

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)

သာသနာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန

အာဠဝကသုတ္တန်

(ပါဠိ-မြန်မာပြန်)



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
သာသနာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန
ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

စာအုပ်တန်ဖိုး - ၁၆၀၀ ကျပ်



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

အာဠဝကသုတ္တန်

မာတိကာ



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	နိဒါန်း	[၀]
၂။	စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်	၁
၃။	ငါးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ခြင်း	၃
၄။	နတ်ဖိတ်အမွှန်း	၅
၅။	အာဠဝကသုတ္တန် ပါဠိ-မြန်မာပြန်	၇
၆။	မေတ္တာပွားနည်း (၁၁) နည်း	၁၄
၇။	အမျှဝေ	၁၆
၈။	ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ	၁၇
၉။	နတ်ဗြဟ္မာများအားပြန်ပို့ရန်ဂါထာ	၁၈
၁၀။	နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ	၂၀

နိဒါန်း

“ကိစ္စမြားမြောင် လူတို့ဘောင်” ဟူသည်နှင့်အညီ လူသားတို့သည် လူမှုရေး ကိစ္စ၊ စီးပွားရေးကိစ္စ၊ စားဝတ်နေရေးကိစ္စသည်အားဖြင့် များပြားလှသော အရေးကိစ္စတို့ကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေကြရသော ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်သည်။

ထိုသို့သော အရေးကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ကြရာတွင် ယုံကြည်မှု ‘သဒ္ဓါ’၊ ချမ်းသာကို ပို့ဆောင်နိုင်သည့် ကောင်းစွာအလေ့အကျင့်ပြုရမည့် သုစိတ္တာတရား၊ သစ္စာတရားနှင့် ပညာတရားတည်းဟူသော ဤလေးပါးသောတရားသည် စီးပွားရေး တွင် ဖြစ်စေ၊ လူမှုဆက်ဆံပေါင်းသင်းရေးတွင်ဖြစ်စေ အလွန်ပင် လိုအပ်၏။

အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ကြသူအချင်းချင်း ယုံကြည်မှုသည် အလွန်ပင် လိုအပ် လှသည်။ အချင်းချင်းယုံကြည်မှုရမှ ချမ်းသာမည်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကြီးပွားမှု ဆုတ်ယုတ်မှု အခြေအနေကို ထိုသူ၏ အသွင်ပြင်လက္ခဏာတို့ကို ကြည့်ရှု လေ့လာခြင်းဖြင့် သိနိုင်သကဲ့သို့ ထိုသူ၏ ယုံကြည်မှု မှန်ကန်မှုရှိ/မရှိဖြင့် ခွဲခြား သိနိုင်ပါသည်။ သတ္တဝါတို့သည် အသွင်သဏ္ဍာန် စိတ်နေစိတ်ထား အမျိုးမျိုး ကွဲပြားနေကြသဖြင့် ယုံကြည်ချက်သည်လည်း အမျိုးမျိုးကွဲပြားခြားနားနေကြ၏။ ယုံကြည်မှုသည် ချမ်းသာသုခရရှိရေးအတွက် အဓိကသော့ချက် ဖြစ်ပေသည်။

လူတစ်ယောက်သည် လောကီပညာ၌ဖြစ်စေ၊ လောကုတ္တရာပညာ၌ ဖြစ်စေ၊ စီးပွားရှာရာ၌ဖြစ်စေ၊ အခြေခံယုံကြည်မှုမရှိလျှင် ဘာမျှရမည်မဟုတ်။ မြတ်ဗုဒ္ဓက လည်း အာဠဝကနတ်ဘီလူးအား “လောက၌ လူသား၏ အမြတ်ဆုံးဥစ္စာကား ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရားပင်ဖြစ်သည်” ဟု ဤအာဠဝကသုတ္တန်၌ပင် ဟောကြား ထား၏။ ဥပမာ-“ကျောင်းသားတစ်ဦးအတွက် စာမေးပွဲကို အောင်ရမည်” ဟု ယုံကြည်မှုမရှိလျှင် ရှေ့ဆက်ဘာမျှ လုပ်ဖြစ်မည် မဟုတ်ပေ။ စာမေးပွဲလည်း အောင်မည်မဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် ကျောင်းသား၏ စာမေးပွဲအောင်ရေးအတွက် အရင်းနှီးဥစ္စာကား ယုံကြည်မှုပင်ဖြစ်၏။ လောကုတ္တရာဘက်၌လည်း ဝိပဿနာ

[ဃ]

နိဒါန်း

တရားအားထုတ်သည့်အခါ တရားတော်၌လည်းကောင်း၊ ဟောကြားသည့် ဆရာတော်အပေါ်၌လည်းကောင်း၊ ယုံကြည်မှုမရှိလျှင် နိဗ္ဗာန်မဆိုထားဘိ သမာဓိ အနည်းငယ်မျှပင် ရနိုင်မည်မဟုတ်ပေ။ ထို့အတူ အခြားသောအရေးကိစ္စတို့၌ လည်း ယုံကြည်မှုမရှိလျှင် ဘာမျှဖြစ်ထွန်းလာမည် မဟုတ်။ သို့အတွက်ကြောင့် အာဠဝကနတ်ဘီလူးအား “လောက၌ လူသား၏ အမြတ်ဆုံးဥစ္စာကား ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါ” ဟု ဟောကြားခြင်းဖြစ်၏။

တစ်ဖန် လူမှုရေးကိစ္စ၊ စီးပွားရေးကိစ္စ၊ ပညာရေးကိစ္စ၊ စားဝတ်နေရေးကိစ္စ စသည့် အရေးကိစ္စများ ဆောင်ရွက်ရာ၌ ယုံကြည်မှုအပြင် ကောင်းစွာအလေ့အကျင့် ပြုရမည့် သုစိတ္တာတရားလည်း ရှိဖို့လိုအပ်ပေသည်။ သုစိတ္တာတရားဟူသည် ကုသလကမ္မပထတရား(၁၀)ပါးပင်တည်း။ (၁) သူ့အသက်သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု၊ (၂) သူတစ်ပါးပိုင် ပစ္စည်းဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု၊ (၃) ကာမတို့၌ ဖောက်ပြန်မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု၊ (၄) မုသားစကားပြောခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု၊ (၅) ကြမ်းတမ်းသောစကား ဆဲရေးကြိမ်းမောင်းခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု၊ (၆) ကုန်းတိုက်စကား ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု၊ (၇) အကျိုးမရှိသော စကား ကို ပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်မှု၊ (၈) သူတစ်ပါးဥစ္စာကို မတရားသဖြင့် ရယူလိုသော စိတ်အကြံမရှိမှု၊ (၉) သူတစ်ပါးပျက်စီးလိုသော စိတ်အကြံမရှိမှု၊ (၁၀) မှားယွင်းစွာ ဖောက်ပြန်သော အယူမရှိမှုတို့ပင် ဖြစ်၏။ ဤကုသလကမ္မပထတရား(၁၀)ပါးဟု ခေါ်သော သုစိတ္တာတရားနှင့်ပြည့်စုံနေမှသာ အရေးကိစ္စဟူသမျှ အောင်အောင် မြင်မြင် ဆောင်ရွက်နိုင်မည်ဖြစ်၏။

အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ကြသူတိုင်း သုစိတ္တာတရား (ကုသလကမ္မပထတရား) ရှိဖို့အပြင် အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ကြသူ အချင်းချင်းသစ္စာရှိဖို့လည်း အလွန်ပင် အရေးကြီးလှသည်။ အမှန်ကိုပြောဆိုခြင်းသည်ပင် သစ္စာဟုဆိုရပေမည်။ သောက်ရှူးကြယ်သည် ဥတုသုံးမျိုးလုံး၌ မိမိသွားမြဲလမ်းအတိုင်းသာ သွားလာ သကဲ့သို့ မည်သို့သော အခြေအနေဖြစ်ဖြစ် မှန်ကန်စွာပြောဆိုခြင်းသည် သစ္စာမည်

၏ဟု အဋ္ဌကထာဆရာက ဖွင့်ပြထားပေသည်။ သစ္စသဒ္ဓါကို အချုပ်ပြောရလျှင် နိဗ္ဗာန်ဟူသော ပရမတ္ထသစ္စာနှင့် ဝစီသစ္စာပင်ဖြစ်၏။ ထိုသစ္စာနှစ်မျိုးတွင် ဤနေရာ၌ နှုတ်အရကိုပြောလိုသဖြင့် ဝစီသစ္စာကို ယူရမည်ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် နှုတ်ဖြင့် ပြောဆိုမှု ဝစီသစ္စာသည် အရသာတို့တွင် အကောင်းမြတ်ဆုံးအရသာဖြစ်ကြောင်း ဤအာဠာဝကသုတ္တန်တွင် ဘုရားရှင်ဟောကြားထားပေသည်။

“စကားသစ္စာ၊ မှန်သောခါကား၊ ဩဇာလေးနက်၊ ပေါ်ဆီတက်၍၊ နွယ်မြက်သစ်ပင်၊ ဆေးဖက်ဝင်၏” ဟူသော လင်္ကာအတိုင်း သစ္စာ၏အရိပ်အငွေ့ကို ရရှိ၍ ဖြစ်ပေါ်ပေါက်ပွားလာကြသော နွယ်မြက်သစ်ပင်ဟူသမျှသည် အလိုလိုပင် ဆေးဝါးကိစ္စတို့ကို ပြီးစေတတ်ကုန်၏။ စားသုံးသည့် ဟင်းလျာတိုင်းသည်ပင် ဆေးဖက်ဝင်သွားလေ၏။ ထို့ကြောင့် အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ကြရာ၌ အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ကြသူ အချင်းချင်း သစ္စာရှိဖို့ အရေးကြီးလှပေသည်။

လူသားတို့သည် အရေးကိစ္စများဆောင်ရွက်ကြရာ၌ အသက်မွေးဝမ်းကိစ္စလည်း တစ်ခုအပါဝင်ဖြစ်ပေသည်။ အသက်မွေးခြင်း ကြီးပွားချမ်းသာဖို့ရန် ဆောင်ရွက်ရာ၌ ကာယဉာဏနှစ်ပါးတွင် မြတ်စွာဘုရားက ဤအာဠာဝကသုတ္တန်၌ ဉာဏ်ပညာဖြင့်အသက်မွေးဝမ်းပြုခြင်းကိစ္စကို မြတ်သောအသက်မွေးခြင်းဟူ၍ ဟောကြားထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

သို့ဖြစ်၍ အရေးကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ကြရာတွင် လူသားတို့အဖို့ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါ၊ ချမ်းသာကို ပို့ဆောင်နိုင်သည့် ကောင်းစွာအလေ့အကျင့်ပြုရမည့် သုစိတ္တာတရား (ကုသလကမ္မပထတရား)၊ သစ္စာ၊ ပညာတရားများသည် စီးပွားရေးတွင်ဖြစ်စေ၊ လူမှုရေးတွင်ဖြစ်စေ၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတွင်ဖြစ်စေ စသည် အရေးကိစ္စများတွင် လိုအပ်ပေ၏။

ဤအာဠာဝကသုတ္တန်သည် မြတ်စွာဘုရားရှင် အာဠာဝကသုတ္တန် အာဠာဝကနတ်ဘီလူး၏ ဗိမာန်၌နေတော်မူစဉ် ဖြစ်ပေါ်လာသောသုတ္တန်ဖြစ်သည်။

အာဠဝကနတ်ဘီလူးက မြတ်စွာဘုရားအား အရေးကိစ္စ ပြဿနာပေါင်းစုံကို မေး၍ ဘုရားရှင်က ဖြေကြားထားသော သုတ္တန်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤသုတ္တန်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့သည် အရေးကိစ္စပြဿနာပေါင်းစုံကို ဖြေရှင်းနိုင်မည့်အပြင် အတွင်းရန် အပြင်ရန်များကို အောင်မြင်နိုင်ခြင်း၊ စိတ်ပူပန်မှုကင်းဝေးခြင်း၊ လူမှုရေး၊ စီးပွားရေး၊ ကျန်းမာရေးစသော အရေးကိစ္စပြဿနာပေါင်းစုံကို ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါ၊ မှန်ကန်သောသစ္စာ၊ ပညာ၊ သုစိဏ္ဏာတရားစသည်တို့ဖြင့် ကျော်လွှားကာ အောင်မြင်မှု များစွာရရှိခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ခံစားစံစား ကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။

အာဠဝကသုတ္တန်သည် များပြားလှသော အရေးကိစ္စတို့ကို လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်နေသည့် လူသားများအဖို့ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ရန် အလွန်သင့်လျော်သော အစွမ်းထက်သည့်သုတ္တန်တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤအာဠဝကသုတ္တန်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ကြခြင်းဖြင့် ဘေးရန်အပေါင်းကို အောင်နိုင်ကြပါစေ၊ ဘေးအန္တရာယ်အပေါင်းမှ ကင်းဝေးကြပါစေ။ လူ့နတ်၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါ၊ သုစိဏ္ဏာတရား၊ သစ္စာ၊ ပညာများဖြင့် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေဟု ဆန္ဒပြုရင်း **“အာဠဝကသုတ္တန် ပါဠိ+ မြန်မာပြန်”** စာအုပ်ကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေအပ်ပါသည်။

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

အာဇာနည်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်

အင်္ဂါရသဿ ဥဏ္ဍာယ။

ဒါဋ္ဌာဟိ သေတရံသိယော။

ဝဇီရာဝ ဝိရောစန္ဒိ။

ဇိနော မေ ဌာတု သီသကေ။

အင်္ဂါရသဿ။ အယုတ် အလတ် အမြတ်ပိုင်းခြား လွန်ကြီးမား၍ သုံးပါးဆယ်လီ ပါရမီတော်အဟုန် စာဂီတော်ဂုဏ်တို့ကြောင့် ခြောက်ရောင်စုံ ကွန့်မြူးလျက် ‘အင်္ဂါရသ’ ဆိုတဲ့ ဘွဲ့ထူးကို အံ့ကျူးခံခိုင် 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။

ဒါဋ္ဌာဟိစ။ ပတ္တမြားခေါင်ရန်း နှင်းဆီပန်းကဲ့သို့ နီမြန်းသော နှုတ်ခမ်းတော်တို့ဖြင့် မပေါ်အောင်ဖုံးပိတ်၍ ထားအပ်သော သွားတော်လေးဆယ် စွယ်တော်လေးဆူ ဖြူရာရာဓာတ်တော်ထူးတို့မှလည်းကောင်း။

သေတရံသိယော၊ ပုလဲအနှစ် စိန်စစ်နမူ ဘော်ဖြူငွေရွက် ဖြန့်ကြက်စီခြယ်
ငွေကြယ်ရောင်သန်း ကေလာသငွေတောင်ကို နေအရောင်လွှမ်းဘိသကဲ့သို့
မြတ်လေးပန်းစံပယ်ငုံ 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 နေတနန်းကဲ့သို့
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၊ အသူရကာယဘုံ။
- ကပ်သုံးပါး** = ဒုဗ္ဘိက္ခန္ဓရကပ်၊ သတ္တန္တရကပ်၊ ရောဂန္တရကပ်။
- 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။

အာဠဝကသုတ္တန်ဂါထာတော်များမရွတ်မီ ရှေးဦးစွာ နတ်များကို ဖိတ်မန္တကပြုခြင်း

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

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

အာဠာကသုတ္တန်

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

အာဠဝကသုတ္တ

အာဠဝကသုတ္တပါဠိ

အာဠဝကသုတ် (မြန်မာပြန်)

ဝေ မေ သုတ်—

အကျွန်ုပ်သည် ဤသို့ ကြားနာ
ခဲ့ရပါသည်—

ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ အာဠဝိယံ
ဝိဟရတိ အာဠဝကဿ ယက္ခဿ
ဘဝနေ။ အထ ခေါ အာဠဝကော
ယက္ခော ယေန ဘဂဝါ တေနုပသင်္ကမိ၊
ဥပသင်္ကမိတွာ ဘဂဝန္တံ တေဒဝေါစ
“နိက္ခမ သမဏာ”တိ။ “သာဓာဝုသော”တိ
ဘဂဝါ နိက္ခမိ။ “ပဝိသ သမဏာ”တိ။
“သာဓာဝုသော”တိ ဘဂဝါ ပါဝိသိ။

အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရား
သည် အာဠဝိပြည် အာဠဝကဘီလူး
၏ဗိမာန်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။
ထိုအခါ အာဠဝကဘီလူးသည်
မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ချဉ်းကပ်၍
မြတ်စွာဘုရားကို “ရဟန်း ထွက်သွား
လိုက်ပါလော့” ဟုဆို၏။ “ဒကာဘီလူး
ကောင်းပြီ” ဟုဆိုကာ မြတ်စွာဘုရား
သည် ထွက်တော်မူ၏။ “ရဟန်း
ဝင်ပါဦးလော့” ဟုဆို၏။ “ဒကာဘီလူး
ကောင်းပြီ” ဟုဆိုကာ မြတ်စွာဘုရား
သည် ဝင်တော်မူ၏။

ဒုတိယမ္ပိ ခေါ။ပ။ တတိယမ္ပိ ခေါ
အာဠဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ တေဒဝေါစ
“နိက္ခမ သမဏာ”တိ။ “သာဓာဝုသော”
တိ ဘဂဝါ နိက္ခမိ။ “ပဝိသ သမဏာ”တိ။
“သာဓာဝုသော”တိ ဘဂဝါ ပါဝိသိ။

နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း။ပ။သုံးကြိမ်
မြောက်လည်း အာဠဝကဘီလူးသည်
မြတ်စွာဘုရားကို “ရဟန်း ထွက်သွား
လိုက်ပါလော့” ဟု ဆို၏။ “ဒကာ
ဘီလူး ကောင်းပြီ” ဟုဆိုကာ မြတ်စွာ

အာဠဝကသုတ္တန်

ဘုရားသည် ထွက်တော်မူ၏။ “ရဟန်း ဝင်ပါဦးလော့” ဟုဆို၏။ “ဒကာဘီလူး ကောင်းပြီ” ဟုဆိုကာ မြတ်စွာဘုရား သည် ဝင်တော်မူ၏။

စတုတ္ထမို့ ခေါ် အာဠဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ တေဒဝေါစ “နိက္ခမ သမဏာ” တိ။ န ခွါဟံ တံ အာဂုသော နိက္ခမိဿာမိ၊ ယံ တေ ကရဏီယံ တံ ကရောဟီတိ။

လေးကြိမ်မြောက် အာဠဝက ဘီလူးသည် မြတ်စွာဘုရားကို “ရဟန်း ထွက်သွားလိုက်ပါလော့” ဟု ဆို၏။ ဒကာဘီလူး ပြုဖွယ်ကိစ္စ ရှိသမျှကို ပြုလော့၊ ငါမထွက်တော့ အံ့ဟု (မိန့်တော်မူ၏)။

ပဉ္စံ တံ သမဏ ပုစ္ဆိဿာမိ။ သစေ မေ န ဗျာကရိဿသိ၊ စိတ္တံ ဝါ တေ ခိပိဿာမိ၊ ဟဒယံ ဝါ တေ ဖာလေဿာမိ၊ ပါဒေသု ဝါ ဂဟေတွာ ပါရဂင်္ဂီယ ခိပိဿာမိတိ။

ရဟန်း သင့်ကို ပြဿနာမေးအံ့၊ အကယ်၍ မဖြေနိုင်မူ သင်၏ စိတ်ကို သော်လည်း ပျံ့လွင့်စေအံ့၊ သင်၏ နှလုံးသားကိုမူလည်း ခွဲလိုက်အံ့၊ ခြေတို့ကိုမူလည်း ကိုင်၍ ဂင်္ဂါမြစ် တစ်ဖက်ကမ်းသို့ ပစ်ချလိုက်အံ့ဟု (ဆို၏)။

န ခွါဟံ တံ အာဂုသော ပဿာမိ သဒေဝကေ လောကေ သမာရကေ သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏီယာ ပဇာယ သဒေဝမနုဿာယ၊ ယော မေ

ဒကာအာဠဝက နတ် မာရ်နတ် ဗြဟ္မာနှင့်တကွသော နတ်လောက နှင့် သမဏဗြာဟ္မဏ မင်းများ လူများ နှင့်တကွသော လူ့လောက၌ ငါ၏

စိတ္တံ ဝါ ခိပေယျ၊ ဟဒယံ ဝါ ဖာလေယျ၊
ပါဒေသု ဝါ ဂဟေတွာ ပါရဂင်္ဂါယ
ခိပေယျ။ အပိ စ တံ အာဂုသော ပုစ္ဆ
ယဒါကင်္ခသီတိ။

စိတ်ကိုသော်လည်း ပုံလွင့်စေနိုင်သူ
နှလုံးသားကိုမူလည်း ခွဲနိုင်သူ ခြေတို့
ကိုမူလည်း ကိုင်၍ ဂင်္ဂါမြစ်တစ်ဖက်
ကမ်းသို့ ပစ်ချနိုင်သူကို ငါဘုရား မြင်
တော်မမူ၊ သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ ဒကာ
အာဠာဠာ အလိုရှိသော ပြဿနာကို
မေးလော့ဟု (မိန့်တော်မူ၏)။

အထ ခေါ် အာဠာဠာကော ယက္ခော
ဘဂဝန္တံ ဂါထာယ အဇ္ဈဘာသိ—

ထို့နောက် အာဠာဠာဘိလူးသည်
မြတ်စွာဘုရားကို ဂါထာဖြင့် ရွတ်ဆို
(လျှောက်ထား)၏—

၁။ “ကိ သူ’စ ဝိတ္တံ ပုရိသဿ သေဠှံ၊
ကိ သု သုစိတ္တံ သုခမာဝဟာတိ။
ကိ သု ဟဝေ သာဒုတရံ ရသာနံ၊
ကထံဇီဝိ ဇီဝိတမာဟု သေဠှံ။

၁။ “ဤလောက၌ ယောက်ျား၏
မြတ်သော ဥစ္စာဟူသည် အဘယ်
နည်း၊ ကောင်းသော အလေ့အကျင့်
တို့တွင် အဘယ်ကောင်းသော
အလေ့အကျင့်သည် ချမ်းသာကို
ဆောင်နိုင်သနည်း၊ အရသာတို့တွင်
အဘယ်အရသာသည် အလွန်အလွန်
ချိုမြိန်သော အရသာဖြစ်သနည်း၊
အဘယ်သို့ အသက်ရှင်ခြင်းကို မြတ်
သော အသက်ရှင်ခြင်းဟူ၍ ဆိုကုန်
သနည်း။

၂။ သဒ္ဓါဝေ ဝိတ္တံ ပုရိသဿ သေဠှံ၊
ဓမ္မော သုစိဏ္ဍော သုခမာဝဟာတိ။
သစ္စံ ဟဝေ သာဒုတရံ ရသာနံ၊
ပညာဇီဝိ ဇီဝိတမာဟု သေဠှံ။

၂။ (အာဠာဠာ) ဤလောက၌ ယောက်ျား၏ မြတ်သော ဥစ္စာဟူ သည် ယုံကြည်မှု ‘သဒ္ဓါ’တရားပင် တည်း။ ကောင်းသော အလေ့အကျင့် ဖြစ်သော ကုသိုလ်ကမ္မပထတရား ဆယ်ပါးသည် ချမ်းသာကို ဆောင် နိုင်၏။ အရသာတို့တွင် မှန်ကန်သော ဝစီသစ္စာသည် အလွန်အလွန် ချိုမြိန် သော အရသာဖြစ်၏။ ပညာဖြင့် အသက်ရှင်ခြင်းကို မြတ်သော အသက်ရှင်ခြင်းဟူ၍ ဆိုကုန်၏။

၃။ ကထံ သု တရတိ ဩဃံ၊
ကထံ သု တရတိ အဏ္ဏဝံ။
ကထံ သု ဒုက္ခမစွေတိ၊
ကထံ သု ပရိသုဇ္ဈတိ။

၃။ အဘယ်ဖြင့် ဩဃ(လေးဖြာ သံသရာ)ကို ကူးမြောက်နိုင်သနည်း။ အဘယ်ဖြင့် (သံသရာဟူသော) သမုဒ္ဒရာကို ကူးမြောက်နိုင်သနည်း။ အဘယ်ဖြင့် ဆင်းရဲခြင်းကို လွန် မြောက်နိုင်သနည်း။ အဘယ်ဖြင့် ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်နိုင်သနည်း။

၄။ သဒ္ဓါယ တရတိ ဩဃံ၊
အပ္ပမာဒေန အဏ္ဏဝံ။
ဝီရိယေန ဒုက္ခမစွေတိ၊
ပညာယ ပရိသုဇ္ဈတိ။

၄။ (အာဠာဠာ) ယုံကြည်မှု ‘သဒ္ဓါ’ တရားဖြင့် ဩဃ(လေးဖြာ သံသရာ) ကို ကူးမြောက်နိုင်၏။ မမေ့လျော့မှု ‘အပ္ပမာဒ’ တရားဖြင့် (သံသရာ

ဟူသော) သမုဒ္ဒရာကို ကူးမြောက်နိုင်
၏။ ထကြွလုံ့လ'ဝီရိယ'ဖြင့် ဆင်းရဲ
ခြင်းကို လွန်မြောက်နိုင်၏။ ပညာဖြင့်
ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်နိုင်၏။

၅။ ကထံ သု လာဘတေ ပညံ၊
ကထံ သု ဝိန္ဒတေ ဓနံ။
ကထံ သု ကိတ္တိံ ပပေါတိ၊
ကထံ မိတ္တာနိ ဂန္ဓတိ။
အသ္မာ လောကာ ပရံ လောကံ၊
ကထံ ပေစ္စ န သောစတိ။

၅။ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ပညာ
ကို ရသနည်း။ အဘယ်အကြောင်း
ကြောင့် ဥစ္စာကို ရသနည်း။ အဘယ်
အကြောင်းကြောင့် ကျော်စောခြင်း
သို့ ရောက်ရသနည်း။ အဘယ်ဖြင့်
အဆွေခင်ပွန်းတို့ကို ဖွဲ့နိုင်သနည်း။
အဘယ်ဖြင့် ဤလောကမှ တမလွန်
လောကသို့ ရောက်သော် မစိုးရိမ်ရ
သနည်း။

၆။ သဒ္ဓဟာနော အရဟတံ၊
ဓမ္မံ နိဗ္ဗာနပတ္တိယာ။
သုဿူသံ လာဘတေ ပညံ၊
အပ္ပမတ္တော ဝိစက္ခဏော။

၆။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ နိဗ္ဗာန်
ရောက်ခြင်း၏(အကြောင်း)တရားကို
ယုံကြည်သော မမေ့မလျော့သော
ဆင်ခြင်တတ်သော ပညာရှိသူသည်
ကောင်းစွာနာကြားရသောကြောင့်
ပညာကို ရနိုင်၏။

၇။ ပတိရူပကာရီ ဓုရဝါ၊
ဥဋ္ဌာတာ ဝိန္ဒတေ ဓနံ။
သစ္စေန ကိတ္တိံ ပပေါတိ၊
ဒဒံ မိတ္တာနိ ဂန္ထတိ။

၇။ လျှောက်ပတ်သော အကြောင်းကို ပြုလုပ်သည်ဖြစ်၍ တာဝန်ကို ပစ်ချမထားသော ယောက်ျားသည် ထကြွလုံ့လ ဝီရိယကြောင့် ဥစ္စာကို ရနိုင်၏။ မှန်သော (ဝစီသစ္စာ) စကားကြောင့် ကျော်စောခြင်းသို့ ရောက်နိုင်၏။ ပေးကမ်းတတ်သောသူသည် အဆွေခင်ပွန်းတို့ကို ဖွဲ့နိုင်၏။

၈။ ယသေတေ စတုရော မ္မော၊
သဒ္ဓဿ ဃရမေသိနော။
သဝ္ဗံ မ္မော မိတိ စာဂေါ၊
သ ဝေ ပေစ္စ န သောစတိ။

၈။ ယုံကြည်မှုရှိသော အိမ်၏ အစီးအပွားကို ရှာတတ်သော အကြင်သူအား မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုမှု ‘သစ္စာ’၊ ပညာဟူသော ‘ဒမ’၊ ဝီရိယဟူသော ‘မိတိ’၊ စွန့်လွှတ်မှုဟူသော ‘စာဂ’ ဤတရားလေးပါးတို့ ရှိကုန်၏။ ထိုသူသည် တမလွန်ဘဝသို့ ရောက်သော် ကေန မစိုးရိမ်ရတော့ပြီ။

၉။ ဣဃံ အညေပိ ပုစ္ဆဿ၊
ပုထု သမဏဗြာဟ္မဏေ။
ယဒိ သစ္စာ ဒမာ စာဂါ၊
ခန္တျာ ဘိယျော’မ ဝိဇ္ဇတိ။

၉။ အာဠဝက ငါတိုက်တွန်း၏။ သစ္စာထက် လွန်သောအကြောင်းသည် လည်းကောင်း၊ ပညာထက် လွန်သောအကြောင်းသည်လည်းကောင်း၊ စွန့်ကြဲခြင်းထက် လွန်သောအကြောင်းသည်လည်းကောင်း၊ သည်းခံခြင်းထက်လွန်သော အကြောင်းသည်

လည်းကောင်း ဤလောက၌ရှိမှု တစ်ပါးသော များစွာသော သမဏ ဗြာဟ္မဏတို့ကို မေးချေဦးလော့။

၁၀။ ကထံ န ဒါနိ ပုစ္ဆေယျံ၊
ပုထူ သမဏဗြာဟ္မဏေ။
ယောဟံ အဇ္ဇ ပဇာနာမိ၊
ယော အတ္ထော သမ္ပရာယိကော။

၁၀။ အကျွန်ုပ်သည် ယနေ့ တမလွန် ဘဝ၌ဖြစ်သော အကျိုးစီးပွားကို သိပြီး သူ ဖြစ်ရကား ယခုအခါ အဘယ်မှာ လျှင် များစွာသော သမဏဗြာဟ္မဏ တို့ကို မေးမြန်းပါတော့အံ့နည်း။

၁၁။ အတ္ထာယ ဝတ မေ ဗုဒ္ဓေါ၊
ဝါသာယာ'ဠဝိမာဂမာ။
ယောဟံ အဇ္ဇ ပဇာနာမိ၊
ယတ္ထ ဒိန္နံ မဟပ္ပလံ။

၁၁။ မြတ်စွာဘုရားသည် အကျွန်ုပ် ၏ အကျိုးငှာ အာဠဝိပြည်သို့ နေရန် ကြွလာတော်မူပေစွတကား၊ အကြင် ဘုရား၌ လှူခြင်းသည် အကျိုးကြီး၏။ ထိုဘုရားကို ယခု ငါသိရပေပြီ။

၁၂။ သော အဟံ ဝိစရိဿာမိ၊
ဂါမာ ဂါမံ ပုရာ ပုရံ။
နမဿမာနော သမ္ပဒ္ဒံ၊
ဓမ္မဿ စ သုဓမ္မတ'န္တိ။

၁၂။ ထိုငါသည် မြတ်စွာဘုရားကို လည်းကောင်း၊ တရားတော်၏ ကောင်းသောတရား၏ အဖြစ်ကို လည်းကောင်း ရှိခိုးလျက် တစ်ရွာမှ တစ်ရွာ တစ်မြို့မှ တစ်မြို့သို့ လှည့် လည်ပါတော့အံ့။

အာဠဝကသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

အာဠဝကသုတ်
မြန်မာပြန် ပြီး၏။

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၊
ဣန္ဒြေဘုမ္မာ၊ အာကာသနတ်၊ အထူးမှတ်၍၊ အမြတ်ပုည၊ ကုသလကို၊
ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာလောက၊ အနန္တတွင်၊ မပြတ်စဉ်-
ကာ၊ သတ္တာဝါသ၊ ဘုံကိုးဝနှင့်၊ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ၊ တည်ရှိရန်ပါး၊ 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

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

တ္ထောဝတာ၊ ဤမျှကြိုးကုတ် စွမ်းအားထုတ်၍ မယုတ်စေရ ပြုလုပ်ရ သဖြင့်လည်း။ **အမေဟိ၊** အာဠာဝကသုတ်တော်ကို ရွတ်ပွားပူဇော် သူငါနှစ်မြို့ အကျွန်ုပ်တို့သည်။ **သမ္ဘတံ၊** ယခုအေးမှု နောင်ကျွေးပြု၍ တွေးရှုရည်စူး ဖြည့်ဆည်းအပ်သော။ **ပုညသမ္ပဒံ၊** အပေါင်းစုမြုပ် ကောင်းမှုထုပ်၍ မယုတ်မယွင်း ပြည့်စုံခြင်းကို။ **သဗ္ဗေ၊** ရှိန်ဝါတောက်လင်း နောက်ပါသင်းတို့နှင့် ခပင်းဥသံ အလုံးစုံကုန်သော။ **ဒေဝါ၊** စကြဝဠာသောင်းတိုက် ပေါင်းတစ်ဝိုက်မှ ရောက်ဆိုက် လာငြား နတ်ဗြဟ္မာအများတို့သည်။ **အနမောဒန္တု၊** ကြည်လင်မနော ဘဝင်ဇော ဖြင့် လျင်ဆောဝမ်းမြောက်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ၊ လူ နတ် နိဗ္ဗာန် အကျိုးမှန်ကို မျိုးခံနိုးရင်း ပြီးစီးခြင်း ငှာ။ **သဒ္ဓါယ၊** ကံကြောင့်အကျိုး မထောင့်ညှိုးဟု ဖြောင့်ရိုးစွဲကပ် အမြဲမှတ်သဖြင့်။ **ဒါနံ၊** နည်းသည်များသည် ခြားမရည်ဘဲ ရွှင်ကြည်မြတ်နိုး ဒါနမျိုးတို့ကို။ **ဒဒန္တု၊** သူတော်ရဟန်း ရည်မျှော်မှန်း၍ လှူဒါန်းတော်မူနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **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၊**

နတ်ဗြဟ္မာများအား ပြန်ပို့ရန်ဂါထာ

၁၉

အကြောင်းဆက်ကာ သောင်းစကြာက ရောက်လာကြညောင်း နတ်ဗြဟ္မာ
အပေါင်းတို့သည်။ ဂစ္ဆန္တိ၊ အာဠဝကသုတ်တော်ရွတ်ပွဲ ပြီးကုန်စဲမို့ နေမြဲရပ်ဘုံ
ပြန်တော်မူကြပါကုန်လော့။
