

စစ်ကိုင်းဘိုင်း ယင်းမာပင်မြို့နယ် စံပြရွာသာယာ

ရိုးမတိမ် မဟာအောင်မြေကျောင်းဆရာတော်

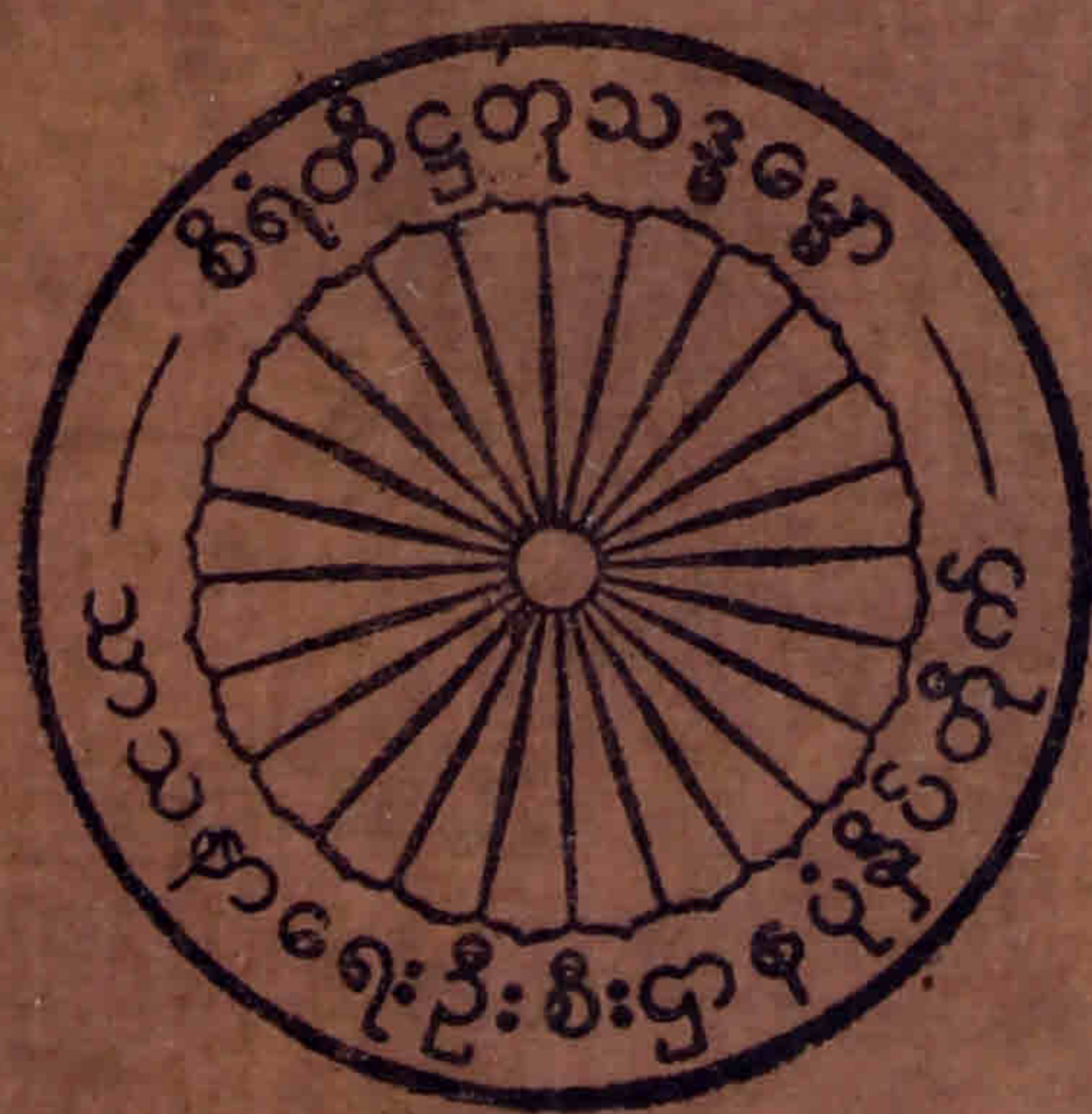
ဦးသီလာဓာရ

ရေးသားတော်မူအပ်သော

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

(ပဌမတွဲ)

[ဓမ္မပဒ-ပါဠိ, အနက်, မြန်မာကဗျာ, အင်္ဂလိပ်ဘာသာ, ဝတ္ထုကြောင်များ]



ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ်သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

သာသနာ-၂၅၂၄

ကောဇာ-၁၃၄၂

ဒီဇင်ဘာ-၁၉၇၀

၆၆၆. ၆၆၆

စာကြည့်တိုက်

ပိဋကတင်္ဂါသင်္ဂြိုဟ်စာ

ပြန်လည်ရေးသား

၁၉၉၈

စစ်ကိုင်းတိုင်း ယင်းမာပင်မြို့နယ် စံပြရွာသာယာ

ရိုးမတိမ် မဟာအောင်မြေကျောင်းဆရာတော်

ဦးသီလာစာရ

ရေးသားတော်မူအပ်သော

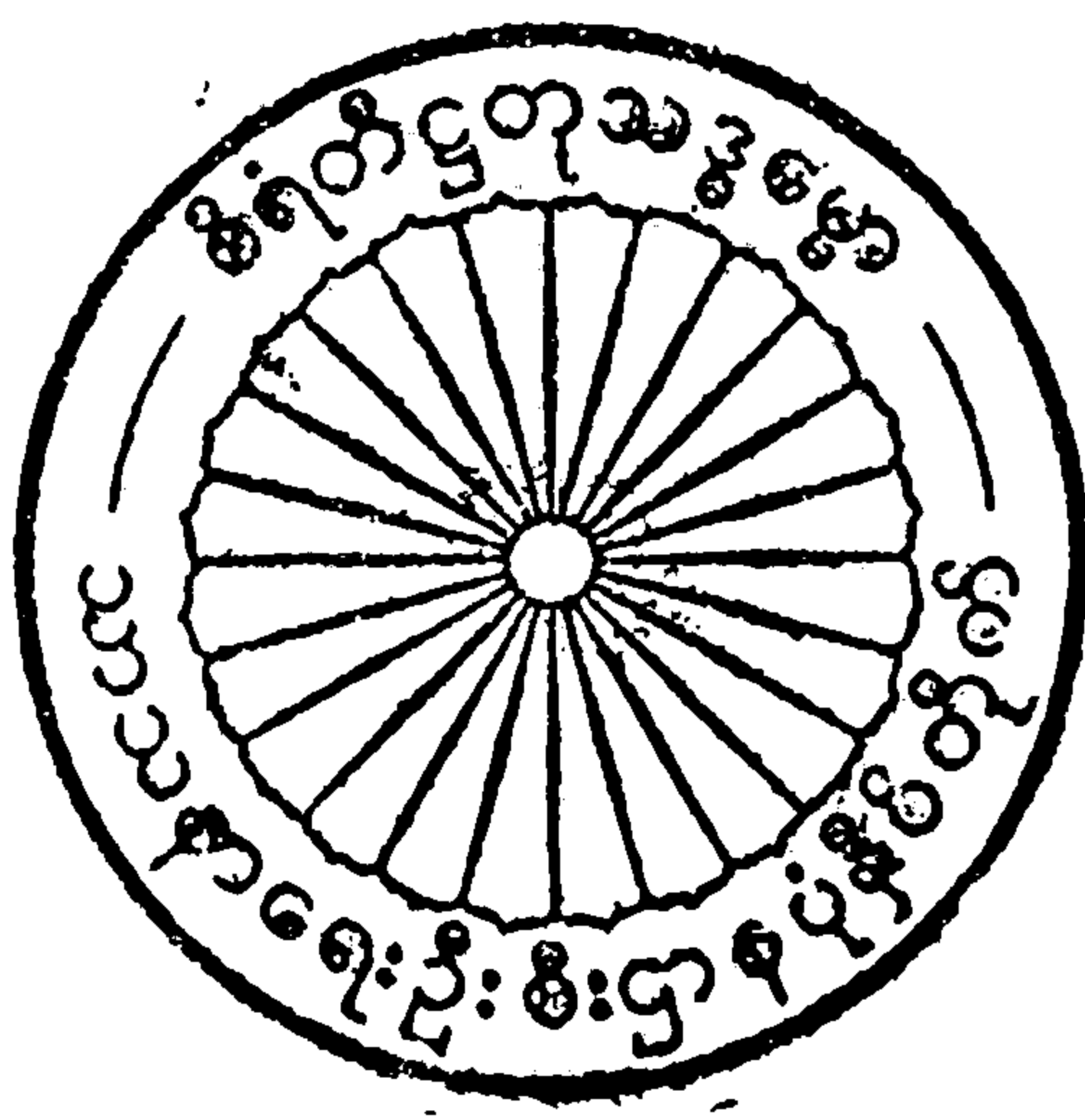
စာကြည့်တိုက်

တက္ကသိုလ် - ရန်ကုန်

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

(ပဌမတွဲ)

[ဓမ္မပဒ-ပါဠိ, အနက်, မြန်မာကဗျာ, အင်္ဂလိပ်ဘာသာ, ဝတ္ထုကြောင်းများ]



ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ် သမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

သာသနာ-၂၅၂၄

ကောဇာ-၁၃၄၂

ဒီဇင်ဘာ-၁၉၈၀

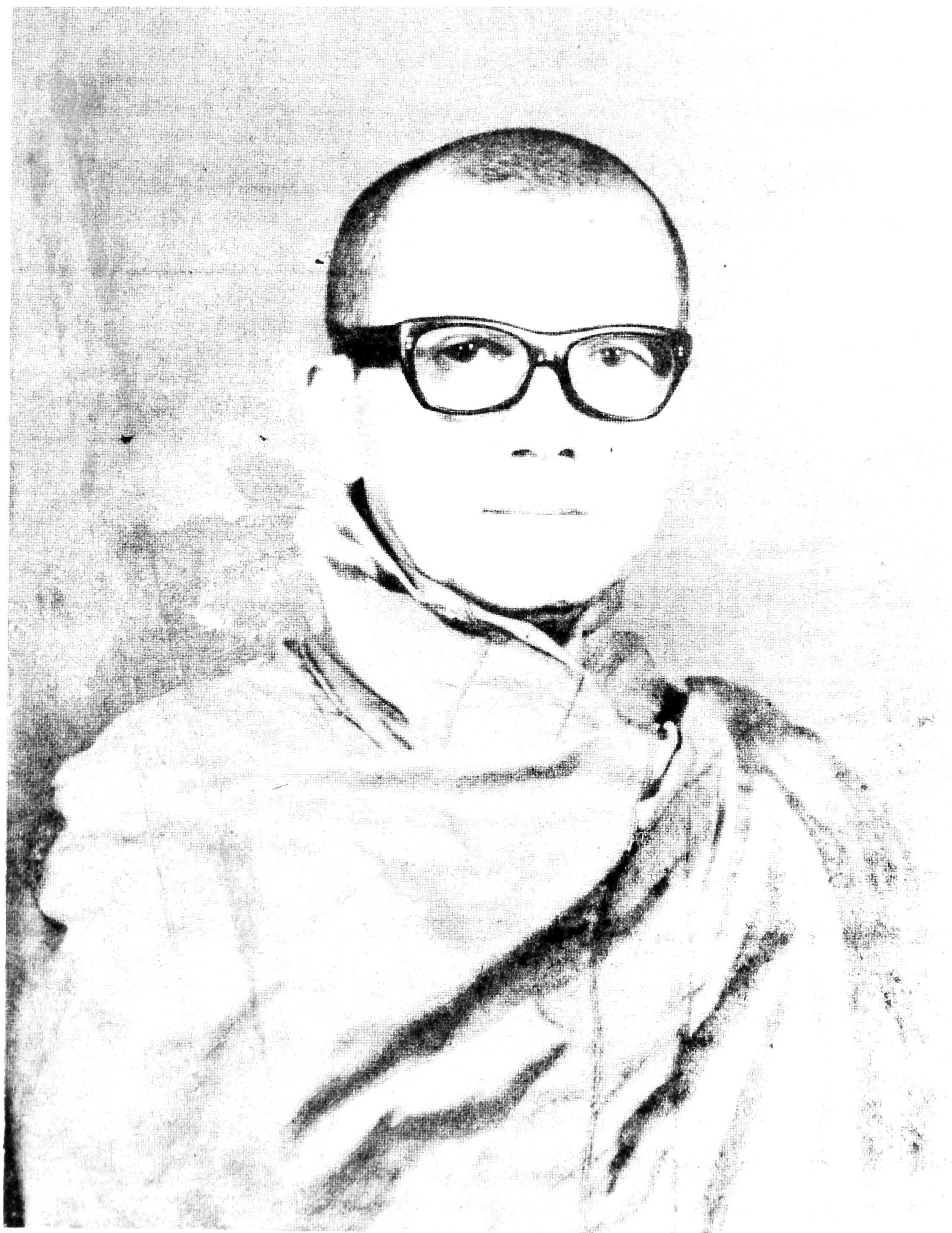
ပဌမအကြိမ် ရိုက်နှိပ်ခြင်း

—

အုပ်စု -- ၃၀၀၀

—

ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ်သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော် သာသနာရေးဦးစီးဌာန
အတွက် ဦးတင်မောင်(၀၂၅၆-မြဲ)စာပေပေါင်းကူးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ အမှတ် ၉ ပ၊
မေ၊ ဘီ၊ ဂေဇယန္တာလမ်း၊ (၀) ရပ်ကွက်၊ ကောင်ဥက္ကလာပမြို့က ပုံနှိပ်၍
လက်ထောက် ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးမြင့်မောင် (၀၂၅၂၇) က ထုတ်ဝေသည်။



ရိုးမတိမ် မဟာအောင်မြေကျောင်း
ဆရာတော် ဦးသီလာစာရ

ကျမ်း၏ပလ္လင် ညွှန်းပြတင်

“စာပေပါဠိ၊ ဂီတိကဗျာ၊ ဘာသာတပါး၊ တတ်တား
စုံလင်၊ နှစ်ဘက်မြင်သိ၊ စိတ်ကောင်းရှိသည်၊ ပစ္စု
များစွာ၊ မြတ်ဆရာအား၊ လေးစား ပသန္န၊ ဦးနှိုက်
ချလျက်၊ ‘ဗုဒ္ဓဂီတိကာ’၊ ဤစာ ရွှေကျမ်း၊ ပုလဲပန်းဖြင့်၊
စိတ်ကျန်း မာန်လျော့၊ ငါကန်တော့၏။”

“ဗုဒ္ဓဂီတိကာ”ဟူသော အမည်သည် ရှင်တော်ဘုရား ဟောကြား
တော်မူအပ်သော ဘုရားရှင်၏ ရွှေနှုတ်တော်လာ ဂါထာတော်များ၏
အမည်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်း ဂါထာတော်များကိုပင် သံဃေ သံဃာ
“တက်သံ-သက်သံ”တို့ဖြင့် ကြားနာယူတို့၏ စိတ်နှလုံးကို ရှင်ပြုံး
နှစ်သက်လာအောင် ရွတ်ဆို၍ ဖြစ်ကောင်းသောကြောင့် “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ”
ဟုပင် ခေါ်ဝေါ်နိုင်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာနှင့် ဤကျမ်းစာ

“ဗုဒ္ဓဂီတိကာ”ဟု ခေါ်ဆိုထိုက်သော (သုံးပုံပိဋကတ် ငါးရပ်နိကာယ်
တွင် ခုဒ္ဒကနိကာယ်အဖြစ်နှင့် ပါဝင်သော) ဓမ္မပဒ ပါဠိတော် ဂါထာ
တို့ကိုပင် ပါဠိအလိုက် လုံးရေကိုက်အောင် မြန်မာကဗျာ အဖွဲ့အနွဲ့ဖြင့်
ပြန်ဆိုရေးသားထားသောကြောင့် ဤကျမ်းကိုလည်း “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ”
ဟုပင် ဆန်းသစ်သော အမည်ဖြင့် ခေါ်ဝေါ် ပညတ်အပ်ပါသည်။
ရှေးကတီထွင် ပညာရှင်တို့လည်း “ဘဂဝါဂီတိ”ဟူသော အမည်ဖြင့်
ကျမ်းစာရေးသား တင်ပြဘူးပါသည်။ “ဗုဒ္ဓဂီတိကာနှင့် ဘဂဝါဂီတိ”
သည် အတွင်းစာသား အဓိပ္ပါယ်သဘောသွားနှင့် ရေးသားပုံမှာ တမူ
ကွဲပြား ခြားနားသော်လည်း “ဗုဒ္ဓ၏ ကဗျာ လင်္ကာ”ဟု နာမည်ပညတ်
ချက်မှာ အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ “နာမည်”ဆိုသည်မှာ “ခေါ်ဝေါ်
လွယ်မှု” ခေါ်ဝေါ်လွယ်ခြင်းငှါသာဖြစ်၍ အပြစ်မတင်သင့်ဟု ယုံကြည်
ပါသည်။

လက်ထက်တော်တွင် မဂ်ဖိုလ်ဝင်

ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် ဝေနေယျသတ္တဝါတို့၏ ပါရမီ အနုအရင့်ကို နှိုင်းချင့်ကြည့်ရှုတော်မူပြီးလျှင် မသွယ် မဝိုက်ပဲ တိုက်ရိုက် ဟောကြားတော်မူခဲ့သော “ဓမ္မပဒ” တရားတော်များ ဖြစ်သည့် အလျောက် ဘုရားရှင် လက်ထက်တော် အခါကပင် ကြားနာရသူ မှန်သမျှ (ဆူကြွန်မိမြင့်၊ ဆင်းရဲချမ်းသာ၊ မင်းရာဇာနှင့်၊ ဗြဟ္မာသိကြား၊ ပုဂ္ဂိုလ်အစားစားတို့ကို) မျက်နှာကြီးငယ်မရွေးချယ်ပဲ “သုပ္ပဗုဒ္ဓ”ကဲ့သို့ လူနုနင်းပြား အောက်တန်းစားများပင် မကျန်ရအောင် တရားရတနာ မြှိုက်ရသာကို သဘောတူညီမျှ ရရှိကြလေသည်။ “သောတာပန် သကဒါဂါမ် အနာဂါမ် ရဟန္တာ”အဖြစ်နှင့် မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ထိ ကျွတ်တမ်းဝင်ကြသော သတ္တဝါ ဝေနေယျတို့ကား “ဤရှေ့ ဤမျှရှိ၏”ဟု ဂဏန်းချ၍ မရေတွက်နိုင်လောက်အောင် များပြားလှပေသည်။

ကြားနာဖတ်ရှု ပုပ္ဖကင်းစင်

ရှေးခေတ်နှင့် ယခု မျက်မှောက်ခေတ်တွင်လည်း “ဓမ္မပဒ”ဂါထာတော်တပုဒ်မျှကို ကြားနာဖတ်ရှုကြရကုန်သော ကမ္ဘာ့ပညာရှင်တို့သည် တကြိမ်တခါ ကြားနာဖတ်ရှုရုံမျှနှင့်ပင် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်တွင်းဝယ် တောက်လောင်နေသော သောကမအေး ပူဆွေးဒုက္ခ ကင်းစင်ပ၍ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်ကြီးများ ဖြစ်လာရုံမက “ဓမ္မပဒ”တရားတော်လာအတိုင်း လိုက်နာကျင့်ကြံကြပါလျှင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက်နိုင်ကြောင်း ကမ္ဘာ့ပညာရှင်များက ဝန်ခံနေကြလေပြီ။

သီရိဓမ္မာသောက

ဗုဒ္ဓဘာသာလောကတွင် သာသနာပြု သာသနာ့ဒါယကာအဖြစ်နှင့် အလွန် တင်ရှားသော သီရိဓမ္မာသောက မင်းကြီးသည် နိဂြောဓ သာမဏေငယ် ဟောကြားအပ်သော “အပ္ပမာဒေါ အမတံ ပဒံ”အစရှိသော “ဓမ္မပဒ”ဂါထာတော်တပုဒ်ကို ကြားနာရသောကြောင့် မိဘရိုးရာ ကိုးကွယ်လာသည့် (ဗြာဟ္မဏဝါဒ)ကို စွန့်လွှတ်၍ ဗုဒ္ဓဝါဒကို

သက်ဝင်ယုံကြည်ပြီးလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာကို ထူးခြားစွာ ပြုခဲ့သည့် ဘုရင်တပါးအဖြစ်ဖြင့် ကမ္ဘာတွင် ဥဒါန်းတင်လောက်အောင် ယခုတိုင် ထင်ရှား လူသိများလျက် ရှိပါသည်။

ဘုရင် အနော်ရထာ

မြန်မာနိုင်ငံ ပုဂံဘုရင် အနော်ရထာမင်းကြီးသည်လည်း ရှင်အရဟံ မထေရ်မြတ် ဟောကြားတော်မူအပ်သော “အပ္ပမာဒေါ အမတံ ပဒံ” အစရှိသော “ဓမ္မပဒ”ဒေသနာ ဂါထာတပုဒ်မျှကို ကြားနာရသော ကြောင့် အရည်းကြီးတို့၏ မိစ္ဆာအယူကို စွန့်လွှတ်ကာ ဗုဒ္ဓအယူဝါဒကို သက်ဝင်ယုံကြည်ပြီးလျှင် မြန်မာ့ရာဇဝင်တွင် ထင်ရှားသော သာသနာပြု ဘုရင်တပါး ဖြစ်ခဲ့လေသည်။

အီတလီ အမျိုးသား

အီတလီပြည်၌ မွေးဖွား၍ အမေရိကန်ပြည် နယူးရောက်မြို့တွင် ကြီးပြင်းလာသော (ဘီအက်စ်စီ)ဘွဲ့ရ ဝိဇ္ဇာနှင့်သိပ္ပံပညာရှင် ရိုမန် ကက်သလစ်ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင် အီတလီ အမျိုးသားတယောက်သည် “ဓမ္မပဒ”စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရသောကြောင့် ခရစ်ယာန်ဘာသာကို စွန့်၍ ဗုဒ္ဓဘာသာကို သက်ဝင်ယုံကြည်ပြီးလျှင် ဗုဒ္ဓသာသနာတွင် ရဟန်းပြုကာ “ဦးလောကနာထ”ဘွဲ့တော်ဖြင့် ကမ္ဘာ့ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ် ကျော်တပါးအဖြစ်ဖြင့် အလွန်ထင်ရှားခဲ့လေသည်။

ဆာအက်ဒွင်အာနိုး—Sir Edwin Arnold

ယင်းပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း ဓမ္မပဒစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရသောကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာကို သက်ဝင်ယုံကြည်ပြီးလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာ ပိဋကတ်တော် များကို လေ့လာဖတ်ရှုပြီးနောက် “The Light of Asia” “အာရှ တိုက်၏ လင်းရောင်ခြည်”စာအုပ်ကို ရေးသားထုတ်ဝေလိုက်ရာ ကမ္ဘာက စိတ်ဝင်စားပြီး အကောင်းဆုံး စာအုပ်အဖြစ် လူကြိုက်များ၍ ကမ္ဘာကျော် ဖြစ်လာခဲ့ရလေသည်။ ခရစ်ယာန်ဘာသာဝင် အချို့က ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ ယင်းစာအုပ်ကို ထူးခြားစွာ ရေးသား ထုတ်ဝေခဲ့

သည့်အတွက် (ဆာ အက်ဒွင် အာနိုး) အား ပြိုင်ပြိုင်ကြကာ ဝိုင်းပယ်ထားခြင်း ခံခဲ့ရလေသည်။ ထို့နောက် ခရစ်ယာန်များ ကျေနပ်စေရန် “ကမ္ဘာ၏ လင်းရောင်ခြည်” (The Light of World) စာအုပ်ကို ထုတ်ဝေရေးသားပြန်ရာ ဗုဒ္ဓဘာသာစာအုပ်လောက် လူကြိုက်မများလှသဖြင့် ခရစ်ယာန်ဘာသာအတွက်တော့ စိတ်မပါ တော်လျော်ရုံသာ ရေးသားသည်ဟု ပြစ်တင်ခံရပါသေးသည်။ ခရစ်ယာန်အာဏာပိုင်တို့က ခရစ်ယာန်ဘာသာအတွက်ပါ ဖြန့်ဝေပြီးသားဖြစ်စေရန် ယင်း စာအုပ်နှစ်အုပ်လုံးကို တအုပ်တည်းချုပ်ပြီး ထုတ်ဝေခွင့် ပြုထားလေသည်။ ဆာ အက်ဒွင်အာနိုးသည် သူ့ ကိုယ်သူ ဗုဒ္ဓဘာသာဖြစ်ကြောင်းကျမ်းစာရေးတိုင်း ကျွန်ုပ်တို့ ဗုဒ္ဓဘာသာဟု သုံးနှုန်းကာ ရေးသားခဲ့လေသည်။

အင်္ဂလိပ်အမျိုးသမီး (မစ်စ် အယ်လ် အဒမ် ဘက်)

(Mrs. L. Adams Back)

အင်္ဂလိပ် ရေတပ်ဗိုလ်ကြီး ဂျွန်မိုစကီ (John Moresky) ၏သမီး (မစ်စ် အယ်လ် အဒမ်ဘက်)သည် “ဓမ္မပဒ” စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရသောကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာကို ယုံကြည်သက်ဝင်ကာ (အိန္ဒိယ၊ ဗမာ၊ သီဟိုဠ်၊ ယိုးဒယား၊ တရုတ်၊ တိဘက်၊ ဂျပန်) စသော တိုင်းပြည်များသို့ လည်ပတ်ပြီးလျှင် (မဟာယာနနှင့် ဟိနယာန) ဗုဒ္ဓဘာသာ နှစ်ဂိုဏ်းလုံး၏ သမထ ဝိပဿနာ ကျင့်ပုံကျင့်နည်းတို့ကို ကိုယ်တိုင်လေ့လာ ကျင့်သုံး၍ ဗုဒ္ဓစာပေများကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာ ပြန်ဆိုပြီးလျှင် (The life of The Buddha) “ဗုဒ္ဓ၏ဘဝဖြစ်စဉ်” ဗုဒ္ဓဝင်နှင့် အခြား ဗုဒ္ဓဘာသာဆိုင်ရာ ကျမ်းစာအုပ်မျိုးစုံတို့ကို ရေးသားပြီးလျှင် ကမ္ဘာသို့တင်ပြခဲ့လေသည်။ သူမသည် ၁၉၃၁-ခု၊ ဇန်နဝါရီလ (၃၁) ရက်နေ့တွင် ဂျပန်ပြည် ကျိုတိုမြို့၌ ဇင်းဗုဒ္ဓဘာသာကို လေ့လာယင်း အနိစ္စရောက်လေသည်။ (ကျွန်ုပ်သည် စာရေးသားလေ့မရှိ။ ပတ်ဝန်းကျင် အပြောသမားတို့၏ လောင်းရိပ်အောက်တွင် မှိုင်းမိပြီးနေခဲ့ရာ သူမ၏ စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုရပြီး စိတ်ဇက်ကြွကာ ဤစာအုပ်ကို ရေးသားပါသည်။)

ဒေါက်တာ ကသိယပ် အေပရဲယား၏ ရေးသားချက်

(DR. Cassius A.Pereira)

ပိဋကတ်သုံးပုံထဲက စာအုပ်တစ်အုပ်၏အမည်ကို ပြောစမ်းပါဟုဆိုလျှင် အလစ်အငေါ့မရှိပဲ “ဓမ္မပဒကို ညွှန်ပြလိုက်ပါမည်။ အကြောင်းကား ယင်း ဓမ္မပဒသည်--

စာပေလောကတွင် ကခုန်တည်းသော အကောင်းဆုံး စာအုပ် ဖြစ်၍ ကျွန်ုပ်အား အထူး ကျေးဇူးများသောကြောင့် ဖြစ်ပါ သည်။ နှစ်ပေါင်း လေးဆယ်ကျော် အတွင်း ကံမကောင်း အကြောင်းမသင့်၍ စိတ်နှလုံး ပူပန်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်သည့် အခါ တိုင်း၊ ယင်း ဓမ္မပဒ စာအုပ်သည် ကျွန်ုပ်အား သစ္စာရှိသော မိတ်ဆွေကောင်း တယောက် အဖြစ်ဖြင့် ပြေဖျော်ခဲ့ပါသည်။ မနှိုင်းယှဉ်နိုင်အောင် လှပသောဂါထာတော်တို့သည် အကြံဉာဏ် ပေးရန် အတွက် ဖြစ်စေ၊ အမျိုးမျိုးသော ဆင်းရဲဒုက္ခတို့မှ လျော့ပါး သက်သာရန်ဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်သတင်း ပျံ့သင်းကျော်စော ရန်ဖြစ်စေ ဘယ်ဘက်ကမှ အချည်းနှီးသက်သက်မဖြစ်ချေ။ တခုခု အတွက် အကျိုးသက်ရောက် သည်သာတည်း။

အထက်ပါ စကားတို့ဖြင့် ကမ္ဘာ့ပညာရှင်များက လက်ခံယုံကြည် နေကြပြီး ဖြစ်ကြောင်း အလွန် ထင်ရှားလေသည်။

ကမ္ဘာ့အလယ် လွန်တင့်တယ်

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ “ခေ” ဓမ္မပဒသည် ဗုဒ္ဓသာသနာ၏ အဆီ အနှစ် တရားအမြဲတေတို့ကို အကာမဖက် အနှစ်သက်သက် အနေအားဖြင့် ဖော်ပြသော ကျမ်းစာဖြစ်၍ ကမ္ဘာ့အလယ်တွင် လွန်တင့်တယ်လျက် သီဟိုဠ်၊ ယိုးဒယား၊ ဂျာမနီ၊ ပြင်သစ်၊ အင်္ဂလိပ်၊ ဘင်္ဂလီ၊ နာဂရီ စသော ဘာသာ အမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ပြန်ဆိုပြီး ရှိကြောင်း သိရလေသည်။ ဤမျှ ဘာသာပေါင်း များစွာနှင့် လူမျိုးတိုင်းကပင် ပြန်ဆိုထားခြင်းကို ကောက်သဖြင့် “ဤ ဓမ္မပဒကျမ်း”သည် ဟုဏ္ဏဝါသုတ်သို့က်ပြီးအလား

တန်ဖိုး မဖြတ်နိုင်သော တရားရတနာ အမြဲတေတို့၏ စုဝေးရာ
“ဓမ္မဘဏ်တိုက်ကြီး” ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားလေသည်။

ပါဠိနှင့်တိုက် လုံးရေကိုက်ကဗျာ မရှိသေးပါ

ထိုသို့ တရားရတနာ အမြဲတေတို့၏ စုဝေးရာ ဓမ္မပဒကို ကမ္ဘာ့
ဘာသာမူတို့နှင့်တကွ မြန်မာဘာသာ ပြန်ဆိုပြီးမှုများ အများအပြားပင်
ရှိပြီးဖြစ်သော်လည်း မိမိဘာသာ မြန်မာစကားနှင့် ကျက်မှတ် လေ့လာ
နှုတ်တက် ဆောင်ယူ လွယ်ကူစေရန် ပါဠိနှင့်တိုက် လုံးရေကိုက် ကဗျာ
ကျမ်းမူအဖြစ်နှင့် ရေးသားပြုစုထားသည်ကို မတွေ့ရသေးပါ။ (ရန်ကုန်
သာသနာ့ရိပ်သာတွင် တရားအားထုတ်နေစဉ် ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်
ဘုရားကြီး၏ တရားတော်ကိုနာယင်း ချပေးသော မြန်မာကဗျာကို
နည်းယူမှတ်သားကာ ပါဠိနှင့်တိုက် လုံးရေကိုက်ကဗျာ ရေးသားပါ
သည်)။

“ပါဠိ၊ အင်္ဂလိပ်၊ ဖြည့် သိပ်၊ မြန်မာ မရှိသေးပါ”

ယခုအခါ ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ်သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်သည်
ကမ္ဘာနှင့် ရင်ဘောင်တန်းလျက်ရှိရာ ခေတ်ပညာတတ် လောကဓာတ်
ပညာကို လေ့လာထားသော တက္ကသိုလ်နှင့် အထက်တန်းကျောင်းသား
ရွှေသွားလူငယ် မောင်မယ်သစ်လွင်တို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာကျမ်းရွှေစာတို့ကို
လေ့လာကြည့်ရှု သုတေသန ပြုနေကြလေပြီ။ ခေတ်သစ်လူငယ်တို့သည်
ပါဠိ၊ အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ၊ ကဗျာ၊ သုံးဘာသာဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာစာပေကို
လေ့လာနိုင်ကြလျှင် ယင်းလူငယ်တို့၏ စိတ်နှလုံးကို ရှင်ပြုံးနှစ်သက်
စေလျက် အနာဂတ်တွင် လူတော် လူကောင်း ကမ္ဘာနှင့်မြန်မာအတွက်
အားတက်စရာ ခေါင်းဆောင်ကောင်းများ ဖြစ်လာ နိုင်ပါသည်။
သို့ရာတွင် သူတို့၏ စိတ်နှလုံးကို ရှင်ပြုံးနှစ်သက် နိုင်လောက်အောင်
ဆွဲဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသော “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” ခေါ် “ဓမ္မပဒ” ကို ပါဠိ၊
အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ ကဗျာ သုံးဘာသာဖြင့် ပြုစုရေးသားထားသော
ကျမ်းစာများကို မတွေ့ရသေးပါ။

ပြည်သူ့အကြိုက် ခေတ်နှင့်လိုက်

ထို့ကြောင့် ခေတ်သစ်လူငယ် မောင်မယ်သစ်လွင်တို့အတွက် ဤလောက ဤကမ္ဘာ၊ နောက်လောက နောက်ကမ္ဘာတွင် အထက်တန်းကျကျ မျက်နှာပန်းလှလှနှင့် လောကီချမ်းသာ လောကုတ္တရာချမ်းသာ နှစ်ဖြာသုခ လိုတိုင်းရအောင် ပေးစွမ်းနိုင်သော “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” ခေါ် “ဓမ္မပဒ” ပါဠိတော်ကို ပြည်သူ့အကြိုက် ခေတ်နှင့်လိုက်အောင် လူကြီးပိုင်းနှင့်လည်း လျောက်ပတ်၊ လူလတ်ပိုင်းနှင့်လည်း သင့်တော်၊ လူငယ်ပိုင်းနှင့်လည်း လျော်ကန်၍ အတန်းအစားပုဂ္ဂိုလ်များတို့ ကျက်မှတ်ဆောင်ယူ လွယ်ကူ လေ့လာနိုင်ကြစေရန် ရည်သန်လျက် “ဓမ္မပဒ” ပါဠိတော်ကို “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” ဟူသော သစ်လွင်သော အမည်ဖြင့် တင်ဆက်လိုက်ရပါကြောင်း။

အစီအစဉ်များ

- ၁။ စာဖတ်ပရိသတ်များ တိုတိုနှင့်လိုရင်းအဓိပ္ပါယ်များသဘောပေါက်နားလည်ရန်အတွက် ဓမ္မပဒလာ ဝတ္ထုကြောင်း များကို ဖော်ပြထားပါသည်။
- ၂။ ပါဠိ အနက် ကျက်မှတ်ရမှ ကျေနပ်ကြသော ဓမ္မကထိက ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် လူကြီး လူငယ်များအတွက် ဓမ္မပဒပါဠိတော်လာ ဂါထာနံပါတ် အစဉ်ဖြင့် ဂါထာ ပါဠိ အနက်တို့ကို ဖော်ပြ ထားပါသည်။
- ၃။ ဓမ္မပဒလာ ဂါထာ အဓိပ္ပါယ်ကို နားလည် သဘောပေါက်ရန် မြန်မာစကားပြေဖြင့် ဖော်ပြ ထားပါသည်။
- ၄။ အင်္ဂလိပ် စာတတ်ပညာရှင် တို့အတွက် အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ရှင်းလင်းစွာ ရေးသားထားရာ NA RA DA THERADHA MAPADA မှုကို နည်းမှီထားပါသည်။
- ၅။ ဂါထာများကို ရှစ်လုံးဘွဲ့ကဗျာများဖြင့် ဖော်ပြထားပါသည်။

ဤမျှသော အစီအစဉ်ဖြင့် ပြည်သူ့အကြိုက် ခေတ်နှင့်လိုက်အောင် တီထွင် ရေးသား၍ ပြည်သူ့လက်သို့ တင်ဆက်လိုက်သော “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” ကျမ်းရွှေစာ တည်းဟူသော ပန်းမာလာသည် သာလွန် တင့်အပ် နတ်တို့ရပ်ဝယ် ပွင့်ချပ်ခတ်ရုံ ပန်းမျိုးစုံပွင့်ကာ ကျက်သရေဖြာ နေသော “မဉ္ဇူသက” နတ်ပန်းပင်ကြီးနှင့်တူစွာ စာပေလောကတွင် ထွန်းလင်း ပေါ်ပေါက် လာပါသဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာနှင့် အခြားသော ဘာသာဝင် သူတော်စင်တို့သည် မိမိတို့အလိုရှိရာ ပန်းမာလာတို့ကို အားပါးတရ ဟဒယရှင်မြူး ဆွတ်ခူးပန်ဆင်နိုင်ကြ ပါစေသတည်း။

ဤကျမ်းစာကို ပုံနှိပ်ကိုက် ထုတ်ဝေနိုင်ရေးအတွက် ဉာဏ်အား လူအား စိတ်ထားဖြူကြည် ကူညီအားပေးကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုလည်း ကျေးဇူးတင်၍ မဆုံးနိုင်အောင် ဝမ်းသာအားရ ဖြစ်မိပေသည်။ ဤ ကျမ်းစာကို လေ့လာကြည့်ရှုကြကုန်သော ပညာရှင်အပေါင်းနှင့် လူမျိုး ဘာသာ သာသနာချစ် တိုင်းပြည်ချစ်သော ခေတ်သစ်လူငယ် မောင်မယ်သစ်လွင်တို့သည် မပျင်းမရိ အဓိပတိစိတ်ထားဖြင့် ကြိုးစား၍ ကြည့်ရှုကြပြီးလျှင် ကိုယ်ချင်းစာနာ ကရုဏာဖြင့် ဝမ်းမြောက်နိုင်ကြ ပါစေကုန်သတည်း။

ဦးသီလာစာရ (ဝိဇ္ဇာထွန်း)

၄-၁-၇၄

ကျမ်းဦး ပဏာမ ဂီတိကာ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

၁။ တိပသဌံ ရတနံ ထေရံ ဝန္ဓာမိ၊
သုခါဝဟံ ယုဝါနံ ဓမ္မန္တဝတ္ထိ။
ဒေသဘာသံ အင်္ဂလံ မြမ္မာ ရဋ္ဌမ္ပိ၊
ဗုဒ္ဓဂီတံ ဝိသေဌံ လိခံ ကရောမိ။

အဟံ၊ ဇေယျာပူရီ တိုင်းဌာနီတွင် လယ်တီစံရာ မုံရွာအနောက်
ထွန်းတောက်ပညာ မြို့ယင်းမာ၏ ဒိသာရွှေရပ် ပညတ်ဝေါဟာ ရွာ
သာယာစံပြ သဘာဝရေပူစမ်း အပန်းဖြေစခန်း၌ ဖြောင့်တန်းစေတနာ
သဒ္ဓါထူးချွန် သာသနာ့ဝန်ကို အားသွန်ကျင့်သုံး ကံကုန်းဆရာ
ရှင်သီလာစာရ ပညတ်မျှသာ ငါမရှိပဲ ငါဟုသမုတ် နာမ်နှင့် ရုပ်သည်။
တိပသဌံ၊ အလွန်အကြူး အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ် မြတ်တော်မူထသော။
ဝါ၊ ဗြဟ္မာ နတ် လူ သုံးဘုံသူတို့ ကြည်ဖြူ လေးမြတ် ချီးမွမ်းအပ် မြတ်
တော်မူထသော။ ရတနဉ္စ၊ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာသုံးရပ် မြတ်
ထက် မြတ်ကိုလည်း။ ဝန္ဓာမိ၊ ဂုဏ်တော်ရည်မွန်း သဒ္ဓါပန်းဖြင့် ချီးမွမ်း
ထောပနာ ပဏာညွတ်ကျိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးခါခါ ပူဇော်ပါ၏။

ထေရံ ထေရေစ၊ ငယ်ကပညာ သင်ပေးစွာသား ဆရာများနှင့်
မုံရွာနဂရ မြို့မရွှေဂူ နေတဆူဟမျှ တေဇလွန်ထူး ကျေးဇူးကြီးလတ်
ပိဋကတ်ကို အတတ်သင်ကြား ကျွန်ုပ်အားလျှင် မြောက်စားယုံကြည်
ဂုဏ်ရည်မြင့်မား ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ကိုလည်း။ ဝန္ဓာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ
ရှိခိုးပါ၏။

ထေရံ ထေရေစ၊ ဝိပဿနာ ဘာဝနာမြတ် ပဋိပတ်ကို လက်ထပ်
သင်ကြား ကျွန်ုပ်အားလျှင် စိတ်ထားယုံကြည် ဂုဏ်ရည်မြင့်မား ရန်ကုန်မြို့

သာသနာ့ရိပ်သာ (အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ) မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊
ကမ္ဘာ့သာသနာပြု ဓမ္မကထိက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ဆရာတော် ဦးသေဠိလ
နှင့် ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာတင် ထိပ်ခေါင်တင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ကို
လည်း။ ဝန္ဒာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ထေရံ ထေရေစ၊ ဘာသန္တရစာပေ ထွေထွေသင်ကြား ကျွန်ုပ်အားလျှင်
မွေစား မွေခံ ကျောင်းဗိမာန်နှင့် အမှန်မြောက်စား ရိုးမတိမ် ဆရာတော်
ဘုရားကြီးကိုလည်း။ ဝန္ဒာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ထေရံ ထေရေ စ၊ ကမ္ဘာကျော် ဓမ္မကထိက နေရင်းဦးကောဝိဒ
ဆရာတော်၊ သကျသီဟ ဓမ္မာစရိယ (ဘီအေ) ဦးဝိနယ ဆရာတော်၊
ကျောင်းတော်ရာရွှေကျင်တိုက် ပြာသာဒ်ကျောင်းဆရာတော်ဘုရားတို့ကို
လည်း။ ဝန္ဒာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ထေရံ ကေရေစ၊ ရန်ကုန်မြို့ စိန်ရောင်ခြည် နေရင်း ဦးကောဝိဒ
ဆရာတော်၊ ကြည့်မြင်တိုင် ကျောင်းကြီးတိုက် ဘုံပျံဆရာတော်နှင့်
မုံရွာလယ်တီ တိုက်အုပ်ဆရာတော် ဦးဣန္ဒက၊ မဏိရတနာပုံဆရာတော်၊
ဘုန်းစိုးဆရာတော် စသော မုံရွာမြို့ရှိ စာသင်တိုက်ကြီး နာယက
ဆရာတော်ကြီးများ သက်ကြီး ဝါကြီး မထေရ်ကြီး တို့ကိုလည်း။
ဝန္ဒာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ထေရံ ထေရေစ၊ မန္တလေးမြို့ တောင်သမန်တိုက် သုဓမ္မာဝင်
သာသနာပိုင် ရွှေလောင်းဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် သုဓမ္မာနိကာယ၊
လယ်တီနိကာယ၊ ပခုက္ကူနိကာယ၊ ဓနုပြူနိကာယ၊ ဒွါရနိကာယ၊ ရွှေကျင်
နိကာယ၊ ငှက်တွင်း နိကာယ သာသနာ့ဂိုဏ်းဝင် ထေရ်အရှင်အမော်
ဆရာတော် ဘုရားကြီးတို့ကိုလည်း။ ဝန္ဒာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ထေရံ ထေရေစ၊ ရန်ကုန်မြို့ မင်္ဂလာသုခ ပါဠိတက္ကသိုလ်ကျောင်း
တိုက် ဆရာတော်၊ မန္တလေးမြို့ ဘီဘီအိုအေ ဆရာတော်၊ ပုသိမ် ကံသုံးဆင့်
ဆရာတော်၊ ကမာရွတ် ကျားကျောင်းဆရာတော်၊ တောင်တွင်းကြီး
နေရှင်နယ်ကျောင်းဆရာတော် ဦးဇဝန၊ သုံးဆင့်ကျောင်း ဆရာတော်
ဦးဇဝန၊ လေးမျက်နှာ ဆရာတော် ဦးပညာလောက၊ မျောက်ချောကုန်း

ဆရာတော် ဦးသာသန၊ ပျဉ်းမနားဆရာတော် ဦးသုဇာတ စသော
ထေရ်အမော် ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့ကိုလည်း။ ဝန္ဒာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ
ရှိခိုးပါ၏။

ထေရီ ထေရေစ၊ သံတွဲသူဌေးတိုက် ဇီးကျွန်းကျောင်း ပဌမ
ဂိုဏ်းအုပ်ဆရာတော်၊ ခမောင်းတုံးဆရာတော်၊ ရမ်းဗြဲကျွန်း သစ်ပုတ်ချိန်
ဝိနယဓရ ပဌမ ဆရာတော်၊ ဟုံးချောင်းဖျား တောင်ကျောင်းဆရာတော်
ဦးတေဇိန္ဒ၊ ပုသိမ်မြို့ ဝိသုတာရုံကျောင်းတိုက် ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာ ပါဠိပဋိ-
ဝိသောဓက ဆရာတော် ဦးအာသဟနှင့် ကြိမ်ချောင်းဆရာတော်
ဦးလာစာ စသော ကျမ်းတတ်အကျော် ဆရာတော်တို့ကိုလည်း။ ဝန္ဒာမိ၊
ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ထေရီ ထေရေစ၊ ဂျပန်ခေတ်အတွင်း ပညာသင်ကြား ကျေးဇူး
များလှသော ပလ္လင်ကုံး ရွာဦးကျောင်း ဆရာတော် ဦးဝိစိတ္တဉာဏ
ဆရာတော် မထေရ်မြတ်ကိုလည်း။ ဝန္ဒာမိ၊ ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ရှိခိုးပါ၏။

ဝန္တိတော၊ ရှိခိုးပြီး၍။ (ရှိခိုးပြီးလျှင်) မြန်မာရဋ္ဌမှီ၊ လွတ်လပ်ပြီး စ
သာယာလှသည့် ရတနာမျိုးမှန် ဖိုးတန်ပစ္စည်း ခိုင်မြဲပေါကြွယ်
ကမ္ဘာ့အလယ်၌ တင့်တယ်ရောင်လုံ သာသနာ့အောင်လံဖြင့် အမှန်
တကယ် ဂုဏ်ကြွယ်တက်လာ ငါတို့ပြည်ထောင်စု နိုင်ငံတော်၌။ မမ္မနုဓတ္တိ-
မမ္မနုဓတ္တိနံ၊ တရားတော်ကို လိုက်နာကျင့်သုံးလေ့ရှိကုန်သော။ ဝါ၊ တရား
ဓမ္မကွန် နည်းလမ်းမှန်ကို ကေန့်ကြည့်ရှု သုတေသန ပြုလေ့ရှိကုန်သော။
ယောဂီနဉ္စ၊ လောကီအလုပ် လွန်စက်ဆုပ်၍ အဟုတ်အဟတ် ဘာဝနာ
မြတ်ကို မပြတ်ကြိုးစား ယောဂီသူတော်စဉ်များတို့၏၎င်း။ ယုဝါနဉ္စ၊
ခေတ်ပညာတတ် လောကဓာတ်နှင့် ဓမ္မစစ်မှန် ဝေဖန်လေ့လာ ဝါသ
နာရွှန်းအိ ကမ္ဘာသိ ကျော်ကြား တက္ကသိုလ်နှင့် အထက်တန်း
ကျောင်းသား ရွှေသွားလူငယ် မောင်မယ်သစ်လွင်တို့၏၎င်း။ သုခါဝဟံ၊
လောကီလောကုတ္တရာ ချမ်းသာသုခ လိုတိုင်းရအောင်ကေန့် ရှက်ဆောင်
နိုင်ထသော။ ဝိသေဋ္ဌံ၊ တင့်တယ်ဂုဏ်ခြင် လွန်ထူးမြတ်သော။ ဗုဒ္ဓဂီတံ၊
ဗုဒ္ဓဂီတိကာ အမည်သာသည့် ဘာသာစစ်တမ်း ရွှေစာကျမ်းကို။

ဒေသဘာသံ- ဒေသဘာသာယ စ၊ မိခင်သင်ကြား မျိုးသားဘာသာ
မြန်မာဘာသာ မြန်မာကဗျာဖြင့်၎င်း။ အင်္ဂလံ အင်္ဂလိသဘာသာယ စ၊
ယခုခေတ်စား လေ့လာများသည့် အင်္ဂလိပ်ဘာသာ စကားဖြင့်၎င်း။
လိခံ ကရောမိ၊ ရေးသားတီထွင် စီရင်ပေတော့အံ့။

၂။ ဣဿရာပိ ယာစန္တိ ဝုဇ္ဈိကာရကာ၊
ရစနတ္တံ ယံ၊ နန္တိ မမံ ဘိမုခါ။
အတ္တဝဟော တေသံ သော ယတော သဗ္ဗဒါ၊
နမောဒန္တု သိက္ခန္တု ဗဟုယုပါနာ။

ဝုဇ္ဈိကာရကာ၊ တိုင်းပြည်နှင့်သာသနာ သာသာစည်ကား စီးပွား
မပျက် နေ့ရက်မကြာ အခါကောင်းမိ ကြီးပွားခြင်းရှိအောင် ဦးဆောင်
ပြုလုပ်ကြကုန်သော။ ဣဿရာပိ၊ စစ်ကိုင်းတိုင်း ယင်းမာပင်မြို့နယ်
လုံခြုံရေးနှင့် အုပ်ချုပ်မှုကော်မတီ ဥက္ကဋ္ဌ ဦးသန်းစိန်နှင့်တကွ အဖွဲ့ဝင်
ဥပသကာ သူတော်စင် အပေါင်းတို့သည်၎င်း။ အာစရိယာပိ၊
ယင်းမာပင်မြို့ မြို့နယ်ပညာရေးမှူးနှင့် ပြည်ထောင်စု မြန်မာနိုင်ငံ အစိုးရ
အထက်တန်းကျောင်း ကျောင်းအုပ်ဆရာကြီး ဦးခင်မောင်သိန်းနှင့်
ဆရာ ဆရာမများ၊ ဦးမောင်ကြီး၊ ဦးမှတ်၊ ဦးစံအုန်း၊ ဦးရွှေပို၊ ဦးခင်၊
စာတိုက် ဦးဘမောင်၊ မြေစာရင်းဌာန ဦးကောင်းညွန့်၊ ဦးအောင်ပွင့်
(အငြိမ်းစား အင်စပတ်တော်)، ဦးသောင်းရွှေ (ကျောင်းဆရာကြီး)
စသော မြို့မိ မြို့သားများ မုံမှာမြို့ ကျောင်းဒါယကာ ဦးသန်းရွှေ၊
ရုပ်ထုဆရာကြီး ဦးသန်းဆိုင်၊ ကုန်သည် ဦးကံကြီး၊ ဦးဘနိုင်၊ ဦးအောင်စံ
စသော ဥပသကာများ ရိုးမတိမ် ရွာသာယာ အစိုးရအလယ်တန်း
ကျောင်း ကျောင်းအုပ် ဆရာကြီး ဦးအောင်သိန်းနှင့် ဆရာ ဆရာမများ
ဂေဟာမှူး ဦးထွန်းစိ၊ ဦးမြသိန်းစသော ဥပသကာ ဥပသကာ သူတော်စင်
အပေါင်းတို့သည်၎င်း။ မမံ၊ ရှင်သီလာစာရ နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်တို့သို့။
ဘိမုခါ၊ ချဉ်းကပ်ကြည်ဖြူ ရှေ့ရှု ဦးတည်ကြကုန်လျက်။ ယံ ဂန္တံ၊
ဗုဒ္ဓဂီတိကာ အမည်သာသည့် ဘာသာစစ်တမ်း အကြင်ရွှေစာကျမ်းကို။
ရစနတ္တံ၊ ရေးသားတီထွင် စီစဉ်ခြင်းငှါ။ ယာစန္တိ၊ မေတ္တာယုံဖိတ်
ကုသိုလ်စိတ်ဖြင့် ဦးညိတ်ခါခါ တောင်းပန်လာကြကုန်၏။ သော ဂန္တော၊

ရွှေချဉ်းကပ် တောင်းပန်အပ်သော ထိုကျမ်းသည်။ တေသံ၊ ထို “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” ကျမ်းရွှေစာကို ရေးသားပါရန် လောင်းပန်ကြကုန်သော နယ်ပိုင် န လ က-အ လ က နှင့် ပါတီ ပါရမီ စိတ်ထား မြို့သား ငါတ ဆရာ၊ ဆရာမ စသော သူတို့၏။ အတ္တဝဟော၊ သာသနာနှင့် တာသာကြံ့ခိုင်၊ ပျံ့လွှင့်ကြီးမား အကျိုးစီးပွားကို ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ သဗ္ဗဒါ၊ အခါခပ်သိမ်း။ ယတေ၊ ကျမ်းစာတို့ထွင် ရေးစီရင်သော အကြင်အကြောင်းကြောင့်။ ဟောတိ၊ မုချပြီးမြောက် ဖြစ်နိုင်လောက် ပေ၏။ တတော၊ ထိုအကြောင်းကြောင့်။ ဗဟုဇနာ ပြည့်တွင်းမှာလည်း စိတ်ထားညီညာ ကမ္ဘာမှာမိတ်သမားပွဲလို့မို့ တကယ့်ချမ်းသာပြည်တော် သာရန် ရည်သန်ဝိတ်တူ ရှင်သူအပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့သာလည်း။ တံ ဂန္ထံ စီစဉ်ခေတ်ကြိုက် လွန်အားငိုက်မှ သိုက်ငြိုက်ပေဆာ ပေါ်ထွက် လာသည့် တာသာစပ်တမ်း ထိုရွှေစာကျမ်းကို။ သဗ္ဗတိ သာရဏတိ၊ ခေတ်နှင့်လျော်လှ ကောင်းပေစွဟု။ အနုမောဒန္တ၊ အဘိဇ္ဈာကင်း ဣဿာရှင်း၍ စိတ်တွင် ကြည်သာ ဝမ်းမြောက်စွာလျှင် အမှားပြင်၍ ဆင်ခြင် ပြုကာ ရှုစားနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ဗဟုယုဝါနာစ၊ တက္ကသိုလ် နှင့် အထက်တန်းကျောင်းသား ရှေ့သွားလူငယ် မောင်မယ်သစ်လွင်တို့ သည်လည်း။ သိက္ခန္တ၊ တာသာပြန်နည်း နိဿရည်းမှ အဟုယုလျက် ကြည်ပြုစိတ်ထား ကြိုးစားခါခါ သင်ကြားနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

မှတ်ချက်။ ။ ဤဂါထာသည် ‘အစ လေးလုံး အလယ်သုံး အဆုံး ငါးခွန်သာ-ဟူသည်နှင့်အညီ ရေးသားအပ်သောကြောင့် ပါဠိ သံပေါက် ကဗျာလည်းမည်၏။ ဇာတ်တူရာ ရောယှက် တွဲဖက်၍ စီရင်အပ်သော ကြောင့် အတိဇဂတိဆန်း ၁၂-လုံးဖွဲ့သာမည ဥပဇာတိ ဂါထာလည်း မည်၏။ (အနန္တရောဒိတံ စည၊ မေတံ သာမည၊ နာမတော) ဝုတ္တောဒယ ဆန်းကျမ်းနှင့်အညီ ဂါထာသမညလည်း မည်၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ
မာတိကာ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အခန်း (၁)

ယမကဝဂ်

စက္ခုပါလမထေရ် ဝတ္ထု		၁
မဋ္ဌကုဏ္ဍလီ ဝတ္ထု		၄
တိဿမထေရ် ဝတ္ထု		၇
ကာဠိယက္ခိနီ ဝတ္ထု		၁၀
ကောသမ္ဗက ဝတ္ထု		၁၂
မဟာကာဠ ဝတ္ထု		၁၄
ဒေဝဒတ္တ ဝတ္ထု		၈၈
သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု		၅၁
နန္ဒတ္ထေရ ဝတ္ထု		၅၄
စုန္ဒသူကရိက ဝတ္ထု		၅၇
ဓမ္မိကဥပါသက ဝတ္ထု		၅၉
ဒေဝဒတ္တ ဝတ္ထု		၃၀
သုမနဒေဝီ ဝတ္ထု		၃၃
ဒွေသဟာယကဘိက္ခု ဝတ္ထု		၃၅

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အခန်း (၂)

အပ္ပမာဒဝဂ်

သာမာဝတီ ဝတ္ထု		၄၁
ကုမ္ဘဇောသက သေဌိ ဝတ္ထု		၄၅
စူဠပန္နက ဝတ္ထု		၄၇
ဗာလနက္ခတ္တသင်္ချိဋ္ဌ ဝတ္ထု		၄၉
မဟာကဿပတ္ထေရ ဝတ္ထု		၅၂
ဒွေသဟာယက ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၅၄
မဃ ဝတ္ထု		၅၆
အညတရဘိက္ခု ဝတ္ထု		၅၈
နိဂမဝါသိတိယတ္ထေရ ဝတ္ထု		၆၀

အခန်း (၃)

စိတ္တဝဂ်

မေဃိယတ္ထေရ ဝတ္ထု		၆၃
အညတရ ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၆၆
ဥက္ကဏ္ဍိတ ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၆၈
သံဃရက္ခိတ ဝတ္ထု		၇၀
စိတ္တဟတ္ထတ္ထေရ ဝတ္ထု	—	၇၂
ပဉ္စသတဘိက္ခု ဝတ္ထု		၇၅
ပူတိဂတ္တတိယတ္ထေရ ဝတ္ထု		၇၇
နန္ဒဂေါပါယက ဝတ္ထု		၇၉
သောရေယျ ဝတ္ထု		၈၁

အခန်း (၄)

ပုပ္ဖဝဂ်

ပဉ္စသတဘိက္ခု ဝတ္ထု		၈၃
မရီစိကမ္မဋ္ဌာနိက ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၈၇

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ဝိဇ္ဇန္တုဘဝတ္ထု		၈၉
ပတိပုဇိက ကုမာရိက ဝတ္ထု		၉၁
မစ္ဆရိယ ကောသိယ သေဌိ ဝတ္ထု		၉၃
ပါဝေယျက အာဇီဝက ဝတ္ထု		၉၅
ဆတ္တပါဏိ ဥပါသက ဝတ္ထု		၉၇
ဝိသဘါ ဝတ္ထု		၁၀၀
အာနန္ဒတ္ထေရပဉ္စာ ဝတ္ထု		၁၀၂
မဟာကဿပတ္ထေရပိဏ္ဍပါတဒိန္န ဝတ္ထု		၁၀၅
ဂေါဓိကတ္ထေရပရိနိဗ္ဗာန ဝတ္ထု		၁၀၇
ဂရဟဒိန္န ဝတ္ထု		၁၀၉

အခန်း (၅)

ဗာလဝဂ်

အညတရ ပုရိသ ဝတ္ထု		၁၁၃
မဟာကဿပသဒ္ဓိဝိဟာရိက ဝတ္ထု		၁၁၆
အာနန္ဒသေဌိ ဝတ္ထု		၁၁၈
ဂဏ္ဍိကဘေဒကစောရ ဝတ္ထု		၁၂၀
ဥဒါယိတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၂၂
တိသပါဝေယျကဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၂၄
သုပ္ပဗဒ္ဓကုဋိ ဝတ္ထု		၁၂၆
ကဿပ ဝတ္ထု		၁၂၈
သုမနမာလာကာရ ဝတ္ထု		၁၃၀
ဥပ္ပလဝဏ္ဏာထေရိ ဝတ္ထု		၁၃၂
ဇေယျကတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၃၄
အဟိပေတ ဝတ္ထု		၁၃၆
သဠိကုဋပေတ ဝတ္ထု		၁၃၈
စိတ္တဂဟပတိ ဝတ္ထု		၁၄၀
တိဿသာမဏေရ ဝတ္ထု		၁၄၄

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အခန်း (၆)

ပဏ္ဍိတဝဂ်

ရာဇတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၄၇
အဿဇိပုနဗ္ဗသုက ဝတ္ထု		၁၅၀
ဆန္ဒတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၅၂
မဟာကပ္ပိနတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၅၄
ပဏ္ဍိတ သာမဏေရ ဝတ္ထု		၁၅၆
လက္ခဏက ဘဒ္ဒိယတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၅၈
ကာဏမာတာ ဝတ္ထု		၁၆၀
ပဉ္စသတ ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၆၂
ဓမ္မိကတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၆၄
ဓမ္မဿဝနတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၆၆
ပဉ္စသတ အာဂန္တုက ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၆၉

အခန်း (၇)

အရဟန္တဝဂ်

ဇီဝက ပဉ္စ ဝတ္ထု		၁၇၃
မဟာကဿပတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၇၅
ဗေလဋ္ဌသီသတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၇၇
အနုရုဒ္ဓတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၇၉
မဟာကစ္စာယနတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၈၁
သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၈၃
ကောသမ္ဗိဝါသီတိဿသာမဏေရ ဝတ္ထု		၁၈၅
သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၈၇
ခဒိရဝနိယ ရေဝတတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၈၉
အညတရ ဣတ္ထိ ဝတ္ထု		၁၉၁

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အခန်း (၈)

သဟဿဝဂ်

တမ္ဗဒါဠိက စောရဿာတက ဝတ္ထု		၁၉၃
ဗာဟိယ ဒါရုစိရိယတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၉၅
ကုဏ္ဍလ ကေသီထေရီ ဝတ္ထု		၁၉၇
အနတ္တ ပုစ္ဆက ပြာဟူဏ ဝတ္ထု		၂၀၀
သာရိပုတ္တ မာတုလ ပြာဟူဏ ဝတ္ထု		၂၀၂
သာရိပုတ္တ ဘာဂိနေယျ ဝတ္ထု		၂၀၄
သာရိပုတ္တ သဟာယကပြာဟူဏ ဝတ္ထု		၂၀၆
အာယုဝဇုန ကုမာရ ဝတ္ထု		၂၀၈
သံကိစ္စသာမဏေရ ဝတ္ထု		၂၁၀
ခါဏုကောဏ္ဍညတ္ထေရ ဝတ္ထု		၂၁၂
သဗ္ဗဒါသတ္ထေရ ဝတ္ထု		၂၁၄
ပဋ္ဌာစာရာထေရီ ဝတ္ထု		၂၁၆
ကိသာဂေါတမီ ဝတ္ထု		၂၁၈
ဗဟု ပုတ္တိကာ ဝတ္ထု		၂၂၀

အခန်း (၉)

ပါပဝဂ်

စူဠေက သာဠကံ ဝတ္ထု		၂၂၃
သေယျသက ဝတ္ထု		၂၂၅
လာဇာဒေဝမီတာ ဝတ္ထု		၂၂၇
အနာထပိဏ္ဍိက သေဠိ ဝတ္ထု		၂၂၉
အသညတ ပရိက္ခာရ ဝတ္ထု		၂၃၂
ဗိဠာလ ပါဒကသေဠိ ဝတ္ထု		၂၃၄
မဟာဓန ဝါဏီဇ ဝတ္ထု		၂၃၆
ကုက္ကုဋ မိတ္တ နေသာဒ ဝတ္ထု		၂၃၈

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ကောကသုနခ လုဒ္ဓက ဝတ္ထု		၂၄၀
မဏိကာရ ကုလူပက တိဿထွေရ ဝတ္ထု		၂၄၂
တယောဇန ဝတ္ထု		၂၄၄
သုပ္ပဗုဒ္ဓသကျ ဝတ္ထု		၂၄၆

အခန်း (၁၀)

ဒဏ္ဍဝဂ်

ဆဗ္ဗဂ္ဂိယဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၄၉
ဆဗ္ဗဂ္ဂိယ ဝတ္ထု		၂၅၁
သမ္မဟုလ ကုမာရက ဝတ္ထု		၂၅၃
ကောဏ္ဍဓာနထွေရ ဝတ္ထု		၂၅၆
ဥပေါသထိက ဣတ္ထိနံ ဝတ္ထု		၂၅၉
အဇဂရပေတ ဝတ္ထု		၂၆၁
မဟာမောဂ္ဂလ္လာနထွေရ ဝတ္ထု		၂၆၃
ဗဟုဘဏ္ဍိက ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၆၈
သန္တတိမဟာမတ္တ ဝတ္ထု		၂၇၀
ပိလောတိက တိဿထွေရ ဝတ္ထု		၂၇၂
သုခသာမဏေရ ဝတ္ထု		၂၇၅

အခန်း (၁၁)

ဧရာဝဂ်

ဝိသာခါယ သဟာယိကာနံ ဝတ္ထု		၂၇၇
သိရိမာ ဝတ္ထု		၂၇၉
ဥတ္တရာထေရီ ဝတ္ထု		၂၈၁
သမ္မဟုလ အဓိမာနိက ဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၈၃
ဇနပဒကလျာဏီ ရူပနန္ဒာထေရီ ဝတ္ထု		၂၈၅
မလ္လိကာဒေဝီ ဝတ္ထု		၂၈၇

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

လာဠုဒါယီထေရ ဝတ္ထု

....

၂၇၉

ဥဒါန ဝတ္ထု

....

၂၉၁

မဟာဓနသေဠိဝတ္ထု

....

၂၉၄

အခန်း (၁၂)

အတ္ထဝဂ်

ပေဓဓိရာဇ ကုမာရ ဝတ္ထု

....

၂၉၈

ဥပနန္ဒသကျပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု

....

၃၀၀

ပဓာနိကတိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု

....

၃၀၂

ကုမာရကဿပ မာတုတ္ထေရီ ဝတ္ထု

....

၃၀၄

မဟာကာလ ဥပါသက ဝတ္ထု

....

၃၀၆

ဒေဝဒတ္တ ဝတ္ထု

....

၃၀၈

သံဃဘေဒ ပရိသက္ကန ဝတ္ထု

....

၃၁၀

ကာလတ္ထေရ ဝတ္ထု

....

၃၁၃

စူဠကာလ ဥပါသက ဝတ္ထု

....

၃၁၅

အတ္တဒတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု

....

၃၁၇

အခန်း (၁၃)

လောကဝဂ်

ဒဟရဘိက္ခု ဝတ္ထု

....

၃၁၉

သုဒ္ဓေါဒန ဝတ္ထု

....

၃၂၁

ပဉ္စသတ ဝိပဿက ဘိက္ခု ဝတ္ထု

....

၃၂၄

အဘယရာဇကုမာရ ဝတ္ထု

....

၃၂၆

သမ္မဇ္ဇနတ္ထေရ ဝတ္ထု

....

၃၂၈

အင်္ဂုလိမာလတ္ထေရ ဝတ္ထု

....

၃၃၀

ပေသကာရဓိတာဝတ္ထု

....

၃၃၂

တိံသဘိက္ခု ဝတ္ထု

....

၃၃၄

စိဉ္စမာဏာဝိကာ ဝတ္ထု

....

၃၃၆

ကြ

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အကြောင်းအရာ

အသဒိသဒါန ဝတ္ထု
အနာထပိဏ္ဍိက ပုတ္တ ကာလ ဝတ္ထု

အခန်း (၁၄)

ဗုဒ္ဓဝဂ်

မာရဓီတရ ဝတ္ထု
ဒေဝေါရောဟဏ ဝတ္ထု
ရေကပတ္တ နာဂရာဇ ဝတ္ထု
အာနန္ဒပဉ္စ ဝတ္ထု
အနဘိရတိဘိက္ခု ဝတ္ထု
အဂ္ဂိဒတ္တဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု
အာနန္ဒတ္ထေရ ပဉ္စ ဝတ္ထု
သမ္မဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု
ကဿပဒသဗလဿသုဝဏ္ဏစေတီယ ဝတ္ထု

မာတိကာပြီး၏

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း (၁)

ယမကဝဂ်-အစုံအုပ်စု

၁။ စက္ခုပါလမထေရ်ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတို့က်၌
သီတင်းသုံးနေတော်မူသောအခါ စက္ခုပါလအမည်ရှိသော မျက်မမြင်
ရဟန္တာမထေရ်သည် စကြိုကြွသွားရာ နင်းမိ၍ သေကုန်သော ပိုး

၁။ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ၊
မနောသေဠာ မနောမယာ။
မနုဿာ စေ ပဒုဠေန၊
ဘာသတိ ဝါ ကရောတိ ဝါ။
တတော နံ ဒုက္ခမန္တေတိ၊
စက္ကံဝ ဝဟတော ပဒံ။

အနက်—

ဓမ္မာ၊ နာမက္ခန္ဓာတရား သုံးပါးတို့သည်။ ဝါ၊ ခံစား မှတ်
သား စေ့ဆော်ဖြစ်လာ နာမ်ခန္ဓာတို့သည်။ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ၊
စိတ်သာလျှင် ရှေ့ဆောင်ပြဋ္ဌာန်းခြင်းရှိကုန်၏။ မနောသေဠာ၊
စိတ်သာလျှင် အကြီးအမြတ်ဖြစ်ကုန်၏။ မနောမယာ၊ စိတ်ဖြင့်
ပြီးကုန်၏။ ဝါ၊ စိတ်သာ ပြုအပ် စီမံတတ်ကုန်၏။ ယော-
ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပဒုဠေန၊ ပြစ်မှားလိုသော။
မနုဿာ၊ စိတ်ဖြင့်။ (ဝါ၊ ပဒုဠေနမနုဿာ၊ ပြစ်မှား စော်ကား
စိတ်တွေ့ထားသဖြင့်။) စေ ဘာသတိ ဝါ၊ တကယ် ပြစ်မှား
ပြောကြားငြားအံ့။ စေ ကရောတိ ဝါ၊ တကယ်စော်ကား ပြုလုပ်

ပရနိကောသ်တို့ကို တပါးသော ရဟန်းတို့မြင်လျှင် စက္ခုပါလမထေရ်
ကို ကဲ့ရဲ့ကုန်လျက် ဘုရားကို လျှောက်ထားရာတွင်၊ သေစေလိုသော
စိတ်မရှိ၊ စင်ကြယ်သော စိတ်ဖြင့် စကြံသွားသော မထေရ်အား
အပြစ်ကင်းသော အပြစ်ကိုသိစေခြင်းငှါ “မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ” စသော
ဂါထာတော်ကို ဟောတော်မူသည်။ ဂါထာတော်၏ အဆုံး၌ သုံး
သောင်းသော ရဟန်းတို့သည် ပဋိသမ္ဘိဒါနှင့်တကွ ရဟန္တာအဖြစ်သို့
ရောက်ကြလေကုန်၏။

ဌားအံ့။ (တနည်း၊ ပဒုဠေဒမနသာ၊ ပြစ်မှား စော်ကား စိတ်
တွေထားသဖြင့်။ စေ ဘာသတိ ဝါ ကရောတိ ဝါ၊ ပြောဆို
ပြုလုပ်လျှင်။) တတော၊ ထိုပြစ်မှား စိတ်ကို ပြောဆို ပြုလုပ်ခြင်း
ကြောင့်။ နံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သို့။ ဒုက္ခံ၊ ပူပင်နှမ်းရိုး ဆင်းရဲမျိုး
သည်။ အန္ဓေတိ၊ ဘဝများစွာ ဖြစ်လေရာဝယ် မကွာစိုက်စိုက်
လိုက်လေတော့၏။ ကိမိဝ၊ ဥပမာပုံဆို ဘယ်လိုပါနည်း ဟူမူ
ကား။ စက္ကံ၊ လှည်းဘီးစက်သည်။ ဝဟတော၊ လှည်းကိုရုန်းရ
နှားလားဥသဘ၏။ ပဒံ၊ နင်းတိုင်း နင်းတိုင်းသော ခြေရာသို့။
အန္ဓေတိဣဝ၊ အစဉ်လိုက်သကဲ့သို့တည်း။

မှတ်ချက်။ ဗုဒ္ဓက နိကာယ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ (ဆဋ္ဌမူ) စာမျက်နှာ-
၁၄၊ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာဓမ္မာအဖွင့်။

သောအတ္ထတော၊ တယော အရူပိနောခန္ဓာ ဝေဒနက္ခန္ဓော
သညက္ခန္ဓော သင်္ခါရက္ခန္ဓောတိ ဧတေဟိမနော ပုဗ္ဗင်္ဂမော
ဧတေသန္တိ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာနာမ၊

၎င်းအရ ဓမ္မာ-နာမက္ခန္ဓာတရား သုံးပါးတို့သည်ဟု အနက်ပေးသည်။

ယမကဝဂ်

မြန်မာကဗျာ

၁။ စိတ်ကရွှေသွား သုံးပါးခန္ဓာ၊
စိတ်သာကြီးမြတ် ပြုအပ်ပေတာ၊
ပြစ်မှားစော်ကား စိတ်ထားဖြင့်သာ၊
ပြောဆိုမှား ပြုငြားထိုသူမှာ။
ဆင်းရဲမျိုးမျိုး နောက်တိုးလိုက်လာ။
လှည်းဆွဲနှား ဘီးများလိုက်သွ်သာ။

1. Mind foreruns (all evil) conditions, mind is chief, mindmade are they; if one speaks or acts with wicked mind, because of that, pain pursues him, even as the wheel follows the hoof of the draught-ox.

စကားပြေ။ ။စိတ်သည် အလုံးစုံသော မကောင်းဖြစ်လာ နာမ်ခန္ဓာ တို့၏ (ခံစား၊ မှတ်သား၊ စေ့ဆော်ဖြစ်လာ နာမ်ခန္ဓာ တို့၏) ရှေ့ပြေးခေါင်းဆောင်ဖြစ်၏။ စိတ်သည်သာ အကြီးအမှူးဖြစ်၍ အရာအားလုံးကို စိတ်သာပြုလုပ် ဖန်တီးကုန်၏။ အကြင်သူသည် (မောက်မာ၊ စော်ကား) ပြစ်မှားလိုသောစိတ်ဖြင့် ပြောဆိုပြုလုပ်လျှင်၊ ဆင်းရဲ ဒုက္ခဟူသမျှသည် ထိုသူ့နောက်သို့ အစဉ်လိုက်၏။ ဥပမာ-လှည်း ကို ရုန်းရသော နွားလားဥသဘ၏ ခြေရာနောက်သို့ လှည်းဘီးစက်သည် အစဉ် လိုက်သကဲ့သို့တည်း။

The fore-runner

Conditions

chief

wicked

pain

pursues

wheel

hoof

ရှေ့ပြေးခေါင်းဆောင်

နာမ် ခန္ဓာများ (အခြေအနေဖြစ်ရပ်များ)

အကြီးအမြတ်

မစင်ကြယ်သော (ပြစ်မှားလိုသော)

ဆင်းရဲဒုက္ခ (နာကျင်ခြင်း)

အစဉ်လိုက်၏

လှည်းဘီး

နွားခွါ (ခြေရာ)

၂။ မဋ္ဌကုဏ္ဍလိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ မလ္လဘူးသော (အဒိန္နပုဗ္ဗက) သူဌေးကြီး၏သား မဋ္ဌကုဏ္ဍလိသတို့သားသည် ပေးလှူခြင်းစသော ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို တစုံတခုမပြုဘူးပဲ

၂။ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ၊
မနောသေဋ္ဌာ မနောမယာ။
မနသာ စေ ပသန္နေန၊
ဘာသတိ ဝါ ကရောတိ ဝါ။
တတော နံ သုခမန္တေတိ၊
ဆာယာဝ အနုပါယိနီ။

အနက်—

ဓမ္မာ၊ နာမက္ခန္ဓာ တရားသုံးပါးတို့သည်။ ဝါ၊ ခံစားမှုတ်သား စေ့ဆော်ဖြစ်လာ နာမ်ခန္ဓာတို့သည်။ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ၊ စိတ်သာလျှင် ရှေ့ဆောင်ပြဋ္ဌာန်းခြင်း ရှိကုန်၏။ မနောသေဋ္ဌာ၊ စိတ်သာလျှင် အကြီးအမြတ် ဖြစ်ကုန်၏။ မနောမယာ၊ စိတ်သာပြုအပ် စီမံတတ်ကုန်၏။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပသန္နေန၊ ကြည်ညိုလေးစားသော။ မနသာ၊ စိတ်ဖြင့်၊ ဝါ၊ ကြည်ညိုလေးစား စိတ်တွေ့ထားသဖြင့်။ စေ ဘာသတိ ဝါ ကရောတိ ဝါ၊ ပြောဆိုပြုလုပ်လျှင်။ တတော၊ ထိုသို့ လေးစားကြည်ညို ပြောဆို ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့်။ နံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ သုခံ၊ လူနတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ချမ်းသာသည်။ အန္တေတိ၊ ဘဝများစွာ ဖြစ်လေရာဝယ် မကွာစိုက်စိုက် လိုက်လေတော့၏။ ကာဝိယ၊ အဘယ်ကဲ့သို့နည်းဟူမကား။ ဆာယာ၊ အရိပါသည်။ အနုပါယိနီဣဝ၊ လူသွား လေရာ မကွာ စိုက်စိုက် လိုက်လေသကဲ့သို့တည်း။

သေခါနီး၌ ဆွမ်းခံကြွလာတော်မူသော ဘုရားရှင်ကိုမြင်၍၊ ကြည်ညို
ကာမျှဖြင့် သေလွန်၍ တာဝတိံသာနတ်ပြည်၌ ယူဇနာသုံးဆယ်ရှိ
သော ရွှေဗိမာန်ဝယ် နတ်သမီးတထောင် အခြံအရံရှိသော နတ်သား
ဖြစ်ပြီးလျှင် ဗိမာန်နှင့်တကွ ဘုရားရှင် အထံတော်သို့လာ၍ မြတ်စွာ
ဘုရားကို ရိုသေစွာ ရှိခိုးပြီးလျှင် မိမိ၏အဖြစ်သနစ် အခြင်းအရာတို့ကို
ပြန်လျှောက်၏။ မြတ်စွာဘုရားလည်း အဒိန္နပုဗ္ဗက သူဌေးကြီးနှင့်
တကွ၊ ထိုခဏ၌ စည်းဝေးရောက်လာကုန်သော၊ ပြည်သူတို့အား မဋ္ဌ-
ကုဏ္ဍလီ နတ်သားကို သက်သေပြု၍ တရားဟောခြင်းငှာ “မနော-

မြန်မာကဗျာ

၂။ စိတ်ကရွှေသွား သုံးပါးခန္ဓာ၊
စိတ်သာကြီးမြတ် ပြုအပ်ပေတာ၊
ကြည်ညိုလေးစား စိတ်ထားဖြင့်သာ၊
ဆိုစကား ပြုငြား ထိုသူမှာ။
ချမ်းသာသုံးရပ် နောက်ထပ်လိုက်လာ။
ရိပ်ပမာ လိုက်ပါ သွားလေရာ။

2. Mind foreruns (all good) conditions, mind is chief, mindmade are they; if one speaks or acts with pure mind, because of that, happiness follows him, even as the shadow that never leaves.

are mind-made

pure

acts

happiness

shadow

never leaves

စိတ်ကသာ စီမံပြုလုပ်ကုန်၏။

စင်ကြယ်သော၊ (ဖြူစင်ကြည်ညိုသော)

ပြုလုပ်သည်၊ အကြံထုတ်သည်။

ချမ်းသာသုခ၊ (လူ နတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ချမ်းသာ)၊

အရိပ်၊

မခွဲမခွါ၊ (ထပ်ကြပ်မကွာပဲ)

ပုဗ္ဗင်္ဂမာ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုဂါထာအဆုံး၌ ရှစ်သောင်းလေးထောင်ကုန်သော သတ္တဝါတို့သည် အမှန်တရားကို ရကြကုန်၏။

စကားပြေ။ ။ စိတ်သည် အလုံးစုံသော ကောင်းကောင်းဖြစ်လာ နာမ် ခန္ဓာတို့၏ ရှေ့ပြေးခေါင်းဆောင်ဖြစ်၏။ စိတ်သာ လျှင် အကြီးအမြတ်ဖြစ်၍ အရာရာတို့ကို စိတ်သာ စီမံပြုလုပ်ကုန်၏။ အကြင်သူသည် ဖြူစင်ကြည်ညို စိတ်အလိုဖြင့် ပြောဆိုပြုလုပ်လျှင်၊ ထိုအခါ လူ နတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာသည် ထိုသူနောက်သို့ အရိပ်ပမာ ထက်ကြပ်မကွာပဲ၊ အစဉ်လိုက်ကာ ဘဝများစွာ ချမ်းသာ ကောင်းစား မြင့်မားပီတိ နိဗ္ဗာန်ထိအောင် ရွက်ဆောင်လေသတည်း။

၃။ တိဿမထေရ်ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတိုက်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူသောအခါ ကြီးမှ ရဟန်းပြုသော ဘထွေးတော်၏သား တိဿရဟန်းသည် မိမိထက် ဝါ၊ သိက္ခာ ကြီးကုန်သော ရဟန်းတို့၏ ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ကို သာယာ၍သာ နေလေ၏။ မိမိက မူကား တခါတရံမျှဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ကိုမပြု၊ ရဟန်းတို့က ဆုံးမသည် ရှိသော် ဘုရားအထံတော်သို့သွား၍ ဤရဟန်းတို့သည် အကျွန်ုပ်ကို ဆဲရေးပါသည်ဟု လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်လည်း အသင် ဝတ်ကြီး ဝတ်ငယ် မပြုသောကြောင့် ဆိုဆုံးမသည်ကို ငါ့အား ဆဲရေးဘိသည်

၃။ အက္ခောစ္ဆိမံ အဝဓိမံ၊
 အဇိနိမံ အဟာသိမေ။
 ယေ စ တံ ဥပနယန္တိ၊
 ဝေရံ တေသံ န သမ္ပတိ။

အနက်—

ဧသော၊ ဤသူသည်။ မံ၊ ငါ့ကို။ အက္ခောစ္ဆိ၊ အမျက်ရှက်ထွေး ဆဲရေးလေပြီ။ ဧသော၊ ဤသူသည်။ မံ၊ ငါ့ကို။ အဝဓိ၊ သတ်ပုတ် သဲမဲ ညှဉ်းဆဲလေပြီ။ ဧသော၊ ဤသူသည်။ မံ၊ ငါ့ကို။ အဇိနိ၊ အောင် လေပြီ။ ဧသော၊ ဤသူသည်။ မေ၊ ငါ၏။ ဓနံ၊ ဥစ္စာကို။ အဟာသိ၊ အနိုင်အထက် နှိပ်စက်ကလူ လုယူလေပြီ။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ယေ စ၊ အကြင် သူတို့သည်ကား။ တံ၊ အလွန်ခံခက် ထိုအမျက်ကို။ ဥပနယန္တိ၊ စိတ်၌ မြဲစွာ ဖွဲ့ထားရှာကုန်၏။ တေသံ၊ ထိုသူတို့၏။ ဝေရံ၊ အမျက်ကိုးတန် ဖွဲ့သောရန်သည်။ န သမ္ပတိ၊ မငြိမ်းမပျောက် အစဉ်လျှောက်လေတော့ သတည်း။

ညှဉ်းဆဲဘိသည်ဟု ရန်ငြိုးမဲ့အပ် ရန်ငြိုးမဲ့သောသူအား ရန်သည်
မငြိမ်းနိုင်သည်သာတည်းဟု တရားပြခြင်းငှါ “အက္ခောဇ္ဈိမံ” စသော

၄။ အက္ခောဇ္ဈိမံ အဝဓိမံ၊
အဇိနိမံ အဟာသိမေ။
ယေ စ တံ နုပနယန္တိ၊
ဝေရံ တေသုပသမ္ပတိ။

အနက်—

ဧသော၊ ဤသူသည်။ မံ၊ ငါ့ကို။ အက္ခောဇ္ဈိ၊ အမျက်ရှက်ထွေး
ဆဲရေးလေပြီ။ ဧသော၊ ဤသူသည်။ မံ၊ ငါ့ကို။ အဝဓိ၊ သတ်ပုတ်သဲမဲ
ညှဉ်းဆဲလေပြီ။ ဧသော၊ ဤသူသည်။ မံ၊ ငါ့ကို။ အဇိနိ၊ အောင်လေပြီ။
ဧသော၊ ဤသူသည်။ မေ၊ ငါ၏။ ဓနံ၊ ဥစ္စာကို။ အဟာသိ၊
အနိုင်အထက်နှိပ်စက်ကလူ လုယူလေပြီ။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ယေ စ၊ အကြင်
သူတို့သည်ကား။ တံ၊ အလွန်ခံခက် ထိုအမျက်ကို။ န ဥပနယန္တိ၊ စိတ်၌
မြဲစွာ မထားရှာကြကုန်။ တေသံ၊ ထိုသူတို့၏။ ဝေရံ၊ မျက်ကြုတ်ကိုးတန်
ဖွဲ့သောရန်သည်။ ဥပသမ္ပတိ၊ အစဉ်ငြိမ်းပျောက် ချမ်းသာရောက်လေ
တော့သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃။ ဆဲလားသတ်လား ငါ့အား လုပ်ပြီ၊
ငါ့ဟာယူသွား ငါ့အား အောင်ပြီ၊
ထိုသို့စိတ်ထား ရန်ပွားပေမည်၊
ရန်ပြတ်ငြိမ်း အေးကိန်း မရှိပြီ။

3. “He abused me, he beat me, he defeated me,
he robbed me,” the hatred of those who harbour such
thoughts is not appeased.

စကားပြေ။ ။ ဤသူသည် ငါ့ကို ဆဲရေး၏။ ငါ့ကို သတ်ပုတ်သဲမဲ
ညှဉ်းဆဲ၏။ ငါ့ကို အောင်နိုင်၏။ ငါ့ဥစ္စာကို အနိုင်
အထက် နှိပ်စက်ကလူ လုယူ၏။ ဤကဲ့သို့ စိတ်စွဲလမ်းသော သူတို့မှာ
ရန်သည် မငြိမ်းမပျောက်နိုင်။

နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ထိုဂါထာ၏အဆုံး၌ တသိန်းသော
ရဟန်းတို့သည် သောတာပန် ဖြစ်ကြလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၄။ ဆဲလားသတ်လား ငါ့အား လုပ်ပြီ၊
ငါ့ဟာယူသွား ငါ့အား အောင်ပြီ၊
ထိုစိတ်မထား ရန်မပွားပြီ၊
ခါခပ်သိမ်း ရန်ငြိမ်း အေးမြမည်။

4. "He abused me, he beat me, he defeated me, he robbed me," the hatred of those who do not harbour such thoughts is appeased.

စကားပြေ။ ။ ဤသူသည် ငါ့ကို ဆဲရေး၏။ ငါ့ကို ညှဉ်းဆဲ၏။ ငါ့ကို
အောင်နိုင်၏။ ငါ့ဥစ္စာကို ခိုးဝှက် တိုက်ခိုက် လုယူ၏။
ဤကဲ့သို့ စိတ်၌ ရန်ငြိုးမထားသော သူတို့မှာ ရန်သည် ငြိမ်းပျောက်
ကင်းရှင်းလေ၏။

hatred

ရန်ငြိုးထားခြင်း=ရန်။

harbour

စွဲလန်းသည်-စွဲမြဲမှတ်ထားသည်။

appeased

ငြိမ်းအေးစေသည်။

abused

ဆဲရေးလေသည်။

robbed

လုယူလေသည်။

၄။ ကာဠိယက္ခိနိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတိုက်၌ နေတော်မူသော အခါ ရှေ့က မြုံသေသမိန်းမ သားရသေသမိန်းမ ဖြစ်သောဘဝ၊ ကြက်မ ကြောင်မ ဖြစ်သော ဘဝ၊ သစ်မ သမင်မ ဖြစ်သော ဘဝတို့က တယောက် မွေးသော သားကို တယောက်က သတ်၍ ရန်ငြိုး ထားကြသော သာဝတ္ထိပြည်သူ အမျိုးသမီး နှင့် ကာဠိ ဘီလူးမ တို့၏ ရန်ငြိုးထားခြင်းကို ပြေငြိမ်းစေခြင်းငှာ၊ “န ဟိ ဝေရေန

၅။ န ဟိ ဝေရေန ဝေရာနိ၊
 သမ္မန္တိမ ကုဒါစနံ။
 အဝေရေန စ သမ္မန္တိ၊
 သေဓမ္မော သနန္တ နော။

အနက်—

ဣဓ လောကေ၊ လူ့ဘုံ၌ ဤလောက၌။ ဝေရေန၊ ရန်ကို ရန်ချင်း တုံ့ပြန်ခြင်းဖြင့်။ ဝေရာနိ၊ ရန်တို့သည်။ ကုဒါစနံ၊ ဘယ်တော့မှ။ န ဟိ သမ္မန္တိ၊ မငြိမ်းနိုင်ကြကုန်။ အဝေရေန၊ ရန်ကို ရန်ချင်း မတုံ့ပြန်ခြင်းဖြင့် သာလျှင်။ ဝါ၊ မေတ္တာတရားဖြင့်သာလျှင်။ ဝေရာနိ၊ ရန်တို့သည်။ သမ္မန္တိ၊ ငြိမ်းပျောက်ကုန်၏။ သေ ဓသော၊ ဤသို့ ရန်ကို ရန်ချင်း မတုံ့ပြန်ခြင်းဖြင့် ရန်ငြိမ်းခြင်းသည်သာလျှင်။ သနန္တနော ဓမ္မော၊ ရှေးရိုးစဉ်လာ ဓမ္မတာတရားကြီးပါပေတည်း။

ပေရာနိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထို ဂါထာ၏အဆုံး၌
ကာဠိ ဘိလူးမသည် သောတာပန်တည်းလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၅။ ရန်ကိုရန်ချင်း ရန်တုံ့နှင်းလျှင်၊
ငြိမ်းအေးဖို့လမ်း စခမ်းမမြင်၊
ရန်မလိုမှ အေးမြအစဉ်၊
စဉ်လာပြော သဘောဓမ္မတာပင်။

5. Hatreds never cease by hatred in this world;
by love alone they cease. This is an ancient law.

စကားပြေ။ ။ ဤလောက၌ ရန်ကိုရန်ချင်း တုံ့ပြန်ခြင်းဖြင့် ဘယ်သော
အခါမှ ရန်မငြိမ်းကုန်။ မေတ္တာတရား တခုတည်းဖြင့်သာ
ငြိမ်းအေးကုန်၏။ ဤသို့ မေတ္တာတရားဖြင့် ရန်ငြိမ်းခြင်းသည် ရှေးအစဉ်
အလာ ဓမ္မတာတရားသဘောပင်တည်း။

hatreds

ရန်များ

never cease

ဘယ်တော့မှ မငြိမ်းကုန်

by hatred

ရန်တုံ့မှုခြင်းဖြင့်

ancient

ရှေးမြတ်သော

Law

ဓမ္မတာသဘော

၅။ ကောသမ္မကဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ကောသမ္မိပြည်နေ သုတ္တန်ရဟန်း၊ ဝိနည်း
ရဟန်းတို့၏ ခိုက်ရန်ငြင်းခုံခြင်းကို ငြိမ်းစေခြင်းမှာ၊ မတတ်နိုင်
သောကြောင့် ပါလိလေယျတောသို့ကြွ၍ ဂါကျတ်ပြီးမှ ဇေတဝန်
ကျောင်းသို့ ပြန်ကြွတော်မူသည်။ ကောသမ္မိရဟန်းတို့သည် အချင်း
ချင်း ညီညွတ်ကြ၍၊ မြတ်စွာဘုရားထံ ကန်တော့ရန်လာကြရာ မြတ်
စွာဘုရားက ရဟန်းတို့ ရှေ့ပညာရှိတို့သည် သေခါနီး၌ ချစ်သား
ဒီသာဝု“ချစ်စကိုရှည်စေ ရန်စကိုတိုစေ” ဟုမှာထားခဲ့သော မိဘစကား
ကို လိုက်နာ၍ မိဘကိုသတ်ကာ နိုင်ငံကိုလုယူသော ရန်သူဗြဟ္မဒတ်
မင်းကိုပင် ဒေါသမပြု၊ မိတ်ဆွေပြု၍ တိုင်းကြီးနှစ်တိုင်းကို အုပ်စိုး၍

၆။ ပရေစ န ဝိဇာနန္တိ၊

ယမာမေတ္တ ယမာမသေ၊

ယေစ တတ္ထ ဝိဇာနန္တိ၊

တတော သမ္မန္တိ မေဓဂါ။

အနက်—

ဘိက္ခဝေ၊ ငါ့ထံလာငြား အိုချစ်သားတို့။ ဧတ္ထ၊ ဤလောက၌။
ပရေ၊ ပညာမဲ့ငြား တပါးသောသူတို့သည်။ ယံ၊ ငါတို့ကား။
ယမာမသေဣတိ၊ အမြဲမနေ သေကြေ ပျက်စီး ကြရမည်
တကားဟု။ န ဝိဇာနန္တိ၊ မသိရှာကြလေကုန်။ တတ္ထ၊ ထိုလောက၌။
ယေစ၊ အကြင်ပညာရှိတို့သည်ကား။ ယမာ မသေဣတိ၊ ငါတို့
တတွေ သေကြေပျက်စီးရမှာပီတကားဟု။ ဝိဇာနန္တိ၊ ပညာ
မျက်စိဖြင့် သိကြကုန်၏။ တတော၊ ထိုသို့မြင်သိ ပညာရှိ
တို့ကြောင့်။ မေဓဂါ၊ ခိုက်ရန်ဖြစ်ပွား ကွဲပြားခြင်းတို့သည်။
သမ္မန္တိ၊ မူချ ကိန်းသေ ငြိမ်းအေးလေကုန်၏။

နေကြကြောင်း ကောသမ္ပကဇာတ်ကို ဟောတော်မူ၍ “ပရေစ န ဝိဇာနန္တိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ရောက်လာသော ရဟန်းတို့သည် သောတာပန် စသည် ဖြစ်ကြလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၆။ သေရမည်ရေး မတွေးမမြင်၊
လူမိုက်ငနွား ရန်ပွားအစဉ်၊
သေရမည့်ရေး ကြံတွေးဆင်ခြင်၊
ပညာရှိ ကဝိရန်မျိုးစင်။

6. The others know not that in this quarrel we perish; those of them who realize it have their quarrels calmed thereby.

စကားပြေ။ ။ ဤလောက၌ လူမိုက်တို့သည် ငါတို့အားလုံးအမြဲမနေ၊ သေကြေ ကြရမည် ပါတကားဟု တွေးတော ဆင်ခြင် မသိမြင်ပဲ ခိုက်ရန်ငြင်းခုံ ဖြစ်ကြကုန်၏။ သေရမည့်အရေးကို-ကြံတွေး ဆင်ခြင်သော ပညာရှိတို့ကား ငြင်းခုံ-ခိုက်ရန်ဖြစ်ခြင်းကို တခါထဲ ပြတ်စဲ ငြိမ်းအေးစေကုန်၏။

quarrel

ခိုက်ရန်ဖြစ်ခြင်း၊ ငြင်းခုံခြင်း။

the others

ပုထုဇဉ်လူသား၊ လူမိုက်ဗာလ။

၆။ မဟာကာဠ ၀တ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် “သေတဗျမြို့ကို အမှီပြု၍” ရင်းတိုက်
တော၌ နေတော်မူသော အခါ သေတဗျမြို့သား စူဠကာဠ
ဟောကာဠညီနောင် နှစ်ယောက်တို့တွင် စူဠကာဠသည် မစောင့်စည်း
သောဣန္ဒြေရှိသည်ဖြစ်၍ အလှအပ သုဘအာရုံကို အဖန် တလဲလဲ
ကြည့်ရှုကြံစည်လျက် နေလေ့ရှိ၏။ မဟာကာဠကား မတင့်မတယ်
ရှုံ့စဖွယ်စုံ အသုဘအာရုံကို ကြည့်ရှုလျက် ပဋိသမ္ဘိဒါနှင့်တကွ ရဟန္တာ
အဖြစ်သို့ ရောက်လေ၏။ စူဠကာဠ၏ ရှေးလူဘဝတုန်းက မယား

၇။ သုဘာနုပဿိံ ဝိဟရန္တံ၊
ဣန္ဒြိယေသု အသံဝုတံ။
ဘောဇနမှိ စာမတ္တညံ၊
ကုသိတံ ဟိနဝီရိယံ။
တံ ဝေ ပဿဟတိ မာရော၊
ဝါတော ရုက္ခံ ဝုဗ္ဗလံ။

အနက်— သုဘာနုပဿိံ၊ လက်ခြေအင်္ဂါ မျက်နှာ ရင် ဝမ်း နှုတ်ခမ်း
သွား မေး ယဉ်ကျေးဘွယ်ရာ တင့်တယ်စွာဟု ခါခါရှုလေ့ရှိ
သည်ဖြစ်၍။ ဝိဟရန္တံ၊ နေသော။ ဣန္ဒြိယေသု၊ စက္ခုစသော
ဣန္ဒြေတို့၌။ အသံဝုတံ၊ မစောင့်စည်းသော။ ဘောဇနမှိစ၊ ရသာ
ချိုချဉ် ဘောဇဉ်အာဟာရ၌လည်း။ အမတ္တညံ၊ တိုင်းရှည်ပမာ-
ဏ မသိလှသော။ ကုသိတံ၊ အမှားကံဘိ လွန်ပျင်းရိသော။
ဟိနဝီရိယံ၊ လုံ့လပေါ့ပေါ့ လွန်အားလျော့သော။ တံ ဘိက္ခု၊
ထိုရဟန်းကို။ မာရော၊ ကံလေသာမာရ် ကိုယ်တွင်းရန်သည်။
ပဿဟတိ၊ သိက္ခာကျိုးပျက် လှူဘောင် ထွက်လောက်အောင်
နှိပ်စက်ဖိစီး၏။ ကိမိဝ၊ ဥပမာပုံဆို ဘယ်လိုပါနည်း ဟူမကား။
ဝါတော၊ အင်အားထန်သည့် လေပြင်း မုန်တိုင်းကြီးသည်။
ဝုဗ္ဗလံ ရုက္ခံ၊ ဝောင်စောင်းချောက်ကြား ကမ်းပါးပဲ့၌ အားနွဲ့
သော သစ်ပင်ကို။ ပဿဟတိ ဣဝ၊ အရွက်ကိုပယ် ခက်ငယ်ကိုချ
ခက်မကိုချဲ့ ပင်လုံးလဲအောင် ညှဉ်းဆဲဘိသကဲ့သို့တည်း။

ဟောင်းတို့သည် သံဃာတော်များနှင့်တကွ မြတ်စွာဘုရားကို ဆွမ်း
ဖိတ်၍ နေရာခင်းအံ့သောငှါ ရွေးဦးစွာ လာသော စူဠကာဠကို
ဆွဲငင်ဖမ်းဆီးလျက် လူထွက်စေကုန်၏။ မဟာကာဠ၏ ရွေးလူတုန်းက
မယားဟောင်းတို့ကလည်းမိမိတို့ခင်ပွန်းကို ဖမ်းယူလို၍ မြတ်စွာဘုရား

မြန်မာ ကဗျာ

၇။ တင့်တယ်စွာဟု ရှုမူခါခါ၊
ဣန္ဒြေသီးသီး မစောင့်စည်းပါ၊
အာဟာရ၌ နှိုင်းဆကင်းကွာ၊
လုံ့လကင်း အပျင်းကြီးသူမှာ။
မာရ်နတ်ဖျင်း နှိမ်နင်းခံရရှာ။
လေပြင်းထဲ ပင်လဲ ပုံသို့သာ။

7. Whoever lives contemplating pleasant things, with
senses unrestrained, in food immoderate, indolent, inac-
tive, him verily Māra overthrows, as wind a weak tree.

စကားပြေ။ ။ (လက်ခြေအင်္ဂါ) စသည်တို့ကို ချစ်ခင်စဖွယ် လွန်တင့်
တယ်သည်ဟု တွေးတောကြည့်ရှုနေလေ့ရှိသော မျက်စိ
နားစသော ဣန္ဒြေခြောက်ပါးတို့ကို မစောင့်ရှောက် အစာအာဟာရ၌
လည်း အတိုင်းအရှည် ပမာဏကိုမသိ၊ ပျင်းရိလုံ့လ ပေါ့ဆဆနေသော
သူ (ရဟန်း) ကို၊ ကံလေသာမာရ်၊ ကိုယ်တွင်းရန်သည် ကေနပ်ပင် လွှမ်း
မိုးနှိပ်စက်လေ၏။ ဥပမာ—လေပြင်းမုန်တိုင်းသည် အားနွဲ့သော သစ်ပင်
ကို (ပင်လုံးလဲအောင်) ညှဉ်းဆဲဘိစီး တိုက်ခတ်သကဲ့သို့တည်း။

pleasant things	ချစ်ခင်စဖွယ်၊ လွန်တင့်တယ်
verily	ကေနပ်ပင်
contemplating	တွေးတောစဉ်းစားလျက် (ရှုလျက်)
senses	စက္ခုစသော ဣန္ဒြေများ
immoderate	အတိုင်းအရှည်ကို မသိသော
indolent	ပျင်းရိသော
inactive	မလှုပ်ရှားနိုင်သော ယုတ်သော ဝီရိယရှိသော
overthrows	တွန်းလှန်သည်၊ လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်သည်

ကို သံဃာနှင့်တကွ ဆွမ်းပင့်ဖိတ်၍ ပြန်ကြကုန်၏။ မြတ်စွာဘုရား
သည် သံဃာနှင့်တကွ ကြွလာတော်မူ၍ ဆွမ်းဘုံဦးပေးပြီးလျှင် မဟာ
ကာဠုကို အနုမောဒနာတရားဟောကြားခြင်းငှါ ထားခဲ့၍ ကျောင်း
တော်သို့ ပြန်လေသော် စူဠကာဠု မဟာကာဠုတို့၏ သဘောကွဲပြား
ကြောင်းကို မသိကြ၍ ရဟန်းတို့သည် မြတ်စွာဘုရားကိုကဲ့ရဲ့ကြကုန်၏။
မြတ်စွာဘုရားသည် ချစ်သားရဟန်း စူဠကာဠုသည် အလှအပသုဘ
အာရုံကို ကြည့်ရှုကြံစည်လျက်နေသောကြောင့် ကမ်းနား သစ်ပင်နှင့်
တူ၏။ မဟာကာဠုကားမတင့်မတယ် ရှံစဘွယ်စုံ အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းအာ

ဂ။ အသုဘာနုပဿိံ ဝိဟရန္တိ၊
ဣန္ဒြိယေသု သုသံဝုတံ။
ဘောဇနမ္ပိ စ မတ္တညံ၊
သဒ္ဓံ အာရဒ္ဓဝီရိယံ။
တံ ဝေ နပ္ပသဟတိ မာရော၊
ဝါတော သေလံဝ ပဗ္ဗတံ။

အနက်

အသုဘာနုပဿိံ၊ မနှစ်သက်ဘွယ် မတင့်တယ်ဟု ရှုလေ့ ရှိ
သည်ဖြစ်၍၊ ဝိဟရန္တိ၊ နေသော။ ဣန္ဒြိယေသု၊ စက္ခုစသော
ဣန္ဒြေတို့၌။ သုသံဝုတံ၊ ကောင်းစွာ ချုပ်တည်း စောင့်စည်း
ထသော။ ဘောဇနမ္ပိ စ၊ ရသာချိုချဉ် ဘောဇဉ်အာဟာရ၌
လည်း။ မတ္တညံ၊ တိုင်းရှည်ပမာဏ သိမြင်လှသော။ သဒ္ဓံ၊
ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သော သဒ္ဓါတရားရှိသော။ အာရဒ္ဓ
ဝီရိယံ၊ အားထုတ်အပ်သော ဝီရိယရှိသော။ တံ ဘိက္ခု၊ ထိုရဟန်း
ကို။ ဝေ၊ စင်စစ်။ မာရော၊ ကိလေသာမာရ် ကိုယ်တိုင်းရန်
သည်။ နပ္ပသဟတိ၊ မဖိစီး မနှိပ်စက်နိုင်။ ကိမိဝ၊ ဥပမာပုံဆို
ဘယ်လိုပါနည်း ဟူမကား။ ဝါတော၊ လေပြင်း လေညှင်းသည်။
သေလံ၊ ကျောက်အတိပြီးသော။ ပဗ္ဗတံ၊ တောင်ကြီးကို။ နပ္ပ-
သဟတိဣဝ၊ မလွဲမဖျက် မနှိပ်စက်နိုင်ဘိသကဲ့သို့ ပင်တည်း။

ရုံကို ရှုပွားသောကြောင့် ကျောက်တောင်နှင့်အလားတူ၏ဟု မိန့်တော်မူ၍ “သုဘာနုပဿိ” ဝိဟရန္တံ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ရောက်လာကုန်သောရဟန်းတို့သည်သောတာပန်စသည်ဖြစ်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

ဂ။ မတင့်တယ်ဟု ရှုမူခါခါ၊
ဣန္ဒြေသီးသီး စောင့်စည်းကောင်းစွာ၊
အာဟာရ၌ နှိုင်းဆသိကာ၊
သဒ္ဓါမှန် ပြင်းထန်ဝီရိယာ။
မာရ်မနှိပ်စက် မက်ဆိုက်သူမှာ၊
လေပြင်းထဲ မလဲတောင်သို့သာ။

8. Whoever lives contemplating unpleasant things, with senses well-restrained, in food moderate, replete with confidence and sustained effort, him Māra overthrows not, as the wind a rocky mountain.

စကားပြေ။ ။ (ခန္ဓာကိုယ် စသည်ကို) မတင့်မတယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာ အသုဘကောင်ဟု အဖန်တလဲလဲ (ကမ္မဋ္ဌာန်း) ရှုလျက် နေလေ့ရှိသော၊ မျက်စိနားစသော ဣန္ဒြေခြောက်ပါးကို ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်ပြီး အာဟာရ၌ အတိုင်းအရှည်သိကာ (ရတနာသုံးပါးကို) ယုံကြည်၍ အားထုတ်အပ်သော ဝီရိယရှိသောသူ (ရဟန်း) ကို ကံလေသာ မာရ် ကိုယ်တွင်းရန်သည် ကေနိမနိပ်စက်နိုင်၊ ဥပမာ - လေပြင်း လေညှင်း သည် ကျောက်တောင်ကြီးကို မဖျက်မလွှဲ မနှိပ်စက်နိုင်သကဲ့သို့တည်း။

moderate

အတိုင်းအရှည်ကိုသိခြင်း၊ သိသော

confidence

ယုံကြည်ခြင်း သဒ္ဓါဘရား

unpleasant

မတင့်တယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်

sustained

ပြင်းထန်သော

effort

ဝီရိယ

rocky

ကျောက်အတိုပြီးသော

၇။ ဒေဝဒတ္တဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်း
တိုက်၌ နေတော်မူသောအခါ ဒေဝဒတ်သည် မိမိနှင့် မထိုက်တန်သော
အသပြာတထောင် ထိုက်သော သင်္ကန်းကို ဂတ်၍ ရာဇဂြိုဟ်ပြည်၌

၉။ အနိက္ကသာဝေါ ကာသာဝံ၊
ယော ဝတ္ထံ ပရိဒဟိဿတိ။
အပေတော ဒမသစ္စေန၊
န သော ကာသာဝမရဟတိ။

အနက်—

အနိက္ကသာဝေါ၊ ရာဂစသော ကိလေသာဖန်ရည် မကင်းရှင်း
(ပစင်ကြယ်) ပါပဲလျက်။ ကာသာဝံ၊ ဖန်ရည်စွန်းသော။ ဝတ္ထံ၊
အဝတ်သင်္ကန်းကို။ ပရိဒဟိဿတိ၊ ဝတ်ရုံ သုံးဆောင်ဘိ၏။ ယော၊
အကြင်သူသည်။ ဒမသစ္စေန၊ မျက်စိ နား စသော ဣန္ဒြေ
ခြောက်ပါးကို စောင့်ရှောက်ခြင်း မှန်သောစကားကို ပြောဆို
ခြင်းမှလည်း။ အပေတော၊ ကင်း၏။ သော၊ ထိုသူသည်။
ကာသာဝံ၊ သင်္ကန်းကို။ နအရဟတိ၊ မဝတ်ထိုက်။

၁၀။ ယော စ ဝန္တကသာဝံ၊
သီလေသု သုသမာဟိတော။
ဥပေတော ဒမသစ္စေန၊
သ ဝေ ကာသာဝမရဟတိ။

အနက်—

ယော စ၊ အကြင်သူသည်ကား။ ဝန္တကသာဝေါ၊ ကိလေသာ
ဖန်ရည်ကို တစက်မကျန် ပျိုအံ ပယ်စွန့်သည်။ အဿ ဟောတိ၊
ဖြစ်၏။ သီလေသု၊ စတုပါရီသုဒ္ဓိ သီလတို့၌။ သုသမာဟိတော၊
အသက်ခန္ဓာ မငဲ့ညှာဘဲ ကောင်းစွာ တည်တော်မူပါပေ၏။

လှည့်လည်နေကြောင်းကို ရဟန်းတို့ လျှောက်ထားကုန်၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် ချစ်သားတို့..... ဒေဝဒတ်သည် မိမိနှင့်မထိုက်တန်သော အဝတ်ကို ယခုအခါသာ ဝတ်သည်မဟုတ်- ရှေးမုဆိုးဖြစ်သောအခါ၌ လည်း ပစ္စေကဗုဒ္ဓါတို့ကို အရိုအသေပြုကုန်သော ဆင်တို့ကို သတ်ခြင်း

ဒမသစ္စေန၊ မျက်စိ နားစသော ဣန္ဒြေခြောက်ပါးကို စောင့်ရှောက်ခြင်း မှန်သောစကားကို ပြောဆိုခြင်းနှင့်လည်း။ ဥပေတော၊ ပြည့်စုံ၏။ သော၊ ထိုသူသည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ကာသာဝံ၊ သင်္ကန်းကို။ အရဟတိ၊ ဝတ်ရုံထိုက်၏။

မြန်မာကဗျာ

၉။ ကိလေသာမည် ဖန်ရည်မစင်၊
ဣန္ဒြေဆုံးမ လုံးဝကင်းစင်၊
သစ္စာစကား မပြောကြားချင်၊
ထိုသူရမ်း သင်္ကန်းမထိုက်ပင်။

9. Whoever, unstainless, without self-control and truthfulness, should don the yellow robe, is not worthy of it.

စကားပြေ။ ။ရာဂစသော ကိလေသာဖန်ရည် မကင်းရှင်း မစင်ကြယ် မိမိကိုယ်တိုင် စက္ခုစသော ဣန္ဒြေခြောက်ပါးကို ဆုံးမခြင်းမရှိ အမှန်စကားကိုလည်း ပြောဆိုခြင်းမရှိပဲ သင်္ကန်းဝတ်သောသူသည် သင်္ကန်းနှင့် မထိုက်တန်ပေ။

unstainless

don

yellow robe

without

မကင်းရှင်း၊ မစင်ကြယ်

ဝတ်ဆင်သည်၊ ဝတ်စားသည်

သင်္ကန်း

ကင်းမဲ့သော

ငှါ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါတို့၏ သင်္ကန်းကိုခိုး၍ ဝတ်သည်သာလျှင်တည်း-ဟု
ဆင်မင်းဇာတ်ကို ဟောတော်မူပြီး၍ “အနိက္ကသာဝေါ ကာသာဝံ”
စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ များစွာသော ရဟန်းတို့
သည် သောတာပန် စသည်ဖြစ်ကြလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၀။ ကိလေသာမည် ဖန်ရည်ထွေမှန်၊
ထွေးအန်စွန့်ချ သီလစောင့်ပြန်၊
သစ္စာဒမ ပြည့်ဝသူမှန်၊
ဝတ်သင်္ကန်း ဆင်မြန်းထိုက်ပေတန်။

10. He who has vomited all impurities, in morals is well-established and endowed with self-control and truthfulness, is indeed worthy of the yellow robe.

စကားပြေ။ ။ ကိလေသာဖန်ရည်ကို တစက်မကျန် ထွေးအန်လျက်
(စတုပါရိသုဒ္ဓိ) သီလတို့ကို ကောင်းစွာစောင့်ထိန်း၍
စက္ခုစသောဣန္ဒြေခြောက်ပါးကိုစောင့်ရှောက်ကာ အမှန်စကားပြောဆို
ခြင်းနှင့်လည်း ပြည့်စုံသောသူသည်သာ သင်္ကန်းနှင့် ထိုက်တန်ပေသည်။

၁၀။

vomited
endowed
impurities
morals

အော့အန်လေသည်
ပြည့်စုံစေသည်၊ ပြည့်စုံသော
ကိလေသာဖန်ရည်များ
သီလများ

ယမကဝဂ်

ဂ။ သာရိပုတ္တတ္ထေရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ပေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ မသေသောတရားကို ရှာကုန်သော ဥပတိဿ ကောလိတ အမည်ရှိသော လုလင်နှစ်ယောက်တို့သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ၌ ဆွမ်းခံလှည့်လည်နေသော အဿဇိမထေရ် ထံမှ “ယေဓမ္မာ ဟေတုပ္ပ-

၁၁။ အသာရေ သာရမတိနော၊
သာရေ စာသာရဒဿိနော၊
တေ သာရံ နာဓိဂစ္ဆန္တိ၊
မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပဂေါစရာ။

အနက်—

ယေ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ အသာရေ၊ အနှစ်မပါ အကာ ဖြစ်ငြား တိတ္ထိတရားတို့၌။ သာရမတိနော၊ အနှစ်သာရ လွန်ပြည့်ဝ ဟု ယူလေ့ရှိကုန်၏။ သာရေစ၊ အနှစ်သာရ ပြည့်ဝစုံပေါင်း သူတော်ကောင်းတရား၌လည်း။ အသာရဒဿိနော၊ အနှစ်မပါ အကာအတိ အမြင်ရှိကုန်၏။ မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပဂေါစရာ၊ အကြံယုတ်မာ မိစ္ဆာဝိတက်၏ ကျက်စားရာဖြစ်ကုန်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ သာရံ၊ သီလသမာဓိ စသည်ထုံလစ် ဂုဏ်အနှစ်ကို။ နာဓိဂစ္ဆန္တိ၊ မရနိုင်လေကုန်သတည်း။

၁၂။ သာရဉ္စ သာရတော ဥတု၊
အသာရဉ္စ အသာရတော။
တေ သာရံ အဓိဂစ္ဆန္တိ၊
သမ္မာသင်္ကပ္ပဂေါစရာ။

အနက်—

သာရဉ္စ၊ အနှစ်သာရ ပြည့်ဝစုံပေါင်း သူတော်ကောင်း တရားကိုလည်း။ သာရတော၊ အနှစ်သာရ လွန်ပြည့်ဝ၏ဟူ၍။ အသာရဉ္စ၊ အနှစ်မပါ အကာဖြစ်ငြား တိတ္ထိတရားကိုလည်း။

ဘဝါ” စသော ဂါထာ ဝက်တဲရားကို ကြားရလျှင်ပင် သောတာပန် ဖြစ်ပြီးမှ ဘုရားအထံတော်သို့လာ၍ ရဟန်းပြုကြကုန်၏။ အဂ္ဂသာဝက အဖြစ်ကို ရကုန်၍ အရှင်သာရိပုတ္တရာ အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်ဟု ထင်ရှား

အသာရတော၊ အနှစ်မဲ့ဟူ၍။ ဥ တွာ၊ ကေန့်ဆတ်ဆတ် တပ်အပ် ထင်ထင် သိမြင်၍။ ဝါ၊ သိမြင်သောကြောင့်။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ- ဂေါစရာ၊ အကြံကောင်းစွာ သမ္မာဝိတက်၏ ကျက်စားရာ ဖြစ် ကုန်သော။ တေ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ သာရံ၊ သီလ သမာဓိ စသည်ထုံလစ် ဂုဏ်အနှစ်ကို။ အဓိဂစ္ဆန္တိ၊ ရကြလေကုန်သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၁။ အနှစ်မရှိ နှစ်ရှိယူသန်၊
အနှစ်ရှိကို မရှိယူပြန်၊
မိစ္ဆာဝိတက် စားကျက်သူမှန်၊
အနှစ်မှန် ရရန်မရှိပြန်။

11. In the unreal they imagine the real, in the real they see the unreal; they who feed on wrong thoughts, never achieve the real.

စကားပြေ။ ။ အစစ်အမှန်မဟုတ် (အနှစ်မရှိ)သော တိတ္ထိတရားကို စစ်မှန်သည် (အနှစ်ရှိသည်) ဟု အယူရှိကုန်၏။ စစ်မှန်သော (အနှစ်ရှိသော) သူတော်ကောင်းတရားကို (အနှစ်မရှိ) မစစ်မှန်ဟု ထင်မြင်ကြကုန်၏။ မိစ္ဆာဝိတက်၏ ကျက်စားရာ၌ လိုက်နာကျင့်သုံးကုန်သော သူတို့သည် (သီလ—သမာဓိ) စသော ဂုဏ်စစ်စစ် (အနှစ်သာရ) ကို ဘယ်သောအခါမှ မရနိုင်တော့ပေ။

imagine

wrong thoughts

feed on

အယူရှိကုန်၏၊ ထင်မှတ်ကုန်၏

မိစ္ဆာဝိတက် (မှားသောစိတ်အကြံ)

လိုက်နာကျင့်သုံးသည်

ကုန်၏။ ထို အရှင်သာရိပုတ္တရာ အရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်တို့သည် ဘုရားရှင်ကို ရှိခိုး၍ ဘုန်းတော်ကြီးသော မြတ်စွာဘုရား အကျွန်ုပ်တို့ ဆရာဟောင်း ဖြစ်သော သိဉ္ဇည်းပရဗိုဇ်ကို ရှင်ပင်ဘုရားအထံသို့ လာအောင်ခေါ် ပြောပါသည်။ လာခြင်းငှါ အလိုမရှိ၊ အိုးစရည်းကြီး ပြုလုပ်ပြီးလျှင် အိုးငယ်ထက်ငယ် သောက်ခွက်ငယ်မလုပ်နိုင်ပြီဟု ဆိုလိုက်ကြောင်းကို လျှောက်ကုန်၏။ မြတ်စွာဘုရားသည် ချစ်သားတို့.... သိဉ္ဇည်းပရဗိုဇ် သည် အနှစ်မဲ့ကို အနှစ်ရှိ၊ အနှစ်ရှိကို အနှစ်မရှိဟု-ယူ၏။ သင် ချစ် သားတို့ကား အနှစ် ရှိ-မရှိကို သိသဖြင့် အကာကို ပစ်၊ အနှစ်ကို ယူကုန်၏ဟု မိန့်တော်မူ၍ “အသာဓရသာရမတိနော” စသော နှစ် ဂါထာကိုဟောတော်မူသည်။ များစွာသော သူတို့သည် သောတာပန် စသည် ဖြစ်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၂။ အနှစ်ရှိကို နှစ်ရှိယူမှန်၊
 အနှစ်မရှိ မရှိယူပြန်၊
 သမ္မာဝိတက် စားကျက်သူမှန်၊
 အနှစ်မှန် ကေန်ရောက်ရပြန်။

12. Seeing the real as real, the unreal as unreal, they who feed on right thoughts achieve the real.

စကားပြေ။ ။ အနှစ်ရှိသော သူတော်ကောင်းတရားကို အနှစ်သာရ အဖြစ် ယူဆ၍ အနှစ်မရှိ တိတ္ထိတရားကိုလည်း အနှစ် မရှိ အနေဖြင့် သိကုန်၏။ သမ္မာဝိတက်၏ ကျက်စားရာ၌ ကျင့်သုံးကုန် သော သူတို့သည် သီလသမာဓိစသော ဂုဏ်အနှစ်ကို ရကြလေကုန်၏။

၉။ နန္ဒထွေရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
 နေတော်မူသောအခါ ခမည်းတော် သုဒ္ဓေါဒနမင်းကြီး ပင့်အပ်သည်
 ဖြစ်၍ ကာဠုဒါယီမထေရ် လမ်းညွှန်ပြုလျက် နှစ်သောင်းသော
 ရဟန္တာတို့နှင့်တကွ တပေါင်းလဆန်း ၁-ရက်နေ့မှစ၍ တနေ့ တယူဇနာ

၁၃။ ယထာ အဂါရံ ဒုစ္ဆန္တံ၊
 ဝုဠိ သမတိဝိဇ္ဈတိ။
 ဧဝံ အဘာဝိတံ စိတ္တံ၊
 ရာဂေါ သမတိဝိဇ္ဈတိ။

အနက်—

ဒုစ္ဆန္တံ၊ ကြဲတဲဟောင်းလောင်း မကောင်းသဖြင့် မိုးအပ်သော။
 အဂါရံ၊ စရပ်တန်ဆောင်း အိမ်ကျောင်း မဏ္ဍပ်ကို။ ဝုဠိ၊ မိုးရေ
 မိုးပေါက်သည်။ သမတိ ဝိဇ္ဈတိ ယထာ၊ အတွင်းသို့ ကောင်းစွာ
 ယှိစိမ့်၍ ကျဘိသကဲ့သို့။ ဧဝံတထာ၊ ပမာနှိုင်းယူ ထို့အတူ
 သာလျှင်။ အဘာဝိတံ၊ သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာတို့ဖြင့် မပွား
 များအပ်သော။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ ရာဂေါ၊ ရာဂတည်းဟူသော
 ကိလေသာ အညစ်အကြေးသည်။ သမတိဝိဇ္ဈတိ၊ ထိုးကျင်
 နှိပ်စက် ဖျက်ဆီးလေ၏။

၁၄။ ယထာ အဂါရံ သုစ္ဆန္တံ၊
 ဝုဠိ န သမတိဝိဇ္ဈတိ။
 ဧဝံ သုဘာဝိတံ စိတ္တံ၊
 ရာဂေါ န သမတိဝိဇ္ဈတိ။

အနက်—

သုစ္ဆန္တံ၊ ကောင်းစွာမိုးထားအပ်သော။ အဂါရံ၊ စရပ်
 တန်ဆောင်း အိမ်ကျောင်းမဏ္ဍပ်ကို။ ဝုဠိ၊ မိုးရေ မိုးပေါက်
 သည်။ န သမတိဝိဇ္ဈတိယထာ၊ အတွင်းသို့ ယှိဆင်း၍ မကျဘိ

ကြွတော်မူ၍ တန်ခူးလကွယ်နေ ညချမ်းအချိန်၌ ကပ္ပိလဝတ်ပြည်သို့
ရောက်တော်မူသည်။ ကပ္ပိလဝတ်ပြည်သို့ ရောက်၍ ၃-ရက်မြောက်
သောနေ့၌ ထိမ်းမြားမင်္ဂလာ ပြုမည်ဖြစ်သော ညီတော် မင်းနန်ကို

သကဲ့သို့။ ဧဝံတထာ၊ ပမာနိင်းယူ ထိုအတူသာလျှင်။ သုဘာ-
ဝိတံ၊ သမထဝိပဿနာ ဘာဝနာတို့ဖြင့် ကောင်းစွာ ပွားများ
အပ်သော။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ ရာဂေါ၊ ရာဂတည်းဟူသော
ကိလေသာ အညစ်အကြေးသည်။ န သမတိဝိဇ္ဇတိ၊ မနှိပ်စက်
မဝင်ရောက် မထိုးဖောက်နိုင်ပေ။

မြန်မာကဗျာ

၁၃။ မကောင်းမိုးထား ပေါက်ငြားအိမ်တွေ၊
မိုးရေမိုးပေါက် ကျရောက်စို့နေ၊
ထို့တူအလား မပွားစိတ်တွေ၊
ရာဂမိုး ဝင်တိုးကျရောက်ပေ။

13. Even as rain penetrates an ill-thatched house,
so does lust penetrate an undeveloped mind.

စကားပြေ။ ။ ကောင်းမွန်လုံခြုံအောင် မိုးမထားအပ်သော အိမ်စ
သည်ကို မိုးရေ မိုးပေါက်သည် ယိုကျ ဝင်ရောက်
သကဲ့သို့ ထို့အတူ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာပွားများလေ့မရှိသော သူ၏
စိတ်ကို ရာဂဟု ဆိုအပ်သော ကိလေသာ အညစ်အကြေး နှိပ်စက်
ထိုးဖောက် ဝင်ရောက်လေ၏။

even as

so

penetrate

ill-thatched,

undeveloped

lust

ကဲ့သို့

ထို့အတူ

ထိုးဖောက်ယိုကျသည်

မကောင်းသဖြင့် မိုးအပ်သော

မပွားများအပ်သော

ရာဂ-ကိုလေသာ-အညစ်အကြေး

သပိတ်ထမ်းခိုင်း၍ ကျောင်းတော်သို့ရောက်လျှင် ရဟန်းပြု၏။ နန္ဒမင်းသားကိုသပိတ်ထမ်းခေါ်သွားသောအခါ ရွှေနန်းတော် ပြုတင်းပေါက်က သာယာသောအသံဖြင့် “အရှင်သား....မြန်မြန်ပြန်ခဲ့ပါ” ဟု ဇနပဒကလျာဏီမင်းသမီးက မှာလိုက်သောစကားကြောင့် သာသနာတော်၌ ငြီးငွေ့သော ညီတော်မင်းနန်ကို အကြောင်းဥပါယ်မျိုးစုံဖြင့် ဆုံးမ၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်စေတော်မူသည်။ တပါးသောရဟန်းတော်တို့သည် ငါ့ရှင်နန္ဒ..... သာသနာတော်၌ ငြီးငွေ့သလောဟု မေးသည်ရှိသော် မငြီးငွေ့ပါဟုဆို၏။ ယမန်နေ့က ငြီးငွေ့သည်ဟု ပြောပြီး၊ ယနေ့ မငြီးငွေ့ဟု ပြောပြန်သည်တကားဟု ဘုရားရှင်ကို လျှောက်ကြရာ၊ ဘုရားရှင်က ချစ်သားတို့....ရှေးအခါက နန္ဒရဟန်း၏ ကိုယ်သည် မကောင်းသဖြင့် မိုးအပ်သောအိမ်နှင့် တူ၏။ ယခုမူကား ကောင်းစွာ မိုးအပ်သော အိမ်နှင့် တူ၏ဟု ဟောတော်မူ၍ “ယထာ-အဂါရံ ဒုစ္ဆန္တံ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၄။ ကောင်းစွာစေ့စပ် မိုးအပ်အိမ်တွေ၊
မိုးရေမိုးပေါက် မဝင်ရောက်ပေ၊
ထို့တူအလား ပွားများစိတ်တွေ၊
ရာဂမိုး မတိုးယိုကျပေ။

14. Even as rain does not penetrate a well-thatched house, so does lust not penetrate a well-developed mind.

စကားပြေ။ ။ ကောင်းမွန် လုံခြုံအောင် မိုးထားအပ်သော အိမ်သည်ကို မိုးရေ မိုးပေါက်သည် ယိုကျဝင်ရောက်ခြင်း မရှိသကဲ့သို့ ထို့အတူ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းလေ့ရှိသော သူ၏စိတ်ကို ရာဂဟု ဆိုအပ်သော ကိလေသာအညစ်အကြေးသည် မနှိပ်စက် မဝင်ရောက် မထိုးဖောက်နိုင်ပေ။

၁၀။ စုန္ဒသုကရိကဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ စုန္ဒဝက်ထိုးသမားသည် ငါးဆယ့်ငါးနှစ်ပတ်
လုံး ဝက်ကိုသတ်၍ သေခါနီးသောကာလ၌ ဝက်ကဲ့သို့မြည်၍ ဆင်းရဲ

၁၅။ ဣဓ သောစတိ ပေစ္စ သောစတိ၊
ပါပကာရီ ဥဘယတ္ထ သောစတိ။
သော သောစတိ သော ဝိဟညတိ၊
ဒိသ္ဗာ ကမ္မကိလိဋ္ဌမတ္တနော။

အနက်—

ပါပကာရီ၊ ပါပညစ်ကျ၊ မကောင်းမှုကို ပြုလေ့ရှိသော
သူသည်။ ဣဓ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ဤလောက၌။ သောစတိ၊ စိုးရိမ်
ပူပန်ရ၏။ ပေစ္စ၊ တမလွန်လောက နောက်ဘဝ၌။ သောစတိ၊
စိုးရိမ်ပူပန်ရ၏။ ဥဘယတ္ထ၊ နှစ်ပါး နှစ်တန် ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်
ဘဝတို့၌။ သောစတိ၊ စိုးရိမ်ပူပန်ရ၏။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ကမ္မ-
ကိလိဋ္ဌ၊ ညစ်နွမ်းသော ဒုစရိုက်မှုကို။ ဒိသ္ဗာ၊ မြင်၍။ သော၊
ထိုပါပညစ်ကျ မကောင်းမှုကို ပြုလေ့ရှိသော သူသည်။ ဝိဟ-
ညတိ၊ စိုးရိမ်ဆင်းရဲ ဝမ်းနည်းရလေသတည်း။

ကြီးစွာရောက်ကြောင်းကို၊ ရဟန်းတို့လျှောက်ရာတွင် “ဣဓ သောစတိ၊
ပေစ္စ သောစတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅။ မကောင်းပြုလုပ် ပစ္စုပ္ပန်သံသာ၊
နှစ်ဖြာလောက သောကပူဆာ၊
ကိုယ်၏လုပ်ငန်း ညစ်နွမ်းနေတာ၊
မြင်လိုက်ရ သောကဆုပွက်လာ။
ပင်ပန်းရ၊ နွမ်းလျသူဖြစ်ရှာ။

15. Here he grieves, hereafter he grieves; in both
states the evil-doer grieves; he grieves, he perishes,
seeing his own impure deed.

စကားပြေ။ ။ မကောင်းမှုကို ပြုသောသူသည်၊ ဤ ပစ္စုပ္ပန်လောက၌
စိုးရိမ်ပူပန်ရ၏။ တမလွန်လောက နောက်ဘဝ၌လည်း
(အပါယ်ဆင်းရဲကိုခံရသောအားဖြင့်) စိုးရိမ်ပူပန်ရ၏။ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်
နှစ်တန်သော ဘဝတို့၌လည်း စိုးရိမ်ပူပန်ရ၏။ ထိုသူသည် မိမိ၏
ညစ်နွမ်းသော ဒုစရိုက်မှုကိုမြင်၍ စိုးရိမ်ဆင်းရဲ ဝမ်းနည်းရလေ၏။

၁၁။ ဓမ္မိကဥပါသကဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
 နေတော်မူသောအခါ သာဝတ္ထိပြည်၌ ဓမ္မိကဥပါသကာသည် အလှူ
 ပေးခြင်း သီလဆောက်တည်ခြင်းကိုပြု၍ သေခါနီးသောကာလ၌
 ရဟန်းကိုပင့်၍ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို နာစဉ် နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်
 မှ ရထားခြောက်စင်းဖြင့် တင်ယူလာကြောင်းကို ရဟန်းတို့အား

၁၆။ ဣဓ မောဒတိ ပေစ္စ မောဒတိ၊
 ကတပုညော ဥဘယတ္ထ မောဒတိ။
 သော မောဒတိ သော ပမောဒတိ၊
 ဒိသ္မာ ကမ္မဝိသုဒ္ဓိမတ္တနော။

အနက်—

ကတပုညော၊ ဆည်းပူးအားထုတ် ပြုလုပ်အပ်သော ကောင်း
 မှုရှိသော သူသည်။ ဣဓ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ဤလောက၌။ မောဒတိ၊
 ကုသိုလ်ပုည ငါပြုရဟု ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ၏။ ပေစ္စ၊ တမလွန်
 လောက နောက်ဘဝ၌။ မောဒတိ၊ စည်းစိမ်ချမ်းသာကို
 ဝမ်းမြောက်စွာ ခံစားရ၏။ ဥဘယတ္ထ၊ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်တန်
 သော ဘဝတို့၌။ မောဒတိ၊ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာ၏။ အတ္တ-
 နော၊ မိမိ၏။ ကမ္မဝိသုဒ္ဓိ၊ စင်ကြယ်သော သုစရိုက်မှုကို။ ဒိသ္မာ၊
 မြင်၍။ သော၊ ထိုဆည်းပူးအားထုတ် ပြုလုပ်အပ်သော
 ကောင်းမှုရှိသော သူသည်။ ပမောဒတိ၊ အထူးထူးအပြားပြား
 အားရရှင်လန်း ဝမ်းမြောက်ရလေသတည်း။

မိန့်တော်မူပြီး၍ “ဣဓ မောဒတိ ပေစ္စ မောဒတိ” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆။ ကုသိုလ်ပြုလုပ် ပစ္စုပ္ပန်သံသာ၊
နှစ်ဖြာလောက ဝမ်းမြောက်ရတာ၊
ကိုယ့်အလုပ်က ပြုဆွနောတာ၊
မြင်လိုက်ရ စိတ်ကရွှင်မြူးလာ။
အလွန်ပဲ ဝမ်းလဲဝမ်းမြောက်ရာ။

16. Here he rejoices, hereafter he rejoices; in both states the well-doer rejoices; he rejoices, exceedingly rejoices, seeing the purity of his own deeds.

စကားပြေ။ ။ကောင်းမှုပြုသောသူသည် ဤပစ္စုပ္ပန် လောက၌လည်း
(ကုသိုလ်ပုည ငါပြုရသည်ဟု) ဝမ်းမြောက်၏။ တမလွန်
ဘဝ၌လည်း စည်းစိမ်ချမ်းသာကို ဝမ်းမြောက်စွာ ခံစားရ၏။ ပစ္စုပ္ပန်
တမလွန် နှစ်တန်သော ဘဝ၌လည်း စည်းစိမ်ချမ်းသာကို ဝမ်းမြောက်
စွာ ခံစားရ၏။ ထိုသူသည် မိမိ၏စင်ကြယ်သော သုစရိုက်မှုကို ရှုမြင်၍
(မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း) အလွန်နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ရ၏။

၁၂။ ဒေဝဒတ္တဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဒေဝဒတ်သည် အဇာတသတ်မင်းနှင့် ပူးပေါင်း
၍ ဘုရားရှင်ကိုသတ်ခြင်းငှါ လေးသမားတို့ကို စေလွှတ်ခြင်း၊ ဂိဇ္ဈကုဋ်
တောင်ပေါ်မှ ကျောက်ကိုလှိုမ့်၍ ခြေမတော်၌ သွေးစိမ်းတည်အောင်
ပြုခြင်း၊ နာဠာဂီရိဆင်ကို လွှတ်ခြင်း၊ သံဃာကို သင်းခွဲခြင်းကိုပြုပြီး
လျှင် ကိုးလပတ်လုံး ရောဂါရောက်၍ သေခါနီးကာလမှ ဘုရားရှင်ကို

၁၃။ ဣမ တပုတိ ပေစ္စ တပုတိ၊
ပါပကာရီ ဥဘယတ္ထ တပုတိ။
ပါပံ မေ ကတ”န္တိ တပုတိ၊
ဘိယျော တပုတိ ဒုဂ္ဂတိံ ဂတော။

အနက်—

ပါပကာရီ၊ မကောင်းမှုကို ပြုလေ့ရှိသောသူသည်။ ဣမ၊
ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ဤလောက၌။ တပုတိ၊ ပူပန်ကြေကွဲ ဆင်းရဲရ၏။
ပေစ္စ၊ တမလွန်လောက နောက်ဘဝ၌။ တပုတိ၊ ပူပန်ကြေကွဲ
ဆင်းရဲရ၏။ ဥဘယတ္ထ၊ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်နှစ်တန်သောဘဝတို့၌။
တပုတိ၊ ပူပန်ကြေကွဲ ဆင်းရဲရ၏။ မေ၊ ငါသည်။ ပါပံ၊
ဒုစ္စရိတ ပါပညစ်ကျ မကောင်းမှုကို။ ကတ”န္တိ၊ ပြုမိလေသည်
တကားဟူ၍။ တပုတိ၊ ပူပန်ကြေကွဲ ဆင်းရဲရ၏။ ဒုဂ္ဂတိံ
ဂတော၊ သေရှာပြောင်းကြွ ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့ လားရဘိမ္မကား။
ဘိယျော၊ လွန်စွာ။ တပုတိ၊ ပူပန်ကြေကွဲ ဆင်းရဲရလေ
သတည်း။

ဖူးမြင်လိုသည်ဟု ထမ်းစင်စီး၍လာရာ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်
 ရေကန်ဝယ် ရေချိုးခြင်းငှါ ထမ်းစင်မှ သက်ဆင်းရာတွင် မြေကြီး
 ခဲ့၍ မျိုကြောင်းကို ရဟန်းတို့ လျှောက်ထားရာတွင် “ဣဓ တပ္ပတိ ပေစ္စ
 တပ္ပတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၇။ မကောင်းပြုလုပ် ပစ္စုပ္ပန်သံသာ၊
 နှစ်ဖြာလောက ပူပန်ရရှာ၊
 ငါမကောင်းမှု ပြုခဲ့ပေတာ၊
 ဤသို့တော့ ပူဆွေးနေရရှာ။
 အပါယ်ကျ ပူရလွန်ကဲသာ။

17. Here he laments, hereafter he laments; in both states the evil-doer laments; thinking, "evil have I done", thus he laments. Furthermore he laments, having gone to a state of woe.

စကားပြေ။ ။ မကောင်းမှုကို ပြုသောသူသည် ဤပစ္စုပ္ပန် ဘဝ၌
 လည်း ယူကျုံးမရ မြည်တမ်းရ၏။ တမလွန်ဘဝ၌
 လည်း မြည်တမ်းငိုကြွေးရ၏။ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်တန်သော ဘဝတို့၌
 လည်း မြည်တမ်းငိုကြွေးရ၏။ ငါသည်မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကိုပြုလုပ်
 ခဲ့မိသည်ဟု (ကြံတော့ကာ) ယူကျုံးမရ မြည်တမ်းရ၏။ ထိုသူသည်
 မကောင်းရာလား အပါယ်လေးပါးသို့ သွားရောက်ရသည့်အခါ သာ၍
 ပင် ယူကျုံးမရ မြည်တမ်းရလေ၏။

laments

a state of woe

ယူကျုံးမရ-မြည်တမ်းရ၏။ ပူပန်ကြေကွဲဆင်းရဲရ၏
 ဒုဂ္ဂတိဘုံ၊ အပါယ်ဘုံ

၁၃။ သုမနဒေဝိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ အနာထပိဏ်သူဌေးသည် သမီးငယ် သုမနဒေဝီ သေဆုံးခါနီး၌ သမီးသုမန ဟုခေါ်လျှင် မောင်ငယ် အဘယ်ကြောင့် ခေါ်သနည်းဟု ဆို၏။ ယောင်ယမ်းလေသလောဟု မေးပြန်လျှင် “မောင်ငယ်၊ မယောင် ယမ်းပါ” ဟုပြောဆိုသေဆုံးကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား လျှောက်ထား ရာတွင် သူဌေးကြီး သင်ကား သောတာပန်မျှသာဖြစ်၍ သမီးသည် သကဒါဂါမ်ဖြစ်ပြီး မဂ်ဖိုလ်တို့ဖြင့် သင့်ထက်ကြီးသောကြောင့် သင့်ကို

၁၈။ ဣဓ နန္ဒတိ ပေစ္စ နန္ဒတိ၊

ကတပုညော ဥဘယတ္ထ နန္ဒတိ။

“ပုညံ မေ ကတ”န္တိ နန္ဒတိ၊

ဘိယျော နန္ဒတိ သုဂ္ဂတိံ ဂတော။

အနက်—

ကတပုညော၊ ပြုအပ်ပြီးသော ကောင်းမှုရှိသော သူသည်။
ဣဓ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဘဝ ဤလောက၌။ နန္ဒတိ၊ နှစ်သက်ရွှင်လန်း စံမြန်း
ရ၏။ ပေစ္စ၊ တမလွန်လောက နောက်ဘဝ၌လည်း။ နန္ဒတိ၊
နှစ်သက်ရွှင်လန်း စံမြန်းရ၏။ ဥဘယတ္ထ၊ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်နှစ်တန်
သောဘဝတို့၌။ နန္ဒတိ၊ နှစ်သက်ရွှင်လန်း စံမြန်းရ၏။ မေ၊
ငါသည်။ ပုညံ၊ နှလုံးဖြူစင် ကြည်လင်စေမှု၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု
ကို။ ကတန္တိ၊ ဆည်းပူးမိလေသည်တကားဟု။ နန္ဒတိ၊ နှစ်သက်
ပျော်ရွှင်၏။ သုဂ္ဂတိံ ဂတော၊ သေရာပြောင်းကြ သုဂတိဘဝသို့
လားရဘိမူကား။ ဘိယျော၊ လွန်စွာ။ နန္ဒတိ၊ နှစ်သက်
ရွှင်လန်း စံမြန်းရလေသတည်း။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ—၃

မောင်ငယ်ဟု ခေါ်သည့် ယောင်ယမ်းသည့်မဟုတ်ဟု မိန့်တော်မူပြီး၍
“ဣဓ နန္ဒတိ ပေစ္စ နန္ဒတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၈။ ကုသိုလ်ပြုလုပ် ပစ္စုပ္ပန်သံသာ၊
နှစ်ဖြာလောက နှစ်သက်ရတာ၊
ငါကားကောင်းမှု ပြုခဲ့ပေတာ၊
စိတ်ကြည်နူး ရှင်မြူးနေရရှာ။
မြတ်ဘဝ ရောက်ရ လွန်ဝမ်းသာ။

18. Here he is happy, hereafter he is happy; in both states the well-doer is happy. Thinking, “good have I done”, thus he is happy. Furthermore is he happy, having gone to a state of bliss.

စကားပြေ။ ။ပြုအပ်ပြီးသော ကောင်းမှုရှိသူသည် ဤ လောက၌
လည်း နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ရ၏။ တမလွန်ဘဝ၌လည်း
နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ရ၏။ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်တန်သော ဘဝ၌လည်း
နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ရ၏။ ငါသည် ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုခဲ့လေပြီဟု
နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ရ၏။ ကောင်းရာဘဝသို့ လားရောက်သည့်အခါ
သာ၍ပင် နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ရလေ၏။

၁၄။ ဒေသဟာယကဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် စေတဝန်ကျောင်းတော်
၌ နေတော်မူသောအခါ ပိဋကသုံးပုံကို သင်ကြားပို့ချဟောပြော၍
နေသော ရဟန်းတပါးသည် ဝိပဿနာဓုရကိုဆောင်သော (ကမ္မဋ္ဌာန်း

၁၅။ ဗဟုမ္ပိ စေ သံဟိတ ဘာသမာနော၊
န တက္ကရော ဟောတိ နရော ပမတ္တော။
ဂေါပေါ ဂါဝေါ ဂဏယံ ပရေသံ၊
န ဘာဂဝါ သာမညဿ ဟောတိ။

အနက်—

ယောနရော၊ အကြင်သူသည်။ သံဟိတ ဘာသမာနောပိ၊
အကျိုးအတိုင်းမသိ များလှဘိသော ပိဋကသုံးပုံကို သင်ကြား
ပို့ချဟောပြော၍ နေပါသော်လည်း။ ဗဟုံ၊ အကြိမ်များစွာ။
ပမတ္တော၊ မေ့လျော့ပေါ့ဆ သတိမရပဲ။ တက္ကရော၊ ပြုသင့်ပြုထိုက်
သောအနိစ္စသည်ဖြင့်နှလုံးသွင်းခြင်းကိုပြုသည်။ စေ န ဟောတိ၊
အကယ်၍မဖြစ်ခဲ့ငြားအံ့။ ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ မဖြစ်ခဲ့သည်ရှိသော်။
သော နရော၊ ထိုသူသည်။ ဂေါပေါ၊ အဓယူစား နွားကျောင်း
သားသည်။ ဂါဝေါ၊ မိမိကျောင်းငြား နွားအများတို့ကို။
ဂဏယံ-ဂဏယန္တော၊ မပျောက်မပျက် စေ့အောင်ရေတွက်လျက်။
ပရေသံ၊ နွားရှင်ဖြစ်ငြား သူတပါးတို့အား။ နိယျာဒေတိ ဣဝံ၊
ပြန်၍တဖန် ဆောင်နှင်းအပ်နှံရသကဲ့သို့။ ပရေသံ၊ ကျင့်လိုဆန္ဒ
ရှိကြသူပေါင်း သူတော်ကောင်း တို့အား။ နိယျာဒေတိ၊
ဆောင်နှင်းသင့်ရေး အပ်ပေးလိုက်ရ၏။ သော နရော၊ ပြော
ဟောခြင်းများ အကျင့်ပါးသော ထိုသူသည်။ သာမညဿ၊
မဂ်ဖိုလ်အထူး ရဟန်းကျေးဇူး၏။ ဘာဂဝါ၊ အဖို့ ရှိသည်။
နဟောတိ၊ မဖြစ်လေတော့သတည်း။

ကျင့်ပြီးသော ရဟန္တာကို ပြဿနာမေး၍ နှိမ်မည်ရှိသည်တွင် ဘုရား
ရှင်ကြွလာတော်မူ၍ ကျမ်းဂန်တတ်သော ရဟန်းကို လေးပါးသော
မဂ်တို့၌ ပြဿနာကို မေးတော်မူ၏။ ကျမ်းဂန်တတ်သော ရဟန်းသည်

မြန်မာကဗျာ

- ၁၉။ (က) ကျိုးရှိတရား များများပြောမူ၊
သတိမေ့လျော့ ပေါ့ပေါ့နေသူ၊
အနိစ္စဟု မပွားရမှု၊
နှားရေတွက် ကျောင်းလျက်အပ်ရသူ။
- (ခ) နှားကျောင်းသားတို့ နှားနှိုရသာ၊
မခံစားရ တူလှသည်သာ၊
အပြောသာများ ကျင့်ပါးသူမှသာ၊
မဂ်ဖိုလ်ထူး ကျေးဇူးမဖြစ်ပါ။

19. Though much he recites the Sacred texts, but
acts not accordingly, that heedless man is like a
cow-herd who counts others kine; he has no share in
the blessings of a recluse.

though	သော်လည်း
much	များစွာပင်
recites	ဟောကြားပြသသည်
heedless	မေ့လျော့သော
Sacred texts	ဘာသာရေးဆိုင်ရာပိဋကတော်များ
cow-herd	နှားကျောင်းသား
counts	ရေတွက်သည်
kine	ကျွဲ၊ နွား
blessings	အကျိုးကျေးဇူးများ
a recluse	ရဟန်းဘဝ၊ ရဟန်းအဖြစ်

ထိမိအောင် မဖြေနိုင်ရကား ရဟန္တာမထေရ်ကို မေးတော်မူ၏။
 ရဟန္တာမထေရ်သည် မင်္ဂလေးပါးကို ပွားပြီးဖြစ်၍ လျင်မြန်စွာ
 ဖြေလေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ကောင်းချီးပေး၍ ချစ်သားတို့ ဂန္ထရုရကို

စကားပြေ။ ။ အကျိုးအတိုင်းမသိ များဘိလှသော ဘာသာရေးဆိုင်ရာ
 ပိဋကတ်ကျမ်းစာတို့ကို များစွာပင် ဟောပြောပြသ၍
 နေပါသော်လည်း မေ့လျော့ပေါ့ဆ သတိမရပဲ (ပိဋကတော်လာတိုင်း)
 ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို မပွားများသောသူသည် ရဟန်းကျေးဇူး မင်္ဂဗိုလ်
 ထူးကို မခံစားရပေ။ ဥပမာအားဖြင့်ဆိုသော် နွားရှင်ဖြစ်ငြား သူတပါး
 တို့၏ နွားအပေါင်းကို ရေတွက်ကာ အပ်နှင်းရသော နွားကျောင်း
 သားသည် နွားနို့အရသာကို မခံစားရသကဲ့သို့ အပြောသာများ အကျင့်
 ပါးသောသူမှာ ရဟန်းကျေးဇူး မင်္ဂဗိုလ်ထူးကို မခံစားရဟု ဆိုလိုသည်။

၂၀။ အပ္ပမ္ပိ စေ သံဟိတ ဘာသမာနော၊
 ဓမ္မဿ ဟောတိ အနုဓမ္မစာရီ။
 ရာဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ ပဟာယ မောဟံ၊
 သမ္မပ္ပဇာနော သုဝိမုတ္တစိတ္တော။
 အနုပါဒိယာနော ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
 သ ဘာဂဝါ သာမညဿ ဟောတိ။

အနက်—

ယော နရော၊ အမှတ်မထင် အကြင်တစုံတယောက်သော
 သူသည်။ အပ္ပံ၊ အနည်းငယ်မျှ၊ သံဟိတဘာသ မာနောပိ၊
 အကျိုးအတိုင်းမသိ များလှဘိသော ပိဋကသုံးပုံကို။ ပို့ချ
 ဟောပြော ငြားသော်လည်း။ ဓမ္မဿ၊ တရားတော် အား။
 အနုဓမ္မစာရီ၊ လျော်သော (စတုပါရိသုဒ္ဓိသီလ ဓုတင်တေရသ
 စသော)တရားတော်ကို ကျင့်သည်။ စေ ဟောတိ၊ အကယ်စင်စစ်
 ဖြစ်ခဲ့ငြားအံ့။ ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ဖြစ်ခဲ့သည်ရှိသော်။ သော နရော၊

ဆောင်သော (စာပေပို့ချသော) ရဟန်းသည် သူ၏နွားကို အစစား
ကျောင်းရသော သူနှင့်တူ၏။ ဝိပဿနာဓုရကိုဆောင်သော ရဟန်း
သည်ကား နွားနှို့ထောပတ်ရသာမြတ်ကို မပြတ်စားရသော နွားရှင်နှင့်

ထိုသူသည်။ ရာဂဉ္စ၊ အလွန်တပ်မက်နှစ်သက်တတ်သော တဏှာ
ကို၎င်း။ ဒေါသဉ္စ၊ ပြစ်မှားတတ်သော ဒေါသကို၎င်း။ မောဟဉ္စ၊
တွေဝေတတ်သော မောဟကို၎င်း။ ပဟာယ၊ ပယ်စွန့်၍။
သမ္ပပ္ပဇာနော၊ ကောင်းစွာ အပြားအားဖြင့် သိသည်ဖြစ်၍။
သုဝိမုတ္တစိတ္တော၊ (တဒဂံ ဝိက္ခမ္ဘန သမုစ္ဆေဒ ပဋိပဿန္တိ နိဿ-
ရဏဝိမုတ္တိတို့ဖြင့်) ကောင်းစွာလွတ်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍။
ဣဓ ဝါ၊ ပစ္စုပ္ပန် လောက ဤဘဝ၌၎င်း။ ဟုရံ ဝါ၊ တမလွန်
လောက နောက်ဘဝ၌၎င်း။ အနုပါဒိယာနော၊ တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်
ပြင်းစွာစွဲလမ်းခြင်းမရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ သော နရော၊
ထိုသူသည်။ သာမညဿ၊ မဂ်ဖိုလ်အထူး ရဟန်းကျေးဇူး၏။
ဘာဂဝါ၊ အဖို့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

- ၂၀။ (က) ကျိုးစီးပွားနှင့် စပ်သင့်စပ်ရာ၊
အနည်းငယ်မျှ ဟောပြောနိုင်တာ၊
တရားလာတိုင်း မဆိုင်းကျင့်ရှာ၊
ရာ ဒေါသ မောဟစွန့်ပယ်ခွါ။
- (ခ) ကောင်းသောအသိ ဉာဏ်ပြည့်စုံစွာ၊
ကိုလေသာမှ စိတ်ကလွတ်မှာ၊
ဘဝမစွဲ အမြဲချမ်းသာ၊
ကျိုးခံစား ရငြားမြှိုက်ရသာ။

တူ၏ဟု မိန့်တော်မူပြီးလျှင် “ဗဟုမ္ဘိ စေ သံဟိတ ဘာသမာနော”
စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

20. Though little he recites the Sacred texts, but acts in accordance with the teaching, forsaking lust, hatred, and ignorance, truly knowing, with mind well freed, clinging for naught here and hereafter, he shares in the blessings of a recluse.

စကားပြေ။ ။ အကျိုးအတိုင်းမသိ များလှဘိသော ဘာသာရေးဆိုင်ရာ ပိဋကတော်တို့ကို သင်ကြားပြသ အဟောအပြော နည်းပါးသော်လည်း တရားတော်နှင့်အညီ ကောင်းစွာကျင့်ကြံ နေထိုင်သောသူသည် တပ်မက်ခြင်း အမျက်ထွက်ခြင်း မိုက်မဲခြင်းတို့ကို စွန့်ပယ်၍ မှန်ကန်သောတရားတော်ကို ကောင်းစွာသိပြီးလျှင် ကိလေသာမှ လွတ်သော စိတ်ရှိလျက် ဤဘဝကိုလည်းကောင်း၊ နောက်ဘဝကိုလည်းကောင်း (တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) စွဲလမ်းခြင်း မရှိတော့ပဲ ထိုပြောဟောခြင်း နည်းပါး၍ အကျင့်သည်းသောသူသည် မဂ်ဖိုလ်၏အရသာထူး (ရဟန်းဘဝ၏ မြတ်ကျေးဇူး)ကို ခံစားရလေ၏။

ယမကဝဂ်-အစုံအုပ်စုပြီး၏။

little	အနည်းငယ်
in accordance	အညီ၊ လျော်စွာ
acts	ကျင့်ကြံ-နေထိုင်သည်
lust	ရာဂ (တပ်မက်ခြင်း၊ ဒေါသအမျက်ထွက်ခြင်း)
ignorance	မောဟ (မိုက်မဲခြင်း)
forsaking	ပယ်စွန့်၍၊ ပယ်စွန့်လျက်
well	လုံးဝ၊ ကုန်စင်အောင်
clinging	စွဲလမ်းလျက်
clinging for naught	စွဲလမ်းခြင်းမရှိတော့ပဲ

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း (၂)

အပ္ပမာဒဝဂ်-မေ့လျော့ခြင်းအုပ်စု

၁၅။ သာမာဝတီဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ကောသမ္မိပြည် ဘောသိတာရုံကျောင်း
တော်၌ နေတော်မူသောအခါ မာဂဏ္ဍိသတ်၍ သာမာဝတီအမူးရှိ

၂၁။ အပ္ပမာဒေါ အမတံပဒံ၊

ပမာဒေါ မစ္စုနော ပဒံ။

အပ္ပမတ္တာ န မိယန္တိ၊

ယေ ပမတ္တာ ယထာ မတာ။

အနက်—

အပ္ပမာဒေါ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ သတိမပေါ့ မမေ့လျော့
ခြင်းသည်။ အမတံပဒံ၊ သေခြင်းကင်းပ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်
ကြောင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ပမာဒေါ၊ ကုသိုလ်ကောင်း
မှု၌ သတိလွတ်ကင်း မေ့လျော့ခြင်းသည်။ မစ္စုနော၊ မရှိဆုံးစ
ဒုက္ခပူပန် အဖန်ဖန်သေရခြင်း၏။ ပဒံ၊ အကြောင်းသည်။
ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အပ္ပမတ္တာ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့လျော့
ကုန်သော သူတို့သည်။ န မိယန္တိ (သေခြင်းကင်းပ) နိဗ္ဗာန်ကို
ရကြမည်ဖြစ်၍ မသေသောသူတို့မည်ကုန်၏။ ယေ၊ အကြင်သူတို့
သည်။ ပမတ္တာ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မေ့လျော့ကုန်၏။ တေ၊
ထိုသူတို့သည်။ မတာ ယထာ၊ (အသက်ပင် ထင်ရှားရှိနေ
သော်လည်း သံသရာဝယ်ချာချာလယ်လျက် အဖန်ဖန်သေပွဲဝင်
နေကြရဦးမည်ဖြစ်၍) သေသူနှင့် တူကုန်သည်သာလျှင်တည်း။

သော မောင်းမင်းရာ၏ သေခြင်း ဥတေနမင်းစောသတ်၍ မာဂဏ္ဍိ
တဆွေမျိုးလုံး၏ သေခြင်းနှစ်ပါးတွင် အဘယ်သည် သေသည်မည်
ပါသနည်း အဘယ်သည် မသေသည် မည်ပါသနည်း ဟု ဘုရားရှင်
အား လျှောက်ထားရာတွင် “အပ္ပမာဒေါ အမတံ ပဒံ” စသော
သုံးဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၂၂။ ဧဝံ ဝိသေသတော ဥတု၊
အပ္ပမာဒမိ ပဏ္ဍိတာ။
အပ္ပမာဒေ ပမောဒန္တိ၊
အရိယာနံ ဂေါစရေ ရတာ။

အနက်—

အပ္ပမာဒမိ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ သတိမပေါ့ မမေ့လျော့
ခြင်း၌။ ဥတု၊ တည်ကုန်သော။ ပဏ္ဍိတာ၊ ပညာရှိတို့သည်။
ဧဝံ ဝိသေသတော ဥတု၊ ဤသို့ မေ့လျော့သူနှင့် မမေ့
လျော့သူ နှစ်ဦးလူတို့၏ ထူးခြားမှုကို သိကြကုန်၍။ အပ္ပမာဒေ၊
မမေ့လျော့သော သတိတရား၌။ ပမောဒန္တိ၊ နှစ်သက် ရှင်လန်း
ဝမ်းမြောက်ကြကုန်၏။ တေ၊ ထိုပညာရှိတို့သည်။ အရိယာနံ၊
ဘုရား အစရှိသော အရိယာ သူတော်ကောင်းတို့၏။ ဂေါစရေ၊
ကျက်စားရာဖြစ်သော ဗောဓိပက္ခိယတရား၌။ ရတာ၊ နှလုံး
ရှင်ပျော် မွေ့လျော်ကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကြလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁။ ကုသိုလ်စိတ်သန် နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန်၊
ကုသိုလ်ကိုမေ့ စုတေ့ကြောင်းခံ၊
စိတ်အားသန်စေ မသေနိုင်ပြန်၊
ကုသိုလ်မေ့ စုတေ့လေပြီဟန်။

21. Heedfulness is the path to the deathless, heedlessness is the path to death. The heedful do not die; the heedless are like unto the dead.

စကားပြေ။ ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ သတိမပေါ့ မမေ့လျော့ခြင်းသည် သေခြင်းကင်းပ နိဗ္ဗာနသို့ ရောက်ကြောင်း ဖြစ်၏။ (ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌) သတိလွတ်ကင်း မေ့လျော့ခြင်းသည် မရှိဆုံးစ ဒုက္ခပူပန် အဖန်ဖန်သေရခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။ (ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌) မမေ့လျော့သော သူတို့သည် (သေခြင်းမရှိရာ နိဗ္ဗာန်ကိုရကြမည် ဖြစ်၍) မသေသောသူတို့မည်ကုန်၏။ (ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌) မေ့လျော့သော သူတို့သည် (အသက်ပင် ရှင်၍နေသော်လည်း) သေသောသူနှင့် သာ တူကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၂။ ဤသို့ထူးခြား တရားသိမြင်၊
ပညာရှင်များ ရှုပ္ပာဒ်အစဉ်၊
ဝမ်းမြောက်ကြည်သက် မမေ့ဘက်တွင်၊
အရိယာများ ကျက်စားအမြဲရှင်။

22. Distinctly understanding this difference, the wise in heedfulness rejoice in heedfulness, delighting in the realm of the Ariyas.

စကားပြေ။ ။ ဤသို့မေ့လျော့သူနှင့် မမေ့လျော့သူနှစ်ဦးတို့၏ထူးခြားမှုကို ပိုင်းခြားသိမြင်ကြ၍ ပညာရှိတို့သည် မမေ့လျော့ခြင်း၌ ရှင်လန်းဝမ်းမြောက်စွာ ဘုရားအစရှိသော အရိယာတို့၏ ကျက်စားရာ (နိုင်ငံတော်) ဖြစ်သော ဗောဓိပက္ခိယတရား၌ မေ့လျော့ကြကုန်၏။

heedlessness

မေ့လျော့ခြင်း

distinctly

ပိုင်းခြား၍၊ ပိုင်းခြားစွာ

realm

ကျက်စားရာ (နိုင်ငံတော်)

၂၃။ တေဈာယိနော သာတတိကာ၊
 နိစ္စံ ဒဠ္ဋပရက္ခမာ။
 ဖုသန္တိ ဓီရာ နိဗ္ဗာနံ၊
 ယောဂက္ခေမံ အနုတ္တရံ။

အနက်—

တေဓီရာ၊ ထိုပညာရှိတို့သည်။ ဈာယိနော၊ ဈာန်သမာပတ်
 ကို ရကြကုန်သည် ဖြစ်၍။ သာတတိကာ၊ မပြတ်မလပ်
 ဖြစ်စေအပ်သော လုံ့လရှိကုန်သည်ဖြစ်၍။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။
 ဒဠ္ဋပရက္ခမာ၊ ပြင်းစွာအားထုတ်ကုန်သည်ဖြစ်၍။ ယောဂက္ခေမံ၊
 တပ်မက်စွဲလမ်းခြင်းစသော ယောဂ၏ ကင်းဆုံးရာဖြစ်ပေသော
 အနုတ္တရံ၊ အတုမရှိ အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်သို့။
 ဖုသန္တိ၊ ရောက်ကြလေကုန်သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၃။ တည်ကြည်စိတ်ဓာတ် သမာပတ်ဈာန်ဟုန်၊
 မပြတ်အားထုတ် ပြုလုပ်ပြည့်စုံ၊
 ယောဂလေးပါး ကင်းငြားရာလှုံ၊
 မြတ်ဆုံးမှန် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြကုန်။

23. The constantly meditative, the ever earnestly striving ones realize the bond-free, supreme Nibbāna.

စကားပြေ။ ။ ထိုပညာရှိတို့သည် သမာပတ်ဈာန်ကို မပြတ်လေ့ကျက်
 ၍ အမြဲမပြတ် အားထုတ်ခြင်း လုံ့လနှင့် ပြည့်စုံသဖြင့်
 တပ်မက်စွဲလမ်းခြင်းစသော ယောဂလေးပါးတို့၏ ကင်းငြိမ်းရာ အသာ
 ဆုံး အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြ လေကုန်၏။

ever

မပြတ်

meditative

ဈာန်သမာပတ်

bond-free

ယောဂများ၊ အနှောင်အဖွဲ့မှကင်းလွတ်ခြင်း

၁၆။ ကုမ္ဘဿောသကသေဋ္ဌိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးသည် ဘုရားရှင်အထံသို့လာ၍ ဘုန်းတော်ကြီးသော မြတ်စွာဘုရား ရှေးအခါက ယဉ်းအနာ(ပလိပ်ရောဂါ)ကြောင့် သေသော ရာဇဂြိုဟ် သူဌေးသား ကုမ္ဘဿောသက လုလင်သည် မိဘအမွေအနှစ် မြှုပ်ထားအပ်သော ဥစ္စာကုဋေလေးဆယ်ရှိလျက် မိမိ၏ သူဌေးသားအဖြစ်ကို မသိစေပဲ မထောင်မလွှား နှမ်းပါးသောအသွင်ဖြင့် ကြာမြင့်စွာနေသည်။ ယခုမှ ဥပါယ်တံမျဉ်ဖြင့် သိအောင်ပြု၍

၂၄။ ဥဋ္ဌာနဝတော သတိမတော၊
 သုစိကမ္မဿ နိသမ္မကာရိနော။
 သညတဿ ဓမ္မဇီဝိနော၊
 အပ္ပမတ္တဿ ယသောဘိဝံစုတိ။

အနက်—

ဥဋ္ဌာနဝတော၊ ထကြွလုံ့လ ဝီရိယရှိထသော။ သတိမတော၊ သတိလည်းရှိထသော။ သုစိကမ္မဿ၊ စင်ကြယ်သော အမှုရှိသော။ နိသမ္မကာရိနော၊ ပြုလုပ်လိုရာ ကိစ္စဟူသမျှ၌ စူးစမ်းဆင်ခြင်၍ ပြုလုပ်လေ့ရှိသော။ သညတဿ၊ ကိုယ်နှုတ်နှစ်လုံးသုံးပါးလုံးကိုလည်း စောင့်စည်းလေ့ရှိသော။ ဓမ္မဇီဝိနော၊ တရားသဖြင့် အသက်မွေးလေ့ရှိသော။ အပ္ပမတ္တဿ၊ မမေ့မလျော့သောသူအား။ ယသော၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာ အဖြာဖြာသည်။ ဝါ၊ အရာရာထူး ကျေးဇူးသတင်း ကျော်စောခြင်းသည်။ အဘိဝံစုတိ၊ တနေ့တခြား တိုးပွားလေသတည်း။

သူဌေးအရာကို ပေးထားပါသည်ဟု လျှောက်ရာတွင် “ဥဋ္ဌာနဝတော သတိမတော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၄။ လုံ့လသတိ မြဲရှိကေန်၊
စင်ကြယ်လုပ်ငန်း စူးစမ်းလုပ်ပြန်၊
ကိုယ်နှုတ်စောင့်လျက် မွေးသက်မှန်ကန်၊
မမေ့ငြား တိုးပွားကျော်စောသံ။

24. The good fame of him who is energetic, mindful, pure in deed, considerate, self-controlled, right-living, and heedful steadily increases.

စကားပြေ။ ။ ထကြွလုံ့လ ဝိရိယရှိ သတိလည်းရှိကာ သန့်ရှင်း စင်ကြယ်သော အလုပ်ကိုသာ လုပ်လေ့ရှိသော (ပြုလုပ်ရာ ကိစ္စဟူသမျှ၌) စူးစမ်းဆင်ခြင်၍ ပြုလေ့ရှိကာ ကိုယ် နှုတ် စိတ်ကိုလည်း စောင့်စည်းလျက် တရားသဖြင့် အသက်မွေးလေ့ရှိ၍ မမေ့လျော့သော သူအား စည်းစိမ်ဥစ္စာ အရာရာထူး ကျေးဇူးသတင်း ကျော်စောခြင်း သည် နေ့စဉ်ရက်ဆက် ဆဲဆဲတက်ကာ အလွန်တိုးပွားလေ၏။

၁၇။ စူဠပန္နကဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ “ပဒ္မံ ယထာ ကောကနဒံ” စသော ဂါထာ လေး ပါဒကို လေးလချ၍ မရနိုင်သော အရှင်စူဠပန်ကို ဘုရားသခင်သည် တစုစုချင်း ရဇောဟရဏ ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြင့် အဘိညာဉ် သမာပတ်နှင့်

၂၅။ ဥဋ္ဌာနေ နပ္ပမာဒေန၊
သံယမေန ဒမေန စ။
ဒီပံ ကယိရာထ မေဓာဝီ၊
ယံ ဩဇော နာဘိကီရတိ။

အနက်—

ဥဋ္ဌာနေန စ၊ ထကြွလုံ့လ ဝိရိယရှိခြင်းဖြင့်၎င်း။ အပ္ပမာ-
ဒေန စ၊ မမေ့မလျော့ခြင်းဖြင့်၎င်း။ သံယမေန စ၊ သီလသိက္ခာကို
ကောင်းစွာချုပ်တည်း စောင့်စည်းခြင်းဖြင့်၎င်း။ ဒမေန စ၊
စက္ခုစသော ဣန္ဒြေတို့ကို လုံခြုံအောင် ဆုံးမခြင်းဖြင့်၎င်း။
မေဓာဝီ၊ ကြောင်းကျိုးမြင်သိ ပညာရှိသည်။ သံသာရ-
သာဂရေ၊ သံသာရာသမုဒ္ဓိ ဝဲဇလုပ်၌။ ယံ ဒီပံ၊ အရဟတ္တဖိုလ်
ခေါ်ဆိုမည်ထွန်း အကြင်ကျွန်းကြီးကို။ ဩဇော၊ ဩဇာလေး
ဖြာ ကိလေသာ ရေအလျဉ်သည်။ နာဘိကီရတိ၊ တိုက်လှန်
ပြိုအက် မဖြိုပျက်နိုင်။ တံ ဒီပံ၊ ဩဇာလေးဖြာ ကိလေသာ
ရေအလျဉ်သည် မဖျက်ဆီးအပ်သော အရဟတ္တဖိုလ်တည်းဟူ
သော မိမိမှီရာ ကျွန်းသာယာကို။ ကယိရာထ၊ အဖန်တလဲလဲ
အမြဲမကွာ ပြုလုပ် ဖန်ဆင်းကုန်ရာသတည်း။

ပြည့်စုံသော ပိဋကသုံးပုံဆောင် ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်စေတော်မူ
လေသည်ဟု ဘုရားရှင်ကျေးဇူးကို ရဟန်းတို့ ချီးမွမ်းကုန်လျက်
နေသည်တွင် “ဥဠာနေန’ပုမာဒေန” စသော ဂါထာတော်ကို ဟော
တော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၅။ စိတ်အားထန်သဲ အမြဲဇွဲသန်၊
ကိုယ်နှုတ်စောင့်ထ ဆုံးမနေပြန်၊
ဝဲဩဃကြမ်း မလွှမ်းနိုင်ရန်၊
ပညာရှိ ပြုဘိကျန်းနိဗ္ဗာန်။

25. By sustained effort, earnestness, discipline, and self-control let the wise man make for himself an island which no flood overwhelms.

စကားပြေ။ ။ ထကြွလုံ့လ ဝီရိယရှိခြင်း မမေ့လျော့ခြင်း (စိတ်အားထက်သန်ခြင်း) သီလစောင့်စည်းခြင်း မျက်စိနားစသော ဣန္ဒြေကို စောင့်စည်းခြင်းတို့ဖြင့် ပညာရှိသည် (ကိလေသာ) ရေယဉ်လှိုင်ကြီး မလွှမ်းမိုး မဖျက်ဆီးနိုင်ရာ (အရဟတ္တဖိုလ် တည်းဟူသော) မိမိမှီရာ ကျန်းသာယာကို ပြုလုပ်ဖန်ဆင်းရမည်။

effort
earnestness
discipline
overwhelms

ထကြွလုံ့လ ဝီရိယရှိခြင်း
မမေ့လျော့ခြင်း (စိတ်အားထက်သန်ခြင်း)
သီလစောင့်စည်းခြင်း
လွှမ်းမိုး ဖုံးအုပ်သည်

၁၈။ ဗာလနက္ခတ္တသဃ်ဋ္ဌဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူ
သောအခါ သာဝတ္ထိမြို့၌ ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး ဗာလနက္ခတ်သဘင်ခံရာ

၂၆။ ပမာဒမနုယုဉ္ဇန္တိ၊
ဗာလာ ဒုမ္မေဓိနော ဇနာ။
အပ္ပမာဒဉ္စ မေဓာဝီ၊
ဓနံ သေဌံဝ ရက္ခတိ။

အနက်—

ဗာလာ၊ တွေဝေစိုက်စိုက် အလွန်မိုက်ကုန်သော။ ဒုမ္မေ-
ဓိနော၊ အသိချိုးနဲ့ ပညာမဲ့ကုန်သော။ ဇနာ၊ လူတို့သည်။ ပမာဒံ၊
သတိကင်းပေါ့ မေ့လျော့လုံးလုံး အချိန်ဖြုန်းခြင်းကိုသာ။ အနု-
ယုဉ္ဇန္တိ၊ လုံ့လပြုကြကုန်၏။ မေဓာဝီ၊ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ
ပညာရှိသည်။ အပ္ပမာဒဉ္စ၊ မမေ့လျော့ခြင်းကိုသာလျှင်။ သေဌံ-
ဓနံ၊ အမြတ်ဆုံး ဥစ္စာကဲ့သို့၊ ရက္ခတိ၊ စောင့်ရှောက်လေ
တော့သတည်း။

၂၇။ မာ ပမာဒမနုယုဉ္ဇေထ၊
မာ ကာမရတိသန္တံ။
အပ္ပမတ္တော ဟိ ဈာယန္တော၊
ပပေါတိ ဝိပုလံ သုခံ။

အနက်—

ပမာဒံ၊ အချိန်ဖြုန်း၍ မေ့လျော့ခြင်းကို။ မာ အနုယုဉ္ဇေထ၊
လုံးလုံးမဖြစ်ကြစေကုန်လင့်။ ကာမရတိသန္တံ၊ ဝတ္ထုကာမကိလေ
သနှင့် ငါးဝအာရုံ ကာမဂုဏ်၌ အပျော်လွန်တတ်သော တဏှာ
သန္တံကိုလည်း။ မာဝိန္ဒေထ၊ မရကြစေကုန်လင့်။ ဟိ၊ ထိုစကား
သည် ထင်ရှားကြောင်း ပြသင့်လှပေ၏။ အပ္ပမတ္တော၊ မမေ့လျော့

တၢ် သုမိက်တို့၏ အမူအရာ အပြောအဆိုကြောင့် သူတော်ကောင်းတို့
အိမ်တွင်းမှ မထွက်ဝံ့ကုန်၊ ခုနစ်ရက်လွန်မှ ဘုရားကိုပင်၍ ဆွမ်းကျွေး

သည်ဖြစ်၍။ စျာယန္တော၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘဝနာတွင် ရှုဆင်ခြင်လေ့
ရှိသောသူသည်။ ဝိပုလံ၊ ကြီးကျယ် ပြန့်ပြောသော။ သုခံ၊
အမြတ်ဆုံးချမ်းသာသို့။ ပပေ္ဂါတိ၊ လျင်မြန်ထုတ်ချောက်
ရောက်ရလေ၏။

မြန်မာစာပျာ

၂၆။ မေ့လျော့ပေါ့ဆ လုံ့လပြုကုန်၊
ပညာကင်းမဲ့ မိုက်တဲ့လူကုန်၊
ပညာရှိက မမေ့ရပုံ၊
ဥစ္စာမြတ် စောင့်ကြပ် ပမာပုံ။

26. The ignorant, foolish folk indulge in heedless-
ness; the wise man guards earnestness as the greatest
treasure.

စကားပြေ။ ။ (ဤဘဝနောက်ဘဝဝယ် အကြောင်းအကျိုးကို မိမိရရ
မသိကြသည့်) ပညာမဲ့ငြား မိုက်ကုန်သော လူများတို့
သည် မေ့လျော့လုံးလုံး အချိန်ဖြုန်းခြင်းကိုသာ လုံ့လပြုကြကုန်၏။ ပညာ
ရှိသောသူတို့သည်ကား စိတ်အားထန်ပြင်း မမေ့လျော့ခြင်းကို အမြတ်
ဆုံးဥစ္စာသဖွယ် စောင့်ရှောက်လေ၏။

ပြီးလျှင် ဤအကြောင်းကိုလျှောက်ကုန်၏။ ဤအတ္ထုပ္ပတ္တိတွင် “ပမာဒ-
မနုယုဉ္ဇန္တိ” စသော နှစ်ဂါထာကိုဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၇။ မေ့လျော့ပေါ့လစ် မဖြစ်ဖို့ရယ်၊
ကာမပျော်ပိုက် အလိုက်ရှောင်ဖယ်၊
ထက်သန်စိတ်ထား စျော်ပွားသူဝယ်၊
ပေါကြွယ်ဝ သုခရောက်တော့တယ်။

27. Indulge not in heedlessness, have no intimacy with sensuous delights; for the earnest, meditative person obtains abundant bliss.

စကားပြေ။ ။ အချိန်ဖြုန်းပြီး မေ့လျော့နေခြင်းကို လုံးလုံးမဖြစ်ကြ
စေလင့်၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့ကို မစွဲလမ်းကြစေ
လင့်၊ မမေ့မလျော့ပဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ စီးဖြန်းကာ နေသောသူသည်
ပြန့်ပြောကြီးကျယ် အမြတ်ဆုံးသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာနယ်သို့ ရောက်ရ
လေသည်။

၁၉။ မဟာကဿပတ္ထေရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပိပ္ပလိဂူဝယ် သီတင်းသုံး နေတော်မူသော
မဟာကဿပ မထေရ်အား မမေ့မလျော့ခြင်း၏ အကျိုးကို ပြခြင်းငှါ

၂၀။ ပမာဒံ အပ္ပမာဒေန၊

ယဒါ နုဒတိ ပဏ္ဍိတော။

ပညာပါသာဒမာရယျ၊

အသောကော သောကိနိံ ပဇိ။

ပဗ္ဗတဋ္ဌောဝ ဘူမဋ္ဌေ၊

ဓီရော ဗာလေ အဝေက္ခတိ။

အနက်—

ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိသည်။ ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ အပ္ပမာ-
ဒေန၊ မမေ့မလျော့ခြင်းဖြင့်။ ပမာဒံ၊ မေ့မလျော့ခြင်းကို။ နုဒတိ၊
အကုန်ပျောက်အောင် ပယ်ဖျောက်ပေ၏။ တဒါ၊ ထိုအခါ၌။
ပညာပါသာဒံ၊ ပညာတန်ဆောင် ယိန်ရောင်ဝင်းလက် ပြာသာဒ်
ထက်သို့။ အာရယျ၊ ကောင်းစွာတက်၍။ အသောကော၊
ပူဆွေးသောက ကင်းစင်ပလျက်။ သောကိနိံ၊ သောကဋ္ဌောင့်
စူး တလူးလူးဖြင့် ခံစားနေရသော။ ပဇိ၊ သတ္တဝါအပေါင်းကို။
အဝေက္ခတိ၊ ကြည့်ရှုထင်ထင် မြင်ရပေ၏။ ပဗ္ဗတဋ္ဌော၊
တောင်ထိပ်ပေါ်၌ရှိသော သူသည်။ ဘူမဋ္ဌေ၊ မြေပြင်ရှိငြား
လူအများတို့ကို။ အဝေက္ခတိ ဣဝံ၊ ကြည့်ရှုထင်ထင် မြင်ရသကဲ့သို့။
ဓီရော၊ မေ့မလျော့ကင်းဘိ ပညာရှိသည်။ ဗာလေ၊ မေ့မလျော့
ဓာတ်ခံ လူမှိုက်မဲတို့ကို။ အဝေက္ခတိ၊ ကြည့်ရှုထင်ထင် မြင်ရပေ
သတည်း။

“ပမာဒံ အပ္ပမာဒေန ယဒါ နုဒတိ ပဏ္ဍိတော” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၈။ မမေ့ခြင်းဖြင့် မေ့ခြင်းပယ်ခွါ၊
ပညာပြာသာဒ် လူတတ်တက်ကာ၊
စိုးရိမ်ကင်းဘိ ရှုကြည့်လျက်သာ၊
သောကညည်း ပူပြင်းသတ္တဝါ။
တောင်ထိပ်နေဘိ ပညာရှိမှာ၊
လူ့ဗာလ မြင်ရပုံပမာ။

28. When the sagacious one discards heedlessness by
heedfulness, this sorrowless wise one ascends the palace
of wisdom and surveys the ignorant sorrowing folk
as one standing on a mountain the groundlings.

စကားပြေ။ ။ ပညာရှိသည် မမေ့လျော့သော သတိဖြင့် မေ့လျော့ခြင်း
ကို ပယ်ဖျောက်၍ ပညာပြာသာဒ်ပေါ်သို့ တက်ခါ
သောက ကင်းရှင်းစွာနေလျက် သောကငြောင့်စူး တလူးလူးခံစား
နေရသော လူအပေါင်းကို ကြည့်ရှုလေ၏။ တောင်ထိပ်ပေါ်၌ရှိသော
သူသည် မြေပြင်ရှိ လူအပေါင်းကို ကြည့်ရှုသကဲ့သို့တည်း။

sagacious

ထိုးထွင်းဉာဏ်ရှိသော

ascends

တက်သည်၊ အပေါ်တက်သည်

groundlings

မြေပြင်ရှိလူများ

၂၀။ ဒွေသဟာယက ဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုယူ၍ တောကျောင်းသို့ဝင်သော သူငယ်ချင်းရဟန်းနှစ်ယောက်တို့တွင် တယောက်ကား သာမဏေငယ် တို့နှင့် ရယ်မောပြောဆိုလျက် မေ့မေ့လျော့လျော့ နေလေသည်။ တယောက်ကား မမေ့မလျော့ အားထုတ်၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ခံရောက် လေ၏။ ထိုရဟန်းနှစ်ယောက်တို့သည် ဝါကျွတ်၍ မြတ်စွာဘုရားအထံ

၂၉။ အပ္ပမတ္တော ပမတ္တေသု၊

သုတ္တေသု ဗဟုဇာဂရော။

အဗလသံဝ သိဃဿော၊

ဟိတွာ ယာတိ သုမေဓဿော။

အနက်—

ပမတ္တေသု၊ မေ့လျော့သော သူတို့ထဲတွင်။ အပ္ပမတ္တော၊ မေ့လျော့ခြင်း မရှိသော။ သုတ္တေသု၊ အိပ်ပျော်၍နေသော သူတို့ထဲတွင်လည်း။ ဗဟုဇာဂရော၊ များစွာနိုးကြားတတ်သော။ သုမေဓဿော၊ သူတော်ကောင်း ပညာရှိသည်။ သိဃဿော၊ ကြီးဘိအားအင် လျင်မြန်သောမြင်းကောင်းသည်။ အဗလသံ၊ ကြန်အင်မစုံ ခွန်အားကုန်သော မြင်းပိန်ကို။ ဟိတွာ၊ နောက် မှာ ထားခဲ့၍။ ယာတိ ဣဝ၊ ရွှေသို့ရွှေောင်တက် သွားဘိသကဲ့သို့။ ပမတ္တံ၊ မေ့လျော့သောသူကို။ ဟိတွာ၊ အစမထင် အပြင် ကျယ်စွာ သံသရာအဝန်း၌ စွန့်ထားခဲ့၍။ ယာတိ၊ အမြတ်ဆုံးပိုင်း နိဗ္ဗာန်တိုင်းသို့ မဆိုင်းမနား လျင်စွာ သွားလေတော့သတည်း။

သို့ ရောက်ကြလည်ရှိသော် မေ့လျော့သောစုဟန်းကို ကဲ့ရဲ့တော်မူလို၍
“အပ္ပမတ္တော ပမတ္တသု” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာ ကဗျာ

၂၉။ မေ့လျော့သူထဲ မေ့ပဲနေသူ၊
အိပ်ပျော်သူထဲ အမြဲနိုးသူ၊
ရွှေသို့ရောက်ဘိ ကဝိဆိုသူ၊
မြင်းကျိုးရွှေ ရောက်လေ့ မြင်းပျံတူ။

29. Heedful amongst the heedless, wide awake amongst the slumbering, the wise man advances like a swift horse, leaving a weak jade behind.

စကားပြေ။ ။ မေ့လျော့နေသော သူတို့ထဲတွင် မေ့လျော့ခြင်းမရှိသော အိပ်ပျော်နေသော သူတို့ထဲတွင်လည်း များစွာ နိုးကြားတတ်သော သူတော်ကောင်းပညာရှိသည် အားအင်ပြင်းထန်လျင်မြန်သော မြင်းပျံသည် ကြန်အင်မစုံ ခွန်အားကုန်သော မြင်းပိန်ကို နောက်မှာထားခဲ့ပြီး ရွှေသို့ ရှောင်တက်ပြီး သွားသကဲ့သို့ သံသရာအနှံ့မှာ စွန့်ထားခဲ့၍ အမြတ်ဆုံးပိုင်းနိဗ္ဗာန်တိုင်းသို့ မဆိုင်းမနား လျင်စွာ သွားလေသည်။

heedful	မမေ့လျော့သူ
heedless	မေ့လျော့သူ
amongst	ထဲတွင်
wide awake	နိုးကြားသူ
advances	ရွှေ့ရောက်သည်
jade	ခြေကုန်လက်ပန်းကျသော မြင်း (မြင်းကျိုး)

၂၁။ မဃဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေသာလီပြည် ကုဋ္ဌာဂါရကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မဟာလိအမည်ရှိသော လိစ္ဆဝီမင်းသည်
သိကြားမင်းဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းတို့ကို မေးလျှောက်ရာတွင်....

- ၁။ မိဘကိုလုပ်ကျွေးခြင်း၊
- ၂။ ကြီးသူတို့ကို ရိုသေလေးစားခြင်း၊
- ၃။ ပြေပြစ်သောစကားကို ဆိုခြင်း၊
- ၄။ ကုန်းတိုက်သော စကားကို ပယ်ခြင်း၊
- ၅။ သစ္စာကို ဆိုခြင်း၊
- ၆။ ဝန်တို့ နှမြောကင်းခြင်း၊
- ၇။ အမျက်ဒေါသကို နှိမ်နင်းခြင်း၊

၃၀။ အပ္ပမာဒေန မဃဝါ၊
ဒေဝါနံ သေဠတံ ဂတော။
အပ္ပမာဒံ ပသံသန္တိ၊
ပမာဒေါ ဂရဟိတော သဒါ။

အနက်—

အပ္ပမာဒေန၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့လျော့ခြင်းကြောင့်။
မဃဝါ၊ မစလရွာ သညာမဃ လူလင်မှလျှင် ပြောင်းကြွ
ဖြစ်ခြင်း သိကြားမင်းသည်။ ဒေဝါနံ၊ နတ်တကာတို့ထက်။
သေဠတံ၊ ချီးမွမ်းပေအပ် မြတ်သည်၏အဖြစ်သို့။ ဂတော၊ ကေန
ထုတ်ချောက် ရောက်ရလေ၏။ အပ္ပမာဒံ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌
မမေ့လျော့ခြင်းကို။ ပသံသန္တိ၊ ချီးမွမ်းကုန်၏။ ပမာဒေါ၊
ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မေ့လျော့ခြင်းကို။ သဒါ၊ အခါခပ်သိမ်း။
ဂရဟိတော၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချအပ်၏။

ဤ သိကြားကျင့်ဝတ် တရား ခုနစ်ပါးကို ဟောတော်မူပြီး၍
“အပ္ပမာဒေန မဿဝါ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀။ သိကြားနတ်မင်း မေ့ကင်းလို့သာ၊
နတ်တကာထက် မြတ်ထက်မြတ်တာ၊
မမေ့လုပ်ငန်း ချီးမွမ်းဩဘာ၊
မေ့လျော့စွဲ အမြဲကဲ့ရဲ့မှာ။

30. By earnestness Maghavā rose to the lordship of the gods. Earnestness is ever praised; carelessness is ever despised.

စကားပြေ။ ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့လျော့ခြင်းကြောင့် သိကြားမင်းသည် နတ်တကာတို့ထက်မြတ်လျက် အကြီးအမှူး ဖြစ်လာ၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့လျော့ခြင်းကို ချီးမွမ်းအပ်၏။ မေ့လျော့ခြင်းကို အခါခပ်သိမ်း ကဲ့ရဲ့၏။

despised

စက်ဆုပ်ရွံ့ရှာသည် (ကဲ့ရဲ့သည်)၊ အထင်အမြင်
မှားသည်။

၂၂။ အညတရ ဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ရဟန်းတယောက်သည် မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်းယူ၍ တောသို့ဝင်ပြီးလျှင် စီးဖြန်းပါသော်လည်း အရဟတ္တဖိုလ်မရောက်နိုင်သောကြောင့် မြတ်စွာဘုရားအထံသို့ပြန်၍ အလာတိုင် တောမီးလောင်သည်ကိုမြင်၍ ဤမီးသည် လောင်စာတို့ကို ကျမ်းစေသကဲ့သို့ အရဟတ္တမဂ်သည် သံယောဇဉ်တို့ကို လောင်ကျွမ်းစေသည်ဖြစ်လိမ့်သာတည်းဟု

၃၁။ အပ္ပမာဒ ရတော ဘိက္ခု၊
ပမာဒေ ဘယဒဿိ ဝါ။
သံယောဇနံ အဏုံ ထူလံ၊
ဥဟံ အဂ္ဂိဝ ဂစ္ဆတိ။

အနက်—

အပ္ပမာဒရတော၊ အပ္ပမာဒတရား၌ မေ့လျော့သည်ဖြစ်၍။
ပမာဒေ၊ မေ့လျော့ခြင်း၌။ ဘယဒဿိ ဝါ၊ ဘေးဟု ရှုလေ့ရှိသော။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ အဏုံ ထူလံ၊ အငယ်အကြီးဖြစ်သော။ သံယောဇနံ၊ ယှဉ်ဖွဲ့နှောင်ရိုး ကြိုး၏အသွင် သံယောဇဉ်ကို။ အဂ္ဂိဝ၊ တောက်လောင်ညီးညီး မီးပုံကြီးကဲ့သို့။ ဥဟံ-ဥဟန္တော၊ သမုစ္ဆေဒ ပယ်ချဆောင်စွမ်း လောင်ကျွမ်းစေလျက်။ ဂစ္ဆတိ၊ နိဗ္ဗာန်တိုင်းသို့ မဆိုင်းမနား သွားရလေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၁။ မမေ့ခြင်း၌ ပျော်ပိုက်ဘိက္ခု၊
မေ့လျော့ပေါ့လစ် ဘေးဖြစ်ရှုကုန်၊
သံယောဇဉ်ဆိုး နှောင်ကြိုးမျိုးစုံ၊
မဂ်မီးမြှိုက် ရောက်ဆိုက်နိဗ္ဗာန်ဘုံ။

ဆင်ခြင်သည်ကို ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူလျက်ပင် မြတ်စွာဘုရားသခင် သိတော်မူ၍ ရောင်ခြည်တော်လွှတ်ပြီးလျှင် ထို ရဟန်း၏ရှေ့၌ တည်တံ့သကဲ့သို့ဖြစ်၍ “အပ္ပမာဒရတော ဘိက္ခု” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

31. The bhikkhu who delights in earnestness, and looks with fear on negligence, advances like fire, burning all fetters, great and small.

စကားပြေ။ ။မမေ့လျော့ခြင်း၌ မေ့လျော်၍ မေ့လျော့ခြင်းကို အပြစ် ဘေး(ကြောက်မက်ဖွယ်)ဟု ရှုလေ့ရှိသော ရဟန်းသည် လောင်စာ မှန်သမျှကို ကြီးကြီး ငယ်ငယ်မထား တောက်လောင်၍ သွားသော အလုံ့ညီးညီး မီးပုံကြီးကဲ့သို့ သံယောဇဉ် အနှောင်အဖွဲ့ ကြီးငယ်တို့ကို အရိယာမဂ်တည်းဟူသော မီးဖြင့် ရှို့မြှိုက်လျက် နိဗ္ဗာန် တိုင်းသို့ မဆိုင်းမနား လျင်စွာ သွားလေ၏။

delights
with fear
looks

မေ့လျော်သည်
အပြစ်ဘေးဟု၊ ကြောက်မက်ဖွယ်ဟု
ရှုလေ့ရှိသည်

၂၃။ နိဂမဝါသိ တိဿတ္ထေရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပဿေနဒီကောသလမင်း၊ အနာထပိဏ်သူဌေး
စသော သူတို့သည်၊ များစွာသော အလှူဒါနကို ပြုတော်မူသော်လည်း
သာဝတ္ထိပြည်သို့ မလာဘူးပဲ ဆွေမျိုးတို့၏ရွာ၌သာ ရသမျှဖြင့် ရောင်းရဲ

၃၂။ အပ္ပမာဒရတော ဘိက္ခု၊
ပမာဒေ ဘယဒဿိ ဝါ။
အဘဗ္ဗော ပရိဟာနာယ၊
နိဗ္ဗာနဿေဝ သန္တိကေ။

အနက်—

အပ္ပမာဒရတော၊ အပ္ပမာဒတရား၌ မွေ့လျော်သော။ ပမာဒေ၊
မွေ့လျော့ခြင်း၌။ ဘယဒဿိ ဝါ၊ ဘေးဟုရှုလေ့ရှိသော။ ဘိက္ခု၊
ရဟန်းသည်။ ပရိဟာနာယ၊ မဂ်ဖိုလ်တရား ဆုတ်ယုတ်သွားခြင်း
ငှါ။ အဘဗ္ဗော၊ မထိုက်။ နိဗ္ဗာနဿေဝ၊ ဘုရားရဟန္တာ ပျော်ရာ
ရပ်ဌာန် နိဗ္ဗာန်၏သာလျှင်။ သန္တိကေ၊ နီးကပ်ရလေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၂။ မမေ့ရှင်လန်း ရဟန်းထေရ်ရှင်၊
မွေ့လျော့ပေါ့ရေး ပြစ်ဘေးတွေ့မြင်၊
မဂ်ဖိုလ်ဆုလာဘ် လက်လွှတ်မထင်၊
နိဗ္ဗာန်ဓာတ် နီးကပ်လှသည်ပင်။

၍ နေသော နိဂမာဂါသီတိဿမထေရ်၏ သန္ဓေသကို(ရှေ့ရဲခြင်းကို) အကြောင်းပြု၍ “အပ္ပမာဒရတော ဘိက္ခု” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

32. The Bhikku who delights in earnestness, and looks with fear on negligence, is not liable to fall he is in the presence of Nibbāna.

စကားပြေ။ ။မမေ့လျော့ခြင်း၌ မေ့လျော်၍ မေ့လျော့ခြင်းကို (ကြောက်မက်ဖွယ်) ဘေးဟု ရှုလေ့ရှိသော ရဟန်းသည် မဂ်ဖိုလ်တရား ဆုတ်ယုတ်သွားခြင်းငှါ မထိုက်တော့ပဲ နိဗ္ဗာန်အမြတ် အအေးဓာတ်နှင့်သာ နီးကပ်ရလေ၏။

အပ္ပမာဒ ဝဂ်-မမေ့လျော့ခြင်းအုပ်စုပြီး၏။

liable
to fall
pr esence

ထိုက်သော၊ တာဝန်ရှိသော
ဆုတ်ယုတ်ခြင်း၊ ကျဆုံးခြင်း
အနီးအနား

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း (၃)

စိတ္တဝဂ်-စိတ်အုပ်စု

၂၄။ မေဃိယတ္ထေရာဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် စာလိယတောင်၌ နေတော်မူသော အခါ စိတ်အလိုသို့ လိုက်သော မေဃိယမထေရ်ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ဖန္ဒနံ စပလံ စိတ္တံ” ဂါထာနှင့် “ဝါရိဇောဝ တလေ ခိတ္တော” ဤနှစ် ဂါထာကိုဟောတော်မူသည်။

၃၃။ ဖန္ဒနံ စပလံ စိတ္တံ၊
ဒူရက္ခံ ဒုန္နိဝါရယံ။
ဥဇ္ဇိံ ကရောတိ မေဓာဝီ၊
ဥသုကာရောဝ တေဇနံ။

အနက်—

ဖန္ဒနံ၊ ရူပ သဒ္ဓစသည် အာရုံ ကာမဂုဏ်၌ တုန်လှုပ်တတ်သော။ စပလံ၊ ပြောင်းလဲလော်လည် အာရုံမတည်သော။ ဒူရက္ခံ၊ သမထ ဝိပဿနာ ဘာဝနာအတွက် စောင့်ရှောက်ခက်သော။ ဒုန္နိဝါရယံ၊ လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်ဘက် ပြေးမထွက်အောင် တားမြစ်နိုင်ခဲသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကောက် စိတ်ကြမ်း စိတ်သရမ်းကို။ ဥသုကာရော၊ မြားသမားသည်။ တေဇနံ၊ ကောက်သောမြားကို။ ဥဇ္ဇိံကရောတိ ဣဝံ၊ ဖြောင့်အောင်ပြုသကဲ့သို့။ မေဓာဝီ၊ ပညာရှိသည်။ ဥဇ္ဇိံ ကရောတိ၊ သမထ ဝိပဿနာ ဉာဏ်စွမ်းဖြင့် ဖြောင့်တန်းအောင် ပြုလေသတည်း။

၃၄။ ဝါရီဇောဝ ထလေ ခိတ္တော၊
 ဩကမောကတဥဗ္ဘတော။
 ပရိပ္ပန္နတိဒံ စိတ္တံ၊
 မာရဓေယျံ ပဟာတဝေ။

အနက်—

ဝါရီဇော၊ ရေပိုး ရေမှား ရေ၌ငါးသည်။ ဩကမော-
 ကတော၊ မိမိတည်ရာ ရေနေရာမှ။ ဥဗ္ဘတော၊ ထုတ်ဆယ်၍။
 ထလေ၊ ကုန်းပေါ်၌။ ခိတ္တော၊ တင်ပစ်လိုက်သည်ရှိသော်။
 ပရိပ္ပန္နတိ ဣဝံ၊ လူးလဲလှုပ်တုန် ဆတ်ဆတ်ခုန်သကဲ့သို့။ မာရဓေယျံ၊
 မာရ်သည်ထားအပ် ကိလေသဝဋ်ကို။ ပဟာတဝေ၊ ပယ်ဖြတ်
 ခြင်းငှါ။ ဣဒံ စိတ္တံ၊ ကာမဂုဏ်ဝယ် မြူးခုန်ပျော်ပါး ကျက်စား
 နေကြဖြစ်သော ဤစိတ်သည်။ ဩကမောကတော၊ ကာမဂုဏ်
 တည်းဟူသောရေမှ။ ဥဗ္ဘတံ၊ ထုတ်ဆယ်၍။ ထလေ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း
 ဘာဝနာ ကုန်းသာယာ၌။ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ ပရိပ္ပန္နတိ၊ ကာမဂုဏ်
 အရှိန်ဓာတ်ကြောင့် တဖျတ်ဖျတ် တုန်လှုပ် လေတော့သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၃။ တုန်လှုပ်မပြတ် စိတ်ဓာတ်လှုပ်ပေါ့၊
 စောင့်လို့တားလို့ ရဘို့ခက်သနော်၊
 မြားသမားများ မြားဖြောင့်သို့နှော်၊
 ပညာရှိ ဖြောင့်ဘိစိတ်ကောက်သော်။

33. The flickering, fickle mind, difficult to guard,
 difficult to control-the wise person straightens as a
 fletcher, an arrow.

flickering

တုန်လှုပ်နေသော

fickle

ပြောင်းလဲ လော်လည်သော

fletcher

တဖျတ်ဖျတ်တုန်လှုပ်သည်

စကားပြေ။ ။ (အဆင်း အသံစသောအာရုံ၌) အဖန်ဖန် တုန်လှုပ်တတ်သော ပြောင်းလဲလေ့လည်း အာရုံမတည်သော (သမထ ဝိပဿနာအတွက်) စောင့်စည်းရန် ခက်ခဲသော (လောကီအာရုံ-ကာမဂုဏ် ဘက်သို့ ပြေးမထွက်အောင်) တားမြစ်ထိန်းသိမ်းရန် ခဲယဉ်းသော ဤ စိတ်ကောက်ကို မြှားသမားသည် မြှားကို ဖြောင့်တန်းအောင် ပြုသကဲ့သို့ ပညာရှိသည်လည်း (သမထ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာဖြင့်) ဖြောင့်တန်းအောင် ပြုလေသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၄။ ကုန်း၌တင်ထား ရေငါးအသွင်၊
တုန်လှုပ်စိတ်ဓာတ် တဖျပ်ဖျပ်လျှင်၊
မာရ်မင်းနိုင်ငံ အမှန်လွတ်ချင်၊
ထိုစိတ်မြူး အထူးဘာဝနာတင်။

34. Like a fish that is drawn from its watery abode and thrown upon land, even so does this mind flutter, so should the realm of the passions be shunned.

စကားပြေ။ ။ ရေမှ ထုတ်ဆယ်၍ ကုန်းပေါ်သို့ ပြစ်တင်လိုက်သော ငါးတကောင်သည် လူးလဲလှုပ်တုန် ဆတ်ဆတ်ခန့် သကဲ့သို့ မာရ်မင်း၏ ကိလေသာနယ်မြေမှ လွတ်မြောက်ရန် ကာမဂုဏ် တည်းဟူသော ရေမှ ထုတ်ဆယ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ ကုန်းသာယာသို့ တင်လိုက်သော ဤစိတ်သည်လည်း (ကာမဂုဏ်အရှိန်ဓာတ်ကြောင့်) တဖျပ်ဖျပ် တုန်လှုပ်လေ၏။

၂၅။ အညတရ ဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရဟန်းတပါးသည် မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်းယူ၍ သာဝတ္ထိမြို့ ၏ ကျေးလက်ဖြစ်သော မာတိကရွာသို့ သွားလေသော် “မာတိကာ မာတာ” အနာဂါမ် ဒါယိကာမကြီးသည် ထိုရဟန်း၏ စိတ်အကြံကို သိ၍ ကြံစည်တောင့်တတိုင်း ရသာချိုချဉ်ဘောဇဉ်တို့ကိုပို့စေ၏။ ကိုယ် တိုင်လာလျှင် ကောင်းလေစွဟု ကြံလျှင်ကိုယ်တိုင်လာ၏။ ရဟန်းသည် ဤသို့ကြံ၏။ ဤဒါယိကာမကြီးကား ငါအကြံကိုသိ၏။ ငါသည် မကောင်းတာ ကြံမိလျှင် ခိုးထုပ်နှင့် တမ်းမိသော သူခိုးကဲ့သို့ အရှက် အိုးကြီးကဲ့ရာသည်ဟု ကြောက်ရွံ့သောကြောင့် မြတ်စွာဘုရား အထံ တော်သို့ ထွက်ပြေးခဲ့၍ အကြောင်းစုံကိုလျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည်

၃၅။ ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊
ယတ္ထကာမနိပါတိနော။
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊
စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

အနက်—

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ နှိမ်နင်းရန် ခက်ခဲသော။ လဟုနော၊ အပြစ် အပျက် လျင်မြန်သော။ ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ မျိုးနွယ်နိမ့်မြင့် သင့်မသင့်ကို မချင့်တုတ်တတ် အမှတ်မရှိ တွေ့မြင်ရာရာ ကာမဂုဏ် ၌ ကျရောက်လေ့ရှိသော။ စိတ္တဿ၊ စိတ်ကို။ ဒမထော၊ ဆုံးမ နိုင်ခြင်းသည်။ သာဓု၊ လောကီလောကုတ် မယုတ်ကျိုးကြောင်း မကောင်းလှပေ၏။ ဒန္တံ၊ ဆုံးမ၍ ယဉ်ကျေးပြီးသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ သုခါဝဟံ၊ လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ကျိုးဆက် ဆောင်ရွက်နိုင်ပေ သတည်း။

ထိုရဟန်းကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော” ဂါထာကိုဟော
တော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၅။ နှိမ်နင်းရန်ခက် ဖြစ်ပျက်လျင်ပို၊
နှိမ်မြင့်ကာမ သူကစွဲလို၊
စိတ်ကိုဆုံးမ ကောင်းလှသည်ဆို၊
ယဉ်ကျေးစိတ် ဆောင်မိတ်ချမ်းသာကို။

35. The mind is hard to check, swift, flits wherever
it lists to control of which is good; a controlled mind
is conducive to happiness.

စကားပြေ။ ။ စိတ်သည် နှိမ်နင်းရန် ခက်ခဲ၏။ အဖြစ်အပျက် လျင်မြန်
၏။ တွေ့မြင်ရာရာ ကာမဂုဏ်၌ တိမ်းစောင်းကာ
ရိပ်ကနဲ ကျရောက်တတ်၏။ ၎င်းစိတ်ကို နှိမ်နင်းဆုံးမသော သူသည်
ကောင်းမြတ်၏။ ဆုံးမ၍ ယဉ်ကျေးသောစိတ်သည် (လူနတ်နိဗ္ဗာန်
သုံးတန်သော) ချမ်းသာကို ဆောင်လေ၏။

to check

flits

lists

is conducive

နှိမ်နင်းရန်

ရိပ်ကနဲ ရွှေ့သွားသည်

တိမ်းစောင်းသည်

ဆောင်သည်၊ အားပေးသည်

၂၆။ ဥက္ကဏ္ဍိတဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်း၌ နေ
တော်မူသောအခါ သူဌေးတယောက်သည် သာသနာတော်၌ ရဟန်း
ပြု၍ ဆရာဥပဇ္ဈာယ်တို့ ပြောဟောအပ်သော သုတ်အဘိဓမ္မာ၌လာ
သော ကျင့်ရေး ကျင့်ရာ ကျင့်ခန်း ဝိနည်းလာသော ကျင့်ရေး ကျင့်ရာ
ကျင့်ခန်းများကိုကြားလျှင် သာသနာတော်၌ပြုဘွယ်ကိစ္စများပြား၏။

၃၆။ သုဒ္ဓဒ္ဓသံ သုနိပုဏ်၊
ယတ္ထကာမနိပါတိနံ။
စိတ္တံ ရက္ခေယ မေဓာဝီ၊
စိတ္တံ ဂုတ္တံ သုခါဝဟံ။

အနက်—

သုဒ္ဓဒ္ဓသံ၊ အလွန်မြင်နိုင်ခဲ့စွာထသော။ သုနိပုဏ်၊ အလွန်
သိမ်မွေ့လှစွာသော။ ယတ္ထကာမနိပါတိနံ၊ မျိုးနွယ် နိမ့်မြင့်
သင့်မသင့်ကို မချင့်တွက်တတ် အမှတ်မရှိ တွေ့မြင်ရာရာ
ကာမဂုဏ်၌ ကျရောက်လေ့ရှိသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ မေဓာဝီ၊
ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိသည်။ ရက္ခေယ၊ ထိန်းသိမ်းစောင့်
ရှောက်ရာ၏။ ဂုတ္တံ၊ ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်အပ်ပြီးသော။
စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ သုခါဝဟံ၊ လူ နတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ချမ်းသာ
မြှိုက်ရသာကို ကောင်းစွာဆောင်ရွက် နိုင်ပေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၆။ သိမ်မွေ့လှနိကဲ မြင်နိုင်ခဲ့သည်၊
နိမ့်မြင့်ကာမ သူကစွဲမှီ၊
စိတ်ကိုစောင့်ဘိ ပညာရှိသည်၊
စိတ်လုံက သုခဆောင်ရွက်ပြီ။

နေနိုင်စရာမရှိ လူထွက်တော့အံ့ဟုကြံ၍ မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ရာ
တွင် ထိုရဟန်းကိုဆုံးမခြင်းငှါ “သုဒ္ဓဒ္ဓသံ သုနိပုဏ်” ဂါထာကို ဟော
တော်မူ၏။

36. The mind is very hard to perceive, extremely subtle, flits wherever it lists; let the wise person guard it; a guarded mind is conducive to happiness.

စကားပြေ။ ။စိတ်သည် အလွန်သိမ်မွေ့၍ အလွန်မြင်နိုင်ခဲ၏။ (မျိုး
နွယ် နိမ့်မြင့် သင့်မသင့်ကို မချင့်တက်ပဲ) တွေ့မြင်ရာရာ
ကာမဂုဏ်၌ ရိပ်ကနဲ တိမ်းစောင်း ကျရောက်တတ်၏။ ၎င်းစိတ်ကို ပညာရှိ
သည် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရာ၏။ စောင့်ရှောက်အပ်သောစိတ်သည်
(လူ နတ် နိဗ္ဗာန်သုံးတန်သော) ချမ်းသာကို ဆောင်၏။

perceive
extremely
subtle

သိမြင်သည်
လွန်စွာ
သိမ်မွေ့သော

၂၇။ သံသရက္ခိတဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ “သံသရက္ခိတ” ရဟန်းငယ်သည် ဆရာဥပဇ္ဈာယ်ကို ယပ်ခတ်၍ နေစဉ်တွင် ဤသို့ကြံ၏။ ငါသည် ဖျင်ရှစ်တောင်ကိုရောင်း၍ ဆိတ်မဝယ်ပြီး၊ ဆိတ်မကမ္မေးသော ဆိတ်ငယ်ကိုရောင်း၍ ဥစ္စာစုပြီးလျှင် မယားယူမည်၊ သားရလျှင် သားမယားနှင့်အတူ လှည်းယာဉ်စီး၍ ဥပဇ္ဈာယ်ထံသို့ ကန်တော့လာမည်၊ လမ်းခရီးဝယ် သားငယ်သည် လှည်းပေါ်မှကျ၍ သေဆုံးခဲ့သော် မယားကိုစိတ်ဆိုး၍ နှင်တံဖြင့် ရိုက်မည်ဟုကြံစည်လျက် ရိုက်လိုက်လျှင် ဥပဇ္ဈာယ်၏ ဦးခေါင်းတော်ကို ယပ်ဖြင့်ခပ်မိလေ၏။ ရဟန္တာမထေရ် ဥပဇ္ဈာယ်သည် ရဟန်းငယ်၏ စိတ်ကိုသိ၍ ရဟန်းငယ် သင့်မယားသာ ရိုက်ပါ။ ငါမထေရ်ကို မရိုက်ပါနှင့်ဟု မိန့်တော်မူလျှင် ဥပဇ္ဈာယ်သည် ငါ့စိတ်ကို သိလေပြီဟု

၃၇။ ဒုရင်္ဂမံ ကေစရံ၊
အသရီရံ ဂုဟာသယံ။
ယေ စိတ္တံ သံယမိဿန္တိ၊
မောက္ခန္တိ မာရဗန္ဓနာ။

အနက်—

ဒုရင်္ဂမံ၊ ဝေးသော အာရုံသို့လည်း ပြေးသွားတတ်သော။
ကေစရံ၊ ဥပါဒ်ဌီဘင် အစဉ်ကင်းပြုတ် တခုချုပ်ပြီးမှ တခုဖြစ်
ထသော။ အသရီရံ၊ ကိုယ်ကောင် အလည်ခြေမဟူ၍လည်း မရှိ
ထသော။ ဂုဟာသယံ၊ နှလုံးတည်းဟူသော လိုက်ဂူဝယ် မှီတွယ်၍
ဖြစ်ထသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ ယေ၊ အကြင်သူတို့သည်။ သံယ-
မိဿန္တိ၊ လုံခြုံစွာထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်နိုင်ကုန်၏။ တေ၊ ထို
သူတို့သည်။ မာရဗန္ဓနာ၊ ကိလေသာမီးလျှံ ပြင်းထန်သော
အနှောင်အဖွဲ့မှ။ မောက္ခန္တိ၊ လွတ်မြောက်ကြကုန်၏။

ရှက်ကြောက်သည်ဖြစ်၍ ထွက်ပြေးရာတွင် ရဟန်းတို့ဆွဲငင်၍ ဘုရားထံ
သို့ ပို့ကြရာ ဘုရားရှင်သည် ထိုရဟန်းငယ်ကို ဆုံးမခြင်းငှာ “ဒုရဂ်မံ
ဧကစာရံ”ကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၇။ ခုချုပ် ခုဖြစ် ဝေးလစ်စိတ်ပေ၊
ကိုယ်ကောင်ဆိတ်သည်း နှလုံးဂူပျော်၊
စိတ်ကိုစောင့်က မြတ်လှသူတော်၊
မာရ်နှောင်ဖွဲ့ တကဲ့လွတ်ပြီနော်။

37. Faring far, wandering alone, bodiless, lying in
the cave is the mind; those who subdue it are freed
from the bond of Māra.

စကားပြေ။ ။ စိတ်သည် ဝေးရာအရပ်၌ရှိသော အာရုံသို့လည်း သွား
ရောက်တတ်၏။ တခုချုပ်ပြီးမှ တခုဖြစ်လေ့ရှိ၏။
ကိုယ်ကောင်အထည်ဒြပ်ဟူ၍လည်းမရှိ၊ နှလုံးတည်းဟူသော လိုဏ်ဂူဝယ်
မှီတွယ်ဖြစ်ပေ၏။ ထိုစိတ်ကို ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်နိုင်သော သူတို့
သည် ကိလေသာမာရ် ကိုယ်တွင်းရန် အနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်မြောက်ကြ
ကုန်၏။

၂၈။ စိတ္တဟတ္ထတ္ထရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
စိတ်အလိုလိုက်ကာ ခုနစ်ကြိမ်တိုင်အောင်လူထွက်၍ ရဟန်းပြုသော

၃၈။ အနဝဋ္ဌိတစိတ္တဿ၊
သဒ္ဓမ္မံ အဝိဇာနတော။
ပရိပ္ပဝပသာဒဿ၊
ပညာ န ပရိပ္ပရတိ။

အနက်—

အနဝဋ္ဌိတစိတ္တဿ၊ အမြဲမတည်သော စိတ်ရှိသော။ သဒ္ဓမ္မံ၊
သူတော်ကောင်းတရားကို။ အဝိဇာနတော၊ ပညာမျက်စိ မမြင်
မသိသော။ ပရိပ္ပဝပသာဒဿ၊ မမြဲအမှန် ဖောက်ပြန် ပျက်စီး
လွယ်သော သဒ္ဓါတရားရှိသော။ ပုဂ္ဂလဿ၊ ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ပညာ၊
လောကီ လောကုတ် မယုတ်ကောင်းကျိုး ပြည့်ဖို့ဝေဆာ
ညစ်ပညာသည်။ န ပရိပ္ပရတိ၊ မပြည့်သည်သာတည်း။

၃၉။ အနဝဿုတစိတ္တဿ၊
အနန္ဒာဟတစေတသော။
ပုညပါပပဟိနဿ၊
နတ္ထိ ဇာဂရတော ဘယံ။

အနက်—

အနဝဿုတစိတ္တဿ၊ ရာဂတည်းဟူသော မိုး သွန်းဖို့ဖွင့်လှစ်
မစိုစွတ်သော စိတ်လည်းရှိသော။ အနန္ဒာဟတစေတသော၊
ဒေါသအမျက် မဖျက်မဆီး စိတ်လည်းရှိသော။ ပုညပါပ-
ပဟိနဿ၊ ကောင်းမှု မကောင်းမှုကို ပယ်ပြီးသော။ ဇာဂရတော၊
မောဟတည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှ နိုးကြားသောသူအား။
ဘယံ၊ ထိတ်လန့် ကြောက်ရွံ့စရာ ဘေးဘယာသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ
တော့သည်သာတည်း။

စိတ္တဟတ္ထမထေရ်သည် နောက်ဆုံး ရဟန်းပြုရာတွင် ရဟန္တာအဖြစ်သို့
ရောက်၍ သာသနာတော်၌ ပျော်မွေ့ကြောင်းကို ရဟန်းတို့အားပြော
၏။ ရဟန်းတို့သည် မယုံကြည်၍ မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ရာတွင်

မြန်မာကဗျာ

၃၈။ တည်ကြည်ဖြောင့်မတ် စိတ်ဓာတ်မဝင်၊
သူတော်ဓမ္မ လုံးဝမမြင်၊
သဒ္ဓါတရား လှုပ်ရှားသူတင်၊
ပညာကြည့် မပြည့်စုံသေးပင်။

38. He whose mind is not steadfast, he who knows not the true Doctrine, he whose confidence wavers—the wisdom of such a one will never be perfect.

စကားပြေ။ ။ တည်ကြည်ဖြောင့်မတ်သော စိတ်လည်းမရှိ သူတော်
ကောင်းတရားကိုလည်းမသိ ယုံကြည်သော သဒ္ဓါစိတ်
ကိုလည်း (ရိုက်ခတ်ထားသကဲ့သို့) တုန်လှုပ်ချောက်ချားနေသောသူအား
လောကီ လောကုတ္တရာ အဖြာဖြာသော ပညာသည် ဘယ်သောအခါမှ
မပြည့်ပေ။

steadfast

တည်ကြည်သော

wavers

ယိမ်းယိုသည်၊ တုန်လှုပ်သည်

“အနုဝဋ္ဌိတစိတ္တဿ” ဂါထာနှင့် “အနုဝဿုတစိတ္တဿ” နှစ်ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၉။ ရာဂမိုးစွတ် စိတ်ဓာတ်မတည်၊
ဒေါသဖျက်သည့် စိတ်မရှိသည်၊
ကောင်း မကောင်းစိတ် ကင်းဆိတ်လေသည်၊
သူနိုးကြား ဘေးများမရှိပြီ။

39. He whose mind is not wetted (by lust), he who is not affected (by hatred), he who has discarded both good and evil- for such a vigilant one there is no fear.

စကားပြေ။ ။ ရာဂဖြင့်လည်း စိတ်စွတ်သောစိတ်မရှိ ဒေါသဖြင့်လည်း ပျက်စီးသော စိတ်မရှိ ကောင်းမှု နှစ်မျိုးလုံးကိုပယ်ပြီး လျှင်(မောဟဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှ) နိုးသောသူအား ထိတ်လန့် ကြောက်ရွံ့စရာဘေးမရှိတော့ပေ။

discarded
vigilant

ပယ်ရှားသည်
နိုးကြားသော

၂၉။ ပဉ္စသတဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ ငါးရာသော ရဟန်းတို့သည် မြတ်စွာဘုရားအထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်းယူ၍ မဟာဝါသရွာ၏အနီးဖြစ်သော တောအုပ်ကြီးသို့ သွားကုန်သော ရဟန်းတို့သည် ကြောက်ဖွယ်မျိုးစုံပြုလျက် ရုက္ခစိုးနတ်တို့ ခြောက် လှန့်သောကြောင့် မြတ်စွာဘုရားထံ ပြန်ခဲ့ကြ၍ အကြောင်းကို လျှောက်လေသော် ဘုရားရှင်သည် မေတ္တသုတ်ကို ဟောတော်မူ၍ ထိုတောအုပ်သို့ပင် ပြန်လွှတ်တော် မူလိုက်၏။ ရဟန်းတို့သည် မေတ္တ သုတ် ပရိတ်ကို ရွတ်ဆိုခြင်းဖြင့် ဘေးရန်ကင်း၍ စိတ်တည်ကြည်သဖြင့် ဝိပဿနာရှုလျက် နေကုန်သောရဟန်းတို့အား ဘုရားရှင်သည် ယူဇနာ တရာ ခရီးကွာသော ဇေတဝန်ကျောင်းတော်မှ ချောင်ခြည်တော်

၄၀။ ကုမ္ဘုပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတုံ။

နဂရူပမံ စိတ္တမိဒံ ဌပေတုံ။

ယောဓေထ မာရံ ပညာဝုဓေန၊

ဇိတဉ္စ ရက္ခေ အနိဝေသနော သိယာ။

အနက်—

ဣမံ ကာယံ၊ ဤခန္ဓာကိုယ်ကို။ ကုမ္ဘုပမံ၊ အိုးနှင့်တူစွာ မကြာမရှည် ပျက်တတ်သည်ဟု။ ဝိဒိတုံ၊ အမှန်ဉာဏ်ဖြင့် သိ၍။ ဣဒံ စိတ္တံ၊ ဤဝိပဿနာစိတ်ကို။ နဂရူပမံ၊ ရန်မဝင်နိုင် ကြံ့ခိုင်ပြီးစီး မြို့ကြီးသဖွယ်။ ဌပေတုံ၊ ဖြစ်စေ၍။ ပညာ-
ဝုဓေန၊ ပညာတည်းဟူသောလက်နက်ဖြင့်။ မာရံ၊ ကိလေသာ
မာရ် ရန်သူအပေါင်းကို။ ယောဓေထ၊ စစ်ထိုးကုန်ရာ၏။
ဇိတဉ္စ၊ အောင်၍ရအပ် ဈာန်သမာပတ်ကိုလည်း။ ရက္ခေ၊ အဖန်
တလဲလဲ အမြဲမကွာ စောင့်ရှောက်ပေရာ၏။ အနိဝေသနော စ၊
ဈာန်ချမ်းသာ၌ သာယာ ကပ်ငြိခြင်းမရှိသည်လည်း။ သိယာ၊
ဖြစ်ရာ၏။

ခြောက်သွယ်လွှတ်၍ ထိုရဟန်းတို့၏ မျက်မှောက်ဝယ် တည်တော်မူသကဲ့သို့ဖြစ်၍ ဆုံးမတော်မူလိုရကား “ကုမ္ဘုပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတူ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀။ ခန္ဓာကိုယ်ကြည် အိုး၏သဏ္ဌာန်၊
မရှည်ကြာလတ် ပျက်တတ်သိရန်၊
ခံတပ်မြို့လား စိတ်အားစောင့်ပြန်၊
ဉာဏ်လက်နက် တိုက်ဖျက်ကိလေမာရ်။
အောင်မြင်ပြီးလတ် စောင့်ကြပ်ထိုဉာဏ်၊
သာယာဘိ ကပ်ငြိမနေရန်။

40. Realizing that this body is (as fragile) as a jar, establishing his mind (as firm) as a (fortified) city, he should attack Māra with the weapon of wisdom; he should guard his conquest, and be without attachment.

စကားပြေ။ ။ဤခန္ဓာကိုယ်သည် မြေအိုးအလား ပျက်စီးတတ်သည် ဟု သိ၍ ဤမိမိစိတ်ကိုလည်း ခံတပ်မြို့အလား (ရန်သူများ မဝင်ရောက်နိုင်ရန်) စောင့်ရှောက်ပြီးလျှင် ပညာလက်နက်ဖြင့် ကိလေသာမာရ် ကိုယ်တွင်းရန်ကို ချေမှုန်းဖျက်ခွင်း စစ်ခင်းရာ၏။ အောင်မြင်ပြီးသော ဉာဏ်ကိုလည်း စောင့်ရှောက်ရာ၏။ ရပြီးသော ချမ်းသာမှုကို သာယာကပ်ငြိ၍ မနေရာ။

fragile

firm

fortified city

attachment

ကျိုးပဲ့လွယ်သော၊ ပျက်စီးလွယ်သော

ခိုင်ခံ့သော

ခံတပ်မြို့

သာယာကပ်ငြိခြင်း

၃၀။ ပူတိဂတ္တတိဿတ္ထေရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည်၌နေတော်မူသောအခါ
ကဿပဘုရားလက်ထက် ငှက်ခတ်မုဆိုးဖြစ်ခဲ့ဘူးသော အကုသိုလ်၏
ဝိပါက်ကြွင်းကြောင့် တကိုယ်လုံး အနာဖူးပေါက်၍ ကာလတာရှည်
သွေးပြည်လိမ်းကျံ နံစော်ညှိပုပ် စက်ဆုတ်ဖွယ်ရှိသော ပူတိဂတ္တ

၄၁။ အစိရံဝတ'ယံ ကာယော၊
ပထဝီ အဓိသေဿတိ။
ဆုဒ္ဓေါ အပေတဝိညာဏော၊
နိရတ္ထံ ကလိဂံရံ။

အနက်—

အယံကာယော၊ အလျားတလံ အနံတထွာမျှသာရှိသော
ဤခန္ဓာကိုယ်သည်။ အစိရံ၊ မကြာမြင့်မီ။ အပေတဝိညာဏော၊
ဇီဝိန်ချုပ်ခြင်း ဝိညာဏ်ကင်းသည်ရှိသော်။ ဆုဒ္ဓေါ၊ ငဲ့ကွက်
တွယ်တာ ညာတာမဝံ ပစ်စွန့်အပ်သည်ဖြစ်၍။ နိရတ္ထံ၊ အသုံး
မကျသော။ ကလိဂံရံ၊ ထင်းတုံး (ထင်းဖွဲ့) ကဲ့သို့။ ပထဝီ၊
မြေပြင်ထက်၌။ အဓိသေဿတိ၊ ခင်မင်သူကင်း စွန့်ပစ်ခြင်းဖြင့်
တကိုယ်ချင်း အိပ်ရလတုံသည် တကား။

မြန်မာကဗျာ

၄၁။ မကြာမှီပ ကာယခန္ဓာ၊
ဝိညာဏ်ကင်းက ပစ်ရမည်သာ၊
မြေပေါ်ပက်လက် အိပ်စက်ရမှာ၊
မဝင်သုံး ထင်းတုံးကဲ့ပမာ။

မထေရ်ကို ကိုယ်တော်တိုင် ပြုစုတော်မူ၍ ဆုံးမတော်မူလိုရကား
 “အစိရုံဝတ’ယံ ကာယော” ဂါထာတော်ကို ဟောတော်မူသည်။

41. Before long, alas! this body will lie upon the ground; cast aside, devoid of consciousness, even as a useless log.

စကားပြေ။ ။ (အလျားတလံ အနံတထွာမျှသာရှိသော) ဤခန္ဓာ
 ကိုယ်သည် မကြာမီအတွင်း ဝိညာဏ်ကင်း၍ စွန့်ပစ်
 ခြင်းသို့ရောက်ပြီးလျှင် အသုံးမကျသော ထင်းတုံးကဲ့သို့ မကြာမီအတွင်း
 မြေတွင်းဆင်း၍ ကျောခင်းပက်လက် အိပ်စက်ရတော့လတုံ။

cast aside

စွန့်ပစ်သည်

devoid

ကင်းသော

consciousness

သိမြင်ခြင်း၊ ဝိညာဏ်

၃၁။ နန္ဒဂေါပါလကဝိတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
ရန်သူမုဆိုးသည် သတ်၍ သေနေသော နန္ဒ နွားကျောင်းသားကို

၄၂။ ဒိသော ဒိသံ ယံ တံ ကယိရာ၊
ဝေရီ ဝါ ပန ဝေရိနံ။
မိစ္ဆာပဏိဟိတံ စိတ္တံ၊
ပါပိယော နံ တတော ကရေ။

အနက်—

ဒိသော၊ ခိုးသူတယောက်သည်။ ဒိသံ၊ ခိုးသူတယောက်ကို။
ဝါပန၊ တနည်းသော်ကား။ ဝေရီ၊ ရန်သူတယောက်သည်။
ဝေရိနံ၊ ရန်သူတယောက်ကို။ ဒိသော၊ တွေ့မြင်၍။ ဝါ၊ တွေ့မြင်
သည်ရှိသော်။ ယံ တံ၊ အကြင်အကျိုးမဲ့ကို။ ကယိရာ၊ ဤဘဝ
တွင်သာ ပြုနိုင်လေရာ၏။ တတော၊ ထိုအကျိုးမဲ့ကို ကြံစည်သော
သူခိုးရန်သူထက်။ မိစ္ဆာပဏိဟိတံ၊ မိစ္ဆာဖြစ်ကြောင်း မကောင်း
သဖြင့် ဆောက်တည်အပ်သော။ စိတ္တံ၊ အကုသိုလ်စိတ် ရန်ထိပ်
ပိတ်သည်။ နံ အတ္တာနံ၊ ထိုမိမိကိုယ်ကို။ ပါပိယော၊ ဘဝများ
စွာ သံသရာဝယ် တကယ်ယုတ်မာအောင်။ ကရေ၊ ပြုနိုင်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၂။ တယောက်သူခိုး ရန်ညှိုးဆွယ်လာ၊
တယောက်ခိုးခိုက် မြင်လိုက်သောခါ၊
ကျိုးမဲ့ပြုငြား မိုက်မှားစိတ်မှာ၊
မိမိအား ဆက်ပွားဖြစ်လေရာ။

အကြောင်းပြု၍ “ဒိသော ဒိသံ ယံ တံ ကယိရာ” ဂါထာကို ဟောတော်
မူ၏။

42. Whatever (harm) a foe may do to a foe, or a hater
to a hater, an ill-directed mind can do one far greater
(harm).

စကားပြေ။ ။ ခိုးသူတယောက်သည် ခိုးသူတယောက်ကို သို့မဟုတ်
ရန်သူတယောက်သည် ရန်သူတယောက်ကို မြင်သော်
အကျိုးမဲ့ ဖျက်ဆီးညှဉ်းပန်းခြင်းကို ပြုရာ၏။ (ဤသို့ ဖျက်ဆီးနှိပ်စက်
ညှဉ်းပန်းခြင်းသည် ဤဘဝ၌သာ ပြုလုပ်နိုင်၏။) ရန်သူထက် ယုတ်မာ
ညစ်ကျမကောင်းမှု၌ တည်သောစိတ်သည် (မိမိကို) (ဘဝများစွာ
သံသရာဝယ်) ဖန်ဖန်ထပ်ထပ် တရစပ်လည်အောင် ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်နိုင်
လေ၏။

၃၂။ သောရေယျဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ အရှင်ကစ္စညးမထေရ်ကို ပြစ်မှားသော သောရေယျသုဋ္ဌေးသားသည် ပြစ်မှားမိသော ခဏ၌ပင် မိန်းမဖြစ်၍ သားနှစ်ယောက် မွေးကာမှ မထေရ်ကိုကန်တော့၍ ယောကျ်ား ဖြစ်ပြန်သည့်ရှိသော် မထေရ်၏ ထံ၌ ရဟန်းပြု၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ရောက်လေ၏။ ထိုအခါ ရဟန်းတို့က ယောကျ်ားဖြစ်စဉ်က ရသည့် သားနှစ်ယောက်နှင့် မိန်းမဖြစ်မှ ရသော သားနှစ်ယောက်တို့တွင် အဘယ်သားကို သင်သာ၍ ချစ်သနည်းဟု မေးကြကုန်လျှင် ပုထုဇဉ်တုန်းကကဲ့သို့ မပြောပဲ သား

၄၃။ န တံ မာတာ ပိတာ ကယိရာ၊
အညေ ဝါပိ စ ဉာတကာ။
သမ္မာပဏိဟိတံ စိတ္တံ၊
သေယျသော နံ တတော ကရေ။

အနက်—

တံ သုခံ၊ ထိုလူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ချမ်းသာကို။ မာတာ စ၊ မိခင်ကလည်း။ န ကယိရာ၊ ပြုမပေးနိုင်ရာ။ ပိတာ စ၊ ဘခင်ကလည်း။ န ကယိရာ၊ ပြုမပေးနိုင်ရာ။ အညေ၊ မိခင်ဘခင်မှ တပါး ကုန်သော။ ဉာတကာ ဝါပိ၊ ဆွေမျိုးပေါက်ဖော် တော်စပ်သော သူတို့သည်လည်း။ န ကရေယျံ၊ ပြုမပေးနိုင်ကုန်ရာ။ သမ္မာပဏိဟိတံ၊ ကောင်းစွာ ဆောက်တည်အပ်သော။ စိတ္တံ၊ ဆွေမျိုးထိပ်ပိတ် ကုသိုလ်စိတ်သည်။ ဗာတော၊ မိဘဆွေမျိုးထက်။ နံ-ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ သေယျသော၊ ပိုလွန်တက်၍ မြင့်ထက် မြင့်ကာ ချမ်းသာသူ အကျိုးရအောင်။ ကရေ၊ စွမ်းဆောင် ပြုပေး နိုင်လေသည်။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ-၆

လေးယောက်လုံးကိုပင် ချစ်ခြင်းမရှိဟု ပြောသော် မယုံကြည်၍ ဘုရား
ကိုလျှောက်ရာတွင် ချစ်သားတို့ ဤရဟန်းသည် ဆွေမျိုးညာတိမိဘတို့
မပေးနိုင်သော အရဟတ္တမဂ်ကို ရလေပြီးဖြစ်၍ ချစ်ခြင်းမုန်းခြင်းမရှိဟု
မိန့်တော်မူ၍ “န တံ မာတာ ပိတာ ကယိရာ” ဂါထာကိုဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၃။ လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ချမ်းသာ၊
မိဘမျိုးစု မပြုနိုင်ပါ၊
ကောင်းစွာတည်မှု စိတ်ကုသလာ၊
ဆွေမျိုးထက် မြင့်တက်ပြုနိုင်တာ။

43. What neither mother nor father, nor any other relative can do, a well-directed mind does and thereby elevates one.

စကားပြေ။ ။ လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ချမ်းသာကို မိခင်လည်း ပြုမပေး
နိုင် ဘခင်လည်း ပြုမပေးနိုင်၊ ထိုမှတစ်ပါးသော ဆွေမျိုး
မိတ်သင်္ဂဟလည်း ပြုမပေးနိုင်၊ ကောင်းစွာ ဆောက်တည်အပ်သော
ကုသိုလ်စိတ်သည် မိဘဆွေမျိုးထက် ပိုမိုလွန်ဟက်၍ မြင့်ထက်မြင့်ကာ
လူနတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်ချမ်းသာတိုင်အောင် စွမ်းဆောင်ပြုပေးနိုင်၏။

စိတ္တဝဂ်-စိတ်အုပ်စုပြီး၏။

elevates

thereby

မြင့်မားစေသည်၊ မြှောက်ပေးသည်
သို့အားဖြင့်၊ သို့ဖြစ်၍ (ထိုထက်)

မုဒ္ဒဂိတိကာ

အခန်း (၄)

၄။ ပုပ္ဖဝဂ်—ပန်းအုပ်စု

၃၃။ ပဉ္စသတဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
ဤမည်သော ရွာဌာနတို့၌ မြေကောင်းသည် ညီညွတ်သည် စသည်ဖြင့်

၄၄။ ကော ဣမံ ပထဝီံ ဝိစေသတိ၊
ယမလောကဉ္စ ဣမံ သဒေဝကံ။
ကော ဓမ္မပဒံ သုဒေသိတံ၊
ကုသလော ပုပ္ဖမိဝ ပစေသတိ။

အနက်—

ကော၊ အဘယ်သူသည်။ ဣမံ ပထဝီံ၊ ဤကိုယ်ခန္ဓာ တည်း
ဟူသော မြေကြီးကို။ ဝိစေသတိ၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ဝေဖန်
ရွေးချယ်နိုင်လတုံနည်း။ ယမလောကဉ္စ၊ ယမမင်းပိုင် အပါယ်ဟု
ဆိုအပ်သော တိုင်းခရိုင်ကို၎င်း။ သဒေဝကံ၊ နတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်
နှင့် တကွသော။ ဣမံ၊ ဤလူ့ပြည်ကို၎င်း။ ကော၊ အဘယ်သူ
သည်။ ဝိစေသတိ၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ဝေဖန်ရွေးချယ်နိုင်
လတုံနည်း။ ကုသလော၊ ပန်း၌နားလည် ပန်းသည်သည်။ ပုပ္ဖံ၊
အခိုင်အရံ ပွင့်ငုံအပြား ပန်းအမျှားကို။ ဝိစေယု ဣဝံ၊ မကောင်း
ကိုပယ် ကောင်းရာသယ်လျက် ရွေးချယ်ဘိသကဲ့သို့။ သုဒေသိတံ၊
ကောင်းစွာဟောကြားတော် မူအပ်သော။ ဓမ္မပဒံ၊ တရားတော်
အစုကို။ ကော၊ အဘယ်သူသည်။ ပစေသတိ၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်
ဖြင့် စိစစ် ဝေဖန်နိုင်ပါအံ့နည်း။

ပြောဆိုနေကြကုန်သော ရဟန်းငါးရာတို့အား အပြင်အပမြေကို ကြံ၍
အကျိုးမရှိ မိမိခန္ဓာ အဇ္ဈတ္တမြေကိုသာ ကြံကုန်လော့ဟု မိန့်တော်မူ၍

မြန်မာကဗျာ

၄၄။ ခန္ဓာမဟီး မြေကြီးနှင့်ကွယ်၊
အပါယ်နတ် စ ဗြဟ္မာ့လူနယ်၊
ကောင်းစွာဟောပြု မေ့သုံးသွယ်။
ရွေးချယ်ရေး ဖြေပေးဘယ်သူကွယ်၊
ပန်းကိုရွေး ကုံးပေးပန်းသည်နယ်။

44. Who will conquer this earth (self), and this realm of Yama, and this world together with the gods? Who will investigate the well-taught Path of Virtue, even as an expert (garland-maker) will pluck flowers?

စကားပြေ။ ။ အဘယ်သူသည် ဤခန္ဓာကိုယ် မြေကြီးနှင့် ယမမင်းပိုင်
အပါယ်တိုင်းခရိုင် အပြင် နတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်နှင့်
တကွ ဤလူ့ပြည်လောကကို အောင်မြင်နိုင် (စိစစ်နိုင်) ပါအံ့နည်း၊ ပန်း၌
နားလည် ပန်းကုံးသည်၊ ပန်း၏ ကောင်းမကောင်းကို ရွေးချယ်ဆုတ်ခူး
သကဲ့သို့ ကောင်းစွာ ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားတော်အစုကို
အဘယ်သူသည် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်အစွမ်းဖြင့် စိစစ်ဝေဖန်နိုင်ပါအံ့နည်း။

investigate
path of virtue
pluck
expert

စိစစ်ဝေဖန်သည်
တရားတော်စု ပါရမီစုံ (ပါရမီလမ်း)
ဆုတ်ခူးသည်
နားလည်သော၊ အထူးကျင်လည်သော

“ကော ဣမံ ပထဝိံ ဝိစေဿတိ” “သေခေါ ပထဝိံ ဝိစေဿတိ” နှစ်ဂါ
ထာကို ဟောတော်မူသည်။ ရဟန်းငါးရာတို့သည် ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တနှင့်

၄၅။ သေခေါ ပထဝိံ ဝိစေဿတိ၊
ယမလောကဉ္စ ဣမံ သဒေဝကံ။
သေခေါ ဓမ္မပဒံ သုဒေသိတံ၊
ကုသလော ပုပ္ဖမိဝ ပစေဿတိ။

ဇာနက်—

သေခေါ၊ သေက္ခပုဂ္ဂိုလ် ခုနစ်ယောက်သည်။ ဣမံ ပထဝိံ၊
ဤခန္ဓာတည်းဟူသော မြေကြီးကို။ ဝိစေဿတိ၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်
ဖြင့် စိစစ်ဝေဖန်နိုင်လတံ။ ယမလောကဉ္စ၊ အပါယ်ဘုံကို၎င်း။
သဒေဝကံ၊ နတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်နှင့်တကွသော။ ဣမဉ္စ၊ ဤ
လူ့ပြည်ကို၎င်း။ သေခေါ၊ သေက္ခပုဂ္ဂိုလ် ခုနစ်ယောက်သည်။
ဝိစေဿတိ၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် စိစစ်ဝေဖန်နိုင်လတံ။ ကုသလော၊
ပန်း၌နားလည် ပန်းကုံးသည်သည်။ ပုပ္ဖ၊ ပန်းကို။ ဝိစေယျ-
ဣဝ၊ အခိုင်ကိုပယ် ကောင်းရာသယ်လျက် ရွေးချယ်ဘိသကဲ့သို့။
သုဒေသိတံ၊ ကောင်းစွာ ဟောကြားတော်မူအပ်သော။ ဓမ္မပဒံ၊
တရားအစုကို။ သေခေါ၊ သေက္ခပုဂ္ဂိုလ် ခုနစ်ယောက်သည်။
ပစေဿတိ၊ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် စိစစ်ဝေဖန်နိုင်၏။

တကွ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူကြ လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၅။ ခန္ဓာမဟီး မြေကြီးနှင့်ကွယ်၊
 အပါယ်နတ်စ ဗြဟ္မာလူနယ်၊
 ကောင်းစွာဟောပြု မေ့သုံးသွယ်၊
 မြတ်သေကွ ရွေးပြဖြေပြန်တယ်။
 ပန်းကိုရွေး ကုံးပေး ပန်းသည်နှယ်။

45. A disciple in training (sekha) will conquer this earth, and this realm of Yama together with the realm of the gods; a disciple in training will investigate the well-taught Path of Virtue, even as an-expert (garland-maker) will pluck flowers.

စကားပြေ။ ။ သေကွ ပုဂ္ဂိုလ်ခုနစ်ယောက်သည် ဤခန္ဓာကိုယ်မြေကြီးနှင့် ယမမင်းပိုင် အပါယ်ခရိုင်အပြင် နတ်ဗြဟ္မာပြည်နှင့် တကွ ဤလူ့ပြည်လောကကို စိစစ်ဝေဖန်နိုင်လတုံ၊ ပန်းဦးနားလည် ပန်းသည်သည် ပန်း၏ ကောင်းမကောင်းကို ရွေးချယ်ဆုတ်ခူးသကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောအပ် တရားမြတ်အစုကို သေကွပုဂ္ဂိုလ်သည် စိစစ်ပေးနိုင်၏။

၃၄။ မရီစိကမ္မဋ္ဌာနိက သိက္ခဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းသော ရဟန်းတပါးသည် ရေမြှုပ်တံလျှပ်တို့ကို မြင်၍ ထိုရေမြှုပ်တံလျှပ်ကဲ့သို့ ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းကို အောက်မေ့သည်ရှိသော် ဘုရားရှင်သည် ကျောင်းတော်၌နေလျက်ပင် ထိုရဟန်းအနီး၌ ရပ်နေသကဲ့သို့ဖြစ်တော်မူ၍ “ဖေဏူပမံ ကာယမိမံ

၄၆။ ဖေဏူပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတု၊
မရီစိဓမ္မံ အဘိသမ္ဗုဓာနော။
ဆေတွာန မာရဿ ပပုပ္ဖကာနိ၊
အဒဿနံ မစ္စုရာဇဿ ဂစ္ဆေ။

အနက်—

ဣမံ ကာယံ၊ ဤခန္ဓာကိုယ်သည်။ ဖေဏူပမံ၊ ရေမြှုပ်ပမာ မရှည်ကြာပဲ ပြိုကွဲလွင့်ပျောက် ပျက်စီးခြင်းသို့ရောက်ကတ်သည် ဟူ၍။ ဝိဒိတု၊ သိ၍။ မရီစိဓမ္မံ၊ တံလျှပ်နှင့်တူ ကိုင်ယူမရ သာရမဖက် အတုသက်သက်မျှသာ ဖြစ်သည်ဟူ၍။ အဘိသမ္ဗုဓာနော၊ ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်းသိမြင်ခြင်းရှိသော သူသည်။ မာရဿ၊ မာရ်မင်း၏။ ပပုပ္ဖကာနိ၊ ပန်းတို့ဖြင့် တန်ဆာဆင်အပ်သော သံသရာဝဋ်တို့ကို။ ဆေတွာန၊ အရဟတ္တမဂ် ဉာဏ်သန်လျက်ဖြင့် ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်၍။ မစ္စုရာဇဿ၊ သတ္တဝါတို့ကို ရောဂါ သဲသဲ ညှဉ်းဆဲတတ်ခြင်း ရှင်သေမင်း၏။ အဒဿနံ၊ မမြင်ရာမှန် နိဗ္ဗာန်အောင်မြို့သို့။ ဂစ္ဆေ၊ ရောက်ပေရာသတည်း။

ဝိဒိတော” ဂါယာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုရဟန်းသည် ရဟန္တာဖြစ်
လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၆။ ဤခန္ဓာယုတ် ရေမြှုပ်ပမာ၊
တံလျှပ်သဘော ယူနှောသိကာ။
မာရ်နတ်ပန်းမာလ် ဝဋ်မှန်ပယ်ခွါ၊
ရှင်သေမင်း ရှောင်ကွင်းမမြင်ရာ။

46. Knowing that this body is like foam, and com-
prehending its mirage-nature, one should destroy the
flower-shafts of sensual passions (Māra) and pass
beyond the sight of the King of death.

စကားပြေ။ ။ ဤခန္ဓာကိုယ်သည် ရေမြှုပ်သဖွယ် ပျက်စီးလွယ်သည်
ဟူ၍၎င်း၊ တံလျှပ်နှင့်တူ ကိုင်ယူမရ သာရမဖက် အတူ
သက်သက်မျှသာ ဖြစ်သည်ဟူ၍၎င်း၊ ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးထွင်းသိမြင် နားလည်
သော သူသည်၊ မာရ်မင်း၏ ချွန်ထက်သော လက်နက်နှင့်တူသော
ကိလေသာမာရ် ဝဋ်ပန်းမာလ်ကို အရဟတ္တမဂ် ဉာဏ်သန်လျက်ဖြင့်
ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက် ဤသေမင်း၏မျက်ကွယ် နိဗ္ဗာန်နယ်သို့ ရောက်ရ
လေ၏။

၃၅။ ဝိဋ္ဌဋ္ဌုဘဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
ကပိလဝတ်ပြည်၌ သာကီဝင်မင်းသားအပေါင်းတို့ကို သတ်၍ အပြန်
အစီရဝတီမြစ်နား၌ စစ်သည်ဗိုလ်ပါနှင့်တကွ တပ်ချ၍ အိပ်နေသော
ဝိဋ္ဌဋ္ဌုဘမင်း၏ မြစ်ကမ်းပြည့်လာသော ရေအလျဉ်ဖြင့် စစ်သည်နှင့်

၄၇။ ပုပ္ဖါနိ ဟေဝ ပစိနန္တံ၊
ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။
သုတ္တံ ဂါမံ မဟောဃောဝ၊
မစ္စု အာဒါယ ဂစ္ဆတိ။

အနက်—

ပုပ္ဖါနိ၊ အရာမ်တိုင်းရောက် ဝတ်ညွှောက်ခွေရုံ အစုံထွက်ပွား
ပန်းအမျှားတို့ကို။ ပစိနန္တော လူဝ၊ တပင်ဆွတ်ခူး တပင်ကူး
လျက် ရှင်မြူးစိတ်မှာ ကောင်းနိုးရာကို အာသာမပြတ် ရွေးချယ်
တတ်သော သူကဲ့သို့။ ပစိနန္တံ၊ ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ကို
ခုံမင်တွယ်တာ ကောင်းနိုးရာဖြင့် အာသာမပြတ် ရွေးချယ်
လသော။ ဗျာသတ္တမနသံ၊ ကာမချမ်းသာ အဖြာဖြာကို လွန်စွာ
ကပ်ငြိ စွဲလမ်းသောစိတ်ရှိသော။ နရံ၊ ရဟန်းလူပါ သတ္တဝါကို။
မဟောဃော၊ နှစ်ယူဇနာ သုံးယူဇနာ နက်စွာအလျားရောက်
ကျည်ကောက်သွန်စီး ရေအလျဉ်ကြီးသည်။ သုတ္တံ ဂါမံ၊ လွတ်ရာ
ကုန်းမှ သက်ခွဲကြ၍ ပြင်းပြအိပ်ယာ လူမိုက်ရှာကို။ အာဒါယ၊
ယောကျ်ား မိန်းမ အိမ်မှစ၍ နည်းငယ်မကြွင်း ခပင်းဥသို့ လုံးစုံ
တိုက်ယူ၍။ ဂစ္ဆတိ လူဝ၊ သွားလေဘိသကဲ့သို့။ မစ္စု၊ အသနား
ကင်းရှင်း ရှင်သေမင်းသည်။ အာဒါယ၊ သိမ်းဆည်း ယူဆောင်
၍။ ဂစ္ဆတိ၊ သွားလေသတည်း။

တကွ မျော့၍သေကြေပျက်စီးခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ “ပုပ္ဖဂါနိ ဟေဝံ ပစိနန္တံ” ဂါထာကိုဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၇။ ပန်းများအပေါင်း အကောင်းရွေးချယ်၊
အာသာကပ်ငြိ စိတ်ရှိသူရယ်၊
အိပ်ပျော်ရွှာများ မျော့သွားဝဲလယ်၊
ပမာထား ယူသွားသေမင်းနယ်။

47. The man who gathers flowers (of sensual pleasures), whose mind is distracted, death carries off as a great flood a sleeping village.

ကားပြေ။ ။လောကီအာရုံ ပန်းမျိုးစုံကို အာသာမပြယ် အထပ်ထပ်
ရွေးချယ်လျက် ထိုကာမအာရုံ ပန်းမျိုးစုံ၌ လွန်စွာ
စွဲလမ်းသော စိတ်ရှိသော လူတယောက်ကို အလွန်ကြီးမားသော ဧရာ
အလျဉ်သည်၊ အိပ်ပျော်နေသောရွာကို အိမ်ပါမကျန် တိုက်လွန်မျှောယူ
ကာ သွားသကဲ့သို့ မကြာမီအတွင်း ရှင်သေမင်းသည် ယူဆောင်၍
သွားလေ၏။

၃၆။ ပတိပုဇိက ကုမာရိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ တာဝတိံသာ၌ ဥယျာဉ်သို့ဝင်၍ ပန်းဆွတ်နေသော နတ်သမီး တယောက်သည် စုတေ၍ သာဝတ္ထိပြည် တဦးသောအမျိုးအိမ်၌ ပဋိ- သန္ဓေနေလေ၏။ ဖွား၍ အရွယ်ရောက်လျှင် လင့်အိမ်ကိုသွား၍ ကောင်းမှုကုသိုလ်ပြုလျက် သားလေးယောက်ရမှသေလွန်သည်ရှိသော် တာဝတိံသာ၌ပင် ရှေးဖြစ်မြဲ ပန်းဥယျာဉ်၌ ဖြစ်ပြန်၏။ ပန်းခူးနေ သော နတ်သမီးတထောင်လည်း ပန်းပင်ထက်မှ မဆင်းနှင့်ကြသေး၊ ထိုအခါ ခင်ပွန်းလင် မာလဘာရီနတ်သားသည် နံနက်ခင်းက သင့်ကို

၄၈။ ပုပ္ဖဂီနိ ဟေဝ ပစိနန္တံ၊
ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။
အတိတ္တညေဝ ကာမေသု၊
အန္တကော ကုရုတေ ဝသံ။

အနက်—

ပုပ္ဖဂီနိ၊ ပွင့်ငုံဖူးချပ် ရွက်ထပ်ညွန့်ကောင်း ပန်းအပေါင်း တို့ကို။ ပစိနန္တော လူဝ၊ အာသာမပြယ် သွယ်သွယ်ကိုင်းညွတ် ဆွတ်ယူသောသူကဲ့သို့။ ပစိနန္တံ၊ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ အဖြာဖြာ ကို အသာတပ်ညွတ် အဖန်ဖန်ဆွတ်သော။ ဗျာသတ္တမနသံ၊ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ အဖြာဖြာကို လွန်စွာကပ်ငြိ စွဲလမ်းသော စိတ်ရှိသော။ နရံ၊ သတ္တဝါကို။ ကာမေသု၊ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ အဖြာဖြာတို့၌။ အတိတ္တညေဝ၊ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နိုင်ခြင်း မရှိ သေးမီ။ အန္တကော၊ ကိုးဆယ်ရှစ်ဖြာ များစွာသင်းပင်းရှင်သေမင်း သည်။ ဝသံ၊ မိမိအလို နိုင်ငံသို့။ ကုရုတေ၊ သနားမရှု ဆော်ဆောင်ခြင်းကို ပြုလေတော့ သတည်း။

မမြင်၊ အဘယ်သို့သွားသနည်းဟုမေးလျှင် အကြောင်းစုံကို ပြောပြ၍
ဤမျှလောက် အသက်တိုသော လူဘို့သည် မအို မသေ နေရမည်ကဲ့သို့
ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို မပြု မေ့လျော့၍ နေကြလေသည်ဟု သံဝေဂဖြစ်
လေ၏။ ထိုနတ်သမီးသည် လင်ကိုပူဇော်သောကြောင့် ပုတိပုဇိကာ
အမည်ရှိ၏။ ဘုရားရှင်လည်း ဤအကြောင်းကို ရဟန်းတို့အားဟော
ကြားပြီး၍ “ပုပ္ဖဂါနိ ဟေဝ ပစိနန္တိ” ဂါယာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၈။ ပန်းကိုဆွတ်ငြား သူများပမာ၊
လွန်စွာကပ်ငြိ စိတ်ရှိသူမာ၊
ကာမဂုဏ်ထဲ ရောင့်ရဲနိုင်ပါ၊
သေမင်းယုတ် ပြုလုပ်သူ လိုရာ။

48. The man who gathers flowers (of sensual pleasures), whose mind is distracted, and who is insatiate in desires, the Destroyer brings under his sway.

စကားပြေ။ ။ (ပန်းများစုံရာ ဥယျာဉ်သာသို့ဝင်၍၊ ပန်းများကို
အသာမပြယ် ရွေးချယ်၍ ဆွတ်ခူးသော သူကဲ့သို့)
ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ ပန်းမာလာကို (အသာမပြယ် ရွေးချယ်ဆွတ်ခူးပြီး
ကာ) မရသေးသော ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတို့ကို တောင့်ထဲ၊ ရပြီးသော
ကာမဂုဏ်ချမ်းသာတို့ကို တွယ်တာငြိကပ်သော စိတ်ရှိသော ကာမဂုဏ်
တို့၌ ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နိုင်ခြင်း မရှိသောသူကို (ဘဝ၏အဆုံးကို ပြုတတ်
သော) သေမင်းယုတ်မာသည် မိမိအလိုနိုင်ငံသို့ ခေါ်ဆောင်ခြင်းကို
ပြုလေ၏။

distracted

လွဲဖယ်သွေဖီစေသည်၊ စိတ်ပျံ့လွင့်သည်

insatiate

မရောင့်ရဲသော

Destroyer

သေမင်း (ဘဝအဆုံးပြုတတ်သူ)

၃၇။ မစ္ဆရိယ ကောသိယ သေဋ္ဌိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
ရာဇဂြိုဟ်ပြည်၏အနီး သက္ကရ နိဂုံး၌ သူတပါးတို့အား ပေးရအံ့သည်ကို
နှမြောလှသောကြောင့် ဘုံခုနစ်ဆင့်ရှိသော ပြာသာဒ်ထက်သို့တက်၍
မိမိအတွက်သာ မယားကို မုန့်ကြော်စေသော မစ္ဆရိယ ကောသိယ
သူဌေးကို နှမြောကင်းပျောက် သဒ္ဓါပေါက်အောင် ဟောကြားဆုံးမ၍

၄၉။ ယထာပိ ဘမရော ပုပ္ဖံ၊
ဝဏ္ဏဂန္ဓမဟေဌယံ။
ပလေတိ ရသမာဒါယ၊
ဧဝံ ဂါမေ မုနီ စရေ။

အနက်—

ဘမရော၊ ပန်းဝတ်ရည်ကို စုပ်ယူစားသုံး ပျားပိတုန်းသည်။
ပုပ္ဖံ၊ ဝတ်ဆံစွင့်စွင့် လှပတင့်သော ပန်းပွင့်ကို ၎င်း။ ဝဏ္ဏဂန္ဓံ၊
ကြည့်ရှုစေချင် နှမ်းစေ့ဖြင့် သင့်တင့်သင်းပျံ့ ဆင်းအနံ့ကို၎င်း။
အဟေဌယံ- အဟေဌယန္တော၊ မပျက်စီးစေမူ၍။ ရသံ၊ မြတ်နိုး
ရာရာ ပန်းဝတ်အရသာကို။ အာဒါယ၊ စုပ်ယူ၍။ ပလေတိ-
ယထာ၊ အလိုရှိရာ ရပ်နေရာသို့ ကောင်းစွာပျံ့သွားသကဲ့သို့။
ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ။ ဂါမေ၊ မြို့ရွာ နိဂုံး တိုင်းပြည်အားလုံး၌။
မုနီ၊ တရားဟုတ်မှန် သိရန်ကြောင်းလမ်း မြတ်ရဟန်းသည်။
ပုပ္ဖံ၊ ပန်းပွင့်နှင့်တူ ကြည်ဖြူရှင်လန်း သဒ္ဓါပန်းကို၎င်း။
ဝဏ္ဏဂန္ဓံ၊ ဆင်းနံ့တူစွာ မြတ်ဥစ္စာကို၎င်း။ အဟေဌယံ-အဟေဌ-
ယန္တော၊ မပျက်စီးစေပဲ။ ရသံ၊ ပစ္စည်းလေးဖြာ ပန်းရသာကို။
အာဒါယ၊ ခံယူ၍။ စရေ၊ ကျင့်ဆောင်ရာသတည်း။

၃၈။ ပါဝေယျက အာဇီဝကဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
ထိုပြည်၌ သူကြွယ်မတယောက်သည် ဘုရားရှင်ကို အိမ်သို့ပင့်၍ တရား
တော်ကို နာလျှင် သူကြွယ်မ သားပြု၍ မွေးကျွေးပြုစုအပ်သော
“ပါဝေယျက” မည်သော တက္ကတုန်းသည် မစ္ဆေရနိပ်စက်၍ သည်းမခံ
နိုင်ရကား ဘုရားရှင်ကို၎င်း ဒါယိကာမကြီးကို၎င်း ဆဲရေးလေ၏။

၅၀။ န ပရေသံ ဝိလောမာနိ၊
န ပရေသံ ကတာကတံ၊
အတ္တနောဝ အဝေက္ခေယျ၊
ကတာနိ အကတာနိ စ။

အနက်—

ပရေသံ၊ သူတပါးတို့၏။ ဝိလောမာနိ၊ ကြမ်းတမ်းခက်ထန်
ဖောက်ပြန်ဝန်တို့ မလိုမုန်းတား စကားအစု မလျော်သော
အမှုတို့ကို။ န အဝေက္ခေယျ၊ နှလုံးသွင်းခြင်း မပြုရာ။ ပရေသံ၊
သူတပါးတို့၏။ ကတာကတံ၊ ကုသိုလ်အကုသိုလ် ထိုထိုကောင်းမှု
ပြုမပြုကို။ န အဝေက္ခေယျ၊ နှလုံးသွင်းခြင်း မပြုရာ။ အတ္တနောဝ၊
ကိုယ်ကိုယ်ကိုသာလျှင်။ ကတာနိ စ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို ပြုမိ
လေကုန်၏လောဟူ၍၎င်း။ အကတာနိ စ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို
မပြုမိလေကုန်၏ လောဟူ၍၎င်း။ အဝေက္ခေယျ၊ စိစစ်စေရေး
ကြံတွေး ဆင်ခြင်ရာ၏။

ဘုရားရှင်သည် ဒါယိကာမကြီး၏ နှလုံးမသာခြင်းကို သိတော်မူ၍
ပျောက်ငြိမ်းစိမ့်သောငှါ “န ပရေသံ ဝိလောမာနိ” ဂါထာကို ဟော
တော်မူ၏။ ဒါယိကာမကြီးသည် သောတာပန်ဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၅၀။ မလိုမုန်းထား သူ့စကားကို၊
သူ၏ပြုမှု မပြုထိုထို၊
နှလုံးမပြု မရှုစေလို၊
ကိုယ့်အပြစ် ရှုလစ်များလှဗိုလ်။

50. One should not pry into the faults of others, things left done and undone by others, but one's own deeds done and undone.

စကားပြေ။ ။ သူတပါးတို့၏ (ကြမ်းတမ်းခက်ထန်) ဖောက်ပြန် ဝန်တို
မလိုမုန်းထား အပြစ်များတို့ကို နှလုံးသွင်း၍ ကြည့်ရှု
ခြင်းကို မပြုရာ၊ သူတပါးတို့ ကောင်းမှု မကောင်းမှုပြုသည် မပြုသည်
တို့ကိုလည်း နှလုံးမသွင်းရာ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ ကောင်းမှုတို့ကို ပြုမိမပြုမိ
ရှုကြည့် ဆင်ခြင်ရာ၏။

၃၉။ ဆတ္တပါဏိ ဥပါသကဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
ကောသလမင်းကြီးသည် ဆတ္တပါဏိဥပါသကာအား မိမိနန်းတော်၌
မိဖုရားမောင်းမတို့ကို စာသင်ပေးရန် အမိန့်တော်ရှိရာ ထိုဥပါသကာ

၅၁။ ယထာပိ ရုစိရံ ပုပ္ဖံ၊
ဝဏ္ဏဝန္တံ အဂန္ဓကံ။
ဧဝံ သုဘာသိတာ ဝါစာ၊
အဖလာ ဟောတိ အကုဗ္ဗတော။

အနက်—

ရုစိရံ၊ နိပြာရွှေကြောင် အရောင်ဖြင့် တင့်တယ်သော။
ဝဏ္ဏဝန္တံ၊ လှပထွန်းလင်း အဆင်းမျှသာရှိသော။ အဂန္ဓကံ၊
သင်းထုံမွှေးပျံ့ အနံ့မရှိသော။ ပုပ္ဖံ၊ ပေါက်ပန်းစသော
ပန်းသည်။ အဖလံ ယထာပိ၊ မမြတ်မနိုး အကျိုးမရှိသကဲ့သို့။
ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ။ သုဘာသိတာ၊ ကောင်းစွာ ဟောကြား
တော်မူအပ်သော။ ဝါစာ၊ ပိဋကသုံးပုံ တည်းဟူသော ဘုရား
ရှင်၏ စကားတော်သည်။ အကုဗ္ဗတော၊ ရှိသေလေးစားစွာ နာယူ
သင်ကြား ကျင့်ပွားကျိုးကုတ် အားမထုတ်သော သူအား။
အဖလာ၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရရန်မျှော်ကိုး အကျိုးမရှိသည်။
ဟောတိ၊ ဖြစ်လေသတည်း။

၅၂။ ဟထာပိ ရုစိရံ ပုပ္ဖံ၊
ဝဏ္ဏဝန္တံ သုဂန္ဓကံ။
ဧဝံ သုဘာသိတာ ဝါစာ၊
သဖလာ ဟောတိ ကုဗ္ဗတော။

သည် နန်းတော်၌ စာသင်ပေးခြင်းမှာ ရဟန်းတော်များနှင့်သာ
 လျှောက်ပတ်သည်ဟု လျှောက်ထားချက်အရ ဘုရင်ကောသလသည်
 ဘုရားရှင်အား တောင်းပန်လျှောက်ထား၍ နန်းတော်၌ ရဟန်းငါးရာ
 နှင့်တကွ မပြတ်ဆွမ်းဘုဉ်းပေးသော ရှင်အာနန္ဒာ၏အထံ၌ မလ္လိကာ
 မိဖုရား၏ ရိုသေစွာ စာသင်ခြင်း၊ ဝါသနာတို့ထွက် မိဖုရား၏ မရိုမသေ

အနက်—

ရုစိရုံ၊ နိပြာရွှေကြောင် အရောင်ဖြင့် တင့်တယ်သော။
 ဝဏ္ဏဝန္တံ၊ လှပထွန်းလင်း အဆင်းလည်းရှိသော။ သုဂန္ဓကံ၊
 သင်းထုံမွှေးပျံ ကောင်းသော အနံ့လည်းရှိသော။ ပုပ္ဖံ၊
 ကြာညိုချယား စကားစံပယ် စသောပန်းသည်။ သဗလံ
 ယထာပိ၊ မြင်သူစုံမက် နှစ်သက်မြတ်နိုး အကျိုးရှိသကဲ့သို့။
 ဧဝံတထာ၊ ထိုအတူ။ သုဘာသိတာ၊ ကောင်းစွာဟောကြား
 တော်မူအပ်သော။ ဝါစာ၊ ပိဋကတ်သုံးပုံတည်းဟူသော ဘုရား
 ရှင်၏ စကားတော်သည်။ ကုဗ္ဗတော၊ ရိုသေလေးစားစွာ နာယူ
 သင်ကြား ကျင့်ပွားကျိုးကုတ် အားထုတ်သော သူအား။
 သဗလာ၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရရန်မျှော်ကိုးအကျိုးရှိသည်။ ဟောတိ၊
 မုချကိန်းသေ ဖြစ်ရလေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၅၁။ အရောင်ဝင်း၍ ဆင်းသာရှိမူ၊
 ရနံ့မသန်း ပေါက်ပန်းနှင့်တူ၊
 ကောင်းစွာဆိုအပ် စကားမြတ်မူ၊
 မပြုလုပ် ကျိုးယုတ်မိန့်တော်မူ။

စသင်ခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ “ယထာပိ ရုစိရံ ပုပ္ဖံ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

51. As a flower that is lovely and beautiful, but is scentless, even so fruitless is the well-spoken word of one who does not practise it.

စကားပြေ။ ။လှပတင့်တယ် နှစ်သက်ဖွယ် အဆင်းမျှသာရှိ၍ အနံ့မရှိသော ပေါက်ပန်းစသည် သည် ပန်ဆင်သူအား မြတ်နိုးနှစ်သက် စုံမက်ခြင်းမရှိသကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောဖော် ပိဋကတော်တည်းဟူသော ဘုရားရှင်စကားတော်သည် လေးစားနာယူ သင်ယူကျိုးကုတ် အားမထုတ်သူအတွက် အကျိုးမရှိလှပေ။

မြန်မာကဗျာ

၅၂။ အရောင်အဆင်း လှပဝင်းမှု၊
ရနံ့ကြိုင်သင်း ပန်းမင်းနှင့်တူ၊
ကောင်းစွာဆိုအပ် စကားမြတ်မှု၊
လိုက်နာမှ ကျိုးရ မိန့်တော်မူ။

52. As a flower that is lovely, beautiful, and scent-laden, even so fruitful is the well-spoken word of one who practises it.

စကားပြေ။ ။တင့်တယ်ရောင်ဆင်း လှပဝင်းလျက် ရနံ့သင်းကြိုင်မွှေးနံ့လှိုင်သောပန်းသည် မြတ်နိုးနှစ်သက် စုံမက်ခြင်းရှိသကဲ့သို့ ကောင်းစွာဟောဖော် ပိဋကတော်တည်းဟူသော စကားတော်သည် ကောင်းစွာသင်ကြား နာယူအားထုတ်သူ အတွက်သာ အကျိုးများစွာရှိလေသည်။

၄၀။ ဝိသဘာဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
နှစ်ဆယ့်ခုနစ်ကုဋေသော ဥစ္စာတို့ဖြင့် ပုဗ္ဗာရုံ ကျောင်းတော်ကြီးကို
ဆောက်၍ သာဓုခေါ်ပြီးသော အဆုံး၌ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဥဒါန်း

၅၃။ ယထာပိ ပုပ္ဖရာသိမ္မာ၊
ကယိရာ မာလာဂုဏေ ဗဟူ။
ဧဝံ ဇာတေန မစ္စေန၊
ကတ္တဗ္ဗံ ကုသလံ ဗဟုံ။

အနက်—

ကုသလော၊ ပန်း၌နားလယ် ပန်းကုံးသည်သည်။ ပုပ္ဖရာသိ-
မ္မာ၊ အပွင့်အငုံ ခိုင်ရုံရောပြု ပန်းအစုမှ။ ဗဟူ၊ များစွာ
ကုန်သော။ မာလာဂုဏေ၊ ပန်းကုံးတို့ကို။ ကယိရာ ယထာ၊ သိကုံး
သမှု ပြုရာသကဲ့သို့။ ဧဝံ ကထာ၊ ထို့ အတူ။ ဇာတေန၊ မွေးဖွား
သော။ မစ္စေန၊ သတ္တဝါသည်။ ဝါ၊ ဇာတေန၊ အမိဝမ်း၌
စွဲလမ်းသန္ဓေ တည်နေတတ်သော။ မစ္စေန၊ တွေဝေမိန်းမော
နစ်မျော၍ သေတတ်သော။ သတ္တေန၊ သတ္တဝါသည်။ ပုပ္ဖရာသိ-
မ္မာ၊ ပစည်းဥစ္စာ သဒ္ဓါမခန်း ပန်းအစုမှ။ ဗဟုံ၊ များစွာကုန်
သော။ ကုသလံ၊ ပန်ဆင်တင့်သုံး အံ့မဆုံးသော ကုသိုလ်ပန်းကုံး
ကို။ ကတ္တဗ္ဗံ၊ သိကုံးများစွာ ပြုလုပ်ရာသတည်း။

ကျူးသော ဝိသာခါဒါယိကာမကို အကြောင်းပြု၍ “ယထာပိ ပုပ္ဖရာ-
သိမ္မာ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၅၃။ ပန်းပုံကြီးမှ ကောင်းလှများစွာ၊
ရွေးကာသီကုံး ပန်းကုံးပမာ၊
သန္ဓေမီးကပ် သေတတ်သူမှာ၊
ကုသိုလ်မျိုး ပွားတိုးလုပ်အပ်စွာ။

53. As from a heap of flowers many a garland is made, even so many good deeds should be done by one born a mortal.

စကားပြေ။ ။ ပန်း၌ နာလယ် ပန်းကုံးသယ်သည် အပွင့်အငွေ့ ခိုင်စုံ
ရောပြု ပန်းစုပန်းပုံမှ ပန်းကုံးများစွာတို့ကို သီကုံး
သကဲ့သို့ အမိဝမ်း၌ စွဲလမ်း သန္ဓေတည်နေလျက် မွေးဖွားကာ သေတတ်
သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် (ပစ္စည်း ဥစ္စာ ကြည်ညိုသဒ္ဓါဟု ဆိုအပ်သော) ပန်း
အစုံအပုံမှ (ဆွမ်း သင်္ကန်း ကျောင်း ဆေး) စသော များစွာသော
ကုသိုလ်ပန်းကုံးတို့ကို သီးကုံးသမှုပြုရာ၏။

a heap of flower	ပန်းပုံ
garland	ပန်းကုံး
born	မွေးဖွားသော
mortal	သတ္တဝါ

၄၁။ အာနန္ဒတ္ထေရ ပဉ္စာဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
လေအောက်လေညာသို့ မွေးသော ပန်းနံ့သာမည်သည့် ရှိပါမည်လော

၅၄။ န ပုပ္ဖဂန္ဓော ပဋိဝါတမေတိ၊
န စန္ဒနံ တဂရမလ္လိကာ ဝါ။
သတဉ္စ ဂန္ဓော ပဋိဝါတမေတိ၊
သဗ္ဗာ ဒိသာ သပ္ပုရိသော ပဝါယတိ။

အနက်—

ပုပ္ဖဂန္ဓော၊ သင်းပျံ့မွှေးထုံ ဂန္ဓာရုံဖြင့် ခုံမင်တပ်စွန်း ရနံ့
ပန်းသည်။ ပဋိဝါတံ၊ လေညာ လေထက်သို့။ န တေ၊ ပျံ့တက်
ကြိုင်လှိုင် မရောက်နိုင်။ စန္ဒနံ ဝါ၊ စန္ဒကူးနံ့သည်၎င်း။
တဂရံ ဝါ၊ တောင်စလပ် ပန်းရနံ့သည်၎င်း။ မလ္လိကာ ဝါ၊
စံပယ် ကြက်ရုံးနံ့သည်၎င်း။ ပဋိဝါတံ၊ လေညာ လေထက်သို့။
န တေ၊ ပျံ့တက်ကြိုင်လှိုင် မရောက်နိုင်။ သတံ၊ ဘုရားအရိယာ
သူတော်စွာတို့၏။ ဂန္ဓော စ၊ သီလသင်းပျံ့ မွှေးရနံ့သည်ကား။
ပဋိဝါတံ၊ လေညာ လေထက်သို့။ တေ၊ ရနံ့ထွက်မြောက်
ပေါက်ရောက်နိုင်ပေ၏။ သပ္ပုရိသော၊ သီတင်း သီလ မကွာ
ရအောင် နေ့ညဖြည့်သုံး နှလုံးမွေ့လျော် မြတ်သူတော်တို့၏
ရနံ့သည်။ သဗ္ဗာဒိသာ၊ ထက်အောက်ဖီလာ မျက်နှာဥသို့
အလုံးစုံတို့သို့။ ပဝါယတိ၊ မွှေးပျံ့သင်းကြိုင်လှိုင်ပါပေသတည်း။

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

ဟု လျှောက်ထားသော ရှင်အာနန္ဒာ၏ပြဿနာကို ဖြေတော်မူခြင်း

အနက်—

စန္ဒနံဝါပိ၊ စန္ဒကူးသည်၎င်း။ တဂရံဝါပိ၊ တောင်စလပ်
ပန်းသည်၎င်း။ ဥပ္ပလံဝါပိ၊ ကြာပန်းသည်၎င်း။ အထ၊ ထိုမှ
တပါး။ ဝဿိကီ၊ မြတ်လေး ကြက်ရုံး ပန်းသည်၎င်း။ အတ္ထိ၊
ရှိ၏။ ဧတေသံ ဂန္ဓဇာတာနံ၊ ထိုသို့ပြအပ်ခဲ့ပြီးသော ပန်းရနံ
အပေါင်းတို့ထက်။ သီလ ဂန္ဓော၊ သီလသင်းပျံ မွှေးရနံသည်။
အနုတ္တရော၊ တုဘက်ကင်းပ ထူးကဲလှ၍ အမြတ်ဆုံး အသာဆုံး
ဖြစ်လေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၅၄။ စန္ဒကူးမြတ် စလပ်မာလာ၊
ပန်းရနံမွှေး မပြေးလေညာ၊
သုတော်ကောင်းနို့ ပျံ့နှံ့လေညာ၊
ရပ်အားလုံး မဆုံးကြိုင်လှိုင်တာ။

54. The perfume of flowers blows not against the wind, nor does the fragrance of sandal-wood, tagara and jasmine; but the fragrance of the virtuous blows against the wind; the virtuous man pervades every direction.

perfume	ရနံ၊ အနံ
fragrance	မွှေးကြိုင်ခြင်း
jasmine	စံပယ်ပန်း
tagara	တောင်စလပ်ပန်း
virtuous	(သုတော်ကောင်း)သီလရှိသော၊ ပါရမီရှိသော
pervades	ပျံ့နှံ့သည်
direction	အရပ်မျက်နှာ

၄၂ “န ပုပ္ဖဂန္ဓော ပဋိဝါကမေတိ၊ စန္ဒနံ တဂရံ ဝါပိ” နှစ်ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

စကားပြေ။ ။ပန်းရနံသည် လေညှာလေထက်သို့ ပျံတက်ကြိုင်လှိုင်
ခြင်းမရှိ စန္ဒကူးနှစ် တောင်စလပ်ပန်း စံပယ်စသော
ပန်းတို့၏ အနံ့သည်လည်း လေညှာလေထက်သို့ ပျံတက်ကြိုင်လှိုင်ခြင်းမရှိ
သီလသင်းပျံ့ ရနံ့သည်သာ လေညှာလေထက်သို့ တက်၍ မွှေးပျံ့ကြိုင်လှိုင်
လေ၏။ သူတော်ကောင်းတို့၏ ဂုဏ်ရနံ့သည် အရပ်ရှစ်မျက်နှာသို့မွှေးပျံ့
ကြိုင်လှိုင်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၅၅။ စန္ဒကူးမြတ် စလပ်မာလာ၊
ကြာညိုမြတ်လေး ကြိုင်မွှေးနံ့သာ၊
ယင်းတို့ထက်က သီလနံ့မှသာ၊
တူမရှိ မြတ်၏ဂုဏ်တွေဖြာ။

55. Sandal-wood, tagara, lotus, jasmine, above all these kinds of fragrance, the perfume of virtue is by far the best.

စကားပြေ။ ။စန္ဒကူးနှစ် တောင်စလပ်ပန်း ကြာပန်း မြတ်လေးပန်း
စသော ပန်းနံ့သာ အပေါင်းတို့ထက် သီလတည်း
ဟူသော အနံ့သည်သာ အလွန် အလွန် သာလွန်၍ အမြတ်ဆုံး ဖြစ်လှ
ပေ၏။

၄၂။ မဟာကဿပတ္ထေရ ပိဏ္ဏပါတဒိန္န ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌နေ
တော်မူသောအခါ ပိပ္ဖလိလိဏ်ဂူ၌ နိရောဓသမာပတ်မှထ၍၊ ဆင်းရဲသူ
တို့အား ချီးမြှောက် မ-စသောအားဖြင့် ဆွမ်းကို အလှူခံအံ့ဟု ရာဇဂြိုဟ်

၅၆။ အပ္ပမတ္တော အယံ ဂန္ဓော၊

ယုာယံ တဂရစန္ဒနီ။

ယော စ သီလဝတံ ဂန္ဓော၊

ဝါတိ ဒေဝေသု ဥတ္တမော။

အနက်—

တဂရစန္ဒနီ၊ မွေးကြိုင်သင်းလတ် တောင်စလပ်ထူး စန္ဒကူးနီ
တို့၏။ ယုာယံ ယောအယံဂန္ဓော၊ ကြိုင်လှိုင်မွေးပျံ့ အကြင်အနံ
သည်။ အတ္ထိ၊ ကမ္ဘာတလွှား လွန်ထင်ရှားကာ ကျော်ကြားမသွေ
ရှိပါပေ၏။ အယံဂန္ဓော၊ တောင်စလပ် စန္ဒကူးတို့၏ အထူးသင်းပျံ့
ဤရနံသည်။ အပ္ပမတ္တော၊ မပြောပဘွယ် အနည်းငယ်မျှ
အတိုင်းအရှည် ပမာဏရှိ၏။ သီလဝတံ သီလဝန္တာနံ၊ ကိုယ်နှင့်
အသက် မငဲ့ကွက်ပဲ ရက်စက်မညှာ ကောင်းစွာစောင့်ကြပ် သီလ
ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့၏။ ယော စ ဂန္ဓော၊ တသင်းသင်းပျံ့
အကြင်သီလတည်းဟူသော ရနံသည်။ အတ္ထိ၊ ထင်ရှားမသွေ
ရှိပါပေ၏။ သော စ ဂန္ဓော၊ သီလစောင့်သုံး နှလုံးဖြူစင်
ပေါ်လွင်သင်းပျံ့ မွေးကြိုင်သော ထိုရနံသည်ကား။ ဥတ္တမော၊
ပြိုင်ဘက်ကင်းသို့ သတင်းဂုဏ်ဖြင့် သင်းထုံမပြတ် အလွန်မြတ်
သည်ဖြစ်၍။ ဒေဝေသု၊ လူရော နတ်ပါ ဗြဟ္မာဘုံဆုံး အကုန်လုံး
တို့၌။ ဝါတိ-ဝါယတိ၊ လောကမာတ်ဘုံ ကမ္ဘာတို့အောင်
စွမ်းကုန်မြိုင်မြိုင် ပျံ့နှံ့လှိုင်လေ၏။

မြို့သို့ ရွှေရူလာတော်မူတော့ ရှင်မဟာကဿပအား သိကြားမင်းသည် ဆင်းရဲသော ယက်ကန်းသည်အိုယောင် ဆောင်၍ ဆွမ်းလှူသည်ကို အကြောင်းပြု၍ “ဧပုမတ္တော အယံ ဂန္ဓော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၅၆။ စန္ဒကူးမြတ် စလပ်မာလာ၊
 မွှေးရနံ့က နည်းလှပေတာ၊
 သီလရှိလတ် ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်မှာ၊
 ဂုဏ်ရနံ့ သင်းပျံ့ထက်နတ်ရွာ။

56. Of little account is the fragrance of tagara or sandal; the fragrance of the virtuous that blows even amongst the gods is supreme.

စကားပြေ။ ။တောင်စလပ် စန္ဒကူးနီတို့၏ ရနံ့သည် မပြောပဘွယ် အနည်းငယ်မျှသာ ရနံ့ရှိ၏။ (ကိုယ်နှင့်အသက် ငဲ့ကွက် မညှာ ကောင်းစွာစောင့်ကြပ်) သီလရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့၏ ဂုဏ်သတင်း အနံ့သည်ကား နတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်တို့၌ပင် မွှေးပျံ့သင်းကြိုင် သတင်းလှိုင်လောက်အောင် တုဘက် ကင်းပ ထူးကဲ၍ မြတ်လှပေ၏။

၄၃။ ဂေါဓိကတ္ထေရ ပရိနိဗ္ဗာန ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ဣသိဂိလိတောင်၌ပရိနိဗ္ဗာန်ယူသော ဂေါဓိကမထေရ်၏လားရာ

၅၇။ တေသံ သမ္ပန္နသီလာနံ၊
အပ္ပမာဒဝိဟာရိနံ။
သမ္ပဒညာ ဝိမုတ္တာနံ၊
မာရော မဂ္ဂံ န ဝိဒ္ဓတိ။

အနက်—

သမ္ပန္နသီလာနံ၊ ကိုယ်ကျင့်သီလ အာစာရနှင့် ပြည့်ဝတော်
မူကုန်သော။ အပ္ပမာဒဝိဟာရိနံ၊ သတိမကင်း မမေ့လျော့ခြင်း
ဖြင့် နေလေ့ရှိကြကုန်သော။ သမ္ပဒ၊ ဘုရားဟောဖော် တရား
တော်နှင့် သင့်လျော်ကျန ကောင်းမွန်သောအကြောင်း ဥပါယ
ဖြင့်။ အညာ—အညာယ၊ သစ္စာလေးပါး ပိုင်းခြားမိမိ ကိုယ်တိုင်
သိ၍။ ဝိမုတ္တာနံ၊ ကိလေသာရန်စွယ် သံသရာနယ်မှ လွတ်တော်
မူကြကုန်သော။ တေသံ၊ ထိုနိဗ္ဗာန်ကြွဝင် ရဟန္တာအရှင်မြတ်
တို့၏။ မဂ္ဂံ၊ ကောင်းစွာကြွဝင် လမ်းခရီးအစဉ်ကို။ မာရော၊
အမှိုက်ထိပ်ခေါင် မာရ်နတ်ကောင်သည်။ န ဝိဒ္ဓတိ၊ ဘယ်လို
စုံစမ်းထောက်ကာ လှမ်းသော်လည်း ပန်း၍သာသေ မသိမမြင်
နိုင်ပေ။

ဂတိကိုရှာဖွေ၍မရသော မာရ်နတ်ကို အကြောင်းပြု၍ “တေသံ သမ္ပန္န-
သီလာနံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၅၇။ ကောင်းမြတ်သီလ ပြည့်ဝသူမှန်၊
သတိမမေ့ နေလေ့ဖန်ဖန်၊
ကိလေသာမှ လွတ်ကြသူမှန်၊
မာရ်နတ်မင်း လမ်းရင်း မသိပြန်။

57. Māra finds not the path of those who are virtuous, careful in living, and freed by right knowledge.

စကားပြေ။ ။ ကိုယ်ကျင့်သီလ အာစာရနှင့် ပြည့်ဝတော်မူကြကုန်သော မမေ့မလျော့ နေလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ မှန်ကန်ကောင်းမြတ်သော အကြောင်း ဥပါယဖြင့် သစ္စာလေးပါး ပိုင်းခြားမိမိ ကိုယ်တိုင်သိပြီးလျှင် (ကိလေသာရန်စွယ် သံသရာနယ်မှ) လွတ်ပြီးသော (နိဗ္ဗာန်ကြွဝင် ရဟန္တာအရှင်) မြတ်တို့၏ သွားရာ လမ်းခရီးကို မာရ်နတ်မင်းသည် မသိမထင် မမြင်နိုင်တော့ပေ။

၄၄။ ဂရဟဒိန္နဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သာဝတ္ထိမြို့၌ တက္ကတုန်းတပည့်ဖြစ်သော ဂရဟဒိန္နသည် ယုတ်မာသောအကြံဖြင့် ဘုရားရှင်ကို သံဃာနှင့်တကွ ဆွမ်းပင့်ဖိတ်၍ ကျယ်စွာသော တွင်း၌ ရှားမီးစုဖြင့် ပြည့်စေလျက် တွင်းပေါ်၌ ကြိုးတန်း၍ ပျဉ်ခင်းပြီးသော် ငါးရာသော နေရာတို့ကိုပြင်ဆင်၍

၅၀။ ယထာ သင်္ကာရဓာနသ္မိံ၊
ဥဇ္ဈိတသ္မိံ မဟာပထေ။
ပဒုမံ တတ္ထ ဇာယေထ၊
သုစိဂန္ဓံ မနောရမံ။

အနက်—

မဟာပထေ၊ လူသူများစွာ သွားလာခရီးလမ်းမကြီး၌။ ဥဇ္ဈိတသ္မိံ၊ အလိုကင်းပြတ် စွန့်ပစ်အပ်သော။ တတ္ထ သင်္ကာရဓာနသ္မိံ၊ ထိုရှုပ်ရှုပ် ထွေးထွေး တံမြက်ဈေးစုံ ရှုံဖွယ်ထုံသော အမှိုက်ပုံရာ အရပ်ဌာန၌။ သုစိဂန္ဓံ၊ စင်ကြယ်သန့်ရှင်း ထုံသင်းသော ရနံ့ရှိသော။ မနောရမံ၊ နှစ်သက်ရှင်ပျိုး နှလုံးမွေ့လျော်ဘွယ်ဖြစ်သော။ ပဒုမံ၊ အထပ်တရာ ချပ်အလွှာဖြင့် လွန်စွာတင့်ဆန်း ပဒုမ္မာကြာပန်းသည်။ ဇာယေထ ယထာ၊ အံ့သြစဖွယ် ဆန်းကြယ်လှစွာ ပေါက်ရောက်လာသကဲ့သို့။

များစွာသော အိုးကြီးတို့ကိုလည်း အဝကို ငှက်ပျောဖက်စည်း၍
ပုဝါဖြူဖုံးပြီးလျှင် နေရာ၏ အနီးအပါးဝယ် ထား၏။ ဘုရားကပည့်
ဖြစ်သော သီရိဂုတ္တသည် တက္ကတန်းတို့ကို ပင့်၍ မစင်တောင်း၌ ချဘူး
သောကြောင့် ရန်ငြိုးဖဲ့၍ ဤသို့ပြုသည်။ ဘုရားရှင်သည် ရဟန်း
ငါးရာနှင့်တကွ ကြွတော်မူလာလျှင် မီးတင်းပေါ်၌ထားသော ပျဉ်တို့
သည် ကွယ်လေကုန်၏။ မီးခဲစုမှ လှည်းဘီးမျှရှိသော ပဒုမ္မာကြာချပ်

မြန်မာကဗျာ

၅၈။ တံမြက်ချေးညစ် စွန့်ပြစ်အပ်ရာ၊
ခရီးလမ်းတွင်း ထုံသင်းနံ့ဖြာ၊
များစိတ်နှလုံး ရှင်ပြုံးမွေ့လာ၊
ပဒုမြတ် ပေါက်လတ်ပုံပမာ။

58, 59. As upon a heap of rubbish thrown on the highway, a sweet-smelling, lovely lotus there may grow, even so amongst the rubbish of beings, a disciple of the Fully Enlightened One outshines the blind worldings with wisdom.

စကားပြေ။ ။ခရီးလမ်းမ၌ စွန့်ပစ်ထားအပ်သော အမှိုက်ပုံပေါ်တွင်
မွှေးရနံ့ကြိုင် သင်းပျံ့လှိုင်၍ နှစ်သက်ဖွယ် ရှိသော
ပဒုမ္မာကြာပန်းသည် ပေါက်ရောက်နိုင်သကဲ့သို့။

rubbish

အမှိုက်

highway

လမ်းမကြီး

blind worldings

သူမိုက် သူကန်း ပုထုဇဉ် လူသရမ်းများ

ငါးရာတို့သည် ပေါ်ကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် သံဃာနှင့်တကွ ပဒုမ္မာ
ကြာချပ်၌ နေတော်မူသည်။ ထက်ဝန်းကျင်ထားသော အိုးတို့၌လည်း
ပျားသကာ ထောပတ်ဖြင့် မြတ်သော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ဖြင့်ပြည့်ကုန်
၏။ ဂရဟဒိန္နသည် ဤအံ့ဖွယ်သရဲကိုမြင်လျှင် ထိတ်လန့်သောစိတ်ရှိ
သည်ဖြစ်၍ ဘုရားရှင်ကို ကန်တော့ ဝန်ချပြီးလျှင် ရိုသေစွာ ဆွမ်းလုပ်

၅၉။ ဧဝံ သင်္ခါရ ဘူတေသု၊
အန္ဓ ဘူတ ပုထုဇ္ဇနေ။
အတိရောစတိ ပညာယ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ သာဝကော။

အနက်—

ဧဝံ တထာ၊ တံမြက်ချေး စွန့်ရာဌာန လမ်းခရီးမဝယ် ဆန်း
ကြယ်လှစွာ ကြာပဒုမ္မာပေါက်သည့် အတူသာလျှင်။ သင်္ခါရ-
ဘူတေသု၊ ရှုပ်ရှုပ်ထွေးထွေး တံမြက်ချေးစုသဖွယ်ဖြစ်၍ ဖြစ်ကုန်
သော။ အန္ဓဘူတ- အန္ဓဘူတေသု၊ ပညာမျက်စိ ဟိတ်မရှိ၍
မသိလမ်းပန်း အကန်းသဖွယ်ဖြစ်၍ ဖြစ်ကုန်သော။ ပုထုဇ္ဇနေ-
ပုထုဇ္ဇနေသု၊ ကိလေများဖြင့် စိတ်မစင်၍ ဆင်ခြင်ကင်းကွာ
ထင်ရာပြုလို ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌။ ဇာတော၊ အံ့ဩစဖွယ်
ဆန်းကြယ်လှစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ သာဝကော၊
ငါဘုရား၏ တပည့်သားအကျော် ရဟန်းတော်တို့သည်။
ပညာယ၊ ထက်မြက်အရှိန် ဝရဇိန်ပမာ ဉာဏ်ပညာဖြင့်။
ပိရောစတိ၊ ကမ္ဘာ့ထိပ်စွန့် အောင်တံခွန်သို့ သာလွန်-ဝင့်ထယ်
အမြင်နယ်မှ တင့်တယ်လှပေ၏။

ကျေး၏ ဘုရားရှင်သည် ဆွမ်းအနုမောဒနာပြုခြင်းငှါ “ယထာ သင်္ကာ-
ရဓာနသ္မိ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ သီရိဂုတ္တ-
ဂရဟဒိန္န နှင့် တကွ ရှစ်သောင်းလေးထောင်သော သတ္တဝါတို့သည်
အကျတ်တရားကို ရလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၅၉။ တံမြက်ချေးလား ဖြစ်ပွားတကယ်၊
ဉာဏ်မျက်ကန်းစု ပုထုဇဉ်လယ်၊
မြတ်ဘုရား၏ တပည့်သွယ်သွယ်၊
ပညာဖြင့် ကြီးမြင့်လွန်တင့်တယ်။

စကားပြေ။ ။တို့အတူ ရှုပ်ရှုပ်ထွေးထွေး တံမြက်ချေးစုံ အမှိုက်ပုံ
သဖွယ် ဖြစ်ကုန်သော သူမိုက်သူကန်း ပုထုဇဉ်လူသရမ်း
တို့၏ အလယ်၌နေသော ဘုရားရှင်၏ တပည့်သားကျော် ရဟန်းတော်
သည် (ပညာမျက်စိမရှိသဖြင့်) အကန်းနှင့် တူကုန်သော ပုထုဇဉ် လူသရမ်း
တို့၏ အလယ်မှာ ဉာဏ်ပညာဖြင့် အမှန်တကယ် တင့်တယ်သာလွန်
လှပေ၏။

ပုပ္ဖဝဂ်-ပန်းအုပ်စုပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း (၅)

ဗာလဝဂ်-လူမိုက်အုပ်စု

၄၅။ အညတရပုရိသဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ပသေနဒီကောသလမင်းကြီးသည် သူများမယားကိုစွဲလမ်းသော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ လင်ကိုခေါ်ပြီး တယူဇနာဝေးရာအရပ်၌ ကုမုဒြာ

၆၀။ ဒီဃာ ဇာဂရတော ရတ္တိ၊
ဒီဃံ သန္တဿ ယောဇနံ။
ဒီဃော ဗာလာနု သံသာရော၊
သဒ္ဓမ္မံ အဝိဇာနတံ။

အနက်-

ဇာဂရတော၊ အိပ်၍မပျော် နိုးကြား၍ နေသောသူအား။
ရတ္တိ၊ ညဉ့်သုံးယာမ်သည်။ ဒီဃာ၊ အောက်မေ့ကြံတွေး ရှည်ဝေး
သကဲ့သို့ဖြစ်၏။ သန္တဿ၊ ခရီးစခန်း ပင်ပန်းနွမ်းနယ်သော
သူအား။ ယောဇနံ၊ တယူဇနာခရီးသည်။ ဒီဃံ၊ ရောက်လို့
စိတ်တွေး ဖန်ဖန်မေးလျက် ရှည်ဝေးသကဲ့သို့ဖြစ်၏။ သဒ္ဓမ္မံ၊
သူတော်ကောင်းတရားကို။ အဝိဇာနတံ၊ ပညာမျက်စိဖြင့်
မသိမထင် မမြင်နိုင်ကုန်သော။ ဗာလာနု၊ လူမိုက်တို့အား။
သံသာရော၊ ပြေးသွားကျင်လည်ရာ ဘဝသံသရာသည်။ ဒီဃော၊
လွန်စွာ ရှည်လျားလေသတည်း။

ကြာနှင့် အရုဏဝတီမြေကိုယူ၍ရေချိုးချိန်ကျလျှင်ရောက်စေ မရောက်လျှင် အဆုံးစီရင်မည်ဟု လွှတ်လိုက်ပြီးလျှင် ညည့်အခါ၌ ရာဂစိတ်ဖြင့် အိပ်သည့်ရှိသော် ဒု-သ-န-သော အသံကြီး လေးခွန်းကို ကြား၍ ထိတ်လန့်သောစိတ်ဖြင့် မအိပ်နိုင်ပဲ မိုးသောက်လျှင် မြတ်စွာဘုရား အထံသို့လာ၍ ဤအကြောင်းကိုလျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် အသင် မင်းကြီး ကဿပဘုရားလက်ထက်၌ သူဌေးသားလေးယောက် သူ့မယားတို့ကို မှောက်မှားမိ၍ အနှစ်ခြောက်သောင်းမှ တကြိမ်ပေါ်သော လောဟကုမ္ဘီလုအိုး၌ ခံရလေသည်။ အနှစ်ခြောက်သောင်းစေ၍ ပေါ်သည့်တွင် အချင်းချင်း ရုတ်ကနဲမြင်၍ စကားပြောကြမည် အကြံနှင့် ဒု-သ-န-သောဟူ၍ အက္ခရာတလုံးစီအစကိုဆို၍ ငရဲအိုး၌ မြုပ်ရလေကုန်၏။ ဤအသံလေးပါး သင်မင်းကြီးကြားသည် အန္တရာယ်မရှိဟု ဟောတော်မူသည်။ မင်းကြီးသည် အရှင်ဘုရား အိပ်မပျော်သောသူအား ညဉ့်တာရှည်သည်ဟု လျှောက်၏။ ထိုအခါမင်းကြီး

မြန်မာကဗျာ

၆၀။ နိုးကြားသူအား ညဉ့်များရှည်ကြာ၊
ခရီးပန်းများ ရှည်လျားယူဇနာ၊
သူတော်ဓမ္မ မသိကြရှာ၊
လူ့ဗာလ ရှည်လှသံသရာ။

60. Long is the night to the wakeful; long is the league to the weary; long is samsāra to the foolish who know not the Sublime Truth.

The Sublime Truth သူတော်ကောင်းတရား

စေခိုင်းလိုက်သော သူလည်းရောက်လာ၍ အရှင်ဘုရား ခရီးပန်းသော သူအား ယူဇနာခရီးသည်ရှည်လှစွာ၏ဟု လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်လည်း ထိုသူတို့ကို အကြောင်းပြု၍ တရားဟောတော်မူခြင်းငှါ “ဒီဃာ ဇာက-ရတောရတ္ထိ” ဂါထာကိုဟောတော်မူသည်။

ဝကားပြေ။ ။ အိပ်မပျော် (နှိုးကြား) သော သူအား ညဉ့်သုံးယာမ် သည် ရှည်လျား၏။ ခရီးပန်း၍နေသောသူအား (လေး ဂါဝုတ်ဟုဆိုအပ်သော) တယူဇနာ ခရီးလမ်းသည် ရှည်လျားဝေးလံ၏။ သူတော်ကောင်းတရားကို မသိသော လူမိုက်တို့အား သံသရာခရီးသည် လွန်စွာ ရှည်လျား၏။

၄၆။ မဟာကဿပသဒ္ဓိဝိဟာရိက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ပိပ္ပလိလိုဏ်ကူ၌ သီတင်းသုံးနေသော အရှင်မဟာကဿပ၏
တပည့်ဆိုးတယောက်သည် မထေရ်မြတ် ဆုံးမသည့်ကို မနာယူ ရန်ငြိုးဖွဲ့

၆၁။ စရဉ္စေ နာမိဂစ္ဆေယျ၊
သေယံ သဒ္ဓိသမတ္တနော။
ကေစရိယံ ဒဠ္ဋံ ကယိရာ၊
နတ္ထိ ဗာလေ သဟာယတာ။

အနက်—

စရိ-စရဉ္စော၊ ကလျာဏမိတ္တ သဟာယကို ရအောင်ရှာငြား
တရားကို ကျင့်သောသူသည်။ အတ္တနော၊ မိမိထက်။ သေယံ ဝါ၊
သီလသမာဓိ ပညာ ထူးချွန် သာလွန်သူကို၎င်း။ အတ္တနော၊ မိမိ
နှင့်။ သဒ္ဓိ သံဝါ၊ ဂုဏ်ရည်တူသူကို၎င်း။ စေ နာမိဂစ္ဆေယျ၊ အကယ်
၍ မတွေ့နိုင် မရနိုင်ခဲ့မှ။ ကေစရိယံ၊ အဖော်မလှောက်
တယောက်တည်း ကျင့်ခြင်းကို။ ဒဠ္ဋံ၊ စွဲမြဲစွာ။ ကယိရာ၊ လုံ့လ
ပြုကာ ကျင့်ပေရာ၏။ ဗာလေ၊ လူမိုက်၌။ သဟာယတာ၊ အဆွေ
ခင်ပွန်း ကျွမ်းဝင် ဆက်ဆံသောသူ၏အဖြစ်သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ
တောပေ။

လျက် မထေရ်မြတ်ဆွမ်းခံကြွခိုက်တွင် ကျောင်းကိုမီးတိုက်၍ ထွက်ပြေး
ကြောင်းကို ရဟန်းတို့က ဘုရားအား လျှောက်ကြရာတွင် “စရဉ္ဇေ-
နာဓိဂစ္ဆေယျ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၆၁။ တရားကျင့်သူ တန်းတူကဲသာ၊
မရသော်လဲ တယောက်ထဲသာ၊
စွဲစွဲမြဲမြဲ ကျင့်မြဲကျင့်ပါ၊
ဗလမိုက် အလိုက်ရှောင်ကြဉ်ပါ။

61. If, as he fares, he meets no companion who is better or equal, let him firmly pursue his solitary career; there is no fellowship with the foolish.

စကားပြေ။ ။ သူတော်ကောင်းတရားကို ကျင့်သူ (ရှာဖွေကြံဆသူ)
သည် ကိုယ်ထက် (သီလသမာဓိပညာ) သာလွန်သူကို၎င်း
မိမိနှင့်မူ ဂုဏ်တူသူ (အဖော်မိတ်ဆွေ) ကို၎င်း မတွေ့နိုင်ခဲ့မှ တယောက်
တည်းသာ ကောင်းမွန်စွဲမြဲစွာ ကျင့်ကြံ (လိုက်စား) ရာ၏။ လူမိုက်နှင့်ကား
မိတ်ဖွဲ့ပေါင်းသင်းခြင်း အလျင်းမရှိရာ။

solitary

တယောက်တည်း၊ တကိုယ်တည်း

fellowship

မိတ်ဖွဲ့ပေါင်းသင်းခြင်း (အဖော်)

၄၇။ အာနန္ဒသေဋ္ဌိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သာဓတ္ထိပြည်၌ ကုဋေရှစ်ဆယ်ကြွယ်ဝသော အာနန္ဒာသူဌေး သည် အလွန်ဝန်တိုသည်ဖြစ်၍ မိမိလည်းမစား မသုံးရက် သူတပါး တို့အားလည်း မပေးကမ်းရက် မူလသိရှိမည်သော မိမိသားကိုလည်း

၆၂။ ပုတ္တာ'မတ္ထိ ဓ နမ'တ္ထိ၊
ဣတိ ဗာလော ဝိဟညတိ။
အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နတ္ထိ၊
ကုတော ပုတ္တာ ကုတော ဓနံ။

အနက်—

မေ၊ ငါအား။ ပုတ္တာ၊ အားကိုးရာ ထင်စား၍ မွေးထားအပ် ကုန်သော သားသမီးတို့သည်။ အတ္ထိသန္တိ၊ ရှိကြပေကုန်၏။ ဓနံ၊ ဖွေရှာသိမ်းဆည်း ပစ္စည်း ဥစ္စာ ရတနာသည်။ အတ္ထိ၊ ထင်ရှား ရှိပေ၏။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ဗာလော၊ အနိစ္စ လက္ခဏာကို ကောင်းစွာ မထင် မမြင်မသိ သတိမရှိသော သူမိုက်သည်။ ဝိဟညတိ၊ မရွှင် မလန်း ပင်ပန်းညှိုးပိန် စိုးရိမ်ရလေ၏။ ဧဝံ၊ ဤသို့ မရွှင်မလန်း ပင်ပန်းညှိုးပိန် စိုးရိမ်ရပါသော်လည်း။ အတ္တနော၊ မီးတောက် မီးလျှံဖြင့် ပြင်းထန်တောက်လောင်သည့်ပမာ သေရာညောင် စောင်း၌ တပြောင်းခွေ့ခွေ့ ရောဂါတွေ့သော မိမိအား။ အတ္တာပိ၊ ရေချိုးသုံးသပ် မှန်မြတ်ဘောဇဉ် ချိုချဉ်ရသာ နံ့သာ ပန်းမာလ် လိမ်းကြံပြုပြင် ဝတ်ဆင်တန်ဆာ ယူငင်စရာဖြစ်သော ကိုယ်ခန္ဓာမျှသည်လည်း။ နတ္ထိ၊ တစိုးတစိ မရှိပါချေ။ ပုတ္တာ၊ ယူငင်စရာ ပြင်းစွာထင်ရှား မွေးမြူထားအပ်သော သမီးသားတို့ သည်။ ကုတောအတ္ထိ၊ အဘယ်မှာလျှင် ရှိနိုင်ပါတော့အံ့နည်း။ ဓနံ၊ ဖွေရှာသိမ်းဆည်း ပစ္စည်းဥစ္စာ ရတနာသည်။ ကုတောအတ္ထိ၊ အဘယ်မှာလျှင် ရှိနိုင်ပါတော့အံ့နည်း။

ငါကဲ့သို့ နှမြောစုံမက်ရမည်ဟု ဆုံးမ၏။ ထိုသူဌေးသေ၍ ဒုန်းစက္ကား အမျိုး၌ဖြစ်၏။ အရွယ်သို့ရောက်လျှင် ခွက်လက်စွဲ၍ တောင်းစား ခြင်းငှါ လှည့်လည်သည်ရှိသော် ရှေးဘဝက နေဘူးသော မိမိအိမ်သို့ ရောက်၍ တက်လာလျှင် သားဖြစ်သော မူလသိရိသူဌေး၏ကျေးကျွန် တို့သည် ဆွဲငင်ရိုက်ပုတ်၍ ချလေကုန်၏။ ဘုရားရှင် ဆွမ်းခံဝင်ရာတွင် မြင်၍ သား မူလသိရိသူဌေးကို ခေါ်စေ၍ အာနန္ဒာသူဌေးဝင်စား ကြောင်းကို မိန့်တော်မူ၍ မြေ၌မြုပ်အပ်သော ရွှေအိုးငါးလုံးကို ဖော် စေ၍ ပရိသတ်တို့အား တရားဟောခြင်းငှါ “ပုတ္တာမတ္ထိ ဓနမတ္ထိ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ရှစ်သောင်းလေးထောင်သော သတ္တဝါ တို့သည် အကျွတ်တရားရလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၆၂။ သမီးသားနှင့် စီးပွားဥစ္စာ၊
ငါ့မှာရှိသား မိုက်မှားနှမ်းကာ၊
ငါ့ကိုယ်လုံးဝ အတ္တကင်းကွာ၊
သမီးသား ဘယ်များရှိနိုင်ပါ။

62. “Sons have I; wealth have I”: Thus is the fool worried; verily, he himself is not his own. Whence sons? Whence wealth?

စကားပြေ။ ။ ငါ့အား သားသမီးများရှိ၏။ ဥစ္စာပစ္စည်းတွေလည်း ရှိ၏။ ဤသို့ (သားသမီးနှင့် ပစ္စည်းဥစ္စာကို) တွယ်တာ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ ပင်ပန်းရ၏။ အမှန်အားဖြင့် ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ တွယ်တာစရာမရှိတော့၊ သားသမီးဥစ္စာ ဘယ်မှာလျှင် ရှိနိုင်ပါတော့ အံ့နည်း။

worried
verily

ပင်ပန်း ဆင်းရဲသည်
အမှန်မူချ မှန်ကန်စွာ

၄၈။ ဂဏ္ဍိကံ ဘေဒက စောရ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌နေတော်မူသော အခါ ဥစ္စာထုပ်ကိုဖြေယူတတ်သော ခိုးသူနှစ်ယောက်တို့သည် တရား နာသော သူနှင့်တကွ ကျောင်းတော်သို့ လာကုန်၏။ တယောက်သည် တရားတော်ကိုနာ၍ သောတာပန်တည်း၏။ တယောက်ကား သူတပါး ဥစ္စာထုပ်ကိုဖြေ၍ ခိုး၏။ အိမ်သို့ပြန်ကြကုန်သည်ရှိသော် ခိုးယူခဲ့သော

၆၃။ ယော ဗာလော မညတိ ဗာလံ၊

ပဏ္ဍိတော ဝါပိ တေန သော။

ဗာလော စ ပဏ္ဍိတမာနီ၊

သ ဝေ “ဗာလော”တိ ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယောဗာလော၊ အကြင်သူမိုက်သည်။ ဗာလံ၊ မိမိမိုက်မဲ တွေဝေသည်၏ အဖြစ်ကို။ မညတိ၊ အောက်မေ့ဆင်ခြင် သိမြင် ပေ၏။ တေန၊ ထိုသို့ သိသောကြောင့်။ သောဗာလော၊ ထိုသူမိုက် သည်။ ပဏ္ဍိတော ဝါပိ၊ ပညာရှိဖြစ်ပါသေး၏။ ဗာလော စ၊ မိုက်သောသူဖြစ်နေပါလျက်လည်း။ ပဏ္ဍိတမာနီ၊ မိမိကိုယ်ကို ပညာရှိဟုထင်မှတ်သော။ သော၊ ထိုသူကို။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ဗာလောတိ၊ အမိုက်တကာတို့တွင် လိုက်ရှာ၍ မရလောက်အောင် တကဲ့လူမိုက်ကြီးဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ခေါ်ဆိုအပ်ပေသတည်း။

သူသည် သင်ကား မိုက်သောကြောင့် တရားကိုနာ၍ တစုံတခုမှ မရ၊
ငါကား ဤမျှသော ဥစ္စာကို ရသည့်ဟုဆို၏။ သောတာပန်တည်သော
ခိုးသူသည် ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား လျှောက်ရာတွင်
“ယော ဗာလော မညတိ ဗာလံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၆၄။ အကြင်လူမိုက် ကိုယ်မိုက်ဖြစ်အင်း၊
သိမြင်လေဘိ ပဏ္ဍိမည်တွင်၊
လူမိုက်ခေါင်ထိ ပဏ္ဍိကိုယ်ထင်၊
ထိုလူမိုက် ဆိုထိုက်ဗာလပင်။

63. A fool who thinks that he is a fool is for that very reason a wise man; the fool who thinks that he is wise is called a fool indeed.

စကားပြေ။ ။ (မိုက်သူပင်ဖြစ်စေကာမူ) မိမိကိုယ်ကို လူမိုက်ဟုသိသော
သူသည် အမှန်ကို သိသောသူဖြစ်သဖြင့် ပညာရှိဖြစ်ပါ
သေး၏။ မိမိကိုယ်ကို လူလိမ္မာပညာရှိဟု ထင်မှတ်သူသည် (မိမိမိုက်နေ
ကြောင်း မိမိပြန်မသိသဖြင့်) တကဲ့ ပညာမဲ့ လူမိုက်ကြီးဟု ခေါ်ဆိုအပ်၏။

for that very reason ထိုသို့သိသောကြောင့် (မှတ်ထင်သောကြောင့်)

၄၉။ ဥဒါယိတ္တေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ တရားဟောနေရာ၌ တုက်နေသော ဥဒါယိ မထေရ်ကို အာဂန္တု ရဟန်းတို့သည် ဗဟုသုတ စာတတ်ပေတတ် မထေရ်မှတ်၍ ပြဿနာကို မေးလျှင် တစုံတခုမှ မရသောကြောင့် ကဲ့ရဲ့၍ ဘုရားကို လျှောက်ရာ

၆၄။ ယာဝဇီဝမ္ပိ စေ ဗာလော၊

ပဏ္ဍိတံ ပယိရူပါသတိ။

န သော ဓမ္မံ ဝိဇာနာတိ၊

ဒဗ္ဗိ သူပရသံ ယထာ။

အနက်—

ယောဗာလော၊ ပညာသတိ မရှိကင်းကြိုက် အကြင်လူမိုက် သည်။ ယာဝဇီဝမ္ပိ၊ အသက်ရှည်နေသမျှ ကာလပတ်လုံးလည်း။ ပဏ္ဍိတံ၊ လိမ္မာမြင်သိ ပညာရှိကို။ စေ ပယိရူပါသတိ၊ အနီးမပြတ် အကယ်၍ ဆည်းကပ်သည်ဖြစ်အံ့။ ဧဝံပိ၊ ဤသို့မပြတ် ဆည်းကပ် အပ်သော်လည်း။ သော ဗာလော၊ ပညာသတိ မရှိကင်းကြိုက် ထိုလူမိုက်သည်။ ဓမ္မံ၊ အပါယ်လေးရပ် ကင်းပြတ်ဆောင်ဘိ သုဂတိသို့ ရောက်ရှိစေတတ် တရားမြတ်ကို။ န ဝိဇာနာတိ၊ မုချ တိတိ မသိမမြင်နိုင်။ ကိမိဝ၊ ဥပမာပုံဆို ဘယ်လိုပါနည်းဟူမူ ကား။ ဒဗ္ဗိ၊ ဟင်းမွှေနေကြ ယောက်မသည်။ သူပရသံ၊ ဟင်း၏ အရသာကို။ န ဝိဇာနာတိ ယထာ၊ တစိုးတစီမျှ မသိနိုင်ဘိသကဲ့သို့ ပေတည်း။

တွင် “ယာဝဇီဝဗ္ဗိ စေ ဗာလော” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
အာဂန္တုရဟန်းတို့သည် အကျွတ်တရားကို ရလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၆၄။ လူမိုက်ငတ် ပညာရှိထံ၊
သက်ဆုံးမပြတ် ဆည်းကပ်အမှန်၊
တရားမှန်ဘိ မသိကေန်၊
ဟင်းရသ ယောက်မ မသိဟန်။

64. Though a fool through all his life associates with
a wise man, he no more understands the Dhamma
than a spoon the flavour of soup.

စကားပြေ။ ။ ဟင်းမွှေနေကြ ယောက်မ (ဇွန်း) သည် ကြာရှည်စွာ
ဟင်းကို မွှေနှောက်နေသော်လည်း ဟင်း၏အရသာကို
မသိသကဲ့သို့ လူမိုက်တယောက်သည် အသက်ရှည်သမျှ ကာလပတ်လုံး
ပညာရှိထံပုဂံ ဆည်းကပ်၍ နေငြားသော်လည်း သူတော်ကောင်းတရား
ကို မသိရှာ နားမလည်ပေ။

associates
flavour

ဆည်းကပ်သည်
အရသာ

၅၀။ တိံသပါဝေယျကဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ပါပေယျက ရဟန်းသုံးကျိပ်တို့သည် ရှေးဦးစွာ ကပ္ပိသိကတောအုပ်၌ သောတာပန်ဖြစ်ကုန်၍ အနုမဟဂ္ဂသုတ်ဖြင့် ရဟန္တာဖြစ်လေကုန်၏။

၆၅။ မုဟုတ္တမပိ စေ ဝိညု၊
ပဏ္ဍိတံ ပယိရုပါသတိ။
ခိပ္ပံ ဓမ္မံ ဝိဇာနာတိ၊
ဇိဝ္ဗါ သူပရသံ ယထာ။

အနက်—

ယော ဝိညု၊ ကြားသိလိမ္မာ အကြင်ပညာရှိသည်။ မုဟုတ္တမပိ၊ မကြာမထင် ဆောလျင်မြန်လှ တခဏမျှသော်လည်း။ ပဏ္ဍိတံ၊ မိမိထက်သာ ပညာလွန်ဘိ ပညာရှိကို။ စေ ပယိရုပါသတိ၊ အကယ်၍ ဆည်းကပ်သည်ဖြစ်ခဲ့ပါအံ့။ ဇိဝ္ဗါ၊ လျှာသည်။ သူပရသံ၊ ဟင်း၏အရသာကို။ ခိပ္ပံ၊ လျင်လျင် မြန်မြန်။ ဝိဇာနာတိ ယထာ၊ သေချာတိတိ အမှန် သိသကဲ့သို့။ သော ဝိညု၊ လိမ္မာတတ်သိ ထိုပညာရှိသည်။ ဓမ္မံ၊ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန် အမှန်ဆောင်တတ် တရားမြတ်ကို။ ခိပ္ပံ၊ လျင်လျင်မြန်မြန်။ ဝိဇာနာတိ၊ သေချာတိတိ အမှန်သိလေသတည်း။

ဤရဟန်းသုံးကျိပ်တို့သည် လျင်မြန်စွာ တရားကိုသိကုန်၏ဟု တရားသဘင်၌ ရဟန်းတို့ပြောဆို ချီးမွမ်းကြရာတွင် “မုဟုတ္တ မပိ စေ ဝိညူ” ဂါထာကိုဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၆၅။ ပညာတော်ဘိ ဉာဏ်ရှိသူပင်၊
 ကိုယ့်ထက်သာဟိတ် ပဏ္ဍိတ်ထံတွင်၊
 ဆည်းကပ်စား တရားသိမြင်၊
 ဟင်းရသ သိရ လျှာအသွင်။

65. Though an intelligent person only for a moment associates with a wise man, quickly he understands the Dhamma as the tongue the flavour of soup.

စကားပြေ။ ။လျှာသည် ဟင်း၏အရသာကို လျင်မြန်စွာသိသကဲ့သို့ အသိ အလိမ္မာ ဉာဏ် ပညာရှိသောသူသည် တဏှာမျှ ပညာရှိထံ ဆည်းကပ် နာခံရသည်ရှိသော် သူတော်ကောင်းတရားကို လျင်မြန်စွာ နားလည် သဘောပေါက်လေ၏။

for a moment

တဏှာမျှ

associates

ဆည်းကပ်သည်

flavour

အရသာ

soup

ဟင်းရည်

၅၁။ သုပ္ပဗုဒ္ဓကုဋိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဘုရားရှင်၏တရားတော်ကို ပရိသတ်စွန်းကနေ၍ နာသော “သုပ္ပဗုဒ္ဓ” လူနုသည် သောတာပန်ဖြစ်၍ “သုပ္ပဗုဒ္ဓ” သင်ကားဆင်းရဲ လှ၏။ ဥစ္စာများစွာပေးမည်။ ငါသိကြားဖြစ်သည် ဘုရားကို ဘုရား မဟုတ်ဟု ဆိုစမ်းပါဟု သိကြားမင်းကပြောလျှင် သင် အလွန်မိုက်စွာ တကား။ ဤမျှလောက်မိုက်သောသူနှင့် ငါစကားမပြောလို။ ငါ၌ သူတော်ကောင်းဥစ္စာ ရတနာခုနစ်ပါး များစွာရှိ၏ဟု မောင်းမဲ လိုက်၍ မြတ်စွာဘုရားထံသို့ရောက်လျှင် ဤအကြောင်းကို လျှောက်ပြန် လေ၏။ ရဟန်းတို့သည် အရှင်ဘုရား၌သုပ္ပဗုဒ္ဓသည် မဂ်ဖိုလ်ရကြောင်း

၆၆။ စရန္တိ ဗာလာ ဒုမ္မေဓာ၊
အမိတ္ထေနော အတ္တနာ။
ကရောန္တာ ပါပကံ ကမ္မံ၊
ယံ ဟောတိ ကဋုကပ္ပလံ။

အနက်—

ယံ ကမ္မံ၊ အကြင်ကံသည်။ ကဋုကပ္ပလံ၊ စပ်ပူပြင်းစွာ မခံသာ သော အကျိုးရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ပါပကံ၊ ညစ်ညမ်း မသမာ လွန်ယုတ်မာသော။ တံ ကမ္မံ၊ ထိုမကောင်းမှုကံကို။ ကရောန္တာ၊ ပြုကြကုန်လျက်။ ဒုမ္မေဓာ၊ ပညာကင်းမဲ့ကုန်သော။ ဗာလာ၊ ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ နှစ်ဖြာအကျိုး ပွားတိုးရန်မသိ မိုက်မဲဘိသော သူတို့သည်။ အမိတ္ထေနော၊ စီးပွားကင်းမဲ့ ချို့နဲ့စေရန် ရန်သူ ဖြစ်၍သာလျှင် ဖြစ်သော။ အတ္တနာ၊ ကိုယ်ဖြင့်။ စရန္တိ၊ ဘဝ ထို ဤ ကျင်လည် ပြေးသွားကြလေကုန် သတည်း။

ကောင်းမှုကုသိုလ်ရှိလျက် အဘယ်ကြောင့် နှာနည်းဟုလျှောက်သည်
တွင် ဤသုပ္ပဒ္ဒသည့် လွန်လေပြီးသောအခါက တကရသိခိမည်သော
ပစ္စေကဗုဒ္ဓါကို တံတွေးဖြင့်ထွေး၍ ပြစ်မှားဘူးသောကြောင့် ကြာမြင့်
စွာ ငရဲ၌ ခံပြီး ဤဝိပါက်ကြွင်းအားဖြင့် လူနုဖြစ်ရသည်ဟု မိန့်တော်
မူပြီးလျှင် “စရန္တိ ဗာလာ ဒုဗ္ဗေဓာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၆၆။ ဉာဏ်မဲ့လူမိုက် သွားလိုက်သံသာ၊
မိမိကိုယ်၌ ရန်မိုက်ပေ့ကာ၊
အကုသိုလ်ထုပ် ပြုလုပ်ခါခါ
ခံရခက် ကျိုးဆက်ဖြစ်ပေါ်လာ။

66. Fools of little wit move about with the very self
as their own foe, doing evil deeds, the fruit of which
is bitter.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သို့သော စပ်ပူပြင်းစွာ မခံသာသောအကျိုး
ရှိသည့် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံကို ပြုကြကုန်လျက်
ပညာနည်းသော လူမိုက်တို့သည် မိမိတို့၏ရန်သူဖြစ်သော ကိုယ်ခန္ဓာဖြင့်
လှည့်လည်ရလေကုန်၏။

of little wit
move about
as their own foe

ပညာနည်းသော
လှည့်လည်ရလေ၏
မိမိတို့၏ရန်သူဖြစ်သော

၅၂။ ကဿပဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ခိုးသူတို့သည် သာဝတ္ထိမြို့တွင်း၌ ဥစ္စာကိုခိုး၍ အသွားတွင် တခုသော လယ်၏အနီး၌ ဥစ္စာထောင်ထုပ်ကျ၍ နေလေ၏။ လယ်ထွန်ယောက်ျားတယောက်သည် ထိုလယ်ကို မိုးမလင်းမီကပင် သွား၍ ထွန်လေ၏။ ဘုရားရှင်သည် လယ်ထွန်ယောက်ျားအား သနားသဖြင့် ရှင်အာနန္ဒာနှင့်တကွ လယ်ထွန်ရာသို့ ကြွလာခဲ့၍ ဥစ္စာထောင်ထုပ်ကိုပြုလျက် အာနန္ဒာအဆိပ်ကန်သော မြေကိုမြင်၏လောဟုမေးတော်မူ၏။ မြင်ပါ၏ဟု အာနန္ဒာကလျှောက်လေ၏။ ဤမျှကို မိန့်တော်မူ၍ ကျောင်းတော်သို့ ပြန်လေ၏။ လယ်ထွန်ယောက်ျားသည် မြေရှိသလောဟုကြည့်သော် ဥစ္စာထုပ်ကိုမြင်၍ သဲဖုံးပြီးသော် လယ်ထွန်မြဲ ထွန်

၆၇။ န တံ ကမ္မံ ကတံ သာဓု၊
ယံ ကတွာ အနုတပ္ပတိ။
ယဿ အဿုမုခေါ ရောဒံ၊
ဝိပါကံ ပဋိသေဝတိ။

အနက်—

ယံကမ္မံ၊ အကြင်သို့သော အမှုကို။ ကတွာ၊ ပြုသည်ရှိသော်။ ဝါ၊ ပြုမိသောကြောင့်။ အနုတပ္ပတိ၊ နောင်တ တဖန် ပူပန်ရ၏။ အဿုမုခေါ၊ မျက်ရေဒီးဒီး ယိုစီးကျထွက်သော မျက်နှာရှိသည် ဖြစ်၍။ ရောဒံ-ရောဒန္တော၊ စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကျွေးမြည်တမ်းလျက်။ ယဿ ကမ္မဿ၊ အကြင်ကံ၏။ ဝိပါကံ၊ အကျိုးဖလ ဝိပါကကို။ ပဋိသေဝတိ၊ မှီဝဲခံစားရ၏။ ကတံ၊ ပြုအပ်သော။ တံ ကမ္မံ၊ ထိုမကောင်းမှုကံသည်။ န သာဓု၊ မကောင်း။

လေ၏။ ဥစ္စာရှင်တို့သည် ခြေရာခံ၍ လိုက်လာသည်ရှိသော် ဥစ္စာထုပ်
ကို ရ၍ လယ်ထွန်ယောကျာ်းကို ဖမ်းပြီးသော် မင်းအိမ်သို့ပို့လေ၏။
မင်းအိမ်၌ စစ်ဆေးသည့်ရှိသော် ဘုရားရှင်ကို သက်သေပြုသော
ကြောင့် ကျောင်းတော်သို့သွား၍ ဘုရားရှင်ကို လျှောက်လေ၏။
ဘုရားရှင်သည် သက်သေအရာ၌ တည်တော်မူ၍ ကောသလမင်းနှင့်
တကွ ထိုယောကျာ်းကို တရားဟောတော်မူခြင်းငှါ “န တံ ကမ္မံ ကတံ
သာဓု” ဂါထာကိုဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၆၇။ ကိစ္စသီးသီး ပြုပြီးစီမံ၊
ပူပန်ညှိုးလျှဲ ငိုရဖန်ဖန်၊
မကောင်းကျိုးဆက် ခံခက်ပြင်းထန်၊
ထိုအမှု ပြုက မကောင်းပြန်။

67. That deed is not well done when after having done it one repents, and when one weeping and with tearful face reaps the fruit thereof.

စကားပြေ။ ။ အမှုကိစ္စ အဝဝကို ပြုလုပ်ပြီးသည် ရှိသော် နောင်တ
တဖန် ပူပန်ရတတ်ခါ မျက်ရည်ယိုစီးသော မျက်နှာနှင့်
ငိုညည်းရှိုက်ရှိုက် အပူတိုက်သော ဆင်းရဲဒုက္ခ အကျိုးရလျှင် ထိုကဲ့သို့ပြု
ထိုအမှုသည် မကောင်းလှပေ။

၅၃။ သုမနမာလာကာရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သုမနပန်းသည်သည် ပိဗ္ဗိသာရမင်းကို ပန်းဆက်ခြင်းငှါ နန်းတော်သို့အလာတွင် ရောင်ခြည်တော်ခြောက်သွယ်လွှတ်၍ သံဃာတော်ပေါင်း ခြံရံလျက် ဆွမ်းခံကြွတော်မူသော ဘုရားရှင်ကို မြင်၍ အလွန်ကြည်ညိုရကား မင်းကိုမဆက်ရ၍ သတ်လိုမှု သတ်စေဟုကြံပြီး လျှင် အလုံးစုံသောပန်းတို့ဖြင့် ပူဇော်၏။ ပူဇော်သမျှသော ပန်းတို့သည် ဘုရားရှင်အပေါ်၌ မိဘာန်ကြွက်၍ လက်ဝဲ လက်ျာ နောက်တော်မှလည်း ပန်းမိဘာန်ကာလျက် ကြွတော်မူရာ လိုက်လေ၏။ ရပ်တော်မူလျှင် ပန်းတို့သည် ရပ်လေ၏။ ရာဇဂြိုဟ်မြို့တွင်း တအိမ်

၆၀။ တဉ္စ ကမ္မံ ကတံ သာဓု၊
ယံ ကတော နာနုတပွတိ။
ယဿ ပတိတော သုမနော၊
ဝိပါကံ ပဋိသေဝတိ။

အနက်—

ယံ ကမ္မံ၊ အကြင်အမှုကို။ ကတော၊ ပြုပြီး၍။ ဝါ၊ ပြုသည်ရှိသော်။ ဝါ၊ ပြုမိသောကြောင့်။ နာနုတပွတိ၊ နောင်တတဖန် မပူပန်ရပေ။ ပတိတော၊ နှလုံးချမ်းမြည် ဂွမ်းဆီထိသို့ ပီတိတက်ကြွ နှစ်သက်ရသည်ဖြစ်၍။ သုမနော၊ ငမ်းသာရွှင်ပျစိတ်ရှိလှသည်ဖြစ်၍။ ယဿ ကမ္မဿ၊ အကြင်ကံ၏။ ဝိပါကံ၊ ချမ်းသာအကျိုး ပွားတိုးသမျှကို။ ပဋိသေဝတိ၊ ခံစားရ၏။ ကတံ၊ ဆည်းပူးကြိုးကုတ် အားထုတ်အပ်သော။ တဉ္စ ကမ္မံ၊ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်စွာ ခံစားရာမှန် ထိုကောင်းမှုကံသည်ကား။ သာဓု၊ ပစ္စုပ္ပန် သံသရာ နှစ်ပြာစုပေါင်း ကောင်းလှပေသတည်း။

မကျန်ထွက်၍ ကြည့်ကြလေ၏။ သုမနပန်းသည်အား များစွာသော
 လာဘ်တို့ကို ပေးလေကုန်၏။ ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးလည်း ဤအံ့ဖွယ်
 သရဲကိုမြင်၍ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွန် မိန်းမ၊ ကျွန်ဇယားကျား၊ သတ္တိသမီး၊
 အသပြာတထောင်၊ ရွာကြီးရှစ်ရွာတို့ကို ပေးလေ၏။ ဘုရားရှင်
 ကျောင်းတော်တို့ရောက်လျှင် “တဉ္စ ဂမ္မံ ဂတံ သာဓု” ဂါထာကို
 ဟောတော် မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၆၈။ အကြင်အမှု ပြုပြီး၍သာ၊
 ပူပန်မရှိ ပီတိဝေဖြာ၊
 ဝမ်းမြောက်ရွှင်မြူး ကျိုးထူးပေးလာ၊
 ထိုအမှု ပြုက ကောင်းပေတာ။

68. That deed is well done when after having done
 it one repents not, and when one with joy and pleasure
 reaps the fruit thereof.

စကားပြေ။ ။ အကြင်အမှု တခုခုကို ပြုပြီးသည်ရှိသော် နောင်တဖန်
 မပူပန်ရပဲ နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်စွာနှင့် ချမ်းသာအကျိုး
 ပွားတိုးသမျှ ခံစားရလျှင် ထိုကဲ့သို့ပြု ထိုအမှုသည် ကောင်းလှပေ၏။

၅၄။ ဥပ္ပလဝဏ္ဏာထေရီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဥပ္ပလဝဏ္ဏထေရီမသည် အန္ဓဝန်တော်၌ နေစဉ် ဦးရီး၏သား ဖြစ်သော နန္ဒလုလင်သည် ထေရီမကိုဖျက်ဆီး၍ မြေမျိုလေ၏။ ဤ

၆၉။ မရဝါ မညတိ ဗာလော၊

ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။

ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊

အထ ဒုက္ခံ နိဂစ္ဆတိ။

အနက်—

ဗာလော၊ သူမိုက်သည်။ ယာဝ၊ အကြင်မျှလောက်။ ပါပံ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုသည်။ န ပစ္စတိ၊ ဆင်းရဲပြင်းပြ ခံစားရမျိုး အကျိုးမပေးသေး။ တာဝ၊ ထိုမျှလောက်။ ပါပံ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုကို။ မရဝ၊ ချိုမွန်လှစွာ ပျား သကာကဲ့သို့။ မညတိ၊ အောက်မေ့မှတ်ထင်၏။ ယဒါ စ၊ အကြင် အခါ၌ကား။ ပါပံ၊ ဒုက္ခရိတ ပါပညစ်ကျ မကောင်းမှုသည်။ ပစ္စတိ၊ ဆင်းရဲအမျိုးမျိုး အကျိုးပေး၏။ တဒါ၊ ထိုအခါ၌။ ဗာလော၊ သူမိုက်သည်။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲပူပြင်း ဒုက္ခတိုင်းသို့။ နိဂစ္ဆတိ၊ ရောက်ရလေသတည်း။

အကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား ရဟန်းတို့လျှောက်ထားရာတွင် “မခုဝါ
မညတိ ဗာလော” ဂါထာကို ဟောတော်မူလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၆၉။ မကောင်းမှုကျိုး မတိုးဝင်မီ၊
လူမိုက်ဗာလ ထင်ကြ ပျားရည်။
မကောင်းပူဆွေး ကျိုးပေးလေပြီ၊
အပူတိုက် လူမိုက် ကျရောက်သည်။

69. 'As sweet as honey the fool thinks an evil deed,
so long as it ripens not; but, when it ripens, then he
comes to grief.

●ကားပြေ။ ။လူမိုက်သည် မိမိပြုထားသော မကောင်းမှုများအကျိုး
မပေးသေးသမျှကာလပတ်လုံး (နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်
ခြင်းဖြစ်ခါ) ပျားသကာကဲ့သို့ ချိုမြိန်ပျော်စရာသဘောကြည်နေ၏။ သူပြုထား
သော မကောင်းမှုများ အကျိုးပေးလာသောအခါ ထိုလူမိုက်သည်
လွန်စွာ ပူပြင်း ဆင်းရဲခြင်းသို့ ရောက်လေ၏။

honey

ပျားရည်

so long as it ripens not မကောင်းမှုအကျိုးမပေးသမျှကာလပတ်လုံး

၅၅။ ဇမ္ဗူကတ္ထေရာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဇမ္ဗူက တက္ကတန်းသည် ကျင်ကြီးစွန့်ရာအရပ်၌ အဝတ်မဝတ်ပဲ ညဉ့်အခါ ကျင်ကြီးကိုစားလျက် နေအခါ ခြေတဖက်ကိုမြှောက် ခံတွင်းကို ကောင်းကင်သို့ ရွေးရှုလျက် လေကိုစားသည်။ မြေပြိုမည်ကို စိုးသောကြောင့် ခြေတဖက်ကို ကြွသည်ဟု လူအများကိုပြောလျက် တဆယ့်ငါးနှစ်ပတ်လုံးနေ၏။ အင်္ဂု၊မဂ္ဂေ တိုင်းသားတို့သည် သူတော် ကောင်းမွတ်၍ လစဉ်မပြတ် ထောပတ်၊ပျား၊ဆီ ချိုအီရသာတို့ဖြင့် ပူဇော်လေသော် သမန်းမြက်ဖျားဖြင့် ဧကန်၍ လျှာဖျား၌တင်ပြီးလျှင် သွားကြလော့ အကျိုးဖြစ်လောက်ပါပြီဆို၍ လွတ်လိုက်၏။ ဘုရားရှင် သည် ဇမ္ဗူက၏ နေရာသို့ ကြွတော်မူ၍ တညညှပ်ပတ်လုံး တည်းခိုတော် မူလျှင် မိုးသည်းစွာရွာ၍ ထိုအရပ်သည် သန့်ပြန့်သောနေရာ ဖြစ်လေ

၇၀။ မာသေ မာသေ ကုသဂ္ဂေန၊
ဗာလော ဘုဠေယျ ဘောဇနံ။
န သော သင်္ခါတဓမ္မာနံ၊
ကလံ အဂ္ဂတိ သောဠသိ။

အနက်—

ယောဗာလော၊မသိမလိမ္မာ ပညာကင်းကြိုက် အကြင်လူမိုက် သည်။ မာသေ မာသေ၊ လတိုင်း လတိုင်း။ ကုသဂ္ဂေန၊ သမန်း မြက်ဖျားဖြင့်သာလျှင်။ ဘောဇနံ၊ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို။ ဘုဠေယျ၊ အကျင့်ခေါင်းပါး လှည့်ပတ်ငြားသဖြင့် ယူစားငြားအံ့။ တထာ- ပိ၊ ထိုသို့ တလကုန်ခမ်း တလဆန်းဝယ် သမန်းမြက်ဖျားဖြင့် စားသုံး၍ ကျင့်သော်လည်း။ သော ဗာလော၊ မသိမလိမ္မာ ပညာကင်းကြိုက် ထိုလူမိုက်သည်။ သင်္ခါတဓမ္မာနံ၊ သူတော် ကောင်းတရားကိုပိုင်းခြား၍ သိနေသော သူတို့၏။ သောဠသိ- ကလံ၊ တဆယ့်ခြောက်စိတ် စိတ်၍ တစိတ်ကိုမျှ။ န အဂ္ဂတိ၊ အဖိုးမထိုက် မလိုက် မမှီနိုင်။

၏။ ထွန်းပသော ကိုယ်ရောင်ဖြင့် သိကြားနတ်မင်း ပြဟွာမင်းတို့သည် ဆည်းကပ်စားလေ၏။ ဇမ္ဗူကလည်း ဘုရားထံသို့လာသော နတ် သိကြား ပြဟွာတို့ကိုမြင်၍ မိုးသောက်သောအခါ မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်လည်း နတ် သိကြား ပြဟွာတို့သည် ဆည်းကပ် လာကြောင်းကို မိန့်တော်မူပြီး၍ ဇမ္ဗူက-သင်သည် ကဿပဘုရား လက်ထက် ရဟန်းဖြစ်သောအခါ အာဂန္တုကဖြစ်သော ရဟန္တာအား ကုလမစ္ဆေရဖြစ်၍ ဤဒါယကာ လှူသောဆွမ်းဇာတ် မစင်ကို စားခြင်း ကပင် မြတ်သေး၏ဟု ဆိုသော ငစိကံကြောင့် ဘုရားနှစ်ဆူအကြား မြေကြီး တယူဇနာနှင့် သုံးဂါဝုတ်ဟက်အောင် ငရဲခံပြီးမှ ဝိပါက် အကြွင်းဖြင့် ဤသို့ယုတ်မာစွာ ဖြစ်ရတကား၊ လူတို့ကို လှည့်ပတ်မနေ နှင့်ဟု ဆုံးမတော်မူ၍ ဧဟိဘိက္ခု ပဉ္စင်းခံတော်မူသည်။ ဇမ္ဗူကသည် ရဟန္တာအဖြစ်သို့ရောက်လေ၏။ ဘုရားရှင်သည် အင်္ဂ၊ မဂ္ဂ၊ တိုင်းသား တို့အား တရားဟောခြင်းငှါ “မာသေ မာသေ ကုသဂ္ဂေန” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၇၀။ လူမိုက်ဗာလ စားကြဘောဇဉ်၊
သမန်းဖျားဖြင့် လစဉ်လစဉ်။
သိအပ်တရား ရှိငြားလူရှင်၊
ဆယ့်ခြောက်စိတ် တစိတ်မထိုက်ပင်။

70. Month after month, with a kusa-grass blade, a fool may eat his food; but he is not worth a sixteenth part of them who have comprehended the Truth.

စကားပြေ။ ။ လူမိုက်ဟယောက်သည် (ခြိုးခြံသော အကျင့်ကိုကျင့်အံ့ဟု) သမန်းမြက်ရွက်ဖျားဖြင့် အစာကို ယူ၍ လစဉ် လတိုင်း စားနေ၏။ သို့ရာတွင် သူသည် (သမန်းမြက်ဖျားဖြင့်ယူ၍ အနည်းငယ်မျှ စား၍ ကျင့်သော်လည်း) သူတော်ကောင်းတရားကို သိသော သူတို့၏ တဆယ့်ခြောက်စိတ် စိတ်၍ တစိတ်လောက်မျှ တန်ဖိုးမရှိ (၀.၁) မရှိနိုင်ပေ။

၅၆။ အဟိပေတ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၏ ကျောင်းသခံမ်းကို မီးတိုက်ခဲ့ဘူးသောကြောင့် အဝီစိ၌ ကြွေမြင့်စွာခံစား၍ ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်၌ နှစ်ဆယ့်ငါး ယူဇနာရှိသော အတ္တဘောဖြင့် မီးတထိန်ထိန်လောင်လျက် ခံနေရသော မြေပြိတ္တာကို ရှင်မောဂ္ဂလာန်မြင်၍ ဘုရားကို လျှောက်ရာတွင်

၇၁။ န ဟိ ပါပံ ကတံ ကမ္မံ၊

သဇ္ဇုခီရံဝ မုစ္စတိ။

ဥဟန္တံ ဗာလမန္တေတိ၊

ဘသ္မစ္ဆန္နောဝ ပါဝကော။

အနက်—

သဇ္ဇုခီရံ၊ ညစ်ခါစဖြစ်သော နို့ရည်သည်။ န မုစ္စတိ ဣဝံ၊ မချဉ်မသိုး အခိုးမလွှတ်သေးသကဲ့သို့။ ကတံ၊ ပြုသစ်စသာ ဖြစ်သော။ ပါပံ ကမ္မံ၊ ဒုစရိတ ပါပညစ်စ မကောင်းမှုကံ သည်။ န ဟိ မုစ္စတိ၊ မိမိ၏အကျိုး အခိုးမလွှတ်သေး။ မုစ္စန္တော၊ မိမိ၏အကျိုး အခိုးကိုလွှတ်သည်ရှိသော်။ ဘသ္မစ္ဆန္နော၊ အလျှံ မလင်း အတုင်းပူငုပ် ပြာဖြင့်အုပ်သော။ ပါဝကော ဣဝံ၊ ကျမ်းလောင်စေတတ်သော မီးကဲ့သို့။ ဗာလံ၊ လူမိုက်ကို။ ဥဟန္တံ၊ ဖိစီးလောင်ကျွမ်းစေလျက်။ အန္တေတိ၊ အစဉ်တစိုက် လိုက်လေ သတည်း။

ဘုရားရှင်သည် ပြိတ္တာ၏အတ္တပ္ပတ္တိကို ဟောတော်မူပြီး၍ “နဟိ ပါပံ ကတံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၇၁။ ညှစ်စနို့လျှင် မချဉ်ပုံသွင်၊
 ပြုစကံဆိုး ဆိုးကျိုးမထင်၊
 ပြာနှင့်ဖုံးဖိ မီး၏ပုံသွင်၊
 ထိုလူမိုက် လောင်မြိုက်ကျမ်းမည်ပင်။

71. Verily, an evil deed committed does not immediately bear fruit, just as milk curdles not at once; smouldering, it follows the fool like fire covered with ashes.

စကားပြေ။ ။ ညှစ်ခါစဖြစ်သော နို့ရည်သည် ရုတ်တရက် မခဲမသိုး အခိုးမလွှတ်သေးသကဲ့သို့ (ကျူးလွန်ခါစ) ပြုပြီးစဖြစ်သော မကောင်းမှုသည်လည်း ရုတ်တရက်အခိုးမလွှတ်သေး (အကျိုးမပေးသေး) မကောင်းမှုကံကျိုး အခိုးလွှတ်သည်ရှိသော် ပြာဖုံးထားသော မီးကဲ့သို့ လူမိုက်ကို အစဉ်လိုက်၍ လောင်ကျွမ်းလေ၏။

committed
 immediately

ကျူးလွန်ခါစဖြစ်သော
 လျင်မြန်စွာ

၅၇။ သဠိကုဋ္ဌပေတ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကျောက်ခဲပစ်အတတ်ကို တတ်သော သူတယောက်သည် ရှင် ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါကို ကျောက်ခဲဖြင့် ပစ်ခတ်၍ သတ်ခဲ့ဘူးသောကြောင့် ကာလရှည်စွာ အဝီစိ၌ ခံရပြီးမှ ဝိပါက်ကြွင်းဖြင့် ဂိဇ္ဈကုဋ္ဌတောင်၌ ရဲရဲတောက်သော သံတူအလုံး ခြောက်သောင်းတို့သည် မပြတ် ဦးခေါင်းကို ထုကုန်သည်ဖြစ်၍ သုံးဂါဝုတ်ရှိသော အတ္တဘော ဖြင့် ခံနေရသော သဠိကုဋ္ဌပြိတ္တာကို ရှင်မောဂ္ဂလာန်မြင်၍ ဘုရားကို

၇၂။ ယာဝဒေဝ အနတ္တာယ၊

ဥတ္တံ ဗာလဿ ဇာယတိ။

ဟန္တိ ဗာလဿ သုက္ကံသံ၊

မုဒ္ဒမဿ ဝိပါတယံ။

အနက်—

ဗာလဿ၊ ပညာမျက်စိ မရှိကင်းကြိုက် မောင်လူမိုက်၏။ ဥတ္တံ၊ လောကီ လောကုတ် မယုတ်အကျိုး ပွားတိုးစေတတ် အတတ် ပညာ အသိပညာသည်။ ဗာလဿ၊ ပညာမျက်စိ မရှိကင်းကြိုက် မောင်လူမိုက်အား။ ယာဝဒေဝ အနတ္တာယ၊ ကိုယ်၌ဆင်းရဲ ငရဲ ကျရောက် ပျောက်ပျက်ပြုန်းတီး အချည်းနှီး အကျိုးမဲ့ဖြစ်ခြင်း ငှါ သးလျှင်။ ဇာယတိ၊ ဖြစ်၏။ ဗာလဿ၊ ပညာမျက်စိ မရှိ ကင်းကြိုက် မောင်လူမိုက်၏။ သုက္ကံသံ၊ ဖြစ်နှစ်မြို့ ကုသိုလ် အဖို့ကို။ ဟန္တိ၊ ဖျက်ဆီး ပယ်ဖျောက်တတ်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အဿ၊ ထိုလူမိုက်၏။ မုဒ္ဒံ၊ ပညာတည်းဟူသော ဦးထိပ် ကို။ ဝိပါတယံ၊ ကြေမှုပျက်စီး ပြုန်းတီး၍ ကျစေတတ်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

လျှောက်ရာတွင် ပြိတ္တာ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိကို ဟောတော်မူပြီးလျှင် “ယာဝ-
ဒေဝ အနတ္တဿ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၇၂။ လူမိုက်တို့အား တတ်ထားသိပ္ပံ၊
သူ့အကျိုးမဲ့ ဖြစ်ခဲ့လေပြန်။
ကုသိုလ်တရား သတ်မှားကြံဖန်၊
ပညာခေါင်း တောင်းလောင်း ပြတ်စေပြန်။

72. To his ruin, indeed, the fool gains knowledge
and fame; they destroy his bright lot and cleave his
head.

စကားပြေ။ ။ လူမိုက်အား တတ်ထားသော အတတ်ပညာနှင့်
ကျော်စောကိစ္စသည် ထိုလူမိုက်၏ အကျိုးမဲ့ပျက်စီးရန်
အဟွက်သာဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့သည် ဖြူစင်တောက်ပသော ကုသိုလ်ကံကို
ပျက်ဆီးပယ်ဖျောက်၍ မိမိ၏ ပညာ ဦးခေါင်းကို တောင်းလောင်းပြတ်
ကြွေ ပျက်စီးစေ၏။

to ruin

gains

fame

lot

cleave

ပျက်စီးရန်

ရရှိသည်၊ အောင်မြင်သည်

ကျော်စောကိစ္စ

ကုသိုလ်ကံ

ပြတ်စေသည်၊ ခုတ်ဖြတ်သည်

၅၈။ စိတ္တ ဂဟပတိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ မစ္ဆိကာသဏ္ဍမြို့၌ “အာဝါသိက” အဖြစ်နှင့် (ကျောင်းထိုင်နေသော) ရှင်သုဗ္ဗေသည် ရှင်သာရိပုတ္တရာ ရှင်မောဂ္ဂလဒန်တို့ကို စိတ္တ

၇၃။ အသန္တံ ဘာဝနမိစ္ဆေယျ၊
 ပုရေက္ခာရဉ္စ ဘိက္ခုသု။
 အာဝါသေသု စ ဣဿရိယံ၊
 ပူဇံ ပရကုလေသု စ။

အနက်—

ဗာလော၊ ပညာမျက်စိ မရှိကင်းကြိုက် ရဟန်းမိုက်သည်။
 အသန္တံ ဘာဝနံ၊ မိမိကိုယ်တွင် ထင်ရှားတစ် မရှိလုံးစုံ ဂုဏ်ဖြင့်
 တင်လှမ်း ချီးမွမ်းခြင်းကို၎င်း။ ဘိက္ခုသု၊ ရဟန်းတို့၌။ ပုရေက္ခာ-
 ရဉ္စ၊ မိမိကို ခြံရံလျက် ဦးစီးခေါင်းဆောင် ပြုခြင်းကို၎င်း။
 အာဝါသေသု၊ နေရာဌာန ကျောင်းအရိပ် အာဝါသတို့၌။
 ဣဿရိယဉ္စ၊ ပိုင်နိုင်ခြင်း အစိုးရခြင်းကို၎င်း။ ပရကုလေသု စ၊
 အခြားသော ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့၌လည်း။ ပူဇာ စ၊ ရိုသေ
 ညွတ်ပြတ် ဆည်းကပ်ကော်ရော် ပူဇော်လှူဒါန်းခြင်းကို၎င်း။
 ဣစ္ဆေယျ၊ အလိုရှိရာ၏။

သုကြယ်ပင့်၍ ဆွမ်းကျွေးရာတွင် မိမိ၏ မစ္ဆေရဖြင့် သည်းမခံနိုင်သော
ကြောင့် သုကြယ်ကို ဆဲရေးလျက် ဘုရားထံသို့ လာပြီးသော် မိမိပြုခဲ့

မြန်မာကဗျာ

၇၃။ မရှိဂုဏ်၌ လူမိုက်ဝင့်ဝါ၊
ရဟန်းတော်တို့ ကိုယ်သို့ရံကာ၊
ကျောင်းအာဝါသ စိုးရချင်တာ၊
မျိုးတပါး ငါ့အားပူဇော်ရာ။

73. The fool will desire undue reputation, precedence among monks, authority in the monasteries, honour among other families.

စကားပြေ။ ။ ရဟန်းတို့အလယ်၌ ပညာမဲ့သော ရဟန်းမိုက်သည် မိမိ
တွင် ထင်ရှားမရှိသော ဂုဏ်သတင်းဖြင့် ချီးမွမ်းခြင်း
ကို၎င်း ရဟန်းများအလယ်တွင် (မိမိကိုခြံရံလျက်) ဦးစီးခေါင်းဆောင်ပြု
ခြင်းကို၎င်း၊ ကျောင်းတို့၌ အစိုးရခြင်းကို၎င်း၊ (တပါးသော ဒါယကာ
ဒါယိကာမတို့၏ ပူဇော်လှူဒါန်းခြင်းကို၎င်း အလိုရှိ၏။)

reputation

ဂုဏ်

precedence

ခေါင်းဆောင်

authority

အစိုးရခြင်း

monasteries

ဘုန်းကြီးကျောင်း

honour

ပူဇော်လှူဒါန်းခြင်း

သော အမှုကို လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် ရှင်သုဓမ္မကို သူကြွယ်ထံသို့
ကန်တော့ဝန်ချရန် စေလွှတ်၍ တရားဟောခြင်းငှါ “အသန္တဘာဝန-

၇၄။ မမေဝ ကတ မညန္တု၊
ဂိဟီ ပဗ္ဗဇိတာ ဥဘော။
မမေဝါတိဝဿ အဿု၊
ကိစ္စာကိစ္စေသု ကိသ္မိစိ။
ဣတိ ဗာလဿ သင်္ကပ္ပေ၊
ဣစ္ဆာ မာနော စ ဝခုတိ။

အနက်-

မမေဝ၊ ငါ့ကိုသာလျှင်။ ကတံ၊ သေနာသန စသည်
သွယ်သွယ် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ကို ပြုစုရာရှိ၏ ဟူ၍။ ဥဘော၊
နှစ်ဦးကုန်သော။ ဂိဟီ ပဗ္ဗဇိတာ၊ ရဟန်း ရှင်လူ အပေါင်း
တို့သည်။ မညန္တု၊ အောက်မေ့ မှတ်ထင် စေကုန်သတည်း။
ကိသ္မိစိ၊ တစုံတခုသော ကာလ၌လည်း။ ကိစ္စာကိစ္စေသု၊ အမှုကြီး
ငယ် ရှက်ဆောင်ဘွယ်တို့သည်။ ဇာတေသု၊ သင့်တင့်အလျော် ဖြစ်
ပေါ်လာကုန်သည်ရှိသော်။ မမေဝ၊ ငါ၏သာလျှင်။ အတိဝဿ၊
စိတ်အင်နှစ်ခြိုက် အလိုသို့ လိုက်ကုန်သည်။ အဿု၊ ဖြစ်စေကုန်
သတည်း။ မမေဝ၊ ငါ့အားသာလျှင်။ အာပုစ္ဆိတွာ၊ ပန်ကြား
၍။ ကရေန္တု၊ ပြုစေကုန်သတည်း။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ယဿ ဗာလဿ၊
အကြင်လူမိုက်အား။ သင်္ကပ္ပေ၊ စ၊ အကြံသည်၎င်း။ ဣစ္ဆာ စ၊
အလိုသည်၎င်း။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။ တဿ ဗာလဿ၊ ထိုလူမိုက်
အား။ ဣစ္ဆာ စ၊ အလိုရမက် သည်၎င်း။ မာနော စ၊ ခြောက်ဒွါရ
ထဲ ဝင်စွဲတဏှာ ကိုးဖြာ ဘေဒ မာန တရားသည်၎င်း။ ဝခုတိ၊
တနေ့တခြား တိုးပွားလေသတည်း။

မိစ္ဆေယျ” ဂါထာနှင့် “မမေဝ ကတ မညန္တ” စသော နှစ်ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၇၄။ လူနှင့်ရဟန်း မှတ်တမ်းတင်စေ၊
ငါ့အလိုက်သင့် ဝတ်ကျင့်ပြုနေ၊
တစုံတခု အမှုတွေ့စေ၊
ငါ့လိုကျ ကိစ္စပြီးစီးပေ။
ဤသို့ရည်မှန်း ရဟန်းမိုက်တွေ၊
လိုမာန တိုးကြ နေ့တိုင်းပေ။

74. Let both laymen and monks think, “by myself was this done; in every work, great or small, let them refer to me.” Such is the ambition of the fool; his desires and pride increase.

စကားပြေ။ ။ ရဟန်းရှင်လူ အပေါင်းတို့သည် ငါ့အားသာလျှင်
ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် ဟူသမျှကို ပြုစုရာရှိသည်ဟု မှတ်ထင်
စေကုန်သတည်း။ ရဟန်းတိုင်းတွင် ကိစ္စကြီးငယ်ကို (ပြုသည်ရှိသော်)
ငါ့အလိုသို့ လိုက်ကြစေကုန်သတည်း ဟူ၍ ပညာမဲ့သော ရဟန်းမိုက်မှာ
ဤသို့သော အကြံအစည်မျိုး (အာယာဆန္ဒမျိုး) ဖြစ်ခါ-အလိုမာန်မျိုး
အခါခါ တိုးပွား၍ နေလေ၏။

၃၉။ တိဿ သာမဏေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေယျဝန်ကျောင်းကော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဝနဝါသီတိဿသည် ခုနစ်နှစ်ရှယ် သာမဏပြုစားပင်လျှင် သင်္ကန်းတလောင်း ဆွမ်းယူလောင်တို့ကိုရဟန္တာ၊ မွသားတလောင်းတို့ကို လည်း ရသည်။ ဤသို့ အတောရှုံ့လော သာသနပူဇော် အတ္တ ရတို့ကို စွန့်၍ မိသ ဆွေမျိုးတို့နေရာ သာဝတ္ထိမြို့မှ ယူဇနာတရာခန့်အဝယ် ကွာသော တောရွာငယ်တခု၌ ခြောက်၊ ဝဲ၊ လူ၊ ဆပ် ရကတ်သမျှ

၇၅။ အညာ ဟိ လာဘူပနိသာ၊
 အညာ နိဗ္ဗာနဂါမိနီ။
 ဝေမေတံ အဘိညာယ၊
 ဘိက္ခု ဗုဒ္ဓဿ သာဝကော။
 သက္ကာရံ နာဘိနန္ဓေယျ၊
 ဝိဝေက မနုဗြူဟယေ။

အာနကံ—

လာဘူပနိသာ၊ လာဘ်ရကြောင်းဖြစ်သော အကျင့်သည်။ အညာ၊ တပါးသာလျှင်တည်း။ နိဗ္ဗာနဂါမိနီ၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်းအကျင့်သည်။ အညာ၊ တပါးသာလျှင်တည်း။ ဝေ၊ ဤသို့။ မေတံ၊ ထိုအကျင့်နှစ်ပါး ထူးခြားနေမှုကို။ အဘိညာယ၊ ထူးသောညက်ဖြင့်သိ၍။ ဗုဒ္ဓဿ၊ ဘုရားရှင်၏။ သာဝကော၊ တပည့်သား အစစ်အမှန်ဖြစ်သော။ ဘိက္ခု၊ သံသရာဘေး လာမည့်ရေးကို မြှော်တွေးရှုတတ် ရဟန်းမြတ်သည်။ သက္ကာရံ၊ ပူဇော်သက္ကာ လာဘ်များစွာကို။ နာဘိနန္ဓေယျ၊ မနှစ်သက်ပေရာ။ ဝိဝေကံ၊ တကိုယ်တည်းနေခြင်းဟူသော ကာယဝိဝေက၊ သမာပတ် ရှစ်ပါးဟူသော စိတ္တဝိဝေက၊ နိဗ္ဗာန်ဟူသော ဥပဓိဝိဝေကကို။ အနုဗြူဟယေ၊ အဖန်တလဲလဲ အမြဲမကွာ ပွားစေရာ၏။

အာဟာရကို မှီဝဲလျက် နေပေသည်။ အံ့ဖွယ်သရဲ ရှိစွ တကားဟု ရဟန်းတို့ ချီးမွမ်းကြရာတွင် ချစ်သားတို့ လာဘ်ကို မှီသောအကျင့် လည်း တပါးပင်။ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း အကျင့်လည်း တခြားပေ တည်းဟု ပြခြင်းငှါ “အညွှာ ဟိ လာဘူပနိသာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၇၅။ လာဘ်ရကြောင်းကား ကျင့်တပါးသာ၊
 နိဗ္ဗာန်ရကြောင်း ကျင့်ကောင်းတဖြာ။
 ဤသို့ညဏ်မှူး အထူးသိကာ၊
 မြတ်ဗုဒ္ဓ သားလှ သာဝက။
 ပူဇော်မကြိုက် အလိုက်နေရှာ၊
 ဆိတ်ငြိမ်ရပ် ဆည်းကပ် ပွားစေရာ။

75. Surely, the path that leads to worldly gain is one, and the path that leads to Nibbāna is another; thus understanding this the bhikkhu, the disciple of the Buddha, should not rejoice in worldly favours, but cultivate detachment.

•ကားပြေ။ ။ လာဘ်ရကြောင်းဖြစ်သော အကျင့်လမ်းသည် တပါး သာ၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော အကျင့်လည်း တပါးသာ၊ ဤနှစ်ပါး ထူးပြားမှုကိုသိလျှင် ဘုရားရှင်၏ သာဝကအစစ် ဖြစ်သော ရဟန်းသည် လာဘ်ပူဇော်သက္ကာရကို မတောင့်တမှု၍ သောကမှကင်းရာ နိဗ္ဗာန်ဟူသော ဥပဓိဝိဝေကကိုသာ အဖန်ဖန် အားထုတ်ပွားများရာ၏။

ဗာလဝဂ်-ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း (၆)

ပဏ္ဍိတဝဂ်-ပညာရှိ အုပ်စု

၅၁။ ရာဇတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သာဝတ္ထိမြို့၌ ဆင်းရဲသော ရာဇပုဏ္ဏားအိုသည် ရှင်ပြုလိုသော ကြောင့် ရဟန်းတို့ကို တောင်းပန်သော်လည်း သူ့အိုမစွမ်းဖြစ်၍ လက်မခံကုန်၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာကား ဆွမ်းတယောက်မလောင်းဘူး သော ကျေးဇူးကို အောက်မေ့၍ ရှင်ရဟန်းပြုပေးပြီးလျှင် ဆုံးမ

၇၆။ နိဓိနံဝ ပဝတ္တာရံ၊
ယံ ပဿေ ဝဇ္ဇဒဿိနံ။
နိဂ္ဂယုဝါဒိံ မေဓာဝိံ၊
တာဒိသံ ပဏ္ဍိတံ ဘဇေ။
တာဒိသံ ဘဇမာနဿ၊
သေယျော ဟောတိ န ပါပိယော။

အနက်—

ဝဇ္ဇဒဿိနံ၊ မိမိပြုကျင့်သင့်မသင့်၏ ထောက်ချင့်စိစစ်ကာ အပြစ်ကို ဖော်ပြပေတတ်ထသော။ နိဂ္ဂယုဝါဒိံ၊ အပြစ်အား လျော်စွာ သုတ်သင်ရှင်းလင်း နှိမ်နင်းပြောဆိုလေ့ ရှိသော။ မေဓာဝိံ၊ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိကို။ နိဓိနံ၊ မျက်စိမမြင် မထင်ကွယ်မြုပ် မြုပ်နှံ၍ ထားအပ်သော ရတနာရွှေအိုးတို့ကို။

သြဝါဒကို အလွန်နာယူသည်ဖြစ်၍ နှစ်ရက် သုံးရက်ဖြင့် အရဟတ္တ
ဖိုလ်သို့ ရောက်လေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ချစ်သားတို့ ရဟန်းမည်သည်
ကား ဆိုဆုံးမလွယ်သည်ဖြစ်ရာ၏။ အပြစ်ကိုပြ၍ ဆုံးမသောသူကို

ပဝတ္ထာရုံ ဣဝံ၊ ဤကား ရွှေအိုး လက်ညှိုးညွှန်ထား ပြောကြား
သော သူကဲ့သို့။ ယံ ပဿေ၊ နှလုံးရင်ပန်း လန်းလန်းရှင်ရှင်
အကြင်မှတ်ပိုက် ရှုခြင်းငှါသိုက်၏။ တေန၊ ထိုသို့မှတ်ပိုက်
ရှုထိုက်သောကြောင့်။ တာဒိသံ၊ ထိုသို့ သဘောရှိသော။ ပဏ္ဍိတံ၊
ကြောင်းကျိုးမြင်သိ ပညာရှိကို။ ဘဇေ၊ ဆည်းကပ်မှီဝဲရာ၏။
တာဒိသံ၊ ထိုသို့ သဘောရှိသော။ ပဏ္ဍိတံ၊ ပညာရှိကို။ ဘဇ-
မာနဿ၊ မြတ်နိုးစုံမက် နှစ်သက်မပြတ် ဆည်းကပ်သောသူအား။
သေယျော၊ လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာကျိုးစပ် ပွားများ
လတ်၍ မြတ်သည်သာလျှင်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ပါပိယော၊
လောကီ လောကုတ်အကျိုးမြုပ်၍ ယုတ်မာလှသည်။ န ဟောတိ၊
မဖြစ်နိုင်တော့သည်သာတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၇၆။ မြေမြုပ်ရွှေအိုး လက်ညှိုးညွှန်ကာ၊
ပြသည့် အလား ပြစ်များပြကာ။
နှိမ်ချ ပြောဘိ ကဝိကိုသာ၊
မြဲမပြတ် ဆည်းကပ်ပူဇော်ရာ။
ထိုပညာတတ် ဆည်းကပ်သူမှာ၊
ယုတ်မာကင်း မြတ်ခြင်းရှိသည်သာ။

76. Should one see a wise man, who, like a revealer of treasures, points out faults and reproves, let one associate with such a wise person; it will be better, not worse, for him who associates with such a one.

treasure

ရတနာ (ရွှေအိုး)

reproves

ပြစ်တင်ဆုံးမသည်

ငွေအိုး ရွှေအိုးကို ဖော်ပြပေးသော သူကဲ့သို့ မှတ်ရာသည်ဟု မိန့်တော်
မူပြီး၍ “နိဓိနံ ပဝတ္ထာရံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

စကားပြေ။ ။ (မြေအတွင်း မြှုပ်သွင်းထားသော) ရတနာရွှေအိုးကို
ညွှန်ပြပြောဆိုလာသူကဲ့သို့ အပြစ်များကို (အပြစ်အား
လျော်စွာ) ညွှန်ပြ၍ ပြစ်တင်ဆုံးမလေ့ရှိသော ပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဆည်း
ကပ် မှီဝဲရာ၏။ ဤကဲ့သို့ ပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် ဆက်ဆံပေါင်းသင်းရာ၏။
ထိုကဲ့သို့သော ပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်နှင့် ဆက်ဆံမှီဝဲ ပေါင်းသင်းသော
သူအား ဆိုးယုတ်မှုကင်း၍ မြင့်မြတ်ခြင်းသည် ဖြစ်လာလေ၏။

၆၁။ အသဇိပုနဗ္ဗသုကဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေ.ဝန့်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ပန်းပင်ငယ် စိုက်ပျိုးလျက် အမျိုးသမီးတို့နှင့် လှကဲ့သို့ဆက်ဆံကာ ပန်းပေးခြင်းစသော ကုလဒူသက အနေသန အမှုကိုပြုကုန်၍ နေကြကြောင်း ဘုံကြားသိတော်မူလျှင် ရှင်သာရိပုတ္တရာ ရှင်မောဂ္ဂလာန်

၇၇။ သြဝါဒေယျာ'နုသာသေယျ၊

အသဗ္ဗာ စ နိဝါရယေ။

သတံ ဟိ သော ပိယော ဟောတိ၊

အသတံ ဟောတိ အပ္ပိယော။

အနက်—

သြဝါဒေယျ၊ အမှုရောက်ခါ မျက်မှောက်သာလျှင် ကောင်းစွာ ညွှန်ပြ ဆိုဆုံးမရာ၏။ အနုသာသေယျ၊ မှုမရောက်မီ ကြောင်းကျိုးချီလျက် အလီလီ အသွယ်သွယ် မျက်ကွယ်ညွှန်းပြ ဆိုဆုံးမရာ၏။ အသဗ္ဗာစ၊ သူတော်မဟုတ် သူယုတ်ကျင့်ကြံ မကောင်းကံမှလည်း။ နိဝါရယေ၊ ပြောဆိုညွှန်းထား အကြောင်းအားဖြင့် တားမြစ်ပေရာ၏။ သော၊ ထိုသို့ဆိုမညွှန်းပြပြောဆိုတတ်သောသူကို။ သတံ၊ သူတော်ကောင်းတို့သည်။ ပိယော၊ ခင်မင်တပ်မက် နှစ်သက်မြတ်နိုး အပ်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အသတံ၊ သူတော်မဟုတ် လူသူယုတ်တို့သည်။ အပ္ပိယော၊ ရန်သူစာရင်းသွင်း၍ ချစ်ခင်ခြင်းကင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

တို့ကို ခေါ်တော်မူ၍ သင်တို့၏ “သဒ္ဓိဝိဟာရိက အန္တောသိကတပည့်
တို့ကို ဆုံးမကြချေကုန်လော့ဟု စေလွှတ်တော်မူ၍ “ဩဝါဒဿျာ-
နုသာသေယျ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၇၇။ ဆုံးမမှုတွေ မတွေ့ခင်ဆို၊
မကောင်းမှုများ မြစ်တားသူကို။
သူတော်ကောင်းစစ် အချစ်လဲပို၊
သူယုတ်ဖျင်း ချစ်ကင်း ရန်ပြုလို။

77. Let him advise, instruct, and dissuade one from evil; truly pleasing is he to the good, displeasing is he to the bad.

စကားပြေ။ ။ (အမှုရောက်နေက) ထိုအမှုအားလျော်စွာ အကြံဉာဏ်
ပေးကာ ဆုံးမပေးရာ၏။ မကောင်းမှု မပြုရန်လည်း
အမှုမပေါ်ခင် ကြိုတင်ဆုံးမရာ၏။ မကောင်းမှုမှလည်း တားမြစ်ရာ၏။
ထိုသို့ဆုံးမတားမြစ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို သူတော်ကောင်းသည် နှစ်သက်
မြတ်နိုး၏။ သူယုတ်မာသည်ကား ရန်သူများစာရင်းသွင်း၍ ချစ်ခင်ခြင်း
ကင်းလေ၏။

dissuade
pleasing

တားမြစ်သည်
နှစ်သက်သာသာခြင်း၊ ချစ်ခင်ခြင်း

၆၂။ ဆန္ဒတ္တေရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဆန္ဒမထေရ်သည် ကပိလဝတ်နန်းတော်မှ သန်းခေါင်ကျော် ကာလာတွင် ကဏ္ဍကမြင်းဖြင့် ကျွန်ရင်း ငဆန်နှင့်တကွ ထွက်ကြသည့် အခါသာရိပုတ္တရာလည်းမရှိ၊ မောဂ္ဂလာန်လည်းမသိ၊ ယခုဘုရားဖြစ်ခါမှ

၇၈။ န ဘဇေ ပါပကေ မိတ္တေ၊

န ဘဇေ ပုရိသာဓမ္မေ။

ဘဇေထ မိတ္တေ ကလျာဏေ၊

ဘဇေထ ပုရိသုတ္တမေ။

အနက်—

ပါပကေ၊ မိုက်မှားယုတ်မာကုန်သော။ မိတ္တေ၊ အဆွေခင်ပွန်းတို့ကို။ န ဘဇေ၊ မမှီဝဲ မဆည်းကပ်ရာ။ ပုရိသာဓမ္မေ၊ ကဲ့ရဲ့ထိုက်စွာ ယုတ်မာကုန်သော ယောက်ျားတို့ကို။ န ဘဇေ၊ မမှီဝဲ မဆည်းကပ်ရာ။ ကလျာဏေ၊ သီတင်း သီလစသည် မွေးထုံကျေးဇူးဂုဏ်ဖြင့် ကောင်းမြတ်ကုန်သော။ မိတ္တေ၊ အဆွေခင်ပွန်းတို့ကို။ ဘဇေထ၊ မပြတ်မစဲ မှီဝဲဆည်းကပ်ကုန်ရာ၏။ ပုရိသုတ္တမေ၊ ယောက်ျားမြတ်တို့ကို။ ဘဇေထ၊ မပြတ်မစဲ မှီဝဲဆည်းကပ်ကြကုန်ရာသတည်း။

ငါသာရိပုတ္တရာ ငါမောဂ္ဂလာန်တကားဟု ပြောဆိုသူများကြသည်ဟု ဆို၍ အဂ္ဂသာဝကတို့ကို ဆဲမေးလေ၏။ ထိုအကြောင်းကိုကြားသိတော် မူ၍ ဆန္ဒမထေရ်ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “န ဘဇေ ပါပကေ မိတ္တေ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၇၈။ ယုတ်မာမိတ်များ ရှောင်ရှားစေလို၊
 ကဲ့ရဲ့ထိုက်ငြား ယောက်ျားရှောင်ပို၊
 မိတ်ဆွေကောင်းများ ထံပါးပိုမို၊
 ယောက်ျားမြတ် ဆည်းကပ်လွန်ကြည်ညို။

78. Associate not with evil friends, associate not with mean men; associate with good friends, associate with noble men.

စကားပြေ။ ။ ယုတ်မာကုန်သော မိတ်ဆွေတို့ကို မဆက်ဆံရာ၊ ကဲ့ရဲ့ ထိုက်စွာ ယုတ်မာကုန်သော ယောက်ျားတို့ကိုလည်း မပေါင်းသင်းရာ ကောင်းသော အဆွေခင်ပွန်းတို့နှင့် မြင့်မြတ်သော ယောက်ျားတို့ကိုသာ မှီဝဲဆည်းကပ် ပေါင်းသင်းအပ်လေသည်။

၆၃။ မဟာကပ္ပိနတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်ကော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကုက္ကုဋ္ဌဝတီပြည်ကို စွန့်၍ ဗမာတိတထောင်နှင့်တကွ ရဟန်းပြုသော မဟာကပ္ပိနမထေရ်သည် မဟန္တာဖြစ်ပြီးမှ နောက်၌ “အဟော သုခံ” ခြေချမ်းသာ သေစွဟု ဥဒါန်းကျူးသည်ကို

၇၉။ ဓမ္မပီတိ သုခံ သေတိ၊

ဝိပ္ပသန္နေန စေတသာ။

အရိယပ္ပဝေဒိတေ ဓမ္မေ၊

သဒါ ရမတိ ပဏ္ဍိတော။

အနက်—

ဓမ္မပီတိ၊ လောကုတ္တရာ ကိုးဖြာဆင့်ပွား တရားအမြိုက်ကို တကြိုက်တပေါက် သောက်ရသောသူတို့သည်။ သုခံ၊ စိတ်ကြည်လင် သန့်ရှင်းပြီး ပြစ်ကင်းချမ်းသာ အေးမြစွာ။ သေတိ၊ နေရ၏။ ပဏ္ဍိတော၊ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိသည်။ အရိယပ္ပဝေဒိတေ၊ ဘုရားအရိယာ သူတော်စွာတို့ ကောင်းစွာတည့်တည့် သိမြင်အပ်သော။ ဓမ္မေ၊ ဗောဓိပက္ခိယခေါ် တရားတော်၌။ ဝိပ္ပသန္နေန စေတသာ၊ အထူးသဖြင့် ကြည်လင်သောစိတ် ရှိသည် ဖြစ်၍။ သဒါ၊ အခါခပ်သိမ်း။ ရမတိ၊ မွေ့လျော်ရပေသတည်း။

ပြည်စည်းစိမ်ကို အောက်မေ့၍ ဥဒါန်းကျူးသည်ထင်ကြ၍ ရဟန်းတို့
ဘုရားကို လျှောက်ထားရာတွင် “ဓမ္မပိတံ သုခံ ဘေတိ” ဟူ၍
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၇၉။ တရားအမြိုက် တကြိုက်သောက်မှု၊
ကြည်လင်စိတ်က အေးမြနေသူ၊
သူမြတ်ဟောကြား တရား၌မူ၊
မြဲပျော်စွာ တော်ပေပညာလူ။

79. He who imbibes the Dhamma abides in happiness with mind pacified; the wise man ever delights in the Dhamma revealed by the Ariyas.

စကားပြေ။ ။ ကောင်းမြတ်သော တရားလော်တည်းဟူသော အမြိုက်
ရေကို သောက်ရသောသူသည် ကြည်လင်သောစိတ်နှင့်
အေးမြချမ်းသာစွာ နေရ၏။ ပညာရှိသည် ဘုရားအစရှိသော အရိယာ
သူတော်ကောင်းတို့ ဟောကြားအပ်သည့် (ဗေဒနိဝိသိယ) တရားတော်
၌ ရှင်ပျော်နိစ္စ ဓမ္မလျော်လှ၏။

imbibes
revealed

သောက်သည်
ဟောကြားသည်

၆၄။ ပဏ္ဍိတ သာမဏေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရှင်သာရိပုတ္တရာတပည့် ခုနစ်နှစ်အရွယ်မျှသာ ရှိသေးသော ပဏ္ဍိတ သာမဏေငယ်သည် မထေရ်နှင့်တကွ ဆွမ်းခံသွားရာတွင် လယ်သမားတို့ မြောင်းသွယ်လျက် ရေယူကြသည်ကို မြင်၍ ဤသူတို့ သည် စိတ်မရှိသော ရေကိုပင် အလိုရှိရာသို့ရောက်အောင် ဆောင်နိုင် ကြကုန်သည်။ ငါကား စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ မိမိစိတ်ကိုအလိုရှိရာ ဘာဝနာ သို့ ဆောင်လျက် တရားအားထုတ်ခြင်းငှါ အဘယ်ကြောင့်မတတ်နိုင်ပဲ ရှိအံ့နည်းဟု အောက်မေ့လေသည်။ ထို့နောက် မြားသမားတို့ကိုမြင်ပြန် လျှင် ဤသူတို့သည် ကွေ့ကောက် လိမ်ကျစ်သော သစ်ဝါးခြမ်းတို့ကို ပင် မကောက်စေရ ပြောင့်အောင်ပြုနိုင်ကုန်၏။ ငါကား-ရာဂစသော

၈၀။ ဥဒကံ ဟိ နယန္တိ နေတ္တိကာ၊
ဥသုကာရာ နမယန္တိ တေဇနံ။
ဒါရုံ နမယန္တိ တစ္ဆကာ၊
အတ္တာနံ ဒမယန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

အနက်—

နေတ္တိကာ၊ ရေကိုယူကာ လယ်ယာလုပ်စား တောင်သူ ယောက်ျားတို့သည်။ ဥဒကံ၊ မြစ်ချောင်း၊ အိုင်အင်း၊ မြောင်းတိုင်း စသည်၌ တည်သောရေကို။ နယန္တိ၊ မြောင်းကြီး မြောင်းငယ် အသွယ်သွယ်ဖောက်မြှောင် ယူဆောင်ကြကုန်၏။ ဥသုကာရာ၊ မြားသမားတို့သည်။ တေဇနံ၊ ကောက်သောမြားကို။ ဒမယန္တိ၊ မီးဖြင့် ကင်ကြ လိုရာရအောင် ပြောင့်ကြကုန်၏။ တစ္ဆကာ၊ လက်သမားတို့သည်။ ဒါရုံ၊ တောဝမြိုင်စို့ အလိုအလျောက် ပေါက်သော သစ်သားကို။ ဒမယန္တိ၊ ပုံတောင်းအကွပ် စသည် ပြုခြင်းငှါ ရွှေနှာခွဲစိတ်ကုန်၏။ ပဏ္ဍိတာ၊ ပညာရှိတို့သည်။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ဝါ၊ မိမိစိတ်ကို။ ဒမယန္တိ၊ ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့ တရားတွေ့အောင် ဆောင်ရွက် နှိမ်နင်းကြကုန်၏။

ကံလေသာတို့ကြောင့် ကောက်ကျစ်လိမ်လစ်သော ကိုယ်တွင်း၌ရှိသော စိတ်ကို မလိမ်မကောက် ဖြောင့်မတ်စွာဖြစ်အောင် အဘယ်ကြောင့် မတတ်နိုင်ပဲ ရှိရအံ့နည်းဟု ကြံအောက်မေ့လေသည်။ ထိုနောက် ရထား လှည်းဘီး စသည်ကို ပြု၍ နေသော လက်သမားတို့ကိုမြင်၍ ဤသူတို့ သည် စိတ်မရှိသောသစ် သားကိုပင် လှည်းဘီးပုံတောင်း အကန့်အကုပ် စသည်ဖြစ်အောင် တတ်နိုင်ကုန်၏။ ငါကား မိမိစိတ်ကို စိတ်ကောင်း ဖြစ်အောင် အဘယ်ကြောင့် မဆုံးမ နိုင်ပဲ ရှိအံ့နည်းဟု ကြံအောက် မေ့၍ ဥပဇ္ဈာယ်ဖြစ်သော ရှိသားရှိပုတ္တရာကို လျှောက်၍ ကျောင်း သို့ပြန်လျက် မေ့ဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်လေသော် ပဋိသမ္ဘိဒါနှင့်တကွ ရဟန္တာဘဝဖြစ်သို့ရောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် ဤပဏ္ဍိတ သာမဏေ ၏ အကြောင်းကို ပြောဆိုပြသော ရဟန်းတို့အား တရားဟောခြင်း ဝှု “ဥဒကံ ဟိ နယန္တိ နေတ္ထိကာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၈၀။ ရေကိုမြောင်းတွင်း ဆောင်သွင်းတောင်သူ၊
မြားသမားများ ဖြောင့်ထားမြားဟူ၊
လက်သမားများ သစ်သားရွှေတူ၊
ပညာရှိ မိမိစိတ်ဖြောင့်ယူ။

80. Irrigators lead the waters; fletchers bend the shafts; carpenters bend the wood; the wise control themselves.

စကားပြေ။ ။ ရေကိုမြောင်းတွင်းမှ ဆောင်သွင်းယူသော တောင်သူ ဟောကျိားတို့သည် မြစ်ချောင်းစသည်၌ တည်သော ရေကို အလိုရှိရာ မောက်သွင်း ဆောင်ယူကြကုန်၏။ မြားသမားတို့သည် ကောက်သောမြားဟန်ကို မီးဖြင့် ဖြောင့်ကုန်၏။ လက်သမားတို့သည် တောမြိုင်၌ ဂေါက်ရောက်သော သစ်သားကို လိုအပ်သလို ခုတ်ရွှေ ခွေကြကုန်၏။ ပညာရှိတို့သည် မိမိတို့၏ စိတ်ကို ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့ တရားတွေ့အောင် ဆုံးမနှိမ်နင်းကြကုန်၏။

၆၅။ လကုဏ္ဍက ဘဒ္ဒိယတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရဟန်းငယ် သာမဏေငယ်တို့သည် လကုဏ္ဍကဘဒ္ဒိယမထေရ်ကို ဦးခေါင်းနားရွက်များကို ကိုင်လျက် ငါတို့မထေ့ “သာသနာတော်၌ မွေ့လျော်ပါ၏လော” ဟု စာသဖြင့် ကျီဖယ်ကြကုန်၏။ မထေရ်ကား အမျက်မထွက်ပဲ ဆိတ်ဆိတ်နေလေ၏။ ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်

၈၁။ သေလော ယထာ ဧကဃနေ၊

ဝါတေန န သမီရတိ။

ဧဝံ နိဇ္ဈာပသံသာသု၊

န သမိဉ္ဇန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

အနက်—

ဧကဃနေ၊ အခေါင်းမသက် တခဲနက်သော။ သေလော၊ ကျောက်တောင်သည်။ ဝါတေန၊ အရပ်ရှစ်မျက်နှာ တိုက်ခတ် လာသော လေကြောင့်။ န သမီရတိ ယထာ၊ မလှုပ်မယိုင် မြဲခိုင် တည်တံ့သကဲ့သို့။ ဧဝံ တထာ၊ ထို အတူ။ ပဏ္ဍိတာ၊ ပညာရှိတို့ သည်။ နိဇ္ဈာပသံသာသု၊ ချီးမွမ်းခြင်း ကဲ့ရဲ့ခြင်းတို့ကြောင့်။ ဝါ၊ လောကဓံတရား ရှစ်ပါး ထန်ပြင်း လေခပင်း တို့ကြောင့်။ န သမိဉ္ဇန္တိ၊ မလှုပ်မယိုင် မြဲခိုင်တည်တံ့ လေကုန်သတည်း။

ကြားသိတော်မူ၍ ထိုမထေရ်၏ ရဟန္တာအဖြစ်ကို သိစေခြင်းငှါ
“သေလော ယထာ ကေသနော” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၈၁။ လေးမျက်နှာမှ လေကပင့်ဆောင်၊
မလှုပ်မရှား မြင့်မား ကျောက်တောင်၊
ထိုတောင်အလား မြှောက်စား ပြောင်လှောင်၊
သတိရှိ ကဝိမလှုပ်ပေါင်။

81. As a solid rock is not shaken by the wind,
even so the wise are not ruffled by praise or blame.

စကားပြေ။ ။ တခဲနက်သော ကျောက်တောင်သည် အရပ်လေးမျက်
နှာမှ တိုက်ခတ်လာသောလေကြောင့် မလှုပ်မယိုင်
မြဲခိုင်တည်တံ့သကဲ့သို့ ထိုအတူ ပညာရှိတို့သည် ချီးမွမ်းခြင်း ကဲ့ရဲ့ပြောင်
လှောင်ခြင်းတို့ကြောင့် မတုန်မလှုပ်ကြကုန်။

၆၆။ ကာဏမာတာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ကာဏမည့်သောအမျိုးသမီးသည် ခင်ပွန်းသည်အိမ်သို့ပြန်သွား
လို၍ ကြော်ထားသောမုန့်တို့ကို အမိဖြစ်သော သောတာပန် ဒါယကာ
မကြီးသည် အိမ်၌ ရပ်လာကုန်သော ရဟန်းတို့အား လေးကြိမ်
မြောက်အောင် လှူ၍ကုန်သောကြောင့် လင့်အိမ်သို့ မပြန်ဖြစ်ပဲ ကြာ
မြင့်၍နေရသောကြောင့် ရဟန်းတို့ကို ကျိန်ဆဲလေလျှင် ဘုရားရှင်သည်
ထိုသတို့သမီးကို ဆုံးမ၍ သောတာပန် အဖြစ်သို့ ရောက်စေ၏။
ရဟန်းတို့သည် ဤကကြောင်းကို ပြောဆိုချီးမွမ်း၍ နေကုန်သည်

၈၂။ ယထာပိ ရဟဒေါ ဂမ္ဘီရော၊

ဝိပ္ပသန္ဓော အနာဝိလော။

ဧဝံ ဓမ္မာနိ သုတုဿ၊

ဝိပ္ပသိဒန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

အနက်—

ဂမ္ဘီရော၊ နက်စွာသော။ ရဟဒေါ၊ ရေကန်သည်။ ဝိပ္ပ-
သန္ဓော ယထာပိ၊ ညစ်ကြေးမထင် ကြည်လင်သကဲ့သို့၎င်း။
အနာဝိလော ယထာပိ၊ အလွန်သန့်ရှင်း နောက်ကျခြင်း ကင်း
သကဲ့သို့၎င်း။ ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ။ ပဏ္ဍိတာ၊ ပညာရှိတို့သည်။
ဓမ္မာနိ၊ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားမြတ်ဖော် တရားတော်တို့ကို။
သုတုဿ၊ ကြားနာရ၍။ ဝိပ္ပသိဒန္တိ၊ စိတ်အထူးသန့်ရှင်း၍
ကြည်လင်ကြကုန်၏။

ရှိသော် ဤသတို့သမီးသည် ရှေးအခါ၌သာ နောက်ကျသောစိတ် ရှိသည်။ ယခုကား ကြည်လင်သောစိတ်ရှိ၏ဟု မိန့်တော်မူပြီး၍ “ယထာပိ ရဟဒေါ ဂမ္ဘီရော” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၈၂။ ရေကန်နက်က အေးမြရေမှန်၊
 ကြည်လင်သန့်ရှင်း နောက်ကင်းပုံဟန်၊
 ပညာရှိများ တရားအမှန်၊
 ကြားနာ၍ စိတ်မွေ့ကြည်လင်ပြန်။

82. Just as a lake, deep, clear, and still, even so on hearing the teachings the wise become exceedingly peaceful.

စကားပြေ။ ။နက်သောရေကန်သည် အနောက်အကျ အညစ်ကင်း သကဲ့သို့ ပညာရှိတို့သည်လည်း မြတ်စွာဘုရား ဟော ကြားမြက်ဖော် တရားတော်မြတ်တို့ကို ကြည်ညို ကြားနာရ၍ အလွန် သန့်ရှင်း ကြည်လင်အေးမြကုန်၏။

still
 peaceful

ငြိမ်သက်သော
 အေးမြချမ်းသာသော

၆၇။ ပဉ္စသတ ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ဝေရဉ္စာမြို့ဝယ် ဝါဆိုသောကာလ စားကြွင်းစားငါးရာတို့သည်
မမြူးထူးကြကုန် သာဇတ္တိပြည့်ဝယ် ဝါဆိုသောကာလ မြူးထူးပျော်ပါး

၈၃။ သဗ္ဗတ္ထ ဝေ သပ္ပုရိသာ စဇန္တိ၊
န ကာမကာမာ လပယန္တိ သန္တော။
သုခေန ဖုဋ္ဌာ အထ ဝါ ဒုခေန၊
န ဥစ္စာဝစံ ပဏှိတာ ဒဿယန္တိ။

အနက်—

သဗ္ဗတ္ထ၊ ခန္ဓာငါးပါး အစထား၍ တရားအားလုံးတို့၌။
ဆန္ဒရာဂံ၊ တပ်မက်ခြင်း အသွယ်သွယ်ကို။ ဝေ၊ စင်စစ်။
သပ္ပုရိသာ၊ သူတော်ကောင်းတို့သည်။ စဇန္တိ၊ စွန့်ပယ်ကြကုန်၏။
သန္တော၊ ဘုရားအစ သဗ္ဗအရိယာ သူတော်စွာတို့သည်။ ကာမ-
ကာမာ၊ ကာမဂုဏ်ကို ခံမင်နှစ်မြို့ အလိုရှိကြ ကုန်သည်ဖြစ်၍။
န လပယန္တိ၊ စကားမပြောကြကုန်။ ပဏှိတာ၊ ပညာရှိတို့သည်။
သုခေန၊ ချမ်းသာခြင်းနှင့်။ ဖုဋ္ဌာ ဝါ၊ လက်ငင်းဒိဋ္ဌ တွေ့ကြုံ
ရသော်၎င်း။ အထ၊ ထိုမြို့။ ဒုခေန၊ ဆင်းရဲငြိုငြင် ပင်ပန်းခြင်း
နှင့်။ ဖုဋ္ဌာ ဝါ၊ လက်ငင်းဒိဋ္ဌ တွေ့ကြုံရသော်၎င်း။ ဥစ္စာဝစံ၊
တက်ကြွမြင့်မောက် စိတ်ထားမြောက်သော သဘော၊ စိတ်ထား
နိမ့်ကျ ညှိုးငယ်လှသောသဘောကို။ န ဒဿယန္တိ၊ မပြကြကုန်။

ပြေးလွှားဟစ်အော်ကုန်သည်။ ရဟန်းတို့ကား အထူးမရှိ ပကတိနေမြဲ
ပင် နေကြကုန်သည်ဟု ရဟန်းတို့ ပြောဆိုသံကို ကြားတော်မူ၍
သူတော်ကောင်းတို့သဘောကို ပြခြင်းငှါ “သဗ္ဗတ္ထ ဝေ သပ္ပရိသာ
စဇ္ဇန္တိ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၈၃။ ခန္ဓာငါးပါး တရားပေါင်းစုံ၊
သူတော်ကောင်းများ မစွဲမှားကုန်၊
ကာမလိုလား မပြောကြားကုန်၊
ချမ်းသာဆင်းရဲ တွေ့လဲမဖြုန်။
ပဏ္ဍိတ တက်ကြွ မညှိုးကုန်။

83. The good give up (attachment for) everything;
the saintly prattle not with thoughts of craving:
whether affected by happiness or by pain, the wise
show neither eleation nor depression.

စကားပြေ။ ။ခန္ဓာငါးပါး တရားပေါင်းစုံတို့၌ တပ်မက်ဖွယ်အသွယ်
သွယ်ကို ပညာရှိများစွန့်ပယ်ထားကြကုန်၏။ ကာမဂုဏ်
ကို လိုချင် မက်မောစိတ်သဘောဖြင့် သူတော်ကောင်းပီသစွာ အဖျင်း
စကား မပြောကြားကြကုန်၊ ချမ်းသာဆင်းရဲ တွေ့ကြုံနေရသော်လည်း
ဝင့်ကြွား တက်ကြွ ညှိုးငယ်လှသော အမူအရာကို မပြုကုန်။

attachment

တပ်မက်ဖွယ် (ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း)

prattle

စကားဖျင်းပြောသည်

affected

တွေ့ကြုံသည်

eleation

ဝင့်ကြွားခြင်း၊ ဂုဏ်ယူပြောဆိုခြင်း

၆၈။ ဓမ္မိကတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဓမ္မိက ဥပသကာသည် သာသနာ၌ မိမိရှေးဦးစွာ ရဟန်းပြု၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်ပြီးသော် မိမိ၏ မယားတို့ကိုလည်း ရဟန်းပြုစေ၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်စေ၏။ တရားသဘင်၌ ထိုဒါယကာ၏

၈၄။ န အတ္တဟေတု န ပရဿဟေတု၊

န ပုတ္တမိစ္ဆေ န ဓနံ န ရဋ္ဌံ။

န ဣစ္ဆေယျ အဓမ္မေန သမိဒ္ဓိမတ္တနော၊

သ သီလဝါ သပညဝါ ဓမ္မိကော သိသာ။

အနက်—

ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိသည်။ အတ္တဟေတု၊ မိမိအကြောင်းကြောင့် (မိမိအကျိုးငှါ) ၎င်း။ ပရဿဟေတု၊ သူတပါးအကြောင်းကြောင့် (သူတပါးအကျိုးငှါ) ၎င်း။ ပါပံ၊ ယုတ်မာညစ်ကျမကောင်းမှုကို။ န ကရေတိ၊ မပြု။ ပုတ္တံ၊ ရင်သွေးဖြစ်ငြားသမီးသားကို။ န ဣစ္ဆေ၊ အလိုမရှိရာ။ ဓနံ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာကို။ န ဣစ္ဆေ၊ အလိုမရှိရာ။ ရဋ္ဌံ၊ ပြည်ရွာတိုင်းကားကို။ န ဣစ္ဆေ၊ အလိုမရှိရာ။ အဓမ္မေန၊ မတရားသောအားဖြင့်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ သမိဒ္ဓိ၊ ပြည့်စုံကြွယ်ဝခြင်းကို။ န ဣစ္ဆေယျ၊ အလိုမရှိရာ။ သောပဏ္ဍိတော၊ ထိုပညာရှိသည်။ သီလဝါ၊ သီလရှိသည်၎င်း။ သောပဏ္ဍိတော၊ ထိုပညာရှိသည်။ သပညဝါ၊ ပညာရှိသည်၎င်း။ ဓမ္မိကော၊ အကျင့်တရားနှင့် အသင့်ရှိသည်၎င်း။ သိသာ၊ ဖြစ်ပေရာ၏။

အကြောင်းကို ရဟန်းတို့ပြောဆိုချီးမွမ်းလျက် နေကြရာတွင် “န အတ္တ-
ဟေတု န ပရဿ ဟေတု” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၈၄။ ရွှေ့နောက်မြင်သိ ပညာရှိမှာ၊
ကိုယ်ကျိုး သူ့ကျိုး နှစ်မျိုးကြောင့်သာ၊
သားနှင့်စည်းစိမ် ရိပ်ငြိမ်ပြည်ရွာ၊
တရားချို ကိုယ့်ဘုံမလိုပါ။
ပညာသီလ ဓမ္မဓမ္မကာ၊
နေ့စဉ်ပဲ အမြဲကျင့်နေတာ။

84. Neither for the sake of oneself nor for the sake of another (does a wise person do any wrong); he should not desire sons, wealth, or kingdom (by doing wrong); by unjust means he should not desire his own success. Then (only) such a one is indeed virtuous, wise, and righteous.

စကားပြေ။ ။ မိမိအကျိုးငှါ ၎င်း၊ သူတပါးအကျိုးငှါ ၎င်း၊ ပညာရှိသည် တစုံတရာ မှားယွင်းမှု (အကုသိုလ်စု) ကို မပြု၊ သားသမီးနှင့် ပစ္စည်းဥစ္စာ တိုင်းပြည် စည်းစိမ်ကို အလိုရှိ၍ မတရားသော စနစ်ကို မပြုလုပ်ကာ မတရားသော အကြံဖြင့် မိမိ၏ စည်းစိမ်ချမ်းသာ ပြည့်စုံအောင်မြင်ခြင်းကို အလိုမရှိရာ၊ ဤကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တယောက်သည် သီလ ပညာအကျင့်တရား တကယ်ရှိသူ ဖြစ်ရာ၏။

means
righteous

စိတ်အကြံများ
အကျင့်တရားများ

၆၉။ ဓမ္မဿဝနတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ တရားနာခြင်းငှါ လာကုန်သော ဒါယကာ ဒါယိကာမတို့တွင်
အချို့သောသူတို့သည် ကာမဂုဏ်၌ မွေ့လျော်ကုန်သောကြောင့် အိမ်သို့

၈၅။ အပ္ပကာ တေ မနုဿေသု၊
ယေ ဇနာ ပါရဂါမိနော။
အထာယံ ဣတရာ ပဇာ၊
တီရမေဝါနုဓာဝတိ။

အနက်—

မနုဿေသု၊ လူအပေါင်းတို့တွင်။ ယေ ဇနာ၊ အကြင်လူတို့
သည်။ ပါရဂါမိနော၊ ထိုမှဘက်စွန်း နိဗ္ဗာန်ကျွန်းသို့ ကူးသန်း
ထုတ်ချောက် ရောက်ပေါက်နိုင်ကုန်၏။ တေ ဇနာ၊ နိဗ္ဗာန်ကျွန်း
သို့ ကူးသန်းထုတ်ချောက် ရောက်ပေါက်နိုင်သော ထိုသူတို့သည်။
အပ္ပကာ၊ အနည်းငယ်မျှသာ ဖြစ်ကုန်၏။ ဣတရာ၊ ဤမှတပါး
သော။ အထာယံ ပဇာ၊ နိဗ္ဗာန်မရောက်ပဲ ကျန်နေကြသူ လူများ
အပေါင်းသည်။ တီရမေဝါ၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ စွန်းငြိနှောင့်ယှက်
ဤ မှဘက်ကမ်းသို့သာလျှင်။ အနုဓာဝတိ၊ မနွေးအလျင်
ပြေးဝင်ကြလေကုန်သတည်း။

၈၆။ ယေ စ ခေါ သမ္ပဒက္ခာတေ၊
ဓမ္မေ ဓမ္မာနုဝတ္ထိနော။
တေ ဇနာ ပါရမေဿန္တိ၊
မစ္စုဓေယျံ သုဒုတ္တရံ။

ပြန်လေကုန်၏။ အချို့သောသူတို့သည် ထိနမိဒ္ဓဖြင့် ငိုက်မျဉ်းကုန်သည်၊ ရဟန်းတို့လည်း ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား လျှောက်ကြရာ

အနက်—

ယေ စ ခေါ၊ အကြင်သူတို့သည်ကား။ သမ္မဒက္ခာတေ၊ စ လယ် ဆုံး သာ ပြည့်စုံစွာဖြင့် ကောင်းစွာ ဟောကြားအပ်ကုန်သော။ ဓမ္မေ၊ တရားတော်၌။ ဓမ္မာနုဝတ္တိနော၊ တရားအားလျော်စွာ လိုက်နာကျင့်ဆောင်ကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တေ ဇနာ၊ ထိုလူအပေါင်းတို့သည်။ သုဒ္ဓတ္တရံ၊ အလွန်အကြူး ထွက်ကူး လွန်မြောက်နိုင်ခဲ့သော။ မစ္စုဇေယျံ၊ သေမင်းစံရာ သံသရာ တည်းဟူသော သမုဒ္ဒရာကို။ တရိတွာ၊ ကူးသန်းထုတ်ချောက် လွန်မြောက်၍။ ပါရံ၊ အေးငြိမ်းရာထွန်း နိဗ္ဗာန်ကျွန်းသို့။ သေန္တိ၊ ရောက်ကြရကုန်လိမ့်သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၈၅။ လူအပေါင်းကား များပြားရှိကာ၊
နိဗ္ဗာန်ကျွန်းသွား နည်းပါးလှပါ၊
နိဗ္ဗာန်မရ များလှသတ္တဝါ၊
သံသာကမ်း မောပန်းပြေးနေရှာ။

85. Few are there amongst men who go to the Further Shore; the rest of this mankind only run about on the bank.

•ကားပြေ။ ။ လူအပေါင်းတို့တွင် (သံသရာတည်းဟူသော သမုဒ္ဒရာ၏) ထိုမှတစ်ကမ်း နိဗ္ဗာန်ကျွန်းသို့ သွားရောက်နိုင်သော သူတို့နည်းပါးကုန်၏။ (နိဗ္ဗာန်မရောက်ပဲ) ကျန်နေသူလူအပေါင်းသည် (သက္ကာယဒိဋ္ဌိ စွန်းငြိနှောင့်ယှက်) သံသရာ ကမ်းဘက်သို့သာလျှင် ပြေးဝင်ကြ၏။

rest
mankind

ကျန်နေသူ
လူအပေါင်း

တွင် “အပ္ပကာ တေ မနုဿေသု” “ယေ စ ခေါ သမ္ပဒက္ခာတေ”
စသောနှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၈၆။ ကောင်းစွာဟောအပ် တရားမြတ်ဝယ်၊
မပြတ်လေ့ကျက် ဆောင်ရွက်သူဝယ်၊
ကူးမြောက်ရန်ခက် ဝဋ်စက်သုံးသွယ်၊
ဖြတ်ကာသန်း တက်လှမ်းနိဗ္ဗာန်နယ်။

86. But those who rightly act according to the teaching, which is well expounded, those are they who will reach the Further Shore (crossing) the realm of passions, so hard to cross.

စကားပြေ။ ။ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကောင်းစွာ ဟောအပ်သော
တရားတော်မြတ်ကို ကြားနာရ၍ တရားတော်လာအတိုင်း
ကောင်းစွာ ကျင့်ကြံကုန်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကူးမြောက်နိုင်ရန် ခက်ခဲ
သော (သေမင်းစံရာ သံသရာဟူသော သမုဒ္ဒရာ) ကာမနိုင်ငံကို
ဖြတ်သန်းလျက်သာလျှင် အေးငြိမ်းရာထွန်း နိဗ္ဗာန်ဘက်ကမ်းသို့
ရောက်ကြကုန်လတံ့။

၇၀။ ပဉ္စသတအာဂန္တုက ဘိက္ခုဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ဘုရားရှင်ကို ဖူးမြင်ခြင်းငှါ လာကုန်သော ကောသလတိုင်းသား

၇၁။ ကဏ္ဍံ ဓမ္မံ ဝိပ္ပဟာယ၊
သုက္ကံ ဘာဝေထ ပဏ္ဍိတော။
ဩကာ အနောကမာဂမ္မ၊
ဝိဝေကေ ယတ္ထ ဒူရမံ။

အနက်—

ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိသည်။ ကဏ္ဍံ ဓမ္မံ၊ မကောင်းမည်းညစ် ဒုစ
ရိုက် အပြစ်တရားကို။ ဝိပ္ပဟာယ၊ ရှောင်ရှားပယ်စွန့်၍။ ဩကာ၊
တဏှာ၏တည်ရာ ကာမဂုဏ်ဌာနမှ။ အနောကံ၊ တဏှာကင်းရာ
ချမ်းသာဟုတ်မှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို။ အာဂမ္မ၊ မပြတ်မစဲ အာရုံစွဲ၍။
သုက္ကံ၊ ဖြူစင်ကောင်းလတ် သုစရိုက်တရားမြတ်ကို။ ဘာဝေထ၊
ပွားများရာ၏။ ဒူရမံ၊ လူသာမန်တို့ မွေ့လျော်ဖို့ ခက်သော။
ယတ္ထ ဝိဝေကေ၊ အကြင်ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌။ ဝါ၊ အပေါင်းကင်းကွာ
တယောက်တည်းသာ နေခြင်းတည်းဟူသော ကာယဝိဝေက၊
ကိလေသာကိုပယ်ခွါ ကင်းဆိတ်စေတတ်သော သမာပတ်ဟု
ဆိုအပ်သော စိတ္တဝိဝေကနွှာကင်းဆိတ်၍ နိဗ္ဗာန်ကိုရခြင်း
ဟူသော ဥပဓိဝိဝေက သုံးပါးသော အကြင်ဝိဝေက၌။ ရမေ၊
မွေ့လျော်ရာ၏။

၇၂။ တတြာဘိရတိမိစ္ဆေယျ၊
ဟိတှာ ကာမေ အကိဉ္ဇနော။
ပရိယောဒပေယျ အတ္တာနံ၊
စိတ္တဣ္ဇေယေဟိ ပဏ္ဍိတော။

ရဟန်းတို့ကို တရားဟောခြင်းငှါ “ကဏ္ဍံ ဓမ္မံ ဝိပ္ပဟာယ” “(လ) ယေသံ သမ္မောမိယဂေသု” သုံးဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

အနက်—

ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိသည်။ ကာမေ၊ ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့ကို။ ဟိတ္တာ၊ ပယ်စွန့်၍။ အကိဉ္ဇနေ၊ ကာမဂုဏ်စသည်တို့ကို တောင့်တခြင်း (ကြောင့်ကြစိုးရိမ်ခြင်း) မရှိသည်ဖြစ်၍။ တတြ ဝိဝေကေ၊ ထိုနိဗ္ဗာန်ဟူသော ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌။ အဘီရတိ၊ အလွန် မွေ့လျော်ခြင်းကို။ ဣစ္ဆေယျ၊ အလိုရှိရာ၏။ စိတ္တဣ္ဇေသေဟိ၊ စိတ်ကိုညစ်ညူးစေတတ်သော နိဝရဏစသော အနှောင့်အယှက်တို့မှ။ အတ္တနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ပရိယောဒပေယျ၊ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စေရာ၏။ (ဖြူစင်စေရာ၏)

မြန်မာကဗျာ

၈၇။ မဲညစ်အကု ပယ်မှုတသွယ်၊
ဖြူစင်တရား ပွားများညွှတ်ကြွယ်၊
တဏှာကင်းပြတ် ရည်မှတ်စိတ်ဝယ်၊
နိဗ္ဗာန်နန်း ငြိမ်းချမ်းမွေ့ပါတယ်။

87,88. Coming from home to the homeless, the wise man should abandon dark states and cultivate the bright. He should seek great delight in detachment (Nibbāna), so hard to enjoy. Giving up sensual pleasures, with no impediments, the wise man should cleanse himself of the impurities of the mind.

စကားပြေ။ ။ ပညာရှိသည် ကာမဂုဏ်ဌာနမှ ကာမဂုဏ်ကင်းပြတ် နိဗ္ဗာန်ကို ရည်မှန်းလျက် မည်းညစ်သောအကုသိုလ် ဒုစရိုက်တရားတို့ကို ပယ်စွန့်၍ ဖြူစင်ကောင်းလတ် သုစရိုက်တရားမြတ်ကို အထပ်ထပ်ပွားရာ၏။ လူသာမန်တို့ မွေ့လျော်ရန် အလွန်ခဲယဉ်းသော ဆိတ်ငြိမ်ရာ နိဗ္ဗာန်၌ အလွန်မွေ့လျော်ရာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၈၈။ နိဗ္ဗာန်အေးရိပ် ပဏ္ဍိတ်ပျော်ရွှာ၊
 ပယ်ခွါကာမ ကြောင့်ကြလဲကွာ၊
 စိတ်အညစ်ကြေး လျော်ဆေးပြီးခါ၊
 မိမိအား သန့်သွား စင်စေရာ။

စကားပြေ။ ။ပညာရှိသည် ကာမဂုဏ်တို့ကို ပယ်စွန့်လျက် (ဝတ္ထု
 ကာမ ကိလေသာ ကာမ)စသည်တို့ကို ကြောင့်ကြစိုးရိမ်
 ခြင်းမရှိပဲ နိဗ္ဗာန်ဟူသော ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ အလွန်မွေ့လျော်ခြင်းကို လိုလား
 ရှာဖွေရာ၏။ စိတ်ညစ်ညူးကြောင်းဖြစ်သော(နိဝရဏစသော) အနှောင့်
 အယှက်မှ မိမိကိုယ်ကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စေရာ၏။

၈၉။ ယေသံ သမ္မောဓိယဂေသု၊
 သမ္မာ စိတ္တံ သုဘာဝိတံ။
 အာဒါနပဋိနိဿဂ္ဂေ၊
 အနုပါဒါယ တေ ရတာ။
 ဒိဏာသဝါ ဇုတိမန္တော၊
 တေ လောကေ ပရိနိဗ္ဗူတာ။

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား။ သမ္မောဓိယဂေသု၊ အရဟတ္တ
 မဂ်၏ အကြောင်းဖြစ်သော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့၌။ သမ္မာ၊
 အကြောင်းအခွင့် နည်းအသင့်ဖြင့်။ သုဘာဝိတံ၊ ကောင်းစွာ
 ပွားများအပ်သော။ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ တေ ပုဂ္ဂလာ၊
 ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ အနုပါဒါယ၊ လောက၌ ဘာကိုမျှ စွဲလမ်း
 ခြင်းမရှိတော့ပဲ။ အာဒါနပဋိနိဿဂ္ဂေ၊ စွဲလမ်းကင်းကုန် နိဗ္ဗာန်
 ဘုံ၌။ ရတာ၊ အမြဲခိုလှုံမွေ့လျော်ကြကုန်၏။ ဇုတိမန္တော၊ အရ-
 ဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ရောင်လျှံကဲမိုး ဘုန်းတန်းခိုး ရှိကြကုန်သော။

တေ ဒိဏာသဝါ၊ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ လောကေ၊ ဤ
လောက၌ပင်။ ပရိနိဗ္ဗူတာ၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ငြိမ်းချမ်း
ရေးစစ် ဗိမာန်သစ်ကို ရကြကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကြလေကုန်
သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၈၉။ ဗောဇ္ဈင်ပွားများ စိတ်ထားကောင်းစေ၊
ဘာမမျှော်မှန်း မစွဲလမ်းပေ။
အစွဲကင်းကုန် ရွှေဘုံပျော်နေ၊
ရဟန်းမြတ် ထွန်းလတ် ဉာဏ်ရောင်တွေ။
လောကတဝှမ်း ငြိမ်းချမ်းပါပေ၊
နိဗ္ဗာန်မြတ် အေးဓာတ် ကပ်ရောက်လေ။

89. Whose minds are well perfected in the factors of Enlightenment,—who, without clinging, delight in ‘the giving up of grasping’ (i.e. Nibbāna), they, the corruption-free, shining ones, have attained Nibbāna even in this world.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား အရဟတ္တမဂ်၏ အကြောင်းဖြစ်
သော ဗောဇ္ဈင်တရားတို့၌ ကောင်းစွာ ပွားများအပ်
သော စိတ်ရှိ၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လောက၌ ဘာကိုမျှစွဲလမ်းမှုမရှိ
တော့ပဲ စွဲလမ်းမက်မောခြင်းကင်းရာ နိဗ္ဗာန်၌ ဓမ္မလျော်ကြ ကုန်၏။
အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ရောင်လျှံရှိကုန်သော အသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာ
တို့သည် ဤလောက၌ပင် နိဗ္ဗာန်ရွှေဘုံ ခိုလုံကြလေကုန်၏။

ပဏ္ဍိတဝဂ်-ပညာရှိအုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း (၇)

အရဟန္တဝဂ်-ရဟန္တာအုပ်စု

၇၁။ ဇီဝက ပဉ္စဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇီဝက၏ သရက်ဥယျာဉ်၌ နေတော်မူသော အခါ ဒေဝဒတ်သည် ကျောက်ဖြင့်ပစ်ချခြင်းကြောင့် ခြေတော်ဝယ် သွေးစိမ်းတည်၍ အနာယဉ်းသည်ကို ဇီဝကသည် ဓားငယ်ဖြင့်ခွဲခြင်း

၉၀။ ဂတဒ္ဓိနော ဝိသောကဿ၊

ဝိပ္ပမုတ္တဿ သဗ္ဗမိ။

သဗ္ဗဂန္ထပ္ပဟိနဿ၊

ပရိဋ္ဌာဟော န ဝိဇ္ဇတိ။

အနက်—

ဂတဒ္ဓိနော၊ သံသရာဝဋ် ခရီးညွတ်မှ ကင်းလွတ်ပြီးထသော။
ဝိသောကဿ၊ စိုးရိမ်ပူဆွေး ကင်းဝေးပြီးသော။ သဗ္ဗမိ၊ ခန္ဓာ
စသား ဝဋ်တရားအားလုံးတို့မှ။ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ ကင်းလွတ်ပြီး
ထသော။ သဗ္ဗဂန္ထပ္ပဟိနဿ၊ နှောင်ဖွဲ့လွန်ပွား ဂန္ထလေးပါးကို
တပါးမကျန် ပယ်လွန်ပြီးသော။ အရဟန္တဿ၊ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်
အား။ ပရိဋ္ဌာဟော၊ စေတသိက ဒုက္ခဝေဒနာ ကျင်နာ
ထန်ပြင်း ပူလောင်ခြင်းသည်။ န ဝိဇ္ဇတိ၊ မုချကိန်းသေ မရှိလေ
သတည်း။

ဆေးလိမ်းခြင်း ကျပ်စည်းခြင်း တို့ဖြင့်ကု၍ ကိုယ်တော်ပူပန်ခြင်းသည်
 ဖြစ်လေသလောဟု လျှောက်ထားသည်တွင် “ဂတဒ္ဓိနော ဝိသော-
 ကဿ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၉၀။ သံသရာခရီး သွားပြီးဖြစ်လာ၊
 သောကကင်းဝေး ငြိမ်းအေးခန္ဓာ၊
 ဂန္ထလေးပါး ပယ်ရှားသူမှာ။
 စိတ်တွင်ဆွေး ပူရေးမရှိရာ။

90. For him who has completed the journey, for
 him who is sorrowless, for him who from everything
 is wholly free, for him who has destroyed all Ties,
 the fever (of passion) exists not.

စကားပြေ။ ။ သံသရာဝဋ်ခရီးမှ ကင်းလွတ်ပြီးဆုံးသော စိုးရိမ်ပူဆွေး
 ကင်းဝေး၍ ခန္ဓာစသော ဝဋ်တရားအားလုံးမှ ကင်း
 လွတ်ပြီးကာ နှောင်လွန်ပွား ဂန္ထတရား အားလုံးတို့ကို ပယ်ပြီးဖျက်ဆီး
 ပြီးသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အတွက် ရာဂစိတ်ထကြွခြင်း စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်း
 မရှိ။

၇၂။ မဟာကဿပတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရှင်မဟာကဿပ မထေရ်မြတ်၏ သင်္ကန်းသပိတ် ပရိဝုဏ်စသည်၌

၉၁။ ဥယျုဉ္ဇန္တိ သတိမန္တော၊
 န နိကေတေ ရမန္တိ တေ။
 ဟံသာဝ ပလ္လလံ ဟိတု၊
 ဩကမောကံ ဇဟန္တိ တေ။

အနက်—

သတိမန္တော၊ လွန်စွာ သတိရှိကုန်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ ဥယျုဉ္ဇန္တိ၊ မိမိရအပ်စွာန်သမာပတ်ကို မပြတ်အားထုတ်ကုန်၏။ တေ၊ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ နိကေတေ၊ ကာမဂုဏ်စည်းစိမ် နေထိုင်ရာအိမ်စသည်တို့၌။ ရမန္တိ၊ မမွေ့လျော်ကြကုန်။ (ဝါ၊ စွဲလမ်းငဲ့ကွက်ခြင်း မရှိကြကုန်။) ဟံသာဝ၊ ဟသံသရာတို့သည်။ ပလ္လလံ၊ ရှံညှန် အိုင်နှင့် ကြာတို့ကို။ ဟိတု၊ မငဲ့ကွက်ပဲ စွန့်ခွါရုံရှိသာလျှင်။ ပက္ခန္တိ ယထာ၊ ပုံလေကုန်သကဲ့သို့။ တေ၊ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ ဩကမောကံ၊ တွယ်တာစရာ တဏှာ ဟူသမျှကို။ ဇဟန္တိ၊ အခါခါ အပူမပြတ်ရအောင် စွန့်လွှတ်ကြလေကုန်သတည်း။

တုယ်တာခြင်းကင်းသော အပြစ်ကို ထင်ရှားစွာ သိစေခြင်းငှါ
 “ဥယျုဉ္ဇန္တိ သတိမန္တော” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၉၁။ သတိရှိလတ် ဝိပဿကျင့်ပို့၊
 ကာမဂုဏ်ငွေ မမေ့ကြလို့၊
 ဟင်္သာတသင်း ညွှန်တိုင်းစွန့်သလို၊
 တဏှာတိုင်း မဆိုင်းစွန့်ပယ်လို့။

91. The mindful exert themselves; to no abode are they attached; like swans that quit their pools, home after home they abandon (and go).

စကားပြေ။ ။ သတိရှိကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သူတို့ကိုယ်တိုင် ဝိပဿနာရူပာ ကြိုးစားကြကုန်၏။ ကာမဂုဏ်စည်းစိမ် နေထိုင်ရာအိမ် စသည်ကို စွဲလမ်းငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိကြကုန်။ (မမေ့လျော့ကြကုန်) ဟင်္သာငှက်တို့သည် မိမိတို့ကျက်စားရာ ရွာညွှန်အိမ်နှင့် ကြာတို့ကို စွန့်ခွါပျံသွားသကဲ့သို့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ငဲ့ကွက်တုယ်တာစရာ တဏှာဟူသမျှတို့ကို အခါခါမတွေ့ရအောင် စွန့်လွှတ်ကြကုန်၏။

၇၃။ ဗေလဋ္ဌသီသတ္တေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ အရှင်ဗေလဋ္ဌသီသသည် တကြိမ်ဆွမ်းခံကြွတော်မူ၍ ဆွမ်းစား ပြီးသော် ကျန်သောဆွမ်းကို သိုမှီးလျက် ဖလသမာပတ်ဝင်စားရာမှ အထတိုင်ထိုဆွမ်းခြောက်ကိုစား၍သမာပတ်ကိုဝင်စား၍နေလေသည်။

၉၂။ ယေသံ သန္နိစယော နတ္ထိ၊
ယေ ပရိညာတဘောဇနာ။
သုညတော အနိမိတ္တော စ၊
ဝိမောက္ခော ယေသံ ဂေါစရော။
အာကာသေဝ သက္ကန္တာနံ၊
ဂတိံ တေသံ ဒုရန္တယာ။

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့အား။ သန္နိစယော၊ ပစ္စည်း ဥစ္စာ အာသာတပ်မက် သိုဝှက်သိမ်းဆည်းခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ ယေ၊ အကြင်ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့သည်။ ပရိညာတဘောဇနာ၊ ဉာဏ်၊ တိရဏ၊ ပဟာနဟု ဉာဏသုံးပါး ပရိညာတရားဖြင့် ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်အပ်သော ဘောဇဉ် ရှိကုန်၏။ သုညတော စ ဝိမောက္ခော၊ ရာဂစသည်တို့မှ ဆိတ်သော နိဗ္ဗာန်သည်၎င်း။ အနိမိတ္တော စ ဝိမောက္ခော၊ သုဘနိမိတ်စသည် တို့မှ ကင်းသော နိဗ္ဗာန်သည်၎င်း။ ယေသံ ပုဂ္ဂလာနံ၊ အကြင် ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့၏။ ဂေါစရော၊ ကျက်စားရာ အာရုံသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အာကာသေ၊ အဇ္ဈာပြင် ထက်ကောင်းကင် ၌။ သက္ကန္တာနံ၊ လူးလာပျံသွား ငှက်အမျှားတို့၏။ ဂတိံ၊ သွားရာ မှတ်ပြီး လမ်းခရီးကို။ ဒုရန္တယာ ဣဝံ၊ ခြေရာကြောင်းပင် မထင် မရှိ၊ မမြင်သိနိုင်သကဲ့သို့။ တေသံ၊ ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ် ပယ်သတ် ထိုရဟန္တာမြတ်တို့၏။ ဂတိံ၊ လားရာဂတိကို။ ဒုရန္တယာ၊ သိနိုင် ခဲလှပေသတည်း။

နေရက်ရှည်စွာ ကြာမြင့်မှ ဆွမ်းခံကြလေ၏။ ဤအကြောင်းကို သိ၍ ရဟန်းတို့ကဲ့ရဲ့ကုန်လျက် မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ကြရာတွင် သန္နိဓိကာရကသိက္ခာပုဒ်ကို ပညတ်ပြီး၍ မထေရ်၌ အပြစ်မရှိသော အဖြစ်ကိုပြခြင်းငှါ “ယေသံ သန္နိစယော နတ္ထိ” ဂါထာကိုဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၉၂။ သိုမှီးတစ် မသိသူမှာ၊
ပိုင်းခြားသိလတ် စားအပ်အစာ၊
ရာဂကင်းဆိတ် နိမိတ်ကင်းရာ၊
ထိုသူမြတ် ဖြစ်လတ်အာရုံမှာ။
ကောင်းကင်စခမ်း ငှက်လမ်းပမာ၊
လားရာလမ်း သိစွမ်းခက်လှပါ။

92. They for whom there is no accumulation, who reflect well over their food, whose object is the Void, the Signless, Deliverance—their course cannot be traced, like that of birds in air.

စကားပြေ။ ။ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့သည် မည်သူ့ အတွက်မှ ဥစ္စာ ပစ္စည်း သိုမှီးသိမ်းဆည်းခြင်းမရှိ (ပရိညာသုံးပါးဖြင့်) ပိုင်းခြား ဆင်ခြင်ကာ အစာအာဟာရကို သုံးဆောင် မှီဝဲကုန်၏။ ထို ရဟန္တာမြတ်တို့၏ ကျက်စားရာ အာရုံအဖြစ်နှင့် ရာဂစသည်တို့မှ ကင်းဆိတ်သော လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်နှင့် ရာဂအကြောင်း ကင်းရာနိဗ္ဗာန် အာရုံရှိ၏။ ကောင်းကင်၌ ငှက်တို့၏ သွားရာလမ်းကြောင်းကို သိမြင် ထောက်လှမ်းရန် ခက်ခဲသကဲ့သို့ ထိုရဟန္တာတို့၏ လားရာလမ်းကို သိမြင်ရန် ခက်ခဲလှ၏။

accumulation	သိုမှီးခြင်း
Void	ကင်းဆိတ်သော
Signless	ရာဂအကြောင်းကင်းရာ (နိမိတ်လက္ခဏာမရှိ)
deliverance	လွတ်မြောက်ခြင်း (နိဗ္ဗာန်)
traced	ထောက်လှမ်းသည်၊ သိမြင်သည်

၇၄။ အနုရုဒ္ဓတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဇာလိနီအမည်ရှိသော နတ်သမီးသည် အနုရုဒ္ဓါမထေရ်ကို ရည်မှတ်၍ အလျားတဆယ့်သုံးတောင် အနံလေးတောင်ရှိသော နတ်ပုဆိုးကို ပံသုကူပစ်၍ သင်္ကန်းချုပ်သောအခါလည်း မြတ်စွာဘုရားနှင့် တကွ ငါးရာကုန်သော ရဟန်းတို့အလို့ငှါ မရေတုက်နိုင်သော ဆွမ်း

၉၃။ ယဿာသဝါ ပရိက္ခိဏာ၊

အာဟာရေ စ အနိဿိတော။

သုညတော အနိမိတ္တော စ၊

ဝိမောက္ခော ယဿ ဂေါစရော။

အာကာသေဝ သက္ကန္တာနံ၊

ပဒံ တဿ ဒုရန္ဓယံ။

အနက်—

ယဿ၊ အကြင်ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အား။ အာသဝါ၊ ကာမာသဝစသည် လေးပါး အာသဝတရားတို့သည်။ ပရိက္ခိဏာ၊ ကုန်ခန်းကုန်၏။ အာဟာရေ စ၊ အစာ အာဟာရ၌လည်း။ အနိဿိတော၊ တပ်မက်စွဲလမ်း မှီငြမ်းခြင်းမရှိ။ သုညတော စ ဝိမောက္ခော၊ ရာဂစသည်တို့မှ ကင်းရာနိဗ္ဗာန်သည်၎င်း။ အနိမိတ္တော စ ဝိမောက္ခော၊ သုဘနိမိတ် ကင်းဆိတ်လွတ်ရာ နိဗ္ဗာန်သည်၎င်း။ ယဿ၊ အကြင်ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏။ ဂေါစရော၊ ကျက်စားရာ အာရုံဖြစ်၏။ အာကာသေ၊ ကောင်းကင်၌။ သက္ကန္တာနံ၊ ငှက်တို့၏။ ပဒံ၊ ခြေရာကို။ ဒုရန္ဓယံ-ဒုရန္ဓယံ ဣဝ၊ သိနိုင်ခဲသကဲ့သို့။ တဿ၊ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏။ ပဒံ၊ သွားရာလမ်းကို။ ဒုရန္ဓယံ၊ သိနိုင်ခဲ၏။

ခဲဗွယ် စသည်တို့ကို တန်ခိုးဖြင့် ဆောင်ယူလေ၏။ နတ်သမီးစောင်မ
သည်ကို မသိကြသော ရဟန်းတို့သည် အနုရုဒ္ဓါမထေရ်ကား ပမာဏကို
မသိပဲ အလုပ်အကျွေး ဒါယကာတို့ကို ပြောဆိုသည့်ဟု ကဲ့ရဲ့ကုန်၏။
ထိုသို့ ကဲ့ရဲ့သည်ကို ဘုရားရှင် ကြားသိတော်မူ၍ မထေရ်၌ အပြစ်မရှိ
သည်ကို ထင်ရှားစေခြင်းငှါ “ယဿာသဝါ ငရိက္ခိဏာ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၉၃။ အကြင်ရဟန်း ကုန်ခန်းအာသဝါ၊
အာဟာရ၌ အကြိုက်ပယ်ခွါ၊
ရာဂ ကင်းဆိတ် နိမိတ်ကင်းကွာ၊
ထိုသူမြတ် ဖြစ်လတ်အရံမှာ။
ကောင်းကင်စခန်း ငှက်လမ်းပမာ၊
သွားရာလမ်း သိစွမ်းခက်လှပါ။

93. He whose corruptions are destroyed, he who is not attached to food, he whose object is the Void, the Signless, Deliverance, his path cannot be traced, like that of birds in air.

စကားပြေ။ ။ အာသဝေါကုန်ခမ်းသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် အစာ
အာဟာရကို တပ်မက်စွဲလမ်း မှီဝဲသုံးဆောင်ခြင်းမရှိ၊
ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ် ကျက်စားရာ အာရုံအဖြစ်နှင့် ရာဂစသည်တို့မှ
ကင်းဆိတ်၍ ထိုရာဂစသောအကြောင်းမှ ကင်းရာ နိဗ္ဗာန်အာရုံရှိ၏။
ကောင်းကင်၌ ငှက်တို့၏သွားရာလမ်းကြောင်းကို သိမြင်ရန် ခက်ခဲသကဲ့
သို့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏သွားရာလမ်းကို သိမြင်ထောက်လှမ်းရန် ခက်ခဲလှ၏။

၇၅။ မဟာကစ္စာယနတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ပုဗ္ဗာရုံကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ သိကြားမင်းသည် ကစ္စည်းမဆေရ်အား အထူးသဖြင့် ပူဇော်

၉၄။ ယဿိန္ဒြိယာနိ သမထဂံတာနိ၊

အဿာ ယထာ သာရထိနာ သုဒန္တာ။

ပဟိနမာနဿ အနာသဝဿ၊

ဒေဝါပိ တဿ ပိဟယန္တိ တာဒိနော။

အနက်—

သာရထိနာ၊ ရထားထိန်းသည်။ သုဒန္တာ၊ ကောင်းစွာကျန
သင်ပြ၍ ဆုံးမထားအပ်ကုန်သော။ အဿာ ယထာ၊ မြင်းတို့ကဲ့သို့။
ယဿ၊ အကြင်ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်၏။ ဣန္ဒြိယာနိ၊ မျက်စိ နား
စသော ဣန္ဒြေတို့သည်။ သမထံ၊ ငြိမ်သက်တည်ကြည်ခြင်းသို့။
ဂတာနိ၊ ရောက်ကုန်၏။ ပဟိနမာနဿ၊ ပယ်အပ်ပြီးသော မာန
ရှိသော။ အနာသဝဿ၊ လေးပါးအာသဝ ကင်းစင်ပပြီးသော။
တာဒိနော၊ လောကဓံကြောင့် ဖောက်ပြန်ခြင်းမရှိသော။ တဿ၊
ထိုရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်အား။ ဒေဝါပိ၊ ဗြဟ္မာ သိကြား နတ်
အများတို့သည်လည်း။ ပိဟယန္တိ၊ ချစ်မြတ်နိုးကြကုန်၏။

သက္ကာရ ပြုသည်ကို ရဟန်းတို့ ပြောဆိုကြသော စကားစပ်တွင်
“ယသိန္ဒြိယသနိ သမထင်္ဂတာနိ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

ပြန်မကဗျာ

၉၄။ ရထားထိန်းက ဆုံးမမြင်းနွယ်၊
ဣန္ဒြေဆုံးမ ငြိမ်လှသူရယ်၊
အာသဝနှင့် မာနကိုပယ်၊
လောကနှောက် စိတ်ဖောက်မလယ်တယ်။
ထိုသူအား နတ်များချစ်ကြတယ်။

94. He whose senses are subdued, like steeds well trained by a charioteer; he whose pride is destroyed and is free from the corruptions, such steadfast ones even the gods hold dear.

စကားပြေ။ ။ရထားထိန်းသည် ကောင်းစွာ ကျန သင်ပြဆုံးမထားပြီး
သော မြင်းကဲ့သို့ မျက်စိစသော ဣန္ဒြေတို့ကို ငြိမ်သက်
တည်ကြည်ရန် စောင့်ရှောက်ကာ မာနတရားကို ပယ်၍ အာသဝေါ
တရား(လေးပါး)တို့မှ ကင်းလွတ်ပြီးဖြစ်သဖြင့် လောကဓံတရားကြောင့်
မလှုပ်ရှားသော ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့အား နတ်များတောင်ပင် ချစ်ခင်
မြတ်နိုးကြကုန်၏။ (လူရော နတ်ပါ ချစ်ခင်လာကြကုန်၏)။

steeds

မြင်းများ

steadfast

တည်ကြည်သော၊ မတုန်လှုပ်သော

၇၆။ သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သာရိပုတ္တရာမထေရ်သည် ကျွန်ုပ်ကို ဒုကုဋ်ဖြင့် ကျင်နာအောင် တိုက်ခိုက်သည့်ဟု ရဟန်းမလိမ္မာက လျှောက်ထားရာတွင် ရှင်သာရိပုတ္တရာကို ခေါ်တော်မူ၍ မေးတော်မူလျှင် ခြေသုတ်ပုဆိုး မြေစွယ် ကျိုးနှင့်ချိုကျိုးသောနှား ဒွန်းစဏ္ဍားလို မလွှားမပ မာန်မထကြောင်းကို လျှောက်ထားသောအခါ စွပ်စွဲမိသော ရဟန်းသည် ပူပန်ခြင်းဖြစ်၍ ကန်တော့ ဝန်ချ၏။ ရှင်သာရိပုတ္တရာလည်း ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်၍ လက်အုပ်ချီပြီးသော် အရှင်ဘုရား အကျွန်ုပ်သည် အရှင်၏ အပြစ်ကို သည်းခံပါ၏။ အရှင်ကလည်း သည်းခံပါလောဟု ဆို၏ ဘုရားရှင်သည်

၉၅။ ပထဝိသမော နော ဝိရုဇ္ဈတိ၊
ဣန္ဒြိယလုပမော တာဒိ သုဗ္ဗတော။
ရဟဒေါ အပေတကဒ္ဒမော၊
သံသာရာ န ဘဝန္တိ တာဒိနော။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပထဝိသမော၊ မြေကြီးအလား သည်းခံခြင်းအားရှိသည်ဖြစ်၍။ နော ဝိရုဇ္ဈတိ၊ ဆန့်ကျင်ဘက်လည်း မပြုတတ်။ ဣန္ဒြိယလုပမော၊ တံခါးတိုင်ကဲ့သို့ ယိမ်းယိုင်မရှိ တည်ကြည်သော သမာဓိလည်းရှိ၏။ တာဒိ၊ လောကဓံတရား ရှစ်ပါးအလျောက် တွေ့ကြုံရောက်လျှင် မဖောက်ပြန်သော သဘောရှိ၏။ သုဗ္ဗတော၊ ကောင်းသော အကျင့်လည်းရှိ၏။ အပေတကဒ္ဒမော၊ ရှံညှန် ကင်းသဖြင့် ကြည်လင်ခြင်းရှိသော။ ရဟဒေါ၊ ရေကန်ကဲ့သို့။ ပသန္တစိတ္တော၊ ကိလေသာမယှဉ် ကြည်လင်သော စိတ်ရှိ၏။ တာဒိနော၊ တာဒိ ဂုဏ်နှင့်ပြည့်စုံသော ထိုရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်အား။ သံသာရာ၊ သံသာရာ၌ ချာချာလိုက်ခြင်းတို့သည်။ န ဘဝန္တိ၊ မဖြစ်ကြလေကုန်သတည်း။

ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြခြင်းငှါ “ပထဝိသမော နော ဝိရုဇ္ဈတိ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ကိုးထောင်သော ရဟန်း တို့သည် ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ ရဟန္တာဖြစ်လေ ကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၉၅။ ဆန့်ကျင်မရှိ မြေ၏ပုံသွင်၊
 တံခါးတိုင်လား လှုပ်ရှားမထင်။
 ကောင်းစွာကျင့်ဘိ တာဒိဂုဏ်ရှင်၊
 ရှိညွှန်ကင်း သန့်ရှင်း ရေကန်သွင်၊
 သူတော်မြတ် ကင်းပြတ် သံသာခွင်။

95. Like the earth, like an indakhīla, a balanced and well-cenduted person is not resentful; like a pool unsullied by mud is he; to such a stable one life's wanderings are no more.

စကားပြေ။ ။ ကောင်းဆိုးတွေ့ငြား လောကဓံရှစ်ပါးကြောင့် စိတ် ထားမပြောင်း ကောင်းသောအကျင့်ရှိသော အကြင် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် မြေကြီး တံခါးတိုင်အလား သည်းခံတရား ရှိသည် ဖြစ်၍ အမျက်ဒေါသဖြင့် ဆန့်ကျင်မှုမပြု၊ ရှိညွှန်ကင်းစင်သည့် ကြည်လင် သော ရေအိုင်ပမာ ကိလေသာမယှဉ် ကြည်လင်သော စိတ်ရှိသော ထို ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အား သံသရာ၌ ကျင်လည်ခြင်းတို့သည် မဖြစ်တော့ပြီ။

balanced

ညီမျှသော (တာဒိဂုဏ်နှင့်ပြည့်စုံသော)

unsullied

မညစ်ညမ်းသော၊ မနောက်ကျသော

life's wanderings

(ဘဝ)သံသရာလည်ပတ်ခြင်း၊ ကျင်လည်ခြင်း

၇၇။ ကောသမ္ပိဝါသီတိဿ သာမဏေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကောသမ္ပိပြည်မှ တိဿမထေရ်သည်ရဟန္တာဖြစ်သော သာမဏေ ငယ်နှင့်တကွ မြတ်စွာဘုရားအထံသို့ လာသည်ရှိသော် လမ်းခရီး၌ ကျောင်းတကျောင်းဝယ် တည်းခို၍ အိပ်လေ၏။ သာမဏေငယ်လည်း ဥပဇ္ဈယ်အား သဟဿယျ အာပတ်လွတ်စေခြင်းငှါ မထေရ်အိပ်သော ညောင်စောင်းအနီးဝယ် ထိုင်၍နေ၏။ မထေရ်သည် အရုဏ်တက်ခါနီး ၌သာမဏေကိုနှိုးခြင်းငှါ ယပ်ရိုးဖြင့်ကြမ်းကို ဆောင့်ရာတွင် သာမဏေ ငယ်၏ မျက်စိကို ခိုက်မိ၍ မျက်စိပျက်လေ၏။ သာမဏေငယ်သည် ဆရာနှလုံးမသာယာမည်ကိုစိုး၍ မျက်စိ ပျက်သည်ကို မပြောပဲ လက်

၉၆။ သန္တံ တဿ မနံ ဟောတိ၊

သန္တာ ဝါစာ စ ကမ္မ စ။

သမ္ပဒညာ ဝိမုတ္တဿ၊

ဥပသန္တဿ တာဒိနော။

အနက်—

ဓမ္မံ၊ မြတ်သောကရားတော်ကို။ သမ္မာ၊ ကောင်းစွာ။ အညာ၊ သိ၍။ ဝိမုတ္တဿ၊ ကိလေသာမှ လွတ်ပြီးသော။ ဥပသန္တဿ၊ ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းပြီးသော။ တာဒိနော၊ လောကဓံတရား ရှစ်ပါးအလျောက် တွေ့ကြုံရောက်လည်း ဖောက်ပြန်တုန်လှုပ်ခြင်းမရှိသော။ တဿ၊ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မြတ် ၏။ မနံ၊ စိတ်သည်။ သန္တံ၊ ငြိမ်သက်တည်ကြည်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဝါစာ စ၊ စကားသည်လည်း။ (ဝါ၊ အပြောအဆို သည်လည်း။) သန္တာ၊ ငြိမ်သက်၏။ ကမ္မံ စ၊ အပြုအမူသည်လည်း။ (ဝါ၊ အမူအရာသည်လည်း။) သန္တံ ဝ၊ ငြိမ်သက်သည်သာလျှင်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

တဖက်ဖြင့် မျက်စိကိုအုပ်၍ တဖက်ဖြင့် ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ကို ပြု၏။
 မျက်သစ်ရေ ဒန်ပူကိုလည်း လက်တဖက်ဖြင့်သာ ကပ်လျှင် သာမဏေ
 မလိမ္မာစွာတကား၊ လက်နှစ်ဖက်ဖြစ်သာလျှင် ရေဒန်ပူကို ကပ်ရာ၏ဟု
 ဆိုသောအခါမှ အကြောင်းကိုလျှောက်၏။ မယေရ်သည် သူတော်
 ကောင်းဖြစ်သော သာမဏေ ငါကားဝန်လေးသောအမှုကို ပြုမိ၏။
 ငါ၏အပြစ်ကို သည်းခံပါဟု ကန်တော့ ဝန်ချ၍ မြတ်စွာဘုရားအထံသို့
 ရောက်လျှင် ဤအကြောင်းကို လျှောက်၏ ဘုရားရှင်သည် သာမဏေ၏
 ရဟန္တာအဖြစ်ကို ထင်ရှားမြဲခြင်းငှါ “သန္တံ တဿ မနံ ဟောတိ”
 ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၉၆။ အေးအေးနေဘိ တာဒိဂုဏ်ရှင်၊
 ကိလေသာလွတ် ကောင်းမြတ်သိမြင်၊
 သူ၏စိတ်ဓာတ် ငြိမ်းလတ်သည်ပင်၊
 ကိုယ်နှုတ်လဲ အေးမြဲ သူတော်စင်။

96. Calm is the mind, calm is the speech, and action and right knowledge of him who is wholly freed, perfectly peaceful, and who is such a stable one.

စကားပြေ။ ။ ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းပြီး၍ တာဒိဂုဏ်
 နှင့် ပြည့်စုံသော တရားတော်ကို ကောင်းစွာသိသဖြင့်
 ကိလေသာမှ ကင်းလွတ်ပြီးသော ထိုရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်၏စိတ်သည်
 ငြိမ်သက် တည်ကြည်၍ အပြောအဆို အပြုအမူလည်း ငြိမ်သက်၏။

၇၈။ သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သုံးကျိပ်သော တောနေရဟန်းတို့ရှေ့ဝယ် ရှင်သာရိပုတ္တရာကို ခေါ်တော်မူ၍ သာရိပုတ္တရာ သဒ္ဓါစသော ဣန္ဒြေငါးပါးကို မပ္ပါးစေပဲ အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ကိုသာ မျက်မှောက်ပြုလေ၏။ ဤစကားကို သင်ယုံကြည် ၏လောဟု မေးတော်မူ၏။ အရှင်ဘုရား ကိုယ်တိုင်မသိ မမြင်သော သူသာ သူတပါးတို့စကားဖြင့် ယုံကြည်ရပါသည်။ အကျွန်ုပ်ကား

၉၇။ အဿဒ္ဓေါ အကတညူ စ၊
သန္နိစ္ဆေဒေါ စ ယော နရော။
ဟတာဝကာသော ဝန္တာသော။
သ ဝေ ဥတ္တမပေါရိသော။

အနက်—

ယော နရော၊ အကြင်သူသည်။ အဿဒ္ဓေါ၊ သူတပါးတို့စကား ဖြင့်သာ မှတ်သားယုံကြည်ခြင်း ရှိသောသူမဟုတ်။ အကတညူ စ၊ အကြောင်းတရားတို့သည် မပြုပြင်အပ်သော နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်တိုင် သိသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ သန္နိစ္ဆေဒေါ စ၊ သံသရာ တည်းဟူသော နှောင်အိမ်၏အစပ်ကို ခွဲဖြတ် ဖျက်ဆီးတတ်သည် လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဟတာဝကာသော၊ ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံ တို့၏ အကျိုးပေးခွင့်ကို ပယ်လွှင့်ဖြတ်တောက်အပ် ပြီးသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဝန္တာသော၊ အလိုဆန္ဒ ဟူသမျှကို တစမကျန် ပျိုးအန်ပြီးသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ သော နရော၊ ထိုသူသည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ဥတ္တမပေါရိသော၊ ယောက်ျားမြတ် မည်ပေ၏။

ကိုယ်တိုင်သိမြင်ပြီးဖြစ်၍ သူတပါးတို့စကားဖြင့် မယုံကြည်ပါဟုဖြေ
၏။ ဘုရားရှင်သည် သာရိပုတ္တရာ မထေရ်ကိုချီးမွမ်းခြင်းငှါ “ဒဿဒ္ဓေါ
အကတညူ စ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ရဟန်းသုံးကျိပ် တို့သည်
ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တရဟန္တာ ဖြစ်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၉၇။ နိဗ္ဗာန်သိတတ် ပြောအပ်မယုံ၊
သံသရာဝဋ် ဆက်စပ်ဖြတ်ကုန်၊
အကျိုးပေးခွင့် ပယ်လင့်အကုန်၊
ယောကျ်ားမြတ် အန်လတ် အာသာကုန်။

97. The man who is not credulous, who understands
the uncreate (Nibbāna), who has cut off the links, who
has put an end to occasion (of good and evil), who
has vomited all desires, he, indeed, is a supreme man.

စကားပြေ။ ။ သူတပါးတို့ ပြောကြားသည့် စကား ကလေးမျှဖြင့်
မယုံကြည်ပဲ (အကြောင်းတရားတို့သည်) မပြုပြင်
အပ်သော နိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်နားလည်၏။ အကျိုးပေးခွင့် အကြောင်း
မျိုးစေ့ကိုလည်း ဖြတ်သတ်ပြီးလျှင် အလိုဆန္ဒဟူသမျှကို တခုမကျန်
ပျှံအန်ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်သာ အမှန်စင်စစ် အမြတ်ဆုံး ယောကျ်ား
ဖြစ်၏။

၇၉။ ဒဒိရဝနိယ ရေဝတတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ညီတော် ရေဝတမထေရ်၏နေရာဖြစ်သော ရှားတောအရပ်၌ သာယာနုပျိုကြောင်းကို ပြောဆိုကုန်သော ရဟန်း

၉၀။ ဂါမေ ဝါ ယဒိ ဝါ ရညေ၊
 နိန္ဒေ ဝါ ယဒိ ဝါ ထလေ။
 ယတ္ထ အရဟန္တာ ဝိဟရန္တိ၊
 တံ ဘူမိရာမဏေယျကံ။

အနက်—

ဂါမေ ဝါ၊ ရွာ၌ဖြစ်စေ။ ယဒိ၊ ထိုမြို့။ ဝါ၊ သို့မဟုတ်။
 အရညေ ဝါ၊ တော၌ဖြစ်စေ။ နိန္ဒေ ဝါ၊ တွင်းကျင်းလိုက်ကမ်း
 ချိုင့်ဝှမ်းရာ အရပ်၌ဖြစ်စေ။ ဝါ၊ နိမ့်နေသော နေရာ အရပ်၌
 ဖြစ်စေ။ ယဒိ၊ ထိုမြို့။ ဝါ၊ သို့မဟုတ်။ ထလေ ဝါ၊ ကုန်းမြင့်
 အရပ်၌ဖြစ်စေ။ ယတ္ထ၊ အမှတ်မထင် အကြင်အရပ်၌။ အရဟန္တာ၊
 ဆိတ်ငြိမ်ဒေသ ရပ်ဌာန၌ ပါပညစ်ကျ မကောင်းမှုကို မပြု
 ပေတတ် ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့သည်။ ဝိဟရန္တိ၊ ကာယစိတ္တ
 ဝိဝေကဖြင့် မျှတရှင်ပျိုး သီတင်းသုံး နေထိုင်ကုန်၏။ တံ ဘူမိ၊
 ထိုမြေအရပ်သည်။ ရာမဏေယျကံ၊ နှလုံးရှင်ပျော် မွေ့လျော်ဖွယ်
 ရှိသည်သာလျှင်တည်း။

တို့အား တရားဟောခြင်းငှါ “ဂါမေ ဝါ ယဒိ ဝါ ရညေ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၉၈။ ကျေးရွာမလပ် တောရပ်တောင်စွယ်၊
ချိုင့်ဝှမ်းရာနှင့် ကုန်းမြင့်ထက်ဝယ်၊
ရဟန္တာမြတ် ချဉ်းကပ်နေတယ်၊
ထိုမြေကြီး မငြီးပျော်မွေ့ဖွယ်။

98. Whether in village or in forest, in vale or on
hill, wherever arahats dwell, delightful, indeed, is
that spot.

စကားပြေ။ ။ ကျေးရွာ၌ဖြစ်စေ၊ တောအုပ်၌ဖြစ်စေ၊ ချိုင့်ဝှမ်းရာ
နိမ့်နေသော နေရာအရပ်၌ဖြစ်စေ၊ ကုန်းမြင့်အရပ်၌
ဖြစ်စေ အကြင်အရပ်၌ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် နေကုန်၏။ ထိုမြေ
အရပ်သည် နှစ်သက်မွေ့လျော် ရှင်ပျော်ဖွယ်ဖြစ်၏။

vale
spot

ချိုင့်ဝှမ်းရာအရပ်၊ နိမ့်ရာအရပ်
နေရာမြေ

၈၀။ အညတရ ဣတ္ထိ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရဟန်းတပါးသည် တော၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်း၍ နေရာ ပြည့်တန်ဆာမ၏ ဖောက်ပြန်ခြင်းကိုစွဲ၍ ထိတ်လန့်သောစိတ်ရှိသည် တွင် ဘုရားရှင်သည် ထိုရဟန်း၏စိတ်ကို သိ၍ ရောင်ခြည်တော်ဖြင့်

၉၉။ ရမဏိယာနိ အရညာနိ၊

ယတ္ထ န ရမတိ ဇနော။

ဝီတရာဂါ ရမိဿန္တိ၊

န တေ ကာမဂဝေသိနော။

အနက်—

အရညာနိ၊ ပွင့်ငုံပွင့်ချပ် အထပ်ထပ်ဖြင့် ပင်လတ်ပင်စောက် မြင့်မောက်လွန်ပေါ် သစ်တောမြိုင်သာတို့သည်။ ရမဏိယာနိ၊ လူသမီး ကိုယ်ထည်းကျင့်ပျော် မွေ့လျော်ဖွယ်ရှိကုန်၏။ ယတ္ထ၊ စိမ့်မြိုင်ရိပ်သီး အကြင်တောကြီး၌။ ဇနော၊ ကာမဂုဏ်တွင် စူးဝင်သောင်းသောင်း လူအပေါင်းသည်။ န ရမတိ၊ တဏှာစွဲငင် သံယောဇဉ်မရှိသောကြောင့် မမွေ့လျော်နိုင်၊ ဝီတရာဂါ၊ ရာဂ ကင်းကွာ ရဟန္တာတို့သည်။ ရမိဿန္တိ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းငွေ့ အာရုံတွေ၍ မွေ့လျော်ကုန်လတံ့။ တေ၊ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ ကာမ-ဂဝေသိနော၊ ကာမဂုဏ်ကို ရှာမှီးလေ့ရှိကုန်သည်။ န ဟောန္တိ၊ မဖြစ်ကုန်။

ထိုရဟန်း၏အနီးဝယ် တည်သကဲ့သို့ဖြစ်၍ တရားဟောခြင်းငှါ “ရမဏီ-
ယာနိ အရညာနိ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုရဟန်းသည်
ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၉၉။ ပျော်ဖွယ်တောများ လူကားမပျော်၊
ရာဂကင်းလတ် သူမြတ်ရှင်ပျော်၊
ကာမ လိုက်စား ပျင်းငြားသနော်၊
ကာမမီး ရှာမှီး မဖြစ်နော်။

99. Delightfull are the forests where worldlings delight not; the passionless will rejoice therein, they seek no sensual pleasures.

စကားပြေ။ ။ တောအုပ်တို့သည် မွေ့လျော်ဖွယ်ရှိကုန်၏။ (ထိုသို့ပင်
ပျော်မွေ့ဖွယ် ကောင်းသော်လည်း) လောကီအာရုံ
ကာမဂုဏ်နှစ်သက် အပျော်ဖက်နေသော (လောကီလူသားများသည်)
ထိုတော၌ မပျော်မွေ့နိုင်ပေ။ ရာဂကင်းပြတ် ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့သည်သာ
ကာမဂုဏ်ဝယ် ခင်တွယ်မှုကို ရှာမတွေ့သဖြင့် တော၌ မွေ့လျော်ပျော်ကြ
ကုန်၏။

အရဟန္တဝဂ်-ရဟန္တာအုပ်စုပြီး၏။

passionless

ရာဂကင်းကွာ ရဟန္တာ

sensual pleasures

ကာမဂုဏ်ခင်တွယ်မှုများ

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း (၈)

သဟဿဝဂ်-တထောင်အုပ်စု

၈၁။ တမ္ဗဒါဠိက စောရဿာတက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓမျှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ငါးဆယ့်ငါးနှစ်ပတ်လုံး ခိုးသူ အတ် လုပ်၍ နေသော တမ္ဗဒါဠိကသည် သေခါနီးသော ကာလမှ ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ အနည်းငယ်

၁၀၀။ သဟဿမပိ စေ ဝါစာ၊

အနတ္တပဒသံဟိတာ။

ဧကံ အတ္တပဒံ သေယျော၊

ယံ သုတာ ဥပသမ္ပတိ။

အနက်—

အနတ္တပဒသံဟိတာ၊ တောဖွဲ့ တောင်ဖွဲ့ အကျိုးမဲ့နှင့် စပ်သော။ ဝါစာ၊ စကားသည်။ သဟဿမပိ၊ ပုဒ်ပေါင်း တထောင် မြားမြောင်စွာရှိသည် မူလည်း။ စေ ဟောတိ၊ အကယ်၍ ဖြစ်စေကာမူ။ ပါပိကာ၊ ယုတ်မာစွာ၏။ ယံ ပဒံ၊ အကြင်စကားကို။ သုတာ၊ ကြားနာရလျှင်။ ဥပသမ္ပတိ၊ ရာဂ စသော မီးတို့သည် ညီးညီးပြောင်ပြောင် တောက်လောင်ခြင်းမှ ငြိမ်းအေး၏။ တံ အတ္တပဒံ၊ ထိုငြိမ်းအေးဖွယ်ရာ အဓိပ္ပာယ် ပါသော စကားသည်သာ။ ဧကမ္ပိ၊ တခွန်းတပုဒ်ပင် ဖြစ်သော် လည်း။ သေယျော၊ ကောင်းမွန် သင့်မြတ်၏။

သော ဓမ္မဒေသနာကို နာရ၍ သောတာပတ္တိမဂ်၏ အတွင်းဖြစ်သော
အနုလောမခန္တိသို့ ရောက်ပြီးလျှင် သေ၍ နတ်ပြည်၌ ဖြစ်ခြင်းကို
ဟောတော်မူပြီး၍ “သဟဿမ ပိစေ ဝါစာ”ကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၀။ အကျိုးမဲ့ငြား စကားပုဒ်တွေ၊
ခွန်းတထောင်ရှိ ကယ်တိဖြစ်နေ၊
ကြားနာရက ရာဂငြိမ်းစေ၊
တပုဒ်က မြတ်လှမိန့်မြှောက်ချေ။

100. Better than a thousand utterances with useless words is one single beneficial word, by hearing which one is pacified.

စကားပြေ။ ။ (နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ရန် အကြောင်း မဟုတ်သည့်) တောဖွဲ့
တောင်ဖွဲ့ အကျိုးမဲ့နှင့်စပ်သော စကားလုံးပြောင်ပြောင်
နှင့် အခွန်းတထောင် ပြောသည်ထက် အကြင်စကားကို ကြားရခြင်းဖြင့်
ရာဂငြိမ်း၏။ ထိုငြိမ်းအေးဖွယ်ရာ အဓိပ္ပါယ်ပါသော အကျိုးရှိသည့်
စကားတခွန်းသည်သာ မြတ်လှ၏။

utterances

beneficial

pacified

စကားများ၊ မိန့်ခွန်းများ

အကျိုးရှိသော

ငြိမ်းအေးစေသည်

၈၂။ ဗာဟိယ ဒါရုစိရိယဇတ္ထရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သုပ္ပါရက သင်္ဘောဆိပ်မှ ဒါရုစိရိယ ပရပိုင်သည် ယူဇနာ နှစ်ဆယ်ခရီးကို တညဉ့်တည်းလာ၍ နိုင်းယုဉ်စရာ မရှိသော မြတ်စွာ ဘုရား၏ တင့်တယ်ခြင်းဖြင့် ဆွမ်းခံကြွတော်မူသော ဘုရားရှင် ခြေတော်မြတ်၌ ဦးတိုက်၍ လက်အုပ်ချီပြီးသော် တရားဟောခြင်းငှါ တောင်းပန်၏။ ဘုရားရှင်သည် နှစ်ကြိမ်ပယ်တော်မူ၍ သုံးကြိမ်မြောက် တောင်းပန်သည်တွင် “တသ္မာဟိဟ စေ ဗာဟိယ ဧဝံ သိက္ခိတဗ္ဗံ”

၁၀၁။ သဟဿမပိ စေ ဂါထာ၊
အနတ္တပဒသံဟိတာ။
ဧကံ ဂါထာပဒံ သေယျော၊
ယံ သုတ္တာ ဥပသမ္ပတိ။

အနက်—

အနတ္တပဒသံဟိတာ၊ (နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် အကြောင်းမဟုတ် သည့်) တောဖွဲ့ တောင်ဖွဲ့ အကျိုးမဲ့သော ပုဒ်နှင့်စပ်သော။ ဂါထာ၊ ဂါထာသည်။ သဟဿမပိ၊ အလွန်မြားပြောင် တထောင် မျှလောက် ရှိသည်မူလည်း။ စေ ဟောဟိ၊ အကယ်၍ ဖြစ်စေကာ မူ။ ပါပိကာ၊ ကျိုးဆုတ်နှစ်ဖြာ ယုတ်မာစွာ၏။ ယံ ဂါထာပဒံ၊ အကြင်ဂါထာတော်ကို။ သုတ္တာ၊ ကြားနာရသည်ဖြစ်၍။ ဥပသမ္ပတိ၊ ကိလေသာမီး ညီးညီးပြောင်ပြောင် တောက်လောင် ခြင်းမှ ငြိမ်းအေး၏။ တံ ဂါထာပဒံ၊ ထိုဂါထာပုဒ်သည်၊ ဧကံပိ၊ တဂါထာပင်ဖြစ်သော်လည်း။ သေယျော၊ လောကီ လောကုတ် အဟုတ်ပွားစီး ကြီးကျယ်မှုန်မြတ်လှပေ၏။

စသည်ဖြင့် တရားဟောတော်မူလျှင် အာသဝေါကုန်ခန်း၍ ရဟန္တာ
ဖြစ်လေ၏။ ဤသို့အနည်းငယ်သော ဘုရားရှင်စကားသည် များမြတ်
သော လောကုတ္တရာအကျိုးကို ပြီးစေနိုင်သည်ဟု ချီးမွမ်းကြသော
ရဟန်းတို့အား တရားဟောခြင်း၌ “သဟဿဗိ စေ ဂါထာ” စသည်
ကိုဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၁။ တောဖွဲ့တောင်ဖွဲ့ ကျိုးမဲ့စပ်လာ၊
ဂါထာမြားမြောက် ထောင်လောက်ရှိပါ၊
ကြားနာရဘိ ငြိမ်း ကိလေသာ၊
ဟပုဒ်က မြတ်လှ မိန့်ဗုဒ္ဓါ။

101. Better than a thousand verses with useless words is one beneficial single line, by hearing which one is pacified.

စကားပြေ။ ။ဘာမျှအကျိုးမရှိသည့် (နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း မဟုတ်
သည့်) ဂါထာတကောင်ထက် အကြွင်း ဂါထာကို
ကြားနာရခြင်းဖြင့် ရာဂစသည်တို့ ငြိမ်းအေး၏။ ထိုငြိမ်းအေးဖွယ်ရာ
အဓိပ္ပာယ်ပါသော အကျိုးရှိသည့် ဂါထာတကြောင်း ဟပုဒ်သာမြတ်၏။

verses

ဂါထာများ

line

စာကြောင်း

၈၃။ ကုဏ္ဍလ ကေသိထေရိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရာဇဂြိုဟ်မြို့သူ ကုဏ္ဍလကေသိ သတ္တိသမီးသည် မိမိ၏လင်ဖြစ်သော ခိုးသူကို ခိုးသူချသော ချောက်၌ ပစ်ချသတ်ခဲ့၍ ပရဗိုဇ်ရဟန်းတို့အထံ၌ အယူတထောင်ကိုသင်လျက် အယူပြိုင်ခြင်းငှါ လှည့်လည်လေသော် ရှင်သာရိပုတ္တရာနှင့် တွေ့ရာတွင် ရဟန်းပြု၍ မကြာမြင့်မီ

၁၀၂။ ဟော စ ဂါထာသတံ ဘာသေ၊

အနုတ္တပဒသံဟိတာ။

ဧကံ ဓမ္မပဒံ သေယျော၊

ယံ သုတ္တာ ဥပသမ္ပတိ။

အနက်—

ယော စ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း။ အနုတ္တပဒသံဟိတာ၊ တောဖွဲ့ တောင်ဖွဲ့ အကျိုးမဲ့သော စကားနှင့်စပ်သော။ ဂါထာသတံ၊ အရာမက များပြားလှသော ဂါထာကို။ ဘာသေ၊ ရှုတ်ဆိုရာ၏။ တဿ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏။ ဂါထာသတံ၊ အရာမက များပြားလှသော ဂါထာသည်။ န သေယျော၊ မမြတ်။ ယံ ဓမ္မပဒံ၊ အကြင်တပုဒ်သောတရားပေါ်ကို။ သုတ္တာ၊ ကြားနာရ၍။ ဥပသမ္ပတိ၊ ကိလေသာမီး ညီးညီး ပြောင်ပြောင် တောက်လောင်ခြင်းပု ငြိမ်းအေး၏။ ဧကံ၊ တခုသော။ တံ ဓမ္မပဒံ၊ ကိလေသာမီး ငြိမ်းပြီးမှန်စွာ ခန္ဓာစသည်တို့နှင့် စပ်ဆိုင်သော ထိုတရားတော်သည်။ သေယျော၊ အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ်၍ မြင့်မြတ်၏။

ရဟန္တာမ ဖြစ်လေ၏။ ဤထေရီမသည် လင်ဖြစ်သော ခိုးသူကို
အောင်ခဲ့၍ အနည်းငယ်တရားကို နာကာမျှဖြင့် ရဟန်းကိစ္စပြီးပေသည်
ဟု ရဟန်းတို့ ချီးမွမ်းပြောဆိုရာတွင် ဘုရားရှင် တရားဟောခြင်းငှါ
“ယောစ ဂါထာသတံ ဘာသေ” “ယော သဟဿံ သဟဿေန”
နှစ် ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

၁၀၃။ ယော သဟဿံ သဟဿေန၊
သင်္ဂါမေ မာနုသေ ဇိနေ။
ဧကဉ္စ ဇေယျမတ္တာနံ၊
သ ဝေ သင်္ဂါမဇုတ္တမော။

အနက်—

ယော၊ အကြင်သူရဲကောင်းသည်။ သင်္ဂါမေ၊ စစ်မြေပြင်၌။
သဟဿေန-သဟဿံ၊ တသန်း အရေအတွက် မျှကုန်သော။
မာနုသေ။ လူတို့ကို။ ဇိနေ၊ အောင်စွမ်းနိုင်ရာ၏။ သော၊ ထို
သူရဲကောင်းသည်။ သင်္ဂါမဇုတ္တမော၊ စစ်မြေပြင်၌ အောင်စေ
တတ်သော ယောက်ျားမြတ်သည်။ န ဟောတံ၊ မဖြစ်သေး။
ယော စ၊ အကြင်သူရဲကောင်းသည်လည်း။ အတ္တာနံ၊ ကိုယ်တိုင်း
ပူဆာ ကိလေသာ ရန်သူကို။ ဧကံ၊ တကြိမ်တခါမျှလည်း။ ဇေယျံ၊
အောင်စွမ်းနိုင်ရာ၏။ သ-သော၊ ထိုသူရဲကောင်းသည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။
သင်္ဂါမဇုတ္တမော၊ စစ်မြေမျက်နှာ အောင်သူတကာတို့ထက်
မြတ်သည်။ ဟောတံ၊ ဖြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၂။ အကျိုးမဲ့ဘိ စပ်သည့် ဂါထာ၊
ရာ မကများ သံထားဆိုရာ၊
ကြားနာရက ရာဂငြိမ်းလာ၊
တပုဒ်က မြတ်လှမိန့်ဗုဒ္ဓါ။

102. Should one recite a hundred verses with useless words, better is one single word of the Dhamma, by hearing which one is pacified.

စကားပြေ။ ။အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဘာမှအကျိုးမရှိ (နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းမဟုတ်)သည့် ဂါထာ ရာပေါင်းများစွာကို သံနေသံထား ဟောကြားနေသည်ထက် အကြင်ဂါထာကို ကြားနာရလျှင် ရာဂစသည်တို့ငြိမ်း၏။ ထိုတရားနှင့်စပ်သော ဂါထာသည်သာ တပုဒ်ပင် ဖြစ်သော်လည်း မြတ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၃။ အကြင်သူရဲ စစ်ပွဲမြေပြင်၊
တသန်းဗိုလ်များ နိုင်ထားသူပင်၊
တကြိမ်ကိုယ်ထဲ ရန်ပဲအောင်လျှင်၊
အောင်သူထဲ ထူးကဲမြတ်သည်ပင်။

103. Though he should conquer a thousand thousand men in the battlefield, yet he, indeed, is the noblest victor who should conquer himself.

စကားပြေ။ ။စစ်ဗိုလ်တယောက်သည် စစ်မြေပြင်၌ (ရဲဝံ့စွာ ခုခံတိုက်ခိုက်သဖြင့်) တသန်းရှိသော လူ အပေါင်းကို အောင်နိုင်ရာ၏။ သူသည် တကယ်စင်စစ် အောင်နိုင်သူ(ဗိုလ်ချုပ်)မဖြစ်သေး။ (ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာလက်နက်ဖြင့်) မိမိကိုယ်တိုင်း ကိလေသာ ရန်တသင်းကို(သတ်ဖြတ်၍) မိမိကိုယ်ကို တကြိမ်တခါ အောင်နိုင်သူကိုသာ အောင်နိုင်သူတကာတို့ထက် အထက်မြတ်ဘိ အဓိပတိ ဗိုလ်ချုပ် ဖြစ်၏။

conquer

a thousand thousand men

battlefield

noblest

victor

အောင်နိုင်သည်

တသန်းရှိသောလူများ

စစ်မြေပြင်

အမြင့်ဆုံး၊ အမြတ်ဆုံး

အောင်နိုင်သူ(ဗိုလ်ချုပ်)

၈၄။ အနတ္တ ပုစ္ဆက ပြာဟုဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အန်ကစားသော ပုဏ္ဏားတယောက်၏ ရှုံးခြင်း

၁၀၄။ အတ္တာ ဟဝေ ဇိတံ သေယျော၊

ယာ စာယံ ဣတရာ ပဇာ။

အတ္တဒန္တဿ ပေါသဿ၊

နိစ္စံ သညတစာရိနော။

၁၀၅။ နေဝ ဒေဝေါ န ဂန္ဓဗ္ဗော၊

န မာရော သဟ ပြဟ္မနာ။

ဇိတံ အပဇိတံ ကယိရာ၊

တထာဂ္ဂပဿ ဇန္တုနော။

အနက်— အတ္တာ၊ ကိုယ်တိုင်းပူဆာ ကိလေသာရန်ကို တွန်းလှန်သတ်
ဖြတ်ခြင်းအားဖြင့် မိမိကိုယ်ကို။ ဇိတံ၊ အောင်နိုင်ခြင်းသည်သာ။
ဝေ၊ စင်စစ်။ သေယျော၊ မြင့်မြတ်လှ၏။ ဣတရာ၊ မိမိကိုယ်ကို
အောင်နိုင်သူမှ တပါးသော။ ယာ ပဇာ၊ အကြင်သတ္တဝါ
အပေါင်းသည်။ ပရံ၊ သူတပါးကို။ ဇိနာတိ၊ အောင်စွမ်းနိုင်၏။
တဿာ ပဇာယ၊ ထိုသူတပါးကို အောင်နိုင်သောသူ၏။ အယံ
ဇယော၊ ဤသို့သောအောင်နိုင်ခြင်းသည်။ န သေယျော၊ မမြတ်
သည်သာလျှင်တည်း။ အတ္တဒန္တဿ၊ မိမိကိုယ်ကို ထိုထိုနာ
နည်းဖြင့်ပြု၍ ဆုံးမပြီးစသော။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ သညတစာရိနော၊
ကိုယ်နှုတ်နှလုံး ဆုံးပါးလုံးကို စောင့်စည်းသော အကျင့်ရှိသော။
တထာဂ္ဂပဿ၊ ထိုသို့သဘောရှိသော။ ဇန္တုနော၊ သတ္တဝါဟု
ဆိုအပ်သော။ ပေါသဿ၊ ယောက်ျား၏။ ဇိတံ၊ အောင်နိုင်
ခြင်းကို။ ဒေဝေါ ဝါ၊ နတ်သည်၎င်း။ ဂန္ဓဗ္ဗော ဝါ၊ ဂန္ဓဗ္ဗသည်
၎င်း။ ပြ ဣနာ၊ ပြဿာမင်းနှင့်။ သဟ၊ တကွ မာရော ဝါ၊
မာရ်နတ်ဘင်းသည်၎င်း။ အပဇိတံ၊ ပြန်၍တဖန် ရှုံးပြန်
လေအောင်။ န ကယိရာ၊ မပြုနိုင်ပေရာသတည်း။

အောင်ခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ “အတ္တော ဟဝေ ဇိတံ သေယျော”
“နေဝ ဒေဝေါ န ဂန္ဓဗ္ဗော” နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

- ၁၀၄။ ကိုယ့်ကိုအောင်က မချမြတ်ပေ၊
သို့ ကိုအောင်က မမြတ်လှပေ၊
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ပ ဆုံးမသတို့၊
စောင့်စည်းသင့် အကျင့်မြဲပါစေ။
- ၁၀၅။ ထိုသို့ကိုယ်အား အောင်ထားသူတို့၊
ပြန်ရှုံးအောင်လို့ နတ်တို့ကြံပေ။
ဂန္ဓဗ္ဗနှင့် တဝ ဗြဟ္မေ၊
မင်း မာရ်နတ် မတတ် နိုင်တော့ပေ။

104. 105. Self-conquest is, indeed, far greater than the conquest of all other folk; neither a god nor a *gandhabba*, nor *Mara* with *Brahma*, can win back the victory of such a person who is self-subdued and ever lives in restraint.

•ကားပြေ။ ။(ကိလေသာမာရ် ကိုယ်တိုင်းရန်ကို တွန်းလှန် သတ်ဖြတ်
ခြင်းအားဖြင့်) မိမိကိုယ်ကို အောင်နိုင်ခြင်းသည် အခြား
လူအပေါင်းကို အောင်နိုင်ခြင်းထက် အမှန်စင်စစ် ပို၍မြတ်၏။ ကိုယ်နှုတ်
နှလုံး သုံးပါးလုံးကို စောင့်စည်းခြင်းဖြင့် အမြဲကျင့်ကာ နေလေ့ရှိသော
မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမပြီးသော ယောက်ျား၏ အောင်မြင်ခြင်းကို ဗြဟ္မာမင်း
နှင့်တကွ ဘယ်နတ် ဂန္ဓဗ္ဗနှင့် မာရ်နတ်မင်းတို့သည်ပင် ပြန်၍ ရှုံးနိမ့်
အောင် နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီးမှု မပြုလုပ်နိုင်ကြပေ။

self-conquest

မိမိကိုယ်ကို အောင်နိုင်ခြင်း

folk

လူအပေါင်း

victory

အောင်နိုင်ခြင်း

in restraint

(ကိုယ်နှုတ်နှလုံး သုံးပါးလုံးကို) စောင့်စည်းခြင်းဖြင့်

၈၅။ သာရိပုတ္တမာတုလဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဗြဟ္မာပြည်သို့ လာအံ့ဟူ၍ လတိုင်းလတိုင်းဥစ္စာ

၁၀၆။ မာသေ မာသေ သဟဿေန၊
ယော ယဇေထ သတံ သမံ။
ဧကဉ္စ ဘာဝိတတ္တာနံ၊
မုဟုတ္တမပိ ပူဇယေ။
သာယေဝ ပူဇနာ သေယျော၊
ယဉ္ဇေ ဝဿသတံ ဟုတံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ မာသေ မာသေ၊
လတိုင်း လတိုင်း။ သဟဿေန၊ တထောင်သော ဥစ္စာကို
စွန့်လျက်။ သတံ သမံ၊ အနှစ်တရာပတ်လုံး။ ယဇေထ၊ (လောကီ
လူများနှင့် တက္ကတွန်းစသော သူအပေါင်းအား) ကောင်းစွာ
ပေးလှူပူဇော်၏။ ယော ပန ပုဂ္ဂလော၊ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား။
ဘာဝိတတ္တာနံ၊ သီလသမာဓိ အစရှိသော ဂုဏ်ကျေးဇူး တရား
အထူးသဖြင့် ပွားအပ်သော ကိုယ်ရှိကုန်သော ရဟန်းတို့အား။
ဧကဉ္စ၊ တကြိမ်သော်လည်း။ မုဟုတ္တမပိ၊ တမုဟုတ်မျှသော်လည်း။
ပူဇယေ၊ ပူဇော်ရာ၏။ ဧတသံ၊ ထိုပူဇော်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်နှစ်ဦး
တို့၏။ ပူဇနာသု၊ ပူဇော်ခြင်းတို့တွင်။ သာယေဝ ပူဇနာ၊ ထို
သီလ သမာဓိ အစရှိသော ဂုဏ်ကျေးဇူး တရားအထူးဖြင့်
ပွားအပ်သော ကိုယ်ရှိကုန်သော ရဟန်းတို့အား တခဏမျှ
ပူဇော်ခြင်းသည် သာလျှင်။ သေယျော၊ မြတ်၏။ ဝဿသတံ၊
အနှစ်တရာပတ်လုံး။ ဟုတံ၊ လောကီ လူအပေါင်းအား ပေးလှူ
ပူဇော်ခြင်းသည်။ ယဉ္ဇေ သေယျော၊ မမြတ်သည်သာလျှင်တည်း။

တထောင်ကိုစုန်၍ တက္ကတုန်းတို့အား အလှပေး၍နေသော ရှင်သာရိ
ပုတ္တရာ ဦးရီးတော်ဖြစ်သော ပုဏ္ဏားကို တရားဟောခြင်းငှါ “မာသေ
မာသေ သဟဿေန” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၆။ လစဉ်အလိုက် ထောင်စိုက်ထုတ်ခါ၊
နှစ်တရာလုံး မဆုံးလှူဒါ၊
လူ တက္ကတုန်း ရည်မှန်း ပူဇာ၊
ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်း ရဟန်းမှာ။
တကြိမ်ခဏ ပြုရ ပူဇာ၊
သာလွန်စွာ ဗုဒ္ဓ မိန့်ခဲ့မှာ။

106. Though month after month with a thousand,
one should make an offering for a hundred years, yet,
if only for a moment, one should honour one whose
self has been well trained, that honour is, indeed, better
than a century of sacrifice.

စကားပြေ။ ။ လစဉ်လတိုင်း ငွေတထောင်တန် အကုန်အကျခံ၍
အနှစ်တရာကာလပတ်လုံး လောကီလှူများနှင့် တက္က-
တုန်း စသော သူအပေါင်းတို့ကို ပေးလှူပူဇော်သော်လည်း မမြတ်။
အကြင်သူသည် (ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာဖြင့်) မိမိကိုယ်တိုင် စိတ်ကို
ဆောက်တည်ပြီးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တပါးကို ခေတ္တခဏမျှသာ
ပူဇော်လျှင် ထိုပူဇော်ခြင်းသည် (လောကီလှူအပေါင်းအား) အနှစ်
တရာ ပူဇော်ခြင်းထက် စင်စစ်ကေန့် အမှန်ပင် သာလွန်၍ မြတ်လှ
ပေ၏။

century
offering
honour

အနှစ်တရာ
ပေးလှူခြင်း
ရှိခိုးပူဇော်ခြင်း

၈၆။ သာရိပုတ္တ ဘာဂိနောယျဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မီးပူဇော်၍ နေသော ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏

၁၀၇။ ယော စ ဝဿသတံ ဇန္တု၊

အဂ္ဂိံ ပရိစရေ ဝနေ။

ကေဉ္စ ဘာဝိတတ္တာနံ၊

မုဟုတ္တမပိ ပူဇယေ။

သာယေဝ ပူဇနာ သေယျော၊

ယဉ္ဇေ ဝဿသတံ ဟုတံ။

အနက်—

ယော စ ဇန္တု၊ အကြင်သတ္တဝါသည်လည်း။ ဝဿသတံ၊ အနှစ်တရာ
ပတ်လုံး။ ဝနေ၊ တော၌။ အဂ္ဂိံ၊ မီးကို။ ပရိစရေ၊ လုပ်ကျွေးရာ၏။
ယော စ ပုဂ္ဂလော၊ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား။ ဘာဝိတတ္တာနံ၊ သီလ
သမာဓိ အစရှိသော ဂုဏ်ကျေးဇူးအထူးဖြင့် ပွားအပ်သော ကိုယ်ရှိ
ကုန်သော ရဟန်းတို့အား။ ကေ၊ တကြိမ်တခါ။ မုဟုတ္တမပိ၊ တခဏမျှ
လည်း။ ပူဇယေ၊ ပူဇော်ရာ၏။ တေသံ၊ ထိုပူဇော်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်
နှစ်ဦးတို့၏။ ပူဇနာသု၊ ပူဇော်ခြင်းတို့တွင်။ သာယေဝ ပူဇနာ၊ ထို
သီလ သမာဓိ အစရှိသော ဂုဏ်အထူးဖြင့် ပွားအပ်သော ကိုယ်ရှိသော
ရဟန်းတို့ကို ပူဇော်ခြင်းသည်သာလျှင်။ သေယျော၊ မြတ်၏။ ဝဿ-
သတံ၊ အနှစ်တရာပတ်လုံး။ ဟုတံ၊ မီးကို ပူဇော်လုပ်ကျွေးခြင်းသည်။
ယဉ္ဇေသေယျော၊ မမြတ်သည်သာလျှင်တည်း။

တူ ဖြစ်သော ပုဏ္ဏားအား ဆုံးမခြင်းငှါ “ယောစ ဝဿသတံ ဇန္တု”
ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၇။ အကြင်သူကောင်း နှစ်ပေါင်းတရာ၊
တော၌မီးမွှေး လုပ်ကျွေး နေရာ၊
ကမ္မဋ္ဌာန်းပွား ရဟန်းများမှ၊
တကြိမ်မျှ ပြုရ ပူဇော်ရာ၊
သာလှန်စွာ ဗုဒ္ဓမိန့်ခဲ့မှ၊
မီးကိုမွှေး လုပ်ကျွေး မမြတ်ပါ။

107. Though a man for a century should tend the (sacred) fire in the forest, yet, if only for a moment, he should honour one whose self has been well trained, that honour is, indeed, better than a century of sacrifice.

စကားပြေ။ ။ အကြင် သူသည် အနှစ် တရာ ရှည်မြင့် ကြာအောင်
တောမှာမီးမွှေး လုပ်ကျွေးပြီးခါ ရိုသေ လေးစားပါ
သော်လည်း မမြတ်လှသေး။ ဝိပဿနာ သာဝနာမြတ် ပဋိပတ်ကို
ကိုယ်တိုင်ကျင့်ပြီးသော ရဟန်းတပါးအား တကြိမ်တခါ ခေတ္တ ခဏ
ရှိခိုး ပူဇော်ခြင်းကသာ အနှစ်တရာ မီးလုပ်ကျွေးခြင်းထက် သာ၍
မြတ်၏။

၈၇။ သာရိပုတ္တသဟာယကမြာဟူဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ယဇ်ပူဇော်၍ နေသော ရှင်သာရိပုတ္တရာ၏

၁၀၈။ ယံကိဉ္စိ ယိဋ္ဌဉ္စ ဟုတဉ္စ လောကေ၊

သံစစ္ဆရံ ယဇေထ ပုညပေက္ခော။

သဗ္ဗမ္ပိ တံ န စတုဘာဂမေတိ၊

အဘိဝါဒနာ ဥဇ္ဇေဂတေသု သေယျော။

အနက်—

လောကေ၊ လောက၌။ ပုညပေက္ခော၊ ကောင်းစသော အကျိုးကို
မျှော်ကိုးသည်ဖြစ်၍။ ယံကိဉ္စိ၊ အလုံးစုံသော။ ယိဋ္ဌဉ္စ၊ ထိမ်းမြားမင်္ဂလာ
စသည်အခါ၌ လှသော အလှကို၎င်း။ ဟုတဉ္စ၊ ညာတကာမိတ်
ကောင်းစွာဖိတ်၍ ပျော်ပွဲစား စသော အလှမျိုးကို၎င်း။ သံစစ္ဆရံ၊
တနှစ်ပတ်လုံး။ ယဇေထ၊ ပူဇော်ရာ၏။ သဗ္ဗမ္ပိ၊ အလုံးစုံလည်း
ဖြစ်သော။ တံ ယာဂံ၊ ထို ပေးလှူပူဇော်ခြင်းသည်။ ဥဇ္ဇေဂတေသု၊
မဇ္ဈိမ ပဋိပတ် အကျင့်မြတ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာ ကျင့်ကုန်သော အရိယာ
ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌။ အဘိဝါဒနာ-အဘိဝါဒနာယ၊ ရှိခိုးခြင်းကုသိုလ်စေတနာ၏။
စတုဘာဂံ၊ လေးဖွဲ့တဖွဲ့ကို။ န ဇေတိ၊ မမှီနိုင်။ တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။
ဥဇ္ဇေဂတေသု၊ မဇ္ဈိမ ပဋိပတ် အကျင့်မြတ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာ ကျင့်ကုန်
သော အရိယာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား။ အဘိဝါဒနာ၊ ရှိခိုးခြင်းသည်။
သေယျော၊ မြတ်လှပေ၏။

သူငယ်ချင်းပုဏ္ဏားကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ယံကိဉ္စိ ယိဋ္ဌဉ္စ ဟုတဉ္စ လောကေ”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၈။ ကောင်းမှုငဲ့ကွက် နှစ်ဆက်လျက်သာ၊
လုံးစုံများပြား လူသားကိုသာ၊
ကောင်းစွာပေးကမ်း လှူဒါန်းမှုဟာ၊
ဖြောင့်စွာတည့် ကျင့်သည့်အရိယာ။
ရှိခိုးခြင်းမှ လေးစုပြုပါ၊
ဖို့တစု မတု မမှီရာ။

108. In this world whatever gift or alms a person seeking merit should offer for a year, all that is not worth a single quarter. Better is homage towards the Upright.

စကားပြေ။ ။လောက၌ ကုသိုလ် ကောင်းမှု လိုလား ရှာဖွေသော
လူတယောက်သည် ထိမ်းမြားမင်္ဂလာပွဲ စသည့်အခါ၌
ပေးလှူသော အလှူ၊ ညာတကာမိတ် ကောင်းစွာဖိတ်၍ ပျော်ပွဲစား
စသော အလှူမျိုးတို့ကို နှစ်စဉ်ပေးလှူရာ၏။ ထို အလှူအားလုံးသည်
သူတော်ကောင်း တရားမြတ်ကို ဖြောင့်စွာကျင့်နေ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အား
ကြည်ညိုသောစိတ်ဖြင့် ရှိခိုးရသော ကုသိုလ်စေတနာ၏ လေးဖို့တဖို့
လောက်မျှ တန်ဖိုးမရှိ။ အရိယာပုဂ္ဂိုလ်မြတ်အား ရှိခိုးခြင်းသည်သာ
အမြတ်ဆုံး ဖြစ်၏။

၈၈။ အာယုဝုဒ္ဓန ကုမာရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဒီဃာလင်္ကာတို့ကို အမိပြု၍ အရညကုဋ်၌
နေတော်မူသောအခါ ခုနစ်ရက်မျှ အသက်ရှည်အံ့သော ဒီဃာဝု သတို့
သားသည် ဘုရားရှင်၏ ပရိတ်တော်ကို နာရာတွင် တရားနှစ်ဆယ်

၁၀၉။ အဘိဝါဒနသီလိဿ၊

နိစ္စံ ဂုဇ္ဈာပစာယိနော။

စတ္တာရော ဓမ္မာ ဝုဒ္ဓန္တိ၊

အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

အနက်—

အဘိဝါဒနသီလိဿ၊ ရှိသေမြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးလေ့ရှိသော။
နိစ္စံ၊ နေ့နေ့ညည ကာလမစဲ အမြဲသာဝရာ။ ဂုဇ္ဈာပစာယိနော၊ အသက်
သိက္ခာ ဂုဏ်ဝါကံပြု မိမိထက်ကြီးသော သူတို့ကို ကြည်ဖြူညွတ်ခ ရှိသေ
ခြင်းကို ပြုတတ်သော။ ပုဂ္ဂလဿ၊ ပုဂ္ဂိုလ်အား။ အာယု၊ အသက်
ရှည်ခြင်း၎င်း။ ဝဏ္ဏော၊ ရုပ်ရည်ပဝင်း တင့်တယ်လှပခြင်း၎င်း။ သုခံ၊
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ဘယာမညည်း ချမ်းသာအေးမြခြင်း၎င်း။ ဗလံ၊ ကာယ
ဉာဏ နှစ်ပါးသော စွမ်းအားဗလ၎င်း။ ဣတိ၊ ဤသို့။ စတ္တာရော၊
လေးပါးကုန်သော။ ဓမ္မာ၊ ကောင်းမြတ်လွန်ထူး အကျိုးကျေးဇူး
တို့သည်။ ဝုဒ္ဓန္တိ၊ တနေ့တခြား တိုးတက်ပွားများကုန်၏။

အသက်ရှည်ပေသည်။ အသက်ရှည်ခြင်း၏ အကြောင်းလည်းရှိပေသေး
၏ဟု ရဟန်းတို့ ပြောဆိုကြရာတွင် “အဘိဝါဒနသီလိဿ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၉။ ရှိခိုးလေ့ထ ရုဏသိက္ခာ၊
ကိုယ်ထက်ကြီးမား လေးစားသူမ္မာ၊
သက်ရှည်ဆင်းလှ သုခချမ်းသာ၊
ခွန်အားတိုး လေးမျိုးကျိုးဖြစ်လာ။

109. For one who frequently honours and respects
elders, four things increase: age, beauty, bliss, and
strength.

စကားပြေ။ ။ မိမိထက် အသက်သိက္ခာ ရုဏ်ဝါကြီးမားသော သူတို့ကို
အမြဲမပြတ် အရိုအသေပြုခြင်း ရှိခိုးခြင်း ရှိသော
သူအတွက် အသက်ရှည်ခြင်း အဆင်းလှခြင်း ချမ်းသာကြီးခြင်း ခွန်အား
ကြီးခြင်းဟု ဆိုအပ်သော လေးပါးကုန်သော အကျိုးထူး တရားတို့သည်
တိုးပွားကုန်၏။

၈၉။ သံကိစ္စ သာမဏေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သုံးကျိပ်သောရဟန်းတို့သည် သံကိစ္စ သာမဏေငယ်နှင့်တကွ တောအုပ်တခု၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်း၍ နေစဉ် ခိုးသူငါးရာတို့သည် ယဇ် ပူဇော်ခြင်းငှါ ရဟန်းတပါးကို ပေးရမည်ဟု တောင်းသည်ရှိသော် သာမဏေငယ်လိုက်၍ တရားဟောရာတွင် ခိုးသူ ငါးရာတို့သည် ရဟန်း ပြုလေကုန်၏။ သံကိစ္စသာမဏေငယ်သည် ထိုခိုးသူ ရဟန်းငါးရာတို့ကို မြတ်စွာဘုရားအထံသို့ ဆောင်သွားလေ၏။ ဘုရားရှင်သည်လည်း ထို

၁၁၀။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

ဒုဿိလော အသမာဟိတော။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယော၊

သီလဝန္တဿ ဈာယိနော။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဒုဿိလော၊ သီလ အလျှင်း ကင်းရှင်းကျိုးထွက် ပျက်စီးသည်ဖြစ်၍။ အသမာ-ဟိတော၊ တည်ကြည်မှုလည်း မရှိသည်ဖြစ်၍။ ဝဿသတံ၊ အနှစ် တရာပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ အသက်ရှင်ငြားအံ့။ န သေယော၊ မမြတ် သည် သာလျှင်တည်း။ သီလဝန္တဿ၊ သီလရှိသည်ဖြစ်၍။ ဈာယိနော၊ ကသိုဏ်းစသောအာရုံ အနိစ္စ စသော လက္ခဏာကို ရှုသော ပုဂ္ဂိုလ်၏။ ကောဟံ၊ တနေ့တရက်မျှ။ ဇီဝိတံ၊ အသက်ရှင် နေခြင်းသည်။ သေယော၊ ပိုမိုကဲသာ မြတ်လှပ၏။

ရဟန်းတို့ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။ ထို့ ငါးရာကုန်သော ရဟန်းတို့သည် ရဟန္တာဖြစ်
လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၀။ ပျက်စီး သီလ စိတ်ကမတည်၊
နှစ်တရာလုံး သက်ဆုံးကြာရှည်၊
ဖြည့်ကျင့်သီလ စျာန ရှုပြီ၊
တရက်မျှ နေရ မြတ်လှသည်။

110. Though he should live a hundred years, immoral
and uncontrolled, yet better, indeed, is it to live one
single day, virtuous and meditative.

စကားပြေ။ ။ (အကြင်) သူသည် သီလ လည်းမရှိ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး
စောင့်ထိန်းမှုမရှိပဲ အနှစ်တရာ အသက်ရှည် နေပါ
သော်လည်း မမြတ်။ သီလရှိ၍ (ကသိုဏ်း စသောအာရုံ အနိစ္စစသော
လက္ခဏာ)ကို ရှုသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ တရက်မျှ အသက်ရှင် နေရခြင်းက ပို၍
မြတ်လေသည်။

၉၀။ ခါဏု ကောဏ္ဍညတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ တောအုပ်တခု၌ ကျောက်ဖျာထက်ဝယ် ကောဏ္ဍည မထေရ် စျာန်ဝင်စား၍ နေသည်ကို ခိုးသူငါးရာတို့ မြင်သောကြောင့် အလွန် ကြည်ညို၍ မထေရ်ထံ၌ ရဟန်းပြုကြကုန်၏။ မထေရ်သည် ခိုးသူရဟန်း

၁၁၁။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

ဒုပ္ပညော အသမာဟိတော။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယော၊

ပညဝန္တဿ ဈာယိနော။

အနက်—

ယော စ ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း။ ဒုပ္ပညော၊ ပညာ အလျှင်းကင်းရှင်းချိုင့် မဲ့သည်ဖြစ်၍။ အသမာဟိတော၊ ကောင်းမှုကုသိုလ်၌ နှစ်မြို့ဆောက်တည် မတည်ကြည်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍။ ဝဿသတံ၊ သင်္ချာတွက်စစ် အနှစ်တရာ ပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ အသက်ရှင်နေငြားအံ့။ န သေယော၊ မမြတ်။ ပညဝန္တဿ၊ ပညာရှိသည်ဖြစ်၍။ ဈာယိနော၊ ကသိုဏ်းစသော အာရုံ အနိစ္စ စသော လက္ခဏာကို ရှုလေ့ရှိသော။ ပုဂ္ဂလဿ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၏။ ကောဟံ၊ တနေ့တရက်မျှ။ ဇီဝိတံ၊ အသက်ရှင်နေ ခြင်းသည်။ သေယော၊ မြင့်မြတ်လှပေ၏။

ငါးရာတို့ကို မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ခေါ်၍ သွားလေသော် ဘုရားရှင်
သည် ထိုခိုးသူ ရဟန်းတို့ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ယော ၈ ဝဿသတံ ဇီဝေ”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည့်၊ ရဟန်းငါးရာတို့ ရဟန္တာဖြစ်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၁။ ပညာကင်းဆိတ် ကောင်းစိတ်မတည်၊
နှစ်တရာလုံး သက်ဆုံးကြာရှည်။
ပညာပြည့်ဝ ဈာနရှုပြီ၊
တရက်မျှ နေရ မြတ်လှသည်။

111. Though one should live a hundred years,
without wisdom and control, yet better, indeed, is the
single day's life of one who is moral and meditative.

စကားပြေ။ ။ ပညာလည်းမရှိ တည်ကြည်ခြင်းလည်း မရှိသော သူ၏
အနှစ်တရာ အသက်ရှင်နေခြင်းထက် ပညာရှိ၍ ကသိုဏ်း
စသော အာရုံ အနိစ္စစသော လက္ခဏာကိုရှုသော ပုဂ္ဂိုလ်၏ တရက်မျှ
အသက်ရှင်နေခြင်းသည် စင်စစ်မြတ်လှပေ၏။

၉၁။ သဗ္ဗဒါသတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သဗ္ဗဒါသ မထေရ်သည် သာသနာတော်၌ မမ္ဘေလျော်နိုင်သည် ဖြစ်၍ သေခြင်း၊ လူထွက်ခြင်းတို့တွင် သေခြင်းပင် မြတ်သေး၏ဟု ကြံ၍ မြွေဟောက်ကို အိုး၌ထည့်၍ လက်ဖြင့်နှိပ်ပါသော်လည်း မြွေမကိုက်။ လည်ချောင်းကို ဖောက်အံ့ဟု လည်ချောင်းထက် သင်ဇုန်းဓားကို တင်၍ မိမိသိလက် ဆင်ခြင်ရာတွင် ဖြူစင်သော သိလက်မြင်၍ ပျံ့နှံ့သော ပီတိပါမောက္ခဖြင့် ဝိပဿနာသို့ ရောက်စေ၍ ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။ ဘုရား

၁၁၂။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

ကုသိတော ဟိနဝီရိယော။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယော၊

ဝီရိယမာရဏတော ဒဠ္ဋိ။

အနက်—

ယော စ ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား။ ကုသိတော၊ ကာမဝိတက် စသည်နှိပ်စက် စိတ်ပျက်ပျင်းရိသည်ဖြစ်၍။ ဟိနဝီရိယော၊ သတိပေါ့ဆ ယုတ်သော လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍။ ဝဿသတံ၊ အနှစ်တရာ ကာလပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ အသက်ရှင် နေငြားအံ့။ န သေယော၊ မမြတ်။ ဒဠ္ဋိ၊ မြဲစွာ။ ဝီရိယံ၊ ကုသိုလ် ကိစ္စ ကြိုးလုံ့လကို။ အာရဏတော၊ အားထုတ်သောသူ၏။ ကောဟံ၊ တနေ့ တရက်မျှ။ ဇီဝိတံ၊ အသက်ရှင်နေရခြင်းသည်။ သေယော၊ မြတ်လှပေ၏။

ရှင်သည် ဤအကြောင်းကို မိန့်တော်မူ၍ တရားဟောခြင်းငှါ “ယော
စ ဝဿသတံ ဇီဝေ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၂။ ပျင်းရိပေါ့ဆ လုံးလ ကင်းသည်၊
နှစ်တရာလုံး သက်ဆုံး ကြာရှည်။
ပြင်းစွာအားထုတ် ကြိုးကုတ်နေပြီ၊
တရက်မျှ နေရမြတ်လှသည်။

112. Though one should live a hundred years, idle and inactive, yet better, indeed, is the single day's life of one who makes an intense effort.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် ကာမဝိတက် စိတ်ပျက် ပေါ့ဆ ပျင်းရိ လှ၍ ထက်သန်သော လုံ့လမရှိပဲ အနှစ်တရာ အသက် ရှင်နေသော်လည်း မမြတ်။ ကုသိုလ်ရကြောင်း ကောင်းစွာ အားထုတ် သော သူ၏ တရက်မျှ အသက်ရှင်နေရခြင်းက သာ၍ မြတ်လှပေ၏။

intense
effort

စိတ်ထက်သန်သော၊ ပြင်းထန်သော
ဝီရိယ၊ အားထုတ်ခြင်း။

၉၂။ ပဋ္ဌာစာရာထေရီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ပဋ္ဌာစာရီမည်သော အမျိုးသမီးသည် အမိ၊ အဘ၊ မောင်၊ လင်၊ သား နှစ်ယောက်တို့ သေပျောက်ခြင်းကြောင့် အဝတ်မကပ် ရှူးသွပ်သော အဖြစ်သို့ရောက်၍ သားငယ်ကို စွန့်သုတ်၊ ရေနစ်၍ သားကြီးသေ၊ လင်သက်ဝေ မြေခဲ၊ အိမ်လဲ၍ မိဘ မောင်ဘွား ဆုံးပါးချေပြီဟု တောက်တီး ယွင်းချွတ် ဆိုရွတ် ယောင်မှားလျက် ဘုရားအထံသို့ လာလေသော် “နှမ ပဋ္ဌာစာရီ....သံသရာ၌ သား သမီး သောကကြောင့် ယိုကျသော မျက်ရည်စုသည် လေးခုသော သမုဒ္ဒရာထက် များသေး၏” ဟုမိန့်တော်မူလျှင် သောကကင်းဝေးချမ်းအေးလေ၏။ “ပဋ္ဌာစာရီ သေမင်း နှိပ်စက်သည်ရှိသော် မိဘမောင်ဖား လင်သား ဆွေမျိုးတို့ ကိုးကွယ်ရာမရှိ မိမိကြမ္မာငင်ရာသို့ သွားရလိမ့်မည်” ဟု မိန့်တော်

၁၁၃။ ယောစ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယော၊

ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

အနက်—

ယောစ ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းကို။ အပဿံ- အပဿန္တော၊ ပညာရှေ့တင် မရှုမြင်ပဲ။ ဝဿသတံ၊ သင်္ချာ တွက်စစ် အနှစ်တရာပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ အသက်ရှင်နေငြားအံ့။ န သေယော၊ မမြတ်။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရား တို့၏ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းကို။ ပဿတော၊ ပညာရှေ့တင် ရှုမြင်သော ပုဂ္ဂိုလ်၏။ ကောဟံ၊ တနေ့ တရက်မျှ။ ဇီဝိတံ၊ အသက် ရှင်နေရခြင်းသည်။ သေယော၊ မြင့်မြတ်လှပေ၏။

မူလျှင် သောတာပန်တည်၍ ရဟန်းမိန်းမဖြစ်ပြီးနောက်မှ ဥဒယဗ္ဗယ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဆင်ခြင်ရာတွင် ဂန္ဓကုဋိတိုက်တော်မှ နေလျက် ရောင်ခြည် တော် လွှတ်ပြီးလျှင် “ယောစ ဝဿသတံ ဇီဝေ အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ” ဂါထာထို ဟောတော်မူလျှင် ရဟန္တာမ ဖြစ်၍ ဝိနည်းအရာ၌ တေဒဂ် ရလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၃။ ဖြစ်မှု ပျက်မှု မရှုမြင်သည်၊
 နှစ်တရာလုံး သက်ဆုံးကြာရှည်၊
 ဖြစ်မှု ပျက်မှု ပွားရှုနေပြီ၊
 တရက်မျှ နေရ မြတ်လှသည်။

113. Though one should live a hundred years, without comprehending rising and passing away, yet better, indeed, is the single day's life of one who comprehends rising and passing away.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် (ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ် တရားတို့၏) ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းကို မရှုမဆင်ခြင် မမြင်ပဲ အနှစ်တရာ ပတ်လုံး အသက်ရှင် နေသော်လည်း မမြတ်။ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရား တို့၏ ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းကို ရှုဆင်ခြင်ကာ သိမြင်သော သူ၏ တရက်မျှ အသက်ရှင်နေခြင်းက သာ၍ မြတ်လှပေသည်။

၉၃။ ကိသာ ဂေါတမိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကိသာဂေါတမိမည်သော အမျိုးသမီးသည် သားငယ် သေဆုံးသည်ကို ဆေးကုစားပါလော့ဟု မြတ်စွာဘုရားအထံသို့ လာ၍ လျှောက်လေ၏။ ဘုရားရှင်သည် မသေဘူးသော အမျိုးအိမ်မှ မုန့်ညင်းစေ့ (မုန့်ညင်းဆီ) တလက်ဆွမ်းကို ယူခဲ့ဟု မိန့်တော်မူသည်ရှိသော် အိမ်ခြေ နှစ်ကုဋေရှိသော သာဝတ္ထိမြို့ အလုံး၌ မသေဘူးသော အမျိုးအိမ်ကို ရှာဖွေ၍ မရသောကြောင့် သောကကိုဖြေ၍ သားသေကို စွန့်ပစ်ပြီးလျှင် ရဟန်းပြုလေ၏။ ထို ကိသာဂေါတမိ မထေရ်မသည် မီးလျှံတောက်သည်ကို၎င်း၊ ငြိမ်းသည်ကို၎င်း မြင်၍ သတ္တဝါတို့သည် ဤမီးလျှံအတူပင် ဖြစ်လည်းဖြစ်ကုန်၏။ ချုပ်လည်း ချုပ်ကုန်၏ ဟု

၁၁၄။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

အပဿံ အမတံ ပဒံ။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယော၊

ပဿတော အမတံ ပဒံ။

အနက်—

ယော စ ပုဂ္ဂလော၊ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား။ အမတံ၊ သေခြင်းကင်းသော။ ပဒံ၊ ဘုရား အရိယာ သူတော်စွာတို့ ပျော်စံရာမှန် ပြည့်နိဗ္ဗာန်ကို။ အပဿံ—အပဿန္တော၊ ကြည့်ရှု ထင်ထင် မသိမြင်ပဲ။ ဝဿသတံ၊ သင်္ချာတွက်စစ် အနှစ်တရာ ပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ အသက်ရှင် နေငြားအံ့။ န သေယော၊ မမြတ်။ အမတံ၊ သေခြင်းကင်းသော။ ပဒံ၊ နိဗ္ဗာန်ကို။ ပဿတော၊ ကြည့်ရှုထင်ထင် သိမြင်သော။ ပုဂ္ဂလဿ၊ ပုဂ္ဂိုလ်၏။ ကောဟံ၊ တနေ့ တရက်မျှ။ ဇီဝိတံ၊ အသက်ရှင်နေရခြင်းသည်။ သေယော၊ မြင့်မြတ်လှပေ၏။

ကြံအောက်မေ့လေသော် ဘုရားရှင်သည် ဂန္ဓကုဋိတိုက်တော်တွင်း၌ သီတင်းသုံး နေတော်မူလျက်ပင် ထေရီမ အထံသို့ ရောက်အောင် ရောင်ခြည်တော် လွှတ်လျက် တရားဟောခြင်းငှါ “ယော စ ဝဿတံ ဇီဝေ အပဿံ အမတံ ပဒံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည် ထေရီမသည် ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၄။ သေခြင်းကင်းဆိတ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ပြည်၊
မရူမမြင်က နှစ်တရာရှည်၊
သေခြင်းကင်းမှု ပွားရူနေပြီ၊
တရက်မျှ နေရ မြတ်လှသည်။

114. Though one should live a hundred years, without seeing the deathless state, yet better, indeed, is the single day's life of one who sees the deathless state.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် သေခြင်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်ရွှေပြည်ကို မရူမမြင် မဆင်ခြင်ပဲ အနှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှင် နေရသော်လည်း မမြတ်။ သေခြင်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်ရွှေပြည်ကို ရှုမြင် သော သူ၏ တရက်မျှ အသက်ရှင်နေခြင်းသည် သာလွန်၍ မြင့်မြတ်လှ ပေ၏။

deathless
state

သေခြင်းကင်းသော
ပြည်နယ် (နိဗ္ဗာန်ရွှေပြည်)

၉၄။ ဗဟုပုတ္တိကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သားခုနစ်ယောက်၊ သမီး ခုနစ်ယောက် ရှိသော
ကြောင့် ဗဟုပုတ္တိကာမည်သော ဒါယိကာမကြီးသည် ဘိက္ခုနီမ ဖြစ်၍
ဟောတော်မူသော တရားကိုဆင်ခြင် အောက်မေ့၍ နေသည်တိုင်

၁၁၅။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

အပဿံ ဓမ္မမုတ္တမံ။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယော၊

ပဿတော ဓမ္မမုတ္တမံ။

အနက်—

ယော စ ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား။ ဥတ္တမံ၊ ညစ်ညမ်း
ယုတ်မာ အဝိဇ္ဇာကို ပယ်ခွါနုတ်အပ် မြတ်တော်မူထသော။
ဓမ္မံ၊ မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်အားဖြင့် ကိုးပါးသော
လောကုတ္တရာ တရားကို။ အပဿံ-အပဿန္တော၊ ကြည့်ရှုထင်ထင်
မသိမြင်ပဲ။ ဝဿသတံ၊ သင်္ချာတုတ်စစ် အနှစ်တရာပတ်လုံး။
ဇီဝေ၊ အသက်ရှင် နေငြားအံ့။ န သေယော၊ မမြတ်။ ဥတ္တမံ၊
မြတ်တော်မူသော။ ဓမ္မံ၊ ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာ တရားကို။
ပဿတော၊ အောက်မေ့ ဆင်ခြင် သိမြင်သော။ ပုဂ္ဂလဿ၊
ပုဂ္ဂိုလ်၏။ ကောဟံ၊ တနေ့တရက်မျှ။ ဇီဝိတံ၊ အသက်ရှင်နေ
ခြင်းသည်။ သေယော၊ မြင့်မြတ်လှပေ၏။

ဂန္ဓကုဋိ တိုက်တော်၌ နေလျက် ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ယော စ ဝဿ-
သတံ ဇီဝေ အပဿံ ဓမ္မမုတ္တမံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထေရီမ
သည် ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၅။ လောကုတ္တရာ မမြင်ပါသည်၊
တရာသက်ဆုံး သုံးမကျပြီ။
လောကုတ္တရာ ဓမ္မမြင်သည်၊
တရက်မျှ နေရ မြတ်လှသည်။

115. Though one should live a hundred years, [not
seeing the Truth sublime; yet better, indeed, is the
single day's life of one who sees the Truth sublime.

စကားပြေ။ ။ မြတ်သော လောကုတ္တရာတရားကို မမြင်ပဲ အနှစ်တရာ
ပတ်လုံး အသက်ရှင်နေရသော်လည်း မမြတ်။ မြတ်သော လောကုတ္တရာ
တရားကို မြင်သောသူ၏ တနေ့ တရက်မျှ အသက်ရှင်နေခြင်းက မြင့်မြတ်
လှပေ၏။

သဟဿဝဂ်-တထောင်အုပ်စုပြီး၏။

sublime

မြင့်မြတ်သော

the truth sublime

မြတ်သော လောကုတ္တရာတရား။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း (၉)

ပါပဝဂ်-မကောင်းမှုအုပ်စု

၉၅။ စူဠေကသာဠက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေဗာဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ စူဠေကသာဠက မည်သော ပုဏ္ဏားဆင်းရဲသည် တရားတော်ကို နာစဉ် အလွန်ကြည်ညိုသော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ ကိုယ်တွင်ရှိသော ပုဆိုး ဖြင့် ပူဇော်မည့်အကြံဖြစ်သည်။ လင်မယားနှစ်ယောက်လုံးမှ ခြံစရာ တထည်တည်းသာရှိသောကြောင့် မစ္ဆေရ ကန်ကွက်၍ အကြံပျက် ပြန်သည်။ သန်းခေါင်ယာမ၌ လူအံ့ ကြံပြန်သည်။ ၎င်းနည်းတူ

၁၁၆။ အဘိတ္ထရေထ ကလျာဏေ၊
ပါပါစိတ္တံ နိဝါရယေ။
ဒန္တံ ဟိ ကရောတော ပုညံ၊
ပါပသ္မိံ ရမတိ မနော။

အနက်—

ကလျာဏေ၊ ကောင်းမှုပုည ဟူသမျှတို့ကို။ အဘိတ္ထရေထ၊ ဆောလျင်မြန်စွာ ပြုလုပ်ကြရာ၏။ ပါပါ၊ ဒုစရိတ ပါပညစ်ကျ၊ မကောင်းမှုမှ။ စိတ္တံ၊ မိမိစိတ်ကို။ နိဝါရယေ၊ တားမြစ်ရာ၏။ ဟိ၊ အကြောင်းကား။ ပုညံ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို။ ကရောတော၊ ပြုလုပ်သောသူ၏။ မနော၊ စိတ်သည်။ ဒန္တံ၊ နှံ့ နှေးတတ်၏။ မနော၊ ကုသိုလ်ပြုရာ၌ နှံ့ နှေးသော စိတ်သည်။ ပါပသ္မိံ၊ မကောင်းမှု၌။ ရမတိ၊ မွေ့လျော် ပျော်မြူးတတ်လေ သတည်း။

ပျက်ပြန်သည်။ မိုးသောက်ယာမိ၌ ကြံရာတွင်မှ အလှူမြောက်သည်
ဖြစ်၍ ငါအောင်ပြီဟု အသံမြက်သောကြောင့် ပသေနဒီ ကောသလ
မင်းကြီးမေးလျှင် အကြောင်းကို ပြော၏။ မင်းကြီးသည် မြင်းလေးစီး၊
ရွာကြီးလေးရွာ၊ အသပြာ လေးထောင်တို့ကို အစပြု၍ လေးခု လေးခုစီ
သဗ္ဗတုက္က ဆုလာဘ်ကိုပေး၏။ ဤအကြောင်းကို ရဟန်းတို့ ပြောဆို
သည်တွင် ဘုရားရှင်သည် ရဟန်းတို့အား တရားဟောခြင်းငှါ
“အဘိတ္ထရေထ ကလျာဏေ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၆။ ကောင်းမှု ပုည ပြုကြမြန်စေ၊
မကောင်းမှုမှ တားကြစိတ်တွေ၊
ကုသိုလ်ပြုရေး နို့ နှေးတတ်ပေ၊
စိတ်ပျော်မြူး လွန်ကျူး ပြစ်မှုတွေ။

116. Make haste in doing good; check your mind from evil; for the mind of him who is slow in doing merit delights in evil.

စကားပြေ။ ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုလုပ်ခြင်း၌ လျင်မြန်စွာ ပြုကြ
ကုန်လော့။ မိမိစိတ်ကို မကောင်းမှု အကုသိုလ်မှ
တားမြစ်ရာ၏။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုလုပ်ခြင်း၌
နို့ နှေးသောသူ၏ စိတ်သည် မကောင်းမှု အကုသိုလ်၌ ပျော်မြူး မွေ့လျော်
တတ်လေသည်။

check

တားမြစ်သည်

merit

ကုသိုလ်ကောင်းမှု

၉၆။ သေယျသက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သေယျသက မည်သော ရဟန်းသည် ဥဒါယိမထေရ် နည်းပေးသဖြင့် အဖန်တလဲ သုက်လွှတ်သောအမှုကို ပြုသောကြောင့်

၁၁၇။ ပါပဇ္ဇေ ပုရိသော ကယိရာ၊
 န နံ ကယိရာ ပုနပ္ပုနံ။
 န တမ္ပိ ဆန္တံ ကယိရာထ၊
 ဒုက္ခော ပါပဿ ဥစ္စယော။

အနက်—

ပုရိသော၊ ယောကျ်ားသည်။ ပါပံ၊ ဒုစ္စရိတ ပါပညစ်ကျ၊ မကောင်းမှုကို။ စေ ကယိရာ၊ အကပ်၍ ကျူးလွန် ပြုမိငြားအံ့။ နံ ပါပံ၊ ထိုမကောင်းမှုကို။ ပုနပ္ပုနံ၊ အဖန်တလဲလဲ အမြဲမပြတ် အထပ်ထပ်။ န ကယိရာ၊ မပြုရာ။ တမ္ပိ၊ ထိုမကောင်းမှုကို ပြုကျင့် ခြင်း၌။ ဆန္တံ၊ အလိုဆန္ဒကို။ န ကယိရာထ၊ မပြုကုန်ရာ။ ပါပဿ၊ ဒုစ္စရိတ ပါပညစ်ကျ၊ မကောင်းမှုကို။ ဥစ္စယော၊ ပွားစေခြင်း သည်။ ဒုက္ခော၊ ဘဝအဆက်ဆက် ဆင်းရဲတက်၍ အခက်တွေ့ကြုံ ရလေ သတည်း။

ထိုရဟန်းကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ပါပဇ္ဇေ ပုရိသော ကယိရာ”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၇။ မကောင်းမှုများ ပြုမှားသည်ဆို၊
ဖန်ဖန်ထပ်ထပ် ပြုအပ်ရွှောင်လို၊
မကောင်းမှု၌ အကြိုက်ပယ်လို၊
မကောင်းမှု ပွားစု ဆင်းရဲပို။

117. Should a person commit evil, he should not do it again and again; he should not find pleasure therein; painful is the accumulation of evil.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူ တယောက်သည် မကောင်းမှုကို ကျူးလွန်
ပြုလုပ်မိလျှင် ထိုမကောင်းမှုကို ထပ်ကာထပ်ကာ မပြုရာ။
ထို မကောင်းမှုကို ပြုခြင်း၌ ကြိုက်နှစ်သက်မှု ဆန္ဒကိုလည်း မပြုရာ။
မကောင်းမှု တိုးပွားခြင်းသည် ဘဝအဆက်ဆက် ဆင်းရဲရောက်ရခြင်း
အကြောင်းဖြစ်၏။

၉၇။ လာဇာဒေဝဓီတာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည်ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါလယ်စောင့်သော သတို့သမီးတယောက်သည် ရှင်မဟာကဿပ ကို ပေါက်ပေါက်လှူသော ကုသိုလ်ကြောင့် ထိုဘဝမှ စုတေလျှင် တာဝတိံသာ၌ ယူဇနာ သုံးဆယ်ရှိသော ရွှေဗိမာန်ဝယ် နတ်သမီး ဖြစ်၍ မိမိစည်းစိမ်ကို ထာဝရ တည်စိမ့်သောငှါ ရှင်မဟာကဿပ

၁၁၈။ ပုညဉ္စေ ပုရိသော ကယိရာ၊
 ကယိရာနံ ပုနပ္ပုနံ။
 တမ္ပိ ဆန္ဒံ ကယိရာထ၊
 သုခေါ ပုညဿ ဥစ္စယော။

အနက်—

ပုရိသော၊ ယောက်ျားသည်။ ပုညံ၊ ဒါန သီလ စသည် ကောင်းမှု ကုသိုလ်စုကို။ စေကယိရာ၊ အကယ်၍ ပြုငြားအံ့။ နံ ပုညံ၊ ထို ဒါန သီလ စသည် ကောင်းမှု ကုသိုလ်စုကို။ ပုနပ္ပုနံ၊ အဖန်ဖန် အထပ်ထပ်။ ကယိရာ၊ ပြုရာ၏။ တမ္ပိ၊ ထိုကောင်းမှု ကုသိုလ်ကို ပြုခြင်း၌။ ဆန္ဒံ၊ နှစ်သက်ဆန္ဒ အားထုတ်ခြင်း လုံ့လကို။ ကယိရာထ၊ ပြုကုန်ရာ၏။ ပုညဿ၊ ကောင်းမှုကို။ ဥစ္စယော၊ ဆည်းပူးသောအား ပွားများစေခြင်းသည်။ သုခေါ၊ ပစ္စုပ္ပန် သံသရာ နှစ်ဖြာလမ်းကောင်း ချမ်းသာခြင်းအကြောင်း ပေတည်း။

ကျောင်း ပရိဝုဏ်၌ တံမြက် သုတ်သင်လာသည်ကို မထေရ်မြတ် ခွင့်
မပေးသောကြောင့် ကောင်းကင်မှနေ၍ ငို၏။ ထိုအသံကို ဘုရားရှင်
ကြားတော်မူ၍ ဂန္ဓကုဋ်၌ နေလျက် တရားဟောတော်မူခြင်းငှါ
“ပုညဓဉ္စ ပုရိသော ကယိရာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၈။ ကုသိုလ်တရား ပြုငြားသည်ဆို၊
ဖန်ဖန် တပ်ထပ် ပြုအပ်ပိုမို။
ကုသိုလ်မှု၌ အားစိုက်စေလို၊
ကောင်းမှုများ တိုးပွား ချမ်းသာပို့။

118. Should a person perform merit, he should do it again and again; he should find pleasure therein: blissful is the accumulation merit.

စကားပြေ။ ။(အကြင်) ယောက်ျားသည် ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုလုပ်
ပါက ထိုကုသိုလ်ကို ထပ်ကာထပ်ကာ ပြုရာ၏။ ကုသိုလ်
ပြုရာ၌ ပြင်းထန်သောဆန္ဒကိုလည်း ဖြစ်စေရာ၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၏
ပွားများခြင်းသည် (ဖြစ်လေရာ သံသရာဝယ်) ကြီးကျယ်သောချမ်းသာ
ကို ဖြစ်စေ၏။

၉၈။ အနာထပိဏ္ဍိက သေဌိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ အနာထပိဏ္ဍိကသုဌေးသည် ငါးဆယ့်လေးကုဋေသော ဥစ္စာဖြင့် ကျောင်းဆောက်၊ တဆယ့်ရှစ်ကုဋေသည်လည်း ကမ်းပြို၍ ရှာမရ၊ ဘုရားအမှူးရှိသော သံဃာတော်တို့အားလည်း ဆန်ကဲ့ကို ချက်၍ တခွက်သော ပုန်းရည်ဟင်းဖြင့် ပြုနေကျဝတ်ကို မချွတ်ရအောင်သာ လှူဒါန်းရ၏။ တနေ့သ၌ တံခါးစောင့်နတ်သည် ရှင်သုဌေး....သင်သည် အလှူဝတ်ကို လွှတ်ပါကော့လော့။ အလှူရဲ၍ မွဲသည်မဟုတ်လော့ ဟု ဆိုလျှင် ၎င်းကဲ့သို့သော နတ်မိစ္ဆာ တရာ တထောင်ပင် ပြောသော် လည်း ငါ့စိတ် ဇော သဒ္ဓါကို လှုပ်ရှားစေခြင်းငှါ မတတ်နိုင် ငါ့အိမ်

၁၁၉။ ပါပေါပိ ပဿတိ ဘဒြံ၊

ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။

ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊

အထ ပါပေါ ပါပါနိ ပဿတိ။

အနက်—

ပါပေါပိ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုကို ပြုနေသောသူပင် ဖြစ်သော်လည်း။ ယာဝ၊ အကြင်မျှလောက်။ ပါပံ၊ မိမိပြုထား သော မကောင်းမှုသည်။ န ပစ္စတိ၊ အကျိုးမပေးလာသေး။ တာဝ၊ ထိုမျှလောက် ကာလအတွင်း၊ ဘဒြံ၊ ကောင်းကျိုးစီးပွား သုခများကို။ ပဿတိ၊ တွေ့မြင်ရသေး၏။ ယဒါ စ၊ အကြင် အခါ၌ကား။ ပါပံ၊ မိမိပြုထားသော မကောင်းမှုသည်။ ပစ္စတိ၊ အကျိုးပေးလာ၏။ အထ၊ ထိုမကောင်းမှု အကုသိုလ်ကံသည် အကျိုးပေးလာသော အခါ၌။ ပါပေါ၊ မကောင်းပြုလုပ် ထိုသူ ယုတ်သည်။ ပါပါနိ၊ မကောင်းယုတ်မာ ကြီးစွာသော ဆင်းရဲ ဒုက္ခတို့ကို။ ပဿတိ၊ တွေ့မြင် ခံစားရလေ၏။

တံခါး မုခ်ဝယ် ယုတ်မာသော နတ်သည် မနေလင့် သွားလော့ဟု
 နှင်ရာတွင် နတ်သည် ကိုးကွယ်ရာမရသောကြောင့် ငါးဆယ့်လေး
 ကုဋေသော ဥစ္စာတို့ကို ဘဏ္ဍာတိုက်၌ ပြည့်စေ၍ ကန်တော့ဝန်ချ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၁၉။ မကောင်းညစ်ထေး ကျိုးမပေးခင်၊
 ဥစ္စာပွားတိုး ကောင်းကျိုးတွေမြင်၊
 မကောင်းရှုပ်ထွေး ကျိုးပေးခါတွင်၊
 မကောင်းကျိုး ဆင့်တိုး တွေ့မည်ပင်။

119. Even an evil-doer sees good so long as evil
 ripens not; but when it bears fruit, then he sees the
 evil results.

စကားပြေ။ ။မကောင်းမှုကို ပြုနေသူပင် ဖြစ်သော်လည်း မိမိပြုထား
 သော မကောင်းမှုများ အကျိုးမပေး လာသေးသမျှ
 ကာလပတ်လုံး ကောင်းကျိုးသူခံ တွေ့နေရသေး၏။ သူပြုထားသော
 မကောင်းမှုများ အကျိုးပေးလာသောအခါ ထိုမကောင်းမှုကိုပြုထား
 သူသည် မကောင်းယုတ်မာ ဒုက္ခအဖြာဖြာကို တွေ့မြင် ခံစားရလေ၏။

၁၂၀။ ဘဒြောပိ ပဿတိ ပါပံ၊
 ယာဝ ဘဒြံ န ပစ္စတိ။
 ယဒါစ ပစ္စတိ ဘဒြံ၊
 အထ ဘဒြော ဘဒြာနိ ပဿတိ။

အနက်—

ဘဒြောပိ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို ပြုသောသူပင် ဖြစ်သော်
 လည်း။ ယာဝ၊ အကြင်မျှလောက်။ ဘဒြံ၊ မိမိပြုထားသော ကုသိုလ်
 ကောင်းမှုသည်။ န ပစ္စတိ၊ အကျိုးမပေးလာသေး။ စာဝ၊

bears
fruit

သီးသည်၊ အကျိုးပေးသည်
အသီး—အကျိုး

ဤအကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားအား လျှောက်သည်ရှိသော် တရား
ဟောတော်မူခြင်းငှါ “ပါပေါပိ ပဿတိ ဘဒ္ဒိ” “ဘဒ္ဒြာပိ ပဿတိ
ပါပံ” နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်ရသည်။

ထိုမျှလောက် ကာလပတ်လုံး။ ပါပံ၊ ရှေ့က ကံဟောင်း မကောင်း
ကျိုးစ ဆင်းရဲဒုက္ခကို။ ပဿတိ၊ တွေ့ကြုံရသေး၏။ ယဒါ စ၊
အကြင်အခါ၌ကား။ ဘဒ္ဒိ၊ မိမိပြုထားသော ကောင်းမှု ကုသိုလ်
ကံသည်။ ပစ္စတိ၊ အကျိုးပေးလာ၏။ အထ၊ မိမိပြုထားသော
ကုသိုလ်ကံသည် အကျိုးပေးလာသော အခါ၌။ ဘဒ္ဒြာ၊
ထိုကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုသောသူသည်။ ဘဒ္ဒြာနိ၊ ကောင်းကျိုး
ချမ်းသာ ဥစ္စာစည်းစိမ်တို့ကို။ ပဿတိ၊ တွေ့ကြုံ ခံစားရလေ
သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၀။ ကောင်းမှုပြုဖွဲ့ ကျိုးမပေးခင်၊
ဆင်းရဲအမျိုးမျိုး ဆိုးကျိုးတွေမြင်၊
ကောင်းကောင်းနေရေး ကျိုးပေးခါတွင်၊
ကောင်းမှုကျိုး ဆင့်တိုး တွေ့မည်ပင်။

120. Even a good person sees evil so long as good
ripens not; but when it bears fruit, then the good one
sees the good results.

စကားပြေ။ ။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုနေသူပင် ဖြစ်သော်လည်း မိမိ
ကောင်းမှု အကျိုးမပေးသေးမီ ပြုနေသော ကုသိုလ်
ကိုပင် မကောင်းထင်၏။ (မကောင်းသော ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့် ရင်ဆိုင်ရ
သေး၏) မိမိပြုထားသော ကုသိုလ်ကံ အကျိုးပေးလာသောအခါတွင်
ထိုကောင်းမှုပြုသောသူသည် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ မင်္ဂလာကို တွေ့မြင်
ခံစား ရလေတော့၏။

၉၉။ အသညတ ပရိက္ခရာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ သပိတ်ပရိက္ခရာ အိပ်ရာ နေရာတို့ကို မရိုမသေ လွှင့်တီးခေါင်၌

၁၂၁။ မာဝမညေထ ပါပဿ၊

န မန္တံ အာဂမိဿတိ။

ဥဒဗိန္ဒုနိပါတေန၊

ဥဒကုမ္ဘောပိ ပူရတိ။

ဗာလော ပူရတိ ပါပဿ၊

ထောကံ ထောကမ္ပိ အာစိနံ။

အနက်—

မန္တံ၊ အနည်းငယ်သော မကောင်းမှုကံ၏ အကျိုးသည်။
န အာဂမိဿတိ၊ ငါ့အားလာ၍ အကျိုးမပေးလတံ့ဟု။ ပါပဿ၊
မကောင်းမှုကို။ မာဝမညေထ၊ မထီမဲ့မြင် မအောက်မေ့ရာ။
ဥဒဗိန္ဒုနိပါတေန၊ မိုးရေပေါက်သည် ကျဖန်များသဖြင့်။
ဥဒကုမ္ဘောပိ၊ ရေအိုးကြီးသည်လည်း။ ပူရတိ ဣဝ၊ ပြည့်ရလေ
သကဲ့သို့။ ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ။ ဗာလော၊ သူမိုက်သည်။ ထောကံ
ထောကမ္ပိ၊ အနည်းငယ် အနည်းငယ်လည်း။ အာစိနံ၊ ဆည်းပူးဖန်
များသည်ရှိသော်။ ပါပဿ၊ ယုတ်မာ ညစ်ကျ မကောင်းမှုဖြင့်။
ပူရတိ၊ ပြည့်လေသည်သာလျှင်တည်း။

ပစ်ထားသော ရဟန်းတပါးကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “မာဝမညေထ
ပါပဿ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၁။ အနည်းငယ်ပြု မကောင်းမှုတွေ၊
ပေါ့ပေါ့တွေ့မှု မပြုထိုက်ပေ။
မိုးပေါက်ကျများ အိုးကားပြည့်နေ၊
ထိုနှင့်လား မခြားတူလှပေ။
မကောင်းမှုဝယ် နည်းငယ်နေစေ၊
ပြုဖန်များ ပြည့်သွား လူမိုက်တွေ။

121. Despise not evil, saying, "It will not come nigh unto me; by the falling of drops even a water-jar is filled; likewise the fool, gathering little by little, fills himself with evil.

စကားပြေ။ ။ ပြုထားမိသော အနည်းငယ်မျှသော မကောင်းမှုသည်
ငါ့အားလုံး၌ အကျိုးမပေးတော့ဟု ပြောဆိုလျက်
မကောင်းမှုကို ပေါ့ပေါ့ ဆဆ မမှတ်သင့်ပေ။ မိုးပေါက် ကျဖန်များ
သဖြင့် ရေအိုးကြီး ပြည့်သွားလေဘိသကဲ့သို့ ထိုအတူ လူမိုက်သည်
အနည်းငယ် အနည်းငယ် ဆည်းပူးဖန်များသော် မကောင်းမှုနှင့်
ပြည့်သွားလေ၏။

၁၀၀။ ဗိဠာလပါဒကသေဋ္ဌိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ သံဃာတို့အား ဆွမ်းလုပ်ကျွေးရန် ဆန် ထောပတ်စသည်များ

၁၂၂။ မာဝမညေထ ပုညဿ၊

န မန္တံ အာဂမိဿတိ။

ဥဒဗိန္ဒုနိပါတေန၊

ဥဒကုမ္ဘောပိ ပူရတိ။

ဓီရော ပူရတိ ပုညဿ၊

ထောက် ထောကမ္ပိ အာစိနံ။

အနက်—

မန္တံ၊ မိမိပြုထား အနည်းငယ်မျှသော ကုသိုလ်တရား၏
အကျိုးသည်။ န အာဂမိဿတိ၊ ငါ့အားလာ၍ အကျိုးမပေး
လတံ့ဟု။ ပုညဿ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို။ မာဝမညေထ၊
ပေါ့ပေါ့ ဆဆ မထိမဲ့မြင် မမှတ်ထင်ရာ။ ဥဒဗိန္ဒုနိပါတေန၊
မိုးပေါက်ကျဖန်များသဖြင့်။ ဥဒကုမ္ဘောပိ၊ ရေအိုးကြီးသည်
လည်း။ ပူရတိယထာ၊ ပြည့်လေသကဲ့သို့။ ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ
သာလျှင်။ ဓီရော၊ ကြောင်းကျိုးမြင်သိ ပညာရှိသည်။ ထောက်
ထောကမ္ပိ၊ အနည်းငယ် အနည်းငယ်လည်း။ ပုညံ၊ ကောင်းမှုကို။
အာစိနံ—အာစိနန္တော၊ ပြုစုဆည်းပူးသည်ရှိသော်။ ပုညဿ၊
ကောင်းမှုဖြင့်။ ပူရတိ၊ ပြည့်လေသည်သာတည်း။

ကို နှိုးဆော်စုရုံးသောကာလ အနည်းငယ်မျှကိုသာ ထည့်လေ့ရှိသော
ဗိဇ္ဇာလပါဒကသူဌေးကို ဆုံးမခြင်းငှါ “မာဝမညေထ ပုညဿ”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၂။ အနည်းငယ်ပြု ကောင်းမှုထွေထွေ၊
ပေါ့ဆတွေးမှု မပြုထိုက်ပေ၊
မိုးပေါက်ကျများ အိုးကားပြည့်နေ၊
ဤပုံလား မခြား တူလှပေ၊
မြတ်ကောင်းမှုဝယ် နည်းငယ်ပါစေ၊
ပြုဖန်များ ပြည့်သွား ပဏ္ဍိတ်တွေ။

122. Despise not merit, saying, "It will not come nigh unto me"; even by the falling of drops a water-jar is filled; likewise the wise man, gathering little by little, fills himself with good.

စကားပြေ။ ။ ငါပြုထားသော အနည်းငယ်မျှ ကုသိုလ် ပုညသည်
ငါ့အားလာ၍ အကျိုးမပေးတော့ဟု ပြောဆိုလျက်
ကောင်းမှု ပုညကို ပေါ့ပေါ့ဆဆ မထိမဲ့မြင် မမှတ်ထင်ရာ။ မိုးပေါက်
ကျဖန်များသဖြင့် ရေအိုးကြီးသော်မှလည်း ပြည့်သွားလေဘိ သကဲ့သို့
ထို့အတူ ပညာရှိသည် ကောင်းမှုထို အနည်းငယ် အနည်းငယ် ဆည်းပူး
စုဆောင်းလျက် မိမိကိုယ်ကို ကုသိုလ်ဖြင့် ပြည့်စေလေသည်။

၁၀၁။ မဟာဓန ဝါဏီဇ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ လှည်းငါးရာတို့ဖြင့် ကုန်ရောင်းသွားသော မဟာဓန ကုန်သည် သည် တောအုပ်၌ ခိုးသူငါးရာရှိသည် သတင်းကြား၍ မသွားဝံ့ပဲ

၁၂၃။ ဝါဏီဇောဝ ဘယံ မဂ္ဂံ၊

အပ္ပသတ္ထော မဟဒ္ဓနော။

ဝိသံ ဇီဝိတုကာမော၊

ပါပါနိ ပရိဝဇ္ဇယေ။

အနက်—

အပ္ပသတ္ထော၊ နည်းသော ကုန်သည် အပေါင်း အဖော် ရှိသော။ မဟဒ္ဓနော၊ ကြွယ်ဝ ချမ်းသာ များစွာသော ပစ္စည်း ဥစ္စာရှိသော၊ ဝါဏီဇော၊ ကုန်သည်သည်။ ဘယံ မဂ္ဂံ၊ ခိုးသူ တားဆီး ဘေးအန္တရာယ်ကြီးသော ခရီးခဲကို။ ဝိဇ္ဇတိ ဣဝ၊ ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့။ ဇီဝိတုကာမော၊ အသက်မသေ နေလိုသော သူသည်။ ဝိသံ၊ ရုတ်တရက် သေစေတတ်သော အဆိပ်ကို။ ဝိဇ္ဇတိ ဣဝ၊ ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့။ ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိသည်။ ပါပါနိ၊ မကောင်းမှုတို့ကို။ ပရိဝဇ္ဇယေ၊ ရှောင်ကြဉ်ရာ၏။

ရွာငယ်၌ တည်းခို၍ နေသည့်ကို ရဟန်းတို့ လျှောက်ကြရာတွင် ရဟန်းတို့ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ဝါဏိဇောဝ ဘယံ ဓဉ္ဇံ” ဝါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ရဟန်းငါးရာ ရဟန္တာဖြစ်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၃။ အဖော်နည်းပါး ဥစ္စာများဖြင့်၊
 ကုန်သည်ဘေးဘျမ်း တောလမ်းရှောင်ကြဉ်။
 အသက်ကိုချစ် ရှောင်လစ်ဆိပ်သွင်၊
 မကောင်းမှု မပြုရှောင်စေချင်။

123. Just as a merchant, with a small escort and great wealth, avoids a perilous way, just as one desiring to live avoids poison, even so should one shun evil things.

စကားပြေ။ ။ပစ္စည်း ဥစ္စာ ပေါများသည့် အဖော်နည်းသော ကုန်သည်သည် ဘေးအန္တရာယ်များသော ခရီးခဲကိုမသွားပဲ ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့၎င်း၊ အသက်ရှင်နေလိုသောသူသည် အဆိပ်ကို ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့၎င်း ပညာရှိသည် မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို ရှောင်ကြဉ်ရာ၏။

၁၀၂။ ကုက္ကုဒ္ဓ မိတ္တ နေသာဒ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရာဇဂြိုဟ်ပြည်၌ သောတာပန်ဖြစ်သော သူဌေးသမီးငယ် တယောက်သည် အရွယ်ရောက်သည့်ရှိသော် ကုက္ကုဒ္ဓ မိတ္တမုဆိုး၏ မယားဖြစ်၍ လင်၊တောသွားအံ့သောကာလ လေး၊မြား၊ပိုက်ကွန်တို့ကို

၁၂၄။ ပါဏိမိ ဝေ ဝဏော နာဿ၊

ဟရေယျ ပါဏိနာ ဝိသံ။

နာဗ္ဗဏံ ဝိသမဇ္ဇေတိ၊

နတ္ထိ ပါပံ အကုဗ္ဗတော။

အနက်—

ပါဏိမိ၊ လက်ဝါးအပြင်၌၊ ဝဏော၊ အနာသည်။ ဝေနာဿ၊ အကယ်၍ မရှိသည် ဖြစ်ခဲ့အံ့။ ပါဏိနာ၊ လက်ဖြင့်။ ဝိသံ၊ အဆိပ်ကို။ ဟရေယျ၊ ဆောင်ယူနိုင်၏။ အဗ္ဗဏံ၊ အနာမရှိသော လက်ကို။ ဝိသံ၊ အဆိပ်သည်။ နာဗ္ဗဏံ၊ မတက်လာနိုင်။ ဝေတထာ၊ ထို့အတူ။ အကုဗ္ဗတော၊ ယုတ်မာသော စေတနာဖြင့် မပြုသောသူအား။ ပါပံ၊ မကောင်းမှု တည်းဟူသော အပြစ်သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိနိုင်။

ထုတ်ပေးခြင်း၊ ရသောအမဲတို့ကို သိမ်းဆည်း သိုမှီးခြင်းကို ပြုရ၏။
ဤအမှုအရာတို့ကို ရဟန်းတို့မြင်၍ သောတာပန်တို့သည် ပါဏာတိ
ပါဏကံကို ပြုကုန်သေး၏လောဟု မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ကြရာ
တွင် “ပါဏိမိ စေ ဝဏော နာဿ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၄။ လက်၌ကပ်ငြိ နာမရှိလျှင်၊
ထိုလက်ဖြင့်နှိပ် အဆိပ်မထင်၊
အနာမရှိ မထိ ဆိပ်သွင်၊
စိတ်မရှိ ပြုမိ ပြစ်မထင်။

124. If no wound there be in the hand, one may carry poison in it; poison does not affect one who has no wound; there is no ill for him who does no wrong.

စကားပြေ။ ။လက်၌ အနာမရှိလျှင် ထိုလက်ဖြင့် အဆိပ်ကို ကိုင်
သော်လည်း အနာမရှိသော သူအား အဆိပ်မတက်
လာနိုင်သကဲ့သို့ မှားယွင်းသော စေတနာမရှိ ယုတ်မာမှုကို မပြုသော
သူအား အပြစ်မရှိနိုင်။

affect

ထိခိုက်သည် (အဆိပ်တက်သည်)

wound

အနာ

wrong

မှားယွင်းသော (မကောင်းမှု)

၁၀၃။ ကောကသုနခ လုဒ္ဓက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကောက မုဆိုးသည် ဆွမ်းခံကြွလာသော မထေရ်တပါးကို ခွေးဖြင့် ရှူးတိုက်၍ လိုက်လေသော် သစ်ပင်ထက်သို့တက်၍ မထေရ် ပြေးလေ၏။ အောက်ကနေ၍ မြားတံဖြင့် ထိုးသည့်ရှိသော် မထေရ်၏ သက်န်းသည် မုဆိုး၏အပေါ်သို့ လွှား၍ ကျလေ၏။ ခွေးတို့သည်

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

အနက်—

ယော ဗာလော၊ မသိမလိမ္မာ ပညာကင်းကြိုက် အကြင် လူမိုက်သည်။ အပ္ပဒုဋ္ဌဿ၊ မပြစ်မှားထိုက်သော။ သုဒ္ဓဿ၊ အကျင့် သီလ စင်ကြယ်လှသော။ အနဂ်ဏဿ၊ ကိလေသာဟူ၍ အညစ် အကြေးမရှိသော။ နရဿ-ပေါသဿ၊ ရှဦးထင်မှတ် သတ္တဝါဟု ဆိုအပ်သော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မြတ်အား။ ဒုဿတိ၊ ပြစ်မှား၏။ ပဋိဝါတံ၊ လေညာသို့။ ခိတ္တော၊ ပစ်လွှင့်အပ်သော။ သုခုမော၊ သိမ်မွေ့သော။ ရဇော၊ မြူမွန်သည်။ တမေဝ၊ ထို ပစ်လွှင့် လိုက်သော သူတို့သာလျှင်။ ပစ္စေတိ ဣဝံ၊ ပြန်၍ကျသကဲ့သို့။ တမေဝ ဗာလံ၊ ပြစ်မှားသော ထို လူမိုက်သို့သာလျှင်။ ပါပံ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုအကျိုးသည်။ ပစ္စတိ၊ မကောင်း ကျိုးကို ပြန်ပေးလေ၏။

လည်း၊ မုဆိုးကို ရဟန်းထင်ပြီး ကိုက်၍ သေစေကုန်၏။ ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား လျှောက်ထားရာတွင် ထိုရဟန်းတို့ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ယော အပ္ပဒုဋ္ဌဿ နရဿ ဒုဿတိ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုရဟန်းသည် ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၅။ မပြစ်မှားအပ် အမြတ်စင်ကြယ်၊
 ကိလေမသန်း ရဟန်း မြတ်ဝယ်၊
 လူမိုက် ငနွား ပြစ်မှားတကယ်၊
 ထိုလူမိုက် ပြစ်ထိုက် ဒဏ်ပြန်မယ်၊
 လေညာသို့ပြစ် မြူညစ် အလယ်၊
 ပြစ်သူပဲ ရောက်လဲ ရောက်သို့နှယ်။

125. Whoever offends a harmless person, one pure and guiltless, upon that very fool the evil recoils like fine dust thrown against the wind.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် အကျင့်သီလ စင်ကြယ်၍ ကိလေသာ မရှိသည့် မပြစ်မှားထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တပါးအား (ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အား) ပြစ်မှားအံ့။ လေညာသို့ ပြစ်လွှင့်လိုက်သော သိမ်မွေ့သော မြူမှုန်သည် ထိုပြစ်လွှင့်သော သူ၏အပေါ်သို့သာ ပြန်၍ ကျသကဲ့သို့ ထိုမကောင်းမှုကံသည် မကောင်မူပြုသူ လူမိုက် အပေါ်သို့သာ ပြန်၍ကျကာ မကောင်းကျိုး ပေးလေသည်။

guiltless

recoils

အပြစ်မရှိသော၊ ကိလေသာမရှိသော
 ပြန်ကျသည်။

၁၀၄။ မဏိကာရ ကုလူပက တိဿဇေတ္တရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကျောက်ထွင်းသမား (ကျောက်သွေးသမား) တယောက်အိမ်၌ ပတ္တမြားကို ကြိုးကြာငှက်မျှိသည်ကို ဆွမ်းစားနေသော တိဿမထေရ် ယူမည်ဟု ယိုးစွပ်လျက် မထေရ်ကို ချည်၍ ရိုက်စစ်၏။ ကြိုးကြာသေမည် စိုး၍ ကြိုးကြာမျှိသည်ဟူ၍လည်း ပြောတော်မူ။ မယားတောင်းပန် သော်လည်းမမျှ။ ကြိုးကြာသည် မထေရ်၏ ဖြာဖြာယိုထွက်သော သွေးစကို သောက်လေသော် ကြိုးကြာကို ခြေဖြင့်ကျောက်ကန်၍ သတ်လေ၏။ ကြိုးကြာသေရာ တွင်မှဒါယကာ သင့်ပတ္တမြားကိုကြိုးကြာ မျှိသည့်ဟု မိန့်တော်မူ၏။ ကျောက်သွေးသမားသည် မထေရ်ကို ကန်ဟော၍ အိမ်၌ဆွမ်းစားမြဲ စားပါဟု လျှောက်၏။ မထေရ်လည်း

၁၂၆။ ဂဗ္ဘမေကေ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊
နိရယံ ပါပကမ္မိနော။
သဂ္ဂံ သုဂတိနော ယန္တိ၊
ပရိနိဗ္ဗန္တိ အနာသဝါ။

အနက် -

ဧကေ၊ အချို့သောသူတို့သည်။ ဂဗ္ဘံ၊ အမိဝမ်း၌။ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ ကပ်ရောက် ဖြစ်ရလေကုန်၏။ ပါပကမ္မိနော၊ မကောင်းမှု ပြုသူတို့သည်။ နိရယံ၊ ငရဲ၌။ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊ ဖြစ်ရလေကုန်၏။ သုဂတိနော၊ ကောင်းမှုပြုသော သူတို့သည်။ သဂ္ဂံ၊ နတ်ပြည်သို့။ ယန္တိ၊ ရောက်ကြကုန်၏။ အနာသဝါ၊ အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာတို့သည်။ ပရိနိဗ္ဗန္တိ၊ ပရိနိဗ္ဗာန် ပြုကုန်၏။

ရဟန်းကျင့်ဝတ် ပိဏ္ဏပါတ်ကို မပြတ်ကြိုးစားခဲ့သော အားဖြင့် မမှား
 ကြည်ဖြူ အိမ်ဟူသမျှ ဆွမ်းပန်းရ၏။ ဤမှစ၍ ဝါနေတရက် သူ့အိမ်
 ထက်သို့ မတက်လိုပြီဟု ဆို၍ ခုတင်သောက်ဟည်၏။ မကြာမြင့်မီ
 ရိုက်နှက်ဒဏ်ဖြင့် ပရိနိဗ္ဗာန် စံလေ၏။ ကျောက်သွေးသမား ငရဲ၌ဖြစ်
 လေ၏။ ကြိုးကြာသည် လူ့ဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေနေလေ၏။ တောင်းပန်
 သောမယားသည် နတ်ပြည်၌ ဖြစ်လေ၏။ ဤအကြောင်းကို
 ဟောတော်မူခြင်းငှါ “ ဂဗ္ဘမေကေ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ ” ဂါထာကို ဟောတော်
 မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၆။ အချိုဝမ်း၌ ကိန်းပိုက်တည်သည်၊
 မကောင်းပြုလစ် ငရဲဖြစ်မည်၊
 စိတ်ကောင်းထားက ရောက်ရ နတ်ပြည်၊
 ရဟန်းမြတ် ငြိမ်းလတ် နိဗ္ဗာန်ပြည်။

126. Some are born in a womb; evil-doers in hell; the
 pious go to Heaven; Undefined Ones pass away into
 Nibbāna.

•ကားပြေ။ ။အချိုသော သူတို့သည် (ဤလူ့ပြည်ဝယ်) အမိဝမ်း
 တိုက်၌ ပဋိသန္ဓေ တည်နေကြကုန်၏။ မကောင်းမှု ပြုသူ
 တို့သည် ငရဲ၌ ဖြစ်ကြကုန်၏။ ကောင်းမှုပြုသော သူတို့သည် နတ်ပြည်သို့
 ရောက်ကြကုန်၏။ အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာတို့သည် ပရိနိဗ္ဗာန်
 စံတော်မူကြကုန်၏။

၁၀၅။ တယောဇန ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ တရားသဘင်၌ ရဟန်းတို့သည် သာဝတ္ထိပြည်၌ မီးလောင်သော အိမ်မှ မြက်ကရွတ်ခွေသည် မီးတောက်နှင့်တကွ လွင့်၍ ကျီးတကောင်၏ ဦးခေါင်းဝယ်စွပ်မိ၍ ကျီးသေရှာလေ၏ဟု ပြောကြကုန်၏။ သမုဒ္ဒရာ၌ သင်္ဘောမသွား၍ သူယုတ်စာရေးတံချရာဟွင် သင်္ဘောသူကြီး၏မယား ကို ကျ၍ လည်၌ အိုးကိုင်ဆွဲပြီး ချမြုပ်လေသည်ဟု တချို့ကပြောကြ ကုန်၏။ ဟုရားကို ဖူးမြင်ခြင်းငှါ လာကုန်သော ရဟန်းခုနစ်ပါးတို့ လိုက်တခွဲ အိပ်နေစဉ်တွင် ကျောက်ဖျာကြီးပိတ်လျက်နေ၍ ခုနစ်ယုတ် ပတ်လုံး အာဟာရ ပြတ်ခဲ့သည်။ ခုနစ်ရက်ရှိမှ ပွင့်သည် ဟူ၍လည်း

၁၂၇။ နအန္တလိက္ခေ န သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊

န ပဗ္ဗတာနံ ဝိပရံ ပဝိဿ၊

န ဝိဇ္ဇတိ သော ဇဂတိပ္ပဒေသော၊

ယတ္ထ ဌိကော မုစ္စေယျ ပါပကမ္မာ။

အနက်--

အန္တလိက္ခေ၊ အဇဋ္ဌာပြင် ထက်ကောင်းကင်၌။ ဌိတောပိ၊ တည်နေသော်လည်း။ ပါပကမ္မာ၊ မကောင်းမှုမှ။ န မုစ္စေယျ၊ မလွတ်နိုင်ရာ။ သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊ သမုဒ္ဒရာအလယ်၌။ ဌိတောပိ၊ တည်နေသော်လည်း။ ပါပကမ္မာ၊ မကောင်းမှုမှ။ န မုစ္စေယျ၊ မလွတ်နိုင်ရာ။ ပဗ္ဗတာနံ၊ တောင်တို့၏။ ဝိပရံ၊ အကြား လိုက်ခေါင်းသို့။ ပဝိဿ၊ ဝင်၍လည်း။ ပါပကမ္မာ၊ မကောင်း မှုမှ။ န မုစ္စေယျ၊ မလွတ်နိုင်ရာ။ ယတ္ထ၊ အကြင်အရပ်၌။ ဌိတော၊ တည်သည်ရှိသော်။ ပါပကမ္မာ၊ မကောင်းမှုကံမှ။ မုစ္စေယျ၊ လွတ်မြောက်ရာ၏။ သော ဇဂတိပ္ပဒေသော၊ ထိုလွတ်ရာ အရပ် သည်။ န ဝိဇ္ဇတိ၊ မရှိ။

ပြောကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် ထိုကျီးသည် အတိတ်ဘဝ၌ နွားကျောင်းသားဖြစ်၍ နွားကြမ်းလည်၌ အမှိုက်စည်း၍ မီးတိုက်ခဲဘူးသော မကောင်းမှု၊ သဘောသူကြီးကတော်သည် ခွေးကို အိုးဆွဲ၍ ရေ၌မြှုပ်ခဲဘူးသော မကောင်းမှု၊ ရဟန်းခုနစ်ပါးတို့သည် ဖွတ်တောင်းကို ပိတ်၍ ခုနစ်ရက်ရှိမှ ဖွင့်သော မကောင်းမှုကို ဟောတော်မူပြီး၍ “န အန္တလိက္ခေ န သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၇။ မကောင်း မူများ ပြုထား သူတွေ၊
ကောင်းကင်ပျံပဲ ပင်လယ်ထဲနေ၊
တောင်ခေါင်းပုန်းလျှိုး ဝင်တိုး နေစေ၊
မကောင်းကျိုး လွတ်ရိုး မရှိပေ၊
အကြင်အရပ် မှီကပ် နေစေ၊
လွတ်ရာရပ် သတ်မှတ် မရှိပေ။

127. Not in the sky, nor in mid-ocean, nor on entering a mountain cave, is found that place on earth, where abiding one may escape from (the consequences of) an evil deed.

စကားပြေ။ ။ မကောင်းမှုပြုသူသည် ကောင်းကင်၌ ပျံသန်းနေသည် ဖြစ်စေ၊ သမုဒ္ဒရာအလယ်၌ ငုပ်နေသည် ဖြစ်စေ၊ တောင်ခေါင်းဝင်ပြီး နေသည်ဖြစ်စေ မကောင်းမှုကျိုးမှ လွတ်ရာ (ခိုလှုံပုန်းအောင်းရာ) အရပ်သည် ကမ္ဘာမြေပေါ်၌ မရှိပေ။

abiding one
consequences

ခိုလှုံရာအရပ်
အကျိုး (အကျိုးသက်ရောက်ခြင်း)

၁၀၆။ သုပ္ပဗုဒ္ဓသကျ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ကပိလဝတ်ပြည် နိဂြောဓာရုံကျောင်း
တော်၌ နေတော်မူသောအခါ ဒေဝဒတ်၏အဖ သုပ္ပဗုဒ္ဓမင်းကြီးသည်
မြတ်စွာဘုရား ဆွမ်းခံကြွတော်မူသည်ကို ဆီးတားပိတ်ပင်၍ ဘုရားရှင်
က ဖြေမျိုလတံ့သည်ကို မိန့်တော်မူသည်တွင် ပြာသာဒ်ဘုံခုနစ်ဆင့်

၁၂၀။ န အန္တလိက္ခေ န သမုဒ္ဓမဇ္ဈေ၊
န ပဗ္ဗတနံ ဝိဝရံ ပဝိဿ။
န ဝိဇ္ဇတိ သော ဇဂတိပ္ပဒေသော၊
ယက္ခဋ္ဌိတံ နပ္ပသဟေယျ မစ္စု။

အနက်—

အန္တလိက္ခေ၊ အဇဉ္ဇာပြင် ထက်ကောင်းကင်၌။ ဌိတောပိ၊
တည်နေသော်လည်း။ မစ္စုနာ၊ သေမင်းဘေးမှ။ န မုစ္စေယျ၊
မလွတ်နိုင်ပေရာ။ သမုဒ္ဓမဇ္ဈေ၊ သမုဒ္ဓရာအလယ်၌။ ဌိတောပိ၊
တည်နေသော်လည်း။ မစ္စုနာ၊ သေမင်းဘေးမှ။ န မုစ္စေယျ၊
မလွတ်နိုင်ရာ။ ပဗ္ဗတနံ၊ တောင်တို့၏။ ဝိဝရံ၊ အကြား
လိုက်ခေါင်းသို့။ ပဝိဿ၊ ဝင်၍ နေသော်လည်း။ မစ္စုနာ၊
သေမင်းဘေးမှ။ န မုစ္စေယျ၊ မလွတ်နိုင်ရာ။ ယက္ခ၊ အကြင်
အရပ်၌။ ဋ္ဌိတံ၊ တည်နေသောသူကို။ မစ္စု၊ သေမင်းသည်။ နပ္ပ-
သဟေယျ၊ မညှဉ်းဆဲ မနှိပ်စက်နိုင်ပေရာ။ သော ဇဂတိပ္ပ-
ဒေသော၊ ထို သေမင်း မညှဉ်းဆဲနိုင်ရာအရပ်သည်။ န ဝိဇ္ဇတိ၊
ဘုယ်မှာမှ မရှိလေသတည်း။

ထက်သို့ တက်၍နေလေ၏။ ခုနစ်ရက်တိုင်လျှင် ပြာသဒ်ထက်၌ မနေနိုင်ပဲ အောက်သို့ဆင်းရာတွင် မြေမျိုလေ၏။ ဤအကြောင်းကို ရဟန်းတို့အား မိန့်တော်မူ၍ တရားဟောခြင်းငှါ “န အန္တလိမ္မက္ခ န သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ” ဂါယာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၈။ ကောင်းကင် သမုဒ္ဒလယ် ကောင်လယ်ခိုဝင်၊
ဘယ်မှာခိုအောင်း လွတ်ကြောင်းမမြင်၊
အကြင်အရပ် မှီကပ်နေလျှင်၊
ရှင်သေမင်း မညှဉ်းနိုင်ဟုထင်။
ထိုအရပ် သတ်မှတ် မရှိပင်။

128. Not in the sky, nor in mid-ocean, nor on entering a mountain cave, is found that place on earth where abiding one will not be overcome by death.

စကားပြေ။ ။ကောင်းကင်၌ ပျံ့နေသည်ဖြစ်စေ၊ သမုဒ္ဒရာအလယ်၌ ငုပ်လျှိုးနေသည်ဖြစ်စေ ကောင်ခေါင်းထဲ၌ ဝင်နေသည် ဖြစ်စေ သေမင်း မညှဉ်းဆဲ မနှိပ်စက်နိုင်သော နေရာ အရပ်ဟူ၍ ကမ္ဘာမြေပေါ်တွင် ဘယ်အရပ်မှာမျှ မရှိပေ။

ပါပဝဂ်-ဝကောင်းမှုအုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း (၁၀)

ဒဏ္ဍဝဂ်-ဒဏ်အုပ်စု

၁၀၇။ ဆဗ္ဗဂ္ဂိယဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌နေတော်မူသော အခါ ဆဗ္ဗဂ္ဂိရဟန်းတို့သည် “သတ္တရသဝဂ္ဂီ” ၁၇-ယောက် အစုရှိသော

၁၂၉။ သဗ္ဗေ တသန္တိ ဒဏ္ဍဿ၊
သဗ္ဗေ ဘာယန္တိ မစ္စုနော။
အတ္တာနံ ဥပမံ ကတာ၊
န ဟယျေ န သာတယေ။

အနက်--

သဗ္ဗေ၊ ကြွင်းမဲ့ဥဿုံ အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည်။
ဒဏ္ဍဿ၊ ဓား တုတ် စသော လက်နက်မျိုးစုံတို့၏ ဘေးဒဏ်မှ။
တသန္တိ၊ ထိတ်လန့်ကုန်၏။ သဗ္ဗေ၊ ပပ်သိမ်းကုန်သော သတ္တဝါ
တို့သည်။ မစ္စုနော၊ သေရမည်ကိုလည်း။ ဝါ၊ သေရအံ့သည်မှ။
ဘာယန္တိ၊ ကြောက်လန့်ကြကုန်၏။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ဥပမံ
ကတာ၊ ထောက်ဆနှိုင်းစာ ဥပမာပြု၍။ ပါဏေ၊ တပါးသော
သတ္တဝါတို့ကို။ န ဟယျေ၊ မညှဉ်းဆဲရာ။ န သာတယေ၊ မသတ်
ဖြတ်ရာ။

ရဟန်းငယ်တို့ကို ရိုက်ပုတ်လျက် ညည်းဆဲကလူ ပြုကြောင်းကို မြတ်စွာ
ဘုရား ကြားသိတော်မူ၍ ဆဗ္ဗဂ္ဂိရဟန်းတို့ကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ
“သဗ္ဗေ တသန္တိ ဒဏ္ဍဿ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၂၉။ ခပ်သိမ်းများစွာ သတ္တဝါတွေ၊
အပြစ်ဒဏ်ဘေး သေဘေး ကြောက်နေ၊
ကိုယ့်ကို ပြန်၍ ပုံပြုနှိုင်းလေ၊
ညည်းဆဲသတ် မပြတ် ရှောင်ကြဉ်လေ။

129. All tremble at punishment. All fear death;
comparing others with oneself, one should neither kill
nor cause to kill.

စကားပြေ။ ။ ခပ်သိမ်းသော သတ္တဝါတို့သည် ခား တုတ် စသော
လက်နက်ဒဏ်ကို ထိတ်လန့်ကြကုန်၏။ သေရမည်
ကိုလည်း ကြောက်ကြကုန်၏။ မိမိကြောက်လန့်သကဲ့သို့ ကြောက်လန့်နေ
ကြသော သတ္တဝါတို့ကို မိမိကဲ့သို့ ကိုယ်ချင်းစာ၍ မရိုက်နှက် မသတ်
ဖြတ်ရာ။

၁၀၈။ ဆဗ္ဗဂ္ဂိယ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေကော်မူသော
အခါ ထို ဆဗ္ဗဂ္ဂိရဟန်းတို့သည်ပင်လျှင် သတ္တရသဝဂ္ဂိ ရဟန်းငယ်တို့ကို

၁၃၀။ သဗ္ဗေ တသန္တိ ဒဏ္ဍဿ၊

သဗ္ဗေသံ ဇီဝိတံ ပိယံ။

အတ္တာနံ ဥပမံ ကတော၊

န ဟနေယျ န ဃာတယေ။

အနက်—

သဗ္ဗေ၊ ခပ်သိမ်းသော သတ္တဝါတို့သည်။ ဒဏ္ဍဿ၊ ဓား
တုတ်စသော လက်နက်မျိုးစုံတို့၏ ဘေးဒဏ်မှ။ တသန္တိ၊
ထိတ်လန့်ကြကုန်၏။ သဗ္ဗေသံ၊ ခပ်သိမ်းကုန်သော သတ္တဝါ
တို့သည်။ ဇီဝိတံ၊ ကိုယ့်အသက်ကို။ ပိယံ၊ ချစ်မြတ်နိုးအပ်၏။
အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ဥပမံ ကတော၊ ထောက်ဆနှိုင်းစာ ဥပမာ
ပြု၍။ ပါဏေ၊ တပါးသော သတ္တဝါတို့ကို။ န ဟနေယျ၊
မညှဉ်းဆဲရာ၊ န ဃာတယေ၊ မသတ်ဖြတ်ရာ။

လက်ဝါးဖြင့်မိုး၍ ခြိမ်းခြောက် ဆဲဆိုပြန်ရာတွင် “သဗ္ဗေ တသန္တိ
ဒဏ္ဍဿ သဗ္ဗေသံ ဇီဝိတံ ပိယံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၃၀။ ခပ်သိမ်းများစွာ သတ္တဝါတွေ၊
အပြစ်ဒဏ်ဘေး ကြံတွေးကြောက်နေ၊
ကိုယ့်အသက်အား ချစ်ပွားသူတွေ၊
ကိုယ့်ပုံပြု သတ်မှု ရှောင်ကြဉ်လေ။

130. All tremble at punishment. Life is dear to all;
comparing others with oneself, one should neither kill
nor cause to kill.

စကားပြေ။ ။ ခပ်သိမ်းသော သတ္တဝါတို့သည် တုတ် ဓား စသော
လက်နက်ဘေးကို ကြောက်ကြကုန်၏။ ခပ်သိမ်းများစွာ
သတ္တဝါတို့အား ကိုယ့်အသက်ကို ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။ မိမိသည် ကိုယ့်
အသက်ကို ချစ်မြတ်နိုးသကဲ့သို့ ကိုယ့်အသက်ကို ချစ်မြတ်နိုးနေကြသော
သတ္တဝါကို မိမိကဲ့သို့ ကိုယ်ချင်းစာ၍ မညှဉ်းဆဲ မသတ်ဖြတ်ရာ။

tremble

ကြောက်လန့်ကုန်၏

comparing

ကိုယ်ချင်းစာလျက်၊ နှိုင်းယှဉ်လျက်

၁၀၉။ သမ္ဗဟုလ ကုမာရက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေကော်မူသော
အခါ ဆွမ်းခံကြွတော်မူရာတွင် မြွေကိုဖမ်း၍ ရိုက်ပုတ်ညှဉ်းဆဲ

၁၃၁။ သုခကာမာနိ ဘူတာနိ၊

ယော ဒဏ္ဍေန ဝိဟိံသတိ။

အတ္တနော သုခမေသာနော၊

ပေစ္စ သော န လဘတေသုခံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။
သုခံ၊ ချမ်းသာကို။ သောနော၊ ရှာမည်ဟူ၍။ သုခကာမာနိ၊
မိမိပမာ ချမ်းသာကို အလိုရှိနေကြသော။ ဘူတာနိ၊ သတ္တဝါ
တို့ကို။ ဒဏ္ဍေန၊ ဓား တုတ် လှံတံစသော လက်နက်မျိုးစုံဖြင့်။
ဝိဟိံသတိ၊ ခုတ် ရိုက် ထိုးဖြတ် ညှဉ်းဆဲသတ်၏။ သော ပုဂ္ဂလော၊
ထို ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပေစ္စ၊ တမလွန်လောက နောက်ဘဝ၌။ သုခံ၊
လူ နတ် နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာကို။ န လဘတေ၊ မရနိုင်
တော့သည် သာတည်း။

၁၃၂။ သုခကာမာနိ ဘူတာနိ၊

ယော ဒဏ္ဍေန န ဝိဟိံသတိ။

အတ္တနော သုခမေသာနော၊

ပေစ္စ သော လဘတေ သုခံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။
သုခံ၊ ချမ်းသာကို။ သောနော၊ ရှာမည်ဟူ၍။ သုခကာမာနိ၊
မိမိပမာ ချမ်းသာကို အလိုရှိကုန်သော။ ဘူတာနိ၊ သတ္တဝါတို့ကို။

ကြကုန်သော လူငယ်တို့ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ယုခကာမာနိ ဘူတာနိ”
နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

ဒဏ္ဍေန၊ ဓား တုတ် လှံတံ စသော လက်နက်အမျိုးမျိုးဖြင့်။
န ဝိဟိ သတိ၊ ခုတ်ရိုက်ထိုးဖြတ် ညှဉ်းဆဲသတ်ခြင်း မပြုလေ။
သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပေစွ၊ တမလွန်လောက
နောက်ဘဝ၌။ သုခံ၊ လူ နတ်နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်းသာကို။
လဘတေ၊ ရလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၃၁။ ကိုယ်ချမ်းသာရန် ရှာကြံနေလို့၊
ချမ်းသာလိုလား အများ သူကို၊
လက်နက်ကိုင်စွဲ ညှဉ်းဆဲ မည်ဆို၊
နောက်ဘဝ မရ ချမ်းသာကို။

131. Whoever seeking his own happiness, harms with
rod pleasure-loving begins gets no happiness hereafter.

စကားပြေ။ ။ မိမိပမာ ချမ်းသာရေးကို အလိုရှိနေကြသော သတ္တဝါ
တို့ကို တုတ် ဓား စသော လက်နက်တို့ဖြင့် ခုတ်ရိုက်
ထိုးဖြတ်ညှဉ်းဆဲ တတ်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် တမလွန် ဘဝ၌ လူ နတ် နိဗ္ဗာန်
သုံးတန်ချမ်းသာကို မရနိုင်ရာ။

harms
hereafter

ခုတ် ရိုက် ထိုးဖြတ် ညှဉ်းဆဲ သတ်၏ (ဒုက္ခပေး၏)
တလွန်ဘဝ၊ နောက်ဘဝ

မြန်မာကဗျာ

၁၃၂။ ကိုယ်ချမ်းသာရန် ရှာကြံနေလို၊
 ချမ်းသာလိုလား အများသူကို၊
 လက်နက်ကိုင်စွဲ ညှဉ်းဆဲမလို၊
 နောင်ဘဝ ရောက်ရချမ်းသာကို။

132. Whoever seeking his own happiness, harms not
 with rod pleasure-loving beings gets happiness
 hereafter.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် မိမိချမ်းသာရေးကို ရှာကြံမည်ဟူ၍
 မိမိပမာ ချမ်းသာရေးကို လိုလားနေကြသော သတ္တဝါ
 တို့ကို တုတ် ဓား စသော လက်နက်မျိုးစုံဖြင့် ခုတ် ရိုက် ထိုး ဖြတ်ညှဉ်းဆဲ
 သတ်ခြင်းကို မပြုပဲ ရှောင်ကြဉ်၏။ ထိုသူသည် တမလွန်ဘဝ၌ လူ နတ်
 နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော ချမ်းသာကို ရရှိခံစားရလေသည်။

၁၁၀။ ကောဏ္ဍဓာနတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကဿပဘုရားလက်ထက် နတ်ဖြစ်၍ မိန်းမအသွင်ဖြင့် ရဟန်း တပါးကို သူတပါးတို့ တွေးတောစရာ ပြုခဲ့ဘူးသောကြောင့် ကောဏ္ဍဓာနမထေရ်၏ အနီးအပါး၌ သတို့သမီးကို အခါခပ်သိမ်း

၁၃၃။ မာဝေဂါစ ဖရသံ ကဉ္စိ၊

ဝုတ္တာ ပဋိဝဒေယျ၊ တံ။

ဒုက္ခာ ဟိ သာရမ္ဘကထာ၊

ပဋိဒဏ္ဍာ ဖုသေယျ၊ တံ။

အနက်—

ကဉ္စိ၊ တစုံတယောက်သော သူကိုလည်း။ ဖရသံ၊ ဆဲဆို ငေါက်ငမ်း ကြမ်းတမ်းသော စကားကို။ မာ အဝေဂါစ၊ မပြော ဆိုလေနှင့်။ ဝုတ္တာ၊ သင်၏ ဆဲဆိုခြင်းကို ခံရသော သူတို့သည်။ တံ၊ သင့်ကို။ ပဋိဝဒေယျ၊ ပြန်၍ ဆဲဆိုကုန်ရာ၏။ ဟိ၊ ထို စကားသင့်စွ။ သာရမ္ဘကထာ၊ ချုပ်ချယ်လွန်ကြွေးသော စကား သည်။ ဒုက္ခာ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခကို ဖြစ်စေတတ်၏။ တံ၊ သင့်ကို။ ပဋိဒဏ္ဍာ၊ တုံ့လှည့်တဖန် ဒဏ်ပြန်ခြင်းတို့သည်။ ဖုသေယျ၊ ရောက်ပေကုန်ရာ၏။

သူတပါးတို့ မြင်ကြသောကြောင့် တွေးတော ပြောဆိုကြကုန်သည်။
မထေရ်ကား မမြင် ပြောကြဖန်များသဖြင့် သည်းမခံနိုင်သော
ကြောင့် ဆဲရေးလေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ကောဏ္ဍဓာနမထေရ်ကို

၁၃၄။ သစေ နေရေသိ အတ္တာနံ၊
ကံသော ဥပဟတော ယထာ။
ဧသ ပတ္တောသိ နိဗ္ဗာနံ၊
သာရဗ္ဗော တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

အနက်—

ဥပဟတော၊ အနား ပျက်စီး၍ ကဲ့အက်ပြီး နေသော။
ကံသော၊ ကြေးခွက် ကြေးမောင်း ကြေးခေါင်းလောင်းသည်။
နိဿဒ္ဓေါ ယထာ၊ အသံမထွက်သကဲ့သို့။ နိဿဒ္ဓေါ၊ အသံ
ကင်းတိတ် ဆိတ်သည်ဖြစ်၍။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ သစေ
နေရေသိ၊ အကယ်၍ နေခြင်းငှါ စွမ်းနိုင်သည်ဖြစ်အံ့။ ဧဝံ
သတိ၊ ဤသို့ နေခြင်းငှါ စွမ်းနိုင်သည်ရှိသော်။ ဧသ တံ၊
ဤသင်သည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ ဝါနတဏှာ ချုပ်ငြိမ်းရာမှန် မြတ်
နိဗ္ဗာန်သို့။ ပတ္တော၊ ရောက်သည်။ အသိ၊ ဖြစ်၏။ တေ၊
သင်အား။ သာရဗ္ဗော၊ ချုပ်ချယ်ခြင်းသည်။ န ဝိဇ္ဇတိ၊
မရှိ။

မြန်မာကဗျာ

၁၃၅။ ဆဲဆို ငေါက်ငမ်း တခွန်း မဆို၊
သင့်ကို ပြန်ဆဲ ခံမြဲ အပို၊
ချုပ်ချယ်ပြောက ဒုက္ခ ပိုမို၊
ထိုသူအား ဒဏ်ကား ပြန်မည်ဆို။

ဆုံးမခြင်းငှါ “မာဝေါစ ဖရသံ ကဉ္စိ” “သစေ နေရေသိ အတ္တာနံ”
နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

133. Speak not harshly to anyone; those thus addressed will retort; painful, indeed, is vindictive speech; blows in exchange may bruise you.

စကားပြေ။ ။တစုံ တယောက်သော သူကိုမျှ ဆဲဆို ငေါက်ငမ်း
ကြမ်းတမ်းသော စကားကို မပြောဆိုလေနှင့်။ သင်၏
ဆဲဆိုခြင်းကိုခံရသော သူတို့သည် သင့်ကို ပြန်၍ ဆဲဆိုကြပေလိမ့်မည်။
ချုပ်ချယ်လွန်ကြူးသော စကားသည် ဒုက္ခပိုသဖြင့် သူတပါးကို သင်
ပြုထားသော ဒဏ်သည် သင့်ကိုပင် ပြန်၍ ကျရောက်နိုင်သည် (ဒဏ်ပြန်
ခံရပေမည်)။

မြန်မာကဗျာ

၁၃၄။ ကဲ့အက် ကြေးခွက် မထွက် သံလို၊
မိမိ ငြိမ်သက် နှုတ်မြွက် မဆို၊
ထိုသူမှ ရောက်ရ နိဗ္ဗာန်ကို၊
ထိုသူ့ မယ် ချုပ်ချယ် မရှိပို။

134. If, like a broken gong, you silence yourself, you have already attained Nibbāna; no vindictiveness will be found in you.

စကားပြေ။ ။ကဲ့အက်ပြီး နေသော ကြေးခွက် ကြေးမောင်း ကြေး
ခေါင်းလောင်းသည် ပင်ကိုယ်သံ မထွက်သကဲ့သို့ သင့်
ကိုယ်တိုင် အသံကင်းတိတ် ဆိတ်ဆိတ်နေနိုင်လျှင် သင်သည် နိဗ္ဗာန်သို့
ရောက်ပြီးဖြစ်၏။ သင့်မှာ ပြင်းထန်မာန်ကင်း ချုပ်ချယ်ခြင်း မရှိ
တော့ပေ။

gong

vindictiveness

မောင်း၊ ကြေးခွက်၊ ကြေးစည်

ချုပ်ချယ်ခြင်း၊ ရန်ညှိုးထားခြင်း

၁၁၁။ ဥပေါသထိကဏ္ဍတ္တိနံ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည်ပုပ္ဖါရုံကျောင်းတော်၌နေတော်မူသောအခါ
ဝိသာခါ ဒါယိကာမသည် လင်ဆု၊ သားဆု၊ နတ်ရွာဆုကို ဟောင့်တ၍

၁၃၅။ ယထာ ဒဏ္ဍေန ဂေါပါလော၊

ဂါဝေါ ပါဇေတိ ဂေါစရံ။

ဧဝံ ဇရာ စ မစ္စု စ၊

အာယံ ပါဇေန္တိ ပါဏိနံ။

အနက်—

ဂေါပါလော၊ လိမ္မာပေဌား နွားကျောင်းသားသည်။
ဒဏ္ဍေန၊ နွားကိုနှင်ရန် တုတ်နှင်တန်ပြင့်။ ဂါပေါ၊ နွားတို့ကို။
ဂေါစရံ၊ မြက်ရေပေါများ ကျက်စားရာအရပ်သို့။ ပါဇေတိ
ယထာ၊ ရိုက်ပုတ်မောင်းနှင်သကဲ့သို့။ ဧဝံ တယာ၊ ထိုအတူ
သာလျှင်။ ဇရာ စ၊ ငယ်မှုချွတ်ယွင်း အိုမင်းခြင်း ဇရာသည်၎င်း။
မစ္စု စ၊ တွေဝေမိန်းမော နစ်မျော သေလွန်ရခြင်းသည်၎င်း။
ပါဏိနံ၊ သတ္တဝါတို့၏။ အာယံ၊ အသက်ကို။ ပါဇေန္တိ၊
သေမင်းပိုင်ဆိုင် တိုင်းခရိုင်သို့ ပို့နှင်လေ၏။

ဥပုသ်စောင့်ကြကုန်သော မိန်းမငါးရာတို့ကို ခေါ်၍လာရာတွင် ထို
မိန်းမတို့ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ယံသာ ဒဏ္ဍေန ဂေါပါလော” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၃၅။ နွားကျောင်းသားမှန် နှင်တံ ဝင့်ကာ၊
နွားအပေါင်းအား ကျက်စားနေရာ၊
နှင်ပုံမယွင်း အိုမင်းသေဟာ၊
သူ့အသက် လုယက် မောင်းနှင်တာ။

135. As with a staff the herdsman drives kine to
pasture, even so do old age and death drive out the
lives of beings.

စကားပြေ။ ။ နွားကျောင်းသားသည် နှင်တံဖြင့် သူ၏ နွားအပေါင်းကို
ကျက်စားရာ လယ်ပြင်သို့ မောင်းနှင်သကဲ့သို့ ထိုအတူ
အိုခြင်း သေခြင်းသည် လတ္တဝါတို့၏ အသက်ကို သေပင်း နိုင်ငံသို့
အတင်းအကြပ် မောင်းနှင်လေ၏။

၁၁၂။ အဇဂရပေတ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကဿပဘုရားလက်ထက် ဂန္ဓကုဋ္ဌိတိုက်တော်ကို မီးတိုက်ဘူးသောကြောင့် မီးတထိန်ထိန်လောင်လျက် နှစ်ဆယ့်ငါးယူဇနာရှိသော

၁၃၆။ အထ ပါပါနိ ကမ္မာနိ၊
ကရံ ဗာလော န ဗုဇ္ဈတိ။
သေဟိ ကမ္မေဟိ ဒုမ္မေဓော၊
အဂ္ဂိဉုဇောဝ တပ္ပတိ။

အနက်—

ပါပါနိ၊ ယုတ်မာညစ်ညမ်းကုန်သော။ ကမ္မာနိ၊ အကုသိုလ်စုမကောင်းမှု တို့ကို။ ကရံ - ကရောဇ္ဇော၊ ပြုလုပ် နေသော။ ဗာလော၊ သူမိုက်သည်။ အထ၊ ထိုမကောင်းမှုကို ပြုလုပ်သောအခါ၌။ န ဗုဇ္ဈတိ၊ အပြစ် အလျောက် ဆင်းရဲရောက်မည် ပါတကားဟု မသိမမြင်။ ပစ္ဆာ၊ နောက်၌။ ဒုမ္မေဓော၊ ပညာကင်းကြိုက် ထိုလူမိုက်သည်။ သေဟိ ကမ္မေဟိ၊ ထို မိမိပြုသော မကောင်းမှုတို့ကြောင့်။ အဂ္ဂိဉုဇောဝ၊ ဟူးဟူးပြောင်ပြောင် ငရဲမီးလောင်သည်ဖြစ်၍သာလျှင်။ တပ္ပတိ၊ ပူပန် ဆင်းရဲရလေ သတည်း။

အတ္တဘောဖြင့် ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်ဝယ် စံနေရသော စပါးကြီးမြေ
ပြိတ္တာကို အကြောင်းပြု၍ “အထ ပါပါနိ ကမ္မာနိ ကရံ ဗာလော
န ဗုဇ္ဈာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

ပြန်ပာကဗျာ

၁၃၆။ လူမိုက်ဗာလ ပါပညစ်တွေ၊
မသိမိုက်မဲ ပြုလဲပြုနေ၊
ထို မိမိပြု ညစ်မှုထွေထွေ၊
ငမိုက်သား မီးလား ပူရပေ။

136. So when a fool does wrong deeds, he does not realize (their evil nature); by his own deeds the stupid man is tormented, like one burnt by fire.

စကားပြေ။ ။ လူမိုက်သည် ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုတို့ကို
ပြုလုပ်နေသောအခါ၌ ထိုယုတ်မာ ညစ်ကျ မကောင်း
မှု တို့၏ ဆိုးဝါးလှသော သဘောကို မသိသေး။ (ထိုသို့ပင် မသိသော်
လည်း) မိမိပြုသော မကောင်းမှုကြောင့် ထိုလူမိုက်သည် မီးလောင်ခံရ
သကဲ့သို့ ပူသန်ဆင်းရဲတတ်၏။

realize

သိမြင်သည်

tormented

ပူသန်ဆင်းရဲတတ်သည် (အလွန်ဒုက္ခရောက်သည်)

by his own deeds

မိမိပြုသော မကောင်းမှု

the stupid man

လူမိုက်၊ ဗုဒ္ဓ

၁၁၃။ မဟာမောဂ္ဂလ္လာနတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ တိတ္ထိငါးရာတို့သည် ခိုးသားငါးရာတို့ကို တံစိုးလက်ဆောင် ပေး၍ ကာဠသိလာအရပ်၌ သီတင်းသုံးနေသော မဟာမောဂ္ဂလ္လာန

၁၃၇။ ယော ဒဏ္ဍေန အဒဏ္ဍေသု၊
 အပ္ပဒုဋ္ဌေသု ဒုဿတိ။
 ဒသန္ဓမညတရံ ဌာနံ၊
 ခိပ္ပမေဝ နိဂစ္ဆတိ။

အနက်—

ယော နရော၊ အကြင်သူသည်။ အဒဏ္ဍေသု၊ အပြစ်ဒဏ် ကင်းရှင်းကုန်သော။ အပ္ပဒုဋ္ဌေသု၊ မပြစ်မှားထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ် တို့၌။ ဒုဿတိ၊ ပြစ်မှားကျူးလွန်မိသည် ဖြစ်အံ့။ ဒသန္ဓ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော ဒုက္ခအကြောင်းတို့တွင်။ အညတရံ ဌာနံ၊ တပါးပါးသော အကြောင်းသို့။ ခိပ္ပမေဝ၊ လျင်မြန်စွာ သာလျှင်။ နိဂစ္ဆတိ၊ ရောက်ရတတ်လေသတည်း။

ထေရ်ကို ရိုက်သတ်စေ၏။ အဇာတသတ်မင်းသည် ထိုတိတ္ထိငါးရာ
ခိုးသား ငါးရာတို့ကို သတ်လေ၏။ ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား
ရဟန်းတို့ လျှောက်ရာတွင် “ယော ဒဏ္ဍေန အဒဏ္ဍေသု” စသော
လေးဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၃၇။ မပြစ်မှားအပ် ဒဏ်လွတ်နေသူ၊
ပုဂ္ဂိုလ်မြင့်မြတ် ရိုက်သတ်လျှင်မူ၊
ဆယ်ပါး ဒဏ်စု တခုခုမူ၊
ကြာမနွေး အပြေး ရောက်ရသူ။

137. He who with rod harms the rodless and harm-
less, soon will come to one of these states.

စကားပြေ။ ။ အပြစ်ဒဏ် မထားထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်၊ မပြစ်မှားထိုက်
သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ပြစ်မှားလွန်ကျူးသော သူသည်
ဤဆယ်ပါးသော ဒဏ်တို့တွင် တပါးပါးသောဒဏ်သို့ လျင်မြန်စွာ
ရောက်ရတတ်သည်။ (ရောက်ရလိမ့်မည်)

၁၃၈။ ဝေဒနံ ဖရသံ ဇာနိံ၊
သရီရဿ ဝ ဘေဒနံ။
ဂရုကံ ဝါပိ အာဗာဓံ၊
စိတ္တက္ခေပံ ဝ ပါပုဏေ။

၁၃၉။ ရာဇတော ဝါ ဥပသဂ္ဂံ၊
အဗ္ဘက္ခာနံ ဝ ဒါရုဏံ။
ပရိက္ခယံ ဝ ဉာတိနံ၊
ဘောဂါနံ ဝ ပဘဂ္ဂံရံ။

၁၄၀။ အက ဝါယ အဂါရာနိ၊
အဂ္ဂိ ဥယျတိ ပါဝကော။
ကာယဿ ဘေဒါ ဒုပ္ပညော၊
နိရယံ သောပပဇ္ဇတိ။

အနက်—

ဖရသံ၊ ပြင်းထန်သော။ ဝေဒနံ၊ ရောဂါဝေဒနာသို့၎င်း။
ဇာနိံ၊ ကံဆိုးမိုးပျောင်ကျခြင်း အကြီးအကျယ် ပျက်စီးခြင်းသို့
၎င်း။ သရီရဿဘေဒနံ၊ ခြေလက်ပြတ်ခြင်း စသော ကိုယ်အင်္ဂါ
ချို့ယွင်းပျက်စီးခြင်းသို့၎င်း။ ဂရုကံဝါပိ အာဗာဓံ၊ ကြီးလေး
သော ကုဋ္ဌန္နနာ စသော အနာကြီးမျိုးကို ခံစားရခြင်းသို့၎င်း။
စိတ္တက္ခေပံ၊ စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း ရှူးသွပ်ခြင်းသို့၎င်း။ ရာဇတော ဝါ
ဥပသဂ္ဂံ၊ မင်းဘေးသင့်၍ စည်းစိမ်ပျက်ခါ အသက်ဆုံးရှုံးရခြင်း
သို့၎င်း။ ဒါရုဏံ၊ ကြမ်းကြုတ်လှစွာသော။ အဗ္ဘက္ခာနံ၊ မတုတ်
မတရား အစုပ်အစွဲ ခံရခြင်းသို့၎င်း။ ဉာတိနံ၊ မိမိမှီခိုရာ
ဆွေမျိုးကောင်းကို၏။ ပရိက္ခယံ၊ သေကြေလွင့်ပါး ပျက်ပြား
ခြင်းသို့၎င်း။ ဘောဂါနံ၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့၏။ ပဘဂ္ဂံ၊ ယိုယွင်း
ပြုန်းတီး ပျက်စီးခြင်းသို့၎င်း။ ပါပုဏေ၊ ရောက်ရာ၏။

အထ၊ ထိုမှတပါး။ အထ၊ ထိုသူ၏။ အဂါရာနိ၊ နေအိမ်
 တို့ကို။ အဂ္ဂိ၊ ထိန်ထိန်လောင်ညီး ရိုးရိုးမီးသည်၎င်း။ ပါဝကော။
 အလိုလိုသာ ကျရောက်လာသော မိုးကြိုး လောင်မီးသည်၎င်း။
 ဥယျတိ၊ အလောင်ခံရ၏။ ဒုပ္ပညော၊ ပညာမဲ့သော။ သော နရော၊
 ထိုသူသည်။ ကာယဿ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ၏။ ဘေဒါ၊ ပျက်စီးသည်မှ။
 ပရိနောက်၌။ နိရယံ၊ ငရဲ၌။ ဥပပဇ္ဇတိ၊ ကျရောက်လေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၃၈။ ဖျားနာကြမ်းတမ်း ကုန်ခန်းဥစ္စာ၊
 ကိုယ်အင်္ဂါ၏ ချိုဘိမှန်စွာ၊
 နှုတ်ဝဲစွဲ ကိုယ်ထဲဖြစ်လာ၊
 စိတ်ပေါ့သွမ်း ရူးနှမ်း သွက်သွက်ခါ။

၁၃၉။ မင်းဘေးသင့်လျက် ဇိမ်ပျက်ခါခါ၊
 ကိုယ်မဟုတ်ပဲ စွပ်စွဲပြောလာ၊
 ကိုယ်ကအားကိုး ဆွေမျိုးသေရှာ၊
 ဥစ္စာများ ပျက်ပြား ယိုယွင်းလာ။

၁၄၀။ မိသားစုနေ အိမ်ကွေ့ပေါ်မှာ၊
 ပကတိမီး လောင်မီးကျလာ၊
 ပြစ်မှားလွန်ကျူး မိုက်ရူးသူမှာ၊
 သေသည့်နောက် ကျရောက်ငရဲမှာ။

138-140. He will be subject to acute pain, disaster, bodily injury, or even grievous sickness, or loss of mind, or oppression by the king, or heavy accusation, or loss of relatives, or destruction of wealth, or ravaging fire that will burn his houses. Upon the dissolution of the body this unwise man will be born in hell.

စကားပြေ။ ။ (ပြစ်မှားလွန်ကျူးသော) သူသည် (၁) ပြင်းထန်သော ရောဂါဝေဒနာကို ခံရခြင်း၊ (၂) ပစ္စည်းဥစ္စာ ပျက်စီးခြင်း၊ (ကံဆိုးမိုးပွောင်ကျခြင်း)၊ (၃) ခြေလက်အင်္ဂါစသော ကိုယ်ခန္ဓာ ပျက်စီးခြင်း၊ (၄) ကြီးလေးသော ကုဋ္ဌန္ဓာ စသော အနာကြီးမျိုးကို ခံစားရခြင်း၊ (၅) ရူးသွပ်ခြင်းသို့ရောက်ခြင်း၊ (၆) မင်းဘေးသင့်၍ အခါခါ စည်းစိမ်အသက် ဆုံးရှုံးရခြင်း၊ (၇) မဟုတ် မတရား ပြင်းထန်စွာ စွပ်စွဲခံရခြင်း၊ (၈) မိမိ အားကိုးရသော ဆွေမျိုးကောင်းများ ပျက်ပြားလွင့်ပါးရခြင်း၊ (၉) စည်းစိမ် ဥစ္စာများ ယိုယွင်း ပြုန်းတီးခြင်း၊ (၁၀) မိမိနေအိမ်ကို မိုးကြိုး လောင်မီးကျ၍သော်၎င်း၊ ရိုးရိုးမီးစွဲ၍သော်၎င်း အလောင်ခံရခြင်း၊ ဤဒဏ်(၁၀)ပါးတို့တွင် တပါးပါး ခံစားရ၏။ သေဆုံးသည်မှ နောက်၌ ထိုလူမိုက်သည် ငရဲသို့ ကျလေ၏။

be subject	ခံရတတ်သည်
acute	ပြင်းထန်သော
disaster	ကံဆိုးမိုးပွောင်ကျခြင်း (အကြီးအကျယ်စည်းစိမ် ဥစ္စာပျက်ခြင်း)
bodily injury	ခြေလက်ပြာခြင်း စသော ကိုယ်ခန္ဓာပျက်ခြင်း
grievous	ပူဆွေးဝမ်းနည်းသော၊ စိတ်ဓုက္ခရောက်သော
accusation	စွပ်စွဲခြင်း
ravaging	မာတင်လောင်ပျက်စီးနေသော
dissolution	ပျက်စီးခြင်း (ချုပ်ငြိမ်းခြင်း)

၁၁၄။ ဗဟုဘဏ္ဍိကဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဥစ္စာဘဏ္ဍာများစွာ စုဆောင်းသော ရဟန်းတပါးသည် အလို နည်းခြင်းကို ဖြစ်စေခြင်းငှါ ဆုံးမတော်မူသည်ကို အမျက်ထွက်၍

၁၄၁။ န နဂ္ဂစရိယာ န ဇဋ္ဌာ န ပင်္ကါ၊
နာနာသကာ တဏှိလသာယိကာ ဝါ။
ရဇောဇလ္လံ ဥက္ကုဋ္ဌိကပ္ပဓာနံ၊
သောဓေန္တိ မစ္စံ အဝိတိဏ္ဍကဓံ။

အနက်—

နဂ္ဂစရိယာ၊ အဝတ်မဆီး ကိုယ်လုံးတည်းဖြင့် ကျင့်ခြင်း တို့သည်။ အဝိတိဏ္ဍကဓံ၊ သို့သော သို့လော တွေးတော တတ်စွာ ဝိစိကိစ္ဆာကို မလွန်မြောက်နိုင်သေးသော။ မစ္စံ၊ သတ္တဝါ ကို။ န သောဓေန္တိ၊ မသုတ်သင်နိုင်ကုန်။ ဇဋ္ဌာ၊ ဆံကျစ်ထုံးခြင်း တို့သည်၎င်း။ ပင်္ကါ၊ ကိုယ်၌ ရှိညွှန်လိမ်းကျံ၍ ကျင့်ခြင်းတို့ သည်၎င်း။ နာနာသကာ၊ အစာဖြတ်၍ အဝတ်နေပြီး ကျင့်ခြင်း တို့သည်၎င်း။ တဏှိလသာယိကာ စ၊ မြေ၌ အိပ်၍ ကျင့်ခြင်းတို့ သည်၎င်း။ ရဇောဇလ္လံ၊ ပြူအညစ်အကြေးလိမ်းကျံ၍ ကျင့်ခြင်း တို့သည်၎င်း။ ဥက္ကုဋ္ဌိကပ္ပဓာနံ၊ ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်၍ ကျင့်ခြင်း တို့သည်၎င်း။ အဝိတိဏ္ဍကဓံ၊ သို့သော သို့လော တွေးတော တတ်စွာ ဝိစိကိစ္ဆာကို မလွန်မြောက်နိုင်သေးသော။ မစ္စံ၊ သတ္တဝါကို။ န သောဓေန္တိ၊ ကိလေသာညစ်ကြေး ကင်းစင် ဝေးအောင် မသုတ်သင်နိုင်။

ကိုယ်ဝတ်သင်္ကန်းကို ချွတ်လျက် သံသအလယ်၌ နေသောကြောင့်
ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “န နဂ္ဂစရိယာ န ဇဋ္ဌာ န ပင်္ကံ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၁။ ဝစ်လစ်စလစ် ဆံကျစ်ထုံးနေ၊
ရွံ့ညှန်လိမ်းကပ် အငတ်နေစေ၊
မြေ၌အိပ်၍ ကျင့်လေ့ရှိစေ၊
မြူလိမ်းသုတ် ငုတ်တုတ်ကျင့်ပါစေ၊
ယုံမှားရှိခြင်း မကင်းကိလေ၊
ထိုလူဖျင်း သန့်ရှင်း မပြုလေ။

141. Not wandering naked, nor matted locks, nor filth, nor fasting, nor lying on the ground, nor dust, nor ashes, nor squatting on the heels, purify a mortal who has not overcome doubts.

စကားပြေ။ ။ အဝတ်မဝတ်ပဲ လှည့်လည်လျက် ကျင့်ခြင်း၊ ဆံကျစ်ထုံးခြင်း၊ ကိုယ်၌ ရွံ့ညှန်လိမ်းကပ်၍ ကျင့်ခြင်း၊ အစာဖြတ်၍ အငတ်နေပြီး ကျင့်ခြင်း၊ မြေကြီး၌ အိပ်၍ ကျင့်ခြင်း၊ မြူအညစ်အကြေး လိမ်းကျံ၍ ကျင့်ခြင်း၊ ဆောင့်ကြောင့် ထိုင်လျက် ကျင့်ခြင်းတို့သည် ယုံမှားခြင်း (ဝိစိကိစ္ဆာ) မှ မလွန်မြောက်နိုင်သေးသော သတ္တဝါတို့ကို ကိလေသာ အညစ်အကြေးမှ ကင်းဝေးအောင် မသုတ်သင်နိုင်။

naked	အဝတ်မဝတ်သော
matted locks	ဆံကျစ်ထုံးခြင်း
filth	ကိုယ်၌ ရွံ့ညှန်လိမ်းကပ်၍ ကျင့်ခြင်း
fasting	အစာငတ်ခံ၍ ကျင့်ခြင်း
squatting	ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်လျက်
heels	ခြေဖနောင့်များ
mortal	သေထိုက်သော (သတ္တဝါ)

၁၁၅။ သန္တတိမဟာမတ္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သန္တတိအမတ်ကြီးသည် စစ်တိုက်ရာမှ အပြန် ကျောင်းတော်သို့ ဝင်၍ တရားနာရာတွင် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်၍ ထန်း ခုနစ်ဆင့်မြင့်သော ကောင်းကင်၌ လက်ကောက် လက်ကြပ် လက်စွပ်တန်ဆာများစွာ ဆင်ယင်လျက်ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြု၏။ သမဏ

၁၄၂။ အလင်္ကတော စေပိ သမံ စရေယျ၊
သန္တော ဒန္တော နိယတော ဗြဟ္မစာရီ။
သဗ္ဗေသု ဘူတေသု နိဓာယ ဒဏ္ဍံ၊
သော ဗြာဟ္မဏော သော သမဏော သဘိက္ခု။

အနက်—

ယော နရော၊ အကြင်သူသည်။ အလင်္ကတောပိ၊ အဝတ်တန်ဆာတို့ဖြင့် လှပစွာ ဆင်ယင်အပ်သော်လည်း။ သန္တော၊ ရာဂ စသော ကိလေသာငြိမ်းအေးသည်ဖြစ်၍။ ဒန္တော၊ မျက်စိ စသော ဣန္ဒြေကို ဆုံးမပြီးသည်ဖြစ်၍။ နိယတော၊ လေးပါးသော မဂ္ဂနိယာမဖြင့် မြဲသည်ဖြစ်၍။ ဗြဟ္မစာရီ၊ မြတ်သော အကျင့်ကို ကျင့်လေ့ရှိသည်ဖြစ်၍။ သဗ္ဗေသု ဘူတေသု၊ လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါတို့၌။ ဒဏ္ဍံ၊ ညှဉ်းဆဲပုတ်ခတ် သတ်ဖြတ်ခြင်း စသော ဒဏ်ကို။ ပ၊ တုတ် ဓား လက်နက်ကို။ နိဓာယ၊ ချထားအပ်သည်ဖြစ်၍။ သမံ၊ အညီအညွတ်။ ဝ၊ ငြိမ်းအေးစွာ။ စေ စရေယျ၊ အကယ်၍ ကျင့်ငြားအံ့။ သော နရော၊ ထိုသူသည်။ ဗြာဟ္မဏော၊ အကုသိုလ်ကို ပယ်ပြီးဖြစ်သောကြောင့် ဗြာဟ္မဏလည်း မည်၏။ သော နရော၊ ထိုသူသည်။ သမဏော၊ ငြိမ်းအပ်ပြီးသော မကောင်းမှုရှိသောကြောင့် သမဏလည်း မည်၏။ သော နရော၊ ထိုသူသည်။ သဘိက္ခု၊ ကိလေသာစုကို ပြိုဖျက်မှုကြောင့် သဘိက္ခုလည်း မည်၏။

ဗြာဟ္မဏ ဘိက္ခုဟု ဆိုထိုက်မည်လောဟု ရဟန်းတို့ပြောဆိုကြရာတွင်
“အလင်္ကာတော ဝေပိ သမံ စရေယျ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၂။ တန်ဆာဆင်ဝတ် ညီညွတ်ကျင့်သည်၊
ငြိမ်းအေးငြိမ်းသက် လေးမဂ်မြဲပြီ၊
အကျင့်ကောင်းမြတ် သတ်ဖြတ်ပယ်သည်၊
ဗြာဟ္မဏ သမဏခေါ်ရသည်၊
ကိလေစု ဖြိုမှု ဘိက္ခုမည်။

142. Though gaily decked, if he should live in peace, (with passions) subdued (and senses) controlled, certain (of the four Paths of Saintship), perfectly pure, laying aside the rod towards all living beings, a Brahman indeed is he, an ascetic is he, a bhikkhu is he.

စကားပြေ။ ။တောက်ပစွာ ဝတ်ဆင်ထားသူပင် ဖြစ်သော်လည်း
ကိလေသာငြိမ်းအေး၍ ဣန္ဒြေကို ဆုံးမပြီး မဂ်လေးပါး
တည်မြဲ မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်လေ့ရှိကာ သတ္တဝါအားလုံးအတွက်
တုတ် လက်နက်ပယ်ချပြီး အညီအညွတ် အေးမြစွာ ကျင့်နေသူဖြစ်နေ
လျှင် ထိုသူသည် ဗြာဟ္မဏအစစ်ဖြစ်၏။ ကိလေသာကို ငြိမ်းစေတတ်သော
ကြောင့် သမဏလည်းမည်၏။ ကိလေသာစုကို ဖြိုဖျက်မှုကြောင့် ဘိက္ခု
လည်းမည်၏။

gaily	တောက်ပစွာ
decked	ဝတ်စား ဆင်ယင်သည်
subdued	ကိလေသာငြိမ်းအေးသည်၊ နှိပ်ကွပ်သည်
controlled	ဣန္ဒြေကို ဆုံးမပြီးဖြစ်သည်
certain	တည်မြဲသည်၊ သေချာသည်

၁၁၆။ ပိလောတိက တိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ပုဆိုးနှမ်းပိုင်းတထည်နှင့် တောင်းစားနေကျဖြစ်သော ခွက်ငယ်
တခုကို အဖန်ဖန် အောက်မေ့၍ လူထွက်လိုသော စိတ်ကို

၁၄၃။ ဟိရီနိသေဓော ပုရိသော၊
ကောမိ လောကသ္မိံ ဝိဇ္ဇတိ။
ယော နိဒ္ဒံ အပဗောဓေတိ၊
အဿော ဘဒြော ကဿမိဝ။

အနက်—

ဘဒြော၊ ကောင်းသော။ အဿော၊ မြင်းသည်။ ကဿ၊
ကြိမ်လုံးကို။ အပဟရတိ ဣဝ၊ ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့။ ယော
ပုရိသော၊ အကြင်ယောက်ျားသည်။ နိဒ္ဒံ၊ မိမိ၏အိပ်ပျော်ခြင်းကို။
အပဗောဓေသိ၊ နိုးကြားစေ၏။ ဟိရီနိသေဓော၊ ယုတ်ယုတ်မာမာ
အကြံအစည်ကို ရှက်ကြောက်ခြင်းဖြင့် တားမြစ်ဟတ်သော။
သော ပုရိသော၊ ထိုယောက်ျားဇာနည် လူမွန်ရည်သည်။
လောကသ္မိံ၊ လောက၌။ ကောမိ၊ တယောက်တလေမျှသာ။
ဝိဇ္ဇတိ၊ ရှိ၏။

၁၄၄။ အဿော ယထာ ဘဒြော ကဿနိဝိဇ္ဇော၊
အာတာပိနော သံဝေဂိနော ဘဝါယ။
သဒ္ဓါယ သီလေန စ ဝီရိယေန စ၊
သမာဓိနာ ဓမ္မဝိနိစ္ဆယေန စ။
သမ္ပန္နဝိဇ္ဇာစရဏာ ပတိဿတာ၊
ဇဟိဿထ ဒုက္ခမိဒံ အနပ္ပကံ။

ပင် ဆုံးမ၍ မဂ်ဖိုလ်သို့ရောက်သော ပိလောတိက တိဿမထေရ်၏

အနက်— ဘဒြော၊ ကောင်းသော။ အသော၊ မြင်းသည်။ ကသာနိ-
ဝိဋ္ဌော၊ ကြိမ်လုံးဖြင့် တို့အပ်သည်ရှိသော်။ အာတာပိ ယထာ၊
လုံ့လရှိသကဲ့သို့။ အာတာပိနော၊ ကိလေသကို ပူပန်စေတတ်
သော လုံ့လရှိကုန်သည်။ သံဝေဂိနော၊ ထိတ်လန့်တုန်လှုပ်ခြင်း
ရှိကုန်သည်။ ဘဝါထ၊ ဖြစ်ကြကုန်လော။ သဒ္ဓါယ၊ ရတနာ
သုံးတန် ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်သော သဒ္ဓါတရားဖြင့်၎င်း။
သီလေန စ၊ သီလရှိခြင်းဖြင့်၎င်း။ ဝီရိယေန စ၊ ဝီရိယရှိခြင်းဖြင့်
၎င်း။ သမာဓိနာ စ၊ သမာဓိရှိခြင်းဖြင့်၎င်း။ ဓမ္မဝိနိစ္ဆယေန စ၊
တရားသဘောမှန်ကို ဆုံးဖြတ်ကြောင်းဖြစ်သော ဉာဏ်ရှိခြင်းဖြင့်
၎င်း။ သမ္ပန္န ဝိဇ္ဇာစရဏာ၊ ဝိဇ္ဇာသုံးပါး ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး စရဏ
ဆယ့်ငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံခြင်းဖြင့်၎င်း။ ပတိဿတာ၊ သတိတရား
ရှိခြင်းအားဖြင့်၎င်း။ အနပ္ပကံ၊ အတိုင်းအရှည် မသိရ အလွန်
ပင်ရှည်လျားလှသော။ ဣဒံ ဒုက္ခံ၊ ဤသံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲကို။
ဇဟိဿထ၊ စွန့်ရပေကုန်လတံ။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၃။ ယုတ်မာ စိတ်ဖောက် ရှက်ကြောက်ဖြင့်သာ၊
ကဲ့ရဲ့ဖွယ်များ ပယ်ရှားသူမှသာ၊
ဤလောကဝယ် နည်းငယ်ရှိတာ၊
မြင်းကောင်းထုံး ကြိမ်လုံး ရှောင်သို့သာ။

143. (Rarely) is found in this world anyone who, restrained by modesty, avoids reproach, as a thorough-bred horse the whip.

စကားပြေ။ ။ အာဇာနည်မြင်းကောင်းသည် ကြိမ်လုံးကို ရှောင်သကဲ့
သို့ ကဲ့ရဲ့ဖွယ်ကို ရှောင်ကြဉ် (ယုတ်မာသောအကြံအစည်
ကို) ရှက်ကြောက်ခြင်းဖြင့် တားမြစ်သော ယောက်ျားဇာနည် လူမွန်ရည်
ကို ဤလောက၌ တယောက်တလေမျှသာ ရှားရှား ပါးပါး တွေ့ရ၏။

အကြောင်းကို ရဟန်းတို့ပြောဆိုကြရာတွင် “ဟိရိနိသေဓော ပုရိသော”
“အသော ယထာ သဒ္ဓြော ကသာနိဝိဋ္ဌော” နှစ်ဂါထာခွဲကို ဟော
တော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၄။ မြင်းကောင်းတို့လုံး ကြိမ်လုံးရွှောင်ပေ၊
လုံ့လအားဆောက် လန့်ကြောက်သံဝေ၊
သဒ္ဓါပြည့်ဝ သီလရှိစေ၊
သမာဓိ ကြီးဘိလုံ့လတွေ၊
တရားတော်မြတ် ဆုံးဖြတ်ဉာဏ်တွေ၊
ဝိဇ္ဇာစရဏ ပြည့်ဝ စုံစေ၊
သတိတရား ထင်ရှားရှိနေ၊
တိုင်းမသိ စွန့်ဘိ ဝဋ်ဒုက္ခေ။

144. Like a thorough-bred horse, touched by the whip, even so be strenuous and zealous. By confidence, by virtue, by effort, by concentration, by the investigation of the Truth, by being endowed with knowledge and conduct, and by being mindful, get rid of this great suffering.

စကားပြေ။ ။ မြင်းကောင်း အာဇာနည်သည် ကြိမ်လုံးဖြင့်အတို့ခံရ
သည်ရှိသော် လုံ့လထက်သန် လာသကဲ့သို့ လုံ့လ
ထက်သန်ကြကုန်လော့။ သံသရာဒုက္ခ ထိတ်လန့်ကြကုန်သော သဒ္ဓါ သီလ
ဝီရိယနှင့် ပြည့်စုံခြင်းဖြင့်၎င်း တရားမှန်ကို ဆုံးဖြတ်တတ်သော ဉာဏ်ရှိ
ခြင်း၊ ဝိဇ္ဇာသုံးပါး စရဏ ၁၅-ပါးနှင့် ပြည့်စုံခြင်း၊ သတိတရားရှိခြင်း
အားဖြင့် အတိုင်းမသိ ရှည်ကြာဘိသော ဤသံသရာဝဋ်ဆင်းရဲကို
စွန့်ကြရကုန်လော့။ စွန့်ပယ်ကြကုန်လော့။

၁၁၇။ သုခသာမဏေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ရှင်သာရိပုတ္တရာတပည့် သုခသာမဏေငယ်သည် ရေမြောင်းကို ၎င်း၊ မြားသမားကို၎င်း၊ လက်သမားကို၎င်း ပမာပြု၍ မိမိကိုယ်ကို

၁၄၅။ ဥဒကံ ဟိ နယန္တိ နေတ္တိကာ၊
ဥသုကာရာ နမယန္တိ တေဇနံ။
ဒါရုံ နမယန္တိ တစ္ဆကာ၊
အတ္တာနံ ဒမယန္တိ သုဗ္ဗတာ။

အနက်—

နေတ္တိကာ၊ လယ်လုပ် တောင်သူ ရေယူသော သူတို့သည်။
ဥဒကံ၊ ရေကို။ နယန္တိ၊ မြောင်းကြီး မြောင်းငယ် ငင်သွယ်
ယူဆောင် ကြကုန်၏။ ဥသုကာရာ၊ မြားသမား တို့သည်။
တေဇနံ၊ ကောက်ကွေ့သော မြားကို။ နမယန္တိ၊ မီးဖြင့်ပြု၍
ဖြောင့်ကြကုန်၏။ တစ္ဆကာ၊ သစ်ရွေယောက်ျား လက်သမား
တို့သည်။ ဒါရုံ၊ သစ်သားကို။ နမယန္တိ၊ လိုသလိုမျှအောင် ခုတ်ရွေ
ကြကုန်၏။ သုဗ္ဗတာ၊ ဆိုဆုံးမ လွယ်သော သူတော်တောင်း
တို့သည်။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ဒမယန္တိ၊ ဓမ္မ၊ နယ နည်းလမ်းပြု၍
ဆုံးမကြကုန်၏။

ဆုံးမလျက် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်သည့်ကို အကြောင်းပြု၍ “ဥဒကံ
ဟိ နယန္တိ နေတ္ထိကာ” ဟူသောကြောင့် ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၅။ တောင်သူ လယ်ကွင်း ရေသွင်း ဆောင်ယူ၊
မြွှားသမားများ ဖြောင့်ထားမြွှားဟူ၊
လက်သမားများ သစ်သား ရွှေတူ၊
သူတော်ကောင်း စိတ်ကောင်း ဖြောင့်တော်မူ။

145. Irrigators lead the waters; fletchers bend the shafts; carpenters bend the wood; the virtuous control themselves.

စကားပြေ။ ။လယ်သမား တောင်သူတို့သည် လယ်ကွင်းထဲသို့ ရေကို
မြောင်းဖြင့် သွယ်ယူကုန်၏။ လေးသမားတို့သည်
ကောက်သော မြွှားကို ဖြောင့်ကုန်၏။ လက်သမား တို့သည် သစ်သားကို
လိုသလိုမျှအောင် ခုတ်ရွှေကြကုန်၏။ သူတော်ကောင်းတို့သည် မိမိ
ကိုယ်ကို (မိမိစိတ်ကို) ဆုံးမကြကုန်၏။

ဒဏ္ဍဝင် - ဒဏ်အုပ်စုပြီး၏။

irrigators	ရေသွင်းသူများ
fletchers	ကောက်သမားများ၊ မြွှားသမားများ
carpenters	လက်သမားများ
control	ဆုံးမကုန်သည် (အုပ်ချုပ်ကုန်၏)

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း (၁၁)

ဇရာဝဂ်-အိုမင်းခြင်းအုပ်စု

၁၁၈။ ဝိသဘာဝိယ သဟာယိကာနံ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်ဟော်မြတ်သည့် ဇရာဝဂ်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဝိသဘာဝိ ဝါယိကာမသည် ဓာရည်ကောက်ကုန်ကော မာတု ဂါမ ငါးရာတို့ကို ကျောင်းဟော်သို့ခေါ်ခွဲ၍ ဆုံးမတော်မူပါဟု လျှောက်၏။ မာတုဂါမတို့သည်လည်း ဓာရည်ဖြင့် ပူးယက်ကုန်သော

၁၄၆။ ကော နု ဟာသော ကိမာနန္ဒော၊

နိစ္စံ ပဇ္ဇလိတေ သတိ။

အန္တကာရေန ဩနဒ္ဓါ၊

ပဒီပံ န ဂဝေသထ။

အနက်-

နိစ္စံ ပဇ္ဇလိတေ၊ ဟိလေသမိး ထိန်ညှိုးပြောင်ပြောင် အမြဲတောက်လောင်နေသည်။ သတိ၊ ဖြစ်ပါလျက်။ ကော နု - ဟာသော၊ ဘယ်အရေးကြောင့် ကင်ကွဲတကွ ရက်ရှင်နေကြ ပါသနည်း။ ကိမာနန္ဒော၊ ဘယ်အတွက်ကြောင့်ပင်တို့ ဆက်လက် ခေါင်းထောင်ကာ အားရနှစ်သက် အပြုံးဖက်နေကြသနည်း။ အန္တကာရေန၊ အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသောအမှိုက်ပွောင်သည်။ ဩနဒ္ဓါ၊ ပိတ်လှောင်ဆီးကာ နေပါလျက်။ ဟုမော၊ အားရနှစ်သက် အပြုံး ဖက်၍ နေသော သင်တို့သည်။ ပဒီပံ၊ ပညာတန်ဆောင် သိမ်း ရောင်ကို။ န ဂဝေသထ၊ ဘယ်အတွက်ကြောင့် မရှာပဲ နေကြ ကုန်သနည်း။

ကြောင့် ဘုရားရှင်ရှေ့တော်၌ ရယ်ရွှင်ခြင်း၊ ကခြင်း၊ သိခြင်းကို ပြုကုန်၏။
 ဘုရားရှင်သည် မျက်မှောက်တော်မှ ညိုသော ရောင်ခြည်တော်လွှတ်၍
 မိုက်မှောင် ချထားတော်မူ၏။ မာတုဂါမတို့အား ထိတ်လန့်ခြင်း၊
 ကြောက်ခြင်းဖြစ်၍ သူရာယစ်ခြင်းသည် ပျောက်ငြိမ်းလေ၏။ ထိုအခါ
 ဘုရားရှင်သည် မြင်းမိုရ်တောင်ထက်သို့တက်၍ ဥဏ္ဏလုံမွေးရှင်တော်မှ
 ဖြူသော ရောင်ခြည်လွှတ်၍ အလင်းကိုဖြစ်စေပြီးလျှင် “ကော နု
 ဟာသော ကိမာနန္ဒော” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ မာတုဂါမ
 ငါးရာတို့သည် သောတာပန် တည်ကြလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၆။ ကိလေသာမီး လောင်ညီးချိန်မှာ၊
 ဘာကြောင့်ရယ်လိုက် ပျော်ပိုက်နေတာ၊
 မောဟပိတ်ဆီး မှောင်ကြီးကျလာ၊
 ဘယ်အတွက် ရောင်လက် မရှာပါ။

146. What is laughter, what is joy, when the world is
 ever burning? Shrouded by darkness, do you not seek
 a light?

စကားပြေ။ ။ ဤလောကသည် ကိလေသာမီး ညီးညီးပြောင်ပြောင်
 အမြဲတောက်လောင်နေပါလျက် ဘယ်အတွက်ကြောင့်
 ရယ်ရွှင်ပျော်လှူ အပျော်ကျူးကာနေနိုင်ပါသနည်း။ အဝိဇ္ဇာ အမှိုက်မှောင်
 သည် ပိတ်လှောင် ကာဆီးနေပါလျက် သင်တို့သည် ဘယ်အတွက်
 ကြောင့် ပညာမာည်းဟူသော ဆီမီးအလင်းရောင်ကို မရှာပဲ နေကြကုန်
 သနည်း။

laughter

ရယ်ရွှင်ခြင်း၊ ရယ်မောခြင်း

shrouded

ဖုံးလွှမ်းသည်၊ ခြုံသည်

၁၁၉။ သိရိမာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သိရိမာမည်သော ပြည့်တန်ဆာမအိမ်၌ ရှစ်ပါး
သော ရဟန်းတို့ကို ကောင်းမွန်စွာ အမြဲလုပ်ကျွေး၏။ ရဟန်းတပါး
သည် သိရိမာ၏အဆင်း၌ တပ်မက်မောသည်ဖြစ်၍ မစားနိုင် မသောက်
နိုင် တမိုင်မိုင်တခွေခွေနေလေ၏။ သိရိမာသည်လည်း ထိုခဏ၌ စွဲရောက်

၁၄၇။ ပဿ စိတ္တကတံ ဗိမ္ဗု၊
အရုကာယံ သမုဿိတံ။
အာတုရံ ဗဟုသကံပုံ၊
ယဿ နတ္ထိ ဓုဝံ ဌိတိ။

အနက်—

စိတ္တကတံ၊ အဝတ်ဟန်ဆာ စိန်ရွှေရတနာတို့ဖြင့် ဆန်းကြယ်
စွာ ပြုပြင် ဆင်ယင်အပ်သော။ ဗိမ္ဗု၊ ပန်းပုသမားသည် ထုထား
သော အရုပ်နှင့်တူသော။ သမုဿိတံ၊ သုံးရာသော အရိုးတို့ဖြင့်
စိုက်ဆောက်အပ်သော။ အာတုရံ၊ ကျင်နာတတ်သော။
ဗဟုသကံပုံ၊ များစွာသောလူတို့သည် အထူးထူး အပြားပြား
ကြံစည်စိတ်ကူးအပ်သော။ အရုကာယံ၊ ကိုးပေါက်ဒွါရ အမာဝ
ရှိသော ကိုယ်ကို။ ပဿ၊ စေ့စေ့ငူငူ ကြည့်ရှုပါလော့။ ယဿ၊
အကြင်ခန္ဓာကိုယ်ကြီး၏။ ဓုဝံ ဌိတိ၊ အမြဲတာရှည် တည်နေ
ခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိခဲ့ချေတကား။

လာသော ရောဂါဖြင့် သေဆုံးလေ၏။ ဘုရားရှင်သည် သေဆုံး၍ သုံးရက်မြောက်သော နေ့၌ ဖူးဖူးရောင်သော သိရိမာ၏ အလောင်းကို အသုဘရှုခြင်းငှါ ရဟန်းတို့နှင့်တကွ သုသာန်သို့ ကြွတော်မူလျှင် ထို ရဟန်းလည်းလိုက်လေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ချစ်သားတို့ ဝိညာဉ်ရှိစဉ် အခါ၌ သိရိမာကို ဥစ္စာတထောင်ပေးမှ တနေ့ရသည်။ ယခုကားကချင် ရွေးမျှ ပေးမည့်သူမရှိ အချည်းနှီး အလကားမှယူမည့်သူ မရှိတကားဟု မိန့်တော်မူ၍ “ဗဿ စိတ္တကတံ ဗိဗ္ဗံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ သတ္တဝါရှစ်သောင်း တရားကောင်းကို ရလေကုန်၏။ ထိုရဟန်းလည်း သောတာပန် ဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၇။ ဆန်းကြယ်ဝတ်စား ထုထား ရုပ်သွင်၊
သုံးရာ ရိုးထောက် ကိုးပေါက် ထိုးကျင်၊
လူမိုက်အများ ဆန်းပြားစိတ်ထင်၊
လာရှုစမ်း ပျက်ခမ်း ဤကိုယ်ပင်။

147. Behold this beautiful body, a mass of sores, a heaped-up (lump), diseased, much thought of, in which nothing lasts, nothing persists.

စကားပြေ။ ။စိန်ရွှေရတနာတို့ကို ဆင်ပြင်၍ ဆန်းဆန်း ကြယ်ကြယ် ဆင်ယင်ထားသော ပန်းပုသမား ထုထားသော အရုပ် နှင့် တူသော အနာရောဂါ စုစုပေါင်းတည်နေရာ သုံးရာသော အရိုး တို့သည် ဟိုင်ကဲ့သို့ထောက်ပြီး ယိမ်းယိုင်သော အိမ်အိုနှင့် တူသဖြင့် နာကျင်သော ပုထုဇဉ်လူသားများ ဆန်းဆန်းပြားပြား ကြံစည်စိတ်ကူး အပ်သော(ကိုးပေါက်ဒွါရ အမာဝရှိသော)ဤကိုယ်ကို ရှုကြပါလော့။ ဤ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် အမြဲသာရှည် မတည်ဘဲနိုင်ပေ။

၁၂၀။ ဥတ္တရာ ထေရီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည်မှန် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အသက် တရားနှစ်ဆယ်ရှိသော ဥတ္တရာထေရီမ

၁၄၈။ ပရိဇိဏ္ဍမိဒံ ရူပံ၊

ရောဂနိဠံ ပဘဂ္ဂံရံ။

ဘိဇ္ဇတိ ပူတိသန္ဓေဟော၊

မရဏန္တံ ဟိ ဇီဝိတံ။

အနက်—

ဣဒံ ရူပံ၊ ဤခန္ဓာကိုယ် ရူပကာယသည်။ ပရိဇိဏ္ဍံ၊ ဆွေးမြေ့
ဟောင်းမြင်း အိုမင်းတတ်၏။ ရောဂနိဠံ၊ ကိုးဆယ့်ခြောက်ဖြာ
အနာရောဂါတို့၏တည်ရာ အသိုက်အအုံ (ရိပ်သာ ရိပ်မြုံ) ဖြစ်၏။
ပဘဂ္ဂံရံ၊ ယိုယွင်းပျက်စီးတတ်၏။ ပူတိသံ၊ ပုပ်သည် ဖြစ်၍။
ဒေဟော၊ ကိုယ်သည်။ (ပူတိသန္ဓေဟော၊ ဤပုပ်ဟောင်းသော
အဆိုင်အခဲသည်။) ဘိဇ္ဇတိ၊ မကြာမီပင်လျှင် ပျက်စီးလတ်။
ဟိ ကသ္မာ၊ အဘယ်ကြောင့်နည်းဟူမူကား။ ဇီဝိတံ၊ အသက်
ဇီဝိတိခြေသည်။ မရဏန္တံ၊ သေခြင်းလျှင် အဆုံးရှိ၏။ တသ္မာ၊
ထို့ကြောင့်။ ဘိဇ္ဇတိ၊ မကြာမြင့်မီပင်လျှင် ပျက်စီးလတ်။

ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ ပရိဇိဏ္ဍမိဒံ ရူပံ ” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။
ထေရီမသည် သောတဝန် ဖြစ်သေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၈။ ဤခန္ဓာပုပ် ဒိုရုပ်ပေါ်လာ၊
ကိုးဆယ့်ခြောက်ပါး ပိုးများတည်ရာ၊
ပုပ်ဟောင်နံ့ပြီး ပျက်စီးမည်သာ၊
ဇီဝိန်ပြတ် ဆုံးသတ် သေရမှာ။

148. Thoroughly worn out is this body, a nest of diseases, perishable ; this putrid mass breaks up, truly, life ends in death.

စကားပြေ။ ။ ဤခန္ဓာကိုယ်ကြီးသည် လုံးဝဆွေးမြည့် ဟောင်းမြင်း
အိုမင်းတတ်၏။ ကိုးဆယ့်ခြောက်ဖြာ အနာရောဂါ
တည်းဟူသော ပိုးတို့၏ စုဝေးတည်နေရာ အသိုက်အအုံဖြစ်ကာ ပုပ်ပူ
ပျက်စီးတတ်၏။ ဤပုပ်ဟောင်သော အစိုင်အခဲသည် မကြာမီ
ပေါက်ကွဲပြီးလျှင် အသက်ရှင်နေခြင်းသည် သေခြင်းသာ အဆုံးရှိ၏။

worn out	ဆွေးမြေ့ဟောင်းမြင်း အိုမင်းသောသဘော
nest	အသိုက်အအုံ၊ ရိပ်သာရိပ်မြုံ
perishable	ပျက်စီးလွယ်သော

၁၂၁။ သမ္ပဟုလ အဓိမာနိကဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ငဇတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်း၍ လောကီစျာန်ကိုရရာတွင် ရဟန်းကိစ္စပြီးပြီ ဟု မှတ်ထင်၍ ကျောင်းတော်သို့လာကုန်သော ရဟန်းငါးရာတို့ကို သုသာန်သို့စေလွှတ်၍ သေသစ်စဖြစ်သောကလောင်းတို့၌ ရာဂဖြစ်၍ ရဟန်းကိစ္စမပြီးသော အကြိမ်ကို သိကုန်သည့်ရှိသော် ယိုရဟန်းတို့အား

၁၄၉။ ယာနိမာနိ အပတ္ထာနိ၊
အလာဗူနေဝ သာရဓေ။
ကာပေါတကာနိ အဠိနိ၊
တာနိ ဒိသ္မာန ကာရတိ။

အနက်—

သာရဓေ၊ တန်ဆောင်မုန်းလ၌။ အပတ္ထာနိ၊ ဖရိုဖရဲလွင့်ကြဲ စွန့်ပစ်အပ်ကုန်သော။ အလာဗူနိ ဣဝ၊ ဗူးကဲ့ခုံတို့ကဲ့သို့။ အပတ္ထာနိ၊ ဖရိုဖရဲ လွင့်ကြဲစွန့်ပစ်အပ်ကုန်သော။ ကာပေါ-
တကာနိ၊ ခိုအဆင်းကဲ့သို့ ဖြူသော အဆင်းရှိကုန်သော။ ယာနိ
တာနိ အဠိနိ၊ အကြင်အရိုးတို့သည်။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ တာနိ
အဠိနိ၊ ကိုအရိုးတို့ကို။ ဒိသ္မာန၊ ကြည့်ရှုဟင်ထင် မြင်ရသည်ရှိသော်။
ကာ ရတိ၊ ဘယ်မှာ နှစ်သက် မွေ့လျော်ဖွယ် ရှိနိုင်ပါအံ့နည်း။

ဂန္ဓကုဋ္ဌိတိုက်တော်၌နေ၍ ရောင်ခြည်တော်လွှတ်လျက် တရားဟော
ခြင်းငှါ “ယာနိမာနိ အပတ္တာနိ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
ရဟန်း ငါးရာတို့ ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၄၉။ တန်ဆောင်မုန်းလ ပစ်ချထားရာ၊

ဖြူလုံဖြန့်ကြဲ ဗူးကဲ့တူတာ၊

ခိုဖြူဆင်းမျိုး အရိုးပြင်ကာ၊

နှစ်သက်ဖို့ သင်တို့မရှိပါ။

149. Like gourds cast away in autumn are these
dove-hued bones. What pleasure is there in looking
at them?

စကားပြေ။ ။တန်ဆောင်မုန်းလ၌ စွန့်ပစ်ထားသော ဖရိုဖရဲကြဲပြန့်
ကျနေသော ဗူးကဲ့မျှားနှင့် အလားတူစွာ ဤခိုအဆင်း
ကဲ့သို့ ဖြူဖွေးသော အရိုးတို့သည် ဖရိုဖရဲ ပြန့်ကြဲလျက် ရှိနေပုံကို
ကြည့်ရှုခြင်းဖြင့် သင်တို့မှာ နှစ်သက် ခွင့်လျှင်ဖွယ် ရှိနိုင်ပါအံ့နည်း။

၁၂၂။ ဇနပဒကလျာဏီ ရူပနန္ဒာထေရီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ မိမိရုပ်အဆင်း၌ သာယာနှစ်သက်လေ့ရှိသော ဇနပဒကလျာဏီ

၁၅၀။ အဠိနံ နဂရံ ကတံ၊

မံသလောဟိဟလေပနံ။

ယတ္ထ ဇရာ စ မစ္စ၊ စ၊

မာနော မက္ခော စ ဩဟိတော။

အနက်--

အဠိနံ၊ သုံးရာသော အရိုးဟု ဆိုအပ်သော တိုင် ထုပ်
လျှောက်တို့ကို။ နဂရိနန္ဒံ၊ အကြောဟုဆိုအပ်သော ကြိမ်နွယ်
ဖြင့် ဖွဲ့ချည်ရစ်ပတ် အပ်သည်ဖြစ်၍။ မံသလောဟိဟလေပနံ၊
အသား အသွေးဟု ဆိုအပ်သော မြေ သရွတ် ပွတ်သိပ် လိမ်းကျံ
အပ်သည်ဖြစ်၍။ နဂရံ၊ ခန္ဓာကိုယ် အတ္တဘောဟု ဆိုအပ်သော
မြို့အိမ်ကို။ ဂဟကာရေန၊ တဏှာယောကျ်ား လက်သမားသည်။
ကတံ၊ ဆောက်လုပ်ပြီးစီးလေ၏။ ယတ္ထ၊ အကြင်ခန္ဓာကိုယ်
အတ္တဘော တည်းပူသော အိမ်၌။ ဇရာ စ၊ အိုခြင်းသည်၎င်း။
မစ္စ၊ စ၊ သေခြင်းသည်၎င်း။ မာနော စ၊ မာန်တက်ကြွခြင်းသည်
၎င်း။ မက္ခော စ၊ သူတပါးတို့၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို ဖျက်ဆီး
ခြင်းသည်၎င်း။ ဩဟိတော၊ တည်နေ စူးဝင်လေသတည်း။

ရူပနန္ဒာယေရိမကို ဆုံးမသော်မူခြင်းငှါ “ အဋ္ဌိနံ နဂရံ ကတံ ”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၀။ အရိုးတိုင်ထုပ် ကြောတုပ်နှောင်ချည်၊
တဏှာအိမ်လုပ် သွေးသုတ်လိမ်းပြီ၊
အိုသေ မာန်တက် ချေဖျက်ဂုဏ်ရည်၊
ဤလေးချက် နှိပ်စက် အိမ်၌တည်။

150. Of bones is (this) city made, plastered with
flesh and blood. Herein are stored decay, death, conceit,
and detraction.

စကားပြေ။ ။ သုံးရာသော အရိုးဟု ဆိုအပ်သော တိုင် ထုပ် လျှောက်
တို့ကို အကြောဟု ဆိုအပ်သော ကြိမ်နွယ်ဖြင့် ဖွဲ့ချည်
ရစ်ပတ်ခါ အသားအသွေးဟု ဆိုအပ်သော မြေသရုပ် ပွတ်သပ် လိမ်း
သုတ်လျက် ရုပ်နာမ် ယှက်လိမ် (ခန္ဓာပူရိမ္မိတော်) အတ္တဘောအိမ်ကို
တဏှာယောကျ်ား လက်သမားသည် ဆောက်လုပ်ပြီးစီးလေ၏။ ထို(ခန္ဓာ
ပူရိမ္မိတော်) အတ္တဘော အိမ်၌ အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ မာန်တက်ခြင်း၊
သူ့ကျေးဇူးကို ဖျက်ဆီးခြင်း ဤလေးဦးတို့သည် လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်
နေလျက် ရှိကြကုန်၏။

plastered
conceit
decracton

လိမ်းကျံအပ်သည်
မာန်တက်ခြင်း
သူ့ဂုဏ်ကိုဖျက်ဆီးခြင်း

၁၂၃။ မဇ္ဈိကာဒေဝီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ မဇ္ဈိကာ မိဖုရားသေဆုံးခြင်းကြောင့် ပူဆွေးသော ကောသလ

၁၅၁။ ဇီရန္တိ ဝေ ရာဇရထာ သုစိတ္တာ၊
အထော သရီရမ္ပိ ဇရံ ဥပေတိ။
သတဉ္စ ဓမ္မော န ဇရံ ဥပေတိ၊
သန္တော ဟဝေ သဗ္ဗိ ပဝေဒယန္တိ။

အနက်—

သုစိတ္တာ၊ ရတနာတို့ဖြင့် ဆန်းဆန်းကြယ်ကြယ် တင့်တယ်
အောင် ပြုပြင်ထားအပ်ကုန်သော။ ရာဇရထာ၊ မင်း၏ရထား
တို့သည်။ ဇီရန္တိ၊ ဆွေးမြည့် အိုမင်း ကုန်သေး၏။ အထော၊ ထိုမြို့။
(ထိုအတူ။) သရီရမ္ပိ၊ ခန္ဓာကိုယ်သည်လည်း။ ဇရံ၊ မုတ်ဆိတ်မွေးဖြူ
ငယ်မှုချစ်ဟောင်း အိုမင်းခြင်းသို့။ ဥပေတိ၊ ကပ်ရောက်၏။
သတံ၊ သူတော်ကောင်းတို့၏။ ဓမ္မော စ၊ တရားတော်မြတ်သည်
ကား။ ဇရံ၊ အိုမင်းဆွေးမြည့်ခြင်းသို့။ န ဥပေတိ၊ ရောက်လေ့
မရှိ။ သန္တော၊ သူတော်ကောင်းတို့သည်။ သဗ္ဗိ၊ သူတော်ကောင်း
တို့နှင့်။ သဗ္ဗိံ၊ တကွ (အချင်းချင်း)။ ဟဝေ၊ စင်စစ်။
ပဝေဒယန္တိ၊ နှိုးနှော ပြောဆိုကြ ကုန်၏။

မင်းကြီးကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ဇီရန္တိ ဝေ ရာဇရဏာ သုစိတ္တာ”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၁။ မင်း၏ရထား ဆန်းပြားမြည့်တုံ၊
ခန္ဓာကိုယ်လဲ ဆွေးမြဲအကုန်၊
သူတော်တရား ဆွေးမျှားမကုန်၊
သူတော်ချင်း ထင်လင်း ပြောကြကုန်။

151. Even ornamented royal chariots wear out; so too the body reaches old age; but the Dhamma of the Good grows not old; thus do the Good reveal (it) among the Good.

စကားပြေ။ ။ ဆန်းဆန်း ကြယ်ကြယ် ရဟနာတို့ဖြင့် ခြယ်လှယ်
အပ်ကုန်သော မင်း၏ရထားတို့သည် ဆွေးမြည့်ဟောင်း
နှမ်းကြကုန်သေး၏။ ထို့အတူ ခန္ဓာကိုယ်သည်လည်း ဆွေးမြည့်အိုမင်း
ခြင်းသို့ ရောက်ရသေး၏။ သူတော်ကောင်းတရားသည်ကား အိုမင်း
ဆွေးမြည့်ခြင်းသို့ ရောက်လေ့မရှိ။ ဤသို့ သူတော်ကောင်းတို့သည်
သူတော်ချင်းချင်း ထင်လင်းစွာ နှိုးနှောပြောဆိုကြကုန်၏။

၁၂၄။ လာဠုဒါယိတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ မင်္ဂလာအရာ၌ အမင်္ဂလာကို၊ အမင်္ဂလာအရာ၌ မင်္ဂလာကိုဟော

၁၅၂။ အပ္ပဿတယံ ပုရိသော၊
ဗလိဗဒ္ဓေါ ဇီရတိ။
မံသာနိ တဿ ဝဇုန္တိ၊
ပညာ တဿ န ဝဇုတိ။

အနက်—

အပ္ပဿတော၊ နည်းသော အကြားအမြင်ရှိသော။ အယံ
ပုရိသော၊ ဤယောကျ်ားသည်။ ဗလိဗဒ္ဓေါ၊ နွားပိုက် နွားလား
ကဲ့သို့။ ဇီရတိ၊ အိုမင်းရင့်ရော်လာလေ၏။ တဿ ပုရိသဿ၊ ထို
ယောကျ်ား၏။ မံသာနိ၊ အသားတို့သည် သာလျှင်။ ဝဇုန္တိ၊
တိုးပွားကုန်၏။ တဿ ပုရိသဿ၊ ထိုယောကျ်ား၏။ ပညာ၊
ပညာသည်ကား။ န ဝဇုတိ၊ မတိုးပွားပေသတည်း။

ခြင်း စသည်ဖြင့် အရာဌာနကို မသိတတ်သော လာဠုဒါယီမထေရ်ကို အကြောင်းပြု၍ “အပ္ပဿုဇာယံ ပုရိသော” ဂါထာကော်ကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၂။ ဤယောကျ်ားကား နည်းပါးပညာ၊
 နှားနှင့်တူပ အိုရလေတာ၊
 အသားသော်ကား တိုးပွားလို့သာ၊
 ပညာကား တိုးပွား မရှိပါ။

152. The man of little learning grows old like the bull: his muscles grow, his wisdom grows not.

စကားပြေ။ ။ ပညာဗဟုသုတ နည်းပါးလှသော ယောကျ်ားသည်
 နှားလားကဲ့သို့ အိုမင်းရင့်ရော်၍သာ သွားလေ၏။
 ထိုသူ၏အသား တေ့သာ တနေ့တခြားတိုးပွား၍ ပညာကား ပွားများ
 ခြင်းမရှိပေ။

of little
 bull
 muscles

ပညာဗဟုသုတနည်းပါးလှသော
 နှားရို့
 အသားများ (ကြွက်သား)

၁၂၅။ ဥဒါန ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဗောဓိမင်နှင့်ရွှေပလ္လင်ဝယ် သဗ္ဗညုဘ ဘုရား
အဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူစက ဥဒါန်းကျူးတော်မူပြီး၍ ဇေတဝန်

၁၂၇။ အနေကဇာတိသံသာရံ၊
သန္ဓာဝိဿံ အနိဗ္ဗိသံ။
ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊
ဒုက္ခာ ဇာတိ ပုနပ္ပုနံ။

၁၂၈။ ဂဟကာရက ဒိဋ္ဌောသိ၊
ပုန ဂေဟံ န ကာဟသိ။
သဗ္ဗာ တေ ဖာသုကာ ဘဂ္ဂါ၊
ဂဟက္ခန္ဓံ ဝိသင်္ခတံ။
ဝိသင်္ခါရဂတံ စိတ္တံ၊
တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ။

အနက်—

ဂဟကာရ၊ ရုပ်နာမ်ယှက်လိမ် ခန္ဓာအိမ်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ
ဆောက်လုပ်လာသည့် တဏှာယောကျ်ား ဟယ် လက်သမား။
ယသ္မာ၊ အကြင်ကြောင့်။ ပုနပ္ပုနံ၊ အဖန်တလဲလဲ။ ဇာတိ၊
ဖြစ်လျက်သန္ဓေတည်နေရခြင်းသည်။ ဒုက္ခာ၊ အမျိုးမျိုး အဖုံဖုံ
ညှဉ်းဆဲလှသဖြင့် ဆင်းရဲတကဲ့ဆင်းရဲကြီးပါတကား။ တသ္မာ၊
ထိုသို့ညှဉ်းဆဲ အလွန်ဆင်းရဲလှလေသောကြောင့်။ ဂဟကာရံ၊
တဏှာယောကျ်ား သင်လက်သမားကို။ ဂဝေသန္တော၊ ကိုယ်ပိုင်
ဉာဏ်စွမ်းဖြင့် စုံစမ်းရှာဖွေ၍ လာခဲ့ရသော။ အဟံ၊ ငါဘုရား
သည်။ အနိဗ္ဗိသံ၊ တဏှာယောကျ်ား လက်သမားကို မြင်စွမ်း
နိုင်သော ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ကို မရသေးသည်ဖြစ်၍။ အနေကဇာတိ-
သံသာရံ၊ ဘဝများစွာ သံသရာ ကာလပတ်လုံး။ သန္ဓာဝိဿံ၊
ကျင်လည် ပြေးသွားခဲ့ရလေပြီ။

ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ အရှင်အာနန္ဒာ လျှောက်ထားရာတွင်ထိုဥဒါန်းကို ဟောကော်မူခြင်းငှါ “အနေကဇာတိသံသာရံ”

ဂဟကာရက၊တဏှာ ယောကျ်ား အို....လက်သမား။မယာ၊ငါ ဘုရားသည်။တံ၊ တဏှာယောကျ်ား သင်လက်သမားကို။ဒိဋ္ဌော၊ ယခု ဒိဋ္ဌ တွေ့မြင်ရသည်။အသိ၊ ဖြစ်ပြီ။ပုန၊နောက်ထပ်တဖန်။ဂေဟံ၊ ငါ့ခန္ဓာအိမ် အတ္တဘောကို။န ကာဟသိ၊ ကြံစည် ဆောက်လုပ်နိုင်တော့မည် မဟုတ်ပေ။တေ၊ တဏှာယောကျ်ား သင်လက်သမား၏။သဗ္ဗာ၊ အလုံးစုံကုန်သော။ဗာသုကာ၊ ကိလေသာ ဗည်းဟူသော အိမ်အခြင်တို့ကို။ဘဂ္ဂါ၊ ချိုးဖဲ့ အပ်ကုန်ပြီ။ဂဟကုဋ္ဌံ၊အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော ခေါင်အုပ်ကိုလည်း။ဝိသင်္ခတံ၊ ခွါဖျက်အပ်ပြီ။စိတ္တံ၊ညစ်နောက်ပူကင်း သန့်ရှင်းအေး-ကြည် ငါဘုရား၏ စိတ်နှလုံးတော်သည်။ဝိသင်္ခါရဂတံ၊ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသောအားဖြင့် ရောက်ပြီ။တဏှာနံ၊ တဏှာတည်းဟူ သော လက်သမားတို့၏။ခယံ၊ ကိလေသာစာရင်းနှင့် အမြစ် အရင်းပါ ဖြတ်တတ်သည့် ထက်မြက်ပြင်းထန်အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ကို။အဇ္ဈဂါ၊ ယခုပိုင်ပိုင်လက်ကိုင် ရရှိတော်မူခဲ့လေပြီတကား။

မြန်မာကဗျာ

- ၁၅၃။ ထပ်ခါဖြစ်မြဲ ဆင်းရဲပိုမို၊
တဏှာယောကျ်ား လက်သမားကို၊
ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်စွမ်း စုံစမ်းသိလို၊
တသိန်းကပ် မရပ် လည်ခဲ့ဆို။
- ၁၅၄။ တဏှာယောကျ်ား ငါကားမြင်ပြီ၊
ငါ့အိမ်နောက်ဟပ် မဆောက်အပ်ပြီ၊
ကိလေ ဒိုင်းမြား များပြားချိုးပြီ၊
အဝိဇ္ဇာယုတ် ခေါင်အုပ် ဖျက်လိုက်ပြီ၊
ငါ့စိတ်ဓာတ် မျောက်လတ် နိဗ္ဗာန်ဆီ၊
တဏှာပေါင်း ကုန်ကြောင်း ဉာဏ်ရပြီ။

စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

153, 154. Through many a birth I wandered in samsāra, Seeking, but not finding, the builder of the house. Sorrowful is birth again and again. O House-builder! Thou art seen. Thou shalt build no house again. All thy rafters are broken, thy ridge-pole is shattered. My mind has attained the unconditioned, achieved is the end of cravings.

စကားပြေ။ ။ အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် (မရပ်မတည်ပဲ ဘဝစုံအောင်)
ပဋိသန္ဓေတည်နေရခြင်းသည် ဆင်းရဲလှ၏။ ထိုသို့ ဆင်းရဲ
သည့်အတွက် ခန္ဓာအိမ်ကို ဆောက်လုပ်တတ်သော တဏှာယောကျ်ား
လက်သမားကို မတွေ့မချင်း (ဉာဏ်ဖြင့်) ရှာဖွေလျက် ငါဘုရားသည်
ဘဝများစွာ သံသရာမှာ ကျင်လည်ပြေးသွားခဲ့ရလေပြီ။ ခန္ဓာအိမ်ကို
ဆောက်လုပ်တတ်သော တဏှာ ယောကျ်ား အိုလက်သမား ငါဘုရား
သည် သင်လက်သမားကို (ပညာစက္ခု သဗ္ဗညုဖြင့် လက်ပူးလက်ကြပ်)
ယခု တွေ့မြင်အပ်ပြီ။ ငါ့ခန္ဓာအိမ်ကို နောက်ထပ်တဖန် သင်ဆောက်လုပ်
ရန် အခွင့်မရတော့ပြီ။ သင် လက်သမား၏ ကိလေသာတည်းဟူသော
ဒိုင်း မြား ဥသို့ အလုံးစုံကို (ကမ္မက္ခယိန် ဉာဏ်ဝရဇိန်ဖြင့်) နှုတ်ဖျက်
ချိုးဖဲ့လိုက်ပြီ။ ခန္ဓာအိမ်၏ အဝိဇ္ဇာ ခေါင်းအုပ်ကိုလည်း ဉာဏ်လက်နက်
ဖြင့်ခွါဖျက်လိုက်ပြီ။ ငါဘုရား၏ သန့်ရှင်းအေးကြည် စိတ်နှလုံးတော်သည်
ရှုပ်ပွေသည့် အလုပ်တွေ ရုပ်သိမ်းလျက် အငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်
လေပြီ။ တဏှာယောကျ်ား လက်သမားတို့၏ ကိလေသာ စာရင်းအင်း
အမြစ်ရင်းပါ ဖြတ်တတ်သည့် အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ကိုလည်း ယခုပိုင်ပိုင်
လက်ကိုင်ရရှိလေပြီ။

through	ဖြတ်သန်းလျက်
birth	ပဋိသန္ဓေတည်နေခြင်း
ridge-pole	အဝိဇ္ဇာခေါင်းအုပ်
shattered	ခွါဖျက်အပ်ပြီ
of cravings	တဏှာလက်သမားတို့၏

၁၂၆။ မဟာဓန သေဌိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည်ဗာရာဏသီပြည် မိဂဒါဝုန်တော၌ နေတော်
မူသောအခါ ငယ်စဉ်ကာလ၌ ကခြင်း၊ သီခြင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်း အတတ်

၁၅၅။ အစရိတွာ ဗြဟ္မစရိယံ၊
အလဒ္ဓါ ယောဗ္ဗဓန ဓနံ။
ဇိဏ္ဏကောဉ္ဇာဝ ဈာယန္တိ၊
ခိဏမစ္ဆေဝ ပလ္လလေ။

အနက်—

ဗာလာ၊ မသိမိုက်မှား လူငရွားတို့သည်။ ယောဗ္ဗဓန၊ အရွယ်
ရှိတုန်းအခါ၌။ ဗြဟ္မစရိယံ၊ မြတ်သောအကျင့်ကို။ အစရိတွာ၊
အချိန်တွေဖြုန်းကာ မကျင့်ပဲ နေမိကုန်သည်ဖြစ်၍။ ဓနံ၊ ပစ္စည်း
ဥစ္စာ ရတနာကို။ အလဒ္ဓါ၊ ရအောင် အားမထုတ် မိကုန်သည်
ဖြစ်၍။ ခိဏမစ္ဆေ၊ ကုန်ပြီးသော ငါးရှိသော။ ဝါ၊ ရေကုန်ခန်း၍
ငါးမရှိသော။ ပလ္လလေ၊ ညှန်ပြင်လယ်၌။ ဇိဏ္ဏကောဉ္ဇာ၊ အတောင်
ကျိုးပျက် ကြိုးကြာငှက်တို့သည်။ ဈာယန္တိ ဣဝံ၊ ကြံ့မိုင်ကုန်
သကဲ့သို့။ ဈာယန္တိ၊ ကြံ့မိုင်ပူဆွေးငေးမော၍သာ နေကြလေကုန်
သတည်း။

ကိုသာ သင်လျက် မိဘတို့ သေလွန်လျှင် သေသောက်ကြူးတို့နှင့်
ပေါင်းဖော်၍ ဥစ္စာပြုန်းတီး ပျက်စီးသဖြင့်ခွက်လက်စွဲ၍ တောင်းစား

၁၅၆။ အစရိတွာ ဗြဟ္မစရိယံ၊
အလဒ္ဓါ ယောဗ္ဗနေ ဓနံ။
သေန္တိ စာပါတိဝိဏာဝ၊
ပုရာဏာနိ အနုတ္တုနံ။

အနက်—

ဗာလာ၊ မသိမိုက်မှား လူငန္ဓာတို့သည်။ ယောဗ္ဗနေ၊ အရွယ်
ရှိတုန်းအခါ၌။ ဗြဟ္မစရိယံ၊ မြတ်သောအကျင့်ကို။ အစရိတွာ၊
အချိန်တွေဖြုန်းကာ မကျင့်ပဲ နေမိကုန်သည်ဖြစ်၍။ ဓနံ၊ ပစ္စည်း
ဥစ္စာ ရတနာကို။ အလဒ္ဓါ၊ ရရာရကြောင်း လုံ့လကောင်းဖြင့်
အားမထုတ်မိကုန်သည်ဖြစ်၍။ စာပါတိဝိဏာဝ၊ လေးညို့မှု
လွတ်သည့်သာလျှင် ဖြစ်ကုန်သော။ သရာဝ၊ မြားတို့ကဲ့သို့။
ပုရာဏာနိ၊ ရွှေက သုခခံစားရပုံတွေကို။ အနုတ္တုနံ-အနုတ္တုနန္တော၊
ညည်းတူးအောက်မေ့လျက်။ သေန္တိ၊ ပျော့ခွေလျက်သာ အိပ်ရ
ရှာလေသတည်း။

သော မဟာနေသုဋ္ဌေးသားကိုအကြောင်းပြု၍ “အစရိတောဗြဟ္မစရိယံ”
နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၅။ ရှယ်ရီတုန်းမှာ ဥစ္စာမသို၊
မြတ်သောအကျင့် မကျင့်မိသို၊
ငါးမရှိသည့် ညွန့်၏ ဗဟို၊
ကြိုးကြာငှက် မှိုင်းလျက် တလှိုင်း။

155. They who have not led the Holy Life, who in youth have not acquired wealth, pine away like old herons on a pond without fish.

စကားပြေ။ ။ အရှယ်ကောင်းတုန်းမှာ အချိန်ဖြုန်းနေပြီး သူတော်
ကောင်းတရား (မြတ်သောအကျင့်) ကိုလည်း မကျင့်မိ။
ပစ္စည်း ဥစ္စာရတနာကိုလည်း ရအောင်အားမထုတ်ခဲ့သော လူမိုက်တို့
သည် ရေကုန်ခန်း၍ ငါးမရှိသော ညွန့်ပြင်လယ်၌ အတောင်ကျိုးသော
ကြိုးကြာငှက်အို ကြံ့မှိုင်းနေသကဲ့သို့ ကြံ့မှိုင်းပူဆွေး ငေးမော၍သာ
နေကြရလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၆။ ရှယ်ရှိတုန်းမှာ ဥစ္စာမသို၊
 မြတ်သောအကျင့် မကျင့်မိဆိုး၊
 ရှိန်ပြင်းရာမှ လျောကျမြားလို့၊
 ရွှေကောင်းစား ညည်းတွားအိပ်ရဆိုး။

156. They who have not led the Holy Life, who in youth have not acquired wealth, lie like worn-out bows, sighing after the past.

စကားပြေ။ ။ အရှယ်ကောင်းတုန်းမှာ အချိန်ဖြုန်းနေပြီး သူတော်
 ကောင်းအကျင့်ကိုလည်း မကျင့်မိ။ ပစ္စည်းဥစ္စာ ရတနာ
 ကိုလည်း ရအောင်အားမထုတ်ခဲ့သော လူမိုက်တို့သည် လေးညှို့ကိုဆွဲပြီး
 လွှတ်လိုက်သော မြား၏အဟုန်သည် အရှိန်ပြင်းရာမှ တဖြည်းဖြည်း
 လျောကျလာသကဲ့သို့ ရွှေက စည်းစိမ်ခံစားရပုံကို ညည်းတွားအောက်မေ့
 လျက် ပျော့ခွေလျက်သာ အိပ်ရရှာလေ၏။

ဇရာဝဂ်-အိုမင်းခြင်း အုပ်စုပြီး၏။

worn-out
sighing

တဖြိုးဖြိုးလျောကျလာသော (ပွန်းပဲ့ကုန်သော)
ညည်းတွားအောက်မေ့လျက်

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း (၁၂)

အတ္တဝဂ်-ကိုယ်အုပ်စု

၁၁၂။ ဗောဓိရာဇကုမာရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဘေသကဋ္ဌဝန်တော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ရှေးဘဝ၌ ကျန်းတခုဝယ် ပုဂံဥက္ကိကို ယူစားဘူးသောကြောင့်

၁၅၇။ အတ္တာနုဉ္စေ ပိယံ ဇညာ၊
ရက္ခေယျ နံ သုရက္ခိတံ။
ဟိန္တံ အညတရံ ယာမံ၊
ပဋိဇဂ္ဂေယျ ပဏ္ဍိတော။

အနက်—

အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ပိယံ၊ ချစ်မြတ်အပ်၏ဟူ၍။ စေ ဇညာ၊ အကယ်
၍ သိခဲ့ငြားအံ့။ ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ သိသည်ရှိသော်။ သုရက္ခိတံ၊
ကောင်းစွာစောင့်ရှောက်အပ်သော။ နံ-အတ္တာနံ၊ ထိုမိမိကိုယ်ကို။
ရက္ခေယျ၊ အကုသိုလ်ပယ်ရှား၍ ကုသိုလ်ပွားအောင် ကောင်းစွာ
စောင့်ရှောက်ရာ၏။ ဟိန္တံ၊ အရွယ်သုံးပါးတို့တွင်။ အညတရံ-
ယာမံ၊ ဟပါးပါးသော အရွယ်၌။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။
ပဏ္ဍိတော၊ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိသည်။ ပဋိဇဂ္ဂေယျ၊
အကုသိုလ်မှ စင်ကြယ်အောင် စောင့်ရှောက် သုတ်သင်ရာ၏။

သားသမီး မရနိုင်သော ဗောဓိမင်းသားကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ
“အတ္တာနုဉ္ဇေ ပိယံ ဇညာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၇။ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုချစ် စင်စစ်သိမြင်၊
ကိုယ့်ကိုစောင့်ရှု အကုမဝင်၊
အရွယ်သုံးပါး တပါးပါးတွင်၊
သန့်စင်မှု ကြည့်ရှု ပညာရှင်။

157. If one hold one's self dear, one should protect oneself well; during any of the three watches the wise man should keep vigil.

စကားပြေ။ ။ မိမိကိုယ်ကို မိမိက ချစ်မြတ်နိုးသည်ဟု သိလျှင် မိမိ
ကိုယ်ကို ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်ရာ၏။ အရွယ်သုံးပါး
တို့တွင် တပါးပါးသော အရွယ်၌ ပညာရှိသည် မိမိကိုယ်ကို အကုသိုလ်မှ
စင်ကြယ်အောင် စောင့်ရှောက်ရာ၏။

oneself	မိမိကိုယ်ကို
protect	ကာကွယ်စောင့်ရှောက်သည်
watches	အရွယ်များ (စောင့်နေခြင်း)

၁၂၈။ ဥပနန္ဒ သကျပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ လေးပါးသောပစ္စည်း၌ နည်းသော အလို အပိုမထား ခေါင်းပါး ရောင့်ရဲရမည်ဟု ပဉ္စင်းငယ် သာမဓဏငယ်များကို ဟောကြားပြီးလျှင်

၁၂၉။ အတ္တနမေဝ ပဌမံ၊

ပဋိရူပေ နိဝေသယေ။

အထညမနုဿာသေယျ၊

န ကိလိဿေယျ ပဏ္ဍိတော။

အနက်—

ပဌမံ၊ ရှေ့ဦးစွာ (ဝါ၊ ရှေ့ဦးအစကြိုတင်၍။) အတ္တနမေဝ၊ မိမိကိုယ်ကို သာလျှင်။ (ဝါ၊ မိမိကိုယ်တိုင်က။) ပဋိရူပေ၊ သင့်လျော်ကောင်းမြတ်သော အကျင့်၌။ နိဝေသယေ၊ သွင်းထား ဦးရာ၏။ (ကျင့်ထားနှင့်ရာ၏။) အထပစ္စာ၊ နောက်ပြီးမှ။ အညံ၊ သူတပါးကို။ အနုဿာသေယျ၊ ဆုံးမသင်ပြရာ၏။ ပဏ္ဍိတော၊ ထိုသို့ ကျင့်ဘိ ပညာရှိသည်။ န ကိလိဿေယျ၊ မညစ်နွမ်းစေရာ။ ဝါ၊ သူတပါးတို့ ကဲ့ရဲ့ခြင်းမှ လွတ်ကာ ချမ်းသာစွာနေရလေ၏။

မိမိချည်းသာ များစွာပစ္စည်း ပေါ့ပည်းထပ်မျှ ရအောင်ယူသော ဥပနန္ဒ သကျပုတ္တမထေရ်ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “အတ္တာနုမေဝ ပဌမံ” စသော ဂါထာ ကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၈။ ဦးစွာ ပဌမ မိမိကသာ၊
သင့်တင့်ပွားများ ကျင့်ထားနှင့်ပါ၊
နောက်မှသူ့အား သင်ကြားပြပါ၊
ပညာရှိ လွတ်ဘိ ပြစ်တင်ရာ။

158. Let one first establish one's self in what is proper, and then instruct others. Such a wise man will not get defiled.

စကားပြေ။ ။ရှေးဦးစွာပဌမမိမိကိုယ်တိုင်က သင့်လျော်ကောင်းမြတ်သောအကျင့်ကို ကောင်းစွာ ထူထောင်၍ ကျင့်ထားနှင့်ပါ။ နောက်ပြီးမှ အခြားသူကို ဆုံးမသင်ပြရာ၏။ ထိုသို့ပြုကျင့်သော ပညာရှိသည် သူတပါးတို့ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်ခြင်းမှ လွတ်၍ စိတ်ညစ်နွမ်းမှု ကင်းကာ ချမ်းသာစွာ နေရ၏။

၁၂၉။ ပဓာနိက တိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သူတပါးတို့အား ညည့်သုံးယာမ်ကာလပတ်လုံး စကြံသွား၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းအပ်၏ဟု နှိုးဆော်၍ မိမိမူကား ညည့်သုံးယာမ်

၁၂၉။ အတ္တာနုဉ္ဇေ တထာ ကယိရာ၊

ယထာညမနုဿာသတိ။

သုဒန္တော ဝတ ဒမေထ၊

အတ္တာ ဟိ ကိရ ဒုဒ္ဓမော။

အနက်—

ယထာ ယေန အာစာရေန၊ အကြင်ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ဖြင့်။ အညံ၊ သူတပါးကို။ အနုဿာသတိ၊ ဟောကြား ဆုံးမ၏။ တထာ ဟေန အာစာရေန၊ ထိုကောင်းမြတ်သော အကျင့်ဖြင့်။ အတ္တာနုဉ္ဇေဝ၊ မိမိကိုယ်ကိုသာလျှင်။ ကယိရာ၊ ပြုကျင့်ရာ၏။ ဝါ၊ တနည်းကား။ အညံ၊ သူတပါးကို။ အနုဿာသတိ ယထာ၊ ဟောကြားဆုံးမသကဲ့သို့။ တထာ၊ ထိုအတူ။ အတ္တာနုဉ္ဇေဝ၊ မိမိကိုယ်တိုင်သာလျှင်။ ကယိရာ၊ ကျင့်ပြရာ၏။ သုဒန္တော၊ ဤသို့ မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမပြီးသည်ဖြစ်၍။ ဝတ၊ စင်စစ်။ ဒမေထ၊ သူတပါးကို ဆုံးမသွန်သင်ရာ၏။ ဟိ၊ သင့်စွာ။ အတ္တာ၊ မိမိကိုယ်သည်။ ဒုဒ္ဓမော ကိရ၊ သူတပါးထက် ပိုလွန်တက်၍ အဆုံးမ ခက်ပေသတတ်။

ပတ်လုံး အိပ်၍နေသော ပဓာနိက တိဿမဇ္ဇေရိကို ဆုံးမတော်မူခြင်း
၄၂ “အတ္တာနုဉ္ဇေ တထာ ကယိရာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၅၉။ အကြင်အကျင့် မလင့်ရအောင်၊
သူ့ကိုဆုံးမ ကိုယ်ကကျင့်ဆောင်၊
ကိုယ်ကယဉ်ကျေး ယဉ်ကျေးသွေးဆောင်၊
ဆုံးမခက် ကိုယ့်တွက် မှတ်ကြမောင်။

159. As he instructs others so should he himself act; himself fully controlled, he should control (others); for the self indeed is difficult to control.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် (ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ဖြင့်)
သူတပါးကို ဟောကြားဆုံးမသကဲ့သို့ ထိုအတူ မိမိ
ကိုယ်တိုင်က (ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ကို) ကျင့်ထားရမည်။ ဤကဲ့သို့
မိမိကိုယ်ကို ယဉ်ကျေးအောင်ဆုံးမပြီးမှ သူတပါးကို ဆုံးမသွန်သင်ရာ၏။
ကိုယ့်ကိုယ်ကို ဆုံးမရန်မှာ အလွန်ပင် ခက်ခဲလှပေသည်။

၁၃၀။ ကုမာရ ကဿပ မာတုတ္တရီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
ကုမာရ ကဿပ မထေရ်၏ မယ်တော် ဘိက္ခုနီမသည် ဆယ့်နှစ်နှစ်
ကာလပတ်လုံး သားနှင့်ကွေ့ကွင်း ဆင်းရဲခြင်းဖြင့် ငိုကြွေးလျက်သာ
နေ၏။ မထေရ်သည်ဆွမ်းခံရာ၌ မယ်တော်ကိုတွေ့၍ သင်သည်ချစ်ခြင်း
တခုမျှ မဖြတ်နိုင်တကားဟု မိန့်တော်မူလျှင် ငါကသာတမ်းတ သားက
ဖြင့် အလွန်စိမ်းကာ မထားမထောက် ငှက်ငှက်ငမ်းငမ်းဆိုးသွမ်း

၁၆၀။ အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော၊
ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ။
အတ္တနာ ဟိ သုဒန္တေန၊
နာထံ လဘတိ ဒုလ္လဘံ။

အနက်—

အတ္တာဟိ အတ္တာဇေ၊ မိမိကိုယ်သည်သာလျှင်။ အတ္တနော၊
မိမိ၏။ နာထော၊ ကိုးကွယ်ရာသည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။ ပရော၊
မိမိမှ တပါးသော။ ကော၊ အဘယ်သူသည်။ ဝါ၊ ဘယ်သား
ဘယ်သမီး ဘယ်ဆွေမျိုးသည်။ နာထော၊ ကိုးကွယ်ရာသည်။
သိယာ၊ ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်း။ အတ္တနာဟိ၊ မိမိကိုယ်သည်သာလျှင်။
သုဒန္တေန၊ ကောင်းစွာ ယဉ်ကျေးသဖြင့်။ ဒုလ္လဘံ၊ ရခဲလှစွာ
သော။ နာထံ၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကိုးကွယ်ရာကို။ လဘတိ၊
ရလေသတည်း။

လှတကားဟု သားအချစ်ကို စွန့်ပစ်ရာတွင်မှ ရဟန္တာမ ဖြစ်လေ၏။
ဤအကြောင်းကို ပြောဆိုကြရာတွင် “အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာသော”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၀။ မိမိကိုယ်အား အားထားကိုယ်ပင်၊
အားကိုးရငြား တခြားမမြင်၊
မိမိကိုယ်က ဆုံးမပါလျှင်၊
ကြုံရခဲ ရမြဲ အားကိုးပင်။

160. The self is lord of the self: for what other lord would there be? For with self well controlled one obtains a lord difficult to gain.

စကားပြေ။ ။ မိမိသည်ပင် မိမိ၏ ကိုးကွယ်အားထားရာဖြစ်၏။ မိမိမှ
တပါး အခြားဘယ်သူ ဘယ်သား ဘယ်သမီး ဘယ်
မိတ်ဆွေတို့သည် ကိုးကွယ်အားထားရာ ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်း။ မိမိကိုယ်ကို
ကောင်းစွာ ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမခြင်းဖြင့် ရခဲလှသော နိဗ္ဗာန်
ချမ်းသာ အားကိုးရာကို ရလေ၏။

၁၃၁။ မဟာကာလ ဥပါသက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ရှေးဘဝက မင်းခယောကျ်ားဖြစ်၍ ယောကျ်ားတယောက်ကို
သူခိုးဟူ၍ သတ်ခဲ့ဘူးသော မကောင်းမှုကြောင့် ကျောင်းတော်မှ

၁၆၁။ အတ္တနာ ဟိ ကတံ ပါပံ၊

အတ္တဇံ အတ္တသမ္ဘဝံ။

အဘိမတ္ထတိ ဒုဗ္ဗေမံ၊

ဝဇီရံဝ' သုမယံ မဏိံ။

အနက်—

အသ္မ မယံ၊ ကျောက်မှဖြစ်သော။ ဝဇီရံ၊ ဝရဇိန်မည်သော
စိန်သည်။ မဏိံ၊ မိမိမှီရာ ကျောက်ရတနာကို။ အဘိမတ္ထတိ
ဣဝ၊ ထွင်းဖောက်ချေမှုန်း ပျက်ပြုန်းစေသကဲ့သို့။ တထာ၊
ထိုအတူ။ အတ္တနာ၊ မိမိသည်။ ကတံ၊ ပြုခဲ့သော။ အတ္တဇံ၊
မိမိ၌ ဖြစ်သော။ အတ္တသမ္ဘဝံ၊ မိမိကြောင့်ဖြစ်သော။ ပါပံ၊
ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုသည်။ ဒုဗ္ဗေမံ၊ မိမိမှီရာ ပညာမဲ့သော
သူကို။ အဘိမတ္ထတိ၊ မွေ့နှောက် ဖျက်ဆီးလေ၏။

တရားနာ၍ အပြန် ခိုးသူတို့ချထားခဲ့သော ဥစ္စာထုပ်၏ အနီး၌ သူခိုး
ဟု ယိုးစွပ်လျက် ရိုက်သတ်၍ သေသော မဟာကာလ ဥပါသကာကို
အကြောင်းပြု၍ “ အတ္တနာဟိကတံပပိ ” ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၁။ ကျောက်ကိုထွင်းဖောက် စိန်ကျောက်ပမာ၊
ကိုယ့်ကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း မကောင်းမှုဟာ၊
ကိုယ့်ကိုယ်မှပဲ အမြဲပတ်ကာ၊
ချေမှုန်းလိုက် ရူးမိုက် ထုံးစံသာ။

161. By one's self alone is evil done; it is self-born,
it is self-caused; evil grinds the unwise as a diamond
a hard gem.

စကားပြေ။ ။ ကျောက်မှဖြစ်သော ဝရဇိန်မည်သော စိန်သည် မိမိ၏
မှီရာ ကျောက်ကိုပင် ချေမှုန်း ပျက်ပြုန်းစေသကဲ့သို့
ထို့အတူ မိမိပြုခဲ့သော မိမိ၌ဖြစ်သော မိမိကြောင့်ဖြစ်သော မကောင်းမှု
သည် ပြုလုပ်သူ လူမိုက်ကိုသာလျှင် ပြန်၍ ပျက်ပြုန်း ချေမှုန်းလေ၏။

grinds

diamond

gem

ဖြစ်သည်၊ ချေမှုန်းသည်

စိန်

ကျောက်မြတ်ရတနာ

၁၃၂။ ဒေဝဒတ္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ဘုရားရှင်ကို သတ်ခြင်းငှါ လုံ့လပြုသော ဒေဝဒတ်၏ များစွာ

၁၆၂။ ယဿ အစ္စန္တဒုဿိလုံ၊
မာလုဝါ သာလမိဝေဝါတ္တတံ။
ကရောတိ သော တထတ္တာနံ၊
ယထာ နံ ဣစ္ဆတိဒိသော။

အနက်—

မာလုဝါ၊ မာလော နွယ်သည်။ သာလံ၊ မိမိမှီရာဖြစ်သော
သစ်ပင်ကို။ ဩတ္တတံ၊ သွယ်ယှက်ရစ်ပတ် ဖုံးလွှမ်းသည်ဖြစ်၍။
ပါတေတိ ဣဝါလံကျစေသကဲ့သို့။ အစ္စန္တဒုဿိလုံ၊ စင်စစ် သီလ
မရှိသောသူ၏ အဖြစ်၌ တည်သော တဏှာသည်။ ယဿ ပုဂ္ဂလဿ၊
အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ဩတ္တတံ၊ လွှမ်းမိုးဖုံးလွှမ်း၍ တည်၏။ တံ၊
ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ သော ဒုဿိလဘာဝေဝါ၊ ထို သီလမရှိသော
သူ၏ အဖြစ်၌တည်သော တဏှာသည်။ အပါယေသု၊ အပါယ်
လေးပါးတို့၌။ ပါတေတိ၊ ကျစေ၏။ နံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။
ဒိသော၊ ရန်သူသည်။ ယထာ၊ အကြင်သို့သော အခြင်းအရာ
ဖြင့်။ ဣစ္ဆတိ၊ အလိုရှိ၏။ တထာ၊ ထိုသို့သော အခြင်းအရာဖြင့်။
အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်တိုင်ပင်။ ကရောတိ၊ ပြုလုပ်ပေးရလေ၏။

သော ပျက်စီးခြင်းသို့ ရောက်သည်ကို အကြောင်းပြု၍ “ယဿ အစ္စန္တ
ဒုဿိလံ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၂။ မာလော နွယ်ရစ် ပင်သစ် လဲနွယ်၊
စင်စစ် သီလ ကင်းပသူရယ်၊
တဏှာရစ်ဝဲ ပါယ်ထဲကျမယ်၊
ရန်သူကြိုက် ကိုယ်မိုက်ပြုရက်တယ်။

162. He who is exceedingly corrupt, like a māluvā creeper strangling a sal tree, does to himself what even an enemy would wish for him.

စကားပြေ။ ။မာလောနွယ်သည် မိမိမှီရာဖြစ်သော သစ်ပင်ကို သွယ်
ယှက်ရစ်ပတ် ဖုံးလွှမ်း၍ လဲကျစေသကဲ့သို့ (စင်စစ် သီလ
မရှိသူ၏အဖြစ်၌တည်သော) အလွန်မိုက်မှားသော တဏှာသည် ဖုံးလွှမ်း
ရစ်ပတ်လျက်ရှိသောသူအား ရန်သူက သူ့အတွက် ဖြစ်စေချင်သော
အရာကို (မိမိအကျိုးမရှိမှုကို ရန်သူအလိုကျစေအောင်) မိမိကိုယ်တိုင်ပြုလုပ်
ပေးရလေသည်။

exceedingly
strangling

လွန်ကဲစွာ
သွယ်ယှက်ရစ်ပတ်ဖုံးလွှမ်းလျက်

၁၃၃။ သံသဘောဒ · ပရိသက္ကန ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဒေဝဒတ်သည် သံသဘောဒကံကို ပြုဘိသည်ဟု

(သုကရံ သာဓုနာ သာဓုံ၊
သာဓုံပါပေန ဒုက္ကရံ။
ပါပံ ပါပေန သုကရံ၊
ပါပမရိယေဟိ ဒုက္ကရံ။^၁)

အနက်—

သာဓုနာ၊ သူတော်ကောင်းသည်။ သာဓုံ၊ သူတော်ကောင်း
တရားကို၊ သုကရံ၊ ပြုလုပ်ရန် လွယ်ကူ၏။ ပါပေန၊ သူယုတ်မာ
သည်။ သာဓုံ၊ သူတော်ကောင်းတရားကို။ ဒုက္ကရံ၊ ပြုနိုင်ခဲ၏။
ပါပေန၊ သူယုတ်မာသည်။ ပါပံ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်း
မှုကို။ သုကရံ၊ ပြုလုပ်လွန်ကျူးရန် လွယ်ကူ၏။ အရိယေဟိ၊
ဘုရား အရိယာ သူတော်စွာတို့သည်။ ပါပံ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ
မကောင်းမှုကို။ ဒုက္ကရံ၊ ပြုလုပ်လွန်ကျူးရန် အလွန်အလွန် ခဲယဉ်း
လှပေသတည်း။

ရဟန်းတို့လျှောက်သည်ကို ကြားသိတော်မူ၍ “သုကရာနိ အသာဓူနိ”
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

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

အနက်— အတ္တနော၊ မိမိအား။ အဟိတာနိ စ၊ အကျိုးလည်းမရှိ
ကုန်သော။ အသာဓူနိ၊ အပြစ်မကင်းသည့် ယုတ်မာမှုတို့ကို။
သုကရာနိ၊ ပြုလွယ်ကုန်၏။ ယံ၊ အကြင်အမှုသည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။
ဟိတဉ္စ၊ အကျိုးစီးပွားလည်းရှိ၏။ သာဓူဉ္စ၊ ကောင်းလည်း
ကောင်း၏။ တံ၊ ထိုအမှုကို။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ပရမ ဒုက္ကရံ၊ ပြုရန်
အတုန် အလွန်အလွန် ခက်လေတော့သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

သူတော်ကောင်းမှာ ကောင်းကာပြုလွယ်၊
ယုတ်မာမှုချော် သူတော်မလွယ်၊
မကောင်းစရိုက် လူမိုက်ပြုလွယ်၊
ရိယာများ မိုက်မှားပြုမလွယ်။

The good man is easy to do good, and the evil
man is very difficult to do good, but the evil man is
easy to commit any sin, and the elect (Ariya) is very
difficult to commit any sin.

စကားပြေ။ ။ သူတော်ကောင်းသည် သူတော်ကောင်းတရားကို ပြုလုပ်
ရန်လွယ်ကူ၍ သူယုတ်မာသည်ကား သူတော်ကောင်း
တရားကို အလွန်ပြုလုပ်အားထုတ်နိုင်ခဲ၏။ သို့ရာတွင် သူယုတ်မာသည်
တစုံတခုသော မကောင်းမှုအကုသိုလ်ကို လွန်ကျူးရန် လွယ်ကူ၍
အရိယာပုဂ္ဂိုလ်ကား မကောင်းမှု အကုသိုလ်မှန်သမျှကို လွန်ကျူးရန်
အလွန်ခဲယဉ်းလေသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၃။ မိမိစီးပွား မဲ့သွားဘို့ရာ၊
မကောင်းမှုဝယ် ပြုလွယ်သည်သာ၊
ပြစ်ကင်း ကျိုးရ ပြုကြရန်မှာ၊
ခက်ခဲလှ မုချ မှတ်စေရာ။

163. Easy to do are things that are bad and not beneficial to oneself, but very, very difficult indeed to do is that which is beneficial and good.

စကားပြေ။ ။ မိမိအား အကျိုးလည်းမရှိ ကောင်းလည်းမကောင်း
သော အမှုတို့ကို ပြုလုပ်ရန် လွယ်ကူ၏။ သို့ရာတွင်
အကြင်အမှုသည်အကျိုးလည်းရှိ၏။ ကောင်းလည်းကောင်း၏။ ထိုအမှု
ကို စင်စစ်ပြုရန် အလွန်အလွန်ခက်ခဲလှပေသည်။

၁၃၄။ ကာလတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကာလ မထေရ်၏ အလုပ်အကျွေးဖြစ်သော ဒါယိကာမကြီးကို တရားဟောတော်မူနေစဉ် ကာလ မထေရ်သည် မိမိအားပူဇော်သက္ကာရ ယုတ်မည်ဆိုးသောကြောင့် အရှင်ဘုရား ဤဒါယိကာမကြီးသည် နို့၊ နှေးလှ၏။ ခန္ဓာစသည်နှင့် စပ်သောတရားကို ဟောတော်မမူပါလင့်

၁၆၄။ ယော သာသနံ အရဟတံ၊
 အရိယာနံ ဓမ္မဇီဝိနံ။
 ပဋိက္ခောသတိ ဒုဓမ္မဓော၊
 ဒိဋ္ဌိ နိဿာယ ပါပိကံ။
 ဖလာနိ ကဋ္ဌကဿေဝ၊
 အတ္တဃာတာယ ဖလ္လတိ။

အနက်—

ဒုဓမ္မဓော၊ ပညာကင်းမဲ့သော။ ယော နရော၊ အကြင်သူသည်။
 ပါပိကံ၊ ယုတ်မာသော။ ဒိဋ္ဌိ၊ အယူကို။ နိဿာယ၊ မှီ၍၊ ဓမ္မဇီဝိနံ၊
 တရားသဖြင့် အသက်မွေးကုန်သော။ အရဟတံ၊ ပူဇော်အထူးကို
 ခံထိုက်ကုန်သော။ အရိယာနံ၊ ဘုရားစသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်
 တို့၏။ သာသနံ၊ အဆုံးအမတော်ကို။ ပဋိက္ခောသတိ၊ တားမြစ်
 ၏ (ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ၏)။ တဿ နရဿ၊ ထိုလူ၏။ သာ ဒိဋ္ဌိ၊ ထို
 မကောင်းသော အယူသည်။ ကဋ္ဌကဿ၊ ဝါးပင် (ကျူပင်) ၏။
 ဖလာနိ၊ အသီးတို့သည်။ အတ္တဃာတာယ၊ မိမိတည်းဟူသော
 ဝါးပင်ကို သတ်ခြင်း ငှါသာလျှင်။ ဖလတိ ဣဝံ၊ သီးလာ
 သကဲ့သို့။ အတ္တဃာတာယ၊ မိမိကိုယ်ကို သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီးခြင်းငှါ
 သာလျှင်။ ဖလ္လတိ၊ ဖြစ်လာ၏။

ဟု တားမြစ်၏။ ဘုရားရှင်သည် ကာလ မထေရ်ကို ဆုံးမခြင်းငှါ
“ယော သာသနံ အရဟတံ” စသော ဂါထာကိုဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၄။ ယုတ်မာယူမှား မှီထားပြီးသူ၊
ပညာကင်းမဲ့ ကဲ့ရဲ့တတ်မှု၊
တရားသက်မွေး လူပေးထိုက်သူ၊
ရိယာမြတ် ဟောရှုတ်ပုတ်ခတ်မှု၊
ဝါးပင်မှသီး ဝါးသီးနှင့်တူ၊
ကိုယ့်ကိုသတ် မြဲမှတ် ကျိုးဖြစ်ဟူ။

164. The stupid man, who on account of false views
scorns the teaching of the arahats, the noble ones, and
the Righteous, ripens like the fruits of the kashta reed,
only for his own destruction.

စကားပြေ။ ။ ပညာမဲ့သောသူသည် ယုတ်မာသော အယူကိုမှီ၍ တရား
သဖြင့် အသက်မွေး၍ လူပေးထိုက်ကုန်သော အရိယာ
ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဟောကြားပြသ ဆိုဆုံးမသော တရားတော်ကို ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်
တားမြစ် ပိတ်ပင်၏။ ထိုသူ၏ အပြုအမူသည် မိမိကိုယ်ကိုသာလျှင် အကျိုး
မဲ့ပျက်စီးခြင်းငှါ ဖြစ်၏။ ဥပမာမှာ ဝါးပင်၏ အသီးတို့သည် ဝါးပင်
ကိုပင်ပြန်၍ သတ်ရန် အသီး သီးသကဲ့သို့ ပေတည်း။

၁၃၅။ စူဠကောဋ္ဌ ဥပါသက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကျောင်းမှ တရားနာ၍ ပြန်သွားသော စူဠကောဋ္ဌဥပါသကာကို ခိုးသူတို့ပစ်ထားခဲ့သော ဥစ္စာထုပ်၏အနီး၌ ဥစ္စာရှင်တို့နှင့်တွေ့၍ ခိုးသူ ဟု ယှဉ်းစွပ်လျက် ချည်နှောင်၍ ယူသွားလေသော် ရေခပ်သော မိန်းမ

၁၆၅။ အတ္တနာ ဟိ ကတံ ပါပံ၊
 အတ္တနာ သံကိလိဿတိ။
 အတ္တနာ အကတံ ပါပံ၊
 အတ္တနာဝ ဝိသုဇ္ဈတိ။
 သုဒ္ဓိ အသုဒ္ဓိ ပစ္စတ္တံ၊
 နာညော အညံ ဝိသောဓယေ။

အနက်--

အတ္တနာ၊ မိမိသည်။ ပါပံ၊ မကောင်းမှုကို။ စေ ကတံ၊ အကယ်
 ၍ ပြုသည်ဖြစ်အံ့။ ဝါ၊ ပြုမိလျှင်။ အတ္တနာ ဟိ၊ မိမိကိုယ်သည်
 သာလျှင်။ သံကိလိဿတိ၊ ပူပန်ညစ်ညူးရ၏။ အတ္တနာ၊ မိမိသည်။
 ပါပံ၊ မကောင်းမှုကို။ စေ အကတံ၊ မပြုပဲရှောင်ကြဉ်လျှင်။
 အတ္တနာဝ၊ မိမိသည်ပင်လျှင်။ ဝိသုဇ္ဈတိ၊ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်၏။
 သုဒ္ဓိ အသုဒ္ဓိ၊ မိမိ၏ စင်ကြယ်ခြင်း မစင်ကြယ်ခြင်းသည်။ ပစ္စတ္တံ၊
 ပိပိ၏ အလုပ်၊ ပစ္စာပို၏။ ဝါ၊ မိမိနှင့်သာ သက်ဆိုင်၏။ အညော၊
 ဟပါးသောသူသည်။ အညံ၊ ဟပါးသောသူကို။ န ဝိသောဓယေ၊
 မသုတ်သင်နိုင်။

တို့က ခိုးသူမဟုတ်ကြောင်းပြော၍ လွတ်လိုက်လေ၏။ ထို ဒါယကာ
သည် ဤအကြောင်းကို ဘုရားအားလျှောက်လေသော် ရွှေကုသိုလ်
ကံကိုအမှီပြု၍ လွတ်သည်၊ ရေခပ်သော မိန်းမတို့ကိုအမှီပြု၍ လွတ်သည်
ဟု မမှတ်လင့်ဟု မိန့်တော်မူ၍ “အတ္တနာ ဟိ ကတံ ပါပံ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည် ထိုဒါယကာသည်၊ သောတာပန်ဖြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၅။ ကိုယ်တိုင်ပြုမှု မကောင်းမှုလျှင်၊
 ကိုယ်ပင်ပြန်စူး ညစ်ညူးမည်ပင်၊
 ကိုယ်မကောင်းမှု မပြုရှောင်ကြဉ်၊
 ကိုယ်ညစ်ကင်း သန့်ရှင်းဖြူသန့်စင်၊
 ကိုယ်နှင့်သာစပ် ညစ်ပတ်ဖြူစင်၊
 တပါးမောင် စင်အောင် မသုတ်သင်။

165. By oneself, indeed, is evil done; by oneself is
 one defiled; by oneself is evil left undone; by oneself,
 indeed, is one purified. Purity and impurity depend
 on oneself. No one purifies another.

စကားပြေ။ ။မိမိကသာ မကောင်းမှုကို ပြုလုပ်လျှင် မိမိသာ ညစ်ညူး
 ရ၏။ မိမိက မကောင်းမှုကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် မိမိသည်
 ပင် သန့်ရှင်း ကြည်လင်၏။ (မိမိ၏) စင်ကြယ်မှု ညစ်နွမ်းမှုသည် မိမိကို
 မှီ၍ ဖြစ်သည်။ မိမိနှင့်သာဆိုင်သည် အခြားသူကို ကိလေသာညစ်ကြေး
 ကင်းစင်ဝေးအောင် မည်သူမျှ မသုတ်သင်နိုင်။

၁၃၆။ အတ္တဒတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ဘုရားရှင်သည် လေးလလွန်သဖြင့် ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော်မူအံ့ဟု အာယုသင်္ခါရ လွှတ်တော်မူသည် ရှိသော် ရဟန်းတို့သည် ဖြစ်သော သံဝေဂရှိသည်ဖြစ်၍ ဘုရားအထံသို့ လာကြကုန်၏။ အတ္တဒတ္တမထေရ် ကား သက်တော်ထင်ရှားဘုရားရှိခိုက် တရားအမြိုက်ကို ရလိုက်အောင် ယူမည်ဟု ကြံစည်လျက် ရဟန်းတရားကိုသာ အားထုတ်၍ နေ၏။

၁၆၆။ အတ္တဒတ္တံ ပရတ္ထေန၊

ဗဟုနာပိ န ဟာပယေ၊

အတ္တဒတ္တမဘိညာယ၊

သဒတ္တပသုတော သိယာ။

အနက်—

ဗဟုနာပိ၊ များစွာလည်းဖြစ်သော။ ပရဒတ္တန၊ သူတပါးတို့၏ အကျိုး စီးပွားကြောင့်။ အတ္တဒတ္တံ၊ မိမိ၏ အကျိုးစီးပွားကို။ န ဟာပယေ၊ မဆုတ်ယုတ်စေရာ။ အတ္တဒတ္တံ၊ မိမိ၏ အကျိုး စီးပွားကို။ အဘိညာယ၊ ကောင်းစွာသိ၍။ သဒတ္တပသုတော၊ မိမိ၏အကျိုးစီးပွားကို တိုးပွားအောင် အားထုတ်ခြင်းသည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။

ဘုရားအထံတော်သို့ မသွားမလာ ကြောင်းကို ရဟန်းတို့က မြတ်စွာ
ဘုရားအား လျှောက်ထားကြလေသော် ခေါ်၍ပေးလျှင် စိတ်အကြံ
ကို လျှောက်လေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ထိုမထေရ်အား ကောင်းချီး
ပေး၍ တရားဟောတော်မူခြင်းငှာ “အတ္တဒတ္တံ ပရတ္ထေန” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၆။ သူတပါးကျိုး သက်ပိုးဆောင်ရာ၊
မျှားစွာကိုယ်ကျိုး မညှိုးစေရာ၊
မိမိကျေးဇူး အထူးသိကာ၊
ကိုယ့်အကျိုး ပွားတိုးဆောင်ရွက်ပါ။

166. Because of others' well-being, howsoever great, let not one neglect his own welfare; clearly perceiving his own welfare, let him be intent on his own goal.

စကားပြေ။ ။ သူတပါးတို့၏ အကျိုးစီးပွားကြောင့် ဘယ်နည်းနှင့်မျှ
ကြီးကျယ်သော ကိုယ်ကျိုး ကိုယ့်စီးပွားကို မဆုတ်
ယုတ်စေရာ။ ကိုယ့်ကျိုး ကိုယ့်စီးပွားကို ကောင်းစွာသိ၍ မိမိအကျိုးကို
တိုးပွားအောင် ဆောင်ရွက် အားထုတ်ရာ၏။

အတ္တဝဂ်—ကိုယ်အုပ်စုပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း (၁၃)

လောကဝဂ်-လောကအုပ်စု

၁၃၇။ ဒဟရဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ နေတော်
မူသောအခါ ရဟန်းငယ်တပါးသည် ဝိသာခါဒါယိကာမ၏ အိမ်၌
ဆွမ်းတုဉ်းပေးသွား၏။ ဝိသာခါ၏ မြေးဖြစ်သော သတ္တိသမီးသည်
လည်း တွားအေးကိုယ်စား ရဟန်းများကို ဆွမ်းလုပ်ကျွေး၏။ ထိုသတ္တိ
သမီးသည် ရေခွက်၌ မိမိမျက်နှာရိပ်ကိုမြင်၍ ပြုံး၏။ ရဟန်းငယ်လည်း
ပြုံး၏။ သတ္တိသမီးလေးက ဦးခေါင်း ပြတ်ပြီးသောသူက ပြုံးသေး

၁၆၇။ ဟိနံ ဓမ္မံ န သေဝေယျ၊
ပမာဒေန န သံဝသေ။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိံ န သေဝေယျ၊
န သိယာ လောကဝစုနော။

အနက်—

ဟိနံ ဓမ္မံ၊ ယုတ်နိမ့်သော တရားကို။ ဝါ၊ အပါယ်လေးရပ်
ကျစေတတ်သော ဆိုးဝါးယုတ်မာ ကိလေသာ တရားကို။ န
သေဝေယျ၊ မမှီဝဲပဲ ရှောင်လွှဲရာ၏။ ပမာဒေန၊ မေ့လျော့
ပေါ့ဆသဖြင့်။ န သံဝသေ၊ မနေရာ။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိံ၊ မှားယွင်း
ယုတ်မာ ယူမိစ္ဆာကိုလည်း။ နသေဝေယျ၊ မယုံကြည် မမှီဝဲရာ။
ဝေံ၊ ဤသို့ ပြုအပ်သည်ရှိသော်။ လောကဝစုနော၊ လောကကို
ကျယ်ပြန့်စေသည်။ န သိယာ၊ မဖြစ်စေရာ။

သလောဟုဆို၏။ ရဟန်းငယ်သည် အမျက်ထွက်၍ နင်လည်းဦးခေါင်း
ပြတ်မ၊ နင့်မိဘ ဘွားအေတို့လည်း ဦးခေါင်းပြတ်မ တွေတည်းဟု
ဆဲခရီးလေ၏။ သတို့သမီးငယ်လည်း ငို၍ ဝိသာခါအား ပြော၏။
ဝိသာခါလည်း နှစ်ယောက်လုံးကိုပင် စိတ်ကျေနပ်အောင် မတတ်နိုင်။
ထိုခဏ၌ ဘုရားရှင် ကြွလာတော်မူ၍ ဤအကြောင်းကို လျှောက်လျှင်
ရဟန်းငယ်ကို ဆုံးမခြင်းငှါ “ဟိနံ ဓမ္မံ န သေဝေယျ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၇။ အယုတ်တရား ရှောင်ရှားနေလေ၊
မေ့လျော့ပေါ့ဆ ကင်းပအောင်နေ၊
အယူမှိုက်မှား ပယ်ရှားပစ်လေ၊
လောကအား မပွားကျယ်ပြန့်စေ။

167. Do not serve mean ends; do not live in heedlessness; do not embrace false views; do not be a world-upholder.

စကားပြေ။ ။ ယုတ်မာသော ကိလေသာတရားတို့ကို လိုက်၍ မနေရာ။
(မမှီဝဲပဲ ရှောင်ကြည်ရာ၏။) မေ့လျော့ပေါ့ဆသဖြင့်
မနေရာ။ မိစ္ဆာ အယူတို့ကိုလည်း မယုံကြည် မမှီတွယ်ရာ။ လောကကို
ကျယ်ပြန့်အောင် မဖြစ်စေရာ။

mean

embrace

false views

world-upholder

ယုတ်နိမ့်သော

ယုံကြည်မှီတွယ်သည်

မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိများ၊ (မှားသောအယူများ)

လောကကို ကျယ်ပြန့်အောင်

၁၃၈။ သုဒ္ဓေါဒန ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် နိဂြောဓသရုံ ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ရဟန္တာအပေါင်း နှစ်သောင်းနှင့်တကွ ကပိသဝတ်ပြည်သို့ အိမ်စဉ်အတိုင်း ဆွမ်းခံဝင်တော်မူရာတွင် သုဒ္ဓေါဒန မင်းကြီးသည် လျင်မြန်စွာနန်းထက်က ဆင်း၍လာပြီးသော် ဘုရားရှင်ကို ရှိခိုးလျက် အရှင်ဘုရား အကျွန်ုပ်တို့ “အသမ္ဘိန္ဒ ခတ္တိယ မင်းမျိုးသည် တောင်းစားရိုးမရှိ ကြီးဘိဂုဏ်အင် ဆင်များ၊ မြင်းများ၊ ရွှေရထားဖြင့် သွားနေကျဖြစ်လျက် မရွံ့မရှက် အိုး ခွက် လက်စွဲ မျက်နှာမဲ့နှင့် ပြုခဲ့သည့်

၁၆၈။ ဥတ္တိဋ္ဌေ နပ္ပမဇ္ဇေယျ၊
ဓမ္မံ သုစရိတံ စရေ။
ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊
အသ္မိံ လောကေ ပရမိံ စ။

အနက်—

ဥတ္တိဋ္ဌေ၊ အိမ်စဉ်မပြတ် ရပ်တည်၍ ရသော ဆွမ်း၌။ နပ္ပမဇ္ဇေယျ၊ မမေ့ မလျော့ရာ။ သုစရိတံ၊ ကောင်းစွာ ကျင့်အပ်သော။ ဓမ္မံ၊ ဆွမ်းခံအကျင့်ကို။ စရေ၊ ကျင့်ရာ၏။ ဓမ္မစာရီ၊ ဆွမ်းခံကျင့်ဝတ် ပိဏ္ဏပါတ်ကို ကျင့်လေ့ရှိသော သူသည်။ အသ္မိံ လောကေ စ၊ ယခုပစ္စုပ္ပန် ဤဘဝ၌၎င်း။ ပရမိံ စ၊ တမလွန်လောက နောက်ဘဝ၌၎င်း။ သုခံ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာစွာ။ သေတိ၊ နေထိုင်ရလေသတည်း။

အမှု ပြုတော်မူဘိသည့်ဟု လျှောက်ရာတွင် အိမ်စဉ်မပြတ် ဆွမ်းခံဝတ်
ကား မချွတ်စေရ သမ္မုဒ္ဓတို့ ဝံသန္ဓယ်စစ် ကျင့်ရိုးဖြစ်သည်ဟု မိန့်

၁၆၉။ ဓမ္မစရေ သုစရိတံ၊
န နံ ဒုစရိတံ စရေ။
ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊
အသ္မိံ လောကေ ပရမ္ပိ စ။

အနက်—

သုစရိတံ၊ ကောင်းစွာကျင့်အပ်သော။ ဓမ္မ၊ တရားတော်ကို။
စရေ၊ ကျင့်ရာ၏။ ဒုစရိတံ၊ မကောင်းသဖြင့် ကျင့်အပ်သော။
န နံ၊ ထို အယုတ်တရားကို။ န စရေ၊ မကျင့်ရာ။ ဓမ္မစာရီ၊
တရားတော်ကို ကျင့်လေ့ရှိသော သူသည်။ အသ္မိံ လောကေ စ၊
ဤ ပစ္စုပ္ပန် လောက၌၎င်း။ ပရမ္ပိ စ၊ တမလွန်လောက နောင်
ဘဝ၌၎င်း။ သုခံ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ အေးမြချမ်းသာစွာ။ သေတိ၊
နေထိုင်ရလေ သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၈။ ဆွမ်းခံကျင့်လေ့ မမေ့စေရာ၊
ကောင်းစွာကျင့်အပ် ဆွမ်းရပ်ခံရာ၊
ဆွမ်းခံကျင့်မှ လောကနှစ်ဖြာ၊
နေထိုင်ရ အေးမြလွန်ချမ်းသာ။

168. Be not heedless in standing (at doors for alms); observe scrupulously (this) practice; he who observes this practice lives happily both in this world and the next.

စကားပြေ။ ။ ဆွမ်းခံကျင့်ဝတ် ပဋိပတ်၌ လုံ့လပြုပါ။ မမေ့မလျော့
လေနှင့် ကောင်းစွာကျင့်အပ်သော ဆွမ်းခံအကျင့်ကို
ကျင့်ဆောင်ရာ၏။ ကောင်းစွာကျင့်အပ် ဆွမ်းခံဝတ်သည် ဤလောက
ပစ္စုပ္ပန်၌၎င်း၊ တမလွန်လောက၌၎င်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ အေးမြချမ်းသာစွာ
နေထိုင်ရ၏။

တော်မူ၍ “ဥတ္တိဋ္ဌေ နပ္ပမဇ္ဇေယျ ဓမ္မံ သုစရိတံ စရေ” “ဓမ္မံ စရေ သုစရိတံ” နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၆၉။ တရားအမြတ် ကျင့်အပ်လေသည်၊
အယုတ်တရား ပယ်ရှားလေပြီ၊
တရားကျင့်က လောကနှစ်လီ၊
နေထိုင်ရ အေးမြချမ်းသာသည်။

169. Observe scrupulously (this) practice; do not observe it unscrupulously; he who observes this practice lives happily both in this world and the next.

စကားပြေ။ ။ ကောင်းစွာကျင့်အပ်သော တရားတော်ကို ကျင့်ရာ၏။
မကောင်းသဖြင့် ကျင့်အပ်သော ထိုအယုတ် တရားကို
မကျင့်ရာ။ တရားတော်ကို ကျင့်လေ့ ရှိသော သူသည် ဤပစ္စုပ္ပန်
လောက၌၎င်း၊ တမလွန်လောက နောက်ဘဝ၌၎င်း ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ
အေးမြချမ်းသာစွာ နေထိုင်ရလေသတည်း။

၁၃၉။ ပဉ္စသတ ဝိပဿက ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော် မြတ်သည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ နေတော်
မူသောအခါ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းသော ရဟန်းငါးရာတို့သည် မိုးရွာ
တုန်းကာလ ရေပွက်ကိုမြင်၍ ဤရေပွက်ကဲ့သို့ မိမိ အတ္တဘောသည်
လည်း ဖြစ်၍ ပျက်သည်ဟု နှလုံးသွင်းကြရာတွင် ဂန္ဓကုဋီတိုက်၌ နေ

၁၇၀။ ယထာ ပုဗ္ဗုဠကံ ပဿေ၊

ယထာ ပဿေ မရီစိကံ။

ဧဝံ လောကံ အဝေက္ခန္တံ၊

မစ္စု ရာဇာ န ပဿတိ။

အနက်—

ပုဗ္ဗုဠကံ၊ ရေမြုပ် ရေပွက် ဖြစ်ပျက်ပုံကို။ ပဿေ ယထာ၊
ရှုကြည့်ရသကဲ့သို့၎င်း။ မရီစိကံ၊ မျက်လှည့်ကို။ ဝါ၊ တံလျှပ်ကို။
ပဿေ ယထာ၊ ယူ၍မရ အချည်းနှီးမျှသာဟု ရှုရ သကဲ့သို့၎င်း။
လောကံ၊ ခန္ဓာငါးပါးဟု ဆိုအပ်သော လောကကို။ ပဿေ၊
ဖြစ်ပြီး ပျက်ရ ယူမရသာ အချည်းနှီးပါတကားဟု အဖန်ဖန်
ရှုရာ၏။ ဧဝံ၊ ဤသို့။ လောကံ၊ ခန္ဓာအစရှိသော လောကကို။
အဝေက္ခန္တံ၊ ဖန်ဖန်စေ့ငှ ဉာဏ်စက္ခုဖြင့် ကြည့်ရှုသော ရဟန်း
ကို။ မစ္စု ရာဇာ၊ သတ္တဝါတို့၏ အသက်ကို ပယ်ဖျက်ချေခွင်း
ရှင်သေမင်းသည်။ န ပဿတိ၊ မမြင်နိုင်။

တော်မူလျက် ရောင်ခြည်တော်လွှတ်၍ ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ယထာ ပုဗ္ဗုဠကံ ပဿေ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုရဟန်းတို့သည် ရဟန္တာဖြစ်ကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၀။ ရေပွက်တံလျှပ် ဖြစ်လတ်ပမာ၊
ခန္ဓာငါးဝ လောကကိုသာ၊
ဖြစ်ပျက်ရှုစမ်း ရဟန်းမြတ်မှာ၊
ရှင်သေမင်း ထင်လင်း မမြင်ရာ။

170. Just as one would view a bubble, just as one would view a mirage; if a person thus looks upon the world, the King of Death sees him not.

စကားပြေ။ ။ရေမြှုပ် ရေပွက် ဖြစ်ပျက်နေပုံကို ရှုကြည့်ရသကဲ့သို့၎င်း၊
တံလျှပ်ကို ရှုကြည့်ရသကဲ့သို့၎င်း ဤကဲ့သို့ (အကြင်)
ပုဂ္ဂိုလ်သည် ခန္ဓာငါးပါးဟုဆိုအပ်သော လောကဖြစ်ပျက်ပုံကို ရှုကြည့်
နေလျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို သေမင်းသည် မမြင်နိုင်။

bubble	ရေမြှုပ်ရေပွက်
mirage	တံလျှပ်
the king of Death	သေမင်း

၁၄၀။ အဘယ ရာဇကုမာရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်
မူသောအခါ ကချေသည်မတယောက် သေရာတွင် သောကဖြစ်၍

၁၇၁။ ထေ ပဿထိမံ လောကံ၊

စိတ္တံ ရာဇရထူပမံ။

ယတ္ထ ဗာလာ ဝိသီဒန္တိ၊

နတ္ထိ သင်္ဂေါ ဝိဇာနတံ။

အနက်—

စိတ္တံ၊ အဆန်းတကြွယ် ရတနာခုနစ်ပါးတို့ဖြင့် ခြယ်အပ်
သော။ ရာဇရထူပမံ၊ မင်းစီးရထားကဲ့သို့ (ရွှေ၊ ငွေရတနာ အဝတ်
တန်ဆာတို့ဖြင့်) အဆန်းတကြွယ် ပြုပြင်ဆင်ယင်ထားသော။
ထေ၊ လောကံ၊ ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော ဤလောကကို။ ထေ-
ပဿထ၊ လာ၍ကြည့်ရှုပါလော။ ဗာလာ၊ တရားမကြိုက်
အမှားလိုက်သည့် လူမိုက်တို့သည်။ ယတ္ထ၊ အကြင်ခန္ဓာကိုယ်
တည်းဟူသော လောက၌။ ဝိသီဒန္တိ၊ စွဲလမ်းမှု မပြုတ်သဖြင့်
နစ်မြုပ်ရှာကြလေကုန်၏။ ဝိဇာနတံ၊ လိမ္မာ တတ်သိ ပညာရှိတို့
မှာကား။ သင်္ဂေါ၊ နှစ်သက်တွယ်တာ ကပ်ငြိစရာသည်။ နတ္ထိ၊
တကယ်တိတိ အမှန်ပင် မရှိလေကုန်သတည်း။

နေသော အဘယမင်းသားကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ထေ ပဿထိမံ
လောကံ ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ အဘယမင်းသား
သောတာပန်တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၁။ မင်း၏ရထား ဆန်းပြားဖြစ်ပုံ၊
ခန္ဓာငါးဝ လောက ရှုကုန်၊
ဗာလ လူယုတ် နစ်မြုပ် နေကုန်၊
စွဲမရှိ ကဝိ ပညာစုံ။

171. Come, behold this world, like an ornamented
royal chariot, wherein fools flounder, but for the wise
there is no attachment.

စကားပြေ။ ။ဆန်းဆန်းကြယ်ကြယ် ရတနာမျိုးစုံဖြင့် ခြယ်အပ်သော
မင်းစီးရထားကဲ့သို့ (ဝတ်စားတန်ဆာ ရတနာဖြင့်
ဆင်ယင်ထားသော ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော) ဤလောကကို လာ၍
ကြည့်ရှုကြလော။ တရားမလိုက် အမှားကြိုက်သည့် လူမိုက်တို့သည်သာ
ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော လောက၌ စွဲလမ်းနစ်မြုပ်ကြကုန်၏။ ပညာရှိ
တို့ အတုန် နှစ်သက်စွဲလမ်းခြင်းမရှိ အစွဲပြတ်လေတော့၏။

ornamented

အဆန်းတကြယ် တန်ဆာတို့ဖြင့် ခြယ်အပ်သော

flounder

နစ်မြုပ်သည်

၁၄၁။ သမ္ဗုဒ္ဓနတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ သမ္ဗုဒ္ဓန မထေရ်သည် ဘာဝနာကို အားမထုတ်ပဲ ကျောင်းပရိဝုဏ် ကိုသာ တံမြက်လှည်းလျက်နေလေ၏။ ရှင်ရေဝတ မထေရ် ဆုံးမ

၁၇၂။ ယော စ ပုဗ္ဗေ ပမဇ္ဇိတော၊

ပစ္ဆာ သော နပ္ပမဇ္ဇတိ။

သော'မံ လောကံ ပဘာသေတိ၊

အပ္ပာ မုတ္တောဝ စန္ဒိမာ။

အနက်—

ယော ဘိက္ခု၊ အကြင်ရဟန်းသည်။ ပုဗ္ဗေ၊ ရှေ့၌။ ပမဇ္ဇိတော၊ (ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို) မေ့လျော့ခဲ့ပါသော်လည်း။ ပစ္ဆာ၊ နောက်တဖန်ဖန် ပြန်လည်၍။ နပ္ပမဇ္ဇတိ၊ မမေ့မလျော့။ သော ဘိက္ခု၊ ထိုရဟန်းသည်။ အပ္ပာ၊ တိမ်တိုက်မှု။ မုတ္တော၊ လွတ်သော။ ဝါ၊ အပ္ပာမုတ္တော၊ တိမ်တိုက် မြူမှိန် သူရိန်မီးခိုးမှ ကင်းလွတ်သော။ စန္ဒိမာ ဣဝ၊ လမင်းကဲ့သို့။ ဣမံ လောကံ၊ ဤခန္ဓာဝသော လောကကို။ ပဘာသေတိ၊ ပညာတန်းဆောင် ဉာဏ်အရောင်ဖြင့် အမွှောင်မရှိရ တောက်ပ ထွန်းလင်းစေသတည်း။

ရာတွင်မှ ဘာဝနာကို အားထုတ်၍ ရဟန္တာဖြစ်သည်။ ဤအကြောင်းကို ဘုရား သိတော်မူရာတွင် “ယော စ ပုဗ္ဗေ ပမေဇ္ဇိတော” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၂။ ရွှေကမေ့လျော့ ပေါ့ပေါ့နေကာ၊
 နောက်မှ မမေ့ ကျင့်လေ့ရှိရာ၊
 တိမ်တိုက်မှကင်း လမင်း ပမာ၊
 လောကတွင်း ဉာဏ်လင်းထိုသူမှာ။

172. Whoever was heedless before and afterwards is not, such a one illumines this world like the moon freed from clouds.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ရဟန်းသည် ရွှေ၌ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မေ့လျော့
 မှု ရှိ၍ နောက်မှ သတိရကာ မပေါ့မဆဲဖြစ်လျှင် ထို
 ရဟန်းသည် တိမ်တိုက်မှ ကင်းသော လမင်းကဲ့သို့ ဤလောကကို
 ထွန်းလင်းစေ၏။

၁၄၂။ အင်္ဂုလိမာလတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ အင်္ဂုလိမာလမထေရ် ပရိနိဗ္ဗာန်ယူသည်ရှိသော် ဤမထေရ်သည်

၁၇၃။ ယဿ ပါပံ ကတံ ကမ္မံ၊

ကုသလေန ပိဓိယတိ။

သော'မံ လောကံ ပဘာသေတိ၊

အဗ္ဘာ မုတ္တောဝ စန္ဒိမာ။

အနက်—

ယဿ ဘိက္ခုနော၊ အကြင်ရဟန်းအား။ ကတံ၊ ပြုခဲ့ပြီး
သော။ ပါပံ ကမ္မံ၊ မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကို။ ကုသလေန၊
ကုသိုလ်ကောင်းမှုဖြင့်။ (အရဟတ္တမဂ်ကုသိုလ်ဖြင့်။) ပဟိယတိ၊
ပယ်ဖြတ်၏။ ပိဓိယတိ၊ ပိတ်ဖုံး၏။ သော ဘိက္ခု၊ ထိုရဟန်းသည်။
အဗ္ဘာ မုတ္တော၊ တိမ်တိုက်မှ လွတ်သော။ စန္ဒိမာ ဣဝ၊ လမင်းကဲ့သို့။
ဣမံ လောကံ၊ ဤ ခန္ဓာ အစရှိသော သင်္ခါရ လောကကို။
ပဘာသေတိ၊ ပညာတန်ဆောင် ဉာဏ်အရောင်ဖြင့် အမှောင်
မရှိရအောင် ထွန်းလင်းတောက်ပ စေလေ သတည်း။

များစွာသော လူတို့ကို သတ်၍ အဘယ်သို့ ပရိနိဗ္ဗာန် ယူမည်နည်းဟု
လျှောက်ကြရာတွင် “ယဿ ပါပံ ကတံ ကမ္မံ” ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၃။ ပြုခဲ့ပြီးစု ညစ်မှုတွေဟာ၊
ကောင်းမှုဖြင့်ဖုံး ချေမှုန်းကင်းကွာ၊
တိမ်တိုက်မှကင်း လမင်း ပမာ၊
လောကတွင်း ဉာဏ်လင်း ထိုသူမှာ။

173. Whoever, by good deed, covers the evil done, such a one illumines the world like the moon freed from clouds.

စကားပြေ။ အကြင် ရဟန်းသည် ပြုခဲ့ပြီးသော မကောင်းမှု
အကုသိုလ်ကို ကောင်းမှုဖြင့် ပိတ်ဖုံးလိုက်မိလျှင် တိမ်
တိုက်မှကင်းသော လမင်းသည် ဤလောကကို တောက်ပစေသကဲ့သို့
ထိုရဟန်းသည်လည်း ဤသင်္ခါရလောကကို ဉာဏ်ရောင်ဖြင့် ထွန်းလင်း
တောက်ပစေ၏။

covers

ပိတ်ဖုံးသည်

illumines

ထွန်းလင်းစေ၏

၁၄၃။ ပေသကာရဓိတာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် အဂ္ဂါဠာစေတီ၌ နေတော်မူသောအခါ
အာဠာဝိပြည်သားတို့သည် ဘုရားရှင်ကိုပင့်၍ ဆွမ်းလုပ်ကျွေးကုန်၏။
ဘုရားရှင်သည် ဆွမ်းစားပြီးသောအဆုံး၌ အနုမောဒနာတရား
မဟောသေးပဲ သေခြင်းတရား အမြဲပွားနေသော ယက်ကန်းသည်
သမီးငယ်တယောက်ကို ငုံ့လင့်တော်မူ၍ ဆိတ်ဆိတ်နေလေ၏။ သတို့
သမီးလည်း အိမ်မှ ယက်ဖောက်ရောက်၍ လာပြီးလျှင် ယက်ဖောက်
တောင်းကို အဘထံသို့ ပို့ချေဦးအံ့။ ပြန်မှ တရားတော်ကို နာအံ့ဟု
ကြံ၍ သွားမည်ရှိရာတွင် ဘုရားရှင်သည် သတို့သမီးသွားသည်ရှိသော်
ဂတိမမြဲသော ပုထုဇဉ်အဖြစ်ဖြင့် သေရလတ်သည်ကို မြင်တော်မူ၍
ရွှေမုရိုးစည်နှင့်တူသော လည်တော်ကိုဆန့်တော်မူ၍ ချမ်းမြေ့ကြည်လင်
သော မျက်စိဖြင့် သတို့သမီးကို ကြည့်တော်မူလျှင် သတို့သမီးသည်
အလိုလိုသိ၍ ရွှေတော်သို့လာ၍ ရှိခိုးလျက်နေလေ၏။ ဘုရားရှင်သည်

၁၇၄။ အန္ဓဘူတော အယံ လောကော၊

တနုကေ'တ္ထ ဝိပဿတိ။

သကုဏော ဇာလမုတ္တော၊

အပ္ပေါ သဂ္ဂါယ ဂစ္ဆတိ။

အနက်— အယံ လောကော၊ ဤလူများအပေါင်းသည်။ အန္ဓဘူတော၊
ပညာစက္ခု မရှိမထင် မမြင်လမ်းပန်း အကန်းအတိသာဖြစ်၏။
တ္ထ၊ ဤလူများအပေါင်း၌။ တနုကော၊ အနည်းငယ်မျှသော
သူသည်။ ဝိပဿတိ၊ အနိစ္စ စသည်၏ အစွမ်းဖြင့် တရားကို
သိမြင်နိုင်၏။ ဇာလမုတ္တော၊ မုဆိုးလက်နက် ပိုက်ကွန်ယက်မှ
လွတ်ထွက်နိုင်သော။ သကုဏော၊ ငှက်သည်။ အပ္ပေါ ဣပ၊
နည်းပါးသကဲ့သို့။ ဇာလမုတ္တော၊ မရဏကွန်ယက် သေမင်း
လက်မှ လွတ်ထွက်၍။ သဂ္ဂါယ၊ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်သို့။ ဂစ္ဆတိ၊
သွားရောက်ရသောသူသည်။ အပ္ပေါ၊ နည်းပါးလှပေသတည်း။

သတို့သမီးငယ် သင်အဘယ်မှ လာသနည်းဟု မေးတော်မူလျှင်
 တပည့်တော်မ မသိပါဟု လျှောက်၏။ အဘယ်သို့သွားမည်နည်းဟု
 မေးတော်မူလျှင် မသိပါဟုလျှောက်၏။ သင်မသိလောဟုမေးတော်မူ
 လျှင် တပည့်တော်မ သိပါ၏ဟု လျှောက်၏။ သင်သိ၏လောဟု
 မေးတော်မူလျှင် မသိပါဟုလျှောက်၏။ ပရိသတ်တို့သည် သတို့သမီး
 ငယ်ကို ကဲ့ရဲ့ကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် သတို့သမီးကိုခေါ်၍ သင် ဖြေအပ်
 သောစကားလေးခွန်းကို အသေအချာလျှောက်ဦးလော့ဟု မိန့်တော်
 မူလျှင် အရှင်ဘုရား တပည့်တော်မသည် ဘယ်ဘဝမှလော့ခွဲရမှန်းလည်း
 မသိပါ။ ဘယ်ဘဝသို့သွားရမှန်းလည်း မသိပါ။ သေရမည်ကေန်ဟု
 သိပါ၏။ နေ့သေမည်-ညသေမည် ဘယ်ကာလဝယ်သေမည်မသိပါဟု
 လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်လည်း လေးကြိမ် ကောင်းချီးပေးတော်မူ၍
 တရားဟောတော်မူခြင်းငှါ “အန္ဓဘူတော အယံ လောကော” ဂါထာ
 ကို ဟောတော်မူသည်။ သတို့သမီးသည်သောတာပန်ဖြစ်၍ အာဇာတံ
 သွားသည့်ရှိသော် ယက်ကန်းထိပ်နှင့်ဆောင့်မိ၍ သေလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၄။ လောကတိုက်ခန်း သူကန်းများစွာ၊
 အနိစ္စမြင် နည်းလျှင်ရှိတာ၊
 ပိုက်ကွန်လွတ်သွား ငှက်များပမာ၊
 နည်းငယ်မျှ ရောက်ရ နတ်ခြောက်ရွာ။

174. Blind is this world; few are there who clearly
 see; as birds that escape from a net few go to heaven.

စကားပြေ။ ။ ဤလောကရှိ လူအပေါင်းသည် (ပညာမျက်စိမစုံသည့်
 အတွက်) သူကန်းတို့သာ ဖြစ်နေကြ၏။ အနိစ္စ စသော
 တရားသဘောကို မြင်သူနည်းပါးလှ၏။ မုဆိုးလက်နက် ပိုက်ကွန်ယက်မှ
 လွတ်ထွက်နိုင်သော ငှက်သည် နည်းပါးသကဲ့သို့ မရဏကွန်ယက် သေမင်း
 လက်မှ လွတ်မြောက်၍ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်သွားရသူကား နည်းပါးလှပေ၏။

clearly
 escape

ရှင်းရှင်း လင်းလင်း
 လွတ်မြောက်သည်

၁၄၄။ တိံသဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ အာဂန္တုရဟန်း သုံးကျိပ်တို့သည် ဘုရားအထံတော်မှ သာရဏိယ

၁၇၅။ ဟံသာ'ဒိစ္စပထေ ယန္တိ၊

အာကာသေ ယန္တိ ဣဒ္ဓိယာ။

နိယန္တိ ဓီရာ လောကဗျာ၊

ဇေတုာ မာရံ သဝါဟိနိံ။

အနက်—

ဟံသာ၊ ဟင်္သာငှက်တို့သည်။ အာဒိစ္စပထေ၊ နေ၏
လမ်းကြောင်း၊ ကောင်းကင်ခရီး၌။ ယန္တိ၊ လှည့်လည်သွားလာ
ကြကုန်၏။ ဣဒ္ဓိယာ၊ တန်ခိုးရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ အာကာသေ၊
အဇာဋ္ဌာပြင် ထက်ကောင်းကင်၌။ ယန္တိ၊ သွားလာကုန်၏။
ဓီရာ၊ ပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ သဝါဟိနိံ၊ စစ်သည်ဗိုလ်ပါနှင့်
တကွသော။ မာရံ၊ လွန်စွာထန်ပြင်း မာရ်နတ်မင်းကို။ ဇိတုာ၊
အောင်မြင်၍။ လောကဗျာ၊ လောကသုံးပါးမှ။ နိယန္တိ၊
ထွက်မြောက်ကြလေကုန်သတည်း။

တရားကိုနာ၍ ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တရဟန္တာဖြစ်၍ ကောင်းကင်သို့သွားကြ
လေသည်ကို အကြောင်းပြု၍ “ ဟံသာ’ဒိစ္စပထေ ယန္တိ ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၅။ နေ၏လမ်းမှာ ဟင်္သာပုံသွင်၊
ကောင်းကင်လေမြင့် ကြွလင့်တုန်းရှင်၊
ကိလေသာမာရ် တွင်းရန်အောင်မြင်၊
လောကသုံး လွတ်ရုံး ပညာရှင်။

175. Swans go on the path of the sun ; (men) go
through air by psychic powers. The wise are led away
from the world, having conquered Māra and his host.

စကားပြေ။ ။ဟင်္သာငှက်တို့သည် ကောင်းကင်စခန်း နေ၏လမ်း၌
လှည့်မြန်း သွားလာကြကုန်၏။ တန်ခိုးကြီးမား ပုဂ္ဂိုလ်
များတို့သည် တန်ခိုးဗျူဟာဖြင့် ကောင်းကင်စခန်း၌ လှည့်မြန်းသွားလာ
ကြကုန်၏။ ပညာရှိတို့သည် စစ်သည် ဗိုလ်ပါနှင့်တကွ မာရ်မင်းကို
အောင်မြင်လျက် လောကသုံးပါးမှ လွတ်မြောက်ကြကုန်၏။

psychic

နာမ်ဝိညာဉ်နှင့်ဆိုင်သော

powers

တန်ခိုးများ

host

ဗိုလ်ပါ ဗိုလ်ခြေ

၁၄၅။ စိဉ္ဇမာဏဝိကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ဟန်သဏ္ဌာန်ပြု၍ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို သူ့လင် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် မကောင်းအောင်စွပ်စွဲသော စိဉ္ဇမာဏဝိကာ မိန်းမ

၁၇၆။ ဧကံ ဓမ္မံ အတိတဿ၊
မုသာဝါဒိဿ ဇန္တုနော။
ဝိတိဏ္ဏပရလောကဿ၊
နတ္ထိ ပါပံ အကာရိယံ။

အနက်—

ဧကံ ဓမ္မံ၊ တခုတည်းသော သစ္စာတရားကို။ အတိတဿ၊ လွန်ကျူး၍။ ဝါ၊ လွန်သော။ မုသာဝါဒိဿ၊ လိမ် ဝါ ညာ ဖြန်းသော စကားကို ပြောဆိုလေ့ရှိသော။ ဝိတိဏ္ဏပရလောကဿ၊ ဟမလွန်လောကအတွက် စဉ်းစားမှုမရှိသော။ ဝါ၊ ချဲ့အပ်သော ဟမလွန်လောကရှိသော။ ဇန္တုနော၊ သတ္တဝါ အား။ အကာရိယံ၊ မပြုလုပ်မိသော။ ပါပံ၊ မကောင်းမှုမည်သည့်။ နတ္ထိ၊ မရှိလေသတည်း။

ယုတ်ကို မြေမျိုလေသည်ဟု ပြောဆိုကြကုန်သော ရဟန်းတို့အား
တရား ဟောတော်မူခြင်းငှါ “ကေံဓမ္မံ အတိတဿ” ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၆။ အမွန်တရား ကျော်လွှားထင်ထင်၊
ချွတ်ယွင်းစကား များများပြောချင်၊
နောက်ဘဝများ စဉ်းစားမဝင်၊
မပြုရဲ ပြစ်လဲမရှိထင်။

176. There is no evil that cannot be done by a lying person, who has transgressed the one law (of truthfulness) and who is indifferent to a world beyond.

စကားပြေ။ ။ အမွန်တရား သစ္စာစကားကို ပြစ်မှားလွန်ကျူး၍
လိမ် ဝါညာဖြန်းသော စကားကို ဆိုကာ တမလွန်
လောကအတွက် စဉ်းစားမှုမရှိသော သူအား မကောင်းမှုဟူသမျှ မပြု
ရဲတာမရှိ ပြုရဲသည် သာဟည်း။

lying

မုသားပြောတတ်သော

ဗုဒ္ဓ၊ တိကာ-၂၂

၁၄၆။ အသဒိသဒါန ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဓဇတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ကောသလမင်းကြီးသည် လူအပ်သော အသဒိသဒါန၌ ဝန်တိုစိတ်ရှိ၍ နိုင်ငံမှ နှင်ထုတ်အပ်သော ကာဠအမတ်၊ ဝမ်းမြောက်

၁၇၀။ န ဝေ ကဒရိယာ ဒေဝလောကံ ဝဇန္တိ၊

ဗာလာ ဟဝေ နပ္ပသံသန္တိ ဒါနံ။

မီရော စ ဒါနံ အနုမောဒမာနော၊

တေနော သော ဟောတိ သုခိ ပရတ္ထ။

အနက်—

ကဒရိယာ၊ ဝန်တိုစဉ်းလဲသော သူတို့သည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ဒေဝလောကံ၊ နတ်ပြည် နတ်ရပ်သို့။ ဝ၊ စတုမဟာ ဝတိံသာ နှင့် ယာမာတုံသီ စသည့်ခြောက်ထပ် နတ်တို့ရပ်သို့။ န ဝဇန္တိ၊ မရောက်နိုင်ပေ။ ဗာလာ၊ အမှားစရိုက် ထိုလူမှိုက်တို့သည်။ ဟဝေ၊ စင်စစ်။ ဒါနံ၊ သဒ္ဓါဖြူဖွေး အလှူပေးခြင်းကို။ နပ္ပသံသန္တိ၊ မချီးမွမ်းနိုင်ကြကုန်။ မီရော စ၊ ပညာရှိသော သူသည်သာလျှင်။ ဒါနံ၊ သဒ္ဓါဖြူဖွေး အလှူပေးခြင်းကို။ အနုမောဒမာနော၊ နှစ်သက်ပမ်းမြောက်၏။ သောမီရော၊ ထိုပညာရှိသောသူသည်။ ပရတ္ထ၊ တမလွန်လောက် နောက်တဝဉ်။ သုခိ၊ အထက်တန်းကျကျ ချမ်းသာရသည်။ ဟောတိ၊ ပြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၈။ ဝန်တိုစိတ်စော နှမြောသုမ္မာ၊
 နတ်တို့ထံမှောက် မရောက်နိုင်ပါ၊
 လူမိုက်ဗာလ ဒါနကိုသာ၊
 မချီးမွမ်း နှုတ်ခမ်း စုလို့သာ၊
 ပညာရှိများ လှူအား ဝမ်းသာ၊
 ထို့ကြောင့်ပဲ နောင်လဲ ချမ်းသာမှာ။

177. Verily, the misers go not celestial realms. Fools do not indeed praise liberality; the wise man rejoices in giving and thereby becomes happy thereafter.

စကားပြေ။ ။ ဝန်တိုစိတ်စော နှမြောသောသူတို့သည် စင်စစ်
 နတ်ပြည်သို့ မရောက်နိုင်ပေ။ လူမိုက်မှန်သမျှ အလှူ
 ဒါနကို မချီးမွမ်းနိုင်ကြ။ (နှုတ်ခမ်းတစုနှင့် ကဲ့ရဲ့တတ်ကြ၏။) သို့ရာတွင်
 ပညာရှိသာလျှင် ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်းကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သာဓု
 အနုမောဒနာ ပြုနိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ပညာရှိသည် နောက်ဘဝ အဆက်
 ဆက် ချမ်းသာ ရရှိလေ၏။

celestial	ဟောင်းကင်တုံနှင့်ဆိုင်သော
realms	နိုင်ငံများ
liberality	ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း

} နတ်ပြည်
 } ကြွေးပြည်

၁၄၇။ အနာထပိဏ္ဍိက ပုတ္တကာလ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ အနာထပိဏ္ဍိကသူဌေးသည် မိမိသား ကာလကို မြတ်စွာဘုရားထံ တော်သို့ မသွားလိုသောကြောင့် အသပြာတထောင်ပေးမည် မြတ်စွာ ဘုရားအထံသို့သွား၍ တပုဒ်သော ဂါထာကို သင်ချေဟု ဖေလွှတ် လိုက်၏။ သူဌေးသားသည် ဂါထာကိုသင်ရာတွင် သောတာပန်ဖြစ်၍ အိမ်သို့ရောက်လျှင် အဘပေးသော အသပြာတထောင်ကို မယူပဲ

၁၇၈။ ပထဗျာ ကေရဇ္ဇေန၊

သဂ္ဂဿ ဂမနေန ဝါ။

သဗ္ဗလောကာဓိပစ္စေန၊

သောတာပတ္တိဖလံ ဝရံ။

အနက် -

ပထဗျာ၊ မြေတပြင်လုံး၌။ ကေရဇ္ဇေန၊ စိုးစံရသော စကြဝတေးမင်း၊ မြတ်ရသည်ထက်၎င်း။ သဂ္ဂဿ၊ နတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်သို့။ ဂမနေန ဝါ၊ သွားရောက်ရသည်ထက်၎င်း။ သဗ္ဗလောကာဓိပစ္စေန ဝါ၊ အလုံးစုံသော လောကကို အစိုးရ ဘည်ထက်၎င်း။ သောတာပတ္တိဖလံ၊ သောတာပတ္တိဖိုလ်သည်။ ဝရံ၊ မြင့်မြတ်လှပေသတည်း။

နေလေ၏။ ဤအကြောင်းကို သူဌေးသည် ဘုရားရှင်အား
လျှောက်သော် သောတာပန်တည်ကြောင်းကိုပြ၍ တရားဟောခြင်း
ငှါ “ ပံထဗျာ ကေရဇ္ဇေန ” ဂါယာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၈။ မြေပြင်လုံးမှာ စကြာမင်းမှန်၊
နတ်ဗြဟ္မာမြတ် ရောက်လတ်တဖန်၊
လောကအားလုံး သိမ်းကျုံးစိုးစံ၊
ထို့ထက်မြတ် ရောက်လတ် သောတာပန်။

178. Better than sole sovereignty over the earth,
better than going to heaven, better than even lordship
over all the worlds is the Fruit of a Stream-winner.

စကားပြေ။ ။ ကမ္ဘာ့မြေပြင် ခြေတော်တင်ပြီး စိုးစံအုပ်ချုပ်မင်းလုပ်
နေသော စကြာမင်းအဖြစ်ထက်၎င်း၊ နတ်ပြည် ဗြဟ္မာ
ပြည် သွားရောက်ရသည်ထက်၎င်း၊ လောကအားလုံး သိမ်းကျုံးစိုးစံ
ရခြင်းထက်၎င်း သောတာပတ္တိဖိုလ်သည် မြက်၏။

လောကဝဂ်--လောဟဒုပ္ပပါဒ်ဦး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ
အခန်း (၁၄)
ဗုဒ္ဓဝဂ်-ဘုရားအုပ်စု

၁၄၈။ မာရဓီတရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဗောဓိဏ္ဍိုင် အဇပါလ ညောင်ပင်ရင်း၌
နေတော်မူသောအခါ တဏှာ အရတိ ရာဂါမည်သော မာရ်နတ်သမီး

၁၇၉။ ယဿ ဇိတံ နာဝဇီယတိ၊
ဇိတံ မဿ နောယာတိ ကောစိ လောကေ။
တံ ဗုဒ္ဓမနန္တဂေါစရံ၊
အပဒံ ဂေန ပဒေန နေဿထ။

အနက်—

ယဿ၊ အကြင် မြတ်စွာဘုရား၏။ ဇိတံ၊ ကိလေသာကို
အောင်မြင်ခြင်းသည်။ နာဝဇီယတိ၊ တဖန် ရှုံးခြင်းသို့မရောက်။
(တနည်း။ ယဿ၊ အကြင်မြတ်စွာဘုရားသည်။ ဇိတံ၊ အောင်အပ်
ပြီးသော ကိလေသာကို။ နာဝဇီယတိ၊ နောက်ပပ် တဖန်
အောင်ဘွယ်မရှိ။) လောကေ၊ လောက၌။ အဿ၊ မကိုဉ်
သရဗ္ဗ ဖြစ်တော်မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားအား။ ဇိတံ၊ အောင်မြင်
အပ်ပြီးသော ကိလေသာစုသည်။ ကောစိ နောယာတိ၊ ဟုတ်တရား
အစဉ်မလိုက်နိုင်။ အနန္တဂေါစရံ၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်၏ အစွမ်းဖြင့်
အဆုံး မရှိသော ဂျက်စားရာ အာရုံရှိတသော။ အပဒံ၊ ရာဂ
စသော ဘဝ၏ ဖြစ်ပေါ်ရာ အကြောင်းလည်း မရှိတသော။
တံ ဗုဒ္ဓံ၊ ထိုမြတ်စွာဘုရားကို။ ဂေန ပဒေန၊ အဘယ်လမ်း
ကြောင်းဖြင့်။ တုဗ္ဗေ၊ သင်တို့သည်။ နေဿထ၊ အောင်နိုင်
ကုန်အံ့နည်း။

သုံးယောက် တို့သည် အထူးထူး အပြားပြားသော အလှမယ်
ကညးပျိုဟန် ဖန်ဆင်းကုန်လျက် ဘုရားရှင်ကို ကာမဂုဏ်ဖြင့်
ဖြားယောင်းပြောဆိုလာကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် ထို နတ်သမီးတို့၏

၁၈၀။ ယဿ ဇာလိနိ ဝိသတ္တိကာ၊

တဏှာ နတ္ထိ ကုဟိဉ္စိ နေတဝေ။

တံ ဗုဒ္ဓမနန္တဂေါစရံ၊

အပဒံ ဂေန ပဒေန နေဿထ။

အနက်—

ယဿ၊ အကြင် မြတ်စွာဘုရားအား။ ကုဟိဉ္စိ၊ တစုံတခု
သော လောကသို့။ နေတဝေ၊ ဆောင်ခြင်းငှါ။ ဇာလိနိ၊
ရစ်ပတ်မြွေးယှက် ကွန်ရက်နှင့် တူစွာလှသော။ ဝိသတ္တိကာ၊
အဆိပ်လျင်သော သဘောရှိသော။ တဏှာ၊ တဏှာသည်။ နတ္ထိ၊
မရှိ။ အနန္တဂေါစရံ၊ သဗ္ဗညုတဉာဏ်၏ အစွမ်းဖြင့် အဆုံး
မရှိသော ကျက်စားရာ အာရုံရှိလှသော။ အပဒံ၊ ရာဂ စသော
ဘဝ၏ ဖြစ်ပေါ်ရာ အကြောင်းလည်း မရှိလှသော။ တံ ဗုဒ္ဓံ၊
ထိုမြတ်စွာဘုရားကို။ တုမေ၊ သင်တို့သည်။ နေဿထ၊ ဆောင်
နိုင်ကုန်အံ့နည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၇၉။ အောင်တော်မြတ်ဖျား အောင်ထားကိလေ၊

အောင်ဘွယ်နောက်ထပ် လိုအပ်မနေ၊

လောကအကြိုက် မလိုက်ကိလေ၊

မြတ်ဘုရား ကြောင်းကားကင်းလို့နေ၊

ဘယ်လမ်းဖြင့် ဆောင်သင့်မြတ်စီနေ။

အမူအရာကို နှစ်သက်တော်မမူသောကြောင့်“ယဿ ဇိတံ နာဝဇီယတိ
ယဿ ဇာလိနီ ဝိသတ္တိကာ”နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

179. Him whose conquest (of passion) is not turned into defeat, whose conquest no one in the world approaches, him, the trackless Buddha of infinite range—by what way will you lead him?

စကားပြေ။ ။အကြင် မြတ်စွာဘုရား၏ ကိလေသာကို အောင်တော်
မူခြင်းသည် တဖန်ရှုံးခြင်းသို့ပြန်မရောက်။ (နောက်ထပ်
အောင်ဖွယ်မရှိ) ဤလောက၌ မကိုဋ်တဆူ အောင်တော်မူမြတ်ဘုရား၏
အောင်အပ်ပြီးသော ကိလေသာစုသည် တစုံတခုမှ အစဉ်မလိုက်နိုင်
တော့ပေ။ ရာဂစသော အဝဖြစ်ပေါ်ရာ အကြောင်းမရှိသည့် သဗ္ဗညု
ဉာဏ်ရှင် ဘုရားသခင်ကို အဘယ် လမ်းကြောင်းဖြင့် ဆောင်နိုင်ကုန်
မည်နည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၈၀။ တစုံတဝ လောကသို့ပင်၊
ဝိသုဒ္ဓိနတ်မင်း ဆောင်ခြင်းငှာလျှင်၊
ရစ်ပတ်မွေးယှက် ကွန်ရက်အသွင်၊
တဏှာရှင်း ကြောင်းတင်း ဉာဏ်တော်ရှင်။

180. Him in whom there is not that entangling, embroiling craving to lead (to any life), him the trackless Buddha of infinite range—by what way will you lead him?

စကားပြေ။ ။တစုံတခုသော လောကသို့ ဆောင်ခြင်းငှာ ရစ်ပတ်
မွေးယှက် ကွန်ရက်အသွင် အဆိပ်လျှင်သော သဘော
ရှိသည့် တဏှာရာဂသည် အောင်တော်မူမြတ်ဘုရား၌ တစုံတရာမရှိပါပဲ
လျက် ရာဂစသော အဝဖြစ်ပေါ်ရာ အကြောင်းမရှိသည့် သဗ္ဗညု
ဉာဏ်တော်သခင် ဘုရားရှင်ကို အဘယ်လမ်းကြောင်းဖြင့် ဆောင်နိုင်
ကုန်မည်နည်း။

၁၄၉။ ဒေဝေါရောဟဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် တောင်တံခါးအနီး ကဏ္ဍ
ဥယျာဉ်စောင့်သည် စိုက်အပ်သော သရက်ပင်ရင်း၌ တိတ္ထိတို့ကို
နှိမ်နှင်းခြင်းငှါ ခေမီးအစရှိသော တန်ခိုးပြာဋိဟာကိုပြတော်မူပြီးသည့်
အဆုံး၌ နှစ်လှမ်း သုံးဖဝါးဖြင့် ဟာဝတိသံသယံ တက်တော်မူ၍
ပင်လယ်ကသစ်ပင်၏ အရင်းဝယ် ခင်းထားအပ်သော ပဏ္ဍုကမ္မလာ
ထက်၌ မယ်တော်ဖြစ်ဘူးသော သန္တုဿိတနတ်သားကို အကြီးအမှူး
ပြု၍ တသောင်းသော စကြဝဠာမှ လာကုန်သော နတ်ဗြဟ္မာတို့အား
အဘိဓမ္မာဒေသနာတော်ကို ဝါတုင်းသုံးလပတ်လုံး ဟောတော်မူ၍
ဝါကျွတ်သောအခါ သိကြားမင်းသည် ဖန်ဆင်းအပ်သော ရွှေ
စောင်းတန်း၊ ငွေစောင်းတန်း၊ ပတ္တမြားစောင်းတန်း ဟု ဆိုအပ်သော
စောင်းတန်း သုံးသွယ်ဖြင့် နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်း ခြံရံအပ်သည်ဖြစ်၍
ခြောက်သွယ်သော ရောင်ခြည်ဖောက်ကို လွှတ်လျက် ဘုရား၏တင့်တယ်

၁၀၀။ ယေ ဈာနပသုတာ ဓီရာ၊
နေက္ခမ္မုပသမေ ရတာ။
ဒေဝါပိ ကေသံ ပိဟယန္တိ၊
သမ္မုဒ္ဓါနံ သတိမတံ။

အနက်—

ယေ ဓီရာ၊ အကြင် ပညာရှိတို့သည်။ ဈာနပသုတာ၊ ဈာန်
တရား၌ မပြတ်လေ့ကျက်ကုန်၏။ နေက္ခမ္မုပသမေ၊ ကာမဂုဏ်မှ
ထွက်မြောက်ခြင်း ကိလေသာငြိမ်းခြင်း၌။ ရတာ၊ မွေ့လျော်
ကုန်၏။ သမ္မုဒ္ဓါနံ၊ သစ္စာလေးပါးကို သိကုန်သော။ သတိမတံ၊
လွန်ကဲသော သတိရှိကုန်သော။ ကေသံ ဓီရာနံ၊ ထိုပညာရှိ
တို့အား။ ဒေဝါပိ၊ နတ် ဗြဟ္မာများသည်ပင်။ ပိဟယန္တိ၊
ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။

ခြင်းဖြင့် သင်္ကဿနဂိုရ်ပြည်သို့ ဆင်းတော်မူရာ ရှင်သာရိပုတ္တရာသည် ဤသို့သောအံ့ဘွယ် တင့်တယ်တော်မူခြင်းကို မြင်လျှင် “န မေ ဒိဋ္ဌော ဣတော ပုဗ္ဗေ” စသောဂါထာဖြင့် ချီးမွမ်းတော်မူ၍ ခပ်သိမ်းသော လူနတ်ဗြဟ္မာတို့သည် ရှင်ပင်ဘုရားအား အလွန်မြတ်နိုးကြသည်ဟု လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် ဤသို့ လျှောက်သည်ကို စကားစပ်ပြု၍ တရားဟောတော်မူခြင်းငှါ “ယေ ဈာနပ္ပသုကာ ဓီရာ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ကုဋေသုံးဆယ်သော နတ်တို့အား အမြှိုက်တရား ရကြလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၈၁။ ဈာန်လွေ့ကျက်ဘိ ဉာဏ်ရှိသူမှာ၊
ကိလေပြတ်ကိန်း အေးငြိမ်းပျော်ရွှာ၊
သတိကြီးလတ် ရှင်တော်မြတ်မှာ၊
ဗြဟ္မာနတ် လေးမြတ် ခံရမှာ။

181. Those wise ones who are absorbed in meditation, who delight in the stillness of renunciation (i.e. Nibbāna), such mindful perfect Buddhas even the gods hold (most) dear.

စကားပြေ။ ။ အကြင် ပညာရှိတို့သည် ဈာန်တရား၌ ပြတ်လွေ့ကျက် ကုန်၏။ ကိုပညာရှိတို့သည် ကိလေသာတောင်ချောက်မှ ထွက်ပြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ၌ ဓမ္မလျော်ကုန်၏။ လွန်ကဲသော သတိ ရှိကုန်သော သစ္စာဉာဏ်မြင် ဘုရားရှင်တို့အား နတ်ဗြဟ္မာတို့ကပင် ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။

in meditation	ဈာန်တရား၌ (ကမ္မဋ္ဌာန်းတာဝနာ)
mindful	လွန်ကဲသော၊ သတိရှိကုန်သော
renunciation	စွန့်ခွါခြင်း၊ ကိလေသာမှ ထွက်ပြောက်ခြင်း
perfect Buddhas	သဗ္ဗသိမြင် ဘုရားရှင်များ

၁၅၀။ ရေကပတ္တနာဂရာဇ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဗာရာဏသီပြည်ကို အမှီပြု၍ ကုက္ကိုခနစ်ပင် တို့၏ အနီး၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူသောအခါ အာပတ်၌ ကုက္ကိုစုဖြင့် သေလွန်၍ နဂါးအဖြစ်သို့ရောက်သော ရေကပတ္တ နဂါးမင်းသည် လူ့ပြည်၌ ဘုရားဖြစ်လျှင် သိရအောင်ဟု မိမိသမီးကို ပါးပျဉ်းပေ၍ ထားပြီးသော် “ကိံ သု အဓိပ္ပတိ ရာဇာ” စသော သီချင်းကို ဆို၍ လခွဲ တကြိမ် က စေ၏။ ဤသီချင်း၏ အဖြေဖြစ်သော သီချင်းကို သိနိုင် သော ယောကျ်ားအား နဂါးပြည်နှင့်တကွ ငါ့သမီးကို ပေးမည်ဟူ၍ လည်း ကြွေးကြော်၏။ ဘုရားသခင်သည် ဥတ္တရလုလင်ကို ခေါ်တော် မူ၍ “ဆဒ္ဒါရာဓိပ္ပတိ ရာဇာ” စသော သီချင်းတို့ကို ပေးတော်မူ၍ နဂါးမင်းထံသို့သွားပြီး သီဆိုချေဟု စေလွှတ်လိုက်၏။ ထိုသီချင်းတို့ကို

၁၈၂။ ကိစ္ဆော မနုဿပဋိလာဘော၊

ကိစ္ဆံ မစ္စာန ဇီဝိတံ။

ကိစ္ဆံ သဒ္ဓမ္မဿဝနံ၊

ကိစ္ဆော ဗုဒ္ဓါနုမုပ္ပါဒေါ။

အနက်—

မနုဿပဋိလာဘော၊ လူ၏ အဖြစ်ကို ရခြင်း မည်သည်။ ကိစ္ဆော၊ ခဲယဉ်းငြိုငြင်လှ၏။ (ကိစ္ဆော၊ ကုသိုလ်ကံမြောက် လွန်အားဆောက်မှ ရအပ်သည်သာ ခဲယဉ်းလှပါ၏။) မစ္စာနံ၊ သေလွန်တတ်စွာ သတ္တဝါတို့၏။ ဇီဝိတံ၊ အသက်ရှည်ရခြင်း သည်။ ကိစ္ဆံ၊ ငြိုငြင်ဆင်းရဲ ခက်ခဲလှပေ၏။ သဒ္ဓမ္မဿဝနံ၊ သူတော်ကောင်းတရားကို ကြွားနာရခြင်းသည်။ ကိစ္ဆံ၊ ကမ္မာ များစွာ ရှည်မြင့်ကြာလည်း လွန်စွာရခဲ ကြုံရခဲပေ၏။ ဗုဒ္ဓါနံ၊ သစ္စာသိမြင် ဘုရားရှင်တို့၏။ ဥပ္ပါဒေါ၊ ပွင့်တော်မူရခြင်း သည်။ ကိစ္ဆော၊ အလွန်ကောင်း ခဲယဉ်း ငြိုငြင်လှပေသတည်း။

ဥတ္တရလုလင် သိဆိုသည် ရှိသော် နဂါးမင်းကြီးသည် အလွန်
ဝမ်းမြောက်၍ လောက၌ ဘုရားပွင့်တော်မူလေပြီတကားဟု မြူးထူး
ရှင်လန်းလျက် မြတ်စွာဘုရားအထံသို့ လာပြီးလျှင် အရှင်ဘုရား
အကျွန်ုပ်သည် ကဿပဘုရားသာသနာတော်၌ အနှစ် နှစ်သောင်း
ကာလပတ်လုံး မဟုန်းတရားကို အားထုတ်ပါလျက် အနည်းငယ်သော
ကုက္ကုစ္စအကုသိုလ်ဖြင့် နဂါးအဖြစ်သို့ ရောက်နေသည်ဟု လျှောက်၏။
ဘုရားရှင်သည် ယိုသို့ လျှောက်သည်ကို စကားစပ်ပြု၍ တရားဟော
တော်မူခြင်းငှါ “ကိစ္ဆော မနုဿပဋိလာမော” ဂါထာကို ဟောတော်
မူ၏။ ရှစ်သောင်းလေးထောင်သော သတ္တဝါတို့သည် အကျတ်တရား
ရကြလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၂။ လူအဖြစ်လဲ ရခဲပြီပြင်၊
သတ္တဝါအသက် ရှည်လျှင်ပြီပြင်၊
သူတော်ခမ္မ နာရပြီပြင်၊
ဘုရားဖြစ် တဆစ်ပြီပြင်။

182. Hard is the attaining of birth as a man, hard
the life of mortals, hard the hearing of the Sublime
Truth, hard the appearance of Buddhas.

စကားပြေ။ ။ လူအဖြစ်ကို ရခြင်းသည် ခဲယဉ်းပြီပြင်၏။ သတ္တဝါ
တို့၏ အသက်ရှည်ခြင်းသည် ခဲယဉ်းပြီပြင်၏။ သူတော်
ကောင်းတရားကို ကြားနာရခြင်းသည် ခဲယဉ်းပြီပြင်၏။ ဘုရားရှင်တို့၏
ပွင့်တော်မူခြင်းသည် ခဲယဉ်းပြီပြင်၏။

Sublime Truth

appearance

mortals

sublime

သူတော်ကောင်းတရားများ

ဖြစ်ပေါ်တော်မူခြင်း

(သေတိုက်သော) သတ္တဝါများ

မြင့်မြတ်သော

၁၅၁။ အာနန္ဒပဉ္စ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်ကော်မြတ်သည့် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ရှေးရှေးသော ဘုရားရှင်တို့သည် ဩဝါဒပါတိမောက်ကို

၁၈၃။ သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ။
သစ္စိတ္တပရိယောဒပနံ၊
ဧတံ ဗုဒ္ဓါနိ သာသနံ။

အနက်—

သဗ္ဗပါပဿ၊ အလုံးစုံသော မကောင်းမှုကို။ အကရဏံ၊
မပြုမလုပ်ပဲ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၎င်း။ ကုသလဿ၊ ကုသိုလ်
ကောင်းမှု ဟူသမျှကို။ ဥပသမ္ပဒါ၊ ပြည့်စုံစေခြင်း၎င်း။ (ဝါ၊
မဖြစ်သေးသည်ကိုဖြစ်စေခြင်း ဖြစ်ပြီးသည်ကို ပွားစေခြင်း၎င်း။)
သစ္စိတ္တပရိယောဒပနံ၊ ကိလေသာမြူ ညစ်ကြေးပူမှု မိမိစိတ်ကို
စင်ကြယ်စေခြင်း၎င်း။ ဧတံ၊ ဤသည်ကား။ ဗုဒ္ဓါနိ၊ ဘုရားရှင်
ကိုယ်တော်မြတ်တို့၏။ သာသနံ၊ အဆုံးအမတော်ပေတည်း။

၁၈၄။ ခန္တိ ပရမံ တပေါတိတိက္ခာ၊
နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။
န ဟိ ပဗ္ဗဇိဏော ပရူပဿတိ၊
န သမဏော ဟောဟိ ပရံ ပိဟေဌယန္တော။

အနက်—

တိတိက္ခာ၊ မတုံ့မလှန် သည်းခံခြင်းဟု ဆိုအပ်သော။ ခန္တိ၊
ခန္တိတရားသည်။ ပရမံ၊ တိုင်းထက်အလွန် မွန်မြတ်လှသော။
တပေါ၊ အကျင့်ပေတည်း။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ကို။ ပရမံ၊ တိုင်းထက်
အလွန် မွန်မြတ်၏ ဟူ၍။ ဗုဒ္ဓါ၊ သစ္စာလေးဆင့် ခိုင်ကြာ
ပွင့်ကို အသင့်ရယူ ဘုရားအဆူဆူတို့သည်။ ဝဒန္တိ၊ ကောင်းစွာ
မြှောက်ဖော် ဟောကြားတော်မူကုန်၏။ ပရူပဿတိ၊ သူတပါးကို

အဘယ်သို့ပြုလေကုန်သနည်းဟု လျှောက်ထားသော အရှင်အာနန္ဒာ၏ ပြဿနာကို ဖြေခြင်းငှါ “သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ(လ) အနုပဂါဒေါ အနုပဿာတော” သုံးဂါထာကို ပေးတော်မူသည်။

သတ်ဖြတ်ညှဉ်းဆဲ မောင်းမဲလေ့ရှိသောသူသည်။ ပဗ္ဗဇီတော၊
အိမ်ရာဖွဲ့နှောင် ခွါရှောင်ထွက်မြန်း မြတ်ရဟန်း မည်သည်။
န ဟိ ဟောတိ၊ အမှန်စင်စစ် မဖြစ်ကော့သည်သာတည်း။ ပရံ၊
သုတပါးကို။ ဝိဟေဋ္ဌယန္တော၊ သတ်ဖြတ်မောင်းမဲ ညှဉ်းဆဲသော
သူသည်။ သမဏော၊ ငြိမ်းအေးစွာလှ သမဏမည်သော ရဟန်း
သည်။ န ဟောတိ၊ အမှန်စင်စစ် မဖြစ်နိုင်တော့သည်သာတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၈၃။ မကောင်းမှုများ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊
ကောင်းမှုတရား ပြည့်ငြားစုံစေ၊
မိမိစိတ်ဓာတ် ပြုဆွတ်ပါစေ၊
ဤသုံးပါး တရားပညတ်ပေ။

183. Not to do any evil, to cultivate good, to purify one's mind, this is the teaching of the Buddhas.

စကားပြေ။ ။တစုံဟုဆိုသော (အလုံးစုံသော) မကောင်းမှုကို မပြု
လုပ်ခြင်း၊ ကုသိုလ်တရားကို ပြည့်စုံစေခြင်း၊ (ဆည်းပူး
ခြင်း) မိမိစိတ်ကို ပြုစင်စေခြင်း ဤသည်ဟော မြတ်စွာဘုရားတို့၏
အဆုံးအမတော်ပေတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၈၄။ သည်းခံအကျင့် မြတ်မြင့်တလီ၊
 နိဗ္ဗာန်မြတ်ငြား ဘုရားဟောသည်၊
 သူတပါးကဲ့ ကဲ့ရဲ့လေသည်၊
 ဖိုတနဲ့ ညှဉ်းဆဲသတ်လေသည်၊
 ရဟန်းစစ် မဖြစ်နိုင်တော့ပြီ။

184. Forbearing patience is the highest devotion, Nibbāna is supreme say the Buddhas; he, verily, is not a recluse who harms another; nor is he an ascetic who troubles others.

စကားပြေ။ "သည်းခံခြင်းဟု ဆိုအပ်သော ခန္တိတရားသည် မြင့်မြတ်သော အကျင့်တည်း။ နိဗ္ဗာန်ကို အလွန် မြတ်၏ ဟု ဘုရားမြတ်တို့ ဟောဟော်မူကုန်၏။ သူတပါးကို ကဲ့ရဲ့စွပ်စွဲသောသူသည် ရဟန်းမဟုတ်။ သူတပါးကို သတ်ဖြတ်မောင်းမဲ ညှဉ်းဆဲသော သူသည်လည်း ငြိမ်းအေးစွာလှ သမဏမည်သော ရဟန်းမဟုတ်။"

၁၈၅။ အနုပဝါဒေါ အနုပဿာတော၊
 ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။
 မတ္တညူတာ စ ဘတ္တသ္မိံ၊
 ပန္တိန္ဒ သယနာသနံ။
 အဓိစိတ္တေ စ အာယောဂေါ၊
 ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

အနက်—

အနုပဝါဒေါ၊ သူတပါးကို ပြစ်မှားချွတ်လွှဲ မစွပ်စွဲ မကဲ့ရဲ့ခြင်း၎င်း။ အနုပဿာတော၊ သူတပါးကို သတ်ဖြတ်မောင်းမဲ မညှဉ်းဆဲခြင်း၎င်း။ ပါတိမောက္ခေ၊ ကြီးမြတ်သော ပါတိ-

forbearing
 patience

အောင့်အည်းသည်းခံနေသော
 သည်းခံခြင်း (ခန္တိတရား)

မောက္ခသံဝရသီလဉ္စ။ သံဝရော စ၊ ကိုယ်နှုတ်နှစ်ဖြာ ကောင်းစွာ
 ဆို့ပိတ် စောင့်ရှောက်ခြင်း၎င်း။ အတ္တသို့၊ ဆွမ်း စသော
 အာဟာရဉ္စ။ မတ္တညူတာ စ၊ အတိုင်းအရှည်ကို သိခြင်း၎င်း။
 ပန္နံ၊ ဆိတ်ငြိမ်သော။ သယနာသနဉ္စ၊ ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာသို့
 ကပ်ခြင်း၎င်း။ အဓိစိတ္တေ၊ သမာဓိတရားဉ္စ။ (ပါ၊ ရှစ်ပါး
 ဗျာန်မှတ် သမာပတ်ဟု ဆိုအပ်သော လွန်ကဲသော စိတ်ဉ္စ)
 အာယောဂေါ စ၊ အားစိုက်သမှု လုံ့လပြုခြင်း၎င်း။ ဧတံ၊
 ဤသည်လျှင်။ ဗုဒ္ဓါနံ၊ ဂင်္ဂါဝါဠု သံစုမက ပွင့်ကြ
 သောင်းလောင်း ဘုရားမြတ်အပေါင်းတို့၏။ သာသနံ၊ အဆုံး
 အမတော်ပေတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၅။ သတ်ဖြတ်ညှဉ်းဆဲ စွပ်စွဲရှောင်လော၊
 ပါတိမောက္ခ သီလစောင့်စေ၊
 ဆွမ်းကောဇဉ်ဝိုင်း ယှဉ်နှိုင်းသိစေ၊
 ဆိတ်ငြိမ်ကျောင်း ခိုအောင်းနေပါလေ။
 သမာဓိဉ္စ အားစိုက်ပြုစေ၊
 ဤသည်ကား ဘုရားပညတ်ပေ။

185. Not insulting, not harming, restraint according to the Fundamental Moral Code, moderation in food, secluded above, intent on the higher consciousness, this is the teaching of the Buddhas.

စကားပြေ။ (လူတပါးတို့ကို) မစွပ်စွဲ မကဲ့ရဲ့ခြင်း၊ လူတပါးတို့ကို
 မညှဉ်းဆဲ မသတ်ဖြတ်ခြင်း၊ ပါတိမောက္ခသံဝရသီလကို
 စောင့်စည်းခြင်း၊ ဆွမ်းသောတဉ္စ အတိုင်းအရှည်ကို သိခြင်း၊ ဆိတ်ငြိမ်
 သော ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာသို့ ကပ်ခြင်း၊ သမာဓိတရားဉ္စ လုံ့လ
 ပြုခြင်း ဤသည်ကား ဘုရားမြတ်တို့၏ အဆုံးအမတော်ပေတည်း။

၁၅၂။ အနဘိရတိဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ မိဘအမွေဖြစ်သော အသပြာတရုကိုအမှီပြု၍ သာသနာတော်၌ မမွေ့လျော် လည်တမျှော်မျှော်ရှိသော ရဟန်းငယ် တယောက်ကို

၁၈၆။ န ကဟာပဏပဿေန၊
တိတ္ထိ ကာမေသု ဝိဇ္ဇတိ။
အပ္ပဿာဒါ ဒုခါ ကာမာ၊
ဣတိ ဝိညာယ ပဏ္ဍိတော။

၁၈၇။ အပိ ဒိဗ္ဗေသု ကာမေသု၊
ရတိံ သော နာဓိဂစ္ဆတိ။
တဏှက္ခယရတော ယောတိ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓသာဝကော။

အနက်--

ကဟာပဏပဿေန၊ အသပြာမိုးကို သွန်ဖြိုးတွေထွေ ရွာစေ သဖြင့် (ဝါ၊ ရွှေမိုး ငွေမိုး ရွာသွန်းဖြိုးလျက်ပင်)။ ကာမေသု၊ ဝတ္ထုအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့၌။ တိတ္ထိ၊ မတောင့်တပဲ ကြောင့်ကြ နဲ့၍ ရောင်ရဲခြင်းမည်သည်။ န ဝိဇ္ဇတိ၊ မရှိသည်သာလျှင်တည်း။ ကာမာ၊ ဝတ္ထုအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့သည်။ အပ္ပဿာဒါ၊ အိပ်မက် ပမာ အစပြာလျက် သာယာအပ်သော သဘောနည်းကုန်၏။ ဒုက္ခာ၊ အလွန်အကဲ ဆင်းရဲခြင်းအကြောင်းသာ ဖြစ်ကုန်၏။ ဣတိ ဝိညာယ၊ ဤသို့ သိသောကြောင့်--

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ သာဝကော၊ ညေယျအားလုံး သိမ်းကျုံး သိမြင် ဘုရားရှင်၏ ဩရသန္တံ သားတော်စစ် ဖြစ်သော၊ ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိသည်။ ဒိဗ္ဗေသု၊ နတ်၌ ဖြစ်ကုန်သော။ ကာမေသု အပိ၊ ဝတ္ထုအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့၌ပင်လျှင်။ ရတိံ၊ မွေ့လျော်ပျော်မြူးခြင်းကို။ နာဓိဂစ္ဆတိ၊ တုန်လှုပ်ရွံ့ကြောက်

အကြောင်းပြု၍ “န ကဟာပဏာဝဿန” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟော
တော်မူ၏။ ထို ရဟန်းငယ်သည် သောတာပန် ဖြစ်လေ၏။

မရောက်နိုင် မတွေ့နိုင်တော့သည်သာလျှင်တည်း။ ဟဏုက္ခယ-
ရတော၊ တပ်စွဲမှု တဏှာ ကိလေသာ၏ ကင်းရာ ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်
၌သာ မွေ့လျော်သည်။ ဟောတိ၊ စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ရလေ
သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၈၆။ ရွှေမိုး ငွေမိုး ရွှာဖြိုးခါခါ၊
ကာမဂုဏ်ထဲ ရောင့်ရဲနိုင်ပါ၊
သာယာဘွယ်နဲ့ ဆင်းရဲပိုလော၊
ဤသို့သိ ကဝိ မပျော်ပါ။

၁၈၇။ ဘုရားရှင်၏ တပည့်များမှာ၊
နတ်တို့ကာမ တွေ့ရသော်သာ၊
ပျော်မွေ့လိုစိတ် ယိုမိတ်လော၊
တဏှာခန်း စံမြန်း နိဗ္ဗာန်မှာ။

186, 187. Not by a shower of gold coins does con-
tentment arise in sensual pleasures. Of little sweetness,
but painful, are sensual pleasures. Knowing thus, the
wise man finds no delight even in heavenly pleasures.
The disciple of the Fully Enlightened One delights in
the destruction of craving.

စကားပြေ။ ။ (အသပြာမိုး) ရွှေမိုး ငွေမိုး ရွှာဖြိုးလျက်ပင် ဝတ္ထု
အာရုံ ကာမဂုဏ်၌ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်း မရှိ ကာမဂုဏ်
တို့သည် နှစ်လို သာယာအပ်သော သဘောနည်းကုန်၏။ ဆင်းရဲဒုက္ခ
ပူပန်ရခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်ကုန်၏။ ဤသို့ သိသောကြောင့် ဘုရား၏
တပည့်သားဖြစ်သော ပညာရှိသည် နတ်၌ဖြစ်သော ကာမဂုဏ်၌ပင်
မွေ့လျော်ပျော်ပိုက် နှစ်သက်စရာ ဘာတခုမျှ ရှာမတွေ့ပဲ တပ်မက်မှု
ဟဏှာ၏ ကင်းရာ ချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်၌သာ ပျော်ပိုက်မွေ့လျော်၏။

၁၅၃။ အဂ္ဂိဒတ္တဗြဟ္မဏ ဗန္ဓု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် အင်္ဂတိုင်း မဂဓတိုင်းတို့၏ အကြား တခု
သော သဲစဉ် နေတော်မူသောအခါ တပည့်တို့အား တောတောင်ကို
ကိုးကွယ်ကုန်လေ့၊ သစ်ပင်ကို ကိုးကွယ်ကုန်လေ့ စသည်ဖြင့်

၁၈၈။ ဗဟိုဝေ သရဏံ ယန္တိ၊

ပဗ္ဗတနိ ဝနာနိ စ။

အာရာမရက္ခစေတျာနိ၊

မနုဏာ ဘယတဋ္ဌိတာ။

အနက်-

ဘယတဋ္ဌိတာ၊ ထိုထိုသို့သော အားဖြင့် မျှော်တွေးထိတ်လန့်
ကြောက်ရွံ့ကုန်သော။ မနုဏာ၊ လူတို့သည်။ ဗဟု၊ များစွာ
ကုန်သော။ ပဗ္ဗတနိ စ၊ တောင်တို့ကို၎င်း။ ဝနာနိ စ၊ သော
တို့ကို၎င်း။ အာရာမရက္ခစေတျာနိ စ၊ အာရာမဉာဏျာနိ လူတို့၏
ပူဇော်ရာဖြစ်သော သစ်ပင်တို့ကို၎င်း။ သရဏံ သရဏံ ဣတိ၊
ကိုးကွယ် လည်းလျောင်း လှုံးအောင်း မှီခိုရာဟူ၍။ ယန္တိ၊ မျှသ
ညွတ်ပျပ် ဆည်းကပ် သွားရောက်ကြကုန်၏။

ဆုံးမ၍နေလေ့ရှိသော အဂ္ဂိဒတ္တဗြာဟ္မဏရသံဃာကို အကြောင်းပြု၍
“ဗဟိုဝေ သရဏံ ယန္တိ” စသော ငါးဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၈၈။ ဘေးကိုကြောက်ငြား လူများထိုထို၊
အရာမ်ထိကရ ရုက္ခထိုထို၊
များစွာကုန်သော တောင်တောတို့ကို၊
ကိုးကွယ်မှု မှတ်ပြု ဆည်းကပ်ပို့။

188. To many a refuge fear-stricken men betake themselves, to hills, woods, gardens, trees, and shrines.

၁၈၉။ ။ လူတို့သည် ဘေးဖြင့် ထိတ်လန့် ကြောက်ရွံ့သော
အခါတိုင်း တောတောင်တို့ကို၎င်း၊ အရာမ်ဥယျာဉ်
အထိကရ ဖြစ်သော သစ်ပင် စေတီတို့ကို၎င်း ကိုးကွယ်ရာတခု အမှတ်ပြု
ကာ ကြိမ်ဖန်များစွာ ဆည်းကပ်ကြကုန်၏။

၁၈၉။ နေတံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊
နေတံ သရဏမုတ္တမံ။
နေတံ သရဏမာဂဗ္ဗ၊
သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္ဆတိ။

ဟနက်-

ဟဏာပိ၊ ထိုသို့ပင် ဆည်းကပ် သွားရောက်ကြကုန်သော်
လည်း။ ဧတံ သဗ္ဗံ၊ အလုံးစုံလည်းဖြစ်ကုန်သော ထိုတောတောင်
အရာမ် သစ်ပင်အပေါင်းတို့သည်။ ခေမံ၊ ဘေးရန်ခမ်သိမ်း
ကင်းငြိမ်းနိုင်သော။ သရဏံ၊ ကိုးကွယ် လည်းလျောင်း
ပုန်းအောင်း မှီခိုရာသည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်။ ဧတံ သဗ္ဗံ၊
အလုံးစုံသော တော တောင် အရာမ် သစ်ပင်အပေါင်းသည်။

အဂ္ဂိဒတ္တရသေ့သည် တပည့်တသောင်းနှင့်တကွ ဧဟိ ဘိက္ခု ရဟန္တာ
ဖြစ်လေကုန်၏။

ဥတ္တမံ၊ အလွန်အကြူး အထူးသဖြင့် မြင့်မြတ်သော။ သရဏံ၊
ကိုးကွယ်လည်းလျောင်း ပုန်းအောင်း မှီခိုရာသည်။ န ဟောတိ၊
မဖြစ်နိုင်။ ဧတံ သရဏံ၊ ဤကဲ့သို့သော ကိုးကွယ်လည်းလျောင်း
ပုန်းအောင်း မှီခိုခြင်းကို။ အာဂမ္မ၊ စွဲ၍။ (အကြောင်းပြု၍)
သဗ္ဗဒုက္ခာ၊ ပူပန်ညှဉ်းဆဲ ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲမှ။ နပမုစ္စတိ၊
မလွတ်မြောက်နိုင်တော့သည် သာလျှင်တည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၀၉။ ထိုသို့ဆည်းကပ် ဖြစ်လတ်သော်လျှင်၊
ဘေးရန်မကင်း မြတ်ခြင်းမမြင်၊
ကိုးကွယ်ရာဟု စွဲပြုလှိုလျှင်၊
ခပ်သိမ်းပဲ ဆင်းရဲ မလွတ်ပင်။

189. Nay, no such refuge is safe, no such refuge is
supreme; not by resorting to such a refuge is one freed
from all ill.

စကားပြေ။ «ထိုသို့ဆည်းကပ် သွားလာကြသော်လည်း ဤ တော
တောင် အရာမ် သစ်ပင် အပေါင်းသည် ဘေးရန်
ကင်းလတ် မြင့်မြတ်သော ကိုးကွယ်ရာမဖြစ်။ ဤ တောတောင် အရာမ်
သစ်ပင်အပေါင်းတို့ကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်မှုကို စွဲ၍ ပူပန်ညှဉ်းဆဲ
ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲမှ မလွတ်မြောက်နိုင်။»

၁၉၀။ ယော စ ဗုဒ္ဓေ ဓမ္မဉ္စ၊
သံသံဉ္စ သရဏံ ဂတော။
စတ္တာရိ အရိယသစ္စာနိ၊
သမ္မပ္ပညာယ ပဿတိ။

၁၉၁။ ဒုက္ခံ ဒုက္ခသမုပ္ပါဒံ၊
ဒုက္ခဿ စ အတိက္ကမံ။
အရိယံ စဠာရိကံ မဂ္ဂံ၊
ဒုက္ခုပသမဂါမိနံ။

အနက်—

ယော စ၊ ရဟန်း၊ ရှင်လူ အကြင်သူသည်ကား။ ဗုဒ္ဓဉ္စ၊ မြတ်စွာ
ဘုရားကို၎င်း။ ဓမ္မဉ္စ၊ တရားတော်မြတ်ကို၎င်း။ သံသံဉ္စ၊ သံသာ
တော်မြတ်ကို၎င်း။ သရဏံ သရဏံဣတိ၊ အမြတ်ရည်ရွယ်
ကိုးကွယ်လည်းလျောင်း ပုန်းအောင်းမှီခိုရာဟူ၍။ ဂတော၊
ရိသေညွတ်ပျပ် ဆည်းကပ်ခြင်းသို့ ရောက်ပေ၏။ သော၊ ရတနာ
သုံးရပ် ဆည်းကပ်ကြည်ဖြူ ထိုသို့သော သူသည်သာလျှင်။ ဒုက္ခံ၊
ဘုံသုံးပါးတွင် အကျုံးဝင်သော တေဘူမက ဝဋ်ဟုဆိုအပ်
သော ဒုက္ခသစ္စာ၎င်း။ ဒုက္ခသမုပ္ပါဒံ၊ ဒုက္ခ၏ ဖြစ်ကြောင်း
ဖြစ်သော လောဘတဏှာ သမုဒယသစ္စာ၎င်း။ ဒုက္ခဿ စ
အတိက္ကမံ၊ ဒုက္ခကို လွန်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဟု ဆိုအပ်
သော နိရောဓသစ္စာ၎င်း။ အရိယံ၊ 'ဣဒံမြင့်မြတ်သော။
အဠာရိကံ စ၊ အင်္ဂါရှစ်ပါးလည်းရှိသော။ ဒုက္ခုပသမဂါမိနံ စ၊
ဒုက္ခ၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်းလည်းဖြစ်သော။
မဂ္ဂံ၊ မဂ္ဂသစ္စာ၎င်း။ ဣတိ၊ ဤသို့။ စတ္တာရိ၊ လေးပါးကုန်သော။
အရိယသစ္စာနိ၊ အရိယသစ္စာတို့ကို။ သမ္မာပဿတိ၊ လက်ဝါး
ပေါ်တွင် ပတ္တမြားအသွင်ကဲ့သို့ မြင်နိုင် သိနိုင်၏။

၁၉၂။ တေံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊
 တေံ သရဏ မုတ္တမံ။
 တေံ သရဏ မာဂမ္ပ၊
 သဗ္ဗ ဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

အနက်—

တေံ ရတနတ္ထယံ၊ ဘုရား တရား သံဃာ ဟူသော ရတနာ သုံးပါးအပေါင်းသည်။ ခေါ၊ စင်စစ်ကေန့် အမွန်အားဖြင့်။ ခေမံ၊ စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးမြည်တမ်း ဘေးဘျမ်းခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းနိုင်သော။ သရဏံ၊ ကိုးကွယ် လည်းလျောင်း ပုန်းအောင်း မှီခိုရာသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တေံ ရတနတ္ထယံ၊ ဤရတနာသုံးပါးတို့၏ အပေါင်းသည်။ ဥတ္တမံ၊ အလွန် အကြူး အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ်၍ မြတ်လှပေသော။ သရဏံ၊ ကိုးကွယ် လည်းလျောင်း ပုန်းအောင်း မှီခိုရာသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တေံ သရဏံ၊ ဤသုံးပါးသော ရတနာကို ကောင်းစွာ ဝပ်လျှိုး ကိုးကွယ်ခြင်းကို။ အာဂမ္ပ၊ စွဲ၍။ (အကြောင်းပြု၍) သဗ္ဗဒုက္ခာ၊ ပူပန်ညှဉ်းဆဲ ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲမှ။ ပမုစ္စတိ၊ လျင်မြန် ထုတ်ချောက် လွတ်မြောက်နိုင်တော့သည်သာလျှင်တည်း။

မြန်မာကဗျာ

၁၉၀။ မြတ်ဘုရားနှင့် တရား သံဃာ၊
 စွဲကာယုံမှတ် ဆည်းကပ်သူမှာ၊
 အရိယာတရား လေးပါးသစ္စာ၊
 ပညာဖြင့် ထောက်ချင့်မြင်တတ်စွာ။

၁၉၁။ ဘုံသုံးပါးဖြစ် ဝဋ်မြစ်ဒုက္ခာ၊
 ဆင်းရဲကြောင်းစု သမုဒယာ၊
 ဆင်းရဲချုပ်ရ နိရောဓသာ၊
 နိဗ္ဗာန်ပြောင်း မှတ်ကြောင်း မဂ်သစ္စာ။

မြန်မာကဗျာ

၁၉၂။ သုံးပါးရတနာ လေးဖြာသစ္စာ၊
 အဟုတ်စင်စစ် ဘေးဖြစ်မလာ၊
 မြတ်လှတကယ် ကိုးကွယ်ဖို့ရာ၊
 မှတ်ပါစို့ ဆင်းရဲလွတ်သည်သာ။

190-192. He who has gone for refuge to the Buddha, the Dhamma, and the Sangha, sees with right knowledge the four Noble Truths, Sorrow, the Cause of Sorrow, the Transcending of Sorrow, and the Noble Eightfold Path which leads to the Cessation of Sorrow.

This indeed is refuge secure; this indeed is refuge supreme. By reaching such refuge one is released from all sorrow.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် ဘုရား တရား သံဃာ (ရတနာသုံးပါး) ၌ ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်၏။ ထိုသူသည် (အရိယာသစ္စာ ခေါ်သော) မြတ်သောသစ္စာ လေးပါး တရားတို့ကို ကောင်းမွန်စွာ ပညာဖြင့် ထောက်ချင့်၍ မြင်တတ်၏။

စကားပြေ။ ။ ဤ ရတနာသုံးပါးသည် စင်စစ် ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းနိုင်သော ကိုးကွယ်ရာ မည်၏။ အမှန်တကယ် မြင့်မြတ်ပေသော ကိုးကွယ်ရာ မည်၏။ ဤ ကိုးကွယ်ရာကို စွဲမှတ်၍ ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲအပေါင်းမှ လွတ်မြောက်ရ၏။

The four noble truths	သစ္စာလေးပါးတရား
Sorrow	ရုက္ခသစ္စာ
the Cause of Sorrow	သမုဒယသစ္စာ
the Transcending of Sorrow	နိရောဓသစ္စာ
the Noble of Eightfold Path	(အရိယာအဋ္ဌကိကမဂ်) သစ္စာ
secure	ဘေးရန်ကင်းသော (လုံခြုံသော)
released	လွတ်မြောက်သည်

သစ္စာဓလးပါးဟူသည်

- ၁။ တုံသုံးပါးတွင် အကျုံးဝင်သော တေဘူမကဝဋ်ဟူသော ဒုက္ခသစ္စာ၊
- ၂။ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သော (လောဘဘဏှာ) သမုဒယ သစ္စာ၊
- ၃။ ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ဟူသော နိရောဓ သစ္စာ၊
- ၄။ မြတ်သော အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော ဆင်းရဲဒုက္ခ၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ္ဂသစ္စာ ဤဓလးပါးတို့ ပေတည်း။

၁၅၄။ အာနန္ဒတ္ထေရပဉ္စ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ နေတော်
မူသောအခါ ယောက်ျား အာဇာနည်သည် ဘယ်အမျိုး၌ ဖြစ်လေ

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

အနက်—

ပုရိသာဇညော၊ ကျိုးကြောင်းသတ်မှတ် လွန်သိတတ်သဖြင့်
မြင့်မြတ်သော ယောက်ျား အာဇာနည်သည်။ ဒုလ္လဘော၊ တခါ
တရံမှ ဖြစ်ပေါ်ရသဖြင့် ရခဲလှပေ၏။ သော၊ ထို ယောက်ျား
အာဇာနည်သည်။ သဗ္ဗတ္ထ၊ ကြွင်းမဲ့ဥဿုံ အလုံးစုံသော အရပ်
အမျိုးအတော်၌။ န ဇာယတိ၊ တရံကဆစ် မဖြစ်ပေါ်နိုင်။
မိရော၊ မြဲမြန်ခိုင်တည် ပညာရှိသော။ သော၊ ထို ယောက်ျား
အာဇာနည်သည်။ ယတ္ထ၊ အကြွင်းအမျိုး၌။ ဇာယတိ၊ ဖြစ်ပေါ်
လာပေ၏။ တံ ကုလံ၊ ထို အမျိုးသည်။ သုခံ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ
ချမ်းချမ်းသာသာ။ ဓေတိ၊ ကြီးပွားထုတ်ချောက် ရောက်တော့
သည်သာလျှင်ဟည်း။

သနည်းဟူ၍ ရှင်အာနန္ဒာလျှောက်အပ်သော ပြဿနာကို အကြောင်း
ပြု၍ “ဒုလ္လဘော ပုရိသာဇဉ္ဇော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၉၃။ ရခဲလှသား ယောက်ျားဇာနည်၊
ခပ်သိမ်းအမျိုး ဖြစ်ရိုးမမည်၊
အကြင်အမျိုး ဖြစ်ရိုးဇာနည်၊
ထိုအမျိုး ပွားတိုးချမ်းသာသည်။

193. Hard to find is a “thorough-bred” man: he is
not born everywhere; where such a man is born that
family thrives happily.

စကားပြေ။ ။ယောက်ျားကောင်း အာဇာနည်သည် ရနိုင်ခဲလှ၏။
ထို ယောက်ျားကောင်း အာဇာနည်သည် အရပ်
ဌာနတိုင်း လူမျိုးတိုင်း၌ ဖြစ်ရိုးမရှိ။ အကြင်အရပ်ဒေသ(မြို့ရွာ လူမျိုး)
တို့၌ ထို ယောက်ျားမြတ် အာဇာနည်သည် ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ ထိုအမျိုး
ဒေသ မြို့ရွာဌာနသည် ဆင်းရဲမသမ်း ချမ်းချမ်းသာသာ ကြီးပွားလာရ
ပေသည်။

thorough bred man	ယောက်ျားကောင်းအာဇာနည်
thrives	ကောင်းစားသည်၊ ကြီးပွားသည်
thrives happily	ချမ်းချမ်းသာသာ ကြီးပွားလာ၏

၁၅၅။ သမ္မဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေယျဝန် ကျောင်းတော်၌ နေတော်
မူသောအခါ ကာမဂုဏ်သည် ချမ်းသာ၏။ မင်း စည်းစိမ်သည်

၁၉၄။ သုခေါဗုဒ္ဓါနုပ္ပပါဒေါ၊
သုခါ သဒ္ဓမ္မဓဇနာ။
သုခါ သံဃဿ သာမဂ္ဂိ၊
သမဂ္ဂါနံ တပေါ သုခေါ။

အနက်—

ဗုဒ္ဓါနံ၊ သစ္စာလေးပါး ပိုင်းခြားသိမြင် ဘုရားရှင်တို့၏။
ဥပ္ပပါဒေါ၊ ပြစ်ထွန်းပေါ်လာတော်မူခြင်းသည်။ သုခေါ၊ အလွန်
အကြူး အထူးသဖြင့် မြတ်သော ချမ်းသာခြင်းပေတည်း။
သဒ္ဓမ္မဓဇနာ၊ သူတော်ကောင်းတရားကို ဟောကြားတော်မူ
ခြင်းသည်။ သုခေါ၊ ဇာတိအစ ဒုက္ခအပေါင်း လွတ်ကြောင်း
ပြစ်၍ စင်စစ် ချမ်းသာခြင်းပေတည်း။ သံဃဿ၊ သံဃာ
တော်၏။ သာမဂ္ဂိ၊ စိတ်တူကပ်မျှ ညီညွတ်လှသော အဖြစ်သည်။
သုခေါ၊ စင်စစ်ကန် အမှန်ချမ်းသာသည်လည်း။ သမဂ္ဂါနံ၊
စိတ်တူကပ်မျှ ညီညွတ်လှသော ရဟန်းတို့၏။ တပေါ၊ ပရိယတ်
ပဋိပတ် နှစ်ရပ် နှစ်မျိုး ခြိုးခြံစွာ ကျင့်ရခြင်းသည်။ သုခေါ၊
ကြီးပွားကြောင်းဖြစ်၍ ကောင်းသော ချမ်းသာခြင်းသာလျှင်
တည်း။

ချမ်းသာ၏ဟု ပြောဆိုကြသော ရဟန်းများစွာကို အကြောင်းပြု၍
“သုခေါ ဗုဒ္ဓါနုမုပ္ပါဒေါ” ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၉၄။ ဘုရားပွင့်လာ ချမ်းသာတလီ၊
သုတော်တရား ဟောကြား အေးကြည်၊
သံဃာတော်မြတ် ညီညွတ်သာကြည်၊
ညီညွတ်ကျင့် ဖြစ်လင့် ချမ်းသာမည်။

194. Happy is the birth of Buddhas; happy is the teaching of the Sublime Dhamma; happy is the unity of the Sangha; happy is the devotion of the united ones.

စကားပြေ။ ။ ဘုရားရှင်တို့၏ ပွင့်ထွန်း ပေါ်လာခြင်းသည် ချမ်းသာလှ၏။ သုတော်ကောင်းတရားကို ဟောကြားခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ သံဃာ၏ ညီညွတ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ညီညွတ်သော ရဟန်းတို့၏ (ပရိယတ်-ပဋိပတ်နှစ်မျိုး) ခြိုးခြံစွာ ကျင့်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

၁၅၆။ ကဿပဒသဗလဿ သုဝဏ္ဏစေတီယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်မှ
ဗာရာဏသီပြည်သို့ ကြွတော်မူစဉ် လမ်းခရီးအကြား ကောဇေယျရွာ
အနီး တခုသော နတ်ကွန်းသို့ ရောက်တော်မူ၏။ ထိုနတ်ကွန်း၌

၁၅၅။ ပူဇာရဟေ ပူဇယတော၊
ဗုဒ္ဓေ ယဒိ ဝ သာဝကေ။
ပပဉ္စသမဟိက္ကန္တေ၊
တိဏ္ဏသောကပရိဗ္ဗဓေ။

၁၅၆။ ဟေ ကာဒိဓေ ပူဇယတော၊
နိဗ္ဗုတေ အကုတော ဘယေ။
န သက္ကာ ပုညံ သင်္ခါတုံ၊
ဣမေတ္တမပိ ကေနစိ။

အနက်—

ပူဇာရဟေ၊ ပူဇော်ထိုက်ကုန်သော။ ပပဉ္စသမဟိက္ကန္တေ၊ တဏှာ
မာန ဒိဋ္ဌိဟူသော သံသာရဉ္စရန်စွယ် နယ်ချဲ့တို့ကို အောင်မြင်
လွှမ်းမိုးအုပ်စိုးလွန်မြောက်ပြီးကုန်သော။ တိဏ္ဏသောကပရိဗ္ဗဓေ၊
စိုးရိမ်ပူဆွေးငိုကြွေးခြင်းမှ ကင်းရှင်းလွတ်မြောက် ကုန်ပြီးသော။
နိဗ္ဗုတေ၊ ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကုန်ပြီးသော။
အကုတော ဘယေ၊ တစိုး တစိ ဘေးရန်မရှိကုန်သော။ ဗုဒ္ဓေ ဝါ၊
ဘုရား (ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါ) တို့ကို၎င်း။ ယဒိ၊ ထိုမြို့။ သာဝကေ ဝါ၊
ဘုရားရှင်၏ တပည့်သားတို့ကို၎င်း။ ပူဇယတော၊ ပူဇော်သော
သူ၏။ ပုညံ၊ ကောင်းမှုကို။ ကေ တာဒိဓေ၊ ထိုဘုရားရှင် ဘုရား
ရှင်တို့၏ ဘုန်းတော် ဂုဏ်တော် ဓာတ်တော်မွေတော်တို့ကို။
ပူဇယတော၊ ပူဇော်သောသူ၏။ ပုညံ၊ ကောင်းမှုကို။ ဣမေတ္တမပိ၊
ဤကောင်းမှုတို့သည် ဤမျှသာ အကျိုးရှိကုန်၏ ဟူ၍။ ကေနစိ၊
တစုံတယောက်သောသူသည်။ သင်္ခါတုံ၊ ဝဏန်းချ၍ ပိုင်းခြား
ရေတွက်ခြင်းငှါ။ န သက္ကာ၊ မတတ်နိုင်တော့သည် သာတည်း။

နေတော်မူလျက် မနီးမဝေး၌ လယ်ထွန်နေသော ထိုပုဏ္ဏားသည်
 ရောက်လာပြီးလျှင် ဘုရားရှင်ကို ရှိမခိုးပဲ နတ်ကွန်းကိုသာ ရှိခိုးနေလေ
 ၏။ ပုဏ္ဏားတယောက်ကို ရှင်အာနန္ဒာအား အခေါ်လွှတ်၍ ဘုရားရှင်က
 အိုပုဏ္ဏား ဤနေရာဒေသကို သင်မည်သို့ ထင်မှတ်သနည်းဟု မေးတော်
 မူရာ ထိုပုဏ္ဏားက အရှင်ဘုရား... ဤနေရာဌာနသည် တပည့်တော်တို့၏
 မိရိုးဖလာ ပူဇော်ရာ ဌာနဖြစ်၍ ပူဇော်နေပါသည်ဘုရားဟုလျှောက်
 ထားပြန်ရာ... ဘုရားရှင်က အို ပုဏ္ဏား... ဤစေတီယဌာနကို ရှိခိုးပူဇော်
 ခြင်းသည် သင့်အား ကောင်းသော ကုသိုလ်လုပ်ငန်းကို ကြိုးပမ်း
 အားထုတ်သည့် မည်၏ဟု ချီးမွမ်းစကားပြောကြားတော်မူ၏။ ရဟန်း
 တို့သည် ဘယ်အတွက်ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားသည် ပုဏ္ဏားကြီးအား
 ချီးမွမ်းစကား မိန့်ကြားပါသနည်းဟု ယုံမှားသံသယ ဖြစ်နေကြ
 ရာတွင် ဘုရားရှင်သည် ရဟန်းတို့၏ ယုံမှားသံသယကို ပယ်ဖျောက်
 ခြင်းငှါ သဒ္ဓိကာရ သုတ္တန်ကို ဟောတော်မူ၍ (ထိုနတ်ကွန်းနေရာ
 အောက်တွင် မြှုပ်နေသော) ကဿပဘုရားရှင်၏ ကယူဇနာအမြင့်
 ရှိသော ရွှေစေတီကို၎င်း၊ ကောင်းကင်၌ အခြားသော ရွှေစေတီကို
 ၎င်း ဖန်ဆင်းပြီးလျှင် လူအပေါင်းအား ဖူးမြင်စေ၍ အို ပုဏ္ဏား...

မြန်မာကဗျာ

၁၉၅။ သံသာနယ်ခွဲ လွတ်ခွဲပေတာ၊
 စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးကင်းကာ၊
 ကိလေသာဘေး ငြိမ်းအေးခဲ့တာ
 ဘေးရန်မှ လုံးဝ ကင်းလို့သာ။

၁၉၆။ မြတ်ဘုရားနှင့် ချစ်သားလံသာ၊
 ပူဇော်ယိုက်၍ ပြုလေ့ပူညာ၊
 ဤမျှကျိုးရှိ အတိ သေချာ၊
 မည်သူမှ တွက်ဆ မဖြစ်ပါ။

ပူဇော်ထိုက်သော ဝတ္ထုတို့ကို ဤသို့ပူဇော်ခြင်းသည် အလွန်သင့်လျော်သော ပူဇော်ခြင်းမည်၏ဟု မိန့်တော်မူပြီးလျှင် မဟာပရိနိဗ္ဗာနသုတ်လာ စေတီသုံးမျိုးကို အထူးထုတ်ပြ၍ “ပူဇာရဟေ ပူဇယတော” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ပုဏ္ဏားကြီး သောတာပန်တည်းလေ၏။

195, 196. He who reverences those worthy of reverence, whether the Buddhas or disciples; those who have overcome passions and have got rid of grief and lamentation; the merit of him who reverences such peaceful and fearless. Ones cannot be measured by anyone as such and such.

စကားပြေ။ ။ ပူဇော်ထိုက်ကုန်သော တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိဟူသော သံသရာ၌ ရန်စွယ် နယ်ချဲ့တရားတွေကို အောင်မြင်လွှမ်းမိုးအုပ်စိုးလွန်မြောက်၍ စိုးရိမ် ပူဆွေး ငိုကြွေးခြင်းမှ ကင်းလွတ်ကုန်ပြီးသော၊ ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကာ တစိုး တစိ ဘေးရန်မရှိကုန်သော၊ ဘုရား ပစ္စေက ဗုဒ္ဓါတို့ကို၎င်း၊ ဘုရားရှင်၏ ကပည့်သား သံဃာတို့ကို၎င်း ပူဇော်သော သူ၏ကောင်းမှု ကုသိုလ်ကို ဤကောင်းမှုတို့သည် ဤမျှသာအကျိုးရှိ၏ဟု တစုံတယောက်သောသူသည် ဂဏန်းချ၍ ရေတွက်ပိုင်းခြားခြင်းငှါ မတတ်နိုင်ပေ။

ဗုဒ္ဓဝဂ်-ဘုရားအုပ်စုပြီး၏

reverences	ပူဇော်သည်၊ ရိုသေလေးမြတ်သည်
overcome	အောင်မြင်သည်၊ လွှမ်းမိုးသည်
have got rid	ကင်းလွတ်သည်
merit	ကုသိုလ်ကောင်းမှု
measured	ရေတွက်သည်၊ ချိန်ဆသည်
as such and such	ဤမျှသာအကျိုးရှိ၏ဟု

ဗုဒ္ဓဂီတိက ၁

ဂါထာသုစိ

ဂါထာယော	ပိဋကံ	ဂါထာယော	ပိဋကံ
[အ]		[အ]	
အက္ခောန္တိမံ	၇၁၀	အပ္ပကာ တေ	၁၆၆
အစရိက္ခာ	၂၉၄၊ ၂၉၅	အပ္ပမ္ပိဓေ	၃၇
အစိရံဝတ	၇၇	အပ္ပမာဒေါ	၄၁
အညာဟိလာဘူပနိဿာ	၁၄၄	အပ္ပမတ္တော ပမတ္တေသု	၅၄
အဋ္ဌိနံ နဂရံ	၂၀၅	အပ္ပမာဒေန မဿပါ	၅၆
အတ္တဒတ္တံ	၃၁၇	အပ္ပမာဒရတောဘိက္ခု	၅၀၊ ၆၀
အတ္တနာ ဟိ ကတံ	၃၀၆၊ ၃၁၅	အပ္ပမတ္တော	၁၀၅
အတ္တာနုဉ္ဇေတထာ	၃၀၂	အပ္ပမာဒေါ အမတံ ပဒံ	၄၁
အတ္တာနုဉ္ဇေပိယံ	၂၉၀	အပိဒိဗ္ဗေသု	၃၅၄
အတ္တာနုမေဝ ပဌမံ	၃၀၀	အပ္ပဿုတာယံ	၂၀၉
အတ္တာဟဝေ	၂၀၀	အဘိပါဒနသီလိကာ	၂၀၀
အတ္တာဟိ အတ္တနော	၃၀၄	အဘိတ္ထရေဏ	၂၂၃
အယဝါယ	၂၆၅	အလင်္ကတောစေပိ	၂၇၀
အနဝဋ္ဌိကစိတ္တဿ	၇၂	အသာရေ သာရမတိနော	၂၁
အနပဿုကစိတ္တဿ	၇၂	အသုဘာနုပဿိ	၁၆
အနိက္ကသာဝေါ	၁၀	အသန္တိဘာဝနမိစ္ဆေယျ	၁၄၀
အနုပပါဒေါ	၃၅၂	အဿဒ္ဓေါ	၁၀၇
အနေကောဟိသံသာရံ	၂၉၁	အယောယတာ	၂၇၂
အန္ဓဘူတော	၃၃၂		

ဂါထာယော	ပိဋကံ	ဂါထာယော	ပိဋကံ
[ဣ-၃]		[က-ခ-ဂ]	
ဣဓ တပ္ပတိ	၃၀	ဂဟကာရက	၂၉၁
ဣဓ နန္ဒတိ	၃၃	ဂါမေ ဝါ	၁၈၉
ဣဓ မောဒတိ	၂၉	[စ-ဇ]	
ဣဓ သောစတိ	၂၇	စရဉ္ဇေနာဓိဝစ္ဆေယျ	၁၁၆
ဥဒကံ ဟိ နယန္တိ	၁၅၆၊ ၂၇၅	စရန္တိ ဗာလာ	၁၂၆
ဥဠာနဝတော	၄၅	ဇီရန္တိ ဝေ	၂၈၇
ဥဠာနေ နပ္ပမာဒေန	၄၇	[တ]	
ဥတ္တိဋ္ဌေနပ္ပမဇ္ဇေယျ	၃၂၁	တဉ္ဇကမ္ပံ	၁၃၀
ဥယျုဉ္ဇန္တိ	၁၇၅	တတြာဘိရတိ	၁၆၉
[ဇ-ဩ]		တေ ဈာယိနော	၄၄
ဧကံ ဓမ္မံ	၃၃၆	တေ တာဒိသေ	၃၆၇
ဧတံ ခေါ သရဏံ	၃၆၀	တေသံ သမ္ပန္နသီလာနံ	၁၀၇
ဧဝ ပဿတိမံ	၃၂၆	[ဒ-ဓ]	
ဧဝံ ဝိသေသတော	၄၂	ဒိသောဒိသံ	၇၉
ဧဝံ သင်္ကာရဘူတေသု	၁၁၁	ဒိဿာ ဇာဂရတော	၁၁၃
ဩဝဒေယျာနုသာသေယျ	၁၅၀	ဒုက္ခံ ဒုက္ခသမုပ္ပါဒံ	၃၅၉
[က-ခ-ဂ]		ဒုန္တိဂ္ဂဟဿ	၆၆
ကဏ္ဍံ ဓမ္မံ	၁၆၉	ဒုလ္လဘော ပုရိသာဇေညော	၃၆၃
ကိစ္ဆော မနုဿ	၃၄၈	ဒုရဂ်မံ	၇၀
ကော ဣမံ ပထဝီ	၈၃	ဓမ္မပီတိသုခံ	၁၅၄
ကောနုဟာသော	၂၇၇	ဓမ္မံ စရေ	၃၂၂
ကုမ္ဘူပမံ	၇၅	[န]	
ခန္တိပရမံ	၃၅၀	န အတ္တဟေတု	၁၆၄
ဂတဒ္ဓိနော	၁၇၃	န အန္တလိက္ခေ	၂၄၄-၂၄၆
ဂဗ္ဘမေကော	၂၄၂		

ဂါထာယော

ဗိဇ္ဇင်္ကာ

ဂါထာယော

ဗိဇ္ဇင်္ကာ

[န]

[ဝ]

န ကဟာပဏဝဿေန

၃၅၄

ပုတ္တာ မတ္တိ

၁၁၈

န တံ ကမ္မံ

၁၂၈

ပုပ္ဖနိဟေဝ

၈၉၊ ၉၁

န တံ မာတာ

၈၁

ပူဇာရဟေ

၃၆၇

န နက္ခဏိယာ

၂၆၈

[ဖ-ဗ-ဘ]

န ပရေသံ

၉၅

ဖန္ဒနံ

၆၃

န ပုပ္ဖဂဇ္ဇော

၁၀၂

ဖေဏပမံ

၈၇

န ဘဇေပါပကေ

၁၅၂

ဗဟုမ္ပိစေ

၃၅

န ဝေကဒရိယာ

၃၃၈

ဗဟုံဝေ

၃၅၆

န ဟိ ပါပံ

၁၃၆

ဘဒြောပိ ပဿတိ

၂၃၀

န ဟိ ဝေရေန

၁၀

[မ]

နိဓိနံ

၁၄၇

မဇ္ဈိမိ မညတိ

၁၃၂

နေတံ ခေါ သရဏံ

၃၅၇

မနောပုဗ္ဗကမာ

၁၁၄

နေဝ ဒေဝေါ

၂၀၀

မမေဝကတမညန္တ

၁၄၂

[ဝ]

မာ ပမာဒမနုယုဇ္ဈေတ

၄၉

ပထဗျာ ကေရဇ္ဇေန

၃၄၀

မာဝမညေတ

၂၃၂၊ ၂၃၄

ပထဝိသမော

၁၈၃

မာဝေါစ ဖရသံ

၂၅၆

ပမာဒမနုယုဇ္ဈန္တိ

၄၉

မာသေ မာသေ

၁၃၄၊ ၂၀၂

ပမာဒံ အပ္ပမာဒေန

၅၂

မုဟုတ္တမပိ

၁၂၄

ပရိဇိဏ္ဍမိဒံ

၂၈၁

[ယ]

ပရေ စ န ဝိဇာနန္တိ

၁၂

ယထာ အဂါရံ

၂၄

ပဿ စိတ္တကတံ

၂၇၉

ယထာ ဒဏ္ဍေန

၂၅၉

ပါဏိမ္ပိ စေဝဏော

၂၃၈

ယထာပိ ပုပ္ဖရာသိမ္မာ

၁၀၀

ပါပဉ္စေ

၂၂၅

ယထာပိ ဘမရော

၉၃

ပါပေါပိ ပဿတိ

၂၂၉

ယထာပိ ရဟဒေါ

၁၆၀

ပုညဉ္စေ

၂၂၇

ယထာပိ ရုစိရံ

၉၇

ဂါထာယော	ပိဋကံ	ဂါထာယော	ပိဋကံ
[ယ]		[ယ-ရ]	
ယထာ ပုဗ္ဗဋ္ဌကံ	၃၂၄	ယော သာသနံ	၃၁၃
ယထာ သင်္ကာရဓာနသ္မိံ	၁၀၉	ရမဏီယာနီ	၁၉၁
ယဿ အစူန္တ	၃၀၈	ရာဇတောဝါ	၂၆၅
ယဿ ပါပံ	၃၃၀		
ဟဿ ဇာလီနိ	၃၄၄	[ဝ-သ-ဟ]	
ယဿ ဇိတံ	၃၄၃		
ယဿာသဝါ	၁၇၉	ဝါဏိဇောဝဘယံ	၂၃၆
ယံကိဉ္စိယိဋ္ဌိဉ္စ	၂၀၆	ဝါရိဇောဝ	၆၄
ယာနိမာနိ	၂၈၃	ဝေဒနံ ဖရသံ	၂၆၈
ယာဝဇီဝမ္ပိ	၁၂၂	သစေ နေရေသိ	၂၅၇
ယေ စ ခေါ	၁၆၆	သန္တံ တဿ	၁၈၅
ယေ စာနပသုတာ	၃၄၆	သဗ္ဗတ္ထ ဝေ	၁၆၂
ယေသံ သန္တိစယော	၁၇၇	သဗ္ဗပါပဿ	၃၅၀
ယေသံ သမ္မောဓိယဂေသု	၁၇၁	သဗ္ဗေ တသန္တိ	၂၄၉၊ ၂၅၀
ယော အပ္ပဒုဋ္ဌဿ	၂၄၀	သဟဿမပိ စေ	၁၉၃၊ ၁၉၅
ယော စ ဂါထာသတံ	၁၉၇	သာရဉ္စ သာရတော	၂၁
ယော စ ပုဗ္ဗေ	၃၂၈	သုကရာနိ	၃၁၁
ယော စ ဗုဒ္ဓဉ္စ	၃၅၉	သုခကာမာနိ	၂၅၃
ယော စ ဝန္တကာသာဝဿ	၁၈	သုခေါ ဗုဒ္ဓါန	၃၆၅
ယော စ ဝဿသတံ	၂၀၄၊ ၂၁၀၊	သုဒ္ဓမ္မသံ	၆၈
	၂၁၂၊ ၂၁၄၊	သုတာနုပဿိံ	၁၄
	၂၁၆၊ ၂၁၈၊	သေခေါပထဝိံ	၈၅
	၂၂၀၊	သေလော ယထာ	၁၅၈
ယော ဒဏ္ဍေန	၂၆၃	ဟံသာဒိစ္စပထေ	၃၃၄
ယော ဗာလော	၁၂၀	ဟိနံ မ္ပေ	၃၁၉
ယော သဟဿံ	၁၉၈	ဟိရီနိသေဓော	၂၇၂

မုဒ္ဒရိတိကာ ကျမ်းအတွက်

ကိုးကားသော ကျမ်းများ

- ၁။ ဓမ္မပဒဝတ္ထုတော်ကြီး (ဦးစန္ဒိမာ မူ)
- ၂။ ပဒေသာ ဓမ္မပဒ ဝတ္ထုတော်ကြီး (ဝိဇိတာရုံ မူ)
- ၃။ ဓမ္မပဒနိဿယ (သင်္ဂဇာ မူ)
- ၄။ ဓမ္မပဒ ပါဠိ (ဆဋ္ဌ မူ)
- ၅။ ၎င်း (အဋ္ဌကထာ)

ENGLISH BOOKS.

1. The Dhammapada (Text and Translation)
Narada maha Thera.
2. Sacred Book of east.
3. The life of Buddha.
4. The Dhammapada commentary.

BUDDHAGITIKA

Volume I

with Pāli, English, Burmese Verses
and Short Storics

By

REV. U SILĀSĀRA

Yomadein, Sanpyaywathaya,
Yinnabin Township, Sagaing Division,
Burma.



Department of Religious Affairs
Rangoon, Burma.

1980

၆၆၆

စာကြည့်တိုက်

ပိဋကတဘိဿယပြန်စာပေ

ပြန် | - ၁၈၁၅