

နဂါးများအုပ်စု

၂၄။ အထာဂုံ နာဂသာ နာဂါ၊
ဝေသာလာ သဟတစ္ဆကာ၊
ကမ္မလဿတရာ အာဂုံ၊
ပါယာဂါ သဟ ဉာတိဘိ။

ယာမုနာ တေရဋ္ဌာစ၊
အာဂူ နာဂါ ယသသိနော၊
ဧရာဝဏော မဟာနာဂေါ၊
သောပါဂါ သမိတိံ ဝနံ။

ဂဠုန်နှင့် နဂါးအုပ်စု

၂၅။ ယေ နာဂရာဇေ သဟသာ ဟရန္တိ၊
ဒိဗ္ဗာ ဒိဇာ ပက္ခိ ဝိသုဒ္ဓစက္ခူ။
ဝေဟယသာ တေ ဝနံ မဇ္ဈပတ္တာ၊
စိတြာ သုပဏ္ဏာ ဣတိ တေသ နာမံ။

၂၆။ အဘယံ တဒါ နာဂရာဇာနမာသံ၊
သုပဏ္ဏတော ခေမမကာသိ ဗုဒ္ဓေါ၊
သဏှာဟိ ဝါစာဟိ ဥပဝယန္တာ၊
နာဂါ သုပဏ္ဏာ သရဏမကံသု ဗုဒ္ဓံ။

အသုရာအုပ်စု

၂၇။ ဇိတာ ဝဇီရဟတ္ထေန၊
သမုဒ္ဒံ အသုရာ သိတာ၊
ဘာတရော ဝါသဝသေတေ၊
ဣဒ္ဓိမန္တော ယသသိနော၊
ကာလကဉ္စာ မဟာဘိသ္ဗွာ၊
အသုရာ ဒါနဝေယသာ၊
ဝေပစိတ္တိ သုစိတ္တိ စ၊
ပဟာရာဒေါ နမုစိ သဟ။

သတဉ္စ ဗလိပုတ္တာနံ၊
 သဗ္ဗေ ဝေရောစနာမကာ၊
 သန္တယှိတွာ ဗလိသေနံ၊
 ရာဟုဘဒ္ဒ 'မုပါဂမုံ၊
 သမယော ဒါနိ ဘဒ္ဒန္တေ၊
 ဘိက္ခုနံ သမိတိံ ဝနံ။

ဆယ်မျိုးခြောက်လီနတ်များ

[နတ်မျိုး (၆၀)]

၂၈။ အာပေါစ ဒေဝါ ပထဝီ၊
 တေဇော ဝါယော တဒါဂမုံ၊
 ဝရဏာ ဝါရဏာ ဒေဝါ၊
 သောမောစ ယသသာ သဟ။

မေတ္တာ ကရဏာ ကာယိကာ၊
 အာဂုံ ဒေဝါ ယသသိနော၊
 ဒသေတေ ဒသဓာ ကာယာ၊
 သဗ္ဗေ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသသိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခုနံ သမိတိံ ဝနံ။

၂၉။ ဝေဏ္ဍုဒေဝါ သဟလိ စ၊
 အသမာစ ဒုဝေ ယမာ၊
 စန္ဒသု 'ပနိသာ ဒေဝါ၊
 စန္ဒမာဂုံ ပုရက္ခတွာ။

သူရိယသု'ပနိသာ ဒေဝါ၊
 သူရိယမာဂုံ ပုရက္ခတွာ၊
 နက္ခတ္တာနိ ပုရက္ခတွာ၊
 အာဂုံ မန္တဝလာဟကာ၊
 ဝသူနံ ဝါသဝေါ သေဋ္ဌော၊
 သက္ကောပါက ပုရိန္ဒဒေါ။

ဒသေတေ ဒသဓာ ကာယာ၊
 သဗ္ဗေ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသသိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၃၀။ အထာဂုံ သဟဘူ ဒေဝါ၊
 ဇေမ္ပိသိခါရိဝ၊
 အရိဋ္ဌကာ စ ရောဇာ စ၊
 ဥမာပုပ္ဖနိဘာသိနော။

ဝရဏာ သဟမ္ပော စ၊
 အစ္စုတာ စ အနေဇကာ၊
 သူလေယျရစိရာ အာဂုံ၊
 အာဂုံ ဝါသဝနေသိနော။

ဒသေတေ ဒသဓာ ကာယာ၊
 သဗ္ဗေ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသသိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၃၁။ သမာနာ မဟာသမနာ၊
 မာနုသာ မာနုသုတ္တမာ၊
 ခိဇ္ဇာပဒေါသိကာ အာဂုံ၊
 အာဂုံ မနောပဒေါသိကာ။

အထာဂုံ ဟရယော ဒေဝါ၊
 ယေစ လောဟိတဝါသိနော၊
 ပါရဂါ မဟာပါရဂါ၊
 အာဂုံ ဒေဝါ ယသသိနော။

ဒသေတေ ဒသမာ ကာယာ၊
 သဗ္ဗေ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသသိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခုနံ သမိတိံ ဝနံ။

၃၂။ သုက္ကာ ကရမ္ဘာ အရုဏာ၊
 အာဂုံ ဝေဃနသာ သဟ၊
 ဩဒါတဂယှာ ပါမောက္ခာ၊
 အာဂုံ ဒေဝါ ဝိစက္ခဏာ။

သဒါမတ္တာ ဟာရဂဇာ၊
 မိဿကာ စ ယသသိနော၊
 ထနယံ အာဂပဇ္ဇန္တော၊
 ယော ဒိသာ အဘိဝဿတိ။

ဒသေတေ ဒသဓာ ကာယာ၊
 သဗ္ဗေ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၃၃။ ခေမိယာ တုသိတာ ယာမာ၊
 ကဋ္ဌကာစ ယသဿိနော၊
 လမ္ဗိတကာ လာမသေဋ္ဌာ၊
 ဇောတိနာမာစ အာသဝါ၊
 နိမ္မာနရုတိနော အာဂုံ၊
 အထာဂုံ ပရနိမ္မိတာ။

ဒသေတေ ဒသဓာ ကာယာ၊
 သဗ္ဗေ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 ဣဒ္ဓိမန္တော ဇုတိမန္တော၊
 ဝဏ္ဏဝန္တော ယသဿိနော၊
 မောဒမာနာ အဘိက္ကာမုံ၊
 ဘိက္ခူနံ သမိတိံ ဝနံ။

၃၄။ သဋ္ဌေတေ ဒေဝနိကာယာ၊
 သဗ္ဗေ နာနတ္တဝဏ္ဏိနော၊
 နာမန္တယေန အာဂစ္ဆိ၊
 ယေ စညေ သဒိသာ သဟ။

ပဝုတ္တဇာတိ'မခိလံ၊
ဩဃတိဏ္ဍ'မနာသဝံ၊
ဒက္ခေမော'ဃတရံ နာဂံ၊
စန္ဒိဝ အသိတာတိဂံ။

ဗြဟ္မာများ

၃၅။ သုဗြဟ္မာ ပရမတ္တောစ၊
ပုတ္တာ ဣဒ္ဓိမတော သဟ၊
သနက္ခိမာရော တိဿောစ၊
သောပါဂ သမိတိံ ဝနံ။

၃၆။ သဟဿံ ဗြဟ္မလောကာနံ၊
မဟာဗြဟ္မာဘိတိဋ္ဌတိ၊
ဥပပန္နော ဇုတိမန္တော၊
ဘိသ္ဗာကာယော ယသဿိ သော။

ဒသေတ္ထ ဣဿရာ အာဂုံ၊
ပစ္စေက ဝသဝတ္တိနော၊
တေသဉ္စ မဇ္ဈတော အာဂ၊
ဟာရိတော ပရိဝါရိတော။

မာရ်နတ် နောက်ယျက်ပုံ

၃၇။ တေစ သဗ္ဗေ အဘိက္ကန္တေ၊
သဏ္ဍန္တေ ဒေဝေ သဗြဟ္မဏေ၊
မာရသေနာ အဘိက္ကာမိ၊
ပဿ ကဏှဿ မန္တိယံ။

ဧထ ဂဏှထ ဗန္ဓထ၊
ရာဂေန ဗန္ဓ'မတ္ထု ဝေါ၊
သမန္တာ ပရိဝါရေထ၊
မာ ဝေါ မုဉ္ဇိတ္ထ ကောစိနံ။

ဣတိ တတ္ထ မဟာသေနော၊
ကဏှော သေနံ အပေသယိ၊
ပါဏိနာ တလ'မာဟစ္စ၊
သရံ ကတွာန ဘေရဝံ။

ယထာ ပါဝုဿကော မေဃော၊
ထနယန္တော သဝိဇ္ဇုကော၊
တဒါသော ပစ္စုဒါဝတ္တိ၊
သင်္ကုဒ္ဓေါ အသယံ ဝသေ။

၃၈။ တဉ္စ သဗ္ဗံ အဘိညာယ၊
ဝဝတ္ထိတွာန စက္ခုမာ၊
တတော အာမန္တယီ သတ္တာ၊
သာဝကေ သာသနေ ရတေ။

မာရသေနာ အဘိက္ကန္တာ၊
တေ ဝိဇာနာထ ဘိက္ခဝေါ၊
တေ စ အာတပ္ပ'မကရံ၊
သုတွာ ဗုဒ္ဓဿ သာသနံ၊
ဝီတရာဂေဟိ ပက္ကာမုံ၊
နေသံ လောမာပိ ဣဉ္ဇယုံ။

မာရ်နတ်သား မနှောက်ယှက်နိုင်တော့သဖြင့်
ရွတ်ဆိုသော ဂါထာ

၃၉။ သဗ္ဗေ ဝိဇိတသင်္ဂါမာ၊
ဘယာတီတာ ယသသယိနော၊
မောဒန္တိ သဟ ဘူတေဟိ၊
သာဝကာ တေ ဇနေ သုတာတိ။

မဟာသမယသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

* * *

မဟာသမယသုတ် ဘုရားရှိခိုး

သမယံ ယော သမယတိ၊
မဟိတော မဟာသမယော၊
သမယေ ဒေဝဒေဝါနံ၊
သန္တဿ တဿ မေ နမော။

မဟိတော-လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏၊ ကြည်ဖြူ
ဦးခိုက် ပူဇော်ထိုက်သော၊ မဟာသမယော-မွန်မြတ်သော
အယူ-အကျင့်အခွင့်ကောင်းနှင့်၊ ပဋိဝေဓဉာဏ်၊ ပါရမီ
စာဂ၊ စရိယအပေါင်း၊ အကြောင်းထူးရှိတော်မူထသော၊
ဇယော နာထော-အားထားကိုးကွယ် ရိုသေလေးမြတ်
ပူဇော်အပ်သည့်၊ အကြင်ဝိသုဒ္ဓိနတ်မင်းသည်။ ဒေဝ
ဒေဝါနံ-ကျွတ်ထိုက်သော နတ်ဗြဟ္မာ၊ မကျွတ်ထိုက်
သော နတ်ဗြဟ္မာတို့၏။ သမယေ-စုပေါင်းညီညာ

စုဝေးကာဖြင့်၊ ပူဇော်ရောက်လာ စည်းဝေးရာအချိန် အခါ၌၊ သမယံ-သစ္စာလေးချက် ဉာဏ်လေးမဂ်နှင့်၊ ပေါင်းဖက်ယှဉ်တွဲ ကျွတ်တမ်းဝင်ရခြင်းကို၊ သမယတိ-ဗုဒ္ဓဉာဏ်တော် ထွင်းဖောက်ဖော်၍၊ သိမြင်တော်မူပါပေ၏။ သန္တဿ-ပူပန်ကင်းဝေး ငြိမ်းအေးသော စိတ်ရှိတော်မူထသော၊ တဿ နာထဿ-အားထားကိုးကွယ်ရိုသေလေးမြတ် ပူဇော်အပ်သည့်၊ ထိုဝိသုဒ္ဓိနတ်မင်းကြီးအား၊ မေ အမှာကံ-စုပေါင်းညီညာ စုဝေးကာဖြင့်၊ ကောင်းစွာပူဇော် တပည့်တော်တို့၏၊ နမော-ရိုသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးခြင်းသည်၊ အတ္ထု-စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

[ညီညာစွာ ဦးချကန်တော့ရန်။]

[ပခုက္ကူ မဟာဝိသုတာရာမဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တနိဗ္ဗိယမဟာထေရ်၏ မဟာသမယ သုတ်အပန်းမှ အနည်းငယ် ပြင်ဆင်၍ ပူဇော်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။]

=====

**ရတနာသုံးပါးဂုဏ်တော်များကို
ပူဇော်ကန်တော့ခြင်း**

ဣတိပိ၊ သော ဘဂဝါ၊ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော လောကဝိဒူ၊ အနတ္တ
ရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ၊ သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ...၊ ဗုဒ္ဓေါ
ဘဂဝါ။

သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော၊ သန္နိဋ္ဌိကော
အကာလိကော၊ ဧဟိပဿိကော ဩပနေယျိကော၊
ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ။

သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊
ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဉာယပ္ပပဋိ
ပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ သာမိစိပ္ပဋိပန္နော
ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသ
ယုဂါနိ၊ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ...၊ ဧသ ဘဂဝတော
သာဝကသံဃော၊ အာဟုနေယျော ပါဟုနေယျော၊
ဒက္ခိဏေယျော အဉ္ဇလီကရဏီယော...၊ အနတ္တရံ
ပုညဓေတ္တံ လောကဿာ'တိ။

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

၁၁။ ပုဗ္ဗဏှသုတ္တ

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။

၄။ ဒုက္ခပုတ္တာ စ နိဒ္ဒါက္ခာ၊
 ဘယပုတ္တာ စ နိဗ္ဗယာ၊
 သောကပုတ္တာ စ နိဿောကာ၊
 ဟောန္တု သဗ္ဗေပိ ပါဏိနော။

၅။ ဧတ္တာဝတာ စ အမေဟိ၊
 သမ္ဘတံ ပုညသမ္ပဒံ၊
 သဗ္ဗေ ဒေဝါ'နုမောဒန္တု၊
 သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ။

၆။ ဒါနံ ဒဒန္တု သဒ္ဓါယ၊
 သီလံ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ၊
 ဘာဝနာ'ဘိရတာ ဟောန္တု၊
 ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ'ဂတာ။

၇။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ဣဒ္ဓိပုတ္တာ၊ [အရှေ့မြောက်အရပ် အာရုံပြု
 ပစ္စေကာနဉ္စ ယာ ဣဒ္ဓိ၊ ရွတ်ရန်]
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
 ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။



၈။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ခေမပ္ပတ္တာ၊ [အရှေ့အရပ် အာရုံပြု
 ပစ္စေကာနဉ္စ ယော ခေမော၊ ရွတ်ရန်]
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
 ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၉။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ဇိနပ္ပတ္တာ၊ [အရှေ့တောင်အရပ်
 ပစ္စေကာနဉ္စ ယော ဇိနော၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
 ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၁၀။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ လာဘပ္ပတ္တာ၊ [တောင်အရပ်
 ပစ္စေကာနဉ္စ ယော လာဘော၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
 ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၁၁။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ တေဇပ္ပတ္တာ၊ [အနောက်တောင်အရပ်
 ပစ္စေကာနဉ္စ ယော တေဇော၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
 ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၁၂။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ဗလပ္ပတ္တာ၊ [အနောက်အရပ်
 ပစ္စေကာနဉ္စ ယံ ဗလံ၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
 ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

ဓာတ်တော်တိုက် ညခင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

၁၃။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ယသပ္ပတ္တာ၊ [အနောက်မြောက်အရပ်
ပစ္စေကာနဉ္စ ယော ယသော၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၁၄။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ သိရီပုတ္တာ၊ [မြောက်အရပ်
ပစ္စေကာနဉ္စ ယံ သိရီ၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၁၅။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ဣဒ္ဓိပုတ္တာ၊ [အရှေ့မြောက်အရပ်
ပစ္စေကာနဉ္စ ယာ ဣဒ္ဓိ၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၁၆။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ ဈာနပ္ပတ္တာ၊ [အထက်အရပ် အာရုံပြု
ပစ္စေကာနဉ္စ ယံ ဈာနံ၊ ရွတ်ရန်]
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၁၇။ သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ နိစ္စပ္ပတ္တာ၊ [အောက်အရပ်
ပစ္စေကာနဉ္စ ယံ နိစ္စံ၊ အာရုံပြုရွတ်ရန်]
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၅၆

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

၁၈။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ၊
နနော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၉။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ၊
နနော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၂၀။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
သဂ္ဂေသု ဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ၊
နနော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၂၁။ ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ၊
သဗ္ဗဗုဒ္ဓါ'နုဘာဝေန၊
သဒါ သုခိ ဘဝန္တု တေ။

၂၂။ ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ၊
သဗ္ဗဓမ္မာ'နုဘာဝေန၊
သဒါ သုခိ ဘဝန္တု တေ။

ဇာတ်တော်တိုက် ညှင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

၂၃။ တဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တိ သဗ္ဗဒေဝတာ၊
သဗ္ဗသံဃာနိဘာဝေန၊
သဒါ သုခီ တဝန္တိ တေ။

၂၂။ တဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တိ သဗ္ဗဒေဝတာ၊
သဗ္ဗသံဃာနိဘာဝေန၊
သဒါ သုခီ တဝန္တိ တေ။

၂၃။ တဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
ရက္ခန္တိ သဗ္ဗဒေဝတာ၊
သဗ္ဗသံဃာနိဘာဝေန၊
သဒါ သုခီ တဝန္တိ တေ။

၂၄။ မဟာကာရုဏိကော နာထော၊
ဟိတာယ သဗ္ဗပါဏိနံ၊
ပူရေတွာ ပါရမီ သဗ္ဗာ၊
ပတ္တော သမ္မောခိ'မုတ္တမံ၊
ဇတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊
သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

၂၅။ ဇေယန္တော ဗောဓိယာ မူလေ၊
သကျာနံ နန္ဒိဝဗုဓော၊
ဇဝမေဝ ဇယော ဟောတု၊
ဇေယျု ဇယမင်္ဂလေ။

- ၂၆။ အပရာဇိတပလ္လင်္ဂေ၊
သီသေ ပုထုဝိပုက္ခလေ၊
အဘိသေကေ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ၊
အဂ္ဂပ္ပတ္တော ပမောဒတိ။
- ၂၇။ သုနက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ၊
သုပ္ပဘာတံ သုဟုဋ္ဌိတံ၊
သုခဏော သုမုဟုတ္တော စ၊
သုယိဋ္ဌံ ဗြဟ္မစာရိသု။
- ၂၈။ ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္မံ၊
ဝါစာကမ္မံ ပဒက္ခိဏံ၊
ပဒက္ခိဏံ မနောကမ္မံ၊
ပဏီဓိ တေ ပဒက္ခိဏေ။
- ၂၉။ ပဒက္ခိဏာနိ ကတွာန၊
လဘန္တတ္ထေ ပဒက္ခိဏေ၊
တေ အတ္ထလဒ္ဓါ သုခိတာ၊
ဝိရုဏ္ဏာ ဗုဒ္ဓဿာသုနေ၊
အရောဂါ သုခိတာ ဟောထ၊
သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။

ပုဗ္ဗဏှသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



“ မေတ္တာဘာဝနာပွားများခြင်း ”

[မိမိ၏စိတ်ကို အေးဆေးတည်ငြိမ်စွာ ထား၍ မိမိပို့သသော နေရာဌာန တစ်ခုချင်းစီကို အာရုံပြုလျက် အကျိုးလိုလားသော မေတ္တာစိတ်ကို လှိုက်လှိုက် လှဲလှဲထားပြီး ရွတ်ဖတ်ပွားများပါ။]

အဟံ အဝေရာ ဟောမိ...၊
အဗျာပဇ္ဇော ဟောမိ...၊
အနိဿော ဟောမိ...၊
သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရာမိ ...။

မမ မာတာပိတု အာစရိယာ၊ ဉာတိမိတ္တာ စ၊
သဗြဟ္မစရိယော စ၊
အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
အဗျာပဇ္ဇော ဟောန္တု ...၊
အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

ဣမသ္မိံ အာရာမေ သဗ္ဗေ ယောဂိနော၊
အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
အဗျာပဇ္ဇော ဟောန္တု ...၊
အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

ဣမသ္မိံ အာရာမေ သဗ္ဗေ ဘိက္ခု၊
 သာမဏေရာစ၊ ဥပါသကာ
 ဥပါသိကာယောစ..
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

အမှာကံ စတုပစ္စယဒါယကာ ...
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

အမှာကံ ဂေါစရဂါမေ မနုဿာ ...
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

အမှာကံ ဂေါစရဂါမေ ဇေဋ္ဌကမနုဿာ ...
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

ဣမသ္မိံ ရဋ္ဌေ မနုဿာ ...
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

ဣမသ္မိံ ရဋ္ဌေ ဇေဋ္ဌကမနုဿာ ...
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

အမှာကံ အာရက္ခဒေဝတာ၊ ဣမသ္မိံ ဝိဟာရေ၊
 ဣမသ္မိံ အာဝါသေ၊ ဣမသ္မိံ အာရာမေ၊
 အာရက္ခဒေဝတာ....၊
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟော-န္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

အာရက္ခဒေဝတာ၊ ဘုမ္မဋ္ဌဒေဝတာ၊
 ရက္ခဋ္ဌဒေဝတာ၊ အာကာသဋ္ဌဒေဝတာ၊
 အဝေရာ ဟောန္တု ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တု ...၊
 သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (ဧကန်ပု)

သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ သဗ္ဗေ ပါဏာ၊
 သဗ္ဗေ ဘူတာ၊ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ၊
 သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝပရိယာပနာ၊
 သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ သဗ္ဗေ ပုရိသာ၊
 သဗ္ဗေ အရိယာ၊ သဗ္ဗေ အနရိယာ
 သဗ္ဗေ ဒေဝါ၊ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊
 သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ...၊
 အဝေရာ ဟောန္တူ ...၊
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တူ ...၊
 အနိဿာ ဟောန္တူ...၊
 သုခိအတ္တာနံ ပရိဟရန္တူ ...၊
 ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တူ၊
 ယထာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တူ၊
 ကမ္မဿကာ...။

ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ၊ ပစ္ဆိမာယ ဒိသာယ၊
 ဥတ္တရာယ ဒိသာယ၊ ဒက္ခိဏာယ ဒိသာယ၊
 ပုရတ္ထိမာယ အနုဒိသာယ၊ ပစ္ဆိမာယ
 အနုဒိသာယ၊ ဥတ္တရာယ အနုဒိသာယ၊
 ဒက္ခိဏာယ အနုဒိသာယ၊ ဟေဋ္ဌိမာယ
 ဒိသာယ၊ ဥပရိမာယ ဒိသာယ၊
 သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ သဗ္ဗေ ပါဏာ၊
 သဗ္ဗေ ဘူတာ၊ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ၊
 သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝပရိယာပနာ၊

ဓာတ်တော်တိုက် ညှစ်ခင်း ဝတ်ရွတ်စဉ်

သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ သဗ္ဗေ ပုရိသာ၊
သဗ္ဗေ အရိယာ၊ သဗ္ဗေ အနရိယာ၊
သဗ္ဗေ ဒေဝါ၊ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊
သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ၊

အဝေရာ ဟောန္တု ...။

အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု ...။

အနိဃာ ဟောန္တု ...။

သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု ...။

ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တု၊

ယထာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု၊

ကမ္မဿကာ...။

ဥဒ္ဓံ ယာဝ ဘဝဂ္ဂါစ၊ အဓော ယာဝ အဝီစိတော။
သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ ယေ သတ္တာ ပထဝီစရာ။
အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာ စ၊ နိဒ္ဒုက္ခာစ နု'ပဒ္ဒဝါ။

ဥဒ္ဓံ ယာဝ ဘဝဂ္ဂါစ၊ အဓော ယာဝ အဝီစိတော။
သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ ယေ သတ္တာ ဥဒကေစရာ။
အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာ စ၊ နိဒ္ဒုက္ခာ စ နု'ပဒ္ဒဝါ။

ဥဒ္ဓံ ယာဝ ဘဝဂ္ဂါ စ၊ အဓောယာဝ အဝီစိတော။
သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ ယေ သတ္တာ အာကာသေစရာ။
အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာ စ၊ နိဒ္ဒုက္ခာ စ နု'ပဒ္ဒဝါ။

ယံ ပတ္တံ ကုသလံ တဿ၊ အာနုဘာဝေန ပါဏိနော။
သဗ္ဗေ သဒ္ဓမ္မရာဇဿ၊ ဥတွာ ဓမ္မံ သုခါဝဟံ။

ပါပုဏန္တု ဝိသုဒ္ဓါယ၊ သုခါယ ပဋိပတ္တိယာ၊
အသောကမနုပါယာသံ၊ နိဗ္ဗာနသုခမုတ္တမံ။

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

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

[ဝတ်ရွတ်သူအဖွဲ့သူအဖွဲ့သားများသည် (၁၅) မိနစ်ခန့် တရားဘာဝနာ နှလုံးသွင်းရန်၊ တစ်ဦးတည်းဖြစ်က မိမိတတ်စွမ်းသလောက် မိနစ်၊ နာရီ တရားနှလုံးသွင်းပြီးမှ အကျင့်မြတ်များကို ရတနာသုံးပါးအား ပူဇော်ပါ။]

**မိမိ၏အကျင့်မြတ်ကို ရတနာသုံးပါးအား
ပူဇော်ဆုတောင်းအမျှဝေခြင်း**

- * ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ... ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ။
- * ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ... ဓမ္မံ ပူဇေမိ။
- * ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ...သံဃံ ပူဇေမိ။
- * [တစ်ပုဒ်ဆုံးတိုင်း ညီညာစွာ ဦးချကန်တော့ရန်။]

အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ...
ဇာတိဇရာ၊ ဗျာဓိမရဏမှာ ... ပရိမုစ္စိဿာမိ။

ဣဒံ နော ပုညံ၊
အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

ဣဒံ နော သီလံ၊
နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ခတ်တော်တိုက် ညှစ်စဉ် ဝတ်ရွတ်စဉ်

ဣမံ နော ပုညပတ္တိံ၊ အနေကဘဝတော
ပဋ္ဌာယ၊ ယာဝ အရနာ ဘဝါ၊ ဉာတိသမ္ပန္နာနံ
သဇီဝကနိဇ္ဇိဝကာနံ၊ မာတာပိတူနံ စ၊ အယျက
အယျိကာနံ စ၊ ဉာတိသာလောဟိတာဒိနံ စ၊ အာစရိ
ယာနံစ၊ သဗ္ဗပေတာနံ စ၊ သဗ္ဗဒေဝတာနံစ၊ သဗ္ဗ
သတ္တာနံ စ၊ ဘာဇေမ။

သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ အနုမောဒန္တု။

အနုမောဒိတွာ၊ သုခိတာ ဟောန္တု။

သာဓု ... သာဓု ... သာဓု ...။

[ညီညာစွာ ဦးချက်တော့ရန်။]

၃၀၃၃၀၃

ရွှေတိဂုံအသင်းတော် (စင်္ကာပူ)

* သစ္စာပါရမီဖြည့်ရန် သစ္စာဆိုပြီး

ဆုမွန်ပြခြင်း

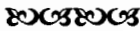
(၉-ရက်) အဓိဋ္ဌာန် (မဟာသမယသုတ်တော်ကို) ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ရာတွင် .ယနေ့အဓိဋ္ဌာန်အဖြစ် (မဟာသမယသုတ်တော်ကို) ရွတ်ဖတ်ပြီး ဗုဒ္ဓမြတ်စွာကို ပူဇော်ခဲ့ပါသည်။

ဤစကားသည် မှန်ကန်သော သစ္စာစကား ဖြစ်ပါသည်။ ဤသစ္စာစကားကြောင့်လည်းကောင်း၊

ဤမဟာသမယသုတ်ဒေသနာတော်သည် တန်ခိုးရှိန်စော်အာနုဘော် ရှိသည်မှာလည်း မှန်ကန်သော သစ္စာစကား ဖြစ်ပါသည်။ ဤသစ္စာစကားကြောင့်လည်းကောင်း၊

ဤမဟာသမယသုတ်ဒေသနာတော်၏ တန်ခိုးရှိန်စော်အာနုဘော်ကြောင့်လည်းကောင်း၊ ရွတ်ပွားရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု၊ နာကြားရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့၏ ကုသိုလ်ကံစေတနာ တို့ကြောင့်လည်းကောင်း “မိမိလိုသော ဆုတစ်ဆုကို မပြောင်းမလွဲ တောင်းပါ”။

[အဓိဋ္ဌာန်နောက်ဆုံး ပြီးသည့်ရက်၌လည်း “၉-ရက်စသည် အဓိဋ္ဌာန်ပြည့်ပြီဖြစ်ကြောင်း သစ္စာပြု၍ ဆုတောင်းပါ”။]



ဓမ္မဒါနဆုတောင်း

ပညာ ပသတ္တာ လောကသ္မိံ၊ ပညာ ဝိသေသဘာဂိနီ၊
ပညာသံဝဗ္ဗနတ္ထာယ၊ ဣမံ နော ဒမ္မ မင်္ဂလေ။

လောကသ္မိံ-လူ့ဘုံနတ်ဘုံ၊ ဗြဟ္မာ့ဘုံဟု၊ ဆန်စုံ
လေရ၊ ဤလောက၌၊ ပညာ-အခါအခါ၊ အရာရာဝယ်၊
စာနာနှိုင်းညှိ၊ အသိအလိမ္မာ၊ ဉာဏ်ပညာသည်။
ပသတ္တာ-စီးပွားအရေး၊ ကြီးပွားရေး၌၊ ဘေးအန္တရာယ်၊
ရန်စွယ်ဖျက်ဖြုန်း၊ အထက်ဆုံးမို့၊ သုံးလေသုံးလေ၊
ကောင်းမြတ်လှပ၏။ ပညာ-ဈာန်ခန်းမင်္ဂလ်ခန်း၊ အထက်
လမ်းသို့၊ တက်လှမ်းညွှန်ပြ၊ သမထဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်
ပညာသည်။ ဝိသေသဘာဂိနီ-တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့်၊
ရင့်ထက်ရင့်အောင်၊ အသင့်ပုံသေ၊ ရဖို့လည်း ရှိပါ
ပေ၏။

နော မယံ-စဉ်လာမညှိုး၊ ပညာကျိုး၏၊ တန်ခိုး
မြင်မြော်၊ ကျွန်တော် ကျွန်မတို့သည်။ မင်္ဂလေ-ဓမ္မ
ဒေသနာ အဖြာဖြာကို၊ စေတနာထား မေတ္တာပွားလျက်၊
ကျိုးများစေရန် စိတ်ရည်သန်၍၊ မင်္ဂလာပြုရာ ယခု
အခါ၌၊ ပညာသံဝဗ္ဗနတ္ထာယ-ဘဝစဉ်လာ၊ မယှဉ်သာ
အောင်၊ ပညာပြီးပြန်၊ တန်ခိုးထွက်၍၊ တိုးတက်ဖို့
အကျိုးငှာ၊ ဣမံ (ဓမ္မစေတီယံ)-နတ်များနှစ်သက်၊ လူနှစ်
သက်၍၊ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်၊ မဟာသမယခေါ်၊ ဤဓမ္မ
စေတီတော်ကို၊ ဒမ္မ (ဒဒါမ)-ဓမ္မဒါန၊ အလှူရအောင်၊
ဝေငှကမ်းလှမ်း၊ လှူဒါန်းပူဇော်ပါကုန်သတည်း။



ဆူဆူဗုဒ္ဓ ဟောဖော်ပြ

===

သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
ကုသလဿုပသမ္ပဒါ၊
သဒ္ဓိတ္တပရိယောဂါပနံ၊
တေ ဗုဒ္ဓါနဿာသနံ။

* အကုသိုလ်ပယ်

ကုသိုလ်ကြွယ်၊
စင်ကြယ် စိတ်ထားပါ။
ဆူဆူဗုဒ္ဓ ဟောဖော်ပြ၊
ဆုံးမသာသနာ။

[တစ်သံသရာလုံးအတွက် လိုက်နာပြုကျင့်ရန်။]

ဃဇ္ဇဃဇ္ဇ

ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်

၁၉၅၅ ခုနှစ်

ဧနီစီစိုး | ကိုသော်ဂင်

ဓမ္မမိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းတစ်ဦးနှင့်

မိဘနှစ်ပါး အမျိုးသား၍

ကိုရီးယား မိသားစု မြတ်ကောင်းမှု



ပါရမီထူး ကုသိုလ်ရှင်တို့သည်

နက္ခအပေါင်းမှ လွတ်ငြိမ်းရာ မွန်မြတ်သော နိဗ္ဗာန်ကို

ရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းသည့်အတွက် ဝမ်းမြောက်စွာ

ဆုမွန်ပြုလျက် သာဓုခေါ်ဂုဏ်ပြုအပ်ပါသည်။

လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းလည်း သင်တို့နှင့်အတူ

ကုသိုလ်အကျိုးကို မျှဝေခံစားနိုင်ကြပါစေ။

