

ကျားကူး
ဝတ်ရတ်စည်



၁၈၈၅ ခု

ကျားကူးဆရာတော် ဦးစကြို

ရန်ကုန်မြို့၊ ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်း

ကျားကူးကျောင်းတိုက်

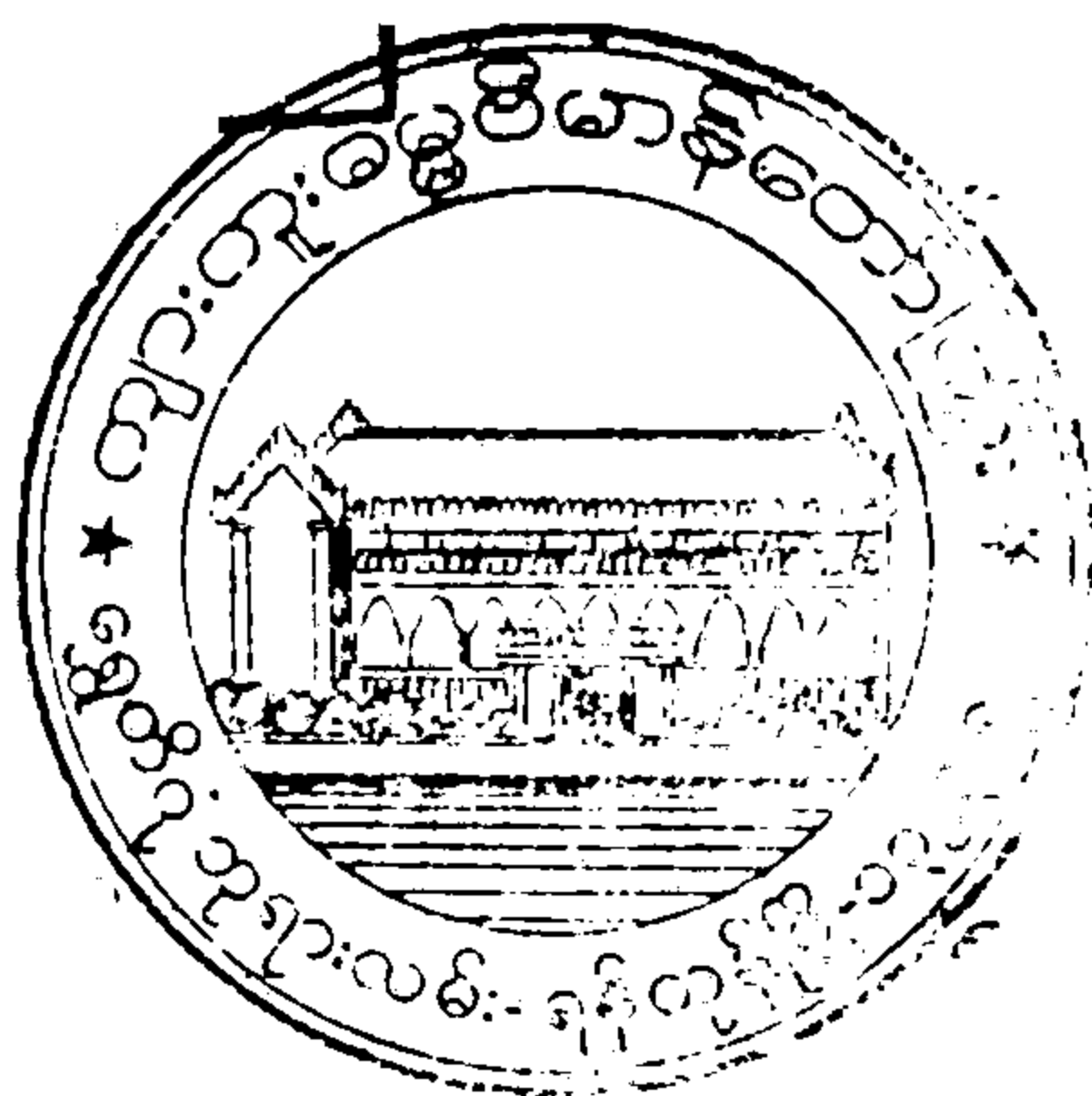
ဆရာတော် ဦးစက္ကိန္ဒ စီစဉ်ရေးသားသော

လိုက်နာကျင့်ကြံ အမြင်ဉာဏ်

နှင့်

ကျားကူး ဝတ်ရွတ်စဉ်

ဓမ္မဒါန



ကာယသုခ-ပိဋကတ်ပုံနှိပ်တိုက်
အမှတ်-၁၂၉၊ ၃၁-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်ခြင်း

၁၉၇၇-ခုနှစ်၊ ဒုတိယ အကြိမ်
အုပ်ရေ ၂၀၀၀
ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာပေခွင့်ပြုချက်
အမှတ် (၈၉၁၂)

ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသူ။

။ဦးမေ့ရက္ခိတ၊ ကင်းလွတ်ခွင့် အမှတ်
၀၃၄၃၇- ကျားကူးဓမ္မဗိမာန်၊ ရွှေတိဂုံ
ဘုရားလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့က ထုတ်ဝေ၍-
ဒေါ်လှမြင့် (မြဲ-၀၂၀၉၀) ကာယသုခ
ပုံနှိပ်တိုက်၊ အမှတ် ၁၂၉-၃၁-လမ်း၊
ရန်ကုန်မြို့က ပုံနှိပ်သည်။ ဓမ္မဒါန။

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၃။	မေတ္တသုတ်	 ၁၃၇
၆။	ခန္ဓသုတ်ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ	၁၄၁
၄။	ခန္ဓသုတ်	 ၁၄၁
၇။	မောရသုတ်ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ	၁၄၄
၅။	မောရသုတ်	 ၁၄၄
၈။	ဝဋ္ဋသုတ် ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ	၁၄၇
၆။	ဝဋ္ဋသုတ်	 ၁၄၇
၉။	ဇေဂ္ဂသုတ်ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ	၁၄၉
၇။	ဇေဂ္ဂသုတ်	 ၁၅၀
၁၀။	အာဠာနာဠိယသုတ် ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ	 ၁၅၇
၈။	အာဠာနာဠိယသုတ်	 ၁၅၈
၁၁။	အင်္ဂုလိမာလသုတ် ဟောခြင်းအကြောင်းအရာ	၁၆၅
၉။	အင်္ဂုလိမာလသုတ်	 ၁၆၆
၁၂။	ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် ဟောခြင်းအကြောင်းအရာ	၁၆၇
၁၀။	ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်	 ၁၆၈
၁၃။	ပုဗ္ဗဏှသုတ် ဟောခြင်းအကြောင်းအရာ	၁၇၁
၁၁။	ပုဗ္ဗဏှသုတ်	 ၁၇၂
၁၄။	ပရိတ်ရွတ်ဆိုပုံအစီအစဉ်	 ၁၇၇
၁၅။	ရွတ်ဖတ်ရန်အညွှန်း အချိန်အခါနှင့်ပရိတ်	၁၇၇
၁၆။	ဓမ္မစက္ကပဝတ္တနသုတ္တ	 ၁၈၀

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၇။	အနတ္တလက္ခဏသုတ် ပါဠိတော်	 ၁၉၂
၁၈။	ပဋ္ဌာန်းပါဠိတော်	 ၁၉၇

[ည] ဘုရားအနေကဇာတင်ရန် အခန်း

၁။	ပဌပ ဗုဒ္ဓဝစန	 ၂၁၆
၂။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနုလောမ	 ၂၁၇
၃။	ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ် ပဋိလောမ	 ၂၁၇
၄။	ဥဒါန်းဂါထာ	 ၂၁၈
၅။	ပစ္စယုဒ္ဓေသပါဠိတော်	 ၂၁၈
၆။	အဘိသေကဂါထာ	 ၂၁၉

[ဋ] ပါဠိစာပေ ဖတ်စာ မြန်မာ အသံထွက်

၁။	အမှန်ရွတ်ဖတ်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းပုံ	 ၂၂၁
၂။	ပါဠိစာပေဖတ်စာ မြန်မာအသံထွက်	 ၂၂၂
၃။	လေ့ကျင့်ခန်း	 ၂၂၈
၄။	အသံထွက် မူသေမှတ်တမ်း	 ၂၃၀
၅။	အုပ်စုပတ် ဗျည်းအဆင့်များ ပြခန်း	 ၂၃၅

[၄]	မေတ္တာ ဘာဝနာအခန်း	 ၂၄၃
[၅]	ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မဝါအခန်း	 ၂၅၀
[၆]	အချိန်ပြ ပြက္ခဒိန်	 ၂၆၁
	အပြီးအဆုံး နိဂုံးကဗျာ	 ၂၆၄

ပလ္လင်ခံစကား

သတ္တဝါတိုင်း သတ္တဝါတိုင်း၏ ကိုယ်-နှုတ်-စိတ် အလေ့အကျင့် အမူအရာများသည် အကောင်းအဆိုး အားဖြင့် နှစ်မျိုးပြားလျက်ရှိရာ အလေ့အကျင့်ဆိုး ရှိသူ များသည် ပစ္စုပ္ပန် သံသရာ ဘဝနှစ်ဖြာ၌ အကြောင်း မကောင်းက အကျိုးကောင်းမရဆိုသော ဓမ္မ သဘာဝ အတိုင်း မကောင်းကျိုးကို သယ်ပိုး ရွက်ဆောင်နေသူ ဖြစ်မှုကြောင့် မကောင်းသောကိုယ် နှုတ်-စိတ် အမူအရာ ဆိုးများကို အပ္ပမာဒ သတိတရားဖြင့် ဖယ်ရှားတုန်းလှန်၍ ကောင်းသော ကိုယ်-စိတ်-နှုတ် အမူအရာတွေ ဖြစ်ပွား ကြစေရန် မှန်မြတ်သော စိတ်ရည်သန်ဖြင့် ဘုရားစသော သူတော်သူမြတ်များက နည်းမျိုးစုံချယ်လှယ်၍ အသွယ် သွယ် အဝဝသော တရားနည်းလမ်းဓမ္မဖြင့် သွန်သင် ဆုံးမပေးကြကုန်သည်။

ဝတ်ရွတ်စဉ်ဆိုတာ ဘာလဲ

ဤသို့သွန်သင်ဆုံးမမှုတရားဓမ္မထဲက ကောင်းနိုးရာရာ ရွေးနုတ်၍ ရတနာဆုံးပါး၌ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါထက်သန် ကုန်သော အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီးတို့ အတွက် ထက်မြက်သော အသိဉာဏ် ရင့်သန်စေရန် ရှေး ပေါရာဏ ကဝိတို့က “ဝတ်ရွတ်စဉ်”ဟု တီဆွင် ထားခဲ့ပေသည်။

(၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

အဆိုပါ ဝတ်ရွတ်စဉ်ဆိုသော စကားလုံးထဲ၌ အသံ
အညွှာ မှန်မြတ်သော အနက်အဓိပ္ပါယ် ဆိုတာကတော့

ဝတ် ဆိုတာ ဖြစ်ခြင်း၊ ရွတ် ဆိုတာ နှုတ်ဖြင့်ရွတ်ဖတ်
သရဇ္ဈာယ်ခြင်း၊ စဉ် ဆိုတာ အမြဲအစွဲဟု ဂဟေတဗ္ဗ
အဓိပ္ပါယ် ဖြောင့်တန်း ဆွယ်လိုက်ပါက နေ့စဉ်အမြဲ
မပြတ် ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်သော ဓမ္မစကြာ စသော
တရားတော်တို့၏ နှုတ်၌ဖြစ်ခြင်းဘဲဟု ဖြောင့်တန်းသော
အနက် ပေါ်ထွက်လာချက်ကြောင့် တခါတလေရွတ်ဖတ်
သရဇ္ဈာယ်မှုမျိုးမဟုတ်ဘဲ အမြဲဓလေ့ နှလုံးမွေ့စွာ ရွတ်
ဖတ်ခါ နေခြင်းမျိုးကို ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟု ခေါ်တွင်
သတ်မှတ်ခဲ့သတည်း။

တနည်းအားဖြင့် ဝတ်ကျောင်းထဲ၌ ဝတ်ကြံ့တဲ၌
အစဉ်အစဉ် ချမှတ်၍ ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်သောကြောင့်
ဝတ်ရွတ်စဉ် ခေါ်တွင်ပေသည်။

ကောင်းသော ကိုယ်နှုတ် စိတ် အမူအရာသုံးမျိုးမှာ
အမြဲမပြတ် ပွားများသော အာစိဏ္ဏကံမြောက် နှုတ်
အမူအရာကောင်းဖြစ်၍ ပညာဉာဏ် တိုးပွားလာပြီးလျှင်
ပါရမီကံ ပြည့်စုံလုံလောက်သောအချိန်အခါ၌ ရွတ်ဖတ်
သရဇ္ဈာယ် နေခိုက်မှာပင် သမာဓိဝင် မဂ်ဉာဏ်မြင်၍
နိဗ္ဗာန်လျှင် အဆုံးရှိသော အထွဋ်အဖူးဖြစ်သော ပန်း
ခိုင်ကို လှမ်းကိုင် ဆွတ်ခူးနိုင်ပေသတည်း။

ရည်မှန်းချက် ကောင်းဘို့လို့

အရဟတ္တဖိုလ်ပန်းခိုင်ကို လှမ်းကိုင်လိုသော ယောဂီ သူတော်စင်၌ အခြေခံအထောက်အပံ့ အကြောင်းများ ပြည့်စုံ လုံလောက် နိုင်ရန်အတွက် ဝတ်ရွတ်စဉ်များကို မရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်မီနှင့် ရွတ်ဖတ်ပြီး အခါများမှာ-

“အဒ္ဓါယ ဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ ဇာတိဇရာ ဗျာဓိ မရဏမှာ ပဋိမုဉ်ဿာမိ” ဟူ၍၎င်း၊

“ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု” ဟူ၍ ၎င်း ရည်ရွယ်မှန်းထားချက် ပန်းတိုင် ကောင်းမွန်ရန် အထူး လိုအပ်ပေသည်။

မှန်ကန်သော ရည်ရွယ်ချက်နှင့် နိဗ္ဗာန်ကို တောင့်တ ဆုပန်မှု မရှိဘဲ မဂ်ဉာဏ် မရနိုင်ပေကုန်။ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန် တောင့်တဆုပန်၍ ကုသိုလ်ကောင်းမှု များ ပြုသူသာ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်၍ မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်ကုန်သည်။ ဤသို့သောစကားကို ဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူပုံမှာ-

“ယေကေစိ ဘူမိဇ သမဏာဝါ ဗြဟ္မဏာဝါ သမ္မာ ဒိဋ္ဌိနော သမ္မာသင်္ကပ္ပါ - သမ္မာဝါစာ - သမ္မာကမ္မန္တာ သမ္မာအာဇီဝါ - သမ္မာဝါယာမာ - သမ္မာသတိ - သမ္မာ သမာဓိနော၊ တေ - အာသညေပိ ကရိတွာ ဗြဟ္မစရိယံ စရန္တိ သဗ္ဗဖလဿ အဓိဂမာယ” ဟု

(၄)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

(ဥပရိပဏ္ဏာသ ပါဠိတော် ဘူမိဇသုတ်၌ ဟောတော်မူပြီ)
အဓိပ္ပာယ်မှာ။ ။ ဘူမိဇ-အချို့ကုန်သော ရဟန်းပုဂ္ဂိုလ်
လူပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လောကီမဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပေါ်ကြကုန်
ပြီး ဝိတ်အစဉ်ဝယ် ဖြစ်ပေါ်နေသော ထိုမဂ္ဂင်ရှစ်ပါး
တရားမြတ်သည် ကုသိုလ်ပြုတိုင်း နိဗ္ဗာန်-မဂ် ဖိုလ်ကို
တောင့်တ ပန်ဆင်ခြင်းပြု၍ လောကီမဂ္ဂင် ရှစ်ပါးကို
အကယ်၍ ကျင့်ကြံ အားထုတ်မည်ဆိုလျှင် မဂ်ဖိုလ်
နိဗ္ဗာန်ကို ကော်မုချ ရခြင်းငှာ ထိုက်ကုန်၏။ မဂ်ဖိုလ်
နိဗ္ဗာန်ကို ဆုတောင်းပန်ဆင်ခြင်းမပြုဘဲ တရားထိုင်မည်
ဆိုလျှင် နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ကို မရနိုင်ဟု မှတ်ရမည်။

(ဤကား ပါဠိတော် အဓိပ္ပာယ်၊ ဥပရိပဏ္ဏာသ
ဋီကာ၌ အကျယ်ဖွင့်ဆိုလျက် ရှိပေသည်။)

ဝိတ်ကလည်း နိဗ္ဗာန် တောင့်တ၍ တကယ်တရား
လည်း အားထုတ်ရမည် ဆိုလိုပါသည်။

ဆုတောင်းပုံနှင့် ရွတ်ပတ်ရမှုအကျိုး

ဤရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ခြင်း ကုသိုလ်ကံအထူးကြောင့်
ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းဆင်းရဲ၊ အိုရခြင်းဆင်းရဲ၊ နာရခြင်း
ဆင်းရဲ၊ သေရခြင်း ဆင်းရဲ စသော ဆင်းရဲဒုက္ခမျိုးစုံ
အဖို့ဖို့မ ကင်းလွတ်ကုန်ရပါလို၏ ဟူ၍၎င်း။

တပည့်တော်၊ တပည့်တော်မတို့၏ နေ့စဉ် ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်ရမှု ဤ ကောင်းမှုသည် အိုမှု-နာမှု-သေမှု စသော ဆင်းရဲဘေးဒဏ် ရန်မာရ်ခပ်သိမ်း အငြိမ်းကြီး ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ၏ အထောက်အပံ့ အကြောင်း တရား ဖြစ်ပါစေသား၊ ဟူ၍၎င်း။

ချမ်းသာမှုအားလုံးတို့၏ အထွဋ်အဖျား နိဗ္ဗာန်တရား ကို ရည်ရွယ်မှန်းထား၍ ဖတ်ကြား ရွတ်ဆိုနေပါလျှင် ပရိတ်ရွတ်ခြင်းစသော ဝတ်ရွတ်စဉ်အခိုက်မှာပင် ‘မဂ်ဝင်၊ ဖိုလ်ဆိုက်ခါ’ အငြိမ်းခတ် ရောက်လာနိုင်ပုံကို ဤသို့ အားဖြင့် “သမ္မောဟ ဝိနောဒနီ” အဋ္ဌကထာဆရာ ဖွင့်ဆိုခဲ့ပေသည်။

“စတ္တာရောမာသေ ဒုတ္တိံသာကာရံ
သဇ္ဈာယန္တောဝ သောတာပန္နာ အဟေသု”

လေးလတာပတ်လုံး ဆံပင်-မွေးညှင်း-ခြေသည်း- လက်သည်း-သွား-အရေ စသော သုံးဆယ့်နှစ်ကောဠာသကို ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ကုန်သူတို့သည် သာလျှင် အယူမှား ကင်း ကွာ၍ သောတာပန် အရိယာတွေ ဖြစ်ကြကုန်ပြီ ဟူသော အဋ္ဌကထာ ဖွင့်ဆိုချက်ကို ယောက်ဆ၍ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြင့် ဝတ်ရွတ်စဉ်များကို နေ့စဉ်နေ့တိုင်းပင် သဒ္ဓါတရား ရှေ့သွား၍ ကြိုးစားကာ ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်ကြ ကုန်ရာ သတည်း။

(၆)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်၏ ထူးခြားချက်များ

- ၁။ ဤဝတ်ရွတ်စဉ်ကို ကျားကူးကျောင်းတိုက် သံဃာတော်များ၏ ညစဉ်ရွတ်ဆိုမှုကို အခြေခံ၍ ထည့်သွင်း ဖြည့်စွက်ထားမှုကြောင့် ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ် ဟူ၍လည်း ခေါ်ဆိုအပ်ပေကြောင်း။
- ၂။ ဤ ဝတ်ရွတ်စဉ်ကို (၄၇) လမ်းနေ တပည့်မောင်အောင်သန်း၏ တောင်းပန် လျှောက်ထားမှု အကြောင်းခံဖြင့် စိတ်ကူးဉာဏ် ထည့်သွင်း၍ စီမံဖန်တီးရမှုကြောင့် မောင်သန်း ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။
- ၃။ ဤဝတ်ရွတ်စဉ်ကို တရားအားထုတ်ရန် နည်းလမ်းမှန်တို့နှင့်တကွ သိမှတ်ဘွယ်ရာ အဖြာဖြာ ပါရှိမှုကြောင့် အထူးဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။
- ၄။ ဤဝတ်ရွတ်စဉ်ကို ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ရန် ဒေသနာသံတို့နှင့်တကွ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လမ်းမှန်ညွှန်ပြ ဆိုဆုံးမခြင်းတို့ဖြင့် တင့်တယ်လှပသောကြောင့် လမ်းညွှန်ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။
- ၅။ ဤဝတ်ရွတ်စဉ်ကို အေးငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်သို့ သွားရာ ဖြိုးဖြောင့်သောမဂ္ဂင်လမ်းတိုင်အောင် ပေါက်ရောက်

နိုင်မှုကြောင့် မဂ္ဂင်ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ထိုက်ပေကြောင်း။

- ၆။ ဤ ဝတ်ရွတ်စဉ်ကို မဂ္ဂင် ဆိုက်ရောက်အောင် အကျိုးသက်ရောက်ပါက ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းနိုင်မှုကြောင့် အေး ဝတ်ရွတ်စဉ် နိဗ္ဗာန်ပေါက်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။
- ၇။ ဤ ဝတ်ရွတ်စဉ်အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံပါက ကိလေသာ ရန်သူမျိုးစုံကို အောင်ပွဲ ဆင်နိုင်ခြင်းကြောင့် မဟာဇယမင်္ဂလဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုနိုင်ပါကြောင်း။
- ၈။ ဤ ဝတ်ရွတ်စဉ်အတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်ကြံနေနိုင်ပါက ကိုယ်-နှုတ်-စိတ်-တို့ ယဉ်ကျေး လိမ်မာနိုင်သောကြောင့် ယဉ်ကျေးမှု ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။
- ၉။ ဤ ဝတ်ရွတ်စဉ်အတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံ ရွတ်ဖတ် သုဇ္ဈာယ်မှုရှိသတို့မှာ အရာမကသော ကောင်းကျိုး အထောင်မကသော ကောင်းကျိုး အနန္တမျှားစွာကို ရွက်ဆောင်နိုင်သောကြောင့် အနန္တဂုဏ် ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။
- ၁၀။ ဝတ်ရွတ်စဉ်ဆိုတာကို တရားဖြင့် နေထိုင်လေ့ရှိသော သူတော်စင်သူမြတ်တို့သည်သာ အမြဲနိဗ္ဗာန်ဝတ်ထား၍

(၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ရွတ်ဆိုဖတ်ကြားနိုင်မှုရှိသောကြောင့် နိဗ္ဗာန်ဝတ်ရွတ်စဉ်၊ ဓမ္မဝိဟာရီ ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။

၁၁။ ဤ ဝတ်ရွတ်စဉ် စည်းကမ်းအတိုင်း ဌာန်ကရိုဏ်းကျနစွာ ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်နိုင်ပါက တန်ခိုးကြီးမားသော နတ်ဗြဟ္မာတွေ၏ ထက်အောက်မကျန်သာစုံသံမစဲ အမြဲပင် ခေါ်ဝေါ်နေမှုကြောင့် ဒေဝါနုမောဒန ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်း ခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။

၁၂။ အမြဲနိဗ္ဗာန် ဝတ်ထား၍ ရွတ်ဆိုနိုင်လျှင် သောတာပန်အရိယာပုဂ္ဂိုလ်နှင့်တူ၍ အရိယာ ဝတ်ရွတ်စဉ်ဟုလည်းခေါ်ဆိုထိုက်ပေကြောင်း။

ပဏ္ဍင်ဝံစကားပြီး၏။

ဆရာတော် ဦးစက္ကိန္ဒ

ကျားကူး ဓမ္မဗိမာန်တော်ကြီး

ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်း

ရန်ကုန်။

၁၃၃၆-ခု ဝါဆိုလ။



ဇိနသာသနာ နေရောင်ဖြာ ပမာလင်းထက် လင်းစေသော်
ထူးခြားမြင့်ရှိန်တက်နေအိမ် ဝင်းထိန်လင်းထက်လင်းစေသော်
ဗုဒ္ဓသာသနာ နေထက်သာ ရောင်ဝါဖြာ၍ လင်းစေသော်

[က] ရှိခိုးပန်ထွာ ဝန္တနာပိုင်း

၁။ နမော တဿ ဘုရားရှိခိုး

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
အရဟံ၊ လူ့နတ်၊ ပြဟ္မာ၊ သတ္တဝါခပင်း အမင်းမင်းတို့၏
ဝပ်စင်းညွတ်ခိုက် ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော။
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ တိုက်တွန်းပြောဆိုသူ လမ်းညွှန်မကူရဘဲ မိမိ
အလိုလိုသာ သယမ္ပုဉာဏ်ဖြင့် အမှန်အတိုင်း ဧည့် ယျဉ်းတန်
တရားမှန်ကို လုံးဝကုန်စင် ထိုးထွင်း၍ သိမြင်တော်မူပြီး
ထသော။

နမောနှင့်တဿ ကို ခြားဖတ်ပါ။ ဘဂဝတော၊ ဟု တဆက်ထည်း
ဖတ်ပါ။ ဘဂ- ဝတော၊ ဟု ပုဒ်နှင့်ပစ္စည်း ခြား၍ မဖတ်ရ။
ဂုဏ်နှင့်ခြံမိ မခွဲကောင်း။

ဘဂဝါ၊ ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ တန်းခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံ
တော်မူပြီးထသော။ ယောဇိနော၊ အကြင်ငါးမာရ်အောင်မြင်
သဗ္ဗညုဘုရားရှင်သည်။ ဒေဝမနုဿာနံ၊ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊
သတ္တဝါအမျိုးမျိုးတို့၏။ ဟိတာယ၊ လောက၊ လောကုတ္တရာ
နှစ်ဖြာစီးပွား အကျိုးများစေခြင်းငှါ။ လောကေ၊ လောက
သုံးထပ် ဘုံသုံးရပ်၌။ ဥပ္ပဇ္ဇိ၊ နေရောင်အသင့် ကြာပန်းပွင့်သို့
စွင့်စွင့်ကားကား ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာလေပြီ။

အရဟတော၊ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါခပင်း အမင်းမင်း
တို့၏ ဝပ်စင်းညွတ်ခိုက် ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်
ထသော။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ၊ လမ်းညွှန်မကူ သယမ္ဘူဖြင့်
ငါးဆူဥေယျ မြတ်ဓမ္မကို လုံးဝကုန်စင် သိမြင်တော်မူပြီး
ထသော။ ဘဂဝတော၊ ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ တန်းခိုးဂုဏ်နှင့်
ပြည့်စုံတော်မူထသော။ တဿဇိနဿ၊ ငါးမာရ်အောင်မြင်
ထိုသဗ္ဗညု ဘုရားရှင်အား။ မေ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖော် တပည့်
တော်၏။ နမော၊ ရိုသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးကန်တော့
ခြင်းသည်။ အတ္ထု၊ မုချမသွေ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ထိခြင်းအင်္ဂါ ငါးဖြာစုံညီစွာ ရှိခိုးရသည်၊ ဤနမောတဿ
ဘုရားရှိခိုးကို မဟာနမက္ကာရကြီး ဟူ၍၎င်း၊ မဟာပဏာမကြီး
ဟူ၍၎င်း၊ သဒ္ဓနိတိ သဒ္ဓါကျမ်း၌ အဆိုရှိ၏။

ကမ္ဘာ အစဉ်အဆက် 'တည်၍၊ ရှေးရိုးစဉ်လာ
သူတော်ကောင်း နတ်၊ လူ၊ ဗြဟ္မာတွေ ရှိခိုးလေ့ရှိသော

မဟာနမက္ကာရ ဘုရားရှိခိုးကြီး ဖြစ်၍ ရအောင်ကျက်
ရှိခိုးပါ။

၂။ ရှိခိုးပုံ အင်္ဂါငါးပါး

ရတနာသုံးရပ်၊ ဆည်းကပ်သောခါ၊
လက်နှစ်ဖက်ဒူး၊ နဖူးငါးဖြာ၊
ဦးချပ်တုံး၊ တည်ထားမြေမှာ၊
မာန်ကင်းငြား၊ ရှိခိုးကြိမ်ဖန်ခါ။

တနည်း။ လက်၊ ဒူး၊ နဖူး ငါးဦးမြေတည် ဂုဏ်ကိုမှီ
ဦးတည် ဝတ်ချရာ။

၃။ ဘုရားရှိခိုးပုံ ရှိခိုးနည်း

အုဋ်စေတီ၊ ကျောက်စေတီ၊ သဲပုံစေတီ စသည်ဟို့ကို၎င်း၊
ဗောဓိပင်ကို၎င်း၊ ကုတင် ညောင်စောင်း သင်္ကန်းတော်ကို၎င်း
ရှိခိုးပူဇော်ကြကုန်သူတို့သည်—

“ပရိနိဗ္ဗူတဉ္စ ဘဂဝန္တံ ဥဒ္ဓိဿ” ဟူသော ပါဠိတော်
စကားကို ထောက်၍ အရဟံ၊ စသော ကိုးသော ဂုဏ်တော်
ကျေးဇူးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်ဘုရားကို အာရုံ
တားလျက် မြတ်စွာဘုရားအာရုံ ဂုဏ်သတ္တိ၌ တင်စား၍သာ
ပူဇော်ရှိခိုးခြင်း၊ လက်အုပ်ချီခြင်း အမှုတို့ကို ပြုရမည်။

ဘုရား၊ ဟူသော ဘုရားဂုဏ်သတ္တိ၊ ဟူသော အာရုံမထားပေါ်ဘဲ
အုဋ်၊ ဟူသော အမှတ်၊ ကျောက်ခဲ ကျောက်ဘုံး ဟူသော

(၁၂)

ကျားကူးဝတ်ရုံတ်စဉ်

အမှတ်၊ သဲပုံ၊ ဟူသော အမှတ်၊ ညောင်ပင်၊ ဟူသော အမှတ်၊
ကုတင်၊ ဟူသော အမှတ်၊ သင်္ကန်း၊ ဟူသော အမှတ်အားဖြင့်
ရှိခိုးပူဇော်ပါလျှင် အကျိုးအာနိသံသ မရှိရာ။ အဘယ့်
ကြောင့်နည်းဟူမူ အာရုံအာရမ္မဏိက မမှန်သောကြောင့်
တည်း။

ဗောဓိပင်ကို ရှိခိုးလိုသော ရှင်လူ အပေါင်းတို့သည်
ညောင်ပင်၊ ဟူ အာရုံမထားဘဲ ဖြတ်စွာဘုရား အဆင်းတော်
ဂုဏ်တော်တို့ကို အာရုံထား၍သာ ရှိခိုးပူဇော်ကြရမည်။
သံဃာတော်ကို ဖူးမျှော်ရာ၌ သံဃာဂုဏ်တော်သတ္တိကို အာရုံ
ပြု၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ဝန်ချရမည်။
ထို့ကြောင့် သမ္မောဟဝိနောဒနီ အဋ္ဌကထာမှာ-

“စေတီယံဝါ ဗောဓိံဝါ ဒိသ္မာပိ ဟိ ဗုဒ္ဓါရမ္မဏံ ပီတိ
သံဃဒဿနေန သံဃာရမ္မဏံ ပီတိ ဥပ္ပါဒေတွာ” ဟု
ဖွင့်ဆိုပေ၏။

ဟိ၊ ထိုစကား မှန်လှ၏။ စေတီယံဝါ၊ အုဋ်၊ ကျောက်၊ သဲပုံ
စသော စေတီကို၎င်း။ ဗောဓိံဝါ၊ ဗောဓိပင်ကို၎င်း။ ဒိသ္မာပိ၊
မြင်၍လည်း။ ဝါ၊ မြင်သော်လည်း။ ဗုဒ္ဓါရမ္မဏံ၊ ဘုရားတည်း
ဟူသော အာရုံ၌ ဖြစ်သော။ ပီတိ၊ နှစ်သက်ခြင်း ပီတိကို၎င်း။

သံဃဒဿနေန၊ သံဃာတော်ကို မြင်သဖြင့်။ သံဃာ
ရမ္မဏံ၊ သံဃာတည်းဟူသော အာရုံ၌ ဖြစ်သော။ ပီတိ၊
နှစ်သက်သော ပီတိကို၎င်း။ ဝါ၊ နှစ်သက်ခြင်း ပီတိကို၎င်း။
ဥပ္ပါဒေတွာ၊ ဖြစ်စေ၏။

အမြတ်တရားဆိုသည်မှာ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်တည်း။ အထက်ပါတရားမြတ်တည်ရှိ ပြည့်စုံသူကို မြတ်သောပုဂ္ဂိုလ်ဟု ခေါ်၏။ ဗောဓိပုဉ်း စသည်များသည် စင်စစ် အမြတ်တရား မဟုတ်ကုန်။ မြတ်စွာဗုဒ္ဓ၏ ဂုဏ်တော်ကို စွဲ၍ ဂုဏ်တော်ကို တင်စား၍သာ မြတ်သည်ဟု သမုတ်အပ်၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်ကြရလေသည်။ ဆရာသမား ဓာတ်ပုံမြင်တော့ ဆရာ ဂုဏ်တော်တွေ စိတ်ထဲမှာ တရေးရေး ပေါ်လာသကဲ့သို့ ဗောဓိပုဉ်းကို အသားမျက်စိဖြင့် မြင်လိုက်တော့ ဉာဏ်မျက်စိ၌ ဂုဏ်တော်တွေ တရေးရေးပေါ်ကာ ရှိခိုးလိုက်ရပါလျှင် အဖိုးထိုက်တန်သော မြင်မှုမျိုးဖြစ်၍ အကျိုးအနန္တကို ဖြစ်ထွန်းရပေသည်။

၄။ ဉာဏ်မြင် ဘုရားအာရုံယူပုံ

မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာ မွေးကတည်းက ပါလာသော မျက်လုံး ကလေးသည်လည်း တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော အာရုံကောင်း အာရုံမြတ်နှင့် ပေါင်းဖက်ရ၍ အကျိုးရှိသော လူမျက်စိ လူမျက်လုံးကလေး ဖြစ်၍နေပေတော့သည်။

လောက လူသားများသည် သာယာဘွယ်ရာ အဆင်း အာရုံပေါ်၌သာ မျက်လုံးအစုံကလေးကို အသုံးချ၍ နှစ်၊ လ၊ ရက်တွေကို ကုန်ခန်းစေတာက များလှပေကုန်သည်။ အဖိုး ထိုက်တန်သော အာရုံပေါ်မှာ မျက်လုံးကလေး အသုံးချမှုက တဘဝအတွင်း အလွန်နည်းပေကုန်သည်။ (စဉ်းစားပါ)

အသိဉာဏ်မျက်လုံးနှင့် ယှဉ်ပေးမှသာ အသားမျက်လုံးလည်း တန်ဖိုးရှိ၍ လာနိုင်ပေကုန်သည်။

တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များပင် ရွှေတိဂုံဘုရားကြီးကို ကန်တော်မင် ပန်းခြံထဲကနေ၍ မြင်နေကြတာဘဲ။ သို့ပေသမ္မုလည်း အသိဉာဏ် နောက်ထပ် တပ်ဆင်ပြီးတော့ မကြည့်ရဲတတ်တော့ အသုံးမကျသော မျက်လုံးအစုံ ဖြစ်နေတာပေါ့။ ဘုရားဂုဏ်တော်နှင့် အာရုံ ထုံထားသော အသိဉာဏ် မျက်လုံးအစုံ ဖြစ်ပေါ်လာပါမှ အသားမျက်လုံး အစုံကလည်း တန်ဖိုးရှိ၍ လာနိုင်ပေကုန်သည်။

အဘိုးတန်သော စိန်လုံးကလေး ကျောက်လုံးကလေးနှင့် ပေါင်းတော့ လူမ္မာလည်း အဘိုးတန်လာသလို အသိဉာဏ်ပညာ ဆင်ခြင်တွေးဆမှုနှင့် ပေါင်းရသော မျက်စိအစုံ ကလေးများသည်လည်း တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်အောင် ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ၌ ကောင်းကျိုးမျိုးစုံ အဖုံဖုံသို့ ရောက်လာပေကုန်သည်။

၅။ ဥပမာ နှိုင်းယှဉ်ချက်

လောက၌ အဝတ်တန်းဆာမပါ ဗလာကိုယ်ချည်း ဖြစ်နေသူ တယောက်ကို ရှုံစရာ စက်ဆုပ်စရာ မုန်းစရာ မတင့်မတယ် ရှုံဘွယ်ရာသာ ဖြစ်စေသကဲ့သို့။

အသိဉာဏ် တန်းဆာမပါသူကိုလည်း အသိဉာဏ်ပညာမှန် ကြွယ်ဝချမ်းသာနေသူ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများက အသိဉာဏ်

ပါးရှား အသိဉာဏ် ဆင်းရဲသားတွေကို တွေ့မြင်ရပြီဆိုက
ဘုရားဂုဏ်တော် တရားဂုဏ်တော် သံဃာဂုဏ်တော် ဆရာ
မိဘ ဂုဏ်တော်တို့ကိုပင် နားမလည် အသုံးမချတတ်သူ ဆိုပြီး
တော့ လွန်စွာအထင်သေး အမြင်သေး ရွံရှာမုန်းတီးစရာ
ကြီးတွေဘဲဟု မြင်၍ သံသရာခရီးစဉ်ကို တွေးလိုက်တိုင်း
သနားစရာ ကရုဏာကောင် ကလေးတွေ သတ္တဝါ ကလေး
တွေဟု တရားရေးပေါ်ကာ နေပေတော့သည်။

ဤကဲ့သို့သော အဖြစ်မျိုးသို့ မကျရောက်ရအောင် သက်
ဆိုင်ရာ ကျေးဇူးဂုဏ်တွေကို ရှေးဦးစွာ သင်ကြား နာယူမှု
ကြံစည် တွေးဆမှု သဘောပေါက်မှု ဉာဏ်အမြင်ရောက်မှု
ဟူသော “သုတမယ အနုမာန” ပစ္စက္ခဉာဏ်မျိုးစုံကြ၍ ရှိခိုး
ပူဇော် ဖူးမျှော်တတ်အောင် ကြိုးစား သင်ကြား နာယူ၍
အားထုတ်ရာ၏၊ ပွားများရာ၏၊ ကျင့်ကြံရာ၏။

ပြုဘွယ်ကိစ္စတိုင်း၌ အသိဉာဏ်မှန် မသက်ရောက်နိုင်သူ
သည် အဘယ်မှာ တန်ဘိုးရှိအံ့နည်း။ လူ့တိရစ္ဆာန် လူ့
ငနွားသာဖြစ်၍ သေသည့် အခြားမဲ့၌လည်း အပါယ်လေး
ခွင်သို့သာ သက်ဆင်းကျရောက်ရာ၏။ အဘိုးထိုက်တန်သော
လူပုဂ္ဂိုလ် အဖြစ်သို့ မရောက်နိုင်ရာ။ လောကသား လူများ
သည် အရာခပ်သိမ်း၌ပင် မိမိ၏ အသိမှားကို အသိမှန်ဟု
ထင်မှတ်ခါ တဖောက်ကန်း ပြုလုပ်ပြောဆို ကြံစည် တွေး
ဆ၍ စိတ်ဘဝင်မြင့်နေခါ တက်ကြွသော စိတ်ဓာတ်ဖြင့်
မြင့်မောက်နေတတ်ကုန်ပေသည်။ (သတိပြုပါ)

လူလေးမျိုး ရှိရာတွင် များသောအားဖြင့် လူတိရစ္ဆာန်၊ လူပြိတ္တာ၊ လူငရဲများ၏ သန္တာန်၌ အလွန် ဆိုးဝါးသော ဝါသနာနှင့် ကိလေသာ အဟုန်တို့ကြောင့် အလိမ္မာဓာတ် ပါးရှား၍ လူမိုက်၊ လူဆိုး၊ ဝါသနာတို့ဖြင့်သာ နှစ်၊လ၊ရက်၊ အချိန်တွေကို အသုံးပြုခါ အသက်ရှင်၍ နေကြပေကုန်သည်။

ဥပမာ ဘုရားဝတ်တက် ဘုရားအာရုံပြုခိုက်မှာပင် ဘုရား အာရုံ ဘုရားဂုဏ်တော်သို့ အသိတရားပါသော စိတ်မသက် ရောက်နိုင်ဘဲ စိတ်ရိုင်း စိတ်မိုက်တို့၏ သဘာဝအတိုင်း ဟို ရောက် ဒီရောက် တောမျောက်အသွင် စိတ်အစဉ် ကျရောက် ခါ အချိန်ဖြုန်း ဘုရားရှိခိုးတွေ စာတွေ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ် နေတတ်ပေကုန်သည်။

၆။ ဒီလိုမလုပ်နဲ့။

ရှေးအခါက အမတ်ကြီးတယောက် ဘုရား၌ ဆွမ်းတော် ကြီးကပ်နေရာ အချိန်တော်တော်ကြာတော့ သမီးလုပ်သူက “အဖေနှယ် ကြာလိုက်တာ ဧည့်သည်တွေ စောင့်နေရတာ ကြာနေပြီ” လို့ ပြောတော့ “ဒီအချိန်ဘဲ နက်ဖန် ဘာလုပ်ရ မည် စသည်ဖြင့် ညည်းတို့အထွက် စီမံစိတ်ကူးချိန်ရကာ” ဆိုသလိုပင် ဘုရားအာရုံပြုခိုက်မှာပင် ကာမဂုဏ်အာရုံအတွက် အသုံးချစရာ အချိန်တခုလို့ ဖြစ်နေတတ်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် ဘုရားဝတ်တက်ခိုက် ဘုရားအာရုံပြုခိုက်မှာ တော့ စိတ်ကိုထိန်းသတ်၍ စိတ်ကောင်းလေး ဝင်ရောက်

လာကြကာ အာရုံပြု မှန်ရန် အရေးကြီးပေကုန်သည်။ ဘဝ
သံသရာ တလျှောက်လုံး ကာမဂုဏ် အာရုံပေါ်မှာသာ ကျက်
စား ကျင်လည်မှု များကြ၍ အဘိုးတန် ဘုရားအာရုံ တရား
အာရုံ သံဃာအာရုံပေါ်၌ တရံတခါ မိနစ်ပိုင်း စက္ကန့်ပိုင်း
လောက်သာ အဘိုးထိုက်တန် အကျိုးသက် များသော စိတ်
သက်ရောက်နိုင်ပေကုန်သည်။ တနာရီအတွင်း တရက်အတွင်း
မကောင်းသော စိတ်တွေကသာ များ၍ ကောင်းသောစိတ်
ဖြစ်ပေါ်မှုက အလွန်နည်းပါးပေကုန်သည်။ သတိပြု၍ ရှောင်
ရှားပြုပြင်ကြပါ။

၇။ ဂမ္ဘီရဂုဏ် ဘုရားရှိခိုး

မဟာမတိ မဟာဝီရော၊
မဟာဈာယီ မဟာဗလော။
မဟာကာရုဏိကော နာထော၊
မဟာတမ ပနုဒနော။
တာဒိသံ သရဏသမ္ပန္နံ၊
ဝန္ဒာမိ သိရသာ'မဟံ။

နာထော၊ လူနတ်တို့၏ အားထားရာရှင်တော်ဘုရားသည်။
မဟာမတိ၊ ကောင်းကင်နှိုင်းဘွယ် ဆန်းတကြယ်လျှင် ကြီး
ကျယ်သော ဥာဏ်လည်း ရှိတော်မူပေ၏။ မဟာဝီရော၊
ကြီးကျယ် ထက်သန် အားအန်ကဲမြင့် ရဲရင့်ထူးချွန်သော
ဝီရိယလည်း ရှိတော်မူပေ၏။

မဟာဈာယီ၊ စျာန်ဝင်စားသော အရာတွင် လွန်စွာမြဲ
မြတ်တော် မူပေ၏။ မဟာဗလော၊ အားတော်ဆယ်တန်
ဉာဏ်တော်ဆယ်ပါး၊ ကြီးမားမြင့်မြတ်သော အစွမ်းလည်း
ရှိတော်မူပေ၏။ မဟာကာရုဏိကော၊ သတ္တဝါ အချား၌
သားရင်းပမာ သနားညှာ၍ ကရုဏာသခင် အရှတ်မြတ်ကြီး
တဆူလည်း ဖြစ်တော်မူ၏။ မဟာတမံ ပနဒနော၊ ကြီးကျယ်
လှစွာ အဝိဇ္ဇာမှောင်တိုက်ကို တိုက်ခိုက်ဖြိုခွင်း၍ အလင်း
ရောင်ကိုလည်း ဖြစ်ပွားတော်မူစေနိုင်ပေ၏။

တာဒိသံ၊ ထိုကဲ့သို့သော ဂုဏ်တော်မြားမြောင် အားအင်
ဆောင်နိုင်သော။ သရဏသမ္ပန္နံ၊ မှီခိုအားထားရာနှင့် ပြည့်စုံ
တော်မူပေသော ဘုရားရှင်ကို။ အဟံ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ အကျယ်
ငါသည်။ သိရသာ၊ ခန္ဓာကိုယ်တွင် အမြတ်တင်ကာ ဦးခေါင်း
ရတနာဖြင့်။ ဝန္ဒာမိ၊ ကာယဝစီ မနောချီကာ ရှိခိုးပါ၏။

၈။ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ကြီး ဘုရားရှိခိုး

သိဂုံတ္တရေ မနောရမ္မေ၊ အဟံ ဝန္ဒာမိ သဗ္ဗဒါ။

ပထမံ ကကုသန္ဓဿ သုဝဏ္ဏဒဏ္ဍံ

ဒုတိယံ ကောဏာဂမနဿ ပရိသာဝနံ

တတိယံ ကဿပဿ သုဝဏ္ဏစီဝရံ

စတုတ္ထံ ဂေါတမဿ ကေသဓာတုယော။

အဟံ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ ငါးခန္ဓာသည်။ မနောရမ္မေ၊
မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဆုံးမစကားကို လိုက်နာကြကုန်သော ဗုဒ္ဓဘာ

သာဝင်တို့နှင့်တကွ မြင်သူကြားသူ ဘာသာမဲ့သူတို့၏ ကြည်ဖြူ
ရှင်ပျိုး စိတ်နှလုံး ပျော်ဘွယ်ရာဖြစ်သော။ သိဂုံတ္တရေ၊
သိဂုံတ္တရကုန်းတော်ဟု ခေါ်ဝေါ်သမုတ်အပ်သော ကုန်းထိပ်
ပြင်၌။ ကကုသန္ဓဿ၊ ဤ ဘဒ္ဒကပ္ပဝိယံ ရှေးဦးစွာ ပွင့်တော်
မူသော ကကုသန် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏။ ပထမ၊ ရှေးဦး
စွာသော။ သုဝဏ္ဏဒဏ္ဍိ၊ ရွှေတောင်ဝှေးကို။ ဝန္ဒာမိ၊ ဘုရား
ရှင်၏ အသုံးအဆောင် ပရိဘောဂစေတီဟု အောက်မေ့၍
ကြည်လင်သဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ကောဏာဂမနဿ၊ ဤဘဒ္ဒကပ္ပဝိယံပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်
တော်မူသော ကောဏာဂုဏ် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏။ ဒုတိယံ၊
နှစ်ခုမြောက်သော။ ပရိသာဝနံ၊ အသုံးအဆောင် ပရိဘောဂ
စေတီထိုက်သော ရေစစ်ကို။ ဝန္ဒာမိ၊ ဗုဒ္ဓ၏ဂုဏ် ကိုယ်လုံး
ထုံကာ ယုံကြည်သဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ကဿပဿ၊ ဤ ဘဒ္ဒကပ္ပဝိယံ သုံးကြိမ်မြောက်ပွင့်တော်
မူသော ကဿပမြတ်စွာဘုရား၏။ တတိယံ၊ သုံးကြိမ်မြောက်
ဖြစ်သော။ သုဝဏ္ဏစီဝရံ၊ ဘုရားရှင်၏ အသုံးအဆောင် ပရိ
ဘောဂ စေတီထိုက်သော ရွှေသင်္ကန်းတော်ကို။ ဝန္ဒာမိ၊
ဘုရားရှင်၏ဂုဏ် စိတ်ဝယ်ထုံ၍ ယုံကြည်သဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏
အရှင်ဘုရား

ဂေါတမဿ၊ ဤကပ္ပဝိယံ လေးကြိမ်မြောက် ပွင့်တော်
မူသော မုနိထွဋ်ထား ဂေါတမရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏။ စတုတ္ထံ၊
လေးခုမြောက်ဖြစ်သော။ ဧကေသဓာတုယော၊ တပုဿ ဘလ္လိက

ညီနောင် နှစ်ဝတို့ကို အစအဦး အထူး ချီးမြှင့်စောင့်မူသော
ဆံတော်ဓာတ်မြတ်တို့ကို။ သဗ္ဗဒါ၊ နေ့ညမပြတ် အထပ်ထပ်
သော အခါကာလပတ်လုံး။ ဝန္ဒာမိ၊ ဆုံးစမထင် ကျေးဇူး
ဂုဏ်အင်ကို ဆင်ခြင်အောက်မေ့ သဒ္ဓါဝေ့ခါ ရှိခိုးပါ၏
အရှင်ဘုရား။

ဤသို့ ဉာဏ်အားဖြင့် သိရှိနားလည်၍ ဂုဏ်တော်ထိမိ
အောင် အောက်မေ့ ဆင်ခြင်၍ လေးဆူကုန်သော သဗ္ဗညု
ဘုရားတို့ကို ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်တတ်ကုန်ရာ၏။

၉။ ဆံတော် ဓာတ်တော် စေတီတော်များ

(မှတ်ချက်) ပူဇော်ခံ အဆင့်သို့ ရောက်ရှိနေသော အရာ
ဝတ္ထု ဟူသမျှကို ပါဠိလို “စေတီ” ဟုခေါ်၏။
ပူဇော်စရာ မြတ်နိုးစရာ အားထားစရာ
မှီခိုစရာဟုဆိုလိုသည်။ ပူဇော်ခံထိုက်၍ ပူဇော်
သူမှာလည်း ပစ္စုပ္ပန် သံသရာကောင်းကျိုး
သက်ရောက်လာနိုင်ပေကုန်သည်။

(မြန်မာနိုင်ငံ၌ စေတီဟု သတ်မှတ်ထားသော အရာ
ဝတ္ထုတို့သည် လွန်စွာများပြား ပေကုန်သည်။)

၁။ ကျိုက်ထီးရိုး ဆံတော်စေတီ၊

၂။ ဇင်းကျိုက် ဆံတော်စေတီ၊

၃။ ဇွဲကပင် ဆံတော်စေတီ၊

၄။ ကေလာသ ဆံတော်စေတီ၊

- ၅။ ပြည်ဆံတော်စေတီ၊
- ၆။ သထုံရွှေစာရံ ဆံတော်စေတီ၊
- ၇။ ကုသိန္ဒာရံ ဆံတော်စေတီ၊
- ၈။ ဆံတော်တောင် ဆံတော်စေတီ၊
- ၉။ ပဲခူးရွှေမော်ဓော ဆံတော်စေတီ၊
- ၁၀။ ပဲခူး ရွှေတိဂုံကလေးစေတီ၊ (ကျိုက်ပဒိုင်)
- ၁၁။ ရန်ကုန် ရွှေတိဂုံကြီးစေတီ၊
- ၁၂။ တံတေး ဆံတော်ရှင်၊
- ၁၃။ ဗိုလ်တထောင်ဆံတော်ရှင်။

ဤသို့စသောအားဖြင့် ဆံတော်၊ ဓာတ်တော် ကိန်းဝပ်ရာ စေတီတော်များ တည်ရှိရာ မြို့ရွာတို့သည် မနည်းလှပေကုန်။

ပါဠိတော်၌လာရှိကုန်သော “ဥဒ္ဓိဿစေတီ ဓာတုစေတီ ပရိဘောဂစေတီ ဓမ္မစေတီ” လေးမျိုးတို့တွင် ဘုရားရှင်၏ ဆံတော် ဓာတ်တော် အံတော် သွားတော်များသည် ဓာတု စေတီတော်မြတ်၌ ပါဝင်နေမှုကြောင့် ဘုရားရှင်၏ဂုဏ်တော် ကို အသိဉာဏ်ရောက်၍ သိရှိနားလည်သောအားဖြင့် ရှိခိုး ပူဇော်ဝပ်ချုတ်တတ်ရန် အမှန်ပင် လိုအပ်လှပေသည်။

အခါတပါး ဘုန်းကြီးတို့သည် ၁၃၃၄-ခု နတ်တော် လပြည့်ကျော် (၁) ရက် ဟူသော အချိန်ကာလက တပည့် ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများနှင့်တကွ ကရင်ပြည်နယ် ဇွဲကပင် တောင်ထိပ်သို့ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းမြေ့စွာ ရောက်ရှိကြ ပေကုန်၏။

ထိုအခါ တောင်ပတ်ဝန်းကျင် သာယာပျံ့နှံ့ စေတီတော်
မြတ်ကြီး၏ သန့်ရှင်းကြည်လင်နေပုံ မျက်မြင်တွေ့ကြရတော့
ရှင်လန်းဝမ်းမြောက်သောဉာဏ်ဖြင့် စိတ်ဓာတ်များ ဖြစ်
ပေါ်ပြီးလျှင် လူနတ်ဝိုး၏ ဆရာဖြစ်တော်မူသော ဘုရားရှင်၏
ရုပ်နာမ်အစဉ်၌ ကိလေသာ အညစ်အကြေး ကင်းကွာနေပုံ၊
လူနတ်တို့၏ ပူဇော်အားထားထိုက်ပုံစသော ဂုဏ်တော်များ
ကို အသိဉာဏ်ရောက်ခါ နှုတ်ဖြင့်မြှောက်ခါ အောက်ပါပါဠိ
ကို ရွတ်ဆို၍ စိတ်လက်ကိုယ်ပါ ဖူးမျှော်ခဲ့ရပုံကို အခွင့်ကြုံ
သည့်အတိုင်း ဖော်ပြပေဦးအံ့။

၁၀။ ဘုရားရှင်ဆံတော် ဓာတ်တော်ဘုရားရှိခိုး

ဂတေစ အနုပ္ပါဒေတွာ၊ ဂတောအနုပ္ပန္နဒါနေ။

ဂတေစ အနုပ္ပါဒေတွာ၊ ဂတောအနုပ္ပန္နသီလေ။

ဂတေစ အနုပ္ပါဒေတွာ၊ ဂတောအနုပ္ပန္နမိတေ။

ဂတေစ အနုပ္ပါဒေတွာ၊ ဂတော အနုပ္ပန္နပညေ။

အဒန္တံ အ-ဂတဒေသံ၊ အသုခဉ္စ သုခဂတံ။

တံနထဿ ကေသဓာတုံ၊ အဟံဝန္ဓာမိ သဗ္ဗဒါ။

ဇယာနာထော၊ လူနတ်ဦးခိုက်၊ ဖူးခိုက်ကြုံစွာ၊ အားထားရာ
ဖြစ်တော်မူသော၊ အကြင်ဘုရားသည်၊ ဂတေစ၊ ဖြစ်ဘူးလေ
ငြား၊ သံသရာရှည်လျား၍၊ ဝဋ်ကိုမှီတွယ်၊ ဆင်းရဲဘွယ်
ဖြစ်သော၊ တွယ်တာပွားငြား၊ အကျိုးမများသော၊ ဒါန
ကုသိုလ်တရားတို့ကိုလည်း။ အနုပ္ပါဒေတွာ၊ သတ္တဝါတို့၏

သန္တာန်မှာ၊ မဖြစ်ပေါ်စေမူ၍၊ အနုပုဇွန်ဒါနော၊ ဘဝသံသရာ
ဟလျှောက်က မဖြစ်ဘူးသေးသော၊ ဥာဏ်ရှိသူများ၊ ပြုစုမ်း
နိုင်သော၊ သာသနာတိုင်း ဒါန၊ တရားမြတ်တို့ကို။ ဂတော၊
ထိုက်ထိုက်တန်တန် မှန်ကန်ကျိုးရအောင် ဖြစ်စွမ်းနိုင်တော်
မူလေပြီ။

ဂတေစ၊ သံသရာကျင်လည်ကြောင်း ဘဝများစွာက သီလ
အပေါင်းတို့ကို။ အနုပုဒေတာ၊ နောင်တဖန် မဖြစ်ရစေမူ၍။
အနုပုဇ္ဈိလေ၊ ရှေးကမဖြစ်ဘူးငြား မဂ်ဖိုလ်လျှင် အာရုံ
ထားသော သာသနာတိုင်း သီလ တရားမြတ်တို့ကို။ ဂတော၊
ကရုဏာရှေ့ရှု ဖြစ်စေတော်မူလေပြီ။

ဂတေစ၊ ဘေးရန်များရှိ ယုတ်နိမ့်ဘိသော သမာဓိကို
လည်း၊ အနုပုဒေတာ၊ အကျိုးမများလှ၍ မဖြစ်ပွားစေဘဲ။
အနုပုဇ္ဈိမိတေ၊ မဖြစ်ဘူးအမှန် အဘိုးတန်သမာဓိတရားမြတ်တို့
ကို။ ဂတော၊ သတ္တဝါတို့သန္တာန်ဝယ် အဘိုးတန်သမာဓိဖြစ်
စေတော်မူ၏။

ဂတေစ၊ ယုတ်ညံ့သေးသိမ် အောက်တန်းမှိန်သော
ပညိန္ဒြေတို့ကိုလည်း၊ အနုပုဒေတာ၊ နောင်တဖန်ဖြစ်မှုကို
ဖယ်ရှား၍။ အနုပုဇ္ဈိပညေ၊ အဘိုးထိုက်တန် မဂ်ဖိုလ်အခြံအရံ
ဖြစ်သော ဝိပဿနာပညာနှင့် နိဗ္ဗာန်အာရုံပြုငြား အသိ
ပညာတရားတို့ကို။ ဂတော၊ သာသနာခေတ်ကြုံ အခွင့်ဆုံ၍
ခိုလှုံရောက်လာ သတ္တဝါတွေ၌ ကရုဏာမိုးစွေ ဖြစ်တော်မူ
လေပြီ။

အ-ဒန္တံ၊ မလိမ္မာ မယဉ်ကျေးသော သတ္တဝါတွေကို။
 ဒန္တံ၊ လိမ္မာယဉ်ကျေးစေတော်မူသော။ အ-ဂတဒေသံ၊ ပုထုဇဉ်
 သတ္တဝါတွေ မရောက်ဘူးသော နိဗ္ဗာန်အရပ်ကို။ ဂတံ၊ ရောက်
 စေတော်မူနိုင်သော။ အ-သုခဉ္စ၊ ချမ်းသာမရှိ ဆင်းရဲအတိ
 ဖြစ်နေသော ဒုက္ခိတ သတ္တဝါတွေကို။ သုခဂတံ၊ လူနတ်
 နိဗ္ဗာန်၊ ချမ်းသာအတန်တန်သို့ ရောက်စေတော်မူနိုင်သော။
 တန္ဒာထဿ၊ သတ္တဝါတို့၏အကျိုးကို မေတ္တာဖြင့် လိုလား
 တော်မူသော ထိုရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏။ ဧကသဓာတုံ၊
 ဆံတော်မြတ်ကို၊ ဝါ၊ ကိုယ်တော်မြတ်၏ ဆံတော်နှင့် နက်
 ဖြူ ဝါ၊ ရှေ့ ဓာတ်တော်တွေ အံတော်တွေ စွယ်တော်တွေကို။
 အဟံ၊ နာမ်ရုပ်နှစ်ဖြာ အကျွန်ုပ်ငါသည်၊ ဝါ၊ ဆံတော်တို့၏
 ကိန်းဝပ်ရာစေတီရင်ပြင်သို့ ယခုရောက်လာတပည့်တော်တပည့်
 တော်မတို့သည်။ သဗ္ဗဒါ၊ နှစ်ရှည်လကြာ၊ ရက်များစွာတို့
 ကာလပတ်လုံး။ ဝဒ္ဓာမိ၊ စေတနာဖြူစင် စိတ်ကြည်လင်ခါ
 ရှိခိုးလိုက်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။ ဝါ၊ သိရှိနားလည်သော အား
 ဖြင့် ရတနာသုံးပါး၏ ကျေးဇူးဂုဏ်ကို ယုံကြည်နှစ်ခြိုက်
 ဖူးမျှော် ကန်တော့ လိုက်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဤသို့အားဖြင့် ဆံတော်ဓာတ်တော် တည်ရှိရာ ဌာနများ
 သို့ ရောက်ခဲ့သော် ဂုဏ်တော်ကို သိရှိနားလည်၍ ထိထိမိမိ ရှိ
 ခိုးတတ် ဝတ်ချတတ်ရန်လိုအပ်လှသောကြောင့်အထက်ပါ ဆံ
 တော် ဓာတ်တော် ဘုရားရှိခိုးကို ရေးသား ထည့်သွင်းအပ်
 ပေသည်။

၁၁။ အန္တရာယ်ကင်း အောင်ရှစ်ချက် ဘုရားရှိခိုး

ဇယစက္ကော ဇယန္တော ယော

ဇယိတဗ္ဗေ ဇယာသနေ

ဇယာပေသိ ဇယေသီနံ

ဇယံ ဒေတု ဇယုတ္တရော။

ဇယစက္ကော၊ အောင်ရာ အောင်ကြောင်း အောင်မောင်း
လက်နက် အောင်စက်ရတနာ ရှိတော်မူပေသော။ ဇယာသ-
နေ၊ ဗောဓိညောင်ရွှေ ဗုဒ္ဓဟေအောက် ဆန်းကြယ်ပေါက်
သား ရောင်တောက် ပလ္လင်အောင်ရပ်ခွင်၌။ ဇယိတဗ္ဗေ၊ ဒေဝ
ပုတ္တ စသည်အပြား အောင်အပ်သော မာရ်ငါးပါး တို့ကို။
ဇယန္တော၊ တုတ်ခါးမဆောင် ကြိုးမနှောင်ဘဲ အောင်တော်
မူပေသော။ ယော နာထော၊ အကြင် လူသုံးပါးတို့၏ ရှေ့
သွား ခရီးညွှန်သဘွယ် ဖြစ်တော် မူပေသော မြတ်စွာဘုရား
သည်။ ဇယေသီနံ၊ အောင်ရာအောင်ကြောင်း အောင်မောင်း
လက်နက် အောင်စက် ရတနာကို ရှာမှီးကြကုန်သော ဝေနေ
ယု သတ္တဝါတို့အား။ ဇယာပေသိ၊ အဘာလွယ်ကူ အောင်
စေတော် မူလေပြီ။ ဇယုတ္တရော၊ အောင်သူတကာတို့ ထက်
မြတ်တော် မူသော။ သော နာထော၊ ထို လူသုံးပါး တို့၏
ရှေ့သွား ခရီးညွှန်သဘွယ် ဖြစ်တော် မူသော မြတ်စွာဘုရား
သည်။ ဇယံ၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းပျောက်ကွာ မင်

လာ အောင်ဆုကို။ ဒေတု၊ ကရုဏာရွှေထား ပေးသနား
တော် မူပါဘုရား။

မှတ်ချက်။ ။ဘေးရန်ရှင်း၍ ကျန်းမာခြင်းကို ဖြစ်စေ
နိုင်သော အန္တရာယ်ကင်း အောင်ရွက်ချက် ပါသော ပဒုမ
စကြာ ဂါထာတော်ကြီးကို ရှေးရှေး ဟရာတော်ကြီး များ
သည် ယုံကြည် အားထား ရွတ်ဆို ကြကုန်သည်။ အန္တရာယ်
ကင်း၍ ကိုယ်စိတ် ချမ်းသာခြင်းကို လိုလားသူတိုင်း ယုံကြည်
စွာ ရွတ်ဖတ် ကြည်ညိုကြပါက မုချပင် ကောင်းကျိုး ချမ်း
သာ ရရှိနိုင်ကြ ပါကုန်သည်။

၁၂။ တိုက်တွန်းချက် ဥယျောဇဉ်

ဤသို့ ဆိုအပ်ခဲ့ ပြီးသော အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ စသော
နာမကာယ ဂုဏ်တော် သီရိဘုန်းတော်အရ လက္ခဏာ ကြီး
ငယ် ရောင်ခြည်တော် ခြောက်သွယ် တို့ဖြင့် အတုမရှိ လှပ
တင့်တယ်တော် မူသော ရူပကာယ ဂုဏ်တော်ကို သိမှ သာ
လျှင် ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်သော အရှင်ဂေါတမ ဘုရား၏ အစိန္တေ
ယျ အပ္ပမေယျ မကြံစည်အပ် မနှိုင်းယှဉ်အပ် အတုမရှိ မြတ်
သည်ကို သိနိုင်မည်။

အတုမရှိ မြတ်သည်ကို သိမှလည်း ဟောတော် မူအပ်
သော တရားတော်ကို သက်ဝင်၍ ယုံကြည်နိုင်မည်။ ယုံကြည်
နိုင်မှလည်း တရားတော် လာတိုင်း ကြည်ရှောင် အပ်သော
တရားကိုကြည်ရှောင်၍ ကျင့်အပ်သောတရားကို ကျင့်နိုင်မည်။

ကြည်ရှောင်နိုင် ကျင့်နိုင်မှလည်း မိမိတို့ တောင့်တ ကြ
 သော နိဗ္ဗာန်ကို ရနိုင်မည် ဖြစ်သောကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို
 အလိုရှိသော ဗုဒ္ဓဘာသာ လူမျိုး တို့သည် သိသင့်ရာ ဌာန
 တို့ကို သိရှိ နားလည်ကြ ပြီးလျှင် သီလ သမာဓိ ပညာဟု
 ဆိုအပ်သော အတုမရှိသော ဂုဏ်တော်ထိအောင် အောက်
 မေ့ ဆင်ခြင်၍ ပူဇော် တတ်ကုန်ရာ၏။

တောင့်တခြင်း အမျိုးမျိုး အလိုရှိတိုင်း တိုး၍ ကြက်သ
 ရေမင်္ဂလာ ဝေဖြိုးပြီးလျှင် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ အောင်
 ကြောင်း ဖြာနိုင်သော အောင်မင်္ဂလာ ဘုရားရှိခိုး ပြီး၍
 အောင်ဆု မျိုးစုံကို တောင့်တ ပန်ဆင်တိုင်း ရသော ဂါထာ
 တော်ကြီးများ။

၁၃။ တောင့်တပန်ဆင်တိုင်း ရသော ဂါထာတော်ကြီးများ

ဣဒ္ဓိ ဣဒ္ဓိ ဝိလာသဂ္ဂ၊
 ဣဒ္ဓိ စိန္တေယျ သံယုတ္တံ။
 ဝန္တေ သာရဂုဏောပေတံ၊
 တေနမ္မာတုလ ဣဒ္ဓိမာ။

အဟံ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ ဤခန္ဓာကို သူ-ငါ သမုတ်အကျွန်ုပ်
 သည်။ ဣဒ္ဓိ ဣဒ္ဓိ ဝိလာသဂ္ဂ ဣဒ္ဓိ စိန္တေယျ သံယုတ္တံ၊ ပကတိ
 သော တန်းခိုးတော် အလွန် တင့်တယ်သော တန်းခိုးတော်
 မကြံစည်နိုင်သော တန်းခိုးတော်တို့နှင့် ကောင်းစွာ ယှဉ်တော်
 မူထသော။ သာရဂုဏောပေတံ၊ ကျေးဇူးတော် အစစ် ဂုဏ်

တော်အနှစ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သဗ္ဗညုဘုရားကို။ ဝဇ္ဇေ၊
စေတနာဖြိုး လက်စုံမိုးကာ ရှိခိုးပါ၏။ တေန၊ ထိုသို့ ရှိခိုး
ရသော ကုသိုလ်စေတနာကြောင့်။ အတုလ ဣဒ္ဓိမာ၊ အတု
မရှိသော တန်းခိုး ဣဒ္ဓိပါဒ်နှင့် ပြည့်စုံသည်။ အမှီ၊ ဖြစ်ရ
ပါလိမ့်။

ဝါစာ ဝါစာ ဝိလာသဂ္ဂ၊
ဝါစာ၊ စိန္တေယျ သံယုတ္တံ။
ဝဇ္ဇေ သာရဂုဏောပေတံ၊
တေနမှားတုလဝါစကော။

အဟံ၊ ငါဟုခေါ်ရာ ရုပ်နာမ် နှစ်ဖြာသည်။ ဝါစာ-
ဝါစာ ဝိလာသဂ္ဂ ဝါစာစိန္တေယျ သံယုတ္တံ၊ ပကတိ ပြော
ကြားသော စကားတော် အလွန်တုတ်တယ်သော စကား
တော် မကြံစည်နိုင်သော စကားတော် ချစ်ဘွယ် ဟုတ်မှန်
ကျိုးရှိ ဆောင်ရွက်နိုင်ဘိသော စကားတော်မြတ်နှင့် ကောင်း
စွာ ယှဉ်တော် မူထားသော။ သာရဂုဏောပေတံ၊ ကျေးဇူး
တော်အစစ် ဂုဏ်တော်အနှစ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သဗ္ဗညု
ဘုရားကို။ ဝဇ္ဇေ၊ ကာယဝစီ မနောချီ၍ သုံးလီခွါရ ပဏာ
မဖြင့် ကြည်စွာသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။ တေန၊ ထိုသို့ ရှိခိုးရသော
ကောင်းမှုကြောင့်။ အတုလဝါစကော၊ အတုမရှိ မြင့်မြတ်
သော ကောင်းကျိုးစကားနှင့် ပြည့်စုံသည်။ အမှီ၊ မုချမှန်
စွာ ဖြစ်ရပါလိမ့်။

ဉာဏ ဉာဏ ဝိလာသဂ္ဂ၊
 ဉာဏ.စိန္တေယျ သံယုတ္တံ။
 ဝန္တေ သာရဂုဏော.ပေတံ၊
 တေနံမှာ.တုလ ဉာဏဝါ။ ။

အဟံ၊ ငါဟု ခေါ်ရာ ရုပ်နာမ် နှစ်ဖြာသည်။ ဉာဏဉာဏ
 ဝိလာသဂ္ဂ ဉာဏ. စိန္တေယျ သံယုတ္တံ၊ ပကတိလော တိဟိတ်—
 ဘဝံ ဉာဏ်တော် အာရုံအားလျော်စွာ ဖြစ်ပေါ် လာသော
 အလွန် တင့်တယ်သော ဉာဏ်တော် သတ္တဝါအများ မကြံ
 စည်နိုင်သော ဉာဏ်တော်ကြီးနှင့် ကောင်းစွာ ယှဉ်တော်မူ
 ထသော။ သာရဂုဏောပေတံ၊ ကျေးဇူးတော်အစစ် ဂုဏ်
 ကော်အနှစ်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ရှင်တော်မြတ်ဘုရားကို။
 ဝန္တေ၊ ထိခြင်းငါးပါး တုပ်ဝပ်တွားကာ ရှိခိုးလိုက်ပါ၏
 အရှင်ဘုရား။ တေန၊ ထိုသို့ ဂုဏ်တော်သို့ အသိဉာဏ်သိုက်
 ခါ ရှိခိုးရသော စေတနာကြောင့်။ အတုလ ဉာဏဝါ၊
 တုဘက်ကင်းကွာ ဉာဏ်ပညာကောင်းကျိုးနှင့် ပြည့်စုံသည်။
 အမှီ၊ ဖြစ်ရပါလို၏ ဘုရား။

သတ္တ ဗောဇ္ဈင်္ဂ ရတနော၊
 သဒ္ဓါဒိ ရတနော မုနိ။
 သတိ ပဘုတိ ရတနော၊
 ဝန္တေ တံ ပုဂ္ဂိုသုတ္တမံ။ ။

ယောမုနိ၊ မုနိငါးပါးတို့၏ ထွဋ်ထား အကြင်ရှင်တော်
 မြတ်ဘုရားသည်။ သတ္တ ဗောဇ္ဈင်္ဂ ရတနော၊ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်

တို့၏ တန်းဆာ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ဖြာနှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။
သဒ္ဓါဒိ ရတနော၊ အရိယာတို့၏ ဥစ္စာ သဒ္ဓါစသော တရား
နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော် မူပါပေ၏။

သတိ ပဘုတိ ရတနော၊ သတိပဋ္ဌာန် အစရှိသော ဗောဓိ
ပက္ခိယ ရတနာနှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။ ပုရိသုတ္တမံ၊
ယောကျ်ားတကာတို့ထက် ကလွန်ထူးမြတ်တော် မူပေသော။
တံမုနိ၊ မုနိထွဋ်တင် ထိုသဗ္ဗညု ဘုရားရှင်ကို။ အဟံ၊ ရုပ်နာမ်
ကိုပင် ငါဟုပြုလုပ် အကျွန်ုပ်သည်။ ငန္ဒေ၊ ရိုသေစွာရှိခိုး
ပါ၏။

သမ္ဗန္ဓ စိတ္တသင်္ကပ္ပေါ၊

ယထာကင်္ခိတ မာပကော။

ကေနစာ'နာဘိဘူတောယော။

သဗ္ဗာဘိဘူ နမေဇိနံ။ ။

ယောဇိနော၊ ဒေဝပုတ္တ စသည်အပြား မာရ်ငါးပါးကို
လွှားလွှားညက်ညက် အောင်အောင်မြင်မြင် ဖယ်ဖျက်တော်
မူပြီးသော ဘုရားရှင်သည်။ သမ္ဗန္ဓစိတ္တသင်္ကပ္ပေါ၊ ကောင်း
စွာပြည့်စုံသော စိတ်အကြံအစည် ရှိတော်မူပေ၏။ ယထာ
ကင်္ခိတ မာပကော၊ အလှိုတော်ရှိတိုင်း ဖန်ဆင်းတော်မူနိုင်ပါ
ပေ။၏၊ ကေနစိ၊ တစုံတယောက်သော လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ
သည်။ အနာဘိဘူတော၊ မနှိပ်စက် မပြိုဖျက်နိုင်ပါချေ။

သဗ္ဗာဘိဘူ၊ ရေတွက်မကုန် လုံးစုံများစွာ လူနတ်ဗြဟ္မာ
တို့ကို မိမိ၏ ဘုန်းတန်းခိုးဖြင့် လွှမ်းမိုးတော်မူနိုင်ပါပေ၏။

တံ ဇီနံ၊ များဖျဉ်ပေါယယ် ရန်အသွယ်သွယ်ကို လွယ်လွယ်
ကလေးနှင့် အောင်မြင်ကော်မူနိုင်သော ထိုဘုရားရှင်ကို။
အဟံ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ အကျွန်ုပ်ငါသည်။ နမေ နမာမိ၊
ဂုဏ်တော်ပေါ် စိတ်ရောက်၍ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်ကြီး ရှိခိုး
လိုက်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဘေးအန္တရာယ်ကင်းပ၍ ကောင်းကျိုးချမ်းသာ အဝဝကို
မုချ ရွက်ဆောင်နိုင်သော အောင်မြင်ကြောင်း။

၁၄။ ဇယမင်္ဂလာ ဘုရားရှိခိုး

ဒိဝါ တပတိ အာဒိစ္စော၊
ရတ္တိံ အာဘာတိ စန္ဒိမံ။
သန္ဓဗ္ဗေါ ခတ္တိယော တပတိ၊
ဈာယိ တပတိ ပြာဟ္မဏော။
အထ သဗ္ဗမဟောရတ္တိံ၊
ဗုဒ္ဓေါ တပတိ တေဇသာ။
တာဒိသံ တေဇသမ္ပန္နံ၊
ဗုဒ္ဓံ ဝန္တာမိ သာဒရံ။ ။

အာဒိစ္စော၊ ရောင်ခြည်တထောင် ထွန်းပြောင်ထိန်လင်း
ရှင်နေမင်းသည်။ ဝါ၊ ရောင်ခြည်ဝှံ့နံ့တို့၊ နေခြည်ကြွ ရသော
နေအခါ၌သာလျှင်။ တပတိ၊ မိမိအရောင်ဖြင့် အမှောင်ကို
ထွင်းလျက် ထွန်းလင်းတောက်ပနိုင်လေ၏။

စန္ဒီမာ၊ ဆီး-နှင်း-မြူ ·တိမ် သူရိန်မီးခိုး ပြစ်မျိုးကင်းကွာ
ရောင်ဝါပဝင်း ရွှေလမင်းကြီးသည်။ ရတ္တိံ၊ နေရောင်
ကွယ်ပျောက် ညဉ့်ခါရောက်မှသာလျှင်။ အာဘာတိ၊ မိမိ
အရောင်ဖြင့် မှောင်ကိုထွင်းလျက် ထွန်းလင်း တောက်ပနိုင်
လေ၏။

ခတ္တိယော၊ ခေမြေသခင် ဘုရင်မင်းမြတ် သမုတိနတ်များ
သည်။ သန္တဒ္ဒေါ၊ ပုံလဲ-မြ စိန် ဝင်းထိန်ရောင်ဝါ ရတနာဖြင့်
တန်းဆာဆင်ယင် အင်္ဂါလေးပါး စပ်သည်များဖြင့် ခစား
မပြတ် ခြံရံအပ်မှသာလျှင်။ တပတိ၊ မင်းတို့၏ဘုန်းရောင်ဖြင့်
တောက်ပြောင်ထွန်းပနိုင်လေ၏။

ဗြာဟ္မဏော၊ အာသဝေါလေးဖြာ ကင်းကွာ ကုန်ခန်းတွဲ
ရဟန္တာ အရှင်မြတ်သည်။ ဈာယီ၊ တောင်တောင် ဤဤ
ပေလီနှောက်ရှုပ် စိတ်ကိုချုပ်ထား ဈာန်ဝင်စားမှသာလျှင်။
တပတိ၊ ကိုယ်တော်ရောင်ဖြင့် တောက်ပြောင် ထွန်းပနိုင်
လေ၏။

အထ၊ ဟိုသို့ ပြထား အရောင်လေးပါးကဲ့သို့သာ မဟုတ်
ပါဘဲ။ ဗုဒ္ဓေါ၊ သဗ္ဗာလေးအင် သိမြင်ပေတတ် ဘုရားရှင်
ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်။ သဗ္ဗမဟောရတ္တိံ၊ နေ့ညဉ့်မဆို
ထိုထို သမယ ခပ်သိမ်းသော အခါကာလပတ်လုံး။ ဝါ၊ နေ့
ညဉ့်မဆို ထိုထိုသမယ ခပ်သိမ်းသော အခါကာလ၌။

တေဇသာ၊ ကမ္ဘာကမ္ဘေ သင်္ချေသင်္ချာ များစွာသော
ကပ်အခါတို့က ကောင်းစွာ ဆည်းပူးအပ်သည့် အရပ်ရပ်

တန်ခိုးတော်အားဖြင့်။ တပတိ၊ နောက်က ပြုလာသည့် အရောင်အဝါ လေးမျိုးတို့ကို ဖောက်ထွင်း၍ လွန်လွန် မင်းမင်း အမြဲတွန်းလင်း တောက်ပတော်မူနိုင်ပါပေ၏။

တာဒိသံ၊ ထိုကဲ့သို့ ထူးထွေများဟုံ ကျေးဇူးဂုဏ် သဘောတရား ရှိတော်မူသော။ တေဇ သမ္ပန္နံ၊ များစွာ တန်ခိုး ဘက်ပြီးခြင်းနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော။ ဗုဒ္ဓံ၊ သဗ္ဗညု ထိပ်တင် ဘုရားရှင်ကို။ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်။ သာဒရံ ရှိသေ ဟုပ်ဝပ်ခြင်းနှင့်တကွ။ ဝန္ဒာမိ၊ သုံးတန်စေတနာ ကြည်ရှင်စွာဖြင့် ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

သီဟိုဠ်ကျွန်း၌ အမတ်တယောက်သည် အထက်ပါဂါထာ တော်ကို ယုံယုံကြည်ကြည် ထက်ထက်သန်သန် စိတ်ပါ ဝင်စားစွာရွတ်ဆိုရာတွင် ရွတ်ဖတ်ဆဲခဏ၌ အသပြာတထောင် လက်တွင်းသို့ ရောက်လာကြောင်းကို နိဒါနဝဂ္ဂ ဘိက္ခုသံယုတ် အဖွင့်အဋ္ဌကထာ၌ လာရှိသည်။

ရှိခိုးပူဇော်ပိုင်း ပြီးပြီ။

[ခ] သီလခံယူ ဆောက်တည်ခန်း
ရှိခိုးဝန်ချကန်တော့ရန်

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊
မနောကံ တည်းဟူသော သုံးပါးသော ကံတို့တွင် တပါး
ပါးသော ကံဖြင့် ပြစ်မှားမိသည် ရှိသော် ပျောက်ပါစေခြင်း
အကျိုးငှါ ပထမ ဒုတိယ တတိယ တကြိမ် နှစ်ကြိမ် သုံး
ကြိမ်မြောက်အောင် ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ သံဃာရတ
နာဟု ဆိုအပ်သော ရတနာမြတ်သုံးပါး တို့အား၊ အရိုအသေ
အလေးအမြတ် လက်စုံပူးကာ ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်
တော့ ပါ၏။

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့်၊ အပါယ်လေး
ပါး၊ ကပ် သုံးပါး၊ ရပ်ပစ် ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုး ငါးပါး၊
ဝိပွတ္တိတရား လေးပါး၊ ဗျသနတရား ငါးပါး တို့မှ အခါ
ခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည် ဖြစ်၍ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား
နိဗ္ဗာန် တရားတော် မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရပါလို၏ အရှင်
ဘုရား။

ငါးပါးသီလ ခံယူရန်

တပည့်။

အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စ
သီလံ ဓမ္မယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတော
သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမိ-အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စ
သီလံ ဓမ္မယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ
သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမိ-အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စ
သီလံ ဓမ္မယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ
သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဆရာ။ ယမဟံ ဝဒါမိ တံဝဒေထ။ (ငါဆိုသလို လိုက်ဆို)

တပည့်။ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။ နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ

တပည့်။ သုံးခေါက် လိုက်ဆို

ဆရာ။ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမိ-ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမိ-ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

(၃၆)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

တပည့်။ သရဏဂုံ သုံးပါး တပါးကို တခါစီ လိုက်ဆို

ဆရာ။ သရဏ ဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ။

တပည့်။ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။ ၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ
သမာဒိ ယာမိ။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ
သမာဒိ ယာမိ။

၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိ သိက္ခာ
ပဒံ သမာဒိ ယာမိ။

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာ ပဒံ သမာ
ဒိ ယာမိ။

၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇေပမာဒ ဌာနာ ဝေရ
မဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိ ယာမိ။

(တပည့်အများက တပိုဒ်စီ လိုက်ဆိုပါလေ)

ဆရာ။ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ သာဓုကံ ကတော ဓမ္မံ
အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ။

တပည့်။ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

ရှစ်ပါးသီလ ခံယူရန်

တပည့်။

အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အဠာန်
သမ္ဗန္ဓာဂတံ ဥပေါသထ သီလံ ဓမ္မယာ
စာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ သီလံ ဒေထ
မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမ္ပိ-အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အဠာန်
သမ္ဗန္ဓာဂတံ ဥပေါသထ သီလံ ဓမ္မယာ
စာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ သီလံ ဒေထ
မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ-အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အဠာန်
သမ္ဗန္ဓာဂတံ ဥပေါသထ သီလံ ဓမ္မယာ
စာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ သီလံ ဒေထ
မေ ဘန္တေ။

ဆရာ။ ယမဟံ ဝဒါမိ တံဝဒေထ။ (ငါဆိုသလို လိုက်ဆို)

တပည့်။ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။ နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ

တပည့်။ သုံးခေါက် လိုက်ဆို

ဆရာ။ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

(၃၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ဒုတိယမိုး-ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမိုး-ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တပည့်။ သရဏဂုံ သုံးပါး တပါးကို တခါစီ လိုက်ဆို

ဆရာ။ သရဏ ဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ။

တပည့်။ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။ ၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိ သိက္ခာ ပဒံ
သမာဒိ ယာမိ။

၂။ အဒိန္နာ ဒါနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာ ပဒံ
သမာဒိ ယာမိ။

၃။ အဗြဟ္မ စရိယာ ဝေရမဏိ သိက္ခာ ပဒံ
သမာဒိ ယာမိ။

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာ ပဒံ သမာဒိ
ယာမိ။

၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇပမာ ဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိ
သိက္ခာပဒံ သမာဒိ ယာမိ။

၆။ ဝိကာလ ဘောဇနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာ ပဒံ
သမာဒိ ယာမိ။

၇။ နစ္စ ဂီတ ဝါဒီတ ဝိသုက ဒဿန မလာဂန္ဓ
ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသန ဌာနာ
ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိ ယာမိ။

၈။ ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာ
ပဒံ သမာဒိ ယာမိ။

(တပည့်အများက တပိုဒ်စီ လိုက်ဆိုပါလေ)

ဆရာ။ တိသရဏေန အဋ္ဌင်္ဂံ သမ္ပန္နာဂတံ ဥပေါသသီလံ
သာဓုကံ ကတုာ ဓမ္မံ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။

တပည့်။ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

ကိုးပါးသီလ ခံယူရန်

တပည့်။ အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂံ
သီလံ ဓမ္မယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ
သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမ္ပိ-အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂံ
သီလံ ဓမ္မယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ
သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ-အဟံဘန္တေ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂံ
သီလံ ဓမ္မယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတုာ
သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဆရာ။ ယမဟံ ဝဒါမိ တံဝဒေထ။ (ငါဆိုသလို လိုက်ဆို)

(၄၀)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

တပည့်။

အာမ ဘန္ဓေပါ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
ဘမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ

တပည့်။

သုံးခေါက် လိုက်ဆို

ဆရာ။

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမ္ပိ-ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမ္ပိ-ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တပည့်။

သရဏဂုံ သုံးပါး တပါးကို တခါစီ လိုက်ဆို

ဆရာ။

သရဏ ဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ။

တပည့်။

အာမ ဘန္ဓေပါ အရှင်ဘုရား။

ဆရာ။

၁။ ပါဏာတိပါတာ ပေရမဏိ သိက္ခာ ပဒံ
သမာဒိ ယာမိ။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိ
ယာမိ။

- ၃။ အဗြဟ္မာစရိယာ ဝေရဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇိပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၆။ ဝိကာလ ဘောဇနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၇။ နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသုက ဒဿန မာလာ ဂန္ဓ ဝိလေပန ဓါရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသန ဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၈။ ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
- ၉။ မေတ္တာ လဟဂတေန စေတသာ သဗ္ဗပါဏ ဘူတေသု ဖရိတွာ ယထာဗလံ ဝိဟရာမိ။

(တပည့်အများက တပိုဒ်စီ လိုက်ဆိုပါလေ)

တပည့်။ မှတ်ချက်။ ။ မေတ္တာတရား ပွားခါ နေထိုင် ပါမည်ဟု ဝန်ခံ ပြုထားသည့် အတိုင်း ဂတိ မပျက်ရအောင် အကျဉ်းအားဖြင့် ဤသို့အားဖြင့် မေတ္တာပို့ ရာ၏။
“အများသတ္တဝါ သူသူငါ ချမ်းသာ

(၄၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ”ဟု မေတ္တာပို့လိုက်
ပုံ၊ အကျယ်ချဲ့၍ ပို့သ နိုင်ပါသည်။

ဆရာ။ တိသရဏေနသဟ နဝဂ် သမ္ပန္နာဂတံ ဥပေါသထ
သိလံ သာမုကံ ကတော ဓမ္မံ အပ္ပမာဒေနေ သမ္ပာ
ဒေထ။

တပည့်။ အာမ စန္ဒေပါ အရှင်ဘုရား။

ယောဂီဝေဠုထိန်းရန်သိလ

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၂။ အဘိညာဒါနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ
သမာဒိယာမိ။

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၅။ ပိသုဏ္ဍဝါစာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၆။ ဖရုသဝါစာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၇။ သမ္ပပ္ပလာပဝါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

၈။ မိစ္ဆာဘိဝါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

အနက်မြန်မာပြန်

- ၁။ ပါဏာတိပါတာ၊ သူတပါးအသက်ကို သတ်ခြင်းမှ။
ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊ လွတ်ကင်းလေအောင် ဝေးစွာ
ရှောင်ခြင်း၊ တည်းဟူသော သိက္ခာပုဒ်သီလအစု ကု
သိုလ် အမှုကို။ သမာဒိယာမိ၊ ကောင်းစွာ ခံယူ
ဆောက်တည်ပါ၏။
- ၂။ အဒိန္နာဒါနာ၊ အရှင်မပေးသော သူတပါး၏ ဥစ္စာကို
ခိုးခြင်းမှ။ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊ လွတ်ကင်းလေ
အောင် ဝေးစွာ ရှောင်ခြင်း ဟူသော သိက္ခာပုဒ်
သီလအစု ကုသိုလ်မှုကို။ သမာဒိယာမိ၊ ကောင်းစွာ
ခံယူ ဆောက်တည်ပါ၏။
- ၃။ ကာမေသု၊ ကာမမှုတို့၌။ မိစ္ဆာစာရာ၊ မှောက်မှောက်
မှားမှား ပြုကျင့်ခြင်းမှ။ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊
လွတ်ကင်းအောင် ဝေးစွာ ရှောင်ခြင်းတည်းဟူသော
သိက္ခာပုဒ်သီလအစု ကုသိုလ်အမှုကို။ သမာဒိယာမိ၊
ကောင်းစွာခံယူ ဆောက်တည်ပါ၏။
- ၄။ မုသာဝါဒါ၊ မဟုတ်မမှန်သည်ကို အမှန်အဟုတ်
ပြုလုပ်ပြောဆိုခြင်းမှ။ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊ လွတ်ကင်း
လေအောင် ဝေးစွာ ရှောင်ခြင်း တည်းဟူသော
သိက္ခာပုဒ်အစုကုသိုလ်မှုကို။ သမာဒိယာမိ၊ ကောင်း
စွာ ခံယူ ဆောက်တည်ပါ၏။

- ၅။ ပိသုဏဝါစာ၊ ချစ်ခင်သမှု၊ ကဲ့ပြားမှု ဖြစ်အောင်
 ဂုဏ်ကျေးဇူး ချေဖျက်ခြင်းစကားကိုပြောဆိုခြင်းမှ။
 ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊ လွတ်ကင်းလေအောင်ဝေးစွာ
 ရှောင်ခြင်း တည်းဟူသော သိက္ခာပုဒ်အစု ကုသိုလ်
 မှုကို။ သမာဒိယာမိ၊ ကောင်းစွာ ခံယူ ဆောက်တည်
 ပါ၏။
- ၆။ ဖရုသဝါစာ၊ ဆဲရေးခြင်းဆယ်ပါး၊ ကြမ်းကြုတ်
 စကား ပြောဆိုခြင်းမှ။ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊ လွတ်
 ကင်းလေအောင် ဝေးစွာ ရှောင်ခြင်းတည်းဟူသော
 သိက္ခာပုဒ်အစု ကုသိုလ်မှုကို။ သမာဒိယာမိ၊ ကောင်း
 စွာ ခံယူ ဆောက်တည်ပါ၏။
- ၇။ သမ္ပတ္တလာပဝါစာ၊ အနှစ်အသားကင်းကွာ အကျိုး
 မဲ့ရာစကား ပြောကြားခြင်းမှ။ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊
 လွတ်ကင်းလေအောင် ဝေးစွာ ရှောင်ခြင်းတည်းဟူ
 သော သိက္ခာပုဒ်အစု ကုသိုလ်မှုကို။ သမာဒိယာမိ၊
 ကောင်းစွာ ခံယူ ဆောက်တည်ပါ၏။
- ၈။ မိစ္ဆာဇီဝါ၊ မရောင်းဝယ်အပ်သော ကုန်များကို
 ရောင်းဝယ်ဖောက်ကား အသက်မွေး မှားခြင်းမှ၊
 ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ၊ လွတ်ကင်းလေအောင် ဝေးစွာ
 ရှောင်ခြင်း တည်းဟူသော သိက္ခာပုဒ်အစု ကုသိုလ်
 မှုကို။ သမာဒိယာမိ၊ ကောင်းစွာခံယူ ဆောက်
 တည်ပါ၏။ ယောဂီသီလ အမှတ်ပြီး၏။

[၈] ဂုဏ်ကော်များအခန်း

၁။ ဘုရားဂုဏ်ကော် ကိုးပါး

ဣတိပိ သောဘဂဝါ အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ ဝိဇ္ဇာ
စရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော၊ လောကဝိဒ္ဓ၊ အနုတ္တရောပုရိသ
ဒမ္မသာရဏိ၊ သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ။

သောဘဂဝါ၊ ထိုအကျွန်ုပ်တို့ဆရာ မြတ်စွာဘုရားသည်။
ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင် ဗြဟ္မာ၊နတ်၊လူ သုံးဘုံသတို့၏ ပူဇော်
အထူးကို ခံထိုက်ကြောင်းဖြစ်သော သီလဂုဏ်၊သမာဓိဂုဏ်၊
ဝိညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိညာဏဒဿနပုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံ
တော်မူပေသောကြောင့်လည်း။ အရဟံ၊ အရဟ မည်တော်
မူပါပေ၏။ ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင် သစ္စဥေယျ ဓမ္မ၊အပုံ အလုံး
စုံကို အကုန်မကျန် မြတ်ရွှေဉာဏ်ဖြင့် အမှန်ထိုးထွင်း အလင်း
အသိ ဖြစ်ဟော်မူပေထသောကြောင့်လည်း။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ မည်ကော်မူပေ၏။ ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင် စရဏ
အပြား တဆွဲငါးတည့် သုံးပါးရှစ်ဖြာ ဉာဏ်ဝိဇ္ဇာတို့နှင့်
ကောင်းစွာ ပြည့်စုံဟော်မူပေသော ကြောင့်လည်း။ ဝိဇ္ဇာ
စရဏသမ္ပန္နော၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နမည်တော်မူပါပေ၏။ဣတိပိ၊
ဤသို့လျှင် သဿတဒိဋ္ဌိ၊ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ မကပ်ငြိဘဲ မဇ္ဈိမပဋိပတ်
ကောင်းမြတ်ဖြောင့်တန်း မဂ္ဂင်လမ်းဖြင့် ရွှေနန်းပုရီ ဘေးမဲ့
ပြည့်သို့ ကြံချီဆိုက်ရောက်တော် မူပေသောကြောင့်လည်း။
သုဂတော၊ သုဂတ မည်တော်မူပေ၏။ ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင်

ကာမရူပ အရူပဟု လောကအပြင် ဘုံတခွင်ကို ကုန်စင်ခပင်း
မကျန်ကြွင်းအောင် အလင်းထင်ပေ။ သိမြင်တော်မူပေသော
ကြောင့်လည်း။ လောကဝိဒ္ဓ၊ လောကဝိဒ္ဓ မည်တော်မူ
ပါပေ၏။ ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင် ဇာတိမာန်၊ ဂုဏ်မာန်၊ ဗလမာန်၊
ဣဒ္ဓိမာန်၊ ပညာမာန်တို့ဖြင့် မိုးစွင့်ကြားကြား ငါတကာ၊ ဟု
ကြုံးဝါးခက်ထန် အဆိပ်လျှံသည့် နန္ဒောပနန္ဒ အင်္ဂုလိမာလ
သစ္စကနှင့် ဗကဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ကို ဒေသနာသံ သိပ်အန်
ငြိမ်းအေး ယဉ်ကျေးအောင်ပြု ဆုံးမမှုဝယ် အတုမရှိ လွန်ကဲဘိ
သောကြောင့်လည်း။ အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ၊ အနုတ္တ
ရောပုရိသဒမ္မသာရထိ မည်တော်မူပေ၏။ ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင်
လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါများ သောင်းထိုက်သားတို့ ဝပ်တွား
ရိုပြောင်း ညွတ်ညောင်းခယ ဆုံးမ၊ ခံရာ ဆရာသခင် ဦးထိပ်
တင်ကြီး ဖြစ်တော်မူပေသောကြောင့်လည်း။ သတ္ထာဒေဝ
မနုဿာနံ၊ သတ္ထာဒေဝမနုဿာနံ မည်တော်မူပါပေ၏။
ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင် သစ္စာလေးရပ် တရားမြတ်ကို လူ၊ နတ်
အများ သိထင်ရှားအောင် ဟောကြားထုတ်ဖော် သိမြင်တော်
မူပေသောကြောင့်လည်း။ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဗုဒ္ဓ မည်တော်မူပေ၏။
ဣတိပိ၊ ဤသို့လျှင် ဘုန်းတော်အနန္တ၊ တန်းခိုးတော်အနန္တ၊
ကံတော်အနန္တ၊ ဥာဏ်တော်အနန္တ၊ ကြီးမြတ်လှ၍ လောက
သုံးပါး လူအများတို့ လေးစားဂရု ချီးပမှုကြောင့်လည်း။
ဘဂဝါ၊ ဘဂဝါ မည်တော်မူပေ၏။ ဝံ၊ ထိုအရဟံ၊ အစ
ဘဂဝါ၊ အဆုံး ဘဝဂ်ချုံးမျှ ဘုန်းတော်ကြီးမား ဂုဏ်

ကိုးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားကို။ အဟံ၊
အကျွန်ုပ်သည်။ ဝန္ဒာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

၂။ ဓမ္မဂုဏ်တော်ခြောက်ပါး

သွာက္ခတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော သန္နိဋ္ဌိကော အကာ-
လိကော ဧဟိပဿိကော ဩပနေယျိကော ပစ္စတ္တံ
ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညဟိ။

ဘဂဝတာ၊ မြတ်စွာဘုရားသည်။ သွာက္ခတော၊ အစ
အလယ် အဆုံး သုံးပါးအစုံ ကောင်းခြင်းဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံစွာ
ဟောကြားတော်မူအပ်သော။ ဓမ္မော၊ တရားတော်မြတ်
သည်။ သန္နိဋ္ဌိကော၊ ကျင့်ဆောင်သူတို့အား ယခုဘဝ
ပစ္စက္ခဘဝ၌ပင်၊ ဒိဋ္ဌိကုယ်တွင် တွေ့မြင်ခံစားရသောဂုဏ်
ကျေးဇူး အထူးနှင့်လည်း ပြည့်စုံပေ၏။ အကာလိကော၊
ကာလမရွေး ကျင့်သည့်နေ့ပင် တွေ့မြင်ယုံကြည်ရသော
ကောင်းကျိုးနှင့်လည်း ပြည့်စုံပေ၏။ ဧဟိပဿိကော၊
လာရောက်ရှုမြင် ကျေးဇူးတင်မြဲဖြစ်၍ လာပါရှုပါ ကျင့်ကြံ
ပါဟု မပါပါအောင် ခေါ်ဆောင်သွတ်သွင်း တိုက်တွန်း
ခြင်းငှါ၊ ထိုက်တန်စွာသော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနနှင့်လည်း
ပြည့်စုံတော်မူပေ၏။ ဩပနေယျိကော၊ မိမိကာယ အဇ္ဈတ္တနှင့်
ရရှိပေါက်ရောက် ကိုယ်တွေ့မြောက်အောင် ကပ်၍ဆောင်
ထိုက်သော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနနှင့်လည်း ပြည့်စုံပေ၏။ ဝိညဟိ၊
ပညာရှိသူ ရှင်လူအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည်။ ပစ္စတ္တံ၊

အသီးသီးသော မိမိတို့သဏ္ဌာန်၌။ ဝေဒိတဗျော၊ ချမ်းသာ
 လေစွာ ကောင်းလေစွာဟု။ ကာယစိတ္တ သုခနှစ်ပြင် ထင်ထင်
 ရှားရှား ခံစားသိမြင်နိုင်သော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနှင့်လည်း
 ပြည့်စုံပေ၏။ တံ၊ ထိုသွာက္ခတာအစ ဝေဒိတဗျောအဆုံး
 ဘဝင်ချုံးမျှ ဘုန်းရှိန်ကြီးမား ဂုဏ်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံ
 သော တရားတော်မြတ်ကို။ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်။ ဝန္ဒာမိ၊
 ရှိခိုးပါ၏။

၃။ သံဃဂုဏ်တော်ကိုးပါး

သုပ္ပဋ္ဌိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဥပ္ပဋ္ဌိ-
 ပန္နော ဘဂဝတော သာဝက သံဃော ဉာယပ္ပဋ္ဌိပန္နော
 ဘဂဝတော သာဝက သံဃော၊ သာမိစိပ္ပဋ္ဌိပန္နော
 ဘဂဝတော သာဝက သံဃော၊ ယဒိဒံစတ္တာရိ ပုရိသ-
 ယုဂါနိ အဋ္ဌပုရိသပုဂ္ဂလာ သော ဘဂဝတော သာဝက-
 သံဃော၊ အာဟုနေယျော ပါဟုနေယျော ဒက္ခိနေယျော
 အဉ္ဇလိကရဏီယျော အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။

ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏။ သာဝကသံဃော၊
 ကလျာဏပုထုဇ္ဇန် သီလဝန် ပညာဝန် အရှင်မွန် အရှင်မြတ်
 တို့နှင့်တကွသော။ အရိယာရှစ်ပါး တပည့်သား သံဃာတော်
 မြတ်အပေါင်းသည်။ သုပ္ပဋ္ဌိပန္နော၊ အဓိသီလ အဓိစိတ္တ
 အဓိပညာ သိက္ခာသုံးရပ် လွန်ကောင်းမြတ်သော ပဋိပတ်
 ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော် မူပေ၏။ ဘဂဝတော၊ ၏။

သာဝကသံဃော၊ သည်။ ဥဇ္ဇပ္ပုဋ္ဌိပန္နော၊ အဓိသီလ အဓိစိတ္တ အဓိပညာ သိက္ခာသုံးရပ် လွန်ဖြောင့်မတ်သော ပဋိပတ်ဂုဏ် နှင့်လည်း ပြည့်စုံပေ၏။ ဘဂဝတော၊ ၏။ သာဝကသံဃော- သည်။ ဉာယပ္ပုဋ္ဌိပန္နော၊ အဓိသီလ အဓိစိတ္တ အဓိပညာ သိက္ခာသုံးရပ် လွန်သင့်မြတ်သော ပဋိပတ်ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူပေ၏။ ဘဂဝတော၊ ၏။ သာမိစိပ္ပုဋ္ဌိပန္နော၊ အဓိသီလ အဓိစိတ္တ အဓိပညာ သိက္ခာသုံးရပ် ရှိသေအပ်သော ပဋိပတ်ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံပေ၏။

ယဒိဒိယာနိ ဣမာနိစက္ကာရိ ပုရိသယုဂါနိ၊ အကြင် လေး ပါးသော ယောက်ျားမြတ်အစုံတို့သည်။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ ယဒိဒိ၊ ယေ ဣမေ အဋ္ဌပုရိသပုဂ္ဂလော၊ အကြင် ရှစ်ပါးသော ယောက်ျားမြတ် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ ဘဂဝတော၊ မြတ်စွာဘုရား၏။ သေသော သာဝကသံဃော၊ ဤလေးစုံရှစ်ပါး တပည့်သား သံဃာတော် အပေါင်းသည်။ အာဟုနေယျော၊ အာဂန္တုအား ရည်၍ ထားအပ်သော အလှူ ဝတ္ထုမျိုးကိုလည်း ခံယူခြင်းငှါ ထိုက်တန်စွာသော သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဂုဏ်နှင့်ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။ ပါဟုနေယျော၊ လက်ဆောင်ဘို့ငှါ ယူလာသော အလှူဝတ္ထုမျိုးကိုလည်း ခံယူ ခြင်းငှါ ထိုက်တန်စွာ သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ် ပညာဂုဏ် နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူပေ၏။ ဒက္ခိနေယျော၊ နောက် နောက်ဘဝ အကျိုးရဘို့ ပျိုးချတုံလတ် မြတ်သော အလှူကို လည်း ခံယူခြင်းငှါ ထိုက်တန်စွာသော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်

(၅၀)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ပညာဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူပေ၏။ အညွှတ်ကရုဏီယော၊
လူမင်း၊ နတ်မင်း၊ ဗြဟ္မာမင်းတို့၏ လက်အုပ်ချီခြင်းကို ခံထိုက်
သော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံ
တော် မူပေ၏။ လောကဿ၊ လူအပေါင်း၏။ အနုတ္တရံ၊ အတု
မရှိသော။ ပုညက္ခေတ္တံ၊ ကုသိုလ်မျိုးကို စိုက်ပျိုးချရာ
လယ်ယာမြေကောင်း သဖွယ်လည်း ဖြစ်တော်မူပေ၏။ တံ၊
ထို သုပ္ပဋိပန္န၊ အစ။ ပုညက္ခေတ္တံ၊ အဆုံးဘဝဂ်ချုံးအောင်
ဘုန်းရှိန်ကြီးမား ဂုဏ်ကိုးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော် မူပေသော
သံဃာတော်မြတ် အပေါင်းကို။ အဟံ၊ အကျွန်ုပ်သည်။
ဇန္တာမိ၊ ရှိခိုးပါ၏။

ပုဝ်သျက် ။ ။ ဤဘုရားဂုဏ်ကိုးပါး၊ တရားဂုဏ်ခြောက်ပါး၊
သံဃာဂုဏ်ကိုးပါး အဓိပ္ပါယ်နှင့်ဟကွ ရေ
လယ်စွာ မသိသောသူသည်၊ ဘုရား၊ ဟုရား၊ သံဃာကို
ဉာဏ်နှင့် ကြည်ညိုတတ်သောသူ မဟုတ်၊ ထိုသူ၌ ဟိဟိတ်
ကုသိုလ်မဖြစ်၊ ဗျာဓိတ်ကုသိုလ်သာ ဖြစ်သည်။ တို့ကြောင့်
ဗုဒ္ဓဘာသာလူမျိုးမှန်လျှင် ဤ ဂုဏ်တော်သုံးပါး အနက်ကို
နှုတ်တက်ကြေမှု တကယ်ရမှ သင့်မြတ်လှသတည်း။ ဤဂုဏ်
တော်ကိုးပါးဘုရားရှိခိုးသည် သုတ္တန်ပိဋကတ်၌ မြတ်စွာဘုရား
ကိုယ်တော်တိုင် အပန်ပန်ဟောတော်မူ၏။ ရဟန္တာကြီးများ
လည်း အပန်ပန် ဟောတော်မူ၏။ ဤဘုရားရှိခိုးထက် ကြီး
မြတ်သော ဘုရားရှိခိုး မရှိပြီ၊ နမော တဿပါဌ်အနက်၊

သရဏဂုံသုံးပါးပါဌ်အနက် တို့နှင့် ရှိခိုးပြီးနောက် ဤဂုဏ်
တော်သုံးပါးအနက်နှင့် ရှိခိုးလေ။

ဤတွင် ဂုဏ်တော်များအခန်း ပြီး၏။

၄။ ဂုဏ်တော်များ၏ စွမ်းရည်သတ္တိ
[သံပြိုင် ရွတ်ဆိုရန်]

၁။ အရဟံဂုဏ် ပွားကာထုံ မျိုးစုံရန်တွေ ကင်းဝေးပေ။

၂။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဂုဏ်သဘော ကောင်းသော ဉာဏ်တွေ
ပေါ်လာပေ။

၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္န ပွားများက ကြံသမျှတွေ ပြီးစီးပေ။

၄။ သုဂတောကား ဆိုစကား အောင်ငြားမသွေ နိုင်ရပေ။

၅။ လောကဝိဒ္ဓ ပွားပြန်မှ ဇမ္ဗူဒီပေ ကျော်စောလေ။

၆။ အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ ပွားပြန်ဘိ ရရှိလာဘ်တွေ
များပြားပေ။

၇။ သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ ပွားသူမှန် မြဲမြံရှိသေ ကြီးမြင့်ပေ။

၈။ ဗုဒ္ဓေါကိုပွား ထိုသူအား အမှန်တရားတွေ ရရှိပေ။

၉။ ဘဂဝါဂုဏ် ကိုယ်လုံး၍ ဘုန်းဂုဏ်ကျက်သရေ တက်
မြှိုးဝေ။

(၅၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

[သ] ပုတီးစိပ်ခန်း

ဂုဏ်တော်ကိုးပါး (မြန်မာဘာသာပုတီးစိပ်)

- ၁။ လူမင်း နတ်မင်း ဗြဟ္မာမင်းတို့၏ ပူဇော်အထူးကို
ခံတော်မူထိုက်သော မြတ်ဘုရား။
- ၂။ သင်္ခါရ ဝိကာရ လက္ခဏ ပညတ် နိဗ္ဗာန်တတ်ဟု
ငါးရပ်သောဥယျဓမ္မကို မဖေါက်မပြန် ကိုယ်တော်
တိုင်သာ သိတော်မူတတ်သော မြတ်ဘုရား။
- ၃။ ဝိဇ္ဇာသုံးပါး၊ ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး တဆယ့်ငါးပါးနှင့်
ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်ဘုရား။
- ၄။ ကောင်းသောနိဗ္ဗာန်သို့ ကြွသွားတော်မူတတ်သော
မြတ်ဘုရား။
- ၅။ သတ္တလောက သြကာသလောက သင်္ခါရလောကကို
သိတော်မူသော မြတ်ဘုရား။
- ၆။ မယဉ်ကျေးသေးသော တိရစ္ဆာန်၊ လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ
တို့ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမတော်မူတတ်သော
မြတ်ဘုရား။
- ၇။ နတ်လူဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ဆရာဖြစ်တော်မူသော
မြတ်ဘုရား။
- ၈။ ဒုက္ခ သမုဒယ နိရောဓနှင့် မဂ္ဂမည်သာ လေးသစ္စာကို
သိတော်မူတတ်သော မြတ်ဘုရား။
- ၉။ ဣဿဂိုဏ်း ဓမ္မ ယသ သိရိ ကာမ ပယတ္တ တည်း

ဟူသော ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်
မူသော မြတ်ဘုရား။

နံပတ်စဉ်တိုင်း ပုတီးတလုံးစီချ၍ သက်တော်
ထင်ရှား ဘုရားရှင်ကို ဉာဏ်အာရုံ၌ ထင်နေစေပြီး
ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာကိုပါ ပြည့်နိုင်ကြ၍ ကျက်
သရေတိုးကာ ကောင်းကျိုးချမ်းသာများနှင့် ပြည့်ဝ
နိုင်ကြပါစေ—

[င] ကပ်လှူပူဇော်ခန်း

ဆွမ်းတော်ကပ်ရန်

အရဟတဘဒ္ဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ အရဟံ အရှိစသော ကိုးပါး
သော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်။ သမ္မန္တာဂတံ၊ ပြည့်စုံတော်မူသော။
နာထံ၊ လူ့နတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်တော်မူသော။ ဗုဒ္ဓံ၊
သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို။ ဥဒ္ဓိဿ၊ ရည်
မှတ်၍။ ဧတေယဿ၊ ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿစေတီ၊
ပရိဘောဂ စေတီတော်မြတ်အား။ ဝဏ္ဏ၊ ဂန္ဓ၊ ရသသမ္ပန္နံ၊
အဆင်း၊ အနံ့၊ အရသာနှင့်ပြည့်စုံသော (ဣမံ ပိဏ္ဏပါတ
ခါဒနိယ ဘောဇနိယံ) ဤဆွမ်း ခဲဘွယ်ဘောဇဉ်အရသာကို။
ဒေမိ၊ ကပ်လှူပါ၏။ မေ၊ အကျွန်ုပ်၏။ ဣဒံပုညံ၊ ဤ
ကောင်းမှုသည်။ အာသဝက္ခယံ ကာမာသဝ ဘဝါသဝ ဒိဋ္ဌာ
သဝ အဝိဇ္ဇာသဝ၊ တည်းဟူသော အာသဝေါတရားလေးပါး
တို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊

နိဗ္ဗာန်ကို။ ဝဟံ ဝဟန္တော၊ ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ ဟောတု၊
ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ရေကပ်လူရန်

အရဟတာဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ တို့နှင့်။ သမ္ပန္နာဂတံ၊ သော။
နာထံ-သော။ ဗုဒ္ဓံ၊ ကို၊ ဥဒ္ဓိဿ၊ ရှိ။ စေတိယဿ၊ အား။
ဝဏ္ဏဂန္ဓ ရသသမ္ပန္နံ၊ သော။ ဣမံ ဥဒကံ၊ ဤသောက်တံ
ရေကို။ ဒေမိ၊ ဧ။ မေ၊ ဧ။ ဣဒံ ပုညံ၊ သည်။
အာသဝက္ခယံ၊ ကို။ ဝဟံ-ဝဟန္တော၊ သည်။ ဟောတု၊
တည်း။

ပန်းကပ်ရန်

အရဟတာဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ တို့နှင့်။ သမ္ပန္နာဂတံ၊ သော။
နာထံ၊ သော။ ဗုဒ္ဓံ၊ ကို။ ဥဒ္ဓိဿ၊ ရှိ။ စေတိယဿ၊ အား။
ဝဏ္ဏဂန္ဓရသသမ္ပန္နံ၊ သော။ ဣမံပုပ္ဖံ ဤပန်းကို။ ဒေမိ၊ ဧ။
မေ၊ ဧ။ ဣဒံ ပုညံ၊ သည်။ အာသဝက္ခယံ၊ ကို။ ဝဟံ-
ဝဟန္တော၊ သည်။ ဟောတု၊ တည်း။

ဆီမီးကပ်ရန်

အရဟတာဒိ နဝဂုဏေဟိ၊ တို့နှင့်။ သမ္ပန္နာဂတံ၊ သော။
နာထံ၊ သော။ ဗုဒ္ဓံ၊ ကို။ ဥဒ္ဓိဿ၊ ရှိ။ စေတိယဿ၊ အား။
ဣမံ ဒီပဇာလံ၊ ဤဆီမီးကို။ ဒေမိ၊ ဧ။ မေ၊ ဧ။ ဣဒံ ပုညံ၊
သည်။ အာသဝက္ခယံ၊ ကို။ ဝဟံ ဝဟန္တော၊ သည်။ ဟောတု၊
တည်း။

[၈] ရေစက်ချ အမျှဝေရန်

ရှေးဟောင်း အမျှဝေ ရေစက်ချနည်း

ဤသို့ပြုရ မြတ်ပုညကို ကြီးထမြင့်ခေါင် မြင့်မိုရ်
တောင်ဦး မကကျူးသား ကျေးဇူးအရှင် မွေး
မိခင်နှင့် ဖခင်တို့အား ရငြားပါစေ အမျှဝေ၏။

မသွေနှိစွ ဤကာယကို စောင့်ထပေတတ် ကိုယ်စောင့်
နတ်လည်း မလပ်စေရ ပေးဝေငှ၏။

မိတ္တဆွေည ဆရာသမား ဘိုးဘွားကစ ယမရာဇာ
ဒေဝါယက္ခ ဣန္ဒာဗုဒ္ဓိ အာကာသနတ် အထူးမှတ်၍
အမြတ်ပုည ကုသလကို ရကြပါစေ အမျှဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ သတ္တဝါဟု နာနာလောက အနန္တတွင်
မပြတ်စဉ်ကာ သတ္တာဝါသ ဘုံကိုးဝနှင့် ဝိညာဏဌိတိ
တည်ရှိခုနစ်ပါး များပြားလုံးစုံ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်
ဖြစ်ဖြစ်သမျှ ဝေနေယျအား အမျှကုသိုလ် ပေးဝေ
လို၏။

ထိုထိုကုသလ မြတ်ပုညကို အမျှရသည်ဖြစ်ကြပါ
စေသော်....

ဝသုန္ဒရေ သိလာပံသု မြေအထုလည်း သက်သေ
မှု၌ တည်စေသော်....

အမျှ—အမျှ—အမျှ—ယူတော်မူကြပါကုန်လော။

သာဓု သာဓု သာဓု

[ဆ] ပွားများအားထုတ်မှုဆိုင်ရာအခန်း

၁။ ပွားများမှုဆိုင်ရာ မေးခွန်းလွှာ

- ၁။ လူ့မိုက်ရှာမှီးမှု တရားသုံးပါး ရေတွက်ပါ။
- ၂။ အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင်ရန် တရားဘယ်နှစ်ပါးနည်း။
- ၃။ ဗောဇ္ဈင် ပွားများရခြင်း၏ အကျိုးဆက်ကို ဖော်ပြပါ။
- ၄။ ရွှေစိတ်က နောက်စိတ်ကို ပြုပြင်ပုံနုရပါ။
- ၅။ တရားအားထုတ်တယ်ဆိုတာ ရုပ်ကိုပြုပြင်တာလား၊ စိတ်ကို ပြုပြင်တာလား။
- ၆။ စိတ်အား ထက်သန်လာအောင် ဘယ်ဗောဇ္ဈင်တရား ပွားများရမည်နည်း။
- ၇။ သာသနာတိုင်း ပုဂ္ဂိုလ်များ အားထုတ်နိုင်သော အာနာပါနအလုပ်စခန်း သက်သက်ကိုအကြောင်းပြ ဖော်ပြပါ။
- ၈။ အာနာပါန အလုပ်စခန်း၌ အနုပညာသာသနာလေးပါး ရှိပုံကို သိရှိ နားလည်သည့်အတိုင်း ရေးပါ။
- ၉။ အကြောင်းဗောဇ္ဈင် အကျိုးဗောဇ္ဈင် ခွဲခြားပြပါ။
- ၁၀။ ဝိပဿနာဉာဏ် ရတာ မရတာကို အကဲခတ်နိုင်သော ထူးကဲသော သတိ၏ အင်္ဂါငါးငါးကို ဖော်ပြပါ။
- ၁၁။ ဗောဇ္ဈင်ဆိုတာ ဘာကိုခေါ်သနည်း။
- ၁၂။ တရားပွားများမှုဆိုတာ ဘာလဲ။

၁၃။ သမာဓိဆိုတာ ဘာလဲ။

၁၄။ သမထဆိုတာ ဘာလဲ။

၁၅။ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်လာနိုင်သော သမာဓိ ဘယ်
နှစ်ပါးလဲ။ သမထ ယျာနိကမှာ ဘယ်သမာဓိဖြင့်
ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်သနည်း။ ဝိပဿနာ
ယျာနိကမှာ ဘယ်သမာဓိဖြင့် ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်
ပေါ်သနည်း။ ရနိုင်သော သမထဆိုတာဘာလဲ။

၁၆။ ဝိပဿနာ ရနိုင်ရန် အရေးကြီးသော အချက်
အလက်က ဘာလဲ။

၁၇။ အာကာသဓာတ်ဟာ ပရမတ်လား၊ ပညတ်လား။

၁၈။ အာကာသဓာတ်ကို သီးခြား တရားရှုရသလား။

၁၉။ အာကာသဆိုတာ ဘာကိုခေါ်သလဲ။

၂၀။ အာကာသ သဘောတရားကို တကယ် နားလည်
ရဲ့လား။

၂၁။ ဝိပဿနာ ကြံစည်ပုံမျိုးသည် ဘာ ကြံစည်ခြင်း
မျိုးလဲ။

၂။ ပွားများမှုဆိုင်ရာသိမှတ်ဘွယ်ရာ

(အထက်ပါ မေးခွန်းလွှာတို့၏ အဖြေမှာ အောက်တွင်
ထင်ရှားလာပါလိမ့်မည်။)

တရားဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်သော အပိုင်းအခန်း ဆိုတော့ တရားများမှ အားထုတ်မှုနှင့် ပတ်သက်သော စကား ရပ်များကို အနည်းငယ် ရေးသားရန် အခွင့်အခါ ဆိုက် ရောက် နေသည့်အတွက် ရှင်းလင်းချက် အနည်းငယ် ရေး သားပြုဆိုပေဦးအံ့။

“ပွား” ဆိုသော စကားအဓိပ္ပါယ်မှာ မိနစ်၊ စက္ကန့်၊ နာရီ မလပ် နေ့စဉ် တိုးပွားသွားရမည်၊ တိုးပွားအောင် ကြိုးစား အားထုတ်ရမည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။ သားသမီး တိုးပွားခြင်း၊ ရွှေငွေတိုးပွားခြင်း၊ အသီးအနှံ ထွက်ကုန် တိုးပွားခြင်းဖြင့် ရုပ်ဝတ္ထု တိုးပွားခြင်းနှင့်တကွ အသိစိတ် နာမ်တရား တိုးပွား ခြင်း၊ ပညာ တိုးပွားခြင်း၊ စေတနာ သဒ္ဓါ တိုးပွားခြင်း စသော ရုပ်တရား နာမ်တရား ပွားများမှု များစွာရှိနေရာတွင် ဤနေရာ၌ တိုးပွားအောင် ကြိုးစားရမှာကတော့ သံမာဓိ ပညာ နာမ်တရားတွေ တိုးပွားအောင် ကြိုးစား အားထုတ် မှုကို ဆိုလိုပါသည်။

ဤ နာမ်တရား ပွားများရမည်ဆိုသော စကားကတော့ ရုပ်ဝတ္ထု တိုးပွားမှုသာ သိရှိ နားလည်ကြကုန်သော တဖက် သတ်မြင် မိစ္ဆာဝါဒီ ဂိုဏ်းသမားများနှင့်တော့ မီးစနှင့် ရေ မှတ်ပမာ ဖိလာဆန့်ကျင်၍ နေလေတော့သည်။ မိစ္ဆာစကား ကို အသာထား၍ သမ္မာစကားကိုသာ အရင်ပြောပေအံ့။

နာမ်တရားတွေ များစွာ တိုးပွားမှု ရှိနေရာတွင်လည်း အဖိုးထိုက်တန်သော သာသနာတော်တိုင်းကာလ၌ ဗောဇ္ဈင်

ဆိုင်ရာ မဂ္ဂင် ဆိုင်ရာ သီလ, သမာဓိ, ပညာ တိုးပွားမျိုးကို လိုရင်းထားသော ဘာဝနာပွားမှုဖြစ်သည်။ ဤကဲ့သို့ သီလ, သမာဓိ, ပညာကို အထပ်ထပ် အခါခါ အကြိမ်ကြိမ် ဖြစ်ခြင်း သည်ပင်လျှင် ဘာဝနာပွားမှု ကိစ္စဆိုင်ရာ မည်တော့၏။ သတိပဋ္ဌာန်အာရုံ အကြောင်းခံ၍ ဗောဇ္ဈင်- မဂ္ဂင် ဟူသော ရှုစိတ်အစဉ် တသွင်သွင် ကျနေစေရမည်။

၃။ အရှုခံအာရုံ ရှင်းလင်းချက်

အရှုခံအာရုံကို အနည်းငယ်မျှ ထုတ်ပြရသော် “ပထဝီ” ဆိုသော စကား၌ မြေဝန်းသဏ္ဌာန်သည် အရှုခံအာရုံဖြစ်၍ တည်ရာသဘောသည် အရှုခံ ပရမတ်အာရုံဖြစ်၏။

“အာပေါ”ဆိုသောစကား၌ ရေကသိုဏ်းဝန်းသည် အရှုခံ အာရုံဖြစ်၍ ပူးကပ်ယှဉ်တွဲ ပေးတတ်သော သဘောတရား သည် အရှုခံ ပရမတ်အာရုံဖြစ်၏။

“တေဇော”ဆိုသော စကား၌ မီးကသိုဏ်း ဝန်းသည် အရှုခံ ပညတ်အာရုံ ဖြစ်၍ ပူ-အေး ရင့်ကျက်မှု သဘောသည် အရှုခံ ပရမတ်အာရုံဖြစ်၏။

“ဝါယော”ဆိုသော စကား၌ နေရာတခု၌ လှုပ်ရှားနေခြင်းသည် အရှုခံ ပညတ် အာရုံဖြစ်၏။ တွန်းကန် ပေးခြင်း သဘောသည် အရှုခံ ပရမတ်အာရုံဖြစ်၏။

“အာကာသ”ဆိုသော စကား၌ အပေါက်အကြားသည် အရှုခံ ပညတ် အာရုံဖြစ်၏။ ဤ အာကာသ ရှုကွက်၌ ပရမတ်

အာရုံမရှိချေ၊ ပညတ်အာရုံတခုသာရှိ၏။ အဘယ့်ကြောင့် ဆိုသော် သဘာဝတရားမရှိသောကြောင့်တည်း (မှတ်သားဖွယ်)

ဝိပဿနာအာရုံ အနေအားဖြင့် ပရမတ်သဘာဝ အာရုံများကို ဘာဝနာဖြစ်အောင် ရှုနေပါလျှင် ပညတ်အာကာသသဘောသည် အလိုလိုနားလည် လာပေ၏။ ဤပညတ်အာရုံသည် သဘာဝအာရုံများနှင့် မကွေ့မကွာ ဖြစ်နေမှုကြောင့် ရေနှင့် ရေခွက်အလား တသားတည်းကဲ့သို့ ယောဂီများ ထင်ရ မြင်ရမှုကြောင့် အာကာသဓာတ် အနေအားဖြင့် ထိုထိုပါဠိတော်၌ ဟောတော်မူထားလျက် ရှိ၏။

အာရုံတခုခု၌ ကိုယ်တွေ့ အလုပ်ကိစ္စ သိရှိနားလည်ပါက ကြွင်းကျန်ကုန်သော ပညတ်အာရုံ၊ ပရမတ်အာရုံတို့၌လည်း ကွဲပြား သဘာဝပေါက်၍ နားလည် လာနိုင်ကုန်သည်။ ပရမတ်အာရုံ အနေအားဖြင့် ပထဝီဓာတ် တလုံးကို သိရှိနားလည်ထားပါလျှင် တေဇော၊ ဝါယော၊ အာပေါ ဓာတ်တို့၌လည်း အလိုလို သိရှိနားလည် လာနိုင်ပေကုန်သည်။

အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် သဘာဝအာရုံတို့ကို သိမြင်နိုင်စွမ်းရှိသော အခြေခံ “ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ” နှင့် ဥပစာ-အပ္ပနာသမာဓိ အဖြစ်ဖြင့် တူညီသောကြောင့်တည်း။ အကြောင်းတရားတူတော့ အကျိုးတရား ရုပ်နာမ်အာရုံလည်း သိစရာတူနိုင်ပေသည်။ တခုသော သဘာဝကို သိက ကျန်သဘာဝတွေကိုလည်း သိစရာဆိုက သိနိုင်တော့၏။ သင်ကြား

ထားသော သုတမယပညာထက် သိပ္ပံ တန်ဖိုးရှိလှသော
ကြောင့် အားကျစရာ ဘာဝနာပညာကို ကြိုးစားချင်စရာ
စိတ်ဝင်စားစရာ ဖြစ်ပေကုန်သည်။

အာရုံတခုခုပေါ်၌ တွေးတော ဆင်ခြင်နေသည်ကိုပင်
ဘာဝနာအစဉ် ပေါ်နေသည်ဟု ခေါ်ဝေါ်အပ်ပေကုန်သည်။
ဤသို့ တွေးတောနေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ မြင့်မြတ်သော
စိတ်သည် ကျရာအာရုံပေါ်၌ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက် တည်တန့်
နေသည်ကို သမာဓိစိတ်-သမာဓိရနေပြီဟု ခေါ်၏။ ထို
အချိန်၌ ခဏိကသမာဓိ ဖြစ်နေ၏။

ထိုသမာဓိပင်လျှင် တဆင့်တဆင့် မြင့်တက်၍ နိဝရဏ
ကင်းကွာနိုင်ပြီဆိုပါက သမထစိတ် နိဝရဏငြိမ်းသော စိတ်ဟု
ခေါ်ရပြန်သည်။ နိဝရဏရန်သူ ငြိမ်သက်စေနိုင်သော သမာဓိ
ဆိုဒါ ဥပစာရ သမာဓိဖြစ်ပေ၏။ နိဝရဏရန်သူ ရှိနေလျှင်လဲ
ဝိပဿနာဉာဏ် မဖြစ်နိုင်ချေ။ ။ထို့ကြောင့် ဉာဏ်ဓာတ်
အားလုံးသည် သမာဓိဓာတ်နှင့် ကင်းကွာ၍ မဖြစ်နိုင်ကြောင်း
သိသာသည်။

နိဝရဏ ငြိမ်သက်နိုင်သော သမထ သမာဓိ ပြည့်စုံ
လျှင်လည်း ဣန္ဒြိယသံဝရာသီလ ပြည့်စုံနိုင်ပေတော့၏။ သီလ
သမာဓိ အခြေခံတရား နှစ်ပါးရှိသူ ယောဂီ၌ ဝိပဿနာဉာဏ်
ရမည်အမှန် ဖြစ်တော့၏။ သီလမပြည့်စုံ သမာဓိမပြည့်စုံလျှင်
ဝိပဿနာဉာဏ် မရနိုင်ပေကုန်။

မဂ်,ဖိုလ် ရနိုင်လောက်သော အခြေခံ သီလ သမာဓိ-
ဝိပဿနာ-ပညာ ဖြစ်ပေါ်လာသူအား မဂ်ဉာဏ်, ဖိုလ်ဉာဏ်
ရနိုင်၏။ သီလအင်အား သမာဓိအင်အား လိုနေလျှင်
ဝိပဿနာဉာဏ် မရပေ။ ဝိပဿနာဉာဏ် မရသေးက မဂ်ဉာဏ်
မရနိုင်။ ဝိပဿနာဉာဏ်တို့, မဂ်ဉာဏ်တို့တို့ကို ဝိပဿနာ
ဉာဏ်စစ်, မဂ်ဉာဏ်စစ်တွေ ထင်နေမှုက များ၏။

ဝေခွဲပြောကြား ဆုမွန်နိုင်သော ဆရာကောင်းရတို့ရန်
အရေးကြီး၏။ ဆရာမကောင်းဒါကိုလည်း ဆရာကောင်း
ထင်မှတ်၍ 'နေတတ်ပေ၏(သတိပြုပါ)။ မိမိအရည်အချင်း
ဆရာအရည်အချင်း အမှန်ကို သိရန်လိုသည်။

အထက်ပါ မဂ်ဉာဏ်ပေါ်လာနိုင်သော ဥပစာရသမာဓိ,
အပ္ပနာသမာဓိမျိုးမှသာလျှင် သမထလည်း မည်တော့၏။
ဈာန်လည်း မည်တော့၏။

ဤအခြေခံဖြစ်သော သီလသမာဓိတရားတို့မှ တဆင့်
တက်၍ ဉာဏ်စခန်းသို့ တက်လှမ်း ပေါက်ရောက်လာပြီ
ဆိုပါက ဇာတ်အာရုံပေါ်၌ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ အသက်လိပ်ပြာ
မရှိမှန်းကို သိမြင် နားလည်လာလျှင် အနတ္တဝိပဿနာ
ဉာဏ်မြင် ပေါ်လာသည် မည်ပေ၏။

ဇာတ်အာရုံပေါ်၌ အိုခြင်း, သေခြင်းတရားတို့၏ အမြဲ
မပြတ် နှိပ်စက်ခြင်း ခံနေရဒါကို သိမြင်လာပြီဆိုလျှင် ဒုက္ခ
ဝိပဿနာဉာဏ်မြင် ပေါ်ပေါက်လာသည် မည်ပေ၏။

ဓာတ်အာရုံတို့၏ တဖွားဖွား အလျင်မပြတ် ပျောက်ကွယ် ချုပ်ငြိမ်းခြင်းကို သိမြင် နားလည်လာလျှင် အနိစ္စဝိပဿနာ ဉာဏ်မြင် ပေါ်လာသည် မည်၏။

အရှုခံအာရုံ၏ ချုပ်ကွယ် ပျောက်၍ မရှိသော အခြင်း အရာသည် အနိစ္စလက္ခဏာမည်၏။ အရှုခံအာရုံသည် အနိစ္စ မည်၏။

အိုခြင်း၊ သေခြင်း၏ နှိပ်စက်မှု ခံရသော အခြင်းအရာသည် ဒုက္ခလက္ခဏာမည်၏။ ဒုက္ခလက္ခဏာ၏ တည်ရာ အရှုခံ အာရုံသည် ဒုက္ခတရားမည်၏။ အရှုခံတရား၏ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ မပါရှိခြင်းသည် အနတ္တလက္ခဏာမည်၏။ အရှုခံ နာမ် တရားသည် အနတ္တမည်၏။ အကြိမ်များစွာ သမာဓိ ဖြစ်ခြင်းသည် သမထဘာဝနာ မည်၏။

အကြိမ်များစွာ ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ခြင်းသည် ဝိပဿနာဘာဝနာ မည်၏။ အာရုံတခုခု၌ တပေါင်းတည်း နေကုန်သော ရုပ်၊ နာမ်တရားတို့ကို ဝိပဿနာပညာဖြင့် လှည့်ကာလှည့်ကာ ဆင်ခြင်တွေးဆ ပွားများနေမှုကို ပါဠိလို “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ဟု ခေါ်၏။ မြန်မာလို အကြိမ်ကြိမ် အခါခါ ဉာဏ်ပညာ ဖြစ်နေခြင်းပင်တည်း။

လောက၌ ကြံစည်တွေးတော ဆင်ခြင်မှုသည် ဉာဏ် အားဖြင့် ကြံစည်ခြင်း၊ ဝိတက်အားဖြင့် ကြံစည်ခြင်း၊ စိတ်ကူး အားဖြင့် ကြံစည်ခြင်း၊ ဟု ကြံစည်မှု ကိရိယာသည် သုံးမျိုး သုံးစား ရှိပေကုန်သည်။ ဉာဏ်ပညာဖြင့် ကြံစည်တွေးဆမှုသည်

မှန်ကန်သော ကြံစည်တွေးဆမှုဖြစ်၏။ ဝိတက်ဖြင့် ကြံစည်
 တွေးဆမှုမျိုးသည် မှား-မှန် နှစ်ပါးရှိပေ၏။ အဘယ့်ကြောင့်
 ဆိုသော် မသိတွေ့ဝေခြင်း မောဟ ပါမှု-မပါမှုအားဖြင့်
 နှစ်မျိုး ပြားနေသောကြောင့်တည်း။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတို့၏ စင်မှန်သော ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့်
 ကြံစည်တွေးဆမှုမျိုးသည် ပညာဖြင့် ကြံစည်တွေးဆမှုမျိုး
 ဖြစ်၍ အို, နာ, သေရေး ကင်းဝေးသည်အထိ ကောင်းကျိုး
 ဆောင်နိုင်၏။

ဆောင်။ ။ ပညာ- ဝိတက်, ဝိညာဏ်စွက်, ငါးချက်ကြံစည်မှု၊
 ဝိပဿနာအရာ, ကြံစည်ခြင်းဟာ, ပညာမှတ်ပါ
 လေ။

ဤသည်လျှင် “ဘာဝနာပွား” ဟူသော စကားလုံးကို
 အလျင်းသင့်၍ အနည်းအကျဉ်းချဲ့ထွင်ကာ ရှင်းလင်းပြသခြင်း
 ပင်တည်း။

ပညတ်အာရုံ ပရမတ်အာရုံ အစုံပြု၍ ဗောဇ္ဈင် ဘာဝ
 နာ မဂ္ဂင်ဘာဝနာ ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို သိရှိရပေအံ့။

၄။ အဘိဏ္ဍသုတ် ပါဠိတော်

ပဉ္စိမာနိ ဘိက္ခဝေ ဌာနာနိ အဘိဏ္ဍံ ပစ္စ ဝေက္ခိ
 တဗ္ဗာနိ၊ ဣတ္ထိယာဝါ ပုရိသေနဝါ ဂဟေဌေနဝါ
 ပဗ္ဗဇိတေနဝါ။

ကတမာနိ-ပဉ္စ။

- ၁။ ဇရာဓမ္မော့မ္ပိ ဇရံ အနတိတော့တိ အဘိဏ္ဍံ ပစ္စဝေက္ခိ တဗ္ဗံ။
 - ၂။ ဗျာဓိဓမ္မော့မ္ပိ ဗျာဓိံ အနတိတော့တိ အဘိဏ္ဍံ ပစ္စဝေက္ခိ တဗ္ဗံ။
 - ၃။ မရဏဓမ္မော့မ္ပိ မရဏံ အနတိတော့တိ အဘိဏ္ဍံ ပစ္စဝေက္ခိ တဗ္ဗံ။
 - ၄။ သဗ္ဗေဟိ ဝေ ပိယေဟိ မနာပေဟိ နာနာဘာဝေါ ဝိနာဘာဝေါမိတိ အဘိဏ္ဍံ ပစ္စဝေက္ခိ တဗ္ဗံ။
 - ၅။ ကမ္မဿကော့မ္ပိ ကမ္မဒါယာဒေါ၊ ကမ္မယောနိ ကမ္မဗန္ဓု ကမ္မပ္ပဋိဿရဏော၊ ယံ ကမ္မံ ကရိဿာမိ၊ ကလျာဏံဝါ ပါပကံဝါ၊ တဿ ကမ္မဿ ဒါယာဒေါ ဘဂိဿာမိတိ အဘိဏ္ဍံ ပစ္စဝေက္ခိ တဗ္ဗံ။
- ဣမာနိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ပဉ္စ-ဌာနာနိ အဘိဏ္ဍံ ပစ္စဝေက္ခိ တဗ္ဗာနိ။
- ဣတ္ထိယာဝါ ပုရိသေနဝါ ဂဟဋ္ဌေနဝါ ပဗ္ဗဇိတေနဝါ။

၅။ မြန်မာပြန့် ရှင်းလင်းချက်

ဝဋ်ဆင်းရဲ ကင်းလွတ် လိုသော ယောဂီ သူတော်စင် အပေါင်းတို့....ယောကျ်ား-မိန်းမ-လူ-ရှင်-ရဟန်းဟူသမျှသည် အောက်ပါ အကြောင်းအရာ ငါးမျိုးတို့ကို နေ့ညဉ့်မပြတ် ပွားများအပ် ကုန်၏။ ဆင်ခြင် ပွားများသူသည် လောဘ

ဒေါသ-မောဟ ဟူသော အကုသိုလ် ကိလေသာ အရင်း
အမြစ်ကြီး သုံးပါး ခေါင်းပါးလာ၍ သမာဓိ-ပညာ တိုး
ပွား လာပြီးလျှင် မဂ်-ဖိုလ်အထိ ဆိုက်ရောက်အောင် ကောင်း
ကျိုး ဆောင်နိုင်၏။

ဆင်ခြင်ရန် တရားငါးပါး

ဤခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ် နှစ်ပါး၌ အိုမှု-နာမှု-သေမှု
တရားတို့သည် မိနစ်-စက္ကန့် မလပ် ခဏမစဲ တဖွဲဖွဲပင် ဖြစ်
ပျက်ပြောင်းလဲကာ အမြဲမပြတ် အို-နာ-သေ နေမှုတွေဟာ
ထင်ရှား ရှိနေ ပါသောကြောင့် ငါ့မှာ အိုခြင်း တရား၊ နာ
ခြင်း တရား၊ သေခြင်းတရားတွေ ဖြစ်၍ နေပေ၏။ အို-နာ
သေမှု တရားကို မလွန်ဆန်နိုင်ပါ တကား၊ ယခုလဲ အိုလိုက်
နာလိုက် သေလိုက်ဘဲ၊ အတိတ်ကလည်း အိုမှု နာမှု-သေမှု
တရားတွေ အကြိမ်ကြိမ် တွေ့ခဲ့ရဘူးပြီ၊ နောင် အနာဂတ်
၌လည်း အိုဘေးကြီး နာဘေးကြီး သေဘေးကြီး တွေ့နှင့်
တွေ့ဆုံ ရင်ဆိုင်ရအုံး မှာဘဲ၊ အိုမှု-နာမှု-သေမှု ကင်းလွတ်ရာ
သည် နိဗ္ဗာန်တရားသာ ရှိပါကလားဟု နေ့ညဉ့်မပြတ် ဆင်
ခြင်အပ်၏။

လူမိုက်ရှာမှီးမှု သုံးပါး

လူမိုက်တို့သည် အိုတတ်တဲ့ တရားမှန်း မသိပါဘဲလည်း
အိုတတ်တဲ့ တရားဆိုးကို နေ့စဉ်ရှာမှီး၍ အမြဲ နေတတ်ကုန်

၏။ သိပါလျက်လည်း နေ့တိုင်းပင် ရှာဖွေ နေကြပေကုန်၏။
 လူမိုက်တို့သည် နာတတ်သော တရားမှန်း မသိဘဲလည်း
 နာမှုတရား ရုပ်နာမ် တိုးပွားရေးကို ရှာဖွေ နေကြ၏။ သိ
 လျက်လည်း နာမှု တရားဆိုးကို အကောင်းထင်ကာ ရှာမှီး၏။
 လူမိုက်တို့သည် သေတတ်သော တရားမှန်းသိလျက် နောက်
 ထပ်တဖန် သေတတ်သော တရားကို နေ့တိုင်းပင် ရှာမှီး
 နေ၏။ သေတတ်သော တရားမှန်း မသိပါဘဲလည်း အသေ
 တရား၊ အသေပစ္စည်း ဥစ္စာတွေကို ရှာဖွေဆည်းပူး နေကြ
 ၏။ အိုတတ်သောတရား နာတတ်သော တရားများကို မအို
 မနာခင်က အသုံးချထား ပါလျှင် ငွေကို အမြဲနှိပ်စက် နေ
 သော ဒေါသ-မာန-လောဘ တရားဆိုးများ မနှိပ်စက် နိုင်
 ပေကုန်။

ဤလောကကြီး အတွင်း၌ မိမိ ချစ်ခင်လိုလား နှစ်သက်
 မြတ်နိုး နေကုန်သော သား မယား၊ ကျေးကျွန်၊ လင်
 ယောက်ျား၊ တပည့်၊ သား၊ မြေး စသော သက်ရှိ အရာဝတ္ထု
 နှင့် ငွေ၊ ငွေ၊ ကျောက်သံ ပတ္တမြား၊ တိုက်တာ၊ အိမ်ယာ
 စသော သက်မဲ့ အရာဝတ္ထု အစုစုတို့သည် ထင်ရှား ဖြစ်
 ပေါ် တည်ရှိ၍ နေပေကုန်သည်။

ဆိုအပ်ခဲ့ ပြီးသော သက်မဲ့ သက်ရှိ ဝတ္ထု ပစ္စည်းစု တို့က
 လည်း မိမိကို စွန့်ခွာ၍ တနေ့တချိန် သွားပေ လိမ့်မည်။
 မိမိကလည်း ဦးစွာအလျင် ပစ္စည်းဥစ္စာများကို ပေါ်ပေါက်
 လာသော အကြောင်းအားလျော်စွာ စွန့်ခွာခြင်းသို့ ရောက်

ပေလိမ့်မည်။ သေကွဲ-ရှင်ကွဲ ဤနှစ်ကွဲကို အမြဲတံထွာ တွေ့ ဆုံဘွယ်သာ ဖြစ်၏ဟု ကြိမ်ဖန်များစွာ မပြတ်ဆင်ခြင်အပ်၏။

ဤလောကကြီး၌ ရှိကြကုန်သော သက်ရှိ သက်မဲ့ အရာ ဝတ္ထု အားလုံးတို့သည် မိမိသူတပါး နှစ်ဦးသားတို့၏ အလို အတိုင်း ဖြစ်နိုင်ကြသည် မဟုတ်ကုန်ပေ။ ဖန်ဆင်းမှု ကင်း ကွာ ဘယ်သူမပြု မိမိမူ ဆိုသည့် အတိုင်း ကောင်း-ဆိုး နှစ် တန် မိမိတို့ ပြုလုပ်ကြသော ကံအတိုင်းသာ ဖြစ်ကြကုန်၍ ကောင်းမှု ဆိုးမှု ကျိုးနှစ်ထွေကို မလွတ်တုန်း မလွဲမရှောင် သာ တွေ့ကြုံ-ခံစံကြရ ကုန်၏ဟု ကမ္မဿကတာ၊ ဉာဏ်ပညာ၌ တည်၍ နေ့ညမပြတ် ရှုဆင်ခြင် အပ်၏။

ဤဆိုအပ်ခဲ့ ပြီးသော အို-နာ-သေရေးနှင့် တကွ ကွဲကွာ ၍ နေရခြင်း ကံသာလျှင် အမွေခံ ရှိ၏ဟု ဆင်ခြင်ပွားများ ရာ အကြောင်း ငါးချက်ကို ယောက်ျား မိန်းမ ရဟန်းရှင်လူ ဟူသမျှ ဆင်ခြင် ပွားများ ကြရကုန်၏။

အဘိဏ္ဍသုတ် ဤတွင် ပြီး၏။

အိုခြင်းတရားကို နေ့စဉ် နေ့တိုင်း ဆင်ခြင် ပွားများပါ လျှင် “ယောဗ္ဗနမဒ” ဟု ဆိုအပ်သော အရွယ်ကောင်းခြင်း၊ မာန်မာနကို အစွဲပြု၍ ကာယကံ-ဝစီကံ-မနေ့ကံ သောင်း ကျန်းမှု တို့ကို ပယ်ရှား နိုင်ခြင်း၊ ခေါင်းပါးအောင် ပြုနိုင်

ခြင်း အကျိုးရှိ၍ ငါသည် အိုခြင်းတရား ဖြစ်နေ၏။ အိုခြင်း တရားကို မလွန်ဆန်နိုင်ဟု ဆင်ခြင် ပွားများ နေရာ၏။

နာခြင်းတရားဆို နေ့စဉ်နေ့တိုင်း ဆင်ခြင် ပွားများ ပါလျှင် “အာရောဂျ မဒ”ဟု ဆိုအပ်သော ရောဂါကင်း ခြင်းကို အစွဲပြု၍ ထစ်မှူးတတ်ကုန်သူတို့၏ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သောင်းကျန်းခြင်းဟု ဆိုအပ်သော မှူးယစ်ခြင်း အမူအရာဆိုးတို့ကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်ရှားနိုင်ခြင်း ခေါင်းပါး အောင် ပြုစွမ်းနိုင်ခြင်း အကျိုးရှိ၍ ယောဂီသူတော်စင် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် နာခြင်းတရားကို နေ့စဉ်ဆင်ခြင် ပွားများ ရာ၏။

သေခြင်းတရားကို အမြဲမပြတ် ဆင်ခြင် ပွားများလျှင် “ဇီဝိတမဒ”ဟု ဆိုအပ်သော မိမိကိုယ်ကို သေရမှန်းမသိ မေ့လျော့မှုကို အစွဲပြု၍ မှူးယစ်မေ့လျော့ကုန်သူတို့၏ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ် ဆိုးသွမ်းမှုတို့ကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်ရှားခြင်း၊ ခေါင်း ပါးအောင် ပြုစွမ်းနိုင်ခြင်း တည်းဟူသော မာန်မာန နည်းပါးခြင်း၊ ကောင်းကျိုးရှိ၍ ယောဂီသူတော်စင်ပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် သေခြင်း တရားတို့ကို နေ့စဉ် ဆင်ခြင်ပွားများ ရာ၏။

မိမိချစ်ခင် နှစ်သက်ကုန်သောသူတို့နှင့် ကျွေးကွင်း၍ နေထိုင်ရခြင်းတို့ကို ဆင်ခြင်ပွားများပါလျှင် ချစ်ခင် နေသူ တို့၌ တွယ်တာကုန်သော တဏှာရာဂ အကြောင်းခံ၍ ကိုယ်၊

နှုတ်, စိတ် သောင်းကျန်းမှုတို့ကို ပယ်ရှားနိုင်ခြင်း အကျိုး ရှိ၍ ခင်မင်တူယံတာမှု လျော့ပါးအောင် တနေ့တချိန်မှာ သေကွဲ-ရှင်ကွဲ မလွဲမသွေ တွေ့ရမှာပါလားဟု ဆင်ခြင် ပွားများ နေရာ၏။

သတ္တဝါတိုင်း ကံသာလျှင် အကြောင်းတရားရှိသည်ဟု ဆင်ခြင်ပွားများနေထိုင်ပါလျှင် မကောင်းသော ပြုလုပ်ခြင်း၊ မကောင်းသော ပြောဆိုခြင်း၊ မကောင်းသောစိတ်ကူးခြင်းဟု ဆိုအပ်သော ဒုစရိုက်မျိုးစုံ အဖုံဖုံတို့ကို -ပယ်ရှားနိုင်ခြင်း၊ ခေါင်းပါးအောင် ပြုလုပ်နိုင်ခြင်း အကျိုးရှိ၍ ကံတရားတိုင်း စီမံ၍ ခံစားနေရပုံကို ဆင်ခြင်ပွားများနေရာ၏။

အိုမှု, နာမှု, သေမှု သဘောတရားများသည် ငါတယောက် တည်းနှင့်သာ သက်ဆိုင်သည်မဟုတ် အများသူငါတို့လည်း အိုရ, နာရ, သေရ၏ဟု မိမိနှင့်ထပ်တူ အို, နာ, သေရေးကို တွေးတောဆင်ခြင်နေပါက လောကီ ဝိပဿနာမဂ် ဆိုက်၍ သံယောဇဉ်အနုသယ တရားများကို ကင်းကွာဖယ်နိုင်ခြင်း အကျိုးရှိ၏။ အို, နာ, သေရေး တရားများကို အချိန်အားတိုင်း ဆင်ခြင်ထားသူများသည် ပညတ်အလိုအားဖြင့် ကံကယ် အိုချိန်ကျ၍ နာချိန်ကျ၍ သေချိန်ကျလာသော် အိုမှု, နာမှု, သေမှု အတွက် စိတ်မထိတ်လန့်တော့ဘဲ အိုမှု, နာမှု, သေမှု သက်သာရာရနိုင်သည်။ အို, နာ, သေရေးနှင့် ရင်ဆိုင်ရသော် လည်း “ဒေါသ၊ ဒေါမနဿ” ဟု ဆိုအပ်သော စိတ်ဖောက်

ပြန်မှ မကျရောက်နိုင်ဘဲ အို,နာ,သေဇဏ်ကို သည်းခံကာ
နေနိုင်၍ အပါယ်ကျမှ ကင်းဝေးသွားနိုင်ခြင်း အကျိုး
ရှိ၏။

ထို့ကြောင့် အို,နာ,သေရေးကိစ္စကို အခွင့်အခါရတိုင်း
ဆင်ခြင်ပွားများထားရသည်။

ဆောင်။ ။မအိုခင်က,အိုထားကြ, အိုက-သက်သာသည်။
မနာခင်က,နာထားကြ,နာက=သက်သာသည်။
မသေခင်က, သေထားကြ, သေက-သက်သာ
သည်။

အဘိဏ္ဍသုတ် မြန်မာပြန် ပြီးပါပြီ။

၆။ ဗောဇ္ဈင်သုတ်

သဗ္ဗညု မြတ်စွာဘုရားသည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်
ကျောင်းတော်၌ ကိန်းအောင်းမွေ့လျော် သီတင်းသုံးနေစဉ်
အခါ အရှင်ကဿပ ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး၌ ကြီးမားပြင်း
ထန်သော ရောဂါဝေဒနာ ကပ်ရောက်ပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခ ဝေ
ဒနာခံစား၍ နေရသည်ကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရား သိရှိတော်
မူ၍ ရှင်မဟာကဿပ ကိုယ်တော်မြတ် သီတင်းသုံးရာ လိုဏ်ဂူ
တော်၌ ညီညွတ်တော်မူရာမှ အတော်မှာပင် ကိုယ်တော်တပါးတည်း ကြွ
ရောက်လာကာ ခင်းထားအပ်သော ဘုရားရှင်နေရာ၌ သီတင်း
သုံးနေတော်မူပြီးလျှင် ရောဂါ အခြေအနေကို မေးမြန်း
တော်မူ၏။

မေးမြန်းပုံ။ ။ “ချစ်သား ကဿပ...ယခု သင်၏ကိုယ် ခန္ဓာ၌ ကပ်ရောက်နေသော ရောဂါဝေဒနာသည် အဘယ်ပုံ ရှိသနည်း၊ သည်းခံသာ၏လော၊ သည်းမခံသာ၏လော၊ တိုး လေသလော၊ ဆုတ်လေသလော” ဟု မေးတော်မူ၏။

ထိုအခါ အရှင်မဟာကဿပ ကိုယ်တော်သည် “ဘုန်း တော်ခြောက်စုံ ဂုဏ်တော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ရှင် တော်မြတ်ဘုရား တပည့်တော်၌ စွဲကပ်သော ရောဂါဝေဒ နာသည် ပြင်းထန်သောကြောင့် သည်းမခံသာပါ၊ မဆုတ် ယုတ်ပါ၊ တိုးပွားခြင်းသာ ရှိပါသည်” ဟု လျှောက်သော်—

လောကထွတ်ထား ရှင်တော် မြတ်ဘုရားသည် အဆိုပါ ရောဂါ ဝေဒနာကို ပျောက်ကင်း ရှင်းလင်းစေခြင်းငှာ အောက်ပါ မဟာဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကို ဟောပြတော်မူ၏။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အစစ်ဖြစ်လိုသူ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရလို သူများသည် ဗောဇ္ဈင် (၇) ပါး တရားကို ရှေးဦးစွာ ကြား နာသင်ယူကြ၍ သင်သိ ပရိယတ္တိမှ ကျင့်သိ ပဋိပတ္တိသို့ ဆက် လက် အားထုတ်နိုင်ရန် ဗောဇ္ဈင်သုတ်ကို ဟောကြားတော် မူသေးသည်။

သတ္တိမေကဿပ... ဗောဇ္ဈင်္ဂါ

မယာ သမ္မဒက္ခာတာ၊ ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ၊ အဘိ-
ညာယ သမ္မောဘေယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ၊

ကတမေ သတ္တ

၁။ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါက်ဿပ.... မယာ သမ္ပ-
ဒက္ခာတော ဘာဝိတော ဗဟုလိကတော, အဘိ-
ညာယ သမ္ပောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။

၂။ ဓမ္မဝိစယ သံမ္ပောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါက်ဿပ....

၃။ ဝီရိယ သမ္ပောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါက်ဿပ....

၄။ ပီတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါက်ဿပ....

၅။ ပဿဒ္ဓိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါက်ဿပ ...

၆။ သမာဓိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါက်ဿပ ...

၇။ ဥပေက္ခာသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါက်ဿပ....

ဣဒမ ခေါက်ဿပ...သတ္တဗောဇ္ဈင်္ဂါ

မယာ သမ္ပဒက္ခတာ, ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ အဘိ-
ညာယ သမ္ပောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ။

ဤသို့ အမြတ်တနိုး ဟောကြား ဆုံးမအပ်သော အလွန်
ကောင်းမွန်သော ဗောဇ္ဈင်သုတ် တရားတော်ကို အရှင်မဟာ
ကဿပ ဧည့် နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်စွာ ရိုသေလေးမြတ် ကြား
နားကာ သမ္ပန္နာသိ၍ ရှင်မဟာကဿပ ကိုယ်တော်၌ စွဲကပ်
နေသော ဤယုဒသည့် ဝေဒနာသည် ပိုနိုးကြာဖက်တွင်
ရေမဝင် သကဲ့သို့ တခဏခြင်း လျော့ကျ သက်ဆင်း၍ရောဂါ
ပျောက်ကင်းလေသည်။

မဂ်ရောက် ဖိုလ်ဝင် နိဗ္ဗာန်ကို သိမြင် လိုကြ ကုန်သော
ယူတော်စင် ယောဂီတို့သည် အယက်ပါ ဗောဇ္ဈင်(၇)ပါး

တရားတော် မြတ်ကို လိုလိုချင်ချင် လေးလေး စားစား
 ကြည့်ရှုလေ့လာ ကြပြီးလျှင်သဒ္ဓါတရား ပွားများကာ ကြိုး
 ကြိုးစားစား တကယ်တန်း အားထုတ်မည် ဆိုပါက သဗ္ဗညု
 မြတ်ဘုရားသည် ဗောဇ္ဈင်သံယုတ် ပါဠိတော်၌ တရားကောင်း
 တရားမြတ် အဖြစ်ဖြင့် သုတ်ပေါင်း (၆၄၈) သုတ် တို့ကို
 အာမခံ၍ ဟောပြောဆုံးမ ထားပါသောကြောင့် မိမိတို့သည်
 ဘဝများစွာ သံသရာက ဖြည့်ဆည်း ခဲ့သော ပါရမီ အနု
 အရင့်ကို လိုက်၍ အနှေးနှင့် အမြန် အမှန်မူချ မဂ်ဖိုလ်ကိုရ
 ကြကာ အပါယ်လေးပါးတံခါးပိတ်ကြ မည်ကား ဓလေ့နိုင်ကြ
 ပါ။ သုတ-သိ၊ ကြားနာ-သိ၊ ဖတ်ကြံ-သိ မျှနှင့် တင်း
 မတိမ်ကြ ကုန်ဘဲ တကယ် အကျင့်စခန်း အလုပ်ကို အားထုတ်
 ကြိုးစား ကုန်ရ၏။ သုတ-သိသည် အခြေခံအသိ သာမန်
 ဖြစ်၍ အကျင့် မဟုတ်သေးပေ။ အကျင့် စခန်းကြောင့်
 ရလာသော အသိပညာမျိုးသာ အဖိုးတန် ဖြစ်ပေ၏။

ဥပမာ အားဖြင့် သူတပါး၏ နွားများကို အငှားစောင့်
 ထိန်းပေးရသော အခစား နွား ကျောင်းသားနှင့် တူလှပေ
 ၏ဟု ဘုရားသဗ္ဗညု ဆုံးမတော် မူပေ၏။ ပဋိပတ္တိ-သိမှ
 ပဋိပတ္တိ-သိ ဖြစ်လာခြင်း၊ ပဋိပတ္တိ-သိ မှ ပဋိဝေဒ-သိ ဖြစ်
 လာခြင်းသည် ဘုရားရှင် အလိုတော်ကျသည့် ပညာ အဖိုး
 တန် ဖြစ်ပေ၏။ ကိုယ်တွေ့ အကျိုးတရားများလည်း ပစ္စက္ခ
 မျက်မှောက်၌ပင် ခံစားရ၏။

ကျင့်ရန်မှာလည်း မိမိတို့ နေ့စဉ် နေထိုင် စားသောက် ပြောဆို ကြတဲ့ နေရာများမှာ မျက်စိ-နား-နှာ-လျှာ-ကိုယ် စိတ် ဆိုတဲ့(၆) နေရာကနေ၍ ဣန္ဒြေစောင့်စည်းကာ ကောင်းသော သုစရိုက် အကျင့်ဖြစ်တဲ့ အကြံအစည် အပြောအဆို အလုပ်အကိုင် တို့ကိုသာ သတိထား၍ ကြံစည် ပြောဆို လုပ်ကိုင် ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော် များသည် အသိဉာဏ်မှန် ကိုသာ ပေး၏။ အသိဉာဏ်မှန် ရအောင် လိုက်နာရန်ကား မိမိတို့ တာဝန် ဝတ္တရား များကို သိရှိနားလည်၍ တကယ် အလုပ် ကျေပြန်စွာ လုပ်ကြပေ သဖြင့် ခံစားရမည့် အကျိုး မဂ်ဖိုလ် တရားကို မိမိတို့၏ဆိုင်ရာ အလုပ်စခန်းကပင် ပေးပါ လိမ့်မည်။ အကြောင်းခံလျှင် အကျိုးပေါ်ထွက် လာမည် ကား ဓမ္မတာသဘာဝ ပါဘဲ။ ယို့ကြောင့် ဗောဇ္ဈင်(၇)ပါး တရားကို ကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံပါလျှင် အောက်ပါ တရား တော်၏ အရသာ များကို ထိတွေ့ ခံစားရမည် ဖြစ်ကြောင်း သိရှိကုန်ရာ၏။

“ဧဝံဘာဝိတောခေါ ကုဏ္ဍလိယ ဣန္ဒြိယ သံဝေရာ တိဏိ သုစရိတာနိ ပရိပူရေတိ၊ ဧဝံဘာဝိတာနိ တိဏိ သုစရိတာနိ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ပရိပူရေန္တိ၊ ဧဝံဘာဝိတာ စတ္တာ ရော သတိပဋ္ဌာနာ သတ္တဗောဇ္ဈင်္ဂေ ပရိပူရေန္တိ။ ဧဝံဘာဝိတာ သတ္တဗောဇ္ဈင်္ဂါ ဝိဇ္ဇာဝိမုတ္တိယော ပရိပူရေန္တိ”

ဤသို့ အားဖြင့် ဗောဇ္ဈင်သံယုတ် ပါဠိတော်၌ သဗ္ဗညု ဘုရားသည် ဗောဇ္ဈင်(၇) ပါး အားထုတ်ရခြင်း၏ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ရနိုင်ခြင်း အကျိုးကို ကောင်းစွာ ဟောကြား တော်မူ၏။

အဓိပ္ပါယ် အချုပ်မှာ—ကုဏ္ဍလိယ ပရိဗိုဇ်- လူ့န္ဒြေ လုံခြုံမည်ဆိုလျှင် ကာယသုစရိတ်၊ ဝစီသုစရိတ်၊ မနော သုစရိတ် ဟူသော သုစရိတ် သုံးမျိုး ပြည့်စုံ နိုင်ပေ၏။ သုစရိတ် သုံးပါးကို ပွားများမည် ဆိုလျှင် သတိပဋ္ဌာန် လေးပါး ပြည့်စုံနိုင်၏။ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါးကို ပွား များမည် ဆိုလျှင် ဗောဇ္ဈင် (၇)ပါး ပြည့်စုံ နိုင်၏။ ဗောဇ္ဈင် (၇)ပါး တို့ကို ကြိုးကြိုးစားစား ပွားများမည် ဆိုလျှင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် ပြည့်စုံ နိုင်၏ဟု ဘုရားရှင် သိစေတော် မူ၏။

ထို့ကြောင့် ဗောဇ္ဈင် (၇) ပါး ပွားများ အားထုတ်ပါ က အနာရောဂါ ကင်းရှင်းခြင်း အကျိုးသာ ရနိုင်ပေသည် မဟုတ် လောကုတ္တရာ ချမ်းသာသုခ အကျိုးတရား တနေ့ တပြား စိုးပွားမြင့်ကျော် လာနိုင်ပုံကို ဉာဏ်မြော်မြင်၍ သိ ကုန်ရာ၏။

၇။ ဗောဇ္ဈင်အကျင့်တရားအားထုတ်ပုံ

“သတိ သံဗောဇ္ဈင်” ဆိုသည်မှာ ကောင်းသော တရား တို့ကိုသာ အခါခါ အောက်မေ့ခြင်းကို ဆို၏။ လူရိယာပက

လေးပါးလုံး၌ ကိုယ်နှင့် မကွာအောင် သတိကို ဆောင်
ထားခြင်း။

မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့ပေါ့ထန်တန် သတိကင်း၍ ညံ့
ဖျင်းသော သူတို့နှင့် မပေါင်းဖော် ရခြင်း။

မပေါ့မတန် သတိထက်သန် သူတို့နှင့် ပေါင်းသင်း
ဆက်ဆံလေ့ ရှိခြင်း၊ သတိတရား အမြဲမပြတ်အောင် စိတ်
ဓာတ်ကို အမြဲသွေးဆောင်၍ ရှေးစိတ်က တရားအာရုံပေါ်၌
ပျင်းရိလျှင် နောက်စိတ်က ပြုပြင်ခြင်း စသည်ကို ပြုလုပ်
ရခြင်း။

- ၁။ ရှေ့စိတ်က တော်ချင် နောက်စိတ်က ပြုပြင်။
- ၂။ ရှေ့စိတ်က ထွက်သွား နောက်စိတ်က ဆွဲထား။
- ၃။ ရှေ့စိတ်က နောက်ဆုတ် နောက်စိတ်က အားထုတ်။

ဤသို့ စသည်ဖြင့် စိတ်ကို အလိုမလိုက်ဘဲ စိတ်ကိုပြုပြင်
ပေးရသည်။ တရားအားထုတ် ဆိုဒါ ရုပ်ကိုယ်ကြီးကိုကျန်းမာ
အောင် ဆေးကုဒါ မဟုတ်၊ လောဘ-ဒေါသ-မောဟ စသော
ဆိုးသွမ်းသော နာမ်တရားတွေကို သီလ-သမာဓိ-ပညာ ဟူ
သော ဆေးသုံးလုံးကို မျှီသုံး စားသောက်လာ နာမ်ရော
ဂါ နာမ်နာ ကမ္ဘာလဆန်းက ဖြစ်လာသော အနာဟောင်း
ကြီးများကို အမြစ်ပါ မကျန်အောင် သုတ်သင် ရှင်းလင်းနေ
ခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် နာမ်တရား တို့၏ ခေါင်းဆောင် စိတ်ကို အထူးပြု၍ ကုစားနေခြင်း ဖြစ်ကြောင်းကို သိရှိရ၏။

သမထ ဝိပဿနာကို အားထုတ်သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ် အား စိတ် နောက်ဆုတ်သော အခါ ပဿဒ္ဓိ သမ္မောဇ္ဈင် သမာဓိ သမ္မောဇ္ဈင် ဥပေက္ခာ သမ္မောဇ္ဈင် သုံးပါးတို့ကို မပွားစေသင့်၊ ပွားလျှင် စိတ်နောက်ဆုတ် သွားတတ်သည်၊ သွားနိုင်သည်။ အလုပ်ကိစ္စ၌ စိတ်နောက်ဆုတ်အောင် ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်၊ ဝီရိယ သမ္မောဇ္ဈင်၊ ပီတိ သမ္မောဇ္ဈင် သုံးပါးတို့ကိုသာ ပွားများ အားထုတ်ရမည်။

စိတ်ပျံ့လွင့်သော ယောဂီဖြစ်လျှင် ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်၊ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်၊ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင် သုံးပါးတို့ကို မပွားများသင့်၊ ပွားများပါက ပို၍စိတ်ပျံ့လွင့် သွားတတ်သည်။ စိတ်မပျံ့လွင့်ရအောင် ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင် သုံးပါးကိုသာ ပွားများရမည်။ ဤသို့ ပွားများပါက စိတ်ငြိမ်သက်၍ သွားခြင်းအကျိုး ရှိ၏။

သတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို စိတ်မဝင်စား စိတ်နောက်ဆုတ်သွားသောအခါဖြစ်စေ၊ စိတ်ပျံ့လွင့်သောအခါဖြစ်စေ ပွားများအားထုတ်ရ၏။ “အခါခပ်သိမ်း အလိုရှိအပ်သောတရား” ဟု အဋ္ဌကထာ ဆရာများ ဖွင့်ဆို၏။ စိတ်သည် သတိတရားလျှင် မှီခိုအားထားစရာရှိ၏။ စိတ်ကို သတိထားလျက် စောင့်ရှောက်ရ၏။

ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်၊ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်၊ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်
သုံးပါးတို့သည် စိတ်ကိုချီးမြှောက်၏။

ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာ
သမ္မောဇ္ဈင် သုံးပါးတို့သည် စိတ်ကို နှိပ်ကွပ်၏။

ကိုယ် စိတ် နှစ်ပါး ချမ်းသာအေးငြိမ်းသူတို့၌ ဓမ္မတာ
သဘောအားဖြင့် စိတ်ချမ်းသာလျှင် တည်ကြည် ငြိမ်သက်မြဲ
ဖြစ်၍ သမာဓိ သမ္မောဇ္ဈင် ပွားများသည် မည်၏။

ပညာ၏ ပွားစီးခြင်းဟူသော ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်ကို
ဝီရိယဖြင့် ပွားစီးအပ်သော ကုသိုလ်တရားအပေါ်၌ နှစ်ခြိုက်
အေးမြခြင်းဟူသော သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်နှင့် ဥပေက္ခာ
သမ္မောဇ္ဈင်လည်း တပြိုင်နက် ပါရှိလေတော့၏။

ဤကား အာနာပါန အလုပ်စခန်း၌ အနုပဿနာလေး
ပါး၊ ဗောဇ္ဈင်(၇)ပါး ပါဝင်ပုံကို ပြဆိုချက်ပေတည်း။

ဤဗောဇ္ဈင်(၇)ပါးတွင် အကြောင်းဗောဇ္ဈင် အကျိုး
ဗောဇ္ဈင် တရားများကို ခွဲခြားသိရှိ နားလည်၍ အကြောင်း
ဗောဇ္ဈင် ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရန် ယောဂီ
ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ တာဝန်ဖြစ်၏။ ဤဗောဇ္ဈင်တရားတွင် သတိ
သမ္မောဇ္ဈင်၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်များသည်
အကြောင်းဗောဇ္ဈင်ဖြစ်၍ အကြောင်းရှိက အကျိုးရှိမြဲအတိုင်း
ပင် ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်၊ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်
ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်များလည်း ဆင့်ကဲ ဆင့်ကဲ ဖြစ်ပေါ်လာ
ကြတော့၏။

ထို့ကြောင့် ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ကို မဟာသီဝမထေရ်၊
သောဏမထေရ်တို့နှင့် ဝိဇယာထေရ်၊ ဥတ္တရာထေရ် အလား
ထက်သန်စွာ ကြိုးစားရမည်။

သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်ကို အရှင်သာရိပုတ္တရာနှင့် ဥပ္ပလဝဏ်
ထေရ်မအလား အလွန်တိုးပွားအောင် ကြိုးစားအားထုတ်ရ
မည်။

၈။ ဝီရိယပြည့်စုံသော မဟာသီဝထေရ်ဝတ္ထု

မဟာသီဝမထေရ်ကြီးသည် သဠ်လျော်စွာ တရား အား
ထုတ်ရန် ကောင်းသောနေရာသို့ ကြွသွား၍ “ငါသည်
ရဟန်းတို့၏ ပြုတယ်ကိစ္စမပြီးဆုံးလျှင် ကျောင်းတိုက်သို့မပြန်၊
ရဟန်းကိစ္စပြီးမှသာ ကျောင်းသို့ ပြန်၍ ဝါကပ်မည်” ဟု
ရည်ရွယ်၍ မိမိအိပ်စရာကုတင်ကို သစ်ပင်မှာ ထောင်ထား
ပြီးလျှင် မအိပ်မနေ အဆင့်ဆင့်သော ဝီရိယဖြင့် ဘာဝနာ
လုပ်ငန်းကို အဟုတ်တန်း တကယ်တန်း အားထုတ်ပါသော်
လည်း မဂ်ဖိုလ်သို့ မပေါက်ရောက်ခဲ့ပေ။

ဝါဆိုခါနီး၍ တပည့်အများ လာရောက် ကြိုဆိုသော
အခါ ငါ့အလို မပြည့်စုံသေး။ ဝါကျွတ် ပဝါရဏာပွဲအမှီ
လာမည်ဟု ပြန်လွှတ်လိုက်၏။ တဝါတွင်းလုံး မနေမနား
မီးပွတ်သော ယောက်ျားအလား ဇွဲကောင်းကောင်းဖြင့်
အားထုတ်သော်လည်း မဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်ကား မရပေ။ နှစ်ဝါ
မြောက်လည်း မရ၊ သုံးဝါမြောက်လည်း မရ၊ မရမနေစိတ်ဖြင့်

ဇွဲလုံ့လကတော့ မလျော့ပေ။ တိုးတက်၍ တိုးတက်၍သာ
မလျော့သော ဝီရိယဖြင့် မအိပ်မလျောင်း ခြေမဆေးဘဲ
အနှစ်သုံးဆယ်တိုင်တိုင် ကျင့်ကြံကျိုးကုတ် အားထုတ်ပါမှ
ရဟန်းကိစ္စ ပြီးမြောက်၍ တပည့်များက လာရောက်ကာ
ခြေထောက်ကို ဆေးခွင့်ပြုရန် တောင်းပန်ကြလေသည်။

ကြံရည်ဖန်ရည် ကောင်းသော သိကြားမင်းကလည်း
သုဇာတာကို ဂေအိုးဖြင့် ရေကိုရွက်စေ၍ ရဟန်းတော်များ၏
အတွင်း ဝင်ရောက်စေကာ ရဟန်းတော်များရှေ့ ရောက်ရန်
အကြံပိုင်သောစကားကို လျှောက်ထားလိုက်ပုံက “အရှင်
ဘုရားတို့ ထိတွေ့ခြင်းငှာ မအပ်စပ်သော မာတုဂါမ မိန်းမ
သား လာပါသည်။ လွဲဖယ်တော်မူ၍ လမ်းပေးတော်မူကြပါ
ဘုရား” အကြိမ်ကြိမ် အော်ဟစ် လျှောက်ထားသဖြင့်
ရဟန်းတော်များက လမ်းပေးရ၍ မဟာသီဝမထေရ်ကြီး
ထံသို့ ရောက်လျှင် “တပည့်တော် ရှိပါလျက် ရဟန်းတော်
အရှင်မြတ်များ ခြေကို မကိုင်ကြပါစေနှင့် တပည့်တော်
ဆေးပါရစေ”ဟု လျှောက်ထား တောင်းပန်လျှင် မဟာသီဝ
မထေရ်ကြီးကလည်း ပြန်လည်၍ အမိန့်တော် ရှိလိုက်ပုံမှာ—
“ဒါယကာ သိကြားမင်း လူငွေ လူနံ့များကို စက်ဆုပ်
ရွံရှာဘွယ် နံသည်မဟုတ်ပါလော”ဟု မေးခဲ့သော်—

(၈၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

၉။ သီလပန်းရနံ.တကြိုင်ကြိုင်

အရှင်ဘုရား၏ သီလပန်းအနံ့သည် နတ်ပြည်၌ ဖြစ်သော ပန်းအနံ့မက သာလွန်၍ မွှေးကြိုင်လှပါသည်ဟု လျှောက်ထားလျှင် မဟာသီဝမထေရ်ကြီးက ခြေတော်ကို ပေး၍ ဆေးခွင့်ပြုလေ၏။

မယား သုဇိတာက ရေလောင်းကာ လင်ယောက်ျား သိကြားမင်း၏လက်ဖြင့် ကိုင်၍ ဆေးသောခဏ၌ မဟာသီဝမထေရ်မြတ်၏ ခြေတော်အစုံသည် ဖွားစကလေး၏ ခြေကဲ့သို့ နုနယ်ဖြူဖွေးလေ၏။

မဟာသီဝမထေရ်ကြီး၏ ကြိုးစားမှု လုံ့လဝီရိယကဲ့သို့ အရာရာအစ၌ မြဲမြံသောလုံ့လဖြစ်ခြင်း၊ နောက်မဆုတ်သော လုံ့လဖြစ်ခြင်း၊ သန့်ရှင်းသော အသိဉာဏ်ပညာ၊ ဖြူစင်သော သီလသမာဓိနှင့်စပ်သော လုံ့လဝီရိယဖြစ်အောင် ထူထောင်၍ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ကို အောင်မြင်ရရှိစေရာ၏။

၁၀။ သတိသမ္မောဇ္ဈင် ထူထောင်ပုံ

သတိသည် သာမည သတိ၊ ထူးကဲသောသတိဟု နှစ်မျိုး ရှိ၏။ သာမညသတိဆိုဒါ အမတ်ကြီး ဘိုးရာဇာကဲ့သို့ အရာခပ်သိမ်း မမေ့မပျောက်သော သတိတည်း။ တနေ့သောအချိန် မှာ ‘အရသာတို့တွင် ဘယ်အရသာ အကောင်းဆုံးလဲ’ဟု ဘိုးရာဇာကို မေးမြန်းရာ ‘လိပ်ဥဟာ အကောင်းဆုံး’ဟု ဖြေကြား

ပြီးနောက် သုံးနှစ်ခန့်ကြာသောအခါ တဖန် ပြန်လည်၍ ‘သို့ချည်းဘဲလား’ ဆက်၍ တဖန် မေးပြန်သောအခါ ‘လိပ်ဥချည်းမဟုတ် ဆား ပါရသေး၏’ ဟု သုံးနှစ်ခန့် ကြာသော မေးခွန်းကို မမေ့ပါဘဲ ယခုမေး ယခု ဆက်ဖြေနိုင်သလို အလွန်သတိကောင်းခြင်းမျိုးသည် ရိုးရိုးအောက်မေ့နိုင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်၏။

ထူးကဲသော သတိဆိုသည်မှာ အလွန်ထက်မြက် အားကောင်းသော သမာဓိပညာနှင့် ယှဉ်စပ်သောသတိမျိုးပင်တည်း။ ထူးကဲသော သတိ ရှိ-မရှိကို ဤသို့ သိရာ၏။

၁။ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရခြင်း၊

၂။ ချမ်းသာစွာ နိုးလာရခြင်း၊

၃။ မကောင်းသောအိပ်မက် မမြင်မက်ခြင်း၊

၄။ နတ်အများ လေးစားစွာ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊

၅။ သုက်မလွတ်ခြင်း။

ဤ အကျိုးငါးထွေ အဖြစ်များနေပြီ ဆိုပါက သတိသမာဓိ အားကောင်းနေကြောင်း သိသာ၍ အဘိုးထိုက်တန်သော အသိအမြင်များ ရရှိနေနိုင်ကုန်သည်။

ထို့ကြောင့် တရားအားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သမာဓိပညာနှင့် ယှဉ်စပ်ဖြစ်သော ထူးထူးကဲကဲ သတိသမ္မောဇ္ဈင်တရား ရရှိလာအောင် အဖန်ဖန် ကြိုးစားကြကုန်ရာ၏။

(၈၄)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ဆောင်။ ။ ချမ်းသာအိပ်နိုး မကောင်းဆိုး အိပ်မက်၊
ကင်းလျက်ရှောင်ခွာ ဒေဝါနတ်များ၊
စောင့်ရှောက်ငြားနှင့် သုက်ညစ်ကြေးစင်၊
ဤငါးအင် ထင်လျှင်သတိ၊
ကောင်းကျိုးတည်း။

၁၁။ သတိသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုင်ရာဝတ္ထု

ကောင်းမြတ်သော သတိတရားပြည့်စုံမှ ကောင်းမြတ်
သော သမာဓိတရား ရနိုင်သောကြောင့် မဟာတိဿ
မထေရ်ကြီးကဲ့သို့ ကြိုးစားအားထုတ်ရာ၏။

သီဟိုဠ်ကျွန်း၌ မဟာတိဿမထေရ်ကြီးကို ပြင်းထန်သော
အနာရောဂါနှိပ်စက်၍ တညည်းညည်း တညူညူနေခိုက် သီ
ဟိုဠ် မင်းကြီးလည်း ‘ဖူးမျှော်အံ့’ဟု လာသည်နှင့် ကျောင်း
ဝင်း အတွင်းသို့ ရောက်သောအခါ မဟာတိဿ မထေရ်ကြီး၏
ညည်းညူသံ ကြားရလျှင် ‘ဤယခု ကြားရသော အသံသည်
ဘာသံနည်း’ဟု မေးမြန်းလေရာ “မဟာတိဿ မထေရ်ကြီး၏
ညည်းညူသံ”ဟု လျှောက်ကြားကြလေသော်....

သီဟိုဠ်မင်းလည်း “ဤမျှလောက်သော ဝေဒနာ၌
ညည်းညူသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ငါအဘယ်ကြောင့် ရှိခိုးပါအံ့နည်း၊
အရပ်ထဲက ကာမဂုဏ်သမားများနှင့် မခြား သတိလွတ်
နေသော ပုဂ္ဂိုလ်တပါး”ဟု အောက်မေ့ မှတ်ထင်၍ ပြန်သွား

လေ၏။ တရားရနေလျှင် သတိလည်း ကောင်းရမည်သာ ဖြစ်ပေ၏။ ထိုအခါ ပဉ္စင်းငယ် ရဟန်းတပါးက မဟာတိဿ မထေရ်ကြီးထံ သွား၍ “အရှင်ဘုရားသည် အကျွန်ုပ်တို့ကို အရှက်ရအောင် ပြု၏။ ဒါယကာတို့၏ စေတနာပျက်ကွက် အောင်လည်း ပြုပါ၏”ဟု လျှောက်ထားလေ၏။ ကြည်ညို သူတို့ကို သဒ္ဓါပျက်အောင် ပြုလုပ်ပါသည်။ သဒ္ဓါတရား တိုးပွားလာအောင် မဆောင်ရွက်ပါ။

“ချစ်သားရဟန်း....အဘယ်ကြောင့် အရှက်ရပါသနည်း ဒါယကာတို့၏ စေတနာ အဘယ်ကြောင့် ပျက်ကွက်ရပါ သနည်း”ဟု မေးတော်မူသော် “သီဟိုဠ်မင်းကြီးသည် အရှင် ဘုရားအား ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်ရန် လာသည်တွင် အရှင်ဘုရား ညည်းညူတော်မူသံ ကြား၍ အဘယ်အသံနည်းဟု မေးမြန်းပြီး မဟာထေရ်၏ အသံဟု သိရှိရသောအခါ ဤမျှလောက်သော၊ ဝေဒနာကို ညည်းညူသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို အဘယ်ကြောင့် ရှိခိုး ဖူးမျှော်ရအံ့နည်းဟု အထင်သေးကာ ပြန်သွားလေ၏”ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

“အဘယ် ဒီလိုသား ချစ်သားရဟန်း”ဟု သတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဖြစ်စေ၍ ဝေဒနာကို ခွါပြီးလျှင် တရားကို ရှုဆင်ခြင်သော ခဏ၌ အရဟတ္တဖိုလ် တိုင်အောင် ရောက်၍ ပဉ္စင်းငယ်ကို “လိုက်၍ ခေါ်ချေ၊ ညည်းညူခြင်းကင်းပြီ ရှိခိုးပူဇော်လှည့် တော့ဟု ဆိုချေ”ဟု စေလိုက်၏။ ပဉ္စင်းငယ်လည်း လိုက်၍ လမ်းတွင် တွေ့သောအခါ “ဒါယကာမင်းကြီး ပြန်ခဲ့ဦး

ငါတို့၏ ဆရာက ရှိခိုးလှည့်တော့ ဆိုချေ၊ဟု စေလွှတ်လိုက်သောကြောင့် ငါ့လာသည်”ဟု ဆိုလျှင် မင်းကြီးသည် ချက်ချင်း ပြန်လှည့်၍ “အရှင်ဘုရား ညည်းညူခြင်း ကင်းရှင်း ပါပြီလား”ဟု လျှောက်ထားသော် မဟာတိဿ မထေရ်လည်း “ငါသည် ညည်းညူခြင်း ကင်းရှင်းပြီ”ဟု ဆိုလေလျှင် မင်းကြီးက ရှိခိုးပူဇော်လေသည်။

ဤသို့အားဖြင့် သတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် ထူထောင်နိုင်ပါက ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင် တရားများလည်း ပဝတ္တိက္ကမနည်းအားဖြင့် အစဉ်အတိုင်း သက်ဝင်၍ လာပေတော့၏။

ထို့ကြောင့် သတိတရား ထက်သန်ကြီးထွားအောင် အရိယာသုံး၊ ဘုရားသုံး ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်တဲ့ အာနာပါနသတိ၊ အာနာပါနသမာဓိ၊ အာနာပါနပညာ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်လာအောင် အမြဲမပြတ် ပူးများ၍ မရမနေ ထူထောင်ကြကုန်လော့။

ပရိတ်ကဏ္ဍာနာခြင်း၊ ပရိတ်ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်ခြင်း စသော ဗုဒ္ဓဘာသာတို့၏ ကောင်းမြတ်သော အကျင့်အမူအရာတို့သည် အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရန်အတွက် ပြုလုပ်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပေသည်။ အန္တရာယ်သည်လည်း အတွင်းအန္တရာယ် အပြင် အန္တရာယ်၊ စိတ်အန္တရာယ်၊ ရုပ်အန္တရာယ်၊ နာမ်အန္တရာယ်၊ဟု

အမျိုးမျိုး ခေါ်လေ့ရှိရာတွင် အတွင်းအန္တရာယ်၊ စိတ်
အန္တရာယ်၊ နာမ်အန္တရာယ်ကင်းမှုကို အရိယာသုတော်စင်များ
လိုလားကြပေကုန်သည်။

ယခုခေတ်၌ အန္တရာယ်ကင်းရှင်းဘို့ ဆိုသောစကား၌
အပြင်အန္တရာယ် အနာရောဂါ ကင်းရှင်းခြင်းဟူသော ကိုယ်
ခန္ဓာရုပ်အန္တရာယ် ဝေဒနာကင်းရှင်းမှုကို ပဓာနထား၍
ပြောဆိုခြင်းမျိုး ဖြစ်ပေသည်။

ဗောဇ္ဈင်သုတ်၏ သဘာဝဓမ္မ အဓိပ္ပါယ်များမှာ စိတ်၊
နာမ် ဝါရား၌ လောဘ၊ ဒေါသ စသော ကိလေသာ
အန္တရာယ် ကင်းရှင်း၍ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော
အပူခိုး အပူငွေ့ စိတ္တဇ တေဇောဓာတ်သည် ခန္ဓာကိုယ်
ကခုလုံး ပြန့်နှံ့ကာ အအေးဓာတ် ဖွဲ့ထားခြင်း၊ နှာစေး
ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အရေပါး ဖျားနာခြင်းစသော သိတ
တေဇော အာဗန္ဓနဆိုင်ရာ ရုပ်ကိုယ်ခန္ဓာ၌ စွဲကပ်သော
ရောဂါအန္တရာယ် ကင်းစင် သွားနိုင်ပုံကို သဘောဉာဏ်
သက်ဝင်၍ သိရှိနားလည်ကုန်ရာ၏။

ထို့ကြောင့် ဗောဇ္ဈင်သုတ်ကို ကိုယ်ခန္ဓာ ကျန်းမာရေး
အတွက် အသုံးချလိုပါက ဂိလာနဆိုင်ရာ ဗောဇ္ဈင်တရား
ပွားများရာ၏။ ဗောဇ္ဈင်သုတ်ထဲ၌ ပါသော “ကဿပ”
ဆိုသော နာမည်နေရာကို နေထိုင်မကောင်းသောပုဂ္ဂိုလ်
တယောက်ယောက်၏ နာမည်ကို ထည့်သွင်း ဖတ်ကြားရ၏။
နာမည်အမျိုးမျိုးရှိရာတွင် အန္တရာယ်ကင်းလိုသူ၏ “အောင်

(၈၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ကြီး၊အောင်ခိုင်”စသော နာမည်ကို ထည့်သွင်း ဖတ်ကြားရမည်။ အမျိုးသမီးဆိုပါက “ဒေင်္ဂါတင်၊ ဒေင်္ဂါတင်မြ” ဆိုသော နာမည်ကို ထည့်သွင်း ဖတ်ကြားရမည်။

ပုံစံပြခြင်း။ ။သတ္တိမေ(ဒေင်္ဂါတင်မြ) ဗောဇ္ဈင်္ဂါ....
ဘဂဝတာ သမ္ဗုဒ္ဓက္ခတာ၊ ဘာဝိတာ ဗဟုလီ
ကတာ၊ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာ-
နာယ သံဝတ္တန္တိ။

ကတမေသတ္တိ....

၁။ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် (ဒေင်္ဂါတင်မြ)....
ဘဂဝတာသမ္ဗုဒ္ဓက္ခာတော၊ ဘာဝိတော ဗဟုလီက-
တော၊ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ
သံဝတ္တတိ။

၂။ ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် (ဒေင်္ဂါတင်မြ)....

၃။ ဝီရိယ သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် (ဒေင်္ဂါတင်မြ)....

၄။ ပီတိ သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် (ဒေင်္ဂါတင်မြ) ...

၅။ ပဿဒ္ဓိ သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ်(ဒေင်္ဂါတင်မြ)

၆။ သမာဓိ သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ်(ဒေင်္ဂါတင်မြ),....

၇။ ဥပေက္ခာ သမ္မောဇ္ဈင်္ဂါ ခေါ် (ဒေင်္ဂါတင်မြ) ...

ဣမေ ခေါ် (ဒေင်္ဂါတင်မြ) သတ္တဗောဇ္ဈင်္ဂါ ဘဂဝတာ
သမ္ဗုဒ္ဓက္ခတာ ဘာဝိတာ ဗဟုလီကတာ အဘိညာယ
သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တန္တိ။

၁၂။ မြန်မာသာတာ

နေထိုင်မကောင်းသော ဒေါ်တင်မြ ဘုရား သခင်
ကောင်းစွာဟောကြားသော ထိုတရား(၇)ပါးကို ပွားများ
အပ်ကုန်သည်ရှိသော် အကြိမ်များစွာ လေ့လာအပ်သည်
ရှိသော် သစ္စာလေးပါး တရားတို့ကို ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်
သိခြင်းငှာ ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်း၍ သိမြင်နိုင်ခြင်းအကျိုးငှာ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကုန်ငြိမ်း ချမ်းသာရာ နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာ
ဖြစ်ကုန်၏။

အဘယ်တရားနည်းဆိုသော်—

နေထိုင်မကောင်းသော ဒေါ်တင်မြ....ဘုရားသခင်သည်
ကောင်းစွာ ဟောကြားအပ်သော သတိပဋ္ဌာန် တရား
လေးပါးတို့၌ အောက်မေ့ခြင်းသတိကို ပွားများအပ်သည်
ရှိသော် အကြိမ်များစွာ အလေ့အလာ ပြုအပ်သည်ရှိသော်
သစ္စာလေးပါးကို ထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် သိစေခြင်းငှာ
ကိုယ်တိုင် ထိုးထွင်း၍ မြင်နိုင်ခြင်းငှာ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း
ငြိမ်းအေးသော နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာ ဖြစ်၏။

ဗောဇ္ဈင် တရားမြတ်သည် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်
ရောက်ကြောင်းတရား မှန်ကန်သည်။ ဤသို့ မှန်ကန်သော
သစ္စာတရားကြောင့် နေထိုင်မကောင်းသော ဒေါ်တင်မြ
အား အခါခပ်သိမ်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျမ်းမာချမ်းသာ
ခြင်းသည် လျင်မြန်စွာ ဖြစ်စေသတည်းဟု သစ္စာဆိုရသည်။

(၉၀)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

တ်ချ က် ။ ။အခြား နာမည်များကိုလည်း ဤအတိုင်း
ရွတ်ဖတ်ပါ။ ရောဂါပျောက်ကင်း၍ ချမ်းသာရာ
ရပေလိမ့်မည်။

လူမမာအတွက် ဗောဇ္ဈင်သုတ် မရွတ်ဖတ်မီ မည်သို့ကြိုတင်
ကာကွယ်ထားသင့်ပါသနည်း။

ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောဂါဝေဒနာများသည် အလွန် ရှုံ့မှန်းဘွယ်
ရှိသည်။ ဆင်းရဲခြင်းသည် ငါမဟုတ် သူမဟုတ် ထို့ကြောင့်
အစိုးရခြင်းမရှိ အနတ္တ။

ဆင်းရဲဒုက္ခဝေဒနာ ရောဂါသည် မိမိအလိုသို့ မလိုက်
သောကြောင့် အနတ္တ။

ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောဂါ ဝေဒနာကြီးသည် သူဖြစ်ချင်သလိုဖြစ်
ပြီး မိမိဖြစ်ချင်သလို မဖြစ်၍ အနတ္တ။

ဆင်းရဲဒုက္ခ ဝေဒနာကြီးသည် ကျင်-နာ-တတ်သော
ကြောင့် ဒုက္ခ။

ဆင်းရဲဒုက္ခ ဝေဒနာကြီးသည် စိတ်နှလုံးထိခိုက်အောင်
စူးဝင်မှုရှိ၍ သည်းခံဘို့ရန် ခဲယဉ်း၍ ဒုက္ခ။

ဆင်းရဲဒုက္ခ ဝေဒနာကြီးသည် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း တရား
ကြီးဖြစ်၍ စက္ကန့်-မိနစ်မလပ် အမြဲမပြတ်ပင် နှိပ်ငှက်မှု
ရှိသောကြောင့် ဒုက္ခ။

ဤသို့အားဖြင့် ရောဂါ ဝေဒနာဆင်းရဲကြီးကို ဒုက္ခသစ္စာ
တရားဟု နားလည်၍ ဒုက္ခကမ္မဋ္ဌာန်း၊ အနတ္တ ကမ္မဋ္ဌာန်း၊

ပေဒနာ နှုပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားရမည်။ ရှုပွားနိုင်သော အသိပညာ ပေးရမည်။

ထို့ကြောင့် ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ် သီလဝန္တသုတ် (၁၃၆)၌—

“ဌာနံ ခေါပနေတံ အာဝုသော ဝိဇ္ဇတိ၊ဣမေပဉ္စုပါဒါ နက္ခန္ဓ အနိစ္စတော ဒုက္ခတော ရောဂတော ဂဏ္ဍတော သဏ္ဌတော၊ အဿတော အာဗာဓတော ပရတော ပလောကတော၊ သုညတော ယောနိသော မနသိကရောန္တော သောတာပတ္တိဖလံ သကဒါဂါမိဖလံ အနာဂါမိဖလံ အရဟတ္တံ သစ္စိကရေယျာတိ” ဟု ဘုရားသဗ္ဗညူ ဟောတော်မူသည်။

ဆိုလိုရင်း စကားချုပ်မှာ ကိုယ်ကျင့်သီလနှင့် ပြည့်စုံသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ကျင်နာခံခက် ဒုက္ခဒဏ်ချက်ကို ပေဒနာ နှုပဿနာ အနေအားဖြင့် ဒုက္ခကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားပါက ပုထုဇဉ် ဆိုလျှင် သောတာပန်ဖြစ်၏။ သောတာပန်ဆိုလျှင် သကါဒါဂါမိဖြစ်၏။ သကဒါဂါမိဆိုလျှင် အနာဂါမိ ဖြစ်၏။ အနာဂါမိဆိုလျှင် ရဟန္တာဖြစ်နိုင်၏ဟု ဟောတော်မူလိုရင် ဖြစ်သည်။

မေး။ ဗောဇ္ဈင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။
ဖြေ။ ဗောဇ္ဈင်ဆိုဒါ မဂ်ဉာဏ်၊ ဗိုလ်ဉာဏ်ရကြောင်း တရား အမှန်ဖြစ်သော သတိ၊ ဝီရိယ၊ သမာဓိ၊ ပညာစသော တရားများကို ခေါ်၏။

(၉၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

မေး။ သတိသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။

ဖြေ။ ရုပ်နာမ်အာရုံကို အောက်မေ့ဆင်ခြင်နေသော သမ္မာ သတိမဂ္ဂင်ခေါ်သော သတိစေတသိက်ခေါ်၏။

မေး။ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။

ဖြေ။ သမာဓိအလုပ် တိုးပွားလာရန် အမြဲမပြတ်အားပေး အားမြှောက် ပြုလုပ်နေသော သမ္မာဝါယမ မဂ္ဂင်ကို ခေါ်၏။

မေး။ သမာဓိမဂ္ဂင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။

ဖြေ။ အာရုံတခုအပေါ်၌ ငြိမ်သက် တည်ကြည်အောင် ထားနိုင်သော သမာဓိမဂ္ဂင်၊ သမာဓိဖိုလ်၊ သမာဓိ ဣန္ဒြေကို ခေါ်၏။

မေး။ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။

ဖြေ။ ရုပ်နာမ်အာရုံ စွဲမြဲထင်မြင်လာ၍ ကာယဂတာသတိ စသော အာရုံ၌ဝမ်းမြောက်နှစ်သက်ခြင်းကိုခေါ်၏။

မေး။ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။

ဖြေ။ စိတချမ်းသာ ငြိမ်သက်လာ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးပူပန်မှု ကင်းဝေး၍ ငြိမ်းချမ်းလာခြင်းကို ခေါ်၏။

မေး။ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။

ဖြေ။ ရုပ်နာမ်တရားအပေါ်၌ အနုပဿနာသုံးပါး၊ ပိပဿနာဉာဏ် ဖယ်ပါးတို့ဖြင့် အဖန်ဖန်ရှုပွားနေခြင်းကို ခေါ်၏။

မေး။ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ဆိုဒါ ဘာကိုခေါ်သနည်း။

ဖြေ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ အပေါ်၌ ကြောင့်ကြစိုက်မှု၊ ကင်းရှင်း၍ ဗျာပါရ ကင်းဝေးသော တတြမဇ္ဈတ္တတာ စေတသိက်ကို ခေါ်၏။

၁၃။ အာနာပါန အလုပ်စခန်း၌ သမာဓိပိုင်း

ထွက်တာ၊ ဝင်တာကို သိမှတ်နေခြင်းသည် သတိ၏ အလုပ်ကိစ္စ ဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် ထွက်တာသိ၊ ဝင်တာသိ ရှေးဦးစွာ အစအဦး ယောဂီ၌ ရှုမှတ်ပွားများနေရ၏။

၁။ ထွက်တာသိ၊ ဝင်တာသိ ရှုပွားပါ။

၂။ ထွက်သက်ရှည်သော် ရှည်သည်ဟု သိပါ။ ဝင်သက် ရှည်သော် ရှည်သည်ဟု သိပါ။

၃။ ထွက်သက်တိုသော် တိုသည်ဟု သိပါ။ ဝင်သက် တိုသော် တိုသည်ဟု သိပါ။

၄။ ထွက်သက်အားလုံးကို သိ၍သာ ရှုရှိုက်ရမည်။ ဝင်သက်အားလုံးကိုသိ၍ ရှုရှိုက်ရမည်။ မသိဘဲ မရှုရ၊ မသိဘဲ ရှုရှိုက်နေပါက သတိကင်းမဲ့သော လူရိုင်း တိရစ္ဆာန်တို့၏ ရှုမှု ရှိုက်မှုနှင့် မထူးခြားလှချေ။ ထူးခြားသွားအောင် တရားသမားပီပီ သတိကပ်၍ အမြဲမပြတ် ရှုပါ ရှိုက်ပါ

- တရားသမားသည် သတိအမြဲ ရှိရ၏။ သတိမရှိဘဲ
 သွားလာနေထိုင် ရှူရှိုက်နေပါက ပမာဒဝိဟာရီ
 ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးဖြစ်၍ ဆင်းရဲမျိုးစုံ ဘေးမျိုးစုံမှမကင်း
 လွတ်နိုင်သည်ဖြစ်၍ အပ္ပမာဒဝိဟာရီ အဘိုးတန်
 ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်အောင် ထပ်ချပ်မကွာ သတိနှင့်နေပါ။
- ၅။ ကိုယ်ကို ပြုပြင်သော ထွက်သက်ကို ငြိမ်းအေးစေ၍
 ရှူရှိုက်ရ၏။ ကိုယ်ကိုပြုပြင်သော ဝင်သက်ကို ငြိမ်း
 အေးစေ၍ ရှူရှိုက်ရ၏။
- ၆။ နှစ်သက်ခြင်းကို သိ၍ ထွက်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
 နှစ်သက်ခြင်းကို သိ၍ ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
- ၇။ ချမ်းသာဒါကို သိ၍ ထွက်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
 ချမ်းသာဒါကို သိ၍ ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
- ၈။ စိတ်ပြုပြင်ရေး ဝိတက်ကို သိ၍ ထွက်သက်ကို ရှူရှိုက်
 ရ၏။ စိတ်ပြုပြင်ရေး ဝိဘက်ကို သိ၍ ဝင်သက်ကို
 ရှူရှိုက် ရ၏။
- ၉။ စိတ်ပြုပြင်ရေး ဝိကက်ကို ငြိမ်းအေးစေ၍ ထွက်
 သက်ကို ရှူရှိုက် ရ၏။ စိတ်ပြုပြင်ရေး ဝိတက်ကို
 ငြိမ်းအေးစေ၍ ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက် ရ၏။
- ၁၀။ စိတ်ကိုသိ၍ ထွက်သက်ကို ရှူရှိုက် ရ၏။ စိတ်ကိုသိ၍
 ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက် ရ၏။
- ၁၁။ စိတ်ကိုအလွန်ရှင်ပျစေ၍ ထွက်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
 စိတ်ကို အလွန်ရှင်ပျစေ၍ ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။

- ၁၂။ စိတ်ကို တည်တန့်စေ၍ ထွက်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
စိတ်ကို တည်တန့်စေ၍ ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
- ၁၃။ စိတ်ကို လွတ်လပ်စေ၍ ထွက်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။
စိတ်ကို လွတ်လပ်စေ၍ ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက်ရ၏။

၁၄။ အာနာပါနအလုပ်စခန်း၌ ဝိပဿနာပိုင်း

- ၁။ ထွက်သက် ဝင်သက်တို့၏၊ ဝါ-ထွက်လေ ဝင်လေ
တို့၏ မမြဲခြင်း၊ အမြဲတည်၍ မနေခြင်း၊ တည်ရာ
မမြဲခြင်း သဘောကို အဖန်ဖန် ဉာဏ်ပညာဖြင့်
ရှု၍ ထွက်သက် ဝင်သက်ကို ရှူရှိုက်ရမည်။
- ၂။ ထွက်လေ ဝင်လေ အပေ၍ တပ်မက်ဘွယ်မရှိ
သည်ကို အဖန်ဖန် ရှုကြည့်၍ ထွက်သက် ဝင်သက်ကို
ရှူရှိုက်ရမည်။ အချို့သော ယောဂီသည် ကြည့်
ကောင်းသည့်အတွက် ထွက်လေ ဝင်လေအပေ၍
၌ပင် တွယ်တာမှုတဏှာ ဖြစ်ပွား၍ နေတတ်၏။
- ၃။ ထွက်လေ ဝင်လေတို့၏ နောင်တဖန် မဖြစ်ဟူ၍
ချုပ်ခြင်းသဘောကို အဖန်ဖန်ရှု၍ ထွက်လေ ဝင်
လေကို ရှူရှိုက်ရမည်။
- ၄။ ထွက်လေ ဝင်လေတို့၏ လွတ်လွတ်လွတ်၍ စွန့်ထွက်
ခြင်းကို အဖန်ဖန်ရှု၍ ထွက်လေဝင်လေတို့ကို ရှူရှိုက်
ရမည်။

ဤသို့အားဖြင့် ထွက်လေဝင်လေတို့၏ ဖြစ်ပျက်ပြောင်းလဲ
နေခြင်းကို အဖန်ဖန်ရှုကြည့်၍ နေထိုင်ခြင်းမျိုးသည်
အာနာပါန၌ ဝိပဿနာရှိသည် မည်၏။

အာနာပါန၌ ဝိပဿနာ ရှိနိုင်မှုသည် သာသနာတိုင်း
၌သာ ရှိပွားနိုင်ကြ၍ သာသနာ ဆိတ်သုဉ်းသောအခါမှာ
အာနာပါန သမာဓိမျှသာ ရှိနိုင်ပုံကို ရည်ရွယ်၍ “ဝိမတိ-
ဝိနောဒနိ” ဋီကာ . ဆရာသည်—

“ဗာဟိရကာ အာနာပါနဿတိံ ဇာနန္တံ အာဒိတော
စတုပ္ပကာရမေဝ ဇာနန္တိ၊ နာသဗ္ဗံ သောဠသးပ္ပကာရံ”
ဟု ဖွင့်ဆိုပေသည်။

အာနာပါနဿတိံ၊ ထွက်လေ ဝင်လေကို အောက်မေ့
ပွားများခြင်းသတိကို။ ဇာနန္တံ၊ သိရှိနားလည်ကြကုန်သော။
ဗာဟိရကာ၊ ဗုဒ္ဓဘုရား၏ သာသနာပြင်ပ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။
အာဒိတော၊ အစ၌။ ပဝတ္ထံ၊ ဖြစ်သော။ စတုပ္ပကာရမေဝ၊
လေးခု အပြားကိုသာလျှင်။ ဇာနန္တိ၊ သိရှိနားလည်ကြ
ကုန်၏။ သဗ္ဗံ၊ အလုံးစုံသော။ သောဠသပ္ပကာရံ၊ တဆယ့်
ခြောက်ခုအပြားကို။ နဇာနန္တိ၊ မသိရှိနားမလည်နိုင်ကြ
ပေကုန်။

သာသနာတော်တိုင်း၌သာ ဝိပဿနာဉာဏ် မဂ်ဉာဏ်
ဖိုလ်ဉာဏ်နှင့် ယှဉ်ပါသော အာနာပါန အလုပ်ကို နားလည်

နိုင်ပေ၏။ . လာသနာပပုဂ္ဂိုလ်များသည် သမာဓိ ရရှိဖို့သာ သိရှိ နားလည်နိုင်ပေ၏။ တဆင့်တက်၍ မြင့်မြတ်သော ဆင်ခြင် ပွားများ အားတုတ်နည်းမျိုးကို မသိ နားမလည် နိုင်ကြပေကုန်ဟု မြဲစွာ မှတ်သားတု၏။

ဤသို့ အနုပဿနာ လေးမျိုးနှင့် ပြည့်စုံစွာ ရှုဆင်ခြင် သော ထွက်သက် ဝင်သက် သတိသည်ပင်လျှင် တရားအထူး ကို စိစစ်ခြင်း ဖြစ်၍ ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားများသည် မည်၏။

ဤသို့ ထွက်သက် ဝင်သက်ကို ရှုဆင်ခြင်နေသော သတိ သည် သာလျှင် အကုသိုလ်ကို ပယ်ရန် လုံ့လပြုခြင်း၊ ကုသိုလ် ပွားရန် လုံ့လပြုခြင်း ဖြစ်၍ ဇီရိယ သမ္မောဇ္ဈင် ပွားများ သည် မည်၏။ ကုသိုလ် ဓမ္မကို ပွားများနေသော သူမှာ ဓမ္မ တာ သဘော အားဖြင့် ဝမ်းသာ နှစ်ခြိုက်ရမဲ့ ဖြစ်ပေရကား ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားများသည် မည်တော့၏။

ဝမ်းသာနှစ်ခြိုက် သူအား ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး ချမ်းမြေ့ သာယာမြဲ သဘောရှိ၍ ပဿဒ္ဓိ သမ္မောဇ္ဈင် ပွားများသည် မည်၏။

[၆] ယဉ်ကျေးလိမ်မာ ဆုံးမမှု ဆိုင်ရာ အခန်း

၁။ ယဉ်ကျေးလိမ်မာရန် ကျောင်းသား ဆုံးမစာ

- ၁။ ကျောင်းသူကျောင်းသား တပည့်များ မှတ်သား ဆုံးမစာ။
- ၂။ နေ့ညဉ့်နံနက် ချိန်မပျက် ဝတ်တက်စာအံပါ။
- ၃။ ဝတ်တက်အံစာ ပြုသောခါ ဝိတ်မှာစွဲလို့သာ။
- ၄။ မျက်နှာတပါး စာတခြား စကားမပြောရာ။
- ၅။ လက်ရေးကိုပေး ကိုယ်နှုတ်ဆော့ အသော့မရေးရာ။
- ၆။ စာဘတ်သောခါ နှုတ်ထဲမှာ ကြေစွာညှက်လို့သာ။
- ၇။ ထစ်တည်းထစ်အ ဖြစ်ဘုံက မုချရှက်ဖွယ်သာ။
- ၈။ သူ့မနာလို့ စကားဆို ပြောဆိုမပြုရာ။
- ၉။ သတ္တဝါများ ချစ်စိတ်ပွား သတ်ငြားမပြုရာ။
- ၁၀။ ကြမ်းပိုးသန်းဥ အစပြု သတ်မှုမပြုရာ။
- ၁၁။ သူ့ဥစွာအား မပေးငြား လက်ဖျားမထိရာ။
- ၁၂။ မျက်ဝါးခြမ်းပင် မပေးလျှင် ယူငင်မသွားရာ။
- ၁၃။ မိဘဟာပင် မပေးလျှင် ခိုးငင်ယူသည်သာ။
- ၁၄။ သူ့သားမယား လွန်ကျူးငြား ပြစ်ကားကြီးမာစွာ။
- ၁၅။ သူတော်သူမြတ် မပြုလတ် ရှောင်အပ်အမှုသာ။
- ၁၆။ မိန်းမရှာ ယောက်ျားရှာ အဖြစ်မျိုးဟာ ကာမေ မိစ္ဆာရာ။
- ၁၇။ မုသားစကား ရှောင်ကြဉ်ထား အများလေးစားရာ။

- ၁၈။ ဂတိသစ္စာ တည်ကြည်စွာ ပြောရာစကားမှာ။
- ၁၉။ ဂတိပျက်ကွက် လိမ်လည်ချက် မိတ်ဘက်ပျက်စီးရာ။
- ၂၀။ ဂတိသစ္စာ ပျက်သောခါ စီးပွားဆုတ်ယုတ်ရာ။
- ၂၁။ စည်းစိမ်ချမ်းသာ လိုသူမှာ ဂတိတည်ကြရာ။
- ၂၂။ ချစ်သူကဲ့ပြား ဂုံးစကား ရှောင်ရှားမပြောရာ။
- ၂၃။ ကောင်းကျိုးပျက်ပြား မကောင်းကျိုးပွါး ဂုံးစကား ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- ၂၄။ ဆဲဆိုငေါက်ငမ်း နှုတ်သရမ်း အကြမ်းမပြောရာ။
- ၂၅။ ချိုသာစကား ချစ်ဖွယ်ပွါး ကျိုးကားများလှစွာ။
- ၂၆။ ရည်ရွယ်ချက်ကိစ္စ အောင်မြင်လိုက ပြောကြ ချိုသာစွာ။
- ၂၇။ တိရစ္ဆာန်ပင် ချိုသာလျှင် ခင်မင်တတ်သည်သာ။
- ၂၈။ မြင့်မောက်တက်ကြ စိတ်ထားက နိမ့်ကျအဆုံးသာ။
- ၂၉။ စိတ်နေမြင့်သူ တံခွန်ထူ ဤသူအရှုံးသာ။
- ၃၀။ မာနရူး ဒိဋ္ဌိရူး ဥစ္စာရူး အရူးသုံးမျိုးသာ။
- ၃၁။ ကြားဝါစကား ရှောင်ကြဉ်ထား ထိပါးမပြောရာ။
- ၃၂။ အကျိုးမဲ့စကား ပြောဆိုငြား စီးပွားပျက်ပြားရာ။
- ၃၃။ အနှစ်အသား ရှိစကား ပြောကြားသူသူငါ။
- ၃၄။ အရက်သေစာ သောက်သူမှာ ပမာသူရူးသာ။
- ၃၅။ ရုပ်ရူးနာမ်ရူး ဤနှစ်ရူး အထူးကဲ့ပြားပါ။
- ၃၆။ ဖေါက်ပြန်လေငြား အမူးသမား နှစ်ပါး အရူးမျိုးသာ။

(၁၀၀)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

- ၃၇။ မုသားအရက် စီးပွားပျက် နရက်ငရဲရွာ။
၃၈။ စီးပွားပျက်ပြား ထိုနှစ်ပါး ရှောင်ရှားသူသူငါ။
၃၉။ မကောင်းမှုတရား အပြစ်များ ရှိငြားဆင်းရဲစွာ။
၄၀။ ထောင်ဒဏ်ကြိမ်ဒဏ် ခံရပြန် ကျရန်ပြစ်များစွာ။
၄၁။ ကောင်းဆိုးနှစ်ဝ ကြောင်းမူလ အပေါင်း
အသင်းကလာ။
၄၂။ မကောင်းသူရှောင် ကောင်းသူဆောင်
မြားမြောင်ကျိုးရှိစွာ။
၄၃။ ဒို့ကျောင်းတော်မှသြဝါဒ လိုက်နာက ယဉ်ကျေးမှာ။

၂။ ဆုံးမစာ အကျဉ်းချုပ်

- | | |
|-----------------------------------|---------------|
| ၁။ လောက၌ အခက်ထန်ဆုံး | မာန။ |
| ၂။ လောက၌ အပူလောင်ဆုံး | လောဘ၊ဒေ သ။ |
| ၃။ လောက၌ အအေးဆုံး | မေတ္တာ။ |
| ၄။ လောက၌ လွန်မြောက်သော အအေးဆုံး | နိဗ္ဗာန်။ |
| ၅။ အအေးဆုံး၏ အနီးကပ်ဆုံး အကြောင်း | ပညာ။ |
| ၆။ အထက်မြက်ဆုံး | မေတ္တာ၊သမာဓိ။ |
| ၇။ အမွန်မြတ်ဆုံး | ကတိ၊သစ္စာ။ |
| ၈။ လက်နက် အကောင်းဆုံး | ခန္တီ။ |
| ၉။ အမွေးကြိုင်ဆုံး | သီလ။ |
| ၁၀။ အကျိုးအပြီးဆုံး | ဝီရိယ။ |

၃။ ရေစကြို ဆုံးမစာ

သတ္တလောက၊ သင်္ခါရလောက၊ ဩကာသလောက၊
ဘုံသုံးဝတွင်၊ သတ္တလောက၊ မနုဿဘုံလူ၊ သုံးဘုံသူတို့၏၊
လူတို့တံထွာ၊ မကင်းလွတ်သာ၊ ဓမ္မတာဖြင့်၊ လာဘော-
အလာဘော၊ ယသောဒယသော၊ နိန္ဒ-ပသံသာ၊ သုခံ-
ဒုက္ခံ၊ လောကဓမ္မကို၊ တရံတခါ၊ တွေ့ကြုံလာလည်း၊ မတုန်
မလှုပ်၊ ဉာဏ်ချွန်းအုပ်၍၊ ပစ္စုပ္ပန်နှင့်၊ နာဂတံ အတိတ်၊
အရိပ်သိသိ၊ ဖိုလ်ဟိတ်ညီညီ၊ နိမိတ်မိမိ၊ သတိ၊ သမ္မည၊
အပ္ပမာဒ၊ မြတ်ဓမ္မကို၊ လုလွန့်၍၊ အားသစ်နိုင်လေ့
ရှိရမည်။

သလိပ်သွေးလေ၊ ကိုယ်တွင်းနေလျက်၊ အသရေမဲ့စွာ
ဆင်းရဲရှာလျက်၊ အနာစုစု၊ ဘေးကိုပြုသို့၊ သူ့ရပ်နဂိုရ်၊
တကျွန်းခိုသည်၊ အနာစုစု၊ ဇာတိပ္ပိုလ်ဆေး၊ ဝေးသူဖြစ်လျက်၊
နှစ်သက်စရာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာကို၊ ချမ်းသာစေမှု၊ ကျေးဇူးပြုသို့၊
သူ-မနုဿ၊ တရားဝသည့်၊ ပဏ္ဍိတများစွာ၊ လူလိမ္မာတို့၊
သမုဒ္ဒရာကျွန်းခြား၊ ဝေးလေငြားလည်း၊ စီးပွားဖြစ်ထွန်း၊
နှလုံးချမ်းအောင်၊ ရှင်ဝမ်းမြောက်စွာ၊ ပြုလေပါ၏။

ဒု-မနုဿ၊ လူ့ဗာလကား... တကွအတူ၊ နီးလေမှလည်း၊
နှုတ်ပူလက်ကြမ်း၊ စိတ်မချမ်းအောင်၊ ပင်ပန်းသောထွေ၊
ပြုတတ်ချေ၏၊ အနေမှန်စွာ၊ ဤကိုယ်စာ၍၊ ပညာရွှေရှု။

နီးဝေးသူတို့၊ အမူနှစ်ပါး၊ ကွဲပြားဟန်ကို၊ ဉာဏ်ဖြင့်-ဆင်ခြင်
ရာသဟည်း။

တလည်ထိုမှ၊ လောကတ္ထစရိယ၊ ဉာတတ္ထစရိယ၊ ဗုဒ္ဓတ္ထ
စရိယ၊ ဓမ္မသုံးဆစ်၊ ဉာဏ်မုန်ရင့်အောင်၊ ထုံးနှင့်-စံနှင့်၊ မိတ်ဖွင့်
တိုက်ဆိုက်၊ ဖော်ပြလိုက်သည်။

ဒုစရိုက် သုစရိုက်၊ အရိုက်နှင့်-အလင်း၊ အတင်းနှင့်-
အလျော့၊ အပေါ့နှင့်-အလေး၊ ကြုံ-သေး-နိမ့်-မြင့်-နု-ရင့်-
ငယ်-ကြီး-နီး-ဝေး-တို-ရှည်၊ နောက်-ကြည် ဖြူ မည်း၊
နည်းအဝဝ၊ ကြေးစ-မီးစ၊ ရန်စသုံးပါး၊ မထားအပ်စွာ၊
ပညာဝေဖန်၊ ကာလံဒေသံ၊ အဂ္ဂံ-ဓနံ၊ လေးတန်ဥပဒေ၊
သေးကွေးသိမ်းပိုက်၊ လူမိုက်ဆယ်ပါး၊ မှိုဆန်းစားနှင့်၊ မေးမှား
မျိုးနွယ်၊ ရေဆယ်ဝန်ကျမီးယူသစ်ခုတ်၊ ပဲပြုတ်-ဆေးပေါင်း၊
သမင်ရောင်းဟု၊ ဒုဓမ္မဗာလ၊ လက္ခဏာ ဆယ်ပါးကို၊
နှလုံးထား၍။

သု-ဘာသိတာ၊ ကောင်းအင်္ဂါ၊ တံငါကြိုးငင်၊ ဆင်ခြေရာပြ၊
ဆုမွပျားညစ်၊ လေးပစ်လက်မှန်၊ နေဟန်မြေကြွက်၊ သရက်
ကောင်းမှည့်၊ လှည့်လည်ဆန်ယောင်း၊ ဖာင်ကောင်းကျုံးသွင်း၊
မိုးပြင်းနှံရွာ၊ ခေါက်ရှာငှက်ပျံ၊ ကျောက်စန်းရေတည်း၊
ရေဝဲလှည့်လည်၊ ကြိုးရှေ့လှန်စား၊ တောကျား အသွင်၊
သမင်တောင်ထိပ်၊ ဝါးစိပ်နှီးဖြာ၊ နှုတ်လျှာရှည်သွယ်၊ အလမ္ဗယ်
ခမြေဖမ်း၊ ရေသွန်းမီးသတ်၊ သူမြတ်ဆွမ်းခံ၊ ကန်တော်ရေယူ၊

လေပေသစ်တိုက်၊ ရေဉ်တင်ရောက်၊ မီးတောက်ကျ-ဂွမ်း၊
 ရွက်သွမ်းပျက်သင်၊ လှောင်၊ နှုတ်ယူ၊ ရေကူးညာတင်၊ ဆံပင်
 သင်ဟု၊ တောင်သူယာခုတ်၊ ကြက်ဆုပ်ခွပ်ပစ်၊ ရေစစ်ကရား၊
 ရေသွားသည်နှယ်၊ ရေစီးဘောင်ဆန်၊ အိုးတန်ဆန်ခပ်၊
 ဆီပွတ်ကျည်ပေ၊ ဆင်ငွေ့ရန်ရှောင်၊ မောင်းနင်းခက်တင်၊
 အစရှိသော၊ ကဝိလက္ခဏာ၊ ဖွယ်ရာအများ၊ စကားနိမိတ်၊
 တူရိပ်-ရင်ရိပ်၊ ဟိတ်လက္ခဏာ၊ စိတ်ဖြာခဲ့ခြင်း၊ စုံစမ်းသိသိ၊
 သဘောထိထိ၊ တရားမိအောင်၊ သတိသမ္ပဇည- အပ္ပမာဒ
 တရား၊ နှလုံးထားလေ့ရှိရမည်။

တောင်၏ ကြိမ်းဝါးခြင်း၊ သံ၏ ကြိမ်းဝါးခြင်း၊ မီး၏
 ကြိမ်းဝါးခြင်း၊ ရေ၏ကြိမ်းဝါးခြင်း-ဟူသော ကြိမ်းဝါးခြင်း
 လေးပါးရှိ၏၊ မီး သံ-မကျ၊ တောင်-မမျှဘဲ၊ ဥဒကဥပဒေ၊
 ရေ၏ကြိမ်းဝါးခြင်း၊ နှလုံးသွင်း၍၊ အိုတဲ့ ယောက်ျား၊ ဘုန်းကံ
 မြောက်စား၊ ငါတကားဟု၊ ကြိမ်းဝါးသံပ-၍၊ လောကတ္ထ
 စရိယ၊ ဉာတတ္ထစရိယ၊ သင်္ဂဟတရားကို၊ ကိုးစားအားထုတ်၊
 နိုင်လေ့ရှိရမည်။

နန္ဒင်း၏ဝါခြင်း၊ ဆေးဒါန်း၏ဝါခြင်း၊ ရွှေ၏ဝါခြင်း၊
 ဥဿဖရားအမြတ်- ကျောက်ဝါခြင်းဟု အဝါကြီးလေးပါး
 တွင်၊ ဆေးဒါန်း-နန္ဒင်း၊ ဝါခြင်းမကျ၊ ဥဿဖရား-တထေ၊
 ရွှေ၏ဝါခြင်း၊ ထင်ထင်ကြွားကြွား၊ ငါတကားဟု၊ တရား
 မထင်၊ ကြိမ်းပခြင်းဖြင့်၊ ဝင်းဝင်းကြီး၊ ဝါနိုင်စေရမည်။

ဆင်မင်း၏ဝခြင်း၊ လူရည်ဝခြင်း၊ မင်းရည်ဝခြင်း၊
တရားရည်ဝခြင်း ဟူသော၊ အဝ-ကြီး လေးပါးတွင်၊ တရား
ရည်နှင့်၊ မင်းရည်ဝမှ၊ လူစတိုး၊ တန်းခိုးသတင်း ကြီးသိမှ
မည်။

ဆူး၏ထက်ခြင်း၊ စိန်ကျောက်၏ထက်ခြင်း၊ သံ၏ထက်
ခြင်း၊ ရေ၏ထက်ခြင်းဟူသော၊ ထက်ခြင်းကြီးလေးပါးတွင်
ဆူးနှင့်မဆန်၊ သံနှင့်မချိန်၊ စိန်နှင့်တူမျှ၊ မထက်ရအောင်၊
သို့လသေးကေး၊ ရေ၏ထက်ခြင်း၊ နှလုံးသွင်းက၊ ထက်ခြင်း
ပြီးမြောက်၊ လျှမ်းလျှမ်းတောက်၍၊ မောက်မောက်ဖိုးဖိုး၊
ကပ်ပြုမိုဃ်းသို့၊ တန်းခိုးတစ်ခွန် တူလိမ့်မည်။

နေ ကိုပုံပြုလည်း၊ အမှုတင်းလွန်းရာသည်၊ လ ကိုပုံပြု
လည်း၊ အမှုဟင်းလွန်းရာသည်၊ မီး ကိုပုံပြုလည်း၊ အမှုပြင်း
လွန်းရာသည်၊ ရေ ကိုပုံပြုလည်း၊ ယွင်းလွန်းရာသည်၊ နေ မမျှ
လမမှီ၊ မီး မပြိုင်၊ ရေမသက်၊ အချက်ကျက်၊ သတိသမ္ပဇဉ်၊
ပညိဇ္ဇေ၊ အနေရင့်သန်၊ အကြံအစည်၊ တည်ကြည်နိုင်လေ့
ရှိရမည်။

ကျီးနှင့်ကြောင်ကြွက်၊ ငှက်နှင့်ပုတ်သင်၊ ပုံပြင်မဝေး၊
ကျေးလည်းတခြား၊ လူချောက်ပါးတွင်၊ အသွား အစား၊
ကောင်းယဉ်ကျေး၊ ကြက်တူရွေးသို့၊ အရေးအရာ၊ တတ်လိမ္မာ
သည်၊ ပညာဉာဏ်ရှိ၊ လူကဝိဟု၊ ဇာတိဥက္ကဋ္ဌ၊ လူမြတ်ဖြစ်
အောင်၊ ကြံဆောင်နိုင်လေ့ ရှိရမည်။

သသေ-မိရ၊ ကျမ်းဉ်ပြသည်၊ မနုဿဇာတ်၊ လူ-လေးရပ်
တွင် ပရမတ္ထ၊ လူသို့ကျ-အောင်၊ အားသစ်နိုင်လေ့ရှိရမည်၊
က-လည်းတဝ၊ ယ လည်းတနဲ့၊ ဇ-ကဲ့တလုံး၊ ဝလုံးတခြား၊
ထိုလေးပါးကို၊ ထံပါးမနည်း၊ ခရီးဝေးစွာ၊ လွတ်လွတ်ခွါ၍၊
ပညာနှိုင်းချိန်၊ မနိန္ဒြေ၊ အနေသုခ၊ နုထက်နုအောင်၊ စွမ်းတူ
ဥာဏ်လေ့ရှိရမည်။

သု-စိ-ပု-ဘာ၊ အက္ခရာလေးဝ၊ စမလေးလုံး၊ အသုံး
တတ်လျှင်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါး ထွားထွားပုံသေ၊ ကြေကြီး
ကြေ၍ မြေလျှိုးမိုးပျံ၊ နိဗ္ဗာန်ဝင်ရောက်၊ ကိုယ်ပျောက်
သက်ပုံး၊ သုံးလိုသမျှ ကပ္ပရုက္ခာ၊ ပဒေသာနှင့်၊ စိန္တာမဏိ၊
ဇောတိရဿ၊ မနောမျသို့၊ သဗ္ဗသိဒ္ဓိ၊ လိုရှိရာရာ၊ ဣစ္ဆာသယ၊
စုတ်ကောင်းရ-မည်ကို၊ စိတ်ကစဉ်းစား၊ နှလုံးထား၍၊ ဥာဏ်
သွားတတ်လေ့ရှိရမည်။

ကုရုရဋ္ဌံ၊ နိုင်ငံခွန်သ၊ ဣန္ဒြေပဋ္ဌနဂိုရ်၊ ရွှေဘွဲ့ချိုသည်၊ ဗဟို
ရိုက်ချွေ နန်းစိုက်မြေတွင်၊ လ-နေအရှိန်၊ ဥာဏ်ရောင်ထိန်
သား၊ သုခမိန်အမတ်၊ လောင်းမြတ်ဝိဓု၊ စိုက်ပျိုးတော်မူခဲ့
သည့်၊ န ခု-သံသေ၊ လေးထွေရိပ်သီး၊ ပင်ကြီးဖြိုးမောက်၊
မြထီးအောက်ဝယ်၊ ခိုရောက်နိုင်လေ့ရှိရမည်။

သ-သော -ဇိ-ဇ၊ မူလလေးပါး၊ အရင်းထား၍၊ သုရား
ကဿပ၊ မုနိန္ဒလျှင်၊ သောဠသဘော၊ သာသည့်မြေဝယ်၊
ကြက်သရေမကိုဋ်၊ ရွှေလက်တော်စိုက်ခဲ့သည့်၊ အမြိုက်လေး
သီး၊ သစ်ပင်ကြီးကို၊ ခိုမှီနိုင်လေ့ရှိရမည်။

မတ်ဝိဓုရ၊ ပုဏ္ဏကကို၊ မြကာလာဂီ၊ တောင်မဟိထက်၊
ဝစီမြွက်ခါ၊ မိန့်ခွန်းတော်သာခဲ့သည့်၊ ရာ-အံ-မာ-မာ၊
လေးဖြာအစု၊ သာဓုနရ၊ ဓမ္မမုန့်ရင့်၊ မြတ်အကျင့်ကို၊ အသင့်
နှလုံးသွင်းရမည်။

တိယေ မိယေ၊ မစ္ဆေငါးချက်၊ ဗလက္ခာယ၊ အဓမ္မစု၊
မုဒိန်းမှုကို၊ မပြုမကျင့်၊ နှင်လွင့်ပယ်ချ၊ ကွပ်ဆုမ္မဟု၊ ကော
သိယ-ဘုန်းဟေ၊ ရသေ့ဉာဏ်ရှိ၊ မာတလီကို၊ သိစိမ့်ဟော
ကြား၊ ဤတရားကို၊ မှတ်သားနိုင်လေ့ရှိရမည်။

မဟာကုဏ္ဍလဇာတ်၊ နိပါတ်တော် အလာ၊ အာနန္ဒာ-
လင်းတမင်း၊ ဖလ်တလင်းဝယ်၊ မကျဉ်းမကျယ် မိန့်ခွန်း
တော်ချယ်ခဲ့သည့်၊ နငယ်လေးပါး၊ ဤတရားကို၊ မှတ်သား
နိုင်လေ့ရှိရမည်။

နာရဒ ဣသိ၊ မိန့်ခွန်းတော် ရှိခဲ့သည့်၊ ဣတ္ထိဗြဟ္မဏ၊
ခတ္တိယနှင့်၊ အဏ္ဏဝ-ဟု၊ န ပူရတိ၊ လေးပါးရှိကို၊ သတိ
မပြတ် သွင်းရမည်၊ ညှိမ့်သည့်လေး၊ ဝေးသည့် မိတ်ဆွေ၊
လှေကမ်းတဘက်၊ ဝင်ရိုးပျက်-ရထား၊ မယားတဝ၊ မိဘ
အိမ်နေ၊ ဆွေခင်ပွန်းယုတ်၊ မည်ထုတ်ခြောက်ပါး၊ စီးပွား
မဖြစ်၊ စုံးစုံးနစ်ကို၊ စိစစ်နိုင်လေ့ ရှိရမည်။

မိဂ-ရာဇာ၊ ကေသရာဘုန်းဟေ၊ ခြင်္သေ့တံထွာ၊ အစာ
မွတ်ပတ်၊ ကြုံလှိုက်လံည်း၊ မြက်ဖက်သစ်ခက်၊ သစ်ရွက်
မစား၊ ဆင်အသားကို၊ ရှောင်ရှားဝေးစွာ၊ စွန့်ပစ်ခဲ့၍၊

ရှစ်ဖြာအမှန်၊ လောကဓမ်မကင်း၊ ဆင်းရဲပွားတိုး၊ စည်းစိမ်ညှိုးလည်း၊ အမျိုးကောင်းသား၊ မင်းယောက်ျားတို့၊ တရားယုတ်မာ၊ မကျင့်ရာသို့၊ ကျမ်းလာဖော်ပြ၊ ဩဝါဒကို၊ ယူဆနိုင်လေ့ရှိရမည်။

တောင်ထိပ်ကြာပေါက်၊ မီးတောက်-မပူ၊ ရေဆူအေး၍၊ အရှေ့နေဝင်၊ နောက်ခွင်နေထွက်၊ ပြိုအက်မြင့်မိုရ်၊ လကိုကြက်ခဲ၊ ဗျင်းမဲကျီးဖြူ၊ လိပ်မူဂျီရောက်၊ ဘောက်ပြန်ငြားလည်း၊ တရားရှဲ့စောင်း၊ အမျိုးကောင်းတို့၊ လမ်းကြောင်းမမှန်၊ ဘောက်ပြန်ယုတ်မာ၊ မကျင့်ရာဟု၊ ပညာရှိကား၊ ကျင့်ရာလမ်းကို၊ ခွဲခြမ်းသတိ ရှိရမည်။

သရက်-ခံ-နံ့သာ ချောက်လေပါလည်း၊ ကောင်းစွာမွေးနံ့၊ မပြယ်စွန့်သို့၊ အညွန့်ရှေ့လည်း၊ ကြံအစင်၏၊ ညစ်ယန္တရား၊ ရောက်လေငြားလည်း၊ ချိုသားရသာ၊ မစွန့်ပါကို၊ ကောင်းစွာဇာတိ၊ မျိုးရှိထင်ရှား၊ မင်းယောက်ျားလည်း၊ နှမ်းပါးစွာဘိ၊ ဆင်းရဲထိလည်း၊ မငြိဒုစရိုက်၊ ကိုယ်၌မထင်၊ သန့်ရှင်းစင်အောင်၊ ဆင်ခြင်စဉ်းစား၊ နှလုံးထား၍၊ တရားကျင့်ဝတ်၊ မချွတ်မယွင်း၊ ထိန်းရမည်။

ရွှေကနွားလား၊ လမ်းကောက်သွားသော်၊ နောက်နွားကောက်ရာ၊ ရွှေဖြောင့်ပါမှ-နောက်လာသမျှ၊ အဖြောင့်ကျသို့၊ ကြပ်မတ်ထိန်းစောင့်၊ မကြီးဖြောင့်မှု၊ နောက်လာသမျှ၊ မတောင့်မတ၊ မျိုးလုံ့လ၊ ကြပ်မတ်ယွင်းဖောက်၊ အကြီး

ကောက်မှု၊ နောက်ပါသမျှ၊ မျိုးလုံးလျှ-မည်ကို၊ ယူဆသတိ
ရှိရမည်။

ခြေ-မရှိသည့်-မြေ၊ ကျောက်မျက်ရှည်လျက်၊ မဖီမယွင်း၊
လမ်းစဉ်မနီး၊ ခရီးဝေးစွာ၊ သွားတတ်ပါ၏၊ ဦးခေါင်းမဲ့
တုန်၊ လယ်ပုဇွန်လည်း၊ ကောင်းမွန်ရသာ၊ စားတတ်ပါ၏၊
နှိမ့်ရှိကြ၊ လိပ်မငါးမ၊ ကျေး-ကြက်မတို့၊ သူများအလား
သား-မြေးကောင်းစွာ၊ မွေးတတ်ပါ၏၊ ပမာတလည်၊ လူ
တို့ပြည်ဝယ်၊ ဂုဏ်ရည်နှမ်းညှိုး၊ အမျိုးမြုပ်တိမ်၊ စည်းစိမ်
နှမ်းရှား၊ လူကပ္ပါးဟု၊ လေးစားမမှု၊ နှုတ်ပူလက်ကြမ်း၊
ညှဉ်းပန်းသော-ထွေ၊ မပြုလေနှင့်၊ ပုဗ္ဗေကတ၊ ပုညချီး
မြောက်၊ အချိန်ရောက်မှု၊ ထွန်းတောက်ဝင်းဝင်း၊ ထင်းထမ်း
သမား၊ လှေထိုးသားလျက်၊ တရားနတ်ရှင်၊ ဘုံဦးကင်ဝယ်
ဘုရင်ဘုန်းဝေ၊ ဖြစ်တတ်ချေ၏၊ အနေမှန်စွာ၊ ဤအရာကို
ပညာသတိ ရှိရမည်။

ဇမ္ဗူရာဇ်ရွှေ-မှန်၊ ကြေးငန်ယောရှက်၊ ဂုဏ် မနက်သို့၊
ကျက်သရေ ပြည့်ငြောင်း၊ အမျိုးကောင်းလည်း၊ သောင်း
ပြောင်းယောရှက်၊ မျိုးယုတ်ဖက်မှု၊ ယွင်းပျက်ဂုဏ်ဝါ၊ စံ-
မမာဘူး၊ ကေသရာမြတ်၊ ခွေးနှင့်စပ်ကာ၊ ဗန္ဓပ်မျိုးခြား၊
ခွေးတတ်ဖွားသို့၊ နှစ်ပါးယုတ်မြတ်၊ မျိုးဖက်စပ်မှု၊ မအပ်
မရာ၊ အယုတ်သာလျှင်၊ ဖြစ်ပါလေငြား၊ ဤစကား၊ မှတ်
သားသတိ ရှိရမည်။

ရွှေနရဏီ၊ ကျောက်စီကွမ်းခွက်၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်လိ၊ ညစ်
 ကြေးထည့်လည်း၊ ပစ်ဘိပယ်ခွာ၊ မစွန့်ရာဘူး၊ စင်စွာဆေးကာ၊
 သုံးပြန်ရသို့၊ ချစ်စွာမယား၊ သမီးသားတို့၊ ထိပါးကျင့်
 ဝတ်၊ တရားချွတ်လည်း၊ လွတ်လွတ်ပါလွင့်၊ မစွန့်သင့်ဘူး၊
 နှုတ်ဖြင့်သာယာ၊ ဆုမ္မကာလျှင်၊ လိမ်မာနည်းပြ၊ သုံးပြန်
 ကြလော့။

ဟတ္ထပါဒေ၊ လက်ခြေအင်္ဂါ၊ ခန္ဓာကိုယ်ငယ်၊ ရွံ့ဘွယ်
 အတိ၊ ကပ်လာငြိလည်း၊ မဖြတ်သင့်ချေ၊ ရေဆေး၍သာ၊
 သုံးဆောင်ရာသို့၊ မိစ္ဆာကျင့်ငြား၊ သမီးသားနှင့်၊ မယား၊
 ကျေးကျွန်၊ တရားလွန်လည်း၊ ပြစ်ဒဏ်ပေးစွာ၊ မပယ်ရဘူး၊
 သမ္မာဓဇ္ဈပြေး၊ ဉာဏ်ရေအေးဖြင့်၊ ဆေးကြော၍သာ၊ သုံး
 ဆောင်ရာ၏၊ မိန့်မှာခဲ့ငြား၊ ဤစကားကို၊ မှတ်သားသတိ၊
 ရှိရမည်၊ ပန်းထိမ်တကဲ့၊ ပန်းဘဲတဖြာ၊ ခဝါတမျိုး၊ အိုးထိန်း
 သည်ကို၊ နှိုင်းချိန်ထောက်ချင့်၊ ပမာမြင့်၍၊ သမီးနှင့်သား၊
 မယားနှင့်ကျွန်၊ တရားလွန်ကို၊ နှုတ်ဒဏ်လက်ဒဏ်၊ ဝေဖန်
 ထောက်ဆ၊ ဆုံးမနိုင်လေ၊ ရှိရမည်။

သွားမှုလာမှု၊ ဝတ်စားမှု၌၊ မင်းတုခွေးသေ၊ နေကို
 ကျောပြ၊ လ၊ကိုဝမ်းမှီ၊ တီ-တစ်တီတူး၊ ပုဏ္ဏားရူး-ကြိုး
 ကြာ၊ ကျမ်းလာတိုက်ရိုက်၊ အမှိုက်လေးပါး၊ မင်းခယောကျ်ား
 ခွေးကိုပုံတား၊ တရားရှုရှု၊ နှလုံးနှု၊ ပြုပြုစုစု၊ ရှုရှုကြည့်
 ကြည့်၊ တည့်တည့်မတ်မတ်၊ ပြတ်ပြတ်သားသား၊ စကား

မကြမ်း၊ နှလုံးမနှမ်း၊ ရမ်းရမ်းလွေ့လွေ့၊ စပ်စပ်စေ့စေ့၊
 မွေ့မွေ့သိမ်သိမ်၊ နှိုင်းနှိုင်းချိန်ချိန်၊ လိမ်လိမ်မာမာ၊ ချိုချို
 သာသာ၊ ကြင်ကြင်နာနာ၊ ပြူပြူငှာငှာ၊ မေတ္တာရှေးရှေး၊
 မေးမေးမြန်းမြန်း၊ ပေးပေးကမ်းကမ်း၊ ကိုယ်အမ်းချချ၊
 မမစစ၊ ပြပြသသ၊ စောင်မပဲ့ပြင်၊ ခုံခုံမင်မင်၊ ချစ်ချစ်
 ခင်ခင်၊ ဝင်ဝင်ထွက်ထွက်၊ နှစ်နှစ်သက်သက်၊ စုံမက်ကြင်နာ
 ကြည်ကြည်သာသာ၊ နာနာလိုလို၊ ချိုချိုအေးအေး၊ မွှေး
 မွှေးပျံ့ပျံ့၊ လန့်ထိတ်ကြောက်ရွံ့ခြင်း မရှိစေရ။

သင်္ဂဟဖြင့်၊ လောကတံထွာ၊ တတ်လိမ်မာ၍၊ သာသ
 နာတော်၊ ထွန်းပေါ်ရောင်တောက်၊ ဝေဘူတောင်ရောက်၊
 မီးသွေးကျောက်ကို၊ ကောက်ယူမိမှား၊ လူငန္ဓားကဲ့သို့၊ တရား
 မသိ၊ မရှိစေရ။

ဩဝါဒဖြင့်၊ နေ့ညပဲ့ပြင်၊ သွန်သင်ဆုံးမ၊ အနိစ္စ-ဒုက္ခ
 အနတ္တ၊ သူက ငါက၊ သေရမည်မူချ၊ အစိုးမရ၊ ဘဝသုံး
 ပါး၊ စက်မီးရထား၊ ချားရဟတ်စုံ၊ ဆန်-စုန်-အောက်ထက်
 ဘဝဂ်ဖီစီ၊ တြိခေတ်လုံး၊ ဗရုံးဗရင်း၊ ဆင်းသူတက်သူ၊ သရ
 ဘူထပ်၊ မြတ်ချည်ယုတ်ချည်၊ အထည်ငယ်၊ နဲ့အသိမ်၊ ပိန်
 သည်တကြောင်း၊ ဖေါင်းသည်တမည်၊ တို့ရှည် နိမ့်မြင့်၊ နှု
 ရင့်ငယ်ကြီး၊ အမြီးပေါက် အတောင်ရောက်၊ ကြောက်
 စရာ၊ လန့်စရာ၊ ဝဋ်ဒုက္ခ သံသရာ၊ ခန္ဓပဉ္စက၊ သက္ကာယ
 အန္တရာယ်၊ နှစ်ဆယ်ပြန်ပြော၊ မောသောဝင်ထွက်၊ ညဉ့်

ငှက်ပြင်းဟုတ်၊ ထိုးခုတ်လုယက်၊ ဗသပွက်ထ၊ အပါယ်လေးဝ၊
မရဏဗျာဓိ၊ ဇာတိဇရာ၊ စိတ်ရှုပ်စရာ၊ အဖြာဖြာကို၊ မဟာ
သံဝေဂ၊ ဒွိကောဋိက၊ စသည် ခုနစ်ဖြာ၊ မဟာ ဝိပဿ
နာ၊ ပညာစက္ခု၊ ကြိမ်ကြိမ်ရှု၍၊ အနုလုံညဏ်၊ ဝေါဒဏ်
တိုင်ရောက်၊ ခရီးပေါက်မှ၊ ကုန်ပျောက်အပါယ်၊ နှစ်ဆယ့်
ခုနစ်သွယ်၊ တင့်တယ်စွာဘိ၊ သုဂတိနှင့်၊ ဝိသုဒ္ဓိမှန်၊ မြတ်
နိဗ္ဗာန်သို့ ကေန်ရောက်နိုင်သည့် များကို၊ သတိမပြတ် သွင်း
ရမည်။

ဓမ္မပဒမဟာဋီကာနှင့် မူလဋီကာနိဿယဗျာကုဗျမ်းစသော
လောကီလောကုတ္တရာကျမ်းဂန်ပေါင်းခြောက်ဆယ်ပြု၊ အရှင်
ဦးဝရသမ္ဗောဓိ(၉)ဂိုဏ်းချုပ် ရေစကြိုဆရာတော် ရေးသား
ပြုစုသော အဘိုးတန် ရေစကြိုဆုံးမဩဝါဒ ဖြစ်သည်။

၄။ ကောင်းရာလမ်းညွှန် ဆုံးမစာ

နေ့စဉ်ကုသိုလ်တရားများ၌ မမေ့ပါနဲ့၊
လူဖြစ်လာလျှင် လူ၏တန်ဖိုးကို သိပါ၊
ဘယ်သူတရားပျက်ပျက် သင်မပျက်စေနဲ့၊
သင့် အကြောင်းပြု၍ သူများစိတ်မဆင်းရဲစေနဲ့၊
မိ-ဘ ရှိစဉ်အခါ သဒ္ဓါကြည်ဖြူစွာ ကျွေးမွေးပါ၊
စိတ်ချမ်းသာအောင် ပြုစုပါ၊ သေမှ ငိုမနေပါနဲ့၊
သူများအပြစ်ကို မပြောနဲ့၊ ကိုယ့်အပြစ်ကိုသာ ရှုပါ။

(၁၁၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ကိုယ့်စိတ်စင်အောင် ကိုယ့်စိတ်ကိုင်အာရုံကြမ်းတိုက်ခိုက်တိုင်း
စစ်ဆေးပါ။

ဗြဟ္မစိုရ်တရား အမြဲပွားများ၍ ငါးပါးသီလ မြဲပါလေ၊
အလိုက်သိပါ၊ အားနာပါ၊ အရှက်အကြောက် ရှိပါစေ၊
နေရာတိုင်းမှာ စိတ်သဘောကြီးကြီး ထားပါ။

နိုင်လိုသူကို အရှုံးပေးက စိတ်နှလုံးအေးသည်၊

စကားပြောဆိုသောအခါ မျှမျှတတပြောဆိုတတ်ပါ။

အထက်စီးနင်း မောက်မာသောစကား ကြွားဝါသော
စကား ရှောင်ပါ။

အနှစ်အသားပါ၍ တသက်လုံး တသံသရာလုံး မှတ်ဖွယ်

စကား ပြောတတ်ပါစေ။

စိတ်စင်ကြယ်အောင် အားထုတ်နေသူနှင့် စိတ်စင်ကြယ်ပြီး
သူသာ အလှူခံထိုက်၏။

မိမိစိတ်ကို မစိစစ်မှု၍ မပြုပြင်သူသည် သူတပါး၏ ရိုသေမှု
နှင့် ပစ္စည်းအလှူမခံထိုက်။

မိမိကိုယ်ကို နေ့စဉ်စစ်ဆေးမှု ကြီးပွားနိုင်သည်။

မကောင်းသော အမှုအရာများကို လက်တွေ့ ရှောင်ကြဉ်နိုင်
ပါစေ။

မြွေဟောက်ပမာ ဒေါသကို မေတ္တာဘာဝနာဖြင့်ထိန်းချုပ်ပါ
သူများကြီးပွားဒါကို မနာလို မရွံ့စိမ့် မရှိပါနဲ့။

နေရာတိုင်းမှာ ကိုယ်ချင်းစာတရား များများထားပါ။

မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမခြင်းက သာ၍ကောင်းသည်။

မိမိကိုယ်၌ ဘယ်တရားတွေ့ကိန်း၍ ဘယ်တရားတွေ့ ဆိုးဝါးမှု
ရှိတယ်ဆိုဒါ သိပါ။

ဘယ်တရားတွေ့ အကောင်းရှိ၍ တိုးပွားနေသနည်း ဆိုဒါကို
အချိန်အခါသင့်တိုင်း စိစစ်ပါ။

မာနကိုနှိမ့်ချ တန်ဖိုးမြင့်တင်ပါ။ တာဝန်ကို ကျေပွန်ပါစေ၊
စိတ်နေမြင့်မောက်ခြင်းသည် နိမ့်ကျခြင်းအဆုံးရှိ၏။

မာနလောင်မီးပမာ အကျိုးမဲ့သာ ဖြစ်တတ်၏။

စိတ်နေမြင့်မောက်မှုကို ပယ်ရှား၍ မာနအလို၊ လိုက်ရာ၊

စေတနာသန့်သန့်နှင့် စိတ်ကောင်းတခု အမြဲထားပါ။

လောကီပညာတတ်ဘို့ထက် စိတ်ကောင်းတခုရှိဘို့က သာ၍
အရေးကြီးသည်။

စိတ်ကောင်းရှိက ဘဝတခု၌ အသက်ရှည်နေရကျိုးနပ်သည်။

စိတ်ကောင်းမရှိဘဲ ပစ္စည်းရှိရုံဆိုက ဥစ္စာစောင့်သာ။

သာသနာတွင်း အသိပညာဟာ ဝိပဿနာတရားပါ။

မုန်မြတ်သော ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ဖြစ်အောင်
ကြိုးစားပါ။

ဝိပဿနာအလုပ်ကို လုပ်ကိုင်နေသူဟာ ဆင်းရဲလမ်းဆုံး
ရောက်အောင် သွားလာနေသူ ဖြစ်သည်။

လူ့ဘဝဖြစ်ရန် ကျောင်းသား ဆုံးမစာ

၁။ ကျောင်းကိုမှန်မှန် နေ့စဉ်တက်လို့ စာအံ့မပျက်
လေ့ကျက်မယ်။

- ၂။ ဂဏန်း-အလီ သင်္ချာတွက်လို့ စည်းကမ်းချက်လဲ
လိုက်နာမယ်။
- ၃။ ကီ-ကုတ်နှစ်ဖြာ ပညာရအောင် အစဉ်ထာဝရ
ကြိုးစားမယ်။
- ၄။ ရိုးရာမပယ် ဝတ်ဆင်မြန်းလို့ အဆင်ဆန်းတွေ
ဖယ်ရှားမယ်။
- ၅။ အသစ်အဆန်းတွေ မထွင်ကြနှင့် လူမျိုးဘာသာ
ပျောက်ကွယ်မယ်။
- ၆။ ကိုယ့်နည်းကိုယ့်ဟန် တီထွင်ကြမှ အစဉ်ထာဝရ
ကောင်းစားမယ်။
- ၇။ နိုင်ငံခြားအမှုအရာ ရှောင်ကာရှားလို့ ပြည်သူ့အများ
သတိထားဘွယ်။
- ၈။ မြန်မာ့အစဉ်လာ မပျက်ရအောင် ညီညာထကြ
ထိန်းသိမ်းကြမယ်။
- ၉။ လိမ်မာယဉ်ကျေး နေထိုင်အေး ပြောရေးလိမ်မာမယ့်။
- ၁၀။ တတ်သိပိုကာ ပညာရှိမှ မင်္ဂလာရှိတဲ့ လူဖြစ်မယ်။
- အဲဒါကြောင့် သင်ကြမှတ်ကြ အားထုတ်ကြ
ဒါမှ-လူတော် ဖြစ်လိမ့်မယ်။ (၃ ခါအံ့)

[ဈ] ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်မှ ဆိုင်ရာ အခန်း

လူ ဒါယကာတို့က သရဏဂုံ ခံယူဆောက်တည်ပြီးနောက်
ရဟန်း သံဃာတော်များက ပရိတ်ရွတ်ရန်မှာ—

၁။ ပါဠိပါဌ်သား မှန်ကန်ရခြင်း။

၂။ မိမိ ရွတ်အပ်သော ပရိတ်တော် ပါဠိ၏ အနက်
အဓိပ္ပာယ် အမှန်အကန်ကို သိရှိနားလည်ရခြင်း။

၃။ ဒါယကာ ဒါယိကာမများ လူဒါန်းသော ပစ္စည်း
လက်လာဘများနှင့် အကျွမ်းဝင် မိတ်ဖွဲ့အပ်သည်ကို
မငဲ့ကွက်ရဘဲ သနားကြင်နာ မေတ္တာ ကရုဏာ
သက်သက်ထား၍ ရွတ်ဖတ်ခြင်း ဟူသော ပရိတ်
တော် ရွတ်သူ၏ အင်္ဂါသုံးပါးသည် သုတ်ပါထေယျ
အဋ္ဌကထာ လာအတိုင်း ပြည့်စုံအောင် ရွတ်ဖတ်
ရာ၏။

၄။ ပရိတ် ရွတ်သောအခါ ပရိတ် နာကြားသော
ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့ကလည်း ရှည်လွန်းသည်၊
ညောင်းညာသည်ဟု သဘောထား၍ မိမိသက်သာ
တို့ မခိုမကပ်ဘဲ အနီးအပါး၌ ရိုသေကိုင်းညွတ်စွာ
နေလျက် ဤပရိတ်တော် ရွတ်သော သံဃာတော်
သည် “သုပ္ပဋိပန္နတာ” စသော ဂုဏ်တော်များနှင့်
ပြည့်စုံပေတကား။

ငါတို့ အပေၤၤ “မေတ္တာ-စေတနာ-သံဒွါ”
 စသော ကောင်းသော တရားတွေ ထားလွန်းလို့
 သာ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲခံ၍ ငါတို့အား
 အန္တရာယ် ကင်းအောင် ရွတ်တော်မူပါတကား၊
 ငါတို့ၤ မချွတ်မုချ ဘေးရန် အန္တရာယ်တွေ ကင်း
 တော့မှပာပါတကား၊ ငါတို့အိမ် - ငါတို့တိုက်-ငါတို့
 အာရာမ်-ငါတို့ရပ်ရွာ - ငါတို့မြို့ၤ မကောင်းသော
 နတ်ထိုး-နတ်ဝါး များသည် မနေနိုင်အောင်
 ဘုရားရှင် အာဏာစက် ပရိတ်တော် လွှတ်တော့
 မှာပါတကား-ဟု အဖန်ဖန် အောက်မေ့ ဆင်ခြင်
 ဝမ်းမြောက်၍ ပရိတ်တော်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူး
 တော်များနိုင်ပုံကို ယုံကြည်ခြင်း။

၅။ ပဉ္စာနန္တရိယ ကံငါးပါးမှ ကင်းဝေးခြင်း။

၆။ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အယူမှား မရှိခြင်း။

ဟူသော ပရိတ်နာသု၏ အင်္ဂါသုံးပါး “မိလိန္ဒပဉ္စာ”
 အဋ္ဌကထာ လာအတိုင်း ပြည့်စုံအောင် အားခဲရ၏။

အကျဉ်းချုပ်သော်။ ။ ရွတ်ဖတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်က မိတ်ဆွေ
 ကောင်း အင်္ဂါ, ခုနစ်ပါး ပြည့်စုံ
 ထားရ၏။

ပရိတ်နာသုက သဒ္ဓါ, သီလ, သုတ, စာဂ, ပညာ
 ငါးပါးသောတရား ပြည့်စုံထားရ၏။ “သင်္ခါဂ္ဂပ

ပဝတ္ထိ” သံုတ်တော် လာအတိုင်း အထက်ပါ ခုနစ်ပါး
ငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံထားရ၏။ ပြည့်စုံပါလျှင် စိတ်
တောင့်တတိုင်း ပြည့်စုံနိုင်ပေတော့၏။

ပရိတ်ရွတ်ပုံ ရွတ်နည်း

ပံရိတ်ရေ၊ ပရိတ်သဲ၊ ပရိတ်ပန်း၊ ပရိတ်ချည်များကို
ရွတ်ဖတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အနီး၌ ထား၍ ပရိတ်ရွတ်သော
အခါ၌လည်း ဖြည်းဖြည်းသာသာ မိမိ၏ ပရိတ်တော်
အာဏာစက်သည် တအိမ်လုံး၊ တဝိုင်းလုံး၊ တရပ်လုံး တည်စေ
သတည်း-ဟု စိတ်ခိုင်ခိုင်ထား၍ ရွတ်ဖတ်ရာ၏။

တောင်ကြည့်၊ မြောက်ကြည့် စက္ခု စသော ဣန္ဒြေ
မစောင့်စည်းမှု၍ သတိ၊မထားဘဲ မရွတ်ရာ၊ ရွတ်သော
အခါလည်း တကယ်စင်စစ် အန္တရာယ် ကင်းစေလိုသော
စိတ်ကောင်း၊ စိတ်မြတ်ဖြင့် ရွတ်ခဲ့သော် သမန္တာ၊မှ စ၍
မင်္ဂလသုတ်ကုန်၊ ပဏိဓာနတော၊က စ၍ ရတနသုတ်ကုန်၊
ကရုဏိယ၊က စ၍ မေတ္တသုတ်ကုန်၊ ဝိရူပက္ခေဟိ၊က စ၍
ခန္ဓသုတ်ကုန်၊ ဣတိပိ သော ဘဂဝါ စသော ရတနာသုံးပါး
ဂုဏ်ပြု ဇေဂ္ဂသုတ်၊က စ၍ ပုဗ္ဗတ္ထိမသ္မိ”ဒိသာဘာဂေ၊က အစ
အာဠာနာဋိယသုတ်ကုန်၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂါသတိသင်္ခါတော၊က စ၍
ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကုန်၊ ယံဒန္တိမိတ္တံ၊က စ၍ ပုဗ္ဗဏှသုတ်ကုန်၊ ပုဗ္ဗဏှ
သုတ်တွင် သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ဗလပုတ္တာ၊ကို ပြင်၍ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ဣဒ္ဓိ
ပတ္တာ၊က စ၍ အရပ်ရှစ်မျက်နှာ အရံအတား ထာ မည်၊ဟု

(၁၁၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

စိတ်ဖြစ်စေ၍ အရှေ့မြောက်ထောင့်မှာ သိမ်နိမိတ် ကြား
သကဲ့သို့ တဖန် ဣဒ္ဓိပတ္တာ စသော ဂါထာကို ပြန်အုပ်၍
ရွတ်ရာ၏။ ဤကား “အာစရိယ ဝါဒ” ပရိတ်ရွတ်ပုံ အစီ
အစဉ်တည်း။

ပါဠိပါဠိလည်း မှန်ကန်၊ အနက်အဓိပ္ပါယ်လည်း သိ၍၊
ပစ္စည်းမငဲ့ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ တရားကိုသာ ငဲ့ကွက်လျက်
ရွတ်ပါလျှင် နာယူသူ တကာ၊ တကာမမျှားကလည်း ရတနာ
သုံးပါး ပရိတ်တရားတော်များ၌ ယုံကြည်လေးစားပါလျှင်
အဟုတ် ဘေးရန်၊ အန္တရာယ် ကင်း၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး
ချမ်းသာခြင်းသို့ ကော်လှော်နိုင်ပါသတည်း။

[စိတ်ကောင်းထားရန်နှင့် စိတ်စင်ကြယ်ရန် အရေးကြီးလှ၏။]

ဤလောကကြီး၌ လောကီအသိပညာ တတ်ရန်ထက်
စိတ်ကို အရာဌာနအလိုက် စောင့်စည်းနိုင်၍ ကိုယ်တွေ့ အလေ့
အကျင့်ကောင်း ရှိသူဖြစ်ကြရန် အခဲယဉ်းဆုံးဖြစ်သည်။

ပညာရှိဘို့ထက် စိတ်ကောင်းရှိသူ ဖြစ်လာရန်ခဲယဉ်းသည်၊
ဟု ဆိုလိုသည်။

ပရိတ်ရွတ်သူ အင်္ဂါသုံးပါး

ဆောင်။ ။ မှန်ကန်ပါဠိ ခိပ္ပါယ်သိ၍ ပစ္စည်းမငဲ့ ရွတ်ဆိုခဲ့မှု
ရွတ်သူအင်္ဂါ ဤသုံးဖြာတည်း။

နာသု အင်္ဂါသုံးပါး

ဆောင်။ ။ပရိတ်ကရား ယုံကြည်ငြားနှင့် ပုဒ်ပါဌ်နက်တွေ
ဆင်ခြင်နေခါ ရှိသေစွာပြု နာကြားမှု နာသု
အင်္ဂါပင်။

၁။ ရဟန်း၊ သာမဏေများ ပုတီးစိတ်ခေါ်
ဆင်ခြင်ပွားများမှု

ပစ္စဝေက္ခဏာ

- ၁။ ပဋိသင်္ခါယောနိသော စိဝရံ ပဋိသေဝါမိ၊ ယာဝဒေဝ
သီတဿ ပဋိဃာတာယ၊ ဥဏှဿ ပဋိဃာတာယ၊
ဥံသ၊ မကသ၊ ဝါတာတာ၊ သရီသပ၊ သမ္ဘဿာနံ ပဋိ-
ဃာတာယ ယာဝဒေဝ ဟိရိကောပိန ပဋိစ္ဆာဒနတ္ထံ။
- ၂။ ပဋိသင်္ခါယောနိသော ပိဏ္ဍပုဂ္ဂိတံ ပဋိသေဝါမိ၊ နေဝ
ဒဝါယ န-မဒါယ န-မဏ္ဍနာယ န-ဝိဘူသနာယ
ယာဝဒေဝ ဣမဿကာယဿ ဌိတိယာ ယာပနာယ
ဝိဟိံ သုပရတိယာ ဗြဟ္မစရိယာ၊ နဂ္ဂဟာယ ဣတိပုရာ-
ဏဉ္စ ဝေဒနံ ပဋိဟင်္ခါမိ၊ နဝဉ္စ ဝေဒနံ န-ဥပ္ပါဒေဿာမိ
ယာတြာစ မေ ဘဝိဿတိ၊ အနဝဇ္ဇတာစ ဖာသုဝိဟာ-
ရောစ။
- ၃။ ပဋိသင်္ခါယောနိသော သေနာသနံ ပဋိသေဝါမိ၊
ယာဝဒေဝ သီတဿ ပဋိဃာတာယ၊ ဥဏှဿ ပဋိ-

သဘာဝာယ၊ ခုံသ၊ မကသ၊ ဝါတာတပ၊ သရီသပ၊
သမ္မဿာနံ ပဋိသဘာဝာယ၊ ယာဝဒေဝ ဥတုပရိဿယ
ဝိနောဒန ပဋိသလ္လော နာရမတ္ထံ။

၄။ ပဋိသင်္ခါယောနိသော ဂိလာန ပစ္စယ ဘေသဇ္ဇ-
ပရိက္ခာရံ ပဋိသေဝါမိ၊ ယာဝဒေဝ ဥပ္ပန္နာနံ ဝေယျာ-
ဗျာဓိကာနံ ဝေဒနာနံ ပဋိသဘာဝာယ အဗျာပဇ္ဇ
ပရမတာယ။

သာသနာတော်တွင်းသား ရဟန်း၊ သာမဏေများဖြစ်ပါက
နေ့စဉ် နေ့တိုင်း ပစ္စည်းလေးပါး အပေါ်၌ ပညာဉာဏ်ဖြင့်
ဆင်ခြင် ပွားများမှုကို “ကိုယ်ရင် ပုတီးစိပ်၊ ရဟန်း ပုတီးစိပ်” ဟု
ခေါ်၏။ မဆင်ခြင် မပွားများ ပုတီးမစိပ်ပါက “ဣဏ-
ပရိဘောဂ” ထိုက်သဖြင့် သံသရာကြွေးတင်၍ ဆပ်လို့မကုန်
နိုင်အောင် ဝဋ်ဆင်းရဲ ပင်လယ်ကြီးအတွင်း၌ နစ်မြုပ်မျောပျံ
နေရ၏။ (သတိပြုပါ)

* ပရိတ်ကြီးပါဠိတော် ရှစ်သုတ်နှင့် ပရိတ်ငယ်
ပါဠိတော် နှစ်သုတ်တို့ကို နှေးနှေးနှင့် ညီညာစွာ
ရွတ်တော်မူကြရန် သတိပြုတော်မူကြပါ။

မှတ်ချက်။ ။ ဧဝံသုတ်နှင့် ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် နှစ်မျိုးကို
ပရိတ်ငယ်ဟု ရှေး ဆရာတော်ကြီးများ
သတ်မှတ်ပေသည်။

၂။ ပရိတ်ဟောဒ်အချိုး

- (က) သမန္တာ စက္က-ဝါဠေသု၊
အကြာဂစ္ဆန္တိ ဒေဝတာ။
သဒ္ဓမ္မံ မုနိ-ရာဇဿ၊
သုဏန္တိ သဂ္ဂ-မောက္ခဒံ။ ။
- (ခ) ဓမ္မဿဝဏ-ကာလော အယံ ဘဒ္ဒန္တာ။ ။
- (ဂ) နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာ-
သမ္ဗုဒ္ဓဿ။ ။

အထူးမှတ်တမ်းချက်။ ။ သမန္တာ စက္က-ဝါဠေသု စသဖြင့် ချထားသော နေရာ၌ အသံကို ပြတ်စေ၍ ခွဲဖတ်၊ စက္က=ဝါဠေသု ကဲ့သို့ တုံးကလေး ပြထားက အသံကို မဖြတ်ဘဲ စဉ်းငယ်ရပ်၍ ဖတ်။ ဓမ္မဿဝဏ ကဲ့သို့ အပျောက် (ဝါ) ဗိန္နု၊ ကလေး ပြထားက ဓမ်,မဿ ကဲ့သို့ အသတ် အသံပါအောင် ဖတ်ပါ။

သမန္တာ စက္က-ဝါဠေသု၊ အကြာဂစ္ဆန္တိ ဒေဝတာ။ ဤပုံစံဝယ် ပြထားသကဲ့သို့ ပုဒ်ထီး နေရာ၌ အသံကို မပြတ်စေဘဲ စဉ်းငယ်သာ ရပ်၍ ။ ပုဒ်မ နေရာရောက်မှ အသံကိုလည်း ဖြတ်ရပ်ပါ။

၁ သေးသေးတင်နှင့် မ,သတ် အထူးမှာ၊ နှုတ်ခမ်းခြင်း မတိစေဘဲ၊ ခံတွင်းကို စဉ်းငယ်လောက်သာ ဖွင့်၍ နှာခေါင်း သံနှင့် ရှုတ်ဖတ်ခြင်းသည် သေးသေးတင်သံ မည်၏၊ နှုတ်ခမ်းခြင်း ထိစေ၍ နှုတ်ခမ်းသံ တွန်းကာ ထင်ရှား လာအောင် ရှုတ်ဖတ် ခြင်းသည် မ,သတ် မည်၏၊ ထို့ကြောင့်-သမ္မာ

(၁၂၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

(သ) ယေ သန္တာ သန္တ-စိတ္တာ
တိသရဏ သရဏာ
တ္ထ လောကန္တရေ ဝါ။
ဘုမ္မာ-ဘုမ္မာစ ဒေဝါ
ဂုဏ-ဂုဏ ဂဟဏ
ဗျာဝဋ္ဌာ သဗ္ဗကာလံ။
ဧတေ အာယန္တု ဒေဝါ
ပရ ကနက မယေ
မေရ-ရာဇေ ဝသန္တော။

သမ္ဗုဒ္ဓဿ၌ မ,သတ်သံ ထင်ရှားအောင် ဖတ်ရ၍ နှုတ်ခမ်း
ခြင်း ထိရ၏။ သေးသေတင်သံ ဖြစ်၍ သွားတတ်သည်
(သတိပြု)

မြန်မာ လူမျိုး၌ မျိုးရိုး စဉ်ဆက် အလေ့ အကျင့်ကပင်
အကွာရာ ပီသအောင် ဌာန် ကရိုဏ်း ကျ န အောင် မရွတ်
ဆို နိုင်မှုကြောင့် မ,သတ်သံ သေးသေးတင်သံ နှာခေါင်းသံ
နှာခေါင်း လေရှောက်ဂံ ပါအောင် မဖတ်မရွတ် နိုင်ကြ
ပေကုန်၊ တော်တော်လေ့ကျင့် ထားသူ များသာ အထိုက်
အလျောက် ပီသအောင် ရွတ်ဆိုတတ်ကြ၏။

သိထိလ ဓနိတ စသော သဒ္ဒါ ဆယ်ပါးနှင့် ညီအောင်
ရွတ်ဆိုနိုင်သော ပရိတော်သည် အလွန်တန်ခိုး အာနုဘော်
ရှိ၏။

- သန္တော သန္တောသ-ဟေတု
မုနိဝရ ဂစနံ
သောတု မဂ္ဂံ သမဂ္ဂါ။ ။
- (င) သဗ္ဗေသု စက္က-ဝါဠေသု၊
ယက္ခာ ဒေဝါစ ဗြဟ္မဏော။
ယံ အမေဟိ ကတံ ပုညံ၊
သဗ္ဗ-သမ္ပတ္တိံ သာဓကံ။ ။
- (စ) သဗ္ဗေတံ အနုမောဒိတှာ၊
သမဂ္ဂါ သာသနေ ရတာ၊
ပမာဒ-ရဟိတာ ဟောန္တု၊
အာ ရက္ခာသု ဝိသေသတော။ ။
- (ဆ) သာသနဿစ လောကဿ၊
ဝုဇ္ဈိ ဘဝတု သဗ္ဗဒါ။
သာသနမ္ပိ စ လောကဉ္စ၊
ဒေဝါ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။ ။
- (ဇ) သဒ္ဓိံ ဟောန္တု သုခိသဗ္ဗေ၊
ပရိဝါရေဟိ အတ္တနော။
အနိဿာ သု မနာ ဟောန္တု၊
သဟသဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။ ။
- (ဈ) ရာဇတောဝါ စောရတောဝါ၊ မနုဿတောဝါ
အ-မနုဿတောဝါ၊ အင်္ဂတောဝါ ဥဒကတောဝါ၊
ပိသာစတောဝါ ခါဏုကတောဝါ၊ ကဏ္ဍကတောဝါ

နက္ခတ္တတောဝါ၊ ဇနပဒရောဂတောဝါ အသဒ္ဓမ္မ
 တောဝါ အသန္နိဋ္ဌိတောဝါ အသပ္ပုရိသတောဝါ
 စဏ္ဍ-ဟတ္ထိ-အသ-မိဂ-ဂေါဏ-ကုက္ကုရ-အဟိဝိစ္ဆိကံ
 မဏိသပ္ပ-ဒီပိ၊ အစ္ဆ-တရစ္ဆ သူကရ-မဟိံသ-ယက္ခ-
 ရက္ခသာဒီဟိ၊ နာနာ-ဘယတောဝါ၊ နာနာ-
 ရောဂတောဝါ၊ နာနာ-ဥပဒ္ဒဝတောဝါ၊ အာရက္ခံ
 ဂဏန္တု၊ ၁။

၃။ ပင်္ဂလသုတ် ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ

ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ သန်ကောင်ယာမ အချိန်
 သိကြားမင်း စေလွှတ်အပ်သော အမျိုးအမည် မထင်ရှား
 သော နတ်သားသည် မေးလျှောက်ကြား၍ ဘုရားရှင်သည်
 ဤမင်္ဂလသုတ်ကို ဟောကြားပေးမူ၏။ ဤသုတ်သည် သတ္တ
 ဝါများကြီးပွားကြောင်း တရား ဥဂ-ပါးတို့ကို ဟောထူး
 သောကြောင့် ပင်္ဂလသုတ်ဟု ခေါ်တွင်သည်။ ရွတ်ဖတ် နာ
 ကြားကျင့်ကြံသော သူတို့အား ကောင်းမြတ်သော ကျက်

၁။ အဟိဝိစ္ဆိက-ဟု တရှိန်ထိုး အဆို များတတ်သည်။

၂။ ရက္ခ-သာဒီဟိ-ဟု အဖြတ် လွဲတတ်သည်။

၃။ ဂဏန္တု၌ ဂ-မှာ ဣန္ဒြီးသတ်သံ၊ ဣ-မှာ န သတ်သံ
 ထပ်စောင်တတ် ဝိသဇ္ဇနီသံ မပါရာ ဒုမ္ဘိဂရ ပူသော သဒ္ဓါ
 စည်းကမ်းရှိ၍ ဣန္ဒြီးသတ်သံ မပါဘဲဘတ်လျှင် မှားသည်
 ဟုမှတ်။

သရေ မင်္ဂလာ သြဘာ ကိတ္တိ သိဒ္ဓိစုံဖြိုး ဂုဏ်ဟန်းခိုးဖြင့်
အမျိုးမျိုး ထွန်းကားနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ရှေးဆရာတို့က—

ဆောင်။ ။မဟာမင်္ဂလာ၊ ပရိတ္တကား၊ သုခမျှားစွာ၊ မင်္ဂလာ
ပွားတက်၊ ဘုန်းကျက်သရေ၊ ပြည့်ဖြိုးဝေ၏”
ဟု စပ်ဆိုကုန်၏။

(ထိမ်းမြားမင်္ဂလာ၊ နားသမင်္ဂလာ၊ အိမ်တက်
မင်္ဂလာ စသည်တို့၌ ရွတ်ဖတ်ရန် သတိပြု။)

၁။ မင်္ဂလာသုတ်

၁။ ယံ မင်္ဂလံ ဒွါဒသဟိ၊
စိန္တယိံသု သ-ဒေဝကာ။
သောတ္ထာနံ နာမိဂစ္ဆန္တိ၊
အဋ္ဌ-တိံသဉ္စ မင်္ဂလံ။

၂။ ဒေသိတံ ဒေဝ ဒေဝေန၊
သဗ္ဗပါပ ဝိနာသနံ။
သဗ္ဗလောက ဟိတတ္ထာယ၊
မင်္ဂလံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ဧဝံ မေ သုတံ၊
ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ၊ သာဝတ္ထိယံ ဝိဟရတိ ဇေတ-

ဝနေ၊ အနာထ ပိဏ္ဍိကဿ အာရာမေ အထခေါ
အညတရာ ဒေဝတာ၊ အဘိက္ကန္တာယ ရတ္တိယာ
အဘိက္ကန္တ ဝဏ္ဏာ ကေဝလကပ္ပံ ဇေတဝနံ ဩဘာ
သေတွာ။

ယေန ဘဂဝါ၊ တေနုပသင်္ကမိံ၊ ဥပသင်္ကမိတွာ
ဘဂဝန္တံ အဘိဝါဒေတွာ၊ ကေမန္တံ အဋ္ဌာသိ။
ကေမန္တံ ဌိတာခေါ၊ သာ ဒေဝတာ ဘဂဝန္တံ
ဂါထာယ အဇ္ဈဘာသိ။

၄။ ဗဟူဒေဝါ မနုဿာ စ၊
မင်္ဂလာနိ အ-စိန္တယျံ။
အာကင်္ခမာနာ သောတ္ထာနံ၊
ဗြူဟိ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၅။ အ သေဝနာ စ ဗာလာနံ၊
ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ။
ပူဇာ စ ပူဇနေယျာနံ၊
တေ မင်္ဂလ မုတ္တမံ။

၆။ ပတိဂ္ဂုပ ဒေသာဝါသော စ၊
ပုဗ္ဗေ စ ကတ-ပုညတာ။

၁။ ချတ်ယွင်းပိုကား တေနု ပသင်္ကာမိ
ဥပ သင်္ကမိ ကိစ္ဆာ ကွစေ။

၂။ ပူဇ-နေယျာနံ-ဟု အခြတ်ချတ်ယွင်းတတ်သည်။
တဆက်ထဲ ပူဇနေယျာနံဟု ဆိုပါ။

အတ္တ သမ္မာ ပဏီဓိ စ၊

ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၇။ ဗာဟုဿစ္စဉ္စ သိပ္ပဉ္စ၊
ဝိနယော စ သု-သိက္ခိတော။
သု-ဘာသိတာ စ ယာဝါစာ၊
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၈။ မာတာ ပိတု ဥပဋ္ဌာနံ၊
ပုတ္တ ဒါရဿ သင်္ဂဟော။
အနာကုလာ စ ကမ္မန္တာ၊
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၉။ ဒါနဉ္စ ဓမ္မ-စရိယာ စ၊
ဉာတကာနဉ္စ သင်္ဂဟော'။
အနဝဇ္ဇာနိ ကမ္မာနိ၊
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၁၀။ အာရတီ ဝိရတီ ပါပါ၊
မဇ္ဇ ပါနာ စ သံယမော။

၁။ ရှစ်လုံးဖွဲ့ ဂါထာ၌ ကိုးလုံးဖြစ်နေသည်ဟု အောက်မေ့ပြီး
တလုံးဖြုတ်မိတတ်သည့်။ စရိယ-အရိယ-ကိရိယ သဒ္ဒါမျိုးပါ
က ကိုးလုံးဖြစ်လျှင် ဖြစ်ပါစေ၊ မဖြုတ်ရ (သဒ္ဒါနီတိ)

၂။ ဉာတကာနဉ္စ ဝိသဇ္ဇနိသံ မပါရသတိပြုပါ။
မြန်မာမှု၌ နှုတ်ထွက်သံများ ပါဠိ၌ ဝိသဇ္ဇနိသံထွက်သည်က
များ၏။ အခြားနေရာမှာ၌လည်း ပြုပြင်ပေး၍ ရွတ်ပါလေ။

- အပ္ပမာဒေါ စ ဓမ္မေသု၊
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
- ၁၁။ ဂါရဝေါ စ နိဝါတော စ၊
သန္တိန္ဒြိယံ စ ကတညုတာ။
ကာလေန ဓမ္မဿဝဏံ၊
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
- ၁၂။ ခန္တီစ သောဇစဿတာ၊
သမဏာနဉ္စ ဒဿနံ။
ကာလေန ဓမ္မ သာကန္တာ၊
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
- ၁၃။ တပေါ စ ဗြဟ္မ-စရိယဉ္စ၊
အရိယ သစ္စာန ဒဿနံ။
နိဗ္ဗာန သစ္စိကိရိယာ စ၊
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
- ၁၄။ ဗုဒ္ဓဿ လောကဓမ္မဟိ၊
စိတ္တံ ယဿ န-ကမ္ပတိ။

-
- ၁။ တပေါစ ဗြဟ္မစရိယဉ္စ ယသ္မာ တသ္မာ ယသ္မိံ တသ္မိံ ပုဒ်
များလို ဟအက္ခရာ ထင်ရှားအောင် ဗြဟမစရိယာဟုဖတ်။
- ၂။ စရိယ-အရိယ-ကိရိယပါသည်။ ကိုးလုံးဖြစ်ပါစေ။ မဖြုတ်
ပိစေရ သဒ္ဒနိတိ၌ အဆိုရှိသည်။
- ၃။ ဓမ္မေဟိန္ဒြိ နကမ္ပတိတို့၌ မသတ်သံထင်အောင် ရွတ်ပါ။
သေးသေးတင်သံ ပေါ်စေရ။

အ-သောကံ ဝိ-ရဇံ ခေမံ၊

ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၁၅။ တောဒိသာနိ ကတုာန၊

သဗ္ဗတ္ထ မ ပရာဇိတာ။

သဗ္ဗတ္ထ သောတ္ထိံ ဂစ္ဆန္တိ၊

တံ တေသ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

မင်္ဂလသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

၄။ ရတနသုတ်ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ

ဝေသာလီမြည်၌ ဘီလူးတို့ဝင်၍ ကပ်ရောဂါဘေး ဘီလူး
ဘေး ရှားပါးငတ်မွတ်ခြင်း ဘေးများ နှိပ်စက်ရကား၊
ဘုရားရှင် အမိန့်တော်အရ အရှင်အာနန္ဒာ မထေရ်သည်
ရတနသုတ်ကို ရွတ်ဖတ်လျက် ဘုရား၏ သပိတ်တော်ကို
ယူကာ ပရိတ်ရေတို့ကို ဝေသာလီပြည် အားလုံးပေါ်သို့
ဖြန့်ကြဲ ဆွတ်ဖြန်းတော်မူသောကြောင့် ပြည်သူအများတို့
သည် ဘေးအန္တရာယ် ရန်အသွယ်သွယ်တို့ကို ငြိမ်းပျောက်
နိုင်ခြင်း တားဆီးနိုင်ခြင်း အစွမ်းရှိသည်။

ဆောင်။ ။ သုံးထွေသောကပ်၊ သတ်ဖြတ်ဒုဗ္ဗိက်၊

နံနှိပ်ဖျက်ဆီး၊ မှူကြီးရောက်က၊

ရတနပရိတ်၊ ရည်ညွှန်းနှိပ်၍၊

စိတ်သစ္စာပြု၊ ရွတ်မှုမှန်စွာ၊ လွန်ချမ်းသာ၏။

ရတနာသုံးပါးတို့၏ ဂုဏ်တော်များဖြင့် - သံစွာဆိုထားသောကြောင့် ရတနာသုတ်မည်တင်သည်။

၂-ရတနသုတ်

၁။ ပဏိဓာနတော ပဌာယ၊^၁ တထာဂတဿ ဒသပါရမိယော ဒသဥပပါရမိယော ဒသပရမတ္ထပါရမိယောတိ၊ သမတ္တိံသပါရမိယော ပဉ္စမဟာပရိစ္စာဂေ၊ လောကတ္ထစရိယံ ဉာတတ္ထစရိယံ ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယန္တိ၊ တိဿော စရိယော ပစ္ဆိမဘဝေ ဂဗ္ဘဝေါက္ကန္တိ၊^၂ ဇာတိံ အဘိနိက္ခမနံ ပဓာန စရိယံ၊ ဗောဓိပလ္လက္ခေ မာရဝိဇယံ သဗ္ဗညုတဉာဏပ္ပဋိဝေဓံ၊^၃ ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနံ နဝ-လောကုတ္တရဓမ္မေတိ၊ သဗ္ဗေပိ.မေ ဗုဒ္ဓဂုဏေ အာဝဇ္ဇေတွာ၊ ဝေသာလိယာ တိသု ပါကာရန္တိ၊ရေသု၊

၁။ ပဌာယ၌ပမှာ ဌသံလျှင် ချိတ်သံထင်အောင်ရွတ်သမတ္တိံသ၌ တ္တိံမှာ ဝိသဇ္ဇနီသံ မပါရ သမတိံ သရှိသည်ကား ပါဌ်ပျက် ပဉ္စကို ပျင်စဟုမဖတ်ရ။

၂။ ပစ္ဆိမဘဝေနှင့် ဂဗ္ဘဝေါက္ကန္တိ၌ ခွဲဖြတ်ရုံမက အကြားရပ်နားမိတတ်သည်။ ဌာနနှင့် ဌာနီဖြစ်၍ ဝေါက္ကန္တိ ကျမှ ရပ်နားသင့်သည်။

၃။ သဗ္ဗညုတဉာဏပ္ပဋိဝေဓံ၌ ယပဋ်သံမပါစေရ ကမ္မာနှုတ်ခန်းချင်းထိ၍ ပသတ်သံထင်အောင် ဘတ်ပါလေ။ နှုတ်ခမ်းချင်း မထိလျှင် တသတ်သံ ဖြစ်လိမ့်မည်။ ပွဋ်၌ ဋိမှာ အထက်သွားရင်းကို လျှာထိုးလျှာကပ်သံနှင့်ရွတ် လျှာထိုးမကပ်လျှင် တငမ်းပူသံ ဖြစ်လိမ့်မည်။

တိယာမ-ရတ္တိံ ပရိတ္တံ ကရောန္တော၊ အာယသ္မာ အာနန္ဒ-
တ္ထရောဝိယ၊ ကာရုညစိတ္တံ ဥပဋ္ဌပေတော။

၂။ ကောဋ္ဌိသတ သဟဿေသု*၊

စက္ကဝါဠေသု ဒေဝတာ။

ယဿာနံ ပဋိဂ္ဂုဏ်န္တိ၊

ယဉ္စ ဝေသာလိယာ ပုရေ။

၃။ ရောဂါ မနုဿ ဒုဗ္ဘိက္ခ၊

သမ္ဘူတံ တိဝိဓံ ဘယံ။

ခိပ္ပမန္တရဓာပေသိ၊

ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၄။ ယာနီဓ ဘူတာနီ သမာဂတာနိ၊

ဘုမ္မာနိဝါ ယာနိဝ အန္တလိက္ခေ။

သဗ္ဗေဝ ဘူတာ သုမနာ 'ဘဝန္တိ၊

အထောပိ သက္ကစ္စ သုဏန္တိ ဘာသိတံ။

၅။ တဿွာဟိ ဘူတာ နိသာမေထံ သဗ္ဗေ၊

မေတ္တံ ကရေထ မာနုသိယာ ပဇာယ။

ဒိဝါစ ရတ္တောစ ဟရန္တိ ယေ ဗလိံ၊

တဿွာဟိ နေ ရက္ခေ အပ္ပမတ္တာ။

*။ ဓနိတ-ကင်းသောဂါထာဟု ပြယုဂ်ထုတ်သင့်၏။ အသေ
ဝနာစဂါထာလည်း ထို့အတူပင်တည်း။

၁။ ဘူတာနီ-သာမေထဟု ခွဲဖတ်တတ်သည်။
ဘူတာ-နိသာမေထဟု ဖတ်ပါ။

- ၆။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဣဓဝါ ဟုရံဝါ၊
သဂ္ဂေသုဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ။
နနော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၇။ ခယံ ဝိရာဂံ အ-မာတံ ပဏီတံ၊
ယ.ဒဇ္ဈဂါ သကျမုနိ သမာဟိတော။
န တေနဓမ္မေန သမ.တ္ထိ ကိဉ္စိ၊
ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၈။ ယံ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌော ပရိဝဏ္ဏယီ သုစိံ၊
သမာဓိ.မာနန္တရိးကည.မာဟု။
သမာဓိနာ တေန သမော န-ဝိဇ္ဇတိ၊
ဣဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၉။ ယေ ပုဂ္ဂလာ အဋ္ဌသတံ ပသတ္တာ၊
စတ္တာရိ တောနိ ယုဂါနိ ဟောန္တိ။
တေ ဒက္ခိဏေယျာ သုဂတဿ သာဝကာ၊
ဧတေသု ဒိန္နာနိ မဟပ္ပလာနိ။
ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

- ၁၀။ ယေသုပ္ပယုတ္တာ မနသာ ဒဠေန၊
 ၂နိက္ကာမိနော ဂေါတမ သာသနမ္ပိ။
 တေ ပတ္တိ ပတ္တာ အမ-တံ ဂိဂယျ၊
 လဒ္ဓါ မုခေ နိဗ္ဗုတိ ဘုဉ္ဇမာနာ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏိတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၁၁။ ယထိန္ဒရီလော ပထဝီသိတော သိယာ၊
 စတုဗ္ဗိဝါတေဟိ အသမ္ပကမ္ပိယော။
 တထူပမံ သပ္ပုရိသံ ဝဒါမိ၊
 ယော အရိယသစ္စာနိ အဝေစ္စ ပဿတိ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏိတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၁၂။ ယေ အရိယသစ္စာနိ ဝိ-ဘာဝယန္တိ၊
 ဂမ္ဘီရ ပညေန သု-ဒေသိတာနိ။
 ကိဉ္ဇာပိ တေ ဟောန္တိ ဘုသံ ပမတ္တာ၊

-
- ၁။ ယေသုပ္ပ ယုတ္တာ ဟု အဖြတ် မှားတတ်သည်။
 ယေသုပ္ပယုတ္တာ ဟု ရွတ်ဖတ်ပါ။ ဝိဂယျ၌ ဂ-မှာ ယ သတ်သံ
 ရွတ်ဖတ်ပါ။
- ၂။ နိက္ကာမိနော-ဂေါတမ သာသနမ္ပိ ဘုဉ္ဇ ဖတ်ပါ။
- ၃။ ဂမ္ဘီရပညေန၌ မသတ်သံထင်အောင် နှုတ်ခမ်းခြင်းထိရွတ်
 ရခြင်း ပ'၌ ယပင့်သံမပါအောင် ရွတ်ရခြင်း။ (သတိပြု)

- န-တေ ဘဝံ အဋ္ဌမ.မာဒိယန္တိ။
 ဣဒမ္ဗိသံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧကေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၁၃။ သဟာဝါ.ဿ ဒဿနသမ္ပဒါယ၊
 တယ.ဿ ဓမ္မာ ဇဟိတာ ဘဝန္တိ။
 သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆိတဉ္စ၊
 သီလဗ္ဗတံဝါပိ ယ.ဒတ္ထိ ကိဉ္စိ။
- ၁၄။ စတူဟ.ပါဟေဟိစ ဝိပ္ပမုတ္တော၊
 ဆ.ဗ္ဗာဘိဌာနာနိ အ-ဗ္ဗ ကာတုံ။
 ဣဒမ္ဗိသံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧကေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၁၅။ ကိဉ္ဇာပိ သော ကမ္မ ကရေတိ ပါပကံ၊
 ကာယေန ဝါစာ ဥဒ ဧတသောဝါ။
 အ-ဘဗ္ဗသော တဿ ပဋိစ္ဆဒါယ၊
 အ-ဘဗ္ဗတာ ဒိဋ္ဌ-ပဒဿ ဝုတ္တာ။
 ဣဒမ္ဗိသံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧကေနသစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၁၆။ ဝန.ပ္ပဂုဓမ္မံ ယထ ဖုဿိ တ.ဂေ။

၁။ ဝနပ္ပ-ဂုဓမ္မ-ဟု အခြွတ်မှားဘက်သည်။

ဝနပ္ပဂုဓမ္မဟု ဆက်ကာရွတ်ပါ။

ကယျိ ဖု ကဲ့သို့ ကလျိဉ် ဝနသသဒိသံထင်အောင် ရှု
 ရမည်။ (သတိပြု)

- ဂိမ္ဘာနမာသေ ပဌမသ္မိံ ဂိမ္မေ။
 တထူပမံ ဓမ္မဝရံ အဒေသယံ၊
 နိဗ္ဗာနဂါမိံ ပရမံ ဟိတာယ။
 ဣဒမ္ပိဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိံ ဟောတု။
 ၁၇။ ဝရော ဝရညူ ဝရ ဒေါ ဝရာဟရော၊
 အနုတ္တရော' ဓမ္မဝရံ အဒေသယံ။
 ဣဒမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိံ ဟောတု။
 ၁၈။ ခိဏ ပုရာဏံ' နဝ နိတ္ထိံ သမ္ဘဝံ၊
 ဝိ-ရတ္တစိတ္တာ ယတိကေ ဘဝသ္မိံ။
 တေ ခိဏ-ဗိဇာ အ-ဝိရုဠိ-ဆန္ဒာ၊
 နိဗ္ဗန္တိ မိရာ ယထးယံပဒီပေါ။
 ဣဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ၊
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိံ ဟောတု။
 ၁၉။ ယာနီ.ဓ ဘူတာနိ သမာဂတာနိ၊
 ဘုမ္မာနိဝါ ယာနိဝ အန္တလိက္ခေ။
 တထာဂတံ ဒေဝ-မနုဿ ပူဇိတံ၊
 ဗုဒ္ဓံ နမ သာမ သုဝတ္ထိံ ဟောတု။

၁။ ဝရ+ဒေါဟု ခွဲကာဖတ်ပါ။ ၂။ အ+အနုဘုရောဟု ခွဲကာဖတ်ရ။
 အနုတ္တရောဟု တွဲဖတ်ပါ။ ၃။ န+ဝ နိတ္ထိဟု ခွဲကာဖတ်ပါ။
 နဝ+နိတ္ထိ ဟု ဖတ်တတ်ပါစေ။

၂၀။ ယာနီဓ ဘူတာနီ သမာဂတာနီ၊
 ဘုမ္မာနီဝါ ယာနီဝ အန္တလိက္ခေ။
 တထာ ဂတံ ဒေဝ-မနုဿ ပူဇိတံ၊
 ဓမ္မံ နမဿာမ သုဝတ္ထိ ဟောတု။ ။

၂၁။ ယာနီဓ ဘူတာနီ သမာဂတာနီ၊
 ဘုမ္မာနီဝါ ယာနီဝ အန္တလိက္ခေ။
 တထာဂတံ ဒေဝ-မနုဿ ပူဇိတံ၊
 သံဃံ နမဿာမ သုဝတ္ထိ ဟောတု။ ။

၅။ မေတ္တသုတ် ဟောရခြင်းအကြောင်းအရာ

သာဝတ္ထိပြည်မှယူဇနာ တရာဝေးသော တောကျောင်း၌
 ကြောက်မက်ဘွယ်ရာ အဆင်းအသံကို မြင်ကြားကုန်သော
 ရဟန်းငါးရာတို့သည် ဘုရားရှင်အားပြန်လျှောက်ကြားသော
 အခါ ထိုတောကျောင်း၌ ရဟန်းတော်များ ရွတ်ဖတ်၍
 ကြောက်မက်ဖွယ် အာရုံကင်းလျက် ချမ်းသာအေးမြခြင်း
 ရကြကုန်၏။

ဤသုတ်သည် ကြောက်လန့်ဘွယ်ရာ အဖြာဖြာမှ ကင်း
 ငြိမ်း၍ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရခြင်းစသော မေတ္တာအကျိုး
 တရား (၁၁)ပါးကိုလည်း ရနိုင်၏။

ဆောင်။ ။ ဗျာပါ-သောက၊ စိတ်ဒုက္ခနှင့်၊
 နေ့ညမရွှင်၊ အိပ်လျှင်မပျော်၊

သူတို့သော်ကား၊ အော်အော်ညှဉ်းဆဲ၊
မေတ္တာနဲက၊ ရွတ်မြဲရိုတုပ်၊
မေတ္တသုတ်တည်း။ ။

[မေတ္တာပွားပုံ ပါသောကြောင့် မေတ္တသုတ် မည်၏။]

တဆယ့်ခြောက်ချက်သော မင်ဖိုလ်ရ အကျင့်လမ်းစဉ်ကို
ဆွဲခေါ်ပါက စရဏသုတ် ပဋိပဒါသုတ်ဟု ခေါ်နိုင်သည်။

၃။ မေတ္တသုတ်

၁။ ယဿာနုဘာဝတော ယက္ခာ၊

နေဝ ဒဿေန္တိ ဘိသနံ။

ယမ္ပိစေဝါနုယုဉ္ဇေတ၊

ရတ္တိန္ဒြိယမ-တန္တိတော။ ။

၂။ သုခံ သုပတိံ သုတ္တောစ၊

ပါပံ ကိဉ္စ န-ပဿတိ။

ဝေမာဒိ-ဂုဏံပေတံ၊

ပရိတ္တံ တံ ပဏာမ ဟေ။ ။

၁။ သဒ္ဓနီတိဉ္စ ဘိသိ-ဓာတ်၊ နိဂ္ဂဟိတ်လာ၍-ဘိသဏံ-ဟုရှိ၏။

၂။ သုတ်ပတိဟု ချွတ်ယွင်းတတ်သည်၊ သုပတိဟု အမှန်ဖတ်ပါ။

ပစောက် နှစ်လုံးနှင့် သုပတိဟု မရွတ်ရ မဖတ်ရ။

- ၃။ ကရဏီယမတ္ထကုသလေန၊
ယန္တ သန္တံ ပဒံ အဘိသမေစ္စံ။
သက္ကော ဥဇ္ဇေ သုဟုဇ္ဇေ၊
သုဝစောစးဿ မုဒု အနတိမာနီ။ ။
- ၄။ သန္တုဿကောစ' သုဘရောစ၊
အပ္ပကိစ္စောစ သလ္လဟုက-ဝုတ္တိ။
သန္တိန္ဒြိယောစ နိပကောစ၊
အပ္ပဂဗ္ဘော' ကုလေသ္မနန္ဂိဒ္ဓေါ။
- ၅။ န စ ခုဒ္ဒမာစရေ ကိဉ္ဇိ၊
ယေန ဝိညူ ပရေ ဥပ ဝဒေယျံ။
သုခိနောဝ ခေမိနော ဟောန္တု၊
သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။ ။
- ၆။ ယေနေစိ ပါဏ ဘူတတ္ထိ၊
တသာဝါ ထာဝရာဝ နဝ သေသာ။

- ၁။ ယန်းတန်း သန်းတန်း ပဒန်းအဘိသ-မေစ္စ-ဟု မဖတ်ရ။
ယန်တ သန်တံ, ပဒံ အဘိ-သမေစ္စ-ဟု ဖတ်ပါ။
- ၂။ သန္တုဿကောစ ဟု မှားယွင်းတတ်သည်။
သန္တုဿကောစ-ဟု အမှန်ဖတ်ပါ။
- ၃။ နိပကောစ အပ်ပ ဂဗ္ဘော-ဟု တွဲဆိုမိတတ်သည်။
အပ် ပဂဗ္ဘော-ဟု ဖတ်ပါ။
- ၄။ တသာဝါ ထာဝရာဝ ဟု မှားယွင်းတတ်သည်။
တသာဝါ ထာဝရာဝ ဟု အမှန်ဖတ်ပါ။

- ဒီသင်္ဂါ ယေဝ မဟန္တာ၊
မဇ္ဈိမာ ရဿကာ အနုကထူလာ။ ။
- ၇။ ဒိဋ္ဌာဝါ ယေဝ အ—ဒိဋ္ဌာ၊
ယေ ဝ ဒူရေ ဝသန္တိ အဝိဒူရေ။
ဘူတာဝ သမ္ဘဝေသိဝ၊
သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတက္ခတာ။ ။
- ၈။ န ပရော ပရံ နိကုဗ္ဗေထ။
နာတိ၊မညေထ ကတ္တစိ န ကိဉ္စိ။
ဗျာရောသနာ ပဋိသသညာ၊
နာညမညဿ ဒုက္ခမိစ္ဆေယျ။ ။
- ၉။ မာတာယထာ၊ နိယံပုတ္တ၊
မာယုသာ ဧက ပုတ္တမနုရက္ခေ။
ဇေမ္ပိ သဗ္ဗ ဘူတေသု၊
မာနသံ ဘာဝယေ အ—ပရိမာဏံ။ ။
- ၁၀။ မေတ္တဉ္စ သဗ္ဗ—လောကသ္မိံ၊
မာနသံ ဘာဝယေ အ—ပရိမာဏံ။
ဉ္စိ အဓောစ တိရိယဉ္စ၊
အ—သမ္မာဓံ အ—ဝေရးမသပတ္တံ။ ။
- ၁၁။ တိဋ္ဌံ စရံ နိသိန္ဒောဝ၊
သယာနော ယာဝတာဒိဋ္ဌာ ဝိတမိဒ္ဓ္ဌါ။

၁။ နိကုဗ္ဗေထ ရှိက ပုဒ်မှားဖြစ်သည်။ ကုပဓ-တ်ဖြစ်သည်။

ဒေတံ သတိံ အဓိဋ္ဌေယျ၊
ဗြဟ္မံမေတံ ဝိဟာရမိမံမာဟု။ ။

၁၂။ ဒိဋ္ဌိံ ခု အနုပက္ခမ၊
သီလဝါ ဒဿနေန သမ္ပန္နော။
ကာမေသု ဝိနယဂေဓံ၊
နဟိ ဇာတုဂ္ဂဗ္ဗသေယျ ပုန ရေတိ။ ။

မေတ္တ သုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

မင်္ဂလသုတ် ရတနသုတ် မေတ္တသုတ် များကို ခုဒ္ဒက
ပါဌနှင့် သုတ္တနိပါတ် ပါဠိတော်၌ ဟောသည်။

ပျတ်ချက်။ ။ မေတ္တာ ဘာဝနာသည် သတ္တဝါမညတ်ကို
အာရုံပြု နေ၍ အတ္တဒိဋ္ဌိမှ မလွတ်မြောက်ဘဲ
နေသည် မေတ္တာစျာန် သမာဓိကို အခြေ
ပြု၍ ရုပ်နာမ်ကို ဝိပဿနာ ရှုကာ အတ္တဒိဋ္ဌိ
ကင်းစင်၍ မဂ်ဝင်နိုင်သည်ဟု ဟောလိုသော
ကြောင့် ဒိဋ္ဌိဥပသေဝ စကားကို ဟော
ကြားတော် မူသည်။

၁။ ဒိဋ္ဌိ ဟူသည်း ရှိတတ်၏၊ မမှားပေ။

၆။ ခန္ဓသုတ်ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ

ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ ရဟန်းဝံသပါး မြေခဲ၍ သေဆုံးသဖြင့် နောင်အခါ မြေစသော သတ္တဝါဆိုးတို့ ဘေးမှ ကင်းဝေးစေရန် ဘုရားရှင်သည် မြေမျိုးတို့သို့ မေတ္တာပို့သော ဤ ခန္ဓသုတ်ကို တပည့်အပေါင်းအား ရွတ်ဖတ်ပွားများစေ၍ မြေဘေး စသည်တို့မှ လွတ်ငြိမ်း ချမ်းသာစေ၏။ အလောင်းတော် ရသေ့ ဖြစ်စဉ်ကလည်း ဂင်္ဂါမြစ်ကမ်းပါး၌ များပြားသော မြေတို့သည် ရသေ့အပေါင်းတို့ကို နှိပ်စက်၍ ရသေ့အများအပြား သေဆုံးကြ သဖြင့် မြေလေးမျိုး တို့အား မေတ္တာ ပွားကြလောဟု ဆို၍ ရသေ့အပေါင်း တို့အား ဤသုတ်ကိုပင် ဟောကြားလျက် ထို့အတူ ချမ်းသာစေဘူးပြီ။ သုတ်တော် အကျိုး ပေါ်လွင်၏။

ဆောင်။ ။ ကြမ်းကြုတ် သစ် ကျား၊ မြေများ ကင်း-သန်း
စုန်းဖမ်း နတ်တိုက် အလိုက်သူပြု အမှု ရှိက၊
ရွတ်ပါ ခန္ဓ၊ ပရိတ္တတည်း။ ။

ခန္ဓ = အပေါင်း အစု၊ တပည့် ရဟန်း-ရသေ့-အပေါင်းတို့အား မန္တရား ပြု၍ ဆောင်စိမ့် သောငှာ ဟောသောကြောင့် ခန္ဓသုတ် တွင်သည်။

၇။ ခန္ဓသုတ်

၁။ သဗ္ဗာ.သီဝိသ ဇာတိနံ၊
ဒိဗ္ဗ မန္တာ.ဂဒိ ဝိယ။

ယံ နာသေတိ ဝိသံ သောရံ၊
သေသဉ္ဇာပိ ပရိဿယံ။ ။

၂။ အာဏာ ခေတ္တမ္ပိ သဗ္ဗတ္ထ၊
သဗ္ဗဒါ သဗ္ဗ ပါဏိနံ။
သဗ္ဗသောပိ နိဝါရေတိ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ဝိရူပက္ခေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ရောပထေဟိ မေ။

* ဆယျာ ပုတ္တေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ကဏှာဂေါတမကေဟိ၊ စ။

၄။ အ-ပါဒကေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ဒွိပါဒကေဟိ မေ။
စတုပ္ပဒေဟိ မေ မေတ္တံ၊
မေတ္တံ ဗဟုပ္ပဒေဟိ မေ။

၅။ မာ မံ အပါဒကော ဟိံသိ။
မာ မံ ဟိံသိ ဒွိပါဒကော၊
မာ မံ စတုပ္ပဒေါ ဟိံသိ။
မာ မံ ဟိံသိ ဗဟုပ္ပဒေါ။

* ဆယျာ ပုတ္တေဟိဟု ဖတ်ပါ။

ဆပ်ပြာ-သို့မဟုတ် ဆပ် ဖျာ ဟု မဖတ်ပါနှင့်။

* သဗ္ဗေဘူတာ+စကေဝလာဟု ဖတ်မိတတ်သည်။

သ ဗ္ဗေဘူတာစ ဟု တွဲဖတ်။

- ၆။ သဗ္ဗေသတ္တာ သဗ္ဗေပါဏာ၊
 သဗ္ဗေဘူတာ၊ စ ကေဝလာ။
 သဗ္ဗေ ဘဒြာနိ ပဿန္တု၊
 မာ ကိဉ္စိ ပါပမာဂမာ။
- ၇။ အပ္ပမာဏော ဗုဒ္ဓေါ၊
 အပ္ပမာဏော ဓမ္မော။
 အပ္ပမာဏော သံဃော၊
 ပမာဏဝန္တာနိ သရီသပါနိ။
 အဟိ ဝိစ္ဆိကာ သတပဒီ၊
 ဥဏ္ဏ-နာဘီ သရဗူ မူသိကာ။
- ၈။ ကတာ မေ ရက္ခာ ကတံ မေ ပရိတ္တံ၊
 ပဋိက္ခမန္တု ဘူတာနိ။
 သောဟံ နမောဘဂဝတော၊
 နမော သတ္တန္တံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ။

ခန္ဓသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

ဤ ခန္ဓသုတ်ကို စုဋ္ဌဝါနှင့် ဇာတက စတုက္ကအင်္ဂုတ္တရ
 ပါဠိတော်တို့၌ ဟောတော်မူသည်။

-
- ၁။ သဗ္ဗေ ဘဒြာ-နိပဿန္တု-ဟု အဖြတ်မှားတတ်သည်။
 သဗ္ဗေ ဘဒြာနိ-ပဿန္တု-ဟု အဖြတ်မှန်စေရမည်။

၇။ မောရသုတ်ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ

ဟိမဝန္တာတော၏ တောင်စဉ်သုံးခုအတွင်း ဒဏ္ဍကမည်သော ရွှေတောင်၌ မင်းခြောက်ဆက်၊ မုဆိုးခြောက်ယောက်တို့ တသက်ပတ်လုံး ထောင်ငြားသော်လည်း မောရသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆို အောက်မေ့သော အလောင်းတော် ဥဒေါင်းမင်းကို မမိနိုင်ကြ။ မင်းခုနစ်ဆက်မြောက်၊ မုဆိုးတယောက်ကား ဒေါင်းမလွတ်၍ ပရိတ် မေးစေသဖြင့် ညွတ်ကွင်း မိလေ၏။ ဤသုတ်သည် သူတပါး သေကြောင်းကြံသော လက်နက်မျိုး အနှောင်အဖွဲ့မျိုးတို့မှ လွတ်ကင်းစေနိုင်သည်။

ဆောင်။ ။ဘယ-နှောင်သွင်း ခြေကျင်း၊ကြိုးတတ်
ထိပ်ခတ်၊ဗန္ဓ ရှိလေကမူ မောရပရိတ်
မအိပ်၊မနေ ရှိသေ နေ ည၊ကြိုး လုံ့လလော့။

မောရ=ဥဒေါင်းမင်း၏+ပရိတ္တ=အရံအတားဖြင့်၍ မောရပရိတ် တွင်သည်။

၅။ မောရသုတ်

၁။ ပူရေန္တံ ဗောဓိသမ္ဘာရေ၊
နိဗ္ဗတ္တံ မောရ ယောနိယံ။
ယေန သံဝိဟိတာရက္ခံ၊
မဟာသတ္တံ ဝနေ စရာ။ ။

- ၂။ စိရသံ ဝါယမန္တာပိ၊
 နေဝးသက္ခိံသု ဂဏှိတုံ။
 ပြဟ္မမန္တန္တိ အက္ခာတံ၊
 ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။ ။
- ၃။ ဥဒေတယံ စက္ခုမာ ဇက-ရာဇာ၊
 ဟရိးဿ ဝဏ္ဏော ပထဝိပ္ပဘာသော။
 တံ တံ နမဿာမိ ဟရိဿ ဝဏ္ဏံ ပထဝိပ္ပဘာသံ၊
 တယာဇ္ဇ ဂုတ္တာ ဝိဟရေမ္ပ ဒိဝသံ။ ။
- ၄။ ယေပြဟ္မဏာ ဝေဒ-ဂူ* သဗ္ဗ ဓမ္မေ၊
 တေ မေ နမော တေ,စ မံ ပါလယန္တု။
 နမတ္ထု ဗုဒ္ဓါနံ နမတ္ထု ဗောဓိယာ၊
 နမော ဝိမုတ္တာနံ နမော ဝိမုတ္တိယာ။
 ဣမံ သော ပရိတ္တံ ကတော၊
 မောရော စရတိ သေနာ။ ။
- ၅။ အပေတယံ^x စက္ခုမာ ဇကရာဇာ၊
 ဟရိသုဝဏ္ဏော ပထဝိပ္ပဘာသော။

-
- ၁။ ဝိဟရေ မုဒိဝသံ-ဟု အဖြတ်မှားတတ်သည်။
 ဝိဟရေမု ဒိဝသံ-ဟု အဖြတ်မှန် ရွတ်ပါ။
- * ဝေဒဂူ-ဟု သာမည,မဖတ်ပါနှင့်၊
 ဝေဒ ဂူ ဟု ခွဲကာဖတ်ပါ။
- x အ ပေတယံ-ဟု မဖတ်ရ၊
 အပေတယံ ဟု တွဲကာဖတ်ရသ

တံ တံ နမဿာမိ ဟရိ.ဿဝဏ္ဏံ ပထဝိ.ပ္ပဘာသံ၊
တယာ.ဇ္ဇ ဂုတ္တာ ဝိဟရေမု ရတ္တိံ^၁ ၁။ ။

၆။ ယေဗြဟ္မဏာ ဝေဒ-ဂူ သဗ္ဗ ဓမ္မေ၊
တေ မေ နမော+ တေ,စ မံ ပါလယန္တု။
နမ.တ္ထု ဗုဒ္ဓါနံ နမ.တ္ထု ဗောဓိယာ၊
နမော ဝိမုတ္တာနံ နမော ဝိမုတ္တိယာ။
ဣမံ သော ပရိတ္တံ ကတော၊
မောရော ဝါသ.မကပ္ပယိ^၂။ ။

မောရ သုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ

ဤ မောရသုတ်ကို ဇာတက ဒုကနိပါတ် ပါဠိတော်၌
ဟောတော်မူသည်။

+ တေမေန မော-ဟု ခွဲဖတ်မိတတ်ကည်။
တေမေ နမော-ဟု ဖတ်ပါ။

၁။ ဝိဟရေ မုရတ္တိံ-ဟု အဖြတ်မှားတတ်သည်။
ဝိဟရေမု ရတ္တိံ-ဟု အဖြတ်မှန် ရွတ်ပါ။

၂။ ဝါသ မ ကပ္ပယိ ဟု မဖတ်ရ။
ဝါသ.မကပ္ပယိ ဟု ဖတ်ပါ။

၈။ ဝဋ္ဋသုတ် ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ

မဂဓတိုင်း တောတခု၌ ဥမ္မပေါက်သော ပေါက်စ ဖြစ်သော အလောင်းတော်ငုံးငယ်သည် တောမီး သည်းစွာ လောင်ကျွမ်းလာသောအခါ “ငါ၏ အတောင်တို့ကား မပျံ့နိုင်၊ ခြေတို့ကား မသွားနိုင်၊ မိဘတို့ကား ပျံ့သွားကုန်ပြီ၊ ဤမှန်သောစကားကြောင့် တောမီးသည် ‘မဲလေလော’ ဟု သစ္စာပြုလိုက်လည်နှင့် တပြိုင်နက် ပတ်ဝန်းကျင် ၁၆-ပယ် (စပါး ၁၁-တင်း ပျိုးကြဲလောက်သော အရပ်သည် တပယ် မည်၏။) အရပ်တိုင်အောင် တောမီး ငြိမ်း၏။

ဤသုတ်သည် မီးဘေးမရောက်အောင် စောင့်ရှောက် ကာကွယ်ခြင်း၊ လောင်ဆဲမီးကို ရှုတ်ဆဲခဏ၌ ငြိမ်းပျောက်စေ နိုင်ခြင်း အစွမ်းရှိ၏။

ဆောင်။ ။ တေဇ အဂ္ဂိ၊ မီးဘေးရှိက၊
ဝဋ္ဋသုတ်ပင်၊ ရှုတ်ဆင်ခြင်လော့။ ။

[ဝဋ္ဋ = ငုံးမဖျံ့ + ပရိတ္တ = အရံအတားဖြစ်၍၊ ဝဋ္ဋပရိတ်
သည်။]

၉။ ဝဋ္ဋသုတ်

၁။ ပူရေန္တံ ဗောဓိ-သမ္ဘာရေ၊
နိဗ္ဗတ္တံ ဝဋ္ဋ-ဇာဟိယံ။

ယဿ တေဇေန ဒါဝံဂ္ဂိ၊
မဟာသတ္တံ ဝိဝဇ္ဇယိ။ ။

၂။ ထေရဿ သာရိပုတ္တဿ၊
လောကနာထေန ဘာသိတံ။
ကပ္ပုဋ္ဌာယိံ မဟာတေဇံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမဟေ။ ။

၃။ အတ္ထိ လောကေ သီလဂုဏော၊
သစ္စံ သောစေယျန္နဒ္ဒယာ။
တေန သစ္စေန ကာဟာမိ၊
သစ္စ-ကိရိယးမနုတ္တရံ။ ။

၄။ အာဝဇ္ဇေတွာ ဓမ္မဗလံ၊
သရိတွာ ပုဗ္ဗကေ ဇိနေ။
သစ္စဗ္ဗလးမဝဿာယ၊
သစ္စ-ကိရိယးမကာသးဟံ။ ။

၅။ သန္တိ ပက္ခာ အပတနာ၊
သန္တိ ပါဒါ အဝဉ္ဇနာ။
မာတာပိတာစ နိက္ခန္တဘိ၊
ဇာတဝေဒ ပဋိက္ကမ။ ။

၆။ သဟ သဗ္ဗေ ကတေမယျံ၊
မဟာပဇ္ဇလိတော သိခီ။
ဝဇ္ဇေသိ သောဠသ ကရိသာနိ၊

ညဒကံ ပတုာ ယယာ သိခီ။
သစ္စေ န မေ သမော နတ္ထိ။
သော မေ သစ္စပါရမီ။

ဂဇ္ဈသုတ္တံ နိဠိတံ။

စရိယံ ပိဋကတ်နှင့် ဇာတက ပါဠိ ကေ နိပါတ်၌
ဟောတော် မူသည်။

၉။ ဇေဂ္ဂသုတ်ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ

ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ ရဟန်းတို့အား ဤဇေဂ္ဂသုတ်
ကို ဘုရားမိန့်ကြားသည်မှာ အိုချစ်သားတို့ ရှေးအခါ တာ
ဝတိံသာ နတ်နှင့် အယူရာတို့ စစ်ပွဲဝင် သိကြား ပဇာပတိ
ဝရုဏ ဤသာန နတ်မင်းတို့၏ အောင်လံဖျားကို ကြည့်ကြ
ကုန်သော နတ်စစ်သည်တို့အား ကြောက်လန့်ခြင်း စသော
ဘေးကင်း ပဏာန တရား သံဃာနှင့် တကွ ဝါဘုရား တို့၏
အမိန့်ကို အောင်အံ့သော သင်ချစ်သား တို့အား
ကြောက်လန့်ခြင်း ကြောက်သီးမွေးညှင်း ကခြင်း စသော ဘေး
တို့မှ ကင်းပျောက်လတ္တံ့ဟု မိန့်၏။ ဤသုတ်သည် ကြောက်
လန့်ခြင်း ဘေးအမျိုးမျိုးတို့မှ ကင်းဝေး စေနိုင်သည်။

ဆောင်။ ။ မူအင်ဘေးကြီး ရောက်တုံပြီးသော်၊
ကြက်သီးမွေးညှင်း ပူပြင်းထန်စွာ၊

(၁၅၀)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ရှိသောခါလျှင် မဟာဓဇဂ္ဂ၊
သုတ်မြတ်လှကို မှန်လှစေ့စေ့၊
ရွတ်အောက်မေ့က ပျောက်ပျက်ရ၏။

သီဟိုဠ်ကျွန်း၌ မဟာစေတီ ကြီးပေါ်တက်၍ ချော်ကျော်
သော သာမဏေငယ်သည် ဓဇဂ္ဂသုတ်ကို ဆင်ခြင်လိုက်ရာ
ကောင်းကင်၌ မြေပြင်ကဲ့သို့ ထောက်တည်ရာ ရ၍ ချမ်း
သာဘူးသည်။ ဇေယျာဉ်၊ ရေယျာဉ်၊ မြေယျာဉ်၊ ခြေကျင်
ဖြင့် ခရီးနှင်သူများ အထူးဆင်ခြင် ရွတ်ဖတ်ရန် သင့်၏။

[ဓဇဂ္ဂ=ဓဇ+အဂ္ဂ၊ ဓဇ-အောင်လံ၏၊ အဂ္ဂ-အဖျား=ဥပ
မာထား၍ ဟောသောကြောင့် ဓဇဂ္ဂသုတ် တွင်သည်။]

ဆင်ခြင်ပုံကား၊

“ဓဇဂ္ဂ ပရိတ္တံ မံ ရက္ခတု”။ ။ဓဇဂ္ဂပရိတ္တံ-ဓဇဂ္ဂသုတ်
ပရိတ်တော်သည်၊ မံ-ငါ့ကို၊ ရက္ခတု-စောင့်ရှောက် ပါစေ
သတည်း။

(တသုတ်လုံးကို ခြုံ၍ ဆင်ခြင်သည်။)

၇။ ဓဇဂ္ဂသုတ်

၁။ ယသောနုဿရဏေနာပိ၊
ဓဇဂ္ဂ-ဝိက္ခေပိ ပါဏိနော။
ပဿိဋ္ဌမဓိဂစ္ဆန္တိ၊
ဘူမိယံ ဝိယ သဗ္ဗထာ။

၂။ သဗ္ဗုပဒ္ဒဝ ဇာလမှ၊
ယက္ခ-စောရာဒိသမ္ဘဝါ။
ဂဏနာ န၊ စ မုတ္တာနံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

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

၄။ တတြ ခေါ ဘဂဝါ ဘိက္ခု အာမန္တေသိ၊
ဘိက္ခုပေါတိ၊
ဘဒ္ဒန္တေတိ တေ ဘိက္ခု ဘဂဝတော ပစ္စယောသုံ။
ဘဂဝါ ဧတဒေဝေါ။

ဘူတ-ပုဗ္ဗံ ဘိက္ခဝေ ဒေဝါသုရသင်္ဂါမော သမုပ
ဗျူဠော အဟောသိ။ အထခေါ ဘိက္ခဝေ သက္ကော ဒေဝါနံ
မိန္ဒော ဒေဝေ တာဝတိံသေ အာမန္တေသိ။

သမေ မာရိသာ ဒေဝါနံ သင်္ဂါမ ဂတာနံ ဥပ္ပဇ္ဇေယျ၊
ဘယံ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ ဝါ လောမ-ဟံသော၊ ဝါ မမေဝ တသ္မိံ
သမယေ ဇေဂ္ဂံ ဥလ္လောကေယျာထ။

မမံ ဟိ ဝေါ ဇေဂ္ဂံ ဥလ္လောကယတံ၊ ယံ ဘဂဝိဿတိ ဘယံ၊
ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ၊ ဝါ လောမဟံသော၊ ဝါ ဧဝံ ပဟိယိဿတိ။

၁။ ဘိက္ခုဝေါတိ ဘဒ္ဒန္တေတိ ဟု တရှိန်တည်း ဆက်ဆိုမိကတ်သည်။

၂။ ဥလ္လောက ယတံ-ဟု အဖြတ်မှားတတ်သည်။
ဥလ္လောကယတံ ဟု တဆက်ထည်း ရွတ်ရမည်။

၅။ နော စေ မေ ဇေဂုံ ဥလ္လောကေယျာထ၊ အထ
ပဇာပတိဿ ဒေဝရာဇဿ ဇေဂုံ ဥလ္လောကေယျာထ၊
ပဇာပတိဿ ဟိ ဝေါ ဒေဝရာဇဿ ဇေဂုံ ဥလ္လောက-
ယတံ ယံ ဘဝိဿတိ၊ ဘယံ၊ ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ၊ ဝါ
လောမ-ဟံ သောဝါ သော ပဟိယိဿတိ။

၆။ နော စေ ပဇာပတိဿ ဒေဝ-ရာဇဿ ဇေဂုံ
ဥလ္လောကေယျာထ၊ အထ ဝရုဏဿ ဒေဝ-ရာဇဿ
ဇေဂုံ ဥလ္လောကေယျာထ၊ ဝရုဏဿ ဟိ ဝေါ ဒေဝ-
ရာဇဿ ဇေဂုံ ဥလ္လောကယတံ ယံ ဘဝိဿတိ၊ ဘယံ၊
ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ၊ ဝါ လောမ-ဟံသော၊ ဝါ သော
ပဟိယိဿတိ။

၇။ နော စေ ဝရုဏဿ ဒေဝရာဇဿ ဇေဂုံ ဥလ္လောကေ
ယျာထ၊ အထ ဤသာနဿ ဒေဝ-ရာဇဿ ဇေဂုံ
ဥလ္လောကေယျာထ၊ ဤသာနဿ ဟိ ဝေါ ဒေဝ-
ရာဇဿ ဇေဂုံ ဥလ္လောကယတံ ယံ ဘဝိဿတိ၊ ဘယံ၊
ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ၊ ဝါ လောမ-ဟံသော၊ ဝါ သော
ပဟိယိဿတိ။ ။

၈။ တံ ခေါပန ဘိက္ခုဝေ သက္ကဿ၊ ဝါ ဒေဝါနုမိန္ဒဿ
ဇေဂုံ ဥလ္လောကယတံ၊ ပဇာပတိဿ ဝါ ဒေဝ-ရာဇဿ

၁။ ပဇာပတိဿဟိဝေါ-ဟု တွဲမဖတ်ပါနှင့် ပဇာပတိဿ ဟိ ဝေါ၊ ဟု
ခွဲ၍ ဖတ်ပါ။

ဇေယျံ ဥလ္လောကယတံ၊ ဝရုဏဿဝါ ဒေဝ-ရာဇဿ
ဇေယျံ ဥလ္လောကယတံ၊ ဤသာနဿဝါ ဒေဝ-ရာဇဿ
ဇေယျံ ဥလ္လောကယတံ ယံ ဘဝိဿတံ၊ ဘယံဝါ ဆမ္ဘိ
တတ္ထံဝါ လောမ ဟံသောဝါ သော-ပဟိယေထာပိ
နော-ပဟိယေထ။ ။

၉။ တံ ကိဿဟေတု၊

သက္ကော ဟိ ဘိက္ခဝေ ဒေဝါနုမိန္ဒော အ-ဝီတရာဂေါ
အ-ဝီတဒေါသော အ-ဝီတမောဟော ဘီရု ဆမ္ဘိ
ဥတြာသိ ပလာယိတိ။ ။

၁၀။ အဟဉ္စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဧဝံ ဝဒါမိ၊

သစေတုမှာကံ ဘိက္ခဝေ အရည-ဂတာနံဝါ ရုက္ခ၊
မူလ ဂတာနံဝါ သုညာဂါရ ဂတာနံဝါ ဥပ္ပဇ္ဇေယျ၊
ဘယံဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံဝါ လောမ-ဟံသောဝါ၊ မမေဝ
တသ္မိံ သမယေ အနုဿရေယျာထ။ ။

၁။ ဣတိပိ သောဘဂဝါ အရဟံ၊

၂။ သမ္ဘာသမ္ဘုဒ္ဓေါ

၃။ ဝိဇ္ဇောစရဏ-သမ္ဘုဒ္ဓော

၁။ ဣတိပိသော-ဘဂဝါဟု သော ၌ အဖြစ်မှားတတ်သည်။
ဣတိပိ-သောဘဂဝါဟု အမှန် ရွတ်ဖတ်ပါ။
အရဟံ မှ စ၍ ဂုဏ်တော် ၉ ပါး လက်ချိုး၍ ရေတွက်နိုင်
သူ နည်းလှသည်။

(၁၅၄)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

- ၄။ သုဂတော
- ၅။ လောက-ဝိဗ္ဗု၊
- ၆။ အနုတ္တရော-ပုရိသ-ဒမ္မသာရထိ၊
- ၇။ သတ္တာ ဒေဝ မနုဿာနံ
- ၈။ ဗုဒ္ဓေါ
- ၉။ ဘဂဝါ-တိ။ ။

မမံ ဟိ ဝေါ ဘိက္ခဝေ အနုဿရတံ ယံ ဘဝိဿတိ
ဘယံ,ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ,ဝါ လောမ-ဟံသော,ဝါ၊ သော ပဟိ
ယိဿတိ။ ။

၁၁။ နော စေ မံ အနုဿရေယျာထ၊ အထဓမ္မံ အနုဿရေ
ယျာထ၊

- ၁။ သုက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော
- ၂။ သန္တိဋ္ဌိကော
- ၃။ အ-ကာလိကော၊
- ၄။ ဧဟိ-ဂဿိကော၊
- ၅။ ဩပနေယျိကော၊
- ၆။ ပစ္စုတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညဟိတိ။ ။

-
- ၁။ ... တူ တဆက်တည်း မဆိုနှင့်။
သန္တိဋ္ဌိကော ပုဒ်၊ ဒေဝ မနုဿာနံ တပုဒ်ဆိုပါ။
 - ၂။ တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ပါး လက်ချိုးမှားတတ်သည်။

ဓမ္မံ ဟိ ဝေါ ဘိက္ခဝေ အနုဿရတံ ယံ ဘဝိ-
ဿတိ ဘယံ,ဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံ,ဝါ လောမ-ဟံသော,ဝါ
သော ပဟိယိဿတိ။

၁၂။ နော စေ ဓမ္မံ အနုဿရေယျာယ။ အထ သံဃံ
အနုဿရေယျာယ။

၁။ သု.ပုဋိပန္နော^၁ ဘဂဝတော သာဝက-သံဃော၊

၂။ ဥဇု.ပုဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝက-သံဃော၊

၃။ ဉာယ.ပုဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝက သံဃော၊

၄။ သာစိ.ပုဋိပန္နော^၂ ဘဂဝတော သာဝက-
သံဃော၊

“ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသ-ယုဂါနိ အဋ္ဌပုရိသ-
ပုဂ္ဂလာ၊

ဓေ ဘဂဝတော သာဝက-သံဃော”

၅။ အာဟုနေယျော^၃၊

၆။ ပါဟုနေယျော၊

၇။ ဒက္ခိနေယျော၊

၈။ အဉ္ဇလီ-ကရဏီယျော၊

၉။ အနုတ္တရံ ပုည-က္ခေတ္တံ လောကဿာ.တိ။ ။

၁။ သုပုဋိပန္နော-သေညဗြုဉ် မှားကတ်သည်။

၂။ သာမိပုဋိပန္နော-အထိ အကြောင်း ဂုဏ်လေးပါး။

၃။ အာဟုနေယျော-မှစ၍ အကျိုးဂုဏ်ငါးပါး လက်ချိုးရေနိုင်
ခဲ့သည်။

(၁၅၆)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

သံသံ ဟိ ဝေါ ဘိက္ခဝေ အနုဿရတံ ယံ
ဘဝိဿတိ၊ဘယံဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံဝါ လောမ-ဟံသောဝါ
သော ပဟိယိဿတိ။ ။

၁၃။ တံ ကိဿဟေတု၊
တထာဂတော ဟိ ဘိက္ခဝေ၊ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
ဝိတ-ရာဂေါ ငီတ ဒေါသော ဝိတ-မောဟော
အ-ဘိရူ အ-ဆမ္ဘိ အနုတြာသိ အ-ပလာယီ၊တိ။ ။

၁၄။ ဣဒမ၊ဂေါစ ဘဂဝါ ဣဒံဝတ္တာန သုဂတော။
အထာပရံ တေဒဝေါစ သတ္ထာ။ ။

၁၅။ အရညေ ရုက္ခမူလေဝါ၊
သုညာဂါရေဝ ဘိက္ခဝေါ။
အနုဿရေထ သမ္ဗုဒ္ဓံ၊
ဘယံ တုမ္ဘာက နော သိယာ။ ။

၁၆။ နော စေ ဗုဒ္ဓံ သရေယျာထ၊
လောက-ဇဇဋ္ဌံ နရာသဘံ။
အထ ဓမ္မံ သရေယျာထ၊
နိယျာနိကံ သု ဒေသိတံ။ ။

၁၇။ နော စေ ဓမ္မံ သရေယျာထ၊
နိယျာနိကံ သု ဒေသိတံ၊
အထ သံသံ သရေယျာထ၊
ပုညက္ခေတ္တံ အနုတ္တရံ။ ။

၁၈။ ဧဝံ ဗုဒ္ဓံ သရန္တာနံ၊
 မေမံ သံဃဉ္စ ဘိက္ခုဝေါ။
 ဘယံဝါ ဆမ္ဘိတတ္ထံဝါ’
 လောမဟံသော န-ဟေဿတိ။ ။

ဓဇဂ္ဂသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

ဤဓဇဂ္ဂသုတ်ကို သံယုတ္တ နိကာယ် ပထမအုပ် စာမျက်နှာ
 ၂၂၀-၌ ဟောတော်မူသည်။

၁၀။ အာဠာနာဠိယသုတ် ဟောခြင်း အကြောင်းအရာ
 ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်၌ ဘုရားတပည့်သား အပေါင်းတို့အား
 နတ်ဘီလူးတို့ မနှိပ်စက်နိုင်ရန် ဝေဿဝဏ် နတ်မင်းကြီး
 လျှောက်ကြား ပေးသွားသော အာဠာနာဠိယ သုတ်ကို
 ဘုရားရှင်သည် ခွင့်ပြုတော် မူလျက် ရွတ်ဖတ် ဆောင်ရွက်
 စေသဖြင့် တပည့်သားတို့ ဘေးအပေါင်းမှ ငြိမ်းအေးကြ
 ကုန်၏။ ဤသုတ်သည် သရဲတစ္ဆေ-မြေဘုတ် စသည်တို့ နှိပ်
 စက်ခြင်းဘေး ငြိမ်းအေးချမ်းသာ ပေးစွမ်းနိုင်သော နတ်
 မန္တရားကော်ောင်းကြီး ပေတည်း။

ဆောင်။ ။ ကိုယ်မှာရောဂါ ဖျားနာတထူ၊
 ဘီလူးသဘက် နှိပ်စက်ဖမ်းခါ။
 အာဠာနာဠိယ ပရိတ္တကို၊
 နေ့ညရွတ်ပါ ကျန်းမာပကတိ
 ကေန် ရှိ၏။

မှတ်ချက်။ ။ ဤသုတ်၌ သီဟိုဠ်ဆရာတို့ ထည့်သွင်း ထား
သော ဂါထာပုဒ်တွေ များစွာ ပါသည်။

[အာဠာနာဠိယ မြို့၌ နေသော ဝေဿဝဏ် နတ်မင်း
ကြီးသည် လျှောက်တောင်းပန် အပ်သောကြောင့်
အာဠာနာဠိယသုတ် မည်၏။]

ဂ။ အာဠာနာဠိယသုတ်

- ၁။ အ-ပွသန္ဓေဟိ နာထဿ၊
သာသနေ သာဓုသမ္ပတေ။
အ မနုဿေဟိ စဏ္ဍေဟိ၊
သဒါ ကိဗ္ဗိသ ကာရိတိ။ ။
- ၂။ ပရိသာနံ စ တဿန္တံ၊
အဟိံ သာယ စ ဂုတ္တိယာ။
ယံ ဒေသေသိ မဟာ-ဇီရော၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။
- ၃။ ဝိပဿိဿ၊ စ နမဿ၊
စက္ခုမန္တဿ သိရိမတော။
သိခိဿာပိစ နမဿ၊
သဗ္ဗဘူတာနုကမ္ပိနော။

၁။ အပွ-သန္ဓေဟိဟု အဖြတ်မှားတတ်သည်။ အ ပွသန္ဓေဟိ-
ဟုဖြတ်၊

- ၄။ ဝေဿဘုဿ,စ နမ.တ္ထု၊
 နှာတကဿ တပဿိနော။
 နမ.တ္ထု ကကုသန္ဓဿ၊
 မာရ-သေနာ-ပမဒ္ဒိနော။ ။
- ၅။ ကောဏာဂမနဿ နမ.တ္ထု၊
 ဗြဟ္မဏဿ ဝုဿိမတော။
 ကဿပဿ,စ နမ.တ္ထု၊
 ဝိးပုမုတ္တဿ သဗ္ဗဓိ။
- ၆။ အင်္ဂီ ရသဿ နမ.တ္ထု၊
 သကျ-ပုတ္တဿ သိရီမတော။
 ယော ဣမံ ဓမ္မံ ဒေသေတိ၊
 သဗ္ဗ-ဒုက္ခာ.ပန္နဒနံ။
- ၇။ ယေစာ.ပိ နိဗ္ဗုတာ လောကေ၊
 ယထာ ဘူတံ ဝိပဿိသုံ။
 တေ ဇနာ အ-ပိသုဏားထံ၊
 မဟန္တာ ဝိတ-သာရဒါ။
- ၈။ ဟိတံ ဒေဝမနုဿာနံ၊
 ယံ နမဿန္တိ ဂေါတမံ။
 ဝိဇ္ဇာ-စရဏ သမ္ပန္နံ၊
 မဟန္တံ ဝိတ-သာရဒံ။
-
- ၁။ အပိ-သုဏာထ-ဟု ဆိုမှားတတ်သည်။
 အ-ပိသုဏာ-ထ-ဟု သုံးပုဒ်ဖြတ်ဆိုပါ။

- ၉။ ဧတေ၊စးညေ့စ သမ္ပုဒ္ဓါ၊
အနေက သတကောဋ္ဌိယော။
သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ သမ-သမာ၊
သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ မဟိ-ဒ္ဓိကာ။
- ၁၀။ သဗ္ဗေ ဒသ-ဗလ္လပေတာ၊
ဝေသာရဇ္ဇေဟုပါဂတာ။
သဗ္ဗေ-တေ ပဋိဇာနန္တိံ၊
အာ၊သဘဏ္ဍာနမုတ္တမံ။
- ၁၁။ သီဟ၊နာဒံ နဒန္တေတေ၊
ပရိသာသု ဝိ-သာရဒါ။
ဗြဟ္မ-စက္ကံ ပဝတ္တေန္တိ၊
လောကေ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ ? ။
- ၁၂။ ဥပေတာ ဗုဒ္ဓ-ဓမ္မေဟိ၊
အဋ္ဌာရသဟိ နာယကာ။
ဗာတ္ထိံသ လက္ခဏပေတာ၊
သီတာနုဗျဉ္ဇနာဓရာ။

၁။ အာသ-ဘဏ္ဍာန-မုတ္တမံ-ဟု အဋ္ဌိတ်မှားတတ်သည်။

၂။ န ဒန္တေတေ-ဟု မဖတ်ရ။ နဒန္တေတေ-ဟု ဖတ်ပါ။

၃။ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ-ဟု မဖတ်ရ။ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ ဟု ဖတ်ပါ။

၁၃။ ဗျာမ.ပွတာယ သု.ပွတာ၊
 သဗ္ဗေ.တေ မုနိ ကုဉ္ဇရာ။
 ဗုဒ္ဓါ သဗ္ဗညုနော ဧတေ၊
 သဗ္ဗေ ခိဏာသဝါ ဇိနာ။

၁၄။ မဟာပတာ မဟာတေဇာ၊
 မဟာပညာ မဟ.ဗ္ဗလာ။
 မဟာကာရုဏိကာ ဓီရာ၊
 သဗ္ဗေသာနံ သုခါ.ဝဟာ။

၁၅။ ဒီပါ နာယာ ပတိဋ္ဌာစ၊
 တာဏာ လောကာစ ပါဏိနံ။
 ဂတိ ဗန္ဓု မဟေဿာသာ၊
 သရဏာစ ဟိတေ.သိနော။ ။

၁၆။ သဒေဝကဿ လောကဿ၊
 သဗ္ဗေ ဧတေ ပရာယဏာ။
 တေသု.ဟံ သိရိသာ ပါဒေ၊
 ဝန္တာမိ ပုရိသု.တ္တမေ။ ။

၁၇။ ဝစသာ မနုသာစေဝ၊
 ဝန္တာမေ.တေ တထာဂတေ။
 သယနေ အာသနေ ဌာနေ၊
 ဂမနေစာပိ သဗ္ဗဒါ။

၁၈။ သဒါ သုခေန ရက္ခန္တု၊
ဗုဒ္ဓါ သန္တိ-ကရာ တုဝံ။
တေဟိ တံ ရက္ခိတော သန္တော၊
မုတ္တော သဗ္ဗဘဟေဟိ၊ စ။ ။

၁၉။ သဗ္ဗ-ရောဂါ ဝိနိမုတ္တော၊
သဗ္ဗ-သန္တာ-ပဝဇ္ဇိတော။
သဗ္ဗဝေရးမတိက္ကန္တော၊
နိဗ္ဗူတော စ တုဝံ ဘဝ။

၂၀။ တေသံ သစ္စေန သီလေန၊
ခန္တိ-မေတ္တာ-ဗလေန၊ စ။
တေးပိ အမေ့နုရက္ခန္တု၊
အ-ရောဂေန သုခေန စ။

၂၁။ ပုရတ္ထိမသ္မိံ ဒိသာဘာဂေါ၊
သန္တိ ဘူတာ မဟိဒ္ဓိကာ။
တေပိ အမေ့နုရက္ခန္တု၊
အ-ရောဂေန သုခေန စ။ ။

၂၂။ ဒက္ခိဏသ္မိံ ဒိသာဘာဂေါ၊
သန္တိ ဒေဝါ မဟိဒ္ဓိကာ။

၁။ ပရိသတ်ကို၌ ရွတ်သောအခါ ဗုဒ္ဓါသန္တိကရာတုဝံတေဟိ တံရက္ခိတောဟု ရွတ်ဆိုအပ်၏။ မိမိကိုယ်ကို၌ ရွတ်သော အခါ ဗုဒ္ဓါသန္တိကရာမမံးတေဟိ မံရက္ခိတောဟု ရွတ်ဆိုအပ်၏။

- တေ.ပိ အမှေ့.နုရက္ခန္တု၊
 အ-ရောဂေန သုခေန စ။ ။
- ၂၃။ ဝစ္ဆိမသ္မိံ ဒိသာဘာဂေ၊
 သန္တိ နာဂါ မဟိ.ဒ္ဓိကာ။
 တေ.ပိ အမှေ့.နုရက္ခန္တု၊
 အ-ရောဂေန သုခေန စ။ ။
- ၂၄။ ဥတ္တရသ္မိံ ဒိသာဘာဂေ၊
 သန္တိ ယက္ခာ မဟိ.ဒ္ဓိကာ။
 တေ.ပိ အမှေ့.နုရက္ခန္တု၊
 အ-ရောဂေန သုခေန စ။ ။
- ၂၅။ ပုရတ္တိမေန ဓတရဋ္ဌော၊
 ဒက္ခိဏေန ဝိရုဋ္ဌကော။
 ပစ္ဆိမေန ဝိရူပက္ခော၊
 ကုဝေရော ဥတ္တရံ ဒိသံ။ ။
- ၂၆။ စတ္တာရော တေ မဟာရာဇာ၊
 လောက-ပါလာ ယဿသိနော။
 တေ.ပိ အမှေ့.နုရက္ခန္တု၊
 အ-ရောဂေန သုခေန စ။
- ၂၇။ အာကာသဋ္ဌာစ ဘူမဋ္ဌာ၊
 ဒေဝါ နာဂါ မဟိ.ဒ္ဓိကာ။

တေ.ပိ အမေ့.နုရက္ခန္တု၊
အ-ရောဂေန သုခေန စ။

၂၈။ ဣဒ္ဓိမန္တောစ ယေ ဒေဝါ၊
ဝသန္တာ ဣဓ သာသနေ။
တေ.ပိ အမေ့.နုရက္ခန္တု၊
အ-ရောဂေန သုခေန စ။

၂၉။ သဗ္ဗိတိယော ဝိ-ဝဇ္ဇန္တု၊
သောကော ရောဂေါ ဝိ နံသတု။
မာ တေ' ဘဝန္တန္တရာယာ၊
သုခိ ဒိဃာယုကော ဘဝ။

၃၀။ အဘိဝါဒန သီလိဿ။
နိဇ္ဇံ ဝုဘာပစာယိနော။
ဧတ္တာရော မေဿ ငစ္ဆန္တိ '၊
အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

ဤ အာဋာနာဠိယသုတ်ကို သုတ်ပါနထယျပါဠိတော်၌
ဟောတော်မူသည်။

၁။ ဗိမိအတွက် မာမေဘဝန္တန္တရာယာ။

၂။ ဝဇ္ဇန္တု-ဟု အာသိဋ္ဌ အနက်ဖြစ်အောင် ပြင်ဆိုကြသည်။

၁၁။ အင်္ဂုလိမာလသုတ် ဟောခြင်းအကြောင်းအရာ

သာဝတ္ထိပြည်၌ မီးမဖွားနိုင် ခွေယိုင်ပြင်းပြ ဆင်းရဲလှ
သော မိန်းမငယ်သည် အင်္ဂုလိမာလထဲရှိ ရွတ်ဖတ်သော
ပရိတ်တော်ကို နာကြားရသဖြင့် ဖွားမြင် ချမ်းသာ၏။
နောင်ခါ ထိုပရိတ်ရွတ်ရာဌာနသို့ ရောက်လာရုံမျှဖြင့်၎င်း၊
ထိုဌာနကို ဆေးသောရေဖြင့် သွန်းလောင်းရုံမျှဖြင့်၎င်း
ဖွားမြင်ချမ်းသာခြင်း ရကြ၏။

ထိုနေရာ၌ ကမ္ဘာ့သားဖွားရုံ တည်ဆောက်ရန် သင့်၏။
ပရိတ်တန်းခိုးကြောင့် တကမ္ဘာလုံး သားဖွားလွယ်ရန်
အကောင်းဆုံးဌာန ဖြစ်၏။

ထိုသုတ်သည် ပဋိသန္ဓေရှိ သဒ္ဓါ-သီလပြည့်သော မိန်းမ
မြတ် တို့၏ သက်စောင့်ဆေးတော်ကြီးဟု ဆိုသင့်၏။ သား
ဖွားလွယ်ရုံမျှသာ မဟုတ်သေး၊ ကိုယ်တွင်းရှိသမျှ ဘေးရန်
ကိုလည်း ပျောက်ကင်းစေနိုင်သည်။ သားဖွားအတွက် တခု
တည်းဟူ၍သာ မမှတ်အပ်။

ဆောင်။ ။ မချိုပြင်းပြ ဣတ္ထိယကို ဂဗ္ဘကိုယ်ဝန်၊
သားမူမဖွား ခက်ခဲငြားမှု ကောင်းသစွာ၊
မှန်စွာကြီးဘိ အင်္ဂုလိမာလ - သို့ရှိ ကိစ္စာ၊
ရေသာမန်းတိုက် ကိုယ်၌အန္တရာယ်၊
သားဖွားလွယ်၏။

(အစ ရွတ်ဆိုသောမထေရ်မြတ်၏ အမည်ကိုစွဲ၍ အင်္ဂုလိမာလသုတ် တွင်သည်။)

အင်္ဂုလိမာလ မထေရ်အား ဟောအပ်သော ပရိတ် ဖြစ်
ဖြစ်၍ အင်္ဂုလိမာလ ပရိတ်ခေါ်၏။

၉။ အင်္ဂုလိမာလသုတ်

၁။ ပရိတ္တံ ယံ ဘဏန္တဿ၊
နိဿိန္န ဌာန-ဓေါဝနံ။
ဥဒက၊မ္ပိ ဝိနာသေတိ၊
သဗ္ဗမေဝ ပရိဿယံ။ ။

၂။ သောတ္တိနာ ဂဗ္ဘ-ဝုဋ္ဌာနံ၊
ယဉ္ဇသာဓေတိ တဒ်ဏေ။
ထေရဿင်္ဂုလိ-မာလဿ၊ ။
လောက-နာထေန ဘာသိတံ၊
ကပ္ပဋ္ဌာယိံ ဟောတေဇံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။ ။

၃။ ဟတောဟံ ဘဂိနိ အရိယာယ ဇာတိယာ ဇာတော
နာဘိဇာနာမိ သဠိစ္စ ပါဏံ ဇီဝိတာဝေါရောပေတာ၊

၁။ သဗ္ဗမေဝ ပရိဿယံ ပုဒ်က ဘေးရန် အားလုံးကို ကင်းစေ
သည် ဟု ဝန်ခံသည်။

၂။ သောတ္တိဂဗ္ဘဿ ဤပုဒ်ကလည်း ကိုယ်တွင်း ဘေးရန် အား
လုံးကို ချမ်းသာစေသည်ဟု ပြသည်။

တေန သစ္စေန သောတ္ထိ တေ ဟောတု သောတ္ထိ
ဂဗ္ဘဿ၊ ။ ။

၊အင်္ဂုလိမာလသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

ဤ အင်္ဂုလိမာလ သုတ်ကို မဇ္ဈိမ ပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်၌
ဟောတော် မူသည်။

၁၂။ ဗောဇ္ဈင်သုတ် ဟောခြင်းအကြောင်းအရာ

အခါတပါး ပြင်းပြစွာ မကျန်းမာတော် မူကြကုန်
သော အရှင်မဟာ ကဿပ၊ အရှင်မောဂ္ဂလာန် မထေရ်မြတ်
တို့အား ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင် ဗောဇ္ဈင်သုတ်ကို ရွတ်
ဖတ် နာကြားစေတော် မူကုန်၏။ ထိုအခါ အရှင် နှစ်ပါး
လုံး အနာရောဂါ ကင်းငြိမ်းကုန်၏။ ဘုရားရှင် မကျန်းမာ
တော် မူ၍ အရှင် စုဒ္ဓအား ရွတ်စေတော် မူခါ နာကြား
တော် မူသဖြင့်လည်း ကိုယ်တော်တိုင် ကျန်းမာ ချမ်းသာ
တော် မူ၏။

ဤသုတ်သည် စွဲကပ်သော အနာရောဂါ တို့မှ ကင်း
ငြိမ်း ချမ်းသာစေနိုင်သော “ဘုရားရှင် ဆေးတော် မြတ်ကြီး၊
မန္တန်တော်ကြီး” ဟု ရှေးမထေရ်တို့ ဝန်ခံကြ ကုန်၏။

ဆောင်။ ။ လူငယ်လူကြီး ဖျက်ဆီးဖန်များ

နာဖျားတာရှည် မတည်စိတ်စက်

မသက်မသာ ရှိသောခါလျှင် မဟာဗောဇ္ဈင်၊

ပရိတ်တော်ပင်တည်း။ ။

(အရဟတ္တဖိုလ်ဉာဏ် ရကြောင်း ဖြစ်သော သတိ ဝီရိယ သမာဓိ စသော တရားတို့ကို ဟောပြော ပရိတ်သည် ဗောဇ္ဈင်္ဂ ပရိတ် မည်၏။ ။ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် အလုပ်ပေး တရား ကို စာမျက်နှာ ၅၉-၌ အကျယ်တဝင့် ပြထားသည်။

၁၀။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်

၁။ သံသာရေ သံသရန္တာနံ၊
 ဘဗ္ဗာဒုက္ခ ဝိနာသနေ။
 သတ္တဓမ္မေစ ဗောဇ္ဈင်္ဂေ၊
 မာရဓေနာ ပမဒ္ဒနေ။ ။

၂။ ဗုဇ္ဈိတော ယေစိ မေ သတ္တာ၊
 တိ-ဘဝါ မုတ္တကုတ္တမာ။
 အ-ဇာတိ-မဇရာ-ဗျာဓိံ၊
 အ-မတံ နိဗ္ဗယံ ဂတာ။ ။

၃။ ဝေ-မာဒိ ဂုဏ္ဏုပေတံ၊
 အနေက-ဂုဏသင်္ဂဟံ။
 သြသဓဉ္စ ဣမံမန္တံ၊
 ဗောဇ္ဈင်္ဂဉ္စ ဘဏာမ ဟေ။ ။

၁။ မုတ္တ ကုတ္တမာ-ဟု ဖြတ်မှားတတ်သည်။
 မုတ်တကုတ် တမာ-ဟု ဖြတ်ရသည်။

- ၄။ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ သတိ-သင်္ခါတော၊
ဓမ္မာနံ ဝိစယော တထာ။
ဝီရိယံ ပီတိ ပဿဒ္ဓိ၊
ဗောဇ္ဈင်္ဂါစ တထာ ပရေ။ ။
- ၅။ သမာဓုးပေက္ခာ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ၊
သတ္တေတေ သဗ္ဗဒဿိနာ။
မုနိနာ သမ္မဒိက္ခာတာ၊
ဘာဝိတာ ဗဟုလိကတာ။ ။
- ၆။ သံဝတ္တန္တိ အဘိညာယ၊
နိဗ္ဗာနာယ စ ဗောဓိယာ။
ဧတေန သစ္စ-ဝဇ္ဇေန၊
သောတ္ထိံ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။ ။
- ၇။ ကေသ္မိံသမယေ နာထော၊
မောဂ္ဂလာနဉ္စ ကဿပံ။
ဂိလာနေ ဒုက္ခိတေ ဒိဿာ၊
ဗောဇ္ဈင်္ဂေ သတ္တ-ဒေသယီ။ ။
- ၈။ ဟေစတံ အဘိနန္ဒိတော၊
ရောဂါ မုဒ္ဓိံသု ဘဝိတော၊
ဧတေန သစ္စ-ဝဇ္ဇေန၊
သောတ္ထိံ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။ ။

၉။ ကေဒါ ဓမ္မ-ရာဇာပိ၊
 ဂေလညေနားဘိပိဋိတော။
 စုန္ဒုးတ္ထေရေန တံယေဝ၊
 ဘဏာပေတွာန သာဒရံ။ ။

၁၀။ သမ္မောဒိတွာန အာဗာဓာ၊
 တမ္ပာ ဝုဠာသိ ဌာနသော။
 ဧတေန သစ္စ-ဝဇ္ဇေန၊
 သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။ ။

၁၁။ ပဟိနာ တေစ အာဗာဓာ၊
 တိဏ္ဏန္ဒမ္ပိ မဟေသိနံ။
 မဂ္ဂါဟတာ ကိလေသာဝ၊
 ပတ္တာနုပတ္တိဓမ္မတံ။ ။
 ဧတေန သစ္စ-ဝဇ္ဇေန၊
 သောတ္ထိ ဟေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။ ။

ဗောဇ္ဈိကသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

မဟာဝဂ္ဂ သံယုတ်၌ စုံဏ္ဍိယ အားဖြင့်သာ ရှိသည် ဂု
 ၇၂-၇၃-စာမျက်နှာ

၁။ ဓမ္မ-ပျဉ်နောင် တာပစ္စည်း။
 ဓမ္မ-နှင့်-တံ-စဉ်းငယ် ကွဲပြားစေ။

၁၃။ ပုဗ္ဗဏှသုတ် ဟောခြင်းအကြောင်းအရာ

ရှေးဆရာ မြတ်တို့သည် ယံ ကိဉ္စိ ဝိတ္တံ ဂါထာကို သုံးခု ပြု၍ ကောင်းကျိုးထွန်းကား ချမ်းသာပွားဘို့ မှန်မြတ်သော တောင့်တခြင်း အာသီသ ဂါထာများ သီကုံး ပြီးလျှင် တိကဂုံတ္တိရ် ပုဗ္ဗဏှသုတ်မှ သုနက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ အစ သဟ သဗ္ဗေဟံ ဉာတိဘိတိုင် သုံးဂါထာခွဲ ထည့်သွင်း ထားသဖြင့် ဤ၌ ပုဗ္ဗဏှသုတ် ခေါ်တွင်သည်။ ရွတ်ဖတ် နာကြား သူတို့ အား မကောင်းသော အတိတ်နိမိတ် ဂြိုဟ်ဆိုး ကြမ္မာမျိုးမှ ကင်းလွတ်ငြိမ်း၍ ချမ်းသာကိန်း ဆိုက်ကုန် ရာ၏။

ဆောင်။ ။အိပ်လျှင် နိမိတ် အတိတ်-အနာဂတ် မြင်လတ် သောခါ သင်္ချာဘေဒ ပုဗ္ဗဏှကို နေ့ည ရွတ် လေ ပျောက်ပေ အန္တရာယ် ရှင်းရှင်းပယ်သည် မှတ်ဘွယ် ကျမ်းလာ အပြီးတည်း။

(ဤသို့ ဆုတ်တိုင်း ပါသော လင်္ကာစုံတို့အား ရှေးဆရာ တို့ စီကုံးထားခဲ့သည်။)

မှတ်ချက်။ ။ဤသုတ်သည် ရှေးဆရာ တို့၏ အာသီသ ပတ္ထနာ အဆိုအမိန့်တွေ ပါရှိသည်။

ပုဗ္ဗဏသုတ်

၁။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝ-မဂ်လဉ္စ၊
 ယောစာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အက-န္တံ၊
 ဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန ဝိနာသမေန္တု။

၂။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝ-မဂ်လဉ္စ၊
 ယောစာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 ဓမ္မာနုဘာဝေန ဝိနာသမေန္တု။

၃။ ယံ ဒုန္နိမိတ္တံ အဝ-မဂ်လဉ္စ၊
 ယောစာမနာပေါ သကုဏဿ သဒ္ဓေါ။
 ပါပဂ္ဂဟော ဒုဿုပိနံ အကန္တံ၊
 သံဃာနုဘာဝေန ဝိနာသမေန္တု။

၄။ ဒုက္ခပုတ္တာစ နိဒုက္ခာ၊
 ဘယပုတ္တာစ နိဗ္ဗယာ။
 သောကပုတ္တာစ နိသောကာ၊
 ဟောန္တု သဗ္ဗေပိ ပါဏိနော။

၁။ ယောစာမနာပေါ-တိုင်အောင် တရှိန်တည်းဆို၍ မနာပေါ၊
 ကျမှ ရပ်ခြင်း တချို့ ပြီးမှားကြသည်။ ဆွေတလုံးဘွဲ့ ဂါထာကို
 အလေး မပြုခြင်းသာ ဖြစ်သည်။

- ၅။ တွောဝတာဝ အမေဟိ၊
သမ္ဘတံ ပုညသမ္ပဒံ။
သဗ္ဗေ ဒေဝါနုမောဒန္တု၊
သဗ္ဗသမ္ပတ္တိ သိဒ္ဓိယာ။
- ၆။ ဒါနံ ဒေန္တု သဒ္ဓါယ၊
သီလံ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။
ဘာဝနာဘိရတာ ဟောန္တု၊
ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ ဂတာ။
- ၇။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ဗလပုတ္တာ၊
ပစ္စေကာနဉ္စ ယံ ဗလံ။
အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊
ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။
- ၈။ ယံကိဉ္စ ဝိတ္တံ ဣဓဝါ ဟုရံဝါ၊
သဂ္ဂေသုဝါ ယံ ရတနံ ပဏိတံ။
န နော သမံအတ္ထိ တထာဂတေန၊
ဣဒ္ဓမ္ပိ ဗုဒ္ဓေ ရတနံ ပဏိတံ။
ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။
- ၉။ ယံကိဉ္စ ဝိတ္တံ ဣဓဝါ ဟုရံဝါ၊
သဂ္ဂေသုဝါ ယံ ရတနံ ပဏိတံ။

၁။ ဤဂါထာကို ရည်၍ နတ်နှင့်၊ ဝါ-(နတ်လွတ်) ဂါထာဖြင့်
နတ်များ ပြန်ခွင့်ပြု၍ သတိရှိစေ ဟု အစဉ် ဆိုခဲ့သည်။

န နော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
 လူဒမ္ပိ ဓမ္မေ ရတနံ ပဏီတံ။
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၀။ ယံကိဉ္စိ ဝိတ္တံ လူဓဝါ ဟုရံဝါ၊
 သဂ္ဂေသုဝါ ယံ ရတနံ ပဏီတံ။
 န နော သမံ အတ္ထိ တထာဂတေန၊
 လူဒမ္ပိ သံဃေ ရတနံ ပဏီတံ။
 ဧတေန သစ္စေန သုဝတ္ထိ ဟောတု။

၁၁။ ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
 ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။
 သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနုဘာဝေန၊
 သဒါ သုခိ ဘဝန္တု တေ။

၁၂။ ဘဝတု သဗ္ဗမင်္ဂလံ၊
 ရန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ၊
 သဗ္ဗဓမ္မာနုဘာဝေန၊
 သဒါ သုခိ ဘဝန္တု တေ။

၁၃။ ဘဝတု သဗ္ဗ မင်္ဂလံ၊
 ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒေဝတာ။
 သဗ္ဗသံဃာနုဘာဝေန၊
 သဒါ သုခိ ဘဝန္တု တေ။

၁၄။ မဟာ-ကာရုဏိကော နာထော၊
 ဟိတာယ သဗ္ဗပါဏိနံ။
 ပူရေတွာ ပါရမီ သဗ္ဗာ၊
 ပတ္တော သမ္မောဓိမုတ္တမံ။
 ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊
 သောတ္ထိ တေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

၁၅။ ဇယန္တော ဗောဓိယာမူလေ၊
 သကျာနံ နန္ဒိဝစုနော။
 ဧဝမေဝ ဇယော ဟောတု၊
 ဇယံသု ဇယမင်္ဂလေ။

၁၆။ အပရာဇိတ-ပလ္လင်္ကေ၊
 သီသေ ပုထု ဝိပုက္ခလေ^၁။
 အဘိသေကေ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ၊
 အဂ္ဂ ပတ္တော ပမောဒတိ။

၁၇။ သု-နက္ခတ္တံ သုမင်္ဂလံ၊
 သု-ပုဘ္ဗာတံ သု-ဟုဋ္ဌိတံ။
 သု-ခဏော သု-မဟုတ္တောစ၊
 သု-ဟိဋ္ဌံ ဗြဟ္မစာရိသု။

၁၈။ ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္မံ၊
 ဝါစာကမ္မံ ပဒက္ခိဏံ။

၁။ ပုထု-ဝိပုက္ခလေ-ဟု အဖြတ်မှားတတ်သည်။

ပဒက္ခိဏံ မနောကမ္ပ၊
ပဏိဓိဟေ ပဒက္ခိဏေ။

၁၉။ ပဒက္ခိဏာနိ ကတုာန၊
လဘန္တေပေတ္တေ ပဒက္ခိဏေ။
တေ အတ္ထလဒ္ဓါ သုစိတာ၊
ဝိရုဠာ ဗုဒ္ဓသာသနေ။
အ-ရောဂါ သခိတာ ဟောထ
သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာဝိသိ။

ပုဗ္ဗဏုသုတ္တံ နိဠိတံ။

ပုဗ္ဗဏုသုတ်လာ ဂါထာများသည် ခုဒ္ဒကပါဌ
ပါဠိတော်၊ သုတ္တနိပါတ် ပါဠိတော်၊ အင်္ဂုတ္တရ
နိကာယ် ပုဂ္ဂိုလ်တော်များ၌လာသည်။

၁။ ဟောန္တု-ဟု အချို့ပြုပြင်တတ်သည်။ ဉာဏ်ကြီးသူ၏ ဉာဏ်
အရာကား ကျယ်ဝန်းသည်ဟု အလေးဂရုပြုစေ၏။

၁၄။ ပရိတ်ရွတ်ပုံအစီအစဉ်

- ၁။ မင်္ဂလသုတ် ပရိတ်တော်.....တနင်္ဂနွေနေ့။
- ၂။ ရတနသုတ်ပရိတ်တော် တနင်္လာနေ့။
- ၃။ မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော် အင်္ဂါနေ့။
- ၄။ ခန္ဓသုတ်ပရိတ်တော် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့။
မောရသုတ်ပရိတ်တော် ။
ဝဋ္ဋသုတ်ပရိတ်တော် ။
- ၅။ ဧဝဂ္ဂသုတ် ကြာသပတေးနေ့။
- ၆။ အာဠာနာဠိယသုတ်တော် သောကြာနေ့။
- ၇။ အင်္ဂုလိမင်္ဂလသုတ်ပရိတ်တော်....စနေနေ့
ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ပရိတ်တော်..... ။
ပုဗ္ဗဏှသုတ်ပရိတ်တော် ။

၁၅။ ရွတ်ဖတ်ရန်အညွှန်း အချိန်အခါနှင့်ပရိတ်

- ၁။ မင်္ဂလသုတ်
အလ္လမင်္ဂလာ အိမ်တက်မင်္ဂလာစသည့် မင်္ဂလာနှင့်
စပ်သောအခါ၌ မင်္ဂလသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြသည်။
- ၂။ ရတနသုတ်
မြို့ရွာတို့၌ ရောဂန္ဓရကပ်၊ သတ္တန္တရကပ်၊ ဒုဗ္ဘိက္ခန္ဓရ
ကပ်တို့ ဆိုက်ရောက်လိမ့်အံ့ ထင်သည့်အခါ ဆိုက်
ရောက်သည့်အခါ၌ ရတနသုတ်ကိုရွတ်ဘတ်ကြသည်။

(၁၇၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

၃။ မေတ္တသုတ်

အရပ်သူ အရပ်သား မြို့သူမြို့သား အချင်းချင်း
မညီမညွတ် ဖြစ်ကြသည့်အခါ နတ်တို့ ချောက်လှန့်
ကြသည့်အခါ၊ သူတပါး ရန်ညှိုးထားသည်ဟု ထင်
သည့်အခါ၌ မေတ္တသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြသည်။

၄။ ခန္ဓသုတ်

မြေ၊ ကင်း၊ သန်း စသော ဘေးရန်တို့ရှိသည့် အခါ၌
ခန္ဓသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြသည်။

၅။ မောရသုတ်

အနှောင်အဖွဲ့ ခံရလိမ့်အံ့ဟု ထင်သည့်အခါ ခံရသည့်
အခါ၌ မောရသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြသည်။

၆။ ဝဇ္ဇသုတ်

မီးဘေး စိုးရိမ်ရသည့်အခါ ကြိုတင်ကာကွယ်လိုသည့်
အခါ၌ ဝဇ္ဇသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြသည်။

၇။ ဇေဂ္ဂသုတ်

စစ်ဖြစ်သည့်အခါ ကြောက်လန့်ဘွယ်ရာ အန္တရာယ်
များသောအခါ၌ ဇေဂ္ဂသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြသည်။

၈။ အဋ္ဌာနာဋိယသုတ်

ဘိလူး၊ သားရဲ၊ သဘက်တို့ ဝင်ရောက် နှောက်ယှက်
သည့်အခါ၌ အဋ္ဌာနာဋိယသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြ
သည်။

၉။ အင်္ဂုလိမာလသုတ်

အမျိုးသမီးတို့ ကိုယ်ဝန်ရှိသည့်အခါ မီးမဖွားနိုင်
သည့် အခါ၌ အင်္ဂုလိမာလသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြ
သည်။

၁၀။ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်

မကျန်းမမာသည့်အခါ၌ ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်
ကြသည်။

၁၁။ ပုဗ္ဗဏှသုတ်

ဂြိုဟ်စီး ဂြိုဟ်နင်း မကောင်းသည်အခါ ကံဇာတာ
ညံ့သံညံ့အခါ တိတ်နိမိတ် မကောင်းသည့်အခါ၌
ပုဗ္ဗဏှသုတ်ကို ရွတ်ဘတ်ကြသည်။

အမှာ.... ဤပရိတ်တော်(၁၁)သုတ်ကို နေ့စဉ် ရွတ်ဘတ်နိုင်
လျှင် အန္တရာယ် ဟူသမျှတို့ကို ကြိုတင် ကာကွယ်
ပြီးသား ဖြစ်နိုင်သည်။

ဝိနည်း ပါဠိတော်နှင့် သံယုတ် ပါဠိတော် တို့၌ ဓမ္မ
စက္ကပ္ပဝတ္ထန သုတ်ကို ဟောတော် မူသည်။

၁၆။ ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္ထနသုတ္တ

ဥယျောဇဉ်

- (က) ဘိက္ခုနံ ပဉ္စဝဂ္ဂီနံ၊
 ဣသိပတန နာမကေ၊^၁
 မိဂ-ဒါယေ ဓမ္မဝရံ၊
 ယံတံ နိဗ္ဗာန ပါပကံ။ ။
- (ခ) သဟမ္ပတိ နာမကေန၊
 မဟာဗြဟ္မေန ယာစိတော၊^၂
 စတုသစ္စံ ပကာသေန္တော၊
 လောကနာထော အဒေသယိ။ ။
- (ဂ) နန္ဒိတံ သဗ္ဗဒေဝေဟိ၊
 သဗ္ဗသမ္ပတ္တိ သာဓကံ။
 သဗ္ဗ လောက ဟိတတ္ထာယ၊
 ဓမ္မစက္ကံ ဘဏာမ ဟေ။ ။

၁။ မိ-ဂဒါယေဟု မဖတ်ရ၊ မိဂ-ဒါယေဟု ဖတ်။

၂။ အူ ဒေသယိ မဖတ်ရ၊ အဒေသယိဟု ဖတ်ပါ။

အလွင်းနိဒါန်း

ဧဝံ မေ သုတံ၊

ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ဗာရာဏသီယံ ဝိဟရတိ၊

ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ။

တတြ ခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂိယေ ဘိက္ခု အာမန္တေသိ။

ပဋိပဒါ (အကျင့်) သုံးပါးပြခဏ်း

အကျင့်ယုတ် နှစ်ပါး

ဒေ မေ ဘိက္ခုဝေ အန္တော ပဗ္ဗဇိတေန န-သေဝိတဗ္ဗာ။

ကတမေ-ဒေ

၁။ ယောစာယံ ကာမေသု ကာမ သုခလ္လိကာ
နုယောဂေါ ဟိနော ဂါမ္မော ပေါထုဇ္ဇနိကော
အနရိယော အနတ္ထ သံဟိတော။

၂။ ယော စာယံ အတ္တကိလမထာ၊ နုယောဂေါ ဒုက္ခော
အနရိယော၊ အနတ္ထသံဟိတော၊^၁။

မဇ္ဈိမ ပဋိပဒါ အကျင့်

ဧဟေ ခေါ ဘိက္ခုဝေ ဥဘောအန္တေ အနုပတိမ္မ မဇ္ဈိမာ

ပဋိပဒါ တတာ ဂတေန၊ အယိဒ မ္မဒ္ဓါ ယေဉ္စာယဏိ

၁။ အန-ရိယောဟုံ ဇေတိ။

၂။ အ-နတ္ထဟု မဖတ်ရ၊ အနတ္ထဟု ဖတ်။

၃။ တ-ထာဂတဟု မဖတ်ရ။

(၁၈၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ဉာဏကရဏီ ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ။ ။

ကတမာစ သာ ဘိက္ခုဝေ မဇ္ဈိမာ ပဋိပဒါတထာ
ဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ
ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ
သံဝတ္တတိ။

အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌင်္ဂိကော မဂ္ဂေါ။
သေယျထိဒံ

သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ၊ သမ္မာဝါစာ သမ္မာ
ကမ္မန္တော သမ္မာအာဇီဝေါ၊ သမ္မာဝါယာမော သမ္မာ
သတိ သမ္မာသမာဓိ။

အယံခေါ သာ ဘိက္ခုဝေ မဇ္ဈိမာပဋိပဒါ တထာ
ဂတေန အဘိသမ္ဗုဒ္ဓါ စက္ခုကရဏီ ဉာဏကရဏီ
ဥပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ
သံဝတ္တတိ။

သဝ္ဓာလေးပါး ပြခမ်း

၁။ ဒုက္ခသဝ္ဓာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခုဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ၊
ဘာတိပိ ဒုက္ခာ၊ ဂရာပိ ဒုက္ခာ၊ ဗျာဓိပိ ဒုက္ခာ၊

မရဏမ္ပိ ဒုက္ခံ၊ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။
 ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ
 တမ္ပိဒုက္ခံ၊ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒေါ နက္ခန္ဓာ ဒုက္ခော။

၂။ သမုဒယသစ္စာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ၊
 ယာယံ တဏှာ ပေါနောဗ္ဘဝိကာ နန္ဒိရာဂ သဟဂတာ
 တတြတတြာ၊ ဘိနန္ဒိနိ။

သေယျထိဒံ

ကာမတဏှာ ဘဝတဏှာ ဝိဘဝတဏှာ။ ။

၃။ နိရောဓသစ္စာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ၊
 ယော၊ တဿာ ယေဝ တဏှာယ အသေသ ဝိရာဂ
 နိရောဓော၊ စာဂေါ ပဋိနိဿာဂေါ မုတ္တိ အနာလ
 ယော၊ ။ ။

၄။ မဂ္ဂသစ္စာ

ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိ ပဋိပဒေါ
 အရိယသစ္စံ၊

အယ မေဝ အရိယော အဋ္ဌင်္ဂိကော မဂ္ဂေါ။

သေယျထိဒံ

၁။ အ သေသဝိရာဂ နိရောဓော-ဟု ဖတ်ပါ။

၂။ အ နာလယော-ဟု မဖတ်ရ၊ အနာလယော ဟု ဖတ်ပါ။

သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ၊ သမ္မာဝါစာ သမ္မာ
ကမ္မန္တော သမ္မာအာဇီဝေါ၊ သမ္မာဝါယာမော
သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။ ။

ဉာဏ်ဆယ့်နှစ်ပါး ပြခဏ်း

၁။ ဒုက္ခ၌ သစ္စဉာဏ်

“ဣဒံ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စန္တိ”မေ ဘိက္ခုဝေ ပုဗ္ဗေ
အနုဋ္ဌာယုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ
ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလော
ကော ဥဒပါဒိ။ ။

၂။ ဒုက္ခ၌ ကိစ္စဉာဏ်

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညေယျန္တိ”မေ
ဘိက္ခုဝေ ပုဗ္ဗေ အနု-ဋ္ဌာယုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒ
ပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒ
ပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။ ။

၃။ ဒုက္ခ၌ ကတဉာဏ်

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ ပရိညာတိ”မေ
ဘိက္ခုဝေ ပုဗ္ဗေ အနု-ဋ္ဌာယုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု
ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒ
ပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။ ။

၄။ သမုဒယ၌ သစ္စဉာဏ်

ဣဒံ “ဒုက္ခ သမုဒယံ အရိယသစ္စန္တိ” မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ
အနန္တံ နုဿု တေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒ
ပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလော
ကော ဥဒပါဒိ။ ။

၅။ သမုဒယ၌ ကိစ္စဉာဏ်

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခ သမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟာ
တဗ္ဗ” န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနန္တံ နုဿု တေသု ဓမ္မေ
သု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊
ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။ ။

၆။ သမုဒယ၌ ကတဉာဏ်

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခ သမုဒယံ အရိယသစ္စံ ပဟိန” န္တိ
မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနန္တံ နုဿု တေသု ဓမ္မေသု စက္ခု
ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒ
ပါဒိ၊ အာလောကော ဥဒပါဒိ။ ။

၇။ နိရောဓ၌ သစ္စဉာဏ်

ဣဒံ “ဒုက္ခ နိရောဓံ အရိယသစ္စန္တိ” န္တိ ယေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ
အနန္တံ နုဿု တေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဥဒ
ပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလော
ကော ဥဒပါဒိ။ ။

၈။ နိရောဓ၌ ကိစ္စဉာဏ်

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ သစ္စိ ကာ
တဗ္ဗ”^၁န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနုနုဿုတေသု ဓမ္မေသု
စက္ခု ဉဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဉဒပါဒိ၊ ပညာ ဉဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ
ဉဒပါဒိ၊ အာလောကော ဉဒပါဒိ။ ။

၉။ နိရောဓ၌ ကတဉာဏ်

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခ နိရောဓံ အရိယသစ္စံ သစ္စိ
ကတ”^၂န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနု နုဿုတေသု ဓမ္မေ
သု စက္ခု ဉဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဉဒပါဒိ၊ ပညာ ဉဒပါဒိ၊
ဝိဇ္ဇာ ဉဒပါဒိ၊ အာလောကော ဉဒပါဒိ။ ။

၁၀။ မဂ္ဂ၌ သစ္စဉာဏ်

ဣဒံ “ဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနိ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စ”^၁န္တိ
မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ အနုနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု
ဉဒပါဒိ၊ ဉာဏံ ဉဒပါဒိ၊ ပညာ ဉဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ
ဉဒပါဒိ၊ အာလောကော ဉဒပါဒိ။ ။

၁၁။ မဂ္ဂ၌ ကိစ္စဉာဏ်

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနိ ပဋိပဒါ
အရိယသစ္စံ ဘာဝေတဗ္ဗန္တိ”^၂ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ

၁။ သစ္စိ - ကာတဉာဏ်ဟု ဖတ်။

၂။ သစ္စိ - ကတဉာဏ်ဟု ဖတ်။

အနုနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ
ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလော-
ကော ဥဒပါဒိ။

၁၂။ မဂ္ဂဉ္စိ ကတဉာဏံ

တံ ခေါ ပနိဒံ “ဒုက္ခနိရောဓ ဂါမိနိ ပဋိပဒါ
အရိယာစွံ ဘာဝိတ”န္တိ မေ ဘိက္ခဝေ ပုဗ္ဗေ
အနုနုဿုတေသု ဓမ္မေသု စက္ခု ဥဒပါဒိ၊ ဉာဏံ
ဥဒပါဒိ၊ ပညာ ဥဒပါဒိ၊ ဝိဇ္ဇာ ဥဒပါဒိ၊ အာလော-
ကော ဥဒပါဒိ။ ။

ဘုရားဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံပုံ ပြခင်း

၁။ မသိမီ ဝန်ခံခြင်း

ယာဝ ကီဝဉ္စ မေ ဘိက္ခဝေ ဣမေသု စတုသု-အရိယ
သစ္စေသု ဧဝံ တိပရိဝဋ္ဌံ ဒွါဒသာရံ ယထာဘူတံ
ဉာဏဒိဿနံ န-သုဝိသုဒ္ဓိံ အဟောသိ”။

နေဝ တာဝါဟံ ဘိက္ခဝေ သ ဒေဝကေ လောကေ
သ=မာရကေ သ-ဗြဟ္မကေ သဿမဏ ဗြဟ္မဏိယာ
ပဇာယ သ-ဒေဝမနုဿာယ အနုတ္တရံ သမ္မာ-
သမ္ဗောဓိံ အဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါတိ ပစ္စညာသိ”။

(၁၈၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

၂။ သိမှတ်ဝန်ခံခြင်း

ယတော စ ခေါ် မေ တိက္ခဝေ ဣမေသု စတုသု
အရိယသန္တေသု ဧဝံ တိပရိဝနံ ဒွါဒသဘူကာရံ
ယထာဘူတံ ဉာဏဒဿနံ သုဝိသုဒ္ဓိံ အဟောသိ။

အာဏာဟံ တိက္ခဝေ သဒေပကေ လောကေ
သမာရဏေ သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြဟ္မဏိယာ
ပဇာယ သဒေဝေနုဘောယ အနုတ္တရံ သမ္မာသမ္ဗောဓိံ
အဘိသမ္ဗုဒ္ဓေါတိ ပစ္စညာသိ။ ။

၃။ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ပုံ

ဉာဏဉ္စ ပန မေ ဒဿနံ ဉဒပါဒိ။ “အ-ကုပ္ပပါ
မေ ဝိမတ္တိ၊ အယးမန္တိမာ ဇာတိ၊ နတ္ထိ ဒါနိ
ပုနဉ္စဝေါ”တိ။ ။

အရှင်ကောဏ္ဍည တရားရခဏ်း

၁။ ပဉ္စဝဂ္ဂိတို့ ပမ်းပြောက်ခြင်း

ဣဒ မဒေါဂ ဟေသိ။ အတ္တမဉာ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာ တိက္ခု။
ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒန္တိ။ ။

၂။ အရှင်ကောဏ္ဍည သောတာပန်တည်ခြင်း

ဣသိဇ္ဇိဝ ပန ဝေယျာဓိကန္တိန္ဒိတဉ္ဇာမာနေ၊
အာယသ္မတော ကောဏ္ဍညသ ဝိ-ရုဓံ ဝိတဇေ မေ
က္ခေါ ဥဒပါဒ၊ “ယံ ကိဉ္စိ သမုဒယ ဓမ္မံ သဗ္ဗံ တံ
နိရောဓေမန္တိ”။ ။

ဓမ္မကြော ကြေးကြော်သံ ဖြစ်၏

၁။ ဘုမ္မဒါနုတ်တို့ ကြေးကြော်ခြင်း

ပဝတ္တိတေဝ ပန ဘဂဝတော မေဓက္ကေ ဘုမ္မာ ဒေဝါ
သဒ္ဓမ္မနုဿာ ဝေသုံ၊ “ဧတံ ဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ
ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနုတ္တရံ မေဓက္ကံ ပဝတ္တိတံ၊
အပ္ပဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြဟ္မဏေန ဝါ
ဒေဝေန ဝါ မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ
လောကသ္မိ”န္တိ။ ။

၂။ အထက်နတ်တို့ ကြေးကြော်သံ

ဘုမ္မာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတော စာတု မဟာရာဇိကာ
ဒေဝါ သဒ္ဓမ္မနုဿာ ဝေသုံ၊ “ဧတံ ဘဂဝတာ ဗာရာ-
ဏသီယံ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ အနုတ္တရံ မေဓက္ကံ
ပဝတ္တိယံ သမဏေန ဝါ ဗြဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ
မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ ကေနစိ ဝါ လောက-
သ္မိ”န္တိ။ ။

စာတု မဟာရေဇိကာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတု၊
တာဝတိံသာ ဒေဝါ၊ပ၊ လောကသ္မိန္ဒြိယံ။

တာဝတိံသာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတု ယာမာ
ဒေဝါ၊ပ၊ လောကသ္မိန္ဒြိယံ။

ယာမာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတု တုသိတာ ဒေဝါ၊ပ၊
လောကသ္မိန္ဒြိယံ။

တုသိတာနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတု နိမ္မာနရတိ ဒေဝါ
၊ပ၊လောကသ္မိန္ဒြိယံ။

နိမ္မာန ရတိနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတု ပရနိမ္မိတ-
ဝဿဝတ္တိ ဒေဝါ၊ပ၊ လောကသ္မိန္ဒြိယံ။

ပရနိမ္မိတ ဝဿဝတ္တိနံ ဒေဝါနံ သဒ္ဓံ သုတု ဗြဟ္မ-
ကာယိကာ ဒေဝါ သဒ္ဓံ၊မနုဿာဝေသုံ၊ ဧတံ
ဘဂဝတာ ဗာရာဏသီယံ ဣသိပတိနေ မိဂဒါယေ
အနုတ္တရံ ဓမ္မစက္ကံ ပဇတ္တိယံ အပ္ပုဋ္ဌိဝတ္တိယံ သမဏေန
ဗြဟ္မဏေန ဝါ ဒေဝေန ဝါ မာရေန ဝါ ဗြဟ္မနာ ဝါ
ကေနစိ ဝါ လောကသ္မိန္ဒြိယံ။

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

၃။ တသောင်းသော လောကဓာတ်တုန့်လှုပ်ပုံ

အယဉ္ဇ ဒဿသဟဿိ လောကဓာတု သံကမ္ပိ သမ္ပကမ္ပိ
သမ္ပဝေဓိ။

၄။ အလင်းရောင် ဖြစ်ပေါ်လာပုံ

အပ္ပမာဏော စ ဥဠာရော ဩဘာသော လောဂေ
ပါတုရဟောသိ အတိက္ကမ္မ ဒေဝါနံ ဒေဝါ၊
နုဘာဝန္တိ။

ဘုရားရှင် ဥဒါန်းကျူးပုံ ပြခဏ်း

၁။ ဘုရားရှင် ဥဒါန်းကျူးခြင်း

အထခေါ် ဘဂဝါ ဣမံ ဥဒါနံ ဥဒါနေသိ၊
အညာသိဝတ-ဘော ကောဏ္ဍညော၊ အညာသိ ဝတ
ဘော ကောဏ္ဍညောတိ။

ဣတိ ဟိံဒံ အာယသ္မတော ကောဏ္ဍညဿ
အညာသိ ကောဏ္ဍညောတွေဝ နာမံ အဟောသိ။

၂။ အရှင်ကောဏ္ဍည ရဟန်းအဖြစ် တောင်းခြင်း

အထ ခေါ် အာယသ္မာ အညာသိ ကောဏ္ဍညော
ဒိဋ္ဌဓမ္မော ပတ္တ ဓမ္မော ဝိဒိတ ဓမ္မော ပရိယောဂါဠ
ဓမ္မော တိဏ္ဍဝိစိကိစ္ဆော ဝိဂတ ကထံကတော ဝေသာ
ရဇ္ဇပတ္တော အ-ပရပ္ပစ္စယော သတ္ထုသာသနေ ဘဂ
ဝန္တိ တေဒေဝါစ။

လဘေယျာဟံ ဘန္တေ ဘဂဝတော သန္တိကေ
ပဗ္ဗဇ္ဇံ၊ လဘေယျံ ဥပသမ္ပဒန္တိ။

ဟေ့ ဘိက္ခုတိ ဘဂဝါ အဝေါစံ သွာက္ခာတော
ဓမ္မော၊ စရ ဗြဟ္မစရိယံ သမ္မာ ဒုက္ခဿ အန္တကိရိ
ယာယာတိ သာဝ တဿ အာယသ္မတော ဥပ
သမ္ပဒါ အဟောသိ။

ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

၁၇။ အနတ္တလက္ခဏသုတ် ပါဠိတော်

ဤသုတ်ကို ဝိနည်းမဟာဝါ ပါဠိတော်၌ ဟောတော်
မူသည်။

၁။ ဓမ္မ-စက္ကံ ပဝတ္ထေတွာ၊
အာသဠိယံ ဟိ ပုဏ္ဏမေ။
နဂရေ ဗာရာဏသိယံ၊
ဣသိပတန-ဝုယေ ဝနေ။

၂။ ပါပေတွာ-ဒိဖလံ နေသံ၊
အနုက္ကမေန ဒေသယိ။
ယန္တံ ပက္ခဿ ပဉ္စမ္ပ၊
ဝိမုတ္တတ္ထံ ဘဏာမ ဟေ။

၃။ ဧဝံ မေ သုတံ

ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ဗာရာဏသီယံ ဝိဟရတိ ဣသိ ပတ
 နေ မိဂဒါယေ တတြ ခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂိယေ ဘိက္ခု။ အာ
 မန္တေသိ ဘိက္ခုဝေါတိ၊ သဒ္ဓန္တေတိ တေ ဘိက္ခု။ ဘဂဝတော
 ပစ္စယောသယံ ဘဂဝါ ဧတဒဝေါစ။

၄။ ရှုပ် ဘိက္ခုဝေ အနတ္တာ၊

ရှုပ်ပဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခုဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ရှုပ် အာ
 ဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ။ လဗ္ဘေထ စ ရှုပ်ေ ဧဝံ မေ ရှုပ် ဟော
 တု၊ ဧဝံ မေ ရှုပ် မာအဟောသိတိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခုဝေ ရှုပ် အနတ္တာ၊ တသ္မာ ရှုပ်
 အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။ န စ လဗ္ဘတိ ရှုပ်ေ ဧဝံ မေ ရှုပ်
 ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရှုပ် မာအဟောသိတိ။

၅။ ဝေဒနာ အနတ္တာ၊

ဝေဒနာစ ဟိဒံ ဘိက္ခုဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ
 ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ၊ လဗ္ဘေထ စ ဝေဒနာယ
 ဧဝံ မေ ဝေဒနံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာအဟော
 သိတိ။

ယသ္မာစ ခေါ ဘိက္ခုဝေ ဝေဒနာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ
 ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ ဝေဒနာယ
 ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာအဟော
 သိတိ။

၆။ သညာ အနတ္တာ၊

သညာစ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ န ယိဒံ
သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တယျ၊ လဗ္ဘေထစ သညာ ဧဝံ
မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာအဟောသီတိ။

ယသ္မာစ ခေါ ဘိက္ခဝေ သညာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ
သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ သညာယ
ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာအဟော-
သီတိ။

၇။ သင်္ခါရာ အနတ္တာ၊

သင်္ခါရာစ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿံသု၊ နယိ
မေ သင်္ခါရာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ၊ လဗ္ဘေထစ သင်္ခါရေသု
ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ ဟောန္တု၊ ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ မာ အဟေသုန္တိ။

ယသ္မာစ ခေါ ဘိက္ခဝေ သင်္ခါရာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ
သင်္ခါရာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တန္တိ။ န စ လဗ္ဘတိ သင်္ခါရေသု
ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ ဟောန္တု၊ ဧဝံ မေ သင်္ခါရာ မာအဟေသုန္တိ။

၈။ ဝိညာဏံ အနတ္တာ၊

ဝိညာဏဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ
ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တယျ၊ လဗ္ဘေထစ ဝိညာဏေ
ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာအဟော-
သီတိ။

ယသွာစ ခေါ် ဘိက္ခုဝေ ဝိညာဏံ အနတ္တာ တသ္မာ
ဝိညာဏံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ၊ န စ လဗ္ဘတိ ဝိညာဏေ
ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာအဟော-
သီတိ။

၉။ တံ ကိံ မညထ ဘိက္ခုဝေ၊

ရူပံ နိစ္စံဝါ အနိစ္စံဝါ တိ၊ အနိစ္စံ ဘန္တေ။ ယံပနာ နိစ္စံ၊
ဒုက္ခံဝါ တံ သုခံဝါတိ၊ ဒုက္ခံ ဘန္တေ။ ယံပနာ နိစ္စံ ဒုက္ခံ
ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကုလ္လံ နှ တံ သမနုပဿိတုံ။

ဧတံ မမ ဧသော ဟမသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာတိ၊ နော
ဟေတံ ဘန္တေ။

၁၀။ ဝေဒနာ နိစ္စံဝါ အနိစ္စံဝါတိ.....

၁၁။ သညာ နိစ္စံဝါ အနိစ္စံဝါတိ.....

၁၂။ သင်္ခါရာ နိစ္စံဝါ အနိစ္စံဝါတိ.....

၁၃။ ဝိညာဏံ နိစ္စံဝါ အနိစ္စံဝါတိ.....

၁၄။ တသ္မာတိဟ ဘိက္ခုဝေ။ ယံ ကိဉ္စိ ရူပံ အတီတာ-
နာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နံ အဇ္ဈတ္တံဝါ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဩဠာရိကံဝါ သုခုမံဝါ
ဟိနံဝါ ပဏီတံဝါ ယံ ဒုရေ သန္တိကေဝါ။

သဗ္ဗံ ရူပံ နေတံ မမ၊ နေသော ဟမသ္မိ၊ န မေ သော
အတ္တာတိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဠဗ္ဗံ။

၁၅။ ယာကာစိ ဝေဒနာ အတီတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နာ
အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဩဠာရိကာဝါ သုခုမာဝါ ဟိနာဝါ
ပဏီတာ ဝါ ယာ ဒုရေ သန္တိကေဝါ။

(၁၉၆)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

သဗ္ဗာ ဝေဒနာ နေတံ မမ၊ နေသော ဟမသ္မိ၊ န မေ
သော အတ္တာတိ ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ
ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

၁၆။ ယာကာစိ သညာ အတိတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နာ
အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဩဠာရိကာဝါ သုခုမာဝါ ဟိနာဝါ
ပဏီတာဝါ ယေ ဒူရေ သန္တိကေဝါ။

သဗ္ဗာ သညာ နေတံ မမ၊ နေသော ဟမသ္မိ၊ န မေ
သော အတ္တာတိ၊ ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ
ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

၁၇။ ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ အတိတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နာ
အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဩဠာရိကာဝါ သုခုမာဝါ ဟိနာဝါ
ပဏီတာဝါ ယေ ဒူရေ သန္တိကေဝါ။

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ နေတံ မမ၊ နေသော ဟမသ္မိ၊ န မေ
သော အတ္တာတိ၊ ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ
ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

၁၈။ ယံကိဉ္စိ ဝိညာဏံ အတိတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နံ
အဇ္ဈတ္တံဝါ ဗဟိဒ္ဓါဝါ ဩဠာရိကံဝါ သုခုမံဝါ ဟိနံဝါ
ပဏီတံဝါ ယံ ဒူရေ သန္တိကေဝါ။

သဗ္ဗံ ဝိညာဏံ နေတံ မမ၊ နေသော ဟမသ္မိ၊ န မေ
သော အတ္တာတိ၊ ဝေမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ
ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

၁၉။ ဧဝံ ပဿံ ဘိက္ခဝေ သုတဝါ အရိယသာဝကော
ရူပသိမ္ဘိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သညာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊
သင်္ခါရေသုပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝိညာဏသိမ္ဘိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ။

နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ၊ ဝိရာဂါ ဝိမုတ္တတိ၊ ဝိမုတ္တသ္မိံ ဝိမုတ္တမ္ပတိ၊
ညဏံ ဟောတိ၊ ခိဏာဇာတိ၊ ဝုဿိတံ ဗြဟ္မဓရိယံ၊ ဂတံ
ကရဏီယံ၊ နာပရံ ဣတ္ထတ္တာယာတိ ပဇာနာတိတိ။

၂၀။ ဣဒမဝေါစ ဘဂဝါ အတ္တမနာ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာ
ဘိက္ခု၊ ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒန္တိ။

ဣမသ္မိဉ္စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘညမာနေ ပဉ္စဝဂ္ဂိ
ယာနံ ဘိက္ခုနံ အနုပါဒါယ အာသဝေဟိ စိတ္တာနိ ဝိမုစ္စိ
သုတိ။

အနတ္တလက္ခဏသုတ္တံ နိဗ္ဗိတံ။

၁၀။ ပဌာန်းပါဠိ

ပစ္စယုဒ္ဒေသ

ဟေတုပစ္စယော၊ အာရမ္မဏပစ္စယော၊ အခိပင်္ဂိပစ္စယော၊
အနန္တရပစ္စယော၊ သမနန္တရပစ္စယော၊ သဟဇာတပစ္စယော၊
အညမညပစ္စယော၊ နိဿယပစ္စယော၊ ဥပနိဿယပစ္စယော၊
ပုရေဇာတပစ္စယော၊ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော၊ အာသေဝန

ပစ္စယော၊ ကမ္မပစ္စယော၊ ဝိပါကပစ္စယော၊ အာဟာရပစ္စယော၊
 ဣန္ဒြိယပစ္စယော၊ ဈာနပစ္စယော၊ မဂ္ဂပစ္စယော၊ သမ္ပယုတ္တ
 ပစ္စယော၊ ဝိပဿုတ္တပစ္စယော၊ အတ္တိပစ္စယော၊ နတ္တိပစ္စယော၊
 ဝိဂတပစ္စယော၊ အဝိဂတပစ္စယော—ဟောတိ။

ပစ္စယုဒ္ဒေသော နိဠိတော။

ပစ္စယနိဒ္ဒေသ

၁။ ဟေတုပစ္စယောတိ

ဟေတု ဟေတုသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံသမုဋ္ဌာနနဉ္စ
 ရူပါနံ ဟေတုပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂။ အာရမ္မဏပစ္စယောတိ

ရူပါယတနံ စက္ခုဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
 ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

သဒ္ဓါ ယတနံ သောတ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
 ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေနပစ္စယော။

ဇနိယတနံ ဃာနဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
 ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏ ပစ္စယေနပစ္စယော။

ရုဿာ ယတနံ ဝိဇ္ဇာဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
 ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏ ပစ္စယေနပစ္စယော။

သောဠဗ္ဗာ ယတနံ ကာယ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
 သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏ ပစ္စယေနပစ္စယော။

ရူပါယတနံ၊ သဒ္ဓါယတနံ၊ ဂန္ဓာယတနံ၊ ရသာယတနံ၊
ဖောဠဗ္ဗာယတနံ၊ မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာ
နဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

သဗ္ဗဓမ္မာ မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တ
ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံယံ ဓမ္မံ အာရဗ္ဗ ယေ ယေ ဓမ္မာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ စိတ္တ
စေတသိကာ ဓမ္မာ၊ တေတေဓမ္မာ တေသံ တေသံ
ဓမ္မာနံ အာရမ္မဏပစ္စယေန ပစ္စယော။

၃။ အဓိပတိ ပစ္စယောတိ

ဆန္ဒာဓိပတိ ဆန္ဒသမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ သမုဠာနာ
နဉ္စ ရူပါနံ အဓိပတိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဝီရိယာဓိပတိ ဝီရိယ သမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ
သမုဠာနာနဉ္စ ရူပါနံ အဓိပတိပစ္စယေနပစ္စယော။

စိတ္တာ ဓိပတိ စိတ္တ သမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ
သမုဠာနာနဉ္စ ရူပါနံ အဓိပတိ ပစ္စယေနပစ္စယော။

ဝီမံသာ ဓိပတိ ဝီမံသ သမ္ပယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ
သမုဠာနာနဉ္စ ရူပါနံ အဓိပတိ ပစ္စယေနပစ္စယော။

ယံ ယံ ဓမ္မံ ဂရုံ ကတှာ ယေ ယေ ဓမ္မာဥပ္ပဇ္ဇန္တိ
စိတ္တစေတသိကာဓမ္မာ တေ တေ ဓမ္မာ တေသံ တေသံ
ဓမ္မာနံ အဓိပတိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၄။ အနန္တရ ပစ္စယောတိ

စက္ခုဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ မ္မောမနော
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ မ္မောနံ အနန္တရ
ပစ္စယေနပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ
မ္မော မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
မ္မောနံ အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

သောတဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ မ္မော
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ မ္မောနံ အနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ
မ္မော မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
မ္မောနံ အနန္တရပစ္စယေန ပစ္စယော။

သာန ဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ မ္မော
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ မ္မောနံ အနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ
မ္မော မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
မ္မောနံ အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဝိဇ္ဇာ ဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ မ္မော
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ မ္မောနံ အနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ
မ္မော မနောဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
မ္မောနံ အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ
ဓမ္မာ မနောဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ
ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ၊ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ပုရိမာ
ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ အဗျာ
ကတာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
ပစ္ဆိမာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။ ပုရိမာပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
ပစ္ဆိမာနံ အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
ပစ္ဆိမာနံ အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။ ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိ
မာနံ ပစ္ဆိမာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စ
ယေန ပစ္စယော။ ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ
ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ
အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယေသံ ယေသံ ဓမ္မာနံ အနန္တရာ-ယေ ယေ ဓမ္မာ
ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ။ တေ တေ ဓမ္မာ
တေသံ တေသံ ဓမ္မာနံ အနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၅။ သမနန္တရ ပစ္စယောတိ

စက္ခုဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ ဓမ္မာ မနော
ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တ
ကာစ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

သောတဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမ
နန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာစ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

သာနဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမ
နန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာစ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စ
ယော။

ဇိဝှါ ဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တကာစ ဓမ္မာ
မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမ
နန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာစ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တ ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယ ဝိညာဏဓာတု တံ သမ္ပယုတ္တ ကာစ
ဓမ္မာ မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ မနောဓာတု တံ
သမ္ပယုတ္တ ကာစ ဓမ္မာ မနောဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမါနံ
 ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယေသံ ယေသံ ဓမ္မာနံ သမနန္တရာ ယေ ယေ ဓမ္မာ
 ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ၊ ဝေတေ တေ ဓမ္မာ တေသံ
 ဧတသံ ဝပ္ပာနံ သမနန္တရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ။

၆။ သဟဇာတ ပစ္စယောတိ

စက္ကာရော ခန္ဓာ အဂ္ဂပ္ပိနော အညမညံ သဟဇာတ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စက္ကာရော မဟာဘူတာ အညမညံ သဟဇာတ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ သဟဇာတ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဝိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ စိတ္တသမုဋ္ဌာနံ ဂူပါနံ
 သဟဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

မဟာဘူတာ ဥပါဒါဂူပါနံ သဟဇာတ ပစ္စယေန
 ပစ္စယော။

ဂူပါနော ဓမ္မာ အဂ္ဂပ္ပိနံ ဓမ္မာနံ ကိဉ္စိကာလေ
 သဟဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ကိဉ္စိကာလေ
 န-သဟဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ။

၇။ အညမည ပစ္စယောတိ

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမည ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

စတ္တာရော မဟာဘူတာ အညမည ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမည ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

၈။ နိဿယ ပစ္စယောတိ

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ နိဿယ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စတ္တာရော မဟာဘူတာ အညမညံ နိဿယ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ နိဿယ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စိတ္တ စေတသိကာ ဓမ္မာ စိတ္တသမုဋ္ဌာနာနံ ရူပါနံ
နိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

မဟာဘူတာ ဥပါဒါရူပါနံ နိဿယ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

စက္ခာယတနံ စက္ခုဝိညာဏံ တေတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။ သောတာ ပာတနံ သောတာဝိညာဏံ

ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ နိဿယ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။ သာနာ ယတနံ သာန
 ဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
 နိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ဇိဝှာ ယတနံ ဇိဝှာ-
 ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
 နိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ကာယာ ယတနံ
 ကာယဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
 နိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿယ မနောဓာတု စ မနောဝိညာဏ
 ဓာတုစ ဝတ္တန္တိ။ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာစ မနော
 ဝိညာဏ ဓာတုယာ စ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
 နိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၉။ ဥပနိဿယ ပစ္စယောတိ

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
 အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ကေသဉ္စိ ဥပနိဿယ ပစ္စယေန
 ပစ္စယော။ ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
 ပစ္ဆိမာနံ အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယ ပစ္စယေန
 ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
 ပစ္ဆိမာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယ ပစ္စယေန
 ပစ္စယော။ ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
 ပစ္ဆိမာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ကေသဉ္စိ ဥပနိဿယ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလ ဓမ္မာ
 ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ
 ပစ္ဆိမာနံ အဗျာကတာနံ ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယ
 ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ပုရိမာ ပုရိမာ အဗျာကတာ
 ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ
 ဥပနိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။ ပုရိမာ ပုရိမာ
 အဗျာကတာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ အကုသလာနံ
 ဓမ္မာနံ ဥပနိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဥတု-ဘောဇနမ္ပိ ဥပနိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ပုဂ္ဂလောပိ-ဥပနိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 သေနာသနမ္ပိ-ဥပနိဿယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၀။ ပုရေဇာတ ပစ္စယောတိ။

ဧက္ခာယတနံ စက္ခုဝိညာဏ မာယုယာ တံ သမ္ပ
 ယုတ္တ ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန
 ပစ္စယော။

သောတာယတနံ သောတ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

သင်္ခာယတနံ သာနဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဇိဝှိယတနံ ဇိဝှာဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယာယတနံ ကာယဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ စက္ခုဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တ ကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

သဒ္ဓါယတနံ သောတဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ဂန္ဓာယတနံ သာနဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရေသာ ယတနံ ဇိဝှာဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဖောဠဗ္ဗာ ယတနံ ကာယဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ရူပါ ယတနံ၊ ဓာဒ္ဒါ ယတနံ၊ ဂန္ဓာ ယတနံ၊ ရသာ
ယတနံ၊ ဖောဠဗ္ဗာယတနံ-မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿာယ မနောဓာတု စ မနော ဝိညာဏ
ဓာတု စ ဝတ္တန္တိ။ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
မနောဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
ကိပ္ပိကာလေ ပုရေဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော၊ ကိပ္ပိ
ကာလေ န ပုရေဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၁။ ပစ္ဆာဇာတ ပစ္စယောတိ

ပစ္ဆာဇာတာ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ ပုရေဇာတဿ
ဣမဿ ကာယဿ ပစ္ဆာဇာတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၂။ အာသေဝန ပစ္စယောတိ

ပုရိမာ ပုရိမာ ကုသလာ ဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိမာနံ
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အာသေဝန ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ အကုသလာဓမ္မာ ပစ္ဆိမာနံ ပစ္ဆိ
မာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အာသေဝန ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ပုရိမာ ပုရိမာ ကိရိယာဗျာကတာ မွေ့ ပစ္ဆိ
မာနံ ပစ္ဆိမာနံ ကိရိယာ ဗျာကတာနံ မွေ့နံ အာ
သေဝန ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၃။ ကမ္မ ပစ္စယောတိ
ကုသလာ ကုသလံ ကမ္မံ ဝိပါကာနံ ခန္ဓာနံ ကဋ္ဌတ္တာစ
ဂ္ဂပါနံ ကမ္မပစ္စယေန ပစ္စယော။

စေတနာ သမ္ပယုတ္တကာနံ မွေ့နံ တံ သမုဋ္ဌာ
နာနဉ္စ ဂ္ဂပါနံ ကမ္မ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၄။ ဝိပါက ပစ္စယောတိ
ဝိပါကာစတ္တာရော ခန္ဓာ အဂ္ဂပ္ပိနော အညမညံ ဝိပါ
က ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၅။ အာဟာရ ပစ္စယောတိ
ကဗ္ဗိကာရော အာဟာရော ဣမဿ ကာယဿ အာ
ဟာရ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

အဂ္ဂပ္ပိနော အာဟာရ သမ္ပယုတ္တကာနံ မွေ့နံ
တံ သမုဋ္ဌာနာနဉ္စ ဂ္ဂပါနံ အာဟာရ ပစ္စယေန ပစ္စ
ယော။

၁၆။ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယောတိ
ကျေုန္ဒြိယံ ကျေုဝိညာဏဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာ
နဉ္စ မွေ့နံ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

သောတိန္ဒြိယံ သောတ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ

သမ္ဗုဒ္ဓယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဃာနိန္ဒြိယံ ဃာနဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ဗု
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဇီဝိန္ဒြိယံ ဇီဝိဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ဗု
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ကာယိန္ဒြိယံ ကာယဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ဗု
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပဇီဝိတိန္ဒြိယံ ကဋ္ဌတ္တာ ရူပါနံ ဣန္ဒြိယ ပစ္စ
ယေန ပစ္စယော။

အရူပိနော ဣန္ဒြိယာ သမ္ဗုဒ္ဓယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ
တံ သမုဠာနာနဉ္စ ရူပါနံ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယေန ပစ္စ
ယော။

၁၇။ ဈာန ပစ္စယောတိ

ဈာနင်္ဂါနိ ဈာန သမ္ဗုဒ္ဓယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ သမုဠာ
နာနဉ္စ ရူပါနံ ဈာန ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၈။ မဂ္ဂ ပစ္စယောတိ

မဂ္ဂင်္ဂါနိ မဂ္ဂသမ္ဗုဒ္ဓယုတ္တကာနံ ဓမ္မာနံ တံ သမုဠာနာ
နဉ္စ ရူပါနံ မဂ္ဂပစ္စယေန ပစ္စယော။

၁၉။ သမ္ဗုဒ္ဓယုတ္တ ပစ္စယောတိ

စတ္တာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ သမ္ဗုဒ္ဓယုတ္တ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂၀။ ဝိပုယုတ္တ ပစ္စယောတိ

ဝိပုယုတ္တ နာ အရူပိနံ မောနံ ဝိပုယုတ္တ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

အရူပိနာမော ရူပိနံ ဝမ္မာနံဝိပုယုတ္တ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

၂၁။ အတ္ထိ ပစ္စယောတိ

ဟောရောရော အရူပိနော အညမညံ အတ္ထိ ပစ္စ
ယေန ပစ္စယော။

ဟောရော မဟာဘူတာ အညမညံ အတ္ထိ ပစ္စ
ယေန ပစ္စယော။

ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ အတ္ထိ ပစ္စ
ယေန ပစ္စယော။

စိတ္တစေတသိကာ မော စိတ္တ သမုဋ္ဌာနာနံ ရူပါ
နံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဟောဘူတာ ဥပါဒါရူပါနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

ကျော ယတနံကျေဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနဉ္စ မောနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
သောတာ ယတနံ သောတဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ မောနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဆဲာနာ ယတနံ သာန ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္မ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ဇိဝှါယတနံ ဇိဝှာ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္မ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ကာယာ ယတနံ ကာယ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္မယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ စက္ခုဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္မ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
သဒ္ဓါယတနံ သောတဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္မ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ဂန္ဓာ ယတနံ သာနဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္မ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ရသာ ယတနံ ဇိဝှာ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္မ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
ဖောဠဗ္ဗာ ယတနံ ကာယ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ
သမ္မယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါယတနံ, သဒ္ဓါယတနံ, ဂန္ဓာ ယတနံ, ရသာ
တယနံ, ဖောဠဗ္ဗာ ယတနံ-မနေ ဓာတုယာ တံ သမ္မ
ယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿာယ မနောဓာတု စ မနောဝိညာဏ
ဓာတု စ ဝတ္တန္တိ၊ တံ ရူပံ မနော ဓာတုယာ စ မနော

ဝိညာဏ ဓာတုယာ စ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ
အတ္တိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂၂။ နတ္ထိ ပစ္စယောတိ
သမနန္တရ နိရုဒ္ဓါ စိတ္တ စေတသိကာ ဓမ္မာ ပဋုပ္ပန္နာနံ
စိတ္တစေတသိကာနံ ဓမ္မာနံ နတ္ထိ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂၃။ ဝိဂတ ပစ္စယောတိ
သမနန္တရဝိဂတာ စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ ပဋုပ္ပန္နာနံ
စိတ္တစေတသိကာနံ ဓမ္မာနံ ဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

၂၄။ အဝိဂတ ပစ္စယောတိ
စက္ကာရော ခန္ဓာ အရူပိနော အညမညံ အဝိဂတ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စက္ကာရော မဟာဘူတာ အညမညံ အဝိဂတ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ဩက္ကန္တိက္ခဏေ နာမရူပံ အညမညံ အဝိဂတ
ပစ္စယေန ပစ္စယော။

စိတ္တစေတသိကာ ဓမ္မာ ဝိတ္တသမုဒ္ဓာနာနံ ဂူပါနံ
အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

မဟာဘူတာ ဥပါဒါဂူပါ အဝိဂတ ပစ္စယေန
ပစ္စယော။

စက္ခာယတနံ စက္ခုဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 သောတာ ယတနံ သောတ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ဃာနာ ယတနံ ဃာနဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ဇိဝှိယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ကာယာ ယတနံ ကာယ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ရူပါ ယတနံ စက္ခုဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 သဒ္ဓါ ယတနံ သောတ ဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ဂန္ဓာ ယတနံ ဃာနဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ရသာ ယတနံ ဇိဝှိဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။
 ဖောဠဗ္ဗာ ယတနံ ကာယဝိညာဏ ဓာတုယာ တံ သမ္ပယုတ္တကာနဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

(၂၁၆)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ရူပါ ယတနံ၊ သဒ္ဓါ ယတနံ၊ ဂန္ဓာ ယတနံ၊ ရသာ
ယတနံ၊ ဖောဠဗ္ဗာ ယတနံ- မနောဓာတုယာ တံ သမ္ပ
ယုတ္တကာနုဉ္စ ဓမ္မာနံ အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ယံ ရူပံ နိဿာယ မနောဓာတု စ မနောဝိညာဏ
ဓာတု စ ငတ္တန္တိ၊ တံ ရူပံ မနောဓာတုယာ စ မနော
ဝိညာဏ ဓာတုယာ စ တံ သမ္ပယုတ္တကာနုဉ္စ ဓမ္မာနံ
အဝိဂတ ပစ္စယေန ပစ္စယော။

ပစ္စယနိဒ္ဒေသော နိဠိတော။

[ဉ္စ] ဘုရားအနေကဇာတင်ရန် အခန်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ။

၁။ ပဌမ ပုဒ္ဂဝစန

၈။ အကုက ဇာတိံ ယံသာရုံ၊ ခုဋ္ဌာပိယံ အနိဗ္ဗိတံ။
ဂဟကရံ ဂဟေဇ္ဇော၊ ခုဋ္ဌာပိယံ ပုန့်ပုန့်။

၉။ ဂဟကာရော နိဇ္ဈောယိ၊ ပုနဂေဟံ န-ကာဟယိ။
သဗ္ဗာ တေ ဖာယုကာ ဘဂ္ဂါ၊ ဂဟက္ခန္ဓံ ဝိသင်္ခတံ။
ဝိသင်္ခါရဂတံ ဇိတ္တံ၊ တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ။ ။

၂။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနုလောမ

အဝိဇ္ဇာ ပစ္စယာ-သင်္ခါရာ သင်္ခါရ ပစ္စယာ-ဝိညာဏံ၊
 ဝိညာဏ ပစ္စယာ-နာမရူပံ၊ နာမရူပ ပစ္စယာ-သဠာယတနံ၊
 သဠာယတန ပစ္စယာ-ဖဿော၊ ဖဿ ပစ္စယာ-ဝေဒနာ၊
 ဝေဒနာ ပစ္စယာ-တဏှာ၊ တဏှာ ပစ္စယာ-ဥပါဒါနံ၊ ဥပါ
 ဒါနပစ္စယာ-ဘဝေါ၊ဘဝ ပစ္စယာ-ဇာတိ၊ဇာတိ ပစ္စယာ-ဇာ
 ရာ မရဏ သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿုပ္ပါယာသာ
 သမ္ဘဝန္တိ၊ဧဝံ၊မေတဿကေဝလဿ ဒုက္ခန္တဿ သမုဒယော
 ဟောတိ။

၃။ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ် ပဋိလောမ

အဝိဇ္ဇာယတွေဝ အသေသ ဝိရာဂ နိရောဓာ-သင်္ခါရ
 နိရောဓော၊ သင်္ခါရ နိရောဓာ-ဝိညာဏ နိရောဓော၊ ဝိညာ
 ဏ နိရောဓာ နာမရူပ နိရောဓော၊ နာမရူပ နိရောဓာ-သဠာ
 ယတန နိရောဓော၊ သဠာယတန နိရောဓာ ဖဿ နိရော
 ဓော၊ ဖဿ နိရောဓာ-ဝေဒနာ နိရောဓော၊ ဝေဒနာ နိရော
 ဓာ-တဏှာ နိရောဓော၊ တဏှာနိရောဓာ-ဥပါဒါနံ နိရော
 ဓော၊ ဥပါဒါနံ နိရောဓာ-ဘဝနိရောဓော၊ ဘဝနိရောဓာ-
 ဇာတိ နိရောဓော၊ ဇာတိ နိရောဓာ-ဇရာ မရဏ သောက
 ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿုပ္ပါယာသာ နိရုဇ္ဈန္တိ။ ဧဝံ၊မေ
 တဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခန္တဿ နိရောဓော ဟောတိ။

(၂၁၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

၄။ ဥဒါန်းဂါထာ

- ၁။ ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။
အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊
ယတော ပဇာနာတိ သဟေတုဓမ္မံ။
- ၂။ ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။
အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊
ယတောဓယံ ပစ္စယာနံ အဝေဒိ။
- ၃။ ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။
ဝိဓူပယံ တိဋ္ဌတိ မာရသေနာ၊
သုရိယောဝ ဩဘာသယမန္တလိက္ခံ။

၅။ ပစ္စယုဒ္ဓေသပါဠိတော် .

ဟေတု . ပစ္စယော၊ အာရမ္မဏ ပစ္စယော၊ အဓိပတိ
ပစ္စယော၊ အနန္တရ ပစ္စယော၊ သမနန္တရ ပစ္စယော၊ ဘဟဇာဝ
ပစ္စယော၊ အညပည ပစ္စယော၊ နိဿိသ ပစ္စယော၊ ဣဒိယာ
ပစ္စယော၊ ပုပ္ဖဝေတ ပစ္စယော၊ ပုပ္ဖဝေတ ပစ္စယော၊
အာသေဝန ပစ္စယော၊ ကမ္မ ပစ္စယော၊ ဝိပါက ပစ္စယော၊

အာဟာရ ပစ္စယော၊ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယော၊ စျာန ပစ္စယော၊
မဂ္ဂ ပစ္စယော၊ သမ္ပယုတ္တ ပစ္စယော၊ ဝိပုယုတ္တ ပစ္စယော၊ အတ္ထိ
ပစ္စယော၊ နတ္ထိ ပစ္စယော၊ ဝိဂတ ပစ္စယော၊ အဝိဂတ ပစ္စယော
ဟောတိ။ ။

၆။ အဘိသေကဂါထာ

၁။ ဇယန္တော ဗောဓိယာ မူလေ၊
သကျာနံ နန္ဒိ ဝဇ္ဇနေ။
ဝေ.မေဝ ဇယော ဟောတု၊
ဇယ.သုဇယမဂ်လေ။

၂။ အ.ပရာဇိတ ပလ္လင်္ကေ၊
သီလေ ပုတု ဝိ.ပုက္ခလေ။
အဘိသေကေ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ၊
အဂ္ဂ.ပုတ္တော ပမောဒတိ။

၃။ သု-နက္ခတ္တံ သု-ခင်္ဂလံ၊
သု-ပဘာတံ သု.ဟုဉ္ဇိဘံ။
သု-ခဏော သု မဟုတ္တော၊
သုယိဋ္ဌံ ဗြဟ္မစာရိသု။

၄။ ပဒက္ခိဏံ ကာယကမ္ပံ၊
ဝါစာ ကမ္ပံ ပဒက္ခိဏံ။
ပဒက္ခိဏံ မနောကမ္ပံ၊
ပဏီဓိတေ ပဒက္ခိဏေ။ ။

၁။ ပဒက္ခိဏာနိ ကတုာန၊
 လဘန္တေပေတေ ပဒက္ခိဏေ။
 တေ အတ္တ လဒ္ဓါ သုခိတာ၊
 ဝိရဇ္ဇာ ဗုဒ္ဓသာသနာ။
 အရောဂါ သုခိတာ ဟောထ၊
 သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။ ။

အနုကဇာတင် ပြီးပြီ။

[၄] ပါဠိစာပေ ဖတ်စာ မြန်မာ အသံထွက်

ပါဠိစာပေ၌ ဆရာကောင်းသမားကောင်းများနှင့် မသင်
 ကြားဘူးကုန်သော ယခုခေတ် ရဟန်းရှင်လူတို့သည် များစွာ
 ရှိ၍ နေကြပေကုန်သည်။ ပါဠိဘာသာနှင့် အဝေးကြီး
 ပေးနေကြကုန်သော ပါဠိရှုလ်တွေသည် ဘာအဆက်ဆက်ပင်
 ပါဠိနှင့်ဝေး၍ လာသူများသားမသိ၊ ပါဠိစာပေအသံ၊ ပါဠိ
 စာပေအတွက် မြင်လိုက်သူက ရွတ်ရမှာ ဘတ်ရမှာ ကြည့်ရ
 မှာကိုများစွာပင် လန့်ထိပ်၍ နေကြပေကုန်သည်။ အလေ့အထ
 မရှိတော့ လန့်ကြောက်စရာလဲ အမှန်ဖြစ်ပေသည်။

အမှန်ရုတ်ဖတ်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းပုံ

ပါဠိဘာသာကို ကျွမ်းကျင်သောအနေဖြင့် တကယ်အမှန် ဖတ်တတ်ရန်မှာ လွယ်ကူသောကိစ္စမဟုတ်ချေ။ အနက်သဘော သိပြီးတော့ ရုတ်ဖတ်နိုင်သူသာ အဖြတ်အတောက် မှန်ကန် နိုင်ပေသည်။ သာမန် အနက်ကလေးထင်ရုံမျှနှင့် ပါဠိကို တွေ့မြင်တိုင်း အဖြတ်အတောက် မှန်ကန်စွာနှင့် မြန်မာ အသံထွက် မမှန်နိုင်ချေ။ မိမိ အနက်သိသော ပါဠိအစိတ် အပိုင်းလောက်သာ အဖြတ်အတောက်မှန်၍ မြန်မာရုတ်ဖတ်မှု မှန်ပေလိမ့်မည်။ မိမိ အနက်မသိ၍ မဖြတ်တောက်တတ်သော ပါဠိစာပေတွေက တပုံတခေါင်းကြီး ဒုနှင့်ဒေး ကျန်ရှိနေ ပေလိမ့်ဦးမည်။ (သတိပြုပါ)

အက္ခရာတိုင်း အက္ခရာတိုင်း ပုဒ်တိုင်း ပုဒ်တိုင်းတို့၏ အသီးအသီးသော အနက်သဘောကို နေရာနှံစပ်စွာ သိရှိ နားလည်မှုမှာ မလွယ်ကူလှပေကုန်၊ မိမိတွေ့ကြုံဘူး သင်ကြား ဘူးသော ပါဠိလောက်သာ အဖြတ်အတောက် အရုတ်အဖတ် မှန်ကန်ကြပေလိမ့်မည်။

အချို့သော ပါဠိစာပေများကလည်း မြန်မာစကား အသုံးအနှုန်းနေရာမှာ ဝင်ရောက်၍ နေရာယူထားမှုကြောင့် မြန်မာစကားလို ဖြစ်နေ၍ ပါဠိစကားလုံး မြန်မာအသုံး အနှုန်းကို အချို့ကုန်သောလူများစုကြီးက မရုတ်ဖတ်တတ်

ခြင်းသည် အထူးအဆန်းတော့ မဟုတ်ပါချေ၊ နှုတ်ကသံ ပြောနေကြသော်လည်း အဓိပ္ပါယ်မသိဘဲ ပြောနေရမှုက အများကြီး ရှိနေပေလိမ့်မည်။ ပုံစံပြရသော် သာသနာ ဆိုသောစကားနှင့် ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်ဆိုသော အသုံးအနှုန်း စကားလုံးတွေဟာ လူများစုသုံး စကားဖြစ်သော်လည်း သာသနာဆိုတာ ဆုံးမသောစကား၊ ငရဲဆိုဒါ ချမ်းသာ မှက် ဆင်းရဲချည့် နေရသောအရပ်၊ တိရစ္ဆာန်ဆိုတာ ဖိလာ ကန့်လန့် သွားတတ်သော သတ္တဝါ၊ ဤသို့မည်ဖြင့် အနက် အဓိပ္ပါယ်သဘောကိုမသိဘဲ ပြောဆိုရွတ်ဖတ်နေရသူတွေက ယခုခေတ်မှာ အများကြီး ရှိပေလိမ့်မည်။

ဗုဒ္ဓသာသနာကပေးသော အသိတရားတွေကို အခြေခံ၍ ပြောဆိုလုပ်ကိုင်မှုစသော လူမှုရေးကိစ္စ ကြီးငယ်နှင့်တကွ ယဉ်ကျေးမှုဖြစ်သော ပညာရပ်တွေကို အခြေခံ၍ ဤမြန်မာ နိုင်ငံက တည်ထောက်ဘားမှုကြောင့် မြန်မာ့အလုပ်အကိုင် များဖြစ်သော နိုင်ငံရေး စီးပွားရေး အမှုအရာတွေမှာ ပါဠိ အသိပညာနှင့် ကင်းကွာ၍ မဖြစ်နိုင်ပါချေ၊ သို့အတွက် ပါဠိ ဝေါဟာရကို အတိုက်အလျောက် တတ်ကျွမ်း နားလည်မှု အတွက် အထူးပင် လိုအပ်ပေသည်။

များစွာကုန်သောလူများသည် ပါဠိစာပေကို လေ့လာ ရာ၌ စာလုံးအဆင့်များ ဝါ-ပါဠိအဆင့်များ၌ ပတ်ရုတ္တိုရန် အခက်အခဲ ရှိနေကြကုန်သည်။ ထိုအခက်အခဲတွေကို ဖြေရှင်း

နိုင်ရန်အတွက် အခက်အခဲရှိနေကြသည့် စာလုံးများကို စုံနိုင်သမျှစုံအောင် ရှာပြီးတော့ နည်းစနစ်ကျနစွာ တနေရာဝယ် ပုံစံထုတ်၍ ရှင်းပြလိုက်ရုံမျှဖြင့် အလားတူ အားလုံးကုန်သော ပုံစံများကို သိသာလာရအောင် ဝါ-ရွတ်ဖတ်လာနိုင်အောင် ဤပါဠိစာပေဖတ်စာ မြန်မာအသံထွက် စာတန်း တခုကို ရေးသားလိုက်သည်။ တဆင့်ခြင်း တဆင့်ခြင်း လေးလေး စားစား အာရုံစိုက်၍ လေ့ကျင့်ပါက ဤဖတ်စာအဆုံး၌ နားလည်လာလိမ့်မည်။ ဂရုတစိုက် လေးစားမှုဖြင့် အာရုံပြုကာ သတိထား၍ ကြည့်ရှုသူများသာ တွေ့ရသမျှ ပါဠိအားလုံးကို မြန်မာအသံထွက် ရွတ်ဖတ်တတ်လိမ့်မည် မှတ်မှတ်သားသား မကြည့်ရှုသူဖြစ်က ဤဖတ်စာကုန်ဆုံးသော်လည်း နားလည်နိုင်မည်မဟုတ်ချေ။ သို့အတွက် ဂရုတစိုက်လေ့လာရန် သင်ကြားရန် တိုက်တွန်းသည်။

ပါဠိစာပေဖတ်စာ မြန်မာအသံထွက်

တြိရတနံ အဟံ ဝန္တာမိ

သက္က-အဂ္ဂေါ-ကဏ္ဍော-ဝတ္ထ-အဒ္ဓေါ-ဒတ္တ-ပဗ္ဗဇ္ဇံ - ကမ္မဓမ္မ-ဗုဒ္ဓံ-ဂစ္ဆာမိ။ ။ စသည်ဖြင့် သင်တို့ ခက်ခဲလျက်ရှိသော ပုံစံတို့သည် များစွာ ရှိပေသည်။

သို့သော် ထို များစွာသော ပုံစံတို့ကို ဖြေရှင်း နိုင်သည့် အောက်ပါ “ဆောင်ပုဒ်” ကလေးကို အလွတ်ရအောင် ကျက်

ပြီး ပြီးထားသော ပုံစံများ ပြုလတ်သော ပုံစံများကို လေ့
လာလိုက် ခမ်းပါ။ လင်တို့၏ အကော်အခဲသည် ပြေပြစ်
တျောတော လှပသော သွားပါလိမ့်မည်။

(သောင်း) အထက်လုံးသတ်၊ အောက်လုံးဖတ်၊ မြဲမှတ်
လက်ထား။

အင်္ဂါပွယ်ပွာ

များစွာသော ထိုသို့ ပါဠိ ဇာပေတို့၌ သက္က-အက္ခိ-
သေည်တို့ ကဲ့သို့ စာလုံး ၂-လုံး ဆင့်ထားသည်ကို ဝါ ပါဠိ
ဆင့် ထားသည်ကို တွေ့ရှိကြရပါမည်။ ထိုသို့ တွေ့ရှိသော
အခါ “အထက်လုံးသတ်” ဟူသော အပိုဒ်အရ အထက်မှ
ဆင့်လျက်၊ ကပ်လျက် တည်လျက် ရှိသော ၊ စာလုံးကို ဝါ-
ဗျည်းကို (က်-စ်-တ်-ပ်) ဤကဲ့သို့ အသတ် ကလေးဖြင့် ပြု၍
အသတ် အသံဖြင့် ဖတ်ပါ။

“အောက်လုံးဖတ်” ဟူသော အပိုဒ်အရ အောက်၌
အဆင့်ခံ ဖြစ်သော ဝါ-အထပ်ခံ ဖြစ်သော စာလုံးကို စာလုံး
အသံ အပြည့်ဖြင့် ဝါ-ရိုးရာ င-ည-က-န-မ စသည်ဖြင့် အသံ
ပြည့် ဖတ်ပါ ဟူလို။

ပုံစံများဖြင့် ရှင်းပြ ပါဠိမည် ...

သက္က-အက္ခိ ကဏ္ဍာ-ဝတ္ထ-အဇ္ဈိ-ဒတ္တ-ပဗ္ဗ-ဗျ-
ဓမ္မ-ဗျာဓိ-သတ္တာ-တိသ ကင်္ဂါ-ဒန္တ-ယက္ခ-အနိဇ္ဇ-

ကလေး အသတ်၏ အသံဖြင့် ဖတ်ရပါသည်။ ဝါ c အသတ်
၏ အသံဖြင့် ဖတ်ရပါသည်။

ပုံစံ

မေဏ္ဍက၊ မေဏ် ခုက (မဉ်ခုက မင်ခုက)
စိန္တေန္တိ၊ စိန်တေန်တိ (စိန်တဉ်တိ စိန်တင်တိ)
အာနေဉ္ဇ၊ အာနေဉ်ဇ (အာနဉ်ဇ အာနင်ဇ)
ပူရေန္တိ၊ ပူရေန်တိ (ပူရဉ်တိ ပူရင်တိ)
ဩသရအဝ္ဋကံ ထပ်ဆင့် မှတ်ချက်

ကရောန္တိ ကရောန္တိ ကောဏ္ဍည ဟောန္တိ သောတ္ထိ တို့ကဲ့
သို့ ပါဌ်ဆင့်၏ နောက်၌ ရော ရော ကော ဟော သော
ဟူ၍ ဩသရ ဝါ သဝေထိုး ရေးချ ဝါ အော နှင့် တွဲနေပါက
အော၏ အသံကို ဝဆွဲ အသံဖြင့် ဖတ်ရ ပါသည်။

ပုံစံ

ကရောန္တိ၊ ကရောတိ (ကရုန်တိ)
ကရောန္တိ၊ ကရောန်တံ (ကရုန်တံ)
ကောဏ္ဍည၊ ကောဏ်ဥဉ်ည (ကုန်ဥင်ည)
ဟောန္တိ၊ ဟောန်တိ (ဟုန်တိ)
ဩတ္ထော၊ ဩတ်ထော (အွတ်ထော)
သောတ္ထိ၊ သောတ်ထိ (သွတ်ထိ)

ဤမျှလောက်ဖြင့် ပုံစံများလည်း အတော်စုံနေပြီ ဖြစ်
ပါ၍ ပြထားသော မှတ်ချက်များ သည်လည်း မူသေနည်း

(၂၄၂)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

များ ဖြစ်သောကြောင့် အလားတူ ပုံစံများကို ဝါ၊ ပါ၌ ဆင့် မှန်သမျှကို ဖတ်တတ်လောက်ပြီ ဖြစ်ပါသောကြောင့် သင် စာရှုသူသည် ဤပါဠိ မြန်မာဖတ်စာကို လေ့လာပြီး သာ သနာ တော်ကို အရှည် တည်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင် ပါ စေသော်။ ။

မှာထားချက်

မေဏ္ဍက မေဏ်ဥက (မဉ်ဥက မင်ဥက) ဟူ၍ အဆင့် ဆင့်ပြထားသည်မှာ၊ မတူ ထူးသောကြောင့် ပြထားသည် မဟုတ်ပါ။ (....) အတွင်းမှ စာလုံး များသည် အသံထွက် ကို သိသာအောင် ပြရပါသဖြင့် ဘာ ဘာ ညာညာ ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာ၍ မဖြစ်နိုင် ပါကြောင်း။

ထို့ပြင်တဝ မိမိတို့၏ ဝတ်ရွတ်စဉ်ကို အသုံးလုံး ကြေ ပြီးသူတိုင်း ဖတ်ရှုနိုင် စေရန် ရည်ရွယ်၍ ဤ“ပါဠိ စာပေ ဖတ်စာ မြန်မာ အသံထွက်” ကို စီရင် ရေးသား ရသော ကြောင့်—

ဗြဟ္မာ၊ ဗရဟမာ

(ဗြ ဗရ ဟူ၍ ၂-လုံး ခွဲလျက် ဖတ်သည်။)

ဗြဟ္မာ၊ ဗြဟမာ

ဗြဟ ပကတိဓာတ် ဖြစ်သောကြောင့် ဗြဟမာ

ဟူ၍၎င်း။

ဗြဟ္မာ၊ ဗြဟ္မာ (ဗြဟ္မာ ဗြာဟ္မာ) ဟူ၍၎င်း။

ဟ အသတ်၏ အသံကို မ အသတ်၏ အသံနှင့်
တူစွာ ဖတ်သားသည်။

ဤသို့ ဆရာများစွာ ဝိဝါဒ ကွဲလွဲလျက် မိမိတို့အကြောင်း
ပြချက်ဖြင့် မိမိတို့ နှစ်သက်သလို ဘတ်ရွတ်ကြ ကုန်သည်။
ပါဠိစာပေ ဖတ်စာ မြန်မာ အသံထွက် ပြီး၏။

[၄] မေတ္တာဘာဝနာ အခန်း

၁။ အနာဓိဿမေတ္တာပို့

သဗ္ဗေသတ္တာ- သဗ္ဗေပါဏာ၊ သဗ္ဗေဘူတာ၊ သဗ္ဗေ-
ပုဂ္ဂလာ၊ သဗ္ဗေအတ္တဘဝ ပရိယာပန္နာ၊ သဗ္ဗေဣတ္ထိယော၊
သဗ္ဗေပုရိသာ၊ သဗ္ဗေအရိယာ၊ သဗ္ဗေအနုရိယာ၊ သဗ္ဗေဒေဝါ၊
သဗ္ဗေမနုဿာ၊ သဗ္ဗေဝိနိပါတိကာ၊ အ-ဝေရာ ဟောန္တု၊
အ-ဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အ-နိဿာ ဟောန္တု၊ သုခိအတ္တာနံ
ပရိဟရန္တု၊ ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တု၊ ယထာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော၊ မာဝိ-
ဂစ္ဆန္တု ကမ္မဿာကာ။ ။

၂။ ဒိသာဖရဏမေတ္တာပို့

ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ၊ ပစ္စိမာယ ဒိသာယ၊ ဥတ္တရာယ
ဒိသာယ၊ ဒက္ခိဏာယဒိသာယ၊ ပုရတ္ထိမာယ အနုဒိသာယ၊

ပစ္ဆိမာယ အနုဒိသာယ၊ ဥတ္တရာယ အနုဒိသာယ၊ ဒက္ခိဏာယ
 အနုဒိသာယ၊ ဟေဋ္ဌိမာယဒိသာယ၊ ဥပရိမာယဒိသာယ၊
 သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သဗ္ဗေပါဏာ၊ သဗ္ဗေဘူတာ၊ သဗ္ဗေပုဂ္ဂလာ၊
 သဗ္ဗေအတ္တဘာဝ ပရိယာပန္နာ၊ သဗ္ဗာဏုတ္တိယော၊ သဗ္ဗေ-
 ပုရိသာ၊ သဗ္ဗေအရိယာ၊ သဗ္ဗေအနရိယာ၊ သဗ္ဗေဒေဝါ၊
 သဗ္ဗေမနုဿာ၊ သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ၊ အ-ဝေရာ ဟောန္တု၊
 အ-ဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အ နိဗ္ဗာ ဟောန္တု၊ သုခိအတ္တာနံ
 ပရိဟရန္တု၊ ဒုပ္ပာနုန္တု၊ ယထာ လဒ္ဓံသမ္ပတ္တိတော၊
 မာဝိဂစ္ဆန္တု ကမ္မဘကာ။ ။

၃။ ဖြေ၌ကျက်စားသောသတ္တဝါ မေတ္တာပို့

၁။ ဥဒ္ဓံ ယာဝ ဘဝဂ္ဂါ၊
 အဇော ယာဝ အဝိစိတော၊
 သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊
 ယေ သတ္တာ ပထဝီဧရာ၊
 အဗျာပဇ္ဇာ နိ-ဝေရာ၊
 နိ-ဒုက္ခာစ နုပဒ္ဓဝါ။ ။

၄။ ဖြေ၌ကျက်စားသော သတ္တဝါမေတ္တာပို့

၂။ ဥဒ္ဓံ ယာဝ ဘဝဂ္ဂါ၊
 အဇော ယာဝ အဝိစိတော၊
 သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊

ယေ သတ္တာ ဥဒကေစရာ၊
 အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာစ၊
 နိဒုက္ခာစ နုပဒ္ဒဝါ။ ။

၅။ ကောင်းကင်၌ ကျက်စားသောသတ္တဝါပို့

၃။ ဥဒ္ဓံ ယာဝ ဘဝဂ္ဂါစ၊
 အဓော ယာဝ အစီစိတော၊
 သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊
 ယေ သတ္တာ အာကာသေစရာ၊
 အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာစ၊
 နိဒုက္ခာစ နုပဒ္ဒဝါ။ ။

၇။ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန် မေတ္တာပို့ရန်

၁။ သုံးဆဲ့တပုံ အတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ
 ကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။

၂။ စကြဝဠာတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
 မြဲပါစေ။

၃။ ဤကမ္ဘာ အတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
 မြဲပါစေ။

၄။ ဤနိုင်ငံအတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
 မြဲပါစေ။

၅။ ဤတိုင်းအတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
 မြဲပါစေ။

- ၆။ ဤမြို့အတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၇။ ဤနယ်အတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၈။ ဤရွာအတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၉။ ဤရပ်ကွက်အတွင်းမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်
စိတ် မြဲပါစေ။
- ၁၀။ ဤအိမ်အတွင်းမှာ သူ့သူငါငါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၁၁။ ဤကျောင်းအတွင်းမှာ ရဟန်းသံဃာ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်
စိတ် မြဲပါစေ။
- ၁၂။ ကျောင်းတွင်းရှိမှာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၁၃။ ကျောင်းတွင်းရှိရာ များသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၁၄။ ကျောင်းတွင်းရှိရာ နတ်များစွာ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၁၅။ ဆွမ်းခံရွာမှာ ဆွမ်းဒါယကာ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။
- ၁၆။ ဆွမ်းခံရွာမှာ နတ်များစွာ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။

၁၇။ အများသတ္တဝါ သူသူငါ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။

၁၈။ မိဘတို့မှာ လွန်ချမ်းသာ၊ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ်
မြဲပါစေ။

၁၉။ ဆရာတို့မှာ ကြီးကျယ်စွာ၊ ပညာဘုန်းမြင့် တင့်ပါစေ။

၂၀။ မိတ်ဆွေများမှာ ကျိုးရိစွာ၊ လိုရာခပ်သိမ်း ပြည့်ပါစေ။

ပုဂ္ဂလ ဓိဋ္ဌာန်ပြု၍ ရည်ညွှန်းချက် ထားခါ ရင့်သန်သော
သမာဓိရအောင် မေတ္တာ ပို့လိုသည် ဆိုပါက (၁) လေး
စား အပ်သော ဆရာသမား၊ (၂) လေးစား အပ်သော
မိဘ၊ (၃) လေးစားအပ်သော ကလျာဏ မိတ်ဆွေတဦး
ဦး၏ စိတ်ကြည်နူးလောက်သော ရုပ်ပုံ သဏ္ဌာန်ကို စိတ်ဖြင့်
ထင်မြင်အောင် ကြည့်ရှု၍ ခြေစ ဂေါင်းဆုံး အပြန်အလှန်
ရှုခါ ချမ်းသာ ကိုယ်စိတ် မြဲပါစေဟု စွဲမြဲ ခိုင်ခန့်အောင်
မေတ္တာ ပို့ပါလျှင် ဈာန် သမာဓိရအောင် ကောင်းကျိုး
ဆောင်နိုင်၏။ ဈာန် သမာဓိ အခြေခံ၍ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်
ရှုပါလျှင် အသိဉာဏ်စဉ် ဖြစ်ပေါ်၍ ကိလေသာ ကင်းကွာ
အရိယာ စနန်းတိုင်အောင် ပေါက်မြောက် နိုင်၏။ ။

၆။ အရှင်အသုဘ ဘာဝနာပွားပုံ

အတ္တိ ကုမသ္မိံ ကာယေ ကေသာ လောမာ နခါ ဒန္တာ
တဇော၊ မံသံ နှာရု အဋ္ဌိ အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ ဝက္ကံ၊ ဟဒယံ ယကနံ
ကိလောမကံ ပိဟကံ ပပ္ပါသံ၊ အန္တံ အန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ

(၂၄၈)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

ကရီသံ ဧတ္ထလုဂံ၊ ပိတ္တံ သေမှံ ပုဗ္ဗော၊ လောဟိတံ သေ
ဒေါ မေဒေါ၊ အဿု ဝဿာ ခေဋ္ဌော သိဃံဏိကာ လသိ
ကာ မုတ္တံ။ ။

နိဗ္ဗာန်ရရန် အကြောင်းမှန် တရားသုံးပါး

- ၁။ သဗ္ဗသင်္ခါရာ အနိစ္စာ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။ ။
- ၂။ သဗ္ဗ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။ ။
- ၃။ သဗ္ဗ ဓမ္မာဒနတ္တာ၊ ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊ သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။ ။

အာသိသ ပတ္တနာ

- ၁။ ဟံ ပတ္တံ ကုသလံ တဿ၊
အာနုဘာဝေန ပါဏိနော၊
အဗ္ဗ သုဗ္ဗ ဣဇာဒ၊
ဥတှာ ဓမ္မံ သုခါယဟံ။
၂။ ဟံ ဗုဒ္ဓံ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊
သုခါယ ပဋိပတ္တိယာ၊
အဘောကမနုပါယာဘံ၊
နိဗ္ဗာန သုခမုတ္တမံ။ ။

၃။ စိရံ တိဋ္ဌတု သဒ္ဓမ္မော၊

‘ဓမ္မေ ဟောန္တု သ.ဂါရဝါ၊

သဗ္ဗေပိ သတ္တာ ကာလေန၊

သဒ္ဓာ ဒေဝေါ ပဝဿတု။ ။

၄။ ယထာ ရက္ခိံသု ပေါရာဏာ၊

သု-ရာဇာနော တထေ.ဝိးမံ၊

ရာဇံ ရက္ခတု ဓမ္မေန၊

အတ္တနောဝ ပဇိ ပဇိ။ ။

အန္တရာယ်ကင်း ဂါထာတော်များ

၁။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ဣဒ္ဓိပတ္တာ ပစ္စေကာနဉ္စ ယာဣဒ္ဓိ။

အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခိံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၂။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ခေမပတ္တာ၊ ပစ္စေကာနဉ္စ ယောဘေမော။

အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခိံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။ ။

၃။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ လာဘပတ္တာ၊ ပစ္စေကာနဉ္စ ဝောဘလော။

အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခိံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။

၄။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ဝိနပတ္တာ ပစ္စေကာနဉ္စ ဝိနပိနာ။

အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခိံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။ ။

၅။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ဟောပတ္တာ၊ ပစ္စေကာနဉ္စ ဟောပိနာ။

အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခိံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။ ။

၆။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ဗလပတ္တာ၊ ပစ္စေကာနဉ္စ ယံဗလံ။

အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန ရက္ခိံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။ ။

- ၇။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ ယသပတ္တာ၊ ပစ္စေကာနဉ္စ ယောယသော။
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။
- ၈။ သဗ္ဗေဗုဒ္ဓါ သိရီပတ္တာ၊ ပစ္စေကာနဉ္စ ယာသိရီ။
 အရဟန္တာနဉ္စ တေဇေန၊ ရက္ခံ ဗန္ဓာမိ သဗ္ဗသော။ ။

[၃] အန္တရာယ်ကင်းဆိုင်ရာ အခန်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မဝါ

သုဏာတု မေ *ဘန္တေ သံ*ဃော၊ ဣမေ အမနုဿာ
 ယ*က္ခ ဝ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္မဏ္ဏ နာဂါ စဏ္ဍာ ရု*ဒ္ဓါ ရ*ဘဿ
 အဒယာလုကာ ဝိဟေသကာ ဣမေသံ စဏ္ဍတာ ရု*ဒ္ဓတာ
 ရာ*ဘဿံ အဒယာလုကတာ ဝိဟေသကတာ ဒိဿန္တိစေ
 သုယျန္တိစ၊ ကုလာနိစ ဣမေဟိ ဝိဟေသိတာနိ ဒိဿန္တိစေ
 သုယျန္တိစ၊ ယဒိသံ*ဃဿ ပတ္တကလ္လံ၊ သံ*ဃော ဣမေသံ
 အမနုဿာနံ ယ*က္ခ ဝ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္မဏ္ဏ နာဂါနံ ဣမသ္မာ
 (ဝေဟာ) ဣမသ္မာ အာရာမာ ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မံ ကရေယျ၊
 န ဣမေဟိ အမနုဿေဟိ ပ*က္ခ ဝ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္မဏ္ဏ
 နာဂေဟိ ဣမေဟိ (ဝေဟာ) ဣမသ္မိ အာရာမေ ဝ*က္ခန္တိ
 သော ဥတ္တိ။

ယုဏာတု မေ*ဘန္တေ သံ*ဃော၊ ဣမေ အမနုဿာ၊
 ယ*က္ခ ဂ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္ဘဏ နာဂါ စဏှာ ရု*ဒ္ဓါ ရ*သာသ၊
 အဒယာလုကာ ဝိဟေသကာ ဣမေသံ စဏှတာ ရု*ဒ္ဓတာ
 ရာ*ဘဿ အဒယာလုကာတာ ဝိဟေသကာတာ ဒိဿန္တိစေဝ
 သုယုန္တိစ၊ ကုလာနိစ ဣမေဟိ ဝိဟေသိတာနိ ဒိဿန္တိစေဝ
 သုယုန္တိစ၊ သံ*ဃော ဣမေသံ အမနုဿာနံ ယ*က္ခ ဂ*န္တဗ္ဗ
 ကု*မ္ဘဏ နာဂါနံ ဣမသ္မာ (ဂေဟာ) ဣမသ္မာ အာရာမာ
 ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မံ ကရေတိ။ န ဣမေဟိ အမနုဿေဟိ
 ယ*က္ခ ဂ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္ဘဏ နာဂေဟိ ဣမသ္မိံ (ဂေဟေ)
 ဣမသ္မိံ အာရာမေ ဝ*တ္ထဗ္ဗန္တိ၊ ယဿာယသ္မတော*ခမတိ
 ဣမေသံ အမနုဿာနံ ယ*က္ခ ဂ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္ဘဏ နာဂါနံ
 ဣမသ္မာ (ဂေဟာ) ဣမသ္မာ အာရာမာ ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မဿ
 ကရဏံ၊ န ဣမေဟိ အမနုဿေဟိ ယ*က္ခ ဂ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္ဘဏ
 နာဂေဟိ ဣမသ္မိံ (ဂေဟေ) ဣမသ္မိံ အာရာမေ ဝ*တ္ထဗ္ဗန္တိ၊
 သောတုဏှဿ ယဿန*က္ခ မတိသော*ဘာသေယျ။ ဒုတိယမ္ပိ
 တေမ*တ္ထံ ဝဒါမိ။ တတိယမ္ပိ တေမ*တ္ထံ ဝဒါမိ။

ကတံ သံ*ဃေန ဣမေသံ အမနုဿာနံ ယ*က္ခ ဂ*န္တဗ္ဗ
 ကု*မ္ဘဏ နာဂါနံ ဣမသ္မာ (ဂေဟာ) ဣမသ္မာ အာရာမာ
 ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မဿ ကရဏံ၊ န ဣမေဟိ အမနုဿေဟိ
 ယ*က္ခ ဂ*န္တဗ္ဗ ကု*မ္ဘဏ နာဂေဟိ ဣမသ္မိံ (ဂေဟေ)
 ဣမသ္မိံ အာရာမေ ဝ*တ္ထဗ္ဗန္တိ။ *ဃေသံ သံ*ဃဿ တသ္မာ
 တုဏှိ ဝေမေတံ*ခာရယာမိတိ။

ပံဗွာဇနိယ ကမ္ပဝါနိဿယ

ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရားတို့။ သံဃော၊ သံဃာတော်သည်။
 မေ၊ အကျွန်ုပ်၏။ ဝစနံ၊ စကားကို။ သုဏာတု၊ နာတော်
 မူလေဘူ။ စက္ကာ၊ ကြမ်းတမ်းကုန်သော။ ရုဒ္ဓါ၊ ကုသိုလ်
 တရားကို ဆို့ပိတ်တတ်ကုန်သော။ ရာဘဿ၊ မကောင်းမှု
 အကျင့်ရှိလိမ့်မရှိဟုတရားကို အားထုတ်ကုန်သော။ အဒယာ-
 လုကာ၊ သနားခြင်းကရုဏာ အလွန်ကင်းကုန်သော။ ဝိဟေ-
 သကာ၊ သတ္တဝါတို့အား ရက်ရက်စက်စက် မညှာမတာ
 ညည်းဆဲနှိပ်စက်ဘက်ကုန်သော။ အမနုဿာ၊ လူဇာတ်စင်စစ်
 မဟုတ်ကုန်သော။ ဣမေ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ ကုမ္ဘဏ္ဍ နဂါ၊ ဤ
 ဘီလူး။ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊ အစိမ်း၊ သူရဲ၊ သင်းကွဲ
 ပြိတ္တာ၊ လူကို ဖမ်းစားတတ်သော၊ တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်၊ နတ်
 ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာဟူသမျှ အပေါင်းတို့သည်။ လောကသ္မိံ၊
 လောက၌။ အတ္တိံ၊ သန္တိ၊ ထင်ရှားရှိကုန်၏။

ဥပဿံ၊ ဤဘီလူးကသော သတ္တဝါတို့၏။ စက္ကာဘာ၊
 ကြမ်းတမ်း ညည်းဆဲဖြစ်သည်၎င်း။ ရုဒ္ဓတဘူ၊ ကုသိုလ်တရားကို
 ဆို့ပိတ်တတ်သည်၏ အဖြစ်သည်၎င်း။ ရာဘဿံ၊ မကောင်းမှု
 အကျင့်ရှိလိမ့်မရှိဟုတရားကို အားထုတ်တတ်သည်၏ အဖြစ်
 သည်၎င်း။ အဒယာလုကာ၊ သနားခြင်း ကရုဏာအလွန်ကင်း
 သည်၏ အဖြစ်သည်၎င်း။ ဝိဟေသကာ၊ သတ္တဝါတို့အား ရက်
 ရက်စက်စက် မညှာမတာ ညည်းဆဲ နှိပ်စက်တတ်သည်၏အဖြစ်

သည်၎င်း။ ဒိဿန္တိစေတိ၊ ထင်လည်း ထင်ကုန်၏။ သုယုန္တိစ၊
 ကြားလည်း ကြားအပ်ကုန်၏။ ဣမေဟိ၊ ဤဘီလူးစသော
 သတ္တဝါတို့သည်။ ဝိဟေသိတာနိ၊ ညဉ့်ဆဲ နှိပ်စက်အပ်
 ကုန်သော။ ကုလာနိစ၊ အမျိုးတို့သည်လည်း။ ဒိဿန္တိစေတိ၊
 ထင်လည်း ထင်ကုန်၏။ သုယုန္တိစ၊ ကြားလည်း ကြားအပ်
 ကုန်၏။

သံဃဿ သံဃေန၊ သံဃာတော်သည်။ ပတ္တပတ္တိ၊
 လျှောက်ပတ်သောအခါသည်။ ယဒိဟောတိ၊ အလျော်ရှိ
 ရှိသည်ဖြစ်အံ့။ သံဃော၊ သံဃာတော်သည်။ အမနုဿေဟိ၊
 လူဇာတ် စင်စစ်မဟုတ်ကုန်သော။ ဣမေဟိ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ
 ကုမ္ဘဏ္ဍာဂေဟိ၊ ဤဘီလူး ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊
 အစိမ်း၊ သူရဲ၊ သင်းကဲ့ပြိတ္တာ လူကိုဖမ်းစားတတ်သော
 တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်၊ နတ်ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာဟူသမျှ အပေါင်းတို့
 သည်။ ဣမသ္မိံ (ဂေဟေ)၊ ဤ()အိမ်၌။ ဣမသ္မိံ
 အာရာမေ၊ ဤ()အရာမ၌။ နဝတ္ထဗ္ဗံ၊ မနေအပ်။ ဣတိ၊
 ဤသို့။ အမနုဿာနံ၊ လူဇာတ်စင်စစ် မဟုတ်ကုန်သော။
 ဣမေသံ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ ကုမ္ဘဏ္ဍ နဂါနံ၊ ဤဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊
 ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊ အစိမ်းသူရဲ၊ သင်းကဲ့ပြိတ္တာ လူကိုဖမ်းစား
 တတ်သော တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်၊ နတ်ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာ ဟူသမျှ
 အပေါင်းတို့ကို။ ဣမသ္မာ၊ (ဂေဟေ) ဤ()အိမ်မှ။
 ဣမသ္မာ အာရာမာ၊ ဤ() အရာမမှ။ ပဗ္ဗဇနိယကမ္ပံ၊

နှင်ထုတ်ခြင်းအမှုကို။ ကရေယျ၊ ပြုရာ၏။ သော၊ ဤသည်
ကား။ ဥတ္တိ၊ ရှေးဦးစွာသိစေခြင်းတည်း။

ဘန္တေ၊ အရှင်ဘုရားတို့။ သံသော၊ သံဃာတော်သည်။
မေ၊ အကျွန်ုပ်၏။ ဝစနံ၊ စကားကို။ သုဏာတု၊ နာ
တော် မူလော့။ စဏှာ၊ ကြမ်းတမ်းကုန်သော။ ရုဒ္ဓါ၊
ကုသိုလ် တရားကို ဆို့ပိတ်တတ် ကုန်သော။ ရာဘဿ၊
မကောင်းမှု အကုသိုလ် ဒုစရိုက် တရားကို အားထုတ်တတ်
ကုန်သော။ အဒယာလုကာ၊ သနားခြင်း ကရုဏာ အလွန်
ကင်းကုန်သော။ ဝိဟေသကာ၊ သတ္တဝါတို့အား ရက်ရက်
စက်စက် မညှာမတာ ညှဉ်းဆဲ နှိပ်စက်တတ် ကုန်သော။
အမနုဿာ၊ လူဇာတ် စင်စစ် မဟုတ်ကုန်သော။ ဣမေယက္ခ
ဂန္ဓဗ္ဗ ကုမ္ဘဏှ နာဂါ၊ ဤဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်နဂါး၊
အစိမ်းသူရဲ သင်းကဲ့ ပြိတ္တာ လူကို ဘမ်းစား တတ်သော
တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ် နတ်၊ ဘီလူး နတ်မိစ္ဆာဟူသမျှ အပေါင်း
တို့သည်။ လောကသ္မိံ၊ လောက၌။ အတ္တိ သန္တိ၊ ထင်ရှား
ရှိကုန်၏။

ဣမေသံ၊ ဤဘီလူး စသော သတ္တဝါတို့၏။ ဧဏှတာ၊
ကြမ်းတမ်းသည်၏ အဖြစ်သည်၎င်း။ ရုဒ္ဓတာ၊ ကုသိုလ်
တရားကို ပိတ်ဆို့တတ်သည်၏ အဖြစ်သည်၎င်း။ ရာဘဿံ၊
မကောင်းမှု အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တရားကို အားထုတ်တတ်
သည်၏ အဖြစ်သည်၎င်း။ အဒယာလုကာ၊ သနားခြင်း

ကရုဏာ အလွန်ကင်းသည်၏ အဖြစ်သည်၎င်း။ ဝိဟေသက
တာ၊ သတ္တဝါတို့အား ရက်ရက်စက်စက် မညှာမတာ ညှဉ်း
ဆဲ နှိပ်စက် တတ်သည်၏ အဖြစ်သည်၎င်း။ ဒိဿန္တိစေတိ၊
ထင်လည်း ထင်ကုန်၏။ သုယုန္တိစ၊ ကြားလည်း ကြားအပ်
ကုန်၏။ ဣမေဟိ၊ ဤဘီလူး စသော သတ္တဝါ တို့သည်။
ဝိဟေသိတာနိ၊ ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်အပ် ကုန်သော။ ကုလာနိစ၊
အမျိုးတို့ သည်လည်း။ ဒိဿန္တိစေတိ၊ ထင်လည်း ထင်ကုန်၏။
သုယုန္တိစ၊ ကြားလည်း ကြားအပ်ကုန်၏။

သံဃော၊ သံဃာတော်သည်။ အ မနုဿေဟိ၊ လူဇာတ်
စင်စစ် မဟုတ် ကုန်သော။ ဣမေဟိ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ ကုမ္ဘဏ္ဍာ
နာဂေဟိ၊ ဤဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ် နဂါး၊ အစိမ်းသူရဲ
သင်းကဲ့ပြီတ္တာ၊ လူကို ဘမ်းစားတတ်သော တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်
နတ်ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာ ဟူသမျှ အပေါင်း တို့သည်။ ဣမသ္မိံ
ဂေဟေ၊ ဤ()အိမ်၌။ ဣမသ္မိံ အာရာမေ၊ ဤ()အရာမ်
၌။ နဝတ္ထဗ္ဗံ၊ မနေအပ်။ ဣတိ၊ ဤသို့။ အ မနုဿာနံ၊
လူဇာတ်စင်စစ် မဟုတ် ကုန်သော။ ဣမေသံ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ
ကုမ္ဘဏ္ဍာန ဂါနံ၊ ဤဘီလူး ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊ အစိမ်း၊
သူရဲ၊ သင်းကဲ့ပြီတ္တာ လူကို ဘမ်းစား တတ်သော တစ္ဆေ၊
မြေဘုတ်၊ နတ်ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာ ဟူသမျှ အပေါင်းတို့ကို။
ဣမသ္မိံ၊ (ဂေဟေ၊) ဤ()အိမ်မှ။ ဣမသ္မိံ အာရာမာ၊
ဤ()အရာမ်မှ။ ပဗ္ဗာဇနိယကမ္ပံ၊ နှင်ထုတ်ခြင်း အမှုကို။
ကရောတိ၊ ပြု၏။

အာယသ္မတော၊ ရှည်သော သက်တော် ရှိသော၊
ယဿ၊ အကြင်အရှင်အား။ အ မနုဿဟိ၊ လူဇာတ် စင်
စစ် မဟုတ် ကုန်သော။ ဣမေဟိ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ ကုမ္ဘဏှ နာဂေ
ဟိ၊ ဤဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊ အစိမ်း၊ သူရဲ
သင်းကဲ့ပြီတ္တာ၊ လူကို ဘမ်းစား တတ်သော တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်
နတ်ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာ ဟူသမျှ အပေါင်း တို့သည်။ ဣမသ္မိံ
(ဂေဟေ) ဤ () အိမ်၌။ ဣမသ္မိံ အာရာမေ၊ ဤ ()
အရာမ၌။ န ငတ္ထဗ္ဗံ၊ မနေအပ်။ ဣတိ၊ ဤသို့။
အ မနုဿာနံ၊ လူဇာတ် စင်စစ် မဟုတ်ကုန်သော။ ဣမေသံ
ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ ကုမ္ဘဏှ နာဂါနံ၊ ဤ ဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊
ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊ အစိမ်း၊ သူရဲ၊ သင်းကဲ့ပြီတ္တာလူကို ဘမ်းစား
တတ်သော တစ္ဆေ မြေဘုတ် နတ်ဘီလူး နတ်မိစ္ဆာ ဟူသမျှ
အပေါင်းတို့ကို။ ဣပသ္မာ၊ (ဂေဟာ) ဤ () အိမ်မှ။ ဣမသ္မာ
အာရာမာ၊ ဤ () အရာမမှ။ ပဗ္ဗဇနိယ ကမ္မဿ၊ နှင်
ထုတ်ခြင်းအမှုကို။ ကရဏံ၊ ပြုခြင်းကို။ ခမတိ၊ နှစ်သက်၏။
သော၊ ထိုနှစ်သက်သော ရဟန်းရှင်လူ များဗိုလ်လူသည်။
တုဏှိ၊ ဆိတ်ဆိတ်နေသည်။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ အာယသ္မတော၊
ရှည်သော သက်တော်ရှိသော။ ယဿ၊ အကြင်သူအား။
နက္ခမတိ၊ မနှစ်သက်။ သော၊ ထိုမနှစ်သက်သော ရဟန်း
ရှင်လူများဗိုလ်လူသည်။ ဘာသေယျ၊ မနှစ်သက်ပါဘုရားဟု
လျှင်မြန်စွာ ပြောဆိုရာ၏။

ဒုတိယမ္ပိ၊ နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း။ ဧတံ အတ္ထံ၊ ဤ
 အနက်ကို။ ဝဒါမိ၊ ဆို၏။ တတိယမ္ပိ၊ သုံးကြိမ်မြောက်
 လည်း။ ဧတံ အတ္ထံ၊ ဤအနက်ကို။ ဝဒါမိ၊ ဆို၏။ သံသေန၊
 သံသာတော်သည်။ အမနုဿေဟိ၊ လူဇာတ်စင်စစ် မဟုတ်
 ကုန်သော။ ဣမေဟိ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ ကုမ္ဘဏ္ဍ နာဂေဟိ၊
 ဤဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊ အစိမ်း၊ သူရဲ၊ သင်းကဲ့
 ပြိတ္တာ၊ လူကိုဖမ်းစားတတ်သော တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်၊ နတ်
 ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာ ဟူသမျှ အပေါင်းတို့သည်။ ဣမသ္မိံ၊
 (ဂေဟေ)။ ဤ()အိမ်၌။ ဣမသ္မိံ အာရာမေ၊ ဤ()
 အရာ၌။ နာတ္ထဗ္ဗံ၊ မနေအပ်။ ဣတိ၊ ဤသို့။ မနုဿာနံ၊
 လူဇာတ်စင်စစ် မဟုတ်ကုန်သော။ ဣမသံ ယက္ခ ဂန္ဓဗ္ဗ
 ကုမ္ဘဏ္ဍ နာဂါနံ၊ ဤဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါး၊
 အစိမ်း၊ သူရဲ၊ သင်းကဲ့ပြိတ္တာ၊ လူကိုဖမ်းစားတတ်သော
 တစ္ဆေ၊ မြေဘုတ်၊ နတ်ဘီလူး၊ နတ်မိစ္ဆာဟူသမျှ အပေါင်း
 တို့ကို။ ဣမသ္မာ၊ (ဂေဟာ)။ ဤ()အိမ်မှ၊ ဣမသ္မာ
 အာရာမာ၊ ဤ()အရာမှ၊ ပဗ္ဗဇနိယ ကမ္မဿံ၊ နှင်
 ယုတ်ခြင်းအမှုကို။ ကရဏံ၊ ပြုခြင်းကို။ ကတံ၊ ပြုအပ်ပြီ။

သံရာဿ၊ သံသာတော်အား။ ယသ္မာ၊ အကြင်ကြောင့်။
 ခမာမိ၊ နှစ်သက်၏။ ကသ္မာ၊ ထိုသို့နှစ်သက်သည်၏ အဖြစ်
 ကြောင့်။ တုက္ခိ၊ ဆိုက်ဆိတ်နေသည်။ ဘဝိတဉ္စ၊ ဖြစ်ရာ၏။
 ဧဝံ ဣမိနာ တုက္ခိ ဘာဓော၊ ဤသို့ ဆိတ်ဆိတ်နေသဖြင့်။

(၂၅၇)

ကျားကူးဝတ်ရွတ်စဉ်

တေံ ခမန ဘာဝံ၊ ဤသို့နှင်သက်သည်၏ အဖြစ်ကို။ ဓာရ-
ယာမိ၊ မှတ်ရ၏။

ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မဝါစာ နိဿယ ပြီး၏။

ပဗ္ဗာဇနိယ ကမ္မဝါဘတ်ရွတ်ရန် အစီအစဉ်

ဤ()ပိုင်သော အိမ်၌ဖြစ်စေ ဤ()ပိုင်သော
အိမ်၏ အရာ၌ဖြစ်စေ လူကို မူးအောင် ဝေအောင်
မောအောင် ပန်းအောင် ဖျားအောင် နာအောင် ခေါင်း
ကိုက်အောင် နှလုံးတုန်လှုပ်အောင် မေ့လျော့အောင် ငိုခြင်း
ရယ်ခြင်းရှိအောင် ပြုလုပ်တတ်သောဘိလူး ဂန္ဓဗ္ဗနတ် ကုမ္ဘဏ်
နဂါးအစိမ်း သူရဲ သင်းကဲ့ပြိတ္တာ တစ္ဆေ မြေဘုတ် ဘိလူး
နတ်မိစ္ဆာများရှိတာကို (အိမ်ရှင်များက နှစ်သက်သလား
မရှိတာကို နှစ်သက်သလား) ဟု ၃ကြိမ်စစ်မေးရမည်၊ မရှိ
တာကိုနှစ်သက်သော် (မရှိတာကို နှစ်သက်ပါသည်) ဟု
၃ ကြိမ်လျှောက်၊ ထိုအခါ ကမ္မဝါဖတ်လျှင် ပုဂ္ဂိုလ်များက
အမိန့်ရှိရန်မှာ--

ဤအိမ်သည် ဒါနသီလစသည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုများစွာ
ပြု၍ နေသောသူတို့၏ နေရာဖြစ်၏၊ ငါ့ရှင်တို့သည် လူ
သုတော်ကောင်းများနှင့် တအိမ်တည်း တရာမတည်း
နေခြင်းငှါ မလျှောက်ပတ် သံဃာတော်များကလည်း

သဘောမတူ မနှစ်သက် ထို့ကြောင့် အရပ်လေးမျက်နှာကို အစိုးရသော စတရဌ ဝိရဌက ဝိရူပက္ခ ကုဝေရ စသော နတ်မင်းကြီး လေးပါးထံ သင့်လျော်လျောက်ပတ် ကောင်း မြတ်သောနေရာ တောင်း၍ (ချမ်းသာစွာနေချေ အကြင် အရပ်၌ နေခြင်းငှါ အခွင့်ရ၏။ ထိုအရပ်မှာနေချေ) ဟု မေတ္တာနှင့် နေရာချပေးခြင်းကို ပြုပါ။ မပေးခဲ့လျှင် အလွန် ဆင်းရဲနေလိမ့်မည်။ ဤ ကမ္မဝါစာကို နေရာတကျပတ်လျှင် နတ်ဆိုးနတ်ဝါးမှန်က မုချမနေနိုင်မှတ်ပါ။ စုန်းခေါ်သော ရွာသူတို့မှာ လူဖြစ်၍ အရပ်တပါးကို မပြောင်းမရွှေ့ ထင်ရှားစွာကား ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ ပုန်းကွယ်၍ကား မနေဝံ့။ ထို့ကြောင့် အရမ်းမဘက်ဘဲနှင့် အထူးသတိပြုကြပါ။ မြန်မာလို အိမ်ရှင်တို့ကို စစ်ဆေးလိုသော် ကွင်းထားသော နေရာ၌ အိမ်ရှင်၏အမည်ကို ထည့်ပါ။ လူမမာများကို စစ် ဆေးလိုသော် ၎င်း၏အမည်ကို ထည့်ပါ။

သတိပြုရန်အချက်များ

- ၁။ အချက်။ ။ သိထိလ၊ ဓနိတ၊ နိဂ္ဂဟိတန္တ၊ မကောရန္တ၊ ဒီဃ၊ ရဿ၊ ဂရု၊ လဟု စသည်များကို အထူးသတိထားပြီး ဘတ်ရမည်။
- ၂။ အချက်။ ။ သားငါးစသည်ကို ရှောင်၍ ဆားဟင်း များကိုစားပြီး ရွတ်ဘတ်လျှင် သာ၍ပင်

အာဏာ စူးရှ၏ အစိမ်းသူရဲများသည်
အထူးကြောက်၏။

၃။ အချက်။ ။လူမမာပင့်ခေါ်လာလျှင် လူမမာ၏အနီး
အနားက နေပြီး ရဟန်း ခံသောအခါ
ရဟန်းလောင်းနှင့် ဟတ္ထပါသ်စပ်သကဲ့သို့
ဝိုင်းရံ၍ ရွတ်ဘတ်ရမည် သို့မှအာနိသင်
စူးရှမည်။

၄။ အချက်။ ။ကမ္မဝါ ဘတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ
(အာဏာတည်) ရှိစေရမည်၊ (အာဏာ
တည်)ဟူသည်ကား ဆေးဝါး မန္တရားကို
ဆိုသည်မဟုတ် မြတ်စွာဘုရား ပညတ်
တော်မူသော သိက္ခာပုဒ်တော် များကို
မကျိုးမပေါက်ရအောင် စောင့်ရှောက်
ရမည်ကို ဆိုလိုသည်၊ ဘုရားအာဏာတော်
သည် ကိုယ်ခန္ဓာ အိမ်မှာတည်မှ ကိုယ်
အာဏာလည်း အစိမ်းသူရဲ စသည်တို့
အပေါ်မှာ တည်မည်၊ စဉ်းစားကြလေ။

၅။ အချက်။ ။အနဲဆုံး လေးပါးရွတ်ဘတ်ရမည်၊ ပိုလွန်
လျှင် သာ၍ပင် ကောင်း၏။
အန္တရာယ်ကင်းဆိုင်ရာအခန်း ပြီး၏။

[၁] အချိန်ပြ ပြက္ခဒိန်

လအမည်	အရံတက် နာရီ မိနစ်	နေထွက် နာရီ မိနစ်	နေဝင် နာရီ မိနစ်
တန်ကူး	၅ ၀	၆ ၀	၆ ၀
ကဆုန်	၄ ၅၀	၅ ၅၀	၆ ၁၀
နယုန်	၄ ၄၀	၅ ၄၀	၆ ၂၀
ဝါဆို	၄ ၃၀	၅ ၃၀	၆ ၃၀
ဝါခေါင်	၄ ၄၀	၅ ၄၀	၆ ၂၀
တော်သလင်း	၄ ၅၀	၅ ၅၀	၆ ၁၀
သီတင်းကျွတ်	၅ ၀	၆ ၀	၆ ၀
တန်ဆောင်မုန်း	၅ ၁၀	၆ ၁၀	၅ ၅၀
နတ်တော်	၅ ၂၀	၆ ၂၀	၅ ၄၀
ပြာသို	၅ ၃၀	၆ ၃၀	၅ ၃၀
တပို့တွဲ	၅ ၂၀	၆ ၂၀	၅ ၄၀
ဘပေါင်း	၅ ၁၀	၆ ၁၀	၅ ၅၀

လ	နာရီ	မိနစ်
ကူး	သောင်း	နှေးတုံ၊
သုံ	ပေ	မီးနင်း၊
ယုံ	မင်း	လှတန်၊
ဆုံ	ပြန်	ဆယ်ထပ်၊
ခေါင်	ပြတ်	လည်တုံ၊
တော်	ပျို	ပြန်နက်၊
ကျွတ်	ဟိန်	တူင်တင်၊
ိုး	သက်	အောင်ထိပ်၊
နတ်	သာ	ချိပ်တည်း၊
သို	သိပ်	စိုးနန်း၊
တဲ	သန်း	ခေါင်ရွှေ၊
ပေါင်း	သင်း	အင်တွေ။

အရုဏ်တက်နှင့် နေထွက်-နေဝင်ပြ လက်၁

ကူးသောင်းနှေးတုံ ဆုံပေမီးနင်း ယုံမင်းလှတန်
 ဆုံပြန်ဆယ်ထပ် ခေါင်ပြတ်လည်တုံ တော်ပျိုပြန်နက်
 ကျွတ်ဟိန်တူင်တင် မုန်းသက်အောင်ထိပ် နတ်သာချိပ်တည်း
 သိုသိပ်စိုးနန်း တဲသန်းခေါင်ရွှေ ပေါင်းသင်းအင်တွေ စနေ
 နံမှ သည်ပြလျက် ကြွင်းသမျှကို နံသင့်ဆိုသည် ဗဟို
 နေထွက်-နာရီတည်း။ တနာရီကို နောက်ဆုတ်ဆိုသည်
 ဗဟိုအရံ -အချိန်တည်း။

ဤလင်္ကာ၌ လေးလုံးစီရှိရာတွင် ပဌမအလုံးမှ လ,ကို ယူလျက်၊ ဒုတိယအလုံးမှာ နံသင့်, စက်နာရီဂဏန်းကိုယူပြီး လျှင် တတိယနှင့် စတုတ္ထအလုံးများမှာ မိနစ်,ဆယ်ဂဏန်း ခု,ဂဏန်းတို့ကိုယူရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ “ကူးသောင်းနှေးတုံ” ဆိုသော လင်္ကာပိုဒ်တွင် ကူး, မှာ အတာကြူးသော တာကူးသင်းကြန့်လ၌ သောင်း အရ နံသင့် ၆-နာရီ ယူပြီးလျှင် “နှေးတုံ” အရ စနေနံ မှာ သုညပြလျက် ဆိုသည့်အတိုင်း သုညနှစ်လုံး ဖြစ်နေသဖြင့် မိနစ်စွန်းမရှိတော့ဘဲ ၆ နာရီတိတိတွင် နေထွက်သည် ဟု ဆိုလိုပါသည်။ - အရုဏ်တက်ချိန်မှာ တနာရီ နောက်ဆုတ် ဆိုသည့်အတိုင်း တာကူးလတွင် ၆-နာရီနေထွက်သော် တနာရီ မိနစ် ၆၀ တိတိ နောက်ဆုတ်၍ ၅-နာရီတိတိတွင် နေထွက်၍ ၄-နာရီမိနစ် ၅၀-တွင် အရုဏ်တက်ပါသည်။

“တာသံတော်” သူကအော်နှင့် “နသော်ချစ်တိုး” ဝါသုဆိုးတွင် ခေါင်သိုးကြံနဲ့ လင်းသန့်အောင်တူ သသူ နယ်တင့် အောင်ပန်းပွင့်တည်း။ နတ်ဖြင့်လည်းတုန် ပြာမဲ့ စွန်တိုး အပြန်လှန်တောင်း ငပင်းမျှမှီနယ် ရွှေဝယ်နံသင့် ယူရန်ပွင့်သည် ဒေါင်းမင်းသူရိန် ဝင်ချိန်တည်း။

နေဝင်ချိန်မှာလည်း “တာသံတော်” ဆိုသည့်အတိုင်း တာကူးလတွင် ၆-နာရီ နေဝင်၏။ “ကသူအော်” နှင့် ကဆုန်လတွင် ၆-နာရီ ၁၀-မိနစ်တွင် နေဝင်သည်။ ဤသို့ စသည်ဖြင့် ကြွင်းလမျှားကိုပါ ယူကတ်စေရာ၏။

အပြီးအဆုံး နိဂုံးကဗျာ

နိဂုံးကမ္ပတ် အဆုံးသတ် ရေးမှတ်တော့မည်မှာ၊
သုဌ်အဌ် ဒွ-ဇစ် သက္ကရာဇ် ဖွားလစ်ချိန်အခါ၊
ညဉ့်အချိန်မှာ ၃-နာရီသာ ထူးထဲမိုးဖွဲ့ရွာ၊
စန်းလျင်ဓနု မိဂသီပြု လက်ရွှေမကာရာ၊
တပို့တဲမာသတ် ပြည့်ကျော်လတ် ဧကံဒသ်-နေအင်္ဂါ၊
ကူခန်းကူသန်း ပုခန်းခေါ်ရာ ဤနယ်မှာ၊
ဇာတိရေစကြို့ ကျောမကြားဆို ဖွားသိုချက်မြုပ်ရွာ၊
အကြောင်းကံလျော် ပဝတ္ထိနော် မြို့တော်ရန်ကုန်မှာ၊
ကျားကူးသမိုက် ဤကျောင်းတိုက် ပျော်ပိုက်နေချိန်ခါ၊
၁၂၃၄-တွက်ရေးခုနှစ် သက္ကရာဇ် ရောက်လစ်ချိန်အခါ၊
နယံမာသ ဆန်းပက္ခ နဝ-ရက်မြတ်မှာ၊
ဝတ်ရွတ်စဉ်တရပ် ပြီးဆုံးလတ် နေမှတ် စနေသာ၊
ညှိုးညှိုးညံ့ညံ့ မိုးချိန်းသံ ကြားပြန်ချိန်ကာလာ၊
သာသနာ့ရောင်ဝါ နေထက်သာ ထွက်ဖြာရှိန်အဝါ၊
ဝတ်ရွတ်စဉ်ကျမ်း ခိုမှီးငြမ်းက မဂ်ရပို့ငှာဝင်၊
နိဗ္ဗာန်မြင် လျင်လျင်ကျိုးများစွာ။
