မြန်မာနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ
ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာအဖွဲ့ချုပ်နှင့်
နယ်စပ်တောင်တန်းဒေသ သာသနာနုဂ္ဂဟအသင်း

အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှုနှင့်စာရိတ္တမဏ္ဍိုင်ပညာ

(မူလတန်းအဆင့်)

သာသနာ - ၂၅၅၇ ကောဇာ - ၁၃၇၅ ခရစ်နှစ် - ၂၀၁၃

နိုင်ငံရာတာဝန်ယူကြစို့

ဘုရားရှင်တော်၊ မပွင့်ပေါ်လျှင်၊ လူတော်အများ၊ စိတ်ကောင်း ထားလည်း၊ ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့်၊ ထိုထိုဘုံဘဝ၊ မသိရ .... များလှအပြစ်တွေ။

ဘုရားရှင်တော်၊ ပွင့်ထွန်းပေါ်၍၊ ဟောဖော်ညွှန်ကြား၊ မြတ် တရားကြောင့်၊ ဤကားကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်နှင့်၊ ထိုထိုဘုံ ဘဝ၊ သိကြရ .... များလှကျေးဇူးပေ။

ကျေးဇူးတော်ရှင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ ဦးတင်မပြတ်၊ ကျေးဇူးဆပ်ဖို့၊ အမြတ်ရတနာ၊ သာသနာ၏၊ နိုင်ငံရာဝန်ထမ်း၊ ကိုယ်စီစွမ်း၊ .... ကြိုးပမ်းကြပါလေ။

(တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

အသက်ပေး၍ကြိုးစားမည်

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ လောင်းလျာတုန်းက၊ နောက်ဆုံးအထိပါရမီ။
လူနတ်များစွာ၊ ချမ်းသာရေးမို့ အသက်ပေး၍ဖြည့်ခဲ့သည်။
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာအတွက်တော့၊ ငါပါအသက်ဆုံးစေမည်။
နောက်မဆုတ်ပေါင်၊ ခုလိုတွေးလို့ ကုသိုလ်ရေးမို့ ကြိုးစားမည်။
ကြိုးစားမည်....ကြိုးစားမည်။

(တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

သရဏဂုံ ရွတ်ကြမယ်

အိပ်ရာဝင်သော်၊ သတိရလို့၊ ဗုဒ္ဓ–ဓမ္မ–သံဃ ရယ်။
ကိုးကွယ်ပါတယ်၊ စိတ်မှာညွတ်လို့ နှုတ်ပါတွတ်တွတ်ရွတ်ရတယ်။
အိပ်ရာထပြန်၊ တဖန်ထပ်၍၊ မှန်မှန်မပြတ် ရွတ်ပါကွယ်။
ဘေးအန္တရာယ်၊ ရန်စွယ်ကင်းလို့ ကောင်းခြင်းသုခ၊ ရလိမ့်မယ်။
ရလိမ့်မယ် ......ရလိမ့်မယ်။

(တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

လိမ္မာမှ ပြည်သာမည်

ကလေးအရွယ် လိမ္မာနှင့်ပါမှ ၊ ကြီးရင့်က လိမ္မာမည်။
မလိမ္မာ ပြည်ထောင်စုကြလျှင်၊ ကောင်းမှု မတည်။
ကလေးတို့ နေပြည်၊ တည်စေဖို့ စိတ်စော၊
နံနက် မင်္ဂလာနှင့်၊ နေ့မကွာ ညဥ့်ပါ၊ သုံးလို့ရယ်ကွယ် ...
ပြိုးကြစေသော်။

(တောင်မြို့ မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော်)

၂၈၅၈၆
၈.၁၁.၂၀၁၃

အစဉ်ဌာန်ပြုကြစို့

"တို့သာသနာ
တို့ဘာသာ
ညီညာငါတို့ ပြုကုန်စို့ " (၃)ခေါက်ဆို

(မင်းကွန်းတိပိဋကဓရဆရာတော်)

အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှုနှင့်စာရိတ္တမဏ္ဍိုင်ပညာ
မာတိကာ

ဥ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	အမှာစာ	စ
	နိဒါန်း	ဈ
	အခန်း(၁)	
၁။	**အခြေခံယဉ်ကျေးမှု**	၁
-	အခြေခံယဉ်ကျေးမှုကို ချမှတ်ပေးသော ဂေါတမဗုဒ္ဓ၏ ဘဝဖြစ်စဉ်အကျဉ်း	၁
-	အလောင်းတော်ဘဝ ဖြည့်ကျင့်ခဲ့သောပါရမီ(၁၀)ပါး	၁၇
-	ဘဝဖြစ်စဉ်လက်ာအကျဉ်း	၂၂
-	ရတနာသုံးပါး	၂၅
-	အနန္တောအနန္တငါးပါး	၃၄
	အခန်း(၂)	
၂။	**အခြေခံရှိခိုးပူဇော်မှုနှင့် ကိုယ်ကျင့်သီလဆောက်တည်မှု**	၄၀
-	ထိခြင်းငါးပါးကန်တော့နည်း	၄၀
-	ကိုယ်ကျင့်(အကျင့်)သီလ ဆောက်တည်ပုံများ	၄၉
-	အကျင့်သီလများ၏ ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးများ	၆၃
-	ဆွမ်းတော်စသည်ကပ်လှူပူဇော်ပုံ	၆၆

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
–	ကံ–ကံ၏ အကျိုး	၇၂
–	ကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်သောပုညကြိယာဝတ္ထု (၁၀)ပါး	၇၆
–	သုစရိုက်တရား (၁၀)ပါး	၇၇
–	ဒုစရိုက်တရား (၁၀)ပါး	၈၀
	အခန်း(၃)	
၃။	**လောကလူမှုရေးကျင့်ဝတ်တရားများ**	၈၂
–	အလေးအမြတ်ပြုအပ်သော အရပ်(၆)ပါး	၈၂
–	သားသမီးကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၂
–	မိဘကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၂
–	တပည့်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၃
–	ဆရာကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၃
–	လင်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၃
–	မယားကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၃
–	မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၃
–	ကျေးဇူးခံ မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၄
–	အလုပ်ရှင်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၄
–	အလုပ်သမားကျင့်ဝတ် (၅)ပါး	၈၄
–	ဒါယကာကျင့်ဝတ် (၅) ပါး	၈၄
–	ရဟန်းကျင့်ဝတ် (၆)ပါး	၈၄
–	နာယကကျင့်ဝတ် (၆)ပါး	၈၅
–	ဥစ္စာစီးပွားပျက်စေသည့်အကြောင်း (၆)ပါး	၈၅
–	သေရည်သေရက်သောက်ခြင်းအပြစ် (၆)ပါး	၈၅

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ

-	အချိန်အခါမဲ့သွားလာခြင်းအပြစ် (၆)ပါး	၈၅
-	ပွဲလမ်းသဘင်လိုက်စားမှုအပြစ်(၆)ပါး	၈၅
-	လောင်းကစားမှုအပြစ် (၆)ပါး	၈၆
-	မိတ်ဆွေပျက်ကြောင်း (၆)ပါး	၈၆
-	ပျင်းရိခြင်း (၆)ပါး	၈၆
-	မိတ်ဆွေ(ခင်ပွန်း)အတုများ	၈၆
	(က) ကိုယ်ကျိုးသာငဲ့သောမိတ်ဆွေတု (၄)မျိုး	၈၇
	(ခ) နှုတ်ဖြင့်သာဟန်ဆောင်သောမိတ်ဆွေတု (၄)မျိုး	၈၇
	(ဂ) ချစ်ဖွယ်ဆိုတတ်သော မိတ်ဆွေတု (၄)မျိုး	၈၇
-	မိတ်ဆွေ(ခင်ပွန်း)အစစ်များ	၈၈
	(က) ကျေးဇူးရှက်ဆောင်သော မိတ်ဆွေစစ် (၄)မျိုး	၈၈
	(ခ) ဆင်းရဲမကွာ ချမ်းသာမပစ်သောမိတ်ဆွေစစ်(၄)မျိုး	၈၈
	(ဂ) အကျိုးစီးပွားကို ပြောကြားအပ်သောမိတ်ဆွေစစ် (၄)မျိုး	၈၉
	(ဃ) အစဉ်သနားတတ်သော မိတ်ဆွေစစ် (၄)မျိုး	၈၉
-	ကြီးပွားချမ်းသာရေးကျင့်စဉ် (၄)ပါး	၈၉
-	နာယကမတင်ထိုက်သူ အနာယက(၆)ဦး	၉၀
-	ပျက်စီးဆုတ်ယုတ်ကြောင်းတရား (၁၂)ပါး	၉၀
-	သူယုတ်မာဖြစ်ကြောင်းတရားများ	၉၂
-	စည်းရုံးအောင်မြင်နည်းကျင့်စဉ် (၄)ပါး	၉၄
-	ဥစ္စာပစ္စည်းသုံးဆောင်နည်းကျင့်ဝတ် (၄)ပါး	၉၅

အခန်း(၄)

၄။ **အရှယ်သုံးပါးဘဝနေနည်း(မင်္ဂလာ)ကျင့်စဉ်များ** ၉၆

- မင်္ဂလသုတ်လာ ကျင့်ဝတ်များ ၉၆
- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမင်္ဂလာ (၃)ပါး ၉၉
- နေထိုင်ရေးမင်္ဂလာ (၃)ပါး ၉၉
- သင်ကြားရေးမင်္ဂလာ (၄)ပါး ၉၉
- ပြုစုရေးမင်္ဂလာ(၃)ပါး ၁၀၀
- ကူညီဆောင်ရွက်ရေးမင်္ဂလာ (၄)ပါး ၁၀၀
- ရှောင်ကြဉ်လိုက်နာရေးမင်္ဂလာ (၄)ပါး ၁၀၀
- စိတ်ထားဖြူစင်မြင့်မားရေးမင်္ဂလာ (၅)ပါး ၁၀၁
- သည်းခံခြင်းမင်္ဂလာ (၄)ပါး ၁၀၁
- မြိုးမြီခြင်းမင်္ဂလာ (၄)ပါး ၁၀၁
- စိတ်ထားခိုင်မာရေးမင်္ဂလာ (၄)ပါး ၁၀၂

အခန်း(၅)

၅။ **မေတ္တာနှင့်မေတ္တာပို့သနည်း** ၁၀၃

အခန်း(၆)

၆။ **ယဉ်ကျေးမှုများ** ၁၁၄

- ယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာကဗျာ ၁၁၄
- ယဉ်ကျေးမှုဆုံးမစာများ ၁၁၈
- လောကနီတိ ဆုံးမစာ ၁၁၈
- ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ ဆုံးမစာ ၁၂၃

ရှင်မဟာသီလဝံသ ဆုံးမစာ ၁၂၂
ညောင်ပင်သာ ဦးပုည ဆုံးမစာ ၁၂၃
ဖိုးသူတော်ဦးနု ဆုံးမစာ ၁၂၃
မြန်မာစဉ်လာ ဆုံးမစာ ၁၂၄
ဆားတုံဆရာတော် ပုဏ္ဏောဝါဒဆုံးမစာ ၁၂၄
သားရွှေဥဆုံးမစာ ၁၂၅
ကန်တော်မင်းကျောင်းဆရာတော် ဆုံးမစာ ၁၂၆
မဟာစည်ဆရာတော် ဆုံးမစာ ၁၂၇
တောင်ဖီလာဆရာတော် ဆုံးမစာ ၁၂၇
မဃဒေဝလင်္ကာ ဆုံးမစာ ၁၂၇
ဒီဃာဝု ဆုံးမစာ ၁၂၈
ပထမရွှေကျင်ဆရာတော် ဆုံးမစာ ၁၂၉
လုံးတော်ဆရာတော် ဆုံးမစာ ၁၃၁
ကျည်းကန်ရှင်ကြီး ဆုံးမစာ ၁၃၁
ပေါက္ကံမောင်ချို ဆုံးမစာ ၁၃၂
ရှေးပညာရှိတို့၏ဆုံးမစာ ၁၃၃

အမှာစာ

ယနေ့အချိန်အခါသည်ကား ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်ကြီးကို ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်သာယာပြီး ကမ္ဘာ့အလယ်တင့်တယ်သော နိုင်ငံတော်သစ်ကြီး ဖြစ်အောင် ကြိုးပမ်းနေကြသော အချိန်အခါပင် ဖြစ်လေသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတော်၏ တည်နေရာအချက်အချာကျမှု ပထဝီ အနေအထားအရ ပြည့်စုံမှု သဘာဝသယံဇာတကြွယ်ဝမှု စသော အားသာချက်များကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံတော်၏အနာဂတ် အလားအလာသည် လွန်စွာ ကောင်းမွန်သည်ဟု ပညာရှင်တို့က သုံးသပ်ကြသည်။

နိုင်ငံတော်အတွင်း မှီတင်းနေထိုင်ကြသော တိုင်းရင်းသားလူမျိုး များသည် အေးအတူ ပူအမျှ တစ်အူတုံ့ဆင်းညီရင်းအစ်ကိုပမာ ငြိမ်းချမ်းပျော်ရွှင်စွာနေထိုင်ခဲ့ကြသည်။ သာသနာတော်ပွင့်ပေါ်တော်မူစ ခေတ်ဦး ကာလကပင် ရှင်တော် ဗုဒ္ဓဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမတော်ကို ယုံကြည် သက်ဝင် ကိုးကွယ်ခဲ့ကြသဖြင့် ဘဝသံသရာနှစ်ဖြာသော ငြိမ်းချမ်းမှုကို တည်ဆောက်နိုင်ခဲ့ကြသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုများကို မိမိတို့၏ အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှုအဖြစ် ခံယူကျင့်သုံးခဲ့ကြသဖြင့် မြန်မာလူ့ဘောင်သည် ကမ္ဘာ့အလယ်တွင် ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သော လူ့ဘောင်အဖြစ်အသိအမှတ် ပြုခံခဲ့ကြရသည်။

ရှည်လျားလှစွာသော မြန်မာ့သမိုင်းတစ်လျှောက်တွင် ရှင်တော်ဗုဒ္ဓ ၏အဆုံးအမတော်များကို လိုက်နာပြီး ဗုဒ္ဓယဉ်ကျေးမှု

ကို ကျောရိုးမဏ္ဍိုင်အဖြစ် လေးစားခဲ့ကြသဖြင့် မြန်မာတို့၏ပုံရိပ်သည် အေးချမ်းသာယာတိုး တက်ခဲ့လေသည်။ ဘဝကို ချမ်းမြေ့စွာတည်ဆောက်နိုင်ရုံမက ဗုဒ္ဓစာပေမှ ရရှိသော အသိအမြင်များကို အသုံးချနိုင်ခဲ့ကြသဖြင့် နိုင်ငံတော်တည်ဆောက်ရေးသည် အာရှတလွှားတွင် ပီပြင်ထင်ရှား ကျော်ကြားခဲ့သည်။ စာပေ အနုပညာ ပန်းချီ ပန်းပု အနုသုခုမပညာရပ်များသည် ကမ္ဘာက လေးစားရသည်အထိ မြင့်မားခဲ့သည်။ စစ်ရေး၊ ကာကွယ်ရေး၊ လုံခြုံရေး၊ မြို့ပြ အုပ်ချုပ်ရေး၊ စီမံခန့်ခွဲရေး၊ တရားစီရင်ရေး စသည့် ဗဟုသုတများကိုပါ ရရှိခဲ့သဖြင့် မြို့ပြနိုင်ငံတော်ကြီး အဆင့်အထိ အောင်မြင်မှုရရှိခဲ့သည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ အဆုံးမ၏ ကျေးဇူးကား ဆပ်၍မကုန်နိုင်အောင် ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာယဉ်ကျေးမှုအမွေကို ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများက ဖြန့်ဝေပေးခဲ့သဖြင့် မြန်မာတို့၏ ဘဝအခြေအနေသည် မြင့်မားခဲ့ပါသည်။

ယနေ့အခါတွင်မူ အခြေအနေတို့ပြောင်းလဲ လာခဲ့ပါသည်။ ပညာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု အဓိက ဖြန့်ဝေရာ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းပညာရေးစနစ်အစား ကျောင်းသင် ပညာရေးစနစ် အစားထိုးဝင်ရောက်လာခဲ့ ပါသည်။ ပညာသင် စာသင်ကျောင်းများသည် ခေတ်ပညာရပ်များကို အဓိကထား သင်ကြားပေးခဲ့သဖြင့် လူငယ်ထုအတွင်း စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ယဉ်ကျေးမှုအသွင် အပြင်တို့အားနည်းလာပါသည်။ အနာဂတ်ခေါင်းဆောင် လူငယ်ထုအတွင်း ဘာသာ

သာသနာအဆုံးအမယဉ်ကျေးမှုတို့ တိုးပွားဝင်ရောက်လာမှုမရှိသဖြင့် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုတို့ ဆုတ်ယုတ်လာပါသည်။ လူငယ်ထုတို့သည် မြန်မာ့ ယဉ်ကျေးမှုကို ကျောခိုင်းလာကြပါသည်။

နိုင်ငံတော်ကို ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ထောင်တော့မည် ဆိုလျှင် စာရိတ္တမဏ္ဍိုင်ကြံ့ခိုင်ဖို့ လိုလာပါသည်။ စာရိတ္တမဏ္ဍိုင်အားနည်း ပြီး မျိုးချစ်စိတ် ကင်းမဲ့လာလျှင် ဤနိုင်ငံသည် စိုပြည်သာယာမှုကင်းဝေးမည်မှာ မုချဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ နိုင်ငံတော်၏ အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ်တို့ အမျိုးဘာသာ သာသနာ ယဉ်ကျေးမှု စိတ်ဓာတ်တို့ ပြန်လည် ပြည့်ဖြိုး လာစေရန် ရည်သန်၍ ဤစာအုပ်ကို ထုတ်ဝေရပါသည်။ ဤစာအုပ်ကို ကျောင်းသား လူငယ်အားလုံးတို့၏ လက်ဝယ်သို့ ရောက်ရှိကာ စိတ်ထား ဖြူစင်၍ ကိုယ်ကျင့်တရား ကောင်းမွန်ပြီး ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့သော လူ့ဘောင် အဖွဲ့အစည်းများ ဖြစ်ထွန်းလာစေရန် ရည်သန်ပြီး ပညာရေးဌာနနှင့်ပူးပေါင်းကာ ကျောင်းသားတိုင်း သင်ယူနိုင်သည်အထိ ကြိုးပမ်းမည်ဟု ထက်သန်သော စိတ်ထားဖြင့် ရည်မှန်းချက်ထားကာ ထုတ်ဝေလိုက်ရပါသည်။

ဥက္ကဋ္ဌ

(အဂ္ဂမဟာသီရိသုဓမ္မမဏိဇောတဓရ

ဝဏ္ဏကျော်ထင်) ဒေါက်တာခင်ရွှေ

နိဒါန်း

စာရိတ္တဟူသော ကိုယ်ကျင့် တရားသည် လူတစ်ဦးစီ၏ အသက် သွေးခဲဖြစ်သည်။ စာရိတ္တကောင်းသူသည် လူကောင်း ဖြစ်၍ နိုင်ငံတော်အတွက် အားထားရမည့်သူဖြစ်သည်။ စာရိတ္တ ယိုယွင်းနေသူသည် လူဆိုးလူသွမ်းဖြစ်၍ အများပြည်သူတို့အား အနှောင့် အယှက်ပေးနိုင်သူဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတော်ကို အန္တရာယ်ပြု နိုင်သူ ဖြစ်သည်။

လူငယ်လူရွယ်တစ်ယောက်စီက ပြုစုပျိုးထောင်ရမည့် ကာယ ဗလ၊ ဉာဏဗလ၊ မိတ္တဗလ၊ စာရိတ္တဗလ၊ ဘောဂဗလဟူသည့် ဗလငါးတန်တွင် စာရိတ္တဗလသည် အမွန်မြတ်ဆုံး အရေးအကြီး ဆုံးမဏ္ဍိုင်ဖြစ်၏။ လက်ချောင်းငါးချောင်းတွင် လက်ခလယ်က အမြင့်ဆုံး ဗဟိုမဏ္ဍိုင်ဖြစ်နေသည်နှင့်တူ၏။ စာရိတ္တမဏ္ဍိုင်ကြံ့ခိုင် ပါမှ အခြားသော ဗလစွမ်းအားတို့သည် နိုင်ငံတော်ကို အကျိုးပြု နိုင်ကြပေမည်။ စာရိတ္တမဏ္ဍိုင် ယိမ်းယိုင်နေပါလျှင် ကျန်ဗလလေး တန်၏ ခွန်အားတို့သည် အဖျက်လုပ်ငန်းများဆီသို့ ဦးတည်သွား ကြလိမ့်မည်။

ယနေ့လူငယ်များသည် အနာဂတ်ခေါင်းဆောင်များ ဖြစ် လာကြမည်ဖြစ်သဖြင့် စာရိတ္တမဏ္ဍိုင် ကြံ့ခိုင်ဖို့ အထူးလိုအပ်သည်။ နိုင်ငံတော်က မျှော်လင့်နေသော နိုင်ငံသားကောင်း, သမီးကောင်း ရတနာများ ဖြစ်မြောက်လာရေးအတွက် ကျောင်းသားကျောင်းသူ ကလေးအရွယ်က စတင်ကာ အတတ်ပညာတို့ကို ဆည်းပူးရင်း

စာရိတ္တကောင်းမွန်အောင် ကျင့်ကြံနေထိုင်သွားကြရပေမည်။ လူငယ်တိုင်းသည် စာရိတ္တ၏ တန်ဖိုးကို သိမြင်ကာ စာရိတ္တကို ချစ်မြတ်နိုး၍ စာရိတ္တကောင်းခြင်းဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံအောင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်ကြရပေမည်။

မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု

ဤနိုင်ငံတွင် သုဝဏ္ဏဘူမိခေတ်၊ သရေခေတ္တရာခေတ်ကာလများ၌လည်း ဤယဉ်ကျေးမှုများ စတင်ထွန်းကားခဲ့ပြီး ပုဂံခေတ် အနော်ရထာမင်းကြီး လက်ထက်တွင် ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာသည် မြန်မာနိုင်ငံ တစ်ဝန်းလုံးတွင် ထွန်းလင်း တောက်ပခဲ့သည်မှာ ယနေ့တိုင်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၅၀၀ ကျော်က အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ဗုဒ္ဓဂေါတမပေါ်ထွန်းခဲ့သည်။ ထိုဗုဒ္ဓဂေါတမ ဟောကြားခဲ့သော လောကီ လောကုတ္တရာ တရားများသည် မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်းသို့ ဆောလျင်စွာ ရောက်ခဲ့ပါသည်။ ဥပမာ - ဗုဒ္ဓဂေါတမ အိန္ဒိယနိုင်ငံသားများကို တရားမဟောသေးမီ မြန်မာနိုင်ငံသား တပုဿ၊ ဘလ္လိကတို့ကို တရားဟောကြားခဲ့ပြီး၊ ဒွေဝါစိက သရဏဂုံ တည်စေခဲ့သည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ဗုဒ္ဓဂေါတမ၏ လောကီ လူမှုရေး ကျင့်ဝတ်တရားများ ဖြစ်ကြသော နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ စစ်ရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုစသော ဘက်စုံကျင့်စဉ်တရားများသည် မြန်မာနိုင်ငံတွင်းသို့ ဝင်ရောက်လာခဲ့သည့်အပြင် သန္တိသုခ ငြိမ်းအေးချမ်းသာသော လောကုတ္တရာ ကျင့်စဉ်တရားများလည်း ရောက်လာကြ

ပါသည်။ ထိုအချိန်မှစ၍ ဤမြန်မာနိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားများသည် ထိုလောကီ လောကုတ္တရာ ကျင့်စဉ်တရားများကို မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု အနေနှင့် လက်ခံကျင့်သုံးခဲ့ကြသည်မှာ ယနေ့အထိ ဖြစ်ပေသည်။

ထိုကျင့်စဉ် တရားများကို ဗုဒ္ဓဘာသာ တရားတော်ဟူ၍ တစ်ဖက်သတ်ပြော၍ မရပါ။ ဤနိုင်ငံ ဤလူမျိုးတို့ ဘိုးဘွားဘီဘင် လက်ထက်ကတည်းက အမြွတ်တနိုး လက်ခံခဲ့သော ယဉ်ကျေးမှု ဖြစ်သလို ယနေ့အထိ ကမ္ဘာ့အလယ်တွင် မှန်ကန်သောကျင့်စဉ်နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဖြစ်နေပါသည်။

မြန်မာတို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာ အပေါ် အခြေခံ၍ မြန်မာ့ ယဉ်ကျေးမှုကို တည်ဆောက်ခဲ့သည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် မေတ္တာ တရား ကိုယ်ချင်းစာတရားတို့ကို အလေး ထား၍ သူတပါးတို့အား မထိခိုက် မနစ်နာစေဘဲ အပြစ်ကင်း အောင် ပြုမူပြောဆို ကြံစည် ကြရန် သွန်သင်ဆုံးမပေးသည်။ ပဉ္စသီလခေါ် ငါးပါးသီလသည် ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာတို့ကို အပြစ်ဆိုဖွယ်ရာမရှိအောင် ထိန်းသိမ်းနေထိုင်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် ကမ္ဘာပေါ်၌ အယဉ်ကျေး အသိမ် မွေ့ဆုံးသော ကျင့်ဝတ်များဖြစ်ကြသည်။

သိင်္ဂါလောဝါဒသုတ်လာ သားသမီးကျင့်ဝတ်၊ မိဘကျင့် ဝတ်၊ တပည့်ကျင့်ဝတ်၊ ဆရာကျင့်ဝတ် စသည့် ကျင့်ဝတ်တရား များသည်လည်းကောင်း၊ ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်းဖြစ်သော မင်္ဂလာ တရားတော်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ဘုရားဟော တရားတော်နှင့် နီတိကျမ်းလာ အဆုံးအမ ဩဝါဒများသည်လည်းကောင်း၊ မြန်မာ တို့အား ယဉ်ကျေးမှုအရာ လူမှုရေးရာတို့၌ အထွတ်အထိပ်သို့

ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးခဲ့ကြသည့်အပြင် ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့ဖွယ်ကောင်းသော အိမ်ထောင်စုများနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းကိုလည်း ဖြစ်ထွန်း ပေါ်ပေါက်စေခဲ့ကြပါသည်။ မေတ္တာ တရားရှေ့ထား၍ ရိုသေလေးစားစွာ ခေါ်ဝေါ်ပြောဆိုမှု၊ လူကြီးများအား ဂါရဝ တရားရှေ့ထား၍ မာန်မာန နှိမ်ချကာပြောဆိုမှု၊ ကိုယ်ချင်းစာနာ ထောက်ထား၍ ကူညီစောင်မပေးခြင်း စသည်တို့သည် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု၏ နှစ်သက်ဖွယ်ကောင်းသော အနှစ်သာရများဖြစ်ကြသည်။

ယနေ့ လူငယ် လူရွယ်များသည် အနှစ်သာရ ပြည့်ဝသော မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုကို မြတ်နိုးယုယစွာ ဂုဏ်ယူဝင့်ကြွားစွာ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ကြရပေမည်။

ယနေ့လူငယ်များစွာတို့သည် အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှု ဇာစ်မြစ်များ စီးဆင်းရာ ဗုဒ္ဓဘာသာအကြောင်းကို စနစ်တကျ နားလည်မှုနည်းပါးလာသည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာသည် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု၏ ကျောရိုးမဏ္ဍိုင်ဖြစ်သည်။ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု ပြန်လည်ခိုင်မာ စေလိုလျှင် ကျောရိုးမဏ္ဍိုင်ခိုင်မာမှုရှိရန် လိုအပ်လာသည်။

မြန်မာ့ ယဉ်ကျေးမှု၏ အနှစ်သာရဖြစ်သည့် ဗုဒ္ဓဘာသာ သဘောတရားများကို မသိနားမလည်ကြသည့်အခါ ရေခြားမြေခြား ဘာသာခြားတို့၏ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု၊ သီဆိုကပြမှုနှင့် ဟီရိ ဩတ္တပ္ပ ကင်းသောအမူဓလေ့တို့ကို အထင်ကြီးအားကျ အတုခိုးကာ အတုလိုက်လာကြသည်။ သရုပ်ပျက် ဝတ်စားဆင်ယင် ပြောဆိုကျင့်ကြံမှုများကို မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုနှင့် ဆန့်ကျင်စွာ သားနှင့်အမိ မောင်နှင့် နှစ်မတို့ မကြည့်ဝံ့စရာ ဝတ်ကြစားကြ သီဆိုလာကြသည်။ ထို

အပြုအမူ သရုပ်ပျက် ယဉ်ကျေးမှုတို့ကြောင့် မြန်မာလူငယ်တို့၏ အမူအကျင့်ဆိုးတို့သည် မြန်မာလူ့ဘောင်ကို အမှောင်ခေတ်သို့ တွန်းပို့နေကြသည်။ ပြည်သူအပေါင်းတို့အား အော့နှလုံးနာစေကြသည်။ ဤအပြုအမူ အကျင့်ဆိုးတို့သည် အကုသိုလ်အလုပ်များဖြစ်နေသဖြင့် လူငယ်ထုတစ်ရပ်လုံးကို အပါယ်လေးပါးသို့ တွန်းပို့ပေးနေကြကြောင်း ယနေ့လူငယ်တို့ သိရှိဖို့ လိုအပ်လာပါသည်။

အမှန်အားဖြင့် မိဘတို့သည် မိမိတို့၏ သားသမီးများကို "ဆင်စီး၍ မြင်းရံသည်"ကိုသာ မြင်တွေ့လိုကြပါသည်။ "ဆင်နင်း၍ မြင်းကန်သည်"ကို မမြင်လိုကြပေ။ အပါယ်လေးပါးသို့ ကျရောက်ကြမည်ကို အဘယ်မှာလျှင် အလိုရှိကြပါအံ့နည်း။

ဗုဒ္ဓ တရားတော်ဖြင့် အခြေခံခဲ့သော မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုသည် မြန်မာလူ့ဘောင်၏ အသက်သွေးကြောဖြစ်သည်။ ယဉ်ကျေးမှုသွေးကြောကို ဘာသာရေး သွေးဖြင့် သွေးသစ်လောင်းပေးနေမှသာ ထာဝရရှင်သန်သော သွေးသန့်သွေးစစ်များ တိုးပွားလာမည်ဟု အမှန်အတိုင်း သိမြင်ကြသော နိုင်ငံခေါင်းဆောင်တို့သည် လူငယ်ထု တစ်ရပ်လုံး မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု စာရိတ္တမဏ္ဍိုင် အားရှိကြံ့ခိုင်လာစေရန်အတွက် ဤသင်ခန်းစာများကို ပြုစုရန် စီမံခဲ့လေသည်။

ယခုအခါ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုအမွေကို လက်ဆင့်ကမ်းပေးအပ်လိုသော "မြန်မာနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာအဖွဲ့ချုပ်နှင့် နယ်စပ်တောင်တန်းဒေသ သာသနာနုဂ္ဂဟအသင်း" ဗဟို အလုပ်အမှုဆောင် ကော်မတီ ဥက္ကဋ္ဌ၊ အဂ္ဂမဟာသီရိသုဓမ္မမဏိ

ဇောတမရေ၊ ဝဏ္ဏကျော်ထင် ဒေါက်တာခင်ရွှေနှင့် တာဝန်ရှိပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများက ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အမျိုးသားယဉ်ကျေးမှုနှင့် စာရိတ္တမဏ္ဍိုင်ပညာ ပြုစုရေး ကော်မတီတစ်ရပ်ကို အောက်ပါအတိုင်း ဖွဲ့စည်းတာဝန်ပေးအပ်ခဲ့ပါသည် -

(၁)	ဦးကိုကိုမြိုင်	ဥက္ကဋ္ဌ
(၂)	ဦးကျော်ခင်မြင့်	အဖွဲ့ဝင်
(၃)	ဦးလှသိန်းထွဋ်	။
(၄)	ဦးကျော်လွင်	။
(၅)	ဦးခင်မောင်ရင်	အတွင်းရေးမှူး

ဤစာအုပ် ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် မြန်မာနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာအဖွဲ့ချုပ်နှင့် နယ်စပ်တောင်တန်းဒေသ သာသနာနုဂ္ဂဟအသင်း(ဗဟို) ရုံးအဖွဲ့မှ ဦးသာမြင့်(ဌာနမှူး - စည်းရုံး/ပညာ)၊ ဦးဝင်းနောင် (စည်းရုံးရေးမှူး)နှင့် ဒေါ်ထိုက်ဆုလှိုင် (ကွန်ပျူတာကျွမ်းကျင်)တို့၏ အကူအညီရယူဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ စာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးကော်မတီသည် လူငယ်များနှင့် သင့်လျော်မည့် သင်ခန်းစာများကို ရွေးထုတ်၍ ထုတ်ဝေလိုက်ပါသည်။

သင်ကြားပေးကြသော ဆရာ၊ ဆရာမများကလည်း ကလေးသူငယ်တို့၏ အတန်းအလိုက် ရွေးနုတ်သင်ကြားပေးရန် လိုအပ်ပါ၍ ဤစာအုပ်ပါ ယဉ်ကျေးမှုများကို သူငယ်တန်း၊ ပထမတန်း၊ ဒုတိယတန်း၊ တတိယတန်း၊ စတုတ္ထတန်း အတန်းအလိုက် ခွဲခြားစီစဉ်သင်ကြားပေးပါရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

အခန်း(၁)

အခြေခံယဉ်ကျေးမှု

အခြေခံယဉ်ကျေးမှုကိုချမှတ်ပေးသော ဂေါတမဗုဒ္ဓ၏ ဘဝဖြစ်စဉ်အကျဉ်း

ကပိလဝတ် နေပြည်တော်ကြီး၌ သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီး ထီးနန်းစိုးစံတော်မူစဉ် မဟာသက္ကရာဇ် (၆၇) ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ ကြာသပတေးနေ့ ဥတ္တရာသာဠ်နက္ခတ်နှင့် စန်းယှဉ်လျက် ဘုရားအလောင်းတော်သည် တုသိတာ နတ်ပြည်မှ စုတေ၍ မယ်တော် မာယာဝမ်း၌ သန္ဓေယူတော်မူပါသည်။ သန္ဓေတော်ယူ၍ (၁၀)လပြည့်သဖြင့် မဟာသက္ကရာဇ် (၆၈)ခုနှစ် ဝါဆိုလပြည့်၊ သောကြာနေ့တွင် ဖွားမြင်တော်မူပါသည်။

ဖွားမြင်တော်မူပြီး သက်တော် (၁၆)နှစ်သို့ ရောက်တော်မူလျှင် မဟာသက္ကရာဇ် (၈၄)ခုနှစ်တွင် သုပ္ပဗုဒ္ဓမင်းကြီး၏ သမီးတော် ယသော်ဓရာဗိမ္ဗာဒေဝီနှင့် စုံဖက်တော်မူ၍ ရွှေနန်းစည်းစိမ် အပ်နှင်းတော်မူသဖြင့် စံတော်မူသည်။ မင်းစည်းစိမ် (၁၃)နှစ် စံတော်မူပြီး သက်တော် (၂၉)နှစ်သို့ ရောက်တော်မူလျှင် သူအို၊ သူနာ၊ သူသေ၊ ရဟန်း ဟူသော နိမိတ်ကြီး လေးပါးကို မြင်တော်မူ၍ သံဝေဂရတော်မူကာ သားတော်ရာဟုလာကို ဖွားမြင်သောနေ့၌ မဟာသက္ကရာဇ် (၉၇)ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ တနင်္လာနေ့၊ သန်းခေါင်ယံ

ဉတ္တရာသာဠ်နက္ခတ်နှင့် ယှဉ်လျက် တောထွက်၍ ဉရုဝေလ တော၌ ဒုက္ကရစရိယာ (၆)နှစ် ကျင့်တော်မူပါသည်။ ဒုက္ကရစရိယာ (၆)နှစ် ကျင့်ပြီးနောက် ငယ်စဉ်တစ်လသားအရွယ်က အာနာပါန ရှုမှတ်၍ ပထမဈာန်ရခဲ့ဖူးသည်ကို ပြန်လည်သတိရပြီး မိမိသန္တာန်၌ ရုပ်နာမ်တရားများကို ရှုမှတ်ရာ တရားအလုံးစုံကို သိမြင်တော်မူသော ဘုရားအဖြစ်သို့ မဟာသက္ကရာဇ် (၁၀၃)ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် ရောက်တော်မူပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် သက်တော် (၈၀)နှစ်၊ ဝါတော် (၄၅) ဝါပတ်လုံး လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါ အပေါင်းတို့အား ဆုံးမသြဝါဒပေး၍ ချွေချွတ်တော်မူပါသည်။ မဟာသက္ကရာဇ် (၁၄၈)ခု၊ ကဆုန်လပြည့်၊ အင်္ဂါနေ့တွင် ရွှေပြည်နိဗ္ဗာန် စံဝင်တော်မူမည်ဟု ဉာောင်စောင်း၌ လျောင်းတော်မူနေစဉ် “ငါဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန်စံဝင်တော်မူသည့်နောက် ငါဟောကြားတော်မူခဲ့သော ဓမ္မက္ခန္ဓာရှစ်သောင်း လေးထောင်သည် ငါဘုရား ထင်ရှားရှိ ဘိသကဲ့သို့ သာသနာတော် အနှစ်ငါးထောင်တိုင်အောင် ဆုံးမပဲ့ပြင်ရစ်လတ္တံ့” ဟု ဗျာဒိတ်စကား ထားတော်မူခဲ့၍ ကဆုန်လပြည့်၊ ဝိသာခါနက္ခတ်ယှဉ်သော မိုးသောက်ယံ၌ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတော်မူပါသည်။

ဗုဒ္ဓဝင်မှတ်စုအကျဉ်း

နိယတ ဗျာဒိတ်

ပေးသောဘုရား - ဒီပင်္ကရာမြတ်စွာဘုရား

နိယတ ဗျာဒိတ်

ပေးသောနေ့ - ကဆုန်လပြည့်နေ့

နိယတဗျာဒိတ်ရသောဘဝ	-	သုမေဓာရှင်ရသေ့ဘဝ
ပါရမီဖြည့်ကျင့်ရသောကာလ	-	လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်း (သုမေဓာ ဘဝမှ ဝေဿန္တရာမင်း ဘဝအထိ) ဒါနနဲ့စဒါနနဲ့ဆုံးခဲ့သည်။
ပါရမီဖြည့်ဖက်	-	သုမိတ္တာ (ယသော်ဓရာအလောင်း)
ပါရမီတော်ကျင့်စဉ်များ	-	ပါရမီဆယ်ပါး၊ အပြားသုံးဆယ်၊ စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါး၊ စရိယသုံးပါး
ဖြည့်ကျင့်ခဲ့သောရည်ရွယ်ချက်	-	အများအကျိုးကို ဆောင်ရွက်ရန် သတ္တဝါအများကို ကယ်တင်ရန်
ပါရမီတော်ခရီး၏နောက်ဆုံး လူဘဝ	-	ဝေဿန္တရာမင်း
သန္တေယူတော်မူမည့်နတ်ဘဝ	-	တုသိတာနတ်ပြည်၊ သေတကေတုနတ်သား
ဘုရားပွင့်ရန်တောင်းပန်ခြင်း	-	စကြဝဠာပေါင်း တိုက်တစ်သောင်းမှ နတ်ပြဟ္မာများ
ကြည့်ခြင်းကြီးငါးပါးကြည့်တော်မူခြင်း	-	**ကာလ** = ဘုရားဖြစ်ရာ အချိန် **ဒီပ** = ဘုရားဖြစ်ရာ ကျွန်း **ဒေသ** = ဘုရားဖြစ်ရာ အရပ် **ကုလ** = ဘုရားဖြစ်ရာ အမျိုး **မာတု အာယု ပရိစ္ဆေဒ** = မယ်တော်၏ အသက်

သန္ဓေတော်ယူသောနေ့- မဟာသက္ကရာဇ် (၆၇)ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ ကြာသပတေးနေ့၊

ဖွားမြင်တော်မူသောနေ့- မဟာသက္ကရာဇ် (၆၈)ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်၊ သောကြာနေ့၊

ကျူးရင့်ကြွေးကြော်သော- စကားကြီးသုံးခွန်း ဖွားမြင်တော်မူပြီးနောက် မြောက်အရပ်သို့ ခြေခုနစ်လှမ်း ကြွတော်မူကာ စကားကြီး သုံးခွန်းကို ရဲရင့်စွာ ကြုံးဝါးတော်မူသည် -

(၁) **အဂ္ဂေါဟ မသ္မိ လောကဿ၊**
= ငါသည်လောကတွင် အဦးဆုံးဖြစ်၏။

(၂) **ဇေဋ္ဌောဟ မသ္မိ လောကဿ၊**
= ငါသည် လောကတွင် အကြီးအကဲဆုံးဖြစ်၏။

(၃) **သေဋ္ဌောဟ မသ္မိ လောကဿ၊**
= ငါသည် လောကတွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

ဖွားမြင်တော်မူရာဌာန- ကပိလဝတ်ပြည်နှင့် ဒေဝဒဟ ပြည်ကြားရှိ လုမ္ဗိနီ အင်ကြင်းတော၊ ကပိလဝတ်ပြည် အရှေ့ဘက် (အိန္ဒိယပြည်၊ အရှေ့မြောက်ပိုင်းဘက်၊ ယူပီနယ်နှင့် နီပေါနယ်စပ်မှာ ရှိသည်။)

ဖွားဖက်တော်ခုနစ်ဦး- ကာဠုဒါယီ အမတ်၊ ယသော်ဓရာမိဖုရား၊ ညီတော် အာနန္ဒာ၊ ဆန္န

အမတ်၊ ကဏ္ဍကမြင်း၊ ရွှေအိုးကြီး
လေးလုံး၊ မဟာဗောဓိပင်။

လက်ာ - ကာဠု၊ ယသော်၊ ညီတော် ၊ ဆန္န၊
ကဏ္ဍက၊ သောဏ္ဍ၊ ဗုဒ္ဓဟေ ၊
ဖွားဖက်တော်မြတ်၊ ခုနစ်ရပ် ၊
မှတ်အပ်များလူပေ။

အလောင်းတော်အမည်- သိဒ္ဓတ္ထကုမာရ
(လိုရာ အကျိုးစီးပွားကို ပြီးစေသော
မင်းသား)

လူမျိုး - သကျသာကီဝင်လူမျိုး

ခမည်းတော်အမည် - သီရိသုဒ္ဓေါဒန မဟာရာဇာ

မယ်တော်အမည် - သီရိမဟာ မာယာဒေဝီ

မိထွေးတော်အမည် - မဟာပဇာပတိဂေါတမီ

ကြင်ယာတော်အမည် - ယသော်ဓရာ
(ဘဒ္ဒကစ္စနာ)

သားတော်အမည် - ရာဟုလာ

နေပြည်တော် - သက္ကတိုင်း၊
ကပိလဝတ်ပြည်

နန်းစံနှစ် - သက်တော် ၁၆နှစ်မှ ၂၉ နှစ်ထိ
(၁၃)နှစ်

နန်းမသုံးဆောင်	-	ရမ္မ (နွေ-၉)၊ သုဘ (မိုး ၇)၊ သုရမ္မ (ဆောင်း ၅)
နိမိတ်ကြီးလေးပါး	-	သူအို၊ သူနာ၊ သူသေ၊ ရဟန်း
တောထွက်တော်မူသောနေ့	-	မဟာသက္ကရာဇ် ၉၇ ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ တနင်္လာနေ့။
ဆံတော်ကို စေတီတည်ခြင်း	-	ဘုရားအလောင်းတော်သည် တောထွက်တော်မူပြီးနောက် အနော်မာဆောင်ကမ်းတွင် ဆံတော်ကို ပယ်တော်မူသည်။ ထိုဆံတော်ကို သိကြားမင်းသည် ရတနာ ပန်းတောင်းဖြင့် ခံယူ တော်မူကာ တာဝတိံသာ နတ်ပြည်ဝယ် စူဠာမဏိ စေတီတော် တည်ထားခဲ့သည်။
ဝတ်လဲတော်ကို စေတီတည်ခြင်း	-	ဃဋိကာရ ဗြဟ္မာမင်းသည် သပိတ်သင်္ကန်းကိုလှူဒါန်းပြီး ဘုရားအလောင်းတော်၏ ဝတ်လဲတော်များကို ယူဆောင်၍ ဗြဟ္မာပြည်၌ ဒုဿစေတီတော် တည်ထားခဲ့သည်။
ဒုက္ကရစရိယအကျင့်	-	သာမန်လူတို့ ကျင့်နိုင်ခဲသော အကျင့်
ဒုက္ကရစရိယ ကျင့်ရသောနှစ်	-	မဟာသက္ကရာဇ် (၉၇)ခုနှစ်မှ (၁၀၃) ခုနှစ်ထိ (၆)နှစ်

ဒုက္ခရစရိယ ကျင့်သောနေရာ - ဥရုဝေလတော

အလုပ်အကျွေး - ပဉ္စဝဂ္ဂီ ငါးဦး (ကောဏ္ဍည မထေရ်၊ ဝပ္ပမထေရ်၊ ဘဒ္ဒိယမထေရ်၊ မဟာနာမ် မထေရ်၊ အဿဇိမထေရ်)

ပထမဆုံးသာဝက - ကောဏ္ဍညမထေရ်

ယနာနို့ဆွမ်းအလှူရှင် - ဘုရား ဖြစ်တော်မူမည့် နေ့တွင် သေနာနိဂုံးသူ သုဇာတာ သူဌေးသမီး သည် အဖိုးတစ်သိန်း ထိုက်သော ရွှေခွက်နှင့် အတူ ယနာနို့ဆွမ်းကို ဆက်ကပ် လှူဒါန်းခဲ့သည်။ ဘုရား အလောင်းတော်သည် ၄၉ လုတ် ဘုဉ်းပေးတော်မူပြီး ၄၉ ရက် တိုင် တိုင် မျှတစွာ နေနိုင်ခဲ့သည်။

ဘုရားဖြစ်တော်မူသော- နေ့နှင့်သက်တော် မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃ ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်၊ ဗုဒ္ဓဟူး နေ့၊ ၃၅-နှစ်အရွယ်၊

ရရှိသောဉာဏ်တော်များ- **ပု၊ ဒိ၊ အာ**

ပု = ညဉ့်ဦးယံတွင် ပုဗ္ဗေနိဝါသာ နုဿတိဉာဏ်

(အတိတ် ဘဝများစွာကို သိမြင်နိုင်သော ဉာဏ်)

ဒိ = သန်းခေါင်ယံတွင် ဒိဗ္ဗစက္ခု ဉာဏ်
(နတ်မျက်စိအလား ဖုံးကွယ် သေးမွှား အရာများကို ထင်ရှားစွာမြင်နိုင်သော ဉာဏ်)
အာ = မိုးသောက်ယံတွင် အာသဝက္ခယဉာဏ်
(ကိလေသာအားလုံးကို အထုံ ဝါသနာနှင့်တကွ အလုံးစုံကို ပယ်သတ်နိုင်သောဉာဏ်)

ဘုရားဖြစ်တော်မူသော-နေရာ
အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ ဂယာဒေသ (ဗုဒ္ဓဂယာ) ရှိ ဖွားဖက်တော် မဟာ ဗောဓိပင် အောက် အပရာဇိတပလ္လင်

သတ္တဌာနခုနစ်ပါး -
(၇ × ၇ = ၄၉ ရက်၊ ဖလသမာပတ်ဝင်စား)
၁။ **ပလ္လင်္ကသတ္တာဟ**
- ရွှေပလ္လင် ထက်ဝယ် ၇-ရက် ဖလသမာပတ် ဝင်စားတော်မူခြင်း)
၂။ **အနိမိသသတ္တာဟ**
- ဘုရား ဖြစ်ရာ ဗောဓိပင်နှင့် ရွှေပလ္လင်ကို မမှိတ် သော မျက်စိဖြင့် (၇)ရက် ကြည့်တော်မူခြင်း

၃။ **စင်္ကြမသတ္တာဟ**

- ၇ ရက် လုံးလုံး ရတနာစင်္ကြံဝယ် စင်္ကြံ ကြွတော်မူခြင်း

၄။ **ရတနာဃရ သတ္တာဟ**

- ရတနာ ရွှေအိမ်ဝယ် အဘိဓမ္မာ ဒေသနာတော်ကို ၇ ရက်လုံးလုံး ဆင်ခြင်တော်မူခြင်း

၅။ **အဇပါလသတ္တာဟ**

- ဆိတ်ကျောင်းသားတို့စုဝေးရာ ညောင်ပင်သို့ ကြွတော်မူကာ ၇ ရက်လုံးလုံး နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားတော်မူခြင်း

၆။ **မုစလိန္ဒ သတ္တာဟ**

- ကျည်းပင် အနီးရှိ မုစလိန္ဒာအိုင်တွင် ၇ ရက်လုံးလုံး နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားတော်မူခြင်း

၇။ **ရာဇာယတနသတ္တာဟ**

- လင်းလွန်း ပင်အရင်းသို့ ကြွတော်မူကာ ၇ ရက် လုံးလုံး နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ခံစားတော်မူခြင်း

ဘုရားဖြစ်ခါစ ဆွမ်းဦးအလှူရှင် - ဘုရား ဖြစ်ပြီးနောက် နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာကို စံတော်မူလျက် ဥက္ကလာတိုင်း၊ ပေါက္ခရဝတီမြို့မှ တပုဿ၊ ဘလ္လိက (မြန်မာပြည်ဖွားကုန်သည်

ညီနောင်များ)၏ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းသော ဆွမ်းဦးကို ဘုဉ်းပေးတော်မူသည်။

ကမ္ဘာ့ပထမဦးဆုံး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ခံယူကြသူများ - တပုဿနှင့် ဘလ္လိက တို့သည် ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ ဟူ၍ **ဒွေဝါစိက သရဏဂုံ ဆောက်တည်ကာ ကမ္ဘာ့အဦးဆုံး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်လာကြသည်။**

ကမ္ဘာ့ ပထမဦးဆုံး ဆံတော်များကို ချီးမြှင့်ခံကြရသူများ - ဘုရားရှင်သည် ကိုယ်တော်တိုင် ဦးခေါင်းတော်ကို သပ်၍ ဆံတော်မြတ်တို့ကို တပုဿနှင့် ဘလ္လိကတို့အား ကိုးကွယ်ရန် ပထမဆုံး ချီးမြှင့်တော်မူခဲ့သည်။

ကမ္ဘာ့ပထမဦးဆုံး စေတီတော် - တပုဿ၊ ဘလ္လိက ကုန်သည် ညီနောင်တို့သည် ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင် ချီးမြှင့်ခဲ့သော ဆံတော်များကို ဥက္ကလာတိုင်းသို့ ပင့်ဆောင်ခဲ့ရာ၊ သိင်္ဂုတ္တရ ကုန်းတော်ပေါ်၌ တိကုမ္ဘ မည်သော စေတီတည်၍ ဆံတော်များကို ဌာပနာကြလေသည်။ ထိုစေတီတော်ကား ယခုအခါ မြန်မာနိုင်ငံ၌ ရွှေတိဂုံ စေတီတော်မြတ်ပင် ဖြစ်သည်။

တရားဟောတော်မူရန် တောင်းပန်သူ - ပြဟ္မာပြည်မှ သဟမ္ပတိ ပြဟ္မာကြီး

အဦးဆုံးတရား - ဓမ္မစကြာတရားတော်

ဓမ္မစကြာတရား ဟောသောနေ့ - မဟာသက္ကရာဇ် ၁၀၃ ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ စနေနေ့၊ (ဘုရား ဖြစ်ပြီး ၂ လ တိတိ ပြည့်သောနေ့)

ဓမ္မစကြာတရား ဟောသောနေရာ - ဗာရာဏသီပြည်၊ ကာသိတိုင်း၊ ဣသိပတန မိဂဒါဝုန်တော၊ (အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ ဗာရာဏသီမြို့မှ မြောက် ဘက် ၆ မိုင်အကွာ ဆာရနတ်ဟူသည့် အရပ်တွင် တည်ရှိပါသည်။)

တရားဟောတော်မူသောနှစ် - ၄၅ နှစ် (၄၅ ဝါ) ကာလပတ်လုံး

နေ့စဉ်တရား ဟောသောအချိန် - သတ္တဝါအများအတွက် နေ့စဉ် နာရီ (၂၀)ကျော်ခန့်

ဘုရားရှင်၏ နေ့စဉ် ဆောင်ရွက်သော ကိစ္စငါးပါး - **နံနက်ခင်း လုပ်ငန်းစဉ်**
(ဘုရားရှင်သည် အရုဏ်တက်ချိန်မှစ၍ ကျွတ်ထိုက်သော သတ္တဝါတို့အား ရှုကြည့်တော်မူသည်။ ထို့နောက် ဆွမ်းခံကြွကာ ဆွမ်း ဘုဉ်းပေးပြီးနောက် အနုမောဒနာတရား ဟောတော်မူသည်။)

နေ့လည် လုပ်ငန်းစဉ်
(ဆွမ်းခံရာမှ ပြန်ကြွတော်မူပြီး ဂန္ဓကုဋိကျောင်း အနီး ခြေဆေးအင်းဖျဉ်၌ ရပ်တော်မူကာ ဒုလ္လဘတရားငါးပါး ဟောကြားတော်မူပြီး ရဟန်းတို့အား သင့်လျော်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးတော်မူသည်။ နေ့လည်ဘက်တွင် တရားမဏ္ဍပ်သို့ တရားနာ လာရောက်ကြကုန်သော ပရိသတ်တို့အား တရားဟောတော်မူသည်။

ညဥ့်ဦးယံ လုပ်ငန်းစဉ်
(တရားနာရန် စည်းဝေးရောက်လာကြကုန်သော ရဟန်းတော်တို့အား တရားဟောတော်မူပြီး သိလိုသမျှ အမေး ပြဿနာများကို ရှင်းလင်းဟောပြတော်မူသည်။)

သန်းခေါင်ယံ လုပ်ငန်းစဉ်
(ညဥ့်ဦးယံ လုပ်ငန်း ပြီး၍ ရဟန်းတော်တို့ ပြန်ကြွပြီး သောအခါ စကြဝဠာအပေါင်း တိုက်တစ်သောင်းမှ ရောက်လာကြကုန်သော နတ်ပြဟ္မာများတို့၏ အမေး ပုစ္ဆာ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းဟောပြတော်မူသည်)

မိုးသောက်ယံ လုပ်ငန်းစဉ်

(ည ၂း၀၀ မှ ၆း၀၀) နာရီ အတွင်း မိုးသောက်ယံ အချိန်ကို သုံးပိုင်းခွဲတော်မူပြီး ပထမပိုင်း တစ်ချိန်လုံး စင်္ကြံ ကြွတော်မူသည်။ ဒုတိယပိုင်း အချိန်တွင် ဂန္ဓကုဋီ ကျောင်းတော်သို့ဝင်၍ လျောင်းစက်တော်မူသည်။ တတိယပိုင်းအချိန်တွင် သမာပတ်ချမ်းသာ ခံစားတော်မူပြီး ကုသိုလ်ပါရမီထူးရှိသူ၊ ကျွတ်ထိုက်သောသူများ ရှိ/မရှိ တစ်လောကလုံးကို ခြုံငုံ၍ ဉာဏ်တော်ဖြင့် ကြည့်ရှုတော်မူသည်။

လက်ယာရံ အဂ္ဂသာဝက - အရှင်သာရိပုတ္တရာ (ပညာအရာမှာဧတဒဂ်) (ဥပတိဿ ပရိဗိုဇ်)

လက်ဝဲရံ အဂ္ဂသာဝက - အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန် (တန်ခိုးအရာမှာ ဧတဒဂ်) (ကောလိယ ပရိဗိုဇ်)

ဟောကြားခဲ့သော တရားတော်များ - ဝိနည်း၊ သုတ္တန်၊ အဘိဓမ္မာ

အဆုံးအမ သာသနာကော်သုံးရပ်	-	ပရိယတ္တိသာသနာ၊ ပဋိပတ္တိ သာသနာ၊ ပဋိဝေဓ သာသနာ
ကျင့်စဉ် (သိက္ခာ) သုံးပါး	-	သီလကျင့်စဉ်၊ သမာဓိကျင့်စဉ်၊ ပညာကျင့်စဉ်
ချမှတ်ပေးခဲ့သော လမ်းစဉ်	-	မဂ္ဂင်လမ်းစဉ် (မဇ္ဈိမပဋိပဒါ လမ်းစဉ်)
သစ္စာလေးပါးတရား	-	ဒုက္ခသစ္စာ (ဆင်းရဲခြင်းအမှန်တရား) သမုဒယသစ္စာ (ဆင်းရဲကြောင်းအမှန်တရား) နိရောဓသစ္စာ (ဆင်းရဲချုပ်ရာအမှန်တရား) မဂ္ဂသစ္စာ (ဆင်းရဲချုပ်ကြောင်းအမှန်တရား)
နောက်ဆုံးစကားတော်	-	ဟန္ဒ ဒါနိ ဘိက္ခဝေ အာမန္တယာမိ ဝေါ ဝယဓမ္မာ သင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။ (ရဟန်းတို့ ယခု ငါဘုရားသည် သင်တို့ကို နောက်ဆုံး စကားမှာကြားခဲ့မည်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ အရာဝတ္ထုအားလုံးတို့သည် ပျက်စီးတတ်မြဲဖြစ်၏။

မပေ့ါမဆ သတိထား၍ တရားနှင့် အညီ နေထိုင်ကြကုန်လော့။)

နောက်ဆုံးသက်တော်၊ ဝါတော်	-	သက်တော် (၈၀)၊ ဝါတော် (၄၅)ဝါ
နောက်ဆုံးဆွမ်း	-	ပန်းထိမ်သည် စုန္ဒ၏ ဝက်ပျို့သားဆွမ်း
နောက်ဆုံး သာဝက	-	သုဘဒ္ဒပရိဗိုဇ်
ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသောနေ့	-	မဟာသက္ကရာဇ်(၁၄၈)ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်၊ အင်္ဂါနေ့၊
ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူသောနေရာ	-	ကုသိနာရုံပြည်၊ မလ္လာမင်းတို့၏ အင်ကြင်းဥယျာဉ်။(အိန္ဒိယနိုင်ငံ)
တေဇောဓါတ်လောင်သောနေ့	-	မဟာသက္ကရာဇ်(၁၄၈)ခုနှစ်၊ ကဆုန်လပြည့်ကျော်(၁၂)ရက်၊ တနင်္ဂနွေနေ့၊
ကြွင်းကျန်ခဲ့သောဓာတ်တော်များ	-	အသမ္ဘိန္န ဓာတ်တော် (မပြိုမကွဲပကတိဓာတ်တော်) စွယ်တော် (၄) ဆူ၊ ညှပ်ရိုးတော် (၂) ဆူ၊ နဖူးသင်းကျစ်တော် (၁) ဆူ၊ စုစုပေါင်း (၇) ဆူနှင့် အသားတော်၊ အသွေးတော်၊ အရိုးတော်တို့သည် မုန်ညင်းစေ့ပမာဏ ဆန်ကျိုးပမာဏ၊ ပဲနောက်စေ့ ပမာဏ အစိတ်စိတ်

ကွဲပြီး ခါတ်တော်၊ မွေတော်ရှစ်စိတ် (အစိတ်စိတ် ကွဲသော ဓာတ်တော်၊ မွေတော် ရှစ်စိတ်ခန့် ကြွင်းကျန်သည်။ (အစိတ်စိတ်ကွဲသော ဓာတ်တော်ကို သမ္ဘိန္နဓာတ်တော် ဟုခေါ်သည်)

အကြီးစားဓာတ်တော် - ပဲနောက်စေ့အရွယ်၊ အသားမှုဖြစ်၊ ရွှေရောင် ၅-ကွမ်းစား

အလတ်စားဓာတ်တော် - ဆန်ကျိုးပိုင်းရွယ်၊ အရိုးမှုဖြစ်၊ ပုလဲရောင် ၅-ကွမ်းစား

အငယ်စားဓာတ်တော် - မုံညင်းစေ့ အရွယ်၊ အသွေးမှုဖြစ်၊ မြတ်လေးပန်းငုံ၊ ချရားစေ့၊ ခရေစေ့အဆင်း၊ ချရားပွင့် အဆင်း၊ ၆-ကွမ်းစား။

ဓာတ်တော်ကို ခွဲဝေပေးသူ - ဒေါဏပုဏ္ဏား

ဓာတ်တော်ရရှိသူ - (၇) ပြည်ထောင်မင်းများ

ငါတို့ဘုရား

ကဆုန်လပြည့် နေ့သောကြာ၊ ဘုရားဖွားတဲ့နေ့မြတ်ပါ။
သက္ကရာဇ်မှာ ခြောက်ဆယ့်ရှစ်၊ သုဒ္ဓေါမင်း ဖ-စစ်။
မာယာဒေဝီ မွေးမယ်တော်၊ ကပိလဝတ် နေပြည်တော်။
သာကီမျိုးနော် ထင်ရှားလှ၊ နွယ်တော်ဂေါတမ။
သိဒ္ဓတ္ထတဲ့ မည်နာမံ၊ ဆယ့်ခြောက်နှစ်မှာ ထီးနန်းစံ။
နှစ်ဆယ့်ကိုးမှာ တောထွက်သွား၊ ခြောက်နှစ်ကျင့်တရား။
သုံးဆယ့်ငါးနှစ် ပြည့်လေတုံ၊ တစ်ရာ့သုံးခုကြုံ။
လပြည့်ကဆုန် ဗုဒ္ဓဟူး၊ ဘုရားဖြစ်တဲ့ နေ့အထူး။
တရားဦးမြွက် ဓမ္မစက္ကေ၊ ဝါဆိုလပြည့် ဟောစနေ။
သက်ရှစ်ဆယ်လေ တိုင်အောင်ထိ၊ သတ္တဝါကျိုး
သယ်ပိုး၏။
သောင်းတိုက်မှုးကြီး တို့မြတ်စွာ၊ ဘုံသုံးပါးလုံး
ထင်ရှားပါ။
လူနတ်ပြဗ္ဗာ လွန်ကျော်ကြား (ငါတို့ဘုရား၊ တို့ဘုရား)[၄]

အလောင်းတော်ဘဝ ဖြည့်ကျင့်ခဲ့သော ပါရမီ (၁၀)ပါး

ဘုရားအလောင်းတော် သုမေဓာရှင်ရသေ့သည် ဒီပင်္ကရာ ဘုရားရှင်ထံမှ နိယတဗျာဒိတ်ကို ခံယူပြီးနောက် ဘုရားဖြစ်ကြောင်း တရားကောင်းတို့ကို ဆင်ခြင်တော်မူသောအခါ -

ဒါန၊ သီလ၊ နေက္ခမ္မ၊ ပညာ၊ ဝီရိယ၊ ခန္တီ၊ သစ္စာ၊ အဓိဋ္ဌာန်၊ မေတ္တာ၊ ဥပေက္ခာဟူသော ပါရမီ (၁၀)ပါးတို့ကို တွေ့မြင်တော်မူပါသည်။

၁။ **ဒါနပါရမီ** = စွန့်ကြဲပေးကမ်း၊ လှူဒါန်းခြင်း (စည်းစိမ်ဥစ္စာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါနှင့် အသက်ကို စွန့်လှူခြင်း)

၂။ **သီလပါရမီ** = ကိုယ်ကျင့်သီလကောင်းအောင် စောင့်ထိန်းခြင်း။

၃။ **နေက္ခမ္မပါရမီ** = တောထွက်ခြင်း။ (မကောင်းမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း)

၄။ **ပညာပါရမီ** = ပညာဖြင့် အများအကျိုး သယ်ပိုးခြင်း။ (လောကီ လောကုတ္တရာ ပညာများကို သင်ကြားပို့ချခြင်း)

၅။ **ဝီရိယပါရမီ** = ကြိုးစားအားထုတ်ခြင်း။

၆။ **ခန္တီပါရမီ** = သည်းခံခြင်း။

၇။ **သစ္စာပါရမီ** = မှန်ကန်သော စကားကိုသာ ပြောဆိုခြင်း။

၈။ **အဓိဋ္ဌာနပါရမီ** = စိတ်ဓာတ် မြဲမြံ ခိုင်ခံ့အောင် ဆောက်တည်ခြင်း။

၉။ **မေတ္တာပါရမီ** = မေတ္တာဓာတ် အပြည့်အဝထားခြင်း။ (သတ္တဝါအားလုံးတို့ကို ချမ်းသာစေခြင်း၊

ကောင်းစေချင်သော စိတ် အမြဲတည်ရှိခြင်း။)

၁၀။ **ဥပေက္ခာပါရမီ**= လျစ်လျူရှုခြင်း။
(ဘက်မလိုက်ဘဲ မျှတစွာ ကျင့်သုံးခြင်း။ မိတ်ဆွေ ရန်သူ နှစ်ဦးတို့အပေါ်၌ ချစ်စိတ် မုန်းစိတ်မရှိခြင်း)။

ပါရမီ(၁၀)ပါး၊ အပြား(၃၀)

ဒါနစသော ပါရမီ (၁၀)ပါးကို -

(က) သာမန်ရိုးရိုး ဖြည့်ကျင့်လျှင် "ပါရမီ"ဟုခေါ်သည်။

(ခ) ကိုယ်လက်အင်္ဂါစွန့်၍ ဖြည့်ကျင့်လျှင် "ဥပပါရမီ"ဟု ခေါ်သည်။

(ဂ) အသက်ကိုစွန့်၍ ဖြည့်ကျင့်လျှင်မူ "ပရမတ္ထပါရမီ"ဟုခေါ်သည်။

ပါရမီ တစ်ပါး တစ်ပါးလျှင် အနု, အရင့်, အမြတ် ဖြည့်ကျင့်ပုံ (၃)မျိုးစီ ကွဲပြားသဖြင့် ပါရမီ (၁၀)ပါး၊ အပြား (၃၀)ဟုခေါ်ပါသည်။

ဘုရားအလောင်းတော်သည် ထိုပါရမီ (၁၀)ပါး၊ အပြား (၃၀)တို့ကို လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းကြာအောင် ဖြည့်ကျင့်တော်မူခဲ့ရာ ဝေဿန္တရာမင်းဘဝ၌ ပါရမီတော်အားလုံးပြီးပြည့်စုံစေခဲ့သည်။

စရိယ (၃)ပါး

ဘုရားအလောင်းတော်သည် ဘဝများစွာ ပါရမီတော်တို့ကို ဖြည့်ကျင့်ရာ၌ စရိယ (၃)ပါးခေါ် ရည်မှန်းချက်ကြီး (၃)ချက်ကို ဦးထိပ်ထား၍ ကျင့်ဆောင်ခဲ့သည် -

(က) **လောကတ္ထ စရိယ** = လောကလူသား၊ ကမ္ဘာသူကမ္ဘာသား သတ္တဝါအများ ကောင်းစားချမ်းသာရေးကျင့်စဉ်။

(ခ) **ဉာတတ္ထစရိယ** = မိမိ၏ အမျိုးသား၊ မိမိ၏ လူမျိုးကောင်းစား ချမ်းသာရေးကျင့်စဉ်။

(ဂ) **ဗုဒ္ဓတ္ထစရိယ** = သတ္တဝါ အများကို သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ ကယ်တင်နိုင်သော သဗ္ဗညု ဘုရားဖြစ်ရေး ကျင့်စဉ်။

ဘဝတိုင်း ပါရမီဖြည့်ကျင့်တိုင်း ဤရည်မှန်းချက်ကြီး (၃)ရပ်ကို ဦးထိပ်ထား၍ ဖြည့်ကျင့်ခဲ့သည်။

စွန့်ခြင်းကြီး (၅)ပါး

ဘုရားအလောင်းတော်သည် ဘဝပေါင်းများစွာ ပါရမီဖြည့်ကျင့်ရာတွင်

(၁) **ဓနပရိစ္စာဂ** = တိုင်းပြည်နိုင်ငံ ထီးနန်းစည်းစိမ်ကို စွန့်၍ ပါရမီဖြည့်ခြင်း

(၂) **ပုတ္တပရိစ္စာဂ** = သားသမီးတို့ကို စွန့်လှူခြင်း

(၃) **ဘရိယပရိစ္စာဂ** = ဇနီးမယားကိုပင် စွန့်လှူခြင်း

(၄) **အင်္ဂပရိစ္စာဂ** = မိမိခန္ဓာ၊ ကိုယ်၊ လက်၊ အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းများကို စွန့်လှူခြင်း၊
(၅) **ဇီဝိတပရိစ္စာဂ** = မိမိ၏အသက်ကိုပင် နှမြောတွန့်တို မှုမရှိဘဲ စွန့်လှူခြင်း

ဤကဲ့သို့သော စွန့်လှူခြင်းများကို ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ သာမန်လူတို့ စွန့်နိုင်ခဲသော စွန့်လွှတ်ခြင်းကြီးဖြစ်၍ ပဉ္စမဟာပရိစ္စာဂ (စွန့်ခြင်းကြီးငါးပါး)ဟု ခေါ်ခဲ့ကြသည်။

ပါရမီ (၁၀)ပါး၊ အပြား (၃၀)၊ စွန့်ခြင်းကြီး (၅)ပါး၊ စရိယ (၃)ပါး တို့ကို ဘဝဆက်တိုင်း စဉ်ဆက်မပြတ် ဖြည့်ကျင့်ကြိုးပမ်းခဲ့သည့်အတွက် ဘုရားအလောင်းတော် ရယူလိုသော တစ်ခုတည်းသော ဆန္ဒတော်မှာ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်မြတ် ရရှိရေးသာဖြစ်သည်။ သဗ္ဗညုတ ဉာဏ်တော်မြတ်မှာ လွန်စွာ ကြီးမြတ်လှသဖြင့် ထိုမျှအချိန်ကြာကြာ ပါရမီတို့ကို ဖြည့်ကျင့်စုဆောင်းခဲ့ရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဘုရားအလောင်းတော်သည် လောကတွင် ကာယ၊ ဉာဏ၊ ဓန စသည်တို့ကို အတုမရှိ စွန့်လွှတ်နိုင်ခဲ့သူဖြစ်၍ ဘုရားဖြစ်တော်မူသော နောက်ဆုံးဘဝတွင် ကာယ၊ ဉာဏ၊ ဓန စသည်ဘာမှ လိုလေသေးမရှိ လောကတွင် အတုမရှိ အထွဋ်အထိပ် ပြည့်စုံသော ဘုရားရှင်အဖြစ်ကို ရတော်မူခြင်းဖြစ်သည်။

၂၈၄၈၆

ဘဝဖြစ်စဉ်လင်္ကာအကျဉ်း

သန္ဓေယူတော်မူသောနေ့

သုံးလူ့ရှင်ပင်၊ ကျွန့်ထိပ်တင်၊ သောင်းခွင်စကြဝဠာ၊ နတ်ပြဟ္မာတို့ ညီညာရုံးစု၊ တောင်းပန်မှုကြောင့်၊ ရတုနဂို၊ ရွှန်းရွှန်းစိုသည်၊ ဝါဆိုလပြည့် ကြွက်မင်းနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ကြည်ဖြူ သန္ဓေယူသည်၊ နတ်လူငြိမ်းဖို့ကိန်းပါကို။

(မ - ကြာသပတေးနေ့)

ဖွားမြင်တော်မူသောနေ့

သန္ဓေယူခါ၊ ဆယ်လကြာသော်၊ မဟာသက္ကရာဇ်၊ ခြောက်ဆယ့်ရှစ်ကြို၊ ကဆုန်လပြည့်၊ သောကြာနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့စုံစီ၊ လုမ္ဗိနီ၌၊ မဟီလှိုက်ဆူ၊ ဖွားတော်မူသည်၊ နတ်လူအောင်မြို့လမ်းပါကို။

(သိ - သောကြာနေ့)

တောထွက်တော်မူသောနေ့

ဖွားမြင်မြောက်သော်၊ ဆယ့်ခြောက်နှစ်ရွယ်၊ ပျိုနုနယ်၌၊ သုံးသွယ်ရွှေနန်း၊ သိမ်းမြန်းပြီးလစ်၊ ဆယ်သုံးနှစ်လျှင်၊ ဘုန်းသစ်လျှံလူ၊ စံတော်မူ၍၊ ရွယ်မူနုဖြိုး၊ နှစ်ဆယ့်ကိုးဝယ်၊ လေးမျိုးနိမိတ်၊ နတ်ပြဟိတ်ကြောင့်၊ ရွှေစိတ်ငြင်ငြို၊ သံဝေပိုကာ၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ ကျားမင်းနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ရဂုံ၊ တောရပ်လှုံသည်၊ စုံမြိုင်ပင်ရိပ်၊ ခန်းမှာကို။

(ကြ - တနင်္လာနေ့)

ဘုရားဖြစ်တော်မူသောနေ့

တောရပ်မြိုင်ပေါ်၊ ခြောက်နှစ်ပျော်၍၊ ခါတော်တဖုံ၊ ပွင့်ချိန်ကြုံက၊ ကဆုန်လပြည့်၊ ဆင်မင်းနေ့ဝယ်၊ မြေ့ပရမေ၊ ပလ္လင်ဗွေထက်၊ ရွှေညောင်တော်ကြီး၊ ဗိတာန်ထီးနှင့်၊ မငြီးကြည်ဖြူ၊ နေတော်မူလျက်၊ ရန်မြူခပင်း၊ အမိုက်သင်းကို၊ အရှင်းပယ်ဖျောက်၊ အလင်းပေါက်က၊ ထွန်းတောက်ဘုန်းတော်၊ သောင်းလုံးကျော်သည်၊ သုံးဘော်လူတို့ ငြိမ်းပါကို။

(လျှင် - ဗုဒ္ဓဟူးနေ့)

ဓမ္မစကြာဟောတော်မူသောနေ့

ဘုရားဖြစ်ခါ၊ မိဂဒါသို့၊ စကြာရွှေဖွား၊ ဖြန့်ချိသွား၍၊ ငါးပါးဝဂ္ဂီ၊ စုံအညီနှင့်၊ မဟီတစ်သောင်း၊ တိုက်အပေါင်းမှ၊ ခညောင်းကပ်လာ၊ နတ်ဗြဟ္မာအား၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ စနေနေ့ဝယ်၊ ကြွေ့ကြွေ့လျှံတက်၊ ဓမ္မစက်ကို ၊ မိန့်မြွက်ထွေပြား၊ ဟောဖော်ကြားသည်၊ တရားနတ်စည် ရွှမ်းတယ်ကို။

(တွေး - စနေနေ့)

ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူသောနေ့

တရားနတ်စည်၊ ဆော်ရွှမ်းလည်က၊ သုံးမည် ဘုံသိုက်၊ တသောင်းတိုက်ဝယ်၊ ကျွတ်ထိုက်သသူ၊ နတ်လူဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါကို၊ ခေမာသောင်သို့၊ ဖောင်ကူးတို့ဖြင့်၊ ဆောင်ပို့ပြီးခါ၊ ဝါလေးဆယ့်ငါး၊ သက်ကားရှစ်ဆယ်၊ စုံပြည့်ကြွယ်က၊ ရာလေးဆယ့်ရှစ်၊ သက္ကရာဇ်ဝယ်၊ နယ်မလ္လာတိုင်း၊ စံရှိုင်းမယုတ်၊ ကုသိနာ္ဘရုံ၊ အင်ကြင်းစုံ၌၊

ကဆုန်လပြည့်၊ အင်္ဂါနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့နိဗ္ဗူ စံတော်မူသည်၊ ဝှန်းဆူ သောင်းလုံး ကျော်တယ်ကို။

(ဆ - အင်္ဂါနေ့)

တေဇောဓာတ်လောင်တော်မူသောနေ့

နိဗ္ဗူစံပြီ၊ ရှုမအီသား၊ သိင်္ဂီရွှေလျှော်၊ အလောင်းတော်ကို၊ ထိုရော်ကဆုန်၊ လဆုတ်ကြုံ၍၊ ဂဠုန်နေ့ဝယ်၊ ခိုးငွေ့မနှော၊ ဓာတ် တေဇောလျှင်၊ ရှင်စောဉာဏ်စက်၊ မိဋ္ဌာန်ချက်ဖြင့်၊ လျှံတက်ကော် ရော်၊ မီးပူဇော်သည်၊ မွေတော်ရှစ်စိတ် ကွဲင်းတယ်ကို။

(ဦး - တနင်္ဂနွေနေ့)

ထိုခုနစ်နေ့၊ သာချမ်းမြေ့ကို၊ ဆွေ့ဆွေ့ကြည်ဖြူ အာရုံ ယူလျက်၊ သုံးလူတို့နတ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သား၊ ရှင်တော်ဖျားကို၊ သုံးပါးမွန်စွာ၊ ဝန္ဒနာဖြင့်၊ သဒ္ဓါဖြိုးဖြိုး၊ ကျွန်ရှိခိုးသည်၊ ကောင်းကျိုး ခပ်သိမ်း ကြွယ်စေသော်။

(ကျေးဇူးတော်ရှင် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ခုနစ် နေ့ဘုရားရှိခိုးမှ ကောက်နုတ်ချက်ဖြစ်ပါသည်။)

လင်္ကာ (မ၊ သိ၊ ကြ၊ လျှင်၊ တွေး၊ ဆ၊ ဦး)

ရတနာသုံးပါး

စိတ်နှလုံး မွေ့လျော်ရွှင်ပျော် နှစ်သက်ခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်သော သက်ရှိသက်မဲ့ အရာဝတ္ထုဟူသမျှသည် ရတနာမည်၏။

နီလာ၊ စိန်၊ ကြောင်မျက်ရွဲ၊ ပတ္တမြား၊ မြ၊ ဂေါ်မုတ်၊ ဥဿဖယား၊ ပုလဲ၊ နဝရတ်ကိုးသွယ် ကျောက်မျက်ရတနာများနှင့် ရွှေငွေ ပလက်တီနမ်စသော အသုံးအဆောင် ရတနာတို့ကို လောကီရတနာများဟုခေါ်၏။ ထိုရတနာများသည် တန်ဖိုးကြီးမား ရှားပါးပြီး နှစ်သက်မှုကို ဖြစ်စေတတ်လေသည်။

လောကီရတနာများထက် ပို၍ရှားပါး တွေ့နိုင်ခဲ ကြုံနိုင်ခဲ ဆုံနိုင်ခဲပြီး ဘုန်းကံရှိသူတို့သာ ကိုးကွယ်နိုင်သော အတုမရှိ အသာဆုံး အမြတ်ဆုံး တန်ဖိုးအကြီးမားဆုံး ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးကို လောကုတ္တရာ ရတနာများဟု ခေါ်၏။

လူ နတ် ဗြဟ္မာသတ္တဝါ အားလုံးတို့၏ စိတ်နှလုံးကို နှစ်သက်စေတတ် မြတ်နိုးစေတတ်သော ဂုဏ်ရည်ရှိလေသည်။

ဗုဒ္ဓရတနာ

ဖြည့်ကျင့်ခဲ့သော ပါရမီတော်အစုံတို့ကြောင့် သဗ္ဗညုတဉာဏ်ရှင် ဘုရားသခင်အဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူကာ ကိလေသာကင်းစင်တော်မူသည့် အရဟံ စသား ဂုဏ်တော်ကိုးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို **ဗုဒ္ဓရတနာ**ဟု ခေါ်ပါသည်။

ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)ပါး ပါဠိ

ဣတိပိ သော ဘဂဝါ အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော၊ လောကဝိဒူ၊ အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာရထိ၊ သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ။

ဘုရားဂုဏ်တော် ကဗျာ (၁)

ဘုရားဂုဏ်တော် သေချာမှတ်ဖို့၊
ကဗျာစပ်လို့ ဆိုကြမယ် . .

- ကိလေသာတွေ ကင်းစင်ပြတ်လို့၊
  လူနတ်ပြဟ္မာပူဇော်တယ်။
- တရားအလုံးစုံ ကိုယ်တိုင်သိလို့၊
  ဆရာမရှိသူဖြစ်ပါတယ်။
- ထူးကဲတဲ့ အသိဉာဏ် အကျင့်မှန်များလည်း
  ကောင်းစွာထင်ရှားပြည့်စုံတယ်။
- ကောင်းတဲ့စကားကို မိန့်ဆိုတတ်လို့၊
  နိဗ္ဗာန်မြတ်သို့ ကြွသွားတယ်။
- သတ္တ၊ သင်္ခါ၊ ဩကာသတဲ့၊
  လောကသုံးပါး သိမြင်တယ်။
- မယဉ်ကျေးသူကို ယဉ်ကျေးအောင်ပြုတဲ့
  ဆုံးမမှုမှာ သာလွန်တယ်။

- လူ၊ နတ်၊ ပြဟ္မာ သတ္တဝါများရဲ့
  ဆရာထင်ရှား ဖြစ်ပါတယ်။
- လေးပါးသစ္စာ၊ စိတ်ဖြာသိတဲ့၊
  ဉာဏ်မြင်ရှိသူ ဖြစ်ပါတယ်။
- ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ဂုဏ်တော်မြတ်နဲ့
  တစမလပ် ပြည့်စုံတယ်။

ဘုရားဂုဏ်တော် ကိုးဖြာပဲကွယ့်
အသဲစွဲအောင် မှတ်ကြကွယ်၊
မှတ်ကွယ်. . . မှတ်ကွယ်။

ဘုရားဂုဏ်တော် ကဗျာ (၂)

ဗုဒ္ဓကြောင်းရာ ကောင်းစွာသိမှ
ဗုဒ္ဓကိုလည်း ကြည်ညိုမည်။

ကြည်ညိုသူတွေ ဟောညွှန်ပြမှ
စိတ်ကနှစ်ခြိုက် လိုက်ကြမည်။

ဂုဏ်တော်တန်တန် မှန်မှန်ရလို့
ခဏ ခဏ ရွတ်သင့်သည်။

ရွတ်သော် ရန်စွယ် အန္တရာယ်ကင်းလို့
ကောင်းခြင်းသုခ ရလိမ့်မည်၊
ရမည် . . . . . . ရမည်။

ဘုရားဂုဏ်တော်အာရုံပြုရကျိုး

ဘုရားမြတ်ဂုဏ် အာရုံညွတ်လို့
မပြတ်မလပ် အောက်မေ့လျှင်
အမြဲတမ်းသာ ကောင်းစွာ နိုးလို့
ကြီးမားဖွံ့ဖြိုး အကျိုးထင်။

ဓမ္မရတနာ

ဘုရားရှင်သည် ဝါတော် ၄၅ ဝါ ကာလပတ်လုံး လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအများတို့အား ချမ်းသာစေခြင်းအကျိုးငှာ သစ္စာလေးပါးမြတ်တရားကို ဟောကြားခဲ့ပါသည်။ ယင်းတရားတော်များကို **ဓမ္မရတနာ**ဟု ခေါ်ပါသည်။

တရားဂုဏ်တော် (၆)ပါး ပါဠိ

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

တရားဂုဏ်တော် ကဗျာ (၁)

တရားဂုဏ်တော် သေချာမှတ်ဖို့၊ ကဗျာစပ်လို့ဆိုကြမယ် . .

- စလယ်ဆုံးမှာ ကောင်းစွာဟောလို့၊
  တရားတော်မြတ် ခိုင်မာတယ်။
- ကိုယ်တိုင်ကျင့်ရင်၊ ကိုယ်တိုင်သိလို့၊
  မိမိရရ သေချာတယ်။
- အခုကျင့်လျှင် အခုထူးလို့၊
  အကျိုးကျေးဇူး မြန်ဆန်တယ်။
- လာပါ ကြည့်ပါ၊ ဖိတ်ခေါ်အပ်လို့၊
  စမ်းသပ်ခံကြောင်း ကြေညာတယ်။
- ကိုယ်နဲ့စိတ်မှာ မြဲအောင်အပ်လို့၊
  ထက်ကြပ်မကွာ အားထားဖွယ်။
- ပညာရှိသူ အရိယာပေါင်းတို့၊
  ကိုယ်စီသိလို့ ခံစားတယ်။

တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ဖြာပဲကွယ့်
အသဲစွဲအောင် မှတ်ကြကွယ်၊
မှတ်ကွယ် . . . မှတ်ကွယ်။

တရားဂုဏ်တော် ကဗျာ (၂)

တရားစစ်မှန် ကျင့်ကြံကြမှ
ချမ်းသာသုခ ရနိုင်မည်။

တရားတုတွေ ကျင့်နေကြလို့
ဗုဇ္ဇဝါဒ ပြယ်ရသည်။

ယခုမြန်မြန် အမှန်လမ်းသို့
တဖန်လှမ်းဖို့ ချိန်တော်ပြီ။

သို့မှတိုင်းပြည် ဘာသာရေးကြောင့်
သာယာအေးဆေး ရှိလိမ့်မည်။
ရှိလိမ့်မည် . . . . ရှိလိမ့်မည်။

တရားဂုဏ်တော်အာရုံပြုရကျိုး

တရားမြတ်ဂုဏ် အာရုံညွှတ်လို့
မပြတ်မလပ် အောက်မေ့လျှင်

အမြဲတမ်းသာ ကောင်းစွာနိုးလို့
ကြီးမားဖွံ့ဖြိုး အကျိုးထင်။

သံဃာရတနာ

မြတ်စွာဘုရား၏ သားတော်အဖြစ်ခံယူ၍ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်များကို မိမိကိုယ်တိုင်လည်း ကျင့်ကြံ၊ သူတစ်ပါးတို့ကိုလည်း ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ရန် ဟောပြောသောပုဂ္ဂိုလ်ကို **သံဃာရတနာ** ဟုခေါ်ပါသည်။

သံဃာဂုဏ်တော်(၉)ပါး ပါဠိ

သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
သာမိစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ
ဧသ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော -
အာဟုနေယျော
ပါဟုနေယျော
ဒက္ခိဏေယျော
အဉ္ဇလိကရဏီယော
အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။

သံဃာဂုဏ်တော် ကဗျာ(၁)

သံဃာဂုဏ်တော် သေချာမှတ်ဖို့၊ ကဗျာစပ်လို့ဆိုကြမယ် . .

- ကောင်းကောင်းမွန်မွန် ကျင့်ကြံကြတဲ့
ဘုရား သားတော် ဖြစ်ပါတယ်။
- ဖြောင့်ဖြောင့်မှန်မှန် ကျင့်ကြံကြတဲ့၊
ဘုရား သားတော် ဖြစ်ပါတယ်။
- နိဗ္ဗာန်ရည်သန် ကျင့်ကြံကြတဲ့၊
ဘုရား သားတော် ဖြစ်ပါတယ်။
- ရိုသေထိုက်အောင် ကျင့်ကြံကြတဲ့၊
ဘုရား သားတော် ဖြစ်ပါတယ်။

- မင်္ဂလာပိုလ်လေးစုံ ရှစ်ပုံပြားတဲ့၊
  ဘုရားသားတော် ဖြစ်ပါတယ်။
- ရပ်ဝေးသယ်လာ ဥစ္စာများကို
  ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။
- ဧည့်သည်ဖို့ရာ ဥစ္စာများကို
  ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။
- ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်အထူးကို
  ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။
- လူနတ် ဗြဟ္မာ ကောင်းမှုမျိုးကို
  အပျိုးထိုက်ဆုံး ယာမြေလယ်။

သံဃာဂုဏ်တော် ကိုးဖြာပဲကွယ့်
အသဲစွဲအောင် မှတ်ကြကွယ်၊
မှတ်ကွယ်. . . မှတ်ကွယ်။

သံဃာဂုဏ်တော် ကဗျာ (၂)

ဘုရားရှင်တော် သားတော်များဟု
မှတ်သားခေါ်ရ သံဃာမည်။

တရားမှုမှန် မပျက်စီးဖို့
သီးသီးဆောင်ရ ကျင့်ရသည်။

သံဃာဆိုတာ နှစ်မျိုးရသည့်
ပရမတ္ထ သမ္မုတိ။

တရားသိကာ ရိယာမြတ်မှ
ပရမတ္ထ ခေါ်ရသည်။
သမ္မုတိဆို ထိုသံယာ၌
ဆိုးကောင်းနှစ်ဝ ရှိကြသည်။
အကောင်းကိုသာ ကိုးကွယ်ကြဖို့
စိတ်က နိစ္စ ထားရမည်။
အကောင်းတွေကို အသက်ပေးလို့
သာသနာရေး ဆောင်သင့်ပြီ။
မဆောင်နိုင်သော် ဘာသာပျက်၍
သာသနာသက် ဆုံးတော့မည်။

သံယာဂုဏ် အာရုံပြုရကျိုး

သံဃာမြတ်ဂုဏ်	အာရုံညွတ်လို့
မပြတ်မလပ်	အောက်မေ့လျှင်
အမြဲတမ်းသာ	ကောင်းစွာနိုးလို့
ကြီးမားဖွံ့ဖြိုး	အကျိုးထင်။

အနန္တော အနန္တ ငါးပါး

လောကလူသားတို့သည် ဘုရား , တရား, သံဃာ, ဆရာ, မိဘတို့ကို အထူးလေးစား ပူဇော်ကြသည်။ ရတနာသုံးပါးနှင့်တန်းတူ ထား၍ ဆရာ မိဘတို့ကို ကိုးကွယ်ကြသည်။ ဘုရား,တရား,သံဃာ, ဆရာ,မိဘ တို့၏ ကျေးဇူးများကား ဆပ်၍မကုန်အောင် ကြီးမား များပြားလှသည်။ မည်ရွေ့ မည်မျှ ကျေးဇူးရှိလှပါသည်ဟု ရေတွက်၍မကုန်နိုင်အောင် များလွန်းလှသဖြင့် အနန္တဂုဏ်အင် ကျေးဇူးရှင်ကြီးများအဖြစ် ရိုသေမြတ်နိုးကြသည်။

အနန္တော အနန္တ ငါးပါးဟူ၍ နေ့စဉ် ဦးထိပ်ထား ရှိခိုးကြသည်။ ရတနာသုံးပါးကို ရှိခိုးသကဲ့သို့ပင် အောက်ပါအတိုင်း ရှိခိုးကြသည်။

အနန္တော အနန္တ ငါးပါးရှိခိုးပုံ

၁။ ဗုဒ္ဓံ - မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ - ရှိခိုးပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၂။ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ - ရှိခိုးပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၃။ သံဃံ - သံဃာတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ - ရှိခိုးပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၄။ မာတာပိတူနံ - မိခင်ဘခင်တို့ကို၊ ပူဇေမိ - ရှိခိုးပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၅။ အာစရိယာနံ - ဆရာသခင် ကျေးဇူးရှင်တို့ကို၊ ပူဇေမိ - ရှိခိုးပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

အနန္တော အနန္တငါးပါးရှိခိုးခြင်းအကျိုး

မိဘရင်ခွင် ခိုလှုံစဉ်
ရင်ခွင်ညာထွေး
နွေးလှသေး
အေးမြဆေး အေးမြရေး။

ဆရာရင်ခွင် ခိုလှုံစဉ်
နောင်တွင်ငြိမ်းအေး ပညာပေး
ချမ်းသာရေး ကြီးပွားရေး။

ရတနာသုံးအင် ခိုလှုံစဉ်
စိတ်တွင်ငြိမ်းအေး ချမ်းသာပေး
ခုဘဝနောင်ရေး ကောင်းစားရေး
ချမ်းသာပေး ချမ်းသာပေး။

ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပင် အားကိုးချင်
အစဉ်ငြိမ်းအေး သား/သမီးကောင်းတွေ
ကြိုးစားပေး ကြိုးစားပေး။

အနန္တော အနန္တ သိအပ် သားသမီးမြတ်

မိဘဆရာ ကျေးဇူးအပေါင်းကို
ပြန်ပြောင်းအောက်မေ့ ဆင်ခြင်ဖွယ်။

မိဘဆရာ မပြစ်မှားနဲ့
အပြစ်များက ကြီးလှတယ်။

အနန္တဂုဏ် ကျေးဇူးတရားကို
အတွေးထူးမမှားနဲ့ ဆင်ခြင်ဖွယ်။

မိဘဆရာ ပြုစုရေး
ယုယ ထွေးထွေး ရှိရမယ်။

ကျေးဇူးတရား တန်ဖိုးထား
ကျေးဇူးများလှတယ်။

ကျေးဇူးသိကြ သားသမီးလှ
ပြည်ရွာအလှလည်း ဖြစ်ကြမယ်၊
ဖြစ်ကြမယ် . . . ဖြစ်ကြမယ်။

အကျင့်ပညာ အသိကောင်းမှ သားသမီးကောင်း

သားသားမီးမီးတို့ရေ မှတ်ပါကြကွဲ့
နောင်ကာလရဲ့ မျိုးညွန့်ဆွေ။

အကျင့် ပညာ အသိကောင်းမှ
သားကောင်း သမီးကောင်းဖြစ်မယ်လေ။

အကျင့် ပညာ အသိကောင်းဖို့
မိဘဆရာကောင်းကို ချဉ်းကပ်လေ။

အကျင့်ပညာ အသိကောင်းရဖို့
နေရာကောင်းမှာ ရှိပါစေ။

မိမိစိတ်ကို ကောင်းစွာထိန်းလို့

မတိမ်းစေနဲ့ စိတ်ခိုင်စေ။
မိမိစိတ်ကို ကောင်းစွာထားတော့
ကျင့်ပညာကောင်းများ ရမယ်လေ။

အကျင့်ပညာ ကောင်းစွာရတော့
သားကောင်း သမီးကောင်းဖြစ်မယ်လေ။
ဖြစ်မယ်လေ . . . ဖြစ်မယ်လေ။

သားကောင်း သမီးကောင်း ရတနာ

တို့များရဲ့ ဤဘဝမှာ
သားကောင်း သမီးကောင်းဖြစ်ရမှာ။

ငယ်ငယ်တုန်းကသား ကြီးတော့ ကျား
တို့ကား မဖြစ်ရပါ။

ငယ်ငယ်တုန်းကသား ကြီးတော့ အား
တို့ကား ဖြစ်ရမှာ။

ငယ်ငယ်တုန်းကသမီး ကြီးတော့ မီး
ထိုနည်း မဖြစ်ရပါ။

ငယ်ငယ်တုန်းကသမီး ကြီးတော့ ထီး
ထိုနည်း ဖြစ်ရမှာ။

အနာဂတ်ရဲ့ သားသမီးကောင်းရတနာ
အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာရှိမှ ဖြစ်မည်သာ၊
အဲဒါကြောင့် ပညာရအောင် ကြိုးစားပါ။

အသိအလိမ္မာရှိအောင် ပညာရှာ
နိုင်ငံသားကောင်း သမီးကောင်းရတနာ ဖြစ်မှာသေချာ။
မှတ်ပါ . . . . ရှာပါ။

နိုင်ငံသားကောင်း သမီးကောင်း ရတနာ

တို့များရဲ့ ဘဝငယ်ငယ်
ဖေဖေသား မေမေသား

ဖေဖေသမီး မေမေသမီး
နိုင်ငံတော်ရဲ့ သားသမီးဖြစ်ခဲ့တယ်။

တို့များဘဝ ကြီးရင်ကွယ်
ဖေဖေအား မေမေအား
နိုင်ငံတော်ရဲ့ အားဖြစ်ရမယ်။

တို့များရဲ့ ဘဝမှာကွယ်
ဒုစရိုက်ကျား
တို့များမဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းမယ်။

တို့များရဲ့ ဘဝ အန္တရာယ်ကွယ်
ရတနာသုံးပါး ဆည်းကပ်မယ်။

တို့များဘဝ ကြီးပွားဖွယ်
မိဘဆရာ စကား နာယူမယ်။

တို့များဘဝ အနာဂတ်ကြွယ်
နိုင်ငံသားကောင်းဖြစ်ရမယ်။

ဖြစ်ရမယ်. . . ဖြစ်ရမယ်။
ကြိုးစားကွယ်. . . ကြိုးစားကွယ်။

အနန္တတာဝန် တို့အစဉ်ထွန်း

ဘုရားကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦး အထူးကျေအောင် ဆပ်ပါ့မည်။
တရားကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦး အထူးကျေအောင် ဆပ်ပါ့မည်။
သံဃာ့ကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦး အထူးကျေအောင် ဆပ်ပါ့မည်။
မိဘကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦး အထူးကျေအောင် ဆပ်ပါ့မည်။
ဆရာ့ကျေးဇူး မြင့်မိုရ်ဦး အထူးကျေအောင် ဆပ်ပါ့မည်။
တိုင်းပြည့်ကျေးဇူး စိတ်ကြည်နူး အထူးကျေအောင် ဆပ်ပါ့မည်။
ကျေးဇူးမကျေ လူမိုက်တွေ မသေ့ဖြစ်မှာ စိုးရတယ်။
ကျေးဇူးဆပ်ကာ လူလိမ္မာ မှန်စွာဖြစ်အောင် ကြိုးစားမယ်။

အခန်း(၂)

အခြေခံရှိခိုးပူဇော်မှုနှင့် ကိုယ်ကျင့်သီလဆောက်တည်မှု

(၁) ရှိခိုးဦးချပုံ

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာအားဖြင့် သုံးပါးသော ရတနာမြတ်တို့အား ရှိခိုးဦးချသောအခါ 'ခြေလက်နဖူး၊ တံတောင်ဒူး၊ ငါးဦးညီညွတ်စေ'ဟူသည့်အတိုင်း ထိခြင်းငါးပါးဖြင့် သုံးကြိမ်သုံးခါ ရှိခိုးဦးချရမည်။ ထိုသို့ ရှိခိုးဦးချသောအခါ -

ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ
ဗုဒ္ဓံ - မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ - ပူဇော်ပါ၏ ဘုရား။
ဓမ္မံ ပူဇေမိ
ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ - ပူဇော်ပါ၏ဘုရား။
သံဃံ ပူဇေမိ
သံဃံ - သံဃာတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ - ပူဇော်ပါ၏ဘုရား။

ထိခြင်းငါးပါး ကန်တော့နည်း

လက်နှစ်ဖက်၊ ဒူးနှစ်ဖက်၊ နဖူးတို့ကို ကြမ်းပြင်၊ မြေပြင်စသည်တို့နှင့်ထိ၍ ရိုသေစွာရှိခိုးရပါသည်။

ကဗျာ

လက်အုပ်ကိုပင် ကြာငုံသွင် အရင်ချီပါလေ။
မျက်ခုံးလက်မ ညှိုးဆံစ ထိရလက်အုပ်ပေ။
လက်ထောက်၊ ဒူးချ၊ တံတောင်ချ၊ နဖူးချကာ ဦးချပါ။

အမျိုးသား - ၁။ ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်(ခြေ)။ ၂။ လက်ထောက်(လက်)။ ၃။ ဒူးချ(ဒူး)။ ၄။ တံတောင်ချ(တံတောင်)။ ၅။ နဖူးချကာ ဦးချပါ(နဖူး)။

အမျိုးသမီး - ၁။ ပုဆစ်တုပ်ထိုင်(ခြေ,ဒူးထိပြီးဖြစ်သည်)။ ၂။ လက်ထောက်(လက်)။ ၃။ တံတောင်ချ(တံတောင်)။ ၄။ နဖူးချကာ ဦးချပါ (နဖူး)။

(၂) ဩကာသကန်တော့ချိုး

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ၊ သဗ္ဗဒေါသ၊ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို၊ ပျောက်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ၊ ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ၊ တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်မြောက်အောင်၊ ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ၊ ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့ကို အရိုအသေ၊ အလေးအမြတ်၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးပူဇော်၊ ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့်၊ အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း၊ ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍၊ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန် တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

(၃) ကံသုံးပါး

(၁) ကိုယ်ဖြင့်ပြုလုပ်မှု - ကာယကံ

(၂) နှုတ်ဖြင့် ပြောဆိုမှု - ဝစီကံ
(၃) စိတ်ဖြင့် ကြံစည်မှု - မနောကံ
(ကောင်းသော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ သုံးပါး၊ မကောင်းသော ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ သုံးပါးဟု ခွဲခြားမှတ်ပါ။)

(၄) ရတနာမြတ်သုံးပါး

(၁) ဘုရားရတနာ၊ (၂) တရားရတနာ၊ (၃) သံဃာရတနာတို့သည် လောကရှိ ရွှေငွေ စသော ရတနာတို့ထက် မြင့်မြတ်သောကြောင့် ရတနာမြတ်သုံးပါး မည်၏။ (နှစ်သက်ခြင်းကို ဖြစ်စေခြင်း၊ အလွန်ရခဲခြင်းကို ရတနာဟုခေါ်သည်။)

အရိုအသေ - ကိုယ်,နှုတ်,စိတ် သုံးပါးတို့ဖြင့် ညွတ်တွားကိုင်းရှိုင်းခြင်း
အလေးအမြတ် -စစ်မှန်သော (စိတ်ပါပါဖြင့်) လေးစားမြတ်နိုးခြင်း။

ရှိ + ခိုး (ကဗျာ)

ညီမလေးငယ် ညီလေးငယ်၊ ဘုရားရှိခိုးအိပ်ပါကွယ်၊
ဘုရားမှာ ဘာတွေရှိ၊ ဂုဏ်တော်ကိုးပါး (ရှိ)။
ဂုဏ်တွေရှိဖို့ တို့ဘုန်းကြွယ်၊ ဘာတွေဖြည့်ကျင့်တယ်၊
စွန့်ခြင်းငါးသွယ် အကျင့်သုံးပါး၊ ပါရမီတွေဖြည့်ကျင့်ပွား။
လောကသားတို့ အကျိုးငှာ၊ ဗုဒ္ဓလမ်းစဉ် အတု(ခိုး)ပါ၊
ဂုဏ်ရှိတာတွေ အတုခိုးတော့၊ ရှိ+ခိုး တယ်လို့ခေါ်တာပေါ့။

ရှိခိုးခြင်းနှင့် နှုတ်ဆက်ခြင်း မတူကွဲပြားပုံ

လက်အုပ်ရင်မှာ၊ နှုတ်ဆက်တာ၊ ထိပ်မှာ ရှိခိုးမှု။
နှလုံးသွေးရည်၊ ကြာအိုင်မည်၊ အုပ်ချီကြာဖူးပြု။
မကွဲမပြား၊ ယောင်ဝါးဝါး၊ သူများပုံမတူ။

(ဦးပြုံးချို)

ပူဇော်ခြင်း ၂ မျိုး

(၁) ပစ္စည်း ဝတ္ထုများဖြင့်ပူဇော်ခြင်း "**အာမိသပူဇာ**"

(၂) တရားဓမ္မဖြင့်ပူဇော်ခြင်း၊ ကိုယ်ကျင့်တရားဖြင့် ပူဇော်ခြင်း၊ ဆုံးမညွှန်ကြားသည်ကို လိုက်နာခြင်း"**ဓမ္မပူဇာ**"

ဖူးမြော် - ပကတိ မျက်စိဖြင့် ဖူးမြော်ခြင်း၊ ဉာဏ်မျက်စိဖြင့် ဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြု၍ ဖူးမြော်ခြင်း။

မာန်လျှော့- မိမိသန္တာန်၌ရှိသော မာန်မာနတရားများကို လျှော့ချပယ်ရှားခြင်း၊ (မာန်လျှော့ခြင်း=နိဝါတမင်္ဂလာ)

ကန်တော့- အပြစ်ရှိ၍ ကန်တော့ခြင်း၊ ကုသိုလ်ရလို၍ ကန်တော့ခြင်းဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိ၏။ အပြစ်ရှိက ခွင့်လွှတ်တော်မူပါဟု ဝန်ချတောင်းပန်ခြင်း၊ (အကုသိုလ်ကို **ကန်** ကျောက်၍ ကုသိုလ်ကို **တော့** ယူခြင်း)

အပါယ်လေးပါး

အပါယ် (အပါယ) - ချမ်းသာကင်းသောဘုံ၊ ဘဝ

(၁) **ငရဲ** - ချမ်းသာကင်းပြီး ဆင်းရဲခြင်းအတိပြီးသောဘုံ၊ ဘဝ

(၂) **တိရစ္ဆာန်** - မဂ်ဖိုလ်မှ ဖီလာကန့်လန့်ဖြစ်သော သတ္တဝါများ၊ (ကျွဲ၊ နွား၊ ငါး၊ လိပ်၊ ကြက်၊ ငှက် စသော ကုန်းနေ ရေနေသတ္တဝါများ)
(၃) **ပြိတ္တာ** - ချမ်းသာအပေါင်းမှ ကင်းကွာသူများ၊ (တစ္ဆေ၊ မှင်စာ၊ သရဲ၊ သဘက်၊ ဖုတ်ကောင်၊ ကျတ်ကောင်များ)
(၄) **အသူရကာယ်**- နတ်များကဲ့သို့ မရဲမရင့် မတောက်ပြောင်သော သူများ (တောတောင်၊ သမုဒ္ဒရာ ကမ်း၌နေသော ပြိတ္တာအသူရာများ)

ကပ်သုံးပါး

ပျက်စီးခြင်းကို ကပ်ဟုခေါ်ပါသည်။
(၁) ငတ်မွတ်ဘေးကြောင့် ပျက်စီးခြင်း (**ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ်**)
(၂) လက်နက်ဘေးကြောင့် ပျက်စီးခြင်း (**သတ္ထန္တရကပ်**)
(၃) ရောဂါဘေးကြောင့် ပျက်စီးခြင်း (**ရောဂန္တရကပ်**)

ကပ်ဆိုက်ပုံ

(၁) သတ္တဝါများ လောဘတရားကြီးမား လွှမ်းမိုးလာသောအခါ ငတ်မွတ်ဘေးကပ် ဆိုက်ရောက်သည်။
(၂) သတ္တဝါများ ဒေါသတရားကြီးမား လွှမ်းမိုးလာသောအခါ လက်နက်ဘေးကပ် ဆိုက်ရောက်သည်။
(၃) သတ္တဝါများ မောဟတရားကြီးမား လွှမ်းမိုးလာသောအခါ ရောဂါဘေးကပ် ဆိုက်ရောက်သည်။

ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး

ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး - မဂ်,ဖိုလ် တရားထူးများရအောင် အား ထုတ်ခွင့်မရသော အရပ်ဒေသ၊ ဘုံဘဝဖြစ်၍ အပြစ်ရှိသော အရပ်ကို ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါးဟုခေါ်သည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ဘုရားပွင့်ခါ၊ ပါယ်သုံးရွာနှင့်၊ ဒီဃာယုနတ်၊ ဖြစ်လတ်ပစ္စန်၊ မိစ္ဆာဉာဏ်ရှိ၊ ဉာဏ်မရှိသား၊ ဉာဏ်ရှိငြားလည်း၊ ဘုရားမဖြစ်၊ ကျမ်းဂန်လှစ်သည်၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါးသရုပ်တည်း။

(၁၊၂၊၃) ဘုရားပွင့်ခါ ပါယ်သုံးရွာ -ဘုရားပွင့်နေဆဲ အချိန်၌ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အပါယ်သုံး ဘုံ၌ ဖြစ်ရသူများ။

(၄) ဒီဃာယုနတ် - အသက်ရှည်သော နတ်ပြဟ္မာများ (ဘုရားပွင့်ဆဲအခါ လွန်စွာ အသက်ရှည်ကြ၍ ဘုရားရှင်ကို မဖူး မတွေ့နိုင်သော အသညသတ်ပြဟ္မာနှင့် အရူပပြဟ္မာတို့ဖြစ်သည်။)

အသညသတ်ပြဟ္မာသည် - ရုပ်ခန္ဓာသာရှိ၍ နာမ်ခန္ဓာမရှိပေ။ တရားတော်၏ အဓိပ္ပါယ်ကို မသိနိုင်ပေ။ အရူပပြဟ္မာသည် - နာမ်ခန္ဓာ သာရှိ၍ ရုပ်ခန္ဓာမရှိပေ။ တရားတော်ကို နာကြားရန် နားသောတ မရှိပေ။ ထို့ကြောင့် ထိုပြဟ္မာတို့သည် ဘုရားပွင့်

သော်လည်း တရားတော်ကို မနာယူနိုင်ကြပေ။

(၅) ဖြစ်လတ်ပစ္စန် - ဘုရားရှင် နှင့် ရဟန်းသံဃာတော်များ တရားဟောရန် မကြွရောက်နိုင်သော အစွန်အဖျားတောကြို တောင်ကြား အရပ်ဒေသများ (ပစ္စန္တရစ်သားများ)

(၆) မိစ္ဆာဉာဏ်ရှိ - ဘုရားပွင့်ဆဲ သာသနာတော်တည်ရှိဆဲအခါ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အယူရှိသူများ။

(၇) ဉာဏ်မရှိသား - တရားတော်ကို နားလည်လောက်သော ဉာဏ်မရှိသူများ။

(၈) ဉာဏ်ရှိငြားလည်းဘုရားမဖြစ် - တရားတော်ကို တတ်သိနားလည်သော ဉာဏ် ရှိသော်လည်း ဘုရားသာသနာ မရှိသောအခါ သာသနာမထွန်းကားသော ဒေသတို့၌ လူဖြစ်ရသူများ။

ရန်သူမျိုးငါးပါး

ရန်သူမျိုးငါးပါးမှာ -

(၁) ရေ

(၂) မီး

(၃) မင်းဆိုး
(၄) ခိုးသူ
(၅) အမွေခံသားသမီးဆိုး

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ရေ,မီး,သူခိုး, အမွေခံဆိုးနှင့် မင်းဆိုး အပြားရန်မျိုးငါး မှတ်သားကြပါလေ။

ဝိပတ္တိတရားလေးပါး

ဝိပတ္တိတရားလေးပါး - ဖောက်ပြန် ချွတ်ယွင်းခြင်းကို ဝိပတ္တိဟု ခေါ်သည်။

(၁) ကာလဝိပတ္တိ - တရားမရှိ ဥပဒေမဲ့ မင်းဆိုးမင်းယုတ် အုပ်စိုးသည့်ကာလ၌ ဖြစ်ရခြင်း။ (ခေတ်ဆိုး ခေတ်ပျက်နှင့်ကြုံရခြင်း)

(၂) ဂတိဝိပတ္တိ - ဒုဂ္ဂတိဘုံများဖြစ်သော အပါယ်လေးဘုံ၌ ဖြစ်ရခြင်း။

(၃) ဥပဓိဝိပတ္တိ - ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါ ဥပဓိရုပ်ချွတ်ယွင်းချို့တဲ့ရခြင်း။

(၄) ပယောဂဝိပတ္တိ- အခြေအနေကောင်း၊ အချိန်အခါကောင်းနှင့် တွေ့ကြုံနေရသော်လည်း မိမိကိုယ်တိုင်က မှန်ကန်သော ကြိုးစားအားထုတ်လုပ်ဆောင်မှု မရှိခြင်း။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ဖောက်ပြန် ချွတ်ယွင်း၊ပျက်စီးခြင်း၊
ခေါ်လျှင်း ဝိပတ္တိ၊
မင်းဆိုးအုပ်ခါ၊ ပါယ်လေးရွာနှင့်၊ အင်္ဂါ
ချွတ်ယွင်း၊ အားထုတ်ကင်း၊ လေးသင်း

မှတ်လေဘိ။

ဗျသနတရား ငါးပါး

ဗျသနတရားငါးပါး = ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်းကို ဗျသနဟု ခေါ်သည် -

(၁) **ဉာတိဗျသန** - ဆွေမျိုးများ ပျက်စီးခြင်း
(၂) **ဘောဂဗျသန** - စီးပွားဥစ္စာ ပျက်စီးခြင်း
(၃) **ရောဂဗျသန** - အနာရောဂါဖြစ်၍ ပျက်စီးခြင်း
(၄) **ဒိဋ္ဌိဗျသန** - မှားသော မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူဝါဒကို ကိုးကွယ်မိသဖြင့် အယူမှန်ပျက်စီးခြင်း
(၅) **သီလဗျသန** - ကိုယ်ကျင့်သီလပျက်စီးခြင်း

ဆောင်ပုဒ်။ ။ ဆုံးရှုံးပျက်ပြား၊ ဖြစ်မှုများ၊ ခေါ်ငြားဗျသန
ဉာတိ,ဘောဂ,ရောဂ,ဒိဋ္ဌိ၊ သီလထည့်၊ ငါးရှိ
သရုပ်ပြ၊
ဆွေမျိုး,စီးပွား၊ အနာများ၊ ယူမှား
ပျက်သီလ။

မဂ်တရား

သောတာပတ္တိမဂ်၊ သကဒါဂါမိမဂ်၊ အနာဂါမိမဂ်၊ အရဟတ္တမဂ်အားဖြင့် မဂ်တရား လေးပါးရှိသည်။ ထိုမဂ်လေးပါး၌ရှိသော ဉာဏ်ကို မဂ်တရား၊ မဂ်ဉာဏ်ဟုခေါ်သည်။

ဖိုလ်တရား

သောတာပတ္တိဖိုလ်၊ သကဒါဂါမိဖိုလ်၊ အနာဂါမိဖိုလ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်အားဖြင့် ဖိုလ်တရား လေးပါးရှိသည်။ ထိုဖိုလ်လေး

ပါး၌ရှိသော ဉာဏ်ကို ဖိုလ်တရား၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဟုခေါ်သည်။

နိဗ္ဗာန်တရား

တဏှာစသော ကိလေသာအားလုံး ဒုက္ခအားလုံးတို့၏ ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်။

ကိုယ်ကျင့် (အကျင့်) သီလ ဆောက်တည်ပုံများ

သရဏဂုံနှင့်ငါးပါးသီလတောင်းခံခြင်း

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

သံဃာ ယ မဟံ ဝဒါမိ တံ ဝဒေထ။

လူ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

အနက်။ ။ ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ အဟံ - တပည့်တော်သည်၊ တိသရဏေန - သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်၊ သဟ - တကွ၊ ပဉ္စသီလံ - ငါးပါးသီလဟူသော၊ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ ယာစာမိ- တောင်းပါ၏။ ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ မေ- တပည့်တော်အား၊ အနုဂ္ဂဟံကတွာ - ချီးမြှောက်ခြင်းကိုပြု၍၊ သီလံ - ငါးပါးသီလကို၊

ဒေထ - ပေးသနားတော်မူပါဘုရား။

သံဃာ ယံ - အကြင်စကားကို၊ အဟံ - ငါသည်၊ ဝဒါမိ- ဆို၏။
တံ -ထိုငါဆိုသောစကားကို၊ ဝဒေထ-လိုက်၍ဆိုကြလော့။

လူ ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ အာမ - မှန်ပါအရှင်ဘုရား။

နမော တဿ ဘုရားရှိခိုး ပါဠိ အနက်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
(၃ ကြိမ်ဆို)

အနက်။ ။ ဘဂဝတော - ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော၊ အရဟတော - ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်သော၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ - ဆရာမရှိ မိမိအလိုလို ကိုယ်တော်တိုင် သိတော်မူသော၊ တဿ - ထိုမြတ်စွာဘုရားအား၊ နမော - ရှိခိုးပါ၏။

သရဏဂုံဆောက်တည်ခြင်း

သရဏဂုံသုံးပါးပါဠိအနက်

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

သံဃာ တိသရဏဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ။

လူ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

အနက်။ ။ ဗုဒ္ဓံ - မြတ်စွာဘုရားကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ-ဆည်းကပ်ပါ၏။ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။ သံဃံ - သံဃာတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။

ဒုတိယမ္ပိ- နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း၊ ဗုဒ္ဓံ - မြတ်စွာဘုရားကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။ ဒုတိယမ္ပိ- နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း၊ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။ ဒုတိယမ္ပိ- နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း၊ သံဃံ - သံဃာတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။

တတိယမ္ပိ-သုံးကြိမ်မြောက်လည်း၊ ဗုဒ္ဓံ - မြတ်စွာဘုရားကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။ တတိယမ္ပိ-သုံးကြိမ်မြောက်လည်း၊ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။ တတိယမ္ပိ-သုံးကြိမ်မြောက်လည်း၊ သံဃံ - သံဃာတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။

သံဃာ - တိသရဏဂမနံ - သရဏဂုံခံယူခြင်းသည်၊ ပရိ ပုဏ္ဏံ - ပြည့်စုံပြီ။

လူ - ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ အာမ - မှန်လှပါအရှင်ဘုရား။

ငါးပါးသီလဆောက်တည်ခြင်း

ငါးပါးသီလဆောက်တည်ပုံပါဠိအနက်

(၁) ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၂) အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၃) ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၄) မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၅) သုရာမေရယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

အနက်။

(၁) သူ့အသက်လည်း မသတ်ပဲ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
(၂) သူ့ဥစ္စာလည်း မခိုးပဲ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
(၃) ကာမဂုဏ်လည်း မမှားပဲ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
(၄) လိမ်ညာ၍လည်း မပြောပဲ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
(၅) သေအရက်လည်း မသောက်ပဲ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

အနက်။

(၁) ပါဏာတိပါတာ - သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ - ဆောက်တည်ပါ၏။

(၂) အဒိန္နာဒါနာ - ပိုင်ရှင်သည် ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် မပေးအပ်သော သူတစ်ပါးဥစ္စာကို ယူငင်ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ၊ ရှောင်ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ-

ဆောက်တည်ပါ၏။

(၃) ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ - ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ - ဆောက်တည်ပါ၏။

(၄) မုသာဝါဒါ - မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုခြင်းမှ၊ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာ ဒိယာမိ - ဆောက်တည်ပါ၏။

(၅) သုရာမေရယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ - မူးယစ်မေ့လျော့စေတတ်သော သေရည်သေရက်စသည်တို့ကို သောက်စားသုံးစွဲခြင်းမှ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာ ပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ - ဆောက်တည်ပါ၏။

ပါဠိ

သံ ဃာ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ သာဓုကံ ကတွာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။

လူ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

အနက်

သံ ဃာ တိသရဏေန -သရဏဂုံ သုံးပါးနှင့်၊ သဟ - တကွ၊ ပဉ္စသီလံ - အင်္ဂါငါးပါးရှိသော၊ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ သာဓုကံကတွာ - ကောင်းစွာပြည့်စုံလုံခြုံအောင်ပြု၍၊ အပ္ပမာဒေန- မမေ့မလျော့ မပေါ့မဆသော သတိတရားဖြင့်၊ သမ္ပာဒေထ - ပြည့်စုံအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေ။

လူ အာမ ဘန္တေ - မှန်လှပါ အရှင်ဘုရား။

သရဏဂုံအဓိပ္ပါယ်

သရဏ + ဂမန = သရဏဂုံ = ဘေးရန်ဖယ်ရှား ကောင်းကျိုးများအောင် ဆင်းရဲပယ်ဖျောက် ချမ်းသာရောက်အောင် စောင့်ရှောက်တော်မူတတ်သဖြင့် အမြတ်ဆုံးကိုးကွယ်ရာ အားထားရာဟူ၍ အလေးအနက် အသိအမှတ်ပြု ယုံကြည်ခြင်း ကိုးကွယ်အားထားခြင်းသည် သရဏဂုံ မည်၏။ ရတနာသုံးပါးတို့ကို ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှုဖြစ်၏။

သရဏဂုံတည်သူ

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိဟု နှုတ်မှ ရွတ်ဆို၍ စိတ်မှခံယူ ကိုးကွယ်သူသည် သရဏဂုံတည်သူမည်၏။ စေတီရုပ်ပွားဘုရားထံ၌ဖြစ်စေ၊ ရဟန်းသံဃာတော်များထံ၌ဖြစ်စေ ရွတ်ဆိုရုံမျှဖြင့် သရဏဂုံခံယူသူ ဆောက်တည်သူ သရဏဂုံတည်သူ အမြင်မှန်ရှိသူ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးဖြစ်လာ၏။ အသက်ရှည်သမျှ ကာလပတ်လုံး ဗုဒ္ဓဘာသာမှတစ်ပါး အခြားဘာသာဝါဒသို့ မကိုးကွယ် မကူးပြောင်းသမျှ ထိုသရဏဂုံ သုံးပါးသည် သရဏဂုံတည်သူ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးအား ဘေးရန် ဖယ်ရှား ကောင်းကျိုးများအောင် ဆင်းရဲပယ်ဖျောက် ချမ်းသာ ရောက်အောင် အမြဲအစောင့် အရှောက် အကာအကွယ်ပေးနေ မည်သာဖြစ်၏။ အသက်သေလျှင် ဘာသာခြား ဖြစ်သွားလျှင် သရဏဂုံပျက်သွားသည်။

သရဏဂုံတည်ရုံမျှနှင့်ပင် အပါယ်လေးပါး မလားတော့

ပေ၊ လူ့ပြည် နတ်ပြည် သုဂတိဘုံတို့၌သာ ဖြစ်ရလေသည်။

သရဏဂုံ (ကဗျာ)

သရဏဂုံ တကယ်မြဲရင်၊ အပါယ်ငရဲကြောက်ဖို့မလို၊
နတ်ဖြစ်သော်ပင် တူနိုင်ရိုးလား၊ ဆယ်မျိုးဂုဏ်စု သူ့ထက်ပို၊
ငါးဖြာအာရုံ လာမတုနှင့်၊ အာယု, ဝဏ္ဏ, သုခဆို၊
အာဏာပိုင်စိုး ခြွေရံတိုး၊ ဆယ်မျိုးဂုဏ်ကဲပို၊
အဲဒါကြောင့် သရဏဂုံပန်း အစဉ်ဆန်း၊ ဆင်မြန်းပန်စေလို။

သရဏဂုံသုံးပါးရွတ်ဆိုပုံ

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

သရဏဂုံခံယူသူ - ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

သရဏဂုံအစွမ်း - ဆင်းရဲဒုက္ခကို ပယ်နိုင်၏။ ချမ်းသာသုခကို ရစေနိုင်၏။ သုဂတိဘဝ၌ ဖြစ်ရ၏။ နတ်ပြည်ရောက်လျှင် ရူပ, သဒ္ဒ, ဂန္ဓ, ရသ, ဖောဋ္ဌဗ္ဗ, အာယု, ဝဏ္ဏ, သုခ, ဣဿရိယ ယသ, အဆင်း အသံ အနံ့ အရသာ ကိုယ်ကာယအတွေ့တို့ အာရုံတို့ တုနှိုင်းမရပြည့်စုံရသည့်အပြင် အခြားနတ်များထက် အသက်ပိုရှည် အဆင်းပိုလှ ချမ်းသာပိုရှိ အစိုးရမှု ပိုင်စိုးမှု အာဏာပိုရှိ အခြွေအရံ

ပိုများပြားသည်။

အမြဲမပြတ် ရွတ်၍ဖတ်

အိပ်ရာဝင်သော် သတိရဖို့ ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ သံဃရယ်
ကိုးကွယ်ပါတယ် စိတ်မှာညွတ်လို့
နှုတ်ပါတွတ်တွတ် ရွတ်ရတယ်။
အိပ်ရာထပြန် တစ်ဖန်ထပ်၍
မှန်မှန်မပြတ် ရွတ်ပေါ့ကွယ်။
ဘေးအန္တရာယ် ရန်စွယ်ကင်းလို့
ကောင်းခြင်းသုခရလိမ့်မယ်။
ရမယ်. . . . ရမယ်။

ရှစ်ပါးသီလ

သရဏဂုံနှင့်ရှစ်ပါးသီလတောင်းပါဠိနှင့်အနက်

ပါဠိ

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

ဒုတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ၊ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ၊ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

သံဃာ ယ မဟံ ဝဒါမိ တံ ဝဒေထ။

လူ ဩာမ ဘန္တေ။

အနက်

ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ အဟံ - တပည့်တော်သည်၊ တိသရဏေန - သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်၊ သဟ - တကွ၊ အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ - အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော။ ဥပေါသထသီလံ - ဥပုသ်သီလဟုဆိုအပ်သော၊ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ ယာစာမိ - တောင်းပါ၏။ ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ မေ - တပည့်တော်အား၊ အနုဂ္ဂဟံကတွာ - ချီးမြှောက်ခြင်းကိုပြု၍၊ သီလံ - ရှစ်ပါးသီလကို၊ ဒေထ-ပေးသနားတော်မူပါအရှင်ဘုရား။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
(၃ ကြိမ်ဆို)

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

သံဃာ တိသရဏဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ။

လူ အာမ ဘန္တေ။

ရှစ်ပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ပုံ ပါဠိနှင့်အနက်

ပါဠိ

(၁) ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၂) အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၃) အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၄) မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၅) သုရာမေရယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၆) ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၇) နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူက ဒဿန မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၈) ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

သံဃာ တိသရဏေန သဟ အဋ္ဌင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ ဓမ္မံ သာဓုကံ ကတွာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။

လူ အာမ ဘန္တေ။

အနက်

(၁) ပါဏာတိပါတာ - သူ့အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ် ကို၊ သမာဒိယာမိ - ဆောက်တည်ပါ၏။

(၂) အဒိန္နာဒါနာ - ပိုင်ရှင်သည် ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် မပေးအပ် သော သူတစ်ပါးဥစ္စာကို၊ ယူငင်ခြင်းမှ။ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ၊ ရှောင် ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ- ဆောက်တည်ပါ၏။

(၃) အဗြဟ္မစရိယာ - မမြတ်သော မေထုန်အကျင့်ကို ပြုကျင့် ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာရှောင်ကြဉ်ကြောင်း ဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ - ကောင်းစွာ ဆောက်တည် ပါ၏။

(၄) မုသာဝါဒါ - မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုခြင်းမှ၊ ဝေရမဏီ သိက္ခာ ပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာ ဒိယာမိ - ဆောက်တည်ပါ၏။

(၅) သုရာမေရယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ - မူးယစ်မေ့လျော့စေတတ် သော သေရည်သေရက်စသည်တို့ကို သောက်စားသုံးစွဲခြင်းမှ ဝေရ မဏီသိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာ ပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ - ဆောက်တည်ပါ၏။

(၆) ဝိကာလဘောဇနာ - နေ့လွဲ ညစာ စားခြင်းမှ၊ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ -ရှောင်ကြဉ်ရာ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ် ကို၊ သမာဒိယာမိ - ကောင်းစွာဆောက်တည်ပါ၏။

(၇) နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူက ဒဿန မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ - ကခြင်း၊ သီဆိုခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း တို့ကို ကြည့်ရှုနားထောင်ခြင်း၊ နံ့သာပြစ်တို့ဖြင့် အပြေအပြစ် ပြုလုပ်ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ - ကောင်းစွာဆောက်တည်ပါ၏။

(၈) ဉစ္စာသယန မဟာသယနာ - မြင့်သောနေရာ မြတ်သော နေရာတို့၌ နေထိုင်အိပ်စက်ခြင်းမှ၊ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ - ရှောင်ကြဉ်ရာရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သိက္ခာပုဒ်ကို၊ သမာဒိယာမိ - ကောင်းစွာဆောက်တည်ပါ၏။

ကိုးပါးသီလ

သရဏဂုံနှင့်ကိုးပါးသီလတောင်း ပါဠိနှင့်အနက်

ပါဠိ

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂသမန္နာဂတံ ဉပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

ဒုတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂသမန္နာဂတံ ဉပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂသမန္နာဂတံ ဉပေါသထသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

သံဃာ ယ မဟံ ဝဒါမိ၊ တံ ဝဒေထ။

လူ အာမ ဘန္တေပါ အရှင်ဘုရား။

အနက်

ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ အဟံ - တပည့်တော်သည်။ တိသရဏေန - သရဏဂုံ သုံးပါးနှင့်၊ သဟ - တကွ၊ နဝင်္ဂသမန္နာဂတံ - အင်္ဂါကိုးပါးနှင့်ပြည့်စုံသော၊ ဥပေါသထသီလံ - ဥပုသ်သီလဟုဆိုအပ်သော၊ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ ယာစာမိ - တောင်းပါ၏။ ဘန္တေ - အရှင်ဘုရား၊ မေ- တပည့်တော်အား၊ အနုဂ္ဂဟံကတွာ - ချီးမြှောက်ခြင်းကို ပြု၍၊ သီလံ - ကိုးပါးသီလကို၊ ဒေထ- ပေးသနားတော်မူပါအရှင်ဘုရား။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

(၃ ကြိမ်ဆို)

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ
တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

သံဃာ တိသရဏဂမနံ ပရိပုဏ္ဏံ။

လူ အာမ ဘန္တေ။

ကိုးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ပုံ ပါဠိ

(၁) ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၂) အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၃) အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၄) မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၅) သုရာမေရယမဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၆) ဝိကာလဘောဇနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၇) နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသူက ဒဿန မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၈) ဥစ္စာသယန မဟာသယနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(၉) မေတ္တာသဟဂတေန စေတသာ သဗ္ဗပါဏဘူတေသု ဖရိတွာ ဝိဟရဏံ သမာဒိယာမိ။

သံဃာ တိသရဏေန သဟ နဝင်္ဂသမန္နာဂတံ ဥပေါသထသီလံ ဓမ္မံ သာဓုကံ ကတွာ အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ။

လူ အာမ ဘန္တေ။

အကျင့်(သီလ)များ၏ ကောင်းကျိုး ဆိုးကျိုးများ

ပါဏာတိပါတ - သူ့အသက်သတ်ခြင်း

ကဗျာ

သူ့အသက်ကို သိလျက်သားနဲ့၊ ဒေါသစိတ်ထား သေစေလို၊
လုံ့လပြုကာ သေအောင်သတ်က၊ ပါဏာတိပါတ် အကုသိုလ်၊
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့၊ အပါယ်ငရဲ ကျမည်ဆို၊
လွတ်လာပြန်လဲ ရောဂါစွဲ၊ ဆင်းရဲ အသက်တို၊
အဲဒါကြောင့် ပဉ္စ သီလ တည်ကြပါစေလို့. . .။

လင်္ကာ

ပါဏာတိပါတ်၊ သူ့သက် သတ်က၊ ချို့တဲ့အင်္ဂါ၊
မွဲပြာရုပ်သွင်၊ အားအင်ချို့ယွင်း၊ လျင်ခြင်းလဲဝေး၊
ဘေးကိုကြောက်တတ်၊ အသတ်ခံရာ၊ အနာများလျက်၊
ခြွေရံပျက်၍၊ အသက်တိုလျှ၊ ပြစ်များစွာသည်၊
ရှောင်ကအပြန် အကျိုးတည်း။

အဒိန္နာဒါန - သူ့ဉစ္စာခိုးယူမှု

ကဗျာ

သူ့ဉစ္စာကို သိလျက်သားနဲ့၊ လောဘစိတ်ထား ခိုးယူလို၊
လုံ့လပြုကာ ခိုးယူမိက၊ အဒိန္နာဒါန အကုသိုလ်၊
လွန်ကျူးမိလျှင်၊ တကယ်ပဲပေါ့၊ အပါယ်ငရဲ ကျမည်ဆို၊
လွတ်ပြန်လျှင်လဲ၊ ဉစ္စာမွဲ၊ ဆင်းရဲဖြစ်တိုင်းကိုယ်၊
အဲဒါကြောင့် ပဉ္စသီလ တည်ကြပါစေလို့။

လင်္ကာ

အဒိန္နာဒါ ခိုးမိပါမူ၊ ဥစ္စာနည်းမွဲ၊ ဆင်းရဲငတ်ဘိ၊ လိုရှိမရ၊ ဘောဂပျက်စီး၊ ရေမီးသူခိုး၊ မွေခံဆိုးနှင့်မင်းဆိုးအပြား၊ ရန်မျိုးငါးကြောင့်၊ ပျက်ပြားဥစ္စာ၊ ပြစ်များစွာသည်၊ ရှောင်ခါအပြန်အကျိုးတည်း။

ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ - ကာမဂုဏ်ဖောက်ပြားမှု

ကဗျာ

ရှောင်ရှားအပ်သူ မိန်းမများ၌၊ ရာဂစိတ်ထားပေါင်းဖော်လို၊
လုံ့လပြုကာ ကျူးလွန်ပြုက၊ ကာမေသုတဲ့ အကုသိုလ်၊
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့၊ အပါယ်ငရဲ ကျမည်ဆို၊
လွတ်လာပြန်က နပုန်းပ၊ မိန်းမဖြစ်သကို၊
အဲဒါကြောင့် ပဥ္စသီလ တည်ကြပါစေလို့. .

လင်္ကာ

မိစ္ဆာစာရ၊ ကျူးလွန်ကလည်း၊ မုန်းကြသူများ၊ ရန်သူပွား၍ ရှားပါး လာဘ်တိတ်၊ ချမ်းသာဆိတ်၏၊ ဣတ္ထိပဏ္ဍုတ်၊ မျိုးယုတ်ခါခါ၊ မျက်နှာမလှ၊ အရှက်ရလျက်၊ ရှုပ ဣန္ဒြေ၊ ယွင်းသွေချို့သိမ်၊ စိုးရိမ်များစွာ၊ ချစ်သူကွာသည်၊ ရှောင်ခါ အပြန် အကျိုးတည်း။

မုသာဝါဒ - လိမ်ညာပြောဆိုမှု

ကဗျာ

မဟုတ်မမှန် တစ်ဖက်သားကို၊ ယွင်းချွတ်လှည့်စား၊ မုသားဆို၊
အဓိပ္ပါယ်ကို ထိုသူသိ၍၊ အကျိုးကိုထိ အကုသိုလ်၊
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့၊ အပါယ်ငရဲကျမည်ဆို၊
လွတ်လာပြန်လဲ ပါးစပ်ပြဲ၊ သွားကျဲ နှုတ်ခမ်းတို၊
အဲဒါကြောင့် ပဥ္စသီလ တည်ကြပါ စေလို. . ။

လင်္ကာ

မုသားစကား၊ ပြောဆိုငြားမူ၊ စကားမပီ၊ သွားမညီတည်း၊
ပုပ်ညှီပါးစပ်၊ ခြောက်ကပ်ကိုယ်ရေ၊ ဣန္ဒြေယွင်းနှောက်၊
ရုပ်ဆင်းဖောက်၏၊ မရောက်ဩဇာ၊ နှုတ်လျှာကြမ်းထော်၊
လျှပ်ပေါ်လော်လီ၊ စိတ်မတည်သည်၊ ရှောင်ကြဉ်အပြန်
အကျိုးတည်း။

သုရာမေရယ - သေရည်အရက်ကို သောက်စားခြင်း

ကဗျာ

ယစ်မူးတတ်စွာ သေရည်များကို၊ မူးယစ်သောက်စား၊ ဘိန်းရှူလို၊
ဒုစရိုက်တွေ ဖြစ်ပေါ်ကြောင်းမို့ မကောင်းစင်စစ်၊ အကုသိုလ်၊
လွန်ကျူးမိလျှင် တကယ်ပဲပေါ့၊ အပါယ်ငရဲကျမည်ဆို၊
လွတ်လာစေဦး လူမှေ့မူး၊ အရူးဆက်တိုင်းကိုယ်၊
အဲဒါကြောင့် ပဥ္စသီလ တည်ကြပါစေလို. . . . ။

လင်္ကာ

သေရည်သောက်လင့်၊ သင့်မသင့်၌၊ ရေးခွင့်မသိ၊
ပျင်းရိမေ့ရှုး၊ ကျေးဇူးမဆပ်၊ ဟိရောတ္တပ်ကင်း၊
ခပင်းများထို၊ အကုသိုလ်ကို၊ မငြိုလွယ်စွာ၊
ပြုကျင့်ရာသည် ရှောင်ခါအပြန် အကျိုးတည်း။

ငါးပါးသီလအကျိုးကဗျာ

သီလခေါ်ဆို ကိုယ်ကျင့်ကောင်းမှ၊ တောင်းတိုင်းတတိုင်း
ရနိုင်တယ်။
ပဒေသာပင် အိမ်မှာပေါက်သလို၊ ကောက်ယူသုံးလို့
မကုန်နိုင်တယ်။
ဥစ္စာစုပုံ ကုန်မယွင်း၊ ဂုဏ်သတင်းလည်း၊ သင်းပျံ့ မယ်။
ရောက်လေရာရာ ပွဲလယ်တင့်လို့၊ ရဲရင့်ရွှင်ပျ ခင်ကြမယ်။
သေရသော်ပင် သတိကောင်းလို့၊ ဂတိပြောင်းတော့
နတ်ပြည်ဝယ်၊
သီလကောင်းကျိုး၊ ချက်ချင်းတိုး အားကိုးလောက်ပေတယ်။
အဲဒါကြောင့် ကိုယ်ကျင့်သီလ ထာဝရတည်စေကွယ်။

ဆွမ်းတော်စသည်ကပ်လှူပူဇော်ပုံ

ဒါနအကြောင်းသိကောင်းစရာများ

စွန့်ကြဲပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်းကို "ဒါန"ဟုခေါ်သည်။ ဤဒါနသည် စေတနာဒါန ဝတ္ထုဒါနဟုနှစ်မျိုးရှိ၏။ အဝတ်အစား

စသည့် လှူဖွယ်ဝတ္ထုပစ္စည်းသည် “ဝတ္ထုဒါန”ဖြစ်၏။ ထိုအလှူဒါန နှင့်စပ်၍ အလှူရှင်သန္တာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်သည့်စေတနာကို“စေတနာ ဒါန”ဟုခေါ်၏။ ထိုစေတနာဒါနမှာ -

(၁) မလှူမီရှေ့ပိုင်းကာလ၌ ထိုအလှူနှင့်စပ်၍ ဖြစ်ပေါ်သော ပုဗ္ဗစေတနာ။

(၂) ပေးလှူနေဆဲကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်သော မုဉ္စစေတနာ။

(၃) လှူပြီးနောက်ပိုင်းကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်သော အပရစေတနာ ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိသည်။

အကျိုးပေးရာ၌ စေတနာဒါနကသာ အကျိုးပေးသည်။ သို့ရာတွင် လှူဖွယ်ဝတ္ထုပစ္စည်းများသည် စေတနာထက်သန်အောင် အထောက်အပံ့ ပြုနိုင်ကြသည်။ လှူဖွယ်ပစ္စည်းက ညောင်စေ့ လောက်နည်းနေသော်လည်း စေတနာထက်သန်လျှင် ညောင်ပင်ကြီး လောက် အကျိုးကို ရနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် အလှူဒါနပြုကြသည့် အခါ စေတနာသုံးတန် ဖြူစင်ထက်သန်အောင် ကြိုးစားကြရမည်။

ဆွမ်းတော်ကပ်လှူခြင်းနှင့်ဆုတောင်း

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဟာကရုဏာသခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား ဤမွန်မြတ်သော ဆွမ်း ခဲဖွယ်ဘောဇဉ် တို့ကို လှူဒါန်းဆက်ကပ် ပါ၏ အရှင်ဘုရား။ ဤဆွမ်း ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်တို့ကို လှူရသော ကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

ကလေးများဆုတောင်း

ရသာမွေးကြူ ဆွမ်းဖွေးဖြူကို၊ ပေးလှူပါရ၊ ဤပုည ကြောင့်၊ ဘဝတိုင်းဝယ်၊ ပုညကြွယ်လျက်၊ မြန့်ယ်ရွှေနှင့်၊ အနေတင့်၊ ဆင့်ဆင့်မြင့်ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အရဟာတာဒိ နဝဂုဏေဟိ - အရဟံ အစရှိသော ကိုးပါး သော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမ္ပန္နာဂတံ - ပြည့်စုံတော်မူသော၊ နာထံ- လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ - သက်တော်ထင် ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဒိဿ - ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ -ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဒိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီတော် မြတ်အား၊ ဝဏ္ဏ ဂန္ဓ ရသ သမ္ပန္နံ - အဆင်း အနံ့ အရသာနှင့်ပြည့် စုံသော၊ ဣမံ ပိဏ္ဍပါတခါဒနီယ ဘောဇနီယံ- ဤဆွမ်းခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ချိုချဉ်အရသာကို၊ သက္ကစ္စံ - ရိုရိုသေသေ၊ ဒေမိ - နိဗ္ဗာန် ရည်မှန်း လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇေမိ- နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော် ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဆုတောင်းပါဠိ

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

မေ - တပည့်တော်၏၊ ဣဒံပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ - အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာ ကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန် ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု - ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ပန်းနံ့သာကပ်လှူခြင်းနှင့်ဆုတောင်း

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဟာကရုဏာသခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရားအား ဤတင့်တယ်လှပမွှေးကြိုင်သော ပန်းတော်ကို (မွှေးကြိုင်သင်းပျံ့သောနံ့သာကို) လှူဒါန်းဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။ ဤသို့ ပန်း (နံ့သာ) လှူရသော ကောင်းမှုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

ကလေးများဆုတောင်း

အနံ့လည်းသင်း၊ အဆင်းလည်းလှ၊ ပန်းလှူရ၍၊ ဘဝတိုင်းဝယ်၊ ပညာကြွယ်လျက်၊ သွယ်သွယ်ဂုဏ်နှင့်၊ အစုံတင့်၊ ထုံသင်းကြိုင်ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အရဟာတာဒိ နဝဂုဏောဟိ - အရဟံ အစရှိသော ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမ္ပန္နာဂတံ - ပြည့်စုံတော်မူသော၊ နာထံ- လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ - သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဒိဿ - ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ -ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဒိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီတော်မြတ်အား၊ ဝဏ္ဏ ဂန္ဓ သမ္ပန္နံ - အဆင်း အနံ့နှင့်ပြည့်စုံသော၊ ဣဒံ ပုပ္ဖံ- ဤပန်းကို၊ သက္ကစ္စံ-ရိုရိုသေသေ၊ ဒေမိ-နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇေမိ-နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဆုတောင်းပါဠိ

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

မေ - တပည့်တော်၏၊ ဣဒံပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ - အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာ ကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန် ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု - ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ရေချမ်းကပ်လှူခြင်းနှင့် ဆုတောင်း

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ဂုဏ်တော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဟာကရုဏာသခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား အား ဤကြည်လင်သန့်ရှင်းအေးမြသော ရေချမ်းတော်ကို လှူဒါန်း ဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ကလေးများဆုတောင်း

ကြည်လင်အေးမြ၊ ရေလှူရ၍၊ ဘဝတိုင်းဝယ်၊ ပညာ ကြွယ်လျက်၊ ကိုယ်ဝယ်တွင်းပြင်၊ ညစ်ကြေးစင်၊ ကြည်လင်အေးမြ ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အရဟတာဒိ နဝဂုဏောဟိ - အရဟံ အစရှိသော ကိုးပါး သော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမ္ပန္နာဂတံ - ပြည့်စုံတော်မူသော၊ နာထံ- လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ - သက်တော်ထင် ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဒိဿ - ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ -ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဒိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီတော် မြတ်အား၊ သုဒ္ဓ သီတလ ပသန္နံ - သန့်ရှင်း အေးမြကြည်လင်လှ သော၊ ဣမံပါနီယပရိဘောဇနီယံ - ဤသောက်တော်ရေ သုံးဆောင် တော်ရေကို၊ သက္ကစ္စံ - ရိုရိုသေသေ၊ ဒေမိ - နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း

လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇေမိ - နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဆုတောင်းပါဠိ

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

မေ - တပည့်တော်၏၊ ဣဒံပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ - အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာ ကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန် ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု - ဖြစ်ပါစေသတည်း

ဆီမီးကပ်လှူခြင်းနှင့်ဆုတောင်း

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဟာကရုဏာသခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား အား အမိုက်မှောင်ကို ပယ်ဖျောက်၍ ထွန်းလင်းတောက်ပသော ဤဆီမီး(လျှပ်စစ်မီး)ကို လှူဒါန်းဆက်ကပ်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ကလေးများဆုတောင်း

ထွန်းလင်းတောက်ပ၊ မီးလှူရ၍၊ ဘဝတိုင်းဝယ်၊ ပညာ ကြွယ်လျက်၊ လနှယ်နေနှင့် အသရေတင့်၊ ဆင့်ဆင့်ထွန်းလင်း၊ ဉာဏ်မြင်ရှင်း၍၊ အဆင်းလှပရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အရဟာတာဒိ နဝဂုဏောပဟိ - အရဟံ အစရှိသော ကိုးပါး သော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမ္ပန္နာဂတံ - ပြည့်စုံတော်မူသော၊ သဗ္ဗ-

ညျတာနာဝရဏာဉာဏေဟိ - သဗ္ဗညုတဉာဏ်၊ အနာဝရဏာဉာဏ် တော်တို့ဖြင့်၊ တိလောကေ-သုံးပါးသော လောက၌၊ အဝိဇ္ဇာအန္ဓ ကာရံ- အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အမိုက်မှောင်ကို၊ ဝိဓမိတွာ - ပယ် ပျောက်၍၊ ဇလံ ဇလန္တော - ထွန်းလင်းတောက်ပတော်မူစေနိုင် သော၊ ဗုဒ္ဓံ - သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဉဒ္ဒိဿ -ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ- ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဒိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂ စေတီတော်မြတ်အား၊ ပဘာဝဏ္ဏေဟိ- အရောင် အဆင်း တို့ဖြင့်၊ အန္ဓကာရံ - အမိုက်မှောင်ကို၊ ဝိနာသကံ - ပယ်ဖျောက်တတ်သော၊ ဣမံဒီပဇာလံ - ဤဆီမီးလျှံကို၊ သက္ကစ္စံ - ရိုရိုသေသေ၊ ဒေမိ - နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇေမိ - နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဆုတောင်းပါဠိ

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

မေ - တပည့်တော်၏၊ ဣဒံပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ - အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာ ကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန် ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု - ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ကံ ကံ၏အကျိုး

ကံ - ကံဆိုသည်မှာ ပါဠိဘာသာ ကမ္မမှ ဖြစ်လာသော မြန်မာ ဝေါဟာရဖြစ်သည်။ ပြုလုပ်ခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်ရသည်။

ထိုပြုလုပ်ခြင်းဟူသော ကံသည် -

(က) ကိုယ်ဖြင့် ပြုလုပ်ခြင်း (ကာယကံ)

(ခ) နှုတ်ဖြင့် ပြုလုပ်ခြင်း (ဝစီကံ)

(ဂ) စိတ်ဖြင့် ကြံစည်ခြင်း (မနောကံ)

ဟူ၍ (၃)မျိုးရှိသည်။ ထိုသုံးမျိုးသည် စေတနာအရင်းခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာရသောကြောင့် စေတနာကို ကံ-ဟုခေါ်သည်။

ကမ္မဿကတာဉာဏ်

လောက၌ လူများသာမက အလုံးစုံသော သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည် -

- ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိကုန်၏။
- ကံသာလျှင် အမွေအနှစ်ရှိကုန်၏။
- ကံသာလျှင် အဆွေအမျိုးရှိကုန်၏။
- ကံသာလျှင် အဆွေခင်ပွန်းရှိကုန်၏။
- ကံသာလျှင် ကိုးကွယ် အားထားရာရှိကြကုန်၏။
- ကံသည်ပင်လျှင် သတ္တဝါဟူသမျှတို့ကို အယုတ် အလတ် အမြတ်စသည် ထူးခြား ကွဲပြားအောင် စီမံဖန်တီးပေးတတ်၏။

ဤသို့ "ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိသည်၊ မိမိပြုလုပ်သောကံမှတစ်ပါး လောကကြီးအား စီမံဖန်တီးသူမရှိ"ဟု သိသောဉာဏ်သည် ကမ္မဿကတာဉာဏ်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ သိမှတ်ယုံကြည်ခြင်းကို ကမ္မဿကတာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဟုလည်း ခေါ်သည်။

ကံ၏အစွမ်းသတ္တိ

ကံသည် ဤကမ္ဘာလောကကြီး၌ ရှိရှိသမျှသော သတ္တဝါ အပေါင်းတို့တွင် -

- အချို့သောသူတို့အား မင်းမျိုးမတ်ဖြစ်စေ၏။
- အချို့သော သူတို့အား သူဌေးသူကြွယ် ဖြစ်စေ၏။
- အချို့သော သူတို့အား လူမွဲလူဆင်းရဲဖြစ်စေ၏။
- အချို့သော သူတို့အား အနာရောဂါ နည်းစေ၏။
- အချို့သော သူတို့အား အနာရောဂါ များစေ၏။
- အချို့သော သူတို့အား နား, နှာ, ခြေ, မျက်စိစသော အင်္ဂါကြီးငယ်ချို့တဲ့စေ၏။
- အချို့သောသူတို့အား အလွန်လှပတင့်တယ်ခြင်း၊ တန်ခိုးအာဏာကြီးမားခြင်း၊ အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာကြီးခြင်း၊ အသက်ရှည်ခြင်း၊ အမျိုးမြတ်ခြင်း စသော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနှင့် ပြည့်စုံစေ၏။
- အချို့သော သူတို့အား အဆင်း အရောင် မလှ မပ မတင့်တယ်ခြင်း၊ တန်ခိုးအာဏာ နည်းပါးခြင်း၊ အသက်တိုခြင်း စသော အယုတ်တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံစေရန် ဖန်တီးခြင်းငှာစွမ်းနိုင်သည်။

ကုသိုလ်ကံ

ကုသိုလ်ကံဆိုသည်မှာ အပြစ်မရှိခြင်း၊ ကောင်းသော အကျိုးကိုပေးခြင်း သဘောရှိ၏။ (ကုသိုလ်ကောင်းမှု တစုံတခု ပြုလုပ်နေချိန်၌ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ စသော

စိတ်၏ အညစ်အကြေး အပြစ်အနာအဆာများမရှိသဖြင့် "အပြစ်မရှိ"ဟု ဆိုလိုသည်။) ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုနေသောသူသည် ကောင်းသောအမှုကို ပြုနေရသည့်အတွက် ဤဘဝ၌လည်း ဝမ်းသာရွှင်ပျ ချမ်းသာရ၏။ တမလွန်ဘဝ၌လည်း ကောင်းသောအကျိုးကို ခံစားရသောကြောင့် ဝမ်းသာရွှင်ပျ ချမ်းသာရ၏။

ထိုကုသိုလ်ကံသည် ကာယကံကုသိုလ်၊ ဝစီကံ ကုသိုလ်၊ မနောကံကုသိုလ်ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိသည်။

အကုသိုလ်ကံ

အကုသိုလ်ကံဆိုသည်မှာ အပြစ်ရှိခြင်း၊ မကောင်းသောအကျိုးကိုပေးခြင်း သဘောရှိသည်။ မကောင်းမှု ပြုသောသူသည် မကောင်းမှုပြုသည့်အတွက် ဤဘဝ၌လည်း ဆင်းရဲဒုက္ခအမျိုးမျိုး ရရှိခံစားရသည်။ တမလွန်ဘဝ၌လည်း ငရဲကျခြင်းစသော မကောင်းကျိုးများ ခံစားရသည်။

ထိုအကုသိုလ်ကံလည်း ကာယကံအကုသိုလ်၊ ဝစီကံ အကုသိုလ်၊ မနောကံ အကုသိုလ်ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိသည်။

သတ္တဝါတို့သည် ထိုမိမိတို့ပြုလုပ်သော ထိုကောင်းကံ ဆိုးကံ အရသာ စံကြရ ခံကြရသည်။ ထိုကံ အကျိုးပေးမှုကို တမျိုးတမည် ဖြစ်အောင် မည်သည့်တန်ခိုးရှင်ကမှ ပြုပြင်ပြောင်းလဲ ဖယ်ရှားခုခံနိုင်ခြင်းမရှိ။ မလွဲမသွေ ဧကန်မုချ ဖြစ်တတ်သော သဘောရှိ၍ "နိယာမတရား"ဟု ခေါ်သည်။

ကံအကျိုးပြ လင်္ကာသံပေါက်များ

(၁) သူများအသက်၊ သတ်သည့်တွက်၊ အသက်တိုယ့်မှာတို။
(၂) မသတ်ရှောင်ရှား၊ ထိုသူများ၊ ရှည်လျားအသက်ကို။
(၃) နှိပ်စက်ကလူ၊ ညှဉ်းဆဲသူ၊ ပြောထူ ရောဂါဆို။
(၄) သနားစိတ်သွင်း၊ မနှိမ်နင်း၊ ကင်းရှင်းရောဂါကို။
(၅) ထန်ပြင်းဒေါသ၊ ကြီးတတ်က၊ အလှပျက်မည်ဆို။
(၆) ဒေါသကင်းစင်၊ မေတ္တာယှဉ်၊ ကြည်လင်လှသကို။
(၇) မနာလိုပြန်၊ ဣဿာထန်၊ ခြံရံကင်းမည်ဆို။
(၈) ဣဿာမထား၊ ဝမ်းမြောက်ပြား၊ ပေါများခြွေရံကို။
(၉) မလှူမဒါန်း၊ မပေးကမ်း၊ ခြောက်ခန်းဥစ္စာကို။
(၁၀) စွန့်ကြဲလေတုံ၊ ပြုပါကုန်၊ ကုံလုံကြွယ်ဝလို။
(၁၁) မာန်မာနကြွယ်၊ ထိုသူဝယ်၊ မျိုးနွယ် ညံ့မည်ဆို။
(၁၂) ထိုက်သူရိုကျိုး၊ မာန်ကိုချိုး၊ အမျိုးမြတ်သကို။
(၁၃) သိဖွယ်ဟူသမျှ၊ မမေးက၊ ဖျင်းအ-ပညာဆို။
(၁၄) ကြားမြင်များအောင်၊ မေးလေဆောင်၊ ခုနောင်တတ်သိလို။

ကုသိုလ်ဖြစ်စေနိုင်သော ပုညကြိယဝတ္ထု ၁၀ ပါး

ပုည - ကောင်းမှု + ကြိယာ ပြုထိုက်သော + ဝတ္ထု - စီးပွားချမ်းသာ၏ တည်ရာ၊ ယခုဘဝ၌ စိတ်ကောင်းခြင်း၏ တည်ရာ နောင်သံသရာ၌ စီးပွားချမ်းသာ၏ တည်ရာအကြောင်းဖြစ်၍ စင်စစ်ပြုထိုက်သော ကောင်းမှုများကို "ပုညကြိယဝတ္ထု"ဟု ခေါ်ပါသည်။

(၁) **ဒါန** - စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း။
(၂) **သီလ** - ကိုယ်ကျင့်သီလများ စောင့်ထိန်းခြင်း။
(၃) **ဘာဝနာ** - ဘုရားဂုဏ်တော် စသည်တို့ကို အာရုံပြုနေခြင်း။
(၄) **အပစာယန** - ရိုသေထိုက်သူကို ရိုသေခြင်း။
(၅) **ဝေယျာဝစ္စ** - သူတပါးကိစ္စကြီးငယ်ကိုပြုစုဆောင်ရွက်ခြင်း။
(၆) **ပတ္တိဒါန** - မိမိပြုလုပ်သော ကုသိုလ်အဖို့ကို အမျှပေးဝေခြင်း။
(၇) **ပတ္တာနုမောဒန** - သူတစ်ပါးတို့ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုသည်ကို မြင်လျှင် ကြားလျှင် အမျှပေးဝေလျှင် ဝမ်းမြောက်စွာ သာဓုခေါ်ခြင်း။
(၈) **ဓမ္မဿဝန** - တရားကို ကောင်းစွာ နာယူခြင်း။
(၉) **ဓမ္မဒေသနာ** - တရားဟောပြော ပြသခြင်း။
(၁၀) **ဒိဋ္ဌုဇုကမ္မ** - ဖြောင့်မှန်သော အယူဝါဒရှိခြင်း။ (ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ခြင်း)

သုစရိုက်တရား (၁၀)ပါး

ကောင်းသောကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှု၊ စိတ်မှုတို့ကို သုစရိုက်ဟုခေါ်သည်။ (သု - ကောင်းသော၊ စရိတ - ကျင့်ကြံပြုလုပ်ခြင်း)

သုစရိုက်ကာယကံ ၃ ပါး

(၁) **ပါဏာတိပါတာဝိရတိ** - သူ့အသက် သတ်မှုမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

(၂) **အဒိန္နာဒါနဝိရတိ** - ပိုင်ရှင်သည် ကိုယ် နှုတ် တို့ဖြင့် မပေးအပ်သော သူ့ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း၊ မတရားယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

(၃) **ကာမေသုမိစ္ဆာစာရဝိရတိ**- ကာမဂုဏ် တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

သုစရိုက်ဝစီကံ ၄ ပါး

(၁) **မုသာဝါဒဝိရတိ** - မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

(၂) **ပိသုဏဝါစာဝိရတိ** - ကုန်းတိုက်စကားပြောဆိုခြင်း မှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

(၃) **ဖရုသဝါစာဝိရတိ** - ဆဲရေး တိုင်းထွာခြင်း စသော ကြမ်းတမ်းသော စကားပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

(၄) **သမ္ဖပ္ပလာပ ဝိရတိ** - အကျိုးမရှိ အနှစ်မဲ့သော စကားကိုပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း။

သုစရိုက်မနောကံ ၃ ပါး

(၁) **အနဘိဇ္ဈာ** - အဘိဇ္ဈာကို မပြုခြင်း။

(၂) **အဗျာပါဒ** - ဗျာပါဒကို မပြုခြင်း။

(၃) **သမ္မာဒိဋ္ဌိ** - ကောင်းသောအယူကို ယူခြင်း။

ဤဆယ်ပါးကို လူ့ပြည် နတ်ပြည်သို့ ရောက်စေတတ်သော လမ်းခရီးကောင်းဖြစ်သောကြောင့် "ကုသလကမ္မပထ"ဟု ခေါ်ပါသည်။

မှတ်ချက်။

(၁) ကိုယ်တိုင်ပြုသော သုစရိုက် (၁၀)ပါး
(၂) တိုက်တွန်းသော သုစရိုက် (၁၀)ပါး
(၃) ချီးမွမ်းသော သုစရိုက် (၁၀)ပါး
(၄) စိတ်တူသော သုစရိုက် (၁၀)ပါးဟူ၍ သုစရိုက် တရားအပြား (၄၀)ပါး ရှိသည်။

ထိုနည်းတူ ဒုစရိုက်တရားသည်လည်း -
(၁) ကိုယ်တိုင်ပြုသော ဒုစရိုက် (၁၀)ပါး
(၂) တိုက်တွန်းသော ဒုစရိုက် (၁၀)ပါး
(၃) ချီးမွမ်းသော ဒုစရိုက် (၁၀)ပါး
(၄) စိတ်တူသော ဒုစရိုက် (၁၀)ပါးဟူ၍ ဒုစရိုက် တရားအပြား (၄၀)ပါး ရှိသည်။

ဆောင်ပုဒ်

ကာ, ဒု သုံးပါး၊ ကြဉ်ရှောင်ငြား၊ သုံးပါး ကာယကံ။
နှုတ်, ဒု လေးပါး၊ ကြဉ်ရှောင်ငြား၊ လေးပါးဝစီကံ။
အနဘိဇ္ဈာ၊ အဗျာပါဒနှင့်၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ ဖြောင့်မှန်သိ၊ တြိမနောကံ။

ဒုစရိုက်တရား (၁၀)ပါး

မကောင်းသောကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှု၊ စိတ်မှုတို့ကို ဒုစရိုက်ဟု ခေါ်သည်။ (ဒု - မကောင်းသော၊ စရိတ - ကျင့်ကြံပြုလုပ်ခြင်း)

ဒုစရိုက်ကာယကံသုံးပါး

(၁) **ပါဏာတိပါတ** - သူ့အသက် သတ်ခြင်း။

(၂) **အဒိန္နာဒါန** - ပိုင်ရှင်သည် ကိုယ်နှုတ် တို့ဖြင့် မပေးအပ်သော သူတပါးဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း။

(၃) **ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ** - ကာမဂုဏ်တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်း။

ဒုစရိုက်ဝစီကံလေးပါး

(၁) **မုသာဝါဒ** - မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုခြင်း။

(၂) **ပိသုဏာဝါစာ** - ကုန်းတိုက်စကား ပြောဆိုခြင်း။ ချစ်သူနှစ်ဦး ကွဲသွားအောင် ရန်တိုက်ပေးခြင်း။

(၃) **ဖရုသဝါစာ** - ဆဲရေး တိုင်းထွာခြင်း စသော ကြမ်းတမ်းသော စကားပြောဆိုခြင်း။

(၄) **သမ္ဖပ္ပလာပ** - အကျိုးမရှိ အနှစ်မဲ့သော စကားကို ပြောဆိုခြင်း။

ဒုစရိုက်မနောကံသုံးပါး

(၁) **အဘိဇ္ဈာ** - သူတပါး ပစ္စည်းကို “ငါဟာဖြစ်လျှင်ကောင်းလေစွ”ဟု မတရားကြံစည်ခြင်း။

(၂) **ဗျာပါဒ** - သူတပါးကို သေကြေပျက်စီးစေလိုခြင်း။

(၃) **မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ** - အယူမှားခြင်း (ကံ-ကံ၏အကျိုးမယုံကြည်ခြင်း)

ဤဆယ်ပါးကို အပါယ်သို့ ရောက်စေတတ်သော လမ်းခရီးဖြစ်သောကြောင့် “အကုသလကမ္မပထ”ဟူ၍ ခေါ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်

(၁) သက်သတ်ခိုးမှု၊ ကာမေသု၊ သုံးခုကာယကံ။

(၂) လှည့်ဖြားရန်တိုက်၊ မိုက်မိုက်ကန်းကန်း၊ နှုတ်ကြမ်းလေခြင်း၊ ပြိန်ဖျင်းစကား၊ ပြောဆိုငြား၊ လေးပါးဝစီကံ။

(၃) သူ့ဥစ္စာမှန်၊ မတရားကြံ၍၊ ဖောက်ပြန်သေကြေ၊ ပျက်စေလိုငြား၊ အယူမှား၊ သုံးပါးမနောကံ။

(၄) ဒုစရိုက်ဆယ်ဖြာ၊ ဤကမ္ဘာတွင်၊ မိစ္ဆာအယူ၊ ရှိသောသူကား၊ သေမူမလွဲ၊ ကျငရဲတည့်၊ ဖောက်လဲကမ္ဘာ၊ ပျက်သောအခါပင်၊ ပြဟ္မာဘုံထက်၊ အများတက်လည်း၊ တက်ခွင့်မရှိ၊ အဝီစိဝယ်၊ ကံ၏စေရာ၊ ခံရမှာ၊ မိစ္ဆာအပြစ်ကြီးဆုံးတည်း။

အခန်း(၃)

လောကလူမှုရေး ကျင့်ဝတ်တရားများ

တစ်လောကလုံး၊ ညွတ်ရုံးဦးချ၊ နိုင်းမမျှသား၊
ဘုရားရွှေစက်၊ ရောင်ပြိုးပြက်ကို၊ ဦးထက်တင်ထား၊
ရှိညွှတ်တွား၍၊ သားနှင့် မိဘ၊ တပည့်စသည်၊ ပြုရအံ့ဝတ်၊
ချွတ်မှုပါယ်ရှာ၊ လားမည်တာ ကြောင့်၊ သုတ်ပါထေယျ၊
ကျမ်း၌ပြသည့်၊ လောကကျင့်ရာ၊ အကျဉ်းမှာပိမ့်၊
နတ်ရွာသို့လုံးလုံး၊ ကျင့်၍သုံး။

အလေးအမြတ်ပြုအပ်သော အရပ်(၆)ပါး

အရှေ့မိဘ၊ တောင်ကဆရာ၊ နောက်မှာမယား၊
မြောက်ကားမိတ်ဆွေ၊ အောက်ခြေကျွန်မှတ်၊ ထက်ရပ်သံဃာ၊
မှတ်သားပါ၊ ခြောက်ဖြာ တံခါးပေါက်။

သားသမီးကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

ကျွေးမွေးမပျက်၊ ဆောင်ရွက်စီမံ၊ မွေခံထိုက်စေ၊
လျှုမှု ဝေ၍၊ စောင့်လေမျိုးနွယ်၊ ဝတ်ငါးသွယ်၊
ကျင့်ဖွယ် သားတို့တာ။

မိဘကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

မကောင်းမြစ်တာ၊ ကောင်းရာညွှန်လတ်၊ အတတ်သင်စေ၊
ပေးဝေနှီးရင်း၊ ထိမ်းမြားခြင်းလျှင်၊ ဝတ်ငါးအင်၊
ဖခင် မယ်တို့တာ။

တပည့်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

ညီညာထကြွ၊ ဆုံးမနာယူ၊ လာမှုကြိုဆီး၊
ထံနီး, လုပ်ကျွေး၊ သင်တွေးအံ့ရွတ်၊ တပည့်ဝတ်၊
မချွတ် ငါးခုသာ။

ဆရာကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

အတတ်လည်းသင်၊ ပွဲပြင်ဆုံးမ၊ သိပ္ပမချန်၊
ဘေးရန်ဆီးကာ၊ သင့်ရာအပ်ပို့၊ ဆရာတို့၊
ကျင့်ဖို့ ဝတ်ငါးဖြာ။

လင်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

မထီမဲ့ကင်း၊ အပ်နှင်းဥစ္စာ၊ မိစ္ဆာမမှား၊
ဝတ်စားဆင်ယင်၊ မြတ်နိုးကြင်၊ ငါးအင်လင်ကျင့်ရာ။

မယားကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

အိမ်တွင်းမှုလုပ်၊ သိမ်းထုပ်သေချာ၊ မိစ္ဆာကြဉ်ရှောင်၊
လျှော်အောင်ဖြွန့်ချို၊ ပျင်းရိမမူ၊ ဝတ်ငါးဆူ၊
အိမ်သူ ကျင့်အပ်စွာ။

မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်(၅)ပါး

ပေးကမ်းချီးမြှင့်၊ ကိုယ်နှင့်ယှဉ်ထား၊ စီးပွားဆောင်ရွက်၊
နှုတ်မြွက်ချိုသာ၊ သစ္စာမှန်စေ၊ ဝတ်ငါးထွေ၊
ကျင့်လေမိတ်သဟာ။

ကျေးဇူးခံမိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

ဂုဏ်မလျော့စောင့်လာ၊ ဥစ္စာစောင့်ရှောက်၊
ဘေးရောက်ကိုးကွယ်၊ ဘေးတွယ်မပစ်၊ သားမြစ်စဉ်ဆက်၊
မပျက်ချီးပင့်၊ ဝတ်ငါးဆင့်၊ ပြုကျင့် မိတ်ဆွေများ။

အလုပ်ရှင်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

ဝစွာကျွေးမွေး၊ ပြုရေးစီရင်၊ နာလျှင်ကုစေ၊
ငှဝေရသာ၊ အခါကိုလွှတ်၊ အရှင်ဝတ်၊ မချွတ်ငါးခုသာ။

အလုပ်သမားကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

အိပ်သော်နောက်ကျ၊ ထသော်ကားရှေ့၊
ပေးမှယူအပ်၊ စေ့စပ်ဆောင်ရွက်၊ ကျေးဇူးမြွက်၊
ငါးချက် ကျွန်ကျင့်ရာ။

ဒါယကာကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

မေတ္တာစိတ်သက်၊ ဆောင်ရွက်ချစ်ခင်၊
ခင်မင်နှုတ်ချို၊ လိုလျှင်ဖိတ်ထား၊
တတ်အားလှူစေ၊ ဝတ်ငါးထွေ၊ ပြုလေ ဒါယကာ။

ရဟန်းကျင့်ဝတ် (၆)ပါး

မကောင်းမြစ်တား၊ ကောင်းရာညွှန်လစ်၊
အသစ်ပေးကျူး၊ နာဖူးထပ်မံ၊ နတ်ထံတင်ရာ၊
မေတ္တာလည်းပြု၊ ရဟန်းမှု၊ ခြောက်ခု လွန်သချာ။

နာယကကျင့်ဝတ် (၆)ပါး

ထကြွ နိုးကြား၊ သနား, သည်းခံ၊ ဝေဖန်, ကြည့်မှု၊
၌ ခြောက်ခု၊ ကြီးသူ့ ကျင့်ရာ တရားတည်း။

ဥစ္စာပျက်ကြောင်း (၆)ပါး

သေစာသောက်စား၊ လမ်းသွားခါမဲ့၊ ရှုငဲ့သဘင်၊
ပျော်ရွှင် အန်လောင်း၊ မကောင်းမိတ်ဖွဲ့ခြင်း၊
ပျင်းရိခြင်းကား၊ ယိုယွင်းဥစ္စာ ပျက်ကြောင်းတည်း။

အရက်သောက်ခြင်း အပြစ်(၆)ပါး

ဥစ္စာယုတ်ခြင်း၊ ငြင်းခုန်များစွာ၊ ရောဂါထူပြော၊
ကျော်စောမဲ့တုံ၊ မလုံအင်္ဂါ၊ ပညာနည်းရှား၊
၌ခြောက်ပါး၊ သောက်စား သေစာ အပြစ်တည်း။

အချိန်အခါမဲ့သွားခြင်းအပြစ် (၆)ပါး

ကိုယ့်သားမယား၊ တခြားဥစ္စာ၊ လုံရာမဲ့ရှောင်း၊
မကောင်းအရာ၊ ရွံရှာလေအပ်၊ ယိုးစွပ်ရောက်မှု၊
ဆင်းရဲစုဟု၊ ခြောက်ခုခါမဲ့ သွားပြစ်တည်း။

ပွဲလမ်းသဘင်သွားအပြစ် (၆)ပါး

ကခြင်းတလီ၊ သီခြင်းတသီး၊ မှုတ်ခြင်းတသင်း၊
ပြိန်ဖျင်းတအုပ်၊ လက်ခုပ်တတည်း၊ အိုးစည်တဖြာ၊
ရှိရာရှာ၍၊ ဥစ္စာပျက်မှု ၌ခြောက်ခုကား၊ ကြည့်ရှုသဘင်
အပြစ်တည်း။

လောင်းကစားခြင်းအပြစ် (၆)ပါး

နိုင်သူရန်ပွား၊ ရှုံးသားစိုးရိမ်၊ စည်းစိမ်လျော့ပါး၊
တရား သဘင်၊ မဝင်သက်သေ၊ မိတ်ဆွေနှိမ်ဆို၊
မလိုထိမ်းမြား၊ ဤခြောက်ပါး လောင်းကစားမှုအပြစ်တည်း။

မိတ်ဆွေပျက်ကြောင်း (၆)ပါး

ကြွေအန်ကျူးထ၊ မိန်းမကျူးထွေ၊ သေစာကြူးမှု၊
အတူပြုငြား၊ လှည့်စားတထောက်၊ မျက်မှောက်လှည့်ချက်၊
နိုင်ထက်လုယူ၊ ဤသူခြောက်ပါး၊ မိတ်ဖြစ်လားကြောင့်၊
ပျက်ပြားမိတ်ဆွေ အပြစ်တည်း။

ပျင်းရိခြင်းအပြစ် (၆)ပါး

အချမ်းပြင်းဝှန်၊ အလွန်ပူနိုး၊ မိုးချုပ်လှမော၊
စောလွန်းလှယောင်၊ ဆာလောင်ပြင်းပြ၊ ဝမ်းဝလွန်းထွေ၊
ဤခြောက်ထွေမှာ၊ ခနဥစ္စာ မပွားရာသည် ခြောက်ဖြာ
ပျင်းသူ အပြစ်တည်း။

မိတ်ဆွေ(ခင်ပွန်း)အတုများ

(၁) အယူသာရှိ၍ အပေးမရှိသော မိတ်ဆွေတု
(အညဒတ္ထုဟရမိတ်တု)

(၂) နှုတ်သာပါ၍ လက်မပါသော မိတ်ဆွေတု
(ဝစီပရမ မိတ်တု)

(၃) ရှေ့တွင်သာ အကောင်းပြောသော မိတ်ဆွေတု (အနုပိယဘာဏီမိတ်တု)
(၄) ယုတ်မာမှုတွင် အဖော်ညှိသော မိတ်ဆွေတု (အပါယသဟာယမိတ်တု)

ကိုယ်ကျိုးသာငဲ့သောမိတ်ဆွေတု (၄)မျိုး

(၁) အယူသာရှိ၍ အပေးမရှိသူ (မရှိခြင်း)
(၂) နည်းနည်းပေးပြီး များများရလိုသူ (ရလိုခြင်း)
(၃) ဘေးရန်ကြုံမှ လုပ်ကိုင်ပေးသူ (လုပ်ကိုင်ပေးခြင်း)
(၄) ကိုယ်ကျိုးငဲ့၍ ပေါင်းသူ (ပေါင်းခြင်း)

နှုတ်ဖြင့်သာ ဟန်ဆောင်သော မိတ်ဆွေတု (၄)မျိုး

(၁) လွန်ပြီးသားကို ပြော၍ လောကွတ်ပြုသူ (ပြုခြင်း)
(၂) အနာဂတ်ကိုပြော၍ လောကွတ်ပြုသူ (ပြုခြင်း)
(၃) ပစ္စည်းမပါ ဗလာချည်းနှီးဖြင့် လောကွတ်ပြုသူ(ပြုခြင်း)
(၄) လောလောဆယ်ပျက်စီးမှုကို အကြောင်းပြသူ(ပြုခြင်း)

ချစ်ဖွယ်ကိုဆိုတတ်သောမိတ်ဆွေတု (၄)မျိုး

(၁) မကောင်းရာကို ခွင့်ပြုသူ (ခွင့်ပြုခြင်း)
(၂) ကောင်းရာကိုလည်း ခွင့်ပြုသူ (ခွင့်ပြုခြင်း)
(၃) ရှေ့တွင်သာ ချီးမွမ်းသူ (ချီးမွမ်းခြင်း)
(၄) ကွယ်ရာ၌ ကဲ့ရဲ့သူ (ကဲ့ရဲ့ခြင်း)

မိတ်ဆွေ(ခင်ပွန်း)အစစ်များ

(၁) မိမိအား ကျေးဇူးပြုသော မိတ်ဆွေစစ်
(ဥပကာရမိတ်စစ်)
(၂) ချမ်းသာအတူ ဆင်းရဲအတူဖြစ်သော မိတ်ဆွေစစ်
(သမာနသုခဒုက္ခမိတ်စစ်)
(၃) အကျိုးစီးပွားကို ပြောကြားတတ်သော ဆရာနှင့်တူသော မိတ်ဆွေစစ် (အတ္ထက္ခာယီမိတ်စစ်)
(၄) ညာညာတာတာ စောင့်ရှောက်တတ်သော မိတ်ဆွေစစ်
(အနုကမ္ပမိတ်စစ်)

ကျေးဇူးရှက်ဆောင်သော မိတ်ဆွေစစ် (၄)မျိုး

(၁) မေ့လျော့သောမိတ်ဆွေကို စောင့်ရှောက်သူ
(၂) မေ့လျော့သော မိတ်ဆွေဥစ္စာကို စောင့်ရှောက်သူ
(၃) ဘေးအန္တရာယ်ကြုံက အားကိုးရသူ
(၄) အရေးကြုံက နှစ်ဆပေး၍ ကူညီသူ

ဆင်းရဲမကွာ ချမ်းသာမပစ်သော မိတ်ဆွေစစ်(၄)မျိုး

(၁) မိတ်ဆွေဖြစ်သူအား လျှို့ဝှက်သောစကားကို ပြောကြားသူ
(၂) မိတ်ဆွေဖြစ်သူ၏ လျှို့ဝှက်သင့်သောကိစ္စကို လျှို့ဝှက်ထားသူ
(၃) မိတ်ဆွေဖြစ်သူ ဘေးအန္တရာယ်ကြုံတွေ့သော် မစွန့်သူ
(၄) မိတ်ဆွေ၏ အကျိုးငှာ အသက်ကို စွန့်သူ

အကျိုးစီးပွားကို ပြောကြားအပ်သော မိတ်ဆွေစစ်(၄)မျိုး

(၁) မကောင်းရာကို တားမြစ်သူ
(၂) ကောင်းရာကို သက်ဝင်စေသူ
(၃) မကြားဖူးသေးသော ကုသိုလ်တရားကို ပြောကြားသူ
(၄) နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်ခရီးကို ညွှန်ပြတတ်သူ

အစဉ်သနားတတ်သော မိတ်ဆွေစစ် (၄)မျိုး

(၁) မိတ်ဆွေဖြစ်သူ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးမည်ကို မလိုလားသူ
(၂) မိတ်ဆွေဖြစ်သူ တိုးတက်ကြီးပွားမည်ကို လိုလားသူ
(၃) မိတ်ဆွေဖြစ်သူ၏ ကျေးဇူးမဲ့ကို ပြောလာလျှင်တားမြစ်သူ
(၄) မိတ်ဆွေဖြစ်သူ၏ ကျေးဇူးကိုပြောလာလျှင် ချီးမွမ်းသူ

ကြီးပွားချမ်းသာရေးကျင့်စဉ် (၄)ပါး

(၁) **ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ** - ထကြွလုံ့လဝီရိယရှိခြင်း
(၂) **အာရက္ခသမ္ပဒါ** - ရရှိပြီး စည်းစိမ် ဥစ္စာကို မပျက် စီးအောင် ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခြင်း
(၃) **ကလျာဏမိတ္တသမ္ပဒါ** - မိတ်ဆွေကောင်းနှင့် ပြည့်စုံခြင်း
(၄) **သမဇီဝိတသမ္ပဒါ** - ဥစ္စာအင်အား ဝင်ငွေ ထွက်ငွေ မျှတတိုင်းထွာ၍ အသက်မွေးခြင်း။

နာယကမတင်ထိုက်သူ အနာယက (၆)ဦး

ဂဏန်း၊ ပုတ်သင်၊ ကိုင်းပင်၊ နွားသိုး၊ လိပ်မျိုး၊ ခွေးအ၊ ဤခြောက်ဝ၊ နာယကမတင်ထိုက်။

(၁) ဂဏန်းကဲ့သို့ အမြဲ လက်မထောင်လေ့ရှိသူ
(၂) ပုတ်သင်ကဲ့သို့ သူတစ်ပါးလုပ်သမျှ ခေါင်းညိတ်တတ်သူ
(၃) လေလာရာ ယိမ်းပါတတ်သော ကိုင်းပင်ကဲ့သို့ ဟိုဘက် သည်ဘက် ယိမ်းပါတတ်သူ
(၄) နွားသိုးကဲ့သို့ ရှုးရှုးဒိုင်းဒိုင်း ပြုမူ၍ စိတ်တိုတတ်သူ
(၅) လိပ်ကဲ့သို့ ကိုယ့်ဘက် ကိုယ်ယက်တတ်သူ
(၆) ခွေးအကဲ့သို့ စားပိုးနင့်အောင် စားပြီးဇိမ်ခံတတ်သူ

ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးကြောင်းတရား ၁၂-ပါး

(၁) ဒုစရိုက်တရား ဆယ်ပါးကို ပြုကျင့်ခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

(၂) မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိသူများနှင့် သူယုတ်မာတို့ကို ပေါင်းသင်းဆက်ဆံခြင်း၊ သူတော်ကောင်းတို့နှင့် မပေါင်းသင်းမဆက်ဆံခြင်း၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိများနှင့် သူယုတ်မာတို့၏ တရားနှင့်အယူဝါဒများကို နှစ်သက် ခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

(၃) အလွန်အကျွံအိပ်ခြင်း၊ အပေါင်းအဖော်၌ မွေ့လျော်ပြီး အချိန်ဖြုန်းတီးနေခြင်း၊ ထကြွလုံ့လမရှိခြင်း၊ အလွန်ပျင်းရိ

ခြင်းနှင့် အမျက်ဒေါသကြီးခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီး ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

ရဟန်းစသော သူတော်စင် အလှူခံများနှင့် သူတောင်းစား တို့ကို ပေးလှူမည်ဟု ဖိတ်ကြားဝန်ခံထားပြီး မလှူဒါန်း မပေးကမ်းခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏အကြောင်း ဖြစ်၏။

မိဘတို့ကို ကျွေးမွေးပြုစုနိုင်ပါလျက် မကျွေးမွေးမပြုစုခြင်း သည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

ပစ္စည်းဥစ္စာပေါများသူဖြစ်ပါလျက် အခြားသူများကို မလှူဒါန်း၊ မဝေငှဘဲ မိမိတစ်ဦးတည်း သုံးဆောင် ခံစားခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

မာန်မာန တက်ကြွမောက်မာခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီး ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

ကာမဂုဏ် အပျော်အပါး လိုက်စားခြင်း၊ အရက်သေစာ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်စားမှီဝဲခြင်းနှင့် လောင်းကစားခြင်း သည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

ပြည့်တန်ဆာမနှင့် သူတပါးမယားတို့၌ ပြစ်မှားလွန်ကျူး ခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်၏။

အသက်ကြီးအရွယ်လွန်သူဖြစ်ပါလျက် ငယ်ရွယ်သူ အမျိုး သမီးနှင့် အိမ်ထောင်ပြုခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း ၏အကြောင်းဖြစ်၏။

(၁၁) အဝတ်အစား မက်မောလွန်းသူ၊ အသုံးအစွဲ မတတ်သူကို အကြီးအကဲအရာ၌ ခန့်ထားခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

(၁၂) မိမိနှင့် မတန်သော အရာကို အလိုရှိခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

သူယုတ်မာဖြစ်ကြောင်းတရားများ

(၁) အမျက်ကြီးသူ၊ ရန်ငြိုးဖွဲ့သူ၊ သူတပါးဂုဏ်ကျေးဇူးကို ချေဖျက်သူ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူရှိသူ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူသို့ ကူးပြောင်းသူနှင့်မိမိအပြစ် ဖုံးလွှမ်း၍ လှည့်စားတတ်သူတို့သည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၂) သတ္တဝါတို့အား သနားကြင်နာမှုမရှိဘဲ သတ်ဖြတ်သူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၃) မြို့ရွာတို့ကို တိုက်ခိုက် ဖျက်ဆီးသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၄) သူတစ်ပါးအကြွေးကို ပြန်မပေးသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၅) သူတစ်ပါးပစ္စည်းကို ခိုးသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၆) လူသတ်၍ ပစ္စည်းယူသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၇) မတရားသက်သေ ထွက်ဆိုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၈) သူတစ်ပါးသားမယားကို ပြစ်မှားကျူးလွန်သူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၉) အမိအဘကို မကျွေးမွေးမပြုစုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၀) မိဘ ညီအစ်ကို မောင်နှမ ယောက္ခမတို့ကို ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲနေသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၁) သူတစ်ပါးက အကျိုးစီးပွား ရှိရာရှိကြောင်းကို မေးပါလျက် အကျိုးမဲ့ကို ပြောသူနှင့် အကျိုးစီးပွားရှိကြောင်း နည်းလမ်းကို မေးပါသော်လည်း မေးသူမသိနိုင်အောင် ပြောသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၂) မိမိပြုလုပ်ထားသော မကောင်းသော အမှုများကို တပါးသူ မသိအောင် ဖုံးကွယ်ထားသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၃) သူတစ်ပါးအိမ်သို့ သွားသောအခါ ဧည့်ဝတ်ပြုစုသည်ကို စားသောက်ပြီး မိမိအိမ်သို့ လာသည့်အခါမှု ဧည့်ဝတ်မပြုစုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၄) ဖိတ်ကြားဝန်ခံထားသူ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် သူတောင်းစားတို့ကို မလှူဒါန်း မပေးကမ်းဘဲ လှည့်ပတ်နေသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၅) ဆွမ်းခံလာသော ရဟန်းကို ဆွမ်းမလောင်းဘဲ ကြမ်းတမ်းစွာပြောဆိုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၆) သူတစ်ပါး၏ပစ္စည်းကို ရယူလိုသဖြင့် မဟုတ်မမှန် လှည့်ပတ်ပြောဆိုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၇) မိမိကိုယ်ကို ဂုဏ်တင်မြှောက်စားပြီး သူတစ်ပါးကို နှိမ့်ချပြောဆိုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၈) သူတစ်ပါးကို ရန်ရှာသူ၊ မိမိကိုယ်တိုင် မလှူဒါန်း မပေးကမ်း ရုံမျှမက သူတစ်ပါးတို့ လှူဒါန်းပေးကမ်းသည်ကိုပင် နှမြော တွန့်တိုသူ၊ မိမိမှာ မရှိသော ဂုဏ်သိက္ခာဖြင့် ချီးမွမ်းခံလို သူ၊ နှမြောဝန်တိုသူ၊ မိမိမှာ မရှိသော ဂုဏ်ကို ရှိလေဟန် ဆောင်သူနှင့် မကောင်းမှုကို ပြုရန် မရှက်မကြောက်သူ သည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၁၉) ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးနှင့် ရတနာသုံးပါး ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်သူများကို ရှုတ်ချပြောဆိုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(၂၀) ရဟန္တာ မဟုတ်ပါဘဲလျက် ရဟန္တာဟု ဝန်ခံသူသည် လောက၌ အယုတ်မာဆုံးဖြစ်၏။

စည်းရုံးအောင်မြင်နည်း ကျင့်စဉ် ၄ ပါး

(၁) **ဒါန** - ပေးကမ်းထောက်ပံ့ခြင်းဖြင့် ချီးမြှင့်ခြင်း။

(၂) **ပေယျဝဇ္ဇ** - ချစ်ဖွယ်စကားပြောဆိုခြင်းဖြင့် ချီးမြှင့်ခြင်း။

(၃) **အတ္ထစရိယာ** - သူ့အကျိုးပြီးမြောက်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြင့် ချီးမြှင့်ခြင်း။

(၄) **သမာနတ္တတာ**- ကိုယ်နှင့်ထပ်တူ ပြုမူဆက်ဆံခြင်းအားဖြင့် ချီးမြှင့်ခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

လင်္ကာ

ပေးကမ်းချစ်ဖွယ်၊ စကားကြွယ်၍၊
သူ့ဝယ်ကိစ္စ၊ ကြုံတွေ့ကမူ၊
ကြောင့်ကြကြီးစွာ၊ ကူညီကာဖြင့်။
သွားလာနေမှု၊ တန်းတူပြုသည်၊
ဝတ္ထုသင်္ဂဟ၊ လေးမျိုးတည်း။

ဥစ္စာပစ္စည်းသုံးဆောင်နည်း ကျင့်ဝတ် ၄ ပါး

မိမိရရှိထားသော ပစ္စည်းများကို လေးပုံ ပုံ၍ထားပါ။ ထိုလေးပုံထဲမှ -

- တစ်ပုံကို စားဝတ်နေရေးအတွက် သုံးဆောင်ပါ။
- နှစ်ပုံကို ဥစ္စာပစ္စည်းတိုးပွားလာရေးအတွက် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံပါ။
- တစ်ပုံကို ဘေးအန္တရာယ် အမျိုးမျိုးကျရောက်လာသည့် အခါ သုံးစွဲနိုင်ရန်အတွက် စုဆောင်းထားပါ။

အခန်း(၄)

အရှယ်သုံးပါးဘာဝနေနည်း (မင်္ဂလာ)ကျင့်စဉ်များ

မင်္ဂလသုတ်လာကျင့်ဝတ်များ

မင်္ဂလသုတ်ပါဠိ

- ယံ မင်္ဂလံ ဒွါဒသဟိ၊ စိန္တယိံသု သဒေဝကာ။
 သောတ္ထာနံ နာဓိဂစ္ဆန္တိ၊ အဋ္ဌတိံသဉ္စ မင်္ဂလံ။
- ဒေသိတံ ဒေဝဒေဝေန၊ သဗ္ဗပါပ ဝိနာသနံ။
 သဗ္ဗလောကဟိတတ္ထာယ၊ မင်္ဂလံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

(က) ဧဝံ မေ သုတံ။

(ခ) ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ သာဝတ္ထိယံ ဝိဟရတိ
ဇေတဝနေ အနာထပိဏ္ဍိကဿ အာရာမေ။

(ဂ) အထခေါ အညတရာ ဒေဝတာ အဘိက္ကန္တာယ ရတ္တိယာ
အဘိက္ကန္တဝဏ္ဏာ ကေဝလကပ္ပံ ဇေတဝနံ ဩဘာသေတွာ
ယေန ဘဂဝါ တေနုပသင်္ကမိ၊ ဥပသင်္ကမိတွာ ဘဂဝန္တံ
အဘိဝါဒေတွာ ဧကမန္တံ အဋ္ဌာသိ။

(ဃ) ဧကမန္တံ ဌိတာ ခေါ သာ ဒေဝတာ ဘဂဝန္တံ ဂါထာယ
အဇ္ဈဘာသိ။

၁။ ဗဟူ ဒေဝါ မနုဿာ စ ၊ မင်္ဂလာနိ အစိန္တယုံ။
အာကင်္ခမာနာ သောတ္ထာနံ၊ ဗြူဟိ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၂။ အသေဝနာ စ ဗာလာနံ၊ ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ။
ပူဇာ စ ပူဇနေယျာနံ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၃။ ပတိရူပဒေသဝါသော စ၊ ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာ။
အတ္တသမ္မာပဏိဓိ စ ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၄။ ဗာဟုသစ္စဉ္စ သိပ္ပဉ္စ၊ ဝိနယော စ သုသိက္ခိတော။
သုဘာသိတာ စ ယာ ဝါစာ ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၅။ မာတာပိတုဥပဋ္ဌာနံ၊ ပုတ္တဒါရဿ သင်္ဂဟော။
အနာကုလာ စ ကမ္မန္တာ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၆။ ဒါနဉ္စ ဓမ္မစရိယာ စ၊ ဉာတကာနဉ္စ သင်္ဂဟော။
အနဝဇ္ဇာနိ ကမ္မာနိ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၇။ အာရတီ ဝိရတီ ပါပါ၊ မဇ္ဇပါနာ စ သံယမော။
အပ္ပမာဒေါ စ ဓမ္မေသု၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၈။ ဂါရဝေါ စ နိဝါတော စ၊ သန္တုဋ္ဌီ စ ကတညုတာ။
ကာလေန ဓမ္မဿဝနံ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၉။ ခန္တီ စ သောဝစဿတာ၊ သမဏာနဉ္စ ဒဿနံ။
ကာလေန ဓမ္မသာကစ္ဆာ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၁၀။ တပေါ စ ဗြဟ္မစရိယဉ္စ၊ အရိယသစ္စာနဒဿနံ။
နိဗ္ဗာနသစ္ဆိကိရိယာ စ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၁၁။ ဖုဋ္ဌဿ လောကဓမ္မေဟိ၊ စိတ္တံ ယဿ န ကမ္ပတိ။
အသောကံ ဝိရဇံ ခေမံ၊ ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။
၁၂။ ဧတာဒိသာနိ ကတွာန၊ သဗ္ဗတ္ထ မပရာဇိတာ။
သဗ္ဗတ္ထ သောတ္ထိံ ဂစ္ဆန္တိ၊ တံ တေသံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

၃၈ ဖြာမင်္ဂလာကဗျာ

၃၈ ဖြာ မင်္ဂလာတရားကို၊ နတ်လူ အများ ကြံစည်ပေ။
ဘယ်သင်း ဘယ်ဟာမင်္ဂလာအစစ်ဟု၊ သေချာဇာစ်မြစ်မသိလေ။
ဆယ့်နှစ်နှစ်တိုင် နှုတ်ပြိုင်ငြင်းလို့၊ မင်္ဂလာအခင်း မပြီးပေ။
မင်္ဂလာတရား ဝါဒများ၊ ကွဲပြား နတ်လူတွေ။
အဲဒါကြောင့် ကြံကြ စည်ကြ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

မြင်ကြားတွေ့ရာ မင်္ဂလာပဲဟု၊ သုံးစုကွဲကာ ငြင်းခုံနေ။
နတ်လူတွေမှာ အငြင်းပွားသည့်၊ အခင်းများလည်း ကင်းပါစေ။
မကောင်းမှုတွေ ကွယ်ကာပျောက်လို့၊ ချမ်းသာရောက်ဖို့
ရည်ရွယ်ပေ။
နတ်တို့ထက်နတ် ဘုရားမြတ်၊ ဟောအပ်ခဲ့ပါသလေ။
အဲဒါကြောင့် သင်ကြ မှတ်ကြ ဆောင်ကြတို့တစ်တွေ။

သာဝတ္ထိပြည်မွန်၊ ဇေတဝန်ကျောင်း၌၊ ကိန်းအောင်းပျော်မွေ့၊
မြတ်စိန္တေ။
သန်းခေါင်ယံခါ၊ မထင်ရှားသည့်၊ နတ်သားတစ်ယောက်၊
ချဉ်းကပ်လေ။
ချဉ်းကပ်ပြီးသော်၊ မင်္ဂလာသဘော၊ ထင်စွာဟောဖို့
လျှောက်ပန်ခြွေ။
အသေဝနာတရား အစထား၊ ဟောကြား မြတ်စိန္တေ။
အဲဒါကြောင့် နာရ ကြားရ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာတရားတော်

(၁) ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမင်္ဂလာ ၃ ပါး

လူမိုက်ဆိုလျှင်၊ ရှောင်သွေလွဲလို့၊ မမှီဝဲနှင့် ကင်းအောင်နေ၊
ပညာရှိကို၊ အရှည်တွဲလို့၊ မှီဝဲဆည်းကပ် နည်းယူစေ၊
သုံးပါးရတနာ မိဘများနှင့် ဆရာသမားကို ပူဇော်လေ၊
ချမ်းသာကိုပေး ဆက်ဆံရေး မျှော်တွေးသုံးချက်ပေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

(၂) နေထိုင်ရေးမင်္ဂလာ ၃ ပါး

ကုသိုလ်၊ ပညာ၊ ဥစ္စာရဖို့၊ သင့်ရာဒေသ အမြဲနေ၊
ရှေးကတင်ကြို၊ ပြုခဲ့ဖူးသည့်၊ ကောင်းမှုအထူးရှိပါစေ။
မိမိကိုယ်ကိုကောင်းအောင်ထိန်းလို့ မတိမ်းစေနဲ့ ဆောက်တည်လေ၊
ဥစ္စာကိုပေး၊ နေထိုင်ရေး မျှော်တွေးသုံးချက်ပေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့ မင်္ဂလာတွေ။

(၃) သင်ကြားရေးမင်္ဂလာ ၄ ပါး

တတ်ကောင်းတတ်ရာ ဟူသမျှကို၊ ကြားမြင်သုတ ရှိပါစေ၊
အိုးအိမ်တည်ထောင် ဝမ်းစာရေးနဲ့ အသက်မွေးဖို့အတတ်သင်လေ၊
လူနှင့်ဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်များကို ကောင်းစွာသင်ကြား နားလည်စေ၊
မှန်ကန်ယဉ်ကျေး ချိုသာအေး၊ ဆိုရေးတတ်ပါစေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

(၄) ပြုစုလုပ်ကျွေးရေးမင်္ဂလာ ၃ ပါး

မြင့်မိုရ်ရွှေတောင် မိဘကျေးကို ကောင်းစွာဆပ်ပေး ဝတ်ကျေကျေ၊
ကြွေးသစ်ချကာ သားနှင့်မယား၊ မြောက်စားချီးမြှင့် ဝတ်ကုန်စေ၊
အလုပ်တာဝန် မလစ်ဟင်းနဲ့၊ အပြစ်ကင်းအောင် လုပ်ပါ လေ၊
စည်းစိမ်ကိုပေး၊ ပြုစုရေး၊ မျှော်တွေး သုံးချက်ပေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့ မင်္ဂလာတွေ။

(၅) ကူညီဆောင်ရွက်ရေးမင်္ဂလာ ၄ ပါး

သုံးတန်စေတနာ ဖြူစင်လန်းလို့၊ ပေးကမ်းဝေမျှ လှူနိုင်စေ၊
ကိုယ်နှုတ်စိတ်ကြံ မမိုက်မှားနဲ့၊ သုစရိုက်တရားကို ကျင့်ပါလေ၊
ဆွေမျိုးတွေကို ပြင်ပမထားနဲ့၊ သင်္ဂဟတရားနဲ့ ချီးမြောက်လေ၊
သန့်စင်ပြစ်မျိုး လူထုအကျိုး၊ သယ်ပိုးဆောင်ရွက်လေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့ မင်္ဂလာတွေ။

(၆) ရှောင်ကြဉ်လိုက်နာရေးမင်္ဂလာ ၄ ပါး

မကောင်းမှုတွေ ဟူသမျှကို၊ မတွေ့ခင်က ရှောင်ကြဉ်လေ၊
တွေ့ကြုံလာလျှင် မလွန်ကျူးနဲ့၊ အထူးသဖြင့် စောင့်စည်းနေ၊
အရက်သေစာမသောက်စားနဲ့၊ မှောက်မှားတတ်တဲ့အရာပေ၊
လုပ်ကိုင်ပြောကြား သတိထား၊ တရားမမေ့စေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

(၇) စိတ်ထားဖြူစင်မြင့်မားရေးမင်္ဂလာ ၅ ပါး

အသက်ဂုဏ်ဝါ ကိုယ့်ထက်ကြီးက၊ ဆည်းကပ်ခစား ရိုသေသေ။
မာနတံခွန် ဂုဏ်မကြွနဲ့၊ ကိုယ့်ကိုယ်နှိမ့်ချ အမြဲနေ။
ကိုယ့်ပေါ်ပြုဖူး သူ့ကျေးဇူး၊ အထူးသိတတ်စေ၊
ကောင်းကျိုးဆင့်ပွား မြတ် တရား၊ နာကြားမပြတ်ပေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့ မင်္ဂလာတွေ။

(၈) သည်းခံခြင်းမင်္ဂလာ ၄ ပါး

ဝတ်စားနေထိုင် ရန်ခပ်သိမ်း၊ စိတ်ကိုချုပ်ထိန်း သည်းခံလေ၊
ကြောင်းကျိုးပြည့်ဝန် ဆုံးမစကားကို၊ ပြောကြားလာက နာလွယ်စေ၊
သူမြတ်ပုဂ္ဂိုလ် ဟူသမျှကို၊ မကြာခဏ တွေ့ဆုံလေ၊
သဘာဝတွေး မှန်ကန်ရေး၊ ဆွေးနွေးမပြတ်ပေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

(၉) မြိုးခြံခြင်းမင်္ဂလာ ၄ ပါး

လောကီအာရုံ ဇိမ်ယစ်မူးလို့၊ အပျော်မကျူးနဲ့ ခြိုးခြံလေ၊
မေတ္တာ ပြဟ္မစိုရ် လက်ကိုင်သုံးလို့၊ သူမြတ်ကျင့်ထုံး ယွင်းမသွေ၊
လေးပါးသစ္စာ ဉာဏ်မြင်ကြည့်လို့၊ အမှန်သိအောင် ကြိုးစားလေ၊
ဒုက္ခ လွတ်ကင်း နိဗ္ဗာန်ချဉ်း၊ အလင်းပေါက်နိုင်စေ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

(၁၀) စိတ်ထားခိုင်မာရေး မင်္ဂလာ ၄ ပါး

ဆင်းရဲချမ်းသာ သဘာဝ၊ တွေ့ကြုံနေကြ လူတိုင်းပေ၊
ကောင်းဆိုးနှစ်တန် အစုံတွဲလို့၊ တစ်လှဲ့စီလှည့် အမြဲနေ၊
လောကဓံကြုံ မဖြုံတမ်းပေါ့၊ မတုန်စမ်းနဲ့ စိတ်ခိုင်စေ၊
သောကကိုထိန်း ရမ္မက်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းချမ်းသာစေ၊
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ၊ ကမ္ဘာ့ မင်္ဂလာတွေ။

(၁၁) မင်္ဂလာအကျိုး

သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာကုံးကို၊ လိုက်နာကျင့်သုံး ပန်သူတွေ၊
စီးပွားချမ်းသာကျက်သရေတိုးလို့ ကောင်းကျိုးစည်ပွင့်တဝေဝေ၊
ဘေးကင်းရန်ကွာ ချစ်သူပေါလို့၊ စိတ်ရောကိုယ်ရောချမ်းသာ
မလေ၊ ပြောဆိုကြံဆ ဆောင်သမျှ အောင်ရမည်ကျိန်းသေ၊
အဲဒါကြောင့် ပန်ကြ ဆင်ကြ မင်္ဂလာ့ပန်းခိုင်တွေ။

သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာတရားတို့၊ ပျက်ပြားနေကြ ကမ္ဘာမြေ၊
ဟိုတိုင်းဒီပြည် ရန်စစ်ခင်းလို့၊ လူနှင့်လူချင်း သတ်ကာနေ။
ငြိမ်းချမ်းပါစေ အာသီသနဲ့၊ စွမ်းနိုင်ရာက ကူညီသလေ။
သုံးဆယ့်ရှစ်ပါး မင်္ဂလာတရား၊ ရေးသားဖြန့်ကာဝေ၊
အဖိုးတန်တဲ့ "ဗုဒ္ဓဝါဒ" ကမ္ဘာ က သိပါစေ။

ဒဂုံဦးထွန်းမြင့်

အခန်း(၅)

မေတ္တာနှင့်မေတ္တာပို့သနည်း

မေတ္တာပို့ခြင်းနှင့် အမျှဝေခြင်း

အရပ်(၁၀)မျက်နှာ မေတ္တာပို့နည်း

(၁) ကျွန်ုပ်ကိုယ်မှာ၊ ဘေးကင်းကွာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။

(၂) မိဘနှစ်ဖြာ၊ မြတ်ဆရာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။

(၃) တို့အိမ်တွင်းမှာ၊ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၄) တို့အိမ်တွင်းမှာ၊ နတ်များစွာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၅) တို့ရွာတွင်းမှာ၊ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၆) တို့မြို့တွင်းမှာ၊ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၇) တို့ပြည်တွင်းမှာ၊ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၈) အရှေ့အရပ်မှာ၊ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၉) တောင်အရပ်မှာ၊ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၁၀) အနောက်အရပ်မှာ၊ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၁၁) မြောက်အရပ်မှာ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

(၁၂) အရှေ့တောင်အရပ်မှာ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။

(၁၃) အနောက်တောင်အရပ်မှာ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။

(၁၄) အနောက်မြောက်အရပ်မှာ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
(၁၅) အရှေ့မြောက်အရပ်မှာ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
(၁၆) အထက်အရပ်မှာ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
(၁၇) အောက်အရပ်မှာ များသတ္တာ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

မေတ္တာသုတ်တော်လာ မေတ္တာပွားနည်း (၁၁)နည်း

(၁) လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
(၂) ကြောက်တတ်, မကြောက်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
(၃) မြင်အပ်, မမြင်အပ် နှစ်ရပ်များစွာ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
(၄) ဝေးနေ,နီးနေ နှစ်ထွေများစွာ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။
(၅) ဘဝဇာတ်ဆုံး, မဆုံးများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

(၆) ရှည်, တို, အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ
ကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

(၇) ကြီး, ငယ် , အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ
ကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

(၈) ဆူ, ကြုံ, အလတ် သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာ
ကိုယ်စိတ် မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

(၉) လူအချင်းချင်း လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

(၁၀) အထင်သေးခြင်း အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

(၁၁) ဆင်းရဲလိုခြင်း အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

ဒိသာဖရဏမေတ္တာပွားနည်း

၁။ အရှေ့အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၂။ အနောက်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ

ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၃။ မြောက်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၄။ တောင်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၅။ အနောက်တောင်ထောင့် အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၆။ အနောက်မြောက်ထောင့် အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ

ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၇။ အရှေ့မြောက်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၈။ အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ
အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၉။ အောက်အရပ်၌ရှိသော ထက်ဝန်းကျင် အနန္တစကြဝဠာ
အပါယ်ဘုံသား အနန္တသတ္တဝါတို့-
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

၁၀။ အထက်အရပ်၌ရှိသော ထက်ဝန်းကျင် အနန္တစကြဝဠာ
အနန္တနတ်ပြဟ္မာတို့ -
ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ
နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

မေတ္တာပို့သမှုအကျိုး (၁၁)ပါး

(၁) ချမ်းသာစွာ အိပ်စက်ရခြင်း။
(၂) ချမ်းသာစွာ နိုးရခြင်း။
(၃) မကောင်းအိပ်မက် မမြင်မက်ရခြင်း။
(၄) လူတို့ ချစ်ခင်နှစ်သက်ခြင်း။
(၅) နတ်တို့ ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်း။
(၆) နတ်တို့ စောင့်ရှောက်ခြင်း။
(၇) မီး,အဆိပ်,လက်နက် မသင့်နိုင်ခြင်း။
(၈) စိတ်လျင်မြန်စွာ တည်ကြည်ခြင်း။
(၉) မျက်နှာရုပ်ဆင်း ကြည်လင်ရွှင်ပြခြင်း။
(၁၀) မတွေဝေဘဲ သေရခြင်း။
(၁၁) သေသောအခါ ပြဟ္မာပြည်သို့ လားရခြင်း။

ဆောင်ပုဒ်

အိပ်, နိုး, ချမ်းသာ ကောင်းစွာအိပ်မက်၊ ချစ်လျက် လူနတ်၊ စောင့်လတ်နတ်များ၊ မီး,ဆိပ်, ဓားတို့၊ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာ

လျင်စွာ စိတ်တည်၊ ရွှင်ကြည်မျက်နှာ၊ သေခါမတွေ
လားလေပြဟ္မာ၊ ဆယ့်တစ်ဖြာသည်၊ မေတ္တာပွားမှု
အကျိုးတည်း။

တစ်နေ့သုံးခါ၊ အိုးတစ်ရာဖြင့်၊ ချက်ကာထမင်း၊
ကျွေးမွေးခြင်းထက်၊ မယွင်းစင်စစ်၊ နို့တစ်ညှစ်စာ၊
ကြိမ်သုံးခါမျှ၊ မေတ္တာ ပွားများ၊ ကျိုးကြီးမားသည်၊
ဘုရားမြွက်စွာ မိန့်ခွန်းတည်း။

မိမိကုသိုလ်အဖို့ကို အမျှဝေခြင်း

မေတ္တာပို့ပြီးသောအခါ အာနာပါန (ထွက်သက်ဝင်သက် ရှုမှတ်မှု)စသော သမထ၊ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်တို့ကို စွမ်းအားရှိသမျှ ရှုမှတ်ပွားများရမည်။

ကုသိုလ်ကောင်းမှု အားလုံး ပြုပြီးနောက် မိမိတို့ ပြုလုပ်ခဲ့ သမျှ ကုသိုလ်ကောင်းမှုနှင့်စပ်၍ အောက်ပါအတိုင်း ဆုတောင်းပြီး အမျှဝေရမည်။ အခြား မိမိတို့ ဆန္ဒရှိရာ ဆုတောင်း,အမျှဝေများ ကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။

ဆုတောင်း

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကြောင့်၊ ချမ်းမြအေးကြည်၊
ဘေးမဲ့ မည်သည်၊ ရွှေပြည်ထုတ်ချောက်၊
လမ်းမကောက်ဘဲ၊ ရောက်ရပါလို၊ တောင်းဆုဆို၏
ထိုထိုဘဝ၊ ကျင်လည်ရလည်း၊ ဒုက္ခဘေး ဒဏ်၊

ရန်မာန်အပေါင်း၊ မကောင်းဟူသမျှ၊ မတွေ့ရဘဲ၊
သဗ္ဗကိစ္စာ၊ မင်္ဂလာကို၊ ရွယ်ကာ တ-တိုင်း ရစေသော်ဝ်။

အမျှဝေ

ယနေ့ယခု ပြုပြုသမျှ မြတ်ဘာဂကို၊ မိဘဆရာ၊
မျိုးသဟာ နှင့်၊ ကိုယ်မှာ စောင့်ကြပ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်က၊
အရင်းစ၍၊ ရှိသမျှ လုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊
ဝေနေယျတို့၊ ရကြပါစေ၊ ပေးငှဝေသည်၊ များထွေသာခု
ခေါ်စေသော်။

ဆုတောင်း အမျှဝေ (တစ်နည်း)

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကို၊ ကြီးထမြင့်ခေါင်၊
မြင်းမိုရ်တောင်ဦး၊ မကကျူးသား၊ ကျေးဇူးအရှင်၊
မွေးမိခင်နှင့်၊ ဖခင်တို့အား၊ ရပြား ပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

မသွေနိစ္စ၊ ဤကာယကို၊ စောင့်ထပေတတ်၊
ကိုယ်စောင့် နတ်လည်း၊ မလပ်စေရ၊ ပေးဝေငှ၏။

မိတ္တဆွေညာ၊ ဆရာသမား၊ ဘိုးဘွားကစ၊ ယမရာဇာ၊
ဒေဝါ ယက္ခ၊ ကုမ္ဘဏ်ဘုမ္မာ၊ အာကာသနတ်၊ အထူးမှတ်၍၊
အမြတ်ပုည၊ ကုသလကို၊ ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာလောက၊ အနန္တတွင်၊
မပြတ်စဉ်ကာ၊ သတ္တာဝါသ၊ ဘုံကိုးဝနှင့်၊ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ၊

တည်ရှိ ခုနစ်ပါး၊ များစွာလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊
ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျအား၊ အမျှကုသိုလ်၊ ပေးဝေလို၏။

ထိုကုသလ ဤပုညကို၊ အမျှရကြသည် ဖြစ်စေသော်၊
ဝသုန္ဒရေ၊ ဤမြေပံသု၊ သိလာထုလည်း၊ သက်သေအမှု
တည်စေ သော်။

အားလုံးကြား ကြားသမျှ၊ အမျှ - အမျှ -အမျှ ယူတော်မူ
ကြပါကုန်လော့။

သာဓု - သာဓု - သာဓု

ဆုတောင်း

(၁) ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။
(၂) ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။
(၃) အဒ္ဓါ ဣမာယပဋိပတ္တိယာ ဇာတိဇရာ ဗျာဓိမရဏမှာ ပရိမုစ္စိဿာမိ။

အနက်

(၁) မေ - အကျွန်ုပ်၏၊ ဣဒံ ပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယံ - အသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သို့၊ အာဝဟံ - ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေသတည်း။

(၂) မေ - အကျွန်ုပ်၏၊ ဣဒံ ပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ နိဗ္ဗာနဿ - နိဗ္ဗာန်၏၊ ပစ္စယော-အထောက်အပံ့သည်၊ ဟောတု- ဖြစ်ပါစေသတည်း။

(၃) ဣမာယ ပဋိပတ္တိယာ - ဤကျင့်ဝတ် ပဋိပတ်ဖြင့်၊ ဇာတိ ဇရာ ဗျာဓိမရဏာမှာ - ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း၊ အိုရခြင်း၊ နာရခြင်း၊ သေရခြင်းတို့မှ၊ အဒ္ဓါ - မချွတ်ဧကန်၊ ပရိမုစ္စိဿာမိ - ကင်းလွတ် ရပါလို၏အရှင်ဘုရား။

အမျှဝေ

ဣမံ ပုညဘာဂံ သဗ္ဗသတ္တာနံ ဒေမ။

အနက်

ဣမံ ပုညဘာဂံ - ဤကောင်းမှု ကုသိုလ်အဖို့ကို၊ သဗ္ဗ သတ္တာနံ - အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့အား၊ ဒေမ ဘာဇေမ - အမျှ ပေးဝေပါကုန်၏။

သာဓု - သာဓု - သာဓု

နောက်ဆုံးဘုရားရှိခိုးပူဇော်၍ ဦးချရန်

(၁) ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ။
(၂) ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ။
(၃) ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

အနက်

(၁) ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ - မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုအပ်သော လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော ဤသီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်မြတ်ဖြင့်၊ ဗုဒ္ဓံ - မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ - ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(၂) ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ - မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုအပ်သော လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော ဤသီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်မြတ်ဖြင့်၊ ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ - ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(၃) ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ - မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟု ဆိုအပ်သော လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအားလျော်သော ဤသီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်မြတ်ဖြင့်၊ သံဃံ-သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းကို၊ ပူဇေမိ - ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

အခန်း(၆)

ယဉ်ကျေးမှုများ

ယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာ ကဗျာ

၁။ အနန္တငါးပါး၊ ဦးထိပ်ထား၊ ညွတ်တွားပါကွဲ့ မမေ့နဲ့။
၂။ ဆရာမိဘ၊ ဆိုဆုံးမ၊ လိုက်နာကြကွဲ့၊ မမေ့နဲ့။
၃။ မိဦး ဖဦး ဆရာဦး၊ ခူး၍နော်ကွဲ့ မစားနဲ့။
၄။ ကိုယ့်ထက်ကြီးသူ၊ ပြောဆိုမူ၊ နင်ငါဟူ၍ မပြောနဲ့။
၅။ သူများကိုသာ ရန်မရှာ၊ မခံချင်တာ မပြောနဲ့။
၆။ ယဉ်ကျေးအောင်သွား၊ ယဉ်အောင်စား၊ စကားပြောလဲ ယဉ်စေကွဲ့။
၇။ ပရမ်းပတာ၊ သူ့ထက်ငါ လုယက်ခါကွဲ့ မစားနဲ့။ (မသွားနဲ့၊ မပြောနဲ့၊ မရပ်နဲ့၊ မထိုင်နဲ့၊ မအိပ်နဲ့)
၈။ ထမင်းစားရာ၊ အစားစာ၊ များစွာစကား မပြောနဲ့။
၉။ ငြိမ်သက်သားနား၊ သတိထား၊ ကောင်းကောင်းစားကွဲ့၊ ဖိတ်စေနဲ့။
၁၀။ စားပြီးသောခါ၊ စင်ကြယ်စွာ၊ ဆေးကြောပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၁၁။ လက်ကိုလျက်ကာ၊ မစားရာ၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့၊ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၁၂။ နှုတ်ခမ်းပါးနား၊ လျက်ကာစား၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့၊ ကောင်းကောင်းတဲ့။

၁၃။ လျှာကိုထုတ်ကာ၊ မစားရာ၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့၊
ကောင်းကောင်းတဲ့။

၁၄။ ဟင်းရေသောက်ပြန်၊ ရှူးရှူးသံ၊ ဧကန်မပြုနဲ့။

၁၅။ ထမင်းဟင်းပေလျက်၊ သောက်ရေခွက်၊ လက်နဲ့မကိုင်နဲ့။

၁၆။ အိမ်ပေါ် ကျောင်းပေါ် ဇရပ်ပေါ်၊ သွားသော် ခြေနင်းမပြင်းနဲ့။

၁၇။ ရဟန်းသံဃာ ရှေ့မှောက်မှာ၊ ရိုသေစွာတဲ့ သွားပါကွဲ့။

၁၈။ လူကြီးသူမ၊ ရှေ့သို့ကျ၊ ကုန်းကွ၍ကွဲ့၊ သွားပါကွဲ့။

၁၉။ ဒူးထောင်ပေါင်ကား၊ ဆရာနား(မိဘနား) အလျားမှောက်၍မနေနဲ့။

၂၀။ အိပ်ရာနေရာ၊ အိပ်ပြီးကာ၊ သိမ်းကြပါကွဲ့၊
ကောင်းကောင်းတဲ့။

၂၁။ သောက်ရေ၊ သုံးရေ၊ မရှိချေ၊ ရေကိုခပ်ကွဲ့၊ မပျင်းနဲ့။

၂၂။ ကျောင်းတွင်း၊ အိမ်တွင်း၊ ရှုပ်နေလျှင်း၊ သန့်ရှင်းအောင်တဲ့ ပြုပါကွဲ့။

၂၃။ မိန်းကလေးမှာ အရာရာ၊ ပျာယီးပျာယာ မရှုပ်နဲ့။

၂၄။ မိန်းမ၊ မင်း၊ ဆင်၊ ရဟန်းပင်၊ ကြွေရှင်ကွဲ့ လေးဦးတဲ့။

၂၅။ မိန်းမကြွေ၊ သိန်သရေ၊ စိန်ကုဋေတန်သကွဲ့ မှတ်လေတဲ့။

၂၆။ ကျောင်းပစ္စည်းကို မယူလို၊ မြွေဆိပ်လိုတဲ့ ကြောက်ပါကွဲ့။

၂၇။ မျက်မှောက်တသွယ်၊ မျက်ကွယ်တခြား၊ အကျင့်မှား၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့၊ ကောင်းကောင်းတဲ့။

၂၈။ အများပိုင်ကို၊ ကိုယ့်ဟာလို၊ ရိုသေကြကွဲ့၊
ကောင်းကောင်းတဲ့။

၂၉။ ဝေယျာဝစ္စာ၊ ကျောင်းအိမ်မှာ၊ လျော်စွာလုပ်ကွဲ့ မခိုနဲ့။
၃၀။ ဧည့်သည်အာဂန္တု၊ ရောက်လာမူ၊ ဆူ၍ညံကာ မနေနဲ့။
၃၁။ လူရှုပ်လူပွေ၊ လူယုတ်တွေ၊ ရှောင်ရှားလေကွဲ့ ဝေးဝေးတဲ့။
၃၂။ ဘိန်းအရက်ကို မရှုလို၊ မစင်လိုတဲ့ ရွံပါကွဲ့။
၃၃။ ဂုံးချောကြွမ်းကြုတ်၊ အကျင့်ယုတ်၊ မဟုတ်စကားမပြောနဲ့။
၃၄။ ဘုရား၊ ပုထိုး၊ ဦးညွှတ်ကျိုး၊ ရှိခိုးအိပ်ကွဲ့၊ မမေ့နဲ့။
၃၅။ မိခင် ဖခင်၊ ဆရာရှင်၊ နေ့စဉ်မမေ့နဲ့ ရှိခိုးကွဲ့။
၃၆။ သူကပြုဖူး၊ သူ့ကျေးဇူး၊ အထူးမမေ့နဲ့ ပြန်ဆပ်ကွဲ့။

ခွင့်တောင်းပါ

၁။ မိဦး ဖဦး ဆရာဦးကို၊ ဒူး၍အလျင် မစားနှင့်။
၂။ မိဘဆရာ၊ ထားသည့်ဟာကို၊ မျက်နှာကွယ်လျှင် မယူငင်နှင့်၊
ယူချင်သောအား၊ စားချင်ငြားက၊ ဝပ်တွားခယ၊ တောင်းပါကြ။

ကျောင်းသားကောင်း

၁။ အတူကစားရင် ရန်မဖြစ်နဲ့၊ ချစ်ချစ်ခင်ခင် ကစားပါ။
၂။ အနိုင်ကျင့်တာ ရှက်စရာပဲကွဲ့၊ ဆိုတာ ဆဲတာ ရိုင်းလှစွာ။
၃။ ကျောင်းသားပီပီ၊ အကူအညီပေးလို့၊ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး
ဆက်ဆံပါ။
၄။ ဆရာပြောတာ၊ မြေဝယ်မကျအောင်၊ နားထောင်ပါမှလူလိမ္မာ။
၅။ စည်းကမ်းကိုသာ ရိုသေကြရင်၊ ပညာမုချ တတ်မြောက်မှာ၊
တတ်မှာ. . . တတ်မှာ။

သူတော်ကောင်းဆို

၁။ ပြောတဲ့အတိုင်းအကျင့်၊ ကျင့်တဲ့အတိုင်းပြော။

၂။ ရိုးရိုးကျင့်၊ မြင့်မြင့်ကြံ၊ မှန်မှန်လုပ်၊ ကုပ်ကုပ်နေ။

၃။ ကောင်းတာကြံ၊ မှန်တာလုပ်၊ ဟုတ်တာပြော၊ လူရော၊ နတ်ရော၊ ကြည်ညိုတယ်။

ယုတ်မြတ်မှတ်ကျောက်

၁။ သူတော်ကောင်းတွေ ဓလေ့တစ်ခုက၊ ဆိုးမှုပြုဖို့ ရှက်ကြောက်တယ်။

၂။ မသူတော်တွေ ဓလေ့တစ်ခုက၊ ကောင်းမှုပြုဖို့ ရှက်ကြောက်တယ်။

၃။ ရှက်တာ ကြောက်တာ တူသော်လည်းကွဲ့၊ ကွဲလွဲလှပေါ့ အကြောင်းခံရယ်။

၄။ ရှက်ကြောက်ကြောင်းခံ ဝေဖန်တတ်လို့၊ ယုတ်မြတ် မှတ်ကျောက် တင်ပေါ့ကွယ်။

အောင်မြင်ကြောင်းတရား

၁။ မကောင်းမှုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင် ဖြူအောင်စိတ်ကိုထား။

၂။ ပြော ပြု ကြံရင်၊ သတိယှဉ်၊ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှေ့သွား။

၃။ စိတ်ထားဖြောင့်မှန်၊ ခွင့်လွှတ်ပြန်၊ သည်းခံမေတ္တာထား။

၄။ လုံ့လနဲ့ဇွဲ မလျော့ဘဲ၊ အမြဲတင်းတင်းထား။

၅။ လောကီလောကုတ်၊ ဒီတိုင်းလုပ်၊ မုချအောင်တရား။

လိမ္မာဖို့ အရေးကြီး

ရတနာရွှေငွေ ဆန်ရေစပါးထက်၊ လိမ္မာတရား အရေးပါ။
မလိမ္မာလျှင် အပါယ်လားလို့၊ ဆင်းရဲနွမ်းပါးဖြစ်ရမှာ။
လိမ္မာစေရန် ဗုဒ္ဓတရားကို၊ ငါတို့ သင်ကြားကျင့်သုံးမှာ။
ဗုဒ္ဓတရားတော်သိပါလျက်နဲ့၊ အကျင့်ပျက်လို့ မသင့်ပါ။
ကိုယ်နှုတ်စိတ်ပါ အစဉ်အေးလို့၊ လိမ္မာယဉ်ကျေး ရှိရမှာ။
လိမ္မာရေးခြား သမီးသား၊ အများတို့ဝန်တာ။
အဲဒါကြောင့်၊ သင်ကြ ကျင့်ကြ ဓမ္မအဖြာဖြာ။

ယဉ်ကျေးမှုဆုံးမစာများ

လောကနီတိဆုံးမစာ

(၁) အလသသ ကုတောသိပ္ပံ၊ အသိပ္ပသ ကုတောဓနံ၊
အဓနသ ကုတောမိတ္တံ၊ အမိတ္တသ ကုတောသုခံ၊
အသုခသ ကုတောပုညံ၊ အပုညသ ကုတောဝရံ။

ပျင်းနေလျှင် ပညာမတတ်နိုင်၊
ပညာမတတ်လျှင် ငွေရှာရမလွယ်၊
ငွေမရှိလျှင် အပေါင်းအသင်းမရနိုင်၊
အပေါင်းအသင်းမရှိလျှင် စိတ်မပျော်ရွှင်နိုင်၊
စိတ်မချမ်းသာလျှင် ကုသိုလ်မလုပ်နိုင်၊
ကုသိုလ်မလုပ်နိုင်လျှင် နိဗ္ဗာန်မရနိုင်ပေ။

(၂) သိပ္ပံ သမံ ခန် နတ္ထိ၊ သိပ္ပံ စောရာ န ဂဏှန္တိ၊
ဣဓလောကေ သိပ္ပံ မိတ္တံ၊ ပရလောကေ သုခါဝဟံ။

ပညာနှင့်တူသော ဥစ္စာမရှိနိုင်၊
ပညာကို သူခိုးမခိုးနိုင်၊
ဤဘဝ၌ အတတ်ပညာသည် မိတ်ကောင်းအစစ်ဖြစ်၏၊
သံသရာ၌ သုဂတိချမ်းသာကို ပေးနိုင်၏။

(၃) အပ္ပကံ နာတိ မညေယျ၊ စိတ္တေ သုတံ နိဓာပယေ၊
ဝမ္မိကောဒက ဗိန္ဒူဝ၊ စိရေန ပရိပူရတိ။

အကြားအမြင် ပညာဗဟုသုတကို အနည်းငယ်လေးပဲဟု
အထင်မသေးပါနှင့်၊
စိတ်ထဲမှာ အလေးအမြတ်ထား မှတ်သားထားပါ၊
ခြကောင်းလေးများစု၍ တောင်ပို့ကြီးဖြစ်လာသလို၊
ရေတစ်စက်ချင်းကျသည်ကို စုထားလျှင် ရေအိုးကြီး
ဖြစ်လာသကဲ့သို့၊
ပညာကို စုပါများလျှင် ပညာရှိကြီးဖြစ်လာနိုင်သည်။

(၄) ခုဒ္ဒေါတိ နာတိမညေယျ၊ ဝိဇ္ဇံဝါ သိပ္ပ မထဝါ၊
ဧကမ္ပိ ပရိယောဒါတံ၊ ဇီဝိတကပ္ပကာရဏံ။

နှုတ်မှုပညာ လက်မှုပညာများကို အနည်းငယ်မျှ သေးငယ်
လှ၏ဟု အထင်မသေးပါနှင့်၊

ဆုံးစတိုင်အောင် တတ်မြောက်လျှင် အသက်မွေးမှု
လုံလောက်ပါသည်။

(၅) ပေါတ္ထကေသု စ ယံ သိပ္ပံ၊ ပရဟတ္ထေသု ယံ ဓနံ၊
ယထာကိစ္စေ သမုပ္ပန္နေ၊ န တံ သိပ္ပံ နတံ ဓနံ။

စာအုပ်ထဲရှိ အတတ်ပညာ၊ သူတပါးလက်ထဲရှိ စီးပွား
ဥစ္စာသည် ကိစ္စပေါ်ပေါက်လာပါက သုံးစွဲမရ၊
ကိုယ်ပိုင်ပညာ၊ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာဖြစ်အောင်
ကြိုးစားထားရမည်။

(၆) ဟီနပုတ္တော ရာဇာမစ္စော၊ ဗာလပုတ္တော စ ပဏ္ဍိတော၊
အဓနဿ ဓနံ ဗဟု၊ ပုရိသာနံ နမညထ။

သူဆင်းရဲသားသမီးလည်း မင်းအမတ်ဖြစ်နိုင်၏၊
ပညာမဲ့သူ၏သားလည်း ပညာတတ်ကြီး ဖြစ်နိုင်၏၊
လူမွဲ၏သားလည်း သူဌေးကြီးဖြစ်နိုင်၏၊
ယောကျ်ားတို့၏ ကြိုးစားမှုကို အထင်မသေးပါနှင့်။

(၇) တဂရဉ္စ ပလာသေန၊ ယော နရော ဥပနယှတိ၊
ပတ္တာပိ သုရဘိ ဝါယန္တိ၊ ဧဝံ ဓီရူပ သေဝနာ။

တောင်ဇလပ်ပန်းကို ဖက်ဖြင့်ထုပ်ပါက ထိုဖက်ပါ ရနံ့
သင်းပျံ့မွှေးကြိုင်သကဲ့သို့ ပညာရှိနှင့် ပေါင်းပါက မိမိလည်း
ပညာတတ်ဖြစ်နိုင်၏။

ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ ဆုံးမစာများ

၁။ အစ်ကိုကြီးအား၊ ညီငယ်များလည်း၊ စကားနှုတ်သက်၊
ဖက်၍မဆို၊ ရိုသေလှစေ၊ ကိုကြီးအစ်မ၊ သည်နှစ်ဝကို၊
မိဘကဲ့သို့မှတ်ပါလေ။

၂။ သေတူရှင်ဖက်၊ ဆောင်ရွက်မကင်း၊ အချင်းချင်းတွင်၊
အခင်းကြီးငယ်၊ ရှိခါဝယ်လည်း၊ မဖည်မသွေ၊
ညီညာကုန်း၍၊ ရုန်းကြလေ။

၃။ တစ်ယောက်စကား၊ တစ်ယောက်နားမှာ၊ မခါးရအောင်၊
သတိဆောင်၍၊ မောင်တို့ဆိုလေ၊ ပျားသကာသို့ချိုလှစေ။

၄။ မတွေ့ခိုက်ရန်၊ မကျူးလွန်နှင့်၊ မျက်မာန်ဒေါသ၊
မထွက်ရအောင်၊ မာန်မာနကို ချုပ်ကြလေ။

၅။ သေနှင့်အရက်၊ စီးပွားပျက်ကို၊ တစ်စက်ကယ်မှ၊
မသောက်ကြနှင့်၊ ရှောင်ကြပါလေ၊ ရှင်တော်ဟောသည့်
အဆိပ်ရေ။

၆။ ကိုယ်နှင့်လည်းစာ၊ သတ္တဝါကို၊ ကြင်နာလှစေ၊
သူ့အသက်ကို ချစ်ပါလေ။

၇။ နောင်သံသရာ၊ ရိက္ခာအတူ၊ ကံကျွေးဟူသည်၊ အလှူဆိုက၊
မဆုတ်ကြနှင့်၊ ရဲလှပါစေ၊ တံစက်အောက်တွင်၊
ခံသောက်အိုးတန်၊ ကျဖန်များက၊ ပြည့်ငြားသည်သာ၊
ထုံးဟောင်းစာကို၊ ထောက်ပါလေ။

၈။ သူ၏စီးပွား၊ ငါ့စီးပွားကို၊ ထောက်ထားမိစေ၊
ကြီးလောဘကို မျှတစေ။

၉။ ဟုတ်သောအကြံ၊ မှန်သောအကျင့်၊ သင့်သောအယူ၊
ဖြူသောနှလုံး၊ သူတော်ထုံးကို၊ စွဲသုံးသောထွေ မှန်လှစေ။
၁၀။ မှတ်ဖွယ်ရာရာ၊ ထိုထိုစာကို၊ ရှာ၍မပြတ်၊ အိမ်တွင်ဖတ်၊
၁၁။ ဖတ်ပြန်သော်ကား၊ ဖတ်ပြန်များက၊ သားမယားပင်၊
သိမြင်ကင်းကွာ၊ မလိမ္မာလည်း၊ စာပေစကား၊
နေ့တိုင်းကြားက၊ ထူးခြားလိမ္မာ၊ ရှိသည်သာတည်း။
၁၂။ အသုံးအဆောင်၊ အိမ်ထောင်ခမ်းနား၊ အပါးပါးကို
ပြန့်ပွားလေအောင်၊ ကြောင်ပုစွန်စား၊ ကျွတ်ကျွတ်ဝါးသို့၊
ယောက်ျားပီထွေ၊ ဝီရိယနှင့်၊ လုံ့လကိုလည်း ရှိလှစေ။

ရှင်မဟာသီလဝံသဆုံးမစာများ

၁။ ရိုင်းစိုင်းနီးကပ်၊ မကိုင်းညွတ်ဘဲ၊ မတ်တတ်တိုး၍မသွားနှင့်။
၂။ မိဦးဖဦး၊ ဆရာဦးကို၊ ခူး၍အလျှင် မစားနှင့်။
၃။ မိဘဆရာ၊ ထားသည့်ဟာကို၊ မျက်နှာကွယ်လျှင်၊
မယူငင်နှင့်၊ လိုချင်သောအား၊ စားချင်ငြားက၊
ဝပ်တွားခယ၊ တောင်းပါကြ။
၄။ အသက်ကြီးငယ်၊ ဝါကြီးငယ်ကို၊ လွဲဖည်မသွေ၊ နှိမ့်ချလေ။
၅။ ဗဟုသုတ၊ တတ်ပါချင်လျှင်၊ သင်သာခိုက်ကို၊ သင်လိုက်ကြ။
၆။ ဝါယာလုံ့လ၊ ကြိုးပမ်းက၊ ရလိမ့်ဉာဏ်ပညာ။
၇။ လိမ္မာသိတတ်၊ လောကဓာတ်၊ တတ်လိမ့်များဂုဏ်အင်။

ညောင်ပင်သာ ဦးပုည ဆုံးမစာများ

၁။ သူတစ်ပါးကို၊ ကဲ့ရဲ့လို၊ ကိုယ့်မှာရန်သူ ပေါတတ်သည်။

၂။ မော်မော်ကြွားကြွား၊ လူရမ်းကား၊ အများမချစ် မုန်းတတ်သည်။

၃။ တောင်းတတ်သောသူ၊ တောင်းမှုမပေး၊ သည်နှစ်ရေး မအေးစိတ်က၊ မုန်းတတ်သည်။

၄။ ဆိုခွင့်ပြုခွင့်၊ သင့်မသင့်၊ နှိုင်းချင့်အခါ လင့်ရမည်။

၅။ အကျယ်အကျယ်၊ မငြိမ်းဖွယ်၊ မာန်စွယ်ချိုး၍၊ ကျဉ်းတတ်စေ။

၆။ တံတားအို မှောင်ခိုမလျှောက်နှင့်၊
စကားဆို တောင်လိုမမောက်နှင့်၊
တံတားအို မှောင်ခိုလျှောက်က ကျိုးတတ်သည်။
စကားဆို တောင်လိုမောက်က ငြိုးတတ်သည်။

ဖိုးသူတော်ဦးနုစကားပုံ ဆုံးမစာများ

၁။ သေရည်ကိုလည်း မသောက်နှင့်၊ ရေကြည်ကိုလည်း မနှောက်နှင့်။
သေရည်ကို သောက်ပါက အပါယ်ဘုံသို့ ကျတတ်သည်။
ရေကြည်ကိုနှောက်က အနည်မှုန်တို့ ထတတ်သည်။

၂။ ထင်တိုင်းလည်းနှိုပ်၍ မဆိုနှင့်၊ ဝင်တိုင်းလည်း သိပ်၍ မမျိုနှင့်။

ထင်တိုင်းနှိုပ်၍ဆိုက ရန်အသွယ်သွယ် ပွားတတ်သည်။
ဝင်တိုင်းသိပ်၍ မျိုက အန္တရာယ်များတတ်သည်။

၃။ အဟုတ်အမှန်လည်းသိမှ၊ အလုပ်အကြံလည်းရှိမှ။
အဟုတ်အမှန်သိမှ သံသရာဘေးပ၍ အနေကြွယ်ဝမည်။
အလုပ်အကြံရှိမှ ဆန်ရှာရေးလှ၍ အခြေတည်ကြမည်။

မြန်မာ့ရှေးအစဉ်အလာ ဆုံးမစာ

၁။ ကိုယ့်ကာယကံ၊ ကိုယ့်ဆီပြန်၊ အမှန်ကြုံရမြဲ။
၂။ ကိုယ့်ဝစီကံ၊ ကိုယ့်ဆီပြန်၊ အမှန်ကြုံရမြဲ။
၃။ ကိုယ့်မနောကံ၊ ကိုယ့်ဆီပြန်၊ အမှန်ကြုံရမြဲ။

ဆားတုံဆရာတော်၏ ပုဗ္ဗောဝါဒ ဆုံးမစာ

မောင်ငယ်ရင်သွေး၊ နာဘိသေးလော့ -
“ ရှေးသရောခါ၊ ပြည်ဗာရာဝယ်၊ ကုဋေကြွယ်သား၊
သူဌေးအားလျှင်၊ သားတစ်ယောက်ဖြစ်၊ ချစ်၍တစေ၊
အိမ်မှာနေ၍၊ စာပေမကျ၊ မိဘစုတေ့၊ ခန္ဓာရွေ့သော်၊
အရှေ့အနောက်၊ တောင်မြောက်ဘယ်မှာ၊ မသိပါငြား၊
သူဌေးသားသည်၊ သိုထားမတတ်၊ အရပ်ရပ်၌၊
နှံ့အပ်ဥစ္စာ၊ ရှိသည့်ငွာကို၊ များစွာကျွန်ပေါင်း၊
မကောင်းခိုးသူ၊ ယူ၍ပြေးရှောင်း၊ အိမ်ကိုရောင်း၍၊
ထောင်းထောင်း ကြေလျက်၊ ခွက်လက်စွဲကာ၊

တောင်းစားပါလည်း၊ နင်သာလူမိုက်၊ ဒုစရိုက်ဟု၊ ရိုက်ပုတ်လိုက်ကြ၊ ရွာမှထွက်လေ၊ တောမှာသေသည့်၊ ကောင်သေလင်းတ ကျ၏တည်း”

စာတော်ပြင်ဆရာကြီး ဦးပညာ၏ သားရွှေဥဆုံးမစာများ

၁။ နှုတ်လျှင်ချိုပြား၊ သျှိုတစ်ပါးဟု၊ စကားလူတွင်၊ ပြဲ့ပြဲ့ ထင်၏။

၂။ တင့်တယ်ဆင်းဝါ၊ လှတုံပါလည်း၊ ပညာမဲ့မူ၊ လောကီ လူဝယ်၊ နည်းတူပုံဆောင်၊ ရန့်ရှောင်သား၊ အရောင်ရှိဆန်း၊ ပေါက်ပွင့်ပန်းနှင့်၊ သဖန်းသီးမှည့်၊ ဆိုနိုင်းရှည်လော့၊ ကိုယ်၏ရုပ်ဝါ၊ မလှပါလည်း၊ လိမ္မာသိကြား၊ ရှိတုံငြားက၊ ချယားပွင့်သေး၊ ကြိုင်ကြိုင်မွှေးနှင့်၊ နက်လေးရသာ၊ ဂုဏ် သြဇာကြောင့်၊ စားငှာမငြီး၊ ပိန္နဲသီးသို့၊ မြောက်ချီးအားရ၊ နှစ်လိုကြ၏၊

၃။ ဆွေမြတ်မျိုးကြီး၊ သမီးဖြစ်လျက်၊ မစောင့်ချေမူ၊ အလေ အဖျင်း၊ ရိုင်းစုသွင်း၍၊ စာရင်းဦးချ၊ ကဲ့ရဲ့ကြလိမ့်။

၄။ သားရွှေဥ၊ မျက်ရှုကြေးမုံ၊ သက်လုံးပုံကို၊ တူစုံမိဘ၊ ဝိသေသဖြင့်၊ ဆုံးမဆိုမည်၊ မောင်နားလည်လော့။ ချစ်ကြည်သောအား၊ ရင်ခွင်ထား၍၊ ကစားလိုရာ၊ ပျော်ပါး စွာလျှင်၊ အိမ်မှာသို့ပင်၊ နေစေချင်လည်း၊ မယ့်ရွှေရင်နှစ်၊ ယောကျ်ားဖြစ်လျက်၊ စင်စစ်စွဲမှတ်၊ အတတ်ပညာ၊ မရှိ

ပါက၊ ရုပ်မှာမတော်၊ ဂုဏ်ညှိုးလျော့သား၊ လျှော့လျော်ဝန်ထမ်း၊ အမှုကြမ်းကို၊ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်၊ အသက်မွေးတတ်၊ ရှိတို့တတ်၏၊ စွဲမှတ်ပညာ၊ ဝိဇ္ဇာ သိပ္ပ၊ တတ်စွမ်းကမူ၊ ခနဉစ္စာ၊ ရတနာကို၊ ရှာလည်းရလွယ်၊ ပြည့်စုံကြွယ်၏၊ တင့်တယ်လျောက်ပတ်၊ သက်မွေးမြတ်၏။ မှတ်လော့စေ့စေ့၊ သို့ဖြစ်၍လျှင်၊ လောက်လွေ့ပညာ၊ တတ်လိမ္မာအောင်၊ ဆရာကောင်းထံ၊ နည်းနာခံ၍၊ သင်အံလေ့လာ၊ ကြိုးစားရာသည်၊ ရတနာမျက်ရှု သားရွှေဥ။

ကန်တော်မင်းကျောင်းဆရာတော် ဆုံးမစာများ

၁။ သူမကောင်းကိုခွာ၊ သူကောင်းကိုရှာ၊ သူတော်ဆုံးမ နာ၊ သူ့နည်းမကျင့်ရာ၊ သူ့ထက်စောင့်စည်းပါ၊ သူကောင်းဖြစ်စိမ့်ငှာ၊ သူချစ် ရှစ်ချပ်ကြာ။

၂။ မပေးဘဲကို မလိုလင့်၊ မမေးဘဲကို မဆိုလင့်၊ မခေါ်ဘဲကို မသွားလင့်၊ မမြိန်ဘဲကို မစားလင့်၊ မမှည့်ဘဲကို မဆွတ်လင့်၊ တိတ်တိတ်နေသော် ထောင်တန်၏။ လူလိုက နတ်လိုကာ၊ လူကြိုက်က နတ်ကြိုက်ကာ၊ မပေါ့မလေး၊ မနှေးမလျင်၊ ရွှေချိန်ခွင်သို့၊ မတင်မလျော့၊ လှေဖောင်ဖော့သို့၊ မလျော့ပညာ၊ တံငါလုလင်၊ မျှားကြိုးငင်သို့၊ ပညာရှိမှ ခွင့်သိသည်၊ လိမ္မာမှ စကားတတ်သည်၊ သူ့ကျေးဇူးကိုသိမှ စည်းစိမ်တည်သည်၊ လာသည့်ဘေးကို အဝေးကမြင်မှ အသက်ရှည်ရာသည်။

၃။ ဥစ္စာကိုလိုသော်၊ အမှီကောင်းကိုရှာ၊ ကိုယ်အနာလည်း ကင်းလှစေ၊ မပျင်းဝီရိယ အားထုတ်ကြ၊ မာနဟူသည့် မှန်ကင်းထွတ်ကိုချ၊ ပုညရေးလည်း ကူမစေ၊ သုံးထွေစရိုက်မျှ၊ ယစ်သမျှ ဆင်ခြင်လေ၊ သဘင်ကြည့်ရှု နည်းလှစေ၊ လောင်းထွေကစားမှု ပျော်မှုဆင်ခြင်လေ။

မဟာစည်ဆရာတော် ဆုံးမစာ

မနာလိုကင်း၊ ဝန်တိုရှင်း၊ လက်ငင်းချမ်းသာကြရမည်။

တောင်ဖီလာဆရာတော်၏ ဆုံးမစာ

၁။ ဓမ္မသတ်တရား၊ ရှိပါငြားလည်း၊ တိမ်းပါးငဲ့ကွက်၊ လက်ဆောင်ဖျက်သည်။

၂။ သုခမိန်ဟု၊ ကျော်ရှိန်နှံ့သိ၊ ပညာရှိလည်း၊ ကြီးဘိအမျက်၊ ဒေါသဖျက်သည်။

၃။ မင်းကောင်းပါလျက်၊ မင်းမြှောင်ဖျက်သည်။

၄။ သူကောင်းဖြစ်ငြား၊ မူထားကောင်းလျက်၊ အပေါင်းဖျက်သည်။

မဃဒေဝလင်္ကာ ဆုံးမစာများ

၁။ သူ့ကိုချီးမြှောက်၊ ကိုယ့်ဂုဏ်မြှောက်၏။
သူ့ကို ဂုဏ်နှိမ့်၊ ကိုယ့်ဂုဏ်နိမ့်၏။

၂။ ကာလဒေသ၊ ပုဂ္ဂလကို၊ နှိုင်းဆမရှိ၊ မသိတတ်သူ၊

လူမိုက်ဟူ၏၊ သိမှုပဏ္ဍိ၊ ပညာရှိ။

၃။ ကံမွဲညဏ်နှံ့၊ မလုံ့မလ၊ နတ် မ,မဘူး။
အန္ဓဗာလ၊ လူထိုမျှတို့၊ ကံဝီရိယ၊ မယုံကြ။

၄။ ပယောဂစက်၊ ပျက်သည့်သူအား၊ လူကိုထား၍၊
ဘုရားသော်မှ၊ ကယ်မရ။

၅။ ပေးကမ်းလှေ့ဟူ၊ မရှိသူတို့၊ နတ်,လူ,နိဗ္ဗာန်၊
ချမ်းသာမွန်ကို၊ ဧကန်ဘယ်ခါ၊ မရရာ။

၆။ မပေးမလှူ၊ မုန်းဆေးဟူ၏၊ ပေးလှူတတ်သော်၊
ချစ်ဆေးကျော်တည်း။

၇။ တရားမကြိုက်၊ လျှာဒုစရိုက်နှင့်၊ လူမိုက်တသောင်း၊
ချီးမွမ်းရှောင်းလည်း၊ သူကောင်းတစ်ယောက်
ပြစ်တင် ကြောက်လော့။

၈။ ဆရာမိဘ၊ ဆုံးမစကား၊ မလိုက်ငြားလည်း၊
ပျက်ပြားဆင်းရဲ၊ ဖြစ်မြဲဧကန်။

၉။ လောကီ ဓမ္မတာ၊ လူတို့မှာတည့်၊ စဉ်လာတရား၊
ဖျက်မမှားလင့်။

၁၀။ လောဘအလို၊ လိုက်မပိုနှင့်၊ ဤကိုယ်ပျက်ပြား၊
ဘဝလားသော်၊ မယားမပါ၊ သားမပါဘူး။

ဒီဃာဝုဆုံးမစာ

- အရှည်ကိုလည်း မကြည့်လင့်၊ အတိုကိုလည်းမကြည့်လင့်။
- ရန်တုံ့မှုသဖြင့် ရန်တို့သည် မငြိမ်းနိုင်ကုန်။
- ရန်တုံ့မမှုမှသာ ရန်တို့သည် ငြိမ်းကုန်၏။

၁။ ရန်စကို မရှည်စေလင့်။
၂။ မိတ်စကို မတိုစေလင့်။
၃။ ရန်မလိုမှ ရန်ပြုသည်။
၄။ ရန်လိုလျှင် ရန်ပိုတတ်သည်။

ပထမရွှေကျင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ဆုံးမစာ

၁။ ရေကန်၌ မှော်ကိုဖယ်၍ သောက်ရေခပ်ရသည်။
၂။ မသူတော်၌ အပြစ်ဖယ်၍ ဂုဏ်ကောင်းရှာရသည်။
၃။ တုံးတံတား လျှောက်စဉ် အရပ်တပါးမကြည့်နှင့်၊ ချောက်သို့ ကျလိမ့်မည်။
၄။ သံသရာတံတား လျှောက်စဉ် သူတစ်ပါးအပြစ်မကြည့်နှင့် သံသရာချောက်သို့ ကျလိမ့်မည်။
၅။ ရိုသေစွာခစားလျှင် မင်းခစားပင် မင်းကိုနိုင်သည်။
၆။ ကျင့်ဝတ်မချွတ်လျှင် တပည့်ပင် ဆရာကို နိုင်သည်။
၇။ မြင်းနိုင်လို ဇက်ဆွဲ၊ လှေနိုင်လို တက်စွဲ၊ ဆရာနိုင်လို ကျင့်ဝတ်ရိုသေမြဲ။
၈။ ပန်းပဲဆရာ အထုမခံရသော သံတုံး လက်နက်မဖြစ်။
၉။ ကျောက်ဆစ်ဆရာ အဖြတ်မခံရသော ကျောက်တုံး အရုပ်မဖြစ်။
၁၀။ ဆရာကောင်း အဆုံးအမ မခံရသောတပည့်၊ သူကောင်းမဖြစ်။
၁၁။ သစ်ပင်ကြီးသည် ခုတ်လှဲသူကို မလဲမချင်း အရိပ်ဖြင့် အေးစေ၏။

၁၂။ နံ့သာတုန်းသည် မီးရှို့သူကို မကျွမ်းမချင်း အနံ့ဖြင့် မွှေးစေ၏။

၁၃။ သူတော်ကောင်းသည် ညှဉ်းဆဲသူကို သော်လည်း မသေမချင်း အကျိုးဆောင်၏။

၁၄။ တုတ်ခေါးကိုင်လျှင် ခွေးဟောင်သည်၊ အစာကြွေးလျှင် အမြီးနှံ့သည်၊ ထို့ကြောင့် တုတ်ခေါး အားမကိုးကြနှင့်။

၁၅။ တရားဟောတတ်လျက် အကျင့်တန်လျှင် မျောက်အုန်းသီးရသည်နှင့် တူ၏။

၁၆။ ဗဟုသုတရှိလျက် သီလမရှိလျှင် ရေမတည်သော ကန်နှင့်တူ၏။

၁၇။ ပညာရှိလျက် သီလမရှိလျှင် အသီးမချိုသော သစ်ပင်နှင့်တူ၏။

၁၈။ ကျမ်းဂန်တတ်လျက် သီလမရှိလျှင် အဆိပ်သီးပင်နှင့် တူ၏။

၁၉။ မသူတော်ကား လာဘ်ရဖို့ကြံသည်၊ သူတော်ကောင်းကား တရားရဖို့ ကြံသည်။

၂၀။ ပညာမှီ၍ မာန်တက်လျှင် ထိုပညာသည် ရှုံ့ဖွယ်တည်း။

၂၁။ စာတတ်လျက် မိမိကိုယ်ကို မဆုံးမလျှင် ထိုစာ ငရဲရိက္ခာတည်း။

၂၂။ သရက်ပင်ငယ် အသီးကြွယ်လျှင် ကျိုးပဲ့တတ်သည်၊ ကြိုးဆွဲ၍ ဝှထောက်ရမည်။

၂၃။ ရဟန်းငယ်ငယ်၊ ဂုဏ်ထူးကြွယ်လျှင် ကျိုးပဲ့တတ်သည်၊ သီလကြိုးဆွဲ၍ သမာဓိဝှ ထောက်ရမည်။

လုံးတော်ဆရာတော်ကြီး၏ ဆုံးမစာများ

၁။ ကုသိုလ်ဥစ္စာ၊ ပညာသုံးခု၊ တနေ့မှမှာ၊ တစ်ခုခုကို၊ ရအောင်ကြံ။
၂။ ကံကိုချည်းလည်း မယုံနှင့်။
၃။ ဉာဏ်ကိုချည်းလည်း မကိုးနှင့်။
၄။ လိမ္မာတုကို ခိုး၊ ကိုယ်ကျိုးကို ရှိအောင်ကြံ။
၅။ လောဘ ခက်ထန်လျှင် စားသုံးရ၏။
၆။ ဒေါသခက်ထန်လျှင် ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ နှစ်ဖြာရှုံး၍၊ စုံးစုံးနစ်တတ်၏။
၇။ အကြံပင်ကောင်းသော်လည်း နှောင်းလျှင် အကျိုးမရှိ။
၈။ များစွာသော ဆွေမျိုးတို့၏အကျိုးကို မြော်ထောက်၍ တစ်ယောက်ကို စွန့်ရာသည်။
၉။ တစ်ရွာလုံး အကျိုးကြောင့်လည်း အမျိုးကိုစွန့်ရာသည်။
၁၀။ ပြည်သူတို့ အကျိုးငှာ ရွာကိုပင် စွန့်ရာသည်။

ကျည်းကန်ရှင်ကြီး၏ ဆုံးမစာများ

၁။ ကံကြမ္မာမြောက်စားမှ စီးပွားဖြစ်သည်။
၂။ အတတ်မျိုးစုံမှ ကံပေးသည်။
၃။ ပညာရှာ မာန်သာနှိမ့်ချထား။
၄။ သီလရှာ ကိုယ်သာလွန်ကြိုးစား။
၅။ သုတရှာ ပမာသူဖုန်းစား။
၆။ ဉာဏ်ရှိမှ ဟုတ်ရာမြင်သည်။

၇။ ကံရှိမှ ဥစ္စာတင်သည်။
၈။ တရားကျမ်းလာတတ်ပါသော်လည်း အသာယာ ပြောဆို တတ်မှ ပညာရှိလက္ခဏာရောက်မည်။
၉။ ပညာရှိသော်လည်း ဂတိလေးပါးသို့ မကပ်ဘဲ ဓမ္မသတ် နှင့်တည့်မတ်အောင် ဆုံးဖြတ်မှ လူနတ်သာဓုခေါ်မည်။
၁၀။ တည်ကြည်ဖြောင့်မတ်မှ မကောင်းမှုကင်းမည်။

ပေါက္ကံမောင်ချို၏ ဆုံးမစာများ

၁။ အသုံးကြီးသော် မပြီးစီး၊ စကားလုံးကြီးသော် အချည်းနှီး။
၂။ ငါးတစ်ကောင်ပုပ်သော်၊ တစ်လှေလုံးပုပ်သည်။
၃။ တစ်ယောက် မကောင်းသော်၊ အားလုံးပျက်စီးသည်။
၄။ တစ်ယောက်ကောင်းသော်၊ အပေါင်းချမ်းသာသည်။
၅။ တရားသိသော် အမှားကို မြင်နိုင်သည်။
၆။ ဥစ္စာရတနာ ကုံလုံကြွယ်ဝပြည့်စုံသည် မှန်စေ၊ လှူဒါန်း ပေးကမ်း စွန့်ကြဲခဲ့သည်။
၇။ ဒါန သီလ အကျိုးအပြစ်ကို အသိအမြင် အသင်အကြား ရှိသည်မှန်စေ၊ ကျင့်ဆောင်နိုင်ခဲ့သည်။
၈။ ပညာကိုလိုသော် မပျင်းနှင့်။
၉။ ဥစ္စာကိုလိုသော် မငြင်းနှင့်။
၁၀။ အရပ်ကို ချစ်စေလိုသော် ပေးကမ်း။

ရှေးပညာရှိတို့၏ဆုံးမစာ

၁။ အစာနှင့်ခိုင်း၊ ဝမ်းကိုနှိုင်း၊ ဝင်တိုင်းမစားနှင့်။
၂။ ဆင်ခြင်တွေးတော၊ သူ့သဘော၊ ပြောတိုင်းမယုံနှင့်။
၃။ မိတ်ဆွေတို့မှာ၊ ဖြောင့်မှန်စွာ၊ သစ္စာမဖောက်နှင့်။
၄။ မလေးမစား၊ သူတစ်ပါး၊ လှည့်ဖြားမလိမ်နှင့်။
၅။ မိတ်ဆွေဖော်သင်း၊ လူချစ်ချင်း၊ သတင်းမပျက်နှင့်။
၆။ အမှားမလိုက် အမှန်ကြိုက်၊ စရိုက်ကောင်းအောင် ကျင့်ရမည်။
၇။ မှီကောင်းစရာ၊ ဆုံးမခါ၊ စိတ်မှာ စွဲမှတ်နာရမည်။
၈။ မပြုခင်က၊ စဉ်းစားကြ၊ ကိစ္စအသွယ်သွယ်။
၉။ အမှားကိုပစ်၊ အမှန်ချစ်၊ စင်စစ်ချမ်းသာဖွယ်။
၁၀။ အမှားကိုချစ်၊ အမှန်ပစ်၊ စင်စစ်ဆင်းရဲမယ်။