

ရက်စွဲ - -

ပို့

ဓမ္မဒါနပြုအပ်ပါသည်။

၂၆

**သက္ကပဉ္စဝတ္ထုတွင် မြတ်စွာဘုရားက သိကြားမင်းအား
ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ဂါထာတော်**

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊
သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။
သဗ္ဗရတီ ဓမ္မရတီ ဇိနာတိ၊
တဏှာက္ခယော သဗ္ဗဒုက္ခံ ဇိနာတိ။

တရားအလှူသည် အလှူအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။
တရားအရသာသည် အရသာအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။
တရား၌ မွေ့လျော်ခြင်းသည် မွေ့လျော်ခြင်းအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။
တဏှာကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်သည် အလုံးစုံဆင်းရဲကို အောင်နိုင်၏။

(ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်၊ နှာ-၆၄။ ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ-၆၀)



**အိန္ဒိယနိုင်ငံမှလာ၍ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတွင် အဋ္ဌကထာကျမ်းမြတ်ကြီး
ကျမ်းပြုတော်မူသော အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ သြဝါဒမြွက်ကြားချက်**

“စကြဝဠာအပြည့် ထိုင်နေတော်မူသော ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ ရဟန္တာ
တို့အား ပစ္စည်းလေးပါး ဒါယကာအဖြစ် ကပ်လှူပူဇော်ရခြင်းထက် ၄-ပါးမျှ
ရှိသော ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်မြတ် တစ်ကြောင်း၊ တစ်ဂါထာ၊ တစ်ပိုဒ်ကို သင်အံ၊
လေ့ကျက်၊ ပို့ချ၊ ဆွေးနွေး၊ ဟောပြော၊ ဖြန့်ဝေခြင်းက ပို၍မြတ်၏”ဟု
အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသသည် “သက္ကပဉ္စဝတ္ထု”တွင် ဖွင့်ဆိုမိန့်ကြားတော်မူခဲ့
ပါသည်။

(ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယတွဲ၊ နှာ-၃၅၂)

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန

မေတ္တသုတ်

(ပါဠိ - မြန်မာပြန်)



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန
ကမ္ဘာ့အေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

စာအုပ်တန်ဖိုး - ၁၆၀၀ ကျပ်



သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ကမ္ဘာ့အေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကင်းမြို့၌
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးနိုင်အောင်မိုး
မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၀၀၁၀၄/၀၀၂၃၀)က
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

မေတ္တသုတ်

မာတိကာ



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	နိဒါန်း	[၈]
၂။	စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်	၁
၃။	ငါးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ခြင်း	၃
၄။	နတ်ဖိတ်အမွှန်း	၅
၅။	မေတ္တသုတ် ပါဠိ-မြန်မာပြန်	၇
၆။	မေတ္တာပွားနည်း (၁၁) နည်း	၁၃
၇။	အမျှဝေ	၁၅
၈။	ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ	၁၆
၉။	နတ်ဗြဟ္မာများအားပြန်ပို့ရန်ဂါထာ	၁၇
၁၀။	နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ	၁၉

နိဒါန်း

မေတ္တာသုတ်ပရိတ်တော်

မေတ္တာဟူသည် မိစ္ဆတိ သိနေဟတီတိ မေတ္တာ-ဟု ဖွင့်ဆိုသည့်အတိုင်း ချစ်တတ်သောသဘောတရား၊ အကျိုးစီးပွားကို အလိုရှိတတ်သော သဘော တရားဟုဆိုပါသည်။ တစ်နည်းပြောရလျှင်လည်း မိစ္ဆေ ဘဝါ မေတ္တာ-ဟု ဖွင့်ဆိုပြန်သည့်အတိုင်း မိတ်ဆွေ၌ ဖြစ်သောတရား၊ ချစ်အပ်သောပုဂ္ဂိုလ် ဟူသော အာရုံ၌ ဖြစ်သောတရားဟု ဆိုပါသည်။ အချုပ်ပြောရလျှင် မေတ္တာဆိုတာ အကျိုးစီးပွားလိုလားသောတရား၊ မိတ်ဆွေကောင်းသဖွယ် ဖြစ်သောတရား ဟု ဆိုပါသည်။

ပရိတ်ဟူသည်မှာတော့ ပရိသမန္တတော တာယတီတိ ပရိတ္တံ-ဟု ဖွင့်ပြ သည့်အတိုင်းပင် ထက်ဝန်းကျင်မှ အကာအကွယ် အတားအဆီးကို ပြုပေးသော ကြောင့် ပရိတ်ဟုဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် မေတ္တာပရိတ်တော်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်သူ နာယူသူတို့မှာ ဖြစ်ပေါ်ဆဲ ဖြစ်ပေါ်မည့် ဘေးအမျိုးမျိုး ရန်အသွယ်သွယ်ကို ထက်ဝန်းကျင်မှ ကာကွယ်တားဆီးပေးမည် ဖြစ်သည်။

ယင်းမေတ္တာသုတ်ပရိတ်တော်သည် ပိဋကတ်သုံးပုံ နိကာယ်ငါးရပ်တွင် သုတ္တန္တပိဋကတ် ခုဒ္ဒကနိကာယ်၌ ပါဝင်သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။

မေတ္တာသုတ်ပရိတ်တော်ဖြစ်ပေါ်လာပုံ

အခါတစ်ပါး၌ ရဟန်းတော်ငါးရာတို့သည် မြတ်စွာဘုရားရှင်ထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားကို သင်ယူကြပြီး သင့်လျော်မျှတသော တောကျောင်းနေရာတွင် သီတင်း သုံးနေထိုင်ကာ တရားအားထုတ်ကြမည်ဟု ကြံ၍ ခရီးထွက်ခွာလာရာ စိမ်းလန်း သာယာသော တောအုပ်တစ်ခုသို့ ရောက်ရှိခဲ့ကြလေသည်။ ရဟန်းတော်များလည်း ထိုတောအုပ်သည် တရားအားထုတ်ရန် သင့်လျော်သော နေရာဖြစ်သည်ဟု သတ်မှတ်ကာ ထိုတောအုပ်၌ပင် သီတင်းသုံးလျက် တရားအားထုတ်ခဲ့ကြသည်။ ထိုအခါ ထိုတောအုပ်၌နေသော သစ်ပင်စောင့်နတ်စသည့် နတ်များသည်

ရဟန်းတော်တို့၏ သီလ,သမာဓိ,ပညာဂုဏ်တော်, တန်ခိုးတော်တို့ကြောင့် မိမိတို့၏ ဘုံဗိမာန်များထက်တွင် မနေဝံ့ကြဘဲ အောက်သို့ ဆင်း၍နေကြရသဖြင့် ငြိုငြင်လာကာ ရဟန်းတော်များအား မနေနိုင်အောင် ခြောက်လှန့်ကြလေတော့သည်။ ထိုသို့ ခြောက်လှန့်ခံကြရသောအခါ ပုထုဇဉ်မျှသာဖြစ်သေးသော ရဟန်းတော်တို့သည် ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့သဖြင့် ထိုတောအုပ်၌ ဆက်လက်မနေနိုင်ကြတော့ဘဲ မြတ်စွာဘုရားရှင်ထံသို့ ပြန်သွားကာ အကြောင်းစုံကို လျှောက်ထားကြလေတော့သည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်ကလည်း ထိုတောအုပ်သည် ထိုရဟန်းငါးရာအတွက် တရားရရေးသင့်လျော်သော နေရာဖြစ်သည်ကို သိတော်မူသဖြင့် နေရာပြောင်း သီတင်းသုံးရန် မိန့်တော်မူဘဲ နတ်များ ချစ်ခင်မေတ္တာသက်ဝင်စေသည့် “မေတ္တာသုတ်တော်” ကို သင်ကြားပေးကာ ထိုတောအုပ်၌ပင် ပြန်လည်သီတင်းသုံးရန် စေလွှတ်လိုက်လေသည်။ ထိုမေတ္တာသုတ်တော်ကို ဟောတော်မူသောနေ့သည် ဝါခေါင်လပြည့်နေ့ဖြစ်၍ ယနေ့တိုင် ဝါခေါင်လပြည့်နေ့ကို “မေတ္တာအခါတော်နေ့” ဟု သတ်မှတ်ခေါ်ဝေါ်ကြပါသည်။

ရဟန်းတော်ငါးရာတို့လည်း ထိုတောအုပ်သို့ပင် ပြန်လာကြကာ တောအုပ်အဝင်မှစ၍ မေတ္တာသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပွားများလာကြရာ သစ်ပင်စောင့်နတ်စသည့်နတ်များသည် ရဟန်းတော်များအပေါ်၌ မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်ကြည်ညိုကြကာ ခရီးဦးကြိုဆိုပြီး ဝေယျာဝစ္စများကိုလည်း ဆောင်ရွက်ကြတော့သည်။ ဤသို့ဖြင့် ရဟန်းတော်ငါးရာတို့သည် သစ်ပင်စောင့်နတ်စသော နတ်များ၏ ပြုစုလုပ်ကျွေးမှုဖြင့် ထိုတောအုပ်၌ပင် ဝါဆိုဝါကပ်၍ တရားအားထုတ်တော်မူကြကာ အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာများ ဖြစ်တော်မူကြလေသည်။

မေတ္တာသုတ်ပရိတ်တော်စီရင်ထားပုံ

မေတ္တာသုတ်ပရိတ်တော်တွင် ဘုရားရှင်သည် သူတော်ကောင်းဂုဏ်ရည်များဖြစ်သည့် ရိုးသားဖြောင့်မတ်ခြင်း၊ နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်း၊ မာန်မာနမရှိခြင်းစသည့်ဂုဏ်များနှင့် ပြည့်စုံအောင် နေထိုင်ကြရန် တိုက်တွန်းတော်မူကာ မေတ္တာပွားနည်း

များကိုလည်း ဂါထာပေါင်း (၁၀)ဂါထာတို့ဖြင့် မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပြီး မေတ္တ သုတ်ပရိတ်တော် အစ-အဆုံးမှာ (၁၂)ဂါထာရှိပါသည်။

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်များအစွမ်း

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ အစွမ်းသတ္တိနှင့်ပတ်သက်၍ မိလိန္ဒပဉ္စ ပါဠိတော်(မြန်မာပြန်) စာအုပ်တွင် အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထားပါသည်—

သာသနာတော်နှစ် (၅၀၀)၊ ဘီစီ (၁၅၅-၁၃၀)ခန့်က ပေါ်ထွန်းခဲ့သော မိလိန္ဒမင်းကြီးသည် ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ အစွမ်းသတ္တိနှင့်ပတ်သက်၍ မေးမြန်းရာ အရှင်နာဂသေနက “မင်းမြတ်... ပရိတ်‘အရံအတား’ ပြုထားသော ယောက်ျားကို ကိုက်လိုသော မြွေသည် မကိုက်ဝံ့၊ ဟင်းလင်းပွင့်သော မြွေခံတွင်း သည် ပိတ်၏။ ခိုးသူတို့၏ မြောက်ချီရွယ်မိုးထားသော တင်းပုတ်သည်လည်း (ရိုက်ပုတ်ရန်) မဖြစ်မြောက်နိုင်၊ ထိုတင်းပုတ်ကိုင်သူတို့သည် တင်းပုတ်ကို လွှတ်ချကုန်ပြီးလျှင် ချစ်ခင်ကြကုန်၏။ အမျက်ထွက်သော ဆင်ပြောင်ကြီး သည်လည်း (ထိုးအံ့သောငှာ) လာပြီး၍ ကြဉ်ဖဲလေ၏။ ပြောင်ပြောင်တောက်သော မီးပုံကြီးသည်လည်း အနီးသို့ ရောက်လာ၍ ငြိမ်း၏။ ခဲစားအပ်သော လတ်တလော သေစေတတ်သော အဆိပ်အတောက်သည်လည်း ဆေးဖြစ်၍ အာဟာရအကျိုးငှာ ပျံ့နှံ့၏။ သူသတ်တို့သည် သတ်လိုကုန်သည်ဖြစ်၍ အနီးသို့ ရောက်လာသော် ကျွန်အဖြစ်သို့ ကပ်ရောက်ကုန်၏။ နင်းမိသော ကျော့ကွင်းသည်လည်း မဖွဲ့မိ” စသည်ဖြင့် ဖြေကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (မိလိန္ဒပဉ္စပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ-၁၆၅)

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့သည် လူတိုင်းကို စောင့်ရှောက်ပါသလော ဟူသော မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ အရှင်နာဂသေနက “မင်းမြတ်... ပဉ္စာနန္တရိယ ကံက တားမြစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဟူသော ကိလေသာက တားမြစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကာကွယ်လိမ့်မည်ဟု မယုံကြည်သဖြင့်လည်းကောင်း ဤအကြောင်းသုံးပါးတို့ဖြင့် ပရိတ်‘အရံအတား’သည် မစောင့်ရှောက်”ဟု အစချီကာ ဥပမာနှင့်တကွ အကျယ်တဝင့် မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (မိလိန္ဒပဉ္စ ပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ-၁၆၇)

သို့ဖြစ်၍ ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ စောင့်ရှောက်မှုကို ခံယူရရှိ လိုပါက အမိသတ်ခြင်းစသော ပဉ္စာနန္တရိယကံ ကျူးလွန်သူ မဖြစ်ရန်နှင့် မှားယွင်းသော အယူရှိသူ မဖြစ်ရန် လိုအပ်သကဲ့သို့ ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန် တော်တို့၏ အစွမ်းကို ယုံကြည်ရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ပြင် တတ်စွမ်းသမျှ ဒါနပြုခြင်း၊ သီလဆောက်တည်ခြင်း၊ ဘာဝနာပွားများခြင်းစသည့် ကုသိုလ်များ ကို ပြုလုပ်၍ ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်များကို ရွတ်ပွားပူဇော်ပါက ကုသိုလ် အကျိုးဖြင့် အစွမ်းသတ္တိ ပိုမိုရရှိနိုင်ပေရာ မေတ္တသုတ်တော်ကို ရွတ်ဖတ်ခြင်းဖြင့် အန္တရာယ်ကင်းခြင်း၊ လူနတ်များ ချစ်ခင်ခြင်း၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကြည်လင်ခြင်း၊ အတိတ်ဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုး၊ အိပ်မက်ဆိုးများ မမြင်၊မမက်ခြင်းစသော အကျိုးများ ရရှိနိုင်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် “မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော်”ကို အစီအစဉ်ကျနစွာ ရွတ်ပွားပူဇော် လိုသူတို့ အလွယ်တကူ ရွတ်ပွားပူဇော်နိုင်ရန်နှင့် မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော်၏ ဂုဏ်တော်၊ တန်ခိုးတော်တို့ကြောင့် ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝနိုင်ပါ စေရန် ရည်ရွယ်၍ ဤ“**မေတ္တသုတ် ပါဠိ-မြန်မာပြန်**”ကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေအပ် ပါသည်။

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

မေတ္တသုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်

အင်္ဂါရသဿ ဥဏ္ဍာယ၊

ဒါဠာဟိ သေတရံသိယော။

ဝဇီရာဝ ဝိရောစန္ဒိ၊

ဇိနော မေ ဌာတု သီသကော။

အင်္ဂါရသဿ၊ အယုတ် အလတ် အမြတ်ပိုင်းခြား လွန်ကြီးမား၍ သုံးပါးဆယ်လီ ပါရမီတော်အဟုန် စာဂီတော်ဂုဏ်တို့ကြောင့် ခြောက်ရောင်စုံ ကွန့်မြူးလျက် ‘အင်္ဂါရသ’ဆိုတဲ့ ဘွဲ့ထူးကို အံ့ကျူးခံနိုင် ဖက်မပြိုင်နိုင်အောင် လက်ကိုင်ရရှိတော်မူ သော ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး၏။

ဘမုကန္တရေ၊ မျက်ခုံးတော်နှစ်သွယ် အလယ်ဗဟိုတည့်တည့်၍။

သဉ္ဇာတာယ၊ နုဖြူထွားထွား ကောင်းစွာပေါက်ပွား ဖြစ်ပေါ်၍ လာတော်မူသော။

ဥဏ္ဍာယစ၊ ဆွဲလို့ဆန့်လျှင် နှစ်တောင်ခန့် ရှည်လျားသဖြင့် စိန်သားနှစ်အသွင် ငွေနန်းချည်အမျှင်ကဲ့သို့ ဖြူစင်ဝင်းသစ် လက်ယာရစ်ခွေရုံ စိန်ကြယ်ပွင့်အနေပုံလို ဥဏ္ဍာလုံခေါ် မွေးရှင်တော်ဓာတ် လွန်ထူးမြတ်သည့် အရပ်တော်မှလည်းကောင်း။

ဒါဠာဟိစ၊ ပတ္တမြားခေါင်ရန်း နှင်းဆီပန်းကဲ့သို့ နီမြန်းသော နှုတ်ခမ်းတော်တို့ဖြင့် မပေါ်အောင်ဖုံးပိတ်၍ ထားအပ်သော သွားတော်လေးဆယ် စွယ်တော်လေးဆူ ဖြူရာရာဓာတ်တော်ထူးတို့မှလည်းကောင်း။

သေတရံသိယော၊ ပုလဲအနှစ် စိန်စစ်နမူ ဘော်ဖြူငွေရွက် ဖြန့်ကြက်စီခြယ်
ငွေကြယ်ရောင်သန်း ကေလာသငွေတောင်ကို နေအရောင်လွှမ်းဘိသကဲ့သို့
မြတ်လေးပန်းစပယ်ငုံ ကြာဖြူပွင့်ဝတ်မှုန်လို ပုံပမာကပ် စိန်တောင်ကို တိမ်ရောင်
ဟပ်ဘိသကဲ့သို့ တလျှပ်လျှပ် တဖိတ်ဖိတ် တရိပ်ရိပ် တလည်လည် ထိန်ပြောင်
ကြည်တဲ့ စိန်ရောင်ခြည်ဓာတ် ဖြူဖွေးသော အဆင်းတော်မြတ်တို့သည်။

ဝဇီရာဝ၊ စိန်နှစ်စိန်သွေး ဖြူဖွေးတောက်ပြောင် စိန်သားတောင်ကြီးကဲ့သို့။

ဝိရောစန္ဒြိ၊ ဖူးမြင်ရသူတို့၏ စိတ်ဝယ်အထူး ဘဝင်မှာကြည်နူးလောက်အောင်
ရွှင်မြူးတက်ကြွ ဘက်မမျှသဖြင့် လှပဆန်းကြယ် တင့်တယ်တော်မူကြပါပေ
ကုန်၏။

သော ဇိနော၊ ထူးထွေဆန်းလည် စိန်ရောင်ခြည်တို့ကြောင့် အင်္ဂါရသံ ဘွဲ့ထူးခံ
သည့် ငါးမာရ်အောင်ပြီး ထိုဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်။

မေ မမ၊ ရုပ်နှင့်နာမ်သာ ထိုနှစ်ဖြာကို သက္ကာယစွဲ အထင်လွဲ၍ ငါပဲသမုတ်
အကျွန်ုပ်၏။

သီသကော၊ ဦးခေါင်းရတနာ မြတ်ရာထားတင် ဦးထိပ်ပြင်၌။

ဌာတု၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းစေမှု မေတ္တာပြု၍ ကြည့်ရှုကိုယ်တိုင်
ခိုင်ခိုင်မတ်မတ် တန်ရပ်တည်နေတော်မူလှည့်ပါ့ စိန်ရောင်ခြည် နေတနွန်းကဲ့သို့
ရွှေဘုန်းတော်သခင် အရှင်မြတ်ကြီးဘုရား။

(လယ်တီပဏ္ဍိတ-ဦးမောင်ကြီး)

ဩကာသကန်တော့ချိုး

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သဗ္ဗဒေါသ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ ပထမ ဒုတိယ တတိယ တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင် ဘုရားရတနာ တရားရတနာ သံဃာ ရတနာ ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့ကို အရိုအသေ အလေးအမြတ် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့် အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ် ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျာသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

- အပါယ်လေးပါး** = ငရဲဘုံ၊ တိရစ္ဆာန်ဘုံ၊ ပြိတ္တာဘုံ၊ အသူရကာယ်ဘုံ။
- ကပ်သုံးပါး** = ဒုဗ္ဗိက္ခန္ဓရကပ်၊ သတ္တန္ဓရကပ်၊ ရောဂန္ဓရကပ်။
- ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး** = ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသညသတ်ဘုံနှင့် အရူပ-
ဗြဟ္မာဘုံ၊ ပစ္စန္ဓရစ်အရပ်(ဘုရားမပွင့်ရာအရပ်)၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊
ဉာဏ်ပညာမရှိသူ၊ ဘုရားမပွင့်ရာအခါ၌ လူဖြစ်ရခြင်း။
- ရန်သူမျိုးငါးပါး** = ရေ၊ မီး၊ မင်း၊ ခိုးသူ၊ မချစ်မနှစ်သက်သောသူ။
- ဝိပတ္တိတရားလေးပါး** = အပါယ်ဘုံ၌ဖြစ်ရခြင်း၊ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါချို့တဲ့ခြင်း၊ တရား
မစောင့်သူတို့၏ လက်ထက်၌ဖြစ်ရခြင်း၊ အကုသိုလ်
ကိုသာ အားထုတ်၍ အကျင့်ပျက်စီးခြင်း။
- ဗျာသနတရားငါးပါး** = ဆွေမျိုးပျက်စီးခြင်း၊ စည်းစိမ်ပျက်စီးခြင်း၊ ရောဂါနှိပ်စက်၍
ပျက်စီးခြင်း၊ အယူဝါဒလွဲမှားပျက်စီးခြင်း၊ အကျင့်သီလ
ပျက်စီးခြင်း။

ငါးပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ခြင်း

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

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

အာမ ဘန္တေ။



နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

(သုံးကြိမ်)

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

အာမ ဘန္တေ။



၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သူတစ်ပါး၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သူတစ်ပါး၏ သားမယားကို ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(မဟုတ်မမှန် မုသားပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သေရည်သေရက်ကို သောက်စားမှုးယစ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

အာမ ဘန္တေ။



မေတ္တသုတ်တော်မရွတ်မီ ရှေးဦးစွာ နတ်များကို ဖိတ်မန္တကပြုခြင်း

သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ အတြာ'ဂစ္ဆန္တ၊ ဒေဝတာ။
သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဇဿ၊ သုဏန္တ၊ သဂ္ဂမောက္ခဒံ။
(ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။)⁹

- သမန္တာ** - ဝန်းကျင်ပတ်ချာ ရပ်ဆယ်မျက်နှာမှ။
- စက္ကဝါဠေသု** - ရှစ်သောင်းနှစ်ထောင် အမြင့်ဆောင်သည့် စကြဝဠာ တောင်ရစ်ဝိုက် တစ်သောင်းသော လောကဓာတ်တိုက် တို့၌။
- ဝသန္တာ** - ကြည်သာချမ်းမြ နေထိုင်ကြကုန်သော။
- ဒေဝတာ** - ရောင်ဝါတန်ခိုး ကဲမိုးကြီးမား နတ်အများတို့သည်။
- အတြ** - မေတ္တသုတ်တော်မြတ် ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ရာ ဤ နေရာဌာနသို့။
- အာဂစ္ဆန္တ** - ညီညာဖြဖြ စည်းဝေးလာရောက်ကြကုန်လော့။
- မုနိရာဇဿ** - သုံးတိုက်ထွတ်တင် ဘုရင်ဥက္ကဋ္ဌ ရဟန်းမင်းကြီး ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏။
- သဂ္ဂမောက္ခဒံ** - နတ်ရွာနိဗ္ဗာန် ကျိုးနှစ်တန်ကို ဧကန်ဆတ်ဆတ် ပေးဝေတတ်သည့်။
- သဒ္ဓမ္မံ** - ချီးမွမ်းအံ့အား ပြောဆို၍ မကုန်နိုင်သော မေတ္တသုတ် တော် သူတော်ကောင်းတရားကို။
- သုဏန္တ** - ရိုသေတုပံကွ နာလှည့်ကြကုန်လော့။

မေတ္တသုတ်

- [ဘဒ္ဒန္တ - ညီညာဖြူ စည်းဝေးလာရောက်ကြသည့်
ဓမ္မမာမက အိုနတ်များတို့။
- အယံ ကာလော - ဤသည့်ကာလ ခါသမယသည်ကား။
- ဓမ္မဿဝန - သုံးခွင်ထွတ်ထား ရှင်တော်ဘုရား၏ မေတ္တသုတ်
ကာလော - တော် နာကြားရမည့် အခါပေတည်း။
(၃-ခေါက်)]

မေတ္တသုတ်ပါဠိ-မြန်မာပြန်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

မေတ္တသုတ္တ

မေတ္တသုတ္တပါဠိ

မေတ္တသုတ်မြန်မာပြန်

၁။ ယဿာနဘာဝတော ယက္ခာ၊
နေဝ ဒဿေန္တိ ဘီသနံ။
ယဉ္ဇိံ ဝေဝါနယုဇ္ဇန္တော၊
ရတ္တိန္ဒိဝ'မတန္တိတော။

၂။ သုခံ သုပတိ သုတ္တော စ၊
ပါပံ ကိဉ္စိ န ပဿတိ။
ဝေမာဒိဂုဏူပေတံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟော။

၁-၂။ မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော်၏ အာနုဘော်တော်ကြောင့် နတ်ကြမ်း၊ ဘီလူးကြမ်းတို့သည် ကြောက်မက် ဖွယ် အာရုံအမျိုးမျိုးကို မပြဝံ့ကြကုန် မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော်ကို နေ့၌ဖြစ် စေ၊ ည၌ဖြစ်စေ မပျင်းမရိ အထပ်ထပ် ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်သော သူသည် ချမ်းသာစွာ အိပ်စက်ခြင်း၊ အိပ်မက် ဆိုး မမြင်မက်ခြင်းစသော အကျိုးများ ကို ရရှိနိုင်၏။ အို သူတော်ကောင်းတို့ ထိုကဲ့သို့ အာနိသင်နှင့်ပြည့်စုံသော ပရိတ်တော်ကို ကျွန်ုပ်တို့ ရွတ်ဖတ်ကြ ပါကုန်စို့။

မေတ္တသုတ်

၃။*ကရဏီယ'မတ္တကုသလေန၊
ယန္တ သန္တံ ပဒံ အဘိသမေစ္စ။
သက္ကော ဥဇ္ဇ ဝ သုဟုဇ္ဇံ ဝ၊
သုဝစော စဿ မုဒု အနုတိမာနီ။

၃။ ငြိမ်းအေးသော နိဗ္ဗာန်သို့ ဉာဏ်
ဖြင့် သက်ဝင်၍ (နေလိုသော) အကျိုး
စီးပွား၌ လိမ္မာသောသူသည် (ဤဆို
လတ္တံ့သော စည်းကမ်းနည်းလမ်းကို)
ပြုကျင့်အပ်၏- ကျင့်စွမ်းနိုင်ရမည်၊
ကိုယ်နှုတ် ဖြောင့်မတ်ရမည်၊ စိတ်နေ
စိတ်ထား ကောင်းစွာဖြောင့်မတ်ရ
မည်၊ ဆိုဆုံးမလွယ်ရမည်၊ စိတ်ထား
နူးညံ့သိမ်မွေ့ရမည်၊ လွန်ကဲမြင့်မောက်
သော မာနမရှိရာ။

၄။*သန္တုဿကော ဝ သုဘရော ဝ၊
အပ္ပကိစ္စော ဝ သလ္လဟုကဝုတ္တိ။
သန္တိန္ဒြိယော ဝ နိပကော ဝ၊
အပ္ပဂဗ္ဘော ကုလေသွ'နနုဂိဒ္ဒေါ။

၄။ ပစ္စည်းလေးပါး၌ ရောင့်ရဲလွယ်
ရမည်၊ မွေးမြူလွယ်ရမည်၊ အမှုကိစ္စ
နည်းပါးရမည်၊ ဝန်ကျဉ်းပေါ့ပါးသော
အသက်မွေးမှု ရှိရမည်၊ ငြိမ်သက်
သော ဣန္ဒြေရှိရမည်၊ ရင့်ကျက်သော
ပညာရှိရမည်၊ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး
ကြမ်းတမ်းခြင်း မရှိရာ၊ ဒါယကာတို့၌
တပ်မက်မှု ကင်းရမည်။

၅။*န ဝ ခုဒ္ဒု' မာစရေ ကိဉ္စိ၊
ယေန ဝိညူ ပရေ ဥပဝဒေယျံ။
သုခိနော ဝ ခေမိနော ဟောန္တု၊
သဗ္ဗသတ္တာ^၂ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။

၅။ ပညာရှိတို့ ကဲ့ရဲ့စွပ်စွဲနိုင်မည့်
ဒုစရိုက်ကို စိုးစဉ်းအနည်းငယ်မျှလည်း
မပြုကျင့်ရာ၊ (ဤစည်းကမ်းနည်းလမ်း
ကို လိုက်နာရမည်)။ ခပ်သိမ်းသော

* ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိယံ-၁၀၊၁၁-ပိဋကေ၊ သုတ္တနိပါတပါဠိယံ-၃၀၀၊၃၀၁-ပိဋကေ ၈။
၁-သုဇ္ဇ (သီ) ၂-သဗ္ဗ သတ္တာ (သီ၊သျာ)

သတ္တဝါတို့သည် ချမ်းသာခြင်းနှင့်
ပြည့်စုံကုန်သည် ဘေးကင်းကုန်သည်
ဖြစ်၍ ချမ်းသာသော ကိုယ်စိတ်ရှိကြ
ပါစေကုန်သတည်း။

၆။* ယေ ကေစိ ပါဏဘူတ'တ္ထိ၊
တသာ ဝါ ထာဝရာ ဝ'နဝသေသာ။
ဒီဃာ ဝါ ယေ ဝ မဟန္တာ၊
မဇ္ဈိမာ ရဿကာ အဏုကထူလာ။

၆။ ကြွင်းမဲ့ညသုံ အလုံးစုံကုန်သော
(ထွက်သက်ဝင်သက်ရှိ) သတ္တဝါ
(ထွက်သက် ဝင်သက်မဲ့) သတ္တဝါတို့
သည်လည်းကောင်း၊ ထိတ်လန့်တတ်
သော (ပုထုဇဉ်) ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း
ကောင်း၊ စိတ်ဓာတ်ခိုင်ခံ့သော
(ရဟန္တာ) ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း
ကောင်း၊ ရှည်သော (ကိုယ်ရှိသော)
သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊
ကြီးသော (ကိုယ်ရှိသော) သတ္တဝါတို့
သည်လည်းကောင်း၊ အလတ်စား
ကိုယ်ရှိသော သတ္တဝါတို့သည်လည်း
ကောင်း၊ ပုတိုသော ကိုယ်ရှိသော
သတ္တဝါတို့သည် လည်းကောင်း၊
သေးဖွဲ သိမ်မွေ့သောကိုယ်ရှိသော
သတ္တဝါတို့သည်လည်းကောင်း၊
ဆူဖြိုးသော ကိုယ်ရှိသော သတ္တဝါ
တို့သည်လည်းကောင်း။

* ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိယံ-၁၁-ပိဋကေ၊ သုတ္တနိပါတပါဠိယံ-၃၀၁၊၃၀၂-ပိဋကေ၊ ၈။
၁-မဟန္တ (?)

၇။ *အိဋ္ဌာ ဝါ ယေ ဝ အိဋ္ဌာ၊
 ယေ ဝ ခုရေ ဝသန္တိ အဝိဒုရေ။
 ဘူတာ ဝ သမ္ဘဝေသီ ဝ၊
 သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။

၇။ မြင်ဖူးသော သတ္တဝါတို့သည်
 လည်းကောင်း၊ မမြင်ဖူးသော သတ္တဝါ
 တို့သည်လည်းကောင်း၊ အဝေး၌
 နေသော သတ္တဝါတို့သည်လည်း
 ကောင်း၊ အနီး၌နေသော သတ္တဝါ
 တို့သည်လည်းကောင်း၊ ရဟန္တာ
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ပုထုဇဉ်
 သေက္ခပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်းကောင်း
 ခပ်သိမ်းသော သတ္တဝါတို့သည်
 ချမ်းသာသော ကိုယ်စိတ်ရှိကြပါစေ
 ကုန်သတည်း။

၈။ *န ပရော ပရံ နိကုဗ္ဗေထ၊
 နာတိမညေထ ကတ္တမိ န ကိဋ္ဌိ။
 ဗျာရောသနာ ပဋိဃသည၊
 နာညမညဿ ဒုက္ခ'မိစ္ဆေယျ။

၈။ တစ်ယောက်က တစ်ယောက်ကို
 အမျက်မထွက်ပါစေလင့်၊ တစ်စုံ
 တစ်ခုသောအရာ၌ တစ်စုံတစ်ယောက်
 ကိုမျှ ချုပ်ချယ်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊
 ရန်လိုသော စိတ်ဖြင့်လည်းကောင်း
 မထေမဲ့မြင်မပြုပါစေလင့်၊ အချင်းချင်း
 ဆင်းရဲမှုကို အလိုမရှိပါစေလင့်။

* ခုဒ္ဒကပါဠိပါဠိယံ-၁၁-ပိဋေ၊ သုတ္တနိပါတပါဠိယံ-၃၀၁၊ ၃၀၂-ပိဋေသု စ။

၁-အိဋ္ဌ (?) ၂-ယေ စ (သီ၊ သျာ၊ ကံ၊ က္က)
 ၄-သမ္ဘဝေသီ ဝါ (သီ၊ သျာ၊ ကံ၊ က္က)

၃-ဘူတာ ဝါ (သျာ၊ ကံ၊ က္က၊ က)
 ၅-နံ ကဋ္ဌိ (သီ၊ က္က)၊ နံ ကိဋ္ဌိ (သျာ)

၉။ *မာတာ ယထာ နိယံပုတ္တ-
မာယုသာ ကေပုတ္တ'မနုရက္ခေ။
ဝေမ္မိ သဗ္ဗဘူတေသု၊
မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။

၉။ မိခင်သည် ရင်၌ဖြစ်သော တစ်ဦး
တည်းသားကို အသက်ရှင်စေရန်
အစဉ်စောင့်ရှောက်ဘိသကဲ့သို့ ဤ
အတူပင် သတ္တဝါခပ်သိမ်းတို့၌အတိုင်း
အရှည်မရှိသော မေတ္တာစိတ်ကို
ပွားများရာ၏။

၁၀။*မေတ္တဉ္စ သဗ္ဗလောကသ္မိ၊
မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။
ဥဒ္ဓံ အဓော စ တိရိယဉ္စ၊
အသမ္မာဓံ အဝေရ' မသပတ္တံ။

၁၀။ အထက် (ဘဝဂ်) အောက်
(အဝီစိ) ဖီလာအလုံးစုံသော လောက
၌ ကျဉ်းမြောင်းခြင်း မရှိသော
အတွင်းရန် အပြင်ရန်ကင်းသော
အတိုင်းအရှည်မရှိသော မေတ္တာ
စိတ်ကို ပွားများရာ၏။

၁၁။*တိဋ္ဌံ စရံ နိသိန္ဓော ဝံ၊
သယာနော ယာဝတာ'သ ဝိတမိဒ္ဓေါ။
တေံ သတိံ အဓိဋ္ဌေယျ၊
ဗြဟ္မ'မေတံ ဝိဟာရ'မိဓ' မာဟု။

၁၁။ ငိုက်မျဉ်းခြင်းကင်း၍ ရပ်နေသမျှ
သွားနေသမျှ ထိုင်နေသမျှ လျောင်းနေ
သမျှ ကာလပတ်လုံး ဤ (မေတ္တာ
နှင့်ယှဉ်သော) သတိကို ပွားများအံ့ဟု
ဆောက်တည်ရာ၏။ ဤသာသနာ
တော်၌ မေတ္တာနှင့်ယှဉ်သော သတိ
ဖြင့်နေခြင်းကို မြတ်သောနေခြင်း
'ဗြဟ္မဝိဟာရ'ဟူ၍ မြတ်စွာဘုရားတို့
ဟောတော်မူကုန်၏။

* ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိယံ-၁၁-ပိဋေ သုတ္တနိပါတပါဠိယံ-၃၀၁၊၃၀၂-ပိဋေသု စ။
၁-ဝါ(သီ၊သျှ၊ကံ၊ဣ) ၂-ဝိဂဂတမိဒ္ဓေါ (ဗဟူသု)

၁၂။* ဒိဋ္ဌိဉ္စ အနုပဂ္ဂမ္မ၊
 သီလဝါ ဒဿနေန သမ္ပန္နော။
 ကာမေသု ဝိနယံ ဂေဓံ၊
 န ဟိ ဇာတုဂ္ဂဗ္ဘသေယျပုန ရေတိ။

၁၂။ (ထိုမေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသော သူသည်)သက္ကာယဒိဋ္ဌိသို့လည်း မကပ် မူ၍ (လောကုတ္တရာ) သီလရှိသည် ဖြစ်လျက် သောတာပတ္တိမဂ်ဉာဏ် အမြင်နှင့် ပြည့်စုံသည်ဖြစ်၍ ဝတ္ထု ကာမတို့၌ တပ်မက်တွယ်တာမှုကို ပယ်ဖျောက်သည်ရှိသော် အမိဝမ်း၌ တစ်ဖန် (ပဋိသန္ဓေ) နေခြင်းသို့ မရောက်တော့ပေဟု (မိန့်တော်မူ၏)။

မေတ္တသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

မေတ္တသုတ်မြန်မာပြန် ပြီး၏။

* ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိယံ-၁၁-ပိဋေ၊ သုတ္တနိပါတပါဠိယံ-၃၀၁၊၃၀၂-ပိဋေသု စ။
 ၁-ဝိနေယျ (သီ)

မင်းကွန်းတိပိဋကဆရာတော်ကြီး၏
မေတ္တသုတ်တော်လာ မေတ္တာပွားနည်း (၁၁)နည်း
(အားလုံးသံပြိုင်ရွတ်ဆိုရန်)

၁။ လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၂။ ကြောက်တတ်၊ မကြောက်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၃။ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၄။ ဝေးနေ၊ နီးနေ၊ နှစ်ထွေများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၅။ ဘဝဇာတ်ဆုံး၊ မဆုံးများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၆။ ရှည်-တို-အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၇။ ကြီး-ငယ်-အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
 ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
 ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၈။ ဆူ-ကြုံ-အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
 ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
 ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၉။ လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၀။ အထင်သေးခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၁။ ဆင်းရဲလိုခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။



အမျှဝေ

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကို၊ ကြီးထမြင့်ခေါင်၊ မြင်းမိုရ်တောင်ဦး၊ မကကျူး-
သား၊ ကျေးဇူးအရှင်၊ မွေးမိခင်နှင့်၊ ဖခင်တို့အား၊ ရငြားပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

မသွေနှိစွ၊ ဤကာယကို၊ စောင့်ထပေတတ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်လည်း၊
မလပ်စေရ၊ ပေးဝေငှ၏။

မိတ္တဆွေညာ၊ ဆရာသမား၊ ဘိုးဘွားကစ၊ ယမရာဇာ၊ ဒေဝါယက္ခ၊
ဣန္ဒာဘုမ္မာ၊ အာကာသနတ်၊ အထူးမှတ်၍၊ အမြတ်ပုည၊ ကုသလကို၊
ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာလောက၊ အနန္တတွင်၊ မပြတ်စဉ်-
ကာ၊ သတ္တာဝါသ၊ ဘုံကိုးဝနှင့်၊ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ၊ တည်ရှိခုနစ်ပါး၊ များစွာလုံးစုံ၊
ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျအား၊ အမျှကုသိုလ်၊ ပေးဝေလို၏။
ထိုကုသလ၊ ဤပုညကို၊ အမျှရကြသည်ဖြစ်စေသော်။

ဝသုန္ဒရေ၊ ဤမြေပံသု၊ သိလာထုလည်း၊ သက်သေအမှု တည်စေသော်။

ကုသိုလ်- အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
 သာဓု သာဓု သာဓု

ကုသိုလ်- အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
 သာဓု သာဓု သာဓု

ကုသိုလ်- အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
 သာဓု သာဓု သာဓု



ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယံ ဝဟံ ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ ဗောဓိဉာဏဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ နဝလောကုတ္တရဿ ဓမ္မဿ ပစ္စယော ဟောတု။

၁။ **မေ-** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **အာသဝက္ခယံ၊** ကာမာသဝ၊ ဘဝါသဝ၊ ဒိဋ္ဌာသဝ၊ အဝိဇ္ဇာသဝ၊ တည်းဟူသော အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို။ **ဝဟံ-ဝဟန္တော၊** ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၂။ **မေ-** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **နိဗ္ဗာနဿ၊** ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာအမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်၏။ **ပစ္စယော၊** မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါရန်အကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၃။ **မေ-** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **ဗောဓိဉာဏဿ၊** ဗောဓိဉာဏ်တော်မြတ်၏။ **ပစ္စယော၊** ရရှိပါစေကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၄။ **မေ-** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **နဝ လောကုတ္တရဿ ဓမ္မဿ၊** မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာ တရားတို့အား။ **ပစ္စယော၊** ရရှိရန်အကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။



နတ်ဗြဟ္မာများအား ပြန်ပို့ရန် ဂါထာ

တွောဝတာ စ အမေဟိ၊ သမ္ဘတံ ပုညသမ္ပဒံ။
 သဗ္ဗေ ဒေဝါ'နမောဒန္တု၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ။
 ဒါနံ ဒဒန္တု သဒ္ဓါယ၊ သီလံ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။
 ဘာဝနာဘိရတာ ဟောန္တု၊ ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာဂတာ။

တွောဝတာ၊ ဤမျှကြိုးကုတ် စွမ်းအားထုတ်၍ မယုတ်စေရ ပြုလုပ်ရ သဖြင့်လည်း။ **အမေဟိ၊** မေတ္တသုတ်ပရိတ်တော် ရွတ်ပွားပူဇော် သူငါနှစ်မြို့ အကျွန်ုပ်တို့သည်။ **သမ္ဘတံ၊** ယခုအေးမှု နောင်ကျွေးပြု၍ တွေးရှု ရည်စူး ဖြည့်ဆည်းအပ်သော။ **ပုညသမ္ပဒံ၊** အပေါင်းစုမြုပ် ကောင်းမှုထုပ်၍ မယုတ်မယွင်း ပြည့်စုံခြင်းကို။ **သဗ္ဗေ၊** ရှိန်ဝါတောက်လင်း နောက်ပါသင်းတို့နှင့် ခပင်းဥသို အလုံးစုံကုန်သော။ **ဒေဝါ၊** စကြဝဠာသောင်းတိုက် ပေါင်းတစ်ဝိုက်မှ ရောက်ဆိုက် လာငြား နတ်ဗြဟ္မာအများတို့သည်။ **အနမောဒန္တု၊** ကြည်လင်မနော ဘဝင် ဇောဖြင့် လျင်ဆောဝမ်းမြောက်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ၊ လူ နတ် နိဗ္ဗာန် အကျိုးမှန်ကို မျိုးခံနှီးရင်း ပြီးစီးခြင်းငှာ။ **သဒ္ဓါယ၊** ကံကြောင့်အကျိုး မထောင့်ညှိုးဟု ဖြောင့်ရိုးစွဲကပ် အမြဲ မှတ်သဖြင့်။ **ဒါနံ၊** နည်းသည်များသည် ခြားမရည်ဘဲ ရွှင်ကြည်မြတ်နိုး ဒါနမျိုး တို့ကို။ **ဒဒန္တု၊** သူတော်ရဟန်း ရည်မျှော်မှန်း၍ လှူဒါန်းတော်မူနိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။ **သီလံ၊** ပဉ္စ အဋ္ဌ ဒသင်္ဂဟု ကိုယ်မှမချွတ် ကျင့်ခါးဝတ်ကို။ **သဗ္ဗဒါ၊** နှစ်, လ, တွက်မှတ် ရက်မပြတ်အောင်။ **ရက္ခန္တု၊** မကျားမပြောက် အမှားမရောက် အောင် စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **ဘာဝနာဘိရတာ၊** သမထ ဝိပဿနာ ချက်နှစ်ဖြာကို ဆက်ကာနေ့ည မွေ့လျော်ကြကုန်သည်။ **ဟောန္တု၊** ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **အာဂတာ၊** အများညီညာ တရားနာဟု ထားကာစွဲစိတ် ခဲအကျိတ်နှင့် တွဲမိတ်စုဆုံ ရောက်လာကြကုန်သော။ **ဒေဝတာ၊**

မေတ္တသုတ်

အကြောင်းဆက်ကာ သောင်းစကြာက ရောက်လာကြညောင်း နတ်ဗြဟ္မာ
 အပေါင်းတို့သည်။ ဂစ္ဆန္တိ၊ မေတ္တသုတ်တော်ရွတ်ပွဲ ပြီးကုန်စဲမို့ နေမြရပ်ဘုံ
 ပြန်တော်မူကြပါကုန်လော့။



