မှတ်သားဖွယ်ရာ

ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အညွှန်း

ပြည်ထောင်စု မြန်မာနိုင်ငံတော် အစိုးရ
သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

သာသနာ-၂၅၃၉ ကောဇာ-၁၃၅၇ ခရစ်-၁၉၉၅

ရန်ကုန်မြို့၊ ကမ္ဘာအေး၊ သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်၌
ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးညွန့်မောင်
(မှတ်ပုံတင်အမှတ် ၀၂၄၀၅/၀၂၅၂၇)က
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

မှတ်သားဖွယ်ရာ
ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အညွှန်း
မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	နိဒါန်း	[က]
၁။	ဗုဒ္ဓရတနာ	၁
၂။	ဓမ္မရတနာ	၂၁
၃။	သံဃရတနာ	၄၀
၄။	ဒါန	၄၆
၅။	သီလ	၆၄
၆။	မင်းကျင့်တရား	၈၉
၇။	မေတ္တာ	၁၀၇
၈။	ပညာရှိနှင့်လူမိုက်	၁၀၉
၉။	ဘဝသင်ခန်းစာအဆုံးအမများ	၁၅၄
၁၀။	သံဝေဂဉာဏ်ပွားများရန်	၁၉၉
၁၁။	ကျမ်းညွှန်းသင်္ကေတ	၂၂၂

နိဒါန်း

ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ နိုင်ငံတော် ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှု တည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့သည် အဘက်ဘက်မှ ယိုယွင်း အားနည်းလာသော နိုင်ငံတော်အား ရှေးဦးစွာ စီးပွားရေး အခြေခံ မြင့်မားလာစေရန် နေ့မအား၊ ညမအား မနေမနား အားသွန်ခွန်စိုက် ကြိုးပမ်း ဆောင်ရွက်နေစဉ်မှာပင် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်စည်ပင်ပြန့်ပွား ထွန်းကားရေးအတွက် သာသနိကအဆောက်အအုံများ ဘက်စုံပြုပြင်မွမ်းမံခြင်း၊ အသစ်တည်ဆောက်ခြင်း၊ ပရိယတ္တိ, ပဋိပတ္တိ စရန့်စိဖြာကြိုးပမ်း ဆောင်ရွက်တော်မူကြသော သာသနာ့ ဝန်ထမ်းများနှင့် သာသနာနွယ်ဝင်များကို ပစ္စည်း(၄)ပါး ချီးမြှောက်လှူဒါန်းထောက်ပံ့မှုကိုလည်း မလစ်ဟင်းရအောင် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အညွှန်း

အခြားတစ်ဖက်မှလည်း နိုင်ငံသားတို့ အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်နှင့် အကျင့်စာရိတ္တ မြင့်မားလာစေရန်အတွက် ဘုရားဟောဒေသနာတော်များကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေဖြန့်ချိစေခဲ့သည်။ ထို့ပြင် ပါဠိဘာသာ မလေ့လာဖူးသူများ လွယ်ကူ ရှင်းလင်းစွာ ဖတ်ရှုနားလည်နိုင်စေရန် နိုင်ငံတော် ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှုတည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ၊ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေး ဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးသန်းရွှေသည် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ

ရေးသားပြုစု ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေခဲ့သော ဗုဒ္ဓဘာသာ ကျမ်းစာအုပ်အချို့၏ ခေါင်းစဉ်မာတိကာများကို အခါအားလျော်စွာ ဖော်ညွှန်းပေးလေ့ရှိသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာလက်စွဲ(ပထမတွဲ)၊ ဗုဒ္ဓ ဘာသာလက်စွဲ (ဒုတိယတွဲ)၊ ဗုဒ္ဓဘာသာကောင်းတစ်ယောက်၊ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော်(အခြေခံအဆင့်)၊ ဗုဒ္ဓဘာသာတရားတော် (အထက်တန်းအဆင့်)၊ ဗုဒ္ဓဘာသာ တရားတော် (အဆင့်မြင့်) ကျမ်းစာများကို ရေးသားပြုစုရာ၌ ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးသန်းရွှေသည် စိတ်ပါဝင်စားစွာ ဝေဖန် ဆွေးနွေးလျက် ပါဝင်သင့်သည့် ခေါင်းစဉ် မာတိကာများကို ချမှတ်ပေးလေ့ရှိသည်။

ယခုတစ်ဖန် ၁၉၉၄-ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလ(၄)ရက်နေ့တွင် နိုင်ငံတော် ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှု တည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ၊ ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးသန်းရွှေက သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ ဒုတိယဝန်ကြီး ဗိုလ်မှူးကြီးအောင်ခင်နှင့် သာသနာရေးဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဦးအံ့မောင်တို့ကို ခေါ်ယူ၍-

"ဗုဒ္ဓဘာသာမြန်မာနိုင်ငံသားများ တရားဆွေးနွေး ပြောဆိုကြရာ၌-
စိတ္တေန နီယတေ လောကော-
လောကကြီးကို စိတ်က ဆောင်ထားသည်။
အတ္တာဟိ အတ္တနော နာထော-
ကိုယ့်ကိုကိုယ်သာ အားကိုးရမည်။
ပါပသ္မိံ ရမတိ မနော-
စိတ်သည် မကောင်းမှု၌ မွေ့လျော်၏။
သဗ္ဗေ သတ္တာ အာဟာရဋ္ဌိတိကာ-
သတ္တဝါအားလုံးတို့သည် အစာအာဟာရ၌ မှီတည် ရ၏-

စသည်ဖြင့် ပါဠိပါဌ်သား ကိုးကား ထည့်သွင်း ပြောလေ့ ပြောထ ရှိကြသည်။

ယင်းသို့ ကိုးကားပြောဆိုနေကြသည့် ပါဠိများသည် ဘုရားဟောဒေသနာတော်မှာ တိုက်ရိုက်ပါ၊မပါ သိလိုသည်။ ဘုရားဟော ဒေသနာတော်မှာပါလျှင် ဘယ်ကျမ်းဂန်မှာ ပါသည်ဟု ကျမ်းကိုးကျမ်းကား ကျမ်းညွှန်း ဖော်ပြပေးရန် လိုသည်။ ဤလိုအပ်ချက်များကို အပြည့်အဝ ဖော်ပြနိုင်သည့် ကျမ်းငယ်တစ်ခု အမြန်ထုတ်ဝေနိုင်ရန် စီစဉ်ပါ"–ဟု ညွှန်ကြားပါသည်။

ကျမ်းပြုစုပုံ

ယင်းညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ဖြစ်မြောက်စေရန် ပါဠိတော်၊ အဋ္ဌကထာ၊ဋီကာကျမ်းများမှ မှတ်သားဖွယ်ရာ အဆိုအမိန့်များ၊ သင်ခန်းစာများ၊ လူ့ကျင့်ဝတ်များကို ဖော်ပြထားသည့်ပါဠိများကို ကျမ်းအမည်၊ စာမျက်နှာနံပါတ်နှင့်တကွ ရေးသား ထုတ်နုတ် စုဆောင်းခြင်း၊ အနက် မြန်မာပြန်ဆိုခြင်းများကို ပြုလုပ်ကြရာ၌ သာသနာရေးဦးစီးဌာနမှ အောက်ဖော်ပြပါ ပညာရှင်များက ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပါသည်–

(က)	ဦးထွန်းရွှေ	လက်ထောက်စာကြည့်တိုက်မှူး
(ခ)	ဦးစံတင်	ကျမ်းပြုမှူး
(ဂ)	ဦးသိန်းဦး	ကျမ်းပြုမှူး
(ဃ)	ဦးလှစိုး	သုတေသနမှူး
(င)	ဦးတင်အောင်ထွန်း	သုတေသနမှူး
(စ)	ဦးမျိုးအောင်	ကျမ်းပြုမှူး

(ဆ) ဦးထွန်းနိုင် ကျမ်းပြုမှူး
(ဇ) ဦးမြင့်နိုင် သုတေသနမှူး
(ဈ) ဦးလှဆန်းဝင်း လက်ထောက်စာကြည့်တိုက်မှူး

ယင်းသို့ ထုတ်နုတ်စုစည်းရရှိသည့်ပါဠိများကို စပ်ဆိုင်ရာ နီးစပ်ရာ ဆီလျော်ရာအခန်းကဏ္ဍများ ခွဲခြားစုစည်းခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ် ပြန်ဆိုရာ၌ စကားချောမောပြေပြစ်စေရန်နှင့် တိကျမှန်ကန် ပေါ်လွင်မှု ရှိစေရန် ပြင်ဆင်ခြင်း၊ တည်းဖြတ်ခြင်း လုပ်ငန်းများကို စာရေးသူ ကိုယ်တိုင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ရသည်။

အထောက်အကူပြုကျမ်း

ဤကျမ်းသည် ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အဆိုအမိန့်များကို ညွှန်ပေးထားခြင်းဖြစ်၍ တရားမှတ်စုကျမ်းလည်း ဖြစ်သည်။ ပိဋကတ် သုံးပုံအနှံ့မှ မှတ်ဖွယ်မှတ်ရာအဖြာဖြာတို့ကို အသင့်စုစည်း ပေးထား သကဲ့သို့ဖြစ်၍လည်း စာရှုသူတို့အနေနှင့် ဖတ်ရှုရုံသာမက ဆောင်ထား သင့်သော ကျမ်းစာတစ်စောင်ဟု ရည်ညွှန်းလိုပါသည်။ ကျမ်းညွှန်း အကိုးများ ခိုင်ခိုင်လုံလုံ ညွှန်းပေးထားသဖြင့် အညွှန်းပါ ထိုထိုကျမ်း များ၌ အကျယ်ကိုစာရှုသူတို့ လေ့လာဆည်းပူးနိုင်ကြမည် ဖြစ်ပါ သည်။

တောင်းပန်လွှာ

ဤကျမ်းစာငယ်ကို ဌာနဆိုင်ရာလုပ်ငန်းများ ရှုတ်ထွေး များပြားနေချိန်တွင် အချိန်တိုအတွင်း ပြုစုဆောင်ရွက်ရခြင်းဖြစ်၍ ရှေ့နောက် အစီအစဉ်နေရာတကျ မဖြစ်ခြင်း၊ စကားလုံး မချောမွေ့ မပြေပြစ်ခြင်း၊ အချို့ဘာသာပြန် စကားလုံးများမတိကျ မငုံမိခြင်း—

စသော ချို့ယွင်းချက် အားနည်းချက်များ ပါဝင် သွားသည့်အတွက် သည်းခံ ခွင့်လွှတ်နိုင်ကြပါရန် စာရှုသူများအား အနူးအညွတ် တောင်းပန်အပ် ပါသည်။ ယင်းအားနည်းချက်များကို ဒုတိယအကြိမ် ပြန်လည်ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည့်အခါ ပြုပြင်နိုင်ရန်အတွက် စာရှုသူများ ထံမှ အပြုသဘော ဝေဖန် အကြံဉာဏ် ပြုပေးကြပါရန်လည်း ထပ်လောင်း တောင်းပန် အပ်ပါသည်။

ကျေးဇူးတင်လွှာ

ဤမှတ်သားဖွယ်ရာ ဗုဒ္ဓသာသနာတော် အညွှန်းကျမ်း စာအုပ် ဖြစ်ပေါ်လာစေရန်အတွက် အကြံပြုရည်ညွှန်းပေးသော နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများအားလည်းကောင်း၊ ကျမ်းဂန်များမှ အချက်အလက်များကို ရှာဖွေစုဆောင်းပြုစုပေးကြသော ကျမ်းပြု သုတေသန ပါဠိပညာရှင်များအားလည်းကောင်း၊ သာသနာရေးဦးစီး ဌာန ပုံနှိပ်တိုက်ဝန်ထမ်းများအားလည်းကောင်း ကျေးဇူးအထူးတင် ရှိပါကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

မောင်အုံ (မဟာဝိဇ္ဇာ-ဘုံဘော)
၁၈-၂-၉၅

ဗုဒ္ဓရတနာ

တထာဂတဿ ဘိက္ခဝေ အရဟတော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ ပါတုဘာဝေါ
ဒုလ္လဘော လောကသ္မိံ။

လောက၌ ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်သော အလုံးစုံသော တရားတို့ကို ကိုယ်တော်တိုင် မှန်စွာ သိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်ခြင်းကို ရခဲ၏။

(အံ၊ ၁၊ ၂၆၉)

ယံ ဧကိဿာ လောကဓာတုယာ
ဒွေ အရဟန္တော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါ
အပုဗ္ဗံ အစရိမံ ဥပ္ပဇ္ဇေယျုံ၊
နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။

လောကဓာတ်တစ်ခု အတွင်း၌ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားရှင် နှစ်ဆူ ပွင့်ရိုးထုံးစံမရှိ။

ယံ ဧကိဿာ လောကဓာတုယာ
ဧကော ဝ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
ဥပ္ပဇ္ဇေယျ၊ ဌာနမေတံ ဝိဇ္ဇတိ။

လောကဓာတ် တစ်ခုအတွင်း၌ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဘုရားရှင် တစ်ဆူသာ ပွင့်ရိုးရှိသည်။ (အံ၊ ၁၊ ၂၉)

ယံ ဧကိဿာ လောကဓာတုယာ
ဒွေ ရာဇာနော စက္ကဝတ္တီ
အပုဗ္ဗံ အစရိမံ ဥပ္ပဇ္ဇေယျုံ၊
နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။

လောကဓာတ်တစ်ခု အတွင်း၌ စကြဝတေးမင်းနှစ်ပါး တစ်ပြိုင်နက် ပေါ်ရိုးမရှိ။

ယံ ဧကိဿာ လောကဓာတုယာ
ဧကော ရာဇာ စက္ကဝတ္တီ ဥပ္ပဇ္ဇေယျ၊
ဌာနမေတံ ဝိဇ္ဇတိ။

လောကဓာတ်တစ်ခု အတွင်း၌ စကြဝတေးမင်း တစ်ပါးသာ ဖြစ်ပေါ်ရိုးရှိသည်။ (အံ၊ ၁၊ ၃၀)

သဒေဝကဿ လောကဿ
ဗုဒ္ဓေါ အဂ္ဂေါ ပဝုစ္စတိ။

နတ်နှင့်တကွသော လူအပေါင်းထက် မြတ်စွာဘုရား ကို အမြင့်မြတ်ဆုံးဟု ဆိုအပ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၃၂၄)

ဘုရားအလောင်းတော် သုမေဓာရှင်ရသေ့၏ အဓိဋ္ဌာန်

ဗုဒ္ဓေါ ဗောဓေယျံ၊
မုတ္တော မောစေယျံ၊
တိဏ္ဏော တာရေယျံ။

ငါကိုယ်တိုင် သစ္စာလေးပါးသိပြီးနောက် သတ္တဝါတို့ကို သိစေအံ့၊ ငါကိုယ်တိုင် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက် ပြီးနောက် သတ္တဝါတို့ကို လွတ်မြောက်စေအံ့၊ ငါကိုယ်တိုင် သံသရာ၏ တစ်ဖက်ကမ်း နိဗ္ဗာန်သို့ ကူးမြောက် ပြီးနောက် သတ္တဝါတို့ကို ကူးမြောက်စေအံ့။

(စရိယာ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၇၄။ ဗုဒ္ဓဝံသ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၂)

ဖွားတော်မူပြီးစ ဘုရားအလောင်းတော် ကြုံးဝါးသံ

အဂ္ဂေါဟမသ္မိ လောကဿ၊
ဇေဋ္ဌောဟမသ္မိ လောကဿ၊
သေဋ္ဌောဟမသ္မိ လောကဿ။

ငါသည် လောက၏အထွတ်အထိပ်ဖြစ်၏၊
ငါသည် လောက၏အကြီးဆုံးဖြစ်၏၊
ငါသည် လောကမှာ ချီးမွမ်းအပ် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။
(မ၊ ၃၊ ၁၆၄။ အံ၊ ၄၊ ၁၊ ၈၁။)

ပထမဥဒါန်းစကားတော်

အနေကဇာတိသံသာရံ၊
သန္ဓာဝိဿံ အနိဗ္ဗိသံ။
ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊
ဒုက္ခာဇာတိ ပုနပ္ပုနံ။
ဂဟကာရက 'ဒိဋ္ဌောသိ၊
ပုနဂေဟံ န ကာဟသိ။
သဗ္ဗာ တေ ဖာသုကာ ဘဂ္ဂါ၊
ဂဟကူဋံ ဝိသင်္ခတံ။
ဝိသင်္ခါရဂတံ စိတ္တံ၊
တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ။ (ပထမဗုဒ္ဓဝစန)

အဖန်တလဲလဲ ပဋိသန္ဓေတည်နေရခြင်းသည် အိုခြင်း, နာခြင်း, သေခြင်းတို့နှင့် ရောထွေးနေသောကြောင့် ဆင်းရဲလှ၏။

ခန္ဓာအိမ်ကို တည်ဆောက်သော တဏှာလက်သမား ကို ဉာဏ်ဖြင့် ထင်ထင်ရှားရှား မတွေ့မမြင်သေးလျှင် ဇာတိသည် ဆုတ်နစ်ကုန်ဆုံး ဦးမည်မဟုတ်၊ ခန္ဓာအိမ်ကို စီမံဆောက်လုပ် နေသော တဏှာ လက်သမားကို ရှာဖွေ နေသော ငါဘုရားသည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကို မရသေးမီ လေးအသင်္ချေ နှင့် ကမ္ဘာ တစ်သိန်း ကာလပတ်လုံး ဘဝ များစွာ သံသရာ စက်ဝိုင်းကို ပြေးသွားကျင်လည်ခဲ့ရပြီ၊ ဟဲ့- တဏှာ လက်သမား ယခုအခါသင့်ကို တွေ့မြင်အပ်ပြီ၊ ခန္ဓာအိမ်ကို တဖန်ပြုလုပ်ရတော့မည်မဟုတ်၊ သင်၏အားလုံး သော ကိလေသာ အခြင်ရနယ်တို့ကို ချိုးဖျက်လိုက်ပြီ၊ ခန္ဓာအိမ်၏အထွတ်ဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာကို ဖျက်ဆီးလိုက်ပြီ၊ ငါ၏ စိတ်သည် သင်္ခါရကင်းသော နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသော အားဖြင့် ရောက်ပြီ၊ တဏှာ တို့ ကုန်ခန်းရာ အရဟတ္တမဂ်, အရဟတ္တဖိုလ်ကို ရပြီ။ (ဓိ၊ ၄၊ ၁၊ ၁၄။ ခု၊ ၁၊ ၃၆)

ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။
အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ။
ယတော ပဇာနာတိ သဟေတုဓမ္မံ။

ကိလေသာကို လွန်စွာပူပန်စေတတ်သော လုံ့လ ရှိသော မကောင်းမှုကို ရှုမြိုက်တတ်သော၊ မကောင်းမှု ကို အပပြုပြီးသော ရဟန္တာအား အကြောင်အခါ၌ ဗောဓိပက္ခိယ

တရား သုံးဆယ့် ခုနစ်ပါးတို့သည် စင်စစ် ထင်ရှား ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။ ထိုအခါ၌ အကြောင်းနှင့် တစ်ကွဖြစ်သော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာ၍ သိသောကြောင့် ထိုရဟန္တာအား ယုံမှားခြင်း အားလုံးတို့သည် ကင်းပျောက် ကုန်၏။ (ဝိ၊ ၃၊ ၂)

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

ကိလေသာကို လွန်စွာပူပန်စေတတ်သော လုံ့လ ရှိသော၊ မကောင်းမှုကို ရှို့မြှိုက်တတ်သော၊ မကောင်းမှုကို အပပြုပြီးသော ရဟန္တာအား အကြင်အခါ၌ ဗောဓိပက္ခိယ တရား သုံးဆယ့်ခုနစ်ပါး တို့သည် စင်စစ် ထင်ရှား ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏ ထိုအခါ၌ အဝိဇ္ဇာအစရှိသော အကြောင်း တရားတို့၏ ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို သိသော ကြောင့် ထိုရဟန္တာ အား ယုံမှားခြင်း အားလုံးတို့သည် ကင်းပျောက်ကုန်၏။
(ဝိ၊ ၃၊ ၂)

ယဒါ ဟဝေ ပါတုဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြာဟ္မဏဿ။
ဝိဓူပယံ တိဋ္ဌတိ မာရသေနံ၊
သူရိယောဝ ဩဘာသယမန္တလိက္ခံ။

ကိလေသာကို လွန်စွာပူပန်စေတတ်သော လုံ့လရှိသော၊ မကောင်းမှုကို ရှုံ့မြှိုက်တတ်သော၊ မကောင်းမှုကို အပပြုပြီးသော ရဟန္တာအား အကြင်အခါ၌ ဗောဓိပက္ခိယတရား သုံးဆယ့်ခုနစ်ပါးတို့သည် စင်စစ်ထင်ရှား ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏၊ ထိုအခါ၌ ကောင်းကင်ကို တောက်ပ စေတတ်သော နေမင်းသည် (အမိုက်တိုက်ကို ဖျက်ဆီးလျက်) တည်နေသကဲ့သို့ ထိုရဟန္တာသည် မာရ်စစ်သည်ကို ဖျက်ဆီးလျက် တည်နေ၏။ (ဝိ၊ ၃၊ ၂)

တရားမဟောရန် စိတ်တော်ညွတ်ခြင်း

ကိစ္ဆေန မေ အဓိဂတံ၊ ဟလံ ဒါနိ ပကာသိတုံ။
ရာဂဒေါသပရေတေဟိ၊ နာယံ ဓမ္မော သုသမ္ဗုဓော။

ငါဘုရားသည် ခဲယဉ်းစွာ ကျင့်သဖြင့် သိအပ်ပြီးသော သစ္စာလေးပါးတရားကို ယခုအခါ ဟောပြခြင်းငှာ မသင့်မလျော်ချေ။ ရာဂ ဒေါသ မောဟတို့ လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်အပ်သော သတ္တဝါတို့သည် ဤသစ္စာ လေးပါးတရားကို လွယ်ကူစွာ သိနိုင်ကြမည် မဟုတ်ချေ။ (ဝိ၊ ၃၊ ၅)

ပဋိသောတဂါမိံ နိပုဏံ၊ ဂမ္ဘီရံ ဒုဒ္ဒသံ အဏုံ။
ရာဂရတ္တာ န ဒက္ခန္တိ၊ တမောခန္ဓေန အာဝုဋာ။

အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အမှောင်ထုသည် ဖုံးလွှမ်းအပ်ကုန်သည်ဖြစ်၍ ရာဂဖြင့် တပ်မက်နေသူတို့သည် သိမ်မွေ့နက်နဲ၍ အနုမြူသဖွယ် မြင်နိုင်ခဲသော သံသရာ့ အဆန်တရားကို မြင်နိုင်ကြမည် မဟုတ်ချေ။ (ဝိ၊ ၃၊ ၆)

ဥပကနှင့် တွေ့ဆုံခြင်း

သဗ္ဗာဘိဘူ သဗ္ဗဝိဒူဟမသ္မိ၊
သဗ္ဗေသု ဓမ္မေသု အနူပလိတ္တော။
သဗ္ဗဉ္ဇဟော တဏှာက္ခယေ ဝိမုတ္တော၊
သယံ အဘိညာယ ကမုဒ္ဒိသေယျံ။

ဥပက၊ ငါသည် အလုံးစုံကိုလွှမ်းမိုးနိုင်၏၊ အလုံးစုံကို သိ၏၊ တရားအားလုံးတို့၌ ကိလေသာဖြင့် မလိမ်းမကျံ၊ အလုံးစုံကိုစွန့်အပ်ပြီ၊ တဏှာ၏ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုရသောကြောင့် ကိလေသာမှလွတ်ပြီ၊ ကိုယ်တိုင်ထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် သိမြင်ပြီးဖြစ်၍ အဘယ်သူကို ဆရာဟူ၍ ညွှန်ပြရပါအံ့နည်း။

န မေ အာစရိယော အတ္ထိ၊ သဒိသော မေ န ဝိဇ္ဇတိ။
သဒေဝကသ္မိံ လောကသ္မိံ၊ နတ္ထိ မေ ပဋိပုဂ္ဂလော။

ဥပက၊ ငါ့မှာဆရာမရှိ၊ ငါနှင့်တူသောသူ မရှိ၊ နတ်နှင့်တကွသော လောက၌ ငါ့အား ဖက်ပြိုင်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်လည်းမရှိ။ (ဝိ၊ ၃၊ ၁၂)

သုခေါ ဗုဒ္ဓါနမုပ္ပါဒေါ၊
သုခါ သဒ္ဓမ္မဒေသနာ။
သုခါ သံဃဿ သာမဂ္ဂီ၊
သမဂ္ဂါနံ တပေါ သုခေါ။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရှင် ပွင့်တော်မူလာခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ သူတော်ကောင်းတရားကို နာကြားရခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ သံဃာတော်၏ ညီညွတ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ညီညွတ်သံဃာတော် ၏ အကျင့်သည် ချမ်းသာ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၂)

ဗုဒ္ဓေါ လောကေ သမုပ္ပန္နော၊
ဟိတာယ သဗ္ဗပါဏိနံ။

လောက၌ ဘုရားရတနာပွင့်လာခြင်းသည် လူ နတ် ပြဟ္မာ သတ္တဝါအားလုံးတို့၏အကျိုးစီးပွား အလို့ငှါ ဖြစ်၏။

ဓမ္မော လောကေ သမုပ္ပန္နော၊
သုခါယ သဗ္ဗပါဏိနံ။

လောကဥ္စ တရားရတနာဖြစ်ထွန်းပေါ်လာခြင်းသည် လူနတ်ပြဟ္မာသတ္တဝါအားလုံးတို့၏ အကျိုးစီးပွား အလို့ငှါ ဖြစ်၏။ (သုတ္တနိ၊ ၄၊ ၂၊ ၂၉၃)

သံဃော လောကေ သမုပ္ပန္နော၊
ပုညခေတ္တံ အနုတ္တရံ။

လောကဥ္စ သံဃာရတနာဖြစ်လာခြင်းသည် အတုမရှိသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု စိုက်ပျိုးရာ လယ်ယာမြေကြီး ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းနှင့် တူပါပေ၏။ (သုတ္တနိ၊ ၄၊ ၂၊ ၂၉၃)

မှားယွင်းသော ကိုးကွယ်မှု

ဗဟုံ ဝေ သရဏံ ယန္တိ၊ ပဗ္ဗတာနိ ဝနာနိ စ။
အာရာမရုက္ခစေတျာနိ၊ မနုဿာ ဘယတဇ္ဇိတာ။

ဘေးရန်အန္တရာယ်မှ ကြောက်လန့်သော လူများသည် တော တောင်များ၊ အာရာမ်များ၊ သစ်ပင်ကြီးများနှင့် နတ်ကွန်းများကို ကိုးကွယ်ကြကုန်၏။

နေတံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊ နေတံ သရဏ'မုတ္တမံ။
နေတံ သရဏ'မာဂမ္မ၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

ဤတောတောင်သစ်ပင်စသည်ကို ကိုးကွယ်ခြင်းသည် ဘေးကင်းစေနိုင်သည့် ကိုးကွယ်ခြင်းမဟုတ်၊ မြတ်သော ကိုးကွယ်ခြင်းမဟုတ်၊ ဤကိုးကွယ်ခြင်းကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ မလွတ်နိုင်။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၁)

ကိုးကွယ်ရာအမှန်

ဧတံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊ ဧတံ သရဏ'မုတ္တမံ။
ဧတံ သရဏ'မာဂမ္မ၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

ဘုရား, တရား, သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို ကိုးကွယ်ခြင်းသည် ဘေးကင်းနိုင်သော ကိုးကွယ်ခြင်း ဖြစ်၏။ မြင့်မြတ်သော ကိုးကွယ်ခြင်းဖြစ်၏။ ဤကိုးကွယ် ခြင်းကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်းမှ လွတ်မြောက်နိုင်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၂)

ဗုဒ္ဓေါတိ ပဒံ အပရိမာဏံ၊
နာသဿ သက္ကာ ပရိမာဏံ ကာတုံ။

"ဘုရား"ဟူသော အသံမျှသည်ပင် အတိုင်း အရှည်မရှိချေ။ ထိုဘုရားရှင်အား တိုင်းတာခြင်းငှါ မဖြစ်နိုင်ချေ။
(သံ၊ ၄၊ ၂၊ ၂၂၃)

ဗုဒ္ဓါနာမ သဗ္ဗလောကာနုကမ္ပကာ။

ဘုရားရှင်တို့မည်သည် လောကသားအပေါင်းကို အစဉ် သနားတော်မူကြ၏။ (ဣတိ၊ ၄၊ ၂၇)

ဗုဒ္ဓေါတိ ခေါ ဃောသမတ္တကမ္ပိ လောကေ ဒုလ္လဘံ၊
ပဂေဝ ဗုဒ္ဓုပ္ပါဒေါ။

လောက၌ (ဗုဒ္ဓ)ဘုရားဟူသော အသံမျှကိုပင် ကြားရဖို့ ခဲယဉ်းလှ၏။ ဘုရားရှင် ပွင့်တော် မူလာဖို့ကား ပို၍ ခဲယဉ်း လှပေ၏။ (ဇာ၊ ၄၊ ၁၊ ၁၅)

တထာဂတဿ အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
ပါတုဘာဝေါ ဒုလ္လဘော လောကသ္မိံ။

လောက၌ ဘုရားပွင့်တော်မူခြင်းကို ရခဲ၏။
(အံ၊ ၂၊ ၁၄၉)

ဗဟူနံ ဝတ အတ္ထာယ၊ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ တထာဂတာ။

သတ္တဝါအများအကျိုးငှာ မြတ်စွာဘုရားတို့ ပွင့်တော်မူ လာကုန်၏။ (ခု၊ ၂၊ ၆၆)

ဗုဒ္ဓါ နာမ ဝေဿကုလေ ဝါ သုဒ္ဒကုလေ ဝါ န နိဗ္ဗတ္တန္တိ။
လောကသမ္မတေ ပန ခတ္တိယကုလေ ဝါ ဗြာဟ္မဏ-
ကုလေ ဝါတိ ဒွီသုယေဝ ကုလေသု နိဗ္ဗတ္တန္တိ။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်တို့မည်သည် ကုန်သည်မျိုးနှင့် သူဆင်းရဲ မျိုး၌ မဖြစ်ကြကုန်။ လောကသမုတ်ထားသော မင်းမျိုးနှင့် ပုဏ္ဏားမျိုး (၂)မျိုးတို့၌သာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ (ဇာ၊ ၄၊ ၁၊ ၅၈)

ဗုဒ္ဓမာတာ နာမ လောလာသုရာစုတ္တာ န ဟောတိ။

ဘုရားရှင်၏ မယ်တော်မည်သည် လော်လီဖောက်ပြား သောက်စားမူးယစ်ခြင်းမရှိ။ (ဇာ၊ ဠ၊ ၁။ ၅၉)

ဧဝံ အစိန္တိယာ ဗုဒ္ဓါ၊ ဗုဒ္ဓဓမ္မာ အစိန္တိယာ။
အစိန္တိယေ ပသန္နာနံ၊ ဝိပါကော ဟောတိ အစိန္တိယော။

ဤသို့လျှင်ဘုရားရှင်တို့ကို မကြံစည်အပ် မကြံစည်နိုင်ကုန်။ ဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်တို့ကိုလည်း ဤသို့ မကြံစည်အပ် မကြံစည်နိုင်ကုန်။ မကြံစည်အပ်သော ဗုဒ္ဓ ဘုရားရှင်၌ ကြည်ညိုမှု၏ အကျိုးတရားကိုလည်း မကြံ စည်အပ် မကြံစည်နိုင်ပေ။ (ဝိ၊ ဠ၊ ၁၊ ၆၆)

ယေ ခေါ စုန္ဒီ ဗုဒ္ဓေ ပသန္နာ၊ အဂ္ဂေ တေ ပသန္နာ၊
အဂ္ဂေ ခေါ ပန ပသန္နာနံ အဂ္ဂေါ ဝိပါကော
ဟောတိ။

စုန္ဒီမင်းသမီး အကြင်သူတို့သည် ဘုရားရတနာ၌ ကြည်ညိုကြကုန်၏။ ထိုသူတို့သည် အမြတ်ဆုံး၌ ကြည်ညိုသူ တို့မည်ကုန်၏။ အမြတ်ဆုံး၌ ကြည်ညိုသူတို့အား အမြတ်ဆုံး သော အကျိုးရ၏။ (အံ၊ ၂၊ ၂၉)

သောပိ နူနသ္သ တာဒိသော၀၊
ယော သမဏဿ ဂေါတမဿ
ပညာဝေယျတ္တိယံ ဇာနေယျ။

ရဟန်းဂေါတမ၏ ပညာထက်မြက်မှုကို သိသူသည် ထိုရဟန်းဂေါတမ ကဲ့သို့သော သူသာလျှင် ဖြစ်ရာ၏။ (မြတ်စွာဘုရား၏ ပညာဉာဏ်ပမာဏကို မြတ်စွာဘုရားမှသာ သိနိုင်မည်။) (အံ၊ ၂၊ ၂၀၆)

ဗောဓနေယျံ ဇနံ ဒိသွာ၊ သတသဟဿေပိ ယောဇနေ။
ခဏေန ဥပဂန္တွာန၊ ဗောဓေတိ တံ မဟာမုနိ။

မြတ်စွာဘုရားသည် ကျွတ်ထိုက်သော သတ္တဝါတို့ကို မြင်သည်ရှိသော် ယူဇနာတစ်သိန်းကိုပင် တခဏချင်းဖြင့် ကြွတော်မူ၍ ထိုသူအား သစ္စာလေးပါးကို သိစေတော်မူ၏။ (မိလိန္ဒ၊ ၃၉၇)

ခတ္တိယော ဒွိပဒံ သေဋ္ဌော၊

ခြေနှစ်ချောင်းရှိသူတို့တွင် မင်းသည်အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ (လောကီသားတို့၏အယူအဆ)

သမ္ဗုဒ္ဓေါ ဒွိပဒံ သေဋ္ဌော၊

ခြေနှစ်ချောင်းရှိသူတို့တွင် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ (မြတ်ဗုဒ္ဓ၏မိန့်ဆိုချက်)။ (သံ၊ ၁၊ ၇)

ယေ ကေစိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂတာသေ၊
န တေ ဂမိဿန္တိ အပါယဘူမိံ။
ပဟာယ မာနုသံ ဒေဟံ၊
ဒေဝကာယံ ပရိပူရေဿန္တိ။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်သူအားလုံး အပါယ်ဘုံသို့ ရောက်ကြလိမ့်မည်မဟုတ်။ လူ့ခန္ဓာကို စွန့်ပယ်ပြီးနောက် နတ်ပြည်၌ ဖြစ်ကြရလိမ့်မည်။
(သံ၊ ၁၊ ၂၅)

မင်းပူဇော်ခံရသော ဂါထာ

ဒိဝါ တပတိ အာဒိစ္စော၊
ရတ္တိ'မာဘာတိ စန္ဒိမာ။
သန္နဒ္ဓေါ ခတ္တိယော တပတိ၊
ဈာယီ တပတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထ သဗ္ဗ'မဟောရတ္တိံ၊
ဗုဒ္ဓေါ တပတိ တေဇသာ။

နေမင်းသည် နေ့အခါ၌သာ တောက်ပ၏။
လမင်းသည် ညဉ့်အခါ၌သာ တောက်ပ၏။
လူမင်းသည် ချပ်ဝတ်တန်ဆာ ဝတ်ဆင်မှသာ တောက်ပ၏။

ရဟန္တာသည် ဈာန်ဝင်စားမှသာ တောက်ပ၏။

အမှန်စင်စစ် မြတ်စွာဘုရားသည်သာ အလုံးစုံသော နေ့ညဉ့်တို့ ပတ်လုံး တန်ခိုးတော်ဖြင့် တောက်ပတော်မူ၏။
(သံ၊ ၁၊ ၄၇၁)

ဗုဒ္ဓါနဉ္စ ကထာ ဒေါသော နာမ နတ္ထိ။

ဘုရားရှင်တို့၏စကားတော်သည် အပြစ်အနာအဆာ မရှိ။ (ဝိ၊ ၅၊ ၁၊ ၁၀)

ယထာဝါဒီ တထာကာရီ၊
ယထာကာရီ တထာဝါဒီ။

ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်သည် ဆိုသည့်အတိုင်း ပြုတော်မူ၏။ ပြုသည့်အတိုင်းဆိုတော်မူ၏။(ဒီ၊ ၂၊ ၁၁၁။ ဒီ၊ ၃၊ ၁၈၀)

အဒ္ဒေ္ဝဇ္ဈဝစနာ ဗုဒ္ဓါ။

ဘုရားရှင်တို့သည် စကားနှစ်ခွန်းဆိုတော်မမူကြချေ။

အမောဃဝစနာ ဇိနာ။

ဘုရားရှင်တို့သည် အချည်းနှီးသော စကားကို ဆိုတော်မမူကြချေ။

ဝိတထံ နတ္ထိ ဗုဒ္ဓါနံ။
ဘုရားရှင်တို့ မိန့်ဆိုသောစကားသည် လွဲမှားသည် မရှိချေ။ (ဗုဒ္ဓဝံသ၊ ၃၁၅)

ဗုဒ္ဓါနံ အဝိသယော နာမ နတ္ထိ။

ဘုရားရှင်တို့အား အာရုံမကျက်စားနိုင်သော အရာမည်သည် မရှိ။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၂၁၁)

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေ ဟိ လောကေ ဥပ္ပန္နေ တိတ္ထိယာ

နဋ္ဌာ လာဘသက္ကာရာ အဟေသုံ။

လောက၌ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်ထွန်းလာခဲ့သည် ရှိသော် တိတ္ထိတို့သည် လာဘ်ရရှိမှု၊ အပူဇော်ခံရမှုတို့ ပျက်စီးခြင်း ဖြစ်ကြရကုန်၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ဋ္ဌ၊ ၁၇၃)

လောကသမ္မုတိဥ္စ ဗုဒ္ဓါ ဘဂဝန္တော န ပဇဟန္တိ။

ဘုရားရှင်တို့သည် လောကထုံးစံ ဓမ္မတာ၊ လောကပညတ်ကို စွန့်ပယ်ရိုး မပြုကြကုန်။(ဣတိဝုတ်၊ ဋ္ဌ၊ ၈၀)

သုညာဂါရေ တထာဂတာ အဘိရမန္တိ။

ဘုရားရှင်တို့သည် ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ မွေ့လျော်တော်မူကြကုန်၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၃၃)

ဒဏ္ဍေနေကေ ဒမယန္တိ၊

အင်္ကုသေဟိ ကသာဟိ စ။

အဒဏ္ဍေန အသတ္ထေန၊

နာဂေါ ဒန္တော မဟေသိနာ။

ဤလောက၌ အချို့သောလူတို့သည် လှံတံ၊ ချွန်း၊ ကြိမ်လုံးတို့ဖြင့် ဆင်ကို ဆုံးမကုန်၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် တုတ်ဓါး လက်နက်မပါပဲ နာဠာဂီရိဆင်ကို ဆုံးမတော်မူ၏။ (ဝိ၊ ၄၁၊ ၃၅၇)

သတံ ဟတ္ထိ သတံ အဿာ၊
သတံ အဿတရီ ရထာ။
သတံ ကညာသဟဿာနိ၊
အာမုက္ကမဏိ ကုဏ္ဍလာ။
ဧကဿ ပဒဝီတိဟာရဿ၊
ကလံ နာဂ္ဃန္တိ သောဠသိံ။

ဆင်အသိန်း၊ မြင်းအသိန်း၊ အဿတိုရ်မြင်းကသော ရထားအသိန်း၊ ပတ္တမြား နားဒောင်းပန်ဆင်ထားသော သတိုးသမီးအသိန်းတို့သည် ဘုရားဖူးရန်သွားသော ခြေတစ်လှမ်း၏ တစ်ဆယ့် ခြောက်ပုံ ပုံ၍ တစ်ပုံကိုမျှ မထိုက်တန်ကုန်။ (ဝိ၊ ၄။ ၃၀၃)

န ဟိ ဘဂဝါ အယုတ္တေ ဒေသေ ဝါ ကာလေ ဝါ ဓမ္မံ ဘာသတိ။

မြတ်စွာဘုရားသည် မသင့်လျော်သော ဒေသနှင့် အချိန်အခါ၌ တရားဟောတော်မမူချေ။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၃)

ဗုဒ္ဓါနာမ အာမိသဂရုကာ န ဟောန္တိ။

ဘုရားရှင်တို့မည်သည် ပစ္စည်းလေးပါးကို အလေး မထားကြကုန်။ (သုတ္တနိ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၁၁)

စတ္တာရောဟိ ဗုဒ္ဓါ သုတဗုဒ္ဓေါ စတုသစ္စဗုဒ္ဓေါ ပစ္စေကဗုဒ္ဓေါ၊ သဗ္ဗညုဗုဒ္ဓေါ။

သုတဗုဒ္ဓ၊ စတုသစ္စဗုဒ္ဓ၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓ၊ သဗ္ဗညု ဗုဒ္ဓ - ဟူ၍ ဗုဒ္ဓ(၄)မျိုးရှိ၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၈၉)

ယာဝ စ မမ္မဝိနယော တိဋ္ဌတိ၊
တာဝ အနတီတသတ္ထုကမေဝ ပါဝစနံ ဟောတိ။

သုတ် အဘိဓမ္မာ ဝိနည်းတရား ရှိနေသေးသမျှ ကာလပတ်လုံး မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသည်မမည်။ (ဝိ၊ ဋ္ဌ၊ ၁။ ၅။ ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃)

ဌာနံ ခေါ ပနေတံ ဝိဇ္ဇတိ ယံ ပါပဘိက္ခူ အတီတ- သတ္ထုကံ ပါဝစနန္တိ မညမာနာ ပက္ခံ လဘိတွာ နစိရဿေဝ သဒ္ဓမ္မံ အန္တရဓာပေယျုံ။

ယုတ်မာသောရဟန်းတို့သည် ဘုရားစကားတော်ကို ဆရာဘုရား မျက်ကွယ်ပြုလေပြီဟု မှတ်ထင်ကြပြီး အလဲ့နှို

(မသူတော်)အသင်းအပင်းကို ရရှိပါက မကြာမီ အချိန်အတွင်း ပရိယတ် ပဋိပတ် ပဋိဝေဓ သာသနာတော် သုံးရပ်ကို ကွယ်ပျောက်စေနိုင်ကုန် ရာ၏။ (ဝိ၊ ၄၊ ၁။ ၄)

ယော ဝေါ အာနန္ဒ မယာ ဓမ္မော စ ဝိနယော စ၊ ဒေသိတော ပညတ္တော၊ သော ဝေါ မမစ္စယေန သတ္ထာ။

အာနန္ဒာ၊ ငါဘုရားသည် သုတ်, အဘိဓမ္မာ, ဝိနည်းတရားကို ဟောလည်းဟောထားပြီးပြီ။ ပညတ်လည်း ပညတ်ထားပြီးပြီ။ ထိုသုတ်, အဘိဓမ္မာ, ဝိနည်းတရားများသည် ငါဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံလွန်တော် မူသည့်အခါ သင်တို့၏ ဆရာအဖြစ် သာသနာတည်ရစ် လိမ့်မည်။ (ဒီ၊ ၂၊ ၁၂၆။ ဝိ၊ ၄၊ ၁၊ ၅)

****

ဓမ္မရတနာ

သော ဣမံ လောကံ သဒေဝက သမာရကံ
သဗြဟ္မကံ သဿမဏဗြာဟ္မဏိံ ပဇံ
သဒေဝမနုဿံ သယံ အဘိညာ သစ္ဆိကတွာ
ပဝေဒေတိ။

မြတ်စွာဘုရားသည် နတ်နှင့်တကွ၊ မာရ်နတ်နှင့်တကွ ဗြဟ္မာနှင့်တကွသော ဤဩကာသ လောကကိုလည်းကောင်း သမဏ ဗြာဟ္မဏနှင့်တကွသော မင်းများ လူများနှင့် တကွသော ဤသတ္တလောကကို လည်းကောင်း ကိုယ်တော်တိုင် ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်သိ၍ မျက်မှောက်ပြု၍ တရားကို ဟောကြားတော်မူသည်။ (ဝိ၊ ၁။ ၁)

သော ဓမ္မံ ဒေသေတိ အာဒိကလျာဏံ မဇ္ဈေကလျာဏံ
ပရိယောသာနကလျာဏံ သာတ္ထံ သဗျဉ္ဇနံ ကေဝလ-
ပရိပုဏ္ဏံ ပရိသုဒ္ဓံ ဗြဟ္မစရိယံ ပကာသေတိ။

၂၇၀၀၈

မြတ်စွာဘုရားသည် အစ၏ကောင်းခြင်း၊ အလယ်၏ ကောင်းခြင်း၊ အဆုံး၏ကောင်း ခြင်းရှိပြီး အနက်, သဒ္ဒါနှင့် ပြည့်စုံသော တရားကို ဟောကြားတော်မူ၏။ အလုံးစုံ ပြီးပြည့်စုံသော စင်ကြယ်သောမြတ်သော အကျင့်ကို ထင်ရှား ပြတော်မူသည်။

ဒေသနာတော်၏ အစ အလယ် အဆုံး

ဘဂဝါ အပ္ပံ ဝါ ဗဟုံ ဝါ ဒေသေန္တော
အာဒိကလျာဏာဒိပ္ပကာရမေဝ ဒေသေတိ။

ဘုရားရှင်တို့သည် တရားဟောကြားရာ၌ နည်းသည် ဖြစ်စေ များသည်ဖြစ်စေ အစ၊ အလယ်၊ အဆုံး သုံးပါးလုံးတို့၌ ကောင်းခြင်းဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံစွာ ဟောကြား တော်မူ၏။
(ဝိ၊ ၄၊ ၁၊ ၉၉)

သာသနဿ ပန သီလံ အာဒိ၊ သမာဓိ မဇ္ဈံ၊
ဝိပဿနာ ပရိယောသာနံ။

သာသနာတော်၏ အစသည် သီလ၊ အလယ်သည် သမာဓိ၊ အဆုံးသည် ဝိပဿနာတရားဖြစ်၏။

သမာဓိ ဝါ အာဒိ၊ ဝိပဿနာ မဇ္ဈံ၊ မဂ္ဂေါ ပရိယောသာနံ။

သာသနာတော်၏ အစသည် သမာဓိ၊ အလယ်သည် ဝိပဿနာ၊ အဆုံးသည် မဂ်တရားဖြစ်၏။

ဝိပဿနာ ဝါ အာဒိ၊ မဂ္ဂေါ မဇ္ဈံ၊ ဖလံ ပရိယောသာနံ။

သာသနာတော်၏ အစသည် ဝိပဿနာ၊ အလယ်သည် မဂ်၊ အဆုံးသည် ဖိုလ်တရားဖြစ်၏။

မဂ္ဂေါ ဝါ အာဒိ၊ ဖလံ မဇ္ဈံ၊ နိဗ္ဗာနံ ပရိယောသာနံ။

သာသနာတော်၏ အစသည် မဂ်၊ အလယ်သည် ဖိုလ်၊ အဆုံးသည် နိဗ္ဗာန်တရားဖြစ်၏။

ဝိနယော သံဝရတ္ထာယ၊ သံဝရော အဝိပ္ပဋိသာရတ္ထာယ၊ အဝိပ္ပဋိသာရော ပါမုဇ္ဇတ္ထာယ။

ဝိနည်းပညတ်သည် စောင့်စည်းခြင်း အကျိုးငှါဖြစ်၏။ စောင့်စည်းခြင်းသည် စိတ်မကြည်မသာခြင်း ကင်းရန် အကျိုးငှါဖြစ်၏။ စိတ်မကြည်မသာမှုကင်းခြင်းသည် ဝမ်းမြောက် ခြင်းငှါဖြစ်၏။ (ဝိ၊ ၅၊ ၂၈၈)

ကျင့်စဉ်အဆင့်ဆင့်

ဣဓမသ္မိံ ဓမ္မဝိနယေ အနုပုဗ္ဗသိက္ခာ၊
အနုပုဗ္ဗကိရိယာ၊ အနုပုဗ္ဗပဋိပဒါ၊
န အာယတကေနေဝ အညာပဋိဝေဓော။

ဤသာသနာတော်၌ အစဉ်အတိုင်းကျင့်ရသောသိက္ခာ ရှိ၏။ အစဉ်အတိုင်းပြုလုပ်ရသော လုပ်ငန်းရှိ၏။ အစဉ် အတိုင်းကျင့်အပ်သော အကျင့်ပဋိပဒါရှိ၏။ စလျှင်စချင်း အရဟတ္တဖိုလ်ကို ထိုးထွင်း၍ မသိနိုင်။ (ဝိ၊ ၄၊ ၄၂၁)

ဗုဒ္ဓါနဉ္စ ဓမ္မဒေသနာ တိလက္ခဏမုတ္တာ နာမ နတ္ထိ၊

ဘုရားရှင်တို့၏ ဒေသနာတရားမည်သည် အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ လက္ခဏာရေးသုံးပါးမှ လွတ်သည်မရှိ။
(ဓာ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၅၇)

သဗ္ဗပရိသသာဓာရဏာ ဟိ ဘဂဝတော ဓမ္မဒေသနာ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ တရားဒေသနာတော်သည် သတ္တဝါအားလုံးနှင့် ဆက်ဆံ၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၃)

ဗုဒ္ဓစန္ဒေ အနုပ္ပန္နေ၊ ဗုဒ္ဓါဒိစ္စေ အနုဂ္ဂတေ။
တေသံ သဘာဝဓမ္မာနံ၊ နာမမတ္တံ န နာယတိ။

လောက၌ ဘုရားတည်းဟူသော လမင်း၊ ဘုရားတည်းဟူသော နေမင်း မပွင့်ပေါ်ခဲ့သော် ရုပ် နာမ် ဓမ္မ သဘောတရားတို့၏ ဖဿ၊ ဝေဒနာစသော အမည်မျှကိုပင် သိနိုင်ခွင့် မရှိချေ။ (ဝိ၊ ၅၊ ၁၅၇)

ယေ ဘိက္ခဝေ ဝိရာဂေ ဓမ္မေ ပသန္နာ၊
အဂ္ဂေ တေ ပသန္နာ၊
အဂ္ဂေ ခေါ ပန ပသန္နာနံ၊
အဂ္ဂေါ ဝိပါကော ဟောတိ။

ရဟန်းတို့.... ရာဂကင်းသော နိဗ္ဗာန်တရား၌ ကြည်ညို သော သူတို့သည် အမြတ်၌ ကြည်ညိုသည် မည်ကုန်၏။ အမြတ်၌ ကြည်ညိုသောသူတို့အား မြတ်သော အကျိုးသည် ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၃၄၃)

ယေ ခေါ စုန္ဒီ ဝိရာဂေ ဓမ္မေ ပသန္နာ၊
အဂ္ဂေ တေ ပသန္နာ၊ အဂ္ဂေ ခေါ ပန ပသန္နာနံ
အဂ္ဂေါ ဝိပါကော ဟောတိ။

စုန္ဒီမင်းသမီး.... အကြင်သူတို့သည် ရာဂကင်းရာ နိဗ္ဗာန် တရား၌ ကြည်ညိုကြကုန်၏။ ထိုသူတို့သည် အမြတ်ဆုံး၌ ကြည်ညိုသူတို့မည်ကုန်၏။ အမြတ်ဆုံး၌ ကြည်ညိုသူတို့အား အမြတ်ဆုံးသော အကျိုးရ၏။
(အံ၊ ၂၊ ၃၀)

ဓမ္မော ဟဝေ ပါတုရဟောသိ ပုဗ္ဗေ၊
ပစ္ဆာ အဓမ္မော ဥဒပါဒိ လောကေ။

လောက၌ တရား(ဓမ္မ)သည် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပေါ်၍ မတရား(အဓမ္မ)သည် နောက်မှ ဖြစ်၏။

(ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၂၂၉)

ဓမ္မော ဟိ ပထမုပ္ပတ္တိဝသေန ပကတိ နာမ။

ဓမ္မသည် ရှေးဦးပထမ ဖြစ်ပေါ်လာခဲ့၍ ပကတိ မူလမူရင်းဖြစ်၏။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၇)

ဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမ ဩဝါဒတော်

သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊ ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ။
သစိတ္တပရိယောဒပနံ၊ ဧတံ ဗုဒ္ဓါနသာသနံ။

မကောင်းမှုဟူသမျှ မပြုလုပ်ရ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြည့်စုံလုံလောက်အောင် ပြုလုပ်ပါ။ မိမိစိတ်ကို ဖြူစင်အောင် ထားပါ။ ဤကား ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမ ဩဝါဒတည်း။ (မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား) (ခု၊ ၁၊ ၄၁။ ဒီ၊ ၂၊ ၄၂)

အစက်ကြီး ၄-ပါး

သစ္စံ သတ္တော ပဋိသန္ဓိ၊ ပစ္စယာကာရမေဝ စ။
ဒုဒ္ဒသာ စတုရော ဓမ္မာ၊ ဒေသေတုဉ္စ သုဒုက္ကရာ။

သစ္စာလေးပါးတရား၊ သတ္တဝါဖြစ်မှု၊ ပဋိသန္ဓေနေမှု၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရား ဤ(၄)ပါးသည် သိမြင်နိုင်ခဲသော တရားများဖြစ်ကြသည်။ ထိုတရား(၄)ပါးကို ဟောခြင်းငှာလည်း ခဲယဉ်းသည်။ (အဘိ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၁၂၃)

တထာဂတပ္ပဝေဒိတဿ ဓမ္မဝိနယဿ ဒေသေတာ
ပုဂ္ဂလော ဒုလ္လဘော လောကသ္မိံ။

လောက၌ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်ကို ဟောပြောတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရနိုင်ခဲ၏။

တထာဂတပ္ပဝေဒိတဿ ဓမ္မဝိနယဿ
ဒေသိတဿ ဝိညာတာ ပုဂ္ဂလော
ဒုလ္လဘော လောကသ္မိံ။

လောက၌ မြတ်စွာဘုရား တရားတော်ကို ဟောကြားသည် ရှိသော် သိတတ်သောပုဂ္ဂိုလ်ကို ရခဲ၏။
(အံ၊ ၂၊ ၁၄၉)

ပရိယတ္တီတိ တေပိဋကံ ဗုဒ္ဓဝစနံ အဋ္ဌကထာ ပါဠိ။

ပရိယတ္တိဆိုသည်မှာ အဋ္ဌကထာနှင့်တကွသော ပါဠိပိဋကတ်သုံးပုံ ဘုရားစကားတော်ဖြစ်၏။
(အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၆၈)

ပမုဋ္ဌမှိ စ သုတ္တန္တေ၊ အဘိဓမ္မေ စ တာဝဒေ။
ဝိနယေ အဝိနဋ္ဌမှိ၊ ပုန တိဋ္ဌတိ သာသနံ။

သုတ္တန်ပိဋကတ်သည်လည်းကောင်း အဘိဓမ္မာ ပိဋကတ်သည်လည်းကောင်း၊ ကွယ်ပျောက်သော်လည်း ထိုမျှလောက် ဝိနည်း ပိဋကတ်မပျောက်ပျက်ခဲ့သော် သာသနတော်သည် တဖန်တည်တံ့နိုင်၏။ (ဝိ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၃၇)

ဝိနယော နာမ ဗုဒ္ဓသာသနဿ အာယု၊
ဝိနယေ ဌိတေ သာသနံ ဌိတံ ဟောတိ။

ဝိနည်းတရားတော်မည်သည် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်၏ အသက်သွေးကြောတည်း။ ဝိနည်းတော် တည်ရှိနေသရွေ့ (ရဟန်းတော်များ ဝိနည်းတရားကို လေးစားလိုက်နာ နေသရွေ့) ဗုဒ္ဓသာသနာတော် တည်ရှိနေမည်ဖြစ်၏။
(ဝိ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၁)

ဟန္ဒ မယံ အာဝုသော ဓမ္မဉ္စ ဝိနယဉ္စ သင်္ဂါယေယျာမ၊ ပုရေ အဓမ္မောဒိပ္ပတိ၊ ဓမ္မော ပဋိဗာဟိယျတိ၊ အဝိနယောဒိပ္ပတိ၊ ဝိနယော ပဋိဗာဟိယျတိ၊ ပုရေ အဓမ္မဝါဒိနော ဗလဝန္တော ဟောန္တိ ဓမ္မဝါဒိနော ဒုဗ္ဗလာ ဟောန္တိ၊ အဝိနယဝါဒိနော ဗလဝန္တော ဟောန္တိ၊ ဝိနယဝါဒိနော ဒုဗ္ဗလာ ဟောန္တိ။

ငါ့ရှင်တို့- ကုသိုလ် ကမ္မပထတရား ဆယ်ပါး၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော အကုသိုလ် ကမ္မပထတရား ဆယ်ပါး မထွန်းကားမီ၊ ကုသိုလ်ကမ္မပထတရား ဆယ်ပါးကို မတားမြစ် အပ်မီ၊ ဝိနည်းတရား အတားအမြစ်မခံရမီ၊ အဓမ္မဝါဒီများ အင်အားမရှိမီ၊ ဓမ္မဝါဒီများ အားမနည်းမီ၊ အဝိနယဝါဒီများ အင်အားမကောင်းမီ၊ ဝိနယဝါဒီများ အင်အားမနည်းမီ ငါတို့သည် ယခုကပင် ကြိုတင်၍ သုတ် အဘိဓမ္မာ, ဝိနည်းကို သံဂါယနာ တင်ကြပါစို့။

(ဝိ၊ ၄၊ ၄၈၁၊ ဝိ၊ ၅၊ ၁၊ ၆၊)

အနာဂတေ လဇ္ဇီ ရက္ခိဿတိ

နောင်အခါ၌ လဇ္ဇီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို စောင့်ရှောက်ရစ်လိမ့်မည်။

(မကောင်းမှုမှရှက်တတ်သော ဝိနည်းကို လေးစား လိုက်နာသော ရဟန်းကို လဇ္ဇီဟုခေါ်သည်။

(ဝိ၊ ၅၊ ၁၊ ၂၀၀)

အပ္ပိစ္ဆော သာသနံ စိရဋ္ဌိတိကံ ကရောတိ နာမ။

အလိုနည်းမှုသည် သာသနာတော်ကို အရှည်တည်တံ့အောင် ပြုသည်မည်၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၇၅)

စိရံ တိဋ္ဌတု လောကသ္မိံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓသာသနံ။
တသ္မိံ သဂါရဝါ နိစ္စံ၊ ဟောန္တု သဗ္ဗေပိ ပါဏိနော။

သတ္တလောကကြီး၌ မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်သည် ရှည်မြင့်စွာ တည်တံ့ပါစေ၊ သတ္တဝါအားလုံးသည်လည်း ထိုသာသနာတော်အပေါ်၌ အမြဲ ရိုသေနိုင်ကြပါစေ။ (ဣတိဝုတ်၊ ဋ္ဌ။ ၃၅၅)

ပမာဒေါ ဘိက္ခဝေ သဒ္ဓမ္မဿ၊
သမ္မောသာယ အန္တရ ဓာနာယ သံဝတ္တတိ။

ရဟန်းတို့ မေ့လျော့ခြင်းသည် သူတော်ကောင်းတရား ကွယ်ပျောက်ခြင်းငှာ ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၇)

သာသနာကွယ်ကြောင်း (ပထမ)

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခူ–
န သက္ကစ္စံ ဓမ္မံ သုဏန္တိ၊
န သက္ကစ္စံ ဓမ္မံ ပရိယာပုဏန္တိ၊
န သက္ကစ္စံ ဓမ္မံ ဓာရေန္တိ၊

နံ သက္ကစ္စံ ဓာတာနံ ဓမ္မာနံ အတ္ထံ ဥပပရိက္ခန္တိ၊
နံ သက္ကစ္စံ အတ္ထမညာယ ဓမ္မမညာယ ဓမ္မာနုဓမ္မံ ပဋိပဇ္ဇန္တိ၊

ဣမေ ခေါ ဘိက္ခဝေ ပဉ္စ ဓမ္မာ သဒ္ဓမ္မဿ ဌိတိယာ အသမ္မောသာယ အနန္တရဓာနာယ သံဝတ္တန္တိ။

၁။ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းတို့သည် တရားကို ရိုသေစွာ မနာယူခြင်း၊

၂။ ရဟန်းတို့သည် တရားကို ရိုသေစွာ မသင့်ယူခြင်း၊

၃။ ရဟန်းတို့သည် တရားကို ရိုသေစွာ နှုတ်တက်အာဂုံ မဆောင်ခြင်း၊

၄။ အာဂုံဆောင်ထားသော တရား၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို ရိုသေစွာ ဉာဏ်ဖြင့် မစူးစမ်း မဆင်ခြင်ခြင်း၊

၅။ အနက်အဓိပ္ပါယ် တရားသဘောကို သိပြီးနောက် လောကုတ္တရာတရား အားလျော်သော အကျင့်ကို ရိုသေစွာ မကျင့်ခြင်း -

ဤငါးမျိုးတို့သည် သူတော်ကောင်းတရား (သာသနာတော်) ကွယ်ပရန် ဖြစ်ကုန်၏။

(အံ၊ ၂၊ ၁၅၅)

သာသနာကွယ်ကြောင်း (ဒုတိယ)

သုတ္တံ ဂေယျံ ဝေယျာကရဏံ ဂါထံ ဥဒါနံ ဣတိ ဝုတ္တကံ ဇာတကံ အဗ္ဘုတဓမ္မံ ဝေဒလ္လံ။

ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ န ဝိတ္ထာရေန ပရေသံ ဒေသေန္တိ။

ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ န ဝိတ္ထာရေန ပရံ ဝါစေန္တိ။

ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ န ဝိတ္ထာရေန သဇ္ဈာယံ ကရောန္တိ။

ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ န စေတသာ အနုဝိတက္ကေန္တိ အနုဝိစာရေန္တိ မနသာနုပေက္ခန္တိ။

၁။ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းတို့သည် သုတ်, ဂေယျ, ဝေယျာကရဏ်း, ဂါထာ, ဥဒါန်း, ဣတိဝုတ်, ဇာတ်, အဗ္ဘုတဓမ္မ, ဝေဒလ္လဟူသော (ပရိယတ်) တရားကို မသင်ခြင်း၊

၂။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး သင်ယူပြီးသော တရားကို အကျယ်အားဖြင့် သူတစ်ပါးတို့အား မဟောကြားခြင်း၊

၃။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး သင်ယူပြီးသော တရားကို သူတစ်ပါးအား အကျယ်အားဖြင့် မသင်ပေးခြင်း၊

၄။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး သင်ကြားပြီးသော တရားကို အကျယ်အားဖြင့် မရွတ်ဆိုခြင်း၊

၅။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး သင်ကြားပြီးသောတရားကို စိတ်ဖြင့် အဖန်ဖန်မကြံစည်၊ မသုံးသပ်၊ မဆင်ခြင်ခြင်း၊ (အံ၊ ၂၊ ၁၅၆)

သာသနာကွယ်ကြောင်း (တတိယ)

- ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခူ ဒုဂ္ဂဟိတံ သုတ္တံ ပရိယာပုဏန္တိ ဒုန္နိက္ခိတ္တေဟိ ပဒဗျဉ္ဇနေဟိ။
  ဒုန္နိက္ခိတ္တဿ ဘိက္ခဝေ ပဒဗျဉ္ဇနဿ အတ္ထောပိ ဒုန္နယော ဟောတိ။
- ဘိက္ခူ ဒုဗ္ဗစာ ဟောန္တိ ဒေါဝစဿကရဏေဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတာ အက္ခမာ အပ္ပဒက္ခိဏဂ္ဂါဟိနော အနုသာသနိံ။
- ယေ တေ ဘိက္ခူ ဗဟုဿုတာ အာဂတာဂမာ ဓမ္မဓရာ ဝိနယဓရာ မာတိကာဓရာ၊ တေ န သက္ကစ္စံ သုတ္တန္တံ ပရံ ဝါစေန္တိ တေသံ အစ္စယေန ဆိန္နမူလကော သုတ္တန္တော ဟောတိ အပ္ပဋိသရဏော။
- ထေရာ ဘိက္ခူ ဗာဟုလိကာ ဟောန္တိ သာထလိကာ

ဩတ္တပ္ပမနေ ပုဗ္ဗင်္ဂမာ ပဝိဝေကေ နိက္ခိတ္တဓုရာ န ဝီရိယံ အာရဘန္တိ အပ္ပတ္တဿ ပတ္တိယာ အဓိဂတဿ အဓိဂမာယ အသစ္ဆိကတဿ သစ္ဆိကိရိယာယ၊ ဧသံ ပစ္ဆိမာ ဇနတာ ဒိဋ္ဌာနုဂတိံ အာပဇ္ဇတိ။ သာပိ ဟောတိ ဗာဟုလိကာ သာထလိကာ ဩတ္တပ္ပမနေ ပုဗ္ဗင်္ဂမာ ပဝိဝေကေ နိက္ခိတ္တဓုရာ၊ န ဝီရိယံ အာရဘတိ အပ္ပတ္တဿ ပတ္တိယာ အနဓိဂတဿ အဓိဂမာယ အသစ္ဆိကတဿ သစ္ဆိကိရိယာယ။

- သံဃော ဘိန္နော ဟောတိ၊ သံဃေ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိန္နေ အညမညံ အက္ကောသာ စ ဟောန္တိ။ အညမညံ ပရိဘာသာ စ ဟောန္တိ။ အညမညံ ပရိက္ခေပါ ဟောန္တိ။ အညမညံ ပရိစ္စဇနာ ဟောန္တိ၊ တတ္ထ အပ္ပသန္နာ စေဝ နပ္ပသီဒန္တိ၊ ပသန္နာနဉ္စ ဧကစ္စာနံ အညထတ္တံ ဟောတိ။

၁။ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းတို့သည် မကောင်းသဖြင့် ယူအပ်သောပါဠိကို မကောင်းသဖြင့် ထားအပ်ကုန်သော ပုဒ်, ဗျည်းတို့ဖြင့်သင်ကုန်၍ မကောင်းသဖြင့် ထားအပ်သော ပုဒ် ဗျည်း၏ အနက်သဘောကိုလည်း ခဲယဉ်းစွာသိခြင်း။

၂။ ရဟန်းတို့သည် အပြောရ အဆိုရခက်ခြင်း၊ အပြောရ အဆိုရခက်ခြင်းကို ပြုတတ်ကုန်သော တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊ သည်းခံမှုမရှိခြင်၊ ဆုံးမသည်ကို ရိုသေစွာမနာယူခြင်း။

၃။ ရဟန်းတို့သည် အကြားအမြင်များကုန်လျက် ပါဠိ အာဂုံဆောင်ကုန်လျက်၊ သုတ်, အဘိဓမ္မာ, ဝိနည်း,

မာတိကာ ဆောင်ကုန်လျက် သူတပါး အား ရှိသေစွာ မပို့ချသဖြင့် ထိုရဟန်းတို့ ကွယ်လွန်သောအခါ ပါဠိ တော်သည် အခြေခံအရင်းအမြစ် ပြတ်၍ ထောက်တည်ရာမရခြင်း၊

၄။ မထေရ်ကြီး ရဟန်းကြီးတို့သည် လာဘ်လာဘ ပေါများရန်၊ ဘုန်းတန်ခိုးကြီးရန် ကျင့်ခြင်း၊ သိက္ခာသီလကို ပေါ့လျော့စွာကျင့်ခြင်း၊ အောက်သို့ သက်ဆင်းကြောင်း နီဝရဏ တရားငါးပါး၌ ရှေ့သွားပြုခြင်း၊ ဆိတ်ငြိမ်မှု ဝိဝေက၌ တာဝန်မဲ့ဖြစ်ခြင်း၊ မရောက်သေး, မရသေးသော တရားကို မျက်မှောက်ပြုရန် အားမထုတ်ခြင်း။

၅။ သံဃာကွဲပြားခြင်း၊ သံဃာကွဲပြား၍ အချင်းချင်း ဆဲရေး ခြိမ်းခြောက်, ပစ်ပယ်, စွန့်ခွါခြင်း၊ သံဃာကွဲပြားသဖြင့် မကြည်ညိုသေးသူတို့လည်း မကြည်ညိုတော့ခြင်း။ ကြည်ညိုသူတို့လည်း အကြည်ညိုပျက်ခြင်း။ (အံ၊၂၊ ၁၅၇)

သာသနာတည်တံ့ ပြန့်ပွားကြောင်း(ပထမ)

ဣဓ ဘိ က္ခဝေ ဘိက္ခူ–
သက္ကစ္စံ ဓမ္မံ သုဏန္တိ၊
သက္ကစ္စံ ဓမ္မံ ပရိယာပုဏန္တိ၊
သက္ကစ္စံ ဓာရေန္တိ၊
သက္ကစ္စံ ဓာတာနံ ဓမ္မာနံ အတ္ထံ ဥပပရိက္ခန္တိ၊
သက္ကစ္စံ အတ္ထမညာယ ဓမ္မမညာယ ဓမ္မာနုဓမ္မံ ပဋိပဇ္ဇန္တိ၊

၁။ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းတို့သည်– တရားကို ရိုသေစွာ နာယူခြင်း၊

၂။ ရဟန်းတို့သည် တရားကို ရိုသေစွာ သင်ယူခြင်း၊
၃။ ရဟန်းတို့သည် တရားကို ရိုသေစွာဆောင်ခြင်း၊
၄။ ဆောင်ထားသောတရား၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို ရိုသေစွာ ဉာဏ်ဖြင့် စူးစမ်းဆင်ခြင်ခြင်း၊
၅။ အနက်သဘော၊ တရားသဘောကိုသိ၍ လောကုတ္တရာ တရားအားလျော်သော အကျင့်ကို ရိုသေစွာကျင့်ခြင်း၊ (အံ၊၂၊ ၁၅၅)

သာသနာတည်တံ့ ပြန့်ပွားကြောင်း(ဒုတိယ)

- ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခူ ဓမ္မံ ပရိယာပုဏန္တိ သုတ္တံ ဂေယျံ ဝေယျာကရဏံ ဂါထံ ဥဒါနံ ဣတိဝုတ္တကံ ဇာတကံ အဗ္ဘုတဓမ္မံ ဝေဒလ္လံ။
- ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ ဝိတ္ထာရေန ပရေသံ ဒေသေန္တိ။
- ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ ဝိတ္ထာရေန ပရံ ဝါစေန္တိ။
- ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ ဝိတ္ထာရေန သဇ္ဈာယံ ကရောန္တိ။
- ဘိက္ခူ ယထာသုတံ ယထာပရိယတ္တံ ဓမ္မံ စေတသာ အနုဝိတက္ကေန္တိ အနုဝိစာရေန္တိ မနသာနုပေက္ခန္တိ။

၁။ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းတို့သည် သုတ်, ဂေယျ ဝေယျာကရဏ ဂါထာ ဥဒါန ဣတိဝုတ္တက အဗ္ဘုတဓမ္မ ဝေဒလ္လဟူသော(ပရိယတ်)တရားကိုသင်ခြင်း။

၂။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး၊ သင်ယူပြီးသော တရားကို အကျယ်အားဖြင့် သူတပါးတို့အား ဟောကြားခြင်း။

၃။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး၊ သင်ယူပြီးသော တရားကို အကျယ်အားဖြင့် သင်ပေးခြင်း။

၄။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး၊ သင်ယူပြီးသော တရားကို အကျယ်အားဖြင့် ရွတ်ဆိုခြင်း။

၅။ ရဟန်းတို့သည် နာယူပြီး၊ သင်ယူပြီးသော တရားကို စိတ်ဖြင့် အဖန်ဖန် ကြံစည်၊ သုံးသပ်၊ ဆင်ခြင်ခြင်း။

သာသနာတည်တံ့ ပြန့်ပွားကြောင်း(တတိယ)

- ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခူ သုဂ္ဂဟိတံ သုတ္တန္တံ ပရိယာပုဏန္တိ သုနိက္ခိတ္တေဟိ ပဒဗျဉ္ဇနေဟိ။ သုနိက္ခိတ္တဿ ဘိက္ခဝေ ပဒဗျဉ္ဇနဿ အတ္ထောပိ သုနယော ဟောတိ။
- ဘိက္ခူ သုဝစာ ဟောန္တိ၊ သောဝစဿကရဏေဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတာ ခမာ ပဒက္ခိဏဂ္ဂါဟိနော အနုသာသနိံ။
- ယေ တေ ဘိက္ခူ ဗဟုဿုတာ အာဂတာဂမာ ဓမ္မဓရာ ဝိနယဓရာ မာတိကာဓရာ၊ တေ သက္ကစ္စံ သုတ္တန္တံ ပရံ ဝါစေန္တိ၊ တေသံ အစ္စယေန နစ္ဆိန္နမူလကော သုတ္တန္တော ဟောတိ သပ္ပဋိသရဏော။
- ထေရာ ဘိက္ခူ န ဗာဟုလိကာ ဟောန္တိ န သာထလိကာ ဩက္ကမနေ နိက္ခိတ္တဓုရာ ပဝိဝေကေ

ပုဗ္ဗင်္ဂမာ၊ ဝီရိယံ အာရဘန္တိ အပ္ပတ္တဿ ပတ္တိယာ အနဓိဂတဿ အဓိဂမာယ အသစ္ဆိကတဿ သစ္ဆိကိရိယာယ၊ တေသံ ပစ္ဆိမာ ဇနတာ ဒိဋ္ဌာနုဂတိံ အာပဇ္ဇတိ၊ သာပိ ဟောတိ န ဗာဟုလိကာ န သာထလိကာ ဩက္ကမနေ နိက္ခိတ္တဓုရာ ပဝိဝေကေ ပုဗ္ဗင်္ဂမာ၊ ဝီရိယံ အာရဘတိ အပ္ပတ္တဿ ပတ္တိယာ အနဓိဂတဿ အဓိဂမာယ အသစ္ဆိကတဿ သစ္ဆိကိရိယာယ။

- သံဃော သမဂ္ဂေါ သမ္မောဒမာနော အဝိဝဒမာနော ဧကုဒ္ဒေသော ဖာသုံ ဝိဟရတိ။ သံဃေ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ သမဂ္ဂေ န စေဝ အညမညံ အက္ကောသာ ဟောန္တိ၊ န စ အညမညံ ပရိဘာသာ ဟောန္တိ။ န စ အညမညံ ပရိစ္စဇနာ ဟောန္တိ၊ တတ္ထ အပ္ပသန္နာ စေဝ ပသီဒန္တိ၊ ပသန္နာနဉ္စ ဘိယျောဘာဝေါ ဟောတိ။

၁။ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းတို့သည် ကောင်းစွာ သင်ယူအပ်သော ပါဠိတော်ကို ကောင်းစွာ ထားအပ်သော ပုဒ် ဗျည်းတို့ဖြင့် သင်ယူကုန်သဖြင့် ကောင်းစွာ ထားအပ်သော ပုဒ် ဗျည်းတို့၏ အနက်သဘောကိုလည်း လွယ်ကူစွာသိခြင်း။

၂။ ရဟန်းတို့သည် ပြောဆိုရလွယ်ကူခြင်း၊ ပြောဆိုရလွယ်ကူခြင်းကို ပြုတတ်သော တရားတို့နှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊ သည်းခံမှုရှိခြင်း၊ ဆုံးမသည်ကို ရိုသေစွာနာယူခြင်း။

၃။ ရဟန်းတို့သည် အကြားအမြင်များကုန်လျက်၊ အာဂုံပါဠိဆောင်ကုန်လျက်၊ သုတ်, အဘိဓမ္မာ, ဝိနည်း, မာတိကာဆောင်ကုန်လျက် ပါဠိတော်ကို သူတစ်ပါးအား ရိုသေစွာ ပို့ချပေးသဖြင့် ထိုရဟန်းပျံလွန်သော်လည်း ပါဠိတော်သည် အခြေခံအရင်းအမြစ် မပြတ်ဘဲ ထောက်တည်ရာရှိခြင်း။

၄။ မထေရ်ကြီး ရဟန်းတို့သည် လာဘ်လာဘပေါများရန်၊ ဘုန်းတန်ခိုးကြီးမားရန် မကျင့်ခြင်း၊ သိက္ခာ သီလကို ပေါ့လျော့မှု မကျင့်ခြင်း၊ အောက်သို့သက်ဆင်းကြောင်း နီဝရဏတရားငါးပါး၌ တာဝန်မဲ့ခြင်း၊ ဆိတ်ငြိမ်မှု ဝိဝေက၌ ရှေ့သွားပြုခြင်း၊ မရောက်သေး၊ မရသေး၊ မျက်မှောက်မပြုရသေးသော ဈာန်, မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်ရန် ရရန် မျက်မှောက်ပြုရန်အားထုတ်ခြင်း။

၅။ ရဟန်းသံဃာသည် ညီညီညွတ်ညွတ်၊ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ၊ ငြင်းခုံခိုက်ရန် မရှိကြဘဲ ပါတိမောက် အတူပြုလျက် ချမ်းသာစွာနေခြင်း၊ သံဃာ ညီညွတ် သည်ရှိသော် အချင်းချင်း မဆဲရေး၊ မခြိမ်းခြောက်, မပစ်ပယ်, မစွန့်ခွာခြင်း၊ ညီညွတ်သော သံဃာ၌ မကြည်ညိုသေးသူတို့ ကြည်ညိုလာခြင်း၊ ကြည်ညိုပြီးသူတို့ ပိုမိုကြည်ညိုလာခြင်း။ (အံ၊ ၂၊ ၁၅၈)

သံဃာရတနာ

ယေ ဘိက္ခဝေ သံဃေ ပသန္နာ

အဂ္ဂေ တေ ပသန္နာ၊

အဂ္ဂေ ခေါ ပန ပသန္နာနံ၊

အဂ္ဂေါ ဝိပါကော ဟောတိ။

ရဟန်းတို့ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သံဃာ၌ ကြည်ညိုသော သူတို့သည် အမြတ်၌ ကြည်ညိုသည်မည်ကုန်၏။ အမြတ်၌ကြည်ညိုသော သူတို့အား မြတ်သော အကျိုးသည် ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၃၄၃)

သံဃော ဟိ ဒုဿီလော နာမ နတ္ထိ။

အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် သံဃာဟူသည် ဒုဿီလ မဖြစ်နိုင်။ (မ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၂၅၅)

ဣမေ စ သုဘဒ္ဒ ဘိက္ခူ သမ္မာ ဝိဟရေယျုံ။

အသုညော လောကော အရဟန္တေဟိ အဿ။

သုဘဒ္ဒ ဤရဟန်းတို့သည် ကောင်းစွာကျင့်ကြံနေထိုင်ကြသည်ရှိသော် ဤလောက၌ ရဟန္တာမဆိတ်သုဉ်းဘဲ ရှိရာ၏။ (ဒီ၊ ၂၊ ၁၂၅။ အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၇၂)

ခီဏာသဝေါ ပန နေဝ သမ္ပရာယိကဿ။
န ဒိဋ္ဌဓမ္မိကဿ မရဏဿ ဘာယတိ။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မြတ်သည် တမလွန်ဘဝ၏ ဘေးကိုမကြောက်၊ ယခုမျက်မှောက်ဘဝ၌ သေရမည့်ဘေးကိုလည်း မကြောက်။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂။ ၃၃၀)

သဗ္ဗောယေဝ ဧတေသံ သမဏာနံ ဂုဏော။

ရဟန်းတို့၏ ဂုဏ်သည်သစ္စာ အမှန်တရားပင်ဖြစ်၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁။ ၃၇၄)

သမဏာ ကိရ နာမ အပ္ပိစ္ဆာ။

ရဟန်းတို့မည်သည် အလိုနည်းရမည်။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၇၄)

နိန္နာယ နပ္ပဝေဓေယျ၊
န ဥဏ္ဏမေယျ ပသံသိတော ဘိက္ခု။
လောဘံ သဟ မစ္ဆရိယေန၊
ကောဓံ ပေသုဏိယဉ္စ ပနုဒေယျ။

ရဟန်းသည် ကဲ့ရဲ့ခြင်းကြောင့်လည်း မတုန်လှုပ်ရာ၊ ချီးမွမ်းခြင်းကြောင့်လည်း မတက်ကြွရာ၊ လိုချင်မှု ဝန်တိုမှု အမျက်ထွက်မှု၊ ကုန်းတိုက်မှုတို့ကို နှတ်ပယ်ရာ၏။

(သုတ္တနိ၊ ၄၂၃)

သာသနာပြုစေလွှတ်ခြင်း

စရထ ဘိက္ခဝေ စာရိကံ ဗဟုဇနဟိတာယ
ဗဟုဇနသုခါယ လောကာနုကမ္ပာယ အတ္တာယ
ဟိတာယ သုခါယ ဒေဝမနုဿာနံ၊ မာ ဧကေန ဒွေ
အဂမိတ္ထ။

ရဟန်းတို့... လူအများ၏ အစီးအပွားအလို့ငှာ ချမ်းသာခြင်းငှာ၊ လောကကို စောင့်ရှောက်ရန်အလို့ငှာ နတ်လူတို့၏ အကျိုးစီးပွါးအလို့ငှာ ချမ်းသာခြင်းငှာ ဒေသစာရီ လှည့်လည် ကြကုန်လော့၊ ခရီးလမ်း တစ်ကြောင်းကို နှစ်ပါး မသွားကြကုန်လင့်။

ယော ဂဝံ န ဝိဇာနာတိ၊ န သော ရက္ခတိ ဂေါဂဏံ၊
ဧဝံ သီလံ အဇာနန္တော၊ ကိံ သော ရက္ခေယျ သံဝရံ။

အကြင်နွားကျောင်းသားသည် နွားအပေါင်းကို မသိမမှတ်မိ၊ ထိုနွားကျောင်းသားသည် နွားအပေါင်းကို

မစောင့်ရှောက်နိုင်ချေ။ ဤအတူ သီလသိက္ခာကို မသိသော ထိုရဟန်းသည် သီလစောင့်ရှောက်မှုကို အဘယ်မှာ စောင့်ရှောက်နိုင်ပါအံ့နည်း။ (ဝိ၊ ၃၊ ၁၃၇)

သံဃေန အနုမတေန ပုဂ္ဂလေန အနုဝိဇ္ဇကေန၊
အနုဝိဇ္ဇိတုကာမေန သံဃဂရုကေန ဘဝိတဗ္ဗံ၊
နော ပုဂ္ဂလဂရုကေန၊ သဒ္ဓမ္မဂရုကေန ဘဝိတဗ္ဗံ၊
နော အာမိသဂရုကေန။

သံဃာခွင့်ပြုချက်ဖြင့် တရားစစ်မည့် ဝိနည်းမိုရ်သည် သံဃာကို အလေးပြုရာ၏။ ပုဂ္ဂိုလ်ကို အလေးမပြုရာ၊ သူတော်ကောင်းတရားကို အလေးပြုရာ၏၊ အာမိသကို အလေးမပြုရာ။ (ဝိ၊ ၅၊ ၂၈၇)

ဒုရက္ခာတဓမ္မဝိနယော နာမ ဗာဟိရကသာသနံ။

သာသနာပ အဆုံးအမတရားသည် မကောင်းသဖြင့် ဟောကြားသော ဓမ္မဝိနယမည်၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၇၂)

သမဏော နတ္ထိ ဗာဟိရေ။

ဤသာသနာမှအပ၌ မဂ္ဂဋ္ဌာန် ဖလဋ္ဌာန်ရဟန်းမရှိပေ။ (ခု၊ ၁၊ ၅၀)

ကထံ ဟိ နာမ ဘိက္ခု ဧဝံ သွာက္ခာတေ ဓမ္မဝိနယေ၊
ဥဒရဿ ကာရဏာ ပဗ္ဗဇိဿတိ။

အိုရဟန်း.... သင်သည် ဤသို့ ကောင်းစွာ ဟောကြားအပ်သော သာသနာတော်၌ ဝမ်းရေးအတွက် အဘယ်ကြောင့် ရဟန်းပြုဘိသနည်း။ (ဝိ၊ ၃၊ ၇၃)

ပုထုဇ္ဇနသီလဝတော ပန ပရိနိဗ္ဗုတဘိက္ခုနော
ဝိယ မဟန္တမ္ပိ သက္ကာရံ ကာတုံ ဝဋ္ဋတိယေဝ။

သီလရှိသော ပုထုဇဉ်ရဟန်း၏ (ဈာပန)ကို ပရိနိဗ္ဗာန် ပြုသော ရဟန္တာမထေရ်မြတ်ကဲ့သို့ ခမ်းနားကြီးကျယ်စွာ ပူဇော်မှုပြုခြင်းငှာ သင့်လျော်သည်သာ ဖြစ်၏။
(အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၃၉၅)

ဓမ္မသမ္ဘောဂေါ နာမ ဥဒ္ဒိသတိဝါ ဥဒ္ဒိသာပေတိဝါ။

တရားတော်ကို သင်ယူမှုနှင့် တရားတော်ကို ပို့ချပေးမှုသည် ဓမ္မသမ္ဘောဂ (တရားဓမ္မဆက်ဆံမှု) မည်၏။

အာမိသသမ္ဘောဂေါ နာမ အာမိသံ၊
ဒေတိဝါ ပဋိဂ္ဂဏှာတိ ဝါ။

ဆွမ်းသင်္ကန်းစသော အာမိသကို ပေးမှု၊ ယူမှုသည် အာမိသသမ္ဘောဂ (ပစ္စည်းအပေးအယူဆက်ဆံမှု) မည်၏။
(ဝိ၊ ၂၊ ၁၈၄)

တိစီဝရန္တ ပတ္တော စ၊
ဝါသိ သူစိ စ ဗန္ဓနံ။
ပရိဿာဝနေန အဋ္ဌေတေ၊
ယုတ္တယောဂဿ ဘိက္ခုနော။

ဘာဝနာအားထုတ်သော ရဟန်းအား လိုအပ်သည့် ပရိက္ခရာရှစ်ပါးမှာ-

၁။ ဒုကုဋ် (၂-ထပ်သင်္ကန်းကြီး)
၂။ ကောသီ (အပေါ်ရုံသင်္ကန်း)
၃။ သင်းပိုင် (ခါးဝတ်သင်္ကန်း)
(တိစီဝရိတ် ၃-ထည်)
၄။ သပိတ်
၅။ ဒန်ပူဖြတ်ရန်ဓါးငယ်
၆။ သင်္ကန်းချုပ်ရန်အပ်
၇။ ခါးပန်းကြိုး
၈။ ရေစစ် (ဝိ၊ ၄၊ ၁၊ ၂၀၅)

ကာယဝိက္ကယေ န တိဋ္ဌေယျ၊
ဥပဝါဒံ ဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ။
ဂါမေ စ နာဘိသဇ္ဇေယျ၊
လာဘကမျာ ဇနံ န လပယေယျ။

ရဟန်းသည် ဝယ်ခြင်း ရောင်းခြင်း၌ မတည်ရာ။ (အရောင်းအဝယ်မပြုလုပ်ရာ) တရုံတခါမျှ စွပ်စွဲခြင်းကို မပြုရာ။ မြို့ရွာနေသူ လူတို့နှင့် မရောယှက် မကပ်ငြိရာ၊ လာဘ်လာဘကို လိုချင်မှုကြောင့် လူအပေါင်းကို မြှောက်ပင့်နှိမ့်ချ မပြောရာ။ (သုတ္တနိ၊ ၄၂၃)

လူ့ဝတ်ကြောင်တာဝန်

ဂိဟီနံ အဂါရံ အဇ္ဈာဝသတံ၊
စီဝရပိဏ္ဍပါတသေနာသနဂိလာနပစ္စယ
ဘေသဇ္ဇပရိက္ခာရာနုပ္ပဒါနတ္ထံ ပဓာနံ။

အိမ်ရာတည်ထောင် လူ့ဘောင်၌နေသော လူဝတ်ကြောင် များမှာ သင်္ကန်း၊ ဆွမ်း၊ ကျောင်း၊ ဆေး ပစ္စည်း ၄-ပါး လှူဒါန်းရန်သာ ပဓာနဖြစ်သည်။ (အံ၊ ၁၊ ၅၁)

မိဘခွင့်ပြုမှရဟန်းပြု

ပုတ္တပေမံ ဘန္တေ ဆဝိံ ဆိန္ဒတိ၊ ဆဝိံ ဆေတွာ စမ္မံ ဆိန္ဒတိ၊ စမ္မံ ဆေတွာ မံသံ ဆိန္ဒတိ၊ မံသံ ဆေတွာ နှာရုံ ဆိန္ဒတိ၊ နှာရုံ ဆေတွာ အဋ္ဌိံ ဆိန္ဒတိ၊ အဋ္ဌိံ

ဆေတွာ အင်္ဂမိဒ္ဓံ အာဟာစ္စ တိဋ္ဌတိ၊ သာဓု ဘန္တေ
အယျာ အနုနညာတံ မာတာပိတူဟိ ပုတ္တံ န
ပဗ္ဗာဇေယျုံ။

မြတ်စွာဘုရား-သားသမီး၌ ချစ်ခြင်းသည် အရေပါး၊ အရေထူ၊ အသား၊ အကြော၊ အရိုး၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီသို့ ထိအောင် အဆင့်ဆင့် ဖောက်ထွင်း၍ တည်ပါသည်ဘုရား။ အရှင်ကောင်းတို့သည် မိဘတို့ ခွင့်မပြုသော သားကို ရှင်ရဟန်း ပြုမပေးပါရန် တောင်းပန်ပါသည် အရှင်ဘုရား။
(ဝိ၊ ၃၊ ၁၁၆)

✹✹✹✹✹✹✹✹✹✹✹

ဒါန

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊

တရားအလှူသည် အလှူအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။ သာလွန်၏။ (ဓမ္မပဒ။ ၆၄)

ဒါနံ သဗ္ဗတ္ထ သာဓကံ၊

ပေးကမ်းခြင်းသည် အလုံးစုံသော အကျိုးကို ပြီးစေနိုင်၏။ (ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်မြင်ရာ၏။)
(လောကနီတိ)

တေ မတေသု န မီယန္တိ၊ ပန္ထာနံဝ သဟာဗ္ဗဇံ။
အပ္ပသ္မိံ ယေ ပဝေစ္ဆန္တိ၊ ဧသ ဓမ္မော သနန္တနော။

ခရီးသွားသူတို့သည် ခရီးသွားဖော် အချင်းချင်းအား အနည်းငယ်မျှသော ရိက္ခာကိုပင်လျှင် မျှတဝေခြမ်း

ပေးသကဲ့သို့ သံသံရာခရီးသည်တို့သည် သံသရာခရီးသည် အချင်းချင်းအား အနည်းငယ်မျှသော ပေးလှူဖွယ်ကို ခွဲခြမ်း ပေးလှူကုန်၏။ ထိုသူတို့သည် သေသူတို့တွင် မသေသူ မည်ကုန်၏။ ဤသဘောတရားသည် ရှေးအစဉ်အလာ ဓမ္မတာတည်း။ (သံ၊ ၁၊ ၁၈)

အာရာမရောပါ ဝနရောပါ၊
ယေ ဇနာ သေတုကာရကာ။
ပပဉ္စ ဥဒပါနဉ္စ၊ ယေ ဒဒန္တိ ဥပဿယံ။
တေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ သဒါ ပုညံ ပဝဍ္ဎတိ။
ဓမ္မဋ္ဌာ သီလသမ္ပန္နာ၊ တေ ဇနာ သဂ္ဂဂါမိနော။

သစ်သီးဥယျာဉ်, ပန်းဥယျာဉ်, အရိပ်ရ တောသစ်ပင် စိုက်ပျိုးသူ၊ တံတားဆောက်သူ၊ ရေအိုးစင်၊ ရေတွင်း၊ နေရာ ကျောင်းလှူသူတို့အား နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း ကုသိုလ်ကောင်းမှု တိုးပွား၏။ ထိုသူတို့သည် စာရိတ္တသီလနှင့် ပြည့်စုံကုန်၏၊ တရား၌ တည်ကုန်၏၊ နတ်ပြည်သို့ သွားရ၏။ (သံ၊ ၁။ ၃၀)

ဝိဟာရဒါနံ သံဃဿ၊ အဂ္ဂံ ဗုဒ္ဓေန ဝဏ္ဏိတံ။

သံဃာအား ကျောင်းလှူခြင်းကို 'မြတ်သော အလှူ' ဟု မြတ်စွာဘုရား ချီးမွမ်းတော်မူ၏။ (ဝိ၊ ၄။ ၂၉၂)

ဒေယျဓမ္မပရိစ္စာဂေါ ဝိယ ပတ္တိဒါနဝသေန၊
ဒါနဓမ္မပရိစ္စာဂေါပိ ဒါနမယကုသလကမ္မမေဝ။

လှူဖွယ်ဝတ္ထုကို စွန့်လွှတ်ခြင်းသည် ဒါနမယ ကုသိုလ် ဖြစ်သကဲ့သို့ မိမိပြုသောကုသိုလ် အဖို့ကို စွန့်လွှတ် ပေးဝေခြင်း(အမျှဝေခြင်း)သည်လည်း ဒါနမယကုသိုလ် ဖြစ်၏။ (ပေတ၊ ၄၊ ၉)

ယော သီလဝါ ဒုဿီလေသု ဒဒါတိ ဒါနံ၊
ဓမ္မေန လဒ္ဓံ သုပသန္နစိတ္တော။
အဘိသဒ္ဒဟံ ကမ္မဖလံ ဥဠာရံ၊
သာ ဒက္ခိဏာ ဒါယကတော ဝိသုဇ္ဈတိ။

သီလရှိသော အလှူရှင်သည် အလွန်ကြည်ညိုသော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ မွန်မြတ်သော ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်လျက် တရားသဖြင့် ရအပ်သော လှူဖွယ်ဝတ္ထုကို သီလမရှိသော (ဒုဿီလ)ရဟန်းအား ပေးလှူ၏။ ထိုအလှူ သည် အလှူရှင်ဘက်မှ စင်ကြယ်၏။
(မိလိန္ဒ၊ ၂၅၀၊ မ၊ ၃၊ ၃၀၀)

ဓမ္မံ စရေ ယောပိ သမုဉ္ဆကံ စရေ၊
ဒါရဉ္စ ပေါသံ ဒဒမပ္ပကသ္မိံ။
သတံ သဟဿာနံ သဟဿယာဂိနံ၊
ကလမ္ပိ နာဂ္ဃန္တိ တထာဝိဓဿ တေ။

ထောင်းထု ပုတ်ခတ် သတ်ဖြတ်ခိုးယူ၍ ရအပ်သည့် ဥစ္စာဖြင့် အသပြာတစ်ထောင်တန်စီ ပူဇော်ကုန်သော ယောကျာ်းတစ်သိန်းတို့၏ ဆယ်ကုဋေတန်ဖိုးရှိသော အလှူတို့သည် သားမယားကို လုပ်ကျွေးရင်း အနည်းငယ်မျှသော အလှူဒါနကို ပေးလှူလျက် ကုသိုလ်ကမ္မပထတရားပွားများသူ ပြုလုပ်သော (သမုဒ္ဒက) ချွေးနဲ့စာအလှူ၏ အစိတ်တစ်ရာ စိတ်၍ တစ်စိတ်ကိုမျှ မမီနိုင်။

(သံ၊ ၁၊ ၁၈)

* **သမုဒ္ဒကအလှူ** - ကောက်နယ်တလင်းစသည်ကို သုတ်သင်မှု၊ ကောက်ရိုးကို ထုရိုက်နင်းနယ်မှု စသည်ဖြင့် အခရသော ပစ္စည်းကို ပေးလှူမှုမျိုးသည် သမုဒ္ဒက အလှူမည်၏။ (အဋ္ဌကထာ)

ဝိစေယျ ဒါနံ သုဂတပ္ပသတ္ထံ၊
ယေ ဒက္ခိဏေယျာ ဣဓ ဇီဝလောကေ။
ဧတေသု ဒိန္နာနိ မဟပ္ဖလာနိ၊
ဗီဇာနိ ဝုတ္တာနိ ယထာ သုခေတ္တေ။

ရွေးချယ်စိစစ်၍ ပေးလှူခြင်းကို ဘုရားရှင် ချီးမွမ်းတော်မူ၏။ လယ်ယာမြေကောင်း၌ စိုက်ပျိုးအပ်သော မျိုးစေ့ကဲ့သို့ ထိုအတူပင် ဤသတ္တလောက၌ မြတ်သော အလှူကို ခံယူထိုက်ကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ပေးလှူအပ်သော အလှူတို့သည် အကျိုးများကုန်၏။ (သံ၊ ၁။ ၂၀)

အန္နဒေါ ဗလဒေါ ဟောတိ၊
ဝတ္ထဒေါ ဟောတိ ဝဏ္ဏဒေါ။
ယာနဒေါ သုခဒေါ ဟောတိ၊
ဒီပဒေါ ဟောတိ စက္ခုဒေါ။

ဆွမ်းလှူသူသည် ခွန်အားကို လှူသည်မည်၏။ အဝတ်သင်္ကန်းကိုလှူသူသည် အဆင်းကို လှူသည် မည်၏။ ယာဉ် (ကား) ကို လှူသူသည် ချမ်းသာသုခကို လှူသည် မည်၏။ ဆီမီးကို လှူသူသည် မျက်စိကို လှူသည် မည်၏။

သော စ သဗ္ဗဒဒေါ ဟောတိ၊
ယော ဒဒါတိ ဥပဿယံ။
အမတံဒဒေါ စ သော ဟောတိ၊
ယော ဓမ္မမနုသာသတိ။

နေရာ (ကျောင်းစသည်)ကို လှူသူသည် အလုံးစုံကို လှူသည်မည်၏။ တရားကို ဟောကြားပြသဆုံးမသူသည် အမြိုက် နိဗ္ဗာန်ကို လှူသည်မည်၏။ (သံ၊ ၁၊ ၂၉)

ပဉ္စ ဒါနာနိ အပုညာနိ ပုညသမ္မတာနိ လောကသ္မိံ မဇ္ဇဒါနံ သမဇ္ဇဒါနံ ဣတ္ထိဒါနံ ဥသဘဒါနံ စိတ္တကမ္မဒါနံ။

လောက၌ ကုသိုလ် ကောင်းမှုဟု သမုတ်အပ်ကုန်သော်လည်း ကုသိုလ် ကောင်းမှု မဟုတ်ကုန်သော

အလှူတို့သည် သေရည်သေရက်အလှူ၊ ကပွဲသဘင်အလှူ၊ မိန်းမအလှူ၊ နွားမအပေါင်းအလယ်၌ နွားလား ဥသဘကို လွှတ်သောအလှူ၊ အလှသရုပ်ဖော် ပန်းချီဆေးရေးအလှူ အားဖြင့် ငါးပါးတို့တည်း။ (ဝိ၊ ၅၊ ၂၃၁)

ဗာဟိရကဘဏ္ဍပရိစ္စာဂေါ ဒါနပါရမီ နာမ။

ပြင်ပပစ္စည်းဥစ္စာကို လှူဒါန်းစွန့်ကြဲမှုသည် ဒါနပါရမီ မည်၏။

အင်္ဂပရိစ္စာဂေါ ဒါနဥပပါရမီ နာမ။

လက်ခြေစသော အင်္ဂါကို လှူဒါန်းစွန့်ကြဲမှုသည် ဒါနဥပပါရမီမည်၏။

ဇီဝိတပရိစ္စာဂေါ ဒါနပရမတ္ထပါရမီ နာမ။

အသက်ကို လှူဒါန်းစွန့်ကြဲမှုသည် ဒါနပရမတ္ထပါရမီ မည်၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၁)

စဇေ ဓနံ အင်္ဂဝရဿ ဟေတု၊
အင်္ဂံ စဇေ ဇီဝိတံ ရက္ခမာနော။
အင်္ဂံ ဓနံ ဇီဝိတဉ္စာပိ သဗ္ဗံ၊
စဇေ နရော ဓမ္မ'မနုဿရန္တော။

ပညာရှိသောသူသည် မြတ်သော ကိုယ်အင်္ဂါ၏ အကြောင်းကြောင့် ဥစ္စာကို စွန့်ရာ၏။ အသက်ကို စောင့်ရှောက်လိုသောကြောင့် (အသက်ကြောင့်) မြတ်သော ကိုယ်အင်္ဂါကို စွန့်ရာ၏။ မြတ်သောတရားသဘောကို အောက်မေ့သောသူသည် မြတ်သော ကိုယ်အင်္ဂါကို လည်းကောင်း၊ ဥစ္စာကိုလည်းကောင်း၊ အသက်ကိုသော် လည်းကောင်း၊ အလုံးစုံကို စွန့်ရာ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁၄၅)

ဒဒေယျ ပုရိသော ဒါနံ၊ အပ္ပံ ဝါ ယဒိ ဝါ ဗဟုံ။

နည်းသည်ဖြစ်စေ၊ များသည်ဖြစ်စေ အလှူဒါန ပြုကြရမည်ဖြစ်၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၃၂၀)

အပ္ပမ္ပိ စေ သဒ္ဓဟာနော ဒဒါတိ၊
တေနေဝ သော ဟောတိ သုခီ ပရတ္ထ။

ဝတ္ထုပစ္စည်းအနည်းငယ်မျှဖြစ်သော်လည်း ကံ-ကံ၏ အကျိုးတရားကို ယုံကြည်စွာ ပေးလှူသူသည် တမလွန်ဘဝ၌ ချမ်းသာသုခနှင့် ပြည့်စုံသူ ဖြစ်ရ၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၄၄၈)

အပ္ပမှာ အပ္ပကံ ဒဇ္ဇာ၊ အနုမဇ္ဈတော မဇ္ဈကံ။
ဗဟုမှာ ဗဟုကံ ဒဇ္ဇာ၊ အဒါနံ နုပပဇ္ဇတိ။

နဲနဲရှိက နဲနဲလှူ၊ မနဲမများရှိပါက မနဲမများလှူ၊ များများရှိက များများလှူ၊ မလှူဘဲ နေလို့မသင့်တော်ပါ။ (ဇာ၊ ၂၊ ၉၉)

တံ တံ ဝဒါမိ ကောသိယ၊ ဒေဟိ ဒါနာနိ ဘုဉ္စ၊
အရိယမဂ္ဂံ သမာရုဟ၊ နေကာသီ လဘတေ သုခံ။

ကောသိယသူဌေး.... သင့်ကို ငါဆို၏၊ မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သွားရာလမ်းခရီးကို ကောင်းစွာတက်၍ အလှူတို့ကို ပေးလှူလော့၊ မိမိလည်း သုံးဆောင်လော့၊ မိမိတစ်ယောက်တည်း သုံးဆောင် စားသောက်သောသူသည် ချမ်းသာ သုံးပါးကို မရရာ။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃၊ ၉၉)

ဇိနေ ကဒရိယံ ဒါနေန။
နှမြောဝန်တိုသောသူကို ပေးကမ်းသဖြင့် အောင်ရာ၏။
(ဓမ္မပဒ၊ ၄၆)

နတ္ထိ စိတ္တေ ပသန္နမှိ၊ အပ္ပကာ နာမ ဒက္ခိဏာ။
စိတ်ကြည်လင်က နည်းသော အလှူဟူ၍ မရှိပေ။
(ခု၊ ၂၊ ၆၆)

မစ္ဆေရံ ဒဒတော မလံ။
ဝန်တိုခြင်းသည် ပေးကမ်းခြင်း၏ အညစ်အကြေး မည်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၈)

သဒ္ဓံ ဘဏော န ကုဗ္ဗေယျ၊ ဒဇ္ဇာ အပ္ပမ္ပိ ယာစိတော။
ဧကေဟိ တီဟိ ဌာနေဟိ၊ ဂစ္ဆေ ဒေဝါန သန္တိကေ။

မှန်မှန်ကန်ကန် ပြောဆိုခြင်း၊ အမျက်မထွက်ခြင်း၊ သူတပါးက တောင်းခံလာလျှင် နည်းနည်းသော်လည်း ပေးခြင်း ဤသုံးပါးတို့ကြောင့် နတ်ပြည်ရောက်ရ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၆)

ဒုဒ္ဒဒံ ဒဒမာနာနံ၊ ဒုက္ကရံ ကမ္မကုဗ္ဗတံ။
အသန္တော နာနုကုဗ္ဗန္တိ၊ သတံ ဓမ္မော ဒုရန္နယော။

ပေးလှူရန် ခက်သည်ကို ပေးလှူသူတို့၏ အလှူမျိုး၊ ပြုလုပ်ရန် ခက်သော ကောင်းမှုကို ပြုလုပ်သူတို့၏ ပြုလုပ်မှုမျိုးကို သူယုတ်မာတို့သည် အတုလိုက်၍ မပြုလုပ်နိုင်ကြပေ။ သူတော်ကောင်းတို့၏ တရားသည် အတုလိုက်ရန် ခဲယဉ်း၏။ (သံ၊ ၁၊ ၁၈)

သဒ္ဓါ ဟိ ဒါနံ ဗဟုဓာ ပသတ္ထံ၊
ဒါနာ စ ခေါ ဓမ္မပဒံဝ သေယျော။
ပုဗ္ဗေ စ ဟိ ပုဗ္ဗတရေ စ သန္တော၊
နိဗ္ဗာနမေဝဇ္ဈဂမုံ သပညာ။

ယုံကြည်မှုဖြင့် ပေးလှူခြင်းကို အကြီးအကျယ် ချီးမွမ်းအပ်၏။ အမှန်စင်စစ်မူ ပေးလှူခြင်းထက်

နိဗ္ဗာန်တရားစုသည်သာလျှင် အထူးချီးမွမ်းအပ် မြတ်၏။ ရှေးရှေးက ပညာရှိသူတော်ကောင်းကြီးများသည် နိဗ္ဗာန်သို့သာ ကပ်ရောက်တော်မူကြကုန်၏။ (သံ၊ ၁၊ ၂၁)

ပုညံ အာကင်္ခမာနေန၊ ဒေယျံ ဟောတိ ဝိဇာနတာ၊

ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို အလိုရှိသော ကုသိုလ် ကောင်းမှု၏ အကျိုးကို သိသော ပညာရှိသည် အလှူပေးသင့်လှ၏။ (သံ၊ ၁၊ ၁၇)

ဇဝံ အာဒိတ္တော ခေါ လောကော၊
ဇရာယ မရဏေန စ။
နီဟရေထေဝ ဒါနေန၊
ဒိန္နံ ဟောတိ သုနီဟတံ။

လူအပေါင်းသည် ဇရာမီး, မရဏမီးဖြင့် နှိပ်စက် တောက်လောင် ခံနေရသည်။ထိုမီးတောက် မီးလျှံမှ စွန့်ကြဲ ပေးကမ်းလှူဒါန်းမှုဖြင့် ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ထုတ်ယူရာ၏။ ပေးလှူအပ်ပြီးသော အလှူဒါနသည် ကောင်းစွာထုတ်ယူထား အပ်ပြီးမည်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၅၅)

သဒ္ဓါယ သီလေန ယော ပဝဍ္ဎတိ၊ ပညာယ စာဂေန သုတေန စူဘယံ၊
သော တာဒိသော သပ္ပုရိသော ဝိစက္ခဏော၊ အာဒီယတီ သာရမိဓေဝ အတ္တနော။

ကောင်းစွာ ဟောကြားအပ်သော ဘုရားရှင်သာသနာတော်၌ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကသာ အတိုင်းအရှည်ကို သိရမည်။ အလှူပေးပုဂ္ဂိုလ်က အတိုင်းအရှည်သိရန် မလို။

(အံ၊ ၁၊ ၃၆)

ဒုရက္ခာတေ ဓမ္မဝိနယေ ဒါယကေန မတ္တာ ဇာနိတဗ္ဗာ နော ပဋိဂ္ဂါဟကေန။

သာသနာပ၌ အလှူပေးသူက အတိုင်းအရှည်ပမာဏကို သိရမည်။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်က သိရန်မလို။

(အံ၊ ၁၊ ၃၆)

သွာက္ခာတေ ဓမ္မဝိနယေ ပန ဒါယကဿ ပမာဏံ ဉတွာ ဒါတဗ္ဗံကိစ္စံ နာမ နတ္ထိ။ ယတ္တကော ဒေယျဓမ္မော အတ္ထိ၊ တတ္တကံ အဝတ္ထရိတွာ ဒါတုံ ဝဋ္ဋတိ။

မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်၌ ပေးလှူသောဒါယကာအဖို့ အတိုင်းအရှည် သိဖွယ်မလို။ လှူဖွယ်ဝတ္ထုရှိသလောက် အစွမ်းကုန် လှူဒါန်းသင့်၏။

(အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၇၃)

သုခေါ ပုညဿ ဥစ္စယော။
ကောင်းမှုတရား တိုးပွားခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၃၀)

သုခေါ ဝိပါကော ပုညာနံ။

ကောင်းမှုများ၏ အကျိုးတရားသည် ချမ်းသာ၏။
(နေတ္တိပေဋကော၊ ၁၉၉)

ဒွေ မေ သုလဘာ ဒေယျဓမ္မာ စ
ဒက္ခိဏေယျာ စ၊ သဒ္ဓါ ပန ဒုလ္လဘာ။

လှူဖွယ်ဝတ္ထုနှင့် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် နှစ်မျိုးတို့သည် ရလွယ်သောတရား ဖြစ်ကုန်၏။ ကြည်ညိုမှု သဒ္ဓါတရားသည်ကား ရခဲလှသော တရားဖြစ်ချေ၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂။ ၁၃၂)

ဒါနံ ဒေဟိ၊ ပူဇံ ကရောဟိ။

အလှူဒါနကို စွန့်ကြဲပါ၊ ပူဇော်မှုကို ပြုပါ။
(အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂။ ၅၇)

ဣဒံ မေ ဒါနံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

ငါ၏ ဤအလှူတော်သည် အာသဝေါကုန်ခြင်းကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပါစေသတည်း။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၄၃)

ကတ္တဗ္ဗံ ကုသလံ ဗဟုံ။

ကုသိုလ်တရားကို များစွာ ပြုထိုက်ပြုသင့်၏။
(အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃)

ကလျာဏံ ဝုစ္စတိ ပုညကမ္မံ။

ကုသိုလ်အလုပ်ကို ကောင်းမှုတရားဟု ဆိုရ၏။

(အံ၊ ၄၊ ၂၊ ၃၅၉)

ယော ဝေ ယာစနဇီဝါနော၊
ကာလေ ယာစံ န ယာစတိ။
ပရဉ္စ ပုညာ ဓံသေတိ၊
အတ္တနာပိ န ဇီဝတိ။

အလှူခံ၍ စားသောက်အသက်မွေးသူသည် သင့်လျော်သောအခါ၌ အလှူခံခြင်းမပြုလျှင် အလှူ့ရှင်သည်လည်း ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုလုပ်ရခြင်းမှ ဆုံးရှုံး၏။ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် မိမိသည်လည်း အသက်မွေးမှု မရတော့ချေ။(ဇာ၊ ၁၊ ၁၆၂)

ဒါယကောတိ ဒါနသ္မုရော။

ဒါယကာဆိုသည်မှာ အလှူဒါနပြုရာ၌ ရဲရင့်သူ ဖြစ်သည်။ (အံ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၀)

တသ္မိံယေဝ ဝိရဇေ ခေတ္တေ၊
ဝိပုလာ ဟောတိ ဒက္ခိဏာ။

ကိလေသာမြူကင်း၍ လယ်ယာမြေကောင်းသဖွယ် ဖြစ်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၌ ပေးလှူအပ်သော အလှူသည် အကျိုးများ၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၆၂)

အဂ္ဂသ္မိံ ဒါနံ ဒဒတံ၊ အဂ္ဂံ ပုညံ ပဝဍ္ဎတိ။
အဂ္ဂံ အာယုစ ဝဏ္ဏောစ၊ ယသော ကိတ္တိ သုခံ ဗလံ။

အမြတ်ဆုံးရတနာ သုံးပါး၌ အလှူကို ပေးလှူသူတို့အား မြတ်သော ကောင်းမှုသည် တိုးပွား၏။ မြတ်သော အသက်ရှည်ခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ အဆင်းလှခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ အခြံအရံများခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ ကျော်စောခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ချမ်းသာခြင်းသည် လည်းကောင်း၊ ကိုယ်အား ဉာဏ်အားသည်လည်းကောင်း တိုးပွား၏။ (အံ၊ ၁၊ ၃၄၄၊ အံ၊ ၂၊ ၃၁)

အဂ္ဂဿ ဒါတာ မေဓာဝီ၊ အဂ္ဂဓမ္မသမာဟိတော။
ဒေဝဘူတော မနုဿော ဝါ၊ အဂ္ဂပ္ပတ္တော ပမောဒတိ။

မြတ်သော ရတနာသုံးပါးအား ပေးလှူတတ်သော မြတ်သောဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော ပညာရှိသည် နတ်ဖြစ်သော် လည်းကောင်း၊ လူဖြစ်သော်လည်းကောင်း အထွတ်အထိပ်သို့ ရောက်လျက် ဝမ်းမြောက်ရ၏။ (အံ၊ ၂၊ ၃၀)

ဒဒတော ပုညံ ပဝဍ္ဎတိ။

ပေးလှူသောသူအား ကောင်းမှုတိုးပွား၏။
(ဉဒါန၊ ၁၈၃)

ပုညံ စောရေဟိ ဒူဟာရန္တိ
ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို သူခိုးတို့ မခိုးယူနိုင်ကုန်။
(သံ၊ ၁။ ၃၃)

ပုညဝတော ဟိ ကိရိယာ နာမ သမိဇ္ဈတိယေဝ။

အမှန်စင်စစ် ဘုန်းကံရှိသောသူ၏ ပြုအပ်သောအမှု မည်သည် ပြည့်စုံပြီးစီးသည်သာတည်း။
(ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၂၀၆)

န တာဝ ဘိက္ခဝေ အကုသလဿ သမာပတ္တိ
ဟောတိ၊ ယာဝ သဒ္ဓါ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ
ကုသလေသု ဓမ္မေသု။

ရဟန်းတို့ ကုသိုလ်တရားတို့၌ သဒ္ဓါတရား ရှေးရှုတည်နေသမျှ အကုသိုလ်တရား မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပေ။

မနာပဒါယီ လဘတေ မနာပံ။

မြတ်နိုးဖွယ်ကို ပေးလှူသူသည် မြတ်နိုးဖွယ်ကို ရ၏။
(အံ၊ ၂၊၄၃)

အဂ္ဂဿ ဒါတာ လဘတေ ပုနဂ္ဂံ။

မြတ်သောပစ္စည်းကို ပေးလှူသူသည် မြတ်သော ပစ္စည်းကို တဖန်ပြန်၍ ရ၏။ (အံ၊ ၂၊ ၄၄)

ဝရဿ ဒါတာ ဝရလာဘီ ဟောတိ။

ကောင်းမြတ်သော အရာဝတ္ထုကို လှူသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကောင်းမြတ်သော ပစ္စည်းကိုရ၏။ (အံ၊ ၂၊ ၄၄)

သေဋ္ဌံ ဒဒေါ သေဋ္ဌမုပေတိ ဌာနံ။

အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ်သော ပစ္စည်းဝတ္ထုကို လှူသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ထူးကဲလွန်မြတ် ကောင်းမြတ်သော ဌာနသို့ ရောက်ရ၏။ (အံ၊ ၂၊ ၄၄)

အရိယေသု သီလာဒိဂုဏသမ္ပန္နေသု
ဒိန္နံ အပ္ပကမ္ပိ ဒါနံ မဟပ္ဖလံ ဟောတိ။

သီလအစရှိသော ဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံကုန်သော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်၌ လှူအပ်သော အလှူသည် အနည်းငယ်မျှပင် ဖြစ်သော်လည်း ကြီးစွာသော အကျိုးသည် ဖြစ်ရလေ၏။ (ဣတိ၊ ၄၊ ၈၅)

သံဃေ ဒိန္နံ မဟပ္ဖလံ။

သံဃာအား လှူခြင်းသည် အကျိုးများ၏။ (ခု၊ ၂၊ ၄၉)

သံဃေ ဂေါတမိ ဒေဟိ၊ သံဃေ တေ ဒိန္နေ
အဟဉ္စေဝ ပူဇိတော ဘဝိဿာမိ၊ သံဃော စ။

မိထွေးတော်ဂေါတမီ - သံဃာအား လှူပါ။ သံဃာအား လှူဒါန်းလျှင် ငါဘုရားကိုရော သံဃာကိုပါ ပူဇော်လှူဒါန်းရာ ရောက်၏။ (မ၊ ၃၊ ၂၉၆)

သုခါ သာမညတာ လောကေ။

လောက၌ ရဟန်းတို့အား ပစ္စည်းလေးပါးတို့ဖြင့် ကောင်းစွာ ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

အထော ပေတ္တေယျတာ သုခါ။

အဖကို ကောင်းစွာလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

သုခါ မတ္တေယျတာ လောကေ။

လောက၌ အမိကို ကောင်းစွာလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

သုခါ သဒ္ဓါ ပတိဋ္ဌိတာ။

လောကီလောကုတ္တရာ သဒ္ဓါနှစ်ပါး လှုပ်ရှား မယိုင်မြဲခိုင်စွာ တည်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ (ဓမ္မပဒ။ ၆၁)

ဒါယကာ ကာသကူပမာ။

ဒါယကာများသည် လယ်သမားနှင့်တူ၏။

ဗီရူပမံ ဒေယျဓမ္မံ။

လှူဖွယ်ဝတ္ထု ဒေယျဓမ္မသည် မျိုးစေ့နှင့်တူ၏။

ခေတ္တူပမာ အရဟန္တော။

ရဟန္တာများသည် လယ်ယာမြေနှင့် တူ၏။

(ခု၊ ၂၊ ၁၂၇)

ဒါနဉ္စ ယုဒ္ဓဉ္စ သမာနမာဟု။

အလှူပေးခြင်းနှင့် စစ်တိုက်ခြင်းသည် တူ၏ဟု ဆိုကြ၏။ (သံ၊ ၁၊ ၂၀)

မစ္ဆေရာ စ ပမာဒါ စ၊ ဧဝံ ဒါနံ န ဒီယတိ။

ဝန်တိုမှု မစ္ဆေရနှင့် မေ့လျော့မှု ပမာဒကြောင့် အလှူဒါန မပြုနိုင်ပေ။ (သံ၊ ၁။ ၁၇)

မစ္ဆရိယဿ တဂကထာ ဒုက္ကထာ။

နှမြောဝန်တိုသူအတွက် စွန့်ကြဲမှုနှင့် စပ်သော စကားသည် မကောင်းသော စကားဖြစ်၏။

အဿဒ္ဓဿ ဘိက္ခဝေ သဒ္ဓါကထာ ဒုက္ကထာ။

သဒ္ဓါတရားမရှိသူအတွက် သဒ္ဓါတရားနှင့်စပ်သော စကားသည် မကောင်းသော စကားဖြစ်၏။

(အံ၊ ၂၊ ၁၅၉)

ဟတ္ထေန ဟတ္ထေ တေ ဒိန္နံ၊ န မယံ ဥပကပ္ပတိ။

တစ်ဦး တစ်ယောက်၏ လက်ဖြင့် တစ်ဦးတစ်ယောက်၏ လက်ထဲ၌ ထည့်ပေးသလို ပြိတ္တာတို့အား ပေး၍ မရပေ။ (ခု၊ ၂၊ ၁၃၄)

ယာစကော အပ္ပိယော ဟောတိ။
ယာစံ အဒဒမပ္ပိယော။

အတောင်းအရမ်းထူသူသည် မုန်းစရာကောင်း၏။ တောင်းပါလျက် မပေးဘဲ နေသူသည်လည်း မုန်းစရာ ကောင်း၏။ (ဇာ၊ ၌၊ ၃၊ ၃၃၁)

ယာစနံ ရောဒနံ အာဟု။

တောင်းခြင်းကို ပညာရှိတို့သည် ငိုခြင်းဟူ၍ ဆိုကုန်၏။ (ဇာ၊ ၌၊ ၃၊ ၇၄)

အဂ္ဂိက္ခန္ဓော သမုဒ္ဒေါ စ၊ မဟိစ္ဆော စာပိ ပုဂ္ဂလော။
ဗဟုကေ ပစ္စယေ ဒိန္နေ၊ တယောပေတေ န ပူရယေ။

မီးပုံ၊ သမုဒ္ဒရာ၊ အလိုကြီးသူ ဤသုံးမျိုးသည် များစွာသော ပစ္စည်းများကို ပေးပါသော်လည်း ပြည့်ဝသည် ဟူ၍ မရှိချေ။ (လောကနီတိ။ ၌။ ၉၃)

****

သီလ

သီလေ ပတိဋ္ဌာယ နရော သပညော၊
စိတ္တံ ပညဉ္စ ဘာဝယံ။
အာတာပီ နိပကော ဘိက္ခု၊
သော ဣမံ ဝိဇဋယေ ဇဋံ။

ပဋိသန္ဓေပညာရှိ၍ သံသရာဘေးကို ရှုမြင်ပြီး သီလ၌တည်လျက် ပြင်းထန်စွာ အားထုတ်သူသည် သမာဓိနှင့် ပညာကို ပွားများခြင်းအားဖြင့် ဤတဏှာတည်းဟူသော အရှုတ်အထွေးကို ဖြေရှင်းနိုင်ရာ၏။ (သံ၊ ၁၊ ၁၃)

ယေ ခေါ စုန္ဒိ အရိယကန္တေသု သီလေသု ပရိပူရကာရိနော၊ အဂ္ဂေ တေ ပရိပူရကာရိနော။ အဂ္ဂေ တေ ပရိပူရကာရီနံ၊ အဂ္ဂေါ ဝိပါကော ဟောတိ။

စုန္ဒီမင်းသမီး၊ အကြင်သူတို့သည် အရိယာတို့ နှစ်သက် အပ်သော ငါးပါးသီလ၌ ပြည့်စုံစွာ ဖြည့်ကျင့်ကြ ကုန်၏။ ထိုသူတို့သည် အမြတ်ဆုံး၌ အပြည့်အစုံ ဖြည့်ကျင့် သူတို့ မည်၏။

အမြတ်ဆုံး၌ အပြည့်အစုံ ဖြည့်ကျင့်သူတို့အား အမြတ်ဆုံးသော အကျိုးဖြစ်၏။ (အံ၊ ၂၊ ၃၀)

ဥပါသကာ တီဏိ သရဏာနိ ပဉ္စ သီလာနိ ရက္ခထ၊
မာသဿ အဋ္ဌ ဥပေါသထေ ကရောထ၊
မာတာပိတူနံ ဥပဋ္ဌာနဝတ္တံ ပူရေထ၊ ဓမ္မိကသမဏ ဗြာဟ္မဏေ ပဋိဇဂ္ဂထ။

အို.... ဥပါသကာတို့.... သရဏဂုံသုံးပါး ငါးပါးသီလကို စောင့်ကြကုန်လော့၊ လစဉ် ၈–ပါးသီလ ဥပုသ်ကို စောင့်ကုန်လော့၊ မိဘလုပ်ကျွေးမှုဝတ်ကို ဖြည့်ကျင့်ကြကုန်လော့၊ တရားစောင့်သောရဟန်း ပုဏ္ဏားတို့ကို လုပ်ကျွေးကြ ကုန်လော့။ (အံ၊ ဌ၊ ၂၊ ၃၃၅)

ဥတ္တရကုရုကာနံ မနုဿာနံ အဝီတိက္ကမော ပကတိသီလံ။

မြောက်ကျွန်းသူ၊ မြောက်ကျွန်းသားတို့ သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်း စသည်ကို မလွန်ကျူးခြင်းသည် ပကတိသီလ မည်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၁၅)

'ဣဒံ ကတ္တဗ္ဗံ'န္တိ ပညတ္တသိက္ခာပဒပူရဏံ၊ တံ စာရိတ္တံ။

ဤကျင့်ဝတ်ကို ပြုရမည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ပညတ်ထားသော သိက္ခာပုဒ်ကို ဖြည့်ကျင့်ခြင်းသည် စာရိတ္တသီလ မည်၏။

'ဣဒံ န ကတ္တဗ္ဗံ'န္တိ ပဋိက္ခိတ္တသ္မ အကရဏံ၊ တံ ဝါရိတ္တံ။

ဤအမှုကို မပြုရဟု မြတ်စွာဘုရား ပယ်မြစ်ထားသည်ကို မပြုခြင်းသည် ဝါရိတ္တသီလ မည်၏။

(ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၁၁)

စေတနာသီလံ နာမ ပါဏာတိပါတာဒီဟိ ဝါ ဝိရမန္တဿ ဝတ္တပဋိပတ္တိံ ဝါ ပူရေန္တဿ စေတနာ။

သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်း စသည်မှ ရှောင်ကြဉ်သောသူ၏ စေတနာသည်လည်းကောင်း၊ ဝတ်အကျင့်ကို ဖြည့်ကျင့်သောသူ၏ စေတနာသည်လည်းကောင်း **စေတနာသီလမည်၏**။

စေတသိကံ သီလံ နာမ ပါဏာတိပါတာဒီဟိ ဝိရမန္တဿ ဝိရတိ။

သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်း စသည်မှ ရှောင်ကြဉ်သောသူ၏ ဝိရတိသည် စေတသိကသီလ မည်၏။

အပိစ စေတနာ သီလံ နာမ ပါဏာတိပါတာဒီနိ ပဇဟန္တဿ သတ္တ ကမ္မပထစေတနာ။

သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းစသည်တို့ကို စွန့်သောသူ၏ ကမ္မပထစေတနာ ခုနစ်ပါးသည် စေတနာသီလ မည်၏။

စေတသိကံ သီလံ နာမ အနဘိဇ္ဈာဗျာပါဒ
သမ္မာဒိဋ္ဌိဝေမ္မာ။

အနဘိဇ္ဈာ အဗျာပါဒ သမ္မာဒိဋ္ဌိသည် စေတသိက သီလ မည်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၇)

ကာယေန ဝါစာယ စ ယော’ဓ သညတော၊
မနသာ စ ကိဉ္စိ န ကရောတိ ပါပံ။
န အတ္တဟေတု အလိကံ ဘဏေတိ၊
တထာဝိဓံ သီလဝန္တံ ဝဒန္တိ။

ကိုယ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ နှုတ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ စိတ်ဖြင့် လည်းကောင်း ကောင်းစွာစောင့်ရှောက်သည်ဖြစ်၍ မကောင်းမှုကို မပြုသော မိမိဟူသောအကြောင်းကြောင့် မုသားမဆိုသော သူကို သီလရှိသောသူဟူ၍ ပညာရှိတို့ ဆိုကုန်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၉)

စိတ္တေ ဂဟပတိ ဗျာပန္နေ
ကာယကမ္မမ္ပိ ဗျာပန္နံ ဟောတိ၊
ဝစီကမ္မမ္ပိ ဗျာပန္နံ ဟောတိ၊
မနောကမ္မမ္ပိ ဗျာပန္နံ ဟောတိ။

သူကြွယ်– စိတ်ဖောက်ပြန် ပျက်စီးလျှင် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ၃–ပါးလုံး ဖောက်ပြန် ပျက်စီးတော့၏။

ဂဟပတိ စိတ္တေ ရက္ခိတေ
ကာယကမ္မမ္ပိ ရက္ခိတံ ဟောတိ၊
ဝစီကမ္မမ္ပိ ရက္ခိတံ ဟောတိ၊
မနောကမ္မမ္ပိ ရက္ခိတံ ဟောတိ။

သူကြွယ်– စိတ်ကိုစောင့်ထိန်းလျှင် ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ ၃–ပါးလုံးကို စောင့်ထိန်းပြီးဖြစ်၏။

(အံ၊ ၁၊ ၂၆၅)

အနိစ္စသီလံ ဒုဿီလျံ၊ ကိံ ပဏ္ဍိစ္စံ ကရိဿတိ။

သီလမမြဲသော သီလမရှိသောသူအား ပညာရှိခြင်းသည် အသုံးမဝင် အကျိုးမရှိ။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၀၈)

အရိယဝုတ္တိသမာစာရာ၊ ယေန ဝုစ္စတိ သီလဝါ။

အရိယာတို့၏ အကျင့်ကို ကျင့်သောသူကို လောက၌ သီလရှိသောသူဟူ၍ ဆိုအပ်၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၃၈၇)

သီလဝန္တော န ကုဗ္ဗန္တိ။
ဗာလော သီလာနိ ကုဗ္ဗတိ။

သီလရှိသောသူတို့သည် မကောင်းမှုတို့ကို မပြုကုန်။ သူမိုက်သည် မကောင်းသော အလေ့အကျင့်တို့ကို ပြု၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၀၈)

ဒုဿီလော ဟိ ဗဟုဇ္ဇနော။
လူများစုသည် သီလမရှိကြချေ။

(ဓမ္မပဒ၊ ၅၉)

အလိကံ ဘာသမာနဿ၊ အပက္ကမန္တိ ဒေဝတာ။

မဟုတ်မမှန်သော စကားကို ပြောကြားသူအား နတ်မင်းကြီးလေးပါးတို့ စောင့်နေခြင်းမှ ဖဲခွါ ထွက်သွားကြသည်။ (လူလိမ်လူညစ် နတ်မချစ်)။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၄၃၃)

သလ္လပေ အသိဟတ္ထေန၊ ပိသာစေနာပိ သလ္လပေ။
အာသီဝိသမ္ပိ အာသီဒေ၊ ယေန ဒဋ္ဌော န ဇီဝတိ။
နတ္တေဝ ဧကော ဧကာယ၊ မာတုဂါမေန သလ္လပေ။

(သတ်ဖြတ်အံ့ဟု) သန်လျက်စွဲကိုင်သူနှင့် စကားပြောဆိုရာ၏၊ မြေဘုတ်ဘီလူးနှင့်သော်လည်း စကားပြောဆိုရာ၏၊ ကိုက်သည်ရှိသော် အသက်သေစေနိုင်သော မြွေကိုသော်လည်း ထိပါးကိုင်တွယ်ရာ၏၊ မာတုဂါမနှင့် တစ်ယောက်ချင်းချင်း စကားမပြောဆိုရာ။ (အံ၊ ၂၊ ၆၀)

န ပုပ္ဖဂန္ဓော ပဋိဝါတမေတိ၊
န စန္ဒနံ တဂရ မလ္လိကာဝါ။
သတဉ္စ ဂန္ဓော ပဋိဝါတ’မေတိ။
သဗ္ဗာ ဒိသာ သပ္ပုရိသော ပဝါယတိ။

ပန်းတို့၏အနံ့သည် လေညာသို့ မရောက်နိုင်။ စန္ဒကူးပန်း၊ တောင်ဇလပ်ပန်းတို့၏ အနံ့သည်လည်း လေညာသို့ မရောက်နိုင်။

သူတော်ကောင်းတို့၏ ကောင်းသတင်းအနံ့သည် လေညာသို့ ရောက်နိုင်၏၊ သူတော်ကောင်းတို့၏ ကောင်းသော သတင်းရနံ့သည် အလုံးစုံသောအရပ်တို့၌ လှိုင်၏။

စန္ဒနံ တဂရံ ဝါပိ၊ ဥပ္ပလံ အထ ဝဿိကီ။
ဧတေသံ ဂန္ဓဇာတာနံ၊ သီလဂန္ဓော အနုတ္တရော။

စန္ဒကူးပန်းနံ့၊ တောင်ဇလပ်ပန်းနံ့၊ ကြာညိုပန်းနံ့၊ မိုးစွေပန်းနံ့ ဟူသော အလုံးစုံသော ရနံ့တို့ထက် သီလတည်းဟူသော အနံ့သည် အတုမရှိ မြတ်၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၂၁)

အပ္ပမတ္တော အယံ ဂန္ဓော၊ ယွာယံ တဂရစန္ဒနံ။
ယော စ သီလဝတံ ဂန္ဓော၊ ဝါတိ ဒေဝေသု ဥတ္တမော။

တောင်ဇလပ်ပန်း၊ စန္ဒကူးတို့၏ ရနံ့သည် အနည်းငယ်မျှဖြစ်၏။ သီလရှိသူတို့၏ ကောင်းသတင်း ရနံ့သည် အလွန်မြတ်သည် ဖြစ်၍ နတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်တိုင်အောင် ပျံ့နှံ့သင်းကြိုင် လှိုင်စေ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၂၁)

ဒသဿနကာမော သီလဝတံ၊ သဒ္ဓမ္မံ သောတုမိစ္ဆတိ။
ဝိနယေ မစ္ဆေရမလံ၊ သ ဝေ သဒ္ဓေါတိ ဝုစ္စတိ။

သီလနှင့် ပြည့်စုံသူတို့ကို ဖူးမြင်လို၏၊ သူတော်ကောင်းတရားကို နာကြားလို၏၊ ပန်တိုခြင်း ဟူသော အညစ်အကြေးကို ပယ်ဖျောက်တတ်၏၊ ထိုကဲ့သို့သော အင်္ဂါရပ်နှင့် ပြည့်စုံသူကို သဒ္ဓါတရားရှိသူဟု ဆိုအပ်၏။

(အံ၊ ၁၊ ၁၄၉)

ဒုဿီလဿ ဘိက္ခဝေ ဒွေ ပဋိဂ္ဂါဟာ နိရယော ဝါ တိရစ္ဆာနယောနိ ဝါ၊

ရဟန်းတို့.... သီလမရှိသောသူအား လက်ခံရာ အရပ်တို့သည် ငရဲဘုံနှင့် တိရစ္ဆာန်ဘုံတို့ ဖြစ်သည်။

(အံ၊ ၁၊ ၆၂)

သံဝါသေန ဘိက္ခဝေ သီလံ ဝေဒိတဗ္ဗံ၊

ရဟန်းတို့ အတူတကွပေါင်းဖော်နေထိုင်ခြင်းဖြင့် အကျင့်သီလကို သိနိုင်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၅၀၇။)

သီလဝတော ဒိန္နံ မဟပ္ဖလံ ဝဒါမိ။

သီလရှိသောပုဂ္ဂိုလ်အား လှူဒါန်းခြင်းကို အကျိုးကြီးမား၏ဟု ငါဘုရားဟောတော်မူ၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၆၂)

သီလေန အနုပေတဿ၊ သုတေန'ဿွာ န ဝိဇ္ဇတိ။

အကြားအမြင် ဗဟုသုတရှိသော်လည်း အကျင့် သီလမရှိက အကျိုးမရှိ၊ အသုံးမဝင်ချေ။

(ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၁၈၀)

သီလံ ယာဝ ဇရာ သာဓု၊

ကိုယ်ကျင့်သီလသည် အိုသည်အထိ ကောင်း၏။

(သံ၊ ၁၊ ၃၃)

သုခံ ယာဝ ဇရာ သီလံ၊

သီလသည် အိုသည့်တိုင်အောင် ချမ်းသာ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၆၁၊)

သီလံ အဿာက ရုစ္စတိ။

သီလရှိသောသူကို နှစ်သက်အပ်၏။

(ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၂၆)

သီလံ ကိရေဝ ကလျာဏံ၊ သီလံ လောကေ အနုတ္တရံ။

လောက၌ သီလသည်သာလျှင် ကောင်း၏။ သီလသည်သာလျှင် မြတ်၏။ (ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၃၈၇)

ဇိနေ သစ္စေနာလိကဝါဒိနံ။

မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုတတ်သောသူကို မှန်မှန်ကန်ကန် ပြောဆိုသဖြင့် အောင်ရာ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၆)

မုသာဝါဒိဿ ဇန္တုနော၊ နတ္ထိ ပါပံ အကာရိယံ။

မမှန်မကန် မုသားပြောဆိုသောသူမှာ မပြုဝံ့သော အကုသိုလ် မကောင်းမှုဟူသည် မရှိ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၃၉)

မနုညမေဝ ဘာသေယျ၊ နာမနုညံ ကုဒါစနံ။

ယဉ်ကျေး နှစ်သက်ဖွယ်သော စကားကိုသာ ပြောဆို၍ ရိုင်းစိုင်း ကြမ်းတမ်းသော စကားကို မပြောမဆိုရပေ။ (နှုတ်ချို သျှိုတစ်ပါး) (ဇာ၊ ၁၊ ၇)

မနာပမေဝ ဘာသေယျ၊
နာမနာပံ ကုဒါစနံ။

နှစ်သက်ဖွယ်စကားကိုသာ ပြောဆိုရာ၏။ မနှစ်သက်ဖွယ်စကားကို တခါတရံမျှ မပြောဆိုရာ။ (ဝိ၊ ၂၊ ၈)

စက္ခုနာ သံဝရော သာဓု၊
စက္ခုဒွါရဖြင့် (ဝါ) စက္ခုဒွါရ၌ ဖြစ်သော အကုသိုလ်မှ စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။

သာဓု သောတေန သံဝရော၊

သောတဒွါရဖြင့် (ဝါ) သောတဒွါရ၌ ဖြစ်သော အကုသိုလ်မှ စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။

ဃာနေန သံဝရော သာဓု၊

ဃာနဒွါရဖြင့် (ဝါ)၊ ဃာနဒွါရ၌ ဖြစ်သော အကုသိုလ်မှ စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။

သာဓု ဇိဝှါယ သံဝရော၊

ဇိဝှါဒွါရဖြင့် (ဝါ) ၊ ဇိဝှါဒွါရ၌ ဖြစ်သော အကုသိုလ်မှ စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၆၅၊)

ကာယပ္ပကောပံ ရက္ခေယျ၊

ကိုယ်၏ ပျက်စီးခြင်းဟု ဆိုအပ်သော ကာယဒုစရိုက် သုံးပါးကို မဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်ရာ၏။

ဝစီပကောပံ ရက္ခေယျ၊

နှုတ်၏ ပျက်စီးခြင်းဟု ဆိုအပ်သော ဝစီဒုစရိုက် လေးပါးကို မဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်ရာ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၇)

သမ္မာအာဇီဝေါ သေဝိတဗ္ဗော၊
မိစ္ဆာအာဇီဝေါ န သေဝိတဗ္ဗော။

ကောင်းသော အသက်မွေးမှုကို မှီဝဲရှာမှီးရမည်။
မကောင်းသော အသက်မွေးမှုကို မမှီဝဲမရှာမှီးရချေ။

(အံ။ ၄။ ၃။ ၄၇)

မာ ကောဓေသ ဝသံ ဂမိ၊
အမျက်ဒေါသ၏ အလိုနိုင်ငံသို့ မလိုက်ပါလေနှင့်။
(ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၀၄)

သောဘန္တိ ယတိနော၊ သီလဝိဘူသနဘူသိတာ။
ရဟန်းတို့သည် သီလအဆင်တန်ဆာရှိမှ တင့်တယ်ကြ၏။

သဂ္ဂါရောဟဏသောပါနံ၊ အညံ သီလသမံ ကုတော။
ဒွါရံ ဝါ ပန နိဗ္ဗာန၊ နဂရဿ ပဝေသနေ။
သီလနှင့်တူသော နတ်ပြည်သို့ တက်ရောက်ရာစောင်းတန်း အခြားဘယ်မှာ ရှိအံ့နည်း။ သီလသည် နိဗ္ဗာန်မြို့၏ ဝင်ရာ တံခါးဖြစ်၏။

အတ္တာနုဝါဒါဒိဘယံ၊ ဝိဒ္ဓံသယတိ သဗ္ဗသော။
ဇနေတိ ကိတ္တိဟာသဉ္စ၊ သီလံ သီလဝတံ သဒါ။
သီလသည် အခါခပ်သိမ်း အတ္တာနုဝါဒ စသောဘေးကို ဖျက်ဆီးတတ်၏။ ကောင်းသတင်း ကျော်စောခြင်းနှင့် ရွှင်လန်းဝမ်းမြောက်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၁၀)

သီလသာရောသိ သာရသမ္မာပကံ သီလံ။
အနှစ်တရားကို ရောက်စေ ဖြစ်စေသော သီလတရားသည် သီလသာရမည်၏။ (အံ၊ ၄၊ ၂၊ ၃၃၉၊)

အာရကာ ဝိရတာ မိရာ၊ န ဟောန္တိ ပရပတ္တိယာ။

မကောင်းမှုပြုခြင်းမှ ဝေးကုန်သော မကောင်းမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ကုန်သော ပညာရှိတို့သည် ကောလာဟလဟု ဆိုအပ်သော သူတပါးစကားကို မယုံကြည်ကြကုန်။

(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၇၁)

ယော နိန္ဒိယံ ပသံသတိ၊
တံ ဝါ နိန္ဒတိ ယော ပသံသိယော။
ဝိစိနာတိ မုခေန သော ကလိံ၊
ကလိနာ တေန သုခံ န ဝိန္ဒတိ။

အကြင်သူသည် ကဲ့ရဲ့ထိုက်သူကို ချီးမွမ်း၏။
အကြင်သူသည် ချီးမွမ်းထိုက်သူကို ကဲ့ရဲ့၏။

ထိုသူသည် နှုတ်ဖြင့် အပြစ်ကို ဆည်းပူးသည် မည်၏။ ထိုအပြစ်ကြောင့် ချမ်းသာသုခကို မရနိုင်။

(အံ၊ ၁၊ ၃၀၉)

ရဏ္ဏာမိဒံ ဘိက္ခဝေ အရိယဿ ဝိနယေ ယဒိဒံ ဂီတံ။

ရဟန်းတို့.... ငါဘုရား သာသနာတော်၌ သီချင်းဆိုခြင်းသည် ငိုသည်မည်၏။

ကောမာရကမိဒံ ဘိက္ခဝေ အရိယဿ ဝိနယေ ယဒိဒံ အတိဝေလံ ဒန္တဝိဒံသကဟာသိတံ။

ရဟန်းတို့ ငါဘုရားသာသနာတော်၌ သွားပေါ်အောင် ပြင်းစွာရယ်ခြင်းသည် ကလေးသူငယ်တို့ ပြုအပ်သော အလုပ်မည်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၂၆၃)

ဥမ္မတ္တကမိဒံ ဘိက္ခဝေ အရိယဿ ဝိနယေ ယဒိဒံ နစ္စံ။

ရဟန်းတို့ ငါဘုရားသာသနာတော်၌ ကခြင်းသည် ရူးသွပ်သည်မည်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၂၆၃)

သေဋ္ဌ မုပနမံ ဥဒေတိ ခိပ္ပံ၊
တသ္မာ အတ္တနော ဥတ္တရိံ ဘဇေထ။

မိမိထက် သီလစသည် မြင့်မြတ်သူကို ဆည်းကပ်သူသည် လျင်စွာ တိုးတက်၏။ ထို့ကြောင့် မိမိထက် သီလစသည်ဖြင့် မြင့်မြတ်သူကို ဆည်းကပ်ရာ၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၂၅)

ဣဓ္ဈတိ ဘိက္ခဝေ သီလဝတော စေတောပဏိဓိ ဝိသုဒ္ဓတ္တာ။

ရဟန်းတို့ သီလရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် စိတ်ထား ဖြူစင်သောကြောင့် တောင့်တတိုင်းသော အရာသည် ပြီးပြည့်စုံ၏။ (ဒီ၊ ၃၊ ၂၁၄)

သီလဝန္တ ပုထုဇ္ဇနောပိ သောတာပန္နေနေဝ
သင်္ဂဟိတော။

သီလရှိလျှင် ပုထုဇဉ်ရဟန်းပင် ဖြစ်သော်လည်း သောတာပန်အရာ၌ ထည့်သွင်းအပ်၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂။၂၉)

ယံ ပုထုဇ္ဇနော မာတရံ ဇီဝိတာ ဝေါရောပေယျ
ဌာနမေတံ ဝိဇ္ဇတိ။

ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အမိကို သတ်ကောင်း သတ်နိုင်သေး၏။

ယံ ဒိဋ္ဌိသမ္ပန္နော ပုဂ္ဂလော မာတရံ ဇီဝိတာ
ဝေါရောပေယျ၊ နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။

သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား အမိကို လုံးဝ မသတ်တော့ပေ။ (အံ၊ ၁၊၂၈)

ယသ္မ စိတ္တံ အဟာလိဒ္ဒံ၊ သဒ္ဓါ စ အဝိရာဂိနီ။

စိတ်သည် နနွင်းဆိုးသော ဆိုးရည်ကဲ့သို့ လျင်မြန်စွာ လွင့်ပျောက်တတ် ပျက်ပြယ်တတ်သည်မဟုတ်။ သဒ္ဓါ တရားသည်လည်း လွယ်လွယ်နဲ့ မပြယ်တတ်။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၈၁)

ယသ္မ သီလံ ကာလေန ဟာယတိ၊ ကာလေန
ဝဍ္ဎတိ၊ သော ဥစ္စာဝစသီလော နာမ ဟောတိ။

အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၏သီလသည် တစ်ချိန်မှာ ဆုတ်ယုတ်ပြီး တစ်ချိန်မှာ တိုးပွား၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် သီလအမြင့်အနိမ့် ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်မည်ပေ၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၁၄၈)

ခီဏာသဝဿ ပန သီလံ ဧကန္တဝမိုတမေဝ။

ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ သီလတရားသည် ကောန်စင်စစ် တိုးပွား၍သာ နေလေ၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၁၄၈)

နိစ္စံ အဒ္ဒုဝသီလဿ၊ သုခဘာဝေါ န ဝိဇ္ဇတိ။

သီလမမြဲသောသူအား ချမ်းသာခြင်းမရှိနိုင်။

(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၆၈)

လဒ္ဓါ စ မေ တပသာ ဝဏ္ဏဓာတု။

မြတ်သောအကျင့်ကြောင့် ငါ၏အဆင်းသည် လှပ တင့်တယ်၏။

မုခဉ္စ မေ ပေသုဏိယေန ပူတိ။

ကုန်းတိုက်စကား ပြောကြားခြင်းကြောင့် ငါ၏ ခံတွင်းသည် ပုပ်သောအနံ့ရှိ၏။ (ခု၊ ၂။ ၁၂၈)

အမနုဿော "ဒုဿီလော မံ ဝိလုပ္ပတိ"တိ ဝိရဝိ။

"ဒုဿီလပုဂ္ဂိုလ်သည် ငါ၏အစာကို လုယူစားသောက်၏" ဟု ပြိတ္တာသည် မြည်တမ်းလေ၏။

(သီလမရှိသောရဟန်းအား လှူ၍ အမျှဝေသောအခါ အလှူအကျိုးမခံစားရသော ပြိတ္တာက အော်မြည်ပုံ)

(အံ၊ ၄၊ ၂၊ ၃၂၀)

ကုသော ယထာ ဒုဂ္ဂဟိတော၊ ဟတ္ထမေဝါ'နုကန္တတိ။
သာမညံ ဒုပ္ပရာမဋ္ဌံ၊ နိရယာယုပကဍ္ဎတိ။

မကောင်းသဖြင့် ကိုင်အပ်သော သမန်းမြက်သည် လက်ကိုသာလျှင် ရှုးယှသကဲ့သို့ မကောင်းသဖြင့် သုံးသပ်အပ်သော ရဟန်းအဖြစ်သည် ငရဲသို့ ဆွဲငင်၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၅၇)

ကာသာဝကဏ္ဌာ ဗဟဝေါ၊
ပါပဓမ္မာ အသညတာ၊
ပါပါ ပါပေဟိ ကမ္မေဟိ၊
နိရယံ တေ ဥပပဇ္ဇရေ။

သင်္ကန်းကို လည်ပင်း ရောက်ကုန်သော ယုတ်မာသော အကျင့်ရှိသော ရဟန်းတို့သည် ထိုယုတ်မာညစ်ကျူ မကောင်းမှုတို့ကြောင့် ငရဲ၌ ဖြစ်ကြကုန်၏။

(ဓမ္မပဒ။ ၅၇)

အဘူတဝါဒီ နိရယံ ဥပေတိ။
မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုသောသူသည် ငရဲရောက်၏။

(ဓမ္မပဒ။ ၅၇)

သီထိလော ဟိ ပရိဗ္ဗာဇော၊
ဘိယျော အာကိရတေ ရဇံ။

လျော့ရဲစွာပြုအပ်သော ရဟန်းအကျင့်သည် ကိလေသာမြူ လွှန်စွာကြဲဖြန့်တတ်၏။ (ဓမ္မ ၁၃၊ ၅၈)

သံယမတော ဝေရံ န စီယတိ။
စောင့်စည်းသောသူအား ရန် မတိုးပွား။
(ဥဒါန။ ၁၈၃)

န ဥဇုဘူတာ ဝိတထံ ဘဏန္တိ။
ဖြောင့်မတ်သူတို့သည် ချွတ်ယွင်းသော စကားကို မဆိုကုန်။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၆)

ကိကီဝ အဏ္ဍံ စမရီဝ ဝါလဓိံ၊
ပိယံဝ ပုတ္တံ နယနံဝ ဧကကံ။
တထေဝ သီလံ အနုရက္ခမာနာ။
သုပေသလာ ဟောထ သဂါရဝါ။

ယဇ်မသည် မိမိ၏အဥကို၊ စာမရီသားကောင်သည် မိမိ၏ မြီးဆံကို၊ အမိသည် ချစ်စွာသော တစ်ယောက်တည်းသော သားကို၊ မျက်လုံးတစ်ဖက်တည်းသာ ကောင်းသောသူသည် မိမိ၏ မျက်လုံးကို အလေးထား၍

စောင့်ရှောက်သကဲ့သို့ သီလကို အလေးထား၍ စောင့်ရှောက်ရာ၏။ သီလကို ချစ်မြတ်နိုးရာ၏၊ သီလကို ရိုသေလေးစားရာ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၃၄)

ပါတိမောက္ခံ ဝိသောဓေန္တော၊
အပ္ပေဝ ဇီဝိတံ ဇဟေ။
ပညတ္တံ လောကနာထေန၊
န ဘိန္ဒေ သီလသံဝရံ။

ပါတိမောက်ကို စင်ကြယ်စေလိုသောရဟန်းသည် အသက်ကိုသာ စွန့်ရမည်၊ သီလစောင့်သိမ်းမှုကို မဖျက်ရာ။
(ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၃၅)

ယဒါ ကိလေသာ ဩပတန္တိ၊ သာမညဂုဏဓံသနာ။
သတိပဋ္ဌာနလဂ္ဂေန၊ ဟန္တဗ္ဗာ တေ ပုနပ္ပုနံ။

ရဟန်း၏ သီလဂုဏ်ကို ဖျက်ဆီးတတ်ကုန်သော ကိလေသာတို့ ရှေ့ရှု ဝင်ရောက်လာကြသောအခါ ထိုကိလေသာတို့ကို သတိပဋ္ဌာန်တည်းဟူသော ဆောက်ပုတ်ဖြင့် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် သတ်ပုတ်အပ်ကုန်၏။
(မိလိန္ဒ၊ ၃၅၀)

သံဃမဇ္ဈေပိ နိသီဒိတွာ ပရိဘုဉ္ဇန္တဿ ဒုဿီလဿ ပရိဘောဂေါ ထေယျပရိဘောဂေါ နာမ၊

သံဃာ့အလယ်၌ပင်နေ၍ သီလမရှိသော ရဟန်း၏ သုံးဆောင်ခြင်းသည် ခိုး၍ သုံးဆောင်ခြင်းမည်၏။

သီလဝတော အပစ္စဝေက္ခိတွာ ပရိဘောဂေါ ဣဏ ပရိဘောဂေါ နာမ

သီလရှိသောရဟန်း၏ ပစ္စဝေက္ခဏာမဆင်ခြင်ပဲ သုံးဆောင်ခြင်းသည် ကြွေးယူ၍ သုံးဆောင်ခြင်းမည်၏။

(ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁။ ၄၁)

သတ္တန္နံ သေက္ခာနံ ပစ္စယပရိဘောဂေါ ဒါယဇ္ဇ ပရိဘောဂေါ နာမ။

သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်(၇)ဦးတို့၏ ပစ္စည်း သုံးဆောင်းခြင်းသည် အမွေခံ၍ သုံးဆောင်ခြင်းမည်၏။

ခီဏာသဝါနံ ပရိဘောဂေါ သာမိကပရိဘောဂေါ နာမ။

အာသဝေါကုန်ခန်းသည့် ရဟန္တာတို့၏ သုံးဆောင်ခြင်းသည် ပိုင်ရှင်အဖြစ် သုံးဆောင်ခြင်းမည်၏။

(ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၄၂)

သာမိပရိဘောဂေန ဟိ တံ အတ္တဠိယံ ဟောတိ ဒါယဇ္ဇပရိဘောဂေန ဝါ၊ န အညထာ ဘောဇနံ။

ပစ္စည်းလေးပါးကို ပိုင်ရှင်အဖြစ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အမွေခံအဖြစ်လည်းကောင်း သုံးဆောင်ခြင်းသည်သာ ရဟန်းတော်များအတွက် အကျိုးရှိ၏။ အခြားနည်းဖြင့် သုံးဆောင်ခြင်းကား အကျိုးမရှိ။ (ထေရ၊ ဌ၊ ၁၊ ၇၁)

သေယျော အယောဂုဠော ဘုတ္တော၊
တတ္တော အဂ္ဂိသိခူပမော။
ယဉ္စေ ဘုဉ္ဇေယျ ဒုဿီလော၊
ရဋ္ဌပိဏ္ဍံ အသညတော။

ကိုယ်နှုတ်ကို မစောင့်စည်းသော၊ သီလမရှိသော ရဟန်းသည် တိုင်းသူပြည်သားတို့ လှူသော ဆွမ်းကို စားခြင်းထက် ပူလောင်သော မီးလျှံနှင့်တူသော သံတွေခဲကို စားမျိုခြင်းက မြတ်၏။ (ဓမ္မပဒ။ ၅၇၊ ဝိ။ ၁။ ၁၁၆)

မိ ဇိဝိတံ အသညတဿ၊
တဿ သမဏာဇနဝေသဓာရိဿ။

ကိုယ်နှုတ်နှလုံးကို မစောင့်သုံးဘဲ ရဟန်းကောင်း ရဟန်းမြတ်ယောင်ဆောင်သောသူ၏ အသက်မွေးခြင်းသည် စက်ဆုတ်ဖွယ် ဖြစ်၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၅၄)

ယော ဟရေ မတ္တိတံ ထာလံ၊
ကံသထာလမ္ပိ သော ဟရေ။

မြေခွက်ကို ခိုးသောသူသည် ရွှေခွက်, ငွေခွက် အစရှိသော ခွက်တို့ကိုလည်း ခိုးမှာ အမှန်ဖြစ်၏။
(ဇာ၊ ၄၊ ၃၂၊ ၂၀၉)

ရဟော ဝါဒံ န ဘာသေယျ၊
သမ္မုခါ န ခီဏံ ဘဏေ။

မျက်ကွယ်၌ အပြစ်ပြောခြင်းကို မပြုရာ။ မျက်မှောက်၌လည်း ကိလေသာ ရောပြွမ်းညစ်ညမ်းသောစကားကို မပြောဆိုရာ။ (မ၊ ၃၊ ၂၇၇)

✱✱✱✱✱✱✱✱✱✱

မင်းကျင့်တရား

မဟာသမ္မတကာလတော ပဌာယ လောကေန
"ဒေဝါ" တိ သမ္မတတ္တာ ရာဇရာဇကုမာရာဒယော
သမ္မုတိ ဒေဝါ နာမ။ (ဇာ၊ ၅၊ ၁၊ ၁၄၉)

မဟာသမ္မတမင်းမှစ၍ လူအပေါင်းသည်"နတ်"ဟု သမုတ်ခြင်းကြောင့် မင်း, မင်းသား စသည်သည် သမ္မုတိ နတ်မည်၏။

ပဌမေနေဝ ဝိတထံ၊ ကောဓံ ဟာသံ နိဝါရယေ၊
တတော ကိစ္စာနိ ကာရေယျ။

မင်းမည်သည် ရှေးဦးစွာ မုသားပြောခြင်း၊ အမျက်ထွက်ခြင်း၊ ပြက်ရယ်ပြုခြင်းကို ရှောင်ရမည်။ ထိုနောက်မှ လုပ်ငန်းများကို ပြုလုပ်ရမည်။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁)

ရတ္တော ဒုဋ္ဌော စ ယံ ကယိရာ၊
န တံ ကယိရာ တတောပုန။

မင်းကြီး လောဘ ဒေါသဖြင့် ပြုလုပ်သော အမှုမျိုးကို နောက်ထပ် မပြုလုပ်ပါနှင့်။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁)

ခတ္တိယဿ ပမတ္တဿ၊ ရဋ္ဌသ္မိံ ရဋ္ဌဝဍ္ဎန။
သဗ္ဗေ ဘောဂါ ဝိနဿန္တိ။

မေ့မေ့လျော့လျော့နေသောမင်းအား တိုင်းပြည်၌ စည်းစိမ်အားလုံး ပျက်စီးကြ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁)

သော တွံ သဗ္ဗေ သုဟဒယော၊
သဗ္ဗေသံ ရက္ခိတော တဝ။

မင်းမည်သည် တိုင်းသူပြည်သားတို့ အပေါ်မှာ စိတ်နှလုံး ကောင်းထားရမည်။ သို့မှသာ တိုင်းသူပြည်သား တွေက မင်းကို အသက်ပေးပြီး စောင့်ရှောက်ကြမည်။
(ဇာ၊ ၂၊ ၂)

ယော အပ္ပမတ္တော အက္ကုဒ္ဓေါ၊
တာတ ကိစ္စာနိ ကာရယေ။

မင်းမည်သည် အပ္ပမာဒတရား လက်ကိုင်ထား၍ အမျက်မထွက်ဘဲ မေတ္တာထား၍ ကိစ္စကြီးငယ်တို့ကို ပြုရမည်။
(ဇာ၊ ၂၊ ၂)

ဒွေ တာတ ပဒကာနိ၊ ယတ္ထ သဗ္ဗံ ပတိဋ္ဌိတံ၊
အလဒ္ဓဿ စ ယော လာဘော၊ လဒ္ဓဿ
စာနုရက္ခဏာ။

မင်းကျင့်တရား နှစ်ပါးသာရှိ၏။ ယင်းနှစ်ပါး၌ မင်းကျင့်တရားအားလုံး အကျုံးဝင်၏။

၁။ မရသေးသော စည်းစိမ်ကို ရအောင်လုပ်ခြင်း။

၂။ ရပြီးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာကို မပျောက်အောင် စောင့်ရှောက်ခြင်း နှစ်ပါးဖြစ်၏။(ဇာ၊ ၂၊ ၂)

အမစ္စေ တာတ ဇာနာဟိ၊ ဓီရေ အတ္ထဿ ကောဝိဒေ။
အနက္ခာကိတဝေ တာတ၊အသောဏ္ဍေ အဝိနာသကေ။

သမာဓိရှိသူ၊ ဓမ္မသတ်ရာဇသတ်၌ လိမ္မာသူ၊ ကစားသမား မဟုတ်သူ၊ မကောက်ကျစ်သူ၊ အရက်မစွဲသူ၊ မင်းဘဏ္ဍာကို မဖျက်ဆီးသူများကို အမတ်ခန့်ရမည်။

(ဇာ၊ ၂၊ ၂)

သယံ အာယံ ဝယံ ဇညာ၊ သယံ ဇညာ ကတာကတံ၊

ဆက်သဝင်ရောက်လာသော အခွန်အတုတ်ကိုလည်းကောင်း၊ ပေးရသုံးစွဲသော မျိုးရိက္ခာကိုလည်းကောင်း ကိုယ်တော်တိုင် သိတော်မူရာ၏။ တာဝန်ကျေကုန်အောင် အလုပ်လုပ်သူ မလုပ်သူကိုလည်း ကိုယ်တော်တိုင် သိတော်မူရာ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

နိဂ္ဂဟေ နိဂ္ဂဟာရဟံ၊ ပဂ္ဂဏှေ ပဂ္ဂဟာရဟံ။
နှိပ်ကွပ်ထိုက်သူကို နှိပ်ကွပ်ရာ၏။
ချီးမြှောက်ထိုက်သောသူကို ချီးမြှောက်ရာ၏။

(ဇာ၊ ၂၊ ၃)

သယံ ဇာနပဒံ အတ္ထံ၊ အနုသာသ ရထေသဘ။

သယံ ဇာနပဒံ အတ္တံ၊ အနုသာသ ရထေသဘ။
မာတေ အခမ္မိကာယုတ္တာ၊ ဓနံ ရဋ္ဌဉ္စ နာသယုံ။

မင်းဆိုတာ ဇနပုဒ်တိုင်းသူပြည်သားတို့၏ အကျိုးကို ကိုယ်တိုင် စီမံ အုပ်ချုပ်သင့်၏ (အောက်လူတွေချည်း လွှဲမထားသင့်) တရားမစောင့်တဲ့ အမှုထမ်းများ ပြည်သူ့ဘဏ္ဍာနှင့် တိုင်းပြည်ကို မဖျက်နိုင်အောင် ကာကွယ်သင့်၏ ။
(ဇာ၊ ၂၊ ၃)

မာစ ဝေဂေန ကိစ္စာနိ၊ ကာရောသိ ကာရယေသိဝါ၊
ဝေဂသာ ဟိ ကတံ ကမ္မံ၊ မန္ဒော ပစ္ဆာနုတပ္ပတိ။

မင်းဆိုတာ အရေးတကြီး ကိစ္စကြီးငယ်တို့ကို ကိုယ်တိုင်လည်းမလုပ်သင့်၊ သူတပါးတို့ကို အလုပ်မခိုင်းသင့်။ အရေးတကြီး လုပ်ပါက နောင်တတဖန် ပူပန်ရတတ်၏ ။
(ဇာ၊ ၂၊ ၃)

မာတေ အဓိသရေ မုဉ္စ၊ သုဗာဠ္ဟမဓိကောပိတံ။
ကောဓသာ ဟိ ဗဟူ ဖီတာ၊ ကုလာအကုလတံ ဂတာ။

မင်းဆိုတာ ဥပဒေချိုးဖောက်သည့် သူများတွေ့လျှင် ငါ့ဥပဒေ ချိုးဖောက်ရကောင်းလားဆိုပြီး အပြင်းအထန် အမျက်ထွက်ခြင်း ဒေါသအခိုးကိုမလွှတ်သင့်။

မင်းအမျက်ထွက်က ချမ်းသာသောအမျိုးအနွယ်များ လူမွဲဘဝသို့ ရောက်၍ ပျက်စီးတတ်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

မာတာတ “ဣဿရော”မှိ”တိ၊အနုတ္တာယ ပတာရယိ။
ကဏ္ဍိန် ပုရိသာနဥ၊ မာတော အာသိ ဒုစုဒြယော။

မင်းဆိုတာ ငါ့အစိုးရသည်ဟု မိန်းမယောကျ်ားတို့၏ အကျိုးမဲ့ခြင်းငှါ မဆုံးဖြတ်သင့်၊ ဆုံးဖြတ်က မင်းအား ဒုက္ခတရား တိုးပွား၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

မဟာရာဇ ရညာ နာမ ဓမ္မေန ရဇ္ဇံ ကာရေတဗ္ဗံ၊
ယသ္မိံ ဟိ သမယေ ရာဇာနော အဓမ္မိကာ ဟောန္တိ၊
ရာဇာယုတ္တာပိ တသ္မိံ သမယေ အဓမ္မိကာ ဟောန္တိ။

မင်းမည်သည် တရားသဖြင့် မင်းပြုသင့်၏၊ မင်းတို့ တရားမစောင့်သောအခါ မင်းနှင့် ပတ်သက်သောသူ များလည်း တရားမစောင့်ကြတော့ပေ။ (ဇာ၊ ၄၊ ၅။ ၁၁၄)

ဗလံ ပဉ္စဝိဓံလောကေ၊ ပုရိသသ္မိံ မဟဂ္ဂတေ။
တတ္ထ ဗာဟုဗလံ နာမ၊ စရိမံ ဝုစ္စတေ ဗလံ။

လောက၌ မြတ်သော ယောကျ်ား၌ အားသည် ကာယအား၊ ဓနအား၊ အမတ်အား၊ ဆွေမျိုးအား၊ ပညာအား ဟူ၍ ငါးပါးအပြားရှိ၏၊ ထိုအားငါးပါးတို့တွင် ကာယအား ကို နောက်ပိတ်ဆုံး အားဟု ဆိုအပ်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

ဗာဟုဗလံ၊ ဘောဂဗလံ၊ အမစ္စဗလံ၊ အဘိဇစ္စဗလံ၊
ပညာဗလံ။

မင်းမှာ မိမိ၏ လက်ရုံးအား၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာအား၊ မိမိ၏ အမတ်ဗိုလ်ပါအင်အား၊ အမျိုးဇာတ်မြင့်မြတ်သည့်အား ပညာအား ဟု အားငါးမျိုးရှိ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

ဘောဂဗလဉ္စ ဒီဃာဝု၊ ဒုတိယံ ဝုစ္စတေ ဗလံ။

မင်းမြတ် ဒီဃာဝု ဓနအင်အားသည် ကာယအား ထက်သာ၏၊ ဒုတိယအား ဟု ဆိုအပ်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

အမစ္စဗလဉ္စ ဒီဃာဝု၊ တတိယံ ဝုစ္စတေ ဗလံ။

မင်းမြတ် ဒီဃာဝု၊ အမတ်အင်အားသည် ဓနအားထက် သာ၍ တတိယအားဟု ဆိုအပ်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

အဘိဇစ္စဗလံ စေဝ၊ တံ စတုတ္ထံ အသံသယံ။

မျိုးရိုးအင်အားသည် ထို့ထက်သာ၏၊ စတုတ္ထအင်အား ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

ယာနိ စေတာနိ သဗ္ဗာနိ၊ အဓိဂဏှာတိ ပဏ္ဍိတော။
တံ ဗလာနံ ဗလံ သေဋ္ဌံ၊ အဂ္ဂံ ပညာဗလံ ဗလံ။

ထိုစွမ်းအား လေးပါးတို့ကို ပညာရှိသူသည် လွှမ်းမိုး၏။ ထို့ကြောင့်ပညာသည် အားကို အထွဋ်အမြတ်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုအပ်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

အပိ စေ လဘတိ မန္ဒော၊ ဖီတံ ဓရဏိ မုတ္တမံ။
အကာမသာ ပသယှ ဝါ၊ အညော တံ ပဋိပဇ္ဇတိ။

ပညာမဲ့သူသည် မြေပြင်တဝန်းလုံးကို သူ့လက်ထဲရောက် သိမ်းဆည်းထားနိုင်ဦးတော့၊ ပညာရှိသူ အခြားတစ်ယောက်က ပညာမဲ့သူ အလိုမတူပဲ လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်၍ ပညာမဲ့သူပိုင်သော မြေပြင်တဝန်လုံးကို ယူသွားတတ်၏။
(ဇာ၊ ၂၊ ၄)

အဘိဇာတောပိ စေ ဟောတိ၊ ရဇ္ဇံ လဒ္ဓါန ခတ္တိယော။
ဒုပ္ပညော ဟိ ကါသိပတိ၊ သဗ္ဗေနပိ န ဇီဝတိ။

ကာသိတိုင်း အရှင်ဘုရင်မင်းမြတ် အမျိုးမြတ်သော မင်းသားဖြစ်၍ မင်းအဖြစ်ကို ရရှိသော်လည်း ပညာနည်းပါးလျှင် နန်းသက်မရှည်နိုင်ချေ။ (ဇာ၊ ၂၊ ၄)

ဂဝံ စေ တရမာနာနံ၊ ဇိမ္ဟံ ဂစ္ဆတိ ပုင်္ဂဝေါ။
သဗ္ဗာ တာ ဇိမ္ဟံ ဂစ္ဆန္တိ၊ နေတ္တေ ဇိမ္ဟံ ဂတေ သတိ။

သွားကုန်သော နွားတို့တွင် ရှေ့ဆောင်နွားလားဥသဘသည် ကောက်တကျစ်သွားငြားအံ့၊ ရှေ့ဆောင်နွားလားဥသဘသည် ကောက်တကျစ် သွားသည်ရှိသော် ခပ်သိမ်းကုန်သော လောက်လိုက်နွားတို့သည် ကောက်တကျစ်သွားကုန်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၅၁)

ဇဝမေဝ မနုဿေသု၊ ယော ဟောတိ သေဋ္ဌ သမ္မတော၊
သော စေ အဓမ္မံ စရတိ၊ ပဂေဝ ဣတရာ ပဇာ။

ဤအကူသာလျှင် လူတို့တွင် အထွဋ်အမြတ်ဟု သတ်မှတ်ခံရသူသည် မတရားသောအကျင့်ကို ကျင့်ငြားအံ့၊ အခြားသူတို့မှာ အဘယ်ဆိုဖွယ်ရာ ရှိတော့အံ့နည်း။ မတရားသောအကျင့်ကို ကျင့်ကြလေတော့မည်သာ။

(ဇာ၊ ၂၊ ၅၁)

ဂဝံ စေ တရမာနာနံ၊ ဥဇုံ ဂစ္ဆတိ ပုင်္ဂဝေါ။
သဗ္ဗာဂါဝီ ဥဇုံ ယန္တိ၊ နေတ္တေ ဥဇုံ ဂတေ သတိ။

သွားကုန်သော နွားတို့တွင် ရှေ့ဆောင်နွားလား ဥသဘသည် ဖြောင့်စွာသွားငြားအံ့၊ ရှေ့ဆောင်နွားလား ဖြောင့်ဖြောင့် သွားသော် ခပ်သိမ်းကုန်သော နောက်လိုက် နွားတို့သည် ဖြောင့်စွာသွား၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၅၁)

ဇဝမေဝမနုဿေသု၊ ယော ဟောတိ သေဋ္ဌ သမ္မတော၊
သော သစေ ဓမ္မံ စရတိ၊ ပဂေဝ ဣတရာ ပဇာ။

ဤအတူသာလျှင် လူတို့တွင် အထွတ်အမြတ်ဟု သတ်မှတ်ခံရသူသည် တရားကိုကျင့်ငြားအံ့၊ အခြားသူတို့မှာ အဘယ်ဆိုဘွယ်ရာ ရှိအံ့နည်း။ တရားကိုကျင့်ကြတော့သည် သာတည်း။ (ဇာ၊ ၂၊ ၅၁)

မာသု ကုဒ္ဓေါ ဘူမိပတိ၊ မာသု ကုဒ္ဓေါ ရဋ္ဌေသဘော။
ကုဒ္ဓံ အပ္ပဋိကုဇ္ဈန္တော၊ ရာဇာရဋ္ဌဿ ပူဇိတော။

မြေကို အစိုးရသော မင်းကြီး, သင်မင်းကြီးသည် အမျက်မထွက်လင့်၊ ရထားစီးချင်းမင်းတို့ထက် မြတ်သော မင်းကြီး, သင်မင်းကြီးသည် အမျက်မထွက်လင့်၊ အမျက်ထွက်သောသူကို အတုံ့အမျက်မထွက်သော မင်းကို တိုင်းနိုင်ငံသူသည် ပူဇော်အပ်ပေ၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၂၁၅)

ဓမ္မံ ပမဇ္ဇ ခတ္တိယော၊ ရဋ္ဌာ စဝတိ ဣဿရော။

တိုင်းပြည်အစိုးရသောမင်းသည် တရားကိုမေ့လျော့လျှင် မင်းအဖြစ်မှ ရွေ့လျောတတ်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၄၆)

သာဓု ဓမ္မရုစိ ရာဇာ၊ သာဓု ပညာဏဝါ နရော။

တရားတော်၌ နှစ်သက်ခြင်းရှိသော မင်းသည် ကောင်း၏။ ပညာရှိသော လူသည် ကောင်း၏။
(ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၅၄)

ရညာ ရဋ္ဌဿ ပောက္ခဿ၊ ဗလဿ နိဂမဿ စ။
သဗ္ဗေသံ သုခမေဋ္ဌဗ္ဗ၊ ခတ္တိယေန ပဇာနတာ။

ပညာရှိသော တိုင်းပြည်အုပ်ချုပ် မင်းလုပ်သူတို့သည် တိုင်းသူပြည်သား စစ်သည် ဗိုလ်ပါများနှင့်တကွ မြို့ရွာ နိဂုံး လူအားလုံးတို့၏ ချမ်းမြေ့သာယာ ပျော်ရွှင်စွာ နေနိုင်ရေးကို ရှေ့ရှုကြရမည်။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၃၅၂- ၃၅၃)

အပေတလောမ ဟံသသ၊
ရညော ကာမနုသာရိနော။
သဗ္ဗေ ဘောဂါ ဝိနဿန္တိ၊

ပစ္စုပ္ပန်သံသရာဘေးကို ကြောက်လန့်ခြင်းမရှိဘဲ ကာမဂုဏ်နောက် အစဉ်လိုက်သောမင်း၏ စည်းစိမ်အလုံးစုံသည် ပျက်စီးတတ်ပေ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

ဓမ္မော ပထော မဟာရာဇာ၊ အဓမ္မော ပန ဥပ္ပထော။

မင်းမြတ်ကုသိုလ် ကမ္မပထတရား ဆယ်ပါးသည် ကောင်းမှုကို ပြုသော သူတို့၏ သွားရာလမ်းကောင်းဖြစ်၏။ အကုသိုလ်ကမ္မပထ တရားဆယ်ပါးသည်ကား မကောင်းမှုကို ပြုသော သူတို့၏ သွားရာလမ်းကြောင်းဖြစ်၏။ (ဓမ္မသည် လမ်းမှန်ဖြစ်၏၊ အဓမ္မသည် လမ်းမှန်မဟုတ်)
(ဇာ၊ ၂၊ ၆၀)

ယော စ ဓမ္မံ နိရံကတွာ၊ အဓမ္မ မနုဝတ္တတိ၊
သ ရာဇ ကပဏော ဟောတိ၊ ပါပေါ ပါပပရာယနော။

သုစရိုက်တရားကိုစွန့်၍ ဒုစရိုက်တရားကို ကျင့်သောမင်းသည် အထီးကျန်ဖြစ်ရာ၏၊ ယုတ်မာသောမင်းသည်၊ ယုတ်မာသောအရပ်သို့ လားရရောက်ရ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၅၄)

သီလဝါသု မဟာရာဇာ၊ ဒုဿီလော ဝိနိပါတိကော။

သင်မင်းကြီးသည် အကျင့်သီလနှင့် ပြည့်စုံသည် ဖြစ်တော်မူလော့။ သီလမရှိသောသူသည် ငရဲသို့ ဖရိုဖရဲ ကျရ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

သဗ္ဗံ ရဋ္ဌံ ဒုခံ သေတိ၊ ရာဇာ စေ ဟောတိ အဓမ္မိကော။

မင်းသည် တရားမစောင့်သည်ဖြစ်အံ့၊ အလုံးစုံသော တိုင်းနိုင်ငံသည် ဆင်းရဲစွာနေရ၏။

(ဇာ၊ ၂၊ ၅၁။ အံ၊ ၁၊ ၃၈၇။ ဇာ၊ ဠ၊ ၃၊ ၁၀၂)

သဗ္ဗံ ရဋ္ဌံ သုခံ သေတိ၊ ရာဇာ စေ ဟောတိ ဓမ္မိကော။

မင်းသည် အကယ်၍တရားစောင့်သည် ဖြစ်အံ့။ အလုံးစုံသော တိုင်းပြည်သည် ချမ်းသာစွာအိပ်ရ၏။

(ဇာ၊ ဠ၊ ၃၊ ၁၀၂၊ အံ၊ ၁၊ ၃၈၈)

မဟာရက္ချပမံ ရဋ္ဌံ၊ အဓမ္မေန ပသာသတိ။
ရသဥ္စသ န ဇာနာတိ၊ ရဋ္ဌဥ္စသ ဝိနဿတိ။

တိုင်းပြည်ဟူသည် သရက်ချိုပင်ကြီးနှင့် တူ၏။ အဓမ္မတရားမဲ့ စီမံအုပ်ချုပ်ပါက ထိုမင်းသည် ထိုတိုင်းနိုင်ငံ၏ အရသာ (စည်းစိမ်)ကိုလည်း မခံစားရ။ တိုင်းနိုင်ငံသည်လည်း ပျက်စီး၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၅၁)

မုသာဝါဒံ ပုရက္ခတွာ၊ ဣစ္ဆာလောဘဥ္စ ပါပကံ။
ဥဘော သန္ဓိမတိက္ကမ္မ၊ အသာတံ ဥပပဇ္ဇတိ။

မင်းမြတ် မုသားဆိုခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ယုတ်မာစွာသော အလိုဆိုးကိုလည်းကောင်း ရှေ့သွားပြုသည် ရှိသော် လူ့ပြည် နတ်ပြည်ဟုဆိုအပ်သော နှစ်ပါးသော ပဋိသန္ဓေကို လွန်၍ ငရဲ၌ ဖြစ်ရ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၉၅)

ဓမ္မံ စရ မဟာရာဇ၊ မာတာ ပိတူသု ခတ္တိယ။
ဣဓ ဓမ္မံ စရိတွာန၊ ရာဇာ သဂ္ဂံ ဂမိဿသိ။

မြတ်သောမင်းကြီး မယ်တော် ခမည်းတော်တို့၌ တရားကို ကျင့်တော်မူလော့။ ဤလောက၌ တရားကို ကျင့်တော်မူသောကြောင့် သင်မင်းမြတ်သည် နတ်ပြည်သို့ ရောက်ပေလတ္တံ့။ (ဇာ၊ ၂၊ ၄)

န သော ရာဇာ ယော အဇေယျံ ဇိနာတိ။

အကြင်မင်းသည် မအောင်အပ်သော မိဘကို အောင်နိုင်၏။ထိုမင်းသည် မင်းမမည်။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁၄၈)

ဒဇ္ဇံ ဒဇ္ဇသ ခိပတိ၊ ဗလ္လိကော မုဒုနာ မုဒုံ။
သာဓုမ္ပိ သာဓုနာ ဇေတိ၊ အသာဓုမ္ပိ အသာဓုနာ။

ဗလ္လိကမင်းသည် ကြမ်းကြုတ်ခက်ထန်သောသူ၏ အပေါ်၌ ကြမ်းကြုတ်သော ဒဏ်ကိုတင်၏။ နူးညံ့သော သူကို နူးညံ့သဖြင့် အောင်၏။ ကောင်းသောသူကိုလည်း ကောင်းသဖြင့်အောင်နိုင်၏။ မကောင်းသောသူကိုလည်း မကောင်းသဖြင့် အောင်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

အက္ကောဓေန ဇိနေ ကောဓံ၊ အသာဓုံ သာဓုနာ ဇိနေ။
ဇိနေ ကဒရိယံ ဒါနေ န၊ သစ္စေနာလိကဝါဒိနံ။

အမျက်ထွက်တတ်သူကို မေတ္တာဖြင့်အောင်ရာ၏။ မကောင်းသူကို ကောင်းစွာပြုသဖြင့် အောင်ရာ၏။ နှမြောစေးနှဲသူကို ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏၊ လိမ်လည်သူကို အမှန်သစ္စာ ပြောဆိုခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။

(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၄)

နိသမ္မ ခတ္တိယော ကယိရာ၊ နာ'နိသမ္မ ဒိသမ္ပတိ။
နိသမ္မကာရိနော ရာဇ၊ ယသော ကိတ္တိစ ဝဍ္ဎတိ။

ဘုရင်မင်းမြတ်သည် စူးစမ်းဆင်ခြင်၍ ပြုရာ၏။ ဘုရင်မင်းသည် မစူးစမ်း မဆင်ခြင်မူ၍ မပြုရာ။

စူးစမ်းဆင်ခြင်၍ပြုသောမင်းအား စည်းစိမ်အခြံအရံ အကျော်အစောသည် တိုးပွား၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၉၇)

အလသော ဂိဟီ ကာမဘောဂီ န သာဓု။
အသညတော ပဗ္ဗဇိတော န သာဓု။
ရာဇာ န သာဓု အနိသမ္မကာရီ၊
ယော ပဏ္ဍိတော ကောဓနော တံ န သာဓု။

လောကီလူသားသည် ပျင်းရိနေပါက မကောင်း၊ ရဟန်းသည် သီလမရှိပါက မကောင်း၊ မင်းသည် မစူးစမ်း မဆင်ခြင်ပြုပါက မကောင်း၊ ပညာရှိသည် အမျက်ဒေါသ ထွက်ပါက မကောင်း။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၉၇)

ဓမ္မိကံ ရက္ခာဝရဏဂုတ္တိံ သံဝိဒဟတိ။

မင်းဟူသည် ရဟန်းရှင်လူပြည်သူတို့အား တရားနှင့် လျော်သော ကာကွယ်မှု၊ စောင့်ရှောက်မှု၊ လုံခြုံမှုကို စီရင်ရ၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၇၈)

မင်းကျင့်တရားဆယ်ပါး

ဒါနံ သီလံ ပရိစ္စာဂံ၊ အဇ္ဇဝံ မဒ္ဒဝံ တပံ။
အက္ကောဓံ အဝိဟိံသဉ္စ၊ ခန္တိဉ္စ အဝိရောဓနံ။

အလှူပေးခြင်း၊ သီလဆောက်တည်ခြင်း၊ ပေးကမ်း စွန့်ကြဲခြင်း၊ ဖြောင့်မတ်သော စိတ်နှလုံးရှိခြင်း၊ နူးညံ့သော နှလုံးရှိခြင်း၊ ခြိုးခြံခြိုးခြံကျင့်ခြင်း၊ မေတ္တာထားခြင်း၊

မညှဉ်းဆဲဘဲ ကရုဏာထားခြင်း၊ သည်းခံခြင်း၊ ပြည်သူနှင့် မဆန့်ကျင်အောင်ပြုခြင်း။ (ဇာ၊ ၂၊ ၉၇)

ကုဒ္ဓံ အပ္ပဋိကုဇ္ဈန္တော၊ ရာဇာရဋ္ဌဿ ပူဇိတော။

အမျက်ထွက်သောသူကို တန်ပြန်အမျက်မထွက်သော မင်းအား ပြည်သူများက ပူဇော်ကြရ၏။(ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၁၅)

ဂိလေယျ ပုရိသော လောဘာ၊ အသိံ သမ္ပန္နပါယိနံ၊
ယော စ ဝဇ္ဇာ ဒဒါမီတိ၊ တံ ဒုက္ကရတရံ တတော။
သဗ္ဗညံ သုကရံ ဉာနံ၊ ဇဝံ ဇာနာဟိ မဒ္ဒဝ။

မဒ္ဒဝ အနွယ်ဖြစ်သော မင်းကြီး, ယောကျာ်းသည် လောဘကြောင့် သွေးကိုသောက်တတ်သောသံလျက်ကို မျိုရာ၏။ ပေးအံ့ဟုဆိုသော စကားသည် ထိုသန်လျက်ကို မျိုးခြင်းထက် အလွန်ခက်ခဲ၏။ အခြားကိစ္စအားလုံး ပြုလုပ်ရန် လွယ်၏။ ဤသို့ သိတော်မူလော့။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၃၁၉)

န ဝါစမုပဇီဝန္တိ၊ အဖလံ ဂိရမုဒီရိတံ။
ယော ဒတွာ အဝါကာယိရာ၊ တံ ဒုက္ခရတရံ တတော။
သဗ္ဗညံ သုကရံ ဉာနံ၊ ဇဝံ ဇာနာဟိ မဒ္ဒဝ။

မဒ္ဒဝအနွယ်ဖြစ်သော မင်းကြီး, အကြင်သူတို့သည် အကျိုးမရှိသော မြွက်အပ် ပြောဆိုအပ်သော စကားကို

မှီ၍ အသက်မမွေးကုန်၊ အကြင်သူသည်၊ ပေးပြီး၍ မတပ်စွမ်းရာ၊ ထိုမတတ်စွမ်းခြင်းသည် ဥစ္စာကိုပေးအံ့ဟု ဆိုကာ စကားထက်အလွန်ခက်ခဲ၏၊ အခြားသောကိစ္စကို ပြုရန် လွယ်၏ဟု- သိပါလော့။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၃၁၉)

ယာ တိံသတိ သာရမယာ အနုဇ္ဇုကာ၊
ပရိကိရိယ ဂေါပါနသိယော သမံ ဌိတာ။
တာဟိ သုသင်္ဂဟိတာ ဗလသာ ပီဠိတာ၊
သမံ ဌိတာ ဥပ္ပရိတော န ဓံသတိ။

မြတ်သောမင်းကြီး, အချောင်းသုံးဆယ်ကုန်သော အကာမရှိ၊ အနှစ်ချည်းသာ ဖြစ်ကုန်သော ပတ်ပတ်လည် ခြံရံ၍ ညီမျှစွာ စွဲတည်ထားကုန်သော အခြင်တို့ဖြင့် မြဲမြံစွာ ညှပ်နှိပ်၍ ကောင်းစွာ ထောက်ခံထားသော ထိုအထွတ်သည် ညီမျှစွာ စွဲတည်နေလျက် အထက်မှ မကျချေ။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၉၉)

ဧဝမ္ပိ မိတ္တေဟိ ဒဠှေဟိ ပဏ္ဍိတော၊
အဘေဇ္ဇရူပေဟိ သုစီဟိ မန္တိဘိ။
သုသင်္ဂဟီတော သိရိယာ န ဓံသတိ၊
ဂေါပါနသီဘာရဝဟာဝ ကဏ္ဏိကာ။

မြတ်သောမင်းကြီး ဤအတူလည်း ပညာရှိသော မင်းသည် မြဲမြံကုန်သော မကွဲသောသဘောရှိကုန်သော

စင်ကြယ်ကုန်သော တိုင်ပင်ခြင်း၌ လိမ္မာကုန်သော အဆွေခင်ပွန်းတို့သည် ကောင်းစွာ အထောက်အပံ့သည် ဖြစ်၍ အခြင်ဟူသော ဝန်ကို ဆောင်နိုင်သော အထွတ်ကဲ့သို့ အသရေမှ မကျချေ။

ပဋိဘာဟတိ ယံ သူရော၊ အာပဒံ အတ္တပရိယာယံ။

ရဲရင့်သောသူသည် ဘေးရန်ဟူသမျှကို တားမြစ်နိုင်၏။ ရဲရင့်သောသူသည် ဘေးရန်မှ ကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်နိုင်၏။

(ဇာ၊ ၂၊ ၉၃)

ရညော ပစ္စနိကဝုတ္တိနာမ အယုတ္တာ။

အစိုးရမင်းအား ဆန့်ကျင်သောစကားကို ဆိုခြင်းမည်သည် မသင့်လျော်ချေ။ (ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၂၄၀)

သစ္စံ ဓမ္မော ဓိတိ စာဂေါ၊ ဒိဋ္ဌံ သော အတိဝတ္တတိ။

မှန်ကန်သော ဝစီသစ္စာ၊ ခွဲခြမ်းဝေဖန်တတ်သော ပညာ၊ ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း လုံ့လ၊ စွန့်ကြဲပေးကမ်းခြင်း စာဂ ဤလေးပါးနှင့်ပြည့်စုံသောသူသည် ရန်ဟူသမျှကို လွှမ်းမိုး အောင်မြင်နိုင်သည်။ (ဇာ၊ ၁၊ ၁၄)

နဂ္ဂါ နဒီ အနုဒကာ၊ နဂ္ဂံ ရဋ္ဌံ အရာဇကံ။

ရေမရှိသောမြစ်သည် အချည်းနှီး အကျိုးမရှိသကဲ့သို့ မင်းအစိုးရမရှိသော နိုင်ငံသည်လည်း အချည်းနှီး အကျိုးမရှိပေ။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃၂၇)

န တံ ဒိတံ သာဓု ဇိတံ၊ ယံ ဇိတံ အဝဇီယတိ။
တံ ခေါ ဇိတံ သာဓု ဇိတံ၊ ယံ ဇိတံ နာဝဇီယတိ။

တဖန် ပြန်ရှုံးနိုင်သော အောင်နိုင်ခြင်းမျိုးသည် ကောင်းမြတ်သော အောင်နိုင်ခြင်းမျိုး မဟုတ်ပေ။

တဖန် ပြန်၍ မရှုံးနိုင်သော အောင်နိုင်ခြင်းမျိုးသာ ကောင်းမြတ်သော အောင်နိုင်ခြင်း ဖြစ်သည်။

(ဇာ၊ ၁၊ ၁၆)

****

မေတ္တာ

ဒေဝဒတ္တေ စ ဝဓကေ၊ စောရေ အင်္ဂုလိမာလကေ။
ရာဟုလေ ဓနပါလေ စ၊ သဗ္ဗေသံ သမကော မုနိ။

မိမိကို သတ်လိုသော ဒေဝဒတ်၊ အင်္ဂုလိမာလသူခိုး၊ ဓနပါလဆင် ဤသုံးဦးနှင့် မိမိသားတော် ရာဟုလာ ဤသူတို့အပေါ်၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ရန်သူနှင့် သားတော် မခွဲခြားဘဲ စိတ်ထားတူမျှစွာ ထားတော်မူ၏။

(အပ၊ ၁၊ ၅၁)

သဗ္ဗေသံ ဇီဝိတံ ပိယံ။

သတ္တဝါအားလုံး အသက်ကို ချစ်ကြ၏၊ အသက်ရှင်လိုကြ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၃၃)

ယော န ဟန္တိ န ဃာတေတိ၊
န ဇိနာတိ န ဇာပယေ။
မေတ္တံ သော သဗ္ဗဘူတေသု၊
ဝေရံ တဿ န ကေနစိ။

ကိုယ်တိုင်လည်း မသတ်၊ သူတပါးကိုလည်း မသတ်စေ၊ ကိုယ်တိုင်လည်း အနိုင်မယူစေဘဲ သတ္တဝါအားလုံး အပေါ်၌ မေတ္တာထားသောသူအား တစ်စုံတစ်ဦးနှင့်မျှ ရန်မရှိနိုင်။ (မိလိန္ဒ၊ ၃၈၇)

မာတာ ယထာ နိယံပုတ္တံ၊
မာယုသာ ဧကပုတ္တ မနုရက္ခေ။
ဧဝမ္ပိ သဗ္ဗဘူတေသု၊
မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။

မိခင်သည် ရင်၌ဖြစ်သော တစ်ဦးတည်းသောသားကို အသက်ရှင်စေရန် အစဉ်ဆောက်ရှောက်သကဲ့သို့ ဤအတူပင် သတ္တဝါအားလုံးတို့အပေါ် အတိုင်းမသိသော မေတ္တာစိတ်ကို ပွားများရာ၏။ (သုတ္တနိ၊ ၃၀၁)

အက္ကောစ္ဆိ မံ အဝဓိ မံ၊ အဇိနိ မံ အဟာသိမေ၊
ယေ စ တံ နုပနယှန္တိ၊ ဝေရံ တေသူပသမ္မတိ။

ငါ့ကို ဆဲရေး၏၊ ရိုက်၏၊ ငါ့ကို ရှုံးအောင် ပြု၏။

ငါ့ဥစ္စာခိုးယူ၏ဟု ရန်ငြိုးမဖွဲ့ပဲ ပြေလည်ရာ ပြေလည်ကြောင်း၊ နှလုံးသွင်းနေသူတို့အား ရန်ငြိမ်းပျောက်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၁၃)

✱✱✱✱✱✱✱

ပညာရှိနှင့် လူမိုက်

ယော ဗာလော မညတိ ဗာလျံ၊
ပဏ္ဍိတော ဝါပိ တေန သော။
ဗာလောစ ပဏ္ဍိတမာနီ၊
သ ဝေ ဗာလောတိ ဝုစ္စတိ။

လူမိုက်သည် မိမိကိုယ်ကို "ငါလူမိုက်ဘဲ"ဟု ထင်၏။ ထိုသို့မိမိကိုယ်ကို လူမိုက်မှန်းသိနေခြင်းသည်ပင် ပညာရှိဟု ခေါ်ထိုက်ပါ၏။ မိမိကိုယ်ကို မိမိပညာရှိဟု ထင်မှတ်နေသော လူမိုက်ကိုမူကား လူမိုက်အစစ်ဟု ခေါ်ရမည်။

(ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၂၂)

နိဓီနံဝ ပဝတ္တာရံ၊ ယံ ပဿေ ဝဇ္ဇဒဿိနံ။
နိဂ္ဂယှဝါဒိံ မေဓာဝိံ၊ တာဒိသံ ပဏ္ဍိတံ ဘဇေ။

အပြစ်ကိုပြ၍ ဖိနှိပ်ပြောဆိုဆုံးမသော ပညာရှိကို မြှုပ်ထားသော ရွှေအိုးကို ပြောကြားသူကဲ့သို့ မှတ်ယူရမည်၊ ထိုပညာရှိကို ဆည်းကပ်ရမည်။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၂၄)

တဒဟု ပဗ္ဗဇိတော သန္တော၊
ဇာတိယာ သတ္တဝဿိကော။
သောပိမံ အနုသာသေယျ၊
သမ္ပဋိစ္ဆာမိ မတ္ထကေ။

အသက်အရွယ်အားဖြင့် ခုနစ်နှစ်မျှသာ ရှိသေး၍ ယနေ့ပြုသစ်စဖြစ်သော သာမဏေငယ်ကသော်လည်း ငါ့ကိုဆုံးမငြားအံ့၊ ငါသည် ထိုအဆုံးအမကို ဦးထိပ်ဖြင့် ခံယူပါ၏။

(ငယ်ရွယ်သူက ဆုံးမသည်ကိုပင် လက်ခံရမည်)
အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ စကားတော် (မိလိန္ဒ၊ ၃၈၂)

ဝုဒ္ဓိ ဟေသာ ကဿပ အရိယဿ ဝိနယေ ယော
အစ္စယံ အစ္စယတော ဒိသွာ ယထာဓမ္မံ ပဋိကရောတိ၊
အာယတိံ သံဝရံ အာပဇ္ဇတိ။

အို...... ကဿပ အပြစ်ကို အပြစ်ဟု မြင်လျက် တရားအားလျော်စွာကုစား၍ နောင်အခါ စောင့်စည်း၏။ ဤကုစား စောင့်စည်းခြင်းသည် သာသနာတော်၌ ကြီးပွားခြင်းပင် ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၂၊ ၄၀)

မာတရိ ပိတရိစာပိ၊
အထော ဇေဋ္ဌမှိ ဘာတရိ၊
အာစရိယေ စတုတ္ထမှိ၊
တေသု န မာနံ ကယိရာထ။

အမိ၊ အဖ၊ အစ်ကို၊ ဆရာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်လေးဦးအပေါ်၌ မာန်မာနမထားရာ။ (သံ၊ ၁၊ ၁၈၀)

န တတ္ထ သန္တော ဝသန္တိ၊ အဝိသေသကရေနရေ။

လူ၏ အရည်အချင်းအလိုက် ခွဲခြားမှု မပြုသော အရပ်၌ာနတို့၌ သူတော်ကောင်း ပုဂ္ဂိုလ်များ မနေထိုင်အပ်။ (ဇာ-ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၂၃၃)

နတေန ပဏ္ဍိတော ဟောတိ၊ ယာဝတာ ဗဟုဘာသတိ။
စကားများများ ပြောကာမျှဖြင့် ပညာရှိ မဖြစ်နိုင်။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၅၀)

နဝါက္ကရဏမတ္တေန၊ ဝဏ္ဏပေါက္ခရတာယဝါ။
သာဓုရူပေါ နရော ဟောတိ၊ ဣဿုကီ မစ္ဆရီ သဌော။

စကားပြောကောင်း၍ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါနှင့် ပြည့်စုံစေကာမူ ငြူစူခြင်း၊ ဝန်တိုခြင်း စဉ်းလဲခြင်း ရှိနေက လူကောင်းဟု မဆိုနိုင်ပေ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၅၁)

ယောစ သီလဉ္စ ပညဉ္စ၊ သုတဉ္စတ္တနိ ပဿတိ။
ဥဘိန္နမတ္ထံ စရတိ၊ အတ္တနောစ ပရေသဉ္စ။

အကျင့်သီလ, အသိပညာ, အကြားအမြင် ဗဟုသုတ ရှိသူသည် မိမိ–သူတစ်ပါးနှစ်ဦးသားတို့အား အကျိုးရှိအောင် လုပ်နိုင်၏။ (ဇာ–ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၃၃၇)

နတ္ထိ ပညာ သမာ အာဘာ။
ပညာ၏ အရောင်နှင့်တူသော အလင်းရောင်းမျိုးမရှိ။
(သံ၊ ၁၊ ၆)

ပညာ နရာနံ ရတနံ။
အတတ်ပညာသည် လူတို့၏ ရတနာတည်း။
(သံ၊ ၁၊ ၃၃)

ပညာဝ သုတံ ဝိနိစ္ဆိနီ၊ ပညာ ကိတ္တိ သိလောက ဝဍ္ဎနီ။

ပညာသည်သာလျှင် အကြားအမြင်ကို ရ၏။ အဆုံးအဖြတ် ပေးတတ်၏။ ပညာသည် အကျော်အစော လာဘ် ပူဇော်သက္ကာရကို ပွားများစေတတ်၏။
(ဇာ၊ ၂၊ ၄)

ပညာ ပမိတော နရော ဣဓ၊ အပိဒုက္ခေသုခါနိ
ဝိန္ဒတိ။

ဤလောက၌ ပညာရှိသောလူသည် ဆင်းရဲသည့်
အခါ၌ ချမ်းသာတို့ကို ရအောင်ပြုနိုင်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၃)

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ပဏ္ဍိတော သုစိန္တိတစိန္တီစ ဟောတိ
သုဘာသိတဘာသီစ သုကတကမ္မကာရီစ။

လောက၌ ပညာရှိသည် ကောင်းသော အကြံအစည်ကို ကြံစည်ခြင်း၊ ကောင်းသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း၊ ကောင်းသောအမှုကို ပြုခြင်းဟူသော သွင်ပြင်လက္ခဏာ ရှိကြသည်။ (မ၊ ၃၊ ၂၀၈)

အပုဋ္ဌော ပဏ္ဍိတော ဘေရီ
ပဇ္ဇုန္နော ဟောတိ ပုစ္ဆိတော

ပညာရှိသူသည် သူမမေးမူ စည်ကြီးသဖွယ် ဖြစ်၏။ သူမေးမူကား မိုးကြီးဟိန်းသည့်နှယ် ဖြေဆိုဟောကြားလေသည်။ (လောကနီတိ)

နာဘာသမာနံ ဇာနန္တိ၊ မိဿံ ဗာလေဟိ ပဏ္ဍိတံ၊

သူမိုက်တို့နှင့် ရောနှောသော ပညာရှိကို စကား မပြောဆိုသည့်ရှိသော် ပညာရှိဟူ၍ မသိနိုင်ကုန်။
(ဇာ၊ ၂၊ ၁၄၈)

န ပဏ္ဍိတာ ဝေတနမာဒိယန္တိ၊ စိတ္တြာဟိ ဂါထာဟိ
သုဘာသိတာဟိ။

ပညာရှိတို့မည်သည် အဆန်းတကြယ် ကောင်းမွန်
သာယာဘွယ်စကားသီကုံးမြွက်ဆိုမှုအတွက် အခကြေးငွေ
မယူကြပေ။ (ဇာ-၄၊ ၃၊ ၃၂၈)

ပါဏံ စဇန္တိ သန္တော နာပိ ဓမ္မံ။
သူတော်ကောင်းတို့သည် ကိုယ့်အသက်ကို စွန့်ကုန်၏။
တရားဓမ္မကို စင်စစ် မစွန့်ကုန်။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁၄၅)

ရာဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ ပဟာယ မောဟံ၊
ဓမ္မံ ဘဏန္တာဝ ဘဝန္တိ သန္တော။

တပ်မက်မောခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ အမျက် ထွက်ခြင်း
ကိုလည်းကောင်း၊ မိုက်မဲတွေဝေခြင်းကိုလည်းကောင်း၊
စွန့်ပယ်ရန် ဟုတ်မှန်သော သဘောကို ဆိုကုန်သော
ပညာရှိတို့သည်သာလျှင် သူတော်ကောင်း မည်ကုန်၏။
(ဇာ-၂၊ ၂၄၈)

ကဏှံ ဓမ္မံ ဝိပ္ပဟာယ
သုက္ကံ ဘာဝေထ ပဏ္ဍိတော။

ပညာရှိသည် မည်းနက်သော အကုသိုလ်တရားကို
ပယ်စွန့်၍ ဖြူစင်သော ကုသိုလ်တရားကို ပွားများရာ၏။
(သံ၊ ၃၊ ၁၉)

ပရိယောဒပေယျ အတ္တာနံ၊
စိတ္တက္လေသေဟိ ပဏ္ဍိတော၊

ပညာရှိသူသည် စိတ်ကို ညစ်ညူးစေတတ်သော နီဝရဏတရားတို့မှ မိမိကိုယ်ကို ဖြူစင်သန့်ရှင်း စေရာ၏။

(သံ၊ ၃၊ ၁၉)

ယဉ္ဟိ ကယိရာ တဉ္ဟိ ဝဒေ၊
ယံ န ကယိရာ န တံ ဝဒေ၊
အကရောန္တံ ဘာသမာနံ၊
ပရိဇာနန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

မိမိပြုလုပ်သည်ကိုသာ ပြောဆိုရာ၏။ မိမိမပြုလုပ်သည်ကို မပြောဆိုရာ၊ မလုပ်ဘဲ လုပ်ပါသည်ဟု ပြောသောသူကို ပညာရှိတို့ သိကုန်၏။

(လုပ်သည်ကိုသာပြော၊ မလုပ်ဘဲမပြောနှင့်)

(ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၁၈၂)

ဒိဋ္ဌေ ဓမ္မေ စ ယော အတ္ထော၊
ယော စတ္ထော သမ္ပရာယိကော။
အတ္ထာဘိသမယာ ဓီရော၊
ပဏ္ဍိတောတိ ပဝုစ္စတိ။

မျက်မှောက်ဘဝ၌ ခံစားရသော အကျိုး၊ တမလွန်၌ ခံစားရသော အကျိုးအားဖြင့် အကျိုးနှစ်ပါးကို ရခြင်းကြောင့် ပညာရှိသူကို "ပဏ္ဍိတ"ဟု ဆိုအပ်၏။ (သံ၊ ၁၊ ၉၀)

ယော မာတရံ ပိတရံ ဝါ၊
မစ္စော ဓမ္မေန ပေါသတိ၊
တာယ နံ ပါရိစရိယာယ၊
မာတာပိတူသု ပဏ္ဍိတာ၊
ဣဓေဝ နံ ပသံသန္တိ၊
ပေစ္စ သဂ္ဂေ ပမောဒတိ။

အမိအဘကို တရားသဖြင့် လုပ်ကျွေးသူသည် ဤဘဝ၌လည်း ပညာရှိတို့ ချီးမွမ်းခြင်းကို ခံရ၏။ နောင်ဘဝဝယ် နတ်ပြည်၌ မွေ့လျော်ရ၏။

(သံ၊ ၁၊ ၁၈၄)

ဆန္ဒာ ဒေါသာ ဘယာ မောဟာ၊ ယော ဓမ္မံ
နာတိဝတ္တတိ။
အာပူရတိ ယသော တဿ၊ သုက္ကပက္ခေဝ စန္ဒိမာ။

အကြင်သူသည် ချစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကြောက်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ တွေဝေမိုက်မဲသဖြင့် လည်းကောင်း၊ တရားကိုလွန်၍ မကျင့်၊ ထိုသူ၏ ဂုဏ်သတင်း ကျော်စောခြင်းသည် လဆန်းပက္ခ လကဲ့သို့ တနေ့တခြား တိုးပွားပြည့်လာ၏။ (ဒီ၊ ၃၊ ၁၄၇)

ဆန္ဒာ ဒေါသာ ဘယာ မောဟာ၊ ယော ဓမ္မံ
အတိဝတ္တတိ။
နိဟီယတိ တဿ ယသော၊ ကာဠပက္ခေဝ စန္ဒိမာ။

အကြင်သူသည် ချစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ မုန်းသဖြင့် လည်းကောင်း၊ ကြောက်သဖြင့် လည်းကောင်း၊ တွေဝေမိုက်မဲ သဖြင့် လည်းကောင်း၊ တရားကို လွန်၍ကျင့်၏။ ထိုသူ၏ ဂုဏ်သတင်း ကျော်ကြားခြင်းသည် လဆုတ်ပက္ခ လကဲ့သို့ တနေ့တခြား ဆုတ်ယုတ်၏။(ဒီ၊ ၃၊ ၁၄၇၊ ဝိ၊ ၅၊ ၂၉၄)

အရိယာသာဝကော ပန ဓိဝိတက္ခယံ ပါပုဏန္တောပိ
ဆန္ဒာဂတိအာဒီနိ န ဂစ္ဆတိ။

အရိယာ၏ တပည့်သာဝကသည် အသက်ပင် သေစေ ဆန္ဒာဂတိစသော အဂတိ(၄)ပါးသို့ မလိုက်ချေ။
(ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၂၇)

နဘံ စဒူရေ ပထဝီစဒူရေ၊
ပါရံသမုဒ္ဒသာ တဒါပဟု ဒူရေ။
တတော ဟဝေ ဒူရတရံ ဝဒန္တိ၊
သတဥ္စ ဓမ္မော အသတဥ္စ ရာဇ။

မင်းမြတ်ကောင်းကင်သည် မြေမှဝေး၏၊ မြေသည်လည်း ကောင်းကင်မှဝေး၏။ သမုဒ္ဒရာ၏ ဟိုမှာဘက်ကမ်းသည် ဒီမှာဘက်ကမ်းတို့ထက် ဝေး၏။ ထိုဝေးခြင်းတို့ထက် စင်စစ် သူတော်ကောင်းတရားသည် သူယုတ်မာတရားမှပို၍ ဝေးရာ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁၃၇)

အသန္တော နိရယံ ယန္တိ၊ သန္တော သဂ္ဂပရာယဏာ။

မသူတော်တို့သည် ငရဲသို့ သွားရကုန်၏။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့သည် နတ်ပြည်သို့ သွားရကုန်၏။
(ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၇၈)

သာဓု ခေါ ပဏ္ဍိတော နာမ၊ န တွေဝ အတိပဏ္ဍိတော။

ပညာရှိခြင်းသည် ကောင်းပါ၏၊ ပညာအလွန်အကျွံရှိပြန်ပါက မကောင်း။ (ဇာ၊ ၁၊ ၂၃)

သုကရံ သာဓုနာ သာဓု၊ သာဓု ပါပေန ဒုက္ကရံ။
ပါပံ ပါပေန သုကရံ၊ ပါပမရိယေဟိ ဒုက္ကရံ။

သူတော်ကောင်းသည် ကောင်းမှုကို ပြုလွယ်၏၊
သူယုတ်မာသည် ကောင်းမှုကို ပြုခဲ၏။
သူယုတ်မာသည် မကောင်းမှုကို ပြုလွယ်၏
သူတော်ကောင်းတို့သည် မကောင်းမှုကို ပြုခဲ၏။

(ဓမ္မ၊ ၄၊ ၂၊ ၉၈)

ကုဒ္ဓံ အပ္ပဋိကုဇ္ဈန္တော၊
သင်္ဂါမံ ဇေတိ ဒုဇ္ဇယံ။

အမျက်ထွက်သူကို ပြန်ပြီး အမျက်မထွက်သူသည် အောင်နိုင်ခဲသော စစ်မြေပြင်ကို အောင်သည်မည်၏။

(ဣတိဝုတ်၊ ၄၊ ၄၃)

တဿေဝ တေန ပါပိယော၊
ယော ကုဒ္ဓံ ပဋိကုဇ္ဈတိ။

အမျက်ထွက်သူကို ပြန်၍ အမျက်ထွက်သူသည်လည်း ယုတ်မာ၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ၄၊ ၄၃)

ယော စ ကတညူ ကတဝေဒီ ဓီရော၊
ကလျာဏမိတ္တော ဒဠ္ဟဘတ္တိ စ ဟောတိ။
ဒုခိတဿ သက္ကစ္စ ကရောတိ ကိစ္စံ၊
တထာဝိဓံ သပ္ပုရိသံ ဝဒန္တိ။

သူ့ကျေးဇူးကို သိတတ်သောသူ ကျေးဇူးကိုဆပ်တတ်သော မြဲမြံတည်ကြည်သော၊ အဆွေ ခင်ပွန်း ကောင်းရှိ၍ ဆင်းရဲသော အဆွေခင်ပွန်း၏ အမှုကိစ္စကို ရိုသေစွာပြုသောသူကို သူတော်ကောင်း ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

(ဇာ၊ ၂၊ ၁၀)

သန္တိကေ န ဝိဇာနန္တိ၊
မဂါ ဓမ္မဿ,ကောဝိဒါ၊

သစ္စာတရားနှင့် မလိမ္မာသော လူမိုက်တို့သည် အနီး၌ တည်ရှိနေသော နိဗ္ဗာန်ကို မသိနိုင်ကုန်။ (သုတ္တနိ၊ ၃၉၇)

ယော အပ္ပဒုဋ္ဌဿ နရဿ ဒုဿတိ၊ သုဒ္ဓဿ
ပေါသဿ အနင်္ဂဏဿ၊
တမေဝ ဗာလံ ပစ္စေတိ ပါပံ၊
သုခုမော ရဇော ပဋိဝါတံဝ ခိတ္တော။

မပြစ်မှားထိုက်သော ကိလေသာ အညစ်အကြေးကင်း၍ စင်ကြယ်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အား ပြစ်မှားသူသည် လေညာသို့ ပစ်လွှင့်သော မြူမှုန်နုနုသည် ပစ်လွှင့် သူထံသို့သာ ပြန်လာသကဲ့သို့ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံသည် လူမိုက်ထံသို့သာ ရောက်၏။ (သံ၊ ၁၊ ၁၃)

ဗာလော ပုဏ္ဏော အပုဏ္ဏောပိ
ဗဟုမ္ပိ ဘဏတေ သဒါ။

လူမိုက်သည် သူမေးသည်ဖြစ်စေ၊ မမေးသည်ဖြစ်စေ နေရာတကာ စကားများစွာ ပြောတတ်၏။

(လောကနီတိ)

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဗာလော၊ ဒုစ္စိန္တိတစိန္တီစ ဟောတိ
ဒုဗ္ဘာသိတဘာသီစ ဒုက္ကဋကမ္မကာရီစ။

ဤလောက၌ လူမိုက်သည် မကောင်းသော အကြံအစည်ကို ကြံစည်လေ့ရှိ၏။ မကောင်းသော စကားကို ပြောဆိုလေ့ရှိ၏၊ မကောင်းသောအမှုကို ပြုလေ့ရှိ၏။

(မ၊ ၃၊ ၅၀၁)

မဓုဝါ မညတိ ဗာလော ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။
ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊ အထ ဒုက္ခံ နိဂစ္ဆတိ။

လူမိုက်သည် မကောင်းမှုက အကျိုးမပေးသေးသမျှ မကောင်းမှုကို ပျားသကာကဲ့သို့ မှတ်ထင်၏။ မကောင်းမှုက အကျိုးပေးသောအခါ၌ကား ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ရလေ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၂၃)

ဌာနံ ဟိ မညတိ ဗာလော၊
ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။
ယဒါစ ပစ္စတိ ပါပံ၊
အထ ဒုက္ခံ နိဂစ္ဆတိ။

အကြင်မျှလောက်သော ကာလပတ်လုံး မကောင်းမှုသည် အကျိုးမပေးသေး၊ ထိုမျှလောက်သော ကာလပတ်လုံး လူမိုက်သည် (မှန်လှပြီ၊ ဟုတ်လှပြီ) ဟု မှတ်ထင်၏။

အကြင်အခါ၌ကား မကောင်းမှုသည် အကျိုးပေးပြီ၊ ထိုအခါ၌ လူမိုက်သည် ဒုက္ခရောက်တော့၏။

(သံ၊ ၁၊ ၈၆)

ပါပေါပိ ပဿတိ ဘဒြံ၊ ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။
ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊ အထ ပါပေါ ပါပါနိ ပဿတိ။

သူယုတ်မာသည် မကောင်းမှုအကုသိုလ်ကံ အကျိုးမပေးသေးခင် ကောင်းသော ချမ်းသာ စည်းစိမ်ဥစ္စာကို ကြုံတွေ့ရလေတော့၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၃၁)

ဘဒြောပိ ပဿတိ ပါပံ၊ ယာဝ ဘဒြံ န ပစ္စတိ။
ယဒါ စ ပစ္စတိ ဘဒြံ၊ အထ ဘဒြော ဘဒြာနိ ပဿတိ။

သူတော်ကောင်းသည် ကောင်းမှုကုသိုလ်ကံ အကျိုးမပေးသေးခင် မကောင်းသော အကျိုးကို တွေ့ကြုံခံစားနေရ သေး၏။ ကောင်းမှုကံအကျိုးပေးသောအခါ၌ကား ကောင်း ကျိုးချမ်းသာ စည်းစိမ် ဥစ္စာတို့ကို တွေ့ကြုံခံစားရပေတော့၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၃၁)

သက်ိဒေဝ သုတသောမ၊ သဗ္ဗိ ဟောတိ သမာဂမော။
သာ နံ့ သင်္ဂတိ ပါလေတိ၊ နာ သဗ္ဗိ ဗဟုသင်္ဂမော။

သုတသောမမင်းမြတ် သူတော်ကောင်းတို့နှင့် တစ်ကြိမ်သာလျှင် ပေါင်းဖော်ဖူးလျှင် ထိုပေါင်းဖော်ခြင်းသည် ထိုသူကို စောင့်ရှောက်နိုင်၏။ သူယုတ်မာတို့နှင့် များစွာ ပေါင်းဖော်ရသော်လည်း ထိုပေါင်းဖော်ခြင်းသည် ထိုသူကို မစောင့်ရှောက်နိုင်။ (ဇာ၊ ၅၊ ၁၄၁)

အသန္တံ ယော ပဂ္ဂဏှာတိ၊ အသန္တံ စူပသေဝတိ။
တမေဝ ဃာသံ ကုရုတေ၊ ဗျဂ္ဃော သဉ္ဇီဝကောယထာ။

ကျားသေကို အသက်သွင်းပေးသူအား ကျားက ပြန်ကိုက်သတ်သလို မကျူညီမစောင့်ရှောက်။ မချီး မြှောက်သင့်သူကို အားကိုး ဆီးကပ်ပေါင်းဖော်ခြင်း ပြုသူအား ထိုသူက ပြန်၍ ဖျက်ဆီးတတ်သည်။ (ဇာ၊ ၁၊ ၃၅)

အကတညုဿ ပေါသဿ၊ နိစ္စံ ဝိဝရဒဿိနော။
သဗ္ဗံ စေ ပထဝိံ ဒဇ္ဇာ၊ နေဝ နံ အဘိရာဓယေ။

ကျေးဇူးတရားမသိတတ်၊ အမြဲတန်း အခွင့်အရေး ကြည့်တတ်သူအား ကမ္ဘာမြေတစ်ခုလုံးကို ပေးသော်လည်း ကျေနပ်နှစ်သိမ့် ရောင့်ရဲလိမ့်မည်မဟုတ်။(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၅၁၃)

ဧကေသ စရိတံ သေယျော၊ နတ္ထိ ဗာလေ သဟာယတာ။
ဧကော စရေ န စ ပါပါနိ ကယိရာ၊ အပ္ပေါဿုက္ကော မာတင်္ဂ ရညေဝ နာဂေါ။

တစ်ယောက်တည်း ကျင့်ကြံနေထိုင်ရခြင်းသည် ကောင်းမြတ်၏ လူမိုက်နှင့် ပေါင်းသင်းနေထိုင်ရခြင်းသည် မမြတ်။ မာတင်ဆင်ပြောင်ကြီးသည် တောခွတစ်စီးတည်း ကြောင့်ကြမဲ့ လှည့်လည်သကဲ့သို့ တစ်ယောက်တည်း ကြောင့်ကြမဲ့ကျင့်၍ မကောင်းမှုတို့ကို မပြုမလုပ် ရှောင်ကြဉ် ရမည်။ (ဝိ၊ ၃၊ ၄၉၆)

နော စေ လဘေထ နိပကံ သဟာယံ၊ သဒ္ဓိံ စရံ သာဓုဝိဟာရိ ဓီရံ၊ ရာဇာဝ ရဋ္ဌံ ဝိဇိတံ ပဟာယ၊ ဧကော စရေ မာတင်္ဂရညေဝနာဂေါ။

အတူကျင့်ဖော်ဖြစ်သော ကောင်းစွာနေလေ့ရှိသော တည်တံ့သော သမာဓိရှိသော ရင့်ကျက်သော ပညာရှိသော အပေါင်းအဖော်ကို အကယ်၍ မရငြားအံ့၊ တိုင်းပြည်နိုင်ငံကို စွန့်၍ ရဟန်းပြုသော မဟာဇနကမင်း၊ အရိန္ဒမမင်း ကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ မာတင်မျိုး၌ ဖြစ်သော ဆင်ပြောင်ကြီးကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ တောမြိုင်ကြီး၌ တစ်ယောက်ထီးတည်း ကျင့်ရာ၏။ (သံ၊ ၃၊ ၄၉၆)

မာ, သုဗာလေန သံဂစ္ဆိ၊ ဒုက္ခော ဗာလေဟိ သင်္ဂမော။

လူမိုက်တို့နှင့် မပေါင်းသင်းပါနှင့်၊ လူမိုက်တို့နှင့် ပေါင်းသင်းလျှင် အမြဲတန်း စိတ်ဆင်းရဲ ကိုယ်ဆင်းရဲ ဖြစ်ရသည်။ (ဓာ-ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၅၀၀)

နတ္ထိ ဗာလေ သဟာယတာ။

လူမိုက်၌ အဆွေခင်ပွန်းအဖြစ်မရှိ။(ဓာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၆၇)

ဟီနာဓိမုတ္တိကာတာ ဟီနာဓိမုတ္တိကေဟိ သဒ္ဓိံ၊ သံသန္ဒန္တိ သမေန္တိ။

ယုတ်ညံ့သော အလိုဆိုးရှိသော သတ္တဝါတို့သည် ယုတ်ညံ့သော အလိုဆိုးရှိသော သတ္တဝါတို့နှင့် နှီးနှောကုန်၏။ ညီညွတ်ကုန်၏။ (ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၄၄)

ဒိသော ဝေ လဟုစိတ္တဿ၊ ပေါသဿာနု ဝိဓီယတော။

ပေါ့ပေါ့ဆဆနေတတ်သူကို အတုလိုက်၍ ပြုတတ်သူသည် ပျက်စီးတတ်၏။ (ဓာ-ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၃၃၆)

ကဋ္ဌံ နပ္ပဝိတံ သေယျော၊ နတွေဝ ကစ္စိယော နရော။

ရေမြောထင်းတုံးကို ဆယ်တင်ခြင်းသည် မြတ်၏။ အဆွေခင်ပွန်းကို ပြစ်မှားတတ်သော လူယုတ်မာများကို ကယ်တင်ကူညီခြင်းသည် မမြတ်။ (ဇာ၊ ၁၊ ၁၇)

န သန္ထဝသ္မာ ပရ'မတ္ထိ သေယျော။

သူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းဖော်ရခြင်းထက် လွန်မြတ်သောအရာမရှိ။ (ဇာ၊ ဋ၊ ၂၊ ၄၀)

အသပ္ပုရိသ သံသဂ္ဂေါ၊ ဒုက္ခန္တော ကဋုကုဒြယော။

သူယုတ်မာနှင့် ပေါင်းသင်းသောသူသည် ဆင်းရဲအစုကို ခံရ၏။ ပြင်းထန်ပူပန်သော မကောင်းကျိုးကို ရ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၅၀)

ပူတိမစ္ဆံ ကုသဂ္ဂေန၊ ယော နရော ဥပနယှတိ။
ကုသာပိ ပူတိ ဝါယန္တိ၊ ဧဝံ ဗာလူပသေဝနာ။

ငါးပုပ်ကို သမန်းမြက်ဖြင့် ထုပ်က သမန်းမြက်အပုပ်နံ့ လှိုင်သကဲ့သို့ လူမိုက်ကို မှီဝဲသူတို့သည် ဤအတူ အပုပ်နံ့ လှိုင်၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ၂၄၁)

ပါပမိတ္တတာ ဘိက္ခဝေ
မဟတော အနတ္ထာယ သံဝတ္တတိ။

ရဟန်းတို့၊ အဆွေခင်ပွန်းယုတ် ရှိခြင်းသည် များစွာသော အကျိုးမဲ့ခြင်းငှာ ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၅)

ယဒူနကံ တံ သဏတိ၊
ယံ ပူရံ သန္တမေဝ တံ၊
အဍ္ဎကုမ္ဘူပမော ဗာလော၊
ရဟဒေါ ပူရောဝ ပဏ္ဍိတော။

ရေမပြည့်သော အိုးသည် အသံမြည်၏။(ဘောက်ဘက်ခတ်၏) ရေပြည့်သောအိုးသည် ငြိမ်သက်၏။ လူမိုက်သည် ရေမပြည့်သော အိုးနှင့် တူ၏။ ပညာရှိသည် ရေပြည့်သော အိုးကြီးနှင့်တူ၏။ (သုတ္တနိ၊ ၃၉၀)

မိတ္တဒုဗ္ဘောဟိ ပါပကော။

အဆွေခင်ပွန်းကို ပြစ်မှားသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။ (ခု၊ ၂၊ ၁၅၄)

အန္ဓဗာလာ အညာဏတာယေဝ အဝက္ခိတ္တ မတ္တိကာ
ပိဏ္ဍာ ဝိယ ယတ္ထ ကတ္ထစိ တုဏှိဘူတာ နိသီဒန္တိ။

ပညာမျက်စိကန်းသော လူမိုက်သည် အသိဉာဏ်မရှိသည့်အတွက် ပစ်ချထားသော မြေစိုင်ခဲကြီးကဲ့သို့ ကိစ္စကြီးငယ်တို့၌ မဝေဖန်တတ် မပြောဆိုတတ်၍ ဆိတ်ဆိတ်ပြုကာ နေကြရ၏။ (အံ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၇၀)

ယာနိ ကာနိစိ ဘိက္ခဝေ ဘယာနိ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ သဗ္ဗာနိ တာနိ ဗာလတော ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ နော ပဏ္ဍိတတော၊

ဘေးရန်ဟူသမျှ လူမိုက်ကြောင့် ဖြစ်ကြရသည်။ ပညာရှိကြောင့် ဘေးမဖြစ်။ (အံ၊ ၁၊ ၉၉)

မိဂါနံ သိင်္ဂါလော အန္တော၊

သားတို့တွင် မြေခွေးသည် ယုတ်ညံ့၏။

ပက္ခီနံ ပန ဝါယသော၊

ငှက်တို့တွင် ကျီးသည် ယုတ်ညံ့၏။

ဧရဏ္ဍော အန္တော ရုက္ခာနံ။

သစ်ပင်တို့တွင် ကြက်ဆူပင်သည် ယုတ်ညံ့၏။

(ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၃၉၈)

သည်းခံခြင်း

ဘယာ ဟိ သေဋ္ဌဿ ဝစော ခမေထ။

ကိုယ်ထက်မြတ်သူ၏ စကားကို ကြောက်ခြင်းကြောင့် သည်းခံရာ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၈)

သာရမ္ဘဟေတု ပန သဒိသဿ။

တန်းတူသူ၏ စကားကို အပြစ်တင်ခံရမည် စိုးသော ကြောင့် သည်းခံရာ၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၈)

ယောစိဓ ဟီနဿဝစော ခမေထ။

ဧတံ ခန္တိံ ဥတ္တမမာဟု သန္တော။

ယုတ်နိမ့်သူ၏ စကားကို သည်းခံခြင်းသည် မြတ်သော သည်းခံခြင်းမည်၏ဟု ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့ ဆိုကုန်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၈)

သဗ္ဗေသံ ဝုတ္တံ ဖရုသံ ခမေထ။

ဧတံ ခန္တိံ ဥတ္တမမာဟု သန္တော။

အယုတ်အလတ်အမြတ်ဖြစ်ကုန်သော ခပ်သိမ်းကုန်သော သူတို့၏ ကြမ်းကြုတ်စွာ ဆိုအပ်သော စကားကို သည်းခံရာ၏။

ထိုသည်းခံခြင်းကို မြတ်သော သည်းခံခြင်းဟု ရှေးသူတော်ကောင်း ပညာရှိတို့ ဆိုကုန်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၇)

ခန္တိ ဗလဿူပသမန္တိ ဝေရာ။

သည်းခံခြင်း စွမ်းအားရှိသူအား ရန်တို့သည် ငြိမ်းကုန်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၈)

ကောဓံ ဝဓိတွာ န ကဒါစိ သောစတိ။

အမျက်ဒေါသကို ပယ်သတ်နိုင်ခြင်းကြောင့် တစ်ရံတစ်ခါမျှ မစိုးရိမ်ရ။ (ဇာ၊ ၂၊ ၇)

ကာလော ဃသတိ ဘူတာနိ၊
သဗ္ဗာနေဝ သဟ, တ္တနာ။

အချိန်ကာလသည် မိမိနှင့်တကွ သတ္တဝါအားလုံးတို့ကို ခဲစား၏။ (ဇာ၊ ၁၊ ၆၈)

ယံ ပရေ သုခတော အာဟု၊
တဒရိယာ အာဟု ဒုက္ခတော။

တစ်ပါးသူတို့က သုခဟုဆိုသော ကာမဂုဏ်ကို အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့က ဒုက္ခဟုဆိုကုန်၏။ (သုတ္တနိ၊ ၃၉၇)

အယောနိသော မနသိကာရော ဘိက္ခဝေ မဟတော အနတ္ထာယ သံဝတ္တတိ။

ရဟန်းတို့ စိတ်ထား သဘောထား မကောင်းခြင်းသည် များစွာသော အကျိုးမဲ့ခြင်းငှာ ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၅)

န ဟိ ပဏ္ဍိတာ သကိံ ဇဟိတကိလေသေ ပုန ဂဏှန္တိ။

ပညာရှိတို့သည် အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် တစ်ကြိမ်စွန့်အပ်ပြီးသော ကိလေသာတို့ကို နောက်ထပ်တဖန် ပြန်မယူကြကုန်။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၃၀)

အပ္ပမတ္တကောပိ ဂူထော
ဒုဂ္ဂန္ဓော ဟောတိ။

မစင်မှန်ရင် နဲနဲဖြစ်သော်လည်း အနံ့ဆိုး၏။
(အံ၊ ၁၊ ၃၆)

နိဒ္ဒါ တန္ဒီ ဝိဇမ္ဘိတာ၊ အရတိ ဘတ္တသမ္မဒေါ၊
ဧတေန နပ္ပကာသတိ၊ အရိယမဂ္ဂေါ ဣဓ ပါဏိနံ။

ဤလောက၌ အိပ်ငိုက်သူ၊ ပျင်းရိသူ၊ ကိုယ်လက်ဆန့်ငင်သန်းဝေသူ၊ မမွေ့လျော်သူ၊ ထမင်းဆီယစ်သူတို့အား အရိယာမဂ် ထင်ရှားမဖြစ်နိုင်။ (သံ၊ ၁၊ ၇)

န မာနကာမဿ ဒမော ဣဓတ္ထိ၊

ဤလောက၌ မာနကြီးသူအား ဆုံးမစရာ တရားမရှိနိုင်။ (သံ၊ ၁၊ ၄)

န မောနမတ္တံ အသမာဟိတဿ၊

တည်ကြည်မှုမရှိသူအား သစ္စာလေးပါးကို သိသော မင်္ဂဉာဏ်မရှိနိုင်။ (သံ၊ ၁၊ ၄)

သတ္တာနံ ဟိ သုခမ္ပိ ဒုက္ခမ္ပိ အာဂန္တုကမေဝ။
န နိစ္စပဝတ္တံ။

အမှန်အားဖြင့် သတ္တဝါတို့၏ ချမ်းသာမှုဖြစ်စေ၊ ဆင်းရဲမှုဖြစ်စေ ယာယီသဘောသာဖြစ်၏။ အမြဲ မဟုတ်ချေ။
(ဇာ၊ ၄၊ ဖ၊ ၁၉၈)

သ ဝေ ဗျသနံ ပပ္ပေါတိ၊ အကတွာ ဝုမှသာသနံ။

လူကြီးသူမတို့၏ အဆုံးအမကို မလိုက်နာသူသည် လေလွင့်ပျက်စီးခြင်းသို့ ရောက်ရ၏။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၄၆၀)

ကောဓံ ဆေတွာ သုခံ သေတိ၊
ကောဓံ ဆေတွာ န သောစတိ။

အမျက်ဒေါသဖယ်ရှားမှုကြောင့် ချမ်းသာစွာနေရ၏။ စိုးရိမ်မှုမရှိဖြစ်ရ၏။(သံ၊ ၁၊ ၁၆၃၊ ဠာတိဝုတ်၊၄၄)

ကောဓံ ဇဟေ ဝိပ္ပဇဟေယျ မာနံ၊
သံယောဇနံ သဗ္ဗမတိက္ကမေယျ။
တံ နာမရူပသ္မိမသဇ္ဇမာနံ၊
အကိဉ္စနံ နာနုပတန္တိ ဒုက္ခာ။

အမျက်ထွက်မှုကောဓကို ပယ်စွန့်ရာ၏။ ထောင်လွှားမှုမာနကို ပယ်စွန့်ရာ၏၊ အလုံးစုံသော သံယောဇဉ်ကို လွန်မြောက်ရာ၏။ နာမ်ရုပ်၌ ကပ်ငြိမှုမရှိသော တုန်လှုပ်မှုမရှိသော သူတို့ ဆင်းရဲဒုက္ခမကျရောက်နိုင်။

(သံ၊ ၁၊ ၂၂)

သံသာရေ ဝိစရန္တာနံ န ပုတ္တာ, န ဓီတာ နာမ နတ္ထိ။

သံသာရာ၌ ကျင်လည်နေကြသော သူတို့တွင် သား-သမီးမဖြစ်ခဲ့ဖူးသည်မည်သည် မရှိချေ။

(ဇာ၊ ၄။၁၊ ၁၃၁)

ခန္ဓာနဉ္စပဋိပါဋိ၊ ဓာတု အာယတနာနိစ။
အဗ္ဗောစ္ဆိန္နံ ဝတ္တမာနာ၊ သံသာရောတိ ပဝုစ္စတိ။

ခန္ဓာ, အာယတန ဓာတ်တို့အစဉ်မပြတ် ဖြစ်နေသည်ကို သံသရာဟု ဆိုအပ်၏။ (ဇာတိဝုတ်၊ ၄၊ ၅၅)

အမဲသားစား ရောဂါပွား

တယော ရောဂါ ပုရေ အာသုံ၊
ဣစ္ဆာ အနသန် ဇရာ၊
ပသူနဥ္စ သမာရမ္ဘာ၊
အဋ္ဌာနဝုတိ မာဂမုံ။

ရှေးအခါက လိုချင်ခြင်း၊ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်း၊ အိုမင်းခြင်းဟူသော အနာရောဂါသုံးမျိုးတို့သာ ဖြစ်ကုန်၏။ ယခုမူကား နွားတို့ကို သတ်ဖြတ် နှိပ်စက်ခြင်းကြောင့် အနာမျိုး၉၈-ပါးတို့ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်၏။ (သုတ္တနိ၊ ၃၁၅)

ကိသော ဝိဝဏ္ဏော ဘဝတိ၊
ဟိံသ မတ္တာန မတ္တနာ။

မိမိကိုယ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲသူသည် ပိန်သူ၊ အဆင်းမလှသူ ဖြစ်ရ၏။ (သုတ္တနိ၊ ၃၇)

ပရိဒေဝံ ပဇပ္ပဥ္စ၊
ဒေါမနဿဥ္စ အတ္တနော။
အတ္တနော သုခမေသာနော၊
အဗ္ဗဟေ သလ္လမတ္တနော။

မိမိ၏ ချမ်းသာမှုကို ရှာဖွေသောသူသည် မိမိ၌ စုးဝင်နေသည့် ငိုကြွေးမှု၊ မြည်တမ်းမှု၊ နှလုံး မသာယာမှု ဟူသော မြှားငြောင့်ကို မိမိကိုယ်တိုင် နှုတ်ရာ၏။

(သုတ္တနိ၊ ၃၇၂)

တဏှာ ဇနေတိ ပုရိသံ၊

တပ်မက်မှု တဏှာသည် သတ္တဝါကို ဖြစ်စေ၏။
(သံ၊ ၁၊ ၃၄)

တဏှာယ နီယတိ လောကော။

သာယာတပ်နှစ်သက်မှု တဏှာသည် လောကကြီးကို သယ်ဆောင်၏။ (သံ၊ ၁၊ ၃၆)

အပ္ပကာ တေ မနုဿေသု၊
ယေ ဇနာ ပါရဂါမိနော။

လူတို့တွင် နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော တဖက်ကမ်းသို့ ရောက်ရှိသူမှာ အနည်းငယ်မျှသာရှိ၏။
(သံ၊ ၃၊ ၃၄)

နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ၊ နတ္ထိ ဒေါသသမော ကလိ၊
နတ္ထိ ခန္ဓသမာ ဒုက္ခာ၊ နတ္ထိ သန္တိပရံ သုခံ။

ရာဂနှင့်တူသော မီးမရှိ။ ဒေါသနှင့်တူသော အပြစ်မရှိ၊ ခန္ဓာနှင့်တူသော ဆင်းရဲခြင်းမရှိပေ။ နိဗ္ဗာန်ထက်လွန်ကဲသော ချမ်းသာသည်မရှိ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၄၃)

သဒ္ဓါယ တရတိ ဩဃံ။

ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရားဖြင့် သံသရာရေအလျဉ်ကို ကူးမြောက်၏။ (သံ၊ ၁၊ ၂၁၇)

ယတ္ထ အရဟန္တော ဝိဟရန္တိ၊ တံ ဘူမိရာမဏေယျကံ။

ရဟန္တာများ နေသောအရပ်သည် မွေ့လျော်ဘွယ်ရှိ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၂၇)

ဒုက္ခံ နာမတံ ပိယဝတ္ထုနိမိတ္တံ၊

ဆင်းရဲဒုက္ခမည်သည် ချစ်စရာဝတ္ထု အကြောင်းရင်းခံ ၏။ (ဥဒါန၊ ၄၊ ၃၈၅)

လောကဓံ ၈-ပါး

လာဘော အလာဘော ယသော အယသော စ နိန္ဒာ ပသံသာ စ သုခဉ္စ ဒုက္ခံ ဧတေ အနိစ္စာ မနုဇေသု ဓမ္မာ။

လာဘ်ရခြင်း၊ လာဘ်မရခြင်း၊ စည်းစိမ်အခြံအရံ များခြင်း၊ စည်းစိမ်အခြံအရံမရှိခြင်း၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်း၊ ချီးမွမ်းခြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်း၊ ချမ်းသာခြင်း ဤလောကဓံရှစ်ပါးတို့သည် လူတို့၌ မမြဲကုန်။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၉၀)

အရှင်အဿဇိတရား

ယေ ဓမ္မာ ဟေတုပ္ပဘဝါ၊
တေသံ ဟေတုံ တထာဂတော အာဟ။
တေသဉ္စ ယော နိရောဓော၊
ဧဝံ ဝါဒီ မဟာသမဏော။

မဟာသမဏ အမည်ရသော မြတ်စွာဘုရားသည် အကြောင်း ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်ကြသော ဒုက္ခသစ္စာတရားများကို ဟောကြားတော်မူ၏၊ ထိုဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်ရခြင်း၏ အကြောင်း သမုဒယသစ္စာ ကိုလည်း ဟောတော်မူ၏၊ ထိုဒုက္ခသမုဒယ တို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ နိရောဓသစ္စာကိုလည်း ဟောတော်မူ၏။ ထိုနိရောဓသို့ ရောက်ကြောင်း လမ်းစဉ်ကိုလည်း ဟောကြားတော်မူ၏။ (ဝိ၊ ၃၊ ၅၁)

ပစ္ဆိမ ဗုဒ္ဓဝစန

ဟန္ဒ ဒါနိ ဘိက္ခဝေ အာမန္တယာမိ ဝေါ၊
ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။

ရဟန်းတို့ - ငါဘုရားတိုက်တွန်းတော်မူ၏၊ ယခုအခါ၌ သင်တို့ကို ငါဘုရား သိစေတော်မူ၏၊ ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရ တရားတို့သည် ပျက်စီးခြင်းသဘော ရှိကုန်၏၊ ထို့ကြောင့် သင်တို့သည် မေ့လျော့ပေါ့ဆ မရှိကြဘဲ သမ္မာပဋိပတ် အကျင့်မြတ်နှင့် ပြီးပြည့်စုံကြစေကုန်လော့။ (ဒီ၊ ၂၊ ၁၂၈)

သတ္တိယာ ဝိယ ဩမဋ္ဌော၊ ဍယှမာနောဝ မတ္ထကေ။
ကာမရာဂပဟာနာယ၊ သတော ဘိက္ခု ပရိဗ္ဗဇေ။

လှံဖြင့် အထိုးခံရသူကဲ့သို့၊ ဦးခေါင်း မီးလောင်ခံရသူကဲ့သို့ ရဟန်းသည် ကာမရာဂကို ပယ်ရန်အတွက် သတိဖြင့် ကျင့်ကြံ အားထုတ်ရာ၏။ (သံ၊ ၁၊ ၁၂)

စက္ခုမာဿ ယထာ အန္ဓော၊
သောတဝါ ဗဓိရော ယထာ။
ပညဝါဿ ယထာ မူဂေါ၊
ဗလဝါ ဒုဗ္ဗလောရိဝ။
အတ္တအတ္ထေ သမုပ္ပန္နေ၊
သယေထ မတသာယိကံ။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မျက်စိရှိလျက်လည်း ကန်းသူကဲ့သို့ ဖြစ်ရာ၏၊ နားရှိလျက်လည်း နားပင်းသူကဲ့သို့ ဖြစ်ရာ၏၊ ပညာရှိလျက်လည်း အ,သူကဲ့သို့ဖြစ်ရာ၏၊ အားရှိလျက်လည်း အားနည်းသူကဲ့သို့ ဖြစ်ရာ၏၊ ကိုယ်ကျိုးစီးပွား ဖြစ်ပေါ်လတ်သော် သူသေအိပ်ခြင်းကဲ့သို့ အိပ်ရာ၏။ (မိလိန္ဒ၊ ၃၄၉)

ယံ ကိဉ္စိ ဒုက္ခံ သမ္ဘောတိ၊
သဗ္ဗံ သင်္ခါရပစ္စယာ။
သင်္ခါရာနံ နိရောဓေန၊
နတ္ထိ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝေါ။

ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ ဒုက္ခအားလုံးသည် သင်္ခါရကြောင့် ဖြစ်၏၊ သင်္ခါရချုပ်လျှင် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း မရှိပြီ။

(သုတ္တနိ၊ ၃၉၂)

ဒုက္ခဿန္တံ ကရိဿန္တိ၊
သတ္ထုသာသနကာရိနော။

မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမအတိုင်း ပြုလုပ်သော သူတို့သည် ဒုက္ခအဆုံးကို ပြုနိုင်ကြလတ္တံ့။

(ဣတိဝုတ်၊ ၂၁၅)

တရားရှာကိုယ်မှတွေ့

န ဣတော ဒူရေ ဘဝိတဗ္ဗံ၊
ဘဝဂ္ဂံ ကိံ ကရိဿတိ။
ပစ္စုပ္ပန္နမှိ ဝေါဟာရေ၊
သကေ ကာယမှိ ဝိန္ဒထ။

(တရားရှု ဆင်ခြင်သည့်အခါ)ဤ ကိုယ်ခန္ဓာမှ အဝေး၌ မဖြစ်သင့်၊ အထက်ဘဝဂ်သည် အဘယ်ပြုအံ့နည်း၊ ပစ္စုပ္ပန်ဟု ခေါ်ဆိုအပ်သော မိမိကိုယ်၌သာ ရှာဖွေကြကုန်လော။ (မိလိန္ဒ၊ ၃၇၈)

ကာယေ သဘာဝံ ဒိသွာန၊
ဝိစိနိတွာ ဝိပဿကော။
ဧကကိယော အဒုတိယော၊
သေတိ အာရမ္မဏန္တရေ။

ဝိပဿနာရှုသူသည် ကိုယ်၌ အနိစ္စစသော သဘောကို မြင်၍ ရှုစမ်းဆင်ခြင်ကာ တစ်ဦးတည်း ဖြစ်လျက် အဖော်မပါ သတိပဋ္ဌာန်စသော အာရုံ အတွင်း၌သာ အိပ်နေရာ၏။
(မိလိန္ဒ၊ ၃၈၂)

သာကစ္ဆာယ ဘိက္ခဝေ ပညာ ဝေဒိတဗ္ဗာ၊

ရဟန်းတို့.... ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့် ပညာရှိ မရှိကို သိနိုင်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၅၀၉)

သံဝေါဟာရေန ဘိက္ခဝေ သောစေယျံ ဝေဒိတဗ္ဗံ၊

ရဟန်းတို့... တိုင်ပင်ပြောဆိုခြင်းဖြင့် စင်ကြယ်ခြင်းကို သိနိုင်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၅၀၇)

ယော စ ဓာနံ သံယတဗ္ဗော၊
ဓာနံ န ဗဟု ဘာသတိ။

တရားသိသူသည် စိတ်ကိုထိန်းနိုင်၏၊ စကား များများ မပြော။ (သုတ္တနိ၊ ၃၉၀)

ဓမ္မော ဟဝေ ရက္ခတိ ဓမ္မစာရိံ၊

တရားစောင့်သူ တရားကျင့်သူကို တရားက ပြန်စောင့်၏။ (ထေရ၊ ၂၇၂)

ဝတ္တရားကျေပွန်မှ သီလပြည့်စုံ

ဝတ္တံ အပရိပူရေန္တော၊ သီလံ န ပရိပူရတိ။
အသုဒ္ဓသီလော ဒုပ္ပညော၊ စိတ္တေကဂ္ဂံ န ဝိန္ဒတိ။

ဗုဒ္ဓဝေယျာဝစ္စ၊ သံဃဝေယျာဝစ္စဝတ်ကို မဖြည့်ကျင့်သော ရဟန်းသည် သီလကို မပြည့်စေနိုင်။ သီလမစင်ကြယ်သော ရဟန်းသည် ပညာမရှိသည်ဖြစ်၍ စိတ်တည်ကြည်ခြင်းကို မရနိုင်။ (ဝိ၊ ၄၊ ၄၁၆)

ဥဋ္ဌာဟတော အပ္ပမတ္တတော၊
အနုတိဋ္ဌန္တိ ဒေဝတာ။

ထကြွလုံ့လ ဝီရိယရှိပြီးမမေ့မလျော့ရှိသောသူအား နတ်တို့က တကောက်ကောက်လိုက်၍ စောင့်ရှောက်ကြ၏။
(ဇာ၊ ၂၊ ၂)

ဥဋ္ဌာနဝတော သတိမတော၊
သုစိကမ္မဿ နိသမ္မကာရိနော။
သညတဿ ဓမ္မဇီဝိနော၊
အပ္ပမတ္တဿ ယသောဘိဝဍ္ဎတိ။

လုံ့လဝီရိယရှိသူ၊ သတိရှိသူ၊ စင်ကြယ်သော ကံသုံးပါးရှိသူ၊ ဉာဏ်ဖြင့်ဆင်ခြင်၍ ပြုလေ့ရှိသူ၊ ကိုယ်နှုတ်

စောင့်စည်းသူ၊ တရားသဖြင့် အသက်မွေးသူ၊ မမေ့လျော့သူ မှန်မှန်ကန်ကန် တရားနှင့်အညီ အသက်မွေးသောသူအား စည်းစိမ်ဥစ္စာ၊ ခြွေရံသင်းပင်း ကျော်စောခြင်း တိုးပွား၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၁၆)

နွားအငှါးကျောင်းသူ

ဗဟုမ္ပိ စေ သံဟိတဘာသမာနော၊
န တက္ကရော ဟောတိ နရော ပမတ္တော။
ဂေါပေါဝ ဂါဝေါ ဂဏယံ ပရေသံ၊
န ဘာဂဝါ သာမညဿ ဟောတိ။

နွားကျောင်းသားသည် နွားကျောင်းခသာ ရပြီး နွားနို့ကို မသောက်ရသကဲ့သို့ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားကို များစွာပြောနေသော်လည်း မကျင့်မကြံ မေ့လျော့ပေါ့တန်နေပါက မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာ ကောင်းကျိုးကို မခံစားရဘဲ ရှိချေမည်။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၅)

သာရဉ္စ သာရတော ဉတွာ၊
အသာရဉ္စ အသာရတော၊
တေ သာရံ အဓိဂစ္ဆန္တိ၊
သမ္မာသင်္ကပ္ပဂေါစရာ။

အနှစ်ကို အနှစ်ဟုသိ၍ အနှစ်မဟုတ်သည်ကို အနှစ်မဟုတ်ဟု သိသောသူတို့သည် မှန်ကန်သောအကြံအစည် အာရုံရှိသောကြောင့် အနှစ်ကို ရနိုင်ကြကုန်၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၁၄)

မဂ္ဂါနဋ္ဌင်္ဂိကော သေဋ္ဌော၊
သစ္စာနံ စတုရော ပဒါ။

မဂ်တို့တွင် အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော မဂ်သည် အမြတ်ဆုံး ဖြစ်၏။သစ္စာတို့တွင် လေးပုဒ်ရှိသော အရိယသစ္စာတို့သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်ကြ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၅၂)

သင်္ခါရာ သဿတာ နတ္ထိ။

မြဲသော သင်္ခါရတရားဟူ၍ မရှိပေ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၅၀)

အဝသေသစောရေ ဇိနန္တဿ စ ဇယော နာမ
န ဟောတိ။ အဇ္ဈတ္တိကကိလေသစောရေ
ဇိနန္တဿေဝ ပန ဇယော နာမ ဟောတိ။

ကျန်သော ပြင်ပခိုးသူရန်ကို အောင်ခြင်းသည် အောင်နိုင်သည် မမည်။ ကိုယ်တွင်းအဇ္ဈတ္တ ကိလေသာခိုးသူကို အောင်မှသာ အောင်နိုင်ခြင်းအစစ်မည်၏။
(ဓမ္မ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၄၁၇)

ဒုလ္လဘတရားများ

တထာဂတဿ အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ၊
ပါတုဘာဝေါ ဒုလ္လဘော လောကသ္မိံ။

လောက၌ ဘုရားပွင့်တော်မူခြင်းကို ရခဲ၏။

တထာဂတပ္ပဝေဒိတဿ ဓမ္မဝိနယဿ
ဒေသေတာ ပုဂ္ဂလော ဒုလ္လဘော လောကသ္မိံ။

လောက၌ မြတ်စွာဘုရားတရားတော်ကို ဟောပြော တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရနိုင်ခဲ၏။

(သာရတ္ထသံုတ်၊ ၂၊ ၁၄၉)

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊ ယေ လဘန္တိ
တထာဂတပ္ပဝေဒိတံ ဓမ္မဝိနယံ သဝနာယ။

ဘုရားစကားတော်ကို နာယူခွင့်ရသော သတ္တဝါ တို့သည် အနည်းငယ်သာရှိ၏။ (အံ၊ ၁၊၃၇)

အထ ခေါ ဧတေဝ သတ္တာ ဗဟုတရာ၊ ယေ
န လဘန္တိ တထာဂတပ္ပဝေဒိတံ ဓမ္မဝိနယံ သဝနာယ။

စင်စစ်အားဖြင့် ဘုရားဟောတရားတော်ကို ကြားနာခွင့် မရလိုက်ကြသူတွေသာ များကုန်၏။

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊ ယေ သုတွာ ဓမ္မံ ဓာရေန္တိ။
ဘုရားစကားတော်ကို နာယူပြီး မှတ်သားထား နိုင်သူတွေ အနည်းငယ်သာရှိ၏။

အထ ခေါ ဧတေဝ သတ္တာ ဗဟုတရာ၊ ယေ သုတွာ
ဓမ္မံ န ဓာရေန္တိ။

စင်စစ်အားဖြင့် ဘုရားစကားတော်ကို နာရ၍ တရားကို ဆောင်မထားနိုင်ကြကုန်သော သူတွေကသာ များကုန်၏။
(အံ၊ ၁၊ ၃၈)

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊ ယေ ဓာတာနံ ဓမ္မာနံ အတ္ထံ ဥပပရိက္ခန္တိ။

နှုတ်တက်အာဂုံဆောင်ထားသော တရားတော်၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို စူးစမ်းဆင်ခြင်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အနည်းငယ်သော ရှိကုန်၏။

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊ ယေ အတ္ထမညာယ ဓမ္မမညာယ ဓမ္မာနုဓမ္မံ ပဋိပဇ္ဇန္တိ။

တရားတော်၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို သိပြီး တရားတော်နှင့် လျော်သော အကျင့်ကို ကျင့်သူတွေ အနည်းငယ်သာ ရှိကုန်၏။

အထ ခေါ ဧတေဝ သတ္တာ ဗဟုတရာ ယေ အတ္ထမညာယ ဓမ္မမညာယ ဓမ္မာနုဓမ္မံ နပ္ပဋိပဇ္ဇန္တိ။

စင်စစ်အားဖြင့် တရားတော်၏ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို သိပြီး တရားတော်နှင့် လျော်သော အကျင့်ကို မကျင့်သူတွေသာ များကုန်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၃၈)

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊ ယေ မနုဿာ စုတာ ဒေဝေသု ပစ္စာဇာယန္တိ။

လူ့ပြည်က စုတေပြီး နတ်ပြည်၌ဖြစ်သော သတ္တဝါတို့သည် အနည်းငယ်သာရှိ၏။

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊
ယေ မနုဿာ စုတာ မနုဿေသု ပစ္စာဇာယန္တိ။

လူ့ပြည်မှ စုတေပြီး လူ့ပြည်၌ ပြန်ဖြစ်ကြသော သတ္တဝါတို့သည် အနည်းငယ်သာရှိကုန်၏။

အထ ခေါ ဧတေဝ သတ္တာ ဗဟုတရာ၊ ယေ မနုဿာ စုတာ နိရယေ ပစ္စာဇာယန္တိ။

စင်စစ်အားဖြင့် လူ့ပြည်က စုတေပြီး ငရဲပြည်၌ ဖြစ်သော သတ္တဝါတွေသာ များသည်။ (အံ၊ ၁၊ ၃၉)

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊ ယေ သံဝေဇနီယေသု ဌာနေသု သံဝိဇ္ဇန္တိ။

သံဝေဂဖြစ်ဖွယ် အရာဌာနတို့၌ သံဝေဂဖြစ်သော သတ္တဝါတို့သည် အနည်းငယ်သာရှိ၏။

အထ ခေါ ဧတေဝ သတ္တာ ဗဟုတရာ၊
ယေ သံဝေဇနီယေသု ဌာနေသု န သံဝိဇ္ဇန္တိ။

စင်စစ်အားဖြင့် သံဝေဂဖြစ်ဖွယ် အရာဌာနတို့၌ သံဝေဂမဖြစ်သော သတ္တဝါတို့သာ များကုန်၏။

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊
ယေ သံဝိဂ္ဂါ ယောနိသော ပဒဟန္တိ။

သံဝေဂရပြီးနောက် ပညာဖြင့်အားထုတ်ကျင့်ကြံသော ပုဂ္ဂိုလ် အနည်းငယ်သာရှိ၏။ (အံ၊ ၁၊ ၃၈)

အထ ခေါ ဧတေဝ သတ္တာ ဗဟုတရာ၊
ယေ သံဝိဂ္ဂါ ယောနိသော န ပဒဟန္တိ။

သံဝေဂဖြစ်ဖွယ် အရာဌာနတို့၌ သံဝေဂရပြီးနောက် အားမထုတ် မကျင့်ကြံသော သတ္တဝါတို့သာ များကုန်၏။

အပ္ပကာ တေ သတ္တာ၊ ယေ အန္နဂ္ဂရသဂ္ဂါနံ
လာဘိနော။

မွန်မြတ်သော ထမင်း၊ မွန်မြတ်သော အရသာတို့ကို ရကြသော သတ္တဝါတို့သည် အနည်းငယ်သာရှိ၏။
(အံ၊ ၁၊ ၃၈)

သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။

တရားအရသာသည် အရသာအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။ သာလွန်၏။

သဗ္ဗရတိံ ဓမ္မရတိ ဇိနာတိ။

တရားနှင့် မွေ့လျော်ခြင်းသည် မွေ့လျော်ခြင်းအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။ သာလွန်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၆၄)

"ဣမာဟံ ဘဂဝါ အတ္တဘာဝံ တုမှာကံ ပရိစ္စဇာမိ"
တိ ဧဝံ ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော အတ္တာ နိယျာတေ
တဗ္ဗော။

တပည့်တော်သည် ဤအတ္တဘောကို ဘုရားရှင်အား စွန့်လွှတ် လှူဒါန်းပါ၏ဟု ဆိုပြီး ဘုရားရှင်အား မိမိကိုယ်ကို အပ်နှင်းရမည်။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၁၁၁)

ပမုဒိဿ ပီတိ ဇာယတိ၊
ပီတိမနဿ ကာယော ပဿမ္ဘတိ၊
ပဿဒ္ဓကာယော သုခံ ဝေဒိယတိ၊
သုခိနော စိတ္တံ သမာဓိယတိ။

ဝမ်းမြောက်သူအား နှစ်သက်ခြင်း ပီတိဖြစ်၏။
နှစ်သက်သောသူ၏ ကိုယ်သည် ငြိမ်းချမ်း၏။
ငြိမ်းချမ်းသောကိုယ် ရှိသူသည် ချမ်းသာကို ခံစားရ၏။
ချမ်းသာခြင်းရှိသူ၏ စိတ်သည် တည်ကြည်၏။
(အံ၊ ၁၊ ၂၄၅)

အယောနိသော ဘိက္ခဝေ မနသိကရောတော
အနုပ္ပန္နာ စေဝ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဥပ္ပဇ္ဇတိ
ဥပ္ပန္နာ စ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ပဝဍ္ဎတိ။

စိတ်ထားသဘောထား မကောင်းသူအား မဖြစ်သေးသော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ(မှားယွင်းသောအယူဝါဒ) ဖြစ်၏။ ဖြစ်ပြီးသော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (မှားယွင်းသောအယူဝါဒ) တိုးပွား၏။

(အံ၊ ၁၊ ၃၃)

အယောနိသော ဘိက္ခဝေ မနသိကရောတော
အနုပ္ပန္နာ စေဝ အကုသလာ ဓမ္မာ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ
ဥပ္ပန္နာ စ ကုသလာ ဓမ္မာ ပရိဟာယန္တိ။

စိတ်ထားသဘောထား မကောင်းသူအား မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တရားများဖြစ်၍ ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားများ ဆုတ်ယုတ်ကုန်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၁)

တဏှာ ဒုက္ခဿ သမ္ဘဝံ။

တဏှာသည် ဒုက္ခဖြစ်ခြင်း၏ ပဓာန အကြောင်းဖြစ်၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ၂၀၁)

မနုဇဿ ပမတ္တစာရိနော၊
တဏှာ ဝဍ္ဎတိ မာလုဝါ ဝိယ။

မေ့မေ့လျော့လျော့နေသော သူအား မာလောနွယ်ကဲ့သို့ တဏှာတိုးပွား၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၆၁)

ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စံ စိတ္တဿ ဥပက္ကိလေသော။

ပျံ့လွင့်ခြင်း ဥဒ္ဓစ္စ၊ နောင်တပူပန်ခြင်း ကုက္ကုစ္စသည့် စိတ်၏ အညစ်အကြေးဖြစ်၏။

ဝိစိကိစ္ဆာ စိတ္တဿ ဥပက္ကိလေသော။

မဆုံးဖြတ်နိုင်ခြင်း၊ မဝေခွဲနိုင်ခြင်း ဝိစိကိစ္ဆာသည် စိတ်၏ အညစ်အကြေးဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၃၇၈)

အဝိဇ္ဇာ ပရမံ မလံ။
အဝိဇ္ဇာသည် လွန်ကဲသော အညစ်အကြေးမည်၏။
(ဓမ္မပဒ၊ ၄၈)

မဂ္ဂင်ရထား

ယဿ သဒ္ဓါ စ ပညာ စ၊ ဓမ္မာ ယုတ္တာ သဒါ ဓုရံ။
ဟိရီ ဤသာ မနော ယောတ္တံ၊ သတိ အာရက္ခသာရထိ။

မဂ္ဂင်တည်းဟူသော ရထား၌ သဒ္ဓါ ပညာတရား နှစ်ပါးတို့ကို အခါခပ်သိမ်း ဥပေက္ခာဟူသော ထမ်းပိုး၌ ကအပ်ကုန်၏၊ ရှက်တတ်မှု ဟိရီသည် မဂ္ဂင်ရထားသန် မည်၏၊ ဝိပဿနာစိတ် (မဂ်စိတ်)သည် ဇက်ကြိုးမည်၏၊ သတိသည် ရထားထိန်းမည်၏။

ရထော သီလပရိက္ခာရော၊ ဈာနက္ခော စက္ကဝီရိယော။
ဥပေက္ခာ ဓုရသမာဓိ၊ အနိစ္ဆာ ပရိဝါရဏံ။

မဂ္ဂင်ရထားသည် သီလတည်းဟူသော တန်ဆာရှိ၏၊ ဈာန်တည်းဟူသော ဝင်ရိုးရှိ၏၊ ဝီရိယတည်းဟူသော ဘီးရှိ၏၊ ဥပေက္ခာသည် ရထားဦးကို တည်ငြိမ်စေ၏၊ အလောဘသည် အကာအရံ ဖြစ်ပေ၏။

အဗျာပါဒေါ အဝိဟိံသာ၊ ဝိဝေကော ယဿ အာဝုဓံ။
တိတိက္ခာ စမ္မသန္နာဟော၊ ယောဂက္ခေမာယ ဝတ္တတိ။

မပျက်စီးစေလိုမှု အဗျာပါဒ၊ မညှဉ်းဆဲလိုမှု အဝိဟိံသာ၊ ဆိတ်ငြိမ်မှု ဝိဝေကသည် မဂ္ဂင်ရထား၌ တည်သူ၏ လက်နက်မည်၏၊ သည်းခံခြင်းသည် ချပ်ဝပ် တန်ဆာမည်၏၊ မဂ္ဂင်ရထား၌ တည်သူသည် ယောဂ၏ ကုန်ရာ(နိဗ္ဗာန်)သို့ ရှေ့ရှုသွားနေ၏။ (သံ၊ ၃၊ ၅)

ဧတဒတ္တနိ သမ္ဘူတံ၊ ဗြဟ္မယာနံ အနုတ္တရံ။
နိယျန္တိ ဓီရာ လောကမှာ၊ အညဒတ္ထု ဇယံ ဇယံ။

ပညာရှိတို့သည် မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်လာသော အတုမရှိမြတ်သော ဗြဟ္မယာဉ် မဂ္ဂင်ရထားကို တက်စီးကြပြီးလျှင် အောင်ပွဲမှန်သမျှကို စင်စစ်အောင်မြင်ကြ၍ လောကမှ ထွက်မြောက်ကြကုန်၏။ (သံ၊ ၃၊ ၆)

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့် ဝိပဿနာရှု

အတီတံ နာန္ဝာဂမေယျ၊ နပ္ပဋိကင်္ခေ အနာဂတံ။
ယဒတီတံ ပဟီနံ တံ၊ အပ္ပတ္တဉ္စ အနာဂတံ။

အတိတ်ကို နောက်ကြောင်းမပြန်နဲ့၊ အနာဂတ်ကို မျှော်မှန်း မတောင့်တနှင့်၊ မလိုချင်နှင့်၊ အတိတ်သည် ကုန်လွန်ခဲ့ပြီ၊ အနာဂတ်သည် မရောက်လာသေး။

ပစ္စုပ္ပန္နဉ္စ ယော ဓမ္မံ၊ တတ္ထ တတ္ထ ဝိပဿတိ။
အသံဟီရံ အသံကုပ္ပံ၊ တံ ဝိဒွါ မနု ဗြူဟယေ။

ဖြစ်ဆဲခဏ ပစ္စုပ္ပန်သဘာဝ၏ တည်မြဲခြင်း မရှိသည်ကိုသာ ဆင်ခြင်ပွားများ ဝိပဿနာရှုသောအားဖြင့် တွန့်ဆုတ်ခြင်း၊ ပျက်စီးခြင်းမရှိစေဘဲ ရှုပွားနေရမည်။
(မ၊ ၃၊ ၂၂၆)

နိဒ္ဒရော ဟောတိ နိပ္ပါပေါ၊ ဓမ္မပီတိရသံ ပိဝံ။

တရားနှင့် ယှဉ်သော ပီတိတည်းဟူသော အရသာကို သောက်သောသူသည် ပူပန်ခြင်းမှ ကင်း၏။ မကောင်းမှုမှ ကင်း၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၃)

ယောစ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊
ဒုဿီလော အသမာဟိတော။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊
သီလဝန္တဿ ဈာယိနော။

သီလမရှိဘဲ အသက်တစ်ရာ နေရခြင်းထက် သီလရှိပြီး သမထ ဝိပဿနာ ရှုပွားနေသူ၏ တစ်ရက်မျှ အသက်ရှင်ရခြင်းက မြတ်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၂၉)

ပညာယ မဂ္ဂံ အလသော န ဝိန္ဒတိ။
ပျင်းရိသူသည် ပညာဖြင့် မြင်အပ်သောမဂ်ကို မရနိုင်။
(ဓမ္မပဒ။ ၅၃)

ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊ အသ္မိံ လောကေ ပရမှိ စ။
တရားကျင့်သောသူသည် ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်တန်သော ဘဝ၌ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၃၈)

တဏှာနုသယေ အနူဟတေ၊
နိဗ္ဗတ္တတိ ဒုက္ခမိဒံ ပုနပ္ပုနံ။
တဏှာအနုသယ မပြတ်သေးပါက ပဋိသန္ဓေစသော ဤဆင်းရဲ ဒုက္ခသည် အဖန်ဖန်ပြန်ဖြစ်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၆၂)

လောကအဆုံး နိဗ္ဗာန်

ဂမနေန န ပတ္တဗ္ဗော၊
လောကဿန္တော ကုဒါစနံ။
န စ အပတွာ လောကန္တံ၊
ဒုက္ခာ အတ္ထိ ပမောစနံ။

ခြေလျင်သွားခြင်းဖြင့် လောက၏ အဆုံးသို့ မရောက်နိုင်။ လောက၏ အဆုံးသို့ မရောက်ဘဲလည်း ဆင်းရဲဒုက္ခမှ မလွတ်မြောက်နိုင်။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၁၉၈)

****

ဘဝသင်ခန်းစာ
အဆုံးအမများ

ယော ဒန္ဓကာလေ တရတိ၊ တရဏီယေ စ ဒန္ဓတိ၊
သုက္ခပဏ္ဏံဝ အက္ကမ္မ၊ အတ္ထံ ဘဉ္ဇတိ အတ္တနော။

ဖြည်းဖြည်း ပြုရမည့်အခါ၌ အလျင်အမြန် ပြုတတ်သူ၊ အလျင်အမြန် ပြုရမည့်အခါ၌ ဖြည်းဖြည်း ပြုတတ်သူသည် သစ်ရွက်ခြောက်ကို နင်းချေ၍ ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့ မိမိအကျိုးစီးပွားကို ဖျက်ဆီး၏။

ယော ဒန္ဓကာလေ ဒန္ဓေတိ၊ တရဏီယေ စတာရယိ၊
သသီဝ ရတ္တိံ ဝိဘဇံ၊ တဿတ္ထော ပရိပူရတိ။

ဖြည်းဖြည်းပြုရမည့်အခါ၌ ဖြည်းဖြည်းပြုတတ်သူ၊ အလျင် အမြန်ပြုရမည့်အခါ၌ အလျင်အမြန်ပြုတတ်သူသည်

လဆန်း ပိုင်းရက်၌ လသည် ပြည့်လာသကဲ့သို့ ထိုသူ၏ အကျိုးစီးပွားသည် ပြည့်၏။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၂၉)

ဒွေပိ နာမ သတ္တာ ဧကေဇ္ဈာသယာ ဒုလ္လဘာ လောကသ္မိံ။

ဤလောက၌ အလိုဆန္ဒတူညီကြသော ပုဂ္ဂိုလ် နှစ်ယောက်ကို ရခြင်းငှါ ခဲယဉ်း၏။ (လူတစ်ကိုယ် စိတ်တစ်မျိုး) (ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၅)

ပုထုကိလေသေ ဇနေန္တီတိ ပုထုဇ္ဇနာ။

များစွာသော ကိလေသာတို့ကို ဖြစ်စေတတ်သော ကြောင့် ကိလေသာမည်၏။ (ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၅၂)

ဥမ္မတ္တကော ဝိယ ဟိ ပုထုဇ္ဇနော (ပုထုဇ္ဇနော ဥမ္မတ္တကော)။

အမှန်အားဖြင့် ပုထုဇဉ်သည် အရူးနှင့်တူ၏။ (အဘိ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၁၇၆)

ပရဝမ္ဘာနုပဿိဿ၊ နိစ္စံ ဥဇ္ဈာနသညိနော။
အာသဝါ တဿ ဝဍ္ဎန္တိ၊ အာရာ သော အာသဝက္ခယာ။

သူတစ်ပါးအပြစ်ကိုရှုလေ့ရှိသော အမြဲတမ်း ကဲ့ရဲ့ လိုသော စိတ်ရှိသူအား အာသဝေါတရားတို့ တိုးပွား ကုန်၏။ ထိုသူသည် အာသဝေါတရားတို့ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်မှ ဝေး၏။ (ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၂၀၀)

လူတိုင်းအမြော်ကြိုက်

အတ္တနော ဝဏ္ဏော ဘဏမာနေ အတုသဿနကသတ္တော
နာမ နတ္ထိ။

မိမိဂုဏ်ကို ချီးမွမ်းပြောဆိုခြင်းကို မနှစ်သက်သော
သတ္တဝါမည်သည် မရှိ။ (ဒီ၊ ဋ၊ ၁၊ ၂၅၀)

ပစ္စုပ္ပန်တည့်တည့်

အတီတံ နာနုသောစာမိ၊ နပ္ပဇပ္ပာမိ’ နာဂတံ။
ပစ္စုပ္ပန္နေန ယာပေမိ၊ တေန ဝဏ္ဏော ပသီဒတိ။

အတိတ်ကိုလည်း တွေးတော၍ မစိုးရိမ်၊ အနာဂတ်
ကိုလည်း မျှော်ခေါ်၍ မပူပန်၊ ပစ္စုပ္ပန်ဖြင့်သာလျှင် မျှတ
ကျေနပ်၏။ ထို့ကြောင့် ငါ၏အဆင်းသည် ကြည်လင်၏။
(ဇာ၊ ၂၊ ၁၅၆)

အနာဂတပ္ပဇပ္ပါယ၊ အတီတဿာ’နုသောစနာ။
ဧတေန ဗာလာ သုဿန္တိ၊ နဠောဝ ဟရိတော လုတော။

မရောက်သေးသော အနာဂတ်ကို လှမ်း၍ တမ်းတခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ လွန်ပြီးသော အတိတ်ကို တွေးတော၍ စိုးရိမ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း လူမိုက်တို့သည် ရိတ်ဖြတ်ထားသော ကျူရိုးကဲ့သို့ ညှိုးနွမ်း ခြောက်သွေ့ကုန်၏။

(ဇာ၊ ၂၊ ၁၅၆)

အတရမာနော၀ ဘာသေယျ၊ နော တရမာနော။

ဖြည်းဖြည်းသာသာ ပြောဆိုရာ၏။ အဆောတလျင် မပြောဆိုရာ။ (မ၊ ၃၊ ၂၇၇)

ဇနပဒနိရုတ္တိံ နာဘိနိဝေသေယျ သမညံ နာတိ-ဓာဝေယျ။

ကျေးရွာဇနပုဒ် တစ်ခုတစ်ခု၏ အသုံးအနှုန်းအခေါ်အဝေါ်ကို စွဲမြဲစွာ နှလုံးသွင်း၍ မပြောဆိုရ၊ လောကပညတ်ကိုလွန်၍ မပြောရ။ (မ၊ ၃၊ ၂၇၈)

အစိန္တိတမ္ပိ ဘဝတိ၊ စိန္တိတမ္ပိ ဝိနဿတိ။

မကြံစည်သောအရာသည်လည်း ဖြစ်တတ်၏။ ကြံစည်သောအရာသည်လည်း ပျက်တတ်၏။

(ဇာ၊ ၁၊ ၂၇၃၊ ဇာ၊ ၂၊ ၁၆၀၊ အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၁၀၂)

မှန်ပြီဟု မယူသင့်သော အချက်(၁၀)ချက်

၁။ မာ အနုဿဝေန၊

တစ်ဆင့်စကား ပြောသံကြားကာမျှဖြင့် မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၂။ မာ ပရမ္ပရာယ၊

ဘိုးဘေး အစဉ်အဆက် စကားမျှဖြင့်လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၃။ မာ ဣတိကိရာယ၊

ဤသို့ ဖြစ်ဖူးသတတ်ဟူသော ရှေးစကား(ရာဇဝင် သမိုင်း အထောက်အထား)မျှဖြင့်လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၄။ မာ ပိဋကသမ္ပဒါနေန၊

ပိဋကတ်စာပေနှင့် ညီညွတ်သည်ဟုလည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၅။ မာ တက္ကဟေတု၊

ကြံဆ တွေးတော၍ ယူခြင်း(တက္ကဗေဒ)မျှဖြင့်လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၆။ မာ နယဟေတု၊

နည်းမှီးယူခြင်းမျှဖြင့်လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၇။ မာ အာကာရပရိဝိတက္ကေန၊

အခြင်းအရာကို ကြံစည်သောအားဖြင့်လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၈။ မာ ဒိဋ္ဌိနိဇ္ဈာနက္ခန္တိယာ၊

ငါတို့ကြံစည်နှစ်သက်၍ ယူထားသော အယူနှင့် တူညီပေသည်ဟူ၍လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၉။ မာ ဘဗ္ဗရူပတာယ၊

မှတ်ယူထိုက်သော သဘောရှိကာမျှဖြင့်လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။

၁၀။ မာ သမဏော နော ဂရု၊

ငါတို့လေးစားသော ရဟန်း၏စကားဟူ၍လည်း မှန်ပြီဟု မယူသင့်။ (အံ၊ ၁၊ ၁၈၉)

ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊ အသ္မိံ လောကေ ပရမှိ စ။

သုစရိုက်တရားကို လိုက်စားသူသည် ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်တန်သော ဘဝ၌ ချမ်းသာစွာ အိပ်ရ၏။

(ဓာ၊ ၅၊ ၃၊ ၂၅၂)

ကုသိုလ်ကောင်းမှု ချက်ခြင်းပြု

အဇ္ဇေဝ ကိစ္စမာတပ်၊ ကော ဇညာ မရဏံ သုဝေ။
န ဟိ နော သင်္ဂရံ တေန၊ မဟာသေနေန မစ္စုနာ။

ငါတို့သည် စစ်သည်တပ်သား များစွာရှိသော ရှင်သေမင်းနှင့် အချိန်းအချက်မရှိသဖြင့် နက်ဖြန်သေရမည်လည်း မသိနိုင်ကြပေ။ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သော ကုသိုလ်အမှုများကို ယနေ့ပင် ပူပူလောင်လောင် အားထုတ်ပြုလုပ်ကြရမည်။ (မ၊ ၃၊ ၂၂၆၊ ဓာ၊ ၂၊ ၁၅၉)

ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး

အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော၊
ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ။

မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်၏။ သူတပါးသည် အဘယ်မှာ မိမိ၏ ကိုးကွယ်အားထားရာ ဖြစ်ပါမည်နည်း။ (မိမိကိုယ်ကို အားကိုးပါ)

(ဓမ္မပဒ၊ ၃၇)

ကိုယ့်ကိုယ်ကို အချစ်ဆုံး

နေဝဇ္ဇျဂါ ပိယတရမတ္တနာ ကွစိ။
ဇဝံ ပိယော ပုထု 'အတ္တာ ပရေသံ။

မိမိထက် ပိုချစ်သောသူကို ဘယ်မှာမှ ရှာမရ။
လူအများသည် မိမိကိုယ်ကို ချစ်ကြသည်။

(ဥဒါန်၊ ၁၃၃)

ဇိဃစ္ဆာ ပရမာ ရောဂါ၊ သင်္ခါရပရမာ ဒုခါ၊

ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းသည် ပြင်းထန်သော ရောဂါဖြစ်၏။ ပြုပြင်စီမံဖန်တီးရခြင်းသည် အကြီးဆုံးဒုက္ခဖြစ်၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၃)

အာရောဂျပရမာ လာဘာ၊ သန္တုဋ္ဌိပရမံ ဓနံ။
ဝိဿာသပရမာ ဉာတိ၊ နိဗ္ဗာနံ ပရမံ သုခံ။

ကျန်းမာခြင်းသည် အမြတ်ဆုံး လာဘ်ကြီးတစ်ပါးဖြစ်၏။ ရောင့်ရဲနိုင်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံး ဥစ္စာဖြစ်၏။ ချစ်ကျွမ်းဝင်မှုသည် အကောင်းဆုံး မိတ်ဆွေဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာန်သည် အမြတ်ဆုံး ချမ်းသာဖြစ်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၃)

နတ္ထိ လောကေ အနိန္ဒိတော။
လောက၌ အကဲ့ရဲ့လွတ်သောသူ မရှိပေ။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၇)

အညစ်အကြေး

အသဇ္ဈာယ မလာ မန္တာ။

သရဇ္ဈာယ်မှု မပြုခြင်းသည်မန္တန်(ပညာသင်ကြားမှု) ၏ အညစ်အကြေးဖြစ်၏။

အနုဋ္ဌာနမလာ ဃရာ။

တက်တက်ကြွကြွ ဖျတ်ဖျတ်လတ်လတ် မရှိခြင်းသည် အိမ်ထောင်ရှင်၏ အညစ်အကြေးမည်၏။

မလံ ဝဏ္ဏဿ ကောသဇ္ဇံ။

ပျင်းရိခြင်းသည် အဆင်း၏ အညစ်အကြေးမည်၏။ (ပျင်းရိသူသည် မလှ) (ဓမ္မပဒ၊ ၄၈)

သုဒဿံ ဝဇ္ဇမညေသံ၊ အတ္တနော ပန ဒုဒ္ဒသံ။

သူတပါး၏ အပြစ်ကိုကား မြင်လွယ်၏။ မိမိ၏ အပြစ်ကိုမူ မြင်နိုင်ခဲ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၉)

အစာအဟာရ

သဗ္ဗေသတ္တာ အာဟာရ ဋ္ဌိတိကာ။

သတ္တဝါအားလုံးတို့သည် အစာအဟာရကိုမှီ၍ တည်ကြရကုန်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၊

ပီတိဘက္ခာ ဘဝိဿာမ၊
ဒေဝါ အာဘဿရာယထာ။

အာဘဿရာ ဗြဟ္မာတို့ကဲ့သို့ ပီတိကိုအစာပြု၍ (စား၍) နေကြကုန်အံ့။ (ခု၊ ၁၊ ၄၃)

သစ္စံ ဟဝေ သာဒုတရံ ရသာနံ

စင်စစ်အားဖြင့် အရသာတို့တွင် အကောင်းဆုံး အရသာသည် သစ္စာတရားတည်း။ (သံ၊ ၁။ ၃၉)

အညထာ သန္တမတ္တာနံ၊
အညထာ ယော ပဝေဒယေ။
နိကစ္စ ကိတဝဿေဝ၊
ဘုတ္တံ ထေယျေန တဿ တံ။

တရားမရပါဘဲလျက် မိမိကိုယ်ကို တရားရသည်ဟု လိမ်လည်ပြောသော ရဟန်းသည် သတ္တဝါတို့ကို လှည့်လည် သတ်ဖြတ်စားသော ငှက်မုဆိုးကဲ့သို့ ပြည်သူ့ ဆွမ်းကို ခိုးစားသည် မည်၏။ (ဝိ၊ ၁၊ ၁၁၆။ သံ၊ ၁။ ၂၂)

ကောဓော မဒေါ ထမ္ဘော ပစ္စုပဋ္ဌာပနာ၊
မာယာ ဥသူယာ ဘဿသမုဿယော စ။
မာနာတိမာနော စ အသဗ္ဘိ သန္ထဝေါ၊
ဧသာမဂန္ဓော နဟိ မံသဘောဇနံ။

အမျက်ထွက်ခြင်း၊ မာန်ယစ်ခြင်း၊ ခက်ထန်ခြင်း၊ ဆန့်ကျင်ဘက် ပြုလုပ်ခြင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ငြူစူခြင်း၊ ဝါကြွားပလွှား၍ ပြောဆိုခြင်း၊ အလွန်မာန်မူခြင်း၊ သူယုတ်မာတို့နှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံခြင်း ဟူသော ဤတရားများသည် အညှီအဟောက်တည်း၊ အသားဟူသော ဘောဇဉ်သည် အညှီအဟောက်မဟုတ်။ (သုတ္တနိ၊ ၃၁၆)

ဘောဇနေမှိ အမတ္တညူ၊ ဒုက္ခံ သော အဓိဂစ္ဆတိ။

အစားအသောက်၌ အတိုင်းအရှည် မသိလျှင် ဒုက္ခရောက်၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ၂၁၁)

ဘောဇနေမှိ စ မတ္တညူ၊ သုခံ သော အဓိဂစ္ဆတိ။

အစားအသောက်၌ အတိုင်းအရှည် သိလျှင် ချမ်းသာ၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ၂၁၂)

စွန့်လွှတ်ခြင်း

ဓနံ စဇေ အင်္ဂဝရဿဟေတု။

မြတ်သော ကိုယ်အင်္ဂါဟူသောအကြောင်းကြောင့် ဥစ္စာကိုစွန့်ရာ၏။

ဥစ္စာကိုစွန့်ရာ၏။

အင်္ဂံ စဇေ ဇီဝိတံ ရက္ခမာနော။

အသက်ကို စောင့်လိုသောသူသည် ကိုယ်အင်္ဂါကို စွန့်ရာ၏။ (ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁၊ ၄၄)

န တတ္ထ သန္တော ဝသန္တိ၊ အဝိသေသကရေ နရေ။

လူ၏ အရည်အချင်းအလိုက် ခွဲခြားမှု မပြုသော အရပ်ဒေသ နေရာဌာနတို့၌ သူတော်ကောင်း ပုဂ္ဂိုလ်များ မနေထိုင်အပ်။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၂၃၃)

ရှိသေတတ်မှ အရှိသေခံရ

ပရံ သက္ကတ္တာ သယမ္ပိ ပရေဟိ သက္ကတော ဟောတိ။

သူတစ်ပါးကိုမိမိကရှိသေလျှင်မိမိကိုလည်း သူတစ်ပါး က ရှိသေမည်။ (ကိုယ်က ရှိသေမှ သူက ရှိသေမည်။)

ပရေသု သဂါရဝေါ သယမ္ပိ ပရေဟိ ဂရုကော ဟောတိ။

သူတစ်ပါးတို့အပေါ်၌ ရှိသေမှုရှိသောသူသည် မိမိကိုလည်း သူတစ်ပါးတို့က ရှိသေမှုပြုကြ၏။

(ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၁၇)

ကောင်းမှုပြုမှ ကောင်းကျိုးရ

ဣမေ သတ္တာ ဗီဇာနုရူပံ ဖလံဝိယ ကမ္မာနုရူပံ ဝိပါကံ အနုဘောန္တိ။

စိုက်ပျိုးသော မျိုးစေ့အားလျော်စွာ အသီး သီးသကဲ့သို့ သတ္တဝါတို့သည် မိမိတို့ပြုလုပ်သော အလုပ် (ကံ)အားလျော်စွာ အကျိုးခံစားကြရသည်။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၁၄၉)

ယာနိ ကရောတိ ပုရိသော၊ တာနိ အတ္တနိ ပဿတိ။

ကောင်းမှု မကောင်းမှုပြုသော သူသည် ထိုကောင်းမှု မကောင်းမှု၏ အကျိုးကို မိမိကိုယ်မှာ တွေ့ရ၏။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၁၄၇)

ယာဒိသံ ဝပတေ ဗီဇံ၊ တာဒိသံ ဟရတေ ဖလံ။
ကလျာဏကာရီ ကလျာဏံ၊ ပါပကာရီ စ ပါပကံ။

မိမိစိုက်ပျိုးသော မျိုးစေ့နှင့်တူစွာ မိမိစိုက်သော အပင်မှာ အသီး သီးသကဲ့သို့ ကောင်းမှုပြုသူသည် ကောင်းကျိုးကို ခံစားရ၏။ မကောင်းမှုပြုသူသည် မကောင်းကျိုးကို ခံစားရ၏။

(အချိုပင်စိုက်လျှင် အချိုသီးစားရ၏၊ အချဉ်ပင် စိုက်လျှင် အချဉ်သီးစားရ၏။) (သံ၊ ၁၊ ၂၂၉)

အဘိဝါဒနသီလိဿ၊ နိစ္စံ ဝုဍ္ဎာပစာယိနော။
စတ္တာရော ဓမ္မာ ဝဍ္ဎန္တိ၊ အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

အသက်ဂုဏ်ဝါကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရိုရိုသေသေ ရှိခိုးသူအား အသက်ရှည်ခြင်း၊ အဆင်းလှခြင်း၊ ချမ်းသာကြီးခြင်း၊ ခွန်အားကြီးခြင်း အကျိုးလေးပါး တိုးပွား၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၂၉)

လောဘ

အနတ္ထဇနနော လောဘော။
လောဘသည် အကျိုးမဲ့ကို ပြုတတ်၏။
လောဘော စိတ္တပ္ပကောပနော။
လောဘသည် စိတ်ကို ပျက်စီးစေတတ်၏။

ပရပရိဂ္ဂဟိတဝတ္ထုမှိ ဥပ္ပန္နမာနော ဝိသမော၊
သူတပါးသိမ်းဆည်းထားသော (ပိုင်ဆိုင်သော) ဝတ္ထုပစ္စည်းအပေါ်၌ဖြစ်သော လောဘသည်သာ ဝိသမလောဘမည်၏။ (အံ၊ ၄၊ ၂၊ ၄၂)

အတ္တနာ ပရိဂ္ဂဟိတဝတ္ထုမှိ ပန ဥပ္ပန္နမာနော

သမလောဘော နာမ။

မိမိသိမ်းဆည်းထားသော(မိမိပိုင်သော)ဝတ္ထုပစ္စည်း အပေါ်၌ ဖြစ်သော လောဘသည် သမလောဘမည်၏။

(အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၁၄၂)

ဒေါသ

အနတ္ထဇနနော ကောဓော။

ဒေါသသည် အကျိုးမဲ့ကို ပြုတတ်၏။

ကောဓော စိတ္တပ္ပကောပနော။

ဒေါသသည် စိတ်ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏။

(ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၅၂)

ကောဓံ ဇဟေ ဝိပ္ပဇဟေယျ မာနံ။

အမျက်ဒေါသနှင့် မာန်မာနကို စွန့်ပါ။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၆)

အက္ကောဓေန ဇိနေ ကောဓံ။

အမျက်ထွက်သူကို အမျက်မထွက်ခြင်းဖြင့် အောင်နိုင်ရာ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၄၆)

လူမိုက်သဘာဝ

သုကရာနိ အသာဓူနိ၊ အတ္တနော အဟိတာနိ စ။
ယံ ဝေ ဟိတဉ္စ သာဓုဉ္စ၊ တံ ဝေ ပရမဒုက္ကရံ။

မကောင်းလည်းမကောင်း၊ မိမိအတွက် အကျိုးစီးပွားလည်းမရှိသော အမှုတို့ကို ပြုလွယ်ကုန်၏။ အပြစ်ကင်း၍ အကျိုးစီးပွားရှိသော အမှုကို အလွန်ပြုနိုင်ခဲ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၉၂)

ယာဝဒေဝ အနတ္ထာယ၊ ဉတ္တံ ဗာလဿ ဇာယတိ။

သူမိုက်၏အတတ်ပညာသည် သူမိုက်အား အကျိုးမဲ့ရန်သာ ဖြစ်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၃၂၆)

အထာပရာယံ အက္ခာတော၊ ဧကစက္ခု စ ပုဂ္ဂလော၊
ဓမ္မာဓမ္မေန သဌော သော၊ ဘောဂါနိ ပရိယေသတိ။

ကောက်ကျစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဓမ္မ, အဓမ္မဖြင့် စည်းစိမ် ဥစ္စာတို့ကို ရှာမှီး၏။ ဤပုဂ္ဂိုလ်ကို တစ်ဖက်အမြင်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်(တစ်ဖက်မြင်ပုဂ္ဂိုလ်)ဟု ဆိုအပ်၏။

(အံ၊ ၁၊ ၁၂၇)

သံဃာ့ညီညွတ်ရေး

အင်္ဂစ္ဆိန္နာ ပါဏဟရာ၊ ဂဝါဿဓနဟာရိနော၊
ရဋ္ဌံ ဝိလုမ္ပမာနာနံ၊ တေသမ္ပိ ဟောတိ သင်္ဂတိ၊
ကသ္မာတုမှာက နော သိယာ။

အမိအဖတို့၏အရိုးကဲ့ဖြတ်၍ အသက်ကိုသတ်ပြီးလျှင် နွား, ကျွဲ, ဆင်မြင်း ဥစ္စာကို ဆောင်လျက် တိုင်းနိုင်ငံကို လုယက်ဖျက်စီးသော ရန်သူတို့အားသော်မှလည်း စေ့စပ် ညီညွတ်ခြင်းသည် ဖြစ်နိုင်ရာသေး၏။ အဘယ်ကြောင့် သင်တို့အား အချင်းချင်း ညီညွတ်မှု မဖြစ်နိုင်ရာနည်း။ (ဝိ၊ ၃၊ ၄၉၆)

ယတ္ထ သမဂ္ဂါ နတ္ထိ၊ တတ္ထ ဝသိတုမ္ပိ န ကပ္ပတိ။

အကြင်အရပ်၌ ညီညွတ်မှုသည်မရှိ၊ ထိုအရပ်၌ နေခြင်းငှာလည်း အလိုမရှိရာ။ (အချင်းချင်း မညီညွတ်သော အရပ်၌ မနေအပ်။) (အံ၊ ၌၊ ၃၊ ၃၇၆)

သုခါ သံဃဿ သာမဂ္ဂီ၊
သမဂ္ဂါနဉ္စ အနုဂ္ဂဟော။
သမဂ္ဂရတော ဓမ္မဋ္ဌော၊
ယောဂက္ခေမာ န ဓံသတိ။
သံဃံ သမဂ္ဂံ ကတွာန၊
ကပ္ပံ သဂ္ဂမှိ မောဒတိ။

သံဃာ၏ ညီညွတ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ ညီညွတ်သော ရဟန်းတို့ကို ချီးမြှောက်တတ်သော၊ ညီညွတ်ခြင်း၌ မွေ့လျော်သော တရား၌တည်သောရဟန်းသည် ယောဂ၏

ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်မှ မဆုတ်ယုတ်၊ သံဃာကိုညီညွတ်အောင် ပြုသောကြောင့် တကမ္ဘာပတ်လုံး နယ်ပြည်၌ မွေ့လျော်ရ၏။

(ဝိ၊ ၃၊ ၃၆၉)

သုခေါ ဗုဒ္ဓါနမုပ္ပါဒေါ၊ သုခါ သဒ္ဓမ္မဒေသနာ။
သုခါ သံဃဿ သာမဂ္ဂီ၊ သမဂ္ဂါနံ တပေါ သုခေါ။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်တော်မူလာခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ သူတော်ကောင်းတရားကို နာကြားရခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ သံဃာတော်၏ ညီညွတ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏၊ စိတ်ဓါတ်ညီညွတ်သော သံဃာ၏ အကျင့်သည် ချမ်းသာ၏။

(ဓမ္မ၊ ၄၂)

အာပါယိကော နေရယိကော၊
ကပ္ပဋ္ဌော သံဃဘေဒကော။
ဝဂ္ဂရတော အဓမ္မဋ္ဌော၊
ယောဂက္ခေမာ ပဓံသတိ။
သံဃံ သမဂ္ဂံ ဘိန္ဒိတွာ၊
ကပ္ပံ နိရယမှိ ပစ္စတိ။

သံဃာကိုသင်းခွဲသော၊ သံဃာကွဲခြင်း၌ မွေ့လျော်သော၊ မတရားအမှု၌ တည်သောရဟန်းသည် ယောဂ၏ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်မှ ဆုတ်ယုတ်၏။ အပါယ်ငရဲကျရောက်လတ္တံ့၊ ညီညွတ်သောသံဃာကို ခွဲသောကြောင့် တကမ္ဘာပတ်လုံး ငရဲ၌ ကျက်ရာ၏။ (ဝိ၊ ၃၊ ၃၆၉)

ဝိဝါဒေန ကိသာ ဟောန္တိ၊ ဝိဝါဒေန ဓနက္ခယာ။

ငြင်းခုံခြင်းကြောင့် ကြံလိုပိန်ချုံး၏၊ ငြင်းခုံခြင်းကြောင့် ဥစ္စာပစ္စည်း ပျက်ပြုန်း ဆုံးရှုံးရတတ်သည်။

(ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၃၁၆)

မိဘ

မာတာ နာမ မဟာ ဂုဏာ။

မိခင်မည်သည် ကျေးဇူးဂုဏ် ကြီးမားသူဖြစ်၏။

(ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၃၂၂)

မာတာပိတူနံ ဒေဝသိကံ သက္ကာရော ကာတဗ္ဗော။

မိဘနှစ်ပါးတို့အား နေ့စဉ်လုပ်ကျွေးပူဇော်မှု ပြုရမည်။

(အံ၊ ၄၊ ၃၊ ၁၉)

ဗဟူပကာရာ ဘိက္ခဝေ မာတာပိတရော ပုတ္တာနံ အာပါဒကာ ပေါသကာ ဣမဿ လောကဿ ဒဿေတာရော။

ရဟန်းတို့...အမိအဖတို့သည် သားသမီးတို့အား များစွာ ကျေးဇူးရှိကုန်၏။ အသက်ကို စောင့်ရှောက်တတ်ကုန်၏။ ကျွေးမွေးတတ်ကုန်၏။ ဤလောကကို (လောကရေးရာ အဖြာဖြာကို) ညွှန်ပြတတ်ကုန်၏။

(အံ၊ ၁၊ ၁၃၁၊ ၃၈၂)

ပဥ္စ ဌာနာနိ သမ္ပဿံ၊ ပုတ္တံ ဣစ္ဆန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

ပညာရှိသော မိဘတို့သည် သားသမီးတို့က စောင့်ရှောက်မည့် ကျင့်ဝတ်ငါးပါးတို့ကို ကောင်းစွာ မြော်မြင်ကုန်သည်ဖြစ်၍ သားရတနာ၊ သမီးရတနာကို အလိုရှိကြသည်။

ဘရန္တိ မာတာပိတရော၊ ပုဗ္ဗေ ကတမနုဿရံ။

ကရောန္တိ နေသံ ကိစ္စာနိ၊ ယထာ တံ ပုဗ္ဗကာရိနံ။

ပညာရှိသော (လိမ္မာသော) သားသမီးတို့သည် ရှေးက မိမိတို့အပေါ် ပြုခဲ့ဖူးသော ကျေးဇူးတရားကို အောက်မေ့လျက် မိဘတို့ကို ပြုစုလုပ်ကျွေးကြကုန်၏။

ရှေး မိမိတို့ ငယ်စဉ်ကာလ ကိစ္စကြီးငယ်ကို ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြသကဲ့သို့ ထိုမိဘတို့၏ ကိစ္စကြီးငယ်တို့ကို ပြုလုပ်ပေးကြကုန်၏။ (အံ၊ ၂၊ ၃၇)

အမာတာပိတရ သံဝဍ္ဎော၊ အနာမဝေရကုလေ ဝသံ။

မိကောင်းဖခင်တို့၏ အဆုံးအမကို မနာယူဘဲ ကြီးပြင်းလာသူ၊ ဆရာသမားကောင်းတို့ထံ၌ အဆုံးအမခံ၍ မနေဖူးသူများသည် လေလွင့် ပျက်စီး၍ ကြီးပွားတိုးတက်ခြင်း မရှိနိုင်ပေ။ (ဇာ၊ ၁၊ ၂၈)

စီးပွားရေး

အပ္ပကေနပိ မေဓာဝီ၊ ပါဘတေန ဝိစက္ခဏော။
သမုဋ္ဌာပေတိ အတ္တာနံ၊ အဏုံ အဂ္ဂိံဝ သန္ဓမံ။

သေးငယ်သော မီးပွားကို တဖူးဖူးမှုတ်လျှင် မီးတောက်မီးပုံကြီး ဖြစ်လာနိုင်သကဲ့သို့ ကုန်သွယ်မှုကျွမ်းကျင်သူသည် အနည်းငယ်သော အရင်းအနှီးဖြင့်လည်း ကြီးပွား တိုးတက်နိုင်သည်။ (ကြွက်သေတစ်ခု အရင်းပြု) (ဇာ၊ ၁၊ ၂)

စတုဓာ ဝိဘဇေ ဘောဂေ၊ ပဏ္ဍိတော ဃရမာဝသံ၊
ဧကေန ဘောဂံ ဘုဉ္ဇေယျ၊ ဒွီဟိ ကမ္မံ ပယောဇယေ။
စတုတ္ထဉ္စ နိဓာပေယျ၊ အာပဒါသု ဘဝိဿတိ။

အိမ်ရာတည်ထောင်သော ပညာရှိသည် ဥစ္စာတို့ကို လေးပုံပုံ၍ တစ်ပုံကို သုံးဆောင်၊ နှစ်ပုံဖြင့် စီးပွားရေးလုပ်၊ စတုတ္ထတစ်ပုံကို ဘေးရန်အဖျက်အဆီးကြုံသည့်အခါ သုံးစွဲရန် အပ်နှံသိမ်းဆည်းထားရမည်။(ဒီ၊ ၃၊ ၁၅၃၊ ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၂၀၇)

သမ္ပဒါတရား ၄–ပါး

ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ အာရက္ခသမ္ပဒါ၊
ကလျာဏမိတ္တတာ သမဇီဝိတာ။

ကြိုးစားအားထုတ်မှု လုံ့လဝီရိယနှင့် ပြည့်စုံခြင်း။
အစောင့်အရှောက်နှင့် ပြည်စုံခြင်း။
မိတ်ကောင်းဆွေကောင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း။
တရားမျှတစွာ အသက်မွေးခြင်း။ (အံ၊ ၂၊ ၁၀၇)

စီးပွားရှာနည်း

နာဠမ္ဗတ္ထော နာပိသုဓော၊ နာနဋ္ဌော နာကုတူဟလော။
မူဠ္ဌေသု လဘတေ လာဘံ၊ ဧသာ တေ အနုသာသနီ။

မရူးသော်လည်း ရူးသကဲ့သို့ ပြုကျင့်ရာ၏။ (တစ်ဖက်သားက မိမိကိုပြောဆို ငေါက်ငမ်းရာ၌ ရူးသလို ပေါသလို မသိဟန်ဆောင် နေရမည်။) ကုန်းချောစကား မပါသော်လည်း ကုန်းချောစကားကဲ့သို့ ပြောဆိုရာ၏။ (တစ်ဖက်သား မကောင်းသတင်းကို အထက်လူကြီးထံ လက်ဦးအောင် သတင်းပို့တတ်ရမည်။) ကချေသည်မဟုတ်သော်လည်း ကချေသည်ကဲ့သို့ ပြောဆိုရာ၏။ (မျက်နှာထိ မျက်နှာထား အမျိုးမျိုး ပြောင်းလဲ၍ မှင်နှင့် မောင်းနှင့် ပြောဆိုတတ်ရမည်။) စကားအဆန်း မဟုတ်သော်လည်း စကားအဆန်းကဲ့သို့ ပြောဆိုရာ၏။ (စကားထူး စကားဆန်း ပြောတတ်ရမည်၊ ကောလာဟလသတင်း လုပ်တတ်ရမည်) ဤသို့ ပြုမူလျှင် လူဖျင်း လူညံ့ လူနုံလောက၌ ပစ္စည်းဥစ္စာ ဆုလာဘ်များ ရနိုင်သည်။ ဤကား မကောင်းသော စီးပွားရှာနည်း ဖြစ်သည်။ (ဇာ၊ ၁၊ ၈၆)

အပိ အတရမာနာနံ၊ ဖလာသာဝ သမိဇ္ဈတိ။

အလျင်စလိုမပြုဘဲ စဉ်းစဉ်းစားစား ဆင်ခြင်တုံတရား ရှိသူတို့မှာ တောင့်တသောအကျိုးများ ပြည့်စုံနိုင်သည်။ (ဇာ၊ ၁၊ ၃)

အာသိသေဝ တုဝံ ရာဇ၊ အာသာ ဖလဝတီ သုခါ။

တောင့်တမှုရှိရမည်၊ တောင့်တချက်အတိုင်း အောင်မြင်လာသောအခါ စိတ်ချမ်းသာမည်။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၃၆)

ပဉ္စ သမ္ပဒါ ဉာတိသမ္ပဒါ ဘောဂသမ္ပဒါ
အရောဂသမ္ပဒါ သီလသမ္ပဒါ ဒိဋ္ဌိသမ္ပဒါ။

ပြည့်စုံခြင်းတို့သည် ဆွေမျိုးတို့၏ ပြည့်စုံခြင်း၊ စည်းစိမ်တို့၏ ပြည့်စုံခြင်း၊ အနာမဲ့ခြင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊ သီလ၏ ပြည့်စုံခြင်း၊ အယူ၏ ပြည့်စုံခြင်းအားဖြင့် ငါးမျိုးတည်း။ (ဝိ၊ ၅၊ ၂၃၀)

အဓမ္မလဒ္ဓံ ပန သဟဿဂ္ဃနကမ္ပိ ဓိဂုစ္ဆနီယမေဝ။

မတရားရထားသော ပစ္စည်းသည် အဖိုးတစ်ထောင်ထိုက်သော်လည်း စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာသာဖြစ်၏။ (မတရားရသောပစ္စည်း တန်ဖိုးမရှိ) (ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၇၉)

န ဣစ္ဆေယျ အဓမ္မေန သမိဒ္ဓိ မတ္တနော။
မတရားသောနည်းဖြင့် မိမိ၏ ပြည့်စုံကြွယ်ဝမှုကို အလိုမရှိရာ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၂၄)

လုံ့လဝီရိယ

ယော ပုဗ္ဗေ ကရဏီယာနိ၊ ပစ္ဆာ သော ကာတုမိစ္ဆတိ။
ဝရုဏကဋ္ဌ ဘဉ္ဇောဝ၊ သ ပစ္ဆာ အနုတပ္ပတိ။

ရှေးဦးစွာပြုရမည့်အမှုကိစ္စမျိုးကို အချိန်နောက်ကျမှ ပြုလုပ်လျှင် ခံတက်ပင်ကို ထင်းချိုးသောလုလင်ကဲ့သို့ စိုးရိမ် သောက ပူပန်ရတတ်သည်။ (အချိန်ဆွဲ၊ အကျိုးနည်း)
(ဇာ၊ ၁၊ ၁၇)

နာစိန္တယန္တော ပုရိသော၊ ဝိသေသ မဓိဂစ္ဆတိ။

ကြံစည်တွေးတောခြင်းမရှိသောသူသည် ပြဿနာမှ လွတ်မြောက်ခြင်း အကျိုးထူးကို မရနိုင်ပေ။
(ဇာ၊ ၁၊ ၂၇)

ဝါယမေထေဝ ပုရိသော၊ န နိဗ္ဗိန္ဒေယျ ပဏ္ဍိတော။

ပညာရှိယောကျာ်းသည် လုလ္လကြိုးကုတ် အားထုတ် ရာ၏။ လုလ္လကြိုးကုတ် အားထုတ်ခြင်း၌ မငြီးငွေ့ မပျင်းရိရာ။
(ဇာ၊ ၁။ ၁၃)

အာရမ္ဘထ နိက္ကမထ၊ ယုဉ္ဇထ ဗုဒ္ဓသာသနေ၊
ဓုနာထ မစ္စုနောသေနံ၊ နဠာဂါရံဝ ကုဉ္ဇရော။

ဗုဒ္ဓသာသနာတော်၌ ကြိုးစား အားထုတ်ကြ၊ ထွက်မြောက်ကြောင်း လုံ့လကိုပြုကြ၊ ဘာဝနာနှင့် ယှဉ်သော လုံ့လကို ကြိုးပမ်းကြ၊ ဆင်ပြောင်ကြီးသည် ကျူတဲအိမ်ကို ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့ သေမင်း၏စစ်တပ်ကို ချေဖျက်ကြ။
(သံ၊ ၁။ ၁၅၈)

ဝီရိယဝတော ဟိ အစိန္တိတမ္ပိ ဟောတိ။

အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် ဝီရိယရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်အား ကြံစည်မထားသော အလုပ်ကိစ္စသည်ပင် ဖြစ်ထွန်းအောင်မြင်လာရသည်။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၆၊ ၅၄)

ပုရိသကာရော နာမ န နဿတိ။

ယောကျာ်းတို့၏ လုံ့လဟူသည် ပျက်စီးသွားသည် မရှိချေ။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၆၊ ၄၄)

အာပဒါသု ဘိက္ခဝေ ထာမော ဝေဒိတဗ္ဗော။

ရဟန်းတို့ ဘေးရန်နှင့် ရင်ဆိုင်ချိန်၌ ယောကျာ်းတို့၏ အစွမ်းအစကို သိနိုင်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၅၀၇)

အမျိုးသမီးသဘာဝ

ယံ ဣတ္ထီ ရာဇာ အဿ စက္ကဝတ္တိ၊
နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ၊
မိန်းမသည် စကြဝတေးမင်းမဖြစ်နိုင်။

ယံ ဣတ္ထီ သက္ကတ္တံ ကရေယျ၊
နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ၊
မိန်းမသည် သိကြားမင်း မဖြစ်နိုင်။

ယံ ဣတ္ထီ မာရတ္တံ ကရေယျ၊
နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။
မိန်းမသည် မာရ်နတ်မင်း မဖြစ်နိုင်။

ယံ ဣတ္ထီ အရဟံ အဿ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊
နေတံ ဌာနံ ဝိဇ္ဇတိ။
မိန်းမသည် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဘုရားမဖြစ်နိုင်။

(အံ၊ ၁၊ ၃၀)

ဣတ္ထီ မလံ ဗြဟ္မစရိယဿ။
မြတ်သော အကျင့်၏ အညစ်အကြေးသည် မိန်းမတည်း။ (သံ၊ ၁၊ ၃၅)

ဘဇ္ဇော အာနန္ဒ မာတုဂါမော တထာဂတပ္ပဝေ
ဒိတေ ဓမ္မဝိနယေ အဂါရသ္မာ အနာဂါရိယံ
ပဗ္ဗဇိတွာ သောတာပတ္တိဖလမ္ပိ သကဒါဂါမိဖလမ္ပိ
အနာဂါမိ ဖလမ္ပိ အရဟတ္တဖလမ္ပိ သစ္ဆိကာတုံ။

အာနန္ဒာ မာတုဂါမသည် ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းပြု၍ သောတာပတ္တိဖိုလ်၊ သကဒါဂါမိဖိုလ်၊ အနာဂါမိဖိုလ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းငှါ ထိုက်တန်ပါ၏။
(ဝိ၊ ၄၊ ၄၄၃၊ ၄၄၄။)

သမဏာ နာမ ဘဂနိမ္ပိ အာဒါယ န စရန္တိ။
ရဟန်းတို့မည်သည် နှမကိုပင်ခေါ်၍ မသွားလာကြချေ။
(ဇာ၊ ၃၊ ၆၊ ၈၀)

ထီနံ ဘာဝေါ ပုရာဏာနော၊ မစ္ဆသေ ဝေါ’ဒကေ ဂတံ။

ရေထဲ၌ ငါး၏သွားလာလှုပ်ရှားပုံကို မသိမမြင်နိုင်သလို မိန်းမတို့၏ သဘောကိုလည်း သိမြင်နိုင်ခဲသည်။
(ဇာ၊ ၁၊ ၁၅)

ဓိရတ္ထု တံ ဓနပဒံ၊ ယတ္ထိတ္ထီ ပရိဏာယိကာ။
တေ စာပိ ဓိက္ကိတာ သတ္တာ၊ ယေ ဣတ္ထီနံ ဝသံ ဂတာ။

မိန်းမအုပ်စိုးသော တိုင်းပြည်သည် ကဲ့ရဲ့ဖွယ်ရာဖြစ်၍ မိန်းမအလိုသို့ လိုက်ပါသူတို့ကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချအပ်သည်။ (ဇာ၊ ၁၊ ၄)

မာတုဂါမော နာမေသ အသဒ္ဓော အကတညုူ။

မာတုဂါမတို့မည်သည် သူတော်ကောင်းမဟုတ်။ သူ့ကျေးဇူးကို မသိတတ်ကြပေ။

ဂိလိတွာ ကုစ္ဆိနာ ပရိဟရန္တာပိ မာတုဂါမံ ရက္ခိတုံ နာသက္ခိံသု။

မာတုဂါမကို ပါးစပ်ဖြင့်မျို၍ ဝမ်းဗိုက်အတွင်းမှာ ထားပြီး စောင့်ရှောက်သော်လည်း လုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်၍ မရနိုင်ပေ။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၅၀၁)

န ဟိ သဗ္ဗေသု ဌာနေသု၊ ပုရိသော ဟောတိ ပဏ္ဍိတော။
ဣတ္ထီပိ ပဏ္ဍိတာ ဟောတိ၊ တတ္ထ တတ္ထ ဝိစက္ခဏာ။
လဟုံ အတ္ထံ ဝိစိန္တိကာ။

နေရာတိုင်း၌ ယောကျ်ားများသာ ပညာရှိသည်မဟုတ်၊ မိန်းမများလည်း ထိုထိုအရာတို့၌ ထိုးထွင်း သိမြင်နိုင်သော ပညာ၊ အကြောင်းအကျိုး အကောင်းအဆိုးကို လျင်မြန်ဖြတ်လတ် တွေးခေါ်ကြံစည်တတ်သော ပညာရှိကြသည်။
(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၄၁၆)

ဗလံ စန္ဒော ဗလံ သူရိယော၊ ဗလံ သမဏဗြာဟ္မဏာ။
ဗလံ ဝေလာ သမုဒ္ဒဿ၊ ဗလာတိဗလ မိတ္ထိယော။

လ, နေ, ရဟန်း, ပုဏ္ဏား, သမုဒ္ဒရာကမ်းတို့၏ အားအစွမ်းသည် ရှိ၏။ ယင်းအားအစွမ်းများထက် မိန်းမတို့၏ အားအစွမ်းက ပို၍ ထက်သည်။

(ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၄၉၂)

အမ္ဗကာသဠရီ ပုရိသကရဝိတံ ရဝိဿာမိတိ
အမ္ဗကာသဠရီရဝိတံယေဝ ရဝတိ။

ကြက်မငယ်သည် ကြက်ဖသံတွန်မည်ဟု တွန်သော်လည်း ကြက်မသံသာ ထွက်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၈၈)

ကလျာဏီတိ ဆဝိမံသကေသနှာရုအဋ္ဌိနံ ဝသေန ပဉ္စဝိဓေန ကလျာဏေန သမန္နာဂတာ။

အဆင်းကောင်းသူဆိုသည်မှာ အသား၊ အရေ၊ ဆံပင်၊ အကြော၊ အရိုး၏ ပြည့်စုံမှုအစွမ်းဖြင့် ငါးပါးသော ကောင်းခြင်းဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံသူဖြစ်၏။

(ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၃၀၈)

မရောင်းရဲမှု(၁၆)မျိုး

၁။ သာဂရော သဗ္ဗသဝန္တီဟိ န တပ္ပတိ။
သမုဒ္ဒရာသည်မြစ်အားလုံးတို့မှ စီးဝင်သောရေတို့ဖြင့် မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၂။ အဂ္ဂိ ဥပါဒါနေန နတပ္ပတိ။
မီးသည် လောင်းစာရရှိမှု၌ မရောင့်ရဲမတင်းတိမ်နိုင်။

၃။ ရာဇာ ရဋ္ဌေန န တပ္ပတိ။
မင်းသည် တိုင်းပြည်နိုင်ငံသိမ်းပိုက်ရယူခြင်း၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၄။ ဗာလော ပါပေန န တပ္ပတိ။
လူမိုက်သည် မကောင်းမှုပြုခြင်း၌ မရောင့်ရဲမတင်း တိမ်နိုင်။

၅။ ဣတ္ထီ မေထုနဓမ္မေန အလင်္ကာရေန ဝိဇာယနေနာတိ ဣမေဟိ တီဟိ န တပ္ပတိ။
မိန်းမတို့သည် မေထုန်မှီဝဲခြင်း၊ ဝတ်စားဆင်ယင် အလှပြင်ခြင်း၊ သားဖွားခြင်း၊ ဤသုံးမျိုးတို့၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၆။ ဗြဟ္မဏော မန္တေဟိ န တပ္ပတိ။
ပုဏ္ဏားသည် မန္တန်သင်ယူခြင်း၌ မရောင်းရဲ မတင်း တိမ်းနိုင်။

၇။ ဈာယီ ဝိဟာရသမာပတ္တိယာ န တပ္ပတိ။
ဈာန်ရသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဈာန်သမာပတ်ဝင်စားခြင်း၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်းနိုင်။

၈။ သေက္ခော အပစယေန န တပ္ပတိ။
သောတာပန်စသော သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်သည် နိဗ္ဗာန်ရရန် ကျင့်ကြံဆည်းပူးခြင်း၌ မရောင့်ရဲမတင်းတိမ်နိုင်။

၉။ အပ္ပိစ္ဆော စုတင်္ဂုဏေန န တပ္ပတိ။
အလိုနည်းသောပုဂ္ဂိုလ်သည် စုတင်အကျင့်၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၁၀။ အာရဒ္ဓဝီရိယော ဝီရိယာရမ္ဘေန န တပ္ပတိ။
လုံ့လဝီရိယ ရှိသူသည် ကြိုးစား အားထုတ်ခြင်း၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၁၁။ ဓမ္မကထိကော သာကစ္ဆာယ န တပ္ပတိ။
တရားဟောပုဂ္ဂိုလ်သည် တရားဆွေးနွေးခြင်း(တရားဟောခြင်း)၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၁၂။ ဝိသာရဒေါ ပရိသာယ န တပ္ပတိ။
ပညာရဲရင့်သူသည် ပရိသတ်များပြားခြင်း၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၁၃။ သဒ္ဓေါ သံဃုပဋ္ဌာနေန န တပ္ပတိ။
သဒ္ဓါတရားရှိသူသည် သံဃာကို ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်း၌ မရောင့်ရဲမတင်းတိမ်နိုင်။

၁၄။ ဒါယကော ပရိစ္စာဂေန န တပ္ပတိ။
အလှူဒါယကာသည် ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ လှူဒါန်းခြင်း၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၁၅။ ပဏ္ဍိတော ဓမ္မဿဝနေန န တပ္ပတိ။
အသိဉာဏ်ပညာရှိသူသည် သူတော်ကောင်းတရားနာကြားခြင်း၌ မရောင့်ရဲ မတင်းတိမ်နိုင်။

၁၆။ စတသော ပရိသာ တထာဂတဒဿနေန န တပ္ပန္တိ။
ပရိသတ်လေးပါးတို့သည် ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်အား ဖူးမြော်ရာ၌ မရောင့်ရဲမတင်းတိမ်နိုင်ကုန်။(ဇာ၊ ၄၁၊ ခု၊ ၃၂၂)

ယံ လဒ္ဓံ တေန တုဋ္ဌဗ္ဗံ၊
အတိလောဘော ဟိ ပါပကော။
ရသမျှဖြင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နိုင်ရမည်။ အလွန်လောဘကြီးသော ဝိသမလောဘပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် ယုတ်ညံ့သူဖြစ်၏။ (ဇာ၊ ၁၊ ၃၂)

မဟိစ္ဆတာ ဘိက္ခဝေ မဟတော အနတ္ထာယ သံဝတ္တတိ၊
ရဟန်းတို့ အလိုကြီးခြင်းသည် များစွာသော အကျိုးမဲ့ခြင်းငှာ ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၄)

အသန္တုဋ္ဌိတာ ဘိက္ခဝေ မဟတော အနတ္ထာယ သံဝတ္တတိ။
ရဟန်းတို့ မတင်းတိမ်မရောင့်ရဲခြင်းသည် များစွာသော အကျိုးမဲ့ခြင်းငှာ ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၅)

အညာ ဟိ လာဘူပနိသာ၊ အညာ နိဗ္ဗာန ဂါမိနီ။
လာဘ်လာဘပေါ်များအောင်ကျင့်သောအကျင့်ကားတခြားတပါး၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်ကား၊ အခြားတပါး ဖြစ်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၂၄)

ပညာ

မန္တာဝယ သမန္တာဂတော ပညဝါ ဥပါယကုသလော။

ညှိနှိုင်းတိုင်ပင်မှုနှင့် ပြည့်ဝသော ပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်သည် အကြောင်းဥပါယ်၌ ကျွမ်းကျင်လိမ္မာပေ၏။

(ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၂၉၆)

ပညဝန္တံ သိရိမာ နာမ နာတိက္ကမတိ။

ပညာရှိသောသူကို ဘုန်းကျက်သရေတို့မည်သည် မကျော်လွန်နိုင်ချေ။ (ပညာရှိသောသူသည် ဘုန်းကျက်သရေနှင့်ပြည့်စုံ၏။)

(ဇာ၊ ၄၊ ၆၊ ၁၉၉)

ကရုဏာယ လောကနာထတာ၊
ပညာယ အတ္တနာထတာ။

ကရုဏာတရားဖြင့် လောကလူအပေါင်း၏ ကိုးစားရာဖြစ်ခြင်းသဘောရှိ၏။ ပညာတရားဖြင့် မိမိ၏ ကိုးစားရာဖြစ်ခြင်း သဘောရှိ၏။

ကရုဏာယ ပရံ ရက္ခန္တော အတ္တာနံ ရက္ခတိ။

သနားကြင်နာခြင်းဖြင့် သူတပါးကို စောင့်ရှောက်သူသည် မိမိကိုလည်း စောင့်ရှောက်ရာရောက်၏။

ပညာယ အတ္တာနံ ရက္ခန္တော ပရံ ရက္ခတိ။

ပညာတရားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်သူသည် သူတပါးကိုလည်း စောင့်ရှောက်ရာရောက်၏။

(ဣတိဝုတ်၊ ၄၊ ၁၄)

သဒ္ဓါ ပညာနံ သမာဓိဝီရိယာနဉ္စ သမတံ ပသံသန္တိ၊

သဒ္ဓါနှင့်ပညာ၊ ဝီရိယနှင့်သမာဓိတို့ ညီမျှခြင်းကို ချီးမွမ်းကုန်၏။ (အံ၊ ၄၊ ၁၊ ၃၉၁)

အပ္ပဿုတဿ ဗာဟုသစ္စကထာ ဒုက္ကထာ။

ဗဟုသုတနည်းပါးသူအတွက် ဗဟုသုတနှင့်စပ်သော စကားသည် မကောင်းသောစကားဖြစ်၏။

(အံ၊ ၂၊ ၁၅၉)

အနင်္ဂဏဿ ပေါသဿ၊ နိစ္စံ သုစိဂဝေသိနော။
ဝါလဂ္ဂမတ္တံ ပါပဿ၊ အဗ္ဘာမတ္တံဝ ခါယတိ။

အပြစ်ကြောက်၍ အမြဲတန်း စင်ကြယ်လိုသောသူသည် သားမြီးဖျားမျှသော မကောင်းမှုကို ကြီးမားသော တိမ်တိုက်လောက် ထင်တတ်သည်။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၉၀)

စစ်ပွဲကြီးမှ သူရဲကောင်းတမ်းတ

ဥက္ကဋ္ဌေ သူရမိစ္ဆန္တိ၊ မန္တီသု အကုတူဟလံ။
ပိယဉ္စ အန္နပါနမှိ၊ အတ္ထေ ဇာတေ စ ပဏ္ဍိတံ။

နှစ်ဖက်ရင်ဆိုင် စစ်ထိုးရာ၌ ရဲရင့်သူကို အလိုရှိကုန်၏။ လျှို့ဝှက်စကားပြောကြားတိုင်ပင်ရာ၌ နှုတ်လုံသူကို အလိုရှိကုန်၏။ စားကောင်းသောက်ဖွယ် စားသောက်ရာ၌ ချစ်သူကို သတိရကုန်၏။ နက်နဲသော ပြဿနာကို မေးဖြေလိုရာ၌ ပညာရှိကို အလိုရှိကုန်၏။ (ဇာ၊ ၁၊ ၂၂)

ယံ ဟိ ကယိရာ တံ ဟိ ဝဒေ၊
ယံ န ကယိရာ န တံ ဝဒေ။
အကရောန္တံ ဘာသမာနံ၊ ပရိဇာနန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

မိမိပြုလုပ်သည်ကိုသာ ပြောဆိုရာ၏။ မိမိ မပြုလုပ်သည်ကို မပြောဆိုရာ၊ မလုပ်ဘဲ လုပ်ပါသည်ဟု ပြောဆိုသောသူကို ပညာရှိတို့ သိကုန်၏။

(လုပ်သည်ကိုသာ ပြော၊ မလုပ်ဘဲ မပြောနှင့်)

(သံ။ ၁။ ၂၂)

နိမိနံ ဝ ပဝတ္တာရံ၊ ယံ ပဿေ ဝဇ္ဇဒဿိနံ။
နိဂ္ဂယှဝါဒိံ မေဓာဝိံ၊ တာဒိသံ ပဏ္ဍိတံ ဘဇေ။
တာဒိသံ ဘဇမာနဿ၊
သေယျော ဟောတိ န ပါပိယော။

အပြစ်ပြ၍ နှိပ်ချဆုံးမလာသော ပညာရှိကို မြှုပ်ထားသော ရွှေအိုးကို ပြောကြားလာသူကဲ့သို့ ရှုမြင်ထင်မှတ်၍ ဆည်းကပ်ရာ၏။ ပညာရှိကို ဆည်းကပ်သူသည် မြတ်၏။ မယုတ်ညံ့ပေ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၂၄)

ယောက်ျားအာဇာနည်

ဒုလ္လဘော ပုရိသာဇညော၊ န သော သဗ္ဗတ္ထ ဇာယတိ။
ယတ္ထ သော ဇာယတိ ဓီရော၊ တံ ကုလံ သုခမေဓတိ။

ယောက်ျား အာဇာနည်သည် နေရာတိုင်းမှာ မဖြစ်ပေါ်နိုင်။ ယောက်ျားအာဇာနည် ထွန်းကားသော တိုင်းနိုင်ငံသည် ကြီးပွားချမ်းသာ၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၂)

န တေန ပဏ္ဍိတော ဟောတိ၊
ယာဝတာ ဗဟု ဘာသတိ။

စကားများများ ပြောကာမျှဖြင့် ပညာရှိ မဖြစ်နိုင်။
(ဓမ္မပဒ၊ ၅၀)

သပ္ပါယော ဂါမနိဂမော သေဝိတဗ္ဗော၊
အသပ္ပါယော န သေဝိတဗ္ဗော။

မိမိနှင့် သင့်လျော်သော ရွာနိဂုံး၌ အမြဲနေရမည်။ မိမိနှင့် မသင့်လျော်သော ရွာနိဂုံး၌ အမြဲမနေအပ်။
(အံ၊ ၃၊ ၃၊ ၄၇)

သံဝရဝိနယ ပဟာနဝိနယ သန္နိဿိတံ ကတွာ
ဝဒတီတိ ဝိနယဝါဒီ။

စောင့်စည်းရမည့်တရား၊ ရှောင်ကြဉ်ရမည့် တရားများအား လိုလားမှုပြု၍ ပြောဆိုသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် ဝိနယဝါဒီပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၉)

နဝလောကုတ္တရဓမ္မသန္နိဿိတံ ကတွာ ဝဒတီတိ
ဓမ္မဝါဒီ။

ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်သော လောကုတ္တရာတရားကိုးပါးကို လိုလားမှုပြု၍ ပြောဆိုသောပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် ဓမ္မဝါဒီပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်၏။ (အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၃၇၆)

ရန်အောင်မြင်ကြောင်းငါးပါး

ဇပ္ပေန မန္တေန သုဘာသိတေန၊
အနုပ္ပဒါနေန ပဝေဏိယာ ဝါ။
ယထာ ယထာ ယတ္ထ လဘေထ အတ္ထံ၊
တထာ တထာ တတ္ထ ပရက္ကမေယျ။

ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ချီးမွမ်းသဖြင့်ဖြစ်စေ၊ တန်ခိုးရှိသော မန္တန်ကို ရွတ်ဆို သရဇ္ဈာယ်သဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ကောင်းမွန်စွာ ချစ်ဖွယ် ပြောဆို၍ဖြစ်စေ၊ တံစိုးလက်ဆောင် ပေးသဖြင့်

ဖြစ်စေ၊ မျိုးရိုးစဉ်ဆက်ကို ပြုသခြင်း၊ ဆွေမျိုးဆက်စပ်ခြင်း ဖြင့်ဖြစ်စေ အကျိုးရနိုင်သမျှ အရာ၌ အားထုတ်ကြိုးစားရာ၏။

(အံ၊ ၂၊ ၅၀)

ကြီးသုံးကြီး

ရာဟုဂ္ဂံ အတ္တဘာဝီနံ၊ မန္ဓာတာ ကာမဘောဂီနံ။
မာရော အာဓိပတေယျာနံ၊ ဣဒ္ဓိယာ ယသသာ ဇလံ။

အတ္တဘောနှင့် ပြည့်စုံသူတို့တွင် ရာဟု အသူရိန်သည် အလွန်ကဲဆုံး ဖြစ်သည်။

ကာမဂုဏ်ခံစားသူတို့တွင် မန္ဓာတ်မင်းသည် အလွန် ကဲဆုံး ဖြစ်၏။

တန်ခိုးအခြံအရံ ထွန်းတောက်ပ၍ စိုးပိုင်မှု ပြုကုန်သော သူတို့တွင် မာရ်နတ်သည် အထွတ်အထိပ် ဖြစ်၏။

(အံ၊ ၁၊ ၃၂၄)

စိတ်စွမ်းအား

စိတ္တေန ခေါ ဘိက္ခု လောကော နီယတိ၊ စိတ္တေန ပရိကဿတိ၊ စိတ္တဿ ဥပ္ပန္နဿ ဝသံ ဂစ္ဆတိ။

စိတ်သည် လောကကို ဆောင်၏။ စိတ်သည် လောကကို ဆွဲငင်၏။ လောကသည် ဖြစ်ပေါ်နေသော စိတ်၏အလိုသို့ လိုက်ပါနေရ၏။ (အံ၊ ၁၊ ၄၉၇)

ပဘဿရမိဒံ ဘိက္ခဝေ စိတ္တံ၊ တဉ္စ ခေါ အာဂန္တုကေဟိ
ဥပက္ကိလေသေဟိ ဥပက္ကိလိဋ္ဌံ၊ တံ အဿုတဝါ
ပုထုဇ္ဇနော ယထာဘူတံ နပ္ပဇာနာတိ။

စိတ်သည် ဖြူစင်ဝင်းလက်နေ၏။ ထိုစိတ်သည်
ဧည့်သည်ဖြစ်သော ညစ်နွမ်းကြောင်း ကိလေသာတရား
တို့ကြောင့်သာ ညစ်နွမ်းရ၏။ ဤသို့ ဖြစ်ခြင်းကို ပညာ
အမြော်အမြင် မရှိသော ပုထုဇဉ်သည် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ
မသိ။ (အံ၊ ၁၊ ၉)

အဘိတ္ထရေထ ကလျာဏေ၊ ပါပါစိတ္တံ နိဝါရယေ။
ဒန္ဓံ ဟိ ကရောတော ပုညံ၊ ပါပသ္မိံ ရမတီ မနော။

ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို ပြုလုပ်ကြကုန်လော့။
မကောင်းမှုမှ စိတ်ကို တားမြစ်ရာ၏။
ကောင်းမှုကို နှေးကွေးစွာ ပြုတတ်ကြ၏။
စိတ်သည် မကောင်းမှု၌ မွေ့လျော်တတ်၏။
(ဓမ္မပဒ၊ ၃၀)

ဒူရင်္ဂမံ ဧကစရံ၊ အသရီရံ ဂုဟာသယံ။
ယေ စိတ္တံ သံယမိဿန္တိ၊ မောက္ခန္တိ မာရဗန္ဓနာ။

အဝေးသို့ လွင့်ပါးတတ်၍ တစ်ဦးတည်း ကျက်စား
တတ်သော ခန္ဓာကိုယ်အထည်ဒြပ်မရှိသော (ဟဒယဝတ္ထု)

လိုက်ဂူဒ္ဓမိုသော စိတ်ကို ချုပ်ထိန်းနိုင် သူတို့သည် မာရ်နတ်၏အနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်မြောက်ကြ ကုန်လတ့်။

(ဓမ္မပဒ၊ ၁၊ ၁၈)

ဖန္ဒနံ စပလံ စိတ္တံ၊ ဒုရက္ခံ ဒုန္နိဝါရယံ။
ဥဇုံ ကရောတိ မေဓာဝီ၊ ဥသုကာရောဝ တေဇနံ။

စိတ်သည် တုန်လှုပ်၏၊ လျှပ်ပေါ်၏၊ စောင့်ရှောက်ထားမြစ်နိုင်ခဲ၏ မြားပြုလုပ်သောသူသည် ကောက်နေသော မြားကို မီးပူပေး၍ ဖြောင့်အောင်ပြုသကဲ့သို့ ကောက်နေသော စိတ်ကို ဖြောင့်အောင် ပြုရာ၏။

စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

စိတ်ကို ဆုံးမလျှင် ကောင်း၏။ ဆုံးမထားသဖြင့် ယဥ်ကျေးနေသောစိတ်သည် ချမ်းသာကို ဆောင်နိုင်၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၁၈)

သမ္မာပဏိဟိတံ စိတ္တံ သေယျသော။
စိတ်ထားကောင်းပါက မြတ်၏။
မိစ္ဆာ ပဏိဟိတံ စိတ္တံ ပါပိယော။
စိတ်ထားမတတ်က သူယုတ်မာဖြစ်သွားနိုင်သည်။

(ဓမ္မပဒ၊ ၁၉)

ဖုံးကွယ်လျှို့ဝှက်ထားမှ တင့်တယ်

မာတုဂါမော ဘိက္ခဝေ ပဋိစ္ဆန္နော အာဝဟတိ နော ဝိဝဋော။

ရဟန်းတို့... မာတုဂါမသည် ဖုံးထားမှ တင့်တယ်၏။ ဖွင့်ထားလျှင် မတင့်တယ်။

ဗြာဟ္မဏာနံ ဘိက္ခဝေ မန္တာ ပဋိစ္ဆန္နာ အာဝဟန္တိ နော ဝိဝဋာ။

ရဟန်းတို့...ပုဏ္ဏားတို့၏ မန္တန်တို့သည် ဖုံးထားမှသာ တင့်တယ်ကုန်၏။ ဖွင့်ထားလျှင် မတင့်တယ်ကုန်။

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဘိက္ခဝေ ပဋိစ္ဆန္နာ အာဝဟတိ နော ဝိဝဋာ။

ရဟန်းတို့...မှားသောအယူဝါဒသည် ဖုံးထားမှ တင့်တယ်၏။ ဖွင့်ထားလျှင် မတင့်တယ်။

ဖွင့်ပြထားလျှင် တင့်တယ်

စန္ဒမဏ္ဍလံ ဘိက္ခဝေ ဝိဝဋံ ဝိရောစတိ နော ပဋိစ္ဆန္နံ၊

ရဟန်းတို့... လဝန်းသည် ဖွင့်ထားမှ တင့်တယ်၏။ ဖုံးထားလျှင် မတင့်တယ်။

သုရိယမဏ္ဍလံ ဘိက္ခဝေ ဝိဝဋံ ဝိရောစတိ
နော ပဋိစ္ဆန္နံ။

ရဟန်းတို့... နေဝန်းသည် ဖွင့်ထားမှ တင့်တယ်၏။ ဖုံးထားလျှင် မတင့်တယ်။

ထထာဂတပ္ပဝေဒိတော ဓမ္မဝိနယော ဘိက္ခဝေ
ဝိဝဋော ဝိရောစတိ နော ပဋိစ္ဆန္နော။

ရဟန်းတို့...မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသည့် ဓမ္မဝိနယသည် ထင်ရှားဖွင့်လှစ် ဖော်ပြမှသာလျှင် တင့်တယ်၏။ ဖုံးကွယ်ထားလျှင် မတင့်တယ်။ (အံ၊ ၁၊ ၂၈၆)

အန္ဓော ဧကစက္ခုဉ္စ၊ အာရကာ ပရိဝဇ္ဇယေ။
ဒွိစက္ခုံ ပန သေဝေထ၊ သေဋ္ဌံ ပုရိသပုဂ္ဂလံ။

လောကကြောင်း ဓမ္မကြောင်း နှစ်မျိုးတို့၌ ကောင်းစွာ မမြင်သဖြင့် မျက်စိစုံလုံးကန်း သူကိုလည်းကောင်း၊ လောကကြောင်း တစ်မျိုးသာ မြင်သဖြင့် မျက်စိတစ်ဖက်မြင် ပုဂ္ဂိုလ်ကိုလည်းကောင်း ဝေးစွာ ရှောင်ရမည်။

လောကကြောင်း ဓမ္မကြောင်း နှစ်မျိုးတို့၌ ကောင်းစွာ မြင်သဖြင့် နှစ်ဘက်အမြင်ရှိသော မြတ်သောပုဂ္ဂိုလ်ကို မှီဝဲဆည်းကပ်ရမည်။ (အံ၊ ၁၊ ၁၂၇)

သဗ္ဗေ ဗျာသန္နံ ပပ္ပေါန္တိ၊ အကတွာ ဝုဍ္ဎသာသနံ။

လူကြီးသူမတို့၏ စကားကို မနာယူ မလိုက်နာသူ အားလုံးတို့သည် ပျက်စီးခြင်းသို့ ရောက်ကုန်၏။
(ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၄၁)

သိက္ခေယျ သိက္ခိတဗ္ဗာနိ။

တတ်သင့်တတ်ထိုက်သော ပညာမှန်သမျှ တတ်အောင် သင်ကြားရမည်။ (ဇာ၊ ၁၊ ၂၅)

သဗ္ဗံ သုတ' မဓိယေထ၊ ဟီနမုက္ကဋ္ဌမဇ္ဈိမံ။

အယုတ်အလတ်အမြတ်မရွေး ဗဟုသုတ အတွေ့အကြုံ အားလုံး သင်ယူ ရှာမှီးရမည်။ (ဇာ၊ ၄၊ ၃၊ ၂၀၅)

မာဝေါ စ ဖရုသံ ကိဉ္စိ၊ ဝုတ္တာ ပဋိဝဒေယျု တံ။

မည်သူ့ကိုမျှ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း မပြောဆိုပါနှင့်၊ ပြောဆိုပါက သူတစ်ပါးတို့ကလည်း မိမိကို ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြန်ပြီး ပြောဆိုကြမည်ဖြစ်၏။(ဓမ္မပဒ၊ ၃၃)

အတ္တာနဉ္စေ ပိယံ ဇညာ၊ ရက္ခေယျ နံ သုရက္ခိတံ။

မိမိကိုယ်ကို ချစ်သည်မှန်လျှင် ကာယဒုစရိုက်စသည် မဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်ရမည်။ (ဓမ္မပဒ၊ ၃၇)

စရေ မတ္တာသုခံ ဓီရော၊ သမ္ပဿံ ဝိပုလံ သုခံ။

ကြီးကျယ်များပြားသော ချမ်းသာကို မြင်သော ပညာရှိသည် အနည်းငယ်သော ချမ်းသာကို စွန့်ရာ၏။
(ထောင်မြင် ရာစွန့်) (ဓမ္မပဒ၊ ၅၅)

တုဋ္ဌိ သုခါ ယာ ဣတရီတရေန။

ရရသမျှဖြင့် နှစ်သက်ရောင့်ရဲခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။
(ဓမ္မပဒ၊ ၆၀)

ဟန္တိ ဘောဂါ ဒုမ္မေဓံ။

စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့သည် ပညာမဲ့သောသူကို သတ်တတ်ကုန်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၆၄)

မိတ်ဆွေ

နိဟီယတိ ပုရိသော နိဟီနသေဝီ၊

မိမိအောက်သီလစသည်ဖြင့် နိမ့်ကျသူကို ပေါင်းဖော်မှီဝဲလေ့ရှိသူသည် ဆုတ်ယုတ်ရ၏။

န စ ဟာယေထ ကဒါစိ တုလျသေဝီ။

မိမိနှင့် သီလစသည် တန်းတူသူကို ပေါင်းဖော်မှီဝဲလေ့ရှိသူသည် တစ်ခါတရံမျှ မဆုတ်ယုတ်နိုင်။

သေဋ္ဌမုပဂမံ ဥဒေတိ ခိပ္ပံ။

တသ္မာ အတ္တနော ဥတ္တရိံ ဘဇေထ။

မိမိထက် သီလစသည်ဖြင့် မြင့်မြတ်သူကို ဆည်းကပ်သူသည် လျင်မြန်စွာ တိုးတက်၏။ ထို့ကြောင့် မိမိထက် သီလစသည် မြင့်မြတ်သူကို ဆည်းကပ်ရာ၏။

(အံ၊ ၁၊ ၁၂၅)

အနတ္ထာ တာတ ဝဍ္ဎန္တိ၊ ဗာလံ အစ္စုပသေဝတော။

ပညာမဲ့လူမိုက်ကို အလွန်အားကိုး ပေါင်းသင်းနေသူတို့အား အကျိုးမဲ့များ တိုးပွားနေပေသည်။

(ဇာ-ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၅၀၀)

န ပါပဇနသံသေဝီ၊ အစ္စန္တံ သုခမေဓတိ။

အကျင့်မကောင်းသူနှင့် ပေါင်းဖော်နေထိုင်သောသူသည် ကြီးပွားချမ်းသာမှုကို မရနိုင်။(ဇာ-ဋ္ဌ၊၃။ ၃၀၄)

အပေတစိတ္တေန န သမ္ဘဇေယျ၊

ဆင်ခြင်းမှုကင်းသောစိတ်ရှိသူနှင့် မပေါင်းဖော်ရာ။

(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၁၈၈)

****

သံဝေဂဉာဏ် ပွားများရန်

သတ္တာနံ ဗဟူနိ မရဏာကရဏာနိ။

သတ္တဝါတို့မှာ သေရခြင်း အကြောင်းများစွာရှိကုန်၏။

(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၃၂၅)

ပရိပက္ကော ဝယော မယှံ၊ ပရိတ္တံ မမ ဇီဝိတံ။
ပဟာယ ဝေါ ဂမိဿာမိ၊ ကတံ မေ သရဏ'မတ္တနော။

ငါဘုရား၏ အသက်အရွယ်တော်သည် ရင့်ရော်လှပြီ။ ငါဘုရား၏အသက်ကြွင်းမှာ အနည်းငယ်မျှသာ ရှိတော့သည်။ သင်ရဟန်းတို့ကို ပယ်စွန့်၍ သွားရတော့မည်၊ ငါသည် မိမိအတွက် အားကိုးရာကို ပြုပြီးပြီ။

(ဒီ-၂၊ ၁၀၁)

အနိစ္စာ ဝတ သင်္ခါရာ၊ ဥပ္ပါဒဝယဓမ္မိနော။
ဥပ္ပဇ္ဇိတွာ နိရုဇ္ဈန္တိ၊ တေသံ ဝူပသမော သုခေါ။

ပြုပြင်စီရင်အပ်သော သင်္ခါရတရားတို့သည် ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းသဘောရှိ၍ မမြဲကုန်၊ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ချုပ်ပျောက်ကုန်၏၊ သင်္ခါရတရားတို့ ချုပ်ငြိမ်းမှုသာလျှင် ချမ်းသာပေလိမ့်မည်။ (သံ၊ ၁၊ ၁၆၀)

မနုဿပဋိလာဘော စ၊ သဒ္ဓမ္မဿ စ ဒေသနာ။
အလံ ဝါယမိတုံ တတ္ထ၊ အတ္ထကာမေန ဇန္တုနာ။

လူ့ဘဝရခိုက် မိမိ၏ စီးပွားချမ်းသာကို လိုလားသော အမျိုးကောင်းသားသည် ထိုသာသနာတော်၌ ဘုရားဟော တရားတော် နာကြားခွင့်ရရှိသည့်အချိန်အခါတွင် မြတ်သော အကျင့်ကို ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်းငှာ သင့်လှပေသည်။ (အံ၊ ၃၊ ၆၁)

ကထံ ဝိဇညာ သဒ္ဓမ္မံ၊ ခဏော ဝေါ မာ ဥပစ္စဂါ။
ခဏာတီတာ ဟိ သောစန္တိ၊ နိရယမှိ သမပ္ပိတာ။

သူတော်ကောင်းတရား သစ္စာလေးပါးကို ဆရာမရှိဘဲ ဘယ်ပုံဘယ်နည်းဖြင့် သိနိုင်ပါမည်နည်း။ ယခုအခါ ဆရာကောင်းရှိနေချိန်ဖြစ်၍ အခွင့်အခါ ကောင်းကြီးသည် သင်တို့အား လက်လွှတ် ကျော်လွန်မသွားပါစေလင့်။ လက်လွှတ်ရသူတို့သည် ငရဲသို့ လားရောက်ကြကုန် သည်ဖြစ်၍ ပူဆွေးနေကြရကုန်၏။

အဝိဇ္ဇာနိဝုတော ပေါသော၊ သဒ္ဓမ္မံ အပရာဓိကော။
ဇာတိမရဏသံသာရံ၊ စိရံ ပစ္စနုဘောသတိ။

အဝိဇ္ဇာပိတ်ဖုံးအပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် သူတော်ကောင်းတရားကို လွဲချော်စေခြင်းကြောင့် ပဋိသန္ဓေနေခြင်း၊ သေခြင်းဟူသော သံသရာဝဋ်ဒုက္ခကို ကြာရှည်စွာ တွေ့ကြုံခံစားရပေလိမ့်မည်။ (အံ၊ ၃၊ ၆၂)

ဓီရန္တိ ဝေ ရာဇရထာ သုစိတ္တာ၊
အထော သရီရမ္ပိ ဇရံ ဥပေတိ။
သတဉ္စ ဓမ္မော န ဇရံ ဥပေတိ၊
သန္တော ဟဝေ သဗ္ဘိ ပဝေဒယန္တိ။

လွန်စွာ ဆန်းကြယ်ကုန်သော မင်းစီး ရထားတို့သည် အိုမင်း ဆွေးမြေ့ကုန်၏။ ထို့အတူ ဤခန္ဓာကိုယ်သည်လည်း အိုခြင်းသို့ ရောက်တတ်၏။ သူတော်ကောင်းတရားသည်ကား အိုမင်းဟောင်းမြင်းခြင်းမရှိ၊ သူတော်ကောင်းတို့သည် သူတော်ကောင်းတို့နှင့်သာ တရားစကားပြောကြားကြသည်။
(ဓမ္မပဒ၊ ၃၆၊ ဇာ၊ ၂၊ ၁၃၆)

အာဗာဓော မေ သမုပ္ပန္နော၊ ကာလော မေ နပ္ပမဇ္ဇိတုံ။

ငါ့မှာ အနာရောဂါ ဖြစ်လာချေပြီ၊ မေ့မေ့လျော့လျော့ မနေသင့်တော့ပေ။ (ခု၊ ၂၊ ၂၂၆)

ကန္တာရေ ပုတ္တမံသံဝ၊ အက္ခဿဗ္ဘဉ္ဇနံ ယထာ။
ဧဝံ အာဟရိ အာဟာရံ၊ ယာပနတ္ထမမုစ္ဆိတော။

ကန္တာရခရီး၌ မိမိသား၏ အသားကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ လှည်းဝန်ရိုး၌ သုတ်လိမ်းထားသော လှည်းစာဆီကဲ့သို့ လည်းကောင်း ထို့အတူ အစာအာဟာရကို တပ်မက်တွေဝေမှု မရှိဘဲ မျှတရုံသာ မှီဝဲရမည်။ (မိလိန္ဒ၊ ၃၄၉)

အလ္လစမ္မပ္ပဋိစ္ဆန္နော၊
နဝ ဒွါရော မဟာဝဏော။
သမန္တတော ပဂ္ဃရတိ၊
အသုစိပူတိဂန္ဓိယော။

စိုသောအရေဖြင့် ရစ်ပတ်ဖုံးလွှမ်းအပ်သော ဤကိုယ်သည် ကိုးပေါက်ဒွါရအမာဝရှိ၏။ အိုင်းအမာကြီးလည်း ဖြစ်၏။ မစင်မသန့် ပုပ်နံ့ညှီစွာ ထွက်ကျလာ၍ အရပ် ထက်ဝန်းကျင်မှ ယိုစီး၏။ (မိလိန္ဒ၊ ၇၈)

သစ္စေ ဌိတာ သမဏာ ဗြာဟ္မဏာ စ
တရန္တိ ဇာတိမရဏဿ ပါရံ။

သစ္စာတရား၌ တည်ကုန်သော ရဟန်းပုဏ္ဏားတို့သည် ပဋိသန္ဓေနေခြင်း သေခြင်း၏ ကမ်းတစ်ဘက်သို့ ကူးမြောက် နိုင်ကုန်၏။ (ဇာ၊ ၂၊ ၁၄၀)

ဝနံ ဆိန္ဒထ မာ ရုက္ခံ၊ ဝနတော ဇာယတေ ဘယံ။

(တဏှာ) တောကြောင့် ဘေးဖြစ်လာတတ်သည်။ တဏှာတောကို ခုတ်ဖြတ်ဖယ်ရှားလော့၊ တောသစ်ပင်ကိုမူ မခုတ်ရ။ (ဓမ္မပဒ။ ၅၄)

သဗ္ဗသ ဒုက္ခသ သုခံ ပဟာနံ။

ဆင်းရဲအားလုံးကို ပယ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ (ဓမ္မပဒ။ ၆၀)

သုခေါ ပညာယ ပဋိလာဘော။

ပညာရခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ (ဓမ္မပဒ။ ၆၁)

ဆန္ဒဇံ အဃံ ဆန္ဒဇံ ဒုက္ခံ၊
ဆန္ဒဝိနယာ အဃဝိနယော၊
အဃဝိနယာ ဒုက္ခဝိနယော။

ခန္ဓာငါးပါးသည် လိုချင်မှုဆန္ဒကြောင့် ဖြစ်၏၊ ဆင်းရဲဒုက္ခသည် လိုချင်မှုဆန္ဒကြောင့် ဖြစ်၏၊ လိုချင်မှုဆန္ဒကို ပယ်ဖျောက်နိုင်လျှင် ခန္ဓာငါးပါးကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏၊ ခန္ဓာငါးပါး ကင်းပျောက်လျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခ ကင်းပျောက်ရ၏။ (သံ၊ ၁။ ၂၁)

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာ။

ပြုပြင်စီမံရမှု သင်္ခါရမှန်သမျှ မမြဲကြကုန်။

သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ။

ပြုပြင်စီမံရမှု သင်္ခါရမှန်သမျှ ဆင်းရဲသာ ဖြစ်ကြ၏။

သဗ္ဗေ ဓမ္မာ အနတ္တာ။

တရားသဘောမှန်သမျှ အစိုးမရ အနတ္တသာ ဖြစ်ကြ၏။

ယောဂါ ဝေ ဇာယတီ ဘူရိ။

လုံ့လပြုခြင်းကြောင့် ပညာသည် အမှန်တကယ် တိုးပွား၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၅၃)

နာဘိကင်္ခါမိ မရဏံ၊
နာဘိကင်္ခါမိ ဇီဝိတံ။
ကာလဉ္စ ပဋိကင်္ခါမိ၊
နိဗ္ဗိသံ ဘတကော ယထာ။

ရဟန္တာသည် သေရခြင်းကိုလည်း မတောင့်တ၊ အသက်ရှင်ခြင်းကိုလည်း မတောင့်တ၊ အခရိက္ခာယူ၍ အလုပ်လုပ်သောသူသည် ရိက္ခာအခကိုသာ အလိုရှိသကဲ့သို့ အချိန်အခါကာလကိုသာ ငံ့လင့်လျက်ရှိ၏။

(ဥဒါန၊ ၄၊ ၃၈၈)

ဒဟရာ စ မဟန္တာ စ၊
ယေ ဗာလာ ယေ စ ပဏ္ဍိတာ။

သဗ္ဗေ မစ္စုပရာယနာ၊ မစ္စုပရာယနာ။

လူငယ်၊ လူကြီး၊ လူမိုက်၊ ပညာရှိ ဤသူအားလုံး
တို့သည် သေမင်း၏ အလိုနိုင်ငံသို့ လိုက်ပါကြရ၏။
အားလုံးသော သူတို့သည် သေမင်းအထံသို့ ဆိုက်ရောက်
ကြရ၏။ (သုတ္တနိ၊ ၃၇၁)

မရဏန္တံ ဟိ ဇီဝိတံ။
အသက်ရှင်ခြင်းသည် သေရခြင်းအဆုံးရှိ၏။

(ဓမ္မပဒ၊ ၃၅)

တေသံ မစ္စုပရေတာနံ၊
ဂစ္ဆတံ ပရလောကတော။
န ပိတာ တာယတေ ပုတ္တံ၊
ဉာတီ ဝါ ပန ဉာတကေ။

သေမင်းနှိပ်စက်၍ တမလွန်လောကသို့ သွားကြရ
သော သူတို့တွင် အမိအဘသည် သားသမီးကို သေဘေးမှ
မစောင့်ရှောက်နိုင်။ ဆွေမျိုးတို့လည်း ဆွေမျိုးတို့ကို သေဘေးမှ
မစောင့်ရှောက်နိုင်။ (သုတ္တနိ၊ ၃၇၁)

အဟံ ဘိက္ခဝေ အပ္ပမတ္တကမ္ပိ၊
ဘဝံ န ဝဏ္ဏေမိ အန္တမသော၊
အစ္ဆရာသင်္ဃာတမတ္တမ္ပိ။

ရဟန်းတို့ သံသရာ၌ ကျင်လည်ရခြင်း (ဘဝ)ကို လက်ဖျစ်တစ်တွက်ခန့်အချိန်မျှ ငါဘုရား ချီးမွမ်းတော်မမူ။ (အံ၊ ၁၊ ၃၆)

ခိပ္ပတရံ ခေါ သော ဘိက္ခဝေ ကာဏော ကစ္ဆပေါ
အမုသ္မိံ ဧကစ္ဆိဂ္ဂလေ ယုဂေ ဂီဝံ ပဝေသေယျ။
အတော ဒုလ္လဘ တရာဟံ ဘိက္ခဝေ မနုဿတ္တံ
ဝဒါမိ သကိံ ဝိနိပါတဂတေန ဗာလေန။

သမုဒ္ဒရာအတွင်း၌ အနှစ်တစ်ရာကြာမှ တစ်ကြိမ်သာ ပေါ်၍လာသော လိပ်ကန်းသည် ရေတွင် မျောနေသော တစ်ခုတည်းသာရှိသော ထန်းပိုး၏ အပေါက်အတွင်းသို့ မိမိ၏လည်ကို မြန်မြန်စွပ်မိကောင်း စွပ်မိမည်ဖြစ်သော်လည်း တစ်ကြိမ်အပါယ်ဘုံသို့ ကျရောက်သော လူမိုက်သည်ကား လူ့ဘဝပြန်ရဖို့ အလွန်ခဲယဉ်းသည်။ (မ၊ ၃၊ ၂၀၇)

စောဒိတာ ဒေဝဒူတေဟိ၊
ယေ ပမဇ္ဇန္တိ မာဏဝါ။
တေ ဒီဃရတ္တံ သောစန္တိ၊
ဟီနကာယူပဂါ နရာ။

သတ္တဝါတို့သည် သေမင်းတမန်တို့ သတိပေးနှိုးဆော်ကုန်သော်လည်း မေ့လျော့နေကြကုန်၏။ ထိုသတ္တဝါတို့သည်

ယုတ်ညံ့သော ငရဲဘုံသို့ ရောက်ကုန်သည် ဖြစ်၍ ရှည်မြင့်စွာသော နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး စိုးရိမ်ပူဆွေးနေကြကုန်၏။

(အံ၊ ၁၊ ၁၄၁)

ယမဿ ရညောတိ ယမရာဇာ နာမ ဝေမာနိက ပေတရာဇာ။

ငရဲသေနင်း ယမမင်းမည်သည် ဝေမာနိကပြိတ္တာမင်းပင် ဖြစ်၏။ (အံ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၁၈)

ဥယျှမာနော န ဇာနာတိ၊
ဉာတီနံ ပရိဒေဝိတံ။
တသ္မာ ဧတံ န ရောဒါမိ။

သေသောသူသည် ဆွေမျိုးတို့ ငိုကြွေးသည်ကို မသိတော့ချေ။ ထို့ကြောင့် ငါသည် သားသေကို အကြောင်းပြု၍ မငိုကြွေး။ (ခု၊ ၂၊ ၁၃၇)

ပပဉ္စာဘိရတာ ပဇာ။

သတ္တဝါအပေါင်းသည် သံသရာဝဋ်ကို ချဲ့ထွင်တတ်သော တဏှာမာန်၊ ဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့် မွေ့လျော်တတ်၏။

(ဓမ္မပဒ။ ၅၀)

ပိယတော ဇာယတေ သောကော၊
ပိယတော ဇာယတေ ဘယံ။

ပိယတော ပိယမုတ္တဿ၊
နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

ချစ်ခြင်းကြောင့် စိုးရိမ်ရ၏။ ချစ်ခြင်းကြောင့် ဘေးဖြစ်ရ၏။ ချစ်ခြင်းမှ ကင်းလွတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အား စိုးရိမ်ခြင်းကြောက်ခြင်း မရှိတော့ချေ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၄၄)

သဗ္ဗေ သတ္တာ မရိဿန္တိ၊ မရဏန္တံ ဟိ ဇီဝိတံ။

သတ္တဝါဟူသမျှ သေကြရမည်၊ အသက်ရှင်ရခြင်းသည် သေခြင်းလျှင် အဆုံးရှိ၏။

(ဇီဝိန်တင်းလင်း ရှိနေခြင်းကား သေခြင်း နောက်ဆုံးပါတကား။) (သံ၊ ၁။ ၉၈)

န အန္တလိက္ခေ န သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊
န ပဗ္ဗတာနံ ဝိဝရံ ပဝိဿ။
န ဝိဇ္ဇတိ သော ဇဂတိပ္ပဒေသော၊
ယတ္ထဋ္ဌိတော မုစ္စေယျ မစ္စုပါသာ။

ကောင်းကင်း၌ နေသော်လည်း သေခြင်းမှ မလွတ်နိုင်၊

သမုဒ္ဒရာ၏အလယ်၌ နေသော်လည်း သေခြင်းမှ မလွတ်နိုင်။

တောင်ခေါင်းကျောက်ဂူ၌ ဝင်၍ နေသော်လည်း သေခြင်းမှ မလွတ်နိုင်။

သေမင်း၏ကျော့ကွင်းမှ လွတ်သောနေရာ မည်သည် မရှိ။ (မိလိန္ဒ၊ ၁၅၂)

န အန္တလိက္ခေ န သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊
န ပဗ္ဗတာနံ ဝိဝရံ ပဝိဿ။
န ဝိဇ္ဇတိ သော ဇဂတိပ္ပဒေသော၊
ယတ္ထဋ္ဌိတော မုစ္စေယျ ပါပကမ္မာ။

မကောင်းမှုပြုသူသည် ကောင်းကင်၌ နေသော်လည်း မကောင်းမှုမှ မလွတ်နိုင်။ သမုဒ္ဒရာ၏ အလယ်၌ နေသော်လည်း မကောင်းမှုမှမလွတ်နိုင်၊ တောင်ခေါင်း ကျောက်ဂူ၌ ဝင်၍ နေသော်လည်း မကောင်းမှုမှ မလွတ်နိုင်၊ မကောင်းမှုမှ လွတ်ရာအရပ်မည်သည် မရှိနိုင်ပေ။ (ဓမ္မပဒ၊ ၃၂)

ယောပိ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ သောပိ မစ္စုပရာယဏော။

အနှစ်တရာ အသက်ရှည်သော သူသည်လည်း သေရခြင်းလျှင် လည်းလျောင်းရာရှိ၏။ (သံ၊ ၃၊ ၁၉၁)

နတ္ထိ လောကေ အနာမတံ၊
လောက၌ မသေရာအရပ်မည်သည်ကား မရှိ။
(ဇာ၊ ၄၊ ၂၊ ၅၀)

အသဇ္ဈာယမလာ မန္တာ၊ အနုဋ္ဌာနမလာ ဃရာ၊
မလံ ဝဏ္ဏဿ ကောသဇ္ဇံ၊ ပမာဒေါ ရက္ခတော မလံ။

လူတို့သည် အသက်အသခ်ျေ နေရမည်ကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ မအိုမသေတော့ မည်ကဲ့သို့လည်းကောင်း အမြဲမေ့လျော့ ပေါ့ဆစွာ နေကြသည်။

(ဓမ္မပဒ၊ ဋ္ဌ၊ ၁၊ ၂၃၀)

ဗျာဓိဓမ္မာ ဇရာဓမ္မာ၊
အထော မရဏ ဓမ္မိနော။
ယထာ ဓမ္မာ တထာ သန္တာ၊
ဇိဂုစ္ဆန္တိ ပုထုဇ္ဇနာ။

ပုထုဇဉ်တို့သည် မိမိကိုယ်တိုင် နာခြင်း အိုခြင်း သေခြင်း သဘောရှိပါကုန်လျက် သူအို၊ သူနာ၊ သူသေတို့ကို စက်ဆုပ်ကုန်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၄၅)

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ
အတ္ထိ လောကေ အဿာဒေါ၊
တသ္မာ သတ္တာ လောကေ သာရဇ္ဇန္တိ။

ရဟန်းတို့ လောက၌ သာယာဖွယ်ရှိသောကြောင့်သာ သတ္တဝါတို့သည် သာယာ တပ်မက်ကြ ကုန်၏။

(အံ၊ ၁၊ ၂၆၂)

နော စေဒံ ဘိက္ခဝေ လောကေ အာဒီနဝေါ အဘဝိဿ၊
နယိဒံ သတ္တာ လောကေ နိဗ္ဗိန္ဒေယျုံ။

ရဟန်းတို့...... ဤလောက၌ အပြစ်အနာအဆာ မရှိခဲ့ပါမူ သတ္တဝါတို့သည် ဤလောက၌ ငြီးငွေ့ခြင်း မဖြစ်နိုင်ကုန်ရာ။ (အံ၊ ၁၊ ၂၆၂)

အပ္ပမာဒေါ အမတံ ပဒံ၊ ပမာဒေါ မစ္စုနော ပဒံ။

မမေ့မလျော့ခြင်းသည် မသေရာနိဗ္ဗာန်ရခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။ မေ့လျော့ခြင်းသည် သေခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၆)

အပ္ပမာဒံ ပသံသန္တိ၊ ပုညကိရိယာသု ပဏ္ဍိတာ။

ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုခြင်းတို့၌ မမေ့မလျော့သောသူကို သူတော်ကောင်းတို့ ချီးမွမ်းကြ၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ၂၀၆)

ပမာဒမနုယုဉ္ဇန္တိ၊ ဗာလာ ဒုမ္မေဓိနော ဇနာ။
အပ္ပမာဒဉ္စ မေဓာဝီ၊ ဓနံ သေဋ္ဌံဝ ရက္ခတိ။

ပညာမဲ့သောသူတို့သည် မေ့မေ့လျော့လျော့ နေကြကုန်၏။ ပညာရှိသည်ကား မြတ်သောဥစ္စာကို စောင့်ရှောက်သကဲ့သို့ မမေ့မလျော့ခြင်း အပ္ပမာဒတရားကို စောင့်ရှောက်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၁၇)

သတိမတော သဒါ ဘဒ္ဒံ။

သတိရှိသူအား အမြဲတမ်း ကောင်းခြင်းမင်္ဂလာဖြစ်၏။ (သံ၊ ၁၊ ၂၁၀)

ခန္ဓာငါးပါး ဥပမာ

ဖေဏပိဏ္ဍူပမံ ရူပံ။
ရုပ်သည် ရေမြှုပ်စိုင်နှင့် တူ၏။

ဝေဒနာ ပုဗ္ဗုဠူပမာ။
ဝေဒနာသည် ရေပွက်နှင့်တူ၏။

မရီစိကူပမာ သညာ။
သညာသည် တံလျှပ်နှင့်တူ၏။

သင်္ခါရာ ကဒလူပမာ။
သင်္ခါရတို့သည် ငှက်ပျောတုံးနှင့်တူ၏။

မာယူပမဉ္စ ဝိညာဏံ။
ဝိညာဏ်သည် မျက်လှည့်နှင့် တူ၏။(သံ၊ ၂။ ၁၁၆)

ကာမဂုဏ်ဥပမာ (၁၀)ပါး

သပ္ပသိရူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် မြွေဦးခေါင်းနှင့်တူကုန်၏။

သတ္တိသူလူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် လှံတကျင်နှင့်တူကုန်၏။

အသိသူနူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် စဉ်းတီတုံးနှင့်တူကုန်၏။

ရုက္ခဖလူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် အသီးရှိသော အပင်နှင့်တူကုန်၏။

ယာစိတကူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် အငှားပစ္စည်းနှင့်တူကုန်၏။

သုပိနကူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် အိပ်မက်နှင့်တူကုန်၏။

အင်္ဂါရကာသူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် မီးကျီးတွင်းနှင့်တူကုန်၏။

တိဏုက္ကူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် မြက်မီးရှူးနှင့်တူကုန်၏။

မံသပေသူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် သားတစ်နှင့်တူကုန်၏။
(ဝိ၊ ၂၊ ၁၇၆)

အဋ္ဌိကင်္ကလူပမာ ကာမာ။
ကာမဂုဏ်တို့သည် အသားမကပ်သော အရိုးနှင့် တူကုန်၏။ (ဝိ၊ ၂၊ ၁၇၅)

စက္ခုဉ္စ ပဋိစ္စ ရူပေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ စက္ခုဝိညာဏံ၊ တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိ ဖဿော၊ ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ။ အယံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခဿ သမုဒယော။ သောတဉ္စ ပဋိစ္စ သဒ္ဒေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သောတဝိညာဏံ။ပ။ ဃာနဉ္စ ပဋိစ္စ ဂန္ဓေ စ။ပ။ ဇိဝှဉ္စ ပဋိစ္စ ရသေ စ။ပ။ ကာယဉ္စ ပဋိစ္စ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေ စ။ပ။ မနဉ္စ ပဋိစ္စ ဓမ္မေ စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ မနောဝိညာဏံ၊ တိဏ္ဏံ သင်္ဂတိ ဖဿော၊ ဖဿပစ္စယာ ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ။ အယံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခဿ သမုဒယော။

မျက်စိအကြည်ကိုလည်းကောင်း၊ အဆင်းရူပါရုံကို လည်းကောင်း၊ အကြောင်းပြု၍မြင်သိမှု စက္ခုဝိညာဏ်ဖြစ်၏။ ဤသုံးပါးပေါင်းဆုံမိခြင်းကြောင့် တွေ့ထိမှု 'ဖဿ' ဖြစ်၏။ ဖဿကြောင့် ဝေဒနာဖြစ်၏။ ဝေဒနာကြောင့် တဏှာဖြစ်၏။ ဤကား ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်ပုံတည်း။

နားအကြည်ကိုလည်းကောင်း၊ အသံ 'သဒ္ဒါရုံ'ကို လည်းကောင်း အကြောင်းပြု၍ ကြားသိမှု သောတဝိညာဏ် ဖြစ်၏။ပ။ နှာခေါင်းအကြည်ကို လည်းကောင်း၊ အနံ့ 'ဂန္ဓာရုံ'ကိုလည်းကောင်း အကြောင်းပြု၍ နံသိစိတ် ဃာနဝိညာဏ် ဖြစ်၏။ လျှာအကြည်ကို လည်းကောင်း၊ အရသာ 'ရသာရုံ'ကို လည်းကောင်း အကြောင်းပြု၍

အရသာသိစိတ် ဇိဝှာဝိညာဏ် ဖြစ်၏။ပ။ ကိုယ်ကာယ အကြည်ကိုလည်းကောင်း၊ အတွေ့ခံတတ် 'ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ' ကိုလည်းကောင်း၊ အကြောင်းပြု၍ ထိသိမှု ကာယဝိညာဉ် ဖြစ်၏။ စိတ်မနောအကြည်ကိုလည်းကောင်း၊ သဘောတရား 'ဓမ္မာရုံ'ကိုလည်းကောင်း အကြောင်းပြု၍ အသိစိတ် မနောဝိညာဏ်ဖြစ်၏။ သုံးပါးပေါင်းဆုံမိခြင်းကြောင့် တွေ့ထိမှု 'ဖဿ' ဖြစ်၏။ ဖဿကြောင့် ဝေဒနာဖြစ်၏။ ဝေဒနာကြောင့် တဏှာဖြစ်၏။ ဤကား ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်ပုံတည်း။ (သံ၊ ၁၊ ၃၀၀)

ရောဂေါ ဝိယ ဒုက္ခသစ္စံ၊
ရောဂေါနိဒါနမိဝ သမုဒယသစ္စံ။
ရောဂူပသမော ဝိယ နိရောဓသစ္စံ။
ဘေသဇ္ဇမိဝ မဂ္ဂသစ္စံ။

ရောဂါကဲ့သို့ ဒုက္ခသစ္စာကို မှတ်ရမည်။ ရောဂါဖြစ်ကြောင်းကဲ့သို့ သမုဒယသစ္စာကို မှတ်ရမည်။ ရောဂါငြိမ်းသွားသကဲ့သို့ နိရောဓသစ္စာကို မှတ်ရမည်။ ရောဂါငြိမ်းကြောင်း ဆေးကဲ့သို့ မဂ္ဂသစ္စာကို မှတ်ရမည်။

(အဘိ၊ ဌ၊ ၂။ ၈၃)

ဘာရော ဝိယ ဒုက္ခသစ္စံ၊
ဘာရာဒါနမိဝ သမုဒယသစ္စံ။
ဘာရနိက္ခေပနမိဝ နိရောဓသစ္စံ၊
ဘာရနိက္ခေပနုပါယော ဝိယ မဂ္ဂသစ္စံ။

ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကဲ့သို့ ဒုက္ခသစ္စာကို မှတ်ရမည်။ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကို ဆောင်ယူသကဲ့သို့ သမုဒယသစ္စာကို မှတ်ရမည်။ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကို ပစ်ချထားသကဲ့သို့ နိရောဓ သစ္စာကို မှတ်ရမည်။ ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကို ချနိုင်သော အကြောင်းတရားကဲ့သို့ မဂ္ဂသစ္စာကို မှတ်ရမည်။ (အဘိ။ ၄၊ ၂။ ၈၃)

ပရိယတ္တိယာ အသတိ အရိယမဂ္ဂပဋိဝေဓော နာမ
န ဟောတိ။

ပရိယတ်တရားမရှိသည်ရှိသော် အရိယာမဂ်ကို ထိုးထွင်း၍ သိခြင်းမည်သည် မရှိတော့ချေ။

(အံ၊ ၄၊ ၁၊ ၇၂)

ဖလာန’မိဝ ပက္ကာနံ၊ နိစ္စံ ပတနတော ဘယံ။
ဧဝံ ဇာတာန မစ္စာနံ၊ နိစ္စံ မရဏတော ဘယံ။

မှည့်ကုန်သော အသီးတို့အား အပင်မှ ကြွေကျမည့်ဘေးသည် မြဲ၏။ ထို့အတူ ဖြစ်လာသော သတ္တဝါတို့အား သေဘေးသည် မြဲ၏။

သာယ’မေကေ န ဒိဿန္တိ၊ ပါတော ဒိဋ္ဌာ ဗဟူ ဇနာ။
ပါတော ဧကေ န ဒိဿန္တိ၊ သာယံ ဒိဋ္ဌာ ဗဟူ ဇနာ။

နံနက်အခါ၌ များစွာသော သူတို့ကို မြင်ရသော်လည်း ညနေချမ်းအခါ၌ အချို့သူတို့ကို မမြင်ရကုန်။ ညနေချမ်းကာလ၌ များစွာသော သူတို့ကို မြင်ရသော်လည်း နံနက်အချိန်အခါ၌ အချို့သောသူတို့ကို မမြင်ရကုန်။

(ဇာ၊ ၂၊ ၁၅၉)

ကံ ကံ၏အကျိုး

ကမ္မုနာ ဝတ္တတိ လောကော၊
ကမ္မုနာ ဝတ္တတိ ပဇာ။

လောကသည် ကံကြောင့်ဖြစ်၏။ သတ္တဝါများသည် ကံကြောင့် ဖြစ်လာရ၏။ (သုတ္တနိ၊ ၃၇၉)

ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊ အသ္မိံ လောကေ ပရမှိ စ။

သုစရိုက်တရားကို ကျင့်သုံးသူသည် ပစ္စုပ္ပန်တမလွန် နှစ်တန်သောဘဝ၌ ချမ်းသာစွာနေထိုင်ရ၏။

(ဇာ-၄၊ ၃၂၅၂)

ယံ ဧဝံ မဟာသာဝဇ္ဇံ၊
ယထယိဒံ ဘိက္ခဝေ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ။

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိလောက် အပြစ်ကြီးသော တရားမရှိ။

(အံ၊၁ ၃၅)

မာဝေါ စ ဖရသံ ကိဉ္စိ၊ ဝုတ္တာ ပဋိဝဒေယျုံ တံ။

ဘယ်သူ့ကိုမျှ ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း မပြောဆိုပါနှင့်။ မိမိက ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြောဆိုပါက သူတပါးတို့ကလည်း မိမိကို ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြန်ပြီး ပြောဆိုကြမည် ဖြစ်၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၃၃)

ဘဝေ သတိ ဇာတိ ဟောတိ ဗီဇေ သတိ အင်္ကုရော ဝိယ။

ဘဝကိုရလျှင် ပဋိသန္ဓေနေရမှု ဖြစ်ရ၏။ ဥပမာ– မျိုးစေ့ဖြစ်လာလျှင် အညွန့်ပေါက်၍လာသကဲ့သို့ ဖြစ်ရ၏။ (အဘိ၊ ၄၊ ၂၊ ၁၈၆)

အဘိဝါဒနသီလိဿ၊ နိစ္စံ ဝုဍ္ဎာပစာယိနော၊
စတ္တာရော ဓမ္မာ ဝဍ္ဎန္တိ၊ အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

အသက်၊ ဂုဏ်ဝါကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်အား ရိုရိုသေသေ ရှိခိုးပါက အသက်ရှည်၏။ အဆင်းလှ၏။ ချမ်းသာ၏။ ခွန်အားတိုး၏။ (ဓမ္မပဒ၊ ၂၉)

ဒေဝတာ နုကမ္ပိတော ပေါသော၊
သဒါ ဘဒြာနိ ပဿတိ။

နတ်တို့အစဉ်သနား စောင့်ရှောက်သော ယောကျ်ားသည် အခါခပ်သိမ်း ကောင်းသည့်အာရုံတို့ကိုသာ တွေ့မြင်ရ၏။ (ဥဒါန၊ ၁၈၈)

ကလျာဏကာရီ ကလျာဏံ၊ ပါပကာရီ စ ပါပကံ။
ယာဒိသံ ဝပတေ ဗီဇံ၊ တာဒိသံ ဟရတေ ဖလံ။

မိမိစိုက်ပျိုးသော မျိုးစေ့နှင့်တူစွာ မိမိစိုက်သော အပင်မှ အသီးသီးသလို ကောင်းမှုပြုသော သူသည် ကောင်းကျိုးကို ခံစားရ၏။ မကောင်းမှုပြုသောသူသည် မကောင်းကျိုးကို ခံစားရ၏။ (သံ၊ ၁၊ ၂၂၉)

ဣဓမေ သတ္တာ ဗီဇာနုရူပံ ဖလံ ဝိယ ကမ္မာနုရူပံ ဖလံ အနုဘောန္တိ။

စိုက်ပျိုးသော မျိုးစေ့အားလျော်စွာ အသီးသီးသလို သတ္တဝါတို့သည် မိမိတို့ ပြုလုပ်သော အလုပ်(ကံ) အားလျော်စွာ ခံစားရကုန်သည်။ (ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃။ ၁၄၉)

ယာနိ ကရောတိ ပုရိသော၊ တာနိ အတ္တနိ ပဿတိ။

ကောင်းမှု မကောင်းမှုပြုသောသူသည် ထိုကောင်းမှု မကောင်းမှု၏ အကျိုးကို မိမိကိုယ်တိုင် တွေ့ကြုံခံစားရ၏။ (ဇာ-ဋ္ဌ၊ ၃၊ ၁၄၇)

တယာ ဝေတံ ပါပကမ္မံ ကတံ၊ တွညေဝတဿ ဝိပါကံ ပဋိသံဝေဒိဿတိ။

သင်ပြုအပ်သော မကောင်းမှုကံ၏ မကောင်းကျိုးကို သင်သာခံစားရပေမည်။ (မ၊ ၃၊ ၂၁၈)

ကမ္မဿကာ မာဏဝ သတ္တာ ကမ္မဒါယာဒါ ကမ္မ ယောနီ၊ ကမ္မဗန္ဓူ ကမ္မပဋိသရဏာ၊ ကမ္မံ သတ္တေ ဝိဘဇတိ ယဒိဒံ ဟီနပဏီတတာယ။

အို-လုလင်၊ သတ္တဝါတို့သည် ကံသာလျှင် မိမိဥစ္စာ. ကံ၏အမွေခံ, ကံသာလျှင် အကြောင်း, ကံသာလျှင် ဆွေမျိုး, ကံသာလျှင် မှီခိုအားထားရာဖြစ်၏။

သတ္တဝါတွေ နိမ့်ကျသူ၊ မြင့်မြတ်သူဖြစ်ဘို့ရာ ကံကသာလျှင် ခွဲခြားပေဖန်၏။ (မ၊ ၃၊ ၂၄၄)

ဖလံ ဝေ ကဒလိံ ဟန္တိ၊
ဖလံ ဝေဠုံ ဖလံ နဠံ။
သက္ကာရော ကာပုရိသံ ဟန္တိ၊
ဂဗ္ဘော အဿတရိံ ယထာ။

ငှက်ပျောသီးသည် ငှက်ပျောပင်ကိုသတ်၏။ ဝါးသီးသည် ဝါးပင်ကို သတ်၏၊ ကျူသီးသည် ကျူပင်ကို သတ်၏၊ ကိုယ်ဝန်သည် အဿတိုရ်မြင်းမကို သတ်၏၊ ထို့အတူ ပူဇော်သက္ကာရသည် သူယုတ်မာကို သတ်၏။ (ဝိ၊ ၄၊ ၃၄၆)

မောဟော နိဒါနံ ကမ္မာနံ သမုဒယာယ။

ကံတရားတို့ဖြစ်ရန် အကြောင်း၏ မူလအရင်းခံသည် မောဟတရားဖြစ်၏။ (အံ၊ ၁၊ ၁၃၃၊ ဋီကာ၊ ၌၊ ၄၆)

ဓမ္မေ ဌိတော ပရလောကံ န ဘာယေတိ။

တရားတော်၌တည်သောသူသည် တမလွန်လောကကို မကြောက်။

ဓမ္မအရ=တရားတော်ဟူသည်-

- နှုတ်ကို စောင့်စည်းခြင်း၊
- စိတ်ကို စောင့်စည်းခြင်း၊

- ကိုယ်ဖြင့် မကောင်းမှု မပြုခြင်း၊
- သဒ္ဓါတရား ရှိခြင်း၊
- နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်း၊
- အပြောအဆိုလိမ္မာခြင်း။ (သံ၊ ၁၊ ၄၀)

သံဃာသင်းခွဲသူ

သံဃံ သမဂ္ဂံ ဘေတွာန၊
ကပ္ပံ နိရယမှိ ပစ္စတိ။

သံဃာကွဲပြားအောင်လုပ်က အာယုကပ် (သို့မဟုတ်) အန္တရကပ်ပတ်လုံး ငရဲ၌ ကျက်ရ၏။

သံဃာညီညွတ်အောင်ပြုသူ

သံဃံ သမဂ္ဂံ ကတွာန၊
ကပ္ပံ သဂ္ဂမှိ မောဒတိ။

သံဃာကို ညီညွတ်အောင်လုပ်က အာယုကပ်ပတ်လုံး နတ်ပြည်၌ ဝမ်းမြောက်ရ၏။ (ဣတိဝုတ်၊ ၂၀၃)

****

ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်
ကျမ်းညွှန်းသင်္ကေတများ

ဝိ၊ ၁ = ပါရာဇိကဏ်ပါဠိတော်

ဝိ၊ ၂ = ပါစိတ်ပါဠိတော်

ဝိ၊ ၃ = ဝိနည်းမဟာဝါပါဠိတော်

ဝိ၊ ၄ = စူဠဝါပါဠိတော်

ဝိ၊ ၅ = ပရိဝါပါဠိတော်

ဝိ၊ ဋ္ဌ၊ ၁ = ပါရာဇိကဏ်အဋ္ဌကထာ ပထမတွဲ

ဝိ၊ ဋ္ဌ၊ ၂ = ပါရာဇိကဏ်အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ

ဝိ၊ ဋ္ဌ၊ ၃ = ပါစိတျာဒိအဋ္ဌကထာ

ဝိ၊ ဋ္ဌ၊ ၄ = စူဠဝဂ္ဂါဒိအဋ္ဌကထာ

ဒီ၊ ၁ = သီလက္ခန်ပါဠိတော်

ဒီ၊ ၂ = သုတ်မဟာဝါပါဠိတော်

ဒီ၊ ၃ = သုတ်ပါထေယျပါဠိတော်

ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	=	သီလက္ခန်အဋ္ဌကထာ
ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	=	သုတ်မဟာဝါအဋ္ဌကထာ
ဒီ၊ ဋ္ဌ၊ ၃	=	သုတ်ပါထေယျအဋ္ဌကထာ
မ၊ ၁	=	မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်
မ၊ ၂	=	မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိတော်
မ၊ ၃	=	ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော်
မ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	=	ပဏ္ဏာသ အဋ္ဌကထာ ပဌမတွဲ
မ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	=	ပဏ္ဏာသ အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ
မ၊ ဋ္ဌ၊ ၃	=	ပဏ္ဏာသ အဋ္ဌကထာ တတိယတွဲ
သံ၊ ၁	=	သံယုတ်ပါဠိတော် ပဌမတွဲ
သံ၊ ၂	=	သံယုတ်ပါဠိတော် ဒုတိယတွဲ
သံ၊ ၃	=	သံယုတ်ပါဠိတော် တတိယတွဲ
သံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	=	သံယုတ်အဋ္ဌကထာ ပဌမတွဲ
သံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	=	သံယုတ်အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ
သံ၊ ဋ္ဌ၊ ၃	=	သံယုတ်အဋ္ဌကထာ တတိယတွဲ
အံ၊ ၁	=	အင်္ဂုတ္တိုရ် ပါဠိတော် ပဌမတွဲ
အံ၊ ၂	=	အင်္ဂုတ္တိုရ် ပါဠိတော် ဒုတိယတွဲ
အံ၊ ၃	=	အင်္ဂုတ္တိုရ် ပါဠိတော် တတိယတွဲ
အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	=	အင်္ဂုတ္တိုရ် အဋ္ဌကထာ ပဌမတွဲ

အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	=	အင်္ဂုတ္တိုရ် အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ
အံ၊ ဋ္ဌ၊ ၃	=	အင်္ဂုတ္တိုရ် အဋ္ဌကထာ တတိယတွဲ
အဘိ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	=	အဋ္ဌသာလိနီ အဋ္ဌကထာ
အဘိ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	=	သမ္မောဟဝိနောဒနီ အဋ္ဌကထာ
အဘိ၊ ဋ္ဌ၊ ၃	=	ပဉ္စပကရဏ အဋ္ဌကထာ
ခု၊ ၁	=	ခုဒ္ဒကပါဌ၊ ဓမ္မပဒ၊ ဥဒါန်၊ ဣတိဝုတ်၊ သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော်(ခုဒ္ဒကငါးကျမ်းတွဲ)
ခု၊ ၂	=	ဝိမာနဝတ္ထု၊ ပေတဝတ္ထု၊ ထေရဂါထာ၊ ထေရီဂါထာပါဠိတော်(ဝိမာနငါးကျမ်းတွဲ)
အပ၊ ၁	=	အပဒါန်ပါဠိတော် ပထမတွဲ
အပ၊ ၂	=	အပဒါန်ပါဠိတော် ဒုတိယတွဲ
အပ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	=	အပဒါန် အဋ္ဌကထာ ပထမတွဲ
အပ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	=	အပဒါန် အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ
ဇာ၊ ၁	=	ဇာတ်ပါဠိတော် ပထမတွဲ
ဇာ၊ ၂	=	ဇာတ်ပါဠိတော်ဒုတိယတွဲ
ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	=	ဇာတ် အဋ္ဌကထာ ပထမတွဲ
ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	=	ဇာတ် အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ
ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၃	=	ဇာတ် အဋ္ဌကထာ တတိယတွဲ
ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၄	=	ဇာတ် အဋ္ဌကထာ စတုတ္ထတွဲ

ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၅	= ဇာတ် အဋ္ဌကထာ ပဉ္စမတွဲ
ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၆	= ဇာတ် အဋ္ဌကထာ ဆဋ္ဌမတွဲ
ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၇	= ဇာတ် အဋ္ဌကထာ သတ္တမတွဲ
ဓမ္မပဒ	= ဓမ္မပဒ ပါဠိတော်
ဓမ္မ၊ ဋ္ဌ၊ ၁	= ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာ ပထမတွဲ
ဓမ္မ၊ ဋ္ဌ၊ ၂	= ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ
ဣတိဝုတ်	= ဣတိဝုတ် ပါဠိတော်
ဣတိဝုတ်၊ဋ္ဌ	= ဣတိဝုတ် အဋ္ဌကထာ
ဥဒါန	= ဥဒါန်း ပါဠိတော်
ဥဒါန၊ ဋ္ဌ	= ဥဒါန်း အဋ္ဌကထာ
သုတ္တနိ	= သုတ္တနိပါတ် ပါဠိတော်
သုတ္တနိ၊ ဋ္ဌ	= သုတ္တနိပါတ် အဋ္ဌကထာ
ဝိမာန	= ဝိမာနဝတ္ထု ပါဠိတော်
ဝိမာန၊ ဋ္ဌ	= ဝိမာနဝတ္ထု အဋ္ဌကထာ
ပေတ	= ပေတဝတ္ထု ပါဠိတော်
ပေတ၊ ဋ္ဌ	= ပေတဝတ္ထု အဋ္ဌကထာ
ဗုဒ္ဓဝံ	= ဗုဒ္ဓဝံသ ပါဠိတော်
ဗုဒ္ဓဝံ၊ ဋ္ဌ	= ဗုဒ္ဓဝံသ အဋ္ဌကထာ
စရိယာ	= စရိယာပိဋက ပါဠိတော်

စရိယာ၊ ဋ္ဌ	=	စရိယာပိဋက အဋ္ဌကထာ
မိလိန္ဒ	=	မိလိန္ဒပဉှာ ပါဠိတော်
ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၁	=	ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ ပထမတွဲ
ဝိသုဒ္ဓိ၊ ၂	=	ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ ဒုတိယတွဲ

******

ပ-မ-သ-စ-၅၇/၁၃-၂-၉၅ (၅၀၀၀) လစ်သို။