

လယ် တီ ပဏ္ဍိတ

ဆရာ-ဦးမောင်ကြီး ရေးသားစီစဉ်

အပ်သော

သာသနာရေး ဦးစီးဌာန သို့
အရှင်ကောဝိဒ မှ
လွှဲ ဖုန်း ပါ သည်။

သတိပဋ္ဌာန်အမေးအဖြေ



သာသနာရေး ဦးစီးဌာန သို့
အရှင်ကောဝိဒ မှ
လွှဲ ဖုန်း ပါ သည်။

ရန်ကုန်မြို့

တံ သ ၁ ၀ တီ ပိ ဋ္ဌ က န် ပုံ နှိ င် တို က်

၀ ၉ ၅ ၆

လယ်တီပဏ္ဍိတ

ဆရာ-ဦးမောင်ကြီး ရေးသားစီစဉ်
အပ်သော

သတိပဋ္ဌာန်အမေးအဖြေ

သတိပဋ္ဌာန်သုတ်-ရှေ့နုတ်တော်ချွေ၊
သိလွယ်အောင်ရေး-အမေးအဖြေ။
လေ့ကျင့်ပါကြ-ဓမ္မမိတ်ဆွေ၊
သတိအား-ကြီးပွားနိုင်ကြစေ။



ရန်ကုန်မြို့

ဟံ သ ဘ ဝ တိ ဝိ ဋ္ဌ က ဓ် ပုံ နှိ ဝ တို က်

၁၉၅၆

နိဒါန်း

၁၂၀၁-ခုနှစ် နယုန်လအတွင်း ရန်ကုန်မြို့ ပုဇွန်တောင်
ပွဲစားကြီး ဦးဘသော်၊ ပွဲကတော်ကြီးမင်းနုတို့က သတိ
ပဋ္ဌာန်စာမေးပွဲကြီး ပြုလုပ်ကျင်းပရာ သဒ္ဒါတရားနှင့် ပြည့်
စုံသူ အများတို့သည် ထိုသတိပဋ္ဌာန် စာမေးပွဲကြီးသို့ ဝင်
ရောက်ပြန်ဆိုကြလေသည်။

ထိုစာပြန်ပွဲကြီးမှာ သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်နှင့် အနက်
မြန်မာသက်သက်ကို နှုတ်တက် ပြန်ဆိုစေခြင်း၊ သတိပဋ္ဌာန်
ပါဠိတော်ကြီး၏ အဓိပ္ပါယ်၊ သရုပ်သဘောများကို လက်
ရေးဖြင့်ရေး၍ ပြန်ဆိုစေခြင်း၊ ဤနည်းလမ်း နှစ်မျိုးဖြင့်
ပြုလုပ်သော စာမေးပွဲကြီးဖြစ်ရာ အချို့သော သူတို့သည်
နှုတ်တက်မျှသာ ပြန်ဆိုနိုင်ကြ၍ သရုပ်သဘောကို ရေး၍
ဖြေဆိုခြင်းများကိုမူကား မပြုနိုင်ဘဲရှိကြလေသည်။

ထိုသို့ဖြစ်လေရာ၊ မိတ်ဆွေပေါင်း များစွာတို့က—

- ၁။ “သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်ကြီး၏ သရုပ် သဘော
များကို အလွယ်တကူ သိနိုင်ကြရန် တကြောင်း၊
- ၂။ ဤကဲ့သို့ သတိပဋ္ဌာန် စာမေးပွဲများ ပြုလုပ်သော
အခါ လွယ်ကူစွာ ရေးသား၍ ပြန်ဆိုနိုင်ကြရန်
တကြောင်း၊
- ၃။ မြန်မာနိုင်ငံ တဝှမ်းလုံးတွင် ရှိသော ဝတ်ကျောင်း
များတို့၌ ဝတ်တက်၊ ဝတ်ကပ် ပြုလုပ်ကြရာ ထို
သတိပဋ္ဌာန်၏ အမေးအဖြေများကို သဒ္ဒါတရား

တိုးတက်အောင် ရွက်ဆောင် မေးဖြေ ကြရန်
တကြောင်း၊

ဤအကြောင်းများနှင့် ပြည့်စုံလေအောင် သတိပဋ္ဌာန်
အမေး အဖြေ တစောင်ကို ရေးသားပါ” ဟူ၍ တိုက်တွန်း
နှိုးဆော်ကြပါသည်။

ဤသို့ နှိုးဆော်ချက်အတိုင်း ဝန်ခံပြီးလျှင် ဤ “သတိ
ပဋ္ဌာန် အမေးအဖြေ” စာအုပ်ကို ရေးသားရသည်ဖြစ်ပါ
ကြောင်း၊ ဤသတိပဋ္ဌာန် အမေး အဖြေကို နှုတ်တက်ရ
အောင် ရွက်ဆောင်ပါလျှင် သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်၏
သရုပ်သဘောတို့ကို ချောချော မောမော သိမြင်နိုင်လိမ့်
မည်ဖြစ်ပါကြောင်း။

သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်ကြီးကို နှုတ်တက် ဆောင်ထား
သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း အနက်မြန်မာကို နှုတ်တက်
ရအောင် မကျက်နိုင်သော်လည်း ဤ“သတိပဋ္ဌာန်အမေး
အဖြေ”ကို ကြည့်ရှုလေ့ကျက်ပါလျှင် ပါဠိတော်၌ ရှိသော
သရုပ်အဓိပ္ပါယ်များကို လွယ်ကူစွာနှင့် သိနိုင်မည်ဖြစ်ပါ
ကြောင်း။

ဝတ်ကျောင်း၊ ဓမ္မာရုံတို့၌ ဝတ်တက်၊ ဝတ်ကပ်ပြုကြရာတို့
၌လည်း ဤ“သတိပဋ္ဌာန် အမေးအဖြေ” အတိုင်း တဦးက
မေး၍ တဦးကဖြေပါလျှင် ကြားနာရသောသူတို့၏ သဒ္ဓါ
တရားကို များစွာတိုးပွားစေနိုင်သည်ဖြစ်ပါကြောင်း။

သို့ဖြစ်ပါ၍ “ဤသတိပဋ္ဌာန်အမေးအဖြေ” စာအုပ်ကို
ဗုဒ္ဓဘာသာအမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးမှန်သမျှတို့ကိုယ်တိုင်

ကျစီ လက်ကိုင်ထား၍ အားလပ်သောအခါ၊ သီတင်းသီလ ဆောက်တည်သောအခါ ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ကြိုးစား လေ့ကျက်ကြရန် နှိုးဆော်တိုက်တွန်းပါသည်။

[မှတ်ချက်။ ဤသတိပဋ္ဌာန် အမေးအဖြေကို ပါဠိတော်နှင့် လွယ်ကူစွာ တိုက်ဆိုင်၍ ကြည့်ရှုနိုင်ကြစေရန် သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော် ကို ပူးတွဲ၍ ရိုက်နှိပ်ထားပါသည်။]

လယ်တီပဏ္ဍိတ
ဆရာ-ဦးမောင်ကြီး။



မာတိကာ

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်အဖွဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်အမေးအဖြေ	
	ပဏာမ	...
၁။	နိဒါန်း	၁
၂။	ဥဒ္ဓေသ	၂
၃။	ကာယာနုပဿနာ	၃
	အာနာပါနပိုင်း	...
၄။	ဇုရိယာပထပိုင်း	၅
၅။	သမ္ပဇညပိုင်း	၁၃
၆။	ပဋိကူလမနသိကာရပိုင်း	၁၆
၇။	ဓာတုမနသိကာရပိုင်း	၁၈
၈။	နဝသိဝထိကပိုင်း	၂၂
၉။	ဝေဒနာ နုပဿနာ	၂၅
၁၀။	စိတ္တာ နုပဿနာ	၃၀
၁၁။	ဓမ္မာ နုပဿနာ	၄၂
	နိဝရဏပိုင်း	...
၁၂။	ခန္ဓာပိုင်း	၄၆
၁၃။	အာယတနပိုင်း	၄၈
၁၄။	ဗောဇ္ဈင်ပိုင်း	၅၁
၁၅။	အရိယသစ္စာပိုင်း	၅၄
	နိဂုံး	၆၅
	အနုမောဒနာပွဲသိမ်း	၇၆
	နိဂုံး ကဗျာ	၇၈

(စ)

မာတိကာ

ဦးရေ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိတော်
အမွန်း

၁။	နိဒါန	...	၈၁
၂။	ဥဒ္ဓေသ		၈၂
၃။	ကာယာနုပဿနာ	...	
	အာနာပါနပဗ္ဗ		၈၃
၄။	ဣရိယာပထပဗ္ဗ	...	၈၄
၅။	သမ္ပဇာနပဗ္ဗ	...	၈၅
၆။	ပဋိကူလမနသိကာရပဗ္ဗ	...	၈၆
၇။	ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗ	...	၈၈
၈။	နဝသိဝထိကပဗ္ဗ		၈၉
၉။	ဝေဒနာ နုပဿနာ	...	၉၆
၁၀။	စိတ္တာ နုပဿနာ	...	၉၇
၁၁။	ဓမ္မာ နုပဿနာ	...	
	နိဝရဏပဗ္ဗ		၉၉
၁၂။	ခန္ဓ ပဗ္ဗ	...	၁၀၁
၁၃။	အာယတန ပဗ္ဗ	...	၁၀၂
၁၄။	ဗောဇ္ဈိန်ပဗ္ဗ	...	၁၀၄
၁၅။	သစ္စပဗ္ဗ	...	၁၀၇
၁၆။	ဒုက္ခသစ္စနိဒ္ဓေသ	...	၁၀၈
၁၇။	သမုဒယသစ္စနိဒ္ဓေသ		၁၁၂
၁၈။	နိရောဓသစ္စနိဒ္ဓေသ	...	၁၁၅
၁၉။	မဂ္ဂသစ္စနိဒ္ဓေသ	...	၁၁၇
၂၀။	အာနိသံသကထာ		၁၂၁
၂၁။	နိဂမနကထာ	...	၁၂၂
	ဥဒ္ဓါန		၁၂၂

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ မဟာသတိပဋ္ဌာန်ဝတ္ထု	စာမျက်နှာ
၁။	မဟာဒတ္တနတ်သားဝတ္ထု	... ၁၂၅
၂။	လင်းနို့သားငါးရာဝတ္ထု	... ၁၂၉
	နောက်ဆက်တွဲ	
၁။	ခန္ဓာငါးပါးရှစ်လုံးဘွဲ့မြန်မာဂါထာ	... ၁၃၂
၂။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှစ်လုံးဘွဲ့မြန်မာဂါထာ	... ၁၃၃
၃။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်လင်္ကာ	 ၁၃၅
၄။	ဆုံးမစာ	... ၁၄၂
၅။	ခုနစ်နေ့ဘုရားရှိခိုး	... ၁၄၃

သတိပဋ္ဌာန်အမွန်

မဟာဘဂဝန္တ တိလောကမကိုဋ် အမြိုက်နန်းရှင် ငါး
အင်မာရ်နှိပ် တံဆိပ်တုလွတ် အထွတ်အဖူးမြတ်ခေါင်ကျူး
ဖြစ်တော်မူသော ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် တပါးသောအ
ခါသော်မူ မြောက်ကျွန်းသူ မြောက်ကျွန်းသားတို့၏ ပျော်
ပါးရာဌာန ပါကဋသမိုင်း ကုရုတိုင်းကြီးအဝင်အပါ ကမ္မာ
သဓမ္မမည်သော နိဂုံးရှုကြီး၌ ခိုမှီးရှင်ပျော် သီတင်းသုံးစံ
နေတော် မူလေသတည်း။

ဖလသမာပတ် ထုံမွန်းအပ်သဖြင့် အမြတ်ချမ်းသာ
မဟာသုခတော်ကြီးများကို စံစား၍နေတော်မူစဉ်အခါများ
စွာသောဘိက္ခု ဉာဏ်အရှိန်နုသည်ကို ကြည့်ရှုဆင်ခြင်တော်
မူပြီးလျှင် ဉာဏ်အမြင်ထက်သန် ဘာဝနာပဋိဘာန်ဖြင့် အ
မြန်ဆောလျှင် နိဗ္ဗာန်ခွင်သို့ ဆိုက်ဝင်စံမြန်းစေလိုသော က
ရုဏာကြောင့် မဟာသတိပဋ္ဌာန် ထူးမြတ်သောသုတ္တန်ကို
ထုတ်ပြန်ဟောကြားတော်မူလေသတည်း။

ကာယ၊ ဝေဒနာ၊ စိတ္တာ၊ ဓမ္မ လေးဝမှုရင်း သတိသွင်း၍
ထန်ပြင်းအောင်ဝီရိယဖြင့်ပဓာနအလုပ်ခွင်မှာတွင်တွင်ကြီး
အားစိုက်၍ နှစ်မြိုက်သောဝီတိနှင့် သမာဓိမဏ္ဍိုင်ကို ခိုင်ခိုင်
ကြီးတည်ဆောက်လျက် ဉာဏ်အရှိန် တောက်သောအခါ
သင်္ခါရသမုဋ္ဌာန် နှစ်ပါးသောရုပ်နာမ်ကို အဟုတ်မှန်မြင်
သိ၍ သမုတိမှတ်အစွဲဖြင့် ငါ့ကိုယ်ဘဲမှန်အစစ် ငါပိုင်ဖြစ်
သည်ဟု တရစ်ရစ် တပတ်ပတ် သံသရာ ဘဝဇာတ်မှာ

(ဥ)

သတိပဋ္ဌာန်အမှန်း

တောမသတ်မှောက်မှား၍ ယောက်ျားဘဲ၊မိန်းမဘဲ အစွဲကြီးစွဲခဲ့ကြသော ဒိဋ္ဌိခဲ၊ ဒိဋ္ဌိတုံး အမိုက်မှောင်ဖုံးသည်ကို လုံးလုံးပယ်ဖြတ်၍ ပရမတ်သစ္စာဖြင့် အမြစ်ပါမကြွင်းကျန် အဆုံးတိုင်မှောက်လှန်၍ ဖေါက်ပြန်သောအထင်မျိုးတို့ကို ဖြတ်ချိုးနိုင်နင်း၍ အလင်းဖွင့်နိုင်သော သုတ္တန် ဒေသနာတော်ကြီး ဖြစ်ပါကြောင်း။

ဝိပဿနာဉာဏ် ပွင့်လင်းသန်သော် အမှန်ပေါ်လော ဉာဏ်ဇောစော၍—

၁။ အဟောအနိစ္စ-မမြဲမှုကေန္တပါကလား။

၂။ အဟောဒုက္ခ-ဆင်းရဲမှုကေန္တပါကလား။

၃။ အဟောအနတ္တ-အစိုးမရမှု ကေန္တပါကလား။

ဟု ဘွားဘွားကြီး ပွင့်လင်း၍ တပ်မက်ခြင်း ပြုတ်ကွာလျက် ဥပ္ပါဒဝယ အစစ်အမှန်ကြီးဖြစ်သည်ဟု ဉာဏ်အသစ်ပွင့်လန်းလျက် လေးခန်းသော မဂ်ဖိုလ်နှင့် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံဆိုက်လျက် အမြိုက်ထွတ် ဘုံကြငှန်းသို့ စံမြန်းကာ ပျော်မှီး သန္တိခေ် သုခကြီးကို အပြီးရရှိစေနိုင်သော သုတ္တန် ဒေသနာတော်ကြီးလည်း အမှန်ဖြစ်ပါကြောင်း။

ဤသို့ဘော်ပြ နိဒါနနှင့် အတ္တသံဝဏ္ဏနာ အဋ္ဌကထာ မိန့်ချက် သဘောနက်ကို နှစ်သက်ယုံကြည် စိတ်ကောင်းတည်၍ ရှေ့ပြည်နိဗ္ဗာန် မြိုက်ရပ်ငှာန်သို့ အမြန်နိမ့်မှီး စည်းစိမ်ကြီးလိုကြသော ကျွန်ုပ်တို့ အမျိုးသားအပေါင်း၊ အမျိုးသမီးအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သည် နှစ်ထောင်းဝမ်း

သာ ညီညွတ်စွာဖြင့် ဤ မဟာသတိပဋ္ဌာန သုတ်တော်ကို ထုတ်ဘော် ရွတ်ဆိုကြကုန်အံ့သတည်း။

[မှာဏာချက်။ ဤသတိပဋ္ဌာန်အမွန်းကိုရှေးဦးစွာရွတ်ဆိုပြီး လျှင် သတိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်ကြီးကိုဖြစ်စေ၊ သတိပဋ္ဌာန်အမေးအဖြေ ကိုဖြစ်စေ၊ လိုရာကိုရွတ်ဆိုပါ။]



မဟာသတိပဋ္ဌာန်

အမေး—အဖြေ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

ပဏာမ

- ၁။ ဘုန်းတော်ခြောက်ဆိုင်၊ ဘဝဂ်တိုင်၊ ပြန့်လှိုင်ကြီး
တေဇာ။
- ၂။ ငါးမာရ် အောင်မြင်၊ ဘုရားရှင်၊ ဦးတင်ညွတ်
တွားခါ။
- ၃။ မြတ်တရားနှင့်၊ ရှစ်ပါးထေရ်မွန်၊ သီလဝန်အား၊
အလွန်မြတ်နိုး၊ ရှိရှင်ခိုး၊ ကောင်းကျိုး ရောက်
စိမ့်ငှါ။
- ၄။ သီလမြေထု၊ နေရသမာဓိန်၊ ဝရဇိန်ပညာ၊ ဂုဏ်
တေဇာဖြင့်၊ ကျေညာဝန်းကျင်၊ လယ်တီရှင်၊ ကြည်
လင်ဝပ်တွားကာ။

မဟာသတိပဋ္ဌာန်အမေးအဖြေ

- ၅။ သတိပဋ္ဌာန်၊ ကျမ်းဂန်လေ့ကျက်၊ နှုတ်တက်
ဆောင်ထား၊ အမျိုးသားနှင့်၊ တရားပျော်မှီး၊
မျိုးသမီးတို့၊ အပြီးသိလွယ်၊ အဓိပ္ပါယ်နှင့်၊ ဆန်း
ကြယ်နည်းစုံ၊ မေး-ဖြေပုံ၊ အာဂုံလေ့ကျက်ပါ။
- ၆။ ဓိပ္ပါယ်မရှုပ်၊ အကျဉ်းချုပ်၊ သရုပ်ပြည့်စုံစွာ။
- ၇။ နေ့စဉ်ကြည့်ရှု၊ လက်စွဲပြု၊ ယခုဤကျမ်းစာ။
- ၈။ သတိပဋ္ဌာန်၊ ရွတ်သံကောင်းချီး၊ အောင်စည်တီး၊
မိုဃ်းကြီးကဲ့သို့ရွာ။

၁- နိဒါန်း

မေး။ ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ဂုဏ်တော်အနန္တနှင့် ပြည့်
စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် ဤမဟာ
သတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကို အဘယ်အရပ်ဌာန၌
အဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ဟောကြားတော်မူပါ
သနည်း။

ဖြေ။ ဘုန်းတော်ခြောက်ဆူ အောင်လံထူ၍ ပြိုင်သူ
ဘက်ကင်း တရားစကြာမင်းကြီး ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာ
ဘုရားသည် ဤမဟာသတိပဋ္ဌာန်တရားတော်ကို ကုရုတိုင်း
ကမ္ဘာသဓမ္မ နိဂုံး၌ သီတင်း သုံးနေတော်မူစဉ်အခါ များ
စွာသော ရဟန်းတို့အား ဟောကြားတော်မူပါသည်။

မေး။ အဘယ်ပါဠိတော်ကို ထောက်၍ သိရပါသ
နည်း။

ဖြေ။ ဧဝံမေသုတံ-ဧကံသမယံ။ပ။ ဘဂဝါ တေဒဝေါ
စ၊ ဤပါဠိတော်မြတ်ကို ထောက်၍သိရပါသည်။

မေး။ အဘယ့်ကြောင့် ကုရတိုင်းဟူ၍ ခေါ်ဆိုပါသနည်း။

ဖြေ။ ရှေးအခါ စကြာမင်းကြီး လေးကျွန်းကိုလှည့်တော်မူရာ ဥတ္တရကုရ မည်သောမြောက်ကျွန်းသူ၊ မြောက်ကျွန်းသားတို့ကို ဤဇမ္ဗူဒီပါကျွန်းသို့ ခေါ်ဆောင်တော်မူခဲ့ပြီးလျှင် ဤနေရာဌာနမှာ မြို့ပြတည်ထောင်ကာ နေရာချထားသော တိုင်းကြီးဖြစ်၍ ကုရတိုင်းဟူ၍ ခေါ်ဆိုပါသည်။

မေး။ အဘယ့်ကြောင့် ကမ္ဗာသဓမ္မဟူ၍ ခေါ်ဆိုရပါသနည်း။

ဖြေ။ မဟာသုတသောမ ဇာတ်တော်တွင် လာရှိသည့် အတိုင်းပြောက်ကြားသောခြေရှိသောပေါရိသာဒကို ဆုံးမရာဌာနဖြစ်၍ ကမ္ဗာသဓမ္မဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။

နိဒါန်းပြီး၏။

၂-ဥဒ္ဒေသ

မေး။ ဤမဟာသတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာကို အဘယ်အကျိုးငှါ ဟောတော်မူပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား သံသရာဒုက္ခဝဋ်မှ ကျွတ်လွတ်စင်ကြယ်စေခြင်းအကျိုး၊
 ၂။ စိုးရိမ်ခြင်းငိုကြွေးခြင်းတို့ကို လွန်မြောက်စေခြင်းအကျိုး၊
 ၃။ ဆင်းရဲခြင်း၊ နှလုံးမသာခြင်းတို့ကို ချုပ်ဆုံးကွယ်ပျောက်စေခြင်းအကျိုး၊

၄။ အရိယမဂ်ဉာဏ်ကို လက်ကိုင်ရရှိစေခြင်းအကျိုး၊
 ၅။ နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုစေခြင်းအကျိုး၊
 ဤအကျိုးများကို ဖြစ်ပွားစိမ့်သောငှါ မဟာသတိပဋ္ဌာန်
 ဒေသနာကို ဟောတော်မူပါသည်။

မေး။ အဘယ်ပါဠိတော်ကိုထောက်၍ သိရပါသနည်း။

ဖြေ။ ကောယနော ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ။ပ။ယဒိဒံစတ္တာရော
 သတိပဋ္ဌာနာ၊ ဤပါဠိတော်ကို ထောက်၍ သိရပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန်တရားသည် အဘယ်မျှရှိပါသနည်း။

ဖြေ။၁။ ကာယာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊
 ၂။ ဝေဒနာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊
 ၃။ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်၊
 ၄။ ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်—
 အားဖြင့် လေးပါးရှိပါသည်။

မေး။ ထိုသတိပဋ္ဌာန် လေးပါးတို့၏ အဓိပ္ပါယ်ကို သိ
 လွယ်ရုံဖြေဆိုပါ။

ဖြေ။၁။ ကိုယ်ကာယ၌ ရှုဆင်ခြင်မှုကို ကာယာ
 နုပဿနာခေါ်ပါသည်။
 ၂။ ဝေဒနာတို့၌ ရှုဆင်ခြင်မှုကို ဝေဒနာနုပဿနာ
 ခေါ်ပါသည်။
 ၃။ စိတ်တို့၌ ရှုဆင်ခြင်မှုကို စိတ္တာနုပဿနာ ခေါ်
 ပါသည်။
 ၄။ နိဝရဏစသော တရားတို့၌ ရှုဆင်ခြင်မှုကို
 ဓမ္မာနုပဿနာခေါ်ပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန်တရား လေးပါးကို ရှုဆင်ခြင်သောအခါ အဘယ်အင်္ဂါများနှင့် ပြည့်စုံထိုက်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ ကိလေသာကိုပူပန်စေတတ်သော အာတာပဝီရိယနှင့်ပြည့်စုံခြင်း၊

၂။ အမြော်အမြင်အဆင်ခြင်ဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊

၃။ သတိတရားကိုမပြတ်ရှေ့သွားပြုခြင်း၊

၄။ မက်မောသည့် အဘိဇ္ဈာနှင့် နှလုံး မသာယာသည့် ဒေါမနဿတို့ကို ပယ်ဖျောက်ခြင်း၊

ဤအင်္ဂါလေးပါးနှင့် ပြည့်စုံရပါသည်။

မေး။ အဘယ်ပါဠိတော်ကိုထောက်၍ သိရပါသနည်း။

ဖြေ။ အာတာပီ။ ပ။ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဤပါဠိတော်ကိုထောက်၍ သိရပါသည်။

[မှာထားချက်။ ဤမှနောက်၌ ကျယ်မည်စိုး၍ ပါဠိတော်ထောက်ပံ့အမေးအဖြေကို မထည့်ဘဲ ပါဠိတော် ရှိသောအတိုင်း ရေးသားပေအံ့။]

ဥဒ္ဓေသပြီး၏။

၃-ကာယာနုပဿနာအာနာပါနပိုင်း

မေး။ ကာယာနုပဿနာ အခဏ်းတွင် အပိုင်းပေါင်း မည်မျှရှိပါသနည်း

ဖြေ။ ၁။ အာနာပါနပိုင်း၊

၂။ ဣရိယာပထပိုင်း၊

၃။ သမ္ပဇညပိုင်း၊

၄။ ပဋိကုလမနသိကာရပိုင်း၊

၅။ ဓာတုမနသိကာရပိုင်း၊

၆။ နဝသိဝထိကပိုင်း-အားဖြင့် ပဗ္ဗခေါ်သောအပိုင်း
ခြောက်ပိုင်းရှိပါသည်။

မေး။ အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်
သည် အဘယ်သို့သော အရပ်ဌာနသို့ ချဉ်းကပ်
နေထိုင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ တောသို့ဖြစ်စေ၊ သစ်ပင်ရင်းသို့ဖြစ်စေ၊ ဆိတ်ငြိမ်
ရာအရပ်သို့ဖြစ်စေ၊ ချဉ်းကပ်နေထိုင်ရပါသည်။

မေး။ ဘယ်သို့ နေထိုင်၍ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီး
ဖြန်းရပါသနည်း။

ဖြေ။ တင်ပလွင်ခွေ၍ ကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်တောင့်တင်း
စွာ တည်ထားပြီးလျှင် သတိကို ရှေ့သွားပြုကာ ဖြောင့်
မတ်ခိုင်ခံ့စွာထိုင်လျက် အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်း
အားထုတ်ရပါသည်။

မေး။ အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းသောပုဂ္ဂိုလ်
မှာရှေးဦးစွာအဘယ်သို့လေ့ကျက်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ထွက်သက်ရှုသောအခါ၊ ဝင်သက်ရှိုက်သောအခါ
သတိကိုမလွတ်စေဘဲ ရှုရရှိက်ရပါသည်။ ရှုတိုင်းရှိုက်တိုင်း
သတိခိုင်မြဲစွာထားရပါသည်။

မေး။ သတိခိုင်မြဲစွာနှင့် ရှုခြင်း၊ ရှိုက်ခြင်းကို နိုင်နင်း
လေ့ကျက်ပြီးသောအခါ တဆင့်တက်၍ ဘယ်သို့
လေ့ကျက်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ ထွက်သက်၊ ဝင်သက်တို့၏ အရှည်အတိုကို
သိအောင် သတိမြဲစွာရပါသည်။

၂။ ရှည်ရှည် ရှူရှိုက်သောအခါ ရှည်စွာ ရှူ
ရှိုက်သည်ဟုသိအောင်ပြုရပါသည်။

၃။ တိုတို ရှူရှိုက် သောအခါ တိုစွာ ရှူရှိုက်
သည်ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။

မေး။ ထွက်သက်,ဝင်သက်တို့၏အရှည် အတိုကို သတိ
ပြု၍ သိမှုနိုင်နင်းသောအခါ ဘယ်သို့ လေ့ကျက်
ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ထိုသို့နိုင်နင်းသောအခါ ဝင်သက်မှာ နှာသီးဖျား
ကစ၍ ချက်တိုင်သို့အထိ၊ ထွက်သက်မှာ ချက်တိုင်ကစ၍
နှာသီးဖျားသို့အထိ သတိမလွတ်စေဘဲ ထွက်သက်,ဝင်
သက်တို့ကို အစ,အလယ်,အဆုံးကိုသိအောင် လေ့ကျက်ရ
ပါသည်။

မေး။ ထိုတတိယစခန်းကိုနိုင်နင်းပြီးသောအခါ ဘယ်သို့
လေ့ကျက်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ထိုတတိယစခန်းကို နိုင်နင်းပြီးသောအခါ ရုန့်
ရင်းကြမ်းတန်းသော ထွက်သက်,ဝင်သက်တို့ကို ချုပ်ငြိမ်း
အောင်လေ့ကျက်ရပါသည်။ဤစတုတ္ထစခန်းသို့ ဆိုက်ရောက်
နိုင်နင်းသောအခါ ထွက်သက်,ဝင်သက်ကို မရှုမရှိုက်ဘဲ
သော်လည်း မျှတစွာတည်နေနိုင်ပါသည်။ ထိုအခါ အာနာ
ပါနကမ္မဋ္ဌာန်း၌ တက်လမ်းပြီးဆုံးပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်...၁။ သတိမြဲရာ၊ပထမာ၊ဒု-မှာရှည်တိုသိ။

၂။ လုံးစုံလင်းရာ၊တ-၌သာ၊စ-မှာငြိမ်းစေဘိ။

မေး။ ဤအာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ ဘယ်သို့ သော
ဥပမာဖြင့် ပြဆိုတော်မူပါသနည်း။

ဖြေ။ ပန်းပွတ်သမား၏ ဥပမာဖြင့် ပြဆိုပါသည်။

မဟာသံတိပဋ္ဌာန်အမေးအဖြေ

မေး။ “ထွက်သက်,ဝင်သက်”ဆိုရာဝယ် အဘယ်ထွက်သက်,ဝင်သက်များကို ရှုရပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ မိမိ (အဇ္ဈတ္တ) အတွင်း သန္တာန်၌ ရှိသော ထွက်သက်,ဝင်သက် အပေါင်းကို၎င်း၊

၂။ အပ(ဗဟိဒ္ဓ) သန္တာန်၌ရှိသော ထွက်သက် ဝင်သက်အပေါင်းကို၎င်း၊

၃။ အတွင်းသန္တာန် အပသန္တာန်၌ ရှိသော ထွက်သက်,ဝင်သက်အပေါင်းကို၎င်း၊

သတိမြဲစွာနှင့်ရှုဆင်ခြင်ရပါသည်။

မေး။ အမိဝမ်းမှဘွားမြင်၍လာရာထွက်သက်က ရှေးဦးစွာဖြစ်ပါသလော,ဝင်သက်ကရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပါသလော။

ဖြေ။ ၁။ ထွက်သက်ကရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပါသည်။

၂။ ထိုနောက်မှ ဝင်သက်ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။

သံသေဒဇပုဂ္ဂိုလ်,အဏ္ဏဇပုဂ္ဂိုလ်, ဥပပါတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌လည်း ထိုနည်းတူစွာ ထွက်သက်က ရှေးဦးစွာဖြစ်သည်ဟု ယူသင့်ပါသည်။

မေး။ ထွက်သက်လေ, ဝင်သက်လေများကို အဘယ်ရုပ်မျိုးဟူ၍ဆိုရပါသနည်း။

ဖြေ။ စိတ်ကြောင့် ဖြစ်သော စိတ္တဇရုပ် ဟူ၍ ဆိုရပါသည်။

မေး။ ထိုထွက်သက်, ဝင်သက် တို့သည် အဘယ်ဘုံ၌ သာဖြစ်ကြပါသနည်း။

ဖြေ။ ကာမဘုံ၌သာ ဖြစ်ကြပါသည်။ ရူပဘုံ၊ အရူပဘုံ တို့၌ထွက်သက်၊ ဝင်သက်မရှိပါ။

မေး။ ထွက်သက်၊ ဝင်သက်မဖြစ်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သရုပ်ကို ကျမ်းဂန်တို့၌ ပြဆိုအပ်သောအတိုင်း ဘော်ထုတ်၍ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ အမိဝမ်းတိုက်၌ ပဋိသန္ဓေ အားဖြင့် ကိန်း အောင်းနေသောပုဂ္ဂိုလ်၊

၂။ ရေနစ်မွန်းနေသောပုဂ္ဂိုလ်၊

၃။ ရေ၌ ကိန်းအောင်းနေသော ပုဂ္ဂိုလ်၊

၄။ တွေဝေမိန်းမောနစ်မြော၍နေသောပုဂ္ဂိုလ်၊

၅။ စတုတ္ထဈာန်ကိုဝင်စား၍နေသောပုဂ္ဂိုလ်၊

၆။ နိရောဓသမာပတ်ဝင်စား၍ နေသောပုဂ္ဂိုလ်၊

၇။ ပဿ ဗ္ဗယံကာယသင်္ခါရံ-ဟူ၍ ဟောတော် မူသောအတိုင်း အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပိုင် နိုင်၍ ထွက်သက်၊ ဝင်သက်များကိုချုပ်တည်း ရုပ်သိမ်း၍ထားဆဲဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်၊

၈။ စုတေဆဲဖြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်၊

ဤပုဂ္ဂိုလ် ၈-ပါးတို့၌ ထွက်သက်၊ ဝင်သက်များမဖြစ် နိုင်ပါ။

မေး။ လူတို့၏သန္တာန်၌ တနာရီလျှင် ထွက်သက်၊ ဝင် သက်ပေါင်းမည်မျှ၊ နာရီ ၆၀-ရှိသော တနေ့နှင့် တညမှာ ထွက်သက်၊ ဝင်သက်ပေါင်းမည်မျှ ရှိ သည်ဟူ၍ ကျမ်းဂန်တို့၌ပြဆို အပ်သောအတိုင်း ရေတွက်၍ပြပါ။

ဖြေ။ တနေ့နှင့်တညဟု ဆိုအပ်သော တရက်အတွင်း မှာနာရီပေါင်း ၆၀-ရှိခဲ့ရာ ထွက်သက်, ဝင်သက်ကို မှန်မှန် ရှုရှိုက်သော သူတို့၌ တနာရီလျှင်-

ထွက်သက်ပေါင်း ၃၆၀။

ဝင်သက်ပေါင်း ၃၆၀။

နှစ်ခုပေါင်း ၇၂၀- ရှိပါသည်။

နာရီ ၆၀-ဟုဆိုအပ်သော-

တရက်အတွင်းမှာ-

ထွက်သက်, ဝင်သက်ပေါင်း.....၄၃၂၀၀ ရှိပါသည်။

မေး။ ထွက်သက်, ဝင်သက်ကို စိတ္တဇရုပ်ဟူ၍ပြဆိုခဲ့ရာ အဘယ်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်ခိုက်တွင်မှ ထွက်သက်, ဝင်သက်များဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ဒွေပဉ္စ ဝိညာဏ်တဆယ်ကြည့်အပ်သော ကာမစိတ် ၄၄-ဖြစ်ခိုက်တွင်မှ ထွက်သက်, ဝင်သက်များဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။ ထိုမှတပါးသောစိတ်တို့၏ ဖြစ်ခိုက်မှာ ထွက်သက်, ဝင်သက်များမဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါ။

မေး။ ကာမဘုံသားတို့၌ ထွက်သက်, ဝင်သက်နှင့် ကဗဠိကာရအာဟာရသည် အဘယ်က သာလွန်၍ အရေးကြီးပါသနည်း။

ဖြေ။ ကာမဘုံသားတို့မှာ ထွက်သက်, ဝင်သက်နှစ်ပါးက သာလွန်၍ အရေးကြီးပါသည်။ အစာအာဟာရကို မစားမမျိုဘဲ ၇-ရက်တိုင်တိုင် အသက်ရှည်၍လည်း နေနိုင်ပါသည်။ တနာရီမျှ ထွက်သက်, ဝင်သက် မရှုမရှိုက်ဘဲ မနေနိုင်ကြပါ။ ထို့ကြောင့် ထွက်သက်, ဝင်သက်က သာလွန်၍ အရေးကြီးသည်-ဟူ၍ ဖြေဆိုရပါသည်။

မေး။ အဘယ်စရိုက်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အာနာပါနုပိန္ဒိကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းရန် သင့်လျော်ပါသနည်း။

ဖြေ။၁။ မေ့မောတွေဝေခြင်းများ၍ မောဟစရိုက်အား ကြီးသောပုဂ္ဂိုလ်၊

၂။ ထွေထွေ လာလာ အကြံအစည်များ၍ ဝိတက်စရိုက်အားကြီးသောပုဂ္ဂိုလ်၊

ဤပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အာနာပါနုပိန္ဒိကမ္မဋ္ဌာန်းကိုစီးဖြန်းရန် သင့်လျော်သည်-ဟူ၍ ကျမ်းဂန်တို့၌ ပြဆိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ အာနာပါနုပိန္ဒိ၊ အလျော်ကျ၊ မောဟ-ဝိတက်သာ။

မေး။ အာနာပါနုပိန္ဒိကမ္မဋ္ဌာန်းကိုအဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့လေ့လာစီးဖြန်းသော ကမ္မဋ္ဌာန်းမျိုးဖြစ်သည်-ဟူ၍ ကျမ်းဂန်တို့၌ ပြဆိုပါသနည်း။

ဖြေ။ မဟာပုရိသယောက်ျားမြတ်တို့ လေ့လာစီးဖြန်းသော ကမ္မဋ္ဌာန်းဟူ၍ ကျမ်းဂန်တို့၌ပြဆိုပါသေးသည်။ ထိုအာနာပါနုပိန္ဒိကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ပုဂ္ဂိုလ်သွားလေရာ အလုပ်ခွင် အလိုလိုပါသောကမ္မဋ္ဌာန်းမျိုးဖြစ်ပါသည်။ အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း၊ ကသိုဏ်းဝန်းကမ္မဋ္ဌာန်းတို့ကဲ့သို့ အလုပ်ခွင်တမင်ရှာနေရသော ကမ္မဋ္ဌာန်းမျိုးမဟုတ်ပါ။ လွန်စွာ မွန်မြတ်လှပါသည်။

မေး။ ထိုပြင်မှတစ်ပါး ထွက်သက်၊ဝင်သက်များ၌ အဘယ်သို့ ရှုဆင်ခြင်ရပါသေးသနည်း။

ဖြေ။ ထွက်သက်၊ဝင်သက်တို့၏ ဖြစ်ပုံသဘော၊ချုပ်ပုံသဘောများကိုလည်း ဆင်ခြင်ရပါသေးသည်။

မေး။ ဆိုခဲ့ပြီးသောအတိုင်း အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား အဘယ် အကျိုးများဖြစ်ပွားနိုင်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ထွက်သက်၊ ဝင်သက် တို့၌ ခိုင်မြဲစွာ သတိစူးစိုက်တည်တံ့၍ နေပါ သည်။

၂။ ကာယာနုပဿနာဉာဏ် ထက်သန်ခြင်းအကျိုး၊ အာနာပါနသတိကို အဆင့်ဆင့် ထက်သန်စွာ ပွားများနိုင်ခြင်းအကျိုးများကို ရရှိစေပြီးလျှင် တဏှာ၊ ဒိဋ္ဌိ အပြုအတွယ် ကင်းရှင်းလျက် စွဲလမ်းခြင်းမရှိဘဲနေနိုင်ပါသည်။

ဤသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ အာနာပါနသတိ၏ အကျိုးများ ဖြစ် ပါသည်။

မေး။ ဤအာနာပါန သတိအခင်းမှာ ရုပ်၊ နာမ် နှစ် ပါးခွဲခြမ်းပြီးလျှင် လက္ခဏာရေးတင်ကာဘယ် သို့ရှုဆင်ခြင်အပ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ဤအာနာပါနသတိအခင်းမှာ—

၁။ ထွက်သက်၊ ဝင်သက်လေနှစ်ပါးက ဝါယော ဓာတ်ရုပ်ဖြစ်ပါသည်။

၂။ ထွက်သက်၊ ဝင်သက်ကို အမြဲ စူးစိုက်သော သတိက နာမ်တရားဖြစ်ပါသည်။

ထိုရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါးတို့သည်—

၁။ ခဏခဏ ပျက်စီး ချုပ်ဆုံးသော အနိစ္စသဘော ရှိပါသည်။

၂။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း မကင်းသော ဒုက္ခသဘောရှိ ပါသည်။

၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော ရှိပါသည်။

ဤသို့ရုပ်,နာမ်နှစ်ပါး ခွဲခြမ်းပြီးလျှင် လက္ခဏာရေး တင်ကာ ရှုဆင်ခြင်အပ်ပါသည်။

မေး။ သစ္စာဉာဏ်အားဖြင့် အဘယ်သို့ ရှုဆင်ခြင် အပ်ပါသနည်း။

ဖြေ။၁။ ထွက်သက်,ဝင်သက်တည်း ဟူသော ရုပ်တရား နှင့် သတိတည်းဟူသော နာမ်တရားက ဒုက္ခ သစ္စာဖြစ်ပါသည်။

၂။ ထိုနာမ်,ရုပ်တရားတို့၏ အကြောင်းရင်း ဖြစ် သော တဏှာက သမုဒယသစ္စာဖြစ်ပါသည်။

၃။ ထိုတဏှာ၏ ချုပ်ဆုံးရာ ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်က နိရောဓသစ္စာဖြစ်ပါသည်။

၄။ ထိုနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း လမ်းကောင်း လမ်းမှန်ဖြစ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးက မဂ္ဂသစ္စာ ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ သစ္စာဉာဏ်အားဖြင့် ခွဲခြား၍ ဆင်ခြင်အပ်ပါ သည်။

အာနာပါနပိုင်းပြီး၏။

၄-ကာယာနုပဿနာ ဣရိယာပထပိုင်း

မေး။ ဣရိယာပထပိုင်း၌လာသော ဣရိယာပုထ် လေး မျိုးတို့ကို ဘော်ထုတ်၍ပြပါ။

ဖြေ။ သွားခြင်း၊ရပ်ခြင်း၊ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်း-ဟူ၍ ဣရိယာပုထ်လေးပါးရှိပါသည်။

မေး။ လူတို့၏ကိုယ်သန္တာန်မှာ စက်ဘီးလေးဘီး အပြီး တပ်လျက်ပါသည်ဟူ၍ ရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ရာ- စက်ဘီး လေးဘီးဆိုသည်မှာ အဘယ်အရာများဖြစ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ သွားခြင်း၊ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်း၊ ထို ဣရိယာပုထ် လေးပါးကိုပင် စက်ဘီး လေးဘီးဟူ၍ ဆိုရပါသည်။ လူတို့၏ကိုယ်ကြီးသည် စက်ဘီးလေးဘီးတပ် ထားသော ရထားကြီးနှင့် တူပါသည်။ ထိုစက်ဘီးလေးဘီးပေါ်၌ အမြဲမပြတ်တည်၍နေရပါသည်။

မေး။ ဣရိယာပုထ် လေးပါးရှိခဲ့ရာ- အဘယ် ဣရိယာပုထ်သည် မူလ-ပကတိ သဘောမျိုးဖြစ်၍ အဘယ်ဣရိယာပုထ်သည် ပြုပြင်အပ်သော ဝိကတိ သဘောမျိုးဖြစ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ဣရိယာပုထ်လေးပါးတို့တွင်—

၁။ လျောင်းခြင်း၊ဣရိယာပုထ်တခုသည်သာလျှင် သတ္တဝါတို့၏ ပကတိသဘောဖြစ်ပါသည်။

၂။ သွားခြင်း၊ရပ်ခြင်း၊ထိုင်ခြင်း ဣရိယာပုထ်သုံးပါးတို့သည်ကား ထက်သန်သော စိတ်တို့ဖြင့် ပြုပြင်ထူထောင်၍ ထားအပ်သော ဝိကတိ ဣရိယာပုထ်များဖြစ်ကြပါသည်။

ပြုပြင်အပ်သော ဝိကတိသဘောမှန်သမျှသည် မူလ ပကတိသဘောသို့ ဆိုက်ရောက်ရမြဲဖြစ်သောအတိုင်း လူတို့၌ ထက်သန်သော ဇောစိတ်တို့ဖြင့် ပြုပြင်ခြင်း ကင်းသော အိပ်နေဆဲအခါ၊ အသဲအသန် မကျန်းမမာဖြစ်သောအခါ၊ စုတေသောအခါတို့၌ မူလ သဘောအတိုင်းပြန်၍ လျောင်းခြင်း ဣရိယာပုထ်ဖြင့်သာ တည်မြဲဓမ္မတာ ဖြစ်ပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန် နည်းအားဖြင့် ဣရိယာပုထ်များကို အဘယ်သို့ရှုဆင်ခြင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ သွားလျှင် သွားနေသည်ဟူ၍၎င်း၊
 ၂။ ရပ်လျှင် ရပ်နေသည်ဟူ၍၎င်း၊
 ၃။ ထိုင်လျှင် ထိုင်နေသည်ဟူ၍၎င်း၊
 ၄။ လျောင်းလျှင်-လျောင်းနေသည်ဟူ၍၎င်း၊
 ကိုယ်အမူအရာ-ဣရိယာပုထ် ပြောင်းရွှေ့တိုင်း ပြောင်းရွှေ့တိုင်း-သတိမလစ်ရအောင် ဆင်ခြင်ရပါသည်။

မေး။ ဤဣရိယာပထပိုင်း၌ ရုပ်၊နာမ်နှစ်ပါး နှံ့ဝေဦးလျှင် ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ ဆင်ခြင်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ၁။ ဣရိယာပုထ် လေးပါး တို့သည် လှုပ်ရှားသောဝါယောဓာတ်- ရုပ်တရားဖြစ်ပါသည်။
 ၂။ ထိုဣရိယာပုထ်လေးပါးကို ဆင်ခြင်သော သတိသည် နာမ်တရားဖြစ်ပါသည်။

ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရားများသည်—

၁။ ခဏခဏပျက်စီးခြင်း အနိစ္စသဘော၊

- ၂။ ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းတို့နှင့် မကင်းသော ဒုက္ခသဘော၊
 ၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော အမှန်ဖြစ်ကြပါသည်။
 ဤသို့ရုပ်၊နာမ်နှစ်ပါး ခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။
 ဣရိယာပထပိုင်းပြီး၏။
-

၅-ကာယာနုပဿနာ သမ္ပဇဉ်ပိုင်း

- မေး။ သမ္ပဇဉ်ပိုင်း၏ဆိုင်ရာ သမ္ပဇဉ်တရား ဘယ်မျှရှိပါသနည်း။
- ဖြေ။ ၁။ အကျိုးရှိ၊မရှိကို သိမြင် ဆင်ခြင် တတ်သော သတ္တကသမ္ပဇဉ်၊
 ၂။ သင့်လျော်သည်၊ မသင့်လျော်သည်ကို သိမြင်ဆင်ခြင်တတ်သော သပ္ပာယ်သမ္ပဇဉ်၊
 ၃။ ကျက်စားသင့်၊ မကျက်စားသင့်ကို သိမြင်ဆင်ခြင်တတ်သော ဂေါစရသမ္ပဇဉ်၊
 ၄။ တွေဝေခြင်းကင်းသော အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ်-ဟူ၍ သမ္ပဇဉ်တရား၊လေးပါးရှိပါသည်။
- မေး။ ဤသတိပဋ္ဌာန်နည်းမှာ အဘယ်သမ္ပဇဉ်ကိုဆိုလိုပါသနည်း။
- ဖြေ။ သတိသမ္ပဇဉ်ကိုဆိုလိုပါသည်။
- မေး။ သမ္ပဇဉ်၏ သဘော အဓိပ္ပါယ်ကို သိလွယ်ရုံပြဆိုပါ။

ဖြေ။ အရာရာတိုင်းမှာ ဆင်ခြင်တိုင်းထွာ၍ သင့်လျော်
စွာပြုခြင်းသဘောကို သမ္ပဇာနိတိပါသည်။

မေး။ သမ္ပဇာနိတိကို အဘယ်ကဲ့သို့ ပွားများရပါသ
နည်း။

- ဖြေ။ ရှေ့သို့လှမ်းတက်ခြင်း၊ နောက်သို့ဆုတ်ခြင်း၊
၂။ ရှေ့သို့ကြည့်ခြင်း၊ စောင်းလှည့်၍ကြည့်ခြင်း၊
၃။ ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊
၄။ ပစ္စည်းပရိက္ခရာကိုကိုင်ဆောင်ခြင်း၊
၅။ စားခြင်း၊ သောက်ခြင်း၊ ခဲ့ခြင်း၊ လျက်ခြင်း၊
၆။ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်ကိုစွန့်ခြင်း၊
၇။ သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ စကားပြော
ခြင်း၊ တုဏှိဘောနေခြင်း—

စသည်တို့ကိုပြုလုပ်ရာ၏။ ပညာအဆင်ခြင်နှင့် သတိ
မလစ်ရအောင်ပြုလုပ်လေ့ကျင့်ရပါသည်။

မေး။ ဤသမ္ပဇာနိတိ၌ ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါးခွဲဝေ ပြီးလျှင်
ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ ဆင်ခြင်ရပါ
မည်နည်း။

ဖြေ။ ရှေ့သို့တက်ခြင်း၊ နောက်သို့ဆုတ်ခြင်း စသော
အမှုအရာများသည် ရုပ်တရားဖြစ်ပါသည်။

၂။ ထိုရုပ်တရားတို့ကို ဆင်ခြင်သောသတိသည်နာမ်
တရားဖြစ်ပါသည်။

ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရားများသည်-

၁။ ခဏခဏပျက်စီးခြင်း အနိစ္စသဘော၊

၂။ ဖြစ်ခြင်း၊ ပျက်ခြင်းတို့နှင့်မကင်းသောဒုက္ခသဘော၊

၃။ အလိုသို့မလိုက်- အစိုးမရသော အနတ္တသဘော
အမှန်ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသို့ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်
ခြင်ရပါသည်။

သမ္မဇညပိုင်းပြီး၏။

၆-ကာယာနုပဿနာပဋိကူလမနသိကာရပိုင်း

မေး။ ဤကိုယ်ကာယ၌ သာယာတပ်မက်သော တ
ဏှာကိုပယ်ခွာရှင်းလင်းလိုသောအခါ အဘယ်
ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများရပါသနည်း။

ဖြေ။ ဤကိုယ်ကာယ၌ ရှိရှိသမျှသော အခြင်းအရာ
တို့ကို စက်ဆုပ်ရွံရှာဘွယ်ဟု နှလုံးသွင်းခြင်းဟု ဆိုအပ်
သော ပဋိကူလသညာကို ပွားများရပါသည်။

မေး။ အဘယ်သို့ပွားများရပါသနည်း။

ဖြေ။ ခြေဘဝါးမှဆံဖျားအထိ၊ ဆံဖျားမှ ခြေဘဝါး
အထိ၊ အရေပါးဖြင့် ဖုံးအုပ်ချယ်လယ်၍ ထားအပ်သော-
ဤကိုယ်ကြီးအတွင်းမှာ-စက်ဆုပ်ဘွယ်ရာ မစင်ကြယ်သော
ဝတ္ထုတို့ဖြင့် ပြည့်လုံ၍နေသည်-ဟု ဆင်ခြင်ပွားများ ရပါ
သည်။

မေး။ ဤကိုယ်အတွင်းမှာ အဘယ်စက်ဆုပ်ဘွယ်ရာ
ဖြစ်သည့်ဝတ္ထုတို့ဖြင့် ပြည့်လုံ၍နေပါသနည်း။

ဖြေ။ ဤတလံမျှလောက်သောကိုယ်အတွင်းမှာ-

၁။ ဆံပင်,အမွေး, ခြေသည်း လက်သည်း, သွား,
အရေထူ-အရေပါး။

၂။ အသား,အကြော,အရိုး,ရိုးတွင်းခြင်ဆီ,အညှို့။

၃။ နှလုံး,အသည်း, အမြေး,အဖျဉ်း,အဆုပ်။

၄။ အူမ, အူသိမ်, အစာသစ်, အစာဟောင်း,
ဦးနှောက်။

၅။ သည်းခြေ,သလိပ်,ပြည်,သွေး,ချွေး,အဆီခဲ။

၆။ မျက်ရည်,ဆီကြည်,တံတွေး,နှပ်,အစေး,ကျင်ငယ်။
ဤသုံးဆယ့်နှစ်ဖြာ စက်ဆုပ်ဘွယ်ရာသော ဝတ္ထုတို့ဖြင့်
ပြည့်လုံ၍နေပါသည်။

မေး။ ဤသုံးဆယ့်နှစ်ဖြာသောစက်ဆုပ်ဘွယ်ရာတို့ကို
အဘယ်ဥပမာဖြင့် ရှုရပါသနည်း။

ဖြေ။ အပေါက်နှစ်ဘက်ရှိသော အိတ်ကြီးထဲမှာ သ
လေးစပါး,ကောက်စပါး,ပဲနောက်,ပဲကြီး,နှမ်း,ဆန်တို့ကို
အပြည့်ထည့်၍ ထားလေရာ ထိုအိတ်ကြီးကို အပေါက်နှစ်
ဘက်မှ ဖြေ၍ကြည့်ရှုလေဘိသကဲ့သို့ ထို့အတူ စက်ဆုပ်
ရွံ့ရှာဘွယ်-မစင်ကြယ်သောဝတ္ထုတို့ဖြင့်ပြည့်သော ဤကိုယ်
ကြီးကို ကာယဂတာသတိဉာဏ်ဖြင့် ဖြေ၍ ကြည့်ရှု ရပါ
သည်။

မေး။ သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ကောဠာသတို့ကို စက်
ဆုပ်ဘွယ်ရာထင်မြင်အောင် အဘယ်သို့ ရှုဆင်
ခြင်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ဆံပင်အစရှိသော သုံးဆယ့်နှစ်ပါးတို့တွင် တပါးတပါးကို သေချာစွာခွဲခြား၍—

၁။ အဆင်းအားဖြင့်၎င်း၊
 ၂။ သဏ္ဌာန်အားဖြင့်၎င်း၊
 ၃။ ဖြစ်ရာအကြောင်းအားဖြင့်၎င်း၊
 ၄။ တည်ရာဌာနအားဖြင့်၎င်း၊
 မတင့်မတယ် စက်ဆုပ်ဘွယ် ထင်မြင်အောင် ဆင်ခြင်ရပါသည်။

မေး။ တစပဉ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်းဆိုသည်မှာ အဘယ်ကောဋ္ဌာသများပါနည်း။

ဖြေ။ ဆံပင်၊ အမွေး၊ ခြေသည်းလက်သည်း၊ သွား၊ အရေထူ—အရေပါး ကောဋ္ဌာသ၊ ငါးပါးကို တစပဉ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်းခေါ်ပါသည်။

မေး။ သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ကောဋ္ဌာသ အစုတို့ကို ဆင်ခြင်ပွားများရာ၌ လွယ်ကူစွာ နိမိတ် ထင်မြင်ခြင်းငှါ လိမ်မာကြောင်း နည်းလမ်းကား အဘယ်မျှအပြားရှိပါသနည်း။

ဖြေ။ ခုနစ်ပါးအပြားရှိပါသည်။ ထိုခုနစ်ပါးကို ဥဂ္ဂဟကောသလ္လ-ခုနစ်ပါးဟူ၍ခေါ်ဆိုပါသည်။

မေး။ ထိုဥဂ္ဂဟကောသလ္လ ခုနစ်ပါးတို့၏ သရုပ်ကို ဘော်ထုတ်၍ပြဆိုပါ။

ဖြေ။ ၁။ နှုတ်ဖြင့်စီးဖြန်းခြင်း၊
 ၂။ စိတ်ဖြင့် ထင်မြင်အောင် စီးဖြန်းခြင်း၊
 ၃။ အဆင်းအားဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်း၊

- ၄။ သဏ္ဌာန်အားဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၅။ အရပ်ဒေသအားဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၆။ တည်ရာဌာနအားဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၇။ အသီးသီးပိုင်းခြား ဝေဘန်ခြင်းအားဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်း၊

ဤကား ဥဂ္ဂဟကောသလ္လ ၇-ပါးဖြစ်ပါသည်။

မေး။ နှုတ်အားဖြင့် ဆင်ခြင် စီးဖြန်းပုံကို ထင်ရှားအောင်ပြဆိုပါ။

ဖြေ။ နှုတ်အားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံမှာ-အနုလုံစီးဖြန်းခြင်း၊ ပဋိလုံစီးဖြန်းခြင်းအားဖြင့် နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

(က) အစဉ်အတိုင်း စီးဖြန်းသည်ကို အနုလုံ ဆိုပါသည်။

(ခ) ပြန်လှန်၍စီးဖြန်းသည်ကို ပဋိလုံဆိုပါသည်။

- ၁။ ကေသာ၊လောမာ၊နခါ၊ဒန္တာ၊တစော။
- ၂။ မံသံ၊နာရ၊အဋ္ဌ၊အဋ္ဌမိဉ္ဇ၊ဝက္ကံ။
- ၃။ ဟဒယံ၊ ယကနံ၊ ကိလောမကံ၊ပိဟကံ၊ပပ္ပာသံ။
- ၄။ အန္တိ၊အန္တဂုဏံ၊ဥဒရိယံ၊ ကရီသံ၊မတ္ထလုဂ်။
- ၅။ ပိတ္တံ၊သေမှံ၊ပုဗ္ဗေ၊လောဟိတံ၊သေဒေါ၊မေဒေါ။
- ၆။ အဿု၊ဝသာ၊ ခေဠော၊ သိဃံ၊ဏိကာ၊ လသိကာ၊ မုတ္တံ။
- ၁။ ဆံပင်၊မွေးညှင်း၊ ခြေသည်း လက်သည်း၊ သွား၊ အရေထူ-အရေပါး။
- ၂။ အသား၊အကြော၊အရိုး၊ရိုးတွင်းခြင်ဆီ၊အညှို့။
- ၃။ နှလုံး၊အသည်း၊အမြေး၊အဖျဉ်း၊အဆုတ်။

- ၄။ အူမ, အူသိမ်, အစာ သစ်, အစာ ဟောင်း,
ဦးနှောက်။
- ၅။ သည်းခြေ, သလိပ်, ပြည်, သွေး, ချွေး, အဆီခဲ။
- ၆။ မျက်ရည်, ဆီကြည်, တံတွေး, နှပ်, အစေး, ကျင်ငယ်။
- ဤသည်ကား အနုလုံအားဖြင့် စီးဖြန်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။
- ၁။ မုတ္တံ၊ လသိကာ၊ သိဃာဏိကာ၊ ခေဠော၊ ဝသ၊
အဿု။
- ၂။ မေဒေါ၊ သေဒေါ၊ လောဟိတံ၊ ပုဗ္ဗော၊ သေမှံ၊ ပိတ္တံ။
- ၃။ မတ္တလုဂ်၊ ကရိသံ၊ ဥဒရိယံ၊ အန္တဂုဏံ၊ အန္တံ။
- ၄။ ပပ္ဖာသံ၊ ပိဟကံ၊ ကိလောမကံ၊ ယကနံ၊ ဟဒယံ။
- ၅။ ဝက္ကံ၊ အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ၊ အဋ္ဌိ၊ နှာရ၊ မံသံ။
- ၆။ တစော၊ ဒန္တာ၊ နခါ၊ လောမာ၊ ကေသာ။
- ၁။ ကျင်ငယ်, အစေး, နှပ်, တံတွေး, ဆီကြည်,
မျက်ရည်။
- ၂။ အဆီခဲ, ချွေး, သွေး, ပြည်, သလိပ်, သည်းခြေ။
- ၃။ ဦးနှောက်, အစာဟောင်း, အစာသစ်, အူသိမ်,
အူမ။
- ၄။ အဆုတ်, အဖျဉ်း, အမြေး, အသည်း, နှလုံး။
- ၅။ အညှို့, ရိုးတွင်းခြင်ဆီ, အရိုး, အကြော, အသား။
- ၆။ အရေထူ-အရေပါး, သွား, ခြေသည်း လက်သည်း,
အမွေး, ဆံပင်။
- ဤသည်ကား ပဋိလုံအားဖြင့် စီးဖြန်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မေး။ နှုတ်ဖြင့်စီးဖြန်းရာ၌ ကေသာ၊ လောမာ စသော ပါဠိဘာသာဖြင့်စီးဖြန်းခြင်း၊ မြန်မာလူမျိုးဖြစ်သော အတိုင်း-ဆံပင်၊ အမွှေး စသော မြန်မာဘာသာဖြင့် စီးဖြန်းခြင်း၊ ဤနည်းနှစ်မျိုးတို့တွင် အဘယ်နည်းကို သာလွန် ကောင်းမြတ်သည်-ဟု ဆိုပါမည်နည်း။

ဖြေ။ မြန်မာလူမျိုးဖြစ်သော အတိုင်း-ဆံပင်၊ အမွှေး-စသော မြန်မာဘာသာဖြင့် စီးဖြန်းသောနည်းကို ထင်မြင်လွယ်သောကြောင့် သာလွန်ကောင်းမြတ်သည်-ဟူ၍ ပညာရှိဆရာကြီးများ မိန့်ဆိုတော်မူကြပါသည်။

မေး။ စိတ်ဖြင့်စီးဖြန်းပုံသဘောကို ဘော်ထုတ်ပြဆိုပါ။

ဖြေ။ ကောဋ္ဌာသ ၃၂-ပါးတို့ကို အနုလုံ၊ ပဋိလုံအားဖြင့် နှုတ်တက်ရှုရှုစီးဖြန်းခြင်းကိစ္စနိုင်နင်းသောအခါ နှုတ်ဖြင့်ရှုတ်ဆိုစီးဖြန်းမှုကိုပယ်ထား၍ တည်ကြည်သော စိတ်ဖြင့် ကောဋ္ဌာသတို့ကို ထင်မြင်အောင် စီးဖြန်းရပါသည်။ ဤသည်ကား စိတ်ဖြင့် စီးဖြန်းပုံသဘောဖြစ်ပါသည်။

မေး။ နှုတ်ဖြင့်ရှုတ်ဆိုစီးဖြန်းမှုကို အပိုသက်သက်ဖြစ်မည်-ဟုဆိုခြင်းငှါ မထိုက်ပါလော။

ဖြေ။ ထိုသို့ဆိုခြင်းငှါ မထိုက်ပါ။ နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆို၍ စီးဖြန်းခြင်းသည် စိတ်ဖြင့်စီးဖြန်းခြင်းကို ထင်လွယ်မြင်လွယ်အောင် ကျေးဇူးပြုပါသည်။ စိတ်ဖြင့် စီးဖြန်းခြင်းသည် အသုဘ သဘောလက္ခဏာ ထင်ရှားအောင် ကျေးဇူးပြုပါသည်။

မေး။ ကျမ်းဂန်အကိုးအကားကိုပြဆိုနိုင်ကတော်ပြပါ။

ဖြေ။ ဝစသာ သဇ္ဈာယော ဟိ မနသာသဇ္ဈာယဿ ပစ္စယော ဟောတိ၊ မနသာ သဇ္ဈာယော လက္ခဏာ ပဋိဝေဓဿ ပစ္စယောဟောတိ။

ဟိ၊ စင်စစ်ကေန တကယ်မှန်၏။ ဝစသာ သဇ္ဈာယော၊ နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆို သရဇ္ဈာယ်ခြင်းသည်။ မနသာ သဇ္ဈာယဿ၊ စိတ်ဖြင့်စီးဖြန်းသရဇ္ဈာယ်မှုအား။ ပစ္စယော၊ ကျေးဇူးပြုနိုင်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ မနသာသဇ္ဈာယော၊ စိတ်ဖြင့်စီးဖြန်းသရဇ္ဈာယ်မှုသည်။ လက္ခဏာပဋိဝေဓဿ၊ အသုဘလက္ခဏာကို ကောင်းစွာ ထင်မြင် ပေါက်ရောက်ခြင်းငှါ။ ပစ္စယော၊ ကျေးဇူးပြုနိုင်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ဤသည်ကား ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာကြီး၌လာသော ပါဠိအထောက်အထားဖြစ်ပါသည်။

မေး။ ဆံပင်ဟူသော ကောဋ္ဌာသအစု၌ ဥဂ္ဂဟကောသလ္လဟု ဆိုအပ်သော ဆင်ခြင်ရှုစားနည်း ခုနစ်ပါးတို့ဖြင့် ရှုစားဆင်ခြင်ပုံကို ဘော်ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ “ကေသာ-ကေသာ၊ ဆံပင်-ဆံပင်” ဤကဲ့သို့ ရှုတ်ဆိုစီးဖြန်းသည်ကို နှုတ်ဖြင့် ရှုတ်ဆိုစီးဖြန်းသည်ဟု ခေါ်ပါသည်။

၂။ နှုတ်ဖြင့်မရှုတ်ဘဲ စိတ်ထဲက “ဆံပင်-ဆံပင်”ဟု အာရုံစိုက်၍ စီးဖြန်းမှုကို စိတ်ဖြင့် စီးဖြန်းသည်ဟု ခေါ်ပါသည်။

၃။ ဆံပင်သည် ပျိုသောသူတို့၌ မည်းနက်၏၊ အိုသောသူတို့၌ဖြူ၏၊ ဤသို့စီးဖြန်းမှုကို အဆင်းအားဖြင့် စီးဖြန်းသည်ဟု ဆိုပါသည်။

- ၄။ ဆံပင်သည် ရှည်သွယ် ပြောပျောင်း၏။ မြင်းခြီးသဏ္ဌာန်၊ ကြိုးနက်သဏ္ဌာန်ရှိ၏။ ဤသို့စီးဖြန်းမှုကို သဏ္ဌာန်အားဖြင့် စီးဖြန်းသည်ဟု ဆိုပါသည်။
- ၅။ လူတို့၏ကိုယ်မှာချက်ကိုဗဟိုထား၍ ဟေဋ္ဌမကာယ-အောက်ကိုယ်၊ ဥပရိမကာယ-အထက်ကိုယ်၊ ဤကိုယ်နှစ်မျိုးတို့တွင် ဆံပင်သည် အထက်ကိုယ်၌ပေါက်ရောက်၏။ ဤကဲ့သို့စီးဖြန်းမှုကို အရပ်ဒေသအားဖြင့် စီးဖြန်းသည်ဟုဆိုပါသည်။
- ၆။ ဆံပင်သည် စိုစွတ်သောဦးခေါင်းရေ၌ ပေါက်၏။ ဤကဲ့သို့ စီးဖြန်းမှုကို တည်ရာဌာနအားဖြင့် စီးဖြန်းသည်ဟုဆိုပါသည်။
- ၇။ ဆံပင်သည် လူတို့၏ကိုယ်၌ အသီးအခြား ဖြစ်သော ဝတ္ထုမျိုးတည်း။ ဆံပင်သည် အမွေးမဟုတ်၊ ခြေသည်း လက်သည်းမဟုတ်၊ ဤသို့ စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်မှုကို အသီးအခြား ပိုင်းခြား ဝေဖန်သောနည်းဖြင့် စီးဖြန်းသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဤသည်ကား ဆံပင်တခု၌ ဥက္ကဟကောသလ္လဟုဆိုအပ်သော ဆင်ခြင်ရှုစားနည်း ၇-ပါးတို့ဖြင့် ရှုစားဆင်ခြင်ပုံဖြစ်ပါသည်။ ကောဋ္ဌာသ တခုတခုမှာဤနည်းအတိုင်းပင် ဆင်ခြင်ရှုစားရပါသည်။

မေး။ အဘယ်အကျိုးငှါ ကောဋ္ဌာသတခုတခုမှာ နည်းပေါင်းများစွာတို့ဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် ရှုစားမှုကို ပြုရပျံ့သနည်း။

ဖြေ။ ဘာဝနာစိတ်ခိုင်မြဲလျက် အသုဘအာရုံစွဲ၍ ထင်မြင်စေခြင်းအကျိုးငှါ နည်းပေါင်းများစွာတို့ဖြင့် အကြိမ်ကြိမ်ရှုစားမှုကို ပြုရပါသည်။

မေး။ သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ကောဠာသတို့ကို ပဉ္စက၊ ဆက္ကအားဖြင့် ကျမ်းဂန်တို့၌ ဝေဘန် ပေါင်းစုပုံကိုဘော်ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ ကေသာ၊ လောမာ၊ နခါ၊ ဒန္တာ၊ တစော၊ ဤငါးပါးအစုကို တစပဉ္စကခေါ်ပါသည်။

၂။ မံသံ၊ နှာရ၊ အဋ္ဌိ၊ အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ၊ ဝက္ကံ၊ ဤငါးပါးအစုကို ဝက္ကပဉ္စကခေါ်ပါသည်။

၃။ ဟဒယံ၊ ယကနံ၊ ကိလောမကံ၊ ပိဟကံ၊ ပပ္ဖာသံ၊ ဤငါးပါးအစုကို ပပ္ဖာသပဉ္စကခေါ်ပါသည်။

၄။ အန္တိ၊ အန္တဂုဏံ၊ ဥဒရိယံ၊ ကရိသံ၊ မတ္ထလုဂံ၊ ဤငါးပါးအစုကို မတ္ထလုဂ်ပဉ္စက ခေါ်ပါသည်။

၅။ ပိတ္တံ၊ သေမှံ၊ ပုဗ္ဗော၊ လောဟိတံ၊ သေဒေါ၊ မေဒေါ၊ ဤခြောက်ပါးအစုကို မေဒဆက္က ခေါ်ပါသည်။

၆။ အဿု၊ ဝသာ၊ ခေဠော၊ သိဃာဏိကာ၊ လသိကာ၊ မုတ္တံ၊ ဤခြောက်ပါးအစုကို မုတ္တဆက္က ခေါ်ပါသည်။

ပဉ္စကလေးပါး၊ ဆက္ကနှစ်ပါး၊ အလုံးစုံ ပေါင်းလိုက်သောအခါ ကောဠာသသုံးဆယ့်နှစ်ပါးဖြစ်ပါသည်။

မေး။ သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ကောဠာသတို့တွင် ပထဝီဓာတ်နှင့်ဆိုင်သော ကောဠာသပေါင်း မည်မျှ၊

အာပေါဓာတ်နှင့်ဆိုင်သော ကောဋ္ဌာသပေါင်း
မည်မျှရှိသည်ဟု ဝေဖန်၍တော်ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ ကေသာ-အစ၊ မတ္တလုဂ်^၁ အဆုံး၊ ဆံပင်-အစ၊
ဦးနှောက်- အဆုံး၊ ဤကောဋ္ဌာသ နှစ်ဆယ်
ကို ပထဝီ ဓာတ်နှင့် ဆိုင်သောကြောင့် ပထဝီ
ကောဋ္ဌာသ ခေါ်ပါသည်။

၂။ ပိတ္တံ-အစ၊ မုတ္တံအဆုံး၊ သည်းခြေ-အစ၊ ကျင်
ငယ်အဆုံး၊ ဤကောဋ္ဌာသ ၁၂-ပါးကို အာပေါ
ဓာတ်နှင့်ဆိုင်သောကြောင့် အာပေါကောဋ္ဌာသ
ခေါ်ပါသည်။

မေး။ သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ကောဋ္ဌာသတို့၌ ကမ္မဇ၊
စိတ္တဇ၊ ဥတုဇ၊ အာဟာရဇအားဖြင့် ခြားနားပုံကို
တော်ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ အစာသစ်၊ အစာဟောင်း၊ ပြည်၊ ကျင်ငယ်၊ ဤ
ကောဋ္ဌာသ လေးပါးတို့ကို ဥတု သက်သက်
ကြောင့် ဖြစ်သောကြောင့် ဥတုဇ-ဟု ခေါ်ဆိုရ
ပါသည်။

၂။ ချွေး၊ တံတွေး၊ အဆီခဲ၊ နှပ်၊ ဤလေးပါးသော
ကောဋ္ဌာသတို့ကို စိတ်၊ ဥတု နှစ်ပါးတို့ကြောင့်
ဖြစ်သောကြောင့် စိတ္တောတုဇ-ဟု ခေါ်ဆိုရပါ
သည်။

၃။ ဆိုပြီးသည်မှ ကြွင်းသော ကောဋ္ဌာသ ၂၄-ပါး
တို့ကို ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ၊ ဤအကြောင်း
တရား လေးပါး တို့ကြောင့် ဖြစ်သောကြောင့်
စတုဇ-ဟု ခေါ်ဆိုရပါသည်။

မေး။ ဤသုံးဆယ့်နှစ်ပါးသော ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်း
ကို အဘယ်စရိုက် လွန်ကဲသော ပုဂ္ဂိုလ်များ စီး
ဖြန်းထိုက်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ မိမိကိုယ်၌ သာယာသောပုဂ္ဂိုလ်၊
၂။ သူတပါးတို့ကိုယ်၌ သာယာသောပုဂ္ဂိုလ်၊
၃။ ကာမဂုဏ်၌ သာယာသောပုဂ္ဂိုလ်၊
ဤကဲ့သို့ သာယာ တပ်မက်သော ရာဂစရိုက် လွန်ကဲ
သောပုဂ္ဂိုလ်များ စီးဖြန်းထိုက်ပါသည်။

မေး။ ဤကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်း ဆင်ခြင်ရာ
အဘယ်သို့သော အကျိုးထူးများ ဆိုက်ရောက်
လာပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ မိမိကိုယ်၌သာယာခြင်း၊
၂။ သူတပါးတို့ကိုယ်၌သာယာခြင်း၊
၃။ ကာမဂုဏ်တို့၌သာယာခြင်း၊

ဤသာယာတပ်မက်ခြင်းများ ကင်းပျောက်၍ ဝိရာဂ
ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်သို့ရောက်နိုင်သောအကျိုးထူးရှိပါသည်။

မေး။ ဤကိုယ်ထဲမှာအရိုးပေါင်း မည်မျှရှိပါသနည်း။

ဖြေ။ လက်ရိုး		၆၄။
ခြေရိုး		၆၄။
အရိုးနု		၆၄။
ခြေဖနောင့်ရိုး		၂။
ခြေဖမျက်ရိုး		၄။
မြင်းခေါင်းရိုး		၄။
ဒူးပုဆစ်ရိုး		၂။

ပေါင်ရိုး		၂။
ခါးရိုး		၂။
ကျောက်ကုန်းရိုး		၁၀။
နံရိုး		၂၄။
ရင်ရိုး		၁၄။
နှလုံးရိုး		၁။
ညှပ်ရိုး		၂။
လက်ပြင်ရိုး		၂။
လက်ရုံးရိုး		၂။
လက်ဖျန်ရိုး		၄။
လည်ကုပ်ရိုး		၇။
မေးရိုး		၂။
နှာခေါင်းရိုး		၁။
မျက်ကွင်းရိုး		၂။
နားရိုး		၂။
နဖူးရိုး		၁။
ထိပ်ရိုး		၁။
ဦးခေါင်းခွံရိုး		၉။

အားဖြင့် ဤကိုယ်ထဲမှာ အရိုးပေါင်း...၃၀၀ ရှိသည်။

မေး။ နှလုံး အတွင်း၌ တည်သော နှလုံးသွေးသည် အဘယ်သို့ အဆင်းရှိပါသနည်း။

ဖြေ။၁။ ရာဂများသူမှာ နီပါသည်။

၂။ ဒေါသများသူမှာနက်ပါသည်။

၃။ မောဟများသူမှာ အသားကိုဆေးသောရေနှင့် တူပါသည်။

၄။ ဝိတက်များသူမှာ ကုလားပဲပြိတ်ရည်နှင့် တူပါသည်။

၅။ သဒ္ဓါများသောသူမှာ ဝါပါသည်။

၆။ ပညာများသူမှာ ပတ္တမြားကဲ့သို့ ပြီးပြီးပြန်ပြန် အရောင်တလက်လက်ရှိပါသည်။

ထိုမှတစ်ပါး ဝေဒနာအားဖြင့်-

၁။ သောမနဿ ဝေဒနာများသောသူမှာ နီမြန်းပါသည်။

၂။ ဒေါမနဿ ဝေဒနာများသောသူမှာ မည်းနက်ပါသည်။

၃။ ဥပေက္ခာ ဝေဒနာများသူမှာ နှမ်းဆီရောင်ကဲ့သို့ ရှိပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်...၁။ နီမြန်းရာဂ၊ ဒေါသမည်းငြား၊ သားဆေးမောဟ၊
တက္ကဗဲရည်၊ ဝါကြည်သဒ္ဓါ၊ ပညာပြီးပြန်၊
ဇောတမျက်သို့၊ ထိန်လျက်ရောင်လျှံထင်သတည်း။

၂။ သောမနဿ၊ နီမြန်းလှ၏၊ ဒေါသမည်းစွာ၊
ဥပေက္ခာမူ၊ နှမ်းဆီတူဟု၊ နုတ်ယူတနည်း ကျမ်း
လာတည်း။

မေး။ စားမျိုအပ်သော အစာသစ်သည် ဝမ်းတွင်းသို့
ရောက်သောအခါ အဘယ်သို့ဖြစ်လေပါသနည်း။

ဖြေ။ မျိုအပ်သော အစာသစ်ကို ငါးပုံပုံ၍-

၁။ တပုံကို ကိုယ်တွင်း၌ ရှိသော ပိုးများ စားကြပါသည်။

၂။ တပုံကို ဝမ်းတွင်းဓာတ်မီး လောင်ပါသည်။

၃။ တပုံကား ကျင်ကြီးဖြစ်ပါသည်။

၄။ တပုံကား ကျင်ငယ်ဖြစ်ပါသည်။

၅။ တပုံကား အသားအသွေးဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်...ဝိုးစားလောင်မီး၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်၊ တသွယ်
သွေးသား၊ ဖြစ်လေငြားသည်။ ။ငါးပါးအစာ
ဝေတည်း။

မေး။ အဘယ်ဝတ္ထုများသည် တကိုယ်လုံးပျံ့နှံ့၍ တည်
ပါသနည်း။

ဖြေ။ ဣတ္ထိဘော၊ ပုဗ္ဗော-ဟု ဆိုအပ်သော ဘာဝရုပ်
နှစ်ခု၊ ကာယပဿာဒရုပ်တခု၊ သွား၍နေသောသွေး၊ ရုပ်
ဇီဝိတိန္ဒြေ၊ အဗဒ္ဓသည်းခြေ၊သုက်၊ ဤခြောက်ပါးတို့သည်
ဆံပင်စသော အသားမဟုတ်သည့် ဝတ္ထုများကို ချန်၍
ဟကိုယ်လုံးပျံ့နှံ့၍တည်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်...၁။ဘော-ပဿာဒ-လောဟိတ၊ဇီဝ-သည်းခြေ-သုက်။

၂။ ကိုယ်လုံးနှံ့ဖြာတည်နေရာ၊ကျမ်းလာမှန်သမုတ်။

မေး။ ဤပဋိကူလ မနသိကာရပိုင်း၌ ရုပ်၊နာမ် နှစ်ပါး
ခွဲဝေပြီးလျှင် ဝိပဿနာ တင်ကာ အဘယ်သို့
ဆင်ခြင်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။၁။ ဆံပင်-အစရှိသော ကောဠာသ သုံးဆွဲနှစ်
ပါးတို့သည် ရုပ်တရားဖြစ်ကြပါသည်။

၂။ ထိုကောဠာသတို့ကို ဆင်ခြင်သော သတိသည်
နာမ်တရားဖြစ်ပါသည်။

ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရား များသည်—

၁။ ခဏခဏ ပျက်စီးခြင်း အနိစ္စသဘော၊

၂။ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်း တို့နှင့် မကင်းသော ဒုက္ခသဘော၊

၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော အမှန်ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသို့ ရုပ်၊ နာမ် နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဂိယသနာတင်၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

ပဋိကူလမနသိကာရပိုင်းပြီး၏။

၇-ကာယာနုပဿနာ ဓာတုမနသိကာရပိုင်း

မေး။ ဤကိုယ်ကာယကြီး၌ ဓာတ်အားဖြင့် အဘယ်သို့ရှုဆင်ခြင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ဤကိုယ်ကြီးမှာပထဝီဓာတ်၊ အာပေါဓာတ်၊ တေဇောဓာတ်၊ ဝါယောဓာတ်အားဖြင့် ဓာတ်လေးပါးရှိသည်ဟူ၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

မေး။ ဓာတ်လေးပါးတို့၏ သဘောလက္ခဏာများကို ထင်ရှားအောင်တော်ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ ပထဝီခေါ်သော မြေဓာတ်သည် ခက်မာခြင်း သဘောရှိပါသည်။

၂။ အာပေါခေါ်သောရေဓာတ်သည် ဖွဲ့စေးယိုစီးခြင်း သဘောရှိပါသည်။

၃။ တေဇောခေါ်သောမီးဓာတ်သည်ပူခြင်း၊ အေးခြင်း၊ လောင်မြိုက်ရင့်ရော်စေခြင်း သဘောရှိပါသည်။

၄။ ဝါယော ခေါ်သော လေဓာတ်သည် လှုပ်ရှား၊
ထောက်ကန်ခြင်းသဘောလက္ခဏာ ရှိပါသည်။
မေး။ ဤကိုယ်တွင်း၌ဓာတ်လေးပါးတို့ကို အဘယ်သို့
ဝေဘန်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ ၁။ ဤကိုယ်တွင်း၌ပြဆိုခဲ့သော ကောဠာသ သုံး
ဆယ့်နှစ်ပါးတို့တွင် ဆံပင်အစ ဦးနှောက်
အဆုံးရှိသော ဝတ္ထုနှစ်ဆယ်တို့ကိုပထဝီဓာတ်
အစုဟူ၍ ဝေဘန်ရပါသည်။

၂။ သည်းခြေ အစ ကျင်ငယ်အဆုံးရှိသော ဝတ္ထု
တဆယ့်နှစ်ပါးတို့ကိုအာပေါဓာတ်အစု ဟူ၍
ဝေဘန်ရပါသည်။

မေး။ တေဇောဓာတ်အပြားဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း။

ဖြေ ၁။ အဖျားတက်ခြင်းစသည်ကို ဖြစ်စေတတ်သော
သန္တပ္ပနတေဇော၊

၂။ ဆံဖြူခြင်းမှစ၍ အိုရုပ်ပေါ်စေတတ်သော ဇီရ
ဏတေဇော၊

၃။ အဖု၊ အကျိတ်စသည်ထွက်အောင် ပူလောင်
ခြင်း စသည်ကို ဖြစ်စေတတ်သော ဒါဟ
တေဇော၊

၄။ အစာကို ကြေကျက်စေနိုင်သော ပါစက တေ
ဇော၊

မေး။ ဝါယောဓာတ်အပြား ဘယ်နှစ်ပါး ရှိပါ
သနည်း။

ဖြေ ၁။ အထက်သို့ဆန်တက်သော ဥဒ္ဓင်္ဂမလေ၊
 ၂။ အောက်သို့စုံဆင်းသော အဓောဂမလေ၊
 ၃။ ဝမ်းတွင်း၌ တည်ရှိနေသော ကုစ္ဆိဋ္ဌလေ၊
 ၄။ အူတွင်း၌တည်သော ကောဋ္ဌာသယလေ၊
 ၅။ အင်္ဂါကြီးငယ်သို့ အစဉ်လျှောက်၍ နေသော
 အင်္ဂမင်္ဂါနုသာရီလေ၊

၆။ ထွက်သက်လေ၊ ဝင်သက်လေ၊
 ဤသို့အားဖြင့် ဝါယောဓာတ်ခြောက်ပါးရှိပါသည်။
 မေး။ ဤကိုယ်တွင်း၌ ဓာတ်လေးပါးကို ရှုဆင်ခြင်ရာ
 အဘယ်ဥပမာဖြင့် မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား
 တော်မူပါသနည်း။

ဖြေ။ နွားသတ်ယောက်ျား ဆရာတပည့် နှစ်ဦးတို့သည်
 နွားကိုသတ်၍ လမ်းလေးခုဆုံရာအရပ်၌ အရိုး၊ အသား
 အစုအစုအားဖြင့် ခွဲခြားဝေဘန်ကာ ဆိုင်ခင်း၍ နေသော
 ဥပမာကဲ့သို့ ဤကိုယ်တွင်း၌ ရှိသောဓာတ်လေးပါးကို ပိုင်း
 ခြားဝေဘန်ကာ ရှုဆင်ခြင် ရမည်-ဟူ၍ မြတ်စွာဘုရား
 ဟောကြားတော်မူပါသည်။

မေး။ ဤဓာတုမနသိကာရပိုင်း၌ ရုပ်၊ နာမ် နှစ်ပါးခွဲဝေ
 ပြီးလျှင် ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ ဆင်ခြင်
 ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ၁။ ပထဝီ-မြေဓာတ်၊ အာပေါ-ရေဓာတ်၊ တေ
 ဇော-မီးဓာတ်၊ ဝါယော-လေဓာတ်၊ ဤဓာတ်
 လေးပါးတို့သည် ရုပ်တရားဖြစ်ကြပါသည်။
 ၂။ ထိုဓာတ်လေးပါးကို ဆင်ခြင်သောသတိသည်
 နာမ်တရားဖြစ်ပါသည်။

ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရားများသည်—

- ၁။ ခဏခဏပျက်စီးခြင်း အနိစ္စသဘော၊
 - ၂။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့နှင့်မကင်းသောဒုက္ခသဘော၊
 - ၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော
- အမှန်ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသို့ ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

ဓာတုမနသိကာရပိုင်းပြီး၏။

ဂ-ကာယာနုပဿနာ နဝသိဝထိကပိုင်း

- မေ။ သုသာန်သင်းချိုင်း၌ စွန့်ပစ်အပ်သော သူကောင် အမျိုးမျိုးကိုတွေ့မြင်ရာ ဆင်ခြင်နည်း ကိုးမျိုးကို အကျဉ်းအားဖြင့် ဘော်ပြပါ။
- ဖြေ။ ၁။ သေပြီး၍ တရက်၊ နှစ်ရက်၊ သုံးရက်ရှိသဖြင့် ဖူးဖူးရောင်ရမ်းကာ အရောင်ညိုမဲ သွေးပြည်စိုရွဲလျက် သင်းချိုင်း၌ ပစ်ထားသော သူကောင်ကို မြင်လျှင် 'ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုပင် ဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ဆင်ခြင်ရပါသည်။
- ၂။ သုသာန်၌စွန့်ပစ်အပ်သဖြင့်ကျိုး၊ စွန်၊ လင်းတ၊ ဘုမ္မတီးငှက်၊ ခွေး၊ ကျား၊ သစ်၊ မြေခွေး၊ ပိုး အမျိုးမျိုးတို့ ကိုက်ခဲအပ်သော သူကောင်ကို မြင်လျှင် ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

- ၃။ အရိုးဆက်မပြတ်သေး၊ အသားအသွေးနှင့်တကွ အကြောဆိုင်းဖွဲ့လျက် ရှိသော သူကောင်ကို မြင်လျှင် ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ ရှုဆင်ခြင်ရပါသည်။
- ၄။ အရိုးဆက် မပြတ်သေး၊ အသားမရှိ၊ သွေးအတိ လိမ်းကျံလျက် အကြောဆိုင်းဖွဲ့လျက် ရှိသော သူကောင်ကိုမြင်လျှင် ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ရှုဆင်ခြင်ရပါသည်။
- ၅။ အရိုးဆက်မပြတ်သေး၊ အသားအသွေး မူကားမရှိ၊ အကြောဆိုင်းဖွဲ့လျက်ရှိသော သူကောင်ကို မြင်လျှင် ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလို ဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။
- ၆။ အရိုးဆက်ပြတ်သဖြင့် လက်ရိုးတခြား၊ ခြေရိုးတခြား၊ ဦးနှောက်ရိုးတခြား ဖရိုဖရဲအရိုးတွေပြန့်ကြဲ၍နေသော သူကောင်ကို မြင်လျှင်ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ဆင်ခြင်ရပါသည်။
- ၇။ ခရုသင်းအသွင် ဖြူစင်သောအရိုးတို့ကို မြင်လျှင် ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။
- ၈။ သုံးမိုဃ်းလွန်ပြီး၍ ဟောင်းမြင်းသော အရိုးပုံကို မြင်သောအခါ ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုဖြစ်ရလိမ့်မည်-ဟူ၍ဆင်ရပါသည်။

၉။ ကြာရှည်ဟောင်းဆွေးသဖြင့် အမှုန့်ဖြစ်၍နေသော အရိုးတို့ကိုမြင်လျှင် ငါ၏ကိုယ်လည်း ဤလိုဖြစ်ရ လိမ့်မည်—ဟူ၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။
ဤသည်ကား သင်းချိုင်း၌ စွန့်ပစ်အပ်သောသူကောင် ကို မြင်လျှင်ဆင်ခြင်ပုံ ကိုးမျိုးဖြစ်ပါသည်။

မေး။ ကာယာနုပဿနာ ၁၇-ပါးကို ဘယ်သို့ရေတွက်ရ ပါသနည်း။

- ဖြေ။ ၁။ အာနာပါနတပါး၊
၂။ ဣရိယာ ပထတပါး၊
၃။ သမ္ပဇညတပါး၊
၄။ ပဋိကုလ မနသိကာရတပါး၊
၅။ ဓာတုမနသိကာရ တပါး၊
၆။ သီဝထိကကိုးပါး—

အားဖြင့် ကာယာနုပဿနာ ၁၇-ပါးကို ရေတွက်ရပါ သည်။

မေး။ ဤနဝသီဝထိကပိုင်း၌ ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါး ခွဲဝေပြီး လျှင် ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ ဆင်ခြင်ရပါ မည်နည်း။

- ဖြေ။ ၁။ ဖူးဖူးရောင်သော အကောင်၊ ညှိသောအ ကောင်- အစရှိသော အကောင်ပုဂံ များ သည် ရုပ်တရားဖြစ်ကြပါသည်။
၂။ ထိုအကောင်ပုဂံများကို ဆင်ခြင်သောသတိ သည် နာမ်တရားဖြစ်ကြပါသည်။

ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်၊ တရားတို့သည်—

၁။ ခဏခဏပျက်စီးခြင်း အနိစ္စသဘော၊

၂။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းတို့နှင့်မကင်းသောဒုက္ခသဘော၊

၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော
အမှန် ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသို့ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါး ခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်
ခြင်ရပါသည်။

နဝသိဝထိကပိုင်းပြီး၏။

ကာယာနုပဿနာပြီး၏။

၉-ဝေဒနာနုပဿနာ

မေး။ ဤသတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာတွင် ဝေဒနာအပြား
ဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း။

ဖြေ။ သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ၊ ဥပေက္ခာဝေဒနာ ဟူ
၍ ဝေဒနာအပြားသုံးပါးရှိပါသည်။

မေး။ ထိုဝေဒနာသုံးပါး၏ သဘော အဓိပ္ပာယ်ကို ပြ
ဆိုပါ။

ဖြေ။ ၁။ ချမ်းသာသော အနေအားဖြင့် ခံစားမှုကို
သုခဝေဒနာခေါ်ပါသည်။

၂။ ဆင်းရဲသော အနေအားဖြင့် ခံစားမှုကိုဒုက္ခ
ဝေဒနာ ခေါ်ပါသည်။

၃။ ချမ်းသာဆင်းရဲမှ လွတ်၍ လျစ်လျူရှုသော
အနေအားဖြင့် ခံစားမှုကို ဥပေက္ခာဝေဒနာ
ခေါ်ပါသည်။

မေး။ ဝေဒနာနုပဿနာဖြစ်အောင် ဘယ်သို့ ဆင်ခြင်
ပွားများရပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ သုခဝေဒနာကို ခံစားသည်ရှိသော် “ငါသည်
သုခဝေဒနာကို ခံစား၍နေ၏”။

၂။ ဒုက္ခဝေဒနာကို ခံစားသည်ရှိသော် “ငါသည်
ဒုက္ခဝေဒနာကို ခံစား၍နေ၏”။

၃။ ဥပေက္ခာ ဝေဒနာကို ခံစားသည် ရှိသော်
“ငါသည် ဥပေက္ခာဝေဒနာကို ခံစားနေရ
၏”။

ဤသို့ဝေဒနာခံစားတိုင်း၊ ခံစားတိုင်း သတိမလွတ်စေဘဲ
အမြဲသိအောင် ဆင်ခြင်မှုကို ဝေဒနာနုပဿနာ ပွားများ
သည်ဟုဆိုရပါသည်။

မေး။ ဝေဒနာ တပါးတပါးမှာ သာမိသဝေဒနာ၊ နိရာ
မိသဝေဒနာဟူ၍ နှစ်ပါး ပွားပြန်ခဲ့လေရာ သာ
မိသ၊ နိရာမိသတို့၏ သဘောကိုဘော်ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ ကာမဂုဏ် ငါးပါးနှင့် စပ်သော ဝေဒနာကို
သာမိသ ဝေဒနာခေါ်ပါသည်။

၂။ ကာမဂုဏ်ငါးပါးနှင့် မစပ်သောဝေဒနာကို
နိရာမိသ ဝေဒနာခေါ်ပါသည်။

ပထမပြဆိုခဲ့သောဝေဒနာသုံးပါးမှာ သာမိသ၊ နိရာမိသ
အားဖြင့် နှစ်ပါးစီ နှစ်ပါးစီ ပြားလေသောကြောင့်ဝေဒနာ
ခြောက်ပါး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဝေဒနာ ခြောက်ပါးတို့ကို
လည်း ခံစားရန်နှင့်တကွ သိအောင်ပြု၍ ဝေဒနာနုပဿနာ
သတိပဋ္ဌာန်ကို ပွားများရပါသည်။

မေး။ ထိုမှတစ်ပါး ဝေဒနာ နုပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မည်သို့ဆင်ခြင်ရပါသေးသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ အတွင်းသန္တာန်၌ရှိသော ဝေဒနာ၊
 ၂။ အပသန္တာန်၌ရှိသော ဝေဒနာ၊
 ၃။ အတွင်း အပသန္တာန် နှစ်ပါးစုံတို့၌ ရှိသော ဝေဒနာတို့ကိုလည်း ပြဆိုအပ်ပြီးသော နည်း အားဖြင့် ဝေဒနာဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း သတိ မလွတ်အောင် သိမ်းဆည်းကာ ဆင်ခြင်ရပါ သည်။

ထို့ပြင်လည်း—

၁။ ဝေဒနာတို့၏ဖြစ်ကြောင်းတရား၊
 ၂။ ဝေဒနာတို့၏ချုပ်ကြောင်းတရား၊
 ၃။ ဝေဒနာတို့၏ အဖြစ် အချုပ်သဘော နှစ်မျိုးစုံ တို့၏ အကြောင်းတရားများကိုလည်း ဆင်ခြင် ရပါသည်။

မေး။ ဝေဒနာ နုပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဤသို့စီးဖြန်း ပွားများသောအခါ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာဘယ်သို့ ထင်မြင်လာပါသနည်း။

ဖြေ။ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ “ခံစားတတ်သောဝေဒနာ ရှိ၏၊ ခံစားတတ်သော ဝေဒနာရှိ၏” ဟူ၍ သတိခိုင်မြဲစွာ ဖြစ်ပေါ်၍လာပါသည်။ ထိုသို့ သတိခိုင်မြဲ၍လာသောအခါ—

၁။ အဆင့်ဆင့် ဝေဒနာ နုပဿနာဉာဏ် ထက်သန် ခြင်းအကျိုး၊

၂။ အဆင့်ဆင့် ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ခိုင်ခံ့
စွာ ကြီးပွားခြင်း အကျိုးများ ဖြစ်ပေါ်လာပါ
သည်။

ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် တစုံတရာ တွယ်တာခြင်းမရှိဘဲ
လောက၌စွဲလမ်းခြင်း အမျိုးမျိုးကင်းပြတ်၍ သွားပါသည်။

မေး။ ဤဝေဒနာ နုပဿနာပိုင်း၌ ရုပ်,နာမ် နှစ်ပါး
ခွဲဝေပြီးလျှင် ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့
ဆင်ခြင်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ သုခဝေဒနာ, ဒုက္ခဝေဒနာ, ဥပေက္ခာဝေဒနာ၊
ဤဝေဒနာသုံးပါးသည်နာမ်တရားဖြစ်ပါသည်။

၂။ ထိုဝေဒနာတို့ကို ဆင်ခြင်သော သတိသည်
လည်းနာမ်တရားပင်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုနာမ်တရားများသည်—

၁။ ခဏခဏပျက်စီးခြင်း အနိစ္စသဘော၊

၂။ ဖြစ်ခြင်း, ပျက်ခြင်းတို့နှင့် မကင်းသော-ဒုက္ခ
သဘော၊

၃။ အလိုသို့မလိုက်အစိုးမရသော အနတ္တသဘော
အမှန်ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသို့ရုပ်,နာမ် နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်
ခြင်ရပါသည်။

ဝေဒနာနုပဿနာပြီး၏။

၁၀-စိတ္တာနုပဿနာ

- မေး။ အဘယ့်ကြောင့် စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန် ဆိုပါသနည်း။
- ဖြေ။ သတိဖြင့် စိတ်ကိုသိမ်းဆည်းကာ ဆင်ခြင်သော ကြောင့် စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ခေါ်ဆိုပါသည်။
- မေး။ စိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဖြစ်အောင် မည်သို့ ပွားများရပါသနည်း။
- ဖြေ။ တပ်မက်သော ရာဂစိတ်ဖြစ်သောအခါ တပ်မက်သော ရာဂစိတ်ဖြစ်နေသည်ဟု သိအောင် ပြုရပါသည်။
- ၂။ တပ်မက်ခြင်း ကင်းသော ဝီတရာဂစိတ် ဖြစ်သောအခါ တပ်မက်ခြင်းကင်းသော ဝီတရာဂစိတ်ဖြစ်နေသည်ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၃။ အမျက်ထွက်သော ဒေါသစိတ် ဖြစ်သောအခါ အမျက်ထွက်သော ဒေါသစိတ် ဖြစ်နေသည်ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၄။ အမျက်ထွက်ခြင်း ကင်းသော ဝီတဒေါသစိတ် ဖြစ်သောအခါ အမျက်ထွက်ခြင်း ကင်းသော ဝီတဒေါသစိတ် ဖြစ်နေသည်ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၅။ တွေဝေသော မောဟစိတ်ဖြစ်သောအခါ တွေဝေသောမောဟစိတ်ဖြစ်နေသည်-ဟုသိအောင် ပြုရပါသည်။

- ၆။ တွေဝေခြင်း ကင်းသော ဝိတမောဟ စိတ်ဖြစ်သောအခါ တွေဝေခြင်းကင်းသော ဝိတမောဟစိတ်ဖြစ်နေသည်-ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၇။ တွန့်သော သံခိတ္တစိတ် ဖြစ်သောအခါ တွန့်သောသံခိတ္တစိတ် ဖြစ်နေသည်-ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၈။ ပျံ့လွင့်သောဝိက္ခိတ္တစိတ်ဖြစ်သောအခါ ပျံ့လွင့်သော ဝိက္ခိတ္တစိတ်ဖြစ်နေသည်-ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၉။ မြတ်သောအဖြစ်သို့ ရောက်သော မဟဂ္ဂုတ်စိတ်ဖြစ်သောအခါ မြတ်သောအဖြစ်သို့ ရောက်သောမဟဂ္ဂုတ်စိတ် ဖြစ်နေသည်ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၁၀။ မြတ်သော အဖြစ်သို့ မရောက်သော အမဟဂ္ဂုတ်စိတ် ဖြစ်သောအခါ မြတ်သောအဖြစ်သို့မရောက်သောအမဟဂ္ဂုတ်စိတ်ဖြစ်နေသည်-ဟုသိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၁၁။ မိမိထက်လွန်မြတ်သော တရားရှိသောသဉ္စတ္တရစိတ်ဖြစ်သောအခါ မိမိထက် လွန်မြတ်သော တရားရှိသော သဉ္စတ္တရစိတ်ဖြစ်နေသည်-ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။
- ၁၂။ မိမိထက် လွန်မြတ်သော လောကီ တရားမရှိသောအနုတ္တရ စိတ်ဖြစ်သောအခါ မိမိထက် လွန်မြတ်သော လောကီ တရား မရှိသော

အနုတ္တရစိတ်ဖြစ်နေသည်-ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။

၁၃။ တည်ကြည်သော သမာဟိတစိတ် ဖြစ်သော အခါတည်ကြည်သော သမာဟိတစိတ်ဖြစ်နေသည်-ဟုသိအောင်ပြုရပါသည်။

၁၄။ မတည်ကြည်သောအသမာဟိတစိတ်ဖြစ်သော အခါ မတည်ကြည်သော အသမာဟိတစိတ် ဖြစ်နေသည်-ဟုသိအောင်ပြုရပါသည်။

၁၅။ ကိလေသာမှ လွတ်သော ဝိမုတ္တစိတ်ဖြစ်သော အခါ ကိလေသာမှ လွတ်သော ဝိမုတ္တစိတ် ဖြစ်နေသည်-ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။

၁၆။ ကိလေသာမှ မလွတ်သော အဝိမုတ္တစိတ်ဖြစ်သောအခါ ကိလေသာမှမလွတ်သောအဝိမုတ္တစိတ်ဖြစ်နေသည်ဟု သိအောင်ပြုရပါသည်။

မေး။ ထိုမှတပါး စိတ္တာနုပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မည်သို့ဆင်ခြင်ရပါသေးသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ အတွင်းသန္တာန်၌ရှိသောစိတ်၊
 ၂။ အပသန္တာန်၌ရှိသောစိတ်၊
 ၃။ အတွင်းအပ သန္တာန်နှစ်ပါး၌ဖြစ်သော စိတ်တို့ကို ပြဆိုခဲ့ပြီးသော နည်းအားဖြင့် စိတ်ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း သတိဖြင့် မလွတ်အောင် သိမ်းဆည်းကာဆင်ခြင်ရပါသည်။

ထို့ပြင်လည်း—

- ၁။ စိတ်တို့၏ဖြစ်ပုံ၊
- ၂။ စိတ်၏ချုပ်ပုံ၊
- ၃။ စိတ်တို့၏ ဖြစ်ပုံ၊ ချုပ်ပုံ နှစ်ပါးတို့ကို သတိဖြင့် သိမ်းဆည်း၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

မေး။ ဝိတ္တာနုပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဤသို့ စီးဖြန်း ပွားများသောအခါ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဘယ် သို့ထင်မြင်လာပါသနည်း။

ဖြေ။ ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်မှာ- “အာရုံကို သိတတ် သောစိတ်ရှိ၏” ဟူ၍ သတိခိုင်မြဲစွာ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ ထိုသို့သတိခိုင်မြဲ၍ လာသောအခါ—

- ၁။ ဝိတ္တာနုပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့် ရင့်သန်ခြင်း အကျိုး၊
- ၂။ ဝိတ္တာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ခိုင်မြဲ၍ ကြီးပွားခြင်း အကျိုးများဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

ထိုယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် တစုံတရာတွယ်တာ ငြိကပ်ခြင်း မရှိဘဲ လောက၌စွဲလမ်းခြင်းအမျိုးမျိုး ကင်းပျောက်သွား ပါသည်။

မေး။ ဤဝိတ္တာ နုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်၌ ရုပ်နာမ် နှစ် ပါးခွဲဝေပြီးလျှင် ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ ဆင်ခြင်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ၁။ တပ်မက်သော သရာဂစိတ်၊ တပ်မက်ခြင်း ကင်း သော ဝီတရာဂစိတ်၊ ဤသို့ဟောတော်မူအပ် သော စိတ်တို့သည် နာမ်တရားဖြစ်ကြပါသည်။

၂။ ထိုစိတ်တို့ကို ဆင်ခြင်သော သတိသည်လည်း
နာမ်တရားပင်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုနာမ်တရားတို့သည်—

၁။ ခဏခဏပျက်စီးတတ်သော အနိစ္စသဘော၊

၂။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းမကင်းသော ဒုက္ခသဘော၊

၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော
အမှန်ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသို့ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ဆင်ခြင်
ရပါသည်။

စိတ္တာနုပဿနာပြီး၏။

၁၁-ဓမ္မာနုပဿနာ နိဝရဏပိုင်း

မေး။ အဘယ့်ကြောင့် ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်ဆို
ပါသနည်း။

ဖြေ။ အထွေထွေသောတရားတို့ကို သတိဖြင့် သိမ်း
ဆည်း၍ ဆင်ခြင်သောကြောင့် ဓမ္မာနုပဿနာ သတိပဋ္ဌာန်
ခေါ်ဆိုပါသည်။

မေး။ ဤဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်၌ အဘယ်တရား
များကို ဆင်ခြင်ပါသနည်း၊ ပါဠိတော်လာရှိ
သည်အတိုင်းဖြေဆိုပါ။

ဖြေ။ ဤဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်၌—

၁။ နိဝရဏတရားငါးပါး၊

၂။ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး၊

၃။ အာယတနတဆယ့်နှစ်ပါး၊

၄။ ဗောဇ္ဈင်္ဂ ခုနစ်ပါး၊
 ၅။ သစ္စာလေးပါး၊
 ဤတရားများကို သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်နည်း အ
 တိုင်းဆင်ခြင်ရပါသည်။

မေး။ နိဝရဏတရားဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း၊ သရုပ်
 နှင့်တကွဖြေဆိုပါ။

ဖြေ။ ကာမစ္ဆန္တနိဝရဏ၊ ဗျာပါဒနိဝရဏ၊ ထိနမိဒ္ဓ
 နိဝရဏ၊ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စနိဝရဏ၊ ဝိစိကိစ္ဆာနိဝရဏ အားဖြင့်
 နိဝရဏ တရားငါးပါးရှိပါသည်။

မေး။ အဘယ်ကြောင့် နိဝဏ္ဏခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ပိတ်ပင် ကန့်ကွက် တားဆီးတတ်သောကြောင့်
 နိဝရဏခေါ်ပါသည်။

မေး။ နိဝရဏငါးပါးတို့၏သဘောကို အမြဲတမ်း ပြ
 ဆိုပါ။

ဖြေ။ ၁။ ကာမဂုဏ်ငါးဖြာ၌ အာသာငန်းငန်း စွဲလမ်း
 တပ်မက်သော လောဘကို ကာမစ္ဆန္တ နိဝရဏ
 ခေါ်ပါသည်။

၂။ ပျက်စီးစေချင်သောဒေါသကို ဗျာပါဒ နိဝရဏ
 ခေါ်ပါသည်။

၃။ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိ အိပ်ငိုက်ခြင်းသဘောကို ထိန
 မိဒ္ဓနိဝရဏခေါ်ပါသည်။

၄။ စိတ်မတည်တံ့ဘဲပျံ့လွင့်ခြင်း၊ နောင်တဖန်ပူပန်
 ခြင်းသဘောကို ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စ နိဝရဏ ခေါ်ပါ
 သည်။

၅။ စိတ်မဆုံးဖြတ်နိုင်ဘဲသို့လောသို့လောတွေးတော
ယုံမှားခြင်းသဘောကို ဝိစိကိ ဣနိဝရဏ ခေါ်
ပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာ နည်းအားဖြင့် နိဝရဏ
တရားတို့ကိုဘယ်သို့ဆင်ခြင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ မိမိသန္တာန်၌ ကာမစွန္ဒရှိလျှင် ရှိနေသည်-ဟူ
၍ သိအောင်ပြုခြင်း၊

၂။ မရှိလျှင်မရှိ-ဟူ၍ သိအောင်ပြုခြင်း၊

၃။ မဖြစ်သေးသောကာမစွန္ဒဖြစ်ပေါ်လာလျှင် ဖြစ်
ပေါ်မှုကို သိအောင်ပြုခြင်း၊

၄။ ဖြစ်ပြီးသော ကာမစွန္ဒကိုပယ်လျှင် ပယ်ပြီးပြီ-
ဟုသိအောင်ပြုခြင်း၊

၅။ ပယ်ပြီးသောကာမစွန္ဒသည် နောင်တဖန်ပေါ်
နိုင်ရန်သဘောမရှိဘဲ ချုပ်ငြိမ်းခဲ့လျှင် ထိုချုပ်
ငြိမ်းမှုကို သိအောင်ပြုခြင်း၊

ကာမစွန္ဒနိဝရဏကို သတိဖြင့် ဤသို့ သိမ်းဆည်းကာ
ဆင်ခြင်ရပါသည်။

[ကျန်သော နိဝဏ္ဏတရား ငါးပါးတို့၌လည်း ဤနည်းကို
ပြု၍ အဖြေထုတ်လေ။]

နိဝရဏပိုင်းပြီး၏။

၁၂-ဓမ္မာနုပဿနာ ခန္ဓာပိုင်း

မေး။ ခန္ဓာဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း။

ဖြေ။ ရူပက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနာက္ခန္ဓာ၊ သညာက္ခန္ဓာ၊
သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏက္ခန္ဓာ-ဟူ၍ ခန္ဓာငါးပါးရှိပါသည်။

ထိုခန္ဓာငါးပါးကိုပင်လျှင် ဥပါဒါန်တရားတို့၏ စွဲလမ်းရာ အာရုံဖြစ်သောကြောင့် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာခေါ်ပါသည်။

မေး။ ခန္ဓာငါးပါးကို တရားကိုယ် အားဖြင့် ခန္ဓာဘွဲ့၍ ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ ရုပ်-၂၀-ပါးကို ရူပက္ခန္ဓာခေါ်ပါသည်။

၂။ ဝေဒနာစေတသိက် တပါးကို ဝေဒနာက္ခန္ဓာ ခေါ်ပါသည်။

၃။ သညာ စေတသိက် တပါးကို သညာက္ခန္ဓာ ခေါ်ပါသည်။

၄။ ဝေဒနာ၊ သညာမှ ကြွင်းသော စေတသိက် ၅၀-ကို သင်္ခါရက္ခန္ဓာခေါ်ပါသည်။

၅။ စိတ်တခု ယုတ်ကိုးဆယ်ကို ဝိညာဏက္ခန္ဓာ ခေါ်ပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာ နည်းအားဖြင့် ခန္ဓာငါးပါး ကို အဘယ်ကဲ့သို့ ဆင်ခြင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ ဤရုပ်တရားအစုသည်ကား-ရူပက္ခန္ဓာတည်း။

၂။ ဤတရားကား-ရူပက္ခန္ဓာ၏ဖြစ်ကြောင်းတည်း။

၃။ ဤတရားကား- ရူပက္ခန္ဓာ၏ ချုပ်ကြောင်း တည်း။

ဤသို့လျှင် ရူပက္ခန္ဓာ၌ အနုပဿနာဉာဏ် ၃-ချက်တို့ ဖြင့် ဆင်ခြင်ရပါသည်။

[ဝေဒနာက္ခန္ဓာ စသည်တို့၌လည်း ထို့နည်းအတူပင် အဖြေကို ထုတ်လေ။]

မေး။ ခန္ဓာငါးပါးကို အဘယ်သို့သော ဥပမာအားဖြင့်
မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ ရူပက္ခန္ဓာသည် ရေမြုပ်နှင့်တူ၏။

၂။ ဝေဒနာက္ခန္ဓာသည် ရေပွက်နှင့်တူ၏။

၃။ သညာက္ခန္ဓာသည် တံလျှပ်နှင့်တူ၏။

၄။ သင်္ခါရက္ခန္ဓာသည် ငှက်ပျောတုံးနှင့်တူ၏။

၅။ ဝိညာဏက္ခန္ဓာသည် မျက်လှည့် ရုပ်နှင့် တူ၏—

ဟူ၍ ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ်၌ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူ
ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်... ၁။ ရေမြုပ်ပမာ၊ ရုပ်ခန္ဓာ၊ ဝေ-မှာရေပွက်ဟန်။

၂။ တံလျှပ်ပမာ၊ မှတ်သညာ၊ သင်္ခါငှက်ပျောစံ။

၃။ မျက်လှည့်အသွင်၊ စိတ်ဝိညာဉ်၊ ငါးအင်ခန္ဓာ
မှန်။

မေး။ ခန္ဓာငါးပါးကို ရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါး ခွဲဝေပြီးလျှင်
ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ ဆင်ခြင် ရပါ
မည်နည်း။

ဖြေ။ ၁။ ရူပက္ခန္ဓာသည် ရုပ်တရားဖြစ်ပါသည်။

၂။ ကြွင်းသော ခန္ဓာလေးပါးတို့သည် နာမ်
တရားဖြစ်ကြပါသည်။

ထိုရုပ်တရား၊ နာမ်တရားတို့သည်-

၁။ ခဏခဏပျက်စီးခြင်းအနိစ္စသဘော၊

၂။ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းနှင့်မကင်းသော ဒုက္ခသဘော၊

၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော
အမှန်ဖြစ်ပါသည်။
ဤသို့ ရုပ်,နာမ်နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်
ခြင်ရပါသည်။

ခန္ဓာပိုင်းပြီး၏။

၁၃-ဓမ္မာနုပဿနာ အာယတနပိုင်း

မေး။ အာယတနတရား ဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း။

ဖြေ။ အဇ္ဈတ္တိကာယတန ခြောက်ပါး၊ ဗာဟိရာယ
တန ခြောက်ပါးအားဖြင့် ၁၂-ပါးရှိပါသည်။

မေး။ အဇ္ဈတ္တိကာယတန ခြောက်ပါးသရုပ်ကို ဘော်
ပြပါ။

ဖြေ။ စက္ခာယတန, သောတာယတန, ဃာနာယတန,
ဇိဝှါယတန, ကာယာယတန, မနာယတနအားဖြင့် ခြောက်
ပါးဖြစ်ပါသည်။

မေး။ ဗာဟိရာယတနခြောက်ပါးသရုပ်ကို ဘော်ပြပါ။

ဖြေ။ ရူပါယတန, သဒ္ဓါယတန, ဂန္ဓာယတန, ရသာ
ယတန, ဖောဋ္ဌဗ္ဗာယတန-ဓမ္မာယတန, အားဖြင့် ခြောက်
ပါးဖြစ်ပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာ နည်းအားဖြင့် အဘယ်
အာယတနတရားတို့ကို အဘယ်သို့ ဆင်ခြင်ရပါ
သနည်း။

ဖြေ။ ၁။ စက္ခု တည်းဟူသော မျက်စိကို သိအောင်
ပြုခြင်း၊

- ၂။ ရူပါရုံ တည်းဟူသော အဆင်းကို သိအောင် ပြုခြင်း၊
- ၃။ မျက်စိနှင့် ရူပါရုံ နှစ်ပါးစုံ ထိခိုက် သော အခါ သံယောဇဉ်တမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထို သံယောဇဉ်ကိုလည်း သိအောင် ပြုခြင်း၊
- ၄။ မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ် တရားဖြစ်ပေါ် လာလျှင်ထိုဖြစ်ပေါ်မှုကို သိအောင်ပြုခြင်း၊
- ၅။ ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်ကို ပယ်လျှင် ပယ် ပြီးပြီဟု သိအောင်ပြုခြင်း၊
- ၆။ ပယ်ပြီးသော သံယောဇဉ် သည် နောင် တဘန်ဖြစ်ပေါ်နိုင်ရန် သဘောမရှိဘဲ ချုပ် ငြိမ်းခဲ့လျှင် ထိုချုပ်ငြိမ်းမှုကိုသိအောင်ပြုခြင်း၊

ဤသို့လျှင် စက္ခာယတနနှင့် ရူပါယတနကို တွေ့စပ်၍ သတိဖြင့်သိမ်းဆည်းကာ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

[သောတနှင့် သဒ္ဓါရုံ၊ သာနနှင့် ဂန္ဓာရုံ၊ ဇိဝှါနှင့် ရသာရုံ၊ ကာယနှင့်ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊ မနနှင့် ဓမ္မာရုံတွေ့စပ်၍ ဟောတော်မူရာ ၌လည်း ဤသို့အမေးအဖြေကိုထုတ်လေ။]

မေး။ ဤအာယ တန ၁၂-ပါးကို ဥပမာ အားဖြင့် မြတ်စွာဘုရား အဘယ်သို့ ဟောကြားတော်မူပါ သနည်း။

ဖြေ။ ၁။ ရှေ့ အဇ္ဈတ္တိကာယတန ခြောက်ပါး သည် ရွာဆိုးကုန်း၊ ရွာပျက်ကုန်းကြီးနှင့်တူ၏။

၂။ နောက်- ဗာဟိရာယတန ခြောက်ပါးသည်
ဓားပြနှင့်တူ၏—
ဟူ၍ဟောတော်မူပါသည်။
ဆောင်ပုဒ်။ ရွာပျက်ကြီးနယ်၊ ရှေ့ခြောက်သွယ်၊ နောက်ဝယ်
တင်ဓားပြ။

မေး။ အာယတနတဆယ့်နှစ်ပါးတို့ကိုရုပ်၊ နာမ်နှစ်ပါး
ခွဲဝေပြီးလျှင် ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ဆင်
ခြင်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ၁။ အာယတန ၁၂-ပါး တို့တွင် စက္ခာယတန၊
သောတာယတန၊ ဃာနာယတန၊ ဇိဝှါယ
တန၊ ကာယာယတန၊ ရူပါယတန၊ သဒ္ဓါ
ယတန၊ ဂန္ဓာယတန၊ ရသာယတန၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ
ယတန၊ ဤအာယတန ၁၀-ပါးတို့သည် ရုပ်
တရားသက်သက် ဖြစ်ကြပါသည်။

၂။ မနာယတနသည် နာမ်တရား သက်သက်ဖြစ်
ပါသည်။

၃။ ဓမ္မာယတနသည် ရုပ်၊ နာမ် နှစ်ပါးဖြစ်ပါ
သည်။

ထိုရုပ်၊ နာမ်တရားနှစ်ပါးတို့သည်—

၁။ ခဏခဏပျက်စီးခြင်းအနိစ္စသဘော၊

၂။ အဖြစ်အပျက်နှင့် မကင်းသော ဒုက္ခသဘော၊

၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော
အမှန်ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ရုပ်,နာမ်နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

[မှတ်ချက်။ ဓမ္မာယတနဉ်ပါဝင်သော နိဗ္ဗာန်မှာလက္ခဏာရေးနှင့်မသက်ဆိုင်။]

အာယတနပိုင်းပြီး၏။

၁၄-ဓမ္မာနုပဿနာ ဗောဇ္ဈင်ပိုင်း

မေး။ ဗောဇ္ဈင်တရား ဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း၊ သရုပ်နှင့်တကွဖြေဆိုပါ။

ဖြေ။ သတိ သမ္မောဇ္ဈင်၊ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဝီတိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင် အားဖြင့် ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးရှိပါသည်။

မေး။ အဘယ့်ကြောင့် ဗောဇ္ဈင်ဟူ၍ ခေါ်ဆိုပါသနည်း။

ဖြေ။ မဂ်ဉာဏ်လေးပါးကို ဗောဓိခေါ်ပါသည်။ ထိုဗောဓိဉာဏ်၏ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါဖြစ်သောကြောင့် ဗောဇ္ဈင်ခေါ်ပါသည်။

ဗောဓိယာအင်္ဂါ၊ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ။

ဗောဓိယာ၊ မဂ်ဉာဏ်လေးပါး၏။ အင်္ဂါ၊ ဖြစ်ကြောင်း အင်္ဂါတည်း။ ဣတိတသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။ ဗောဇ္ဈင်္ဂါ၊ ဗောဇ္ဈင်မည်၏။

ဗောဇ္ဈင်ကို ဤသို့ဝိဂြိုဟ်ဆိုရပါသည်။

မေး။ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးတို့၏ သဘောကို အသီးသီးအမြွက်မျှတော်ပြပါ။

- ဖြေ။ ၁။ ကောင်းသောတရားကိုသာ အောက်မေ့ခြင်း သတိကို သတိသမ္ပောဇ္ဈင်ခေါ်ပါသည်။
- ၂။ တရားသဘောတို့ကို စူးစမ်းဆင်ခြင်သောပညာကို ဓမ္မဝိစယ သမ္ပောဇ္ဈင်ခေါ်ပါသည်။
- ၃။ ကောင်းသောအမှု၌ အားထုတ်ခြင်း ဝီရိယကို ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်ခေါ်ပါသည်။
- ၄။ ကောင်းမြတ်သောအမှုနှင့်စပ်၍ နှစ်သက်ခြင်း ပီတိကို ပီတိသမ္ပောဇ္ဈင်ခေါ်ပါသည်။
- ၅။ နှစ်သက်ခြင်းအားဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ငြိမ်းချမ်းသာ၍နေခြင်းကို ပဿဒ္ဓိသမ္ပောဇ္ဈင် ခေါ်ပါသည်။
- ၆။ ကောင်းသော အမှု၌ စိတ်မပျံ့လွင့်ဘဲ တည်တံ့ခြင်းကို သမာဓိသမ္ပောဇ္ဈင်ခေါ်ပါသည်။
- ၇။ ကောင်းသောအမှုကို အားထုတ်ရာတွင် စိတ်ကို မတက်ကြွစေဘဲ၊ စိတ်ကိုမတွန့်စေဘဲ အညီအမျှ ထားနိုင်ခြင်းသဘောကို ဥပေက္ခာ သမ္ပောဇ္ဈင် ခေါ်ပါသည်။

မေး။ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးကို စကြာမင်း၏ ရတနာ ၇-ပါးနှင့် ပမာပုံနှိုင်း၍ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ရာ မည်သို့ နှိုင်းယှဉ်ကြောင်းကို ဘော်ပြပါ။

- ဖြေ။ ၁။ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်သည် ဆင်ရတနာနှင့်တူ၏။
- ၂။ ဓမ္မဝိစယ သမ္ပောဇ္ဈင်သည် မြင်းရတနာနှင့်တူ၏။

၃။ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်သည် စကြာရတနာနှင့် တူ၏။

၄။ ပီတိသမ္ပောဇ္ဈင်သည် မြရတနာနှင့်တူ၏။

၅။ ပဿဒ္ဓိသမ္ပောဇ္ဈင်သည် မိဖုရားကြီးရတနာနှင့် တူ၏။

၆။ သမာဓိသမ္ပောဇ္ဈင်သည် သားကြီးရတနာနှင့် တူ၏။

၇။ ဥပေက္ခာသမ္ပောဇ္ဈင်သည် သူဌေးကြီးရတနာ နှင့် တူ၏။

ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးကို စကြာမင်း၏ ရတနာ ၇-ပါးနှင့် တူ၏-ဟူ၍ ဤသို့ နှိုင်းယှဉ်၍ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား တော်မူပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်။ ဗောဇ္ဈင်သတ္တ၊ စက္ကဝတ္တိ၊ မည်ဘိထင်ရှား၊ မင်း တရား၏၊ ထွတ်ဖျားမှန်စွာ၊ ရတနာနှင့်၊ ပမာနှိုင်းဘိ၊ ဤသို့ သိလော၊ သတိမှာ-ဆင်၊ မြင်းလျှင်ဓမ္မ၊ ဝိစယ တည့်၊ လုံ့လ စကြာ၊ မြမှာ-ပီတိ၊ ပဿဒ္ဓိကား၊ မိဖုရားတည့်၊ သား-သမာဓိ၊ သေဌိမှတ်ရာ၊ ဥပေက္ခာ သည်။ ။ ပမာဗောဇ္ဈင်-မှတ်ထုံးတည်း။

မေး။ မိမိတို့၏သန္တာန်၌ သတိ သမ္ပောဇ္ဈင်တရားတည် လာအောင် အဘယ်သို့ ရွက်ဆောင်ပြုကျင့်ရပါ သနည်း။

ဖြေ။ ၁။ သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်း၊ ဣရိယာပုထ် လေးပါးတို့၌ ကိုယ်နှင့်မကွာ အောင် သတိကိုဆောင်ထားခြင်း၊

၂။ မေ့မေ့လျော့လျော့ ပေါ့ပေါ့တန်တန် သတိ ကင်း၍ ညံ့ဖျင်းသော သူတို့နှင့် မပေါင်းဘော် ခြင်း၊

- ၃။ မမေ့မလျော့ မပေါ့မတန် သတိထက်သန်
သောသူတို့နှင့် ပေါင်းသင်းလေ့ရှိခြင်း၊
၄။ သတိတရား မပြတ်အောင် စိတ်ဓာတ်ကို အမြဲ
သွေးဆောင်ခြင်း၊

ဤကျင့်ဝတ်လေးပါးကိုလေ့လာပြုကျင့်ရပါသည်။ ထိုသို့
ပြုကျင့်ခဲ့ပါလျှင် မိမိတို့သန္တာန်မှာ သတိသမ္မောဇ္ဈင်တရား
တည်၍လာပါသည်။

မေး။ ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်တရား တည်လာအောင်
အဘယ်သို့ ရွက်ဆောင်ပြုကျင့်ရပါမည်နည်း။

- ဖြေ။ ၁။ ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဓာတ်၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မှစ၍
ပရမတ္ထတရားတို့ကို သင်ကြား မေးမြန်းလေ့
ရှိခြင်း၊
၂။ ညစ်ပေခြင်းမှကင်း၍ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သော
ပစ္စည်းဝတ္ထု အသုံး အဆောင် တို့ကို သုံး
ဆောင်လေ့ရှိခြင်း၊
၃။ သဒ္ဓါနှင့်ပညာ၊ ဝီရိယနှင့်သမာဓိကို ညီမျှစွာ
ထားလေ့ရှိခြင်း၊
၄။ ပညာအညွန့်တိုး၍ အဖျင်း အဖြုန်းလူများကို
ရှောင်ကြဉ်လေ့ရှိခြင်း၊
၅။ တတ်သိ မြော်မြင် ဆင်ခြင်တုံတိ ပညာရှိကို
မပြတ်ပေါင်းသင်းလေ့ရှိခြင်း၊
၆။ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာနှင့်စပ်၍ ခဲခက်နက်နဲသောတရား
သဘောတို့ကို ကြံစည်ရှုစားလေ့ရှိခြင်း၊

၇။ ပညာဉာဏ်မပြတ်ဖြစ်ပွားအောင်စိတ်ဓာတ်ကို
အမြဲသွေးဆောင်ခြင်း၊
ဤကျင့်ဝတ် ၇-ပါးကို လေ့လာပြုကျင့်ရပါသည်။ ထိုသို့
ပြုကျင့်ခဲ့ပါလျှင် ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်တရားတည်၍ လာ
ပါသည်။

မေး။ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်တရား တည်လာအောင်အဘယ်
သို့ ရွက်ဆောင် ပြုကျင့်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။၁။ အလွန် ကြောက်မက်ဘွယ် ကောင်းသောအ
ပါယ်ဘေးကို မပြတ်ဆင်ခြင်ခြင်း၊

၂။ ဝီရိယတန်ခိုးသည် အမျိုးမျိုးကြီးကျယ်လှ၏-ဟူ
၍ ဝီရိယ၏အကျိုးကို ရှုမြော်ခြင်း၊

၃။ ဘုရားစသော သူတော်ကောင်းတို့၏ သွားရာ
ခရီးလမ်းကြောင်းကို လိုက်သင့် ပေသည်-ဟု
ဆင်ခြင်ခြင်း၊

၄။ ငါသုံးဆောင်သော အာဟာရနှင့် ငါ၏စွမ်း
အားကို တရားအားထုတ်သဖြင့် အသုံးပြုအံ့-
ဟု နှလုံးသွင်းခြင်း၊

၅။ သူတော်ကောင်းတို့၏ အမွေခံအစစ် ငါအ
မှန်ဖြစ်မည်-ဟူ၍ နှလုံးသွင်းခြင်း၊

၆။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်ဘုရားသည် ဘုရားစင်စစ် ဧကန်
ဖြစ်သည်-ဟူ၍ ယုံကြည်ခြင်း၊

၇။ ဘုရားရှင်၏သား သဃီတော် အရှင်မြတ်များ
သည် သုပ္ပဋိပန္နဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံမြင့်မြတ်သည်-
ဟူ၍ ယုံကြည်ခြင်း၊

- ၈။ ငါ၏ သီတင်း သုံးဘော် များသည် သူတော်
ကောင်းစင်စစ် ကေန့်ဖြစ်သည်-ဟူ၍ အား
ထားယုံကြည်ခြင်း၊
၉။ ပျင်းရိထိုင်းမှိုင်းသော သူတို့ကို ဝေးစွာ ရှောင်
ကြဉ်ခြင်း၊
၁၀။ လုံ့လ စွမ်းအန် ထက်သန် ကဲမောက် ရဲရဲ
တောက်ပုဂ္ဂိုလ်များကို မပြတ်မှီဝဲခြင်း၊
၁၁။ ဝီရိယတရား မပြတ်ဖြစ်ပွားအောင် စိတ်ဓာတ်
ကို အမြဲသွေးဆောင်ခြင်း၊
ဤကျင့်ဝတ် ၁၁-ပါးကို လေ့လာ ပြုကျင့်ရပါသည်။
ထိုသို့ပြုကျင့်ခဲ့ပါလျှင် မိမိတို့သန္တာန်မှာ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်
တရားတည်၍ လာပါသည်။

မေး။ ဝီတိ သမ္ပောဇ္ဈင်တရား တည်လာအောင် အ
ဘယ်သို့ရွက်ဆောင်ပြုကျင့်ရပါမည်နည်း။

- ဖြေ။ ၁။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊
၂။ ဓမ္မာနုဿတိ၊
၃။ သံဃာနုဿတိ၊
၄။ သီလာနုဿတိ၊
၅။ စာဂါနုဿတိ၊
၆။ ဒေဝတာနုဿတိ၊
၇။ ဥပသမာနုဿတိ၊ ဤအနုဿတိတရား ၇-ပါး
တို့ကို ပွားများလေ့ရှိခြင်း၊
၈။ ရတနာသုံးပါးဂုဏ်ကို မတုန်မလှုပ် ကြည်ညို
ခြင်း၊

- ၉။ သဒ္ဓါအညွန့်တုံး၍ နှလုံးခြောက်သွေ့သော သူ
တို့ကို ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊
- ၁၀။ သဒ္ဓါကြည်ညို၍ စိတ်နှလုံးရှမ်းစိုသောသူတို့ကို
သာ မှီခိုပေါင်းသင်းလေ့ရှိခြင်း၊
- ၁၁။ ပီတိတရား ဖြစ်ပွားလေအောင် စိတ်ဓာတ်ကို
အမြဲသွေးဆောင်ခြင်း၊
- ဤကျင့်ဝတ် ၁၁-ပါးကို လေ့လာ ပြုကျင့်ရပါသည်။
ထိုသို့ပြုကျင့်ခဲ့ပါလျှင် မိမိတို့သန္တာန်မှာ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်
တရားတည်၍လာပါသည်။
- မေး။ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်တရား တည်လာအောင် အ
ဘယ်သို့ ရွက်ဆောင်ပြုကျင့်ရပါမည်နည်း။
- ဖြေ။ ၁။ မွန်မြတ်သော အစာဘောဇဉ်ကို သုံးဆောင်
ခြင်း၊
- ၂။ ချမ်းသာညီမျှ သပ္ပာယ်ဖြစ်သော ဥတုကိုမှီဝဲခြင်း၊
- ၃။ ချမ်းသာသော ဣရိယာပုထ်ဖြင့်နေထိုင်ခြင်း၊
- ၄။ ငါ၊ သူတပါး၊ သတ္တဝါအများတို့သည် ကံသာ
လျှင်အမွေဥစ္စာရှိ၏-ဟူ၍ အမြဲဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၅။ ကိုယ်ကြမ်းစိတ်ကြမ်းနှင့် အသနားမဘက် ရက်
စက်ညှဉ်းဆဲတတ်သောသူများကို ဝေးစွာရှောင်
ကြဉ်ခြင်း၊
- ၆။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်သက်အေးမြစွာနှင့် သိမ်
မွေသောသူတို့ကို အမြဲ ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံ
ခြင်း၊
- ၇။ ပဿဒ္ဓိတရားဖြစ်ပွားလေအောင် စိတ်ဓာတ်ကို
အမြဲသွေးဆောင်ခြင်း၊

ဤကျင့်ဝတ် ၇-ပါးတို့ကို လေ့လာ ပြုကျင့်ရပါသည်။
ထိုသို့ပြုကျင့်ခဲ့ပါလျှင် မိမိတို့သန္တာန်မှာ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်
တရားတည်၍လာပါသည်။

မေး။ သမာဓိ သမ္မောဇ္ဈင်တရား တည်လာအောင်
အဘယ်သို့ ရွက်ဆောင်ပြုကျင့်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ၁။ ညစ်ပေခြင်းမှ ကင်း၍ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်သော
ပစ္စည်းဝတ္ထုအသုံးအဆောင်တို့ကို သုံးဆောင်
လေ့ရှိခြင်း၊

၂။ သဒ္ဓါနှင့်ပညာ၊ ဝီရိယနှင့်သမာဓိကို ညီမျှစွာ
ထားလေ့ရှိခြင်း၊

၃။ သမာဓိအာရုံဖြစ်သော ကသိုဏ်းဝန်း နိမိတ်တို့
ကို ထင်လွယ်အောင်ယူမှု၌ လိမ်မာခြင်း၊

၄။ ဝီရိယ လျော့ပါးသဖြင့် စိတ်ဓာတ်တွန့်၍ နေ
သောအခါ စိတ်တက်ကြွ၍လာအောင်မြှောက်
၍ပေးခြင်း၊

၅။ ဝီရိယလွန်သဖြင့် စိတ်ပျံ့လွင့်၍ မြှောက်မြင့်နေ
သောအခါ စိတ်ငြိမ်ဝပ်သွားအောင် နှိမ်၍ပေး
ခြင်း၊

၆။ စိတ်ညှိုးနွမ်း၍ နေသောအခါ စိတ်ကို ရှင်
အောင် ပြုလုပ်၍ပေးခြင်း၊

၇။ စိတ်ဓာတ်သည် တွန့်ခြင်း၊ ပျံ့လွင့်ခြင်းတို့မှ
ကင်း၍ အာရုံတခုထဲ၌ငြိမ်သက်စွာ စူးစိုက်၍
နေသောအခါ မြှောက်ခြင်း၊ နှိမ်ခြင်း၊ ရှင်စေ
ခြင်းတို့ကို မပြုဘဲ အလိုက်သင့် လျစ်လျူ ရှု၍
ထားခြင်း၊

- ၈။ စိတ်နှလုံး ချောက်ချား၍ ဥဒ္ဓစ္စများသောသူကို
ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊
၉။ သမာဓိမဏ္ဍိုင်ဖြင့် စိတ်နှလုံး ခံခိုင်သော သူကို
အမြဲပေါင်းသင်းခြင်း၊
၁၀။ ဈာန်တရားများကို ဆင်ခြင်လေ့ရှိခြင်း၊
၁၁။ သမာဓိတရား ဖြစ်ပွားလေအောင် စိတ်ဓာတ်
ကိုအမြဲသွေးဆောင်လေ့ရှိခြင်း၊
ဤကျင့်ဝတ် ၁၁-ပါးတို့ကို လေ့လာ ပြုကျင့်ရပါသည်။
ထိုသို့ပြုကျင့်ခဲ့ပါလျှင် မိမိတို့သန္တာန်မှာ သမာဓိသမ္ဗောဇ္ဈင်
တရားတည်၍လာပါသည်။

မေး။ သမာဓိသမ္ဗောဇ္ဈင် ဖြစ်ကြောင်းများကို ဖြေဆို
ခဲ့ရာ၌ တွန့်သောစိတ်ကို မြှောက်ပင့်၍ ပေးရ
မည်၊ ပျံ့လွင့်မြှောက်မြင့်နေသော စိတ်ကို နှိမ်၍
ပေးရမည်၊ ညှိုးနွမ်းနေသောစိတ်ကို ရှင်အောင်
ပြုရမည်ဟု ဖြေဆိုခဲ့ပေသည်။ တွန့်၍ နေသော
စိတ်ကို အဘယ်သို့သော နည်းလမ်း မျိုးဖြင့်
မြှောက်ပင့်ပေးရပါသနည်း။

ဖြေ။ တွန့်၍နေသော စိတ်ကို ဓမ္မဝိစယ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊
ဝီရိယ သမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ပီတိသမ္ဗောဇ္ဈင်၊ ဤဗောဇ္ဈင် သုံးပါးကို
ပွားများသဖြင့် မြှောက်ပင့် ပေးရပါသည်။ ဤသမ္ဗောဇ္ဈင်
သုံးပါးကို ပွားများလျှင် တွန့်နေသောစိတ်များသည် အလို
လိုမြင့်မြောက်၍ လာပါသည်။

မေး။ ပျံ့လွင့်မြှောက်မြင့် နေသောစိတ်ကို အဘယ်နည်း
လမ်းမျိုးဖြင့် နှိမ်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ပျံ့လွင့် မြောက်မြင့် နေသော စိတ်ကို ပဿဒ္ဓိ သမ္မောဇ္ဈင်၊ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်၊ ဤဗောဇ္ဈင်သုံးပါးကို ပွားများသဖြင့် နှိမ်ရပါသည်။ ဤဗောဇ္ဈင်သုံးပါးကို ပွားများလျှင် ပျံ့လွင့် မြောက်မြင့်နေသောစိတ်များသည် အလိုလိုနိမ့်ကျ၍လာပါသည်။

မေး။ ညှိုးနွမ်း၍ နေသော စိတ်များကို အဘယ်နည်းလမ်းမျိုးဖြင့် ရှင်အောင် ပြုပြင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ညှိုးနွမ်း၍ နေသောစိတ်များကို သံဝေဂအာရုံတို့ကို ပွားများခြင်း၊ ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်ကို အာရုံပြုခြင်း၊ ဤနည်းလမ်းမျိုးဖြင့် ရှင်အောင်ပြုပြင်ရပါသည်။

မေး။ မိမိတို့သန္တာန်၌ ဥပေက္ခာ သမ္မောဇ္ဈင် တရားတည်လာအောင် အဘယ်သို့ ရွက်ဆောင်ပြုကျင့်ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ၁။ ငါ၊သူတပါး၊ သတ္တဝါအများတို့သည် ကံသာလျှင် အမွေဥစ္စာရှိကြကုန်၏-ဟူ၍ ကမ္မဿကာ သဘောကိုဆင်ခြင်ခြင်း၊

၂။ ပရမတ္ထသဘောအားဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်၊သတ္တဝါ၊ငါ၊သူတပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ-မရှိဟု နိဿတ္တသဘောအားဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့ အပေါ်၌ လျစ်လျူထားခြင်းနှင့် ပစ္စည်းဘဏ္ဍာ ပရိက္ခရာ အသုံးအဆောင်တို့၌ ငါပိုင်သည်- ငါဆိုင်သည် သဘောမထားဘဲ အသာမိက သဘောအား လျစ်လျူ ရှုထားခြင်း၊

- ၃။ သား၊သမီး၊ဆွညတကာ၊ ပစ္စည်းဘဏ္ဍာတို့၌
တွယ်တာ ခင်မင်လေ့ရှိသောသူများကို ဝေးစွာ
ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊
- ၄။ အလုံးစုံသောသတ္တဝါတို့၌၎င်း၊ အလုံးစုံသော
ပစ္စည်းဘဏ္ဍာတို့၌၎င်း တွယ်တာခင်မင်မှုနည်း
ပါးသော ဥပေက္ခာသမားကို အမြဲပေါင်းသင်း
ဆက်ဆံခြင်း၊
- ၅။ ဥပေက္ခာတရား ဖြစ်ပွားအောင် စိတ်ဓာတ်ကို
အမြဲသွေးဆောင်ခြင်း၊

ဤကျင့်ဝတ် ငါးပါးတို့ကို လေ့လာ ပြုကျင့်ရပါသည်။
ထိုသို့ပြုကျင့်ခဲ့ပါလျှင် မိမိသန္တာန်မှာ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်
တရားတည်၍လာပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာ နည်းအားဖြင့် ဗောဇ္ဈင်
တရားတို့ကိုအဘယ်သို့ဆင်ခြင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။၁။ မိမိအဇ္ဈတ္တသန္တာန်၌ သတိသမ္မောဇ္ဈင်တရား
ထင်ရှားရှိလျှင်-“ငါ၏သန္တာန်၌ သတိသမ္မော
ဇ္ဈင်တရားထင်ရှားရှိ၏”ဟူ၍ သိအောင်ပြု၏။

၂။ မိမိသန္တာန်၌သတိသမ္မောဇ္ဈင်တရား ထင်ရှား
မရှိလျှင်- “ငါ၏သန္တာန်၌ သတိ သမ္မောဇ္ဈင်
တရားထင်ရှားမရှိ”ဟုသိအောင်ပြု၏။

၃။ မဖြစ်သေးသော သတိသမ္မောဇ္ဈင်ဖြစ်လာလျှင်
ထိုဖြစ်မှုကို သိအောင်ပြု၏။

၄။ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာသော သတိသမ္မောဇ္ဈင် တရားပွားများအောင် ဖြည့်ကျင့်ခဲ့လျှင် ထိုပွား များအောင် ဖြည့်ကျင့်မှုကိုလည်း သိအောင် ပြု၏။

ဤသို့လျှင် သတိသမ္မောဇ္ဈင်တရားကို သတိဖြင့် သိမ်း ဆည်းကာ ဆင်ခြင်ရပါသည်။

[ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင် စသည်တို့၌လည်း ထိုနည်းတူ စွာ အဖြေကိုထုတ်လေ။]

မေး။ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးတို့ကို ရုပ်,နာမ် နှစ်ပါးခွဲဝေ ပြီးလျှင် ဝိပဿနာတင်ကာ အဘယ်သို့ဆင်ခြင် ရပါမည်နည်း။

ဖြေ။ ဗောဇ္ဈင် ၇-ပါးတို့သည် နာမ်တရားသက်သက် ဖြစ်ကြပါသည်။ ထိုနာမ်တရားတို့သည်—

၁။ ခဏ,ခဏ,ပျက်စီးခြင်းအနိစ္စသဘော,

၂။ ဖြစ်ခြင်း, ပျက်ခြင်း တို့နှင့် မကင်းသော ဒုက္ခ သဘော,

၃။ အလိုသို့မလိုက် အစိုးမရသော အနတ္တသဘော အမှန်ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသို့ နှစ်ပါးခွဲဝေကာ ဝိပဿနာတင်၍ ဆင်ခြင်ရပါ သည်။

ဗောဇ္ဈင်ပိုင်းပြီး၏။

၁၅-ဓမ္မာနုပဿနာ အရိယသစ္စာပိုင်း

မေး။ သစ္စာဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း၊ သရုပ်နှင့်တကွ ဖြေကြားပါ။

ဖြေ။ ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ၊ နိရောဓသစ္စာ၊ မဂ္ဂသစ္စာဟူ၍ သစ္စာလေးပါးရှိပါသည်။

မေး။ အဘယ့်ကြောင့် သစ္စာခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ မဘောက် မပြန် သဘော မှန်သောကြောင့် သစ္စာဟူ၍ခေါ်ဆိုပါသည်။

မေး။ သစ္စာ လေးပါးတို့၏ သဘောကို အမြွက်မျှ ပြဆိုပါ။

ဖြေ။ ၁။ ဆင်းရဲခြင်း သဘောအမှန်ကို ဒုက္ခသစ္စာ ခေါ်ပါသည်။

၂။ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်း သဘောအမှန်ကို သမုဒယသစ္စာခေါ်ပါသည်။

၃။ ဒုက္ခတို့၏ချုပ်ငြိမ်းရာသဘောအမှန်ကို နိရောဓသစ္စာခေါ်ပါသည်။

၄။ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ဆိုက်ရောက်စေတတ်သော လမ်းမှန်အကျင့်မှန်ကို မဂ္ဂသစ္စာ ခေါ်ပါသည်။ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါလည်း ခေါ်ပါသည်။

မေး။ သစ္စာလေးပါးတို့၌ ပြုဘွယ်ကိစ္စများကို ဘော်ပြပါ။

ဖြေ။ ၁။ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြား၍ သိအောင် ပြုရပါသည်။

၂။ သမုဒယသစ္စာကိုပယ်ရပါသည်။

၃။ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်အောင် ပြုရပါသည်။

၄။ မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားများရပါသည်။

မေး။ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာနည်းအားဖြင့် သစ္စာလေး
ပါးကို ဘယ်သို့ဆင်ခြင်ရပါသနည်း။

ဖြေ။၁။ ဤတေဘုမ္မက သင်္ခါရတရားစုကား ဒုက္ခသစ္စာ
အမှန်တည်း။

၂။ ဤတဏှာလောဘသည်ကား သမုဒယ သစ္စာ
အမှန်တည်း။

၃။ ဤနိဗ္ဗာန်သည်ကား နိရောဓသစ္စာအမှန်တည်း။

၄။ ဤမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးသည်ကားမဂ္ဂသစ္စာအမှန်တည်း။
ဟူ၍ သစ္စာလေးပါးကို-ရှေးဦးစွာ သိအောင်
ဆင်ခြင်ရပါသည်။

မေး။ ဒုက္ခသစ္စာ ဆိုသည်ကား အဘယ် တရားများ
ပါနည်း။

ဖြေ။ ဇာတိ၊ ဇရာ၊ ဗျာဓိ၊ မရဏ၊ သောက၊ ပရိဒေဝ-
စသောတရားများဖြစ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ်သဘောကို ဇာတိ ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ထိုထိုဘုံဘဝတို့၌ သတ္တဝါတို့၏စ၍ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊
ပဋိသန္ဓေတည်နေခြင်းကို ဇာတိခေါ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ်သဘောကို ဇရာခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ထိုထိုဘုံဘဝတို့၌ သတ္တဝါတို့၏ ရင့်ရော်ခြင်း၊
သွားကျိုးခြင်း၊ ဆံဖြူခြင်း၊ အရေတွန့်ခြင်း၊ နေရမည့်အ
သက်လျော့၍ လျော့၍သွားခြင်း၊ မျက်စိစသောဣန္ဒြေတို့၏
ရင့်ရော်ယိုယွင်းခြင်း၊ ဤသဘောများကိုဇရာခေါ်ပါသည်။

မေး။ မရဏ-ဟူသည်အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ ထိုထိုဘုံဘဝတို့၌ သတ္တဝါတို့၏ ခန္ဓာပျက်ယွင်း
ခြင်း၊ ဇီဝိတိန္ဒြေ၏ ချုပ်ပျက်ခြင်း၊ မျက်မှောက်သောဘဝ၏

ရွှေလျှောပြတ်ကြွ၍ စုတေခြင်း-သေခြင်း၊ ဤသဘောများကို မရဏ-ဟူ၍ ခေါ်ပါသည်။

မေး။ သောက-ဟူသည်အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ တစုံတခုသော ပျက်စီးခြင်းဖြင့် ပျက်စီး၍ ဆင်းရဲဒုက္ခဘိစီးခြင်းခံရသောအခါ စိုးရိမ်ပူဆွေး အတွင်းပူ-ပူ၍ နေခြင်း၊ ဤသဘောကို သောက-ဟူ၍ ခေါ်ဆိုပါသည်။

မေး။ ပရိဒေဝ-ဟူသည်အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ တစုံတခုသောပျက်စီးခြင်းဖြင့် ပျက်စီး၍ ဆင်းရဲဘိစီးခြင်း ခံရသောအခါ မြည်တမ်းခြင်း၊ ခွဲနွဲ့ငိုကြွေးခြင်း၊ ဤသဘောကို ပရိဒေဝ-ဟူ၍ခေါ်ပါသည်။

မေး။ ဒုက္ခ-ဟူသည်အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ ကိုယ်၌ဖြစ်သော ဆင်းရဲ၊ စိတ်၌ဖြစ်သော ဆင်းရဲ၊ ကိုယ်၌ဖြစ်သော မသက်သာမှု၊ စိတ်၌ဖြစ်သောမသက်သာမှု၊ ဤသဘောများကို ဒုက္ခခေါ်ပါသည်။

မေး။ ဒေါမနဿ-ဟူသည် အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ စိတ်၌စွဲ၍ဖြစ်သော ဆင်းရဲမှု၊ နှလုံးမသာမယာမှု၊ စိတ်ညစ်နွမ်း၍ပင်ပန်းမှု၊ ဤသဘောများကို ဒေါမနဿ-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ ဥပါယာသ-ဟူသည်အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ တစုံတခုသော ပျက်စီးခြင်းဖြင့် ပျက်စီးဆင်းရဲဘိစီးခြင်းခံရသောအခါ သက်ကြီး ဖိုလှိုက် တရှိုက်ငင်ငင် ပင်ပန်းမှုကို ဥပါယာသ-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ အပ္ပိယ သမ္ပယောဂ ဒုက္ခ-ဟူသည် အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ မချစ်မနှစ်သက်အပ်၊ အလိုမရှိအပ်သော အာရုံဝတ္ထု၊ အမျိုးမျိုးတို့နှင့် မကွေမကွင်းနိုင်ဘဲ အမြဲပေါင်းသင်း ဆက်ဆံကာနေရမှုကို အပ္ပိယ သမ္ပယောဂ ဒုက္ခ-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ ပိယ ဝိပ္ပယောဂ ဒုက္ခ-ဟူသည် အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ ချစ်ခင်နှစ်သက်အပ်၊ အလိုရှိအပ်၊ စိတ်နှလုံးကို ရှင်စေတတ်သော ဝတ္ထု၊ အာရုံ အမျိုးမျိုးတို့နှင့် မဆက်ဆံပေါင်းသင်းရဘဲ ကွေကွင်း ခွဲခွာနေရမှုကို ပိယဝိပ္ပယောဂ ဒုက္ခ-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ တောင့်တတိုင်း မရနိုင်သဖြင့် ဆင်းရဲသော အလဗ္ဘနိယဒုက္ခ-ဟူသည်အဘယ်နည်း။

ဖြေ။၁။ သတ္တဝါတို့မှာ— “ငါပဋိသန္ဓေ မနေရလျှင် ကောင်းလေစွ”ဟူ၍ တောင့်တတိုင်း မရနိုင်ခြင်း၊

၂။ “ငါမအိုလျှင် ကောင်းလေစွ”ဟု တောင့်တတိုင်းမရနိုင်ခြင်း၊

၃။ “ငါမသေလျှင် ကောင်းလေစွ”ဟု တောင့်တတိုင်းမရနိုင်ခြင်း၊

၄။ “ငါသေလျှင် ကောင်းလေစွ”ဟု တောင့်တတိုင်းမရနိုင်ခြင်း၊

၅။ “ငါမစိုးရိမ်လို၊ ငါမငိုကြွေးလို၊ ငါမဆင်းရဲလို” ဟူ၍ တောင့်တတိုင်းမရနိုင်ခြင်း၊

ဤသဘောများကို အလဗ္ဘနိယဒုက္ခ-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ အကျဉ်းချုပ် အားဖြင့် အဘယ် တရားများကို ဒုက္ခ-ခေါ်ဆိုပါသနည်း။

ဖြေ။ ခန္ဓာငါးပါးကိုပင် အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ဒုက္ခ-ဟူ၍ခေါ်ဆိုပါသည်။

ဒုက္ခသစ္စာပြီး၏။

သမုဒယသစ္စာ

မေး။ အဘယ်တရားကို သမုဒယသစ္စာ- ခေါ်ဆိုပါသနည်း။

ဖြေ။ တဘန်ဘဝ အသစ် အသစ်ကို ဖြစ်အောင် ထူထောင်တတ်သော ထိုထိုအာရုံတို့၌ ခုံမင် စွဲလမ်းတတ်သော တဏှာလောဘကို သမုဒယသစ္စာ- ခေါ်ဆိုပါသည်။

မေး။ ထိုတဏှာသည် ဘယ်နှစ်ပါးရှိပါသနည်း။

ဖြေ။ ကာမတဏှာ, ဘဝတဏှာ, ဝိဘဝတဏှာ အားဖြင့် သုံးပါးရှိပါသည်။

မေး။ ထိုတဏှာသည် အဘယ်ဝတ္ထု၌ ခိုအောင်းမှီတွယ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ လောက၌ ချစ်ခင်ဘွယ်, မြတ်နိုးဘွယ်, သာယာဘွယ်ဖြစ်သော ဝတ္ထုတို့၌ ခိုအောင်းမှီတွယ်ပါသည်။

မေး။ ဤလောက၌ ချစ်အပ်, သာယာအပ်သောဝတ္ထုဟူသည် အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ ဤလောက၌—

၁။ စက္ခု-မျက်စိ၊ သောတ-နား၊ ယာန-နှာခေါင်း၊ ဇိဌာ-လျှာ၊ ကာယ-ကိုယ်။

- ၂။ ရူပါရုံ၊သဒ္ဓါရုံ၊ ဂန္ဓာရုံ၊ ရသာရုံ၊ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၊
ဓမ္မာရုံ။
- ၃။ စက္ခု ဝိညာဉ်၊ သောတ ဝိညာဉ်၊ ဃာန
ဝိညာဉ်၊ ဇိဌာဝိညာဉ်၊ ကာယ ဝိညာဉ်၊
မနော ဝိညာဉ်။
- ၄။ မျက်စိအတွေ့၊ နားအတွေ့၊ နှာခေါင်းအတွေ့၊
လျှာအတွေ့၊ကိုယ်အတွေ့။
- ၅။ မျက်စိခံစားမှု၊နားခံစားမှု၊ နှာခေါင်းခံစားမှု၊
လျှာခံစားမှု၊ကိုယ်ခံစားမှု၊စိတ်ခံစားမှု၊
- ၆။ အဆင်းကိုသာယာမှု၊အသံကိုသာယာမှု၊ အနံ့
ကိုသာယာမှု၊အရသာကို သာယာမှု၊ အတွေ့
အထိကိုသာယာမှု။

ဤသို့စသောသဘောများကို ချစ်အပ်သော ပိယရုပ်၊
သာယာအပ်သော သာတရုပ်ဟူ၍ ခေါ်ပါသည်။ ထို
အာရုံ၊ဝတ္ထုတို့မှာ တဏှာကိန်းအောင်းပါသည်။

မေး။ အချုပ်အားဖြင့် အဘယ်တရားများကိုပိယရုပ်၊
သာတရုပ်-ဟူ၍ ခေါ်ဆိုရပါသနည်း။

ဖြေ။ ရုပ် ၂၀-ပါး၊လောကီစိတ် ၈၁-ပါး၊ထိုလော
ကီစိတ်တို့၌ ယှဉ်သော စေတသိက္ခ ၅၂-ပါး၊ ဤလောကီ
တရားစုကို အချုပ်အားဖြင့် ပိယရုပ်၊ သာတရုပ်ဟူ၍ခေါ်
ဆိုရပါသည်။ ထိုပိယရုပ်၊ သာတရုပ်တို့၌ တဏှာ ကိန်း
အောင်းပါသည်။

သမုဒယသစ္စာပြီး၏။

နိရောဓသစ္စာ

မေး။ အဘယ်တရားကို ဒုက္ခနိရောဓသစ္စာဟု ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ပြဆိုအပ်ပြီးသောတဏှာ၏အကြွင်းမဲ့ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း၊ တဏှာကိုစွန့်လွှတ်ခြင်း၊ တဏှာဓာတ်မှ ကျွတ်လွှတ်ခြင်း နိဗ္ဗာန်သဘောကို ဒုက္ခနိရောဓသစ္စာခေါ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ်မည်သော အာရုံဝတ္ထုတို့၌ တဏှာကို အကြွင်းမဲ့ချုပ်ငြိမ်းပယ်ဖျောက်ရပါသနည်း။

ဖြေ။ ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ဝိယရုပ်၊ သာတရုပ်တို့၌ ကိန်းအောင်းသောတဏှာကို အကြွင်းမဲ့ချုပ်ငြိမ်းအောင်ပယ်ရပါသည်။ တဏှာချုပ်ငြိမ်းလျှင် ဒုက္ခဇာတ်သိမ်း၍ နိဗ္ဗာန်ဓာတ်ကြီးပေါ်ပေါက်ပါသည်။

နိရောဓသစ္စာ ပြီး၏။

မဂ္ဂသစ္စာ

မေး။ မဂ္ဂသစ္စာ—ဟူသည် အဘယ်နည်း။

ဖြေ။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို မဂ္ဂသစ္စာခေါ်ပါသည်။

မေး။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးသရုပ်ကို ဘော်ထုတ်၍ပြပါ။

ဖြေ။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ၊ ဤကားမဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဖြစ်ပါသည်။

မေး။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၏ အနက်သဘောကို အမြွက်မျှ ဘော်ပြပါ။

- ဧဇ္ဇိ ၁။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ-ကောင်းစွာမြင်ခြင်း၊
 ၂။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ-ကောင်းစွာကြံစည်ခြင်း၊
 ၃။ သမ္မာဝါစာ-ကောင်းသောစကားကို ပြောဆိုခြင်း၊
 ၄။ သမ္မာကမ္မန္တ- ကောင်းသောအမှုကို ပြုလုပ်ခြင်း၊
 ၅။ သမ္မာအာဇီဝ-ကောင်းစွာအသက်မွေးခြင်း၊
 ၆။ သမ္မာဝါယာမ-ကောင်းစွာအားထုတ်ခြင်း၊
 ၇။ သမ္မာသတိ-ကောင်းစွာအောက်မေ့ခြင်း၊
 ၈။ သမ္မာသမာဓိ-ကောင်းစွာတည်ကြည်ခြင်း၊

ဤကား မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၏ သဘော အဓိပ္ပါယ်များ ဖြစ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ့်ကြောင့် မဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ မဂ်ဉာဏ်သို့ဆိုက်ရောက်ကြောင်း လမ်းကောင်းကြီးသဘွယ်ဖြစ်၍ မဂ္ဂင်ခေါ်ပါသည်။

မေး။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာ သုံးပါးသို့ ဆိုင်ရာဆိုင်ရာသွင်း၍ပြပါ။

ဧဇ္ဇိ ၁။ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊ ဤမဂ္ဂင်သုံးပါးကို အဓိသီလသိက္ခာ၌ သွင်းရပါသည်။

၂။ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ၊ ဤမဂ္ဂင်သုံးပါးကို အဓိစိတ္တသိက္ခာ၌ သွင်းရပါသည်။

၃။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ ဤ မဂ္ဂင်နှစ်ပါးကို အဓိပညာသိက္ခာ၌သွင်းရပါသည်။

မေး။ အဘယ်တရားကိုသမ္မာဒိဋ္ဌိမဂ္ဂင်ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ သစ္စာလေးပါးတရား အချက်တို့ကို ကွက်ကွက် ကွင်းကွင်း အလင်းသိမြင်နိုင်သောပညာကို သမ္မာဒိဋ္ဌိ မဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ်သဘောတရားကို သမ္မာသင်္ကပ္ပ မဂ္ဂင်- ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ နေက္ခမသင်္ကပ္ပေါ- ဘာမဘောင်မှ ခွာရှောင် ရန်ကြံစည်မှု ဟူသောဝိတက်တမျိုး၊

၂။ အဗျာပါဒ သင်္ကပ္ပေါ-ဒေါသမှ ရှောင်ကြဉ်၍ မေတ္တာသက်ဝင်ရန် ကြံစည်မှုဟူသော ဝိတက် တမျိုး၊

၃။ အဝိဟိံသာသင်္ကပ္ပေါ-သူတပါးအား ညှဉ်းဆဲ မှုကို ခွာ၍ ကရုဏာသက်ဝင်ရန် ကြံစည်မှုဟူ သော ဝိတက်တမျိုး၊

ဤသမ္မာဝိတက်သုံးမျိုးကို သမ္မာသင်္ကပ္ပမဂ္ဂင် ခေါ်ပါ သည်။

မေး။ အဘယ် သဘောတရားကို သမ္မာဝါစာမဂ္ဂင် ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ မုသာဝါဒ-စသော ဝစီဒုစ္စရိုက် လေးပါးတို့မှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သော သမ္မာဝါစာစေတသိက်ကိုပင် သမ္မာဝါစာမဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ် သဘောတရားကို သမ္မာကမ္မန္တမဂ္ဂင်- ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ပါဏာတိပါတစသော ကာယဒုစ္စရိုက် သုံးပါး
တို့မှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်းဖြစ်သောသမ္မာကမ္မန္တ စေတသိက်
ကိုပင် သမ္မာကမ္မန္တမဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ် သဘောတရားကို သမ္မာအာဇီဝမဂ္ဂင်
ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ကာယဒုစ္စရိုက် သုံးပါး၊ ဝစီဒုစ္စရိုက် လေးပါး
တို့မှ ရှောင်ကြဉ်၍ ဖြူစင်စွာအသက်မွေးကြောင်းဖြစ်သော
သမ္မာအာဇီဝစေတသိက်ကိုပင် သမ္မာအာဇီဝမဂ္ဂင်- ခေါ်
ပါသည်။

မေး။ အဘယ် သဘောတရားကို သမ္မာ ဝါယာမ
မဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ၁။ မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို မဖြစ်
အောင် အားထုတ်ခြင်းတပါး၊

၂။ ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို ပယ်ခွာရ
အောင် အားထုတ်ခြင်းတပါး၊

၃။ မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖြစ်ပေါ်
ရအောင် အားထုတ်ခြင်းတပါး၊

၄။ ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ပွားများတိုး
တက်လေအောင် အားထုတ်ခြင်းတပါး၊

ဤသမ္မပ္ပဓာန် ဝီရိယလေးပါးကို သမ္မာဝါယာမ မဂ္ဂင်
ခေါ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ် သဘော တရားကို သမ္မာသတိမဂ္ဂင်-
ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ သတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာ တော်၌ လာရှိသော
အတိုင်း—

- ၁။ ကိုယ်ကာယအစဉ် မပြတ်ရှုဆင်ခြင်သော ကာယာ
နုပဿနာသတိ၊
၂။ စိတ်အစဉ် မပြတ်ရှုဆင်ခြင်သော စိတ္တာ နုပဿနာ
သတိ၊
၃။ ဝေဒနာ အစဉ် မပြတ် ရှုဆင်ခြင်သော ဝေဒနာ
နုပဿနာ သတိ၊
၄။ နိဝရဏစသော တရားအစုတို့၌ မပြတ်ရှုဆင်ခြင်
သောဓမ္မာနုပဿနာသတိ၊
သတိပဋ္ဌာန်ဆိုင်ရာ လေးဖြာသော သတိကြီးများကို
သမ္မာသတိမဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသည်။

မေး။ အဘယ် သဘော တရားကို သမ္မာသမာဓိ
မဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသနည်း။

ဖြေ။ ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ် တရားတို့မှ ဆိတ်ငြိမ်
ကင်းဝေး အကုသိုလ်အညစ်အကြေးတို့ကို စွန့်ခွာ၍ ဘာဝ
နာကိစ္စဖြင့် ပထမဈာန်စသော သမာပတ်ကို ဝင်စားကာ
ဝိဝေကပီတိချမ်းသာဖြင့် လွန်စွာစိတ်တည်ခိုင်မှုကို သမ္မာ
သမာဓိမဂ္ဂင်-ခေါ်ပါသည်။

မဂ္ဂသစ္စာပြီး၏။
အရိယသစ္စာပိုင်းပြီး၏။
ဓမ္မာနုပဿနာပြီး၏။

နိဂုံး

မေး။ ဣဿရိယ၊ဓမ္မ၊ယသ၊ သိရီ၊ကာမ၊ ပယတ္တ-ဟု
ခြောက်ဝဘုန်းဂုဏ် နှုန်းမကုန်ဘဲ သုံးဘုံတိုက်
သား မကိုဋ်ထား၍ ဝပ်တွားပူဇော်ကြရာ ဂင်္ဂါ

ဝါဠု သဲစုမက ပွင့်တော်မူသမျှသော ဘဂဝန္တ သခင် ဘုရားရှင်တို့၏ လက်သုံးဟောမြဲထုံးဖြစ် သော ဤသတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာကို ကောင်းစွာ ဖြေကြားပေသည့်အတွက် နှစ်သက် ရှင်လန်း ဖြန်းဖြန်းပီတိ ဝမ်းဆီထိသကဲ့သို့အမိတကုသိုလ် ထိုထိုများလှ ဓမ္မသဝန ဓမ္မဒေသနာ များကို အဆင့်ဆင့် ပွားရပေပြီ။ ထိုမှတခြား မေးရန် အခွင့်ရှိပြန်လေသည်ကား ဤသတိပဋ္ဌာန်တရား လေးပါးကို ကောင်းမွန်စွာ ပွားများခဲ့ပါလျှင် မည်သို့သောအကျိုးကို ဖွံ့ဖြိုးစွာရနိုင်ပါသနည်း။

ဖြေ။ မဟာဘဂဝန္တခြောက်ဝဘုန်းဂုဏ် နှုန်းမကုန်ဘဲ သုံးဘုံတိုက်သားတို့၏ မကိုဋ်ထွတ်ဖျား ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား ဟူသမျှတို့၏ လက်သုံး ဟောမြဲထုံးဖြစ်ပေ သော ဤသတိပဋ္ဌာန်တရားကို ခုနစ်နှစ်ပတ်လုံး ကောင်းမွန် စွာ ပွားများအားထုတ်ခဲ့ပါလျှင် မျက်မှောက် ဘဝမှာပင် ကိလေသာ ကုန်ခန်း၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်လေရာ၏။ အကယ်၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ မရောက်နိုင် သေးပါလျှင် အနာဂါမ် အဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်၏- ဟူ၍ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူပါသည်။

မေး။ ဤသတိပဋ္ဌာန် ဒေသနာကို ခုနစ်နှစ် အောက် ယုတ်လျော့၍ ပွားများသောသူမှာ အနာဂါမ်၊ ရဟန္တာ ဖြစ်နိုင်ဘွယ်ရာ အကြောင်း မရှိပြီ လော။

ဖြေ။ ခုနစ်နှစ် ပွားများရမည်ဟု ဟောတော် မူခြင်း မှာ-ဥက္ကဋ္ဌပရိစ္ဆေဒနည်းအားဖြင့် အလွန်ဆုံးထား၍ ဟော

ကြားတော်မူခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ခြောက်နှစ်၊ ငါးနှစ်၊ လေးနှစ်၊ သုံးနှစ်၊ နှစ်နှစ်၊ တနှစ်၊ ခုနစ်လ၊ ခြောက်လ၊ ငါးလ၊ လေးလ၊ သုံးလ၊ နှစ်လ၊ တလခွဲ၊ အနည်းဆုံးအားဖြင့်-ခုနစ်ရက်တာမျှ ဤသတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာကို ကောင်းမွန် ကျ-နစွာ ပွားများ ခဲ့ပါလျှင် ဤမျက်မှောက် ဘဝ၌ပင်လျှင် ကိလေသာကုန် ခန်း၍ ရဟန္တာဖြစ်နိုင်၏။ အကယ်၍ ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ မရောက်နိုင်သေးပါလျှင် အနာဂါမ်အဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်၏ ဟူ၍ ရွှေဗျာဒိတ်တော်မိန့်ခွန်းဖြင့် ပြည့်စုံစွာ ဟောပြောတော် မူပါသည်။

မေး။ ဤသတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာကို ဟောတော်မူသော အခါ အဘယ်မျှလောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်များတို့ သည် အာသဝေါတရားမှ ကျွတ်လွတ်၍ အရ ဟတ္ထဖိုလ်တည်းဟူသော အထွတ်သို့ တိုင်ရောက် ကြပါသနည်း။

ဖြေ။ ဤသတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာကို ဟောတော်မူသော အခါ သုံးသောင်းမျှလောက်သော ရဟန်းတော် အရှင် မြတ်တို့သည် အာသဝေါကင်းပြတ်၍မြင့်မြတ်သောရဟန္တာ အဖြစ်သို့ရောက်တော်မူကြပါသည်။

နိဂုံးပြီး၏။

အနုမောဒနာပွဲသိမ်း

သာဓု-သာဓု-သာဓု၊ မကုဋ-ကုဋ၊ တိလောကဥဿျာဏ်၊ ဘုန်းခေါင်ဘုန်းဖျား၊ ခြောက်ပါးတံခွန်၊ ဘဂဝန်အောင် ဟိတ်၊ ဂုဏ်တံဆိပ်ဖြင့်၊ ဘိသိက်ခံယူတော်မူပြီးခါ၊ လူနတ်

ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါခပင်း၊ အမင်းမင်းတို့ဦးညွတ်ရာ၊ တရားစကြာ
မင်းကြီး ဖြစ်တော်မူသောမြတ်စွာဘုရား၏၊ လေးပါးသော
ရတနာ၊ မဟာသတိပဋ္ဌာန်၊ သုတ္တန်တော်အမြတ်ကို၊ ရွတ်
ဘတ်သရဇ္ဈာယ်၊ အဓိပ္ပါယ် မရှုပ်ထွေးစေဘဲ၊ အမေးအဖြေ
နှင့်တကွ၊ တရားသဘင်၊ ဆင်ယင်ကြပေသည်မှာ၊ ရှင်ပြီးနှစ်
သက်၊ အားတက်စွာဘိ၊ ပီတိငါးခိုင်၊ အပြိုင်ပြိုင် ပွင့်လန်း၍၊
တရားတည်းဟူသော အမြှိုက်ပန်းကို၊ ဆင်မြန်းပြီးခါ၊ ဓမ္မ
ပီတိအရသာကို၊ ကောင်းစွာခံစားကြရပေပြီ။

မဟာသတိပဋ္ဌာန်၊ သုတ္တန်လေးနက်၊ ဓမ္မစက်ကို၊ နှစ်
သက်လှစွာ၊ စေတနာဖြင့်၊ ဘာဝနာအခြေ၊ ဝဋ်သုံးထွေမှာ၊
ရှောင်သွေ ကင်းလွတ်၍၊ ဝိဝဇ္ဇာသမိုက်၊ အမြိုက်အောင်ခန်း၊
နိဗ္ဗာန်နန်းသို့၊ စခန်းမကြာ၊ နာဝါမဂ္ဂင်၊ သဘောယာဉ်ဖြင့်၊
လျင်လျင်ကူးမြောက်ကြရန်၊ သင်အံလေ့ကျက်၊ နှုတ်တက်
သရဇ္ဈာယ်တော်မူကြပါကုန်လော့။

အနုမောဒနာပွဲသိမ်းပြီး၏။

နိဂုံးကဗျာ

- ၁။ စိုက်ထူတံခွန်၊ ဘဂဝန်၊ ဂုဏ်မွန်ကျယ်ဝန်းစွာ။
- ၂။ မြတ်စွာ ဘုရား၊ ဟောပြော ကြား၊ တရားမြိုက်
ဩဇာ။
- ၃။ သတိပဋ္ဌာန်၊ ကျမ်းသုတ္တန်၊ ထုတ်ပြန်မေးဖြေစာ။
- ၄။ သရုပ်ဓိပ္ပါယ်၊ လွန်ဆန်းကြယ်၊ အလွယ်သိစိမ့်ငှါ။
- ၅။ သိလွယ်စေကြောင်း၊ လူအပေါင်း၊ ကောင်းသည့်
စေတနာ။

- ၆။ သင်အံဆောင်ရွက်၊ ရအောင်ကျက်၊ မခက်လွယ်
ကုစွာ။
- ၇။ ဝတ်ကျောင်းရွှေဘုံ၊ ဓမ္မာရုံဝယ်၊ မေးတုံဖြေကြား၊
ကုသိုလ်ပွား၊ အများကြည်ညိုရာ။
- ၈။ လယ်တီအစ-ပဏ္ဍိတ၊ နာမမည်သညာ။
- ၉။ အများကျက်ရန်၊ ရေးစီမံ၊ မဂ်ဉာဏ်လက်ဆောင်
သာ။
- ၁၀။ ဧကအဋ္ဌ၊ ဒွိဧက၊ မာသ-ကန်သညာ။
- ၁၁။ ဂုရုနံကြွက်၊ ဆန်းလေးရက်၊ ပြီးလျက် အောင်
မြင်စွာ။
- ၁၂။ သတိပဋ္ဌာန်၊ သုတ္တန်မေးဖြေ၊ ရေးပေရငြား၊ ကောင်း
မှုအားကြောင့်၊ အများရှင်လန်း၊ လပြည့်စန်းနှင့်၊
ပန်း၏ အသွင်၊ စိတ်ကြည်လင်၊ ပြည်ခွင် ငြိမ်း
ချမ်းသာ။

နိဂုံးကဗျာပြီး၏။

မဟာသတိပဋ္ဌာန် အမေးအဖြေကျမ်းပြီး၏။

မဟာသထိပဋ္ဌာနသုတ်ပါဠိတော်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

အမွန်း

- (က) လဒ္ဓါ ပေါသော သုမဉ္ဇူသံ၊
ရတနာနီဓ နိဒ္ဒဟေ။
ဧဝံ ဒေသေသိ ဂစ္ဆိရံ၊
ဘဂဝါ ကုရုဝါသိနံ။ ။
- (ခ) ကေဝိသထိ ဌာနေသု၊
အရဟတ္တေ သုခေပိယ။
သောကာဒုပဒ္ဒဝဋ္ဋာတံ၊
ဝိသုဒ္ဓဒိဌမာဝဟံ။ ။
- (ဂ) ပဏ္ဍုကမ္မလဝေသောဝ၊
သတ္တဝဏ္ဏံ ပကာသယံ။
စရိတာဒိနုလောမေန၊
စတုဓာ တံ ဘဏာမ ဟေ။ ။

နိဒါန

၁။ ဧဝံ မေ သုတံ—ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ကုရုသု
ဝိဟရတိ ကမ္မာသဓမ္မနာမ^၁ ကုရုနံ နိဂမော။ တတြ ခေါ

၁—ကမ္မာသဓမ္မနာမ(ကတ္တဝိ)

ဘဂဝါ ဘိက္ခု။ အာမန္တေသိ“ဘိက္ခုဝေါ” တိ။ ဘဒ္ဒန္တေတိ
 တေ ဘိက္ခု။ ဘဂဝတော ပစ္စယောသုံ။
 ဘဂဝါ တေ ဒဝေါစ—

ဥဒ္ဒေသ

၂။ ကောယနော အယံ ဘိက္ခုဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ
 ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခ-
 ဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမာယ ဉာယဿ အဓိဂမာယ
 နိဗ္ဗာနဿ သစ္စိကိရိယာယ၊ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိ-
 ပဋ္ဌာနာ။

ကတမေ စတ္တာရော—

ဣဓ ဘိက္ခုဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာနုပဿီ
 ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ
 လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဝေဒနာသု ဝေဒနာ-
 နုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ
 ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ စိတ္တေ စိတ္တာ-
 နုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ
 ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာ-
 နုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ
 ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ။

ဥဒ္ဒေသော နိဋ္ဌိတော။

ကာယာနုပဿနာ အာနာပါနပဗ္ဗ

၃။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ အရညဂတော
ဝါ ရုက္ခမူလဂတော ဝါ သုညာဂါရဂတော ဝါ နိဿိဒတိ
ပလ္လင်္ဂံ အာဘုဇိတွာ ဥဇုံ ကာယံ ပဏိဓာယ ပရိမုခံ
သတိံ ဥပဋ္ဌပေတွာ။

သော သတောဝ အဿသတိ၊ သတောဝ ပဿ-
သတိ။ ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော ဒီဃံ အဿသာမိတိ
ပဇာနာတိ၊ ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္တော ဒီဃံ ပဿသာမိတိ
ပဇာနာတိ။ ရဿံ ဝါ အဿသန္တော ရဿံ အဿသာ-
မိတိ ပဇာနာတိ၊ ရဿံ ဝါ ပဿသန္တော ရဿံ ပဿ-
သာမိတိ ပဇာနာတိ။

သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ အဿသိသာမိတိ သိက္ခတိ၊
သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ ပဿသိသာမိတိ သိက္ခတိ။
ပဿန္တယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿသိသာမိတိ သိက္ခတိ၊
ပဿန္တယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသိသာမိတိ သိက္ခတိ။

သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဒက္ခော ဘမကာရေ ဝါ
ဘမကာရန္တေဝါသီ ဝါ ဒီဃံ ဝါ အဉ္စန္တော ဒီဃံ
အဉ္စာမိတိ ပဇာနာတိ၊ ရဿံ ဝါ အဉ္စန္တော ရဿံ
အဉ္စာမိတိ ပဇာနာတိ။ ဝေမေဝ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊
ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော ဒီဃံ အဿသာမိတိ ပဇာ-
နာတိ၊ ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္တော ဒီဃံ ပဿသာမိတိ ပဇာ-
နာတိ။ ရဿံ ဝါ အဿသန္တော ရဿံ အဿသာမိတိ

ပဇာနာတိ၊ ရသံ ဝါ ပဿသန္ဓေ ခဿံ ပဿသာ
မိတိ ပဇာနာတိ။

သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ
သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ
ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ
ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမိတိ သိက္ခတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယော တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တံ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိပ္ပိ လောကေ
ဥပါဒိယတိ။ ဧဝံ ခေါ 'ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာ
ယာ နုပဿီ ဝိဟရတိ။

အာနာပါနပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

ကာယာနုပဿနာ ဣရိယာပထပဗ္ဗ

၄။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာ
မိတိ ပဇာနာတိ၊ ဌိတော ဝါ ဌိတောမှိတိ ပဇာနာတိ
နိသိန္ဓော ဝါ နိသိန္ဓောမှိတိ ပဇာနာတိ၊ သယာနေ

ဝါ သဿာနောဋ္ဌိတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ ယထာ ဝါ
ပနဿ ကာယော ပဏိဟိတော ဟောတိ၊ တထာ
တထာ နံ ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊
ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါ-
ဒိယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဣရိယာပထပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

ကဿာနုပဿနာ သမ္ပဇာနပဗ္ဗ

၅။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ အဘိက္ကန္တေ
ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ အာလောကိတေ
ဝိလောကိတေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ သမိဉ္စိတေ
ပသာရိတေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ သင်္ခာပိပတ္တ-
စိဝရဓာရဏေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ အသိတေ
ဝိတေ ခါယိတေ သာယိတေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ။

ဥစ္စာရပဿာဝကဓမ္မ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ ဂတေ
ဌိတေ နိဿိန္ဓေ သုတ္တေ ဇာဂရိတေ ဘာသိတေ တုဏှိ-
ဘာဝေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဝေဗ္ဗိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

သမ္ပဇာနပဋ္ဌံ နိဋ္ဌိတံ။

ကာယာနုပဿနာ ပဋိကူလမနသိကာရပဗ္ဗ

၆။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဣမမေဝ ကာယံ
ဥဒ္ဓိံ ပါဒတလာ အဓော ကေသမတ္တကာ တစပရိယန္တံ
ပူရံ နာနပ္ပကာရဿ အသုစိနော ပစ္စဝေက္ခတိ—

“အတ္ထိ ဣမသ္မိံ ကာယေ—

ကေသာ လောမာ နခါ ဒန္တာ တစော၊

မံသံ နှာရူ အဋ္ဌိ အဋ္ဌိမိဉ္စံ ဝက္ကံ၊

ဟဒယံ ယကနံ ကိလောမကံ ပိဟကံ ပပ္ပာသံ၊
 အန္တိ အန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ ကရိသံ မတ္ထလုဂ်^၁၊
 ပိတ္တံ သေမှံ ပုဗ္ဗော လောဟိတံ သေဒေါ မေဒေါ၊
 အဿု ဝဿ ခေဠော သဃိာဏိကာ လသိကာ
 မုတ္တ^၂န္တိ။

သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဥဘတောမုခါ ပုတောဠိ
 ပူရာ နာနာဝိဟိတဿ ခညဿ။ သေယျထိဒံ၊ သာလီနံ
 ဝိဟီနံ မုဂ္ဂါနံ မာသာနံ တိလာနံ တဏှုလာနံ။ တမေနံ
 စက္ခုမာ ပုရိသော မုဉ္ဇိတွာ ပစ္စဝေက္ခေယျ “ဣမေ
 သာလီ ဣမေ ဝိဟီ ဣမေ မုဂ္ဂါ ဣမေ မာသာ ဣမေ
 တိလာ ဣမေ တဏှုလာ”တိ။

ဝေမေဝ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဣမေဝ ကာယံ ဥဒ္ဓံ
 ပါဒတလာ အဓော ကေသမတ္ထကာ တစပရိယန္တိ ပူရံ
 နာနပ္ပကာရဿ အသုစိနော ပစ္စဝေက္ခတိ-

“အတ္ထိ ဣမသ္မိ^၁ ကာယေ-

ကေသာ လောမာ နခါ ဒန္တာ တစော၊

မံသံ နှာရု အဋ္ဌိ အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ ဝက္ကံ၊

ဟဒယံ ယကနံ ကိလောမကံ ပိဟကံ ပပ္ပာသံ၊

အန္တိ အန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ ကရိသံ မတ္ထလုဂ်^၁၊

ပိတ္တံ သေမှံ ပုဗ္ဗော လောဟိတံ သေဒေါ မေဒေါ၊

အဿု ဝဿ ခေဠော သိဃိာဏိကာ လသိကာ

မုတ္တ^၂န္တိ

၁-မတ္ထလုဂ် (ကတ္တစိနတ္ထိ)

၂-မုတောဠိ (သျှာ)၊ မုတောလိ (ဣ)

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ
ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ
ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပဋိကူလမနသိကာရပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

ကာယာနုပဿနာ ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗ

၇။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဣမမေဝ ကာယံ
ယထာဌိတံ ယထာပဏိဟိတံ ဓာတုသော ပစ္စဝေက္ခတိ
“အတ္ထိ ဣမသ္မိံ ကာယေ ပထဝီဓာတု အာပေါဓာတု
တေဇောဓာတု ဝါယောဓာတူ”တိ။

သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဒက္ခော ဂေါဃာတကော ဝါ
ဂေါဃာတကန္တေဝါသီ ဝါ ဂါဝိံ ဝဓိတွာ စတုမဟာ-
ပထေ ဗိလသော ဝိဘဇိတွာ နိသိန္ဓော အဿ။ ဧဝေဝ
ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဣမမေဝ ကာယံ ယထာဌိတံ
ယထာပဏိဟိတံ ဓာတုသော ပစ္စဝေက္ခတိ “အတ္ထိ ဣမသ္မိံ
ကာယေ ပထဝီဓာတု အာပေါဓာတု တေဇောဓာတု
ဝါယောဓာတူ”တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမု-
ဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ
ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

ကာယာနုပဿနာ နဝသိဝထိကပဌ

၈။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ
ပဿေယျ သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဋ္ဌိတံ ကောဟမတံ
ဝါ ဒွိဟမတံ ဝါ တိဟမတံ ဝါ ဥဒ္ဓုမာတကံ ဝိနိလကံ
ဝိပုဗ္ဗကဇာတံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ
“အယမ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအန-
တိတော” တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယ-

ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ
ဟောတိ ယာဇဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဝေဗ္ဗိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သေယျထာပိ ပသေယျ
သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ ကာကေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ
ကုသလေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ဂိဇ္ဈေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ကဏ္ဍေဟိ
ဝါ ခဇ္ဇမာနံ သုနခေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ဗျဿေဟိ ဝါ ခဇ္ဇ-
မာနံ ဒီပိဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ သိင်္ဂါလေဟိ ဝါ 'ခဇ္ဇမာနံ
ဝိဝိဓေဟိ ဝါ ပါဏကဇာတေဟိ ခဇ္ဇမာနံ။ သော ဣမ-
မေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယဗ္ဗိ ခေါ ကာယော
ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝိ ဧဝံအနတိတော”တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

၁-ဂိဇ္ဈေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ၊ သုဝါနေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ၊ သိင်္ဂါလေဟိ
ဝါ ခဇ္ဇမာနံ၊ (သျှာ၊ ဣ)

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာ-
နုပဿိ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သေယျထာပိ ပဿေယျ
သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ အဋ္ဌိကသင်္ခလိကံ သမံသ-
လောဟိတံ နှာရသမ္ပန္နံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသိ-
ဟရတိ “အယမ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ
ဧဝံအနတိတော”တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿိ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿိ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿိ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿိ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿိ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ
နုပဿိ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာ-
နုပဿိ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သေယျထာပိ ပဿေယျ
သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ အဋ္ဌိကသင်္ခလိကံ နိမိသ
လောဟိတမက္ခိတံ နှာရသမ္ပန္နံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ

ဥပသံဟရတိ “အယဗ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံ-
ဘာဝီ ဧဝံအနတိတော” တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပသေယျ
သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဋ္ဌိတံ အဋ္ဌိကသင်္ခလိကံ အပဂတ-
မံသလောဟိတံ နှာရသမ္ပန္နံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ
ဥပသံဟရတိ “အယဗ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံ-
ဘာဝီ ဧဝံအနတိတော” တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာ-
နုပဿိ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သေယျထာပိ ပဿေယျ
သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဋ္ဌိတံ အဋ္ဌိကာနိ အပဂတ-
သမ္ပန္နာနိ ' ဒိသာဝိဒိသာ ဝိက္ခိတ္တာနိ၊ အညေန ဟတ္ထဋ္ဌိကံ
အညေန ပါဒဋ္ဌိကံ အညေန ဂေါပ္ပကဋ္ဌိကံ ' အညေန
ဇယံဋ္ဌိကံ အညေန ဥရုဋ္ဌိကံ အညေန ကဋိဋ္ဌိကံ ' အညေန
ဖာသုကဋ္ဌိကံ အညေန ပိဋ္ဌိဋ္ဌိကံ အညေန ခန္ဓဋ္ဌိကံ '၊
အညေန ဂီဝဋ္ဌိကံ အညေန ဟနုကဋ္ဌိကံ အညေန ဒန္တ-
ဋ္ဌိကံ အညေန သီသကဋ္ဌာဟံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ
ဥပသံဟရတိ “အယမ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံ-
ဘာဝိ ဧဝံအနတိတော” တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿိ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿိ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿိ ဝိဟရတိ။

၁-အပဂတနာရသမ္ပန္နာနိ (သျှာ)

၂-“အညေန ဂေါပ္ပကဋ္ဌိကံ” နှိ ဣဒံ သီ-သျှာ-ဣ ပေါတ္ထကေသု
နတ္ထိ။

၃-၃-အညေန ကဋ္ဌိဋ္ဌိကံ အညေန ပိဋ္ဌိဋ္ဌိကံ အညေန ကဏ္ဍက
ဋ္ဌိကံ အညေန ဖာသုကဋ္ဌိကံ အညေန ဥရုဋ္ဌိကံ အညေန အံသ
ဋ္ဌိကံ အညေန ဗာဟုဋ္ဌိကံ (သျှာ)

သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပသေယျ
သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ အဋ္ဌိကာနိ သေတာနိ
သင်္ခဝဏ္ဏပဋိဘာဂါနိ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပ-
သံဟရတိ “အယမ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ
ဧဝံအနတိတော” တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပဿေယျ သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ အဋ္ဌိကာနိ ပုဉ္ဇကိတာနိ တေရောဝဿိကာနိ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယဗ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝိ ဧဝံအနတီတော” တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝံဗ္ဗိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပဿေယျ သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ အဋ္ဌိကာနိ ပူတီနိ စုဏ္ဏကဇာတာနိ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယဗ္ဗိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝိ ဧဝံအနတီတော” တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ

ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ
ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ကာယောတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဝေဗ္ဗိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

နဝသိဝထိကပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။
စုဒ္ဓသ ကာယာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။

ဝေဒနာနုပဿနာ

၉။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဝေဒနာသု
ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣမ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သုခံ ဝါ
ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီတိ
ပဇာနာတိ။ ဒုက္ခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော ဒုက္ခံ ဝေဒနံ
ဝေဒယာမီတိ ပဇာနာတိ။ အဒုက္ခမသုခံ ဝါ ဝေဒနံ
ဝေဒယမာနော အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီတိ
ပဇာနာတိ။

သာမိသံ ဝါ သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော သာမိသံ
သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီတိ ပဇာနာတိ၊ နိရာမိသံ ဝါ သုခံ
ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော နိရာမိသံ သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာ-
မီတိ ပဇာနာတိ။ သာမိသံ ဝါ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာ-
နော သာမိသံ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမီတိ ပဇာနာတိ။

နိရာမိသံ ဝါ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော နိရာမိသံ
ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိတိ ပဇာနာတိ။ သာမိသံ ဝါ
အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော သာမိသံ အဒုက္ခမ-
သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိတိ ပဇာနာတိ။ နိရာမိသံ ဝါ
အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော နိရာမိသံ အဒုက္ခမ-
သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိတိ ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ
ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ဝေဒနာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဝေဒနာသု ဝေဒနာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဝေဒနာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။

စိတ္တာနုပဿနာ

၁၀။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ
ဝိဟရတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ သရာဂံ
စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝိတရာဂံ ဝါ စိတ္တံ ဝိတရာဂံ စိတ္တန္တိ
ပဇာနာတိ။ သဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ သဒေါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာ-
နာတိ၊ ဝိတဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ ဝိတဒေါသံ စိတ္တန္တိ ပဇာ-

နာတိ။ သမောဟံ ဝါ စိတ္တံ သမောဟံ စိတ္တန္တိ ပဇာ-
နာတိ၊ ဝိတမောဟံ ဝါ စိတ္တံ ဝိတမောဟံ စိတ္တန္တိ ပဇာ-
နာတိ။

သံခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ သံခိတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ ဝိက္ခိတ္တံ
ဝါ စိတ္တံ ဝိက္ခိတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ။ မဟဂ္ဂတံ ဝါ စိတ္တံ
မဟဂ္ဂတံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ အမဟဂ္ဂတံ ဝါ စိတ္တံ
အမဟဂ္ဂတံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ။ သဉတ္တရံ ဝါ စိတ္တံ
သဉတ္တရံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ အနုတ္တရံ ဝါ စိတ္တံ အနုတ္တရံ
စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ။

သမာဟိတံ ဝါ စိတ္တံ သမာဟိတံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊
အသမာဟိတံ ဝါ စိတ္တံ အသမာဟိတံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ။
ဝိမုတ္တံ ဝါ စိတ္တံ ဝိမုတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ၊ အဝိမုတ္တံ ဝါ
စိတ္တံ အဝိမုတ္တံ စိတ္တန္တိ ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ
ဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ
ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟ-
ရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိံ ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ စိတ္တန္တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ ဟောတိ
ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိဿိ-
တောစ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။
ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ။

စိတ္တာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။

ဓမ္မာနုပဿနာ နိဝရဏပဌ

၁၁။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသု နိဝရဏေသု။ ကထဉ္စ ပန
ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသု
နိဝရဏေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္တံ
အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္တောတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ
ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္တံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ကာမစ္ဆန္တောတိ
ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ ကာမစ္ဆန္တဿ
ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ
ကာမစ္ဆန္တဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ
စ ပဟိနဿ ကာမစ္ဆန္တဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဗျာပါဒံ အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ဗျာပါဒေါတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဗျာပါဒံ
နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဗျာပါဒေါတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ
အနုပ္ပန္နဿ ဗျာပါဒဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာ-
တိ၊ ယထာစ ဥပ္ပန္နဿ ဗျာပါဒဿ ပဟာနံ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာစ ပဟိနဿ ဗျာပါဒဿ အာ-
ယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ထိနမိဒ္ဓံ အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ထိနမိဒ္ဓန္တံ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ထိနမိဒ္ဓံ
နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ထိနမိဒ္ဓန္တံ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ
အနုပ္ပန္နဿ ထိနမိဒ္ဓဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာ-

နာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ထိနမိဒ္ဓဿ ပဟာနံ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ ထိနမိဒ္ဓဿ
အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စံ အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စန္တိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဥဒ္ဓစ္စ-
ကုက္ကုစ္စံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စန္တိ ပဇာနာတိ၊
ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စဿ ဥပ္ပါဒေါ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ဥဒ္ဓစ္စ-
ကုက္ကုစ္စဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ
စ ပဟိနဿ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဝိစိကိစ္ဆံ အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ဝိစိကိစ္ဆာတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဝိစိကိစ္ဆံ
နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဝိစိကိစ္ဆာတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ
အနုပ္ပန္နာယ ဝိစိကိစ္ဆာယ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာ-
နာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နာယ ဝိစိကိစ္ဆာယ ပဟာနံ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနာယ ဝိစိ-
ကိစ္ဆာယ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာ-
နာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ
ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု
ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ဓမ္မာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဝေဗ္ဗိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ
ဝိဟရတိ ပဉ္စသု နိဝရဏေသု။

နိဝရဏပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ။

ဓမ္မာနုပဿနာ ခန္ဓပဗ္ဗ

၁၂။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ
ဝိဟရတိ ပဉ္စသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ
ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသု ဥပါဒါ-
နက္ခန္ဓေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဣတိ ရူပံ၊ ဣတိ ရူပဿ သမု-
ဒယော၊ ဣတိ ရူပဿ အတ္တင်္ဂမော။ ဣတိ ဝေဒနာ၊
ဣတိ ဝေဒနာယ သမုဒယော၊ ဣတိ ဝေဒနာယ
အတ္တင်္ဂမော။ ဣတိ သညာ၊ ဣတိ သညာယ သမုဒယော၊
ဣတိ သညာယ အတ္တင်္ဂမော။ ဣတိ သင်္ခါရာ၊ ဣတိ
သင်္ခါရာနံ သမုဒယော၊ ဣတိ သင်္ခါရာနံ အတ္တင်္ဂမော။
ဣတိ ဝိညာဏံ၊ ဣတိ ဝိညာဏဿ သမုဒယော၊ ဣတိ
ဝိညာဏဿ အတ္တင်္ဂမောတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ

ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု
ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ဓမ္မာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တော ဟောတိ
ယာဝဒေဝံ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိဿိ-
တော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။
ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ ပဉ္စသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု။

ခန္ဓပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

ဓမ္မာနုပဿနာ အာယတန ပဗ္ဗ

၁၃။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ
ဝိဟရတိ ဆသု အဇ္ဈတ္တိကဗာဟိရေသု၊ အာယတနေသု။
ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟ-
ရတိ ဆသု အဇ္ဈတ္တိကဗာဟိရေသု အာယတနေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ စက္ခုဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ရူပေ စ
ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ
ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ
သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ
စ ပဟိနဿ သံယောဇနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သောတဉ္စ ပဇာနာတိ၊ သဒ္ဓေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ
တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊
ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ

ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စပဇာနာတိ။

ဃာနဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ဂန္ဓေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ တဒု-
ဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ
စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ပဟာနံ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ သံယော-
ဇနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

ဇိဌဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ရသေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ တဒု-
ဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ
စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ပဟာနံ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ
သံယောဇနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ။

ကာယဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ
တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊
ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ
ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ
သံယောဇနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ။

မနဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ဓမ္မေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ တဒုဘယံ
ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ
အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ

ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ပဟာနံ
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ သံယော-
ဇနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာ-
နာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ
ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု
ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ဓမ္မာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ
ဥပါဒိယတိ။ ဧဝံ ခေါဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ ဆသု အဇ္ဈတ္တိကဗာဟိရေသု အာယ-
တနေသု။

အာယတနပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

ဓမ္မာနုပဿနာ ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗ

၁၄။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာ
နုပဿီ ဝိဟရတိ သတ္တသု ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။ ကထဉ္စ ပန
ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ သတ္တသု
ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ သတိ-
သမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂါတိ

ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂံ နတ္ထိ
မေ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ
စ အနုပ္ပန္နဿ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂဿ
ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂံ အတ္ထိ မေ
အဇ္ဈတ္တံ ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ
ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ
အနုပ္ပန္နဿ ဓမ္မဝိစယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ဓမ္မဝိစယ-
သမ္ပောဇ္ဈင်္ဂဿ ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂံ အတ္ထိ မေ
အဇ္ဈတ္တံ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ
အဇ္ဈတ္တံ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဝီရိယ-
သမ္ပောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ
ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာ-
နာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂဿ
ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဝီတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂံ အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ဝီတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ
ဝီတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဝီတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂီတိ
ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ ဝီတိသမ္ပောဇ္ဈင်္ဂဿ

ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ
ဝီတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ အတ္ထိ မေ
အဇ္ဈတ္တံ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ
ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ
ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာ-
နာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ
ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ အတ္ထိ မေ
အဇ္ဈတ္တံ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ
ဝါ အဇ္ဈတ္တံ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ
အနုပ္ပန္နဿ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သမာဓိ-
သမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ အတ္ထိ မေ
အဇ္ဈတ္တံ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ
ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ
ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်္ဂီတိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ
အနုပ္ပန္နဿ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ဥပေက္ခာ-

သမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ
ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ
ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ
ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ဓမ္မာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ ဟောတိ
ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိ-
ဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဝေဗ္ဗိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ
ဝိဟရတိ သတ္တသု ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။

ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ ။

ဓမ္မာနုပဿနာ သစ္စပဗ္ဗ

၁၅။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ
ဝိဟရတိ စတုသု အရိယသစ္စေသု။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ
ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ စတုသု အရိယ-
သစ္စေသု။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဣဒံ ဒုက္ခန္တိ ယထာ-
ဘူတံ ပဇာနာတိ၊ အယံ ဒုက္ခသမုဒယောတိ ယထာ-
ဘူတံ ပဇာနာတိ၊ အယံ ဒုက္ခနိရောဓောတိ ယထာဘူတံ

၁-ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ။ ပဌမဘာဏဝါရံ (သျှာ)

ပဇာနာတိ၊ အယံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါတိ ယထာ-
ဘူတံ ပဇာနာတိ။

ပဋ္ဌမဘာဏဝါရော နိဋ္ဌိတော။

ဒုက္ခသစ္စနိဒ္ဒေသ

၁၆။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ။ ဇာတိပိ
ဒုက္ခာ၊ ဇရာပိ ဒုက္ခာ၊ မရဏမ္ပိ ဒုက္ခံ၊ သောကပရိဒေဝ-
ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာပိ ဒုက္ခာ၊ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပ-
ယောဂေါပိ ဒုက္ခော၊ ဝိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါပိဒုက္ခော၊
ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ၊ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါ-
နက္ခန္ဓာ^၁ ဒုက္ခာ။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ ဇာတိ။ ယာ တေသံ တေသံ
သတ္တာနံ တမ္ပိ တမ္ပိ သတ္တနိကာယေ ဇာတိ သဉ္ဇာတိ
ဩက္ကန္တိ အဘိနိဗ္ဗတ္တိ ခန္ဓာနံ ပါတုဘာဝေါ အာယ-
တနာနံ ပဋိလာဘော။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဇာတိ။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ ဇရာ။ ယာ တေသံ တေသံ
သတ္တာနံ တမ္ပိ တမ္ပိ သတ္တနိကာယေ ဇရာ ဇီရဏတာ
ခဏ္ဍိစ္စံ ပါလိစ္စံ ဝလိတ္တစတာ အာယုနော သံဟာနိ
ဣန္ဒြိယာနံ ပရိပါကော။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဇရာ။

၁-အပ္ပိယေဟိ။ ပ။ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခောတိ ပါဠော စေဝ
တံနိဒ္ဒေသောစ ကတ္တမိ နဒိဿတိ၊ အဋ္ဌကထာယမ္ပိ တံ
သံဝဏ္ဏနာ နတ္ထိ။

၂-ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာပိ (က)

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ မရဏံ။ ယံ ဘေဝံ တေသံ တေသံ သတ္တာနံ တမ္ဘာ တမ္ဘာ သတ္တနိကာယာ စုတိ စဝနတာ ဘေဒေါ အန္တရဓာနံ မစ္စ၊ မရဏံ ကာလကိရိယာ ခန္ဓာနံ ဘေဒေါ ကဠေဝရဿ နိက္ခေပေါ ဇီဝိတိန္ဒြိယဿု-
ပစ္ဆေဒေါ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ မရဏံ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သောကော။ ယော ခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန သမန္ဓာဂတဿ အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဠဿ သောကော သောစနာ သောစိတတ္ထံ အန္တောသောကော အန္တော-
ပရိသောကော။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သောကော။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ပရိဒေဝေါ။ ယောခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန သမန္ဓာဂတဿ အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဠဿ အာဒေဝေါ ပရိဒေဝေါ အာဒေဝနာ ပရိဒေဝနာ အာဒေဝိတတ္ထံ ပရိဒေဝိတတ္ထံ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ပရိဒေဝေါ။

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။ ယံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ကာယိကံ ဒုက္ခံ ကာယိကံ အသာတံ ကာယသမ္ဗဿဇိ ဒုက္ခံ အသာတံ ဝေဒယိတံ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒေါမနဿံ။ ယံ ခေါ ဘိက္ခဝေ စေတသိကံ ဒုက္ခံ စေတသိကံ အသာတံ မနော-
သမ္ဗဿဇိ ဒုက္ခံ အသာတံ ဝေဒယိတံ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒေါမနဿံ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ဥပါယာသော။ ယော ခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန သမန္တာဂတဿ အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန ဖုဋ္ဌဿ အာယာသော ဥပါယာသော အာယာသိတတ္ထံ ဥပါယာသိတတ္ထံ။ အယံ ဝုစ္ဆတိ ဘိက္ခဝေ ဥပါယာသော။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။ ဣဓ ယဿ တေ ဟောန္တိ အနိဋ္ဌာ အကန္တာ အမနာပါ ရူပါ သဒ္ဓါ ဂန္ဓာ ရဿ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ ဓမ္မာ၊ ယေ ဝါ ပနဿ တေ ဟောန္တိ အနတ္ထကာမာ အဟိတကာမာ အဗာသုကကာမာ အယောဂက္ခေမကာမာ၊ ယာ တေဟိ သဒ္ဓိံ သင်္ဂတိ သမာဂမော သမောဓာနံ မိဿိတာဝေါ။ အယံ ဝုစ္ဆတိ ဘိက္ခဝေ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။ ဣဓ ယဿ တေ ဟောန္တိ ဣဋ္ဌာ ကန္တာ မနာပါ ရူပါ သဒ္ဓါ ဂန္ဓာ ရဿ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ ဓမ္မာ၊ ယေ ဝါ ပနဿ တေ ဟောန္တိ အတ္ထကာမာ ဟိတကာမာ ဗာသုကကာမာ ယောဂက္ခေမကာမာ မာတာ ဝါ ပိတာ ဝါ ဘာတာ ဝါ ဘဂိနိ ဝါ မိတ္တာ ဝါ အမစ္စာ ဝါ ဉှတိသာလောဟိတာ ဝါ၊ ယာ တေဟိ သဒ္ဓိံ အသင်္ဂတိ အသမာဂမော အသမောဓာနံ အမိဿိတာဝေါ။ အယံ ဝုစ္ဆတိ ဘိက္ခဝေ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။

ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။ ဇာတိဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ

“အဟော ဝတ မယံ န ဇာတိဓမ္မာ အဿာမ၊ န စ ဝတ နော ဇာတိ အာဂစ္ဆေယျ”တိ။ န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တပ္ပံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။

ဇရာဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော ဝတ မယံ န ဇရာဓမ္မာ အဿာမ၊ န စ ဝတ နော ဇရာ အာဂစ္ဆေယျ”တိ။ န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တပ္ပံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။

ဗျာဓိဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော ဝတ မယံ-န ဗျာဓိဓမ္မာ အဿာမ၊ န စ ဝတ နော ဗျာဓိ အာဂစ္ဆေယျ”တိ။ န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တပ္ပံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။

မရဏဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော ဝတ မယံ န မရဏဓမ္မာ အဿာမ၊ န စ ဝတ နော မရဏံ အာဂစ္ဆေယျ”တိ။ န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တပ္ပံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။

သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသ ဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော ဝတ မယံ န သောကပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသဓမ္မာ အဿာမ၊ န စ ဝတ နော သောကပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသဓမ္မာ အာဂစ္ဆေယျ”န္တိ။ န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တပ္ပံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။

ကတမေ စ ဘိက္ခဝေ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ။ သေယျထိဒံ၊ ရူပုပါဒါနက္ခန္ဓော၊ ဝေဒနုပါဒါ-

သညာ လောကေ။ ဓမ္မသညာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပသဉ္စေတနာ လောကေ။ သဒ္ဓသဉ္စေတနာ လောကေ။ ဂန္ဓသဉ္စေတနာ လောကေ။ ရသသဉ္စေတနာ လောကေ။ ဖောဠဗ္ဗသဉ္စေတနာ လောကေ။ ဓမ္မသဉ္စေတနာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပတဏှာ လောကေ။ သဒ္ဓတဏှာ လောကေ။ ဂန္ဓတဏှာ လောကေ။ ရသတဏှာ လောကေ။ ဖောဠဗ္ဗတဏှာ လောကေ။ ဓမ္မတဏှာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပဝိတက္ကော လောကေ။ သဒ္ဓဝိတက္ကော လောကေ။ ဂန္ဓဝိတက္ကော လောကေ။ ရသဝိတက္ကော လောကေ။ ဖောဠဗ္ဗဝိတက္ကော လောကေ။ ဓမ္မဝိတက္ကော လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပဝိစာရေ လောကေ။ သဒ္ဓဝိစာရေ လောကေ။ ဂန္ဓဝိစာရေ လောကေ။ ရသဝိစာရေ လောကေ။ ဖောဠဗ္ဗဝိစာရေ လောကေ။ ဓမ္မဝိစာရေ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ။

နိရောဓသစ္စ နိဒ္ဒေသ

၁၀။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ ' အရိယသစ္စံ။
ယော တဿာယေဝ တဏှာယ အသေသဝိရာဂနိရော-
ဓော စာဂေါ ပဋိနိဿဇ္ဈေါ မုတ္တိ အနာလယော။ သာ
ခေါ ပနေသာ ဘိက္ခဝေ တဏှာ ကတ္ထ ပဟိယမာနာ
ပဟိယတိ၊ ကတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။ ယံ လောကေ
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ကိဉ္စ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ။ စက္ခုလောကေ
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

သောတံ လောကေ။ ပ။ ဃာနံ လောကေ။ ဇိဌ-
လောကေ။ ကာယော လောကေ။ မနော လောကေ
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပါ လောကေ။ သဒ္ဓါ လောကေ။ ဂန္ဓာ လောကေ။
ရသာ လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ လောကေ။ ဓမ္မာ လော-
ကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယ-
မာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

စက္ခုဝိညာဏံ လောကေ။ သောတဝိညာဏံ လော-
ကေ။ ဃာနဝိညာဏံ လောကေ။ ဇိဌဝိညာဏံ လော-
ကေ။ ကာယဝိညာဏံ လောကေ။ မနောဝိညာဏံ

လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ
ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

စက္ခုသမ္ပယော လောကေ။ သောတသမ္ပယော
လောကေ။ ဃာနသမ္ပယော လောကေ။ ဇိဝှိသမ္ပယော
လောကေ။ ကာယသမ္ပယော လောကေ။ မနော-
သမ္ပယော လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ
တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ
နိရုဇ္ဈတိ။

စက္ခုသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ သောတ-
သမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ ဃာနသမ္ပဿဇာ
ဝေဒနာ လောကေ။ ဇိဝှိသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။
ကာယသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ မနောသမ္ပဿဇာ
ဝေဒနာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ
တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ
နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပသညာ လောကေ။ သဒ္ဓသညာ လောကေ။ ဂန္ဓ-
သညာ လောကေ။ ရသသညာ လောကေ။ ဖောဠဗ္ဗ-
သညာ လောကေ။ ဓမ္မသညာ လောကေ ပိယရူပံ
သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊
ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပသဉ္စေတနာ လောကေ။ သဒ္ဓသဉ္စေတနာ လော-
ကေ။ ဂန္ဓသဉ္စေတနာ လောကေ။ ရသသဉ္စေတနာ
လောကေ။ ဖောဠဗ္ဗသဉ္စေတနာ လောကေ။ ဓမ္မသဉ္စေ-
တနာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ
ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပတဏှာ လောကေ။ သဒ္ဓတဏှာ လောကေ။
ဂန္ဓတဏှာ လောကေ။ ရသတဏှာ လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗ-
တဏှာ လောကေ။ ဓမ္မတဏှာ လောကေ ပိယရူပံ
သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊
တ္ထေ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပဝိတက္ကော လောကေ။ သဒ္ဓဝိတက္ကော လောကေ။
ဂန္ဓဝိတက္ကော လောကေ။ ရသဝိတက္ကော လောကေ။
ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိတက္ကော လောကေ။ ဓမ္မဝိတက္ကော လောကေ
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပဝိစာရော လောကေ။ သဒ္ဓဝိစာရော လောကေ။
ဂန္ဓဝိစာရော လောကေ။ ရသဝိစာရော လောကေ။
ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရော လောကေ။ ဓမ္မဝိစာရော လောကေ
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ
ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ။

မဂ္ဂသစ္စနိဒ္ဒေသ

၁၉။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ
အရိယသစ္စံ။ အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌင်္ဂိကော မဂ္ဂေါ။
သေယျထိဒံ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ သမ္မာဝါစာ
သမ္မာကမ္မန္တော သမ္မာအာဇီဝေါ သမ္မာဝါယာမော
သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒိဋ္ဌိ။ ယံ ခေါ ဘိက္ခဝေ
ဒုက္ခေ ဉာဏံ ဒုက္ခသမုဒယေ ဉာဏံ ဒုက္ခနိရောဓေ

ဉာဏံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိယာ ပဋိပဒါယ ဉာဏံ။ အယံ
ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒိဋ္ဌိ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ။ နေက္ခမ္မ-
သင်္ကပ္ပေါ အဗျာပါဒသင်္ကပ္ပေါ အဝိဟိံသာသင်္ကပ္ပေါ။
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါစာ။ မုသာဝါဒါ
ဝေရမဏီ ပိသုဏာဝါစာ ဝေရမဏီ ဖရသဝါစာ ဝေရ-
မဏီ သမ္ပပ္ပလာပါ ဝေရမဏီ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ
သမ္မာဝါစာ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာကမ္မန္တော။ ပါဏာတိ-
ပါတာ ဝေရမဏီ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီ ကာမေသု-
မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏီ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာ-
ကမ္မန္တော။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာအာဇီဝေါ။ ဣဓ
ဘိက္ခဝေ အရိယသဘာဝကော မိစ္ဆာအာဇီဝံ ပဟာယ
သမ္မာအာဇီဝေန ဇီဝိတံ ကပ္ပေတိ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ
သမ္မာအာဇီဝေါ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါယာမော။ ဣဓ
ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အနုပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ အကုသလာနံ
ဓမ္မာနံ အနုပ္ပါဒါယ ဆန္တံ ဇနေတိ ဝါယမတိ ဝီရိယံ
အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ၊ ဥပ္ပန္နာနံ ပါပ-
ကာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ပဟာနာယ ဆန္တံ ဇနေတိ
ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒ-

ဟတိ၊ အနုပ္ပန္နာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပ္ပါဒါယ ဆန္တံ
ဇနေတိ ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရတတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ
ပဒဟတိ၊ ဥပ္ပန္နာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဌိတိယာ
အသမ္မောသာယ ဘိယျောဘာဝါယ ဝေပုလ္လာယ
ဘာဝနာယ ပါရိပူရိယာ ဆန္တံ ဇနေတိ ဝါယမတိ
ဝီရိယံ အာရတတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ။ အယံ
ဝုစ္ဆတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါယာမော။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ
ဘိက္ခု၊ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ
သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာ-
ဒေါမနဿံ၊ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ
အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ
အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ
အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ
အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ
အာတာပီ သမ္ပဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ
အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ အယံ ဝုစ္ဆတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသတိ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသမာဓိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ
ဘိက္ခု၊ ဝိဝိဇ္ဇေဝ ကာမေဟိ ဝိဝိစ္စ အကုသလေဟိ
ဓမ္မေဟိ သဝိတက္ကံ သဝိစာရံ ဝိဝေကဇံ ပီတိသုခံ ပဌမံ
ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇေ ဝိဟရတိ။ ဝိတက္ကဝိစာရာနံ ဝုပသမာ
အဇ္ဈတ္တံ သမ္ပသာဒနံ စေတသော ဧကောဒိဘာဝံ အဝိ-
တက္ကံ အဝိစာရံ သမာဓိဇံ ပီတိသုခံ ဒုတိယံ ဈာနံ
ဥပသမ္ပဇ္ဇေ ဝိဟရတိ။ ပီတိယာ စ ဝိရာဂါ ဥပေက္ခကော စ

ဝိဟရတိ သတော စ သမ္ပဇာနော၊ သုခဉ္စ ကာယေန ပဋိ-
သံဝေဒေတိ၊ ယံ တံအရိယာ အာစိက္ခန္တိ “ဥပေက္ခကော
သတိမာ သုခဝိဟာရီ”တိ၊ တတိယံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ
ဝိဟရတိ၊ သုခဿ စ ပဟာနာ ဒုက္ခဿ စ ပဟာနာ
ပုဗ္ဗေဝ သောမနဿဒေါမနဿာနံ အတ္ထင်္ဂမာ အဒုက္ခမ-
သုခံ ဥပေက္ခာသတိပါရိသုဒ္ဓိံ စတုတ္ထံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇ
ဝိဟရတိ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသမာဓိ။ ဣဒံ
ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယ-
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ
ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ
ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။

အတ္ထိ ဓမ္မာတိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိ-
ယတိ။ ဧဝံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာ-
နုပဿီ ဝိဟရတိ စတုသု အရိယသစ္စေသု။

သစ္စပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

ဓမ္မာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။

အာနိသံသကထာ

၂၀။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တ ဝဿာနိ၊ တဿ ဦန္တံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကန္တံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ။

တိဋ္ဌန္တု၊ ဘိက္ခဝေ သတ္တဝဿာနိ။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ ဆ ဝဿာနိ။ ပ။ ပဉ္စ ဝဿာနိ။ စတ္တာရိ ဝဿာနိ။ တိဏိ ဝဿာနိ။ ဒွေ ဝဿာနိ။ ဧကံ ဝဿံ။ တိဋ္ဌတု ဘိက္ခဝေ ဧကံ ဝဿံ။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တမာသာနိ၊ တဿ ဦန္တံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကန္တံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ။

တိဋ္ဌန္တု၊ ဘိက္ခဝေ သတ္တမာသာနိ။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ ဆ မာသာနိ။ ပ။ ပဉ္စ မာသာနိ။ စတ္တာရိ မာသာနိ။ တိဏိ မာသာနိ။ ဒွေ မာသာနိ။ ဧကံ မာသံ။ အမုမာသံ။ တိဋ္ဌတု ဘိက္ခဝေ အမုမာသော။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တာဟံ၊ တဿ ဦန္တံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကန္တံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာတိ။

နိဂမနကထာ

၂၁။ ကောယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ
 ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခ-
 ဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမာယ ဉ္ဗယဿ အဓိဂမာယ
 နိဗ္ဗာနဿ သစ္စိကိရိယာယ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိ-
 ပဋ္ဌာနာတိ ဣတိ ယံ တံ ဝုတ္တံ၊ ဣဒမေတံ ပဋိစ္စ ဝုတ္တန္တိ။
 ဣဒမဝေါစ ဘဂဝါ။ အတ္တမနာ တေ ဘိက္ခု။ ဘဂဝတော
 ဘာသိတံ အဘိနန္ဒန္တိ။

ဣမသ္မိဉ္စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘညမာနေ တိ-
 သမတ္တာနံ ဘိက္ခုသဟဿာနံ အနုပါဒါယ အာသဝေဟိ
 စိတ္တာနိ ဝိမုစ္စိံသုတိ။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

တသုဒ္ဓါနံ

(က) ကာယာနုပဿနာ ကာယေ၊
 ဝေဒနာယာနုပဿနာ။
 စိတ္တာနုပဿနာ စိတ္တေ၊
 ဓမ္မေ ဓမ္မာနုပဿနာ။ ။

(ခ) စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ၊
 သမ္မုဒ္ဓေန သုဒေသိတာ။
 ဧတေ ဘိက္ခု ဘာဝယန္တော၊
 ဝိသုဒ္ဓိ မဓိဂစ္ဆတိ။ ။

(ဂ) အာနာပါနိရိယာပထံ၊
သမ္ပဇာနံ ပဋိက္ခုလံ။
ဓာတု သိဝထိကာ နဝ၊
စုဒ္ဒသ ကာယာနုပဿနာ။ ။

(ဃ) မတံ ခဇ္ဇံ သမိသဉ္ဇ၊
နိမိသာပဂတံ တထာ။
ဝိက္ခိတ္တာနိ စ သေတာနိ၊
ပုဉ္ဇကိတာနိ ပူတိနိ။
နဝ သိဝထိကေ ဒိသွာ၊
ဘိက္ခု တထူပသံဟရေ။ ။

(င) ကာကာကုလလ ဂိဇ္ဈေဟိ၊
ကင်္ကေဟိ သုနဓေဟိ ဝါ။
ဗျဿ ဒီပိသိင်္ဂါလေဟိ၊
ဝိဝိဓေဟိ စ ပါဏကာ။

(စ) ဟတ္ထပါဒ ဝေါပ္ပကဋ္ဌိ၊
ဇဗ္ဗိရူ ကဋ္ဌိ ဖာသုကံ။
ဝိဋ္ဌိ ခန္ဓ ဂီဝ ဟန၊
ဒန္တ သီသကဋာဟကံ။ ။

(ဆ) သုခံ ဒုက္ခံ တဒညံ ဝါ၊
သာမိသံ ဝါ နိရာမိသံ။
ဝေဒနံ ဝေဒမာနော သော၊
တဒါကာရံနုပဿယေ။ ။

- (ဇ) ရာဂံ ဒေါသံ မောဟံ ခိတ္တံ၊
မဟဂ္ဂတဉ္စ ဥတ္တရံ။
သမာဟိတံ ဝိမုတ္တန္တိ၊
စိတ္တံနုပဿယေ ယတိ။ ။
- (ဈ) နိဝရဏေသု ခန္ဓေသု၊
အာယတနံသု ပောဇ္ဈင်္ဂေ။
သစ္စေသုဇ္ဈတ္တ ဗာဟိရေ၊
ဓမ္မေ နုပဿယေ ဘိက္ခု။ ။
- (ည) သန္တံ ဝါပိ အသန္တံ ဝါ၊
အနုပ္ပန္နဿ ဥပ္ပါဒေါ။
ဥပ္ပန္နဿ ပဟာနဉ္စ၊
တဿာယတိ မနုပ္ပါဒေါ။ ။
- (ဋ) စက္ခုရူပါဒိဝိညာဏံ၊
ဇေယျော တဇ္ဇော စ ဝေဒနာ။
သညာ စ စေတနာ တဏှာ၊
ဝိတက္ကော စ ဝိစာရကော။
ဝိယရူပဉ္စ ဧတ္ထေသာ၊
ဥပ္ပဇ္ဇတိ နိရုဇ္ဈတိ တိ။ ။
-

မဟာသထိပဋ္ဌာန်ဝတ္ထု

မှတ်ချက်။ ဤသထိပဋ္ဌာန် ပါဠိတော်မြတ်ကို ကြားနာရသဖြင့် မည်မျှလောက်အကျိုးကြီးကျယ်ကြောင်းကို သိရှိကြစေရန် ကျမ်းဂန်တို့၌ ပြဆိုအပ်သောဝတ္ထုကို အမြွက်မျှဘော်ပြပါအံ့။

မဟာဒတ္တနုတ်သားဝတ္ထု

ရှေးအခါ သီဟိုဠ်ကျွန်း ရောဟနဇနပုဒ်မှာ လှည်းကုန် သည်တဦးဟာ ကုန်တွေအပြည့်တင်တဲ့လှည်းတွင် မဟာဒတ္တဆိုတဲ့ နွားကြီးကို တပ်ပြီးမောင်းလာသတဲ့။ ညွှန်ဗွက်ကြီးတခုထဲသို့ကျ၍လှည်းကျ နေတော့နွားကြီးလဲမရုန်းနိုင်တော့ဘူး၊ အဲ-သည်တော့ ကုန်သည်က-

“အို- နွားလိမ်မာကြီး.... သည်တကြိမ် သည်ညွှန်ဗွက်မှ တက်အောင် ကြိုးစားလို့ ရုန်းလိုက်ပါ။ သည်ညွှန်ဗွက်ထဲမှလှည်းကိုထုတ်နိုင်ပါလျှင် အသင့်ကိုဘယ်တော့မှ မခိုင်းတော့ပါဘူး၊ တသက်လုံး ဘေးမဲ့ပေးပါတော့မယ်”။

အဲ-သို့ကလိုချေ့မော့ပြောဆိုကာ လက်နှင့်ပွတ်သပ်ပြီး တောင်းပန်တော့ မဟာဒတ္တနွားကြီးက ဝမ်းသာတဲ့အတွက် အားကုန်လွှတ်ပြီး ရုန်းလိုက်ရာ တခါထဲ ညွှန်ဗွက်ထဲမှ ထွက်သွားပါရေတဲ့။

ကုန်သည်က ညွှန်ဗွက်မှ ထွက်မြောက် သွားတော့ မိမိပြောဆိုခဲ့တဲ့ စကားအတိုင်း ဂတိမတည်ဘဲ မြောက်ကြိမ်တိုင်တိုင် မဟာဒတ္တနွားကြီးကို ထိုနည်းအတိုင်း ညွှန်ဗွက်ထဲမှ လှည်းကို အရုန်းခိုင်းပြန်တယ်။ အလွန်သစ္စာမဲ့တဲ့

ကုန်သည်ပေါ့နော်၊ တဘန် ခုနစ်ကြိမ်မြောက် အရုန်းခိုင်း ပြန်တော့ နွားကြီးကလဲ အိုမင်းတဲ့အတွက် ညွန်ဗွက်ကြီး ထဲက ထွက်အောင် မရုန်းနိုင်ရှာတော့ဘူး၊ ကြိုးစားလို့ ရုန်းရှာပြန်သော်လဲ မောဟိုက်ရိန္ဒမ်း ပင်ပန်းအားကုန် သဖြင့် ဗုံးကနဲညွန်ဗွက်ကြီးထဲမှာ လဲရုံမျှမကရှာသေးဘူး သွေးများတောင်အန်ရှာသတဲ့။

အဲ-သည်အခါ အလွန်ရက်စက်တဲ့ကုန်သည်က နွားကြီး အပေါ်မှာ သနားညှာတာခြင်းမရှိဘဲ ညွန်ဗွက်ထဲမှာ စွန့် ပစ်ထားခဲ့ပြီး အခြားနွားများကို တပ်ခါ မောင်းသွားပါ ရော့၊ ညွန်ဗွက်ကြီးထဲမှာ နွားအိုကြီး လဲကျန်ရစ်ရှာ တာပေါ့။

သည်လိုဒုက္ခရောက်နေတဲ့အခါ အိုးလုပ်တဲ့ လူများက မြေစေးယူရန် ထိုညွန်အိုင်ကြီးသို့ လာကြရာ အားအင် ကုန်ခန်း၍ ပင်ပန်းမောဟိုက်ကာလဲနေတဲ့ နွားကြီးကိုမြင် တော့ သနားသဖြင့် ရေကလေးများတိုက်ဘို့ နေနေ သာ သာ မြေကြီးနယ်ရန် အလိုရှိ၍ အရှင်လတ်လတ် ဖြစ်တဲ့ နွားကြီးမှ သားရေကိုခွာယူသွားကြပြန်တယ်။

ထိုနောက် များမကြာခင်စောင်းသမားတယောက်က မြင်ပြန်တော့ စောင်းကြီးလုပ်ရန် အကြောသေး၊ အကြော မျှင်ကလေးများကို အရှင်လတ်လတ် ဖြစ်တဲ့ နွားကြီးမှ ထုတ်နုတ်၍ ယူသွားပြန်ရောတဲ့။

ထိုနောက်များမကြာခင် ခွေးပေါင်းများစွာနှင့် မုဆိုး ကြီးတယောက် ပေါက်လာပြန်တော့ အရှင်လတ်လတ် ဖြစ်တဲ့နွားကြီးမှ အသားကိုလှီးပြီးခွေးတွေကို ကျွေးပြန်

တယ်၊ အချို့ခွေးတွေကလဲ သူတို့ကိုယ်တိုင်ကိုက်ဖြတ်၍ စားကြတယ်။

မဟာဒတ္တနွားကြီးမှ အရေကိုခွာ၊ အကြောကိုနုတ်၊ အသားကိုလှီး၊ ဤကဲ့သို့ကြီးကျယ်တဲ့ ဆင်းရဲဒုက္ခများကို ခံစားနေရရှာတဲ့အတွင်း ကျိုးလင်းတနှင့် ပိုးရွပရွက်တွေ ကလဲ အသွေးရဲရဲကို ကိုက်ခဲစားသောက်ကြပြန်တယ်။ သေချိန်မတန်သေးတဲ့အတွက် အသက်တော့ မထွက်ရှာသေးဘူး။

အဲ-သို့ကလို မဟာဒတ္တနွားအိုကြီး ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေတဲ့အခါ ကံအားလျော်စွာ ပိဏ္ဏပိတ်စုတင်ကို အမြဲဆောင်တဲ့ မထေရ်ကြီး “အရှင်တိဿသည် နောက်ပါ ရဟန်းငါးရာနှင့် ဒေသစာရီ လှည့်လည်လာခဲ့ရာ မဟာဒတ္တနွားလားကြီး၏အနီးသို့ ဆိုက်ရောက်တော်မူ လာတယ်။

ထိုအခါလွန်စွာဆင်းရဲပင်ပန်းတဲ့နွားအိုကြီးကိုမြင်တော့ သနားတော်မူလှသောကြောင့် သပိတ်ဖြင့် ရေကိုခပ်ပြီး နွားကြီးကိုတိုက်တော်မူတယ်။ ရေသောက်ရတဲ့အခါ နွားကြီးမှာလဲ အတော်ကလေးသက်သာခွင့်ရသွားသတဲ့။ အဲ-သည်အခါ ရဟန်းတော်အရှင်မြတ်က သနားတော်မူလှသဖြင့် မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို ဟောတော်မူတယ်။ နွားကြီးကလဲ “သည်အသံဟာ တရားတော်အသံဘဲ”။ အဲ-သို့ကလို သဘောထားပြီး တရားသံကို သဒ္ဓါစေတနာကြည်ညိုစွာနှင့် အာရုံစိုက်နေရှာတယ်။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို ဟောတော်မူပြီးတော့ သရဏဂုံကို ပေးတော်မူပြန်တယ်။ ထိုနောက် ငါးပါးသီလကိုပေးမယ်လို့ ပြင်နေတုန်းမှာပင် ဗြိုးကနဲ နွားကြီးသေလွန်သွားရှာပါရော။

သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာကို အာရုံပြုကာ သေဆုံးသွားတဲ့ အတွက် တာဝတိံသာ နတ်ပြည်မှာ ယူဇနာသုံးဆယ်ရှိတဲ့ ရွှေဗိမာန်ကြီးအတွင်းနတ်သမီးအပေါင်းတထောင်ခြံရံကာ မဟာဒတ္တအမည်နှင့်နတ်သားဖြစ်သွားပါရော့၊ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်၏ တန်ခိုးကြောင့် အကျိုးပေး ဘယ့်ကလောက်ကြီးကျယ်သလဲဆိုတာကို စဉ်းစားကြပေတော့။

နတ်သားဖြစ်သွားတဲ့အခါ မိမိ၏ရှေးဟောင်းနှောင်းဖြစ်များကို ပြန်လွန်စဉ်းစားသည်တွင် အလုံးစုံကို သိမြင်၍ အရှင်တိဿမထေရ်အား မိမိ၏စည်းစိမ် ချမ်းသာများကို ပြလိုလှသဖြင့် နတ်သမီးတထောင်ခြံရံကာ ရွှေဗိမာန်ကြီးနှင့်တကွ သန်းခေါင်ယံအချိန်တွင် ထိန်ထိန်လင်းသော ကိုယ်ရောင်ဖြင့် အရှင်တိဿမထေရ်၏အထံတော်သို့ လာတယ်။

မထေရ်မြတ်က အကျိုးအကြောင်းကို မေးမြန်းတော်မူတဲ့အခါ မိမိ၏အဖြစ်အပျက်များကို အလုံးစုံလျှောက်ထားပြီး “မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးသည် အထူးကြီးကျယ်ပါပေသည်ဘုရား၊ အဟိတ်တိရစ္ဆာန်ဖြစ်သော နွားကိုပင် နတ်သား အဖြစ်သို့ ရောက်အောင်ပို့ဆောင်တော်မူနိုင်ပါပေတယ်၊ ဉာဏ်ပညာနှင့် ပြည့်စုံသော သူတို့ကိုမူကား ဝဋ်ဆင်းရဲ ကင်းလွတ်၍ အထွတ်အထိပ် ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်သို့ပို့ဆောင်နိုင်မည်အမှန်ပါဘုရား၊ ဤကဲ့သို့ လျှောက်ထားပြီး” “တပည့်တော်တို့အား သတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို ထပ်မံဟောတော်မူပါအုံးဘုရား” လို့ လျှောက်ထားတောင်းပန်ပြန်တယ်။

အရှင်တိဿမထေရ်မြတ်ကလဲလျှောက်ထားတောင်းပန်သည့်အတိုင်း သရဏဂုံနှင့်သီလများကို ပေးပြီး မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို ဟောတော်မူတယ်။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်ကို ကြားနာပြီးတဲ့အဆုံးမှာပင် အလုံးစုံသောနတ်သမီးတထောင်တို့နှင့်တကွ မဟာဒတ္တနတ်သားဟာ သောတာပန်အဖြစ်သို့ ရောက်ပြီး ဝမ်းမြောက်ရှင်လန်းစွာ တာဝတိံသာနတ်ပြည်သို့ ပြန်သွား၍ နတ်စည်းစိမ်ကို ခံစားကြလေကုန်သတည်း။

[ဤဝတ္ထုကား“သီဟဋ္ဌဝတ္ထု” ကျမ်းမှလာသော ဝတ္ထုပေတည်း။]

မဟာဒတ္တနတ်သားဝတ္ထုပြီး၏။

လင်းနို့သားငါးရာဝတ္ထု

သီဟိုဠ်ကျွန်း ကုမ္ဘီလတိဿအမည်ရှိတဲ့ တောင်ပေါ်ကျောင်းအနီးမှာ ကျောက်လိုဏ်ဂူကြီးတခုရှိသတဲ့။ သည်ကျောက်ဂူကြီးအတွင်းမှာ လင်းနို့သားငါးရာနေကြတယ်။ ရဟန်းတော်တပါးက ထိုကျောက်ဂူကြီးအတွင်းသို့ မကြာမကြာကြွလာတော်မူပြီး မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်ကြီးကို ရွတ်ဘတ်သရဇ္ဈာယ်တော်မူတယ်။

လင်းနို့သားငါးရာတို့က မကြာမကြာ ကြားကြရတဲ့အခါ“သည်အသံဟာတရားတော်သံဘဲ” လို့ အာရုံပြုကာ ကြားနာကြတယ်။ အဲ-သို့ကလိုတရားသံကို အာရုံပြုကာ သဒ္ဓါစေတနာနှင့် ကြားနာရတဲ့ ကုသိုလ်ကြောင့် လင်းနို့သား ငါးရာစုတေကြတဲ့အခါ ထို“ကုမ္ဘီလတိဿ” အမည်

ရှိတဲ့ တောင်ပေါ်ကျောင်း၏ ဆွမ်းခံရာဖြစ်တဲ့ ရွာများမှာ လူဖြစ်လာကြပါရော၊ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၏ တန်ခိုးကြောင့် အဟိတ်တိရစ္ဆာန်မျိုးမှ ကျွတ်လွတ်၍ ထွက်မြောက်တဲ့လူ့ဘဝကို ရကြတာဘဲ။

ထိုအမျိုးသားပေါင်း ငါးရာတို့ဟာ ရှေးအခါကကုသိုလ်ပုည တူမျှခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် အချင်းချင်းချစ်ခင်စွာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံကာနေကြတယ်။ တနေ့သောအခါ အမျိုးသားပေါင်းငါးရာတို့သည် ကုမ္ဘီလတိဿကျောင်းသို့ သွားပြီး တရားနာကြတော့ အစဦးစွာ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကိုပင် ကြားနာကြရတယ်။

ရှေးဘဝအထုံပါတဲ့ ကုသိုလ်ဟောင်းများကနိုးဆော်တဲ့ အတိုင်း မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကိုကြားနာရတဲ့အခါ အလွန်တရာ သဒ္ဓါထက်မြက်ကြသဖြင့် ကာမဘောင်ကိုခွာစွန့်ပြီး သာသနာတော်တွင်းသို့ဝင်ကာ ရဟန်းပြုကြတဲ့အခါမှာလဲ မခွဲကြဘူးတဲ့

ရဟန်းပေါင်းငါးရာတို့ဟာ ယခင်လင်းနို့သား ဖြစ်စဉ်က နေထိုင်ခဲ့ကြတဲ့ ကျောက်ဂူကြီးအတွင်းမှာပင် နေထိုင်ကြသတဲ့။ ထိုအခါ ရဟန်းတော်တပါးက—

“သည်ကျောက်ဂူကြီးဟာ လွန်စွာလင်းနို့စော်နံ့ပါကလားလို့ ပြောကြားတော့ ဉာဏ်အမြင်နှင့် ပြည့်စုံတဲ့ မထေရ်ကြီးတပါးက ငါ့ရှင်တို့....သည် ကျောက်ဂူကြီးကား အခြားဂူမဟုတ်ဘူး၊ ငါ့ရှင်တို့လင်းနို့သားငါးရာဖြစ်တုန်းက နေခဲ့တဲ့ ဂူကြီးဖြစ်တယ်”

လို့ မိန့်တော်မူတယ်။

မထေရ်ကြီး၏ အမိန့်တော်ကြားရတော့ ရဟန်းငါးရာ တို့မှာ လွန်စွာသံဝေဂဖြစ်ပြီး “သံသရာကြီးထဲမှာ ဖြစ်ချင်ရာ ဖြစ်နေကြပါကလား၊ သံသရာဤဝဋ်ကမလွတ်သမျှ ကာလ ပတ်လုံး တိရစ္ဆာန်ဘဝလဲလက်စမတုံး မဆုံးနိုင်အောင် ရှည်လျား၍မျောပါးနစ်မွန်းနေကြတာပါကလား၊ သံသရာ ဝဋ်မှ ကျွတ်လွတ်လေအောင် ကြံဆောင်ကြိုးစား၍ တရား ကိုအားထုတ်မှသင့်ကြလိမ့်မယ်၊ အဲ—သို့ကလို တိုင်ပင်ပြီး သတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်ကြီးကို ကြားနာကြပြန်ရာ ရဟန်း တော်ပေါင်းငါးရာတပြိုင်နက် သောတာပန်အဖြစ်သို့ရောက် တော်မူကြပါရော့။

ထိုနောက်တဘန် မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ္တန်ကိုပင် ကြား နာရပြန်ရာ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ရောက်၍ ဝဋ်သုံးပါးမှ ထွက် မြောက်ပြီး နောက်ခါတဘန် ဆင်းရဲခြင်းသို့ မပြန်သော နိဗ္ဗာန်အမြိုက်သို့ ဆိုက်ရောက် စံမြန်းတော် မူကြလေ သတည်း။

[ဤဝတ္ထုကား “သဟဿဝတ္ထု” ကျမ်းမှ လာသော ဝတ္ထုပေတည်း။]

လင်းနို့သားငါးရာဝတ္ထုပြီး၏။

ဤဝတ္ထု သက်သေများကို ထောက်ထား၍ ပေါက်ပွား ထက်မြက်သော သဒ္ဓါစေတနာဖြင့် မဟာသတိ ပဋ္ဌာန သုတ္တန်ကို သင်အံ ဆောင်ရွက် လေ့ကျက်မှတ်သား နာ ကြားအားထုတ်ကြကုန်ရာသတည်း။

မဟာသတိပဋ္ဌာန်ဝတ္ထုပြီး၏။

နောက်ဆက်တွဲ

ခန္ဓာငါးပါး ရှစ်လုံးဆွဲမြန်မာဂါထာ

- ၁။ ရူပံဉ္စရုပ်-ရေမြုပ်သဏ္ဌာန်၊
အနိစ္စဘဲ-မမြဲအမှန်။
မကင်းဘဲမို့-ဆင်းရဲပူပန်၊
အနတ္တ-မှတ်ကြဝေကန်။
- ၂။ ဝေဒနာစက်-ရေပွက်သဏ္ဌာန်၊
အနိစ္စဘဲ-မမြဲအမှန်။
မကင်းဘဲမို့-ဆင်းရဲပူပန်၊
အနတ္တ-မှတ်ကြဝေကန်။
- ၃။ သညာနာမ်ဓာတ်-တံလှုပ်သဏ္ဌာန်၊
အနိစ္စဘဲ-မမြဲအမှန်။
မကင်းဘဲမို့-ဆင်းရဲပူပန်၊
အနတ္တ-မှတ်ကြဝေကန်။
- ၄။ သင်္ခါရက္ခော-ငှက်ပျောသဏ္ဌာန်၊
အနိစ္စဘဲ-မမြဲအမှန်။
မကင်းဘဲမို့-ဆင်းရဲပူပန်၊
အနတ္တ-မှတ်ကြဝေကန်။
- ၅။ ဝိညာဉ်လက်ဖွဲ့-မျက်လှည့်သဏ္ဌာန်၊
အနိစ္စဘဲ-မမြဲအမှန်။
မကင်းဘဲမို့-ဆင်းရဲပူပန်၊
အနတ္တ-မှတ်ကြဝေကန်။

၆။ နာမ်ရောရုပ်ရော-ဒုက္ခောဒုက္ခံ၊
ဖြစ်လျှင်ပျက်မြဲ-မလွဲအမှန်။
ဝူပသမော-သုခေါနိဗ္ဗာန်၊
ဝိမုတ္တိ-သုဒ္ဓိသန္တိကံ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ရှစ်လုံးဆွဲမြန်မာဂါထာ

- ၁။ စက္ခုဓာတ်မ-ရူပဓာတ်ဖို၊
ဒိန္နစုံတွဲ-ဖြစ်မြဲနဂို။
ဝိညာဉ်စက္ခု-မြင်မှုထိုထို၊
တိဏ္ဍံဖဿော-သဘောအလို။
- ၂။ သောတာဓာတ်မ-သဒ္ဓဓာတ်ဖို၊
ဒိန္နစုံတွဲ-ဖြစ်မြဲနဂို။
ဝိညာဉ်သောတ-ကြားကြထိုထို၊
တိဏ္ဍံဖဿော-သဘောအလို။
- ၃။ ဃာနာဓာတ်မ-ဂန္ဓဓာတ်ဖို၊
ဒိန္နစုံတွဲ-ဖြစ်မြဲနဂို။
ဝိညာဉ်ဃာန-နမ်းကြထိုထို၊
တိဏ္ဍံဖဿော-သဘောအလို။
- ၄။ ဇိဝှါဓာတ်မ-ရသဓာတ်ဖို၊
ဒိန္နစုံတွဲ-ဖြစ်မြဲနဂို။
ဝိညာဉ်ဇိဝှ-လျက်ကြထိုထို၊
တိဏ္ဍံဖဿော-သဘောအလို။
- ၅။ ကာယာဓာတ်မ-ဖောဋ္ဌဓာတ်ဖို၊
ဒိန္နစုံတွဲ-ဖြစ်မြဲနဂို။
ဝိညာဉ်ကာယ-တွေကြထိုထို၊
တိဏ္ဍံဖဿော-သဘောအလို။

- ၆။ မနောဓာတ်မ-ဓမ္မဓာတ်ဖို၊
ဒိန္နိစုံတွဲ-ဖြစ်မြဲနဂို။
ဝိညာဉ်မန-သိကြာထိုထို၊
တိဏ္ဍိဖဿော-သဘောအလို။
- ၇။ ဖဿဓာတ်မင်း-အရင်းထူထောင်၊
ဝေဒနာမီး-ထိန်ညီးတပြောင်။
ဝေဒနာစက်-စဉ်ဆက်သူဆောင်၊
တဏှာခြောက်ပါး-ပေါက်ပွားလေအောင်။
- ၈။ တဏှာမီးပွင့်-ကြီးရင့်ကုံလုံ၊
ဥပါဒါန်လေး-အရေးတပုံ။
ဥပါဒါန်မျိုး-တန်ခိုးဖုံဖုံ၊
ဘဝကြီး-အပြီးပေပီရတုံ။
- ၉။ ဘဝရှိလို့-ဇာတိပေပီသည်၊
လေးဖြာသန္ဓိ-ဇာတိအမည်။
ဇာတိမူလ-သူစပြန်ပြီ။
ဇရာယိုယွင်း-အိုမင်းတလီ။
- ၁၀။ နာခြင်း၊သေခြင်း-မကင်းနိုင်ချေ၊
ပဋိစ္စဓာတ်-ရဟတ်ဘုံဘွေ။
စိုးရိမ်ပူဆွေး-ငိုကြွေးထွေထွေ၊
ဒုက္ခစက်-ရတက်ပူလို့ပွေ။
- ၁၁။ ဝဋ်ခင်းညွတ်ကွင်း-လွတ်ကင်းလိုလျှင်၊
နာမ်ခဲ၊ရုပ်ခဲ-ချုပ်လဲပြုပြင်။
သူဘဲ၊ကိုယ်ဘဲ-ဖို့ခွဲထင်မြင်၊
ဥဒယ-ရှုကြည့်ဏ်သို့ထင်။

၁၂။ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်စက်-သန်လျက်ကိုကိုင်း၊
 မောဟပိတ်ဆီး-ရိပ်ကြီးဝနိုင်။
 ဒိဋ္ဌိခိုသော-ထိုတောကိုချိုင်း၊
 အမှန်သိ-သန္တိဘုံသို့တိုင်း။

ကျေးဇူးရှင် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး
 ရေးသားတော်မူအပ်သော
 ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်လင်္ကာ

အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ။ ဗောဓိရတနာ၊ ယာဉ်စကြာ
 ဖြင့်၊ သစ္စာလေးရပ်၊ လေးကျွန်းပတ်သည်၊ နတ်ဝိသုဒ္ဓိ၊ တု
 မရှိအား၊ တြိဒ္ဓါရ၊ ရှိဦးခလျက်၊ ဘဝသုံးပါး၊ ဟုန်ဟုန်သွား
 သည်၊ ရထားသံသရာ၊ ယာဉ်စကြာ၏၊ ခြင်းရာထူပွတ်၊ သမု
 ပ္ပါဒ်ကို၊ အတတ်သိရန်၊ နိဒါန်းပြန်ပိမ့်၊ အမှန်လေးချက်၊
 သဘောနက်ကို၊ ဖုံးဝှက်ကွယ်ကာ၊ အဝိဇ္ဇာဟု၊ မဟာတမ၊
 မှောင်ကြီးကျ၍၊ ဘဝမြို့သိုက်၊ ရှိန်ရှိန်အိုက်သား၊ အမှိုက်မီး
 စာ၊ ဤခန္ဓာကို၊ တွယ်တာသမှု၊ အကြောင်းပြု၍၊ အကုသလ၊
 ဓမ္မညစ်ဆိုး၊ အပြစ်မျိုးကို၊ ကြိုးကြိုးပမ်းပမ်း၊ နေ့စဉ်ထမ်း
 သည်၊ ပယ်လမ်းမီဇ၊ အပုညနှင့်၊ ဘဝနောင်ခါ၊ သံသရာ၌၊
 လူ့ရွာနတ်ငြမ်း၊ စည်းစိမ်သွမ်းကို၊ ချမ်းသာအတိ၊ အထင်
 ငြိလျက်၊ ဂတိနောင်ကို၊ ကောင်းစေလို၍၊ ကုသိုလ်အရိုး၊ အ
 မျိုးမျိုးကို၊ ကြိုးကြိုးစားစား၊ ပြုတုံငြားက၊ ဆယ်ပါးပုည၊
 အာနေဉ္စဟု၊ ဘဝနှီးရင်း၊ ပွားတုံလျဉ်းသည်။ ။ဝဋ်ခင်းဝဋ်
 နွယ်ရှည်သတည်း။

သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ။ ဝဋ်ခင်းဝဋ်နွယ်၊ ရှည်ကြောင်း
 ရွယ်သား၊ ဆယ်ဖြာပုည၊ အပုညနှင့်၊ ဘဝနှီးရင်း၊ ပွားတုံ

လျဉ်းသော်၊ လေးအင်ပါယ်ရွာ၊ အဖြာဖြာလျှင်၊ မြဟွာ၊
 လူ၊နတ်၊ ဘုံသုံးရပ်၌၊ ဓာတ်ပဓာန၊ပြဓာန်းလှသား၊ ဒွါရ
 သခင်၊ ခြောက်ဝိညာဉ်ဟု၊ အရှင်ဓာတ်မင်း၊ ပေါ်တုံလျဉ်း
 ၍၊ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပြင်၊ ထွက်ဝင်တံခါး၊ အင်ခြောက်ပါး၌၊
 အမျှားရုပ်နာမ်၊ အတန်တန်လျှင်၊ ဝန်းရံဖြိုးဖြိုး၊ အမျိုးမျိုး
 ကို၊ အုပ်စိုးဆောင်ရွက်၊ လျှမ်းလျှမ်းတက်လျှင်၊ ထက်မြက်
 တေဇာ၊ သူ့ရှိန်ဝါကြောင့်၊ ငါငါသူသူ၊ လူဘဲနတ်ဘဲ၊ အ
 ထင်လွဲလျက်၊ ငရဲအပါယ်၊အသွယ်သွယ်လျှင်၊ဝဋ်နွယ်ရှည်
 လျား၊ တမားမားသည်။ ။ခြောက်ပါးဝိညာဉ် စွမ်းရည်
 တည်း

ဝိညာဏပစ္စယာ နာမရူပံ။ ခြောက်ပါး ဝိညာဉ်၊ စွမ်း
 ရည်အင်ကြောင့်၊ မီးတွင်ရှိန်ဝါ၊ ထက်ကြပ်ပါသို့၊မကွာတူ
 ကွ၊ ဖြစ်ပေါ်ကြသား၊ ဖဿဝေဒနာ၊ စေတနာနှင့်၊ သညာ
 ဝိတက်၊ ရောင်စုံယှက်သည်၊ အမျက်ကြောင်ဝယ်၊ကြီးစုံခြယ်
 သို့၊ အသွယ်အသွယ်၊ အနွယ်နွယ်လျှင်၊ ဆန်းကြယ်စွာလှ၊
 နာမ်ကာယနှင့်၊ ဘူတဟူပေ၊ ရေ၊မြေ၊ လေ၊မီး၊ဓာတ်
 ကြီးလေးတန်၊ အမာခံလျက်၊ အရံရုပ်သေး၊ နှစ်ဆဲ့လေး
 တည့်၊ ပေါက်ထွေးမျှညီ၊ အဋ္ဌဝီသ၊ ရုပ်ကာယဟု၊ နာမ
 ရူပ၊ ဓမ္မအပြား၊ ဤနှစ်ပါးလည်း၊ ထင်ရှားစုံစွာ၊ ပေါ်တုံ
 လာ၍၊ နာနာကာယ၊ အနန္တလျှင်၊ ရူပရုပ်ဟန်၊ သဏ္ဌာန်
 အမူ၊ ဇာတ်မတူသည်၊ လူအရပ်ရပ်၊ နတ်အထွေထွေ၊ ရေ
 မျိုးကုန်းမျိုး၊ကောင်းဆိုးယုတ်ညံ့၊အကန့်ကန့်လျှင်၊ခြားသန့်
 ပေါ်ယယ်၊ သောသောကြွယ်သည်။ ။နှစ်သွယ် နာမ်ရုပ်
 စွမ်းရည်တည်း။

နာမရူပပစ္စယာ သဠာယတနံ။ ထင်ရှားစေစို့၊ အဖုံဖုံ
လျှင်၊ တည်တံ့နာမ်ရုပ်၊ ကိုယ်သမုတ်သား၊ အထုပ်အထယ်၊
ကြီးငယ်ကာယ၊ ပေါ်ပြန်ကလည်း၊ ဒွါရတွင်မည်၊ ဘိတ်
ဘိတ်လည်သည်၊ အကြည်ခြောက်မျိုး၊ ကိုယ်လုံးဖြိုးလျက်၊
အရိုးစဉ်စီ။ ။အမြင်စက္ခု။ ။ကြားမှုသောတ။ ။ဃာ
နရနံ။ ။လျက်ရန်ဇိဌာ။ ။ကာယတွေထိ။ ။အသိမ
နော။ ။မရောမယှက်၊ တလက်လက်လျှင်၊ အမျက်စိန်
ရည်၊ လဲလဲကြည်သို့၊ ခြောက်မည်အာရုံ၊ အလုံးစုံလည်း၊
ပုံသဏ္ဌာန်ရိပ်၊ နိမိတ်အသွင်၊ အကုန်ထင်၍၊ ဤရှင်ဤလူ၊
ဤမူနေလ၊ ရူပသဏ္ဌာန်၊ အသံတမျိုး၊ အခိုးလှိုင်ပျံ့၊ ရနံ
ထိုထို၊ အချိုအချဉ်၊ ဤလျှင်အပူ၊ ဤမူအအေး၊ အတွေးအ
သိ၊ ပြည့်စုံဘိ၍၊ ငါ၏ဤကိုယ်၊ ငါမင်းပျိုဟု၊ အဆိုအထင်၊
အမြင်မှောက်မှား၊ စိတ်နေကြွားဘို့၊ တံခါးခြောက်သင်း၊
ကိုယ်လုံးလင်းသည်။ ။ခြောက်သင်း ဓာတ်မှန်စွမ်းရည်
တည်း။

သဠာယတနပစ္စယာ ဖဿော။ ဓာတ်မှန်အကြည်၊ ခြောက်
မျိုးတည်က၊ ခြောက်မည်အာရုံ၊ အလုံးစုံလည်း၊ ပုံသဏ္ဌာန်
ရိပ်၊ နိမိတ်အသွင်၊ ကိုယ်လုံးထင်၍၊ ဝိညာဉ်ခြောက်ဆင့်၊
ဖွားဖွားပွင့်က၊ နှိုင်းသင့်တူမျှ၊ ပမာပြုမှု၊ သိကြားစက်ရှိန်၊
လက်လက်ထိန်သား၊ ဝရဇိန်သွား၊ ရွပ်ရွပ်ဝါးသို့၊ ခြောက်
ပါးဖဿ၊ ဖြန်းဖြန်းထ၍၊ ရသခြောက်မည်၊ အာရုံရည်ကို၊
ကြိတ်နည်သောအား၊ တွေ့ထိငြားက၊ ဤကားဣဉ္ဇ၊ အနိဋ္ဌ
နှင့်၊ ဤမျှမကောင်း၊ ဤမျှကောင်းဟု၊ အကြောင်းသွေး
ဆော်၊ အရေးပေါ်လျက်၊ ခြောက်ဘော်အာရုံ၊ ရသဂုဏ်
ကို၊ အကုန်ပေါ်ထွက်၊ ရှုန်းရှုန်းတက်၍၊ မက်ဘွယ် မုန်း

ဘွယ်၊ အနုန်းချယ်သည်။ ။ခြောက်ဘွယ်ဖဿ စွမ်းရည် တည်း။

ဖဿပစ္စယာဝေဒနာ။ ဖဿခြောက်မည်၊ သူ့စွမ်းရည် ဖြင့်၊ ကြိတ်နည်သောအား၊ စက်ရှိန်ဝါး၍၊ ခြောက်ပါးအာ ရုံ၊ မြေမြေတုန်လျက်၊ ခြောက်စုံရသ၊ အနိဋ္ဌနှင့်၊ ဣဋ္ဌဟူ သည်၊ အရည်မီးမီး၊ ယိုထွက်စီးသော်၊ ဓာတ်သီးခြောက်ဖြာ၊ ဝေဒနာဟု၊ ထွေလာအထူး၊ ထွက်ပေ၍မြူး၍၊ ခြောက်ဦးရှုန်း စည်၊ အာရုံရည်ကို၊ မည်မည်ရရ၊ ခံစားကြမှ၊ သုဘသုဘာ၊ သာ-မသာနှင့်၊ ထွေလာများတောင်း၊ ကောင်းမကောင်း လည်း၊ ထောင်းထောင်းငေါ်ငေါ်၊ သိထင်ပေ၍၊ ကောင်း သောစိတ်ဝမ်း၊ ဘိတ်ဘိတ်လျှမ်းလျှင်၊ ရှင်လန်းနှလုံး၊ စွင့်စွင့် ပြီး၏၊ မုန်းဘွယ်တွေက၊ ခြောက်သွေ့နှမ်းညှိုး၊ နှလုံးဆိုး၍၊ အခိုးလူလူ၊ ပွက်ပွက်ဆူမျှ၊ ပူပူပင်ပင်၊ မရှင်မလန်း၊ စိတ်ကုန် ခန်း၏၊ ချမ်းသာသုခ၊ တခုမျှ၌၊ လောကအထု၊ အကုန်စု၏၊ ပုပုရွရွ၊ မြင်သမျှလည်း၊ သုခဘို့ချည်း၊ လုံ့လသည်း၏၊ အရည်းသူမြတ်၊ ပရမတ်ကို၊ ချန်လှပ်ထား၍၊ အများ လောက၊ ရှိသမျှကား၊ ဒုက္ခပွားမှု၊ များစွာပြုသည်။ ။ သုခဝေဒနာစွမ်းရည်တည်း။

ဝေဒနာပစ္စယာတဏှာ။ သုခဝေဒနာ၊ စွမ်းရည်ဖြာ၍၊ ရသာမြိန်ရှုန်း၊ အစိမ့်မွန်းက၊ သွန်းသွန်းဆူကြွ၊ ထိုသုခ၌၊ ဝီယဟူသား၊ အချစ်ပွား၍၊ ခြောက်ပါးဝေဒနာ၊ မြိန်ရှက် စွာကို၊ လွယ်ကာမနွေး၊ လိုတိုင်းပေးသည်၊ သူဌေးရတနာ၊ ပမာအလား၊ ကြင်မယားနှင့်၊ ဝတ်စားရွှေငွေ၊ လယ်မြေ လုပ်ခင်း၊ ထမင်းဘောဇဉ်၊ သဘင်ပွဲလမ်း၊ အဆန်းဆန်း တည့်၊ ပန်းမျိုးနံ့သာ၊ အဖြာဖြာလျှင်၊ ရူပါရမ္မဏ၊ စသည်

အပုံ၊ ပဉ္စာရုံနှင့်၊ ခြောက်စုံဖဿ၊ စက္ခုစသား၊ ဒွါရ
 ခြောက်မည်၊ အကြည်အလင်း၊ ကိုယ်တွင်းဓာတ်နု၊ အစုစု
 လျှင်၊ ဗဟုဘေဒါ၊ များပြားစွာသည်၊ ဓမ္မာရမ္မဏ၊ ကာမ
 ဝတ္ထု၊ အစုံအပုံ၊ ခြောက်အာရုံ၌၊ ခုံတမင်မင်၊ ခင်တများများ၊
 နေ့စဉ်ပွား၍၊ တရားအချက်၊ သဘောနက်ကို၊ အိပ်မက်
 တွင်မျှ၊ မမြင်ကြဘဲ၊ ကာမထောင်တွင်း၊ ခန္ဓာကင်းသည်။ ။
 ခြောက်သင်းတဏှာ စွမ်းရည်တည်း။

တဏှာပစ္စယာ ဥပါဒါနံ။ တဏှာခြောက်မည်၊ အရင်း
 တည်၍၊ အရှည်များလျား၊ အစဉ်ပွားက၊ လေးပါးအမှန်၊
 ဥပါဒါနိလည်း၊ ခန္ဓာကာယ၊ အဇ္ဈတ္တနှင့်၊ ကာမအာရုံ၊
 အလုံးစုံကို၊ အကုန်နှီးရင်း၊ အစွဲပြင်း၏၊ အသင်းပွားများ၊
 သားမယားက၊ စသည်ဖြာဖြာ၊ မဆုံးရာသား၊ ကာမာ
 ဝတ္ထု၊ စွဲလမ်းပြုသည်၊ ကာမုပါဒါနိ၊ တဘန်ထို့ပြင်၊ မိစ္ဆာ
 ဉာဉ်ဖြင့်၊ အမြင်ယွင်းဘောက်၊ အယူမှောက်သည်၊ ခြောက်
 ဆဲ့နှစ်ပါး၊ ပြားသည်ဒိဋ္ဌိ၊ တစ်ထိုမှ၊ ဂေါသီလကို၊ ဝဋ်မှ
 ထုတ်တတ်၊ စွဲထင်မှတ်သည်၊ သီလဗ္ဗတုပါဒါနိ၊ ခန္ဓာငါးပါး၊
 တရားအစုံ၊ ဓာတ်အနုကို၊ ကိုယ်ဟုစွဲကပ်၊ အမြဲမှတ်သည်၊
 အတ္တဝါဒုပါဒါနိ၊ အထန်အပြင်း၊ အယူတင်း၍၊ ဝဋ်ခင်း
 ဝဋ်နွယ်၊ ဝဋ်ပင်လယ်မှ၊ လွတ်ဘွယ်မအား၊ တမားမား
 သည်။ ။ လေးပါးဥပါဒါနိစွမ်းရည်တည်း။

ဥပါဒါနပစ္စယာ အဝေါ။ စွမ်းရည်ပြင်းထန်၊ ဥပါဒါနိ
 ဖြင့်၊ ခန္ဓာဓမ္မ၊ ကိုယ်ကာယ၌၊ အတ္တအစွဲ၊ မြဲကြီးမြဲ၍၊ ရဲရဲ
 ရက်ရက်၊ ကိုယ်အတွက်ကြောင့်၊ သက်သတ်ခိုးမှု၊ စသည်
 ပြုလျက်၊ အကုသလ၊ ကမ္မဆယ်တန်၊ အပြစ်လျှံ၏၊ တဘန်

နောက်နှောင်း၊ ငါလျှင်ကောင်းစိမ့်၊ အကြောင်းရည်ရော်၊
အရှည်မြော်လျက်၊ သူတော်ဓလေ့၊ ရသေ့ရဟန်း၊ လှူဒါန်း
ဝေငှ၊ ပဉ္စင်နှင့်၊ အဋ္ဌအင်္ဂီ၊ ဒသင်္ဂီတည့်၊ လေးလီမြဟ္မ၊
ဝိဟာရဈာန်၊ ဆယ်တန်ကသိုဏ်း၊ အလှိုင်းများစွာ၊ ဘာဝ
နာဟု၊ ဆယ်ဖြာပုည၊ ကုသလကိုလုံ့လကြိုးစား၊ ကောင်း
မှုပွား၏၊ နှစ်ပါးကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်ဟု၊ ထိုထိုဘဝ၊ ဖြစ်သ
မျှ၊ ဗီဇပြည့်ဖြိုး၊ အမျိုးမျိုးကြောင့်၊ အကျိုးတရား၊ အရှည်
ပွားသည်။ ။နှစ်ပါးဘဝစွမ်းရည်တည်း။

ဘဝပစ္စယာဇာတိ။ ဘဝစွမ်းရေ၊ ကံနှစ်ထွေကြောင့်၊
သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါတို့၊ ဖြစ်ရာဘဝ၊ ဆုံးပြန်ကလည်း၊
ကေစတု၊ ငါးခုခန္ဓာ၊ ကံချရာ၌၊ ဓမ္မတာစစ်၊ သစ်တလဲလဲ၊
အနဲနဲလျှင်၊ ဖြစ်မြဲဇာတိ၊ သန္ဓေငြိ၍၊ တြိဘုံပြင်၊ နယ်တခွင်၌၊
အစဉ်ပြည့်ပွား၊ အစားစားလျှင်၊ မားမားမတ်မတ်၊
ဇာတ်အမျိုးမျိုး၊ တန်ခိုးထင်တိမ်၊ ဂုဏ်သိမ်နိမ့်မြင့်၊ အကျင့်
ဆိုးကောင်း၊ အပေါင်းများစွာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာကာယ၊
ဖြစ်ပြန်ကြသည်။ ။လေးဝဇာတိစွမ်းရည်တည်း။

ဇာတိပစ္စယာဇရာမရဏံ။ သန္ဓေဇာတိ၊ တဘန်ငြိ၍၊
တြိဘုံသူ၊ အဆူဆူလျှင်၊ လူလူနတ်နတ်၊ မတ်မတ်မားမား၊
ဖြစ်ပြန်ငြားသော်၊ သုံးပါးအရွယ်၊ အလယ်အဆုံး၊ ရှိမြဲ
ထုံးဖြင့်၊ အနှုန်းစဉ်စီ၊ သန္ဓေချီက၊ နာရီစဉ်သင့်၊ အဆင့်ဆင့်
လျှင်၊ ရင့်မြဲရော်မြဲ၊ တသဲသဲတည့်၊ မစဲနေ့ည၊ တရွရွလျှင်၊
ခဏ၊ သန္တတိ၊ အဂ္ဂိရာဇာ၊ နှစ်ဖြာလောင်မီး၊ ရှိန်ရှိန်ညီး၍၊
အကြီးအငယ်၊ အရွယ်ခြားနား၊ အစားစားလျှင်၊ အသွား
တွင်တွင်၊ မစဲနှင်၏၊ လေးအင်သေမှု၊ တခုခုလည်း၊

ကျေးဇူးရှင်လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး
 ရေးသားဆုံးမတော်မူအပ်သော
 ဆုံးမစာ

ဆိုပိမ့်မညာ၊စေ့စေ့နာလော့၊ဂင်္ဂါသဲမျှ၊ပွင့်ကုန်ကြသား၊
 ဘုရားသာသနာ၊ ခေတ်အခါ၌၊ လူ့ရွာနတ်၌၊ နင်ကြံကြိုက်
 လည်း၊အမိုက်မချွေ၊အလိုက်နေ၍၊ အခြေမကြီး၊ အချီးနှီး
 လျှင်၊ ယီးတီးယောင်တောင်၊ ခုတိုင်အောင်တည့်၊ သန်း
 ခေါင်လကွယ်၊တောအုပ်လယ်၌၊ရှစ်နယ်ပတ်ကုံး၊အပြည့်ဖုံး
 သည့်၊ မိုဃ်းလုံး တိမ်တိုက်၊ လျှပ်မကြိုက်သား၊ အမိုက်
 အပြား၊အင်လေးပါးထက်၊နင်ကားရာထောင်၊ မကမောင်
 ၏၊လူ့ဘောင်လူ့ရွာ၊သာသနာ၌၊ကြမ္မာတော်၍၊ ယခုတွေ
 လည်း၊အလေ့မလွဲ၊အများနဲလျှင်၊မိုက်မြဲနှင့်နှင့်၊ မိုက်စရှင်
 ၏၊ မျက်မြင်သောက၊ ဤဘဝကား၊ ဒုက္ခစင်းစင်း၊ ချမ်းသာ
 ကင်း၏၊ သေမင်းအစာ၊ နင့်ခန္ဓာကို၊ တဏှာဘီလူး၊
 အမှောင့်ပူး၍၊ အရူးပြင်ပြင်၊ နင့်ကိုယ်ထင်၏၊ နင်နှင့်
 မဆိုင်၊နင်ပိုင်မဟုတ်၊နင့်ရုပ်နင့်နာမ်၊နင့်သန္တာန်ကို၊နင့်ဉာဏ်
 မစူး၊အပေါ်ဖြူး၍၊ မူးမူးမေ့မေ့၊ အများလေ့ဖြင့်၊ နေ့ရက်
 အပုံ၊ လွန်ခဲ့တုံပြီ၊ အာရုံဝတ္ထု၊ မီးစာစုကို၊ မူမူရရ၊ နင်
 အားကျလည်း၊ ထားပြသေမင်း၊ သူ့တပ်နင်းက၊ မငြင်း
 ဆံသာ၊နင့်ခန္ဓာသည်၊ ပြာပုံအပြီး၊ဖြစ်လုနီးပြီ၊ ယီးတီးယား
 တား၊ သေ၍သွားလည်း၊ တရားမကြွယ်၊အထုပ်ငယ်လျက်၊
 အပါယ်စခန်း၊ သွားမြဲလမ်း၌၊ တပန်းဟိုက်ဟိုက်၊ တရှိုက်
 ငင်ငင်၊ တငြင်ငြိုငြို၊ဆင်းရဲပိုလျက်၊ထိုထိုဘဝ၊အနန္တလျှင်၊
 အစမဆုံး၊ အများထုံးတည့်၊အနှုန်းမပျက်၊ အောက်နရက်

ကျေးဇူးရှင်လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး
 ရေးသားဆုံးမတော်မူအပ်သော
 ဆုံးမစာ

ဆိုပိမ့်မညာ၊စေ့စေ့နာလော့၊ဂင်္ဂါသေမျှ၊ပွင့်ကုန်ကြသား၊
 ဘုရားသဘာဝနာ၊ ခေတ်အခါ၌၊ လူ့ရွာနတ်၌၊ နင်ကြံကြိုက်
 လည်း၊အမိုက်မချွေ၊အလိုက်နေ၍၊ အခြေမကြီး၊ အချီးနှီး
 လျှင်၊ ယီးတီးယောင်တောင်၊ ခုတိုင်အောင်တည့်၊ သန်း
 ခေါင်လကွယ်၊တောအုပ်လယ်၌၊ရှစ်နယ်ပတ်ကုံး၊အပြည့်ဖုံး
 သည့်၊ မိုဃ်းလုံး တိမ်တိုက်၊ လျှပ်မကြိုက်သား၊ အမိုက်
 အပြား၊အင်လေးပါးထက်၊နင်ကားရာထောင်၊ မကမောင်
 ၏၊လူ့ဘောင်လူ့ရွာ၊သဘာဝနာ၌၊ကြမ္မာတော်၍၊ ယခုတွေ
 လည်း၊အလေ့မလွဲ၊အများနဲလျှင်၊မိုက်မြဲနှင့်နှင့်၊ မိုက်စရှင်
 ၏၊ မျက်မြင်သောက၊ ဤဘဝကား၊ ဒုက္ခစင်းစင်း၊ ချမ်းသာ
 ကင်း၏၊ သေမင်းအစာ၊ နင့်ခန္ဓာကို၊ တဏှာဘီလူး၊
 အမှောင့်ပူး၍၊ အရူးပြင်ပြင်၊ နင့်ကိုယ်ထင်၏၊ နင်နှင့်
 မဆိုင်၊နင်ပိုင်မဟုတ်၊နင့်ရုပ်နင့်နာမ်၊နင့်သန္တာန်ကို၊နင့်ဉာဏ်
 မစူး၊အပေ္တဖြူး၍၊ မူးမူးမေ့မေ့၊ အများလေ့ဖြင့်၊ နေ့ရက်
 အပုံ၊ လွန်ခဲ့တုံပြီ၊ အာရုံဝတ္ထု၊ မီးစာစုကို၊ မူမူရရ၊ နင်
 အားကျလည်း၊ ထားပြသေမင်း၊ သူ့တပ်နင်းက၊ မငြင်း
 ဆံသာ၊နင့်ခန္ဓာသည်၊ ပြာပုံအပြီး၊ဖြစ်လုနီးပြီ၊ ယီးတီးယား
 တား၊ သေ၍သွားလည်း၊ တရားမကြွယ်၊အထုပ်ငယ်လျက်၊
 အပါယ်စခန်း၊ သွားမြဲလမ်း၌၊ တပန်းဟိုက်ဟိုက်၊ တရှိုက်
 ငင်ငင်၊ တငြင်ငြိုငြို၊ဆင်းရဲပိုလျက်၊ထိုထိုဘဝ၊အနန္တလျှင်၊
 အစမဆုံး၊ အများထုံးတည့်၊အနှုန်းမပျက်၊ အောက်နရက်

ဝယ်၊ တသက်နွယ်နွယ်၊ အမြစ်တွယ်သို့၊ အပါယ်ထိုထို၊
ဥဒဟိုသည်။ ။နင်လိုလူမိုက် သွားလမ်းတည်း။

ဆုံးမစာပြီး၏။

ကျေးဇူးရှင် လယ်တီဆရာတော် ဘုရားကြီး

ရေးသားတော်မူအပ်သော

ခုနစ်နေ့ ဘုရားရှိခိုး

၁။ သုံးလူရှင်ပင်၊ ကျွန်ထိပ်တင်၊ သောင်းခွင်စကြာ
ဝဠာ၊ နတ်ဗြဟ္မာတို့၊ ညီညာရုံးစု၊ တောင်းပန်မှုကြောင့်၊ ရ
တုနဂို၊ ရှုန်းရှုန်းစိုသည်၊ ဝါဆိုလပြေ၊ ကြွက်မင်းနေဝယ်၊
ချမ်းမြေ့ကြည်ဖြူ၊ သန္ဓေယူသည်။ ။နတ်လူငြိမ်းဘို့ ကိန်း
ပါကို။

၂။ သန္ဓေယူခါ၊ ဆယ်လကြာသော်၊ မဟာသက္ကရာဇ်၊
ခြောက်ဆွဲရှစ်ကြိ၊ ကဆုန်လပြေ၊ သောကြာနေဝယ်၊ ချမ်း
မြေ့စုံစီ၊ လုမ္ဗိနီ၌၊ မဟီလိုက်ဆူ၊ ဘွားတော်မူသည်။ ။နတ်
လူအောင်မြို့ လမ်းပါကို။

၃။ ဘွားမြင်မြောက်သော်၊ ဆွဲခြောက်နှစ်ရှယ်၊ ပျိုနု
နယ်၌၊ သုံးဘွယ်ရွှေနန်း၊ သိမ်းမြန်းပြီးလစ်၊ ဆွဲသုံးနှစ်လျှင်၊
ဘုန်းသစ်လှံလူ၊ စံတော်မူ၍၊ ရွယ်မူနုဖျိုး၊ နှစ်ဆွဲကိုးဝယ်၊
လေးမျိုးနိမိတ်၊ နတ်ပြဟိတ်ကြောင့်၊ ရွှေစိတ်ငြင်ငြိ၊ သံဝေ
ပိုကာ၊ ဝါဆိုလပြေ၊ ကျားမင်းနေဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ရဂုံ၊ တော
ရပ်လှံသည်။ ။စုံမြိုင်ပင်ရိပ် ခန်းမှာကို။

၄။ တောရပ်မြိုင်ပေ၊ ခြောက်နှစ်ပျော်၍၊ ခါတော်တ
ပုံ၊ ပွင့်ချိန်ကြိုကာ၊ ကဆုန်လပြေ၊ ဆင်မင်းနေဝယ်၊ မြေပရမေ၊

ပလ္လင်ဘွေထက်၊ ရွှေညောင်တော်ကြီး၊ ပြတန်ထီးနှင့်၊
မပြီးကြည်ဖြူ၊ နေတော်မူလျက်၊ ရန်မြို့ခပင်း၊ အမိုက်သင်း
ကို၊ အရှင်းပယ်ဖျောက်၊ အလင်းပေါက်က၊ ထွန်းတောက်
ဘုန်းတော်၊ သောင်းလုံးကျော်သည်။ ။သုံးဘော် လူတို့
ငြိမ်းပါကို။

၅။ ဘုရားဖြစ်ခါ၊ မိဂဒါသို့၊ စကြာရွှေဘွား၊ ဖြန့်ချိသွား
၍၊ ငါးပါးဝဂ္ဂီ၊ စုံအညီနှင့်၊ မဟိတသောင်း၊ တိုက်အပေါင်း
မှ၊ ခညောင်းကပ်လာ၊ နတ်ဗြဟ္မာအား၊ ဝါဆိုလပြေ၊ စနေ
နေ့ဝယ်၊ ကြွေ့ကြွေ့လျှံတက်၊ ဓမ္မစက်ကို၊ မိန့်မြွက်ထွေပြား၊
ဟောဘော်ကြားသည်။ ။တရားနတ်စည်ရွမ်းတယ်ကို။

၆။ တရားနတ်စည်၊ ဆော်ရွမ်းလည်က၊ သုံးမည်ဘုံ
သိုက်၊ တသောင်းတိုက်ဝယ်၊ ကျွတ်ထိုက်သသူ၊ နတ်လူဗြဟ္မာ၊
သတ္တဝါကို၊ ခေမာသောင်သို့၊ ဘောင်ကူးတို့ဖြင့်၊ ဆောင်ပို့
ပြီးခါ၊ ဝါလေးဆွဲငါး၊ သက်ကားရှစ်ဆယ်၊ စုံပြည့်ကြွယ်က၊
ရာလေးဆယ်ရှစ်၊ သက္ကရာဇ်ဝယ်၊ နယ်မလွှာတိုင်း၊ စံနှိုင်း
မယုတ်၊ ကုသိန္ဒာရုံ၊ အင်ကြင်းစုံ၌၊ ကဆုန်လပြေ၊ အင်္ဂါနေ့
ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့နိဗ္ဗာန်၊ စံတော်မူသည်။ ။၅၀၀ဆူသောင်းလုံး
ကျော်တယ်ကို။

၇။ နိဗ္ဗာန်စံပြီ၊ ရှုမအိသာ၊ သိင်္ဂီရွှေလျော်၊ အလောင်းတော်
ကို၊ ထိုရော်ကဆုန်၊ လဆုတ်ကြို၍၊ ဂဠုန်နေ့ဝယ်၊ ခိုးငွေမ
နော၊ ဓာတ်တေဇောလျှင်၊ ရှင်စောဉာဏ်စက်၊ မိဋ္ဌာန်ချက်
ဖြင့်၊ လျှံတက်ကော်ရော်၊ မီးပူဇော်သည်။ ။မွေတော်ရှစ်
စိတ် ကြွင်းတယ်ကို။

ထိုခုနစ်နေ့၊ သာချမ်းမြေ့ကို၊ ဆွေ့ဆွေ့ကြည်ဖြူ၊ အာရုံ
ယူလျက်၊ သုံးလူတို့နတ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သား၊ ကိုယ်တော်
ဖျားကို၊ သုံးပါးမွန်စွာ၊ ဝန္တနာနှင့်၊ သဒ္ဓါဖြိုးဖြိုး၊ ကျွန်ရှိခိုး
သည်။ ။ကောင်းကျိုးခပ်သိမ်း ကြွယ်စေသော်။

အဆုံးဘဝ၊ တိုင်ပြန်ကလည်း၊ ပညာအရာ၊ ဘိဓမ္မာနှင့်၊
ကြေညာကြော်ကြား၊ လူအများကို၊ တရားစည်ကြီး၊ ချိမ့်ချိမ့်
တီး၍၊ မီးဆွဲတဖန်၊ ငြိမ်းရာမှန်သည်။ ။နိဗ္ဗာန်အောင်မြင်
ရောက်စေသော။

ခုနစ်နေ့ဘုရားရှိခိုးပြီးပြီ။





ဟံသာဝတီစာအုပ်တိုက်
၃၅၇၊ ဗိုလ်အောင်ကျော်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

တနှစ် ၁-ကျပ်၊ ၅၀-ပြား