

မဟာစဉ် ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ



ဗုဒ္ဓသာသနာ့နဂါး အဖွဲ့ချုပ်

အမှတ် ၁၆၊ သာသနာ့ရိပ်သာ ဟာမစ်တင်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

သာသနာ - ၂၅၁၈၊

ကောဇာ ၁၃၃၆၊

(ဆဋ္ဌမ)
၁၉-က

၁၃၁၅-ခုနှစ်	ပဌမအကြိမ်	၁၀၀၀။
၁၃၁၉ ။	ဒုတိယ ။	၁၀၀၀။
၁၃၂၃ ။	တတိယ ။	၁၀၀၀။
၁၃၂၅ ။	စတုတ္ထ ။	၂၀၀၀။
၁၃၂၉ ။	ပဉ္စမ ။	၄၀၀၀။
၁၃၃၆ ။	ဆဌမ ။	၅၀၀၀။

ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာမူ ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့် (၇၁၁၉)

ထုတ်ဝေသူ။ ။မင်္ဂလာဦးအောင်မြင့် [၀၁၁၆၇]
သာသနာ့ရိပ်သာ ဟာတာမစ်တစ်လမ်း။
ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ။ ။ဦးစိန်လင်း၊ [၀၇၂၀] ရတနာသီရိ ပုံနှိပ်တိုက်။
အမှတ် ၁၀-၉၄၉၊ လမ်း-၃၀။ တောင်ဥက္ကလာပ။

ဆဌမအကြိမ်။

အုပ်စု။ ၅၀၀၀။

အဘိုး ၂-ကျပ်။

၁၃၃၆-ခု။ တန်ဆောင်မုန်း
(ဆဌမ)

မာ ခိ ကာ

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ဓမ္မစကြာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ	၃
၂။	အာသိဝိသောပမသုတ်တရားတော်ကြီး	၆
၃။	ဥဒ္ဓေသဝိဘင်္ဂသုတ်မိန့်ခွန်းတော်	၇
၄။	မဟာသတ္တိပဋ္ဌာနသုတ် ဝန်ခံချက်မိန့်ခွန်းတော်	၁၀
၅။	မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော်	၁၁
၆။	သက္ကပဉ္စသုတ် သိကြားအမေး ချမ်းသာရေး တရားတော်	၁၃
၇။	ဝမ္ဗိကသုတ်တရားတော်ကြီး	၁၅
၈။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်	၁၈
၉။	ဝိပဿနာရှုနည်း မူသေစည်း	၁၉
၁၀။	ဝိပဿနာအခြေခံတရားတော်	၂၀
၁၁။	သမ္ပဇဉ်ခေါ်တွဲ အသိဉာဏ် ၄-ပါး	၂၁
၁၂။	စိတ္တာနုပဿနာတရားတော်	၂၁
၁၃။	(က)သရဏီယခေါ် အောက်မေ့ဘွယ်ရာ တရားတော်	၂၂
၁၃။	(ခ)သောတာပန်၏မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ(၇)ပါး (ဆဋ္ဌမ)	၂၃

၁၄။	သီလသုတ်သုတ်တရားတော်	၂၅
၁၅။	အရိယာဝဂ္ဂသုတ်တရားတော်	၂၇
၁၆။	မရုပ္ပိဏ္ဍိကသုတ်တရားတော်	၃၀
၁၇။	ဘဝဘန်တိုးတရားတော်	၃၁
၁၈။	စူဠတဏှာသင်္ခယသုတ်တရားတော်	၃၂
၁၉။	ဩဝါဒပါတိမောက်တရားတော်	၃၄
က။	ကပိလသုတ် အပ္ပမာဒတရားတော်	၃၆
ခ။	ဝိဇယသုတ်တရားတော်	၃၈
ဂ။	အနိမိတ္တတရားတော်	၄၂
ဃ။	အာဒိတ္တသုတ်တော်	၄၂
င။	ဧကပတ္တဝတ္ထုတရားတော်	၄၃
စ။	ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်းတရားတော်	၄၅
ဆ။	ဗြဟ္မဓိဟာရတရား ပွားများနည်း	၄၇
ဇ။	ဒါရုက္ခန္ဓာပမသုတ်တရားတော်	၅၀
ဈ။	ဝိပဿနာအခြေပြုတရားတော်	၅၃
ည။	မဟာပရိဋ္ဌာဟသုတ်တရားတော်	၅၇
ဋ။	သစ္စာလေးပါး၏လက္ခဏစသည်များ	၅၉
ဌ။	မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၏ လက္ခဏစသည်များ	၆၀
ဍ။	အစ္ဆရာသုတ် တရားတော်	၆၂

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၀။	ဟေမဝတသုတ္တန်တရားတော်ကြီး	၆၃
၂၁။	က။ သလ္လေခသုတ်တရားတော်	၆၆
၂၁။	ခ။ ၎င်း	၆၉
၂၂။	အဇိတသုတ်တရားတော်ကြီး	၇၂
၂၃။	ဟေမကသုတ်တရားတော်	၇၄
၂၄။	ပုရာဘေဒသုတ်တရားတော်	၇၅
၂၅။	အဒိတ္တသုတ်တရားတော်	၇၆
၂၆။	စူဠကမ္မဝိဘင်္ဂသုတ်တရားတော်	၇၆
၂၇။	ကောင်းခြင်းလေးဖြာမင်္ဂလာတရားတော်	၇၇
၂၈။	အနုပဒသုတ်မှ ကောက်နှုတ်ချက်	၇၈
၂၉။	အဆိုးဆုံးနှင့် အကောင်းဆုံး တရားတော်	၇၈
၃၀။	အတိုအထွာဆောင်ပုဒ်များ (က)မှ(ဇ)အထိ	၇၉
၃၁။	သမ္ပဇဉ် ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်	၈၂
၃၂။	နိဝရဏပိုင်းဆောင်ပုဒ်များ	၈၃
၃၃။	အာယတနဓမ္မာနုပဿနာဆောင်ပုဒ်များ	၈၆
၃၄။	ဗောဇ္ဈင်္ဂဓမ္မာနုပဿနာဆောင်ပုဒ်များ	၈၇
၃၅။	မဂ်ဝီထိ ဖြစ်စဉ်တရားတော်	၉၁
၃၆။	သောတာပတ္တိမဂ်၏အကျိုးပြုဆောင်ပုဒ်များ	၉၃
	(ဆဋ္ဌမ)	

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၃၇။	ဓမ္မဒ္ဒေသ ၄-ပါးဆောင်ပုဒ်	၉၄
၃၈။	ဥပါဒါပရိတဿနသုတ်တရားတော်	၉၄
၃၉။	လက္ခဏာရသပစ္စုပဋ္ဌာန်ဆောင်ပုဒ်များ	၉၅
၄၀။	ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကြီး	၁၀၇
၄၁။	ဩကာသမူမှန် ကန်တော့ခန်း	၁၁၂



အမှတ်ကား

ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီးသည် ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ၌ ဝိပဿနာတရား ဟောကြား ပြသသည့်အချိန်မှစ၍ အခါကာလ အားလျော်စွာ တရားပွဲ များ၌ တရားဆောင်ပုဒ်များကို ပို့ချ သင်ကြား ပေးသနား တော်မူလေ့ ရှိခဲ့ပါသည်။

၎င်းတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များကို တရားပွဲအလိုက် စာရွက် စာတမ်းများ ရိုက်နှိပ်ခါ ဝေငှခဲ့သော်လည်း တလုံး တစီးတည်း စုဆောင်းပြီးဟူ၍ မရှိခဲ့ပါ။

ဆရာတော်၏တပည့်များ ဖြစ်ကြသော ရဟန်းယောဂီ ဟောင်း၊ လူ့ သီလရှင် ယောဂီဟောင်းတို့က ၎င်းတရား ဆောင်ပုဒ်ကလေးများကို စုဆောင်း၍ စာအုပ်ငယ်တအုပ် ပြုလုပ်ဝေငှရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ကြသည်အတွက် ကျွန်ုပ်၌ စုဆောင်းခဲ့သော တရားဆောင်ပုဒ်များနှင့် သင်္ကန်းကျန်း ဦးဖေသင်(ရိက္ခာတော်ရ)စုဆောင်းခဲ့သော တရားဆောင် ပုဒ်ကလေးများတို့ကို စုပေါင်းကာ ပြန်လည်တည်းဖြတ်၍ ‘မဟာစည်ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ’ အမည်ဖြင့် ၁၃၁၅-ခု နှစ်မှစ၍ ၃-ကြိမ်တိုင်တိုင်ပုံနှိပ်ခဲ့ပါပြီ။ ယခု စတုတ္ထအကြိမ်၌ နောက်ထပ် ရသော ဆောင်ပုဒ်အသစ်များကိုလည်း ဖြည့် စွက်၍ ပုံနှိပ်ပါသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

ရတနာသီရိ (၁၉-၁)

ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ တပည့်များ ဖြစ်ကြသော ဆရာတော် ဦးသုဇာတ၊ ရွှေဘို လောကမာရဇိန်ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒတို့ ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားဆောင်ပုဒ်များကိုလည်း ဤစာအုပ်၌ ထည့်သွင်း ဖော်ပြထားသည့်အပြင်၊ ဩကာသမူမှန် ဘုရားရှိခိုး ကန်တော့ခန်း ကိုပါ တပါတည်း ထည့်သွင်းပုံနှိပ်ထားပါသည်။

မင်္ဂလာ-အောင်မြင်

တော်သလင်းလဆုတ် ၁၂.ရက်၊ ၁၃၂၅.ခုနှစ်။

ဓမ္မဒေသနာ ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ဓမ္မစကြာတရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁- အစွန်းပယ် အလယ်သွား

- ၁။ ကာမချမ်းသာ၊ သုံးဆောင်တာ၊ ပယ်ခွာရှောင်ရမည်။
၂။ မသုံးဆောင်ဘဲ၊ ကိုယ်ညှဉ်းဆဲ၊ ဒါလဲရှောင်ရမည်။
၃။ အစွန်း ၂-သွယ်၊ လမ်းမှားပယ်၊ အလယ်လမ်းမှန်သည်။
၄။ လမ်းမှန်ကိုရှောက်၊ ဉာဏ်မြင်ပေါက်၊ ဆိုက်ရောက်
နိဗ္ဗာန်ပြည်။

၂-မဂ္ဂင်ရှစ်တန် လမ်းမှန်၏ သရုပ်

မှန်စွာမြင်သိ၊ ကြံမိမှန်ကန်၊	(ပညက္ခန္ဓာ ၂-ပါး)
မှန်စွာပြော-ပြ၊ ရှာမှုလမ်းမှန်၊	(သီလက္ခန္ဓာ ၃-ပါး)
မှန်စွာကြောင့်ကြ၊ မှတ်ရမှန်ကန်၊	(သမာဓိက္ခန္ဓာ
စူးစိုက်ကပ်၊ ရှစ်ရပ် မဂ်လမ်းမှန်။	၃-ပါး)

၃-အနု၊ အလတ်၊ အရင့်၊ မဂ္ဂင် ၃-မျိုး

- ၁။ မူလ၊ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝ မဂ္ဂင်မြတ်။
(မူလမဂ္ဂင်၊ ပုဗ္ဗဘာဂ ဝိပဿနာမဂ္ဂင်၊ အရိယမဂ္ဂင်၊)
၂။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။
(ဆဋ္ဌမ)

၄-သစ္စာလေးတန် အမှန်လေးပါး

- ၁။ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဆင်းရဲအစစ်အမှန်။
 ၂။ သမုဒယသစ္စာ၊ ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အစစ်အမှန်။
 ၃။ နိရောဓသစ္စာ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ အစစ်အမှန်။
 ၄။ မဂ္ဂသစ္စာ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ ဆိုက်ရောက်ကြောင်း၊
 အကျင့်လမ်းကောင်း အစစ်အမှန်။

၅-ဒုက္ခသစ္စာ

- ၁။ ဖြစ်အိုသေရေး၊ စိုးရိမ်ဆွေး၊ ငိုကြွေး-ကိုယ်နာကျင်။
 ၂။ နှလုံးမသာ၊ စိတ်ပြင်းစွာ၊ ပူတာ ဆင်းရဲပင်။
 ၃။ မုန်းသူနှင့်တွဲ၊ ချစ်သူကဲ့၊ ဆင်းရဲ အမှန်ပင်။
 ၄။ မရတာလို၊ ဒုက္ခဆို၊ တိုတိုပြောရလျှင်။
 ၅။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ သစ္စာဒုက္ခပင်။

၆-ဥပါဒါန်နှင့် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ

- ၁။ ထင်လဲ့သယာ၊ စွဲလမ်းတာ၊ ၂-ဖြာ ဥပါဒါန်။
 ၂။ ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ၊ စွဲနိုင်တာ၊ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ။
 ၃။ ရုပ်၊ ဝေ၊ သညာ၊ သင်္ခါရာ၊ ဝိညာ ဤငါးတန်။

၇-သမုဒယ သစ္စာ

- ၁။ ကာမတဏှာ၊ ကောင်းနိုးရာ၊ သယာနှစ်သက်မှု။
 ၂။ ဘဝတဏှာ၊ သသတာ၊ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။

(ဆဋ္ဌမ)

၃။ ဝိဘဝမှာ၊ ဥစ္ဆေဒါ၊ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။

၄။ ဆင်းရဲပွားရန်၊ အကြောင်းမှန်၊ သုံးတန်တဏှာစု။

၈-နိရောဓနှင့် မဂ္ဂသစ္စာ

၁။ တဏှာချုပ်က၊ နိရောဓ၊ ဒုက္ခအငြိမ်းမှန်။

၂။ ငြိမ်းရာကိုပင်၊ ဆိုက်ရောက်မြင်၊ မဂ္ဂင်အကျင့်မှန်။

၉-ဉာဏ် ၃-ပါးနှင့် ၎င်းတို့၏ ဖြစ်ရာကာလ

၁။ ရှေး၊ နောက်ကာလ၊ မဂ်ဓဏမှာ၊ လေးသစ္စာ၊ သိတာသစ္စဉာဏ်

၂။ သိသင့်၊ ပယ်သင့်၊ ဆိုက်၊ ပွားသင့်၊ သိနှင့် ကိစ္စဉာဏ်။

၃။ ကိစ္စပြီးလျှင်၊ ပြီးကြောင်းမြင်၊ ခေါ်တွင် ကတဉာဏ်။

၁၀-သစ္စဉာဏ်၏ ကိစ္စ ၄-ပါး

၁။ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြား၍ သိရသည်။ ဤသို့ သိတာကို ပရိညာ ပဋိဝေဓ ခေါ်သည်။

၂။ သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ရသည်။ ဤသို့ ပယ်တာကိုပင် ပဟာနု ပဋိဝေဓ ခေါ်သည်။

၃။ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက် ပြုရသည်။ ဤသို့ မျက်မှောက်ပြုတာကို သဒ္ဓိကိရိယာ ပဋိဝေဓ ခေါ်သည်။

၄။ မဂ္ဂသစ္စာကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေရသည်။ ဤသို့ ဖြစ်ပွားစေတာကိုပင် ဘာဝနာ ပဋိဝေဓ ခေါ်သည်။

၅။ လေးသစ္စာမှာ တပါးမျှ၊ မဂ်ကသိမြင်လျှင်။

၆။ ပဋိဝေဓ၊ ဓလးကိစ္စ၊ ပြီးကြအားလုံးပင်။

(ဆဋ္ဌမ)

၂။ သဠာယတနဝဂ္ဂသံယုတ်
အာသိဝိသောပမသုတ် တရားတော်ကြီးဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

မြေလေးကောင်ကား - လေးပါးဘုတ်ဓာတ်၊ သူသတ်
ငါးဖြာ-ငါးခန္ဓာနှင့်၊ မိတ်ညာရန်ဘက်-တတ်စွဲချက်ကြောင့်၊
ရွာပျက်သူည-ခြောက်ဒွါရသို့၊ ရောက်ကတဖုံ၊ ခြောက်အာရုံ
ဟု-သုံးစုံခားပြ၊ ဝင်လာကြ၍၊ သြဃလေးသွယ်-မြစ်ပင်လယ်
၏၊ ဤဝယ်ကုန်းစ-သက္ကာယမှ၊ ခေမနိဗ္ဗာန်-ဟိုကုန်းဌာန်သို့၊
ရှစ်တန်မဂ္ဂင်-ဖောင်ဖွဲ့ဆင်၍၊ အတိုင်ကူးယက်- အားထုတ်
ချက်ဖြင့်၊ ဟိုဘက်အရောက်၊ ကူးမြောက်သူမှာ-ရဟန္တာတည်း၊
ကောင်းစွာညွှန်ကြား၊ ကယ်သူကား-ဘုရားမြတ်စွာတည်း။

အချို့သရုပ်ဖော်ပြချက်

၁။ ခက်မာကြမ်းတမ်းတာ နူးညံ့တာက ပထဝီဓာတ်၊ ယိုစီး
ဖွဲ့စည်းတာက အာပေါဓာတ်၊ ပူတာ နွေးတာ အေး
တာက တေဇောဓာတ်၊ ထောက်ကန် တောင့်တင်းတာ
လှုပ်ရှားတာက ဝါယောဓာတ်။

၂။ ထောက်ကန် တောင့် တင်း၊ လျော့ ခြင်း တ မည်၊
(လက္ခဏာ)။

ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှား၊ ရွေ့သွားတတ်သည်၊ (ရသ)။

သူလိုရာဘက်၊ တွန်းလျက် ဆောင်သည်၊ (ပစ္စုပ္ပန်)။

ဝါယောဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

(ဆဋ္ဌမ)

၃။ ထင်လဲ့ သာယာ၊ စွဲလမ်းတာ၊ နှစ်ဖြာဥပါဒါန်။
 ငါ၊ ငါ့ဥစ္စာ၊ စွဲနိုင်တာ၊ ဥပါဒါန်ကွန်။
 ရုပ်၊ ဝေ၊ သညာ၊ သင်္ခါရာ၊ ဝိညာ ဤငါးတန်။

၄။ စက္ခု သောတ သာန ဇိဝှါ၊
 ကာယ မနော မှတ်လော ခြောက်ဒွါ။
 ရူပ သဒ္ဓ ဂန္ဓ ရသာ၊
 ဖောဋ္ဌဗ္ဗ ဓမ္မ အာရုံပါ။

၅။ ကာမ၊ ဘဝ၊ ဒိဋ္ဌောဿ၊ မောဟ အဝိဇ္ဇာ။
 နှစ်မြှုပ်သတ်တယ်၊ ရေစီးနှယ်၊ လေးသွယ်ဩဿပါ။

၆။ ထင်ရှားရှိနေ၊ ရုပ်နာမ်တွေ၊ မှတ်လေသက္ကာယ။

၇။ မှန်စွာမြင်သိ၊ ကြံမိမှန်ကန်၊
 မှန်စွာပြော-ပြ၊ ရှာမှုလမ်းမှန်။
 မှန်စွာကြောင့်ကြ၊ မှတ်ရမှန်ကန်၊
 စူးစိုက်ကပ်၊ ရှစ်ရပ်မင်္ဂလမ်းမှန်။

၈။ ဥပရိပဏ္ဏာသ-ဥဒ္ဓေသဝိဘင်္ဂသုတ် မိန့်ခွန်းတော်
 (မဟာစည်ဆရာတော်)

စိတ်ဓာတ်ဝိညာဉ်၊ အပြင်မထွက်၊ အတွင်းဘက်လဲ၊ ခပ်
 လျက်မတည်၊ စွဲမှီလွှတ်ကင်း၊ ဆာလောင်ရှင်းအောင်၊ ရှုမှတ်
 ဆောင်သော်-နောက်နောင်ဖြစ်ရေး၊ အို-သေဘေးနှင့်၊ ဝန်
 လေးစွာလှ၊ ဒုက္ခခပင်း၊ လုံးဝကင်းသည် ဝိဘင်းဥဒ္ဓေ၊
 မိန့်ခွန်းတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

(အကျယ် ဝေဘန်ချက်ဆိုင်ရာ ဆောင်ပုဒ်များ)

က { မြင်ပြီးရာတွင်၊ လိုက်-ကြံလျှင်၊ အပြင်ထွက်သည်မည်။
ကြား-နံ၊ စား၊ ထိ၊ သိပြီးရာတွင်၊ လိုက်ကြံလျှင်၊
အပြင်ထွက်သည်မည်။

{ မြင်ဆဲမှာပင်၊ မှတ်သိလျှင်၊ အပြင်မထွက်ပြီ။
ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ သိဆဲမှာပင်၊ မှတ်သိလျှင်၊
အပြင်မထွက်ပြီ။

{ စူးစိုက်သမျှ၊ ကင်၍ရှု၊ ဈာန်ဟု ခေါ်ဝေါ်သည်။
သမထဈာန်၊ ဝိပဿဈာန်၊ ၂-တန် ကွဲပြားသည်။
တည်ငြိမ်ရုံမျှ၊ ရှုနေက၊ သမထဈာန်ခေါ်သည်။
(အာရမ္မဏုပနိဇ္ဈာန်)။
လက္ခဏာ ၃-ရပ်၊ ရှုသိမှတ်၊ ဝိပဿဈာန်ခေါ်သည်။
(လက္ခဏုပနိဇ္ဈာန်)။

၁။ ကြံစည်၊ စဉ်းစား၊ နှစ်သိမ့်ပွား၊ ကောင်းစားချမ်းသာ
သည်။

ရှုရာရာတွင်၊ စူးစိုက်ဝင်။ ငါးအင် ပ-ဈာန်မည်။
(သမ္မသနအထိ အထူးထင်ရှားသည်)။

၂။ နှစ်သိမ့်ချမ်းသာ၊ စူးစိုက်တာ၊ သုံးဖြာ ဒု-ဈာန်မည်။
(ဥဒယဗ္ဗယအရင့်ပိုင်း၌ အထူးထင်ရှားသည်)။

၃။ ချမ်းသာမှုနှင့်၊ စူးစိုက်လင့်၊ ၃-ဆင့် ဈာန်ခေါ်သည်။
(ဥဒယဗ္ဗယအရင့်ပိုင်းမှစ၍ အထူးထင်ရှားသည်)။

(ဆဋ္ဌမ)

၄။ ဥပေက္ခာနှင့်၊ စူးစိုက်လင်း၊ ၄-ဆင့်ချာန်ခေါ်သည်။
(သင်္ခါရုပေက္ခာ၌ အထူးထင်ရှားသည်။)

ခ ရှုမှတ်ကောင်းဆဲ၊ သာယာစွဲ၊ အထဲရပ်နေသည်။
သာယာယယ်ဖြတ် ပေါ်တိုင်းမှတ်၊ မရပ်တိုးတက်သည်။

ဂ ရုပ်နာမ်ကိုပင်၊ ငါ့ကောင်ထင်၊ စွဲလျှင် ဆာလောင်သည်။
ရုပ်နာမ်ပေါ်ဆဲ၊ ရှုမှတ်ခွဲ၊ မစွဲမဆာပြီ။

ချာန်။ စူးစိုက်သမှု၊ ကပ်၍ရှု၊ ချာန်ဟုခေါ်ဝေါ်သည်။
(စူးစူးစိုက်စိုက်ကပ်၍ရှုတာ)။

ချာန်နှစ်မျိုး။ သမထချာန်၊ ဝိပဿချာန်၊ နှစ်တန်ကွဲပြားသည်။

သမထချာန်။ တည်ငြိမ်ရုံမျှ ရှုနေကာ၊ သမထချာန်ခေါ်သည်။

ဝိပဿချာန်။ လက္ခဏာသုံးရပ်၊ ရှုသိမှတ်၊ ဝိပဿချာန်
ခေါ်သည်။

ပဌမချာန်။ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊
ပဌမချာန်စုငါးပါး။

ဒုတိယချာန်။ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ဒုတိယချာန်စု သုံးပါး။

တတိယချာန်။ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ တတိယချာန်စုနှစ်ပါး။

စတုတ္ထချာန်။ ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ စတုတ္ထချာန်စုနှစ်ပါး။

(ချာန်အင်္ဂါစု)

၁။ အာရုံကို ရှုကြံတာက ဝိတက်။

၂။ အာရုံကို စဉ်းစားတာက ဝိစာရ။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၃။ အာရုံ၌ နှစ်သိမ့်အားရတာက ပီတိ။
 ၄။ ဝမ်းသာလျက် ကောင်းနေတာက သုခ။
 ၅။ ဝမ်းမသာဘဲ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက် ကောင်းနေတာက
 ဥပေက္ခာ။
 ၆။ အာရုံ၌ စူးစူးစိုက်စိုက်ကပ် သွားတာက ကေဂ္ဂတာ။

၄။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်
 ဝန်ခံချက်မိန့်ခွန်းတော်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

သတိပဋ္ဌာန် ဓမ္မစက်ကို ဝန်ခံချက်နှင့် တို့မြတ်စွာ။
 ဟောမိန့်ပုံမှာ....ထိုတရားကို ဖြစ်ပွားစေတဲ့ ရှင်လူမှာ။
 အလွန်ကြာလျှင် (၇)နှစ်နဲ့ ရဟန္တာစစ် ဖြစ်နိုင်ပါ။
 စွဲမှုကျန်တောင် နာဂါမ်လောက်တော့ ဆိုက်ရောက်
 မယ်တဲ့ ကေနပါ။
 မြန်သူဆိုလျှင် (၇)ရက်နဲ့ ထိုဖိုလ်မင်ကို ရနိုင်ပါ။
 ရဲရင့်ခိုင်မာ ဝန်ခံချက်နှင့် ဓမ္မစက်ကို ဟောခဲ့ပါ။
 နိဗ္ဗာန်လိုသူ မယုံမှားနဲ့ မြတ်ဘုရားကို ယုံကြည်ကာ။
 သတိပဋ္ဌာန်၊ ကိုယ့်သန္တာန်၊ အမြန်ပွားစေရာ။
 သို့ပွားစေမှ၊ နိဗ္ဗာန်ရ၊ မုချငြိမ်းအေးမှာ။

(ဆဋ္ဌမ)

၅။ သံယုတ္တနိကာယ်

မာလုကျပုတ္တသုတ် တရားတော်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

မေးခွန်းတော်။ ။ဒါကို သင်ဘယ်လိုထင်သလဲ- မာလု
ကျပုတ္တ စဉ်းစားကြည့်စမ်း။ မျက်စိဖြင့် မြင်နိုင်တဲ့ အကြင်
အဆင်းတွေကို၊ သင်ဟာရှေးကလဲမြင်ရသေးဘူး၊ ယခုလဲ
မြင်နေတာမဟုတ်ဘူး၊ နောင်လဲ ဒါမျိုးကို မြင်ရလိမ့်မည်လို့
တောင် မစဉ်းစားမိသေးဘူး-ဆိုပါတော့။ အဲဒီလိုအဆင်း
တွေကို၊ တပ်မက်-ချစ်ခင်-လိုချင်မှုများ၊ သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါ
မည်လား။

ဖြေ။ ။မဖြစ်နိုင်ပါ အရှင်ဘုရား။

(အသံ, အနံ့, အရသာ, အတွေ့, သဘော အာရုံတို့၌လဲ၊
မေးခွဲ-ဖြေပုံမှာ နည်းတူပင်)။

၁။ မမြင်ရရာကိလေသာ၊ သူ့ဟာသူငြိမ်းသည်။

၂။ မြင်ရရာမှာ၊ ကိလေသာ၊ ကိန်းကာဖြစ်နိုင်သည်။

၃။ မြင်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ကိလေစု၊ ကိန်းမှုပယ်သင့်သည်။

၄။ မေးခွန်းဖြင့်ပင်၊ လုပ်ငန်းစဉ်၊ ပေါ်လွင်စေခဲ့သည်။

(သုတ်ရင်း၏ဘာသာပြန်)

(က)အို- မာလုကျပုတ္တ (လုံးဝ မသိရတဲ့ အာရုံမှာ
ကိလေသာမဖြစ်နိုင်တာလိုပင်၊ ထင်ရှားသိရတဲ့အာရုံတွေမှာလဲ
(ဆဋ္ဌမ)

ကိလေသာ မဖြစ်နိုင်အောင် အား ထုတ် ဘို့ လိုသည်။
ဒါကြောင့်) သင့်မှာ-မြင်ရ၊ ကြားရ၊ ရောက်ရ၊ သိရတဲ့ ဒီအာရုံ
တွေထဲကလဲ၊ မြင်ရာမှာ မြင်ရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ ကြားရာမှာ
ကြားရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ နံ-စား-ထိ-လျက် ရောက်ရာမှာ
ရောက်ရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ သိရာမှာ သိရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်။

(ခ) ဒီအတိုင်းဖြစ်လျှင်၊ သင်ဟာ-ထင်ရှားသိရတဲ့ အဲဒီ
အာရုံတွေနှင့် (သာယာ-မုန်း-ထား-သိမှားတဲ့ အလိုအားဖြင့်)
မစပ်မဆိုင်တော့ပြီ။

(ဂ) မစပ်ဆိုင်လျှင်၊ သင်ဟာ - အဲဒီ အာရုံတွေထဲမှာ
စွဲ၍ မတည်တော့ပြီ။

(ဃ) စွဲ၍မတည်လျှင်၊ ဒီလောကထဲမှာလဲ သင်မရှိတော့
ပြီ၊ ဟိုလောကထဲမှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ။ တခြားမှာလဲ သင်
မရှိတော့ပြီ။ ဒီလိုစွဲလမ်းတဲ့ သင်မရှိတာသည်ပင်လျှင်၊ ဆင်းရဲ
ဆုံးရာ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း။

အညေဝါဒအလို.... (ဃ) စွဲ၍ မတည်လျှင်၊ ဒွါရ ၆-ပါး
ဆိုတဲ့ ဒီအတွင်းဘက်မှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ။ အာရုံ ၆-ပါး
ဆိုတဲ့ ဟိုအပြင်ဘက်မှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ။ စိတ်စေတသိက်
ဆိုတဲ့ သိမှုထဲမှာလဲ-သင်မရှိတော့ပြီ။ ဒီလို သင်မရှိတာ-သင်
ချုပ်ပျောက်သွားတာသည်ပင်လျှင်၊ ဆင်းရဲဆုံးရာ နိဗ္ဗာန်
ပေတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

နိဗ္ဗာန်နှင့်ဝေးပုံ

အဆင်းမြင်လျှင်၊ ချစ်ဖွယ်ထင်၊ ထိုတိုင်မေ့လေသည်။
သာယာတပ်စွဲ၊ ခံစားမြဲ၊ စိတ်ထဲသိမ်းလျက်တည်း။
အဆင်းဆိုင်ရာ၊ ဝေဒနာ၊ များစွာပွားတော့သည်။
လောဘစည်ကား၊ ဒေါသပွား၊ ဗျာဓိများစိတ်ပန်းသည်။
ဤနည်းဖြင့်ဘဲ၊ မပြောင်းလဲ၊ ဆင်းရဲရှာသူမည်။
ဆင်းရဲကိုသာ၊ ရှာသူမှာ၊ ဝေးစွာနိဗ္ဗာန်ပြည်။

နိဗ္ဗာန်နှင့်နီးပုံ

အဆင်းမြင်က၊ အမှတ်ရ၊ ရာဂကင်းတော့သည်။
မတပ်မက်ဘဲ၊ ခံစားမြဲ၊ စိတ်ထဲမသိမ်းပြီ။
မှတ်သိလျက်ပင်၊ မြင်လဲမြင်၊ ထို့ပြင်ခံစားသည်။
သို့ပါသော်လဲ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၊ ကုန်မြဲကုန်ခန်းသည်။
ဤနည်းဖြင့်သာ၊ ယောဂီမှာ၊ မှတ်ခါကျင့်ရသည်။
မြင်တိုင်းရှုမှတ်၊ ဆင်းရဲသတ်၊ နီးကပ်နိဗ္ဗာန်ပြည်။

၆။ ဒီဃနိကာယ် သက္ကပဋ္ဌသုတ်
သိကြားအမေး ချမ်းသာရေး တရားတော်ကြီး
ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

ကာမဘုံသား နတ်လူများတို့ ကောင်းစားပြည့်ဝ ဘေးရန်
ပလျက် အေးမြချမ်းသာ နေလိုပါလည်း ဣဿာမစ္ဆေ သူရုပ်
(ဆဋ္ဌမ)

ပေ့၍ထင်ခြေမကျဆင်းရဲရတည့်....မူသဇာတ်မြစ် သူ့ခကြောင်း
စစ်သော်....မုန်းချစ်အပ်သား အာရုံများနှင့် လိုလားတလီ
ကြံစည်တတန် ချဲရန်မှတ်စွဲ ခြေတည်လွဲ၍ ဆင့်ကဲဆင့်ကာ
ဖြစ်ရိုးပါတည့်....(၆)ဖြာဒွါရ ထင်သမျှကို မှတ်ကြသဖြင့်
မမှီသင့်ရှောင် မှီသင့်ဆောင်၍ မှန်အောင်ပြင်က လမ်းမှန်
ရသည်။ ။မူချ ချမ်းသာရေးပေတည်း။

ခက်ဆစ်မှတ်ဖွယ်များ

- ၁။ ဣဿာခေါ်ဆို၊ မနာလို၊ ဝန်တိုမစ္ဆေရ။
- ၂။ ရှာ၊ ရ၊ သုံးစဉ်၊ သိမ်း၊ ပေးချင်၊ ငါးအင် လိုဆန္ဒ။
- ၃။ ဒိဋ္ဌိ၊ တဏှာ၊ မာနပါ၊ ၃-ဖြာ ပပဉ္စ။
- ၄။ ချဲနိုင်အောင် မှတ်စွဲထားမိ၍ ကြံစည်နိုင်သည်။ ကြံစည်
မိ၍ လိုလားနှစ်သက်သည်။ လိုလား နှစ်သက်၍ ချစ်
စရာမုန်းစရာ ရှိရသည်။ချစ်စရာ မုန်းစရာတွေ ရှိနေ၍
မနာလိုမှု ဝန်တိုမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ မနာလိုမှု ဝန်
တိုမှုများရှိနေ၍ ဘေးရန် မကင်းဘဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်
နေကြရသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆင်းရဲဒုက္ခ မူချကင်းလိုလျှင်
ချဲနိုင်အောင် မှတ်စွဲထားမှု (ပပဉ္စသညာ) ချုပ်ငြိမ်း
သွားအောင် ကျင့်ရမည်။
- ၅။ ဘယ်သို့ကျင့်က၊ ပပဉ္စ၊ လုံးဝချုပ်သနည်း။
- ၆။ ။မှီဝဲသင့်တာ၊ မသင့်တာ၊ ဝမ်းသာ နှစ်မျိုးတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၇။ နှလုံးမသာ၊ ဥပေက္ခာ၊ ခဲ့ပါနည်းတူတည်း။
၈။ အကုသိုလ်ပွား၊ ပယ်ရှောင်ရှား၊ ကု ပွားမှီဘို့တည်း။
၉။ ဤသို့ကျင့်ကာ၊ ပပဉ္စ၊ လုံးဝချုပ်သတည်း။
၁၀။ ပါတိမောက္ခ၊ သံဝရာ၊ ကျင့်ရဘယ်သို့နည်း။
၁၁။ မှီသင့်တခု၊ မသင့်ဟု၊ ကိုယ်မှ ၂-မျိုးတည်း။
၁၂။ နှုတ်မှုထို့တူ၊ သက်မွေးမြူ၊ နည်းတူ ၂-မျိုးတည်း။
၁၃။ မမှီသင့်ပယ်၊ သီလနယ်၊ စင်ကြယ်ပါသတည်း။
၁၄။ ဣန္ဒြိယ၊ သံဝရာ၊ သူက ဘယ်သို့နည်း။
၁၅။ အာရုံ ၆-ရပ်၊ မှီဝဲအပ်၊ ပယ်အပ်ကွဲသတည်း။
၁၆။ သင့်ရာမှီတယ်၊ မသင့်ပယ်၊ ဧဝံဘွယ်ကိစ္စပြီး။

၇။ မဇ္ဈိမနိကာယ် ဝိမ္ဘိကသုတ် တရားတော်ကြီး

ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

မီးခိုးညဉ့်ခါ၊ နေ့မှာမီးပျို၊ တောင်ပို့မြင်လတ်၊ ဆရာ
မြတ်က၊ တပည့်လှအား၊ ပေါက်တူးသွားဖြင့်၊ ခွဲခြားစေရာ၊
ပေါ်လာမင်းတုတ်၊ ဖါးယုတ်တွေ့ရာ၊ လမ်းနှစ်ခွေမှာ၊ ဆပ်ပြာ
ရေစစ်၊ လိပ်ညစ်တလီ၊ ထားစဉ်းတီနှင့်၊ တွေ့ပြီအသား၊
နုတ်နဂါး၊ ဆယ့်ငါးဝှက်စာ အစဉ်တည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

(အဖြေ ဆောင်ပုဒ်များ)

- ၁။ တောင်ပို့-ကိုယ်ထည်၊ ကြံစည်-မီးခိုး၊ ပြုမျိုးမီးပါ၊
ဆရာ-ဘုရား၊ တပည့်ကား၊ မှတ်သားယောဂီတည်း။
- ၂။ ပေါက်တူး- ဉာဏ်ချ၊ တူးမှုအားထုတ်၊ မင်းတုတ်အ-
ဝိဇ္ဇာ၊ ဖါးမှာ-ဒေါသ၊ လမ်းနှစ်ခွ၊ မှတ်ကြယ့်မှားတည်း။
- ၃။ နီဝရဏ၊ တူလှရေစစ်၊ လိပ်ညစ်-ခန္ဓာ၊ ကာမာစဉ်းတီး၊
နန္ဒီ-အသား၊ နတ်နဂါး၊ မှတ်သား ရဟန္တာတည်း။

(အမေးနှင့် အဖြေများ)

- ၁။ တောင်ပို့ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ဤရုပ်ကိုယ်ကြီးဘဲ။
- ၂။ မီးခိုးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ညမှာကြံတွေးနေတာဘဲ။
- ၃။ မီးလျှံဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
နေ့ခင်းကျတော့ ပြုတာဘဲ။
- ၄။ ဆရာဆိုတာ ဘယ်သူလဲ၊
ငါတို့ မြတ်စွာဘုရားဘဲ။
- ၅။ တပည့်ဆိုတာ ဘယ်သူလဲ၊
ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီဘဲ။
- ၆။ ပေါက်တူးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
မှတ်သိနေတဲ့ ပညာဘဲ။

(ဆဋ္ဌမ)

ဓမ္မဒေသနာ ဓာနပုဒ်များ

- ၇။ တူးတယ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ကြောင့်ကြစိုက်တဲ့ လုံ့လဘဲ။
- ၈။ မင်းတုတ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ရှုမှတ်နည်းကို မသိတာဘဲ။
- ၉။ ဖားယုတ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
စိတ်ဆိုးတတ်တဲ့ ဒေါသဘဲ။
- ၁၀။ လမ်းခွဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ဝေဘန်စဉ်းစား ယုံမှားဘဲ။
- ၁၁။ ရေစစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
နီဝရဏငါးပါး တရားဘဲ။
- ၁၂။ လိပ်ညစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ခန္ဓာငါးပါး တရားဘဲ။
- ၁၃။ စဉ်းတီဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ဘဲ။
- ၁၄။ သားတစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
နှစ်သက်တပ်စွဲ ရာဂဘဲ။
- ၁၅။ နဂါးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
အာသဝေါ ကင်းကွာ ရဟန္တာဘဲ။

(ဆဋ္ဌမ)

၈။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

အမှန်မသွား၊ အမှားမြင်ကာ၊ အဝိဇ္ဇာကြောင့်၊ ချမ်းသာလိမ့်နိုး၊ ရည်မျှော်ကိုးလျက်၊ သုံးမျိုးမှုကံ၊ ပြုစီမံ၍၊ ဝိညာဏ်တူယံစပ်၊ နာမ်ရုပ်-ကပ်လျက်၊ ခြောက်ရပ် အာယတန၊ ဖဿခြောက်ဖြာ၊ ဝေဒနာကြောင့်၊ တဏှာခြောက်တန်၊ ဥပါဒါန်နှင့်၊ ဖြစ်ရန်အကြောင်း၊ ကံဆင့်လောင်း၍၊ ဆိုးကောင်းဘဝ၊ ဖြစ်ရပြန်ရာ၊ အိုကာသေရေး၊ ပူအဆွေးနှင့်၊ ငိုကြွေးကိုယ်နှုမ်း၊ စိတ်မချမ်းမြေ့ပူပန်ရသည်၊ လုံးဝ ဆင်းရဲစုသာတည်း။

အတိတ်အကြောင်းကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးပေါ်ပုံ

အမှန်မသွား၊ အမှားသိမြင်၊
အဝိဇ္ဇာဖုံး၊ ကောင်းလုံးမှတ်ထင်၊
စိတ်ကိုယ်နှုတ်မှု၊ ကြံပြုပြောလျှင်၊
ဝိညာဏ်စပ်၊ နောက်ထပ် သန္ဓေရှင်။

ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးငါးပါးပေါ်လာပုံ
ဝိညာဏ်မျိုးစေ့၊ စ၍ဖြစ်လျှင်၊
နာမ်နှင့် ရုပ်လဲ၊ ပူးတွဲပါဝင်၊
အာယတန၊ ဖဿ ပေါ်ထင်၊
ကောင်းဆိုးများ၊ ခံစားမိရိုးပင်။
(ဆဋ္ဌမ)

ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးမှအကြောင်းအသစ်ပေါ်၍သို့အကြောင်းကြောင့်
အနာဂတ်အကျိုးပေါ်ပုံ

ခံစားသည့်တူက်၊ တပ်မက်ခင်မင်၊
မည်သို့ပြုငြား၊ ကောင်းစားမည်ထင်၊
ဝင်စားစွဲလမ်း၊ ရော်ရမ်းပြုလျှင်၊
နောင်ဘဝ၊ ဖြစ်ရ ဇာတိပင်။

အနာဂတ်အကျိုးငါးပါးပေါ်လာပုံ
ဘဝဇာတိ၊ သူရှိပြန်လျှင်၊
အို သေ ပူဆွေး၊ ငိုကြွေးထို့ပြင်၊
ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ၊ ထန်သဲ ပူပင်၊
သို့ဖြစ်ရ၊ လုံးဝ ဆင်းရဲပင်။

၉။ ဝိပဿနာရှုနည်း မူသေစည်း
(မဟာစည်ဆရာတော် ၁၃၀၄-ခု)

မေး။ ။ဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်ဆိုတာ၊ ဘယ်ဟာရှုသလဲ။

ဖြေ။ ။မြဲတယ် ချမ်းသာ၊ ငါစွဲရာ၊ ခန္ဓာ ရှုရမြဲ။

မေး။ ။ဘယ်အကျိုးငှါ၊ ဘယ်ခိုက်မှာ၊ ခန္ဓာရှုသလဲ။

ဖြေ။ ။မစွဲဘို့ရာ၊ ဖြစ်ဆဲမှာ၊ မှန်စွာရှုရမြဲ။

အကျိုး။ ။ပေါ်ခိုက်မရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှု ဝင်ရောက်သည်။

ပေါ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။

(ဆဋ္ဌမ)

စွဲမှုကင်းလျှင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင် ဆိုက်ရောက်
သည်။

ဝိပဿနာ ရှုနည်း၊ မူသေစည်း၊ သိမ်းဆည်းထား
ရမည်။

၁၀။ ဝိပဿနာ အခြေခံ တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော် ၁၃၂၀-ခု)

၁။ ဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်ဆိုတာ၊ ဘယ်ဟာ ရှု၍ ဖြစ်သနည်း။

၂။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ မှန်စွာ ရှု၍ ဖြစ်သတည်း။

၃။ ဘယ်အကျိုးငှာ၊ ထိုခန္ဓာ၊ ဘယ်ခါရှုရပါသနည်း။

၄။ မစွဲဘို့ရာ၊ ဖြစ်ဆဲမှာ၊ မှန်စွာရှုရပါသတည်း။

၅။ ဖြစ်ခိုက်မရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုဝင်ရောက်သည်။

၆။ မြဲတယ် ကောင်းတယ်၊ ငါကောင်းနွယ်၊ တကယ်
ထင်တတ်သည်။

၇။ ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။

၈။ မမြဲဆင်းရဲ၊ သဘောဘဲ၊ ဉာဏ်ထဲရှင်းတော့သည်။

၉။ စွဲမှု ကင်းပျောက်၊ မဂ်လမ်းပေါက်၊ ဆိုက်ရောက်
နိဗ္ဗာန်ပြည်။

၁၀။ ဝိပဿနာရှုနည်း၊ မူသေစည်း၊ သိမ်းဆည်းထားရမည်။
(ဆဋ္ဌမ)

၁၁။ သမ္မုဇဉ်ခေါ်တဲ့ အသိဉာဏ်တရား ၄-ပါး

- ၁။ သာတ္ထကသမ္မုဇဉ်။ ။ ကျိုးရှိသလား၊ မရှိလား၊ စဉ်းစားတာက သာတ္ထက။
- ၂။ သပ္ပာယ်သမ္မုဇဉ်။ ။ သင့်တော်ရဲ့လား၊ မတော်လား၊ စဉ်းစားတာက သပ္ပာယ်။
- ၃။ ဂေါစရသမ္မုဇဉ်။ ။ ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ်၊ စဉ်းမပြတ်၊ ရှုမှတ်တာက ဂေါစရ။
- ၄။ အသမ္မောဟသမ္မုဇဉ်။ ။ မမြဲ ဆင်းရဲ၊ ရုပ်နာမ်ဘဲ၊ အသိကွဲတာက အသမ္မောဟ။

၁၂။ စိတ္တာနုပဿနာ တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

နှိမ်နှိုင်ခဲစွ၊ လျင်မြန်လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည်။
ဝိညာဏသွမ်း၊ စိတ်သရမ်းကို၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး၊ ဆုံးမပေး၍၊
ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ သူဖြစ်လာလျှင်။ ။ ချမ်းသာဆောင်ပေး
တတ်သတည်း။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထ ကာမနိပါတိနော။
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

(ဓမ္မပဒ)

(ဆဋ္ဌမ)

၁၃။ (က) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်

ကောသမ္ဗိယသုတ်

သာရဏီယဒေါ အောက်မေ့ဘွယ်ရာ တရားတော်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

မေတ္တာရှေ့သွား၊ ကံ ၃-ပါးနှင့်၊ တခြားသုံးဝ၊ စာဂ
သီလာ၊ မြတ်ပညာသည်၊ မှတ်ပါသာရဏီယ တရားတည်း။

၁။ မေတ္တာရှေ့ရှု၊ ကိုယ်မှုထင်လျှင်၊
သုဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်၊
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးတာဝန်စဉ်။

၂။ မေတ္တာရှေ့သွား၊ စကားချိုလျှင်၊
သုဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်၊
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးတာဝန်စဉ်။

၃။ မေတ္တာရှေ့သွား၊ စိတ်ထားဖြူလျှင်၊
သုဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်၊
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးတာဝန်စဉ်။
(ဆဋ္ဌမ)

၄။ ဝေဘန်ပေးစွန့်၊ မတုန်တိုလျှင်၊
 သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်၊
 ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊
 ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထာဝစဉ်။

၅။ အရိယာနှင့်၊ ကိုယ်ကျင့်တူလျှင်၊
 သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်၊
 ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊
 ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထာဝစဉ်။

၆။ အရိယာနှင့်၊ ဉာဏ်ဖြင့်တူလျှင်၊
 သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်၊
 ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊
 ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထာဝစဉ်။

၁၃။ (ခ) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်
 ကောသမ္ဘိယသုတ်

သောတာပန်၏ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ (၇)ပါး
 (မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ ဆိတ်ငြိမ်ရာတွင်၊ ချဉ်းကပ်ဝင်၍၊ ဆင်ခြင်ရှုကြည့်၊ ဖြစ်
 ပျက်မိ၊ အသိရှင်းသည်သာ။

ယထာဘူတ၊ မသိရအောင်၊ ထကြွလှမ်းမိုး၊ ကိလေဆိုး၊
 ဖြစ်ရိုးမရှိပါ။

ဤသို့သိရ၊ ပဌမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
 (ဆဌမ)

- ၂။ မဂ်သံပြီးဟန်၊ ဝိပဿဉာဏ်၊ ဖန်ဖန်မှီဝဲကာ။
အကြမ်းအနု၊ ကိလေစု၊ ငြိမ်းမှုထင်ရှားရာ။
ဤသို့သိရာ၊ ဒုတိယ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- ၃။ ရှုမှတ်သိရာ၊ ဤလမ်းမှ၊ ပြင်ပတခြားမှာ။
ကိလေငြိမ်းဘိ၊ မြတ်အရိ၊ မရှိဆုံးဖြတ်ရာ။
ဤသို့သိရာ၊ တတိယ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- ၄။ ကုစားနိုင်ကောင်း၊ အာပတ်ပေါင်း၊ တိမ်းစောင်း
ရောက်သေးရာ။
မဖုံးကွယ်ဘဲ၊ ကုစားမြဲ၊ နောင်လဲစောင့်ရိုးပါ။
ဤသို့သိရာ၊ စတုတ္ထ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- ၅။ ရှောင်လွှဲမရာ၊ မှုကိစ္စ၊ ပြုရလေသောအခါ။
သိက္ခာသုံးပါး၊ ကျင့်ရန်ကား၊ စိတ်အားသန်မြဲသာ။
ဤသို့သိရာ၊ ပဉ္စမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- ၆။ ဗုဒ္ဓဟောထား၊ မြတ်တရား၊ နာကြားရသောအခါ။
လုံးစုံမကြွင်း၊ နှလုံးသွင်း၊ နာခြင်းအားကောင်းစွာ။
ဤသို့သိရာ၊ ဆဋ္ဌမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- ၇။ ဗုဒ္ဓဟောထား၊ မြတ်တရား၊ နာကြားရသောအခါ။
အနက်သိမြင်၊ စိတ်ကြည်ရှင်၊ ကိုယ်တွင်သိမ့်သိမ့်ဖြာ။
ဤသို့သိရာ၊ သတ္တမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- နိဂုံး- ပစ္စဝေက္ခဏာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ ညီစွာဖြစ်ပါမူ။
အရိယာမှန်၊ သောကာပန်၊ ကေန်ဆုံးဖြတ်ယူ။
(ဆဋ္ဌမ)

၁၄။ ခန္ဓဝဂ္ဂ သံယုတ်ပါဠိတော်
သီလသုတသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

(က)

- ၁။ သီလ၊ သုတာ၊ စုံသုမ္ဘာ၊ ဘယ်ဟာ ရှုအပ်ပါသနည်း။
- ၂။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ မှန်စွာရှုအပ်သည်။
- ၃။ မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ ရောဂါစွဲ၊ ပေါက်ကွဲ အိုင်းတူသည်။ (၄+)
- ၄။ ငြောင့်၊ မကောင်းမှု၊ ဖျားနာဟု၊ မှတ်ရှုသူစိမ်းမည်။ (၄+)
- ၅။ ပျက်စီး၊ သုည၊ အနတ္တ၊ ရှုရ ဆယ့်တစ်မည်။ (+၃=၁၁)
- ၆။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သောတာပန်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(ခ)

- ၁။ သောတာပန်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
- ၂။ သောတာပန်လဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
- ၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(ဂ)

- ၁။ သကဒါဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
- ၂။ သကဒါဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
- ၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ အနာဂါမ်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(ဆဋ္ဌမ)

(ဘ)

- ၁။ အနာဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
 ၂။ အနာဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
 ၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ အရဟံ၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(င)

- ၁။ ရဟန္တာကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
 ၂။ ရဟန္တာလဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
 ၃။ သို့ရှုသော်ငြား၊ သစ်၊ ဟောင်းကား၊ တိုး၊ ပွားမရှိပြီ။
 ၄။ သတိ-သမ္ပဇဉ်၊ ရှုတိုင်းယှဉ်၊ မျက်မြင်ချမ်းသာသည်။

အရှင်မဟာကဿပ ရရှိသော ဩဝါဒတော် ၃-ပါး

- ၁။ သက်ကြီး-လတ်-ငယ်၊ အားလုံးဝယ်၊ နှစ်သွယ်ရှက်
 ကြောက် ထင်ပါစေ။
 ၂။ ကုသိုလ်ညွှန်ကြား၊ မြတ်တရား၊ လေးစားစူးစိုက် နာယူ
 လေ။
 ၃။ ကာယဂတာ၊ သတိဟာ၊ သင့်မှာမစွန့်မြဲပါစေ။
 ၄။ အရှင်မဟာကဿပ၊ လက်ခံရာ၊ ဆုံးမဩဝါ မြတ်သုံး
 ထေ့။

အကျဉ်းချုပ် ဩဝါဒဆောင်ပုဒ်

- ၁။ အပါယ်ဘေးငြိမ်းခွင့်၊ ဉာဏ်အဆင့်၊ အသင့်ရောက်ပါစေ။
 ၂။ ထိုဉာဏ်ဖြင့်လဲ၊ မတော်ဘဲ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းပါစေ။
 ၃။ ဖြစ်ပေါ်လာငြား၊ စိတ်ကြမ်းများ၊ ပယ်ရှားနိုင်ပါစေ။

(ဆဋ္ဌမ)

၁၅။ အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်လာ
အရိယာဝါသသုတ် တရားတော်
(မကာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်ထွေ၊ စုံစေ စောင့်တပါး။
- ၂။ လေးရမှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာ သီးသန့်များ။
- ၃။ ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင်ငြိမ်းစေသား။
- ၄။ စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး။
- ၅။ အရိယာဝါသ၊ ဟောဖေပြု၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား။

အစောင့်တပါး

ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား။

မှီရာလေးပါး

မှီဝဲ သည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန်မှီရာများ။

ပယ်ရန် အင်္ဂါငါးပါး

- ၁။ နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၂။ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နှိမ်ချိုးပယ်ဖျောက်လေ။
- ၃။ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိ၊ ချုပ်နှောင်မိ၊ မှတ်သိပယ်ဖျောက်လေ။
- ၄။ ပျံ့လွင့်ပူပန်၊ သူ့ကျွန်ခံ၊ အမြန်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၅။ ယုံမှားဒွိဟ၊ လမ်းနှစ်ခွာ၊ တွေ့ကပယ်ဖျောက်လေ။

ဝါယောဓာတ်၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်

ထောက်ကန်တောင့်တင်း၊ လျော့ခြင်းတမည်၊ (လက္ခဏာ)
 ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှား၊ ရွေ့သွားတတ်သည်၊ (ရသ)
 (ဆဋ္ဌမ)

သူလိုရာဘက်၊ တွန်းလျက် ဆောင်သည်။ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
ဝါယောဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

ဒုက္ခဝေဒနာ၏၊ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်
အတွေ့ဆိုးများ၊ ခံစားတတ်သည်။ (လက္ခဏာ)
စိတ်အား ကုန်ခမ်း၊ ညှိုးနွမ်းစေသည်။ (ရသ)
ကိုယ်ထဲ နှိပ်စက်၊ ခံခက်ထင်သည်။ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ သိမြဲ မြတ်ယောဂီ။

စိတ်၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်
အာရုံသိသော၊ သဘောရှိသည်။ (လက္ခဏာ)
ခေါင်းဆောင်အလား၊ ရှေ့သွားတတ်သည်။ (ရသ)
ရှေးစိတ်နှင့်စပ်၊ အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်။ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
စိတ်တရား၊ မှတ်သားမြတ်ယောဂီ။

အနိစ္စာနုပဿနာ

၁။ အနိစ္စကို သိရမည်။ အနိစ္စလက္ခဏာကို သိရမည်။ အနိစ္စာ
နုပဿနာကို သိရမည်။

၂။ ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနိစ္စတရား။

၃။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာက အနိစ္စ
လက္ခဏာ။

၄။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကိုတွေ့ရ၍ မမြဲဟု
သိတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်။
(ဆဋ္ဌမ)

ဝိပဿနာ၏ အကျိုးတရား

အနိစ္စမြင်လျှင် ဒုက္ခထင်သည်။

ဒုက္ခ ထင်တော့ အနတ္တ မြင်သည်။

အနတ္တ မြင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင်ဆိုက်ရောက်သည်။

နိဗ္ဗာန်မြင်က၊ အပါယ်မှ၊ မုချလွတ်မြောက်သည်။

ဂုဏ်ခြောက်ထွေအရ ဆဋ္ဌာန်ပေက္ခာ ၆-ပါး

- ၁။ အဆင်းမြင်ရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
ဝမ်းသာမဖက်၊ စိတ်မပျက်၊ ရှုလျက် လျစ်လျူနေ။
ရဟန္တာအသွင်၊ ယောဂီရှင်၊ ရှုလျှင်ဖြစ်နိုင်ပေ။
- ၂။ အသံကြားရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၃။ အနံ့နံရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၄။ အရသာသိရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၅။ အတွေ့ထိရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၆။ သဘောသိရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။

(သီးသန့်သစ္စာများ)

- ၁။ လောက အမြဲတည်နေသည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၂။ လောက ပြတ်စဲသည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၃။ လောက အဆုံးအပိုင်းအခြားရှိသည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၄။ လောက အဆုံးအပိုင်းအခြားမရှိဟု ယူဆခြင်း။
- ၅။ အသက်နှင့်ကိုယ် အတူတူဟု ယူဆခြင်း။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၆။ အသက်တခြား ကိုယ်တခြားဟု ယူဆခြင်း။
 ၇။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ ရှိမြဲရှိသည်ဟု ယူဆခြင်း။
 ၈။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ မရှိတော့ဟု ယူဆခြင်း။
 ၉။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ ရှိသည်လဲမဟုတ် မရှိသည်လဲ
 မဟုတ်ဟု ယူဆခြင်း။

၁၆။ မဓုပိဏ္ဍိကသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
 (မဟာစည်ဆရာတော်)

မက်မောထောင်လွှား၊ အမြင်မှားလျက်၊ ချဲ့ပွားတတ်စွာ၊
 ပပဉ္စာဟု၊ သညာသုံးမျိုး၊ တရားဆိုးတို့၊ လွှမ်းမိုးတတ်ရာ၊
 ခြောက်ဌာနာဝယ်၊ မှန်စွာ ရှုလျက်၊ သိမြင်ချက်ကြောင့်၊ နှစ်
 သက်ခင်တယ်၊ ချီးမွမ်းဘွယ်တို့၊ ပျောက်ကွယ်ကင်းရှင်း၊ မရှိ
 ခြင်းပင်၊ မူရင်းမြစ်မ၊ နုသယနှင့်၊ ပါပအားလုံး၊ ချုပ်ပြတ်
 သုဉ်းသည့်၊ နယ်ဆုံးကန့်သတ်၊ မိန့်တော်မှတ်သည်၊ သုတ်မြတ်
 မဓုပိဏ္ဍိတည်း။

စက္ခုရူပ၊ တက္ခဆိုလျှင်၊ မြင်ကာတွေ့သွား၊ ခံစားမှုထင်၊
 မြဲစွာမှတ်သား၊ ကြံမှားလေလျှင်၊ ပပဉ္စ၊ မုချချဲ့ရိုးပင်။
 စက္ခုရူပ၊ ဆိုကမြင်စဉ်၊ တွေ့လျက်ခံစား၊ ပိုင်းခြားသိလျှင်၊
 မြဲစွာမှတ်သား၊ ကြံမှားကင်စင်၊ ပပဉ္စ၊ လုံးဝချုပ်ရိုးပင်။

၁၇။ ဘုဝတန်ဘိုး တရားတော်

(၁၆-၉-၅၄-နေ့၊ ယောဂီထောက်ပံ့ရေး အဖွဲ့ခွဲ (၂) နှစ်
မြောက် အစည်းအဝေးတွင်၊ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရား
ဟောကြားသည်)။

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ၊ မမြင်ပါဘဲ၊ တရာအသက်၊ ရှည်သည်
ထက်လည်း၊ ဖြစ်ပျက်နေဟန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို အမှန်မြင်
လျက်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍၊ တရက်တာမျှ၊ သက်ရှည်ရ
သော်၊ လောကလူ့ရှာ၊ ကောင်းမြတ်သာသည်၊ မြတ်စွာ
ဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတည်း။

ဓမ္မပဒပါဠိတော်

ယောစ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊ ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

ယောစ၊ အကြင်သူသည်ကား။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ အဖြစ်အပျက်
ကို။ အပဿံ၊ မမြင်ပါဘဲ။ ဝဿသတံ၊ အနှစ်တရာ တသက်
တာပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ ပကတိအတိုင်းသာ အသက်ရှင်လျက်
နေရာ၏။ တဿ၊ ထိုသူ၏။ တတော၊ ထိုအနှစ်တရာပတ်လုံး
အသက်ရှင်ရသည်ထက်။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ အဖြစ်အပျက်ကို။ ပဿ
တော၊ မြင်သောသူ၏။ ကောဟံဇီဝိတံ၊ တနေ့တရက်မျှအသက်
ရှင်ရခြင်းသည်။ သေယျော၊ သာ၍ကောင်းမြတ်ပေ၏။

(ဆဋ္ဌမ)

၁၀။ မဇ္ဈိမနိကာယ်မူလပဏ္ဏာသ
စူဠတဏှာ သင်္ခယသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

- | | |
|--|--|
| <p>၁။ လုံးစုံဓမ္မ၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခအနတ္တာ၊
၂။ ဤရွှေ ဤမျှ၊ ကြားဘူးက၊
သုတ လုံလောက်ပါ။</p> | <p>ဣဓ ဘိက္ခုနော သုတံ
ဟောတိ “သဗ္ဗေဓမ္မာ
နာလံ အဘိနိဝေသာ
ယာ”တိ။</p> |
|--|--|
- ၃။ ဉာဏ်ဖြင့်ရှေ့ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ မှတ်ပြုသိလေရာ၊-
သော သဗ္ဗံ ဓမ္မံ အဘိဇာနာတိ။
- ၄။ မမြဲဆင်းရဲ၊ သဘောတဲ၊ သိမြဲပိုင်းခြားကာ၊-
သဗ္ဗံ ဓမ္မံ ပရိဇာနာတိ။
- ၅။* ကောင်းဆိုးလတ်စု၊ ခံစားမှု၊ မှတ်ရှုအနိစ္စ၊-
တာသု ဝေဒနာသု အနိစ္စာနုပဿိ။
- ၆။+ ပျက်ပြယ်သွားမှု၊ ချုပ်ငြိမ်းမှု၊ မှတ်ရှုနေပြန်ရာ၊-
ဝိရာဂါနုပဿိ နိရောဓာနုပဿိ။
- ၇။* စွန့်လွှတ်တဖန်၊ စေလွှတ်ပြန်၊ ထပ်မံရှုမှတ်ရာ၊-
ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿိ ဝိဟရတိ။
- ၈။ သို့ရှုသူဟာ၊ လောကမှာ၊ စွဲဆာကင်းလေသည်၊-
န ဥပါဒိယတိ၊ နပရိတဿတိ။
- ၉။ ဆာလောင်ကင်းက၊ ကိုယ်တိုင်မျှ၊ လုံးဝငြိမ်းအေးသည်၊-
ပစ္စတ္တဉ္ဇေဝ ပရိနိဗ္ဗာယတိ။
(ဆဋ္ဌမ)

၁၀။	ဤမျှဖြင့်ပင်၊ တဏှာစင်၊	တ္ထဝတာ ခေါ် တဏှာ
	ကျင့်စဉ်ပြီးဆုံးသည်။	သင်္ခယ ဝိမုတ္တော ဟောတိ

၁၁။	စူဠတဏှာ၊ သင်္ခယာ၊	အစ္စန္တနိဋ္ဌော သေဋ္ဌောဒေဝ
	မြတ်စွာဟောမိန့်သည်။	မနုဿာနံ။

(ခက်ဆစ်မှတ်ဘွယ်)

၅။*က-ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက၊ အနိစ္စ။
 ခ-ပေၤလၢပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်တာက၊ အနိစ္စ
 လက္ခဏာ။

ဂ-ရှုမှတ်ဆဲမှာ၊ ကွယ်ပျောက် သွားတာကို တွေ့ရ၍၊
 မမြဲဟု သိတာက၊ အနိစ္စာနုပဿနာ။
 သ-မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း၊ မမြဲဟု သိသူသည် အနိစ္စာ
 နုပဿီ မည်၏။

၆။+က-အာရုံနှင့်မှတ်စိတ်၊ ပျက်ပြယ်သွားတာက၊ ခယ
 ဝိရာဂ။

ခ-အလုံးစုံ သော သင်္ခါရ၊ လုံးဝ မပေၤလၢဘဲ
 ကင်းတာက၊ အစ္စန္တဝိရာဂ။

ဂ-ဤ ဝိရာဂ ၂- မျိုးကို၊ မှတ်လျက်၊ ရောက်လျက်
 တွေ့မြင်တာက၊ ဝိရာဂါနုပဿနာ။

စ-အာရုံနှင့်မှတ်စိတ်၊ ချုပ်ဆုံးသွားတာက၊ ခယနိရောဓ။

ဆ-အလုံးစုံသော သင်္ခါရ၊ လုံးဝမပေၤလၢဘဲ ချုပ်
 ငြိမ်းတာက၊ အစ္စန္တနိရောဓ။

(ဆဋ္ဌမ)

ရတနာသီရိ (၁၉-၃)

ဇ-ဤ နိရောဓ ၂ -မျိုးကို၊ မှတ်လျက်၊ ရောက်လျက်
တွေ့မြင်တာက၊ နိရောဓာနုပဿနာ။

၇။*က-မရူမိတဲ့အာရုံ၌ ဖြစ်နိုင်သည့် ကိလေသာ-ခန္ဓာတွေ
ကိုစွန့်လွှတ်တတ်သော ရှုမှတ်မှုက၊ ပရိစ္ဆာဒ-ပဋိနိဿဂ္ဂ။

ခ-နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲသို့ ပြေးဝင်သွားသလို ဖြစ်သော
မဂ်က၊ ပက္ခန္ဓနုပဋိနိဿဂ္ဂ။

ဂ-ဤပဋိနိဿဂ္ဂ ၂-ပါးကိုပင်၊ ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာ ဟု
ခေါ်သည်။

၁၉။ နှစ်ပတ်လည် ပူဇော် ကန်တော့ပွဲတွင်
မဟာစည် ဆရာတော် ဟောကြားတော် မူသော
ဘုရားရှင်တို့၏ ဩဝါဒ ပါတိမောက် တရားတော်

၁။ ခန္တီ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊

နိဗ္ဗာနံ ဝရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။

န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဿာတီ၊

န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဌယန္တော။

သည်းခံ ကျင့်သုံး၊ အမြတ်ဆုံးပေ၊

နိဗ္ဗာန် မြတ်လှ၊ ဗုဒ္ဓမိန့်ပေ။

ရဟန်းမှန်လျှင်း၊ မညှဉ်းတတ်ပေ၊

ညှဉ်းဆဲက၊ သမဏ မဟုတ်ပေ။

(ဆဌမ)

၂။ သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
ကုသလဿုပသမ္ပဒါ။
သစိတ္တ ပရိယောဒါပနံ။
ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

မကောင်းမှုများ၊ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊
ကောင်းမှုတရား၊ ဖြစ်ပွားစုံစေ။
မိမိစိတ်ဓာတ်၊ ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊
ဤသုံးပါး၊ ဘုရား ဆုံးမပေ။

၃။ အနုပဝါဒေါ အနုပဿာတော၊
ပါတိမောက္ခေ စ သံဝဇရာ။
မတ္တညူတာ စ ဘတ္တသ္မိံ၊
ပန္နဉ္စ သယနာသနံ။
အဓိစိတ္တေ စ အာယောဂေါ။
ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။
သု.ကိုစုပ်စွဲ၊ ညှဉ်းဆဲကင်းစေ၊
ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ လုံးဝလုံစေ။
အစာ၌လဲ၊ သိမြဲ တိုင်းရှေ့၊
လူသူဆိတ်တောင်း၊ တောကျောင်းမှာနေ။
စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း၊ ကြိုးပမ်းပါလေ၊
ဤ ခြောက်ပါး၊ ဘုရားဆုံးမပေ။
(ဆဋ္ဌမ)

ဓမ္မပဒဂါထာ

ကုမ္ဘူပမံ ကာယမိမံ ငိဒိတုာ၊
 နဂရူပမံ စိတ္တမိဒံ ဌပေတုာ။
 ယောဓေထ မာရံ ပညာဝုဓေန၊
 ဇိတဉ္စ ရက္ခေ အနိဝေသနော သိယာ။

- ၁။ မြေအိုးသဖွယ်၊ ရုပ်ကိုယ်ဝယ်၊ ပျက်လွယ် သိပါလေ။
 ၂။ ရှုမှတ်စိတ်မှာ၊ မြို့ပမာ၊ ခိုင်စွာတည်ရှိစေ။
 ၃။ ဉာဏ်ဗူးဖြင့်ခွင်း၊ မာရ်သေမင်း၊ နှိမ်နင်းတိုက်ဖျက်လေ။
 ၄။ အောင်ပြီးစောင့်မြဲ၊ မရပ်ဘဲ၊ တိုက်ပွဲပြီးဆုံးစေ။

(အကျဉ်းချုပ် သြဝါဒ)

- ၁။ အပါယ်ဘေးငြိမ်းခွင့်၊ ဉာဏ်အဆင့်၊ အသင့်ရောက်ပါ
 စေ။
 ၂။ ထိုဉာဏ်ဖြင့်လဲ၊ မတော်ဘဲ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းပါစေ။
 ၃။ ဖြစ်ပေါ်လာငြား၊ စိတ်ကြမ်းများ၊ ပယ်ရှားနိုင်ပါစေ။

(က) ကပိလသုတ်

အပ္ပမာဒတရားတော်ဆောင်ပုဒ်

(ဆရာတော်-ဦးမုနိန္ဒ)

မေ့လျော့ခြင်း၊ သတိကင်း၊ ဝဋ်တွင်းလည်ရမှာ
 ဝိပဿနာ၊ စျာန်ဂေဟာ၊ မေ့ရာမဖြစ်ပါ။

(ဆဋ္ဌာ)

မေ့တဲ့သူမှာ၊ တဏှာဟာ၊ များစွာပွားတော့သော။
 ဒွါရခြောက်ပါး၊ တဏှာပွား၊ ပြေးသွားသံသရာ။
 သံသရာမှာ၊ ပြေးသွားရာ၊ များစွာပူဇူကွာ။
 အပ္ပမာဒ၊ ရှိကြမူ၊ ကင်းပသံသရာ။
 နိဗ္ဗာန်လိုလား၊ အမျိုးသား၊ တရားမမေ့ရာ။

သောတာပန် စစ်တမ်း

ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ၊ သံဃ ဂုဏ်၊
 သဒ္ဓါဓိက၊ ပြည့်ဝအမှန်၊
 နိဗ္ဗာန် တိုင်ရောက်၊ မဖေါက်သိလံ၊
 အဲဒါမှ၊ မုချ သောတာပန်။

သက္ကာဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆံ၊
 သီလဗ္ဗတ၊ ကင်းပမကျန်၊
 ဣဿာ မစ္ဆရိ၊ မရှိကေန်၊
 အဲဒါမှ၊ မုချ သောတာပန်။

ဆန္ဒ ဒေါသ၊ မောဟ ဘယံ၊
 မလိုက်စားအပ်၊ လေးရပ်အမှန်၊
 နိဗ္ဗာန်တိုင်ရောက်၊ ကင်းပျောက်ကေန်၊
 အဲဒါမှ၊ မုချသောတာပန်။

(ဆဋ္ဌမ)

(၁) ဝိဇယသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

သုငါတပါး၊ ယောကျ်ားမိန်းမ၊ မှတ်ထင်ကြတဲ့၊ လေးဝ၊
ဓာတ်ကြီး၊ အသီးသီးတို့၊ အုပ်စီးနေကြ၊ သက္ကာယ၏၊ ပေါင်း
ကြယှဉ်ပြိုင်၊ အကြောင်းဆိုင်က၊ လျှောင်း ထိုင် ရပ် သွား၊
ပြုလုပ်ငြားတဲ့၊ လေးပါးဣရိ၊ ကွေးဆန့် ဘိန့်၊ စသည့်မူရာ၊
ပြုလုပ်တာကို၊ မှန်စွာသတိ၊ မပြုမိက၊ မှားသိမြင်ကာ၊ အဝိဇ္ဇာ
ကြောင့်၊ မူရာဖြစ်ဟန်၊ သဘောမှန်ကို၊ သိရန်ကြဉ်ဖယ်၊ မတင့်
တယ်သည့်၊ ရုံဘယ်ကိုပင်၊ အကောင်းထင်လျက်၊ ခင်မင်စွဲလမ်း
တကျာဖမ်း၍၊ အကန်းသဖွယ်၊ ရောင်လည်လည်နှင့်၊ သုံးသွယ်
မူလ၊ ပပဉ္စ၏၊ ဖြစ်ကြလမ်းစဉ်၊ မိရိုးပင်တည်း၊ သေရှင်နှစ်ပါး၊
သတိထားက၊ လေးပါးဓာတ်ကြီး၊ အသီးသီးတို့၊ အုပ်စီးနေပုံ၊
အလုံးစုံကို၊ အကုန်သိမြင်၊ ဉာဏ်သက်ဝင်၍၊ အစဉ်ဉာဏ်ပွား၊
နိဗ္ဗာန်သွားမည်၊ မှတ်သား င်ဇယသုတ္တန်တည်း။

လျောင်း ထိုင် ရပ် သွား၊ လေးပါးဖြစ်အင်၊
ကွေးဆန့် စသား၊ များပြားပြုပြင်၊
မှတ်မစွဲက၊ ငါ့ဘဲသုထင်၊
ပပဉ္စ၊ ဖြစ်ကြ မိရိုးပင်။
သွားတိုင်းမပြတ်၊ အမှတ် တွင်တွင်၊
နုသယဓာတ်၊ ကင်းပြတ် လွင့်စင်၊
(ဆဋ္ဌမ)

ဉာဏ်မြင်ကပ်စွဲ၊ ငါဘဲမထင်၊

ပပဉ္စ၊ ချုပ်ကြမက်လမ်းပင်။

၁။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။

လျောင်း ထိုင် ရပ် သွား၊ ကွေး ဆန့် လား၊ လှုပ်ရှား
ရပ်ပေါင်းမည်။

ပြောင်းတိုင်းမူရာ၊ သတိသာ၊ ထင်စွာရှုရမည်။

ပြောင်းတိုင်းမူရာ၊ ဉာဏ်ဝင်လာ၊ သူငါမရှိပြီ။

ငါသူမစွဲ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၊ ကုန်မြဲကုန်ခန်းသည်။

၂။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။

ရိုး၊ ကြော၊ သားရေ၊ လိမ်းကပ်ပေ၊ အရေဖုံးလွှမ်းသည်။

ပညာမဲ့ငြား၊ ထိုသူအား၊ ထင်မှားနေကြသည်။

အထဲကိုကြည့်၊ ရှုံ့ဘွယ်ပြည့်၊ အတိဖြစ်တော့သည်။

သာယာတပ်စွဲ၊ ထိုသူဘဲ၊ အထဲရှာရမည်။

အဝိဇ္ဇာဆိုး၊ အုပ်စိုးသူပင်၊

တိမ်သလာလွှမ်း၊ မျက်ကန်းပုံသွင်၊

ယထာဘူတ၊ မကျသူမြင်၊

သံသာထဲ၊ တဝဲလယ်လယ်ပင်။

၃။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။

ကိုးပေါက်ဒွါရ ယိုထွက်ကြ၊ ဘာကသုံးရမည်။

မျက်ချေး နှပ်ချေး၊ နားဖာချေး၊ ကိုယ်ချေးယိုထွက်
သည်။

(ဆဋ္ဌမ)

ကျင်ကြီးကျင်ငယ်၊ အသွယ်သွယ်၊ ရွံ့ဘွယ်ယိုထွက်သည်။
 သလိပ်ပြည်သွေးလျှာချေး၊ တံထွေးယိုထွက်သည်။
 သိမှားသူပင် အကောင်းထင်၊ ခင်မင်စွဲလမ်းသည်။
 ခင်မင်စွဲလမ်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ ရောက်လမ်းမရှိပြီ။

ကောဠာသဟ၊ မရွှေသူပင်၊
 အနုသယ၊ ကိန်းကြွတွင်တွင်၊
 ဝဋ္ဋစခန်းက၊ လွတ်လမ်းမမြင်၊
 သံသာဘေး၊ မအေးသူ၊ ကြောင့်ပင်။

ကောဠာသမျှ၊ ထင်မြင်က၊ ညာတပရိညာ။
 လက္ခဏာသုံးဝ၊ ထင်ပါက၊ မှတ်ကြတီရဏာ။
 သာယာစွဲလမ်း၊ တဏှာခန်း၊ မဂ်လမ်းပဟာနာ။

၄။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
 အသက်ရှင်စဉ်၊ ရွံ့ဘွယ်ပင်၊ သေလျှင်ဘာဖြစ်မည်။
 ဖူးဖူးရောင်လျက်၊ ညိုမဲကွက်၊ ယိုထွက်အပုပ်ရည်။
 ဆွေမျိုးသားချင်း၊ ချစ်ခြင်းကင်း၊ မြှုပ်သွင်းသူသာန်
 ပြည်။

ပိုးလောက်အစာ၊ ဤခန္ဓာ၊ မှန်စွာဖြစ်ရမည်။
 မမြှုပ်ဘဲများ၊ စွန့်ပစ်ထား၊ ဘာကားစားကြမည်။
 ကျီးခွေးလင်းက၊ ဟူသမျှ၊ ထိုးဆွစားကြမည်။
 သတိတရား၊ ရှိသူကား၊ ချစ်အား မသန်ပြီ။

(ဆဋ္ဌမ)

ရုပ်ဆိုးရုပ်လှ၊ ဟူသမျှ၊ ဘာက မထူးပြီ။
 သူငါတိုင်းမှာ၊ ရုံဘွယ်ရာ၊ အကုန်ပါကြသည်။
 ရုံဘွယ်ကိုပင်၊ အမှန်ထင်၊ ချစ်ခင်မရှိပြီ။
 ချစ်ချင်းကင်းကွာ၊ ထိုသူမှာ၊ ရောက်ရာနိဗ္ဗာန်ပြည်။

၅။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
 ကိုးပေါက်ဒွါရာ၊ ရုံဘွယ်ရာ၊ ခါခါထွက်တော့သည်။
 ဖီးလိမ်းပြုပြင်၊ နေ့စဉ်ပင်၊ တွင်တွင်ပြုကြသည်။
 သို့ပါသော်လဲ၊ မနေဘဲ၊ ယိုမြဲယိုထွက်သည်။
 ကိုးပေါက်ဒွါရာ၊ ယိုထွက်ကျ၊ ဘာမျှမကောင်းပြီ။
 ကိုယ်နှင့်ထပ်တူ၊ ပြင်ဘက်လူ၊ တူတူမှတ်ရမည်။

၆။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
 ရုံဘွယ်ချင်းချင်း၊ မာန်ဂုဏ်တင်း၊ အလျဉ်းမသင့်ပြီ။
 မသိလို့သာ၊ မာန်ဂုဏ်ဟာ၊ ထောင်ခါလွှားကြသည်။
 သူဘဲငါဘဲ၊ အထင်လွဲ၊ လွန်ကဲဖောက်ပြန်သည်။
 တကိုယ်လုံးဟာ၊ ရှာစမ်းပါ၊ မှန်စွာဘာတွေ့မည်။
 နေရာတိုင်းမှာ၊ ရုံဘွယ်ရာ၊ မှန်စွာတွေ့ရမည်။
 အမှားအမှန်၊ ဤနှစ်တန်၊ ဝေဘန်ကြည့်ရမည်။
 အမှားကိုပြင်၊ အမှန်မြင်၊ လမ်းစဉ်ဖြစ်တော့သည်။
 လမ်းစဉ်ဖြောင့်တန်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ တန်းတန်း ရောက်
 တော့သည်။

(ဂ) အနိမိတ္တတရားငါးပါး ဆောင်ပုဒ်
(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

မည်သည့် အနာ၊ ဘယ်ရောဂါနှင့်၊ ဘယ်ခါချိန်ကျသေ
ပြန်ရက၊ မြုပ်ရခန္ဓာ၊ ဘယ်ဆီမှာသို့၊ သွားရာဂတိဘယ်မသိ
အနိမိတ္တငါး။

ဘယ်ဘဝက၊ လာခဲ့ရ၊ မုချဘယ်မသိ၊
သေရပြန်က၊ ဘယ်ဘဝ၊ လားရဘယ်မသိ။
သေရမည်မှာ၊ မလွဲပါ၊ သူငါတိုင်းပ သိ။
သေရမည်မှာ၊ နေ့ရက်တာ၊ မှန်စွာ ဘယ်မသိ။
မသိသုံးပါး၊ သိတပါး၊ တရားရအောင်ကြည့်။

(ဃ) အာဒိတ္တသုတ်တော်
(ဆရာတော်-ဦးမုနိန္ဒ)

ဥရုဝေလ ကဿပနှင့်၊ တက္ကတူဆောင်၊ ရှင်တထောင်တို့၊
ယခေါင်ကာလ၊ သုံးလူ့ဘ၏၊ ဆုံးမသြဝါ၊ ဒေသနာကို၊
သေချာစေ့ငှ၊ သတိပြုလော၊ ခြောက်ခုဒွါရ၊ ပေါ်သမျှက၊
ရာဂစမှီး၊ ဆွဲတမီးတို့၊ စွဲနည်းမှန်စွာ မီးလောင်စာတည်း၊
ပေါ်လာတိုင်းပင်၊ မမှတ်လျှင်မူ၊ ပူပင်လောင်စွဲ၊ ဖြစ်စမြဲမို့၊
ဖြစ်ဆဲရုပ်- နာမ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကို၊ အမှန်တိတိ၊ ရှုမှတ်သိမှ၊ စွဲငြိ
လောင်စာ၊ မီးမပါဘဲ၊ လိုရာတက်လှမ်း၊ မြေချမ်းလျက်
ဖြောင့်တန်းနိဗ္ဗာန်၊ အကျင့်မှန်သည်၊ သုတ္တန်အာဒိတ္တလိုရင်း
တည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

(င) ခုဒ္ဒက-နိယာယ် ဓမ္မပဒ-ပါဠိတော်
ဗုဒ္ဓဝဂ်မှ ရေကပတ္တ-ဝတ္ထုတော်ကြီးတွင်
မယ်နာဂ သိဆိုအပ်သော

သိချင်းခုနစ်ပုဒ်တွင် သက်ဆိုင်ပါဝင်သည့်
ပုစ္ဆာသံပေါက်များ

- ၁။ အဘယ်ကိုဟာ၊ စိုးရတာ၊ လူ့ရွာမင်းဟု၊ ခေါ်ကြသည်။
- ၂။ မင်းထက်မင်းဟာ၊ ထိုသူဟာ၊ လူ့ရွာဘယ်သူ၊ ခေါ်ကြသည်။
- ၃။ မြူကြေးကင်းစွာ၊ ထိုသူဟာ၊ လူ့ရွာဘယ်သူ၊ ခေါ်ကြသည်။
- ၄။ လူမိုက်ဆိုတာ၊ ထိုသူဟာ၊ လူ့ရွာဘယ်သူ၊ ခေါ်ကြသည်။
- ၅။ လူမိုက်ဆိုတာ၊ ဘယ်သည်မှာ၊ မြုပ်ခါမျောခါ၊ နေကြသည်။
- ၆။ ပညာရှိဟာ၊ ဘယ်ကိုသာ၊ နှုတ်ခါပယ်ခါ နေကြသည်။
- ၇။ ယောဂဧ္ဇေမာ၊ ထိုသူဟာ၊ လူ့ရွာဘယ်သူ၊ ခေါ်ကြသည်။

(ဤပုစ္ဆာကို အဖြေမှန်ရသူတို့ အရိယာဖြစ်နိုင်သည်။)
(ဆဋ္ဌမ)

ဒုလ္လဘတရား (၄) ပါး

- ၁။ လူတယောက်ဟာ၊ ဖြစ်ဘို့ရာ၊ လွန်စွာ ခဲယဉ်းသည်။
ဖြစ်ခဲလှစွာ၊ လူဆိုတာ၊ ဖြစ်ခါနေရပြီ။
- ၂။ လူတယောက်ဟာ၊ ရှင်ဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
ရှင်ခဲလှစွာ၊ သက်ဆိုတာ၊ ရှင်ခါနေရပြီ။
- ၃။ တရားတော်ဟာ၊ နာဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
နာရခဲစွာ၊ တရားမှာ၊ နာခါနေရပြီ။
- ၄။ သာသနာဟာ၊ တွေ့ဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
တွေ့ခဲလှစွာ၊ သာသနာ၊ တွေ့ခါနေရပြီ။
- ၅။ အကြောင်းလေးဖြာ၊ ဆုံဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
ဆုံခဲလှစွာ၊ ကြောင်းလေးဖြာ၊ ဆုံခါနေရပြီ။
အကြောင်းလေးဖြာ၊ တိုက်ဆိုင်လာ၊ အရိယာမဂ်တွေ
ရသင့်ပြီ။

ဒုလ္လဘတရား (၆) ပါး

လူလဲဖြစ်ခဲ၊ သက်ရှင်ခဲ၏၊ သက်လဲရှင်ပြန်၊ လူဖြစ်ပြန်က၊
တွေ့ရန်သာသနာခဲယဉ်းပါ၏။ သာသနာလဲ၊ တွေ့ပြန်လဲက၊
တွေ့ခဲတရား၊ နာနိုင်ငြား၏၊ နာကားနာပေ၊ သိခဲပေ၏။ သိပေ
ပြန်လဲ၊ ကျင့်နိုင်ခဲသည်၊ ခက်ခဲ ဒုလ္လဘပါတကား။

(ဆဋ္ဌမ)

သာသနာငါးထောင်ဝါဒ

ပ-ဆ-တေ-သုက်၊ သေက္ခထုတ်၊ သံယုတ် အင်္ဂုတ္တရ။
 (သံဠ ၂-၁၈၇၊ အံဠ ၁-၆၇) ။

ပ-ဆ-တေ-သုက်၊ ပါတိမုက်၊ မိန့်ထုတ် ပါထေယျ။
 (ဒီဠ ၃-၈၃) ။

ပ-သုက်-အနာ၊ သ-သောတာ၊ မိန့်မှာ ဝိနယ။
 (ဝိဠ ၄-၁၂၇) ။

သာသနာ့ဝါဒ-ဒီဂရီ

ရဟန်းစင်စစ်၊ တကျိပ်နှစ်တို့၊ ရှင်ချစ်မြတ်စွာ၊ သာသနာ၌
ကောင်းစွာနေပါ၊ ရဟန္တာ၊ ဘယ်ခါမဆိတ်ပြီ။

သုတ္တန်မှ သံယောဇဉ်ဆယ်ပါး

ကာမ-ရူပ-၊ အရူပနှင့်၊ ပဋိသပါ၊ မာနာ-ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိဝိကိန္နာ၊
သီလဗ္ဗတာ၊ ဥဒ္ဓစ္စာနှင့်၊ အဝိဇ္ဇာဟု၊ ဤဆယ်ခု၊ သိမှုသံယောဇဉ်။

(စ) ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်းတရားတော်

(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

၁။ ဒါနလောကံသာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊
လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ
မနေနှင့်။

(ဆဌမ)

- ၂။ သီလလောကံသာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊
လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ
မနေနှင့်။
- ၃။ သုတလောကံသာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊
လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ
မနေနှင့်။
- ၄။ ဈာန်ဘိညာဉ်သာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊
လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ
မနေနှင့်။
- ၅။ လူသူလွတ်ကင်း၊ တောမြိုင်တွင်းမှာ၊ နေနိုင်တာနှင့်၊
လေးရွာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊
နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။
- ၆။ ကုသိုလ်အဟုန်၊ မြောက်ပင့်တံ့၍၊ လူ့ဘုံနတ်ရွာ၊ ဖြစ်လာ
ခဲ့လျှင်၊ ပုထုဇဉ်က၊ မလွတ်ကြက၊ လေးဝအပါယ်၊ လွတ်ပြီ
ကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။
- ၇။ တရားကိုရွာ၊ ပေါင်းများစွာတို့၊ အရိယာစစ်၊ ဖြစ်မဖြစ်
ကို၊ ရှင်ချစ်မြတ်ဖျား၊ အပထား၍၊ တခြားသူဟာ
သိဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
- ၈။ တရားကိုရွာ၊ ပေါင်းများစွာတို့၊ အရိယာစစ်၊ ဖြစ်မဖြစ်
ကို၊ စိတ်လေပ၊ ကိုယ့်ကိုသာ၊ မှန်စွာ သိအောင်
ကျင့်ရမည်။

(မှတ်ချက်) ဥဏ္ဏပနာဓိပ္ပာယ် အရိယာ၊ အဓိမာနိကအရိယာ၊
ဧကန္တအရိယာဟု အရိယာ သုံးမျိုးရှိသည်။ မိမိ
ကိုယ်ကို အရိယာ ဖြစ်ပြီဟု ထင်မြင်ယူဆပါလျှင်
ဧကန္တ အရိယာဖြစ်၍ အရေးကြီးသည်။

(ဆ) ဗြဟ္မဝိဟာရတရားပွားများနည်း

(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

ဗြဟ္မဝိဟာရ တရားကို ပွားများ အားထုတ် လိုသော
သူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည် လျောင်းထိုင် ရပ်သွား
လေးပါးသောဣရိယာပထတို့တွင် တပါးပါးသောဣရိယာ
ပထဖြင့်မေတ္တာစိတ်၏ပြေးသွားရာအရပ်မျက်နှာအားဖြင့်အ
ထက်ဘဝဂ်အောက်အဝီစိ၊ ဖိလာအားဖြင့်အရပ်ရှစ်မျက်နှာ။

မေတ္တာစိတ်၏ ကျက်စားရာပုဂ္ဂိုလ်အားဖြင့် အနောဒိဿ
ပုဂ္ဂိုလ်ငါးယောက်၊ ဩဒိဿပုဂ္ဂိုလ် ခုနစ်ယောက် (ပေါင်း
ပုဂ္ဂိုလ် 'တကျိပ်နှစ်ယောက်) ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တကျိပ်
နှစ်ယောက်နှင့် အရပ်ဆယ်မျက်နှာတို့ကို စိတ်ထဲ၌ ပေါ်လွင်
ထင်ရှားလာအောင် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်းပိုက်၍
ထားပြီးမှပုဂ္ဂိုလ်တကျိပ်နှစ်ယောက်တို့တွင်အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်ကို
ဗြဟ္မဝိဟာရတရားပွားများလို၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာလျှင် စိတ်
ထဲ၌ ထင်ရှားစေ၍ ပွားများကြပါကုန်။

(ဆဋ္ဌမ)

ပုဂ္ဂိုလ်တကျိပ်နှစ်ယောက်ကား

အနောဒိဿ (၅) ယောက်

- ၁။ အားလုံး သတ္တဝါတွေ။
- ၂။ အားလုံး အဘက်ရှိသူတွေ။
- ၃။ အားလုံး ထင်ရှားဖြစ်သူတွေ။
- ၄။ အားလုံးပုဂ္ဂိုလ်တွေ။
- ၅။ အားလုံးအတ္တဘော၌ အကြုံးဝင်သူတွေ။

ဩဒိဿ (၇) ယောက်

- ၁။ အားလုံး အမျိုးသမီးတွေ။
- ၂။ အားလုံး အမျိုးသားတွေ။
- ၃။ အားလုံး အရိယာတွေ။
- ၄။ အားလုံး ပုထုဇဉ်တွေ။
- ၅။ အားလုံး နတ်ဗြဟ္မာတွေ။
- ၆။ အားလုံး လူတွေ။
- ၇။ အားလုံး အပါယ်သူတွေ။

ပုဂ္ဂိုလ်တယောက်ကို ထုတ်၍ ဗြဟ္မဝိဟာရတရားပွားများပို့
အားလုံးသတ္တဝါတွေ

- ၁။ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
 - ၂။ ကြံတိုင်းအောင်ဆောင်တိုင်းမြောက်ကြပါစေ။
 - ၃။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။
- (ဆဋ္ဌမ)

- ၄။ စိုးရိမ်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။
- ၅။ ကြောင့်ကြခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။
- ၆။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ လွန်ချမ်းသာ မကွာမြဲပါစေ။

အားလုံးသတ္တဝါတွေ

- ၁။ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။
- ၂။ ရပြီးချမ်းသာ ဘေးရန်ကွာ လိုရာရပါစေ။
- ၃။ ကောင်း မကောင်းကံ ပြုစီမံ အမှန်ဖြစ်တော့
သည်။

(မှတ်ချက်) အထက်ပါနည်းကို အမှီပြု၍ ကျန်ပုဂ္ဂိုလ်များကို
ဗြဟ္မဝိဟာရတရား ပွားများကြပါကုန်။

လောကီ၌ရအပ်သော မေတ္တာအကျိုးဆယ်တမျိုး

ချမ်းသာအိပ်စက်၊ ချမ်းသာလျက်နိုး၊ အိပ်မက်ဆုံးကင်း၊
စောင့်ခြင်းနတ်များ၊ လူသားလဲချစ်၊ နတ်လဲချစ်လျက်၊ လက်
နက်ဆိပ်မီး၊ ပြီးသည်တဖြာ၊ မျက်နှာရွှင်ကြည်၊ တည်ကြည်
နှလုံး၊ သေဆုံးမတွေ၊ သေလျှင်နတ်ရွာ၊ ဖြစ်တတ်ပါသည်၊
မေတ္တာအကျိုး၊ ဆယ်တမျိုးတည်း။

လောကုတ္တရာ၌ ရအပ်သော မေတ္တာအကျိုးလင်္ကာ

သုံးပါးသိက္ခာ၊ သာသနာ၌၊ သဒ္ဓါတရား၊ ဖြောင့်စွာ
ထား၍၊ လေးပါးဗြဟ္မစိုရ်၊ မယှင်းယိုဘဲ၊ (မြဲ) ဆိုပွားများ၊
ထိုသူအားမှ၊ လေးပါးသစ္စာ၊ သိမြင်ပါ၍၊ ဒုက္ခခပ်သိမ်း၊

(ဆဋ္ဌမ)

ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့၊ အေးငြိမ်းရာမှန်၊ ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို၊ ကေန်
ရောက်ရန်၊ အကျင့်မှန်သည်၊ ကျမ်းဂန်ဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတည်း။

(င) သဠာယတနသံယုတ်

ဒါရုက္ခန္ဓာပမသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ
(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

- ၁။ ကောသမ္ဗိမြို့၊ ငါတို့ဗုဒ္ဓ၊
ဂင်္ဂါမြစ်နီး၊ ခိုမှီးနေရာ၊
ရေမျောသစ်တုံး၊ လက်ရုံးညွှန်ကာ၊
ရဟန်းများ၊ ဟောကြားမိန့်သည်မှာ။
- ၂။ ဟိုသစ်တုံးကြီး၊ ရေစီးမှာပင်၊
ဒီကမ်းဟိုကမ်း၊ ကပ်လှမ်းမတင်၊
မြုပ်ခြင်းတင်ခြင်း၊ အလျှင်းကင်းစင်၊
လူနတ်ဆယ်ကင်း၊ ဝဲတွင်းမဝင်၊
ဆွေးမပုပ်၊ သမုဒြာသို့ဝင်။
- ၃။ သင်ချစ်သားများ၊ အလားတူပင်၊
ဒီကမ်းဟိုကမ်း၊ ကပ်လှမ်းမတင်၊
မြုပ်ခြင်းတင်ခြင်း၊ အလျှင်းကင်းစင်၊
လူနတ်ဆယ်ကင်း၊ ဝဲတွင်းမဝင်၊
ပုပ်မဆွေး၊ ငြိမ်းနေနိဗ္ဗာန်ဝင်။
(ဆဋ္ဌမ)

- ၄။ ဤသို့ဟောကြား၊ ဘုရားမြတ်ကို၊
ရဟန်းတပါး၊ လေးစားကြည်ညို၊
ခယဝပ်တူး၊ လျှောက်ထားသည်လို့၊
မြစ်ကမ်းများ၊ ဟောကြားပါစေလို။
- ၁။ ဒီကမ်းဆိုတာ၊ ဘယ်လိုဟာ၊ မှတ်ပါရမည်လဲ။
မျက်စေ့နားနား၊ ကိုယ်စိတ်လျှာ၊ မှတ်ပါဒီကမ်းဘဲ။
- ၂။ ဟိုကမ်းဆိုတာ၊ ဘယ်လိုဟာ၊ မှတ်ပါရမည်လဲ။
အဆင်းစတုံး၊ ခြောက်အာရုံ၊ မှတ်တုံဟိုကမ်းဘဲ။
မျက်စေ့စွဲ၍၊ သတိမေ့တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဒီဘက်
ကမ်းကပ်သည်။
နားကိုစွဲ၍....
နားခေါင်းစွဲ၍....
လျှာကိုစွဲ၍....
ကိုယ်ကိုစွဲ၍....
စိတ်ကိုစွဲ၍၊ သတိမေ့တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဒီဘက်
ကမ်းကပ်သည်။
အဆင်းစွဲ၍၊ သတိမေ့တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဟိုဘက်
ကမ်းကပ်သည်။
အသံစွဲ၍....
အနံ့စွဲ၍....
ရသစွဲ၍....

ထိတွေ့စွဲ၍....

သဘောစွဲ၍၊ သတိမေ့တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဟို
ဘက် ကမ်းကပ်သည်။

(မှတ်ချက်)

သတိမေ့တာက....အဝိဇ္ဇာမောဟ။

တပ်မက်တာက....တဏှာလောဘ။

စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်တာက....ဒေါသဟု မှတ်ပါ။

- ၃။ ရေလယ်မြုပ်ကာ၊ မပေါ်လာ၊ ခေါ်ရာမည်သို့လဲ?။
ကျောင်းရှာကိစ္စ၊ ငါမပါလျှင်၊ မဖြစ်ထင်ကာ၊ ခင်မင်
တာတည်း၊ ကျင့်စဉ်ပယ်၊ ရေလယ်မြုပ်တာဘဲ။
- ၄။ ကုန်း၌တင်ကာ၊ မကျတာ၊ ခေါ်ရာမည်သို့လဲ?။
ထောင်လွှားမာန၊ ငါသိပါဟု၊ ကြီးလှအထင်၊ မြင့်
အဝင်၊ ကုန်းတွင် တင်တာဘဲ။
- ၅။ လူဆယ်ယူသည်၊ မိန့်မြှောက်သည်၊ ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ?။
လူနှင့်ရောကာ၊ ကောင်းဆိုးပါ၊ လူလာဆယ်တာဘဲ။
- ၆။ နတ်ဆယ်ယူသည်၊ မိန့်မြှောက်သည်၊ ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ?။
နတ်ပြည်တောင့်တ၊ ကျင့်ကြံကာ၊ နတ်ကဆယ်တာဘဲ။
- ၇။ ဝဲစုပ်ယူသည်၊ မိန့်မြှောက်သည်၊ ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ?။
ကာမဂုဏ်ငါးထွေ၊ လိုက်စားလေ၊ ဝဲရေစုပ်တာဘဲ။

(ဆဋ္ဌမ)

၈။ အတွင်းပုပ်သည်၊ မိန့်မြှောက်သည်၊ ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ။
ဒုဿီလက၊ သီလသန့်ရှင်း၊ ဟန်ဆောင်ခြင်း၊ အတွင်း
ပုပ်တာဘဲ။

ဤအပြစ်ရှစ်တန်၊ တွေ့သူမှန်၊ နိဗ္ဗာန်ဝေးမလွဲ။
မပြတ်ရှုမှတ်၊ ကမ်းမကပ်၊ ဝိပဿရေကြောင်း မျော
တော့သည်။

ဝိပဿရေယဉ်၊ မျောလေလျှင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ပြည်။
နိဗ္ဗာန်မြင်က၊ အရိယ၊ မုချဖြစ်တော့သည်။

(၈) ဝိပဿနာအခြေပြု တရားတော် ဆောင်ပုဒ် လင်္ကာများ
(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

အာဇီဝက၊ အဋ္ဌမ၊ သီလလုံစေဘိ။ (လူများအတွက်)
ပါတိမောက္ခ၊ သံဝရ၊ သီလလုံစေဘိ။

(ရဟန်းများအတွက်)

သီလလုံလျှင်၊ ဆိတ်ရာဝင်၊ တွင်တွင်စိတ်ဖမ်းဘိ။
စိတ်မှိုက်နှားဆိုး၊ သတိကြိုးဖြင့်၊ မတိုးရုန်းနိုင်၊ အာရုံ
တိုင်၊ ခိုင်ခိုင်ချည်လေဘိ။

ရုပ်နာမ်နှစ်စုံ၊ ဖြစ်ခိုက်ကြုံ၊ အာရုံတိုင်မှတ်ဘိ။

(ဖြစ်ပေါ်လာခိုက် ရုပ်တရားနှင့်နာမ်တရားကိုစိတ်ချည်
ဘို့ရာ “ချည်တိုင်” ဟုမှတ်ပါလေ။

(ဆဋ္ဌမ)

ဖြစ်ပေပြီ၊ နှင့် မဖြစ်ပေပြီ သေးသော ရုပ် နာမ်ကို
စဉ်းစား၍ မရှုမှတ်ပဲ (နှင့်)။

ခိုင်ခိုင်ချည်ထား၊ စိတ်မိုက်နှား၊ ပြေးသွားရုန်း၍ကြည့်။
ပြေးမရခါ၊ ချည်တိုင်မှာ၊ မောကာငြိမ်သက်၏။

မောကာငြိမ်သက်၊ စိတ်မထွက်၊ တိုးတက်သမာဓိ။

သမာဓိချ၊ စိတ်တည်က၊ စိတ္တဗီသုဒ္ဓိ။

စိတ်စင်ကြယ်က၊ ရုပ်နာမ်မျှ၊ ဉာဏ်က သိအောင်ကြည့်။

ရုပ်ကိုယ်ဆိုတာ၊ မသိရှာ၊ သိတာ နာမ်မှတ်ဘိ။

သွားစဉ် ဆတ်ဆတ်၊ သွားတယ်မှတ်၍၊ နှစ်ရပ်ရပ်နာမ်၊
ကွဲသိရန်၊ မှတ်ဉာဏ်ယှဉ်၍ကြည့်။

ရပ်စဉ်၊ ထိုင်စဉ်၊ အိပ်စဉ်၊ ဖောင်းစဉ်၊ ပိန်စဉ်၊ ကွေးစဉ်။
(နည်းတူ)

ဥပမာမူ၊ လှည်းနှင့်လူ၊ ယှဉ်ယူစပ်၍ကြည့်။

ကိုယ်နှင့်လှည်းထား၊ လေနှင့်နှား၊ လူ ကားစိတ်မှတ်ဘိ။

လူကားမောင်းတုန်း၊ နှားကရုန်း၊ သုံးနှုန်းလှည်းသွား၏

စိတ်သွားချင်၍၊ လေဆောင်ရွေ့၊ ခေါ်လေ့လူသွား၏။

သွားတဲ့မူယာ၊ သိမူဟာ၊ ကွဲကာဉာဏ်၌မိ။

ရှုမှတ်မယှဉ်၊ သွားလာလျှင်၊ ခွေးမြင်-ခွေးသိ-သိ။

ခွေး နှား ကွဲ ဟာ၊ သွားတဲ့ခါ၊ သွားတာဟု သိ၏။

(ဆဋ္ဌမ)

ဤအသိမျှ၊ သတ္တယျ၊ ဘယ်သူမစွန့်ဘိ။
 ကိုယ်ကောင်းထင်လစ်၊ မကွာရစ်၊ မဖြစ် ဉာဏ်သတိ။
 ဉာဏ်သတိမျှ၊ မဖြစ်က၊ ဝဋ်မှမလွတ်ဘိ။
 ယောဂီသိကား၊ ကိုယ်ထင်မှား၊ ကွဲပြားကင်းစင်သိ။
 ကိုယ်ထင်မှားကွဲ၊ ရှုမှတ်ဆဲ၊ ဖြစ်မြဲဉာဏ်သတိ။
 ဉာဏ်သတိဖြစ်၊ ရုပ်နာမ်နှစ်၊ စင်စစ်ကွဲပြားသိ။
 ရုပ်နာမ်ကွဲမျှ၊ နာမရူပ၊ ပြိစ္ဆေဒ၊ ဉာဏ် ဖြစ်လေ၏။
 ရုပ်နာမ်ကွဲသိ၊ ဒိဋ္ဌိဝိ၊ သုဒ္ဓိ ပိုင်လေ၏။
 နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်-ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ပြီး၏။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်- ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ
 ရုပ်ဖြစ်ခြင်းအကြောင်း

အဝိဇ္ဇာတဏှာ၊ ဥပါဒါ၊ ကံမှားရှေးကကြောင်းဟုသိ။
 ဤဘဝမှာ၊ အာဟာရာ၊ ငါးဖြာအကြောင်းရှိ။
 ဤအကြောင်းငါးလီ၊ ရုပ်ဖြစ်သည်၊ ယောဂီဉာဏ်၌သိ။
 အဝိဇ္ဇာတဏှာ၊ ဥပါဒါ၊ မာတာနှင့်တူ၏။
 အာဟာရမျှ၊ နို့ထိန်းတူ၊ ကံမှအဘသိ။
 ရုပ်ဖြစ်စေတာ၊ ကံ၊ စိတ်၊ ဟာ၊ ဥ၊ ကြောင်းလေးခု၊ မှတ်ရူ
 တမျိုးသိ။
 ကံကြောင့်မျက်စိ၊ နားကြည်ဘိ၍၊ ဖူး၏ဘုရား၊ သံဃာ
 အား၊ တရားနာနိုင်၏။

(ဆဋ္ဌမ)

စိတ်ကြောင့်သွားလာ၊ ထိုင်အိပ်တာ၊ ကွေးတာ ဆန့်တာ
ဖြစ်လေ၏။

ပေါင်းတာပိန်တာ၊ ဝတ်ဆင်တာ၊ စားတာ သောက်တာ
စိတ်ကြောင့်သိ။

ပူအေးဥတု၊ ကြောင်းနှစ်ခု၊ ရုပ်စုလန်းညှိုးဖြစ်စေ၏။
အာဟာရကား၊ မစားရက၊ ရုပ်နှမ်းကျ၊ စားရ ရုပ်လန်း
ကြည်စေ၏။

နာမ်ဖြစ်ခြင်းအကြောင်း

အဝိဇ္ဇာတဏှာ၊ ကံမ္မာရှေးဘဝ၊ ခုဖဿနှင့်၊ နှစ်ဝရုပ်
နာမ်၊ အကြောင်းခံ၊ သိနာမ်ဖြစ်ပေ၏။

အဆင်းမျက်စိ၊ ပေါင်းဆုံမိ၊ မြင်သိဖြစ်ပေ၏။

အသံနှင့်နား၊ ဆုံမိငြား၊ ကြားသိဖြစ်ပေ၏။

အနံ့နှင့်နှာ၊ ဆုံတွေ့ရာ၊ နံတာသိပေ၏။

ရသနှင့်လျှာ၊ ဆုံတွေ့ရာ၊ ရသာသိပေ၏။

ကာယတွေ့ထိ၊ ထိခိုက်မိ၊ ထိသိဖြစ်ပေ၏။

သွားလာလှုပ်ရှား၊ ရုပ်တရားကြောင့်၊ မှတ်သားသိနာမ်၊
ပေါ်လာပြန်၊ အမှန်ရှုဆဲသိ။

ဇာတိရှိ၍၊ အိုသေတွေ့၊ ဖြစ်လေ့ချို့ယောဂီ။

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ၊ သင်္ခါရာ၊ ချို့မှာဖြစ်ပေ၏။

အကြောင်းမြင်က၊ ပစ္စယ၊ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်၏။

(ဆဋ္ဌမ)

အကြောင်းကင်းမွေးဖွား၊ ဖန်ဆင်းထား၊ ယုံမှားလွန်
မြောက်၏။

ယုံမှားလွန်ဘိ၊ ကံ၂ဝိ၊ သုဒ္ဓိရောက်လေ၏။

သောတာပန်ငယ်၊ ဤဉာဏ်ဝယ်၊ အပါယ် လွတ် ကင်း
၏။

ဒိဋ္ဌိကံ၊ ဤနှစ်ဝ၊ ဉာတပရိဉ်သိ။

ဒိဋ္ဌိကံ၂၊ စင်ကြယ်ပါမူ၊ ဒုက္ခာသမု၊ သစ္စာဒု၊ မှတ်ရူ
ပိုင်းခြားသိ။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်-ကံ၂ဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိပြီး၏။

(ည) သစ္စသံယုတ်၊ ပပါတဝဂ်၊ မဟာပရိဋ္ဌာဟသုတ်

တရားတော်ဆောင်ပုဒ်

(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

သစ္စာလေးဆူ၊ မသိသူသည်၊ မွေးမြူအိုရ၊ နာသေရနှင့်၊
သောကဋီကြွေး၊ ဒုက္ခဘေးသာ၊ ပေးတတ်ပါသည့်၊ သင်္ခါရ
တိုင်၊ လွန်ပျော်ရွှင်၍၊ နောင်တွင်ပျော်ရန်၊ ကောင်းဆိုးကံကို၊
ဖန်ဖန်ပြုလျက်၊ သံသရာစက်ဝယ်၊ မထွက်လယ်ဘိ၊ ဇာတိ
အိုသေ၊ ပူမီးတွေဖြင့်၊ လောင်လေမချီ၊ ဆင်းရဲဘိသည်၊
ပရိဋ္ဌာဟငရဲသို့။

(ဆဋ္ဌမ)

သစ္စာလေးပါး၊ တရားမမြင်၊
သုံးပါးဘဝ၊ အားရပျော်ရွှင်၊
ပျော်ဘို့ကောင်းဆိုး၊ ကံမျိုးပြုလျှင်၊
ဝဋ်မဆုံး၊ ခံအုံးနှင့်ကံပင်။

သစ္စာလေးပါးတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ

(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

- ၁။ ဖြစ်၊ အို၊ နာ၊ သေ၊ မုန်းစရာတွေနှင့်၊ တူနေပေါင်းသင်း၊
ချစ်သူကင်းသား၊ လိုလျှင်းမရ၊ အကျဉ်း ပြသော်၊
ငါးဝခန္ဓာ၊ စွဲနိုင်ရာသည်၊ မှတ်ပါ ဒုက္ခသစ္စာတည်း။
- ၂။ နောင်ဘဝဖြစ်မှု၊ မက်မောပြုတတ်၊ ဝတ္ထုများစွာ၊
ကျရောက်ရာတွင်၊ အာသာစွဲလှ၊ ကာမ၊ ဘဝ၊ ဝိဘဝဟူ၊
စွဲသုံးခုသည်။ သမုဒယ သစ္စာတည်း။
- ၃။ စွဲမှုသုံးတန်၊ မကျန်ချုပ်ငြိမ်း၊ စွန့်လွှတ်သိမ်း၍၊ လွှတ်
ငြိမ်းအာသာ၊ ကင်းပြတ်ရာသည်။ သစ္စာနိရောဓပေ
တည်း။
- ၄။ ဒုက္ခငြိမ်းရာ၊ နိဗ္ဗာန်သာသို့၊ ရောက်ရာရောက်ကြောင်း၊
လမ်းကောင်းကျင့်စဉ်၊ ရှစ်မဂ္ဂင်ကား၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်၊
အာရုံခံသည်၊ မှန်ကန် မဂ္ဂသစ္စာတည်း။

(တနည်း)

- ၁။ ကိုယ့်ကိုယ်မှာတည်း၊ လောကီနာမ်ရုပ်၊ လောဘနှုတ်၊
ဒုက္ခသစ္စာတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၂။ ဝတ္ထုအာရုံ၊ ဘေဒိကကြုံသော်၊ စွဲထုံတဏှာ၊ လောဘဟာ
မှတ်ပါသမုတည်း။
- ၃။ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ချုပ်ငြိမ်းရာ၊ မှတ်ပါနိရောတည်း။
- ၄။ ရုပ်နာမ်ငြိမ်းရာ၊ ဉာဏ်ရောက်လာ၊ သိတာမဂ်ပေတည်း။

(၄) သစ္စာလေးပါး၏ လက္ခဏသည့်များ

- ၁။ နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲ၊ ဆင်းရဲပြုပြင်၊ (ဗာဓနလက္ခဏံ)
ပူလောင်ပြင်းပြ၊ မြမမြင်၊ (သန္တာပနရသံ)
မပြတ်ဖြစ်မှု၊ မှတ်ရှုသူထင်၊ (ပဝတ္တိပစ္စုပဋ္ဌာနံ)
အဲဒါက၊ ဒုက္ခသစ္စာပင်။
- ၂။ ဒုက္ခဖြစ်ရ၊ လောဘစထွင်၊ (ပဘဝလက္ခဏံ)
မျိုးမပြတ်မှု၊ သူပြုစီစဉ်၊ (အနုပစ္ဆေဒကရဏရသံ)
တားမြစ်ငဲ့ကွက်၊ နှောက်ယှက်ညှက်ထင်၊
(ပလိဗောဓပစ္စုပဋ္ဌာနံ)
သမုဒယ၊ သစ္စာအမှန်ပင်။
- ၃။ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်၊ ပြတ်လျက်သိမြင်၊ (သန္တိလက္ခဏံ)
ရွေ့လျောသေခြင်း၊ ကင်းရှင်းကုန်စင်၊ (အစ္စုတိရသံ)
သဏ္ဌာန်နိမိတ်၊ ကင်းဆိတ်ထင်မြင်၊
(အနိမိတ္တပစ္စုပဋ္ဌာနံ)
နိရောဓ၊ သစ္စာအမှန်ပင်။
(ဆဋ္ဌမ)

၄။ နိဗ္ဗာန်ပြည်သို့၊ ပြေးလို့ခိုဝင်၊ (နိယျာနလက္ခဏံ)
 ကိလေသာဆိုး၊ ပယ်ချိုးသုခ်သင်၊ (ကိလေသပ္ပဟာန-
 က ရဏရသံ)

ခန္ဓာဝဋ်မှ၊ တကြွထင်မြင်၊ (ဝုဋ္ဌာနပစ္စုပ္ပန်)
 အဲဒါက၊ မဂ္ဂသစ္စာပင်။

(၅) မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၏ လက္ခဏစသည်များ

၁။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်၊ မှတ်လျက်မြင်သည်၊
 ဓာတ်သစ္စာများ၊ ထင်ရှားသိသည်၊
 အဝိဇ္ဇာမှောင်ကြီး၊ ဖျက်ဆီးထင်သည်၊
 မဂ္ဂင်၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိမည်။

၂။ အာရုံဆီသို့၊ တင်ပို့လေသည်၊
 ထိုဦးစိတ်များ၊ သွင်းထားတတ်သည်၊
 မိစ္ဆာဝိတက်၊ ဖြိုဖျက်ပယ်သည်၊
 သင်္ကပ္ပ၊ သိကြမဂ္ဂင်မည်။

၃။ ကောင်းရာရှာမှီး၊ သိမ်းဆည်းပြောသည်၊
 လိမ်-ခွဲ-ဆဲ-ဖျင်း၊ ပြောခြင်းရှောင်သည်၊
 မိစ္ဆာနုတ်ထွက်၊ ပယ်ဖျက်ထင်သည်၊
 မဂ္ဂင်၊ သမ္မာဝါစာမည်။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၄။ ကောင်းမှုကိုဘဲ၊ အားခဲပြုသည်။
သတ်-ခိုး-မှောက်မှား၊ ပယ်ရှားလေသည်။
မိစ္ဆာကမ္မ၊ လုံးဝပယ်သည်။
ကမ္မန္တ၊ သိကြမဂ္ဂင်မည်။
- ၅။ ရှာဖွေသက်မွေး၊ ဖြူဖွေးစင်သည်။
ကောင်းရာပြုလျက်၊ ဝမ်းတွက်ရှာသည်။
မိစ္ဆာဇီဝ၊ ပယ်ချရှောင်သည်။
အာဇီဝ၊ သိကြမဂ္ဂင်မည်။
- ၆။ အားထုတ်ထကြွ၊ ကြောင့်ကြစိုက်သည်။
မကောင်းမပြု၊ ကောင်းမှုပွားသည်။
မိစ္ဆာလုံ့လ၊ လုံးဝပယ်သည်။
ဝါယာမ၊ သိကြမဂ္ဂင်မည်။
- ၇။ အာရုံပေါ်၌၊ စူးစိုက်လေသည်။
သတိမြဲ၍၊ မမေ့တော့ပြီ။
မိစ္ဆာသတိ၊ မရှိပယ်သည်။
မဂ္ဂင်္ဂံ၊ သမ္မာသတိမည်။
- ၈။ အာရုံတပါး၊ ပျံ့သွားကင်းသည်။
ပျံ့လွင့်မထွက်၊ ငြိမ်သက်တည်သည်။
မိစ္ဆာသမာဓိ၊ မရှိပယ်သည်။
သမာဓိ၊ မှတ်သိမဂ္ဂင်မည်။

(၃) သဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ်၊ အစ္ဆရာသုတ်
တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ
(ဆရာတော်-ဦးသုဇာတ)

- ၁။ ငါးရာနတ်သွီး၊ က-တီး-ဆိုကာ၊ (နတ်သားအမေး)
ဘီလူးမသို့၊ သင်းတို့နေရာ။
နန္ဒဝန်ဥ၊ ကောင်းမှုမေ့ရာ။
ဘယ်လိုမှတ်၊ ထွက်ရပ်လမ်းညွှန်ပါ။
- ၂။ မဂ္ဂင်ရှစ်ရပ်၊ ဖြောင့်မတ်လမ်းညီ၊ (မြတ်ဘုရားအဖြေ)
နိဗ္ဗာန်ပြည်ကား၊ ဘေးများကင်းသည်။
ကိုယ်စိတ်လုံ့လ၊ ဘိန်းကန့်လီ။
ရထားမဂ်၊ မပျက်သံမမြည်။
- ၃။ ရှက်ကြောက်နှစ်ပါး၊ ရထားနောက်မှီ။
သတိလေးဝ၊ ဘေးမှရံသည်။
ဝိပဿဉာဏ်ကား၊ ရှေ့သွားပေသည်။
မဂ်ဉာဏ်ကား၊ ရထားမောင်းသူမည်။
- ၄။ ဤသည့်ယာဉ်များ၊ ရှိထားကြမှု။
မိန်းမယောကျ်ား၊ မခြားအတူ။
ရှုမှတ်စီးလျက်၊ မောင်းထွက်ပါ။
ရောက်ကြရ၊ မြေပြည်နိဗ္ဗာန်။
(ဆဋ္ဌမ)

သတ္တဂုံတ္တရာ၊ မဟာယညဝဂ်၊ ဒုတိယသညာသုတ်
တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
(ဆရာတော်-ဦးသုဇာတ)

- ၁။ အသုဘဟု၊ မြင်တိုင်းရှု၊ မေထုနပင် မပြုချင်။
- ၂။ သေခြင်းတရား၊ အမြဲပွား၊ သေသွားမှပင်မကြောက်
ချင်။
- ၃။ အာဟာရမှာ၊ ရှံ့မုန်းရာ၊ ရသာမှာပင် မမက်ချင်။
- ၄။ လုံးစုံလောက၊ ငြီးငွေ့က၊ ဆန်းလှတာပင် မလိုချင်။
- ၅။ အနိစ္စဟု၊ မပြတ်ရှု၊ ရမှုကိုပင် မလိုချင်။
- ၆။ ဒုက္ခထင်တဲ့၊ ပျင်းမှုနဲ့၊ မေ့တဲ့စိတ်ပင် ဘေးကြီးထင်၊
- ၇။ အနတ္တထင်က၊ တွင်းပြင်ပ၊ သုံးဝ ပပဉ် ကင်းဝေးစင်။
- ၈။ သညာခုနစ်တန်၊ ပွားသူမှန်၊ နိဗ္ဗာန်ပြည်ခွင် သက်
ရောက်ဝင်။

(မှတ်ချက်) သုံးဝပပဉ်- ပပဉ္စတရားသုံးပါး ဖြစ်၏။
ဒိဋ္ဌိ။

၂၀။ ဟေမဝတသုတ္တန် တရားတော်ကြီးဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ လပြည့်စက်ဝန်း၊ တက်ထွန်းစင်ကြယ်၊ (သာတာဂီရိ)
ပန်းစုံဖူးပွင့်၊ နတ်ညဉ့်ပျော်ဘွယ်၊
အရှင်ဂေါတမ၊ မည်ရမျိုးနွယ်၊
တို့ဘုရား၊ ခုသွားဖူးစို့ကွယ်။
(ဆဋ္ဌမ)

- ၂။ ငါတို့ဘုရား၊ စိတ်ဘေးကောင်းစွာ၊ (သာ)
 သူခပ်သိမ်းအား၊ သနားညီညာ၊
 အာရုံကောင်းဆိုး၊ ကြံမျိုးသုံးဖြာ၊
 လိုရှိတိုင်း၊ မဆိုင်းပြုနိုင်ပါ။
- ၃။ မပေးဝတ္ထု၊ ယူမှုကင်းကွာ၊ (သာ)
 ညဉ်းဆဲသတ်မှု၊ မပြုသည်သာ၊
 မေ့လျော့ရေးမှ၊ ဝေးလှပေစွာ၊
 တို့ဘုရား၊ ဈာန်ပွားမဆိတ်ပါ။
- ၄။ လိမ်လည်မပြော၊ ဂုံးချောကင်းသည်၊ (သာ)
 ကြမ်းငမ်းရုန့်မင်း၊ ဆိုခြင်းပယ်သည်၊
 ကျိုးစီးပွားရှိ၊ မြင်သိဆိုသည်၊
 တို့ဘုရား၊ စကားစင်ကြယ်သည်။
- ၅။ ကာဂေဏ်ထဲ၊ တပ်စွဲကင်းသည်၊ (သာ)
 ဒေါသပြတ်စဲ၊ အမြဲစိတ်ကြည်၊
 မောဟသိများ၊ လွန်သွားလေပြီ၊
 တို့ဘုရား၊ တရားဉာဏ်လင်းကြည်။
- ၆။ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်များ၊ သုံးပါးရှစ်သွယ်၊ (သာ)
 စရဏဆွဲငါး၊ ကျင့်အားစုံတယ်၊
 အာသဝေါခပ်သိမ်း၊ ကုန်ငြိမ်းစင်ကြယ်၊
 တရားမင်း၊ ကင်းရှင်းနှောင်ဖြစ်ဖွယ်။
 (ဆဋ္ဌမ)

- (က) သုံးပါးဝိဇ္ဇာ၊ ပု-ဒိ-အာ၊ ပညာဉာဏ်မျက်စိ။
(ခ) ရှစ်ပါးအရ၊ ထည့်သွင်းကြ၊ ဝိ-မ-စေ-ဣ-ဒိ။
(ဝိပဿနာ၊ မနောမယိဒ္ဓိ၊ စေတောပရိယ၊ ဣဒ္ဓိဝိဓ၊
ဒိဗ္ဗသောတ၊ ပုဗ္ဗေနိဝါသ၊ ဒိဗ္ဗစက္ခု၊ အာသဝက္ခယ၊
ဝိဇ္ဇာ ဂ-ပါး)။
- (ဂ) သိ-ဣန္ဒ-ဘော-ဇာ၊ ဈာန်လေးဖြာ၊ သဒ္ဓါဝိရိယ။
(ဃ) သတိပညာ၊ ဟိ-ဩ-ဗာ၊ မှတ်ပါစရဏ။
(သိ-ပါတိမောက္ခသီလ၊ ဣန္ဒ-ဣန္ဒြိယ သံဝရ၊ ဘော-
ဘောဇနေ မတ္တညူတာ၊ ဇာ-ဇာဂရိယ၊ ဟိ-ဟိရိ၊
ဩ-ဩတပ္ပ၊ ဗာ-ဗာဟုသစ္စ)။

၇။ ကိုယ်ရောနှုတ်ရော၊ မနောစင်ကြယ်၊ (သာ)
ဝိဇ္ဇာစရဏ-စုံလှပေတယ်၊
အရှင်ဂေါတမ၊ မည်ရမျိုးနွယ်၊
တို့ဘုရား၊ ခုသွားဖူးစို့ကွယ်။

၈။ ခြောက်ပါးရှိက၊ လောကဖြစ်သည်၊ (ဘုရား)
ခြောက်ပါးမှာချဉ်း၊ ပေါင်းသင်းနေသည်၊
ခြောက်ပါးကိုစွဲ၊ လှဘဲခေါ်သည်၊
ခြောက်ပါး၌၊ အားစိုက်ပင်ပန်းသည်။

၉။ ငါးဖြာကာမ၊ ဆဋ္ဌစိတ်တိုင်၊ (ဘုရား)
ငါ့ဟာ ငါ့ဘဲ၊ ယူစွဲထင်မြင်၊
(ဆဋ္ဌမ)
ရတနာသီရိ (၁၉-၅)

- ထိုမှာဖြစ်ထိုက်၊ နှစ်ခြိုက်ပယ်လျှင်၊
ဆင်းရဲမှ၊ လွတ်ရယောဂီရှင်။
- ၁၀။ သီလသန့်ရှင်း၊ အတွင်းမှာပင်၊ (ဘုရား)
ကြံ့ရွှေ့ရှိ၊ သတိထင်လျှင်၊
စိတ်တည်ကြည်ရင်း၊ ဉာဏ်လင်းသိမြင်၊
ဩဇာနက်၊ ကူးထွက်ယောဂီရှင်။
- ၁၁။ ကာမဂုဏ်ထဲ၊ တပ်စွဲရှောင်ကြဉ်၊ (ဘုရား)
သံယောဇဉ်များ၊ လွန်သွားလေလျှင်၊
နန္ဒီရာဂ၊ ဘဝကုန်စင်၊
ပင်လယ်မြစ်၊ မနစ်ယောဂီရှင်။
- ၁၂။ ဘုရားတရား၊ ဂုဏ်များချီးကာ၊ (ဟေမဝတ)
တရွာမှသွား၊ တခြားမြို့ရွာ၊
တောတောင်သစ်ဟောင်း၊ ရွှေပြောင်းသွားလာ၊
ငါတို့များ၊ လှည့်သွားနေတော့မှာ။

၂၁။ (ဇ) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်
သဇ္ဈေခသုတ်တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

ဝိဟိံသာ၊ ပါတ၊ အဒိန္နနှင့်၊ အပြဟ္မစရိယာ၊ မုသာ၊ ပိသု၊
ဗရု၊ သမ္မာ၊ အဘိဇ္ဇာ၊ ဗျာနှင့်၊ ဆယ်ဖြာမိစ္ဆတ္တ၊ စဉ်တိုင်းပြု၍၊ ထိနု၊
ဥဒ္ဓစ္စာ၊ ဝိဝိကိစ္ဆာနှင့်၊ ကောဓာ၊ ပနာဟ၊ မက္ခ၊ ပဋ္ဌာ၊ ဣဿာ၊
(ဆဋ္ဌမ)

မစ္ဆေ၊ သာဠေ၊ မာယာ၊ အတိမာ၊ ထမ္မ၊ ဒုဗ္ဗစနှင့်၊ ပါပမိတ္တော၊
ဂမာဒေါတဖြာ၊ သဒ္ဓါ၊ မချို၊ အဟိရိကာ၊ နောတ္တပ္ပနှင့်၊ သုတ
နည်းဘိ၊ ပျင်းရိတရပ်၊ မုဋ္ဌဿစ္စ၊ ဒုပ္ပညတဘ၊ ယူသည်းစွာဟု၊
ကိလေသာဘေး၊ လေးဆယ့်လေးကို၊ ဝေးဝေးစွန့်စေ၊ ညွှန်ပြ
ပေသည်။ သဇ္ဈေခသုတ် မိန့်ခွန်းတည်း။

ကိလေသာ ၄၄-ပါး ဖော်ပြချက်

- ၁။ ဝိဟိံသာ၊ ညှဉ်းဆဲခြင်း။
- ၂။ ပါဏာတိပါတ၊ သတ္တဝါကိုသတ်ခြင်း။
- ၃။ အဒိန္နာဒါန၊ သူ့ဥစ္စာကို လုယက်ခိုးယူခြင်း။
- ၄။ အဗြဟ္မစရိယ၊ မေထုန်မှုကို ပြုခြင်း။
- ၅။ မုသာဝါဒ၊ လိမ်လည်ပြောခြင်း။
- ၆။ ပိသုဏဝါစာ၊ ဂုံးတိုက်ခြင်း။
- ၇။ ဖရသဝါစာ၊ ဆဲဆိုခြင်း။
- ၈။ သမ္ပပလာပ၊ အနှစ်မဲ စကားပြောခြင်း။
- ၉။ အဘိဇ္ဈာ၊ သူ့ဥစ္စာကို ရရန်ကြံစည်ခြင်း။
- ၁၀။ ဗျာပါဒ၊ သူတပါးသေပျက်စီးရန်ကြံခြင်း။
- ၁၁။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ မှားစွာယူခြင်း။
- ၁၂။ မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပ၊ မှားစွာကြံခြင်း။
- ၁၃။ မိစ္ဆာဝါစာ၊ မှားစွာပြောခြင်း။
- ၁၄။ မိစ္ဆာကမ္မန္တ၊ မှားစွာပြုခြင်း။
- ၁၅။ မိစ္ဆာအာဇီဝ၊ မှားစွာ အသက်မွေးခြင်း။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၁၆။ မိစ္ဆာဝါယာမ၊ မှားစွာအားထုတ်ရခြင်း။
- ၁၇။ မိစ္ဆာသတိ၊ မှားစွာအမှတ်ရခြင်း။
- ၁၈။ မိစ္ဆာသမာဓိ၊ မှားစွာစိတ်တည်ခြင်း။
- ၁၉။ မိစ္ဆာဉာဏ၊ မှားစွာဆင်ခြင်ခြင်း။
- ၂၀။ မိစ္ဆာဝိပုတ္တိ၊ မှားစွာလွတ်ခြင်း။
- ၂၁။ ထိနမ္ပိဒ္ဓ၊ စိတ်ထိုင်းမှိုင်းခြင်း။
- ၂၂။ ဥဒ္ဓစ္စ၊ စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း။
- ၂၃။ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ ယုံမှားခြင်း။
- ၂၄။ ကောဓ၊ အမျက်ထွက်ခြင်း။
- ၂၅။ ဥပနာဟ၊ ရန်ငြိုးဖွဲ့ခြင်း။
- ၂၆။ မက္ခ၊ သူ့ကျေးဇူးကို ချေဖျက်ခြင်း။
- ၂၇။ ပဠာသ၊ သူ့ဂုဏ်ပျက်အောင် ဖက်ပြိုင်ပြောခြင်း။
- ၂၈။ ဣဿာ၊ မနာလိုခြင်း။
- ၂၉။ မစ္ဆရိယ၊ ဝန်တိုခြင်း။
- ၃၀။ မာယာ၊ မိမိအပြစ်မပေါအောင် လှည့်ပတ်ခြင်း။
- ၃၁။ သာဠေယျ၊ ဟန်ဆောင်ပလ္လားခြင်း။
- ၃၂။ အတိမာန၊ အလွန် အထင်ကြီးခြင်း။
- ၃၃။ ထမ္ဘ၊ အရိုအသေ မပြုနိုင်ခြင်း။
- ၃၄။ ဒုဗ္ဘစတာ၊ ဆိုဆုံးမခက်ခြင်း။
- ၃၅။ ပါပမိတ္တတာ၊ မိတ်ဆွေညံ့နှင့် ပေါင်းခြင်း။
- ၃၆။ ပမာဒ၊ ကုသိုလ်ရေး၌ မေ့လျော့ခြင်း။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၃၇။ အသဒ္ဓတ၊ သဒ္ဓါတရားမရှိခြင်း။
- ၃၈။ အဟိရိက၊ အကုသိုလ်မှ မရှက်ခြင်း။
- ၃၉။ အနောတ္တပ္ပ၊ အကုသိုလ်မှ မကြောက်ခြင်း။
- ၄၀။ အပ္ပယုတတ၊ အကြားအမြင်နည်းခြင်း။
- ၄၁။ ကောသဇ္ဇ၊ ပျင်းရိခြင်း။
- ၄၂။ မုဋ္ဌဿစ္စ၊ သတိလွတ်ခြင်း။
- ၄၃။ ဒုပ္ပညတ၊ ဝိပဿနာပညာမဲ့ခြင်း။
- ၄၄။ သန္တိဝိပရာမာသ၊ အယူသည်းခြင်း။

၂၁။ (ခ) မူလပဏ္ဏာသပါဠိ သဇ္ဈေခသုတ်
 တရားတော် အသေးစိတ် ဆောင်ပုဒ်
 (မဟာစည်ဆရာတော်)

ခေါင်းပါးကိလေ၊ စိတ်ဖြစ်စေ၊ ရှောင်သွေ့၊ ထက်ဆင့်
 ငြိမ်းအောင်ကျင့်။

၁။ သူများတွေက ညည်းဆဲကြမည့် နေရာမှာ ငါတို့က
 တော့ ညည်းဆဲမှုကင်းစေမည်၊ ကိလေသာပါးစေတဲ့အကျင့်ကို
 ကျင့်မည်၊ ဒီလိုစိတ်မျိုးကိုဖြစ်စေမည်။ ညည်းဆဲမှုကို မညည်းဆဲ
 မှုနှင့် ရှောင်လွှဲမည်။ မညည်းဆဲမှုနှင့် အဆင့်အတန်းတက်မည်။
 ညည်းဆဲမှုကိလေသာမီးကို မညည်းဆဲမှုနှင့် ငြိမ်းသတ်မည်။

(က) ညည်းဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနား ကျန်းမာ
 သည်။ (မ ၃၊ ၂၄၅)
 (ဆဋ္ဌမ)

၂။ သူများတွေက သတ်ဖြတ်ကြမည့်နေရာမှာ ငါတို့က တော့ သတ်ဖြတ်မှု ကင်းစေမည်။ ကိလေသာပါးစေ တဲ့အ ကျင့်ကို ကျင့်မည်။ ဒီလိုစိတ်မျိုးကိုဖြစ်စေမည်။ သတ်ဖြတ်မှု ကို မသတ်မှုနှင့် ရှောင်လွှဲမည်။ မသတ်မှုနှင့်အဆင့်အတန်း တက်မည်။ သတ်ဖြတ်မှု ကိလေသာမီးကို မသတ်မှုနှင့် ငြိမ်း သတ်မည်။ (ခိုးမှုစသော ကျန် ၄၂-ပါးတို့၌လဲ နည်းတူပင် ငါးဝါရစီ ဆိုလေ)။

(က) သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၊ မသတ်အသက်ရှည်။
(မ ၃၊ ၂၄၄)

(ခ) လှပ၊ သက်ရှည်၊ ကျန်းမာသည်၊ ချစ်ကြည်၊ ခြေရံ များ။ သောကကင်းလတ်၊ မကွဲတတ်၊ သက်သတ် ရှောင်ကျိုးများ။ (ခု ဌ၊ ၂၃)

၃။ ခိုးလုသူမှာ၊ ပါယ်လားကော၊ ဥစ္စာပျက်ဆုံးပါး။
(အံ ၃၊ ၇၇)

(ခ) ဥစ္စာပေါသည်၊ ရ၊ ခိုင်တည်၊ ကင်းပြီ ရန်သူငါး။
ကြီးကဲဖြစ်ရ၊ အေးချမ်းစွာ၊ အဒိန္န ရှောင်ကျိုးများ။
(ခု ဌ၊ ၂၃)

၄။ ကာမေသုမှာ၊ ပါယ်လားကာ၊ လူ့ရွာရန်သူများ။
(အံ ၃၊ ၇၇)

(ခ) ရန်၊ ဘေးကင်းပ၊ ချစ်ခင်ကြ၊ ပေါလုသုံးဘွယ်များ။
ရုပ်အင်စုံစွာ၊ မကွဲကွာ၊ ချမ်းသာမရွံ့ရှား။
(ဆဋ္ဌမ)

မိစ္ဆာရှောင်နှင့်၊ မြတ်သောကျင့်၊ ရသင့်အကျိုးများ။

(ခု ဌ၊ ၂၄)

၅။ လိမ်လျင်ပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ခံရစွပ်စွဲများ။

(အံ ၃၊ ၇၈)

(ခ) ခံတွင်းမွေးစွာ၊ သွားညီညာ၊ လိုက်နာ သူ့စကား။

လုံးရပ်ညီညာ၊ ပြောချီစွာ၊ မုသားရှောင်ကျိုးများ။

(ခု ဌ၊ ၂၄)

၆။ ဂုံးချောပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ကဲ့ရဲ မိတ်ဆွေများ။

(အံ ၃၊ ၇၈)

၆။ ဆဲဆိုပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ကြားရ အသံဆိုးများ။

(အံ ၃၊ ၇၈)

၈။ နှစ်မဲ့ ပြောမှာ၊ ပါယ်လားကာ၊ မနာ သူ့စကား။

(အံ ၃၊ ၇၈)

၂၄။ ဒေါသမီးလျှံ၊ အကြည့်တန်၊ သည်းခံ လှပသည်။

(မ ၃၊ ၂၄၅)

၂၈။ မနာလိုမှာ၊ ခြေရံကွာ၊ ကြည်သာ ခြေရံစည်။

(မ ၃၊ ၂၄၅)

၂၉။ မပေးလိုက၊ မွဲပြာကျ၊ လှူမှပေါကြွယ်သည်။

(မ ၃၊ ၂၄၅)

၃၃။ မရိုမသေ၊ မျိုးယုတ်ချေ၊ ရိုသေ မျိုးမြတ်သည်။

(မ ၃၊ ၂၄၅)

(ဆဋ္ဌမ)

၄၀။ မမေးမြန်း၊ ဉာဏ်မြင်ကန်း၊ စုံစမ်းဉာဏ်ကြီးသည်။
(မ ၃၊ ၂၄၅)

၂၂။ သုတ္တနိပါတ် ပါဠိတော် ပါရာယဏဝဂ်
အဇိတသုတ် တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ
(မဟာစည်ဆရာတော်)

(က) ဦးခေါင်းဆိုတာ၊ ဘယ်အရာ၊ ခေါင်းပြတ်တာက
အဘယ်နည်း။

(ခ) လေးပါးသစ္စာ၊ မသိတာ၊ အဝိဇ္ဇာ ဦးခေါင်းမှတ်။
သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယနှင့်၊ မှတ်ရ-သတ်၊ သမာဓိယှဉ်၊
ဉာဏ်သိမြင်၊ ဝဋ်စဉ်ဦးခေါင်းပြတ်။

၁။ ဘယ်သင်းကဖုံး၊ လောကလုံး၊ ဉာဏ်တုံးရသနည်း။

၂။ အဝိဇ္ဇာဖုံး၊ လောကလုံး၊ ဉာဏ်တုံးရသတည်း။

၃။ ဘယ်ကြောင့်လူရှင်၊ မပေါ်ထင်၊ ဂုဏ်အင်ညံ့သနည်း။

၄။ ဝန်တိုမေ့လျှင်၊ မပေါ်ထင်၊ ဂုဏ်အင်ညံ့သတည်း။

၅။ မျောက်နဲ့စေးနှယ်၊ လောကဝယ်၊ ငြိတုယ်ဘယ်သင်း
နည်း။

၆။ မျောက်နဲ့စေးနှယ်၊ လောကဝယ်၊ ငြိတုယ်တဏှာတည်း။

၇။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းစွာ၊ ဘေးကြီးမှာ၊ ဘယ်ဟာ
ခေါ်သနည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၈။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းစွာ၊ ဘေးကြီးမှာ၊ မှတ်ပါ
ဆင်းရဲတည်း။
- ၉။ နေရာတိုင်းတွင်၊ စီးသွင်သွင်၊ ရေယဉ်များလှသည်။
ဘယ်ဖြင့်ဆီးတား၊ ရေယဉ်များ၊ ခေါင်းပါးပါ
သန့်ည်း။
ဘယ်ဖြင့်ပိတ်လျှင်၊ ထိုရေယဉ်၊ အစဉ်ပြတ်သနည်း။
- ၁၀။ ရေယဉ်တူစွာ၊ ကိလေသာ၊ လူ့ရှာစီးနေသည်။
သတိဖြင့်တား၊ ရေယဉ်များ၊ ခေါင်းပါးလေတော့
သည်။
ဉာဏ်ဖြင့်ပိတ်လျှင်၊ ထိုရေယဉ်၊ အစဉ်ပြတ်တော့သည်။
- ၁၁။ သတိပညာ၊ နာမ်ရုပ်မှာ၊ ရှိရာသေးသတည်း။
သူတို့အစုရုံး၊ အကုန်လုံး၊ ချုပ်ဆုံးဘယ်မှာနည်း။
- ၁၂။ အကြင်နိဗ္ဗာန်၊ ရောက်ရိုးမှန်၊ ရုပ်နာမ်အကုန်ချုပ်။
ကံဝိညာဏ်တုံး၊ စုတိဆုံး၊ အားလုံးထိုမှာချုပ်။
- ၁၃။ ကျင့်ပြီးတဖြာ၊ ကျင့်ဆဲပါ၊ အရိယာ နှစ်မျိုးကဲ့။
သူတို့စိတ်ထား၊ အကျင့်ကား၊ အလားဘယ်သို့လဲ။
- ၁၄။ ကာမဂုဏ်ထဲ၊ မတပ်စွဲ၊ စိတ်လဲကြည်လတ်ကျင့်ဆဲမှတ်။
တရားတိုင်းတွင်၊ ဉာဏ်သက်ဝင်၊ ကျွမ်းကျင်သိတတ်
ကျင့်ပြီးမှတ်။
အမှတ်ရမှု၊ သတိပြု၊ ရှေးရှုသွားတတ် ၂-ဦးလုံးမှတ်။
(ဆန္ဒမ)

၂၃။ သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော်

မဂ္ဂိယကဏ္ဍေ ဟေမကသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

ဟေမက အမေး-

- ၁။ ဘုရားဆုံးမ၊ အပြင်မှ၊ ရှေးက ဟောကြတာ။
- ၂။ ဖြစ်ခဲ့ပြီတဲ့၊ ဖြစ်မည်- တဲ့၊ တတ်နှင့်ချည်းသား။
- ၃။ ကြံဆတိုးပွား၊ ထိုတရား၊ ကျွန်ကားမကြိုက်ပါ။
- ၄။ တဏှာပယ်ရှား၊ မြတ်တရား၊ ဟောကြားညွှန်ပြပါ။
- ၅။ မှတ်ပြုကျင့်ငြား၊ အကြင်တရား၊ ထင်ရှားသိသူမှာ။
- ၆။ လောကငြိစွဲ၊ ကျော်လွန်မြဲ၊ ထိုဘဲဟောပြပါ။

ဘုရားအဖြေ-

- ၁။ မြင်ကြား၊ ရောက်တယ်၊ သိတာရယ်။ ချစ်ဖွယ်လေး
မျိုးမှာ။
- ၂။ လိုလားနှစ်ချိုက်၊ ပယ်ဖျောက်လိုက်၊ အမြိုက်-
နိဗ္ဗာန်ပါ။
- ၃။ နိဗ္ဗာန်သိရွှေ၊ တရားတွေ၊ မှတ်လေ့ရှိသူမှာ။
- ၄။ ငြိမ်းအေးအမြဲ၊ လောကထဲ၊ ငြိစွဲလွန်မြောက်ပါ။

(မာလုကျပုတ္တသုတ်မှ စာမျက်နှာ ၁၃-ဂါထာ ဆေး ငါး
ပုဒ်များနှင့် တွဲ၍ ဟောသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

၂၄။ သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော်
ပုရာဏေသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ ဘယ်သို့သိမြင်၊ လေ့ကျင့်လျှင်၊ မည်တွင်သန္တ ခေါ်
သနည်း။ (၁-ဂါထာ)
- ၂။ မသေပျက်ခင်၊ တဏှာစင်၍၊ ရှေးတွင်မမှီ၊ နောက်ဆီ
မမျှော်၊ မခေါ်ဝေါ်ရာ၊ လယ်ဌာန၊ သန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။
(၂-ဂါထာ)
- ၃။ အမျက်မပွား၊ မလန့်ငြားတည့်၊ မကြွားဝါခြင်း၊
ကုက္ကုဏ်ကင်း၍၊ ဆိုလျှင်းချိန်ချင့်၊ ပပုံလွင့်၊ ခြောက်
ဆင့်သူ့ဂုဏ်ရည်။ (၃-ဂါထာ)
- ၄။ တွန့်ဆုတ်သယောင်၊ ဟန်ဆောင်မပြ၊ မတောင့်တ
လျှင်း၊ ဝန်တိုကင်း၍၊ ကြမ်းခြင်းရွံ့ဘွယ်၊ အရှင်းပယ်
လျက်၊ ချစ်ပြယ်စကား၊ မပြောကြား၊ ခုနစ်ပါး
သူ့ဂုဏ်ရည်။ (၅-ဂါထာ)
- ၅။ သာယာဘွယ်အတွင်း၊ မစီးဆင်းတည့်၊ မာန်ကင်း
သိမ်မွေ့၊ ထင်ဉာဏ်တွေ့လျက်၊ ယုံလေ့ကင်းကာ၊ တပ်
မက်ကွာ၊ ခြောက်ဖြာ သူ့ဂုဏ်ရည်။ (၆-ဂါထာ)
- ၆။ ရှုမှတ်အစဉ်၊ လျစ်လျူထင်၍၊ သုံးအင်မာန၊ ပယ်နှိုင်းမှု၊
သန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။ (၇-ဂါထာ)
(၁၃၂၂-ခု၊ ဝါဆိုလကွယ်နေ့ ဟောသည်။)
(ဆဋ္ဌမ)

၂၅။ အာဒိတ္တသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတဖြာ၊
ဖြစ်၊ အို၊ သေရေး၊ ပူဆွေးငိုတာ၊
ကိုယ်၊ စိတ် ဒုက္ခ၊ ပူရပြင်းစွာ၊
ကိုယ်တွင်းမီး၊ ထိန်ညှိဆယ့်တဖြာ။
မြင်ကြားသိဝိုင်း၊ မဆိုင်းမှတ်ပါ၊
ရုပ်နာမ်မမြဲ၊ ဆင်းရဲချည်းသာ၊
ငါကောင်လဲပျောက်၊ မျက်မှောက်မြင်ကာ၊
ဆယ့်တသီး၊ ဤမီးငြိမ်းစေရာ။

၂၆။ ဣန္ဒကမ္မဇိဘင်္ဂသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၊ မသံတ် အသက်ရှည်။
- ၂။ ညှဉ်းဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနားကျန်းမာသည်။
- ၃။ ဒေါသမီးလျှံ၊ အကျင့်တန်၊ သည်းခံလှပသည်။
- ၄။ မနာလိုမှ၊ ခြွေရံကွာ၊ ကြည်သာ ခြွေရံစည်။
- ၅။ မပေးလှူက၊ မဲ့ပြာကျ၊ လှူမှ ပေါကြွယ်သည်။
- ၆။ မရိုမသေ၊ မျိုးယုတ်ချေ၊ ရိုသေမျိုးမြတ်သည်။
- ၇။ မမေးမမြန်း၊ ဉာဏ်မြင်ကန်း၊ စုံစမ်းဉာဏ်ကြီးသည်။
- ၈။ ဆိုးတာပြုက၊ ဆိုးတာရ၊ ကောင်းမှုကောင်းစားသည်။
- ၉။ ဆိုးကောင်းနှစ်တန်၊ ကံစီမံ၊ ခံ-စံကြရသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

၂၇။ ကောင်းခြင်းလေးဖြာ မင်္ဂလာ တရားတော်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ အိုသည်တိုင်အောင် ကောင်းတာ ဘယ်ဟာလဲ။
အိုသည်တိုင်အောင် ကောင်းတာ ကိုယ်ကျင့်သိလဲ။
- ၂။ ခိုင်မြဲတည်တံ့လျှင် ကောင်းတာ ဘယ်ဟာလဲ။
ခိုင်မြဲတည်တံ့လျှင် ကောင်းတာ သဒ္ဓါတရားဘဲ။
- ၃။ လူ့ရတနာ ဘယ်ဟာလဲ။
လူ့ရတနာ အသိအလီမ္မာ ပညာဘဲ။
- ၄။ မခိုးနိုင်တာ ဘယ်ဟာလဲ။
မခိုးနိုင်တာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုဘဲ။

နတ်ပြည်မှ မှာတမ်း စကားသုံးခွန်း

- ၁။ သုဂတိသို့ ရောက်ပါစေ။
- ၂။ ကောင်းသောရခြင်း ရပါစေ။
- ၃။ ကောင်းကောင်းခိုင်မြဲတည်တံ့ပါစေ။

သုမနာထေရီဖြစ်စဉ် ဆောင်ပုဒ်

လူ၊ ကြက်မကြီး၊ မင်းသမီးတဖြာ၊ ပြဟွာ၊ သူဌေး၊
ဝက်ကလေး ဖြစ်ရာ၊ သုဝဏ္ဏ၊ ဗာရာ၊ ဝနဝါနှင့်၊ သုပ္ပ၊
ရက၊ ကာဝီရမှ၊ သီဟဌနုရာ၊ ဘောဏ္ဏန်ရွာဟု၊ ဖြစ်ရာ
ပေါင်းစု၊ ဆယ့်သုံးခုသည်၊ မယ်သုမနာ ဖြစ်စဉ်တည်း။
(ဆဋ္ဌမ)

၂၈။ အနုပဒသုတ်မှ ကောက်နှုတ်ချက် ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ သမထယာဉ်၊ ဈာန်ပြီးလျှင်၊ ဈာန်ပင်ပြန်ရှုသည်။
 ၂။ ဝိပဿနာ၊ ယာနိကာ၊ တူစွာရှုရသည်။
 ၃။ မြင်ကြားတွေ့ရာ၊ ပေါ်တိုင်းသာ၊ လိုက်ကာရှုရသည်။
 ၁။ ဈာန်မှာထင်ရှား၊ ဆယ့်ခြောက်ပါး၊ ပိုင်းခြားရှုလေသည်။
 ၂။ မထင်မရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ စဉ်းစားမရှုပြီ။
 ၃။ ထိုနည်းတူစွာ၊ ထင်ရှားရာ၊ မှတ်ကာရှုရသည်။
 ၄။ မျက်မှောက်မမြင်၊ တွေးဆင်ခြင်၊ ရှုလျှင်အတုမည်။
 ၁။ နေဝသညာ၊ သိမ်မွေ့စွာ၊ ခွဲကာမရှုပြီ။
 ၂။ ရှေးဈာန်နှင့်မှီး၊ ကလာပ်နည်း၊ ပေါင်းစည်းရှုလေသည်။
 ၃။ မထင်ရှားရာ၊ ထိုနည်းသာ၊ နှိုင်းကာရှုရသည်။
 ၁။ ကိုယ်တွင်းထင်ရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ ပိုင်းခြားရှုရသည်။
 ၂။ အပြင်ပနှိုက်၊ မခွဲထိုက်၊ ပေါင်းလိုက်ရှုရသည်။
 ၃။ သာဝကမှာ၊ ဤမျှသာ၊ ရှုရာတရားမည်။

၂၉။ ဓမ္မပဒပါဠိတော်

အဆိုးဆုံးနှင့် အကောင်းဆုံး တရားတော်

နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ၊ နတ္ထိ ဒေါသသမော ကလိ။

နတ္ထိ ခန္ဓသမော ဒုက္ခာ၊ နတ္ထိ သန္တိ ပရံ သုခံ။

(ဆဒ္ဒမ)

ရာဂမီး အကြီးဆုံး၊ ဒေါသအပြစ် အညစ်ဆုံး။
 ခန္ဓာဆင်းရဲ အသဲဆုံး၊ ငြိမ်းအေးတာ အချမ်းသာဆုံး။
 ရာဂမီး အပြီးငြိမ်းအောင်၊ ဒေါသအပြစ် မဖြစ်ပေါ်
 အောင်၊ ခန္ဓာဆင်းရဲ ပြတ်စဲသွားအောင်၊ ငြိမ်းအေးတာ
 လျင်စွာရအောင် သတိထား၍ ကြိုးစား အားထုတ်ရမည်။

၃၀။ အတိုအထွာဆောင်ပုဒ်များ

(က) ပဓာနီယင်္ဂငါးပါး

ယုံကြည်ကျန်းမာ၊ ဖြောင့်စွာ စိတ်ထား၊ ကြိုးစားတွင်
 တွင်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊ ငါးအင် အားထုတ်ကြောင်း။

(ခ) ပကတိလူတို့အား မြင်ဆဲ၌ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်
 ထင်ဆဲ ဆင်းခတ်၊ မြင်လတ် စစွာ၊
 မြင်ပြီးတရား၊ စဉ်းစားပြန်ရာ၊
 သဏ္ဌာန်ခြေ၊ ပညတ်ပေါ်ကာ၊
 မည်နာမ၊ သိရနောက်ဆုံးမှာ။

(ဂ) ဝိပဿနာယောဂီတို့အား မြင်ဆဲ၌ ဖြစ်ရိုးဖြစ် စဉ်

မြင်လျှင်မြင်ချင်း၊ လက်ငင်းမှတ်လျှင်၊
 မြင်ရုံတွင်ဘဲ၊ ရပ်စဲ စိတ်စဉ်၊
 ရုပ်နာမ်ကွဲလျက်၊ ဖြစ်ပျက်သိမြင်၊
 အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ သဘော ထင်။

(ဆဋ္ဌမ)

(ဆ) မြင်ဆဲ၌ ရုပ်နာမ် ဒုက္ခသစ္စာခွဲပုံ

မျက်စိ+မြင်ရ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊

မြင်+တွေ့+ခံစား၊ နာမ်ကား သုံးဖြာ၊

မြင်စဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊

မြင်တယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။

(ကြားဆဲစသည်၌လည်း နည်းတူပင်သိပါ)

(င) သစ္စာ ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်

၁။ ထိမှု သိမှု မြင်မှု ကြားမှုစသော ဖြစ်ပျက်သမျှရုပ်နာမ် အပေါင်းက ဒုက္ခသစ္စာ။

၂။ နှစ်သက်သာယာ တောင့်တလို့ချင်တာက သမုဒယ သစ္စာ။

၃။ ဖြစ်ပျက်မှုဟူသမျှ ချုပ်ငြိမ်းကင်းပြတ်ရာ သဘောက နိရောဓသစ္စာ။

၄။ ထိုချုပ်ငြိမ်းရာကို ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက် သိမြင် တာက မဂ္ဂသစ္စာ။

(စ) သစ္စာ ၄-ပါးကို တပြိုင်နက်သိပုံ

၁။ မဂ်ခဏ၌ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်သိသဖြင့် ကြွင်းသော သစ္စာ ၃-ပါး၌လည်း သိခြင်းကိစ္စ ပြီးသည်။

၂။ ဝိပဿနာရှုခိုက်၌ ဒုက္ခသစ္စာကို သိသဖြင့် ကြွင်းသော သစ္စာ ၃-ပါး၌လည်း သိခြင်းကိစ္စပြီးသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

(ဆ) အနုသယ နှစ်မျိုးဆောင်ပုဒ်

၁။ သတ္တဝါတဦး၏ သန္တာန်၌ အရိယာမဂ်ဖြင့် မပယ်ရ
သေးသောကြောင့် အကြောင်း ညီညွတ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်
သော ကိလေသာကို သန္တာနာနုသယ-ဟုခေါ်သည်။

၂။ ထင်ရှားသိရသော အာရုံဟူသမျှ၌ ဝိပဿနာဖြင့်
အမှန်အတိုင်း မသိလျှင် အကြောင်း ညီညွတ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်
နိုင်သော ကိလေသာကို အာရမ္မဏာနုသယ-ဟုခေါ်သည်။

ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း ၉-ပါးဆောင်ပုဒ်

၁။ ဣန္ဒြေငါးပါး၊ ထက်ကြောင်းများ၊ ၉-ပါးရှိလေ
သည်။

၂။ ဖြစ်တိုင်းရုပ်နာမ်၊ ချုပ်ပျက်ဟန်၊ ကေနိရူရမည်။ (၁)

၃။ ရှုမှတ်မှုမှာ၊ ရှိသကား၊ ကောင်းစွာ ပြုရမည်။ (၂)

၄။ မနားမရပ်၊ ခြားမပြတ်၊ ရှုမှတ်မြဲရမည်။ (၃)

၅။ သင့်လျော်လှစွာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာမှီရမည် (၄)

၆။ စိတ်တည်ကြည်ကြောင်း၊ နိမိတ်ဟောင်း၊ ကောင်း
ကောင်းမှတ်ရမည်။ (၅)

၇။ သင့်တော်လျောက်ပတ်၊ ဗောဇ္ဈင်မြတ်၊ မပြတ်ပွားရ
မည်။ (၆)

(ဆဋ္ဌမ)

- ၈။ ကိုယ်နှင့်အသက်၊ မငဲ့ကွက်၊ ရက်စက်နိုင်ရမည်။ (၇)
 ၉။ ရှုစဉ်ပေငါရိုး၊ ဆင်းရဲမျိုး၊ လွမ်းမိုးပယ်ရမည်။ (၈)
 ၁၀။ လမ်းဆုံးမရောက်၊ လက်မမြောက်၊ တောက်
 လျှောက်သွားရမည်။ (၉)
 ၁၁။ ဉာဏ်နဲ့သောအခါ၊ ဤကိုးဖြာ ဆိုင်ရာပွားရမည်။

၃၁။ သမ္မုဇဉ် ၄-ပါးဆောင်ပုဒ်
 (မဟာစည်ဆရာတော်)

သဘတ္ထကသမ္မုဇဉ်

- ၁။ ကျိုး၍သလား၊ မရှိလား၊ စဉ်းစားတာက
 သဘတ္ထက။

သပ္ပာယ်သမ္မုဇဉ်

- ၂။ သင့်တော်ရဲ့လား၊ မတော်လား၊ စဉ်းစားတာက
 သပ္ပာယ်။

ဂေါစရသမ္မုဇဉ်

- ၃။ ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ်၊ စဉ်မပြတ်၊ ရှုမှတ်တာက
 ဂေါစရ။

အသမ္မောဟသမ္မုဇဉ်

- ၄။ မမြဲဆင်းရဲ၊ ရုပ်နာမ်ဘဲ၊ အသိကွဲတာကအသမ္မောဟ။
 (ဓာတုမနသိကာရ အတွက် ဆောင်ပုဒ်များကို
 ဝိပဿနာ အခြေခံတရားတော် စာအုပ်၌ ကြည့်ပါ။)
 (ဆဋ္ဌမ)

၃၂။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်-နိဝရဏပိုင်း
ဆောင်ပုဒ်များ
(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁-ကာမစွန့်

- ၁။ တင့်တယ်ဟန်အား၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွားကာမစွန့်။
- ၂။ မတင့်တယ်အား၊ ရှုစဉ်းစား၊ ပယ်ရှားကာမစွန့်။
- ၃။ မမြဲတာကို မြဲသည်ဟု ရှုတာက အယောနိသော
မနသိကာရ။
- ၄။ မမြဲတာကိုမမြဲဟု ရှုတာက ယောနိသောမနသိကာရ။
- ၅။ ဆင်းရဲကိုချမ်းသာဟု ရှုတာက အယောနိသောမန
သိကာရ။
- ၆။ ဆင်းရဲကို ဆင်းရဲဟု ရှုတာက ယောနိသောမန
သိကာရ။
- ၇။ ငါကောင်မဟုတ်တာကို ငါကောင်ဟု ရှုတာက
အယောနိသောမနသိကာရ။
- ၈။ ငါကောင်မဟုတ်တာကို ငါကောင်မဟုတ်ဟု ရှုတာ
က ယောနိသောမနသိကာရ။
- ၉။ မတင့်တယ်တာကို တင့်တယ်သည်ဟုရှုတာက အယော
နိသောမနသိကာရ။
- ၁၀။ မတင့်တယ်တာကို မတင့်တယ်ဟု ရှုတာက ယောနိ
သောမနသိကာရ။

(ဆဋ္ဌမ)

- ၁၁။ ရှုံဘွယ်ထင်စေ၊ ပွားလျက်နေ၊ ဣန္ဒြေစောင့်စည်းရာ။
 ၁၂။ စားသောက်တိုင်းရှေ့၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
 ၁၃။ ကာမစ္ဆန္ဒ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

၂-ဗျာပါဒ

- ၁။ စိတ်ဆိုးဘွယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ဗျာပါဒ။
 ၂။ မေတ္တာတရား၊ ရှေးရှုပွား၊ ပယ်ရှား ဗျာပါဒ။
 ၃။ မေတ္တာထင်စေ၊ ပွားလျက်နေ၊ ရှုလေ ကံဉာဏ်။
 ၄။ ဆင်ခြင်များစေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
 ၅။ ဗျာပါဒေါသ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

၃-ထိနမိဒ္ဓ

- ၁။ ပျင်းရိဘွယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ထိုင်းမှိုင်းမှု။
 ၂။ လုံ့လသုံးပါး၊ နှလုံးထား၊ ပယ်ရှား ထိုင်းမှိုင်းမှု။
 ၃။ အစားလွန်ကြည်၊ နေထိုင်ပြင်၊ ဆင်ခြင်ရောင်လင်းမှု။
 ၄။ လွင်ပြင်မှာနေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
 ၅။ ထိနမိဒ္ဓ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။
 (ဆဋ္ဌမ)

၄-ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စ

- ၁။ ပူပန်ဘွယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ပျံ့-ပူပန်။
- ၂။ ငြိမ်းအေးတရား၊ ရှုပွားများ၊ ပယ်ရှား ပျံ့-ပူပန်။
- ၃။ များစွာကြားမြင်၊ မေးမြန်းလျှင်၊ ကျွမ်းကျင်ဝိနည်း
မှာ။
- ၄။ ကြီးသူမို့နေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်
သ ဘ။
- ၅။ ပျံ့လွင့်-ပူပန်၊ ပယ်ကြောင်းမှန်၊ ခြောက်တန်ဌ-မိန့်မှာ။

၅-ဝိစိကိစ္ဆာ

- ၁။ မယုံဘွယ်များ၊ တွေးစဉ်းစား၊ ယုံမှားဖြစ်တတ်သည်။
- ၂။ ကုသိုလ်စသား၊ ရှုပိုင်းခြား၊ ယုံမှား ကင်းပျောက်
သည်။
- ၃။ များစွာကြားမြင်၊ မေးမြန်းလျှင်၊ ကျွမ်းကျင်ဝိနည်း
မှာ။
- ၄။ ဆုံးဖြတ်များပေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်
လျော်သ ဘ။
- ၅။ ယုံမှားပယ်ရန်၊ ကြောင်းခြောက်တန်၊ ထုတ်ပြန် အဋ္ဌ
ကထာ။

(ခန္ဓဓမ္မာနုပဿနာအတွက် ဆောင်ပုဒ်များကို ဝိပဿနာ
အခြေခံ တရားတော် စာအုပ်၌ ကြည့်ပါ။)

(ဆဋ္ဌမ)

၃၃။ အာယတနဓမ္မာနုပဿနာ

ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

မျက်စိကိုလည်းသိရမည်၊ အဆင်းကိုလည်းသိရမည်၊ ထို့နှစ်
မျိုးကိုမှီ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော သံယောဇဉ်ကိုလည်းသိရမည်၊
သံယောဇဉ် ဖြစ်ပေါ်ကြောင်း တရားကိုလည်း သိရမည်၊
သံယောဇဉ်ပယ်ကြောင်း တရားကိုလည်း သိရမည်၊ သံယော
ဇဉ်ငြိမ်းကြောင်းတရားကိုလည်း သိရမည်။

၁။ အာရုံငါးဝ၊ တပ်စွဲက၊ ကာမသံယောဇဉ်။

၂။ သုံးပါးဘဝ၊ တပ်စွဲက၊ ဘဝသံယောဇဉ်။

၃။ အမျက်ဒေါသ၊ စိတ်ဆိုးက၊ ပဋိသသံယောဇဉ်။

၄။ ကိုယ်သာတော်လှ၊ ထင်မှတ်က၊ မာနသံယောဇဉ်။

၅။ ရုပ်နာမ်ကိုဘဲ၊ ငါကောင်စွဲ၊ ယှလဲဒိဋ္ဌိပင်။

၆။ တရားမှန်တွင်၊ မယုံချင်၍၊ ဆင်ခြင်နှိုင်းညှိ၊ ဝေဘန်
ကြည့်၊ ဝိစိကိစ္ဆာပင်။

၇။ နှားခွေးတူစွာ၊ ကျင့်တာကောင်းမြတ်၊ ယှစွဲမှတ်။
သီလဗ္ဗတပင်။

ပူဇော် ပ-သ၊ လေ့ကျင့်မျှဖြင့်၊ ဘဝနောင်ခါမြဲချမ်း
သာ၊ ယှတာလဲဘဲ ၎င်းပင်။

၈။ ကိုယ်ထက်သူများ၊ ကောင်းစားသည်ကို၊ မနာလို၊
ခေါ်ဆို ဣဿာပင်။

(ဆဋ္ဌမ)

၉။ ကိုယ်လိုသူများ၊ ကောင်းစားမည်မျှ၊ ဝန်တိုကာ၊ မစ္ဆရိယပင်။

၁၀။ သစ္စာလေးတန်၊ ပြောင်းပြန် ထင်ကာ၊ မသိတာ၊ အဝိဇ္ဇာသံယောဇဉ်။

၁၁။ ဝဋ်ဆင်းရဲမျှ၊ မလွတ်ရအောင်၊ ချည်နှောင်တတ်စွာ၊ ဤဆယ်ဖြာ၊ အဘိဓမ္မာသံယောဇဉ်။

အရိယာ အသီးသီးတို့မှာ ကင်းငြိမ်းသော
သံယောဇဉ်များ

၁။ ဒိ-ဝိ-သိ-ဣ၊ မစ္ဆရိ၊ ကင်း၏ သောတာပန်။

၂။ ကာမရာဂ၊ ပဋိသ၊ ကင်းပ အနာဂါမ်။

၃။ ဘဝ-မာနာ၊ အဝိဇ္ဇာ၊ ကင်းကွာ အရဟံ။

၃၄။ ဗောဇ္ဈင်္ဂ ဓမ္မာနုပဿနာ ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

(က) သစ္စာ ၄-ပါး သိသူ၏ အကြောင်း အင်္ဂါကို
ဗောဇ္ဈင်္ဂဟု ခေါ်သည်။

(ခ) သစ္စာ ၄-ပါး သိမှု၏ အစိတ်အပိုင်း ကိုလည်း
ဗောဇ္ဈင်္ဂဟု ခေါ်သည်။

၁။ အပိလာပနလက္ခဏာ သတိ၊ အသမ္မေသ ရသာ၊
အာရက္ခပစ္စုပ္ပန်နာ၊ ဝိသယာဘိမုခဘာဝ ပစ္စုပ္ပန်
နာဝါ။

(ဆဋ္ဌမ)

၁။ မလွတ်စတမ်း စောင့်ဖမ်းနေသည်။ (လက္ခဏာ)
 ဖြစ်ပျက်သရွေ့၊ မမေ့စေပြီ။ (ရသ)
 အာရုံရှေးရှု၊ စောင့်မှုထင်သည်။ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
 မြတ်သတိ၊ မှတ်သိပောဇျင်မည်။

- (က) သတိသမ္ပဇဉ်၊ အမြဲယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
- (ခ) မေ့သူရှောင်လွှဲ၊ သတိမြဲ၊ မှီဝဲဆည်းကပ်ပါ။
- (ဂ) သတိပွားရေး၊ အကြောင်းလေး၊ ညွှန်းသေး အဋ္ဌကထာ။

၁။ ပဝိစိနနုလက္ခဏော ဓမ္မဝိစယော၊ ဝိသယောဘာသနု
 ရသော၊ အသမ္မောဟပစ္စုပဋ္ဌာနော။

၂။ ရုပ်နာမ်ခွဲခြမ်း၊ စူးစမ်းသိသည်။
 သဘောမှန်များ၊ ထင်ရှားစေသည်။
 တော့ဝေမှုကင်း၊ ရှင်းရှင်းသိသည်။
 ဓမ္မဝိ၊ မှတ်သိ ပောဇျင်မည်။

- (က) မေးမြန်း၊ သန့်စင်၊ ညီမျှယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
- (ခ) ဉာဏ်မဲ့ရှောင်ကြဉ်၊ ဉာဏ်ရှိယှဉ်၊ ဆင်ခြင်နက်နဲမှု။
- (ဂ) ဉာဏ်ဖြစ်ကြောင်းများ၊ ခုနစ်ပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။

၃။ ဥဿာဟလက္ခဏံ ဝီရိယံ၊ ဥပတ္တမ္ဘနရသံ၊ အသံသီဒနာ
 ဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

(ဆဋ္ဌမ)

၃။ ကြောင့်ကြပြုလုပ်၊ အားထုတ်တတ်သည်၊
 စိတ်အားတက်ရေး၊ အားပေးတတ်သည်၊
 မဆုတ်နစ်ပဲ၊ စိတ်ဇွဲသန်သည်၊
 ဝီရိယ၊ မှတ်ကြဗောဇ္ဈင်မည်။

- (က) အပါယ်ဘေးဆင်ခြင်၊ အာနိသင်၊ လမ်းစဉ်ရှိသေပါ။
- (ခ) ဆွမ်းအကျိုးတုံ့ပြန်၊ မြတ်မေ့ခံ၊ ရှုရန် မြတ်ဆရာ။
- (ဂ) သာကီမျိုးတော်၊ ကျင့်သုံးတော်၊ ရှုမျှော်ဆင်ခြင်ပါ။
- (ဃ) ပျင်းသူကိုကြည့်၊ ဇွဲကောင်းယှဉ်၊ ထိုတွင်စိတ်ညွတ်ရာ။
- (င) ဝီရိပွားရန်၊ ဆဲတတန်၊ ထုတ်ပြန်အဋ္ဌကထာ။

၄။ သမ္ပိယာယနုလက္ခဏာ ပီတိ၊ ဖရဏရသာ၊ သြဒဂျ
 ပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

၄။ နှစ်သိမ့်ရောင့်ရဲ၊ ဝမ်းလဲမြောက်သည်၊
 ရုပ်ကောင်းရုပ်သန့်ပျံ့နှံစေသည်၊
 ကိုယ်စိတ်ပေါ့လျက်၊ ကြွတက်ထင်သည်၊
 မြတ်ပီတိ၊ မှတ်သိ ဗောဇ္ဈင်မည်။

- (က) ရတနာသုံးစုံ၊ သီလဂုဏ်၊ စွန့်ပုံအောက်မေ့ပါ။
- (ခ) နတ်ဖြစ်ဘွယ်စု၊ ငြိမ်းအေးမှု၊ တွေးရှုအောက်မေ့ပါ။
- (ဂ) မွဲခြောက်သူကြည့်၊ စိုပြေယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
- (ဃ) ကြည်ညိုဘွယ် ညွှန်ကြား၊ သုတ္တန်များ၊ စဉ်းစား
 ဆင်ခြင်ပါ။
- (င) ပီတိပွားရန်၊ ဆဲတတန်၊ ထုတ်ပြန် အဋ္ဌကထာ။

(ဆဋ္ဌမ)

၅။ ကာယစိတ္တ ဒရထဉ္စပသမလက္ခဏာ ပဿဒ္ဓိ၊ ကာယ
စိတ္တ ဒရထ နိမ္မဒ္ဓနရသာ၊ ကာယစိတ္တာနံ အပချိပ္ပန္န-
သီတိဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

၅။ ကြောင့်ကြပူရေး၊ ငြိမ်းအေးနေသည်။
ကြောင့်ကြပူခြင်း၊ နှိမ်နင်းပယ်သည်။
လှုပ်ရှားမှုကင်း၊ အေးခြင်းထင်သည်။
ပဿဒ္ဓိ၊ မှတ်သိဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) ဘောဇဉ်၊ ဥတု၊ နေထိုင်မှု၊ မှီပြု သင့်မြတ်ရာ။

(ခ) မလွန်မယုတ်၊ လုံ့လထုတ်၊ ကြမ်းကြုတ်သူရှောင်ပါ။

(ဂ) ငြိမ်းအေးသူတိုင်၊ မှီဝဲယှဉ်၊ ထိုတိုင် စိတ်ညွတ်ရာ။

(ဃ) ပဿဒ္ဓိပွား၊ နှုတ်ပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။

၆။ အဝိက္ခေပလက္ခဏော သမာဓိ၊ သဟဇာတဓမ္မာနံ
သမ္ပိဏ္ဏနရသော၊ ဥပသမပစ္စုပဋ္ဌာနော။

၆။ ပျံ့လွင့်မထွက်၊ ကပ်လျက် တည်သည်။
တအာရုံတည်း၊ ပေါင်းစည်းစေသည်။
ငြိမ်သက်သည်ဟု၊ ရှေးရှုထင်သည်။
သမာဓိ၊ မှတ်သိဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) ဝတ္ထုသန့်စင်၊ ညီမျှယှဉ်၊ ကျမ်းကျင်နိမိတ်မှာ။

(ခ) ကြလျင်နှိမ်လင့်၊ ကျလျင်ပင့်၊ ရှင်သင့် ရှင်စေရာ။

(ဂ) ညီမျှနုလျင်၊ ရှုမြဲပင်၊ ထိုတိုင်စိတ်ညွတ်ရာ။

(ဆဋ္ဌမ)

- (ဆ) ပျံ့လွင့်သူကြည်၊ တည်သူယှဉ်၊ ဆင်ခြင်စွာန်မောက္ခာ။
- (င) သမာဓိပွား၊ ဆွဲတပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။
- ၇။ သမဝါဟိတလက္ခဏာ ဥပေက္ခာ၊ ပက္ခပပါတုပစ္ဆေဒ
ရသာ၊ မဇ္ဈတ္တဘာဝ ပစ္စုပဋ္ဌာနာ၊ သမပဝတ္တာနံ အဇ္ဈု
ပေက္ခဏသာရထိ ဝိယ ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။
- ၇။ ဥပေက္ခာက၊ ညီမျှစေသည်။ (လက္ခဏာ)
တဖက်လိုက်ခြင်း၊ ပယ်ခွင်းတတ်သည်။ (ရသ)
လယ်ဗဟိုမျှ၊ ချိန်ကျနေသည်။ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
နှားစုံကောင်း၊ နှင်မောင်းတူပေသည်။ (ဥပမာ)
- (က) ပုဂ္ဂိုလ်၊ ဝတ္ထု၊ လစ်လျူရှု၊ ညွတ်မှု ထိုတွင်သာ။
- (ခ) ယုယသူအား၊ ပယ်ရှောင်ရှား၊ စိတ်ထားမျှသမှုဝံ့ပါ။
- (ဂ) ဥပေက္ခာပွား၊ ကြောင်းငါးပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌ
ကထာ။

၃၅။ မဂ်ဝိထိဝိတ် ဖြစ်စဉ်တရားတော်
ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ ဝိပဿနာရှုဆဲ ယောဂီအား အရိယမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်လို့
လတ်သော် ထိုအခိုက်၌ ထင်ရှားသော အာရုံတခုခုကို
နှလုံးသွင်းလျက် မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းစိတ် ရှေးဦးစွာ
ဖြစ်ပေါ်လာသည်။
- (ဆဋ္ဌမ)

- ၂။ ထိုနောင် ထိုအာရုံကိုပင် မမြဲဟူ၍သော်၎င်း၊ ဆင်းရဲ
ဟူ၍သော်၎င်း၊ ဘဘောတရားမျှ ဟူ၍သော်၎င်း၊
သိလျက် ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံ-ဟု ခေါ်သော
ဇောစိတ်သုံးကြိမ် အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပေါ်ကြသည်။
- ၃။ ထိုနောင် ဖြစ်ပျက်မှု သင်္ခါရ အားလုံးချုပ်ငြိမ်းရာ
နိဗ္ဗာန်သို့ ကျရောက်သွားသော ဂေါတြဘူဇောစိတ်
ဖြစ်ပေါ်သည်။
- ၄။ ထိုနောင် ထိုချုပ်ငြိမ်းရာ-နိဗ္ဗာန်၌ပင် သက်ဝင်တည်
နေလျက် မဂ်ဇောတကြိမ်၊ ဖိုလ်ဇော နှစ်ကြိမ်၊ အစဉ်
အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။
- ၅။ ထိုနောင် ပဋိသန္ဓေက ရခဲသည့်အာရုံ၌ ဖြစ်နေကျ
ဖြစ်သော ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားကြသည်။
- ၆။ ထိုနောင် တွေ့သိပြီးခါစ ဖြစ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်
တို့ကို ပြန်လှည့်၍ ဆင်ခြင်လျက် မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်း
တကြိမ်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဇော ၇-ကြိမ် အစဉ်အတိုင်း
ဖြစ်ပေါ်ကြပြီးလျှင် ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွား
သည်။ ဤသည်ကား အရိယမဂ် ဝီထိစိတ်အစဉ်
ဖြစ်ပုံပေတည်း။

မဂ်ဝင်ပုံဥပမာ

- ၁။ မြောင်း ခုန်လိုငြား၊ ယောကျ်ားဇာနည်။
ရှစ်လှမ်း ပြေးသွား၊ ဟုန်အားယူပြီ။
(ဆဋ္ဌမ)

နွယ်ကြိုးကိုင်ဆွဲ၊ ခုန်လှဲလေသည်၊
ဟိုဘက်ကျ၊ လွှတ်ချကြုံကြုံတည်။

မဂ်ဝင်ပုံ ဥပမေယျ

- ၂။ ဘဝဟိုကမ်း၊ မျှော်တမ်း ယောဂီ၊
ဖြစ်ပျက်ဉာဏ်မှ၊ ပြေးစပြုသည်၊
ရုပ်နာမ်ကိုင်ဆွဲ၊ သူလဲခုန်သည်၊
နိဗ္ဗာန်တွေ့၊ လွှတ်၍ ပြေးဝင်တည်။

၃၆။ သောတာပတ္တိမဂ်၏အကျိုးပြ

ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ မပယ်ဘူးမြဲ၊ ကိလေခဲ၊ ဖေါက်ခွဲပယ်ခွင်းသည်။
 - ၂။ အစမထင်၊ ဝဋ်ရေယဉ်၊ ကင်းစင်ခြောက်စေသည်။
 - ၃။ အပါယ်လေးပါး၊ လမ်းပေါက်များ၊ တံခါးပိတ်စေသည်။
 - ၄။ အရိယဥစ္စာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာ ရစေသည်။
 - ၅။ အင်္ဂါရှစ်ပါး၊ မဂ်သမီးများ၊ ပယ်ရှားသုတ်သင်သည်။
 - ၆။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ ရှောင်ခွာတိမ်း၊ ကင်းငြိမ်းစေပါသည်။
 - ၇။ ဘုရားရင်နှစ်၊ သားတော်ဖြစ်၊ စင်စစ်ရောက်စေသည်။
 - ၈။ ရာပေါင်းများလှ၊ ကျိုးဖလ၊ မဂ်ကပေးပါသည်။
- (၁၃၁၉-ခု၊ ကဆုန်လဆန်း ၈-ရက်စ၍ဟောသည်။)

(ဆဋ္ဌမ)

၃၇။ မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ ပါဠိတော် ရဋ္ဌပါလသုတ်လာ
ဓမ္မုဒ္ဓေသ ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ ဥပနိယုတိ လောကော အဒ္ဓုဝေါ။
အို၊ နာ၊ သေသို့၊ မောင်းနှင်ပို့၊ လူတို့မမြဲပါတကား။
- ၂။ အတာဏော လောကော အနဘိဿရော။
စောင့်ရှောက်သူမဲ့၊ ကိုးရာမဲ့၊ အားနဲ့လှချေပါတကား။
- ၃။ အဿကော လောကော၊ သဗ္ဗံ ပဟာယ ဂမနီယံ။
ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ၊ မရှိပါ၊ စွန့်ကာသွားရမည်တကား။
- ၄။ ဦနော လောကော၊ အတိတ္ထော တဏှာဒါသော။
လိုမပြည့်ဝ၊ အားမရ၊ တဏှာ ကျန်ချည်းပါတကား။
ဓမ္မုဒ္ဓေသ၊ ဤလေးဝ၊ ဗုဒ္ဓဟောကြား သတိထား။

၃၈။ ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်ဥပါဒါပရိတဿန
သုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

- ၁။ စွဲလမ်းလျှင် ဆာလောင်ပူပန်ရသည်၊ မစွဲလမ်းလျှင်
ဆာလောင်ပူပန်မှု ကင်းလေတော့သည်။
- ၂။ တစုံတခုသော ရုပ်နာမ်ကို ဆင်းရဲမထင်လျှင် ချမ်းသာ
သုခ ထင်တော့သည်။ ချမ်းသာ သုခ ထင်လျှင်
ငါ့ဥစ္စာအနေဖြင့် ထင်မြင်စွဲလမ်းလေတော့သည်။
(ဆဋ္ဌမ)

၃။ တစုံတခုသော ရုပ်နာမ်ကို မမြဲဟု မထင်လျှင်
မြဲသည်ဟု ထင်တော့သည်။ မြဲသည်ဟု ထင်လျှင်
ငါဟုထင်လျက် မာန်တက်လေတော့သည်။

၄။ တစုံတခုသော ရုပ်နာမ်ကို သဘောတရားမျှဟု
မထင်လျှင် အတ္တကောင်ဟု ထင်တော့သည်။
အတ္တကောင်ဟု ထင်လျှင် ငါ၏အတ္တဟု ထင်မြင်
စွဲလမ်းလေတော့သည်။

၃၉။ လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပ္ပန် ဆောင်ပုဒ်များ
(မဟာစည်ဆရာတော်)

တေသံ တေသံ ဓမ္မာနံ သဘာဝေါ ဝါ သာမညံ ဝါ
လက္ခဏံနာမ၊ ကိစ္စံဝါ သမ္ပတ္တိံ ဝါ ရသောနာမ၊ ဥပဋ္ဌာနာ
ကာရော ဝါ ဖလံ ဝါ ပစ္စုပ္ပန်နာမ၊ အာသန္နကာ
ရဏံ ပဒဋ္ဌာနံနာမ။ (အဋ္ဌသာလိနီ-၁၀၅)

(၆၃၃) သာမညံ ဝါ သဘာဝေါ ဝါ၊ ဓမ္မာနံ လက္ခဏံမတံ။
ကိစ္စံ ဝါ တဿ သမ္ပတ္တိံ၊ ရသောတိ ပရိဒီပိတော။

(၆၃၄) ဖလံ ဝါ ပစ္စုပ္ပန်၊ ဥပဋ္ဌာန နယောပိ ဝါ။
အာသန္နကာရဏံ ယံ တု၊ တံပဒဋ္ဌာနသညိတံ။

(အဘိဓမ္မာဝိဘင်္ဂ)

(၆၇) သဘာဝေါလက္ခဏံ နာမ၊ ကိစ္စသမ္ပုဇ္ဈာနာ ရသော။

ဂယှာကာရော ဥပဋ္ဌာနံ၊ ပဒဋ္ဌာနံ တုပစ္စယော။

(နာမရူပပရိစ္ဆေဒ)

(ဆဋ္ဌမ)

- (က) သဘာဝလက္ခဏာ ဟူသည်မှာ ရုပ်နာမ် တရားတို့၏ အထည် ကိုယ်ဟု ခေါ်ထိုက်သော ပင်ကိုယ်ရင်း သဘောပေတည်း။
- (ခ) (ကိစ္စ) ရသ ဟူသည်မှာ ၎င်းရုပ်နာမ်တို့၏ အစွမ်း သတ္တိ ကိစ္စပေတည်း။
- (ဂ) ပစ္စုပ္ပန် ဟူသည်မှာ ရှုမှတ်သောသူ၏ အသိဉာဏ် ထဲ၌ ၎င်းရုပ်နာမ်တို့၏ ထင်ပေါ်လာသော အမှု အရာ ပေတည်း။

၁။ ကက္ခတ္တလက္ခဏာ ပထဝီဓာတု၊ ပတိဋ္ဌာနရသာ၊
သမ္ပုဋ္ဌိန္နပစ္စုပ္ပန်နာ။ (အဋ္ဌကထာ)

ကြမ်းတမ်းမာခက်၊ ချောညက် တမည်၊ (လက္ခဏာ)
တည်ရာ-ကိစ္စ၊ သူက ပြုသည်။ (ရသ)

ခံလင့်ဆောင်ရေး၊ ပေါ့ လေး ထင်သည်၊+ (ပစ္စုပ္ပန်)
ပထဝီဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

+ (ဓမ္မသင်္ဂဟိတိဋ္ဌိနှင့် ၎င်း၏ အဋ္ဌကထာတို့၌ ပထဝီ
ကို ဂရုကံ လဟုကံ-ဟု ဝေဘန်ဖွင့်ပြသည်နှင့်အညီ
ပေါ့ခြင်း၊ လေးခြင်းကို ၎င်း၏ ပစ္စုပ္ပန်၌
ထည့်သွင်း၍ ပြသည်။)

(ဆဋ္ဌမ)

၂။ ပဉ္စရဏလက္ခဏာ အာပေါဓာတု ဩဝလက္ခဏာ ဝါ၊
 ဗြူဟနရသာ၊ သင်္ဂဟပစ္စုပဋ္ဌာနာ။
 အရည် တနည်း၊ ယိုစီး တမည်၊
 စိုထိုင်း ဖွံ့ထွား၊ တိုးပွားစေသည်၊
 စေးကပ် ပူးတွဲ၊ လုံးခဲ ထင်သည်၊
 အာပေါဓာတ်၊ သိမှတ်မြတ်ယောဂီ။

၃။ ဥဏ္ဍတ္တလက္ခဏာ တေဇောဓာတု၊ ပရိပါစနရသာ၊
 မဒ္ဒဝါနုပ္ပဒါနပစ္စုပဋ္ဌာနာ။
 အပူ အနှေး၊ အအေး တမည်၊
 ပူငွေ့ပေးလျက်၊ ရင့်ကျက်စေသည်၊
 နူးညံ့ ပျော့ပျောင်း၊ ဆင့်လောင်းပေးသည်၊
 တေဇောဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၄။ ဝိတ္ထမ္ဘနလက္ခဏာ ဝါယောဓာတု၊ သမုဒီရဏရသာ၊
 အဘိနိဟာရပစ္စုပဋ္ဌာနာ။
 ထောက်ကန် တောင့်တင်း၊ လျော့ခြင်းတမည်၊
 *ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှား၊ ရွှေ့သွားတတ်သည်၊
 + သူလိုရာဘက်၊ တွန်းလျက်ဆောင်သည်၊
 ဝါယောဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

မှတ်ချက်။ ။ *နာမရူပပရိစ္ဆေဒကျမ်း၌ သမုဒီရဏရသာ အရာ
 တွင် သမီရဏရသာ-ဟု ဆို၏။ အဘိဓမ္မာဝတင်္ဂါရဋ္ဌိကာသစ်၌
 သမုဒီရဏရသာတိ ကမ္မနရသာ-ဟု ဖွင့်၏။ ထို့ကြောင့် သမုဒီ

(ဆဋ္ဌမ)

ရဏ၊ သမီရဏ၊ ကမ္မန-ဟူသောသုံးပုဒ်တို့၌ သဒ္ဒါနက်အားဖြင့် လှုပ်ရှားခြင်း၊ လှုပ်ရှားစေခြင်းဟူသော အနက်တို့ကိုရ၏။ ထို့တွင် လှုပ်ရှားစေခြင်းအနက်ကိုယူ၍ မဟာဋီကာ၌ ပေလ္လန-တုန်းခြင်းဟု အဓိပ္ပာယ်ထွက်ပြန်၏။ တုန်းခြင်းဟူသည်မှာ မိမိနှင့် တပေါင်းတည်းဖြစ်သောရုပ်၊ တိုက်ခတ်မိသော ရုပ်တို့ကို အရပ်တပါး၌ ဖြစ်စေရန် တုန်းကန်သော သတ္တိပေတည်း။ ၎င်းမှာ လှုပ်ရှားမှုတိုင်း၌ ပါဝင်လျက်ရှိ၏။ သို့သော်လည်း လက်ခံစေသည် လှုပ်ရှားရာ၌ တုန်းသည်ဟု ပြောဆိုလေ့မရှိကြ။ လှုပ်ရှားသည်ဟူ၍သာ ပြောဆိုလေ့ရှိကြ၏။ ထို့ပြင် အခြားရုပ်တို့ကိုတုန်းကန်သော ဝါယောဓာတ်မှာ လှုပ်ရှားခြင်းသဘောလည်းရှိ၏။ ဝါယောဓာတ်သည် မိမိကလှုပ်ရှားတတ်သောကြောင့်ပင်သူတပါးအားလှုပ်ရှားစေတတ် တုန်းကန်တတ်ပေသည်။ ဥပမာ....လှုပ်ရှားတတ်သော နွားသည် လည်းကို လှုပ်ရှားစေတတ် တုန်းတတ်သကဲ့သို့ပေတည်း။ ထို့ကြောင့်တုန်းမှုသည် လှုပ်ရှားမှု၌ အတွင်းဝင်လျက်ရှိ၏။ လှုပ်ရှားမှုကိုသိလျှင် တုန်းမှုကိုလည်း သိတော့သည်သာတည်း။ သို့ဖြစ်၍ အထက်ပါ ဆောင်ပုဒ်၌ အများ ပြောဆိုလေ့ရှိ၍ နားလည်လွယ်သော လှုပ်ရှားမှုကိုသာ ပဓာနပြု၍ ဖော်ပြထားသည်။ အကယ်၍ မဟာဋီကာအဖွင့်နှင့် တိုက်ရိုက်ညီအောင်ဆိုလိုလျှင် “ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားရွှေ့သွားစေသည်”ဟု ပြင်၍ ဆိုရာ၏။

+ အထက်ပါဆောင်ပုဒ်တွင် “သူလိုရာဘက် တွန်းလျက် ဆောင်သည်” ဟူသော အပိုင်း၌ သူ-ဟူသော နာမ်စားဖြင့် ဝါယောဓာတ်ကိုဆိုသည်။ လိုရာဘက် ဟူသော စကားသည် တင်စား၍ ဆိုသော စကားဖြစ်သည်။ အဘိနိဟာရ- ရှေးရှု ဆောင်သည်-ဟူရာ၌ ရှေးရှု-ဟူသော စကားသည် သုတ နည်းသူတို့ နားမလည်နိုင်သော အသိခက်သော စကား ဖြစ် သည်။ ၎င်းဖြင့် ဦးတမ်းခြင်း-ဦးတည်ခြင်း အနက်ကို ပြ၏။ ထို ဦးတမ်းခြင်း-ဦးတည်ခြင်းအနက်ကိုလည်း သုတနည်းသူ တို့ နားလည်ရန် မလွယ်လှသေး။ ထို့ကြောင့် ယင်းရှေးရှု- ဦးတမ်း-ဦးတည်-ပုဒ်တို့၏ အစား “သူလိုရာဘက်” ဟူ၍ ဆိုထားသည်။ ဝါယောဓာတ်ဆောင်သွားလိုရာဘက်-ရှေးရှု ဦးတမ်းမိရာဘက်-ဟူ၍ဆိုလို၏။ ထိုသို့ဆိုရာ၌ ဝါယောဓာတ် မှာ အလိုဟူ၍ မရှိငြားသော်လည်း မြန်မာတို့၏ ပြောရိုး ဆိုစဉ်အားဖြင့် “မိုးသည် သူ့သူလိုရာ ရှာ၏။ လေသည် သူ တိုက်လိုရာ တိုက်၏” ဟူသောဥပမာ စကားတို့ကဲ့သို့ ဤ၌ လည်း “သူလိုရာဘက်” ဟု တင်စား၍ ဆိုထားသည်။

ဤတင်စားချက်မှာမူ ကလေးသူငယ်များ ဂေါ်လီလုံး လှိုမ့်၍ ကစားရာ၌ပင် “ဒီဂေါ်လီလုံးက ဒီဘက်ကို မသွား ချင်ဘူး၊ ဟိုဘက်ကို သွားချင်နေတယ်” စသည်ဖြင့် ပြောဆို လေ့ရှိသောကြောင့် “ဝါယောဓာတ်သည် သူလိုရာဘက်ကို တွန်းဆောင်သွားသည်” ဟုဆိုလျှင် ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက် (ဆဋ္ဌမ)

သို့ တွန်းဆောင်သွားသည်” ဟု ဆိုလိုကြောင်း လွယ်ကူစွာ ပင် သိနားလည်နိုင်၏။

ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ၊ ဋီကာ တို့၌လည်း “စက္ခု အာဝိဉ္ဇတိ မနာပိဗေယသု ရူပေသု (သံ ၂-၄၀၂)၊ စက္ခုပေတံ ဝိသမဇ္ဈာ သယံ။ပ။ ရူပစိတ္တ ပုပ္ဖလတာဒိဝိစိတ္တေသု ယေဝ ပန အဘိရ မတိ(သံဋ္ဌ ၂-၁၁၁)၊ ကွေ ခေါ မာဂဏ္ဍိယ ရူပါရာမံ ရူပရတံ (မ ၂-၁၇၁)၊ ရူပေသုအာဝိဉ္ဇနရသံ(ဝိသုဒ္ဓိ ၂-၇၄)၊ စက္ခုတိတိ ဝိညာဏးဓိဋ္ဌိတံ သမဝိသမံ အာစိက္ခန္တံ ဝိယ အဘိဗျတ္တံ ဝဒန္တံ ဝိယ ဟောတိတိ အတ္ထော။(မဟာဋီ ၂-၈၇) ဤသို့ စသည်ဖြင့် တင်စား၍ ပြဆိုထားသော အရာတို့သည် ရာပေါင်းများစွာပင် ရှိကုန်၏။

ထို့ပြင် အဘိနိဟာရ-ရှေးရှုဆောင်ခြင်းဟူသည်မှာ ဤ အရာ၌ ရှေ့သွားရုံမျှကို ဆိုလိုသည် မဟုတ်ပေ။ ဘူတ သင်္ခါဒဿ ဒေသန္တရပုတ္တိဟေတုဘာဝေ-ဟူသော မဟာဋီ ကာနှင့်အညီဘူတရုပ်အပေါင်း၏အရုပ်တပါး၌ဖြစ်ကြောင်း ဖြစ်သော ဝါယော၏ တွန်းဆောင်မှုကိုသာ ဆိုလိုပေသည်။ ထို့ကြောင့် “တွန်းလျက်” ဟူသောပုဒ်ပါထည့်၍ “တွန်းလျက် ဆောင်သည်” ဟု ဆိုထားသည်။

အထူးမှတ်ရန်မှာ-ဝါယောဓာတ်သည်ကမ္မဇစိတ္တဇဉာတုဇ အာဟာရဇအားဖြင့် ၄-မျိုးရှိရာတွင် စိတ္တဇဝါယောဓာတ်၏ လိုရာဘက်-ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်သည်၎င်းကိုဖြစ်စေသော
(ဆဋ္ဌမ)

ဇနကစိတ်၏ အလိုရှိရာဘက်ပင် ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွေးခြင်း ဆန့်ခြင်းစသော စိတ္တဇရုပ်၏ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို ပြောသောအခါ စိတ်၏အလိုရှိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားပုံဖြင့် ရှင်းလင်းပြောလျှင် သိလွယ်၏။ ဝိပဿနာအရာ၌ထိုဝါယော ၄-မျိုးတို့တွင် ကျွေးခြင်းဆန့်ခြင်း လှုပ်ရှားခြင်းစသည်ဖြင့် ကိုယ်အမှုအရာ စိတ္တဇဝါယောရုပ်ကို အများဆုံးရှုရ၏။ ထို့ကြောင့်ထိုစိတ္တဇဝါယော၏ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကိုရှင်းပြလိုက်လျှင်ဖောင်းမှုပိန်မှုစသော အခြားဝါယောရုပ်တို့၏ (အပြင်ဘက် အတွင်းဘက် စသော လိုရာဘက် ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားခြင်းဟူသော) ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကိုလည်း ထင်ရှား သိနိုင်တော့သည်သာ။

၅။ နမနုလက္ခဏံ နာမံ၊ သမ္ပယောဂရသံ၊ အဝိနိဗ္ဗာဂပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အာရုံထံပါး၊ ညွတ်သွားရောက်သည်၊
နာမ်အချင်းချင်းလဲ၊ ပူးတွဲယှဉ်သည်၊
သူတို့ချင်းလဲ၊ မခွဲသာပြီ၊
နာမ်တရား၊ ပိုင်းခြားမြတ်ယောဂီ။

၆။ ရူပုနုလက္ခဏံ ရူပံ၊ ဝိကိရုဏရသံ၊ အဗျာကတပစ္စုပဋ္ဌာနံ။
ဖောက်ပြန်တနဲ့၊ ပြောင်းလဲတတ်သည်။
ကြေမှုပြိုကွဲ၊ ပြန့်ကြဲတတ်သည်။
(ဆဋ္ဌမ)

အာရုံမပြု၊ သိမှုကင်းသည်။

ရုပ်တရား၊ ပိုင်းခြားမြတ်ယောဂီ။

၇။ အနုဘဝနလက္ခဏာ ဝေဒနာ၊ ဝိသယရသ သမ္ဘောဇ
ရသာ၊ သုခဒုက္ခပစ္စုပ္ပန်နာ။

အာရုံ ၆-ပါး၊ ခံစားတတ်သည်။

သု.ရသာလဲ၊ သုံးစွဲတတ်သည်။

ချမ်းသာ ဆင်းရဲ၊ ဉာဏ်ထဲထင်သည်။

ခံစားမှု၊ မှတ်ချက်မြတ်ယောဂီ။

၈။ သဉ္ဇာနနလက္ခဏာသညာ၊ တဒေဝေတန္တိ ပုနသဉ္ဇာနန
ပစ္စယနိမိတ္တကရဏရသာ၊ ယထာဂဟိတနိမိတ္တဝသေန
အဘိနိဝေသကရဏပစ္စုပ္ပန်နာ။

မမေ့စေကြောင်း၊ ကောင်းကောင်းမှတ်သည်။

မှတ်မိဘွယ်ဟိတ်၊ နိမိတ်ယူသည်။

ယူထားတိုင်းဘဲ၊ မှတ်စွဲနေသည်။

သညာဓာတ်၊ သိမှတ်မြတ်ယောဂီ။

၉။ အဘိသင်္ခရဏလက္ခဏာ သင်္ခါရာ၊ အာယူဟနရသာ၊
ဓိပ္ပာရပစ္စုပ္ပန်နာ။

ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်မှု၊ သူပြုတတ်သည်။

လုံ့ ဆော်အုပ်ချုပ်၊ အားထုတ်တတ်သည်။

လှုပ်လှုပ်ရွရွ၊ ကြောင့်ကြစိုက်သည်။

သင်္ခါရ၊ မှတ်ကြမြတ်ယောဂီ။

(ဆဋ္ဌမ)

၁၀။ စေတယိတ လက္ခဏာ စေတနာ၊ အာယူဟနရသာ၊
သံဝိဒဟနပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အာရုံ၌ကပ်၊ စေ့စပ်နှိုးသည်၊
လုံ့ဆော်အုပ်ချုပ်၊ အားထုတ်တတ်သည်၊
စီမံ ခန့်ခွဲ၊ သူလဲလုပ်သည်၊
စေ့ဆော်မှု၊ မှတ်ရှု မြတ်ယောဂီ။

၁၁။ ဝိဇာနနလက္ခဏံဝိညာဏံ၊ ပုဗ္ဗင်္ဂမရသံ၊ ပဋိသန္ဓိပစ္စုပဋ္ဌာနံ၊
အာရုံသိသော၊ သဘောရှိသည်၊
ခေါင်းဆောင်အလား၊ ရှေ့သွားတတ်သည်၊
ရှေ့စိတ်နှင့်စပ်၊ အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်၊
ဝိညာဏ်ဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၁၂။ ရူပါဘိဿာတာရဟဘူတပသာဒလက္ခဏံစက္ခု၊ ရူပေသု
အာဝိဇ္ဇနရသံ၊ စက္ခုဝိညာဏဿ အာဓာရဘာဝ
ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အဆင်းထင်ကြောင်း၊ ကောင်းကောင်း
ကြည်သည်။
အဆင်းဆီသို့၊ ဆောင်ပို့ပေးသည်၊
သူ့ကို မှီပြု၊ မြင်မှု ဖြစ်သည်၊
မျက်စိနှိုက်၊ သိထိုက်၍သုံးမည်။
(ဆဋ္ဌမ)

၁၃။ စက္ခုပဋိဟနနလက္ခဏံရူပံ၊ စက္ခုဝိညာဏဿ ဝိသယ
ဘာဝရသံ၊ တဿေဝ ဂေါစရဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

မျက်စိထဲ၌၊ တိုက်ခိုက်ပေါ်သည်၊
မြင်သိခံရ၊ ကိစ္စရှိသည်၊
မြင်မှု ရောက်သွား၊ ကျက်စားရာမည်၊
အဆင်းနှိုက်၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။

၁၄။ စက္ခုသန္တိသိတ ရူပဝိဇာနနလက္ခဏံ စက္ခုဝိညာဏံ၊
ရူပမတ္တာရမ္မဏရသံ၊ ရူပါဘိမုခဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

မျက်စိမှီယင်း၊ အဆင်းမြင်သည်၊
အဆင်းကိုမျှ သူကသိသည်။
အဆင်းဆီ ရှေးရှု၊ သူပြုနေသည်၊
မြင်သိနှိုက်၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။

၁၅။ ဖုသနလက္ခဏော ဖဿော၊ သဃိန္ဒနရသော၊ သန္တိ
ပါတ ပစ္စုပဋ္ဌာနော။

စိတ်နှင့် အဆင်း၊ ထင်လင်းတွေသည်။
စိတ်ကို အဆင်း၌၊ ထိခိုက်စေသည်။
မျက်စိအဆင်း၊ မြင်ခြင်းစုံညီ၊
မြင်တွေ့၌၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။
(ဆဋ္ဌမ)

၁၆။ ဣဋ္ဌဖေၤဋ္ဌဗ္ဗာနုဘဝနလက္ခဏံ သုခံ၊ သမ္ပယုတ္တာနံဥပ
 ဗြူဟနရသံ၊ ကာယိကအဿာဒပစ္စုပဋ္ဌာနံ။
 အတွေ့ကောင်းများ၊ ခံစားတတ်သည်၊
 စိတ်အဖေၤများ၊ ရှင်ပွားစေသည်၊
 ကိုယ်ထဲ ကောင်းလျက်၊ နှစ်သက်ဖွယ်မည်၊
 ကာယိက၊ သုခ ထင်ရှားသည်။

၁၇။ အနိဋ္ဌဖေၤဋ္ဌဗ္ဗာနုဘဝနလက္ခဏံ ဒုက္ခံ၊ သမ္ပယုတ္တာနံ
 မိလာပနရသံ၊ ကာယိကာဗာဓ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။
 အတွေ့ဆိုးများ၊ ခံစားတတ်သည်။
 စိတ်အားကုန်ခန်း၊ ညှိုးနွမ်းစေသည်၊
 ကိုယ်ထဲနှိပ်စက်၊ ခံခက် ထင်သည်၊
 ကာယိက၊ ဒုက္ခ ထင်ရှားသည်။

၁၈။ ဣဋ္ဌာရမ္မဏာ နုဘဝနလက္ခဏံ သောမနသံ၊ ဣဋ္ဌာ
 ကာရသမ္ဘောဂရသံ (သမ္ပယုတ္တာနံ ဥပဗြူဟနရသံ
 မဟာဋီကာ)၊ စေတသိက အဿာဒပစ္စုပဋ္ဌာနံ။
 အာရုံကောင်းများ၊ ခံစားတတ်သည်၊
 အကောင်းကိုဘဲ၊ သုံးစွဲတတ်သည်။ (အဋ္ဌကထာ)
 စိတ်အဖေၤများ၊ ရှင်ပွားစေသည်၊ (ဋီကာ)
 စိတ်ထဲကောင်းလျက်၊ နှစ်သက်ဖွယ်မည်၊
 စိတ်ထဲမှ၊ သုခ ထင်ရှားသည်။
 (ဆဋ္ဌမ)

၁၉။ အနိဋ္ဌာရမ္မဏာ နုဘဝနလက္ခဏံ ဒေါမနဿံ၊ အနိဋ္ဌာ
ကာရသမ္ဘောဂရသံ၊ (သမ္ပယုတ္တာနံ မိလာပနရသံ
မဟာဋီကာ)၊ စေတသိကာ ဗာဓပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အာရုံဆိုးများ၊ ခံစားတတ်သည်၊

အဆိုးကိုဘဲ၊ သုံးစွဲတတ်သည်၊ (အဋ္ဌကထာ)

စိတ်အားကုန်ခန်း၊ ညှိုးနွမ်းစေသည်၊ (ဋီကာ)

စိတ်ထဲနှိပ်စက်၊ ခံခက်ထင်သည်၊

စိတ်ထဲမှ၊ ဒုက္ခ ထင်ရှားသည်။

၂၀။ မဇ္ဈတ္တဇဝဒယိတလက္ခဏာ ဥပေက္ခာ၊ သမ္ပယုတ္တာနံ
နာတိဥပဗြူဟန မိလာပနရသ၊ သန္တဘာဝ
ပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အလယ်လတ်များ၊ ခံစားတတ်သည်၊

စိတ်ညှိုးရွှင်ပြ၊ ကင်းပ စေသည်၊

ကောင်းဆိုးမဖက်၊ ငြိမ်သက်ပေသည်။

ဥပေက်ဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၂၁။ သန္တိလက္ခဏံ နိရောဓသစ္စံ၊ အစူတိရသံ၊ အနိမိတ္တ
ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

ရပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်၊ ပြတ်လျက် ငြိမ်းသည်၊

ရှေ့လျောသေခြင်း၊ ကင်းရှင်းပေသည်။

သဏ္ဌာန်နိမိတ်၊ ကင်းဆိတ် ထင်သည်၊

နိရောဓ၊ ရောက်က သိမြင်သည်။

(ဆန္ဒမ)

၄၀။ ပဋ္ဌာန်း တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ ဟေတုပစ္စယော၊ အမြစ်မှ ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁) လောဘ၊ဒေါသ၊ မောဟ၊ အလောဘ၊အဒေါသ၊ အမောဟ၊ ဤဟိတ် ၆-ပါးက ဟေတုပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

ပစ္စည်း ဆိုတာက အကြောင်းတရား၊

ပစ္စယုပ္ပန် ဆိုတာက အကျိုးတရား၊

၂။ အာရမ္မဏပစ္စယော၊ အာရုံဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၂) အာရုံ ၆-ပါးက အာရမ္မဏပစ္စည်း၊ အာရုံပြုတဲ့ စိတ်နာမ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၃။ အဓိပတိပစ္စယော၊ အကြီးအကဲဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၃) လွန်ကဲသော ဆန္ဒ၊ဝီရိယ၊စိတ်၊ပညာ၊ ဤ ၄-ပါးတွင် ပါးပါးပါးက အဓိပတိပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၄) အလေးပြုခံရတဲ့ အာရုံကအာရမ္မဏာဓိပတိပစ္စည်း၊ အလေးပြုတဲ့ စိတ်နာမ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၄။ အနန္တရပစ္စယော၊ အခြားမဲ့ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

၅။ သမနန္တရပစ္စယော၊ ကောင်းစွာ အခြားမဲ့ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၅) ရှေးရှေး စိတ်နာမ်များက အန္တရ၊ သမန္တရ၊ နတ္ထိဝိဂတပစ္စည်း၊ နောက်နောက် စိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

(ဆဋ္ဌမ)

၆။ သဟဇာတပစ္စယော။ ပြိုင်တူဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

၇။ အညမညပစ္စယော။ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုသော တရား။

၈။ နိဿယပစ္စယော။ မှီရာဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၆) နာမ်တရားများ အချင်းချင်း၊ မဟာဘုတ် ၄-ပါး အချင်းချင်း၊ ပဋိသန္ဓေစိတ်နှင့် ဝတ္ထုရုပ် အချင်းချင်း၊ သဟဇာတ၊ အညမည၊ နိဿယပစ္စည်း၊ ပစ္စယုပ္ပန်။

(၇) စိတ်နာမ်များက သဟဇာတ၊ နိဿယပစ္စည်း၊ စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၈) မဟာဘုတ် ၄-ပါးက သဟဇာတ၊ နိဿယပစ္စည်း၊ ဥပါဒါရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၉) မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်နှင့် ဝတ္ထုရုပ်တို့က နိဿယပစ္စည်း၊ မြင်တာ၊ ကြားတာ၊ နံတာ၊ စားတာ၊ ထိတာ၊ သိတာက ပစ္စယုပ္ပန်။

၉။ ဥပနိဿယပစ္စယော။ အားကြီးသော အကြောင်းဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁၀) စွဲမှီရာ ရှေးကာလ စိတ်နာမ်များက ပကတူပ နိဿယပစ္စည်း၊ စွဲမှီ၍ဖြစ်သောနောက်ကာလစိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၁) ဥတု၊ ဘောဇဉ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်၊ နေရာ စသည်က ပကတူပ နိဿယပစ္စည်း၊ ၎င်းတို့ကို စွဲမှီ၍ဖြစ်သော စိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

(ဆဋ္ဌမ)

(အာရမ္မဏပနိဿယ၊ အနန္တရူပနိဿယတို့မှာ နံပါတ် (၄-၅)အပိုဒ်တို့နှင့်တူပြီ။)

၁၀။ ပုရေဇာတ ပစ္စယော၊ ရှေးဦးစွာဖြစ်နှင့်၍ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁၂) မျက်စိစသော မှီရာ ရုပ် ၆-ပါးက ဝတ္ထုပုရေဇာတ ပစ္စည်း၊ မြင်မှုစသော ရုပ်နာမ် ၆-ပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၃) အဆင်းစသော အာရုံ ၅-ပါးက အာရမ္မဏ ပုရေဇာတပစ္စည်း၊ မြင်မှုစသော စိတ်နာမ် ၅-ပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၁။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော၊ နောက်မှဖြစ်၍ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁၄) နောက်မှ ဖြစ်မေ့လျော့သော စိတ်နာမ်များက ပစ္ဆာဇာတပစ္စည်း၊ ရှေးကဖြစ်နှင့်သော တကိုယ်လုံးရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၂။ အာသေဝနပစ္စယော၊ အထုံပါစေ၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား

(၁၅) ရှေးရှေးဇောက အာသေဝန ပစ္စည်း၊ ဖိုလ်မှ တပါး နောက်နောက်ဇောက ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၃။ ကမ္မပစ္စယော၊ ပြုမှုဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁၆) စေတနာက ကမ္မပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇ ရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၇) ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ် စေတနာက ခဏကဲ့ ကမ္မ ပစ္စည်း၊ အကျိုးဝိပါက်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(ဆဋ္ဌမ)

၁၄။ ဝိပါကပစ္စယော၊ အကျိုးဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၈) ဝိပါကံစိတ်နာမ်ကဝိပါကပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၅။ အာဟာရပစ္စယော၊ အားသစ်ပေး၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၉) သြဇာရုပ်ကအာဟာရပစ္စည်း၊ တကိုယ်လုံးရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၀) ဖဿ၊ စေတနာ၊ စိညာဉ်က အာဟာရပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စယော၊ အုပ်စိုး၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၁) မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ ဤရုပ်ငါးပါးက ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ မြင်မှုစသော စိတ်နာမ်ငါးပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၂) ဇီဝိတ ခေါ် အသက်ရုပ်က ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ တွဲဘက် ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၃) ဇီဝိတခေါ်အသက်နာမ်နှင့် စိတ်၊ ဝေဒနာ၊ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဤရှစ်ပါးက ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၇။ ဈာနပစ္စယော၊ ရှု၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၄) ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ ဝေဒနာ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ဤဈာနငါးပါးက ဈာနပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၈။ မဂ္ဂပစ္စယော၊ ရောက်စေ၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(ဆဋ္ဌမ)

(၂၅) မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ စသော မဂ္ဂင်တရားကိုယ်
၉-ပါးက မဂ္ဂပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေ၊
ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော၊ ယှဉ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၆) စိတ်စေတသိက် အချင်းချင်း သမ္ပယုတ္တပစ္စည်း
ပစ္စယုပ္ပန်။

၂၀။ ဝိဇ္ဇယုတ္တပစ္စယော၊ မယှဉ်ဘဲ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၇) စိတ်နာမ်များက ဝိပွယုတ္တပစ္စည်း၊ စိတ္တဇရုပ်၊
ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၈) ပုရေဇာတဝိဗ္ဗယုတ်မှာ ဝတ္ထု၊ ပုရေဇာတနှင့်တူပြီး၊
ပစ္ဆာဇာတ ဝိပွယုတ်မှာ ပစ္ဆာဇာတနှင့် တူပြီး။

၂၁။ အတ္ထိပစ္စယော၊ ရှိဆဲဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၂။ နတ္ထိပစ္စယော၊ မရှိမူ၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၃။ ဝိဂတပစ္စယော၊ ချုပ်ကင်း၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၄။ အဝိဂတပစ္စယော၊ မချုပ်ကင်းမူ၍ ကျေးဇူးပြုသော
တရား။

(၂၉) အတ္ထိ၊ အဝိဂတတို့မှာ သဟဇာတ၊ ပုရေဇာတ၊
ပစ္ဆာဇာတ၊ ရုပ်အာဟာရ ရုပ်ဇီဝိတိန္ဒြိယတို့နှင့် တူပြီး။

(၃၀) နတ္ထိ၊ ဝိဂတတို့မှာ အနန္တရနှင့် တူပြီး။

(၁၃၂၁-ခုနှစ် ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံးဟောသည်၊ အချို့
ဆောင်ပုဒ်၌ သုတနည်းသို့ သိလွယ်မှတ်လွယ်ရုံမျှ ပြထား
သည်၊ အတိအကျ အပြည့်အစုံကား မဟုတ်)။

ဩကာသမုမ္ပုန် ကန်တော့ခန်း

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊
မနောကံ တည်းဟူသော၊ အပြစ်ခပ်သိမ်း၊ ပပျောက်ငြိမ်း၍၊
အသက်ရှည်စွာ၊ အနာ မဲ့ရေး၊ ရန်ဘေး ကင်းကြောင်း၊
ကောင်းမှုမင်္ဂလာ၊ ဖြစ်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ၊ ဘုရားရတနာ၊
တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ တည်းဟူသော၊ ရတနာမြတ်
သုံးပါး၊ (ဆရာသမား)တို့ကို၊ အရိုအသေ၊ လက်အုပ်မိုး၍၊
ရှိခိုး ပူဇော်၊ ဖူးမြော် မာန်လျော့၊ ကန်တော့ပါ၏ (အရှင်
ဘုရား)။

(ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင် ဤတွင်ရပ်ပါ)

(ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်မရှိလျှင် အောက်ပါ ဆုတောင်းကို
ဆက်တောင်းပါ)

ကန်တော့ရသော၊ ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့်၊
အပါယ် (၄) ပါး၊ ကပ်(၃) ပါး၊ ရပ်ပြစ် (၈) ပါး၊
ရန်သူမျိုး (၅) ပါး၊ ဝိပတ္တိတရား (၄) ပါး၊ ဗျသနတရား
(၅) ပါး၊ အနာမျိုး (၉၆) ပါး၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (၆၂) ပါး တို့မှ၊
အခါခပ်သိမ်း၊ ကင်းလွတ် ငြိမ်းသည်သာဖြစ်၍၊ မဂ်တရား၊
ပိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို၊ လျင်မြန်စွာ၊ ရပါ
လို၏ (အရှင်ဘုရား)။

မှတ်ချက်။

။ဤကန်တော့ခန်း၌ (ဆရာသမား) ဟူသော
ဤစကားမှာ၊ ဆရာသမားတို့ကို ကန်တော့
(ဆဋ္ဌမ)

သောအခါ၌ ထည့်ဆိုရန်ဖြစ်သည်။မိခင်၊ဘခင်၊
စသည်တို့ကို ကန်တော့သော အခါများ၌
မူကား၊ မိခင်၊ဘခင်၊ အဘိုး၊အဘွား၊ ဦးကြီး၊
အရီး၊ အဒေါ် စသည်ဖြင့် ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာတို့ကို
လဲလှယ်ထည့်သွင်း၍ ဆိုရမည်။

(အရှင်ဘုရား) ဟူသော စကား မှာလည်း
ရတနာ (၃) ပါး၊ ရဟန်း သံဃာ တို့ကို ကန်
တော့သော အခါ၌သာ ဆိုရန်ဖြစ်သည်။





ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ
ဗုဒ္ဓသာသနာ့နဂါး ပဋိပတ္တိသာသနာပြု မဟာစည်ရံပုံငွေဖြင့်
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။