ရက်စွဲ၊ – –

သို့

––––––––––––––––––

––––––––––––––––––

––––––––––––––––––

ဓမ္မဒါနပြုအပ်ပါသည်။

မှ

––––––––––––––––––

––––––––––––––––––

––––––––––––––––––

သက္ကပဉှဝတ္ထုတွင် မြတ်စွာဘုရားက သိကြားမင်းအား ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ဂါထာတော်

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊
သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။
သဗ္ဗရတိံ ဓမ္မရတိ ဇိနာတိ၊
တဏှက္ခယော 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၏ ဩဝါဒမြွက်ကြားချက်

''စကြဝဠာအပြည့် ထိုင်နေတော်မူသော ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ ရဟန္တာတို့အား ပစ္စည်းလေးပါး ဒါယကာအဖြစ် ကပ်လှူပူဇော်ရခြင်းထက် ၄-ပါဒမျှရှိသော ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်မြတ် တစ်ကြောင်း၊ တစ်ဂါထာ၊ တစ်ပိုဒ်ကို သင်အံ၊ လေ့ကျက်၊ ပို့ချ၊ ဆွေးနွေး၊ ဟောပြော၊ ဖြန့်ဝေခြင်းက ပို၍မြတ်၏''ဟု အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသသည် ''သက္ကပဉှဝတ္ထု''တွင် ဖွင့်ဆိုမိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

(ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယတွဲ၊ နှာ-၃၅၂)

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

မောရသုတ်

(ပါဠိ-မြန်မာပြန်)

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန

ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

သာသနာ - ၂၅၆၇ ကောဇာ - ၁၃၈၅ ခရစ် - ၂၀၂၄

စာအုပ်တန်ဖိုး – ၁၅၀၀ ကျပ်

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

မောရသုတ်

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	နိဒါန်း	[ဂ]
၂။	စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်	၁
၃။	ငါးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ခြင်း	၃
၄။	နတ်ဖိတ်အမွှန်း	၅
၅။	မောရသုတ် ပါဠိ–မြန်မာပြန်	၇
၆။	မေတ္တာပွားနည်း (၁၁) နည်း	၁၁
၇။	အမျှဝေ	၁၃
၈။	ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ	၁၄
၉။	နတ်ပြဟ္မာများအားပြန်ပို့ရန်ဂါထာ	၁၅
၁၀။	နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ	၁၇

နိဒါန်း

''မောရသုတ်ပရိတ်တော်''သည် ဇာတကအဋ္ဌကထာ(ဇာ၊ ဋ္ဌ၊ ၂၊ ၂၉)၌ ''မောရဇာတက''ဟူသော အမည်ဖြင့် ပါရှိသော ပရိတ်တော် ဖြစ်ပါသည်။

မောရသုတ်ပရိတ်တော်ဖြစ်ပေါ်လာပုံ

မြတ်စွာဘုရားရှင် သာဝတ္ထိပြည်၊ ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးတော်မူစဉ် သာသနာတော်၌ ငြီးငွေ့သော ရဟန်းတစ်ပါးကို အကြောင်းပြု၍ ဥဒေါင်းမင်းဘဝမှ အဖြစ်အပျက်များဖြင့် တန်ဆာဆင်ထားသော မောရဇာတ်ကို ဟောကြားတော်မူပါသည်။

လွန်လေပြီးသောအခါ ဗာရာဏသီပြည် ဗြဟ္မဒတ်မင်းလက်ထက်၌ ဘုရားလောင်းသည် မြို့တော်နှင့် မနီးမဝေး တောအုပ်တစ်ခုဝယ် ဥဒေါင်းမျိုး၌ ဖြစ်တော်မူ၏။ အဥသည် မဟာလှေကားပန်းအဆင်းနှင့်တူ၍ ဥခွံမှ ပေါက်သောအခါ ဇမ္ဗူရာဇ်ရွှေစင်နှင့်တူသော အဆင်းရှိသဖြင့် အလွန်တင့်တယ်လေသည်။

ထိုဥဒေါင်းမင်းသည် ငါသည် အလွန်လှပတင့်တယ်သော အဆင်းရှိသောကြောင့် လူတို့အနီး၌နေသော် အသက်မရှည်ရာ၊ အပေါင်းအဖော်များကို ခွာ၍ ဟိမဝန္တာတောသို့ သွား၍နေမှ သင့်လျော်မည်ဟု အကြံဖြစ်ပြီးလျှင် ဟိမဝန္တာတောင်သုံးလုံးအလွန် ဒဏ္ဍကမည်သော ရွှေတောင်သို့ သွား၍ နေလေ၏။ ဘုရားအလောင်းဥဒေါင်းမင်းသည် မိမိနေထိုင်ရာအရပ်ကို လုံခြုံစေရန်နှင့် ဘေးအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် နေထွက်သောအခါ နေကို ကြည့်လျက် **''ဗြဟ္မမန္တန်''**ဟုခေါ်သည့် **ဥဒေတယံ**ဂါထာကို ရွတ်၏။ ရွတ်ပြီးသော်မှ အစာရှာထွက်လေ၏။ နေဝင်သောအခါ တောင်ပေါ်သို့တက်၍ နေကိုကြည့်ကာ **အပေတယံ**ဂါထာကို ရွတ်၏။ ရွတ်ပြီးမှ အိပ်လေ၏။ ဤသို့ အမြဲရွတ်နေသောကြောင့် ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်မရှိ၊ အစာရှာရလွယ်၏။ ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာ၏။

တစ်နေ့သောအခါ ဗာရာဏသီပြည် ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီး၏ ခေမာမည်သော မိဖုရားကြီးသည် ရွှေဥဒေါင်းမင်း တရားဟောသည်ကို နာရသည်ဟု အိပ်မက်

မြင်မက်သဖြင့် ရွှေဥဒေါင်းမင်းတရားတော်ကို နာယူလိုကြောင်း မင်းကြီးအား လျှောက်ကြားလေ၏။ မင်းကြီးသည် ရွှေဥဒေါင်းမင်း နေရာဌာနကို ကြားဖူးသော မုဆိုးတစ်ယောက်ကို စေလွှတ်၍ ဖမ်းဆီးခိုင်းသော်လည်း ပရိတ်တော်၏ အာနုဘော်ကြောင့် ဖမ်းမမိချေ။ မုဆိုးလည်း တော၌ပင် သေလေ၏။ မိဖုရားလည်း တောင့်တအာသာ လိုရာမရသဖြင့် သေလေ၏။

ဗြဟ္မဒတ်မင်းကြီးသည် ရွှေဥဒေါင်းမင်းကြောင့် ငါ့မိဖုရားကြီး သေဆုံးရလေသည်ဟု ရန်ငြိုးထား၍ နောက်မင်းတို့လက်ထက် ဖျက်ဆီးရစ်စေခြင်းငှာ 'ဟိမဝန္တာတော ဒဏ္ဍကရွှေတောင်၌ရှိသော ရွှေဥဒေါင်း၏အသားကို စားရသောသူတို့သည် မအို၊ မသေ နေရ၏။ ရွှေဥဒေါင်းကို ရအောင်ဖမ်းယူပြီးလျှင် သတ်စားကြကုန်'ဟု ရွှေပြား၌ ကမ္ပည်းစာရေးထားခဲ့၍ သေလေ၏။

နောက်မင်းသည် ထိုစာကိုမြင်လျှင် မအိုမသေ နေလိုသောကြောင့် မုဆိုးတစ်ဦးကို ဖမ်းစေသည်။ ပရိတ်တော်၏ အာနုဘော်ကြောင့် မမိနိုင်။ မုဆိုးနှင့်မင်းနှစ်ဦးစလုံးပင် သေဆုံးကြကုန်ပြန်၏။ ဤနည်းနှင်နှင် မင်းခြောက်ဆက်တိုင်အောင် အနှစ်ခုနစ်ရာပတ်လုံး မုဆိုးအဆက်ဆက်တို့ ဖမ်းကြသော်လည်း မမိနိုင်ရှိလေသည်။ ခုနစ်ဆက်မြောက်သော မင်းလက်ထက်၌ ဖမ်းလာသော မုဆိုးသည်ကား အရံအတား ပရိတ်တော်၏ အာနုဘော်ကြောင့် မမိနိုင်ရှိသည်ကို သိသောအခါ ဥဒေါင်းမတစ်ကောင်ကို လက်ခုပ်တီးသံဖြင့် ကအောင်၊ လက်ဖျစ်တီးသံဖြင့် တွန်အောင် သင်ပေးပြီးလျှင် ဥဒေါင်းမင်း ပရိတ်မရွတ်မီ နံနက်စောစောထကာ ဥဒေါင်းမကို အလယ်ကထား၍ ဘေးပတ်လည်မှ ကျော့ကွင်းများ ချထားပြီးနောက် ဥဒေါင်းမကို ကစေ၊ သီစေ၏။

ရွှေဥဒေါင်းမင်းသည် ဥဒေါင်းမ၏ သာယာဖွယ် မြည်တွန်သံကို ကြားသည့်အခါ တပ်မက်စွဲလမ်း၍လာသဖြင့် ပရိတ်ရွတ်ဖို့ရန် သတိမရတော့ဘဲ တောင်ထွတ်မှ ဆင်းသက်ကာ ဥဒေါင်းမထံ ချဉ်းကပ်လာရောက်လေရာ ကျော့ကွင်း၌ မိလေ၏။ မုဆိုးသည် ရွှေဥဒေါင်းမင်းကို ဗာရာဏသီပြည်သို့ ဆောင်ယူ၍ မင်းကြီးအား ဆက်သလေ၏။ မင်းကြီးလည်း မြင်လျှင် မြင်ချင်း ချစ်မြတ်နိုး၍ မြတ်သောနေရာ၌ နေစေတော်မူ၏။

''မင်းကြီး၊ ကျွန်ုပ်ကို အဘယ်ကြောင့် ဖမ်းသနည်း''ဟု ရွှေဥဒေါင်းမင်းက မေး၏။

''ရွှေဥဒေါင်းမင်း၏ အသားကို စားသောသူသည် မအို၊ မသေ နေရမည်ဟု ရွှေပြား၌ ရေးထားသော ကမ္ပည်းစာအဆိုရှိသောကြောင့် အသားကို စားလို၍ ဖမ်းသည်''ဟု မင်းကြီးက ဆို၏။

''မင်းကြီး၊ ကျွန်ုပ်အသားကိုစား၍ မင်းကြီးသည် မအို၊ မသေ ဖြစ်တန်စေ၊ ကျွန်ုပ်ကား သေရမည်မဟုတ်လော''ဟု ရွှေဥဒေါင်းမင်းက မေး၏။

''ဟုတ်တယ်၊ သေရမှာအမှန်ပဲ''ဟု မင်းကြီးက ဆို၏။

''မင်းကြီး၊ ကျွန်ုပ်သော်မှ သေရပြီပဲ၊ အကျွန်ုပ်အသားကို စားသောသူသည် အဘယ်ကြောင့် မသေဘဲရှိမည်နည်း''ဟု မေး၏။

''ရွှေဥဒေါင်းမင်းက ရွှေအဆင်းရှိသောကြောင့်ဖြစ်သည်''ဟု မင်းကြီးက ဆို၏။

''မင်းကြီး၊ အကျွန်ုပ် ရွှေအဆင်းရှိခြင်းမှာ ရှေးအခါက ဤဗာရာဏသီပြည်၌ အကျွန်ုပ်သည် စကြဝတေးမင်း ဖြစ်ခဲ့သည်။ ထိုစဉ်က ငါးပါးသီလကို ကိုယ်တိုင်လည်း ကျင့်သုံး၏။ လူအားလုံးကိုလည်း ကျင့်သုံးစေ၏။ ဤကုသိုလ်ကြောင့် ရွှေအဆင်းရှိသည်''ဟု ဆို၏။

''ရွှေဥဒေါင်းမင်းသည် စကြဝတေးမင်း ဖြစ်ခဲ့ဖူးကြောင်းကို သက်သေပြနိုင်ပါသလား''ဟု မင်းကြီးက မေး၏။

''မင်းကြီး၊ အကျွန်ုပ်သည် စကြဝတေးမင်း ဖြစ်စဉ်အခါက ရတနာခုနစ်ပါးဖြင့်ပြီးသော ရထားကိုစီး၍ ကောင်းကင်သို့ သွား၏။ ထိုရထားသည် ဤမင်္ဂလာရေကန်ထဲ၌ နစ်၍ ရှိလေသည်။ တူးဖော်၍ ယူလော့''ဟု ဆို၏။ မင်းကြီးလည်း ရေကန်မှ ရေကိုထုတ်၍ မြေကိုတူးသော် ရတနာရထားကို တွေ့ရ၍ ယုံကြည်လေ၏။

ရွှေဥဒေါင်းမင်းသည် ''မင်းကြီး၊ ဝဋ်၌ဖြစ်သော သတ္တဝါမှန်သမျှ မအို မသေသော သတ္တဝါမည်သည် မရှိ၊ အိုရ သေရမည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်သည်။ မအိုရာ၊ မနာရာ၊ မသေရာကား နိဗ္ဗာန်သာတည်း။ နိဗ္ဗာန်မှလွဲ၍ ကြွင်းသော

တရားတို့သည် အမြဲမတည်ကုန်၊ ပျက်စီးသောသဘောရှိကုန်၏''ဟု တရားဟော၍ မင်းကြီးအား ငါးပါးသီလကို ဆောက်တည်စေ၏။ မင်းကြီးလည်း အလွန်နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်တော်မူ၍ ရွှေဥဒေါင်းမင်းအား မင်းအဖြစ် ပူဇော်လေ၏။

ရွှေဥဒေါင်းမင်းသည် မင်းအဖြစ်ကို မင်းကြီးအား ပြန်လည်အပ်နှင်း၍ ရွှေနန်းတော်၌ နှစ်ရက် သုံးရက်မျှသာ နေလေ၏။ ထို့နောက် ရွှေဥဒေါင်းမင်းသည် မင်းကြီးအား ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို မမေ့မလျော့ ပြုလေလော့ဟု ဩဝါဒပေးပြီးလျှင် ကောင်းကင်သို့ ပျံ၍ ဟိမဝန္တာတော ဒဏ္ဍကတောင်သို့ ပြန်လည်၍ နေတော်မူလေသည်။

ဤသို့ မြတ်စွာဘုရားသည် မောရဇာတ်တော်ကို ဟောတော်မူပြီး သစ္စာလေးပါးဖြင့် တရားတော်ကို အဆုံးသတ်တော်မူရာ ဒေသနာတော်၏အဆုံးတွင် သာသနာတော်၌ ငြီးငွေ့သော ရဟန်းသည် ရဟန္တာဖြစ်လေသည်။

မောရသုတ်ပရိတ်တော်

မောရပရိတ်တော်တွင် ပရိတ်တော်၏အမွှန်းဂါထာများအပါအဝင် ဂါထာပိုဒ် (၆)ပိုဒ်ပါရှိပါသည်။ ယင်း(၆)ပိုဒ်တွင် ၁–၂ ဂါထာပိုဒ်တို့သည် မောရပရိတ်တော်၏ သမိုင်းနှင့် ဂုဏ်ရည်များကို ဖော်ပြသည့် အမွှန်းဂါထာများဖြစ်ပြီး ကျန်ဂါထာပိုဒ်များဖြင့် ဘုရားလောင်း ဥဒေါင်းမင်းရွတ်ဆိုခဲ့သည့် နေမင်းအားရှိခိုးခြင်းနှင့် ပရိနိဗ္ဗာန်စံလွန်တော်မူပြီးကုန်သော ဘုရားရှင်တို့နှင့် ဘုရားရှင်တို့ ထိုးထွင်းသိမြင်တော်မူခဲ့သည့် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် တရားထူးများကို ရှိခိုးပူဇော်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

မောရသုတ်ပရိတ်တော်ဂုဏ်ရည်

မောရသုတ်ပရိတ်တော်ကို မနက်, ည နေ့စဉ်မပျက် ရွတ်ဆိုပူဇော်ဖူးခဲ့သော အလောင်းတော်ဥဒေါင်းမင်းသည် ပရိတ်တော်၏ အစွမ်းသတ္တိဖြင့် မိမိနေထိုင်ရာနေရာကို လုံခြုံစေကာ ထောင်ချောက်အမျိုးမျိုးမှ လွတ်ကင်းသကဲ့သို့ပင် မောရသုတ်ပရိတ်တော်ကို သဒ္ဓါယုံကြည်စွာဖြင့် ရွတ်ပွားပူဇော်ပါက မိမိနေထိုင်ရာအရပ် လုံခြုံခြင်း၊ ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်များ မကျရောက်ခြင်း၊ အချုပ်အနှောင်မခံရခြင်း၊

အချုပ်အနှောင်မှ လွတ်မြောက်ခြင်း၊ ကိုယ်စိတ်ကြည်လင်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများလည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်များအစွမ်း

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ အစွမ်းသတ္တိနှင့်ပတ်သက်၍ မိလိန္ဒပဉှပါဠိတော်(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 မြွေခံတွင်းသည် ပိတ်၏၊ ခိုးသူတို့၏ မြှောက်ချီရွယ်မိုးထားသော တင်းပုတ်သည်လည်း (ရိုက်ပုတ်ရန်) မဖြစ်မြောက်နိုင်၊ ထိုတင်းပုတ်ကိုင်သူတို့သည် တင်းပုတ်ကို လွှတ်ချကုန်ပြီးလျှင် ချစ်ခင်ကြကုန်၏၊ အမျက်ထွက်သော ဆင်ပြောင်ကြီးသည်လည်း (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။ (မိလိန္ဒပဉှပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ–၁၆၅)

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့သည် လူတိုင်းကို စောင့်ရှောက်ပါသလော ဟူသော မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍မူ အရှင်နာဂသေနက ''မင်းမြတ်... ပဋ္ဌာနန္တရိယကံက တားမြစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဟူသော ကိလေသာက တားမြစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကာကွယ်လိမ့်မည်ဟု မယုံကြည်သဖြင့်လည်းကောင်း ဤအကြောင်းသုံးပါးတို့ဖြင့် ပရိတ်'အရံအတား'သည် မစောင့်ရှောက်''ဟု အစချီကာ ဥပမာနှင့်တကွ အကျယ်တဝင့် မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (မိလိန္ဒပဉှပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ–၁၆၇)

နိဒါန်း

သို့ဖြစ်၍ ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ စောင့်ရှောက်မှုကို ခံယူရရှိလိုပါက အမိသတ်ခြင်းစသော ပဉ္စာနန္တရိယကံ ကျူးလွန်သူ မဖြစ်ရန်နှင့် မှားယွင်းသော အယူရှိသူ မဖြစ်ရန် လိုအပ်သကဲ့သို့ ပရိတ်တော်, ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏အစွမ်းကို ယုံကြည်ရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ပြင် တတ်စွမ်းသမျှ ဒါနပြုခြင်း၊ သီလဆောက်တည်ခြင်း၊ ဘာဝနာပွားများခြင်းစသည့် ကုသိုလ်များကို ပြုလုပ်၍ ပရိတ်တော်, ဂါထာမန္တန်တော်များကို ရွတ်ပွားပူဇော်ပါက ကုသိုလ်အကျိုးဖြင့် အစွမ်းသတ္တိ ပိုမိုရရှိနိုင်ပေရာ မောရသုတ်ပရိတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများခြင်းဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကြည်လင်ခြင်း၊ ဘေးကင်းလုံခြုံခြင်း၊ အချုပ်အနှောင်အမျိုးမျိုးမှ လွတ်မြောက်ခြင်း၊ ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးခြင်းစသော အကျိုးများ ရရှိနိုင်မည်ဟု ယုံကြည်စွာဖြင့် ဤ**''မောရသုတ် ပါဠိ–မြန်မာပြန်''**ကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေအပ်ပါသည်။

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

မောရသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်

အင်္ဂီရသဿ ဥဏ္ဏာယ၊
ဒါဠှာဟိ သေတရုံသိယော။
ဝဇိရာဝ ဝိရောစန္တိ၊
ဇိနော မေ ဠှာတု သီသကေ။

အင်္ဂီရသဿ၊ အယုတ် အလတ် အမြတ်ပိုင်းခြား လွန်ကြီးမား၍ သုံးပါးဆယ်လီ ပါရမီတော်အဟုန် စာဂီတော်ဂုဏ်တို့ကြောင့် ခြောက်ရောင်စုံ ကွန့်မြူးလျက် '**အင်္ဂီရသ**'ဆိုတဲ့ ဘွဲ့ထူးကို အံ့ကျူးခံ့ခိုင် ဖက်မပြိုင်နိုင်အောင် လက်ကိုင်ရရှိတော်မူသော ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး၏။

ဘမုကန္တရေ၊ မျက်ခုံးတော်နှစ်သွယ် အလယ်ဗဟိုတည့်တည့်၌။

သဉ္ဇာတာယ၊ နူးဖြူထွားထွား ကောင်းစွာပေါက်ပွား ဖြစ်ပေါ်၍ လာတော်မူသော။

ဥဏ္ဏာယစ၊ ဆွဲလို့ဆန့်လျှင် နှစ်တောင်ခန့် ရှည်လျားသဖြင့် စိန်သားနှစ်အသွင် ငွေနန်းချည်အမျှင်ကဲ့သို့ ဖြူစင်ဝင်းသစ် လက်ယာရစ်ခွေရုံ စိန်ကြယ်ပွင့်အနေပုံလို ဥဏ္ဏာလုံခေါ် မွေးရှင်တော်ဓာတ် လွန်ထူးမြတ်သည့် အရပ်တော်မှလည်းကောင်း။

ဒါဠှာဟိစ၊ 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 တလည့်လည် ထိန်ပြောင် ကြည်တဲ့ စိန်ရောင်ခြည်ဓာတ် ဖြူဖွေးသော အဆင်းတော်မြတ်တို့သည်။

ဝဇီရာဝ၊ စိန်နှစ်စိန်သွေး ဖြူဖွေးတောက်ပြောင် စိန်သားတောင်ကြီးကဲ့သို့။

ဝိရောစန္တိ၊ ဖူးမြင်ရသူတို့၏ စိတ်ဝယ်အထူး ဘဝင်မှာကြည်နူးလောက်အောင် ရွှင်မြူးတက်ကြွ ဘက်မမျှသဖြင့် လှပဆန်းကြယ် တင့်တယ်တော်မူကြပါပေကုန်၏။

သောဇိနော၊ ထူးထွေဆန်းလည် စိန်ရောင်ခြည်တို့ကြောင့် အင်္ဂီရသံ ဘွဲ့ထူးခံသည့် ငါးမာရ်အောင်ပြီး ထိုဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်။

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

သီသကေ၊ ဦးခေါင်းရတနာ မြတ်ရာထားတင် ဦးထိပ်ပြင်၌။

ဌာတု၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းစေမူ မေတ္တာပြု၍ ကြည့်ရှုကိုယ်တိုင် ခိုင်ခိုင်မတ်မတ် တန့်ရပ်တည်နေတော်မူလှည့်ပါ့၊ စိန်ရောင်ခြည် နေတနူန်းကဲ့သို့ ရွှေဘုန်းတော်သခင် အရှင်မြတ်ကြီးဘုရား။

(လယ်တီပဏ္ဍိတ–ဦးမောင်ကြီး)

ဩကာသကန်တော့ချိုး

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

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့် အပါယ်လေးပါး, ကပ်သုံးပါး, ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး, ရန်သူမျိုးငါးပါး, ဝိပတ္တိတရားလေးပါး, ဗျသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အပါယ်လေးပါး = ငရဲဘုံ၊ တိရစ္ဆာန်ဘုံ၊ ပြိတ္တာဘုံ၊ အသူရကာယ်ဘုံ။

ကပ်သုံးပါး = ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ်၊ သတ္ထန္တရကပ်၊ ရောဂန္တရကပ်။

ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး = ငရဲ၊တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသညသတ်ဘုံနှင့် အရူပ–ပြဟ္မာဘုံ၊ ပစ္စန္တရစ်အရပ်(ဘုရားမပွင့်ရာအရပ်)၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ ဉာဏ်ပညာမရှိသူ၊ ဘုရားမပွင့်ရာအခါ၌ လူဖြစ်ရခြင်း။

ရန်သူမျိုးငါးပါး = ရေ၊ မီး၊ မင်း၊ ခိုးသူ၊ မချစ်မနှစ်သက်သောသူ။

ဝိပတ္တိတရားလေးပါး = အပါယ်ဘုံ၌ဖြစ်ရခြင်း၊ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါချို့တဲ့ခြင်း၊ တရားမစောင့်သူတို့၏ လက်ထက်၌ဖြစ်ရခြင်း၊ အကုသိုလ်ကိုသာ အားထုတ်၍ အကျင့်ပျက်စီးခြင်း။

ဗျသနတရားငါးပါး = 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 ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(သူတစ်ပါး၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(သူတစ်ပါး၏ သားမယားကို ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(မဟုတ်မမှန် မုသားပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(သေရည်သေရက်ကို သောက်စားမူးယစ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

အာမ ဘန္တေ။

မောရသုတ်တော်မရွတ်မီ ရှေးဦးစွာ နတ်များကို ဖိတ်မန္တကပြုခြင်း

သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ အတြာ’ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ။
သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဇဿ၊ သုဏန္တု သဂ္ဂမောက္ခဒံ။
(ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။)[၂]

သမန္တာ – ဝန်းကျင်ပတ်ချာ ရပ်ဆယ်မျက်နှာမှ။

စက္ကဝါဠေသု – ရှစ်သောင်းနှစ်ထောင် အမြင့်ဆောင်သည့် စကြဝဠာတောင်ရစ်ဝိုက် တစ်သောင်းသော လောကဓာတ်တိုက်တို့၌။

ဝသန္တာ – ကြည်သာချမ်းမြ နေထိုင်ကြကုန်သော။

ဒေဝတာ – ရောင်ဝါတန်ခိုး ကဲမိုးကြီးမား နတ်အများတို့သည်။

အတြ – မောရသုတ်တော်မြတ် ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ရာ ဤနေရာဌာနသို့။

အာဂစ္ဆန္တု – ညီညာဖြဖြ စည်းဝေးလာရောက်ကြကုန်လော့။

မုနိရာဇဿ – သုံးတိုက်ထွတ်တင် ဘုရင်ဉက္ကဋ္ဌ ရဟန်းမင်းကြီးဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏။

သဂ္ဂမောက္ခဒံ – နတ်ရွာနိဗ္ဗာန် ကျိုးနှစ်တန်ကို ကေန်ဆတ်ဆတ် ပေးဝေတတ်သည့်။

သဒ္ဓမ္မံ – ချီးမွမ်းအံ့အား ပြောဆို၍ မကုန်နိုင်သော မောရသုတ်တော် သူတော်ကောင်းတရားကို။

သုဏန္တု – ရိုသေတုပ်ကွ နာလှည့်ကြကုန်လော့။

[**ဘဒန္တာ** – ညီညာဖြဖြ စည်းဝေးလာရောက်ကြသည့် ဓမ္မမာမက အိုနတ်များတို့။

အယံ ကာလော – ဤသည့်ကာလ ခါသမယသည်ကား။

ဓမ္မဿဝန ကာလော – သုံးခွင်ထွတ်ထား ရှင်တော်ဘုရား၏ မောရသုတ်တော် နာကြားရမည့် အခါပေတည်း။ (၃–ခေါက်)]

မောရသုတ်ပါဠိ – မြန်မာပြန်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

မောရသုတ္တ

မောရသုတ္တပါဠိ

၁။ ပူရေန္တံ ဗောဓိသမ္ဘာရေ၊
နိဗ္ဗတ္တံ မောရယောနိယံ။
ယေန သံဝိဟိတာရက္ခံ၊
မဟာသတ္တံ ဝနေစရာ။

၂။ စိရဿံ ဝါယမန္တာပိ၊
နေဝ သက္ခိံသု ဂဏှိတုံ။
‘‘ဗြဟ္မမန္တ’’န္တိ အက္ခာတံ၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

မောရသုတ္တပါဠိ

၁–၂။ သဗ္ဗညုတဉာဏ်၏ အဆောက်အဦ ဖြစ်သော ပါရမီတို့ကို ဖြည့်ကျင့်လျက် ဥဒေါင်းငှက်မျိုး၌ ဖြစ်ရစဉ် မောရပရိတ်မန္တာန်ဖြင့် အစောင့်အရှောက် အကာအကွယ်ကို စီမံထားသော ဘုရားအလောင်း ဥဒေါင်းမင်းကို တောမုဆိုးတို့သည် အနှစ်ခုနစ်ရာကြာမြင့်အောင် ဖမ်းယူရန် လုံ့လပြုပါသော်လည်း မဖမ်းနိုင်ကြကုန်၊ အို သူတော်ကောင်းတို့ မြတ်သော မန္တာန်ဟူ၍ မြတ်စွာဘုရား ချီးကျူးတော်မူအပ်သော မောရသုတ် ပရိတ်တော်ကို အကျွန်ုပ်တို့ ရွတ်ဖတ်ကြပါကုန်စို့။

၃။ *ဥဒေတ’ ယံ စက္ခုမာ ဧကရာဇာ၊
ဟရိဿဝဏ္ဏော ပထဝိပ္ပဘာသော[၁]။
တံ တံ နမဿာမိ ဟရိဿဝဏ္ဏံ
ပထဝိပ္ပဘာသံ၊
တယာ’ဇ္ဇ ဂုတ္တာ ဝိဟရေမု ဒိဝသံ။

၃။ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားတို့အား အလင်းရောင်ကို ပေးတတ်သော မျက်စိရှိ၍ အရောင်များစွာတွင် တစ်ဦးတည်းဘုရင်ဖြစ်သော ရွှေအဆင်းနှင့်တူသော အဆင်းရှိသော မြေအပြင်၌ ထွန်းလင်းသော အရောင်ရှိသော ဤနေမင်းသည် အရှေ့လောကဓာတ်မှ ထွက်ပေါ်လာ၏။ ထို့ကြောင့် ရွှေအဆင်းနှင့်တူသော အဆင်းရှိသော မြေအပြင်၌ ထွန်းလင်းသော အရောင်ရှိသော အရှင်နေမင်းကို အကျွန်ုပ်ရှိခိုးပါ၏။ ယနေ့ အဖို့ အရှင်နေမင်း၏ အစောင့်အရှောက်ကို ခံယူ၍ အကျွန်ုပ်တို့သည် ဤတစ်နေ့တာပတ်လုံး ချမ်းချမ်းသာသာ နေကြရပါကုန်အံ့။

၄။ *ယေ ဗြာဟ္မဏာ ဝေဒဂူ သဗ္ဗဓမ္မေ၊
တေ မေ နမော, တေ စ မံ
ပါလယန္တု။
နမတ္ထု ဗုဒ္ဓါနံ[၂], နမတ္ထု ဗောဓိယာ၊
နမော ဝိမုတ္တာနံ[၃], နမော ဝိမုတ္တိယာ။

၄။ ဝိသုဒ္ဓိဗြာဟ္မဏဟု ခေါ်ဝေါ်အပ်သော ဘုရားရှင်တို့သည် တရားဥဿုံ အလုံးစုံကို သိတော်မူကြကုန်၏။ ထိုဘုရားရှင်တို့သည် အကျွန်ုပ် (ဥဒေါင်းမင်း)၏ ရှိခိုးခြင်းကို ခံယူတော်မူကြပါကုန်၊ ထိုဘုရားရှင်တို့သည် အကျွန်ုပ်ကိုလည်း စောင့်

*ဇာတကပါဠိယံ ပဌမဘာဂေ–၃၈–၃၉–ပိဋ္ဌေသု။

၁–ပဌဝိပ္ပဘာသော(သီ၊သျာ၊ကံ) ၂–ဗုဒ္ဓါန(?) ၃–ဝိမုတ္တာန (?)

က္လမံ သော ပရိတ္တံ ကတွာ၊
မောရော စရတိ သေနာ။

ရှောက်တော်မူကြပါကုန်၊ ပရိနိဗ္ဗာန် ဝင်စံပြောင်းကြွ ဘုရားဟူသမျှတို့ အား အကျွန်ုပ်ရှိခိုးပါ၏၊ ထိုဘုရား ရှင်တို့၏ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကို လည်း ရှိခိုးပါ၏၊ ကိလေသာတို့မှ လွတ်မြောက်တော်မူကြကုန်သော ဘုရားရှင်တို့အားလည်း ရှိခိုးပါ၏၊ ထို ဘုရားရှင်တို့၏ ဝိမုတ္တိငါးပါးကို လည်း ရှိခိုးပါ၏၊ (ထိုဥဒေါင်းမင်း သည် ဤမောရပရိတ်အရံအတားကို ပြုပြီးမှ အစာရှာထွက်လေ့ရှိ၏။)

၅။*အပေတ’ ယံ စက္ခုမာ ဧကရာဇာ၊
ဟရိဿဝဏ္ဏော ပထဝိပ္ပဘာသော။
တံ တံ နမဿာမိ ဟရိဿဝဏ္ဏံ
ပထဝိပ္ပဘာသံ၊
တယာ’ဇ္ဇ ဂုတ္တာ ဝိဟရေမု ရတ္တိံ။

၅။ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားတို့အား အလင်းရောင်ကို ပေးတတ်သော မျက်စိရှိ၍ အလင်းရောင်များစွာတွင် တစ်ဦးတည်းသော ဘုရင်ဖြစ်သော ရွှေအဆင်းနှင့်တူသော အဆင်း ရှိသော မြေအပြင်၌ ထွန်းလင်းသော အရောင်ရှိသော ဤနေမင်းသည် အနောက်လောကဓာတ်သို့ ဝင်ပေ ပြီ၊ ထို့ကြောင့် ရွှေအဆင်းနှင့်တူ သော အဆင်းရှိသော မြေအပြင်၌ ထွန်းလင်းသော အရောင်ရှိသော အရှင်နေမင်းကို အကျွန်ုပ်ရှိခိုးပါ၏၊ ယနေ့အဖို့ အရှင်နေမင်း၏ အစောင့်

*ဇာတကပါဠိယံ ပဌမဘာဂေ–၃၉–ပိဌေ။

အရှောက်ကို ခံယူ၍ အကျွန်ုပ်တို့သည် တစ်ညတာကာလပတ်လုံး ချမ်းချမ်းသာသာ နေကြရပါကုန်အံ့။

၆။ *ယေ ဗြာဟ္မဏာ ဝေဒဂူ သဗ္ဗဓမ္မေ၊
တေ မေ နမော, တေ စ မံ ပါလယန္တု။
နမတ္ထု ဗုဒ္ဓါနံ, နမတ္ထု ဗောဓိယာ၊
နမော ဝိမုတ္တာနံ, နမော ဝိမုတ္တိယာ။
ဣမံ သော ပရိတ္တံ ကတွာ၊
မောရော ဝါသ ’မကပ္ပယီ။

၆။ ဝိသုဒ္ဓိဗြာဟ္မဏဟု ခေါ်ဝေါ်အပ်သော ဘုရားရှင်တို့သည် တရားဉာဏ်ကို သိတော်မူကြကုန်၏၊ ထိုဘုရားရှင်တို့သည် အကျွန်ုပ်(ဥဒေါင်းမင်း)၏ ရှိခိုးခြင်းကို ခံယူတော်မူကြပါကုန်၊ ထိုဘုရားရှင်တို့သည် အကျွန်ုပ်ကိုလည်း စောင့်ရှောက်တော်မူကြပါကုန်၊ ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံပြောင်းကြွ ဘုရားဟူသမျှတို့အား အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏၊ ထို ဘုရားရှင်တို့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုလည်း ရှိခိုးပါ၏၊ ကိလေသာတို့မှ လွတ်မြောက်တော်မူကြကုန်သော ဘုရားရှင်တို့အား ရှိခိုးပါ၏၊ ဘုရားရှင်တို့၏ ဝိမုတ္တိငါးပါးအားလည်း ရှိခိုးပါ၏(ထိုဥဒေါင်းမင်းသည် မောရပရိတ် အရံအတားကို ပြုပြီးမှ အိပ်တန်းတက်လေ့ရှိ၏)

မောရသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။ **မောရသုတ်မြန်မာပြန် ပြီး၏။**

*ဇာတကပါဠိယံ ပဉ္စမဘာဂေ–၃၉–ပိဋ္ဌေ။

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၏။

မသေ့ခန်စွ၊ ဤကာယကို၊ စောင့်ထပေတတ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်လည်း၊ မလပ်စေရ၊ ပေးဝေ၏။

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၊ သီလာထုလည်း၊ 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။

နတ်ပြဟ္မာများအား ပြန်ပို့ရန် ဂါထာ

တွေ့ာဝတာ စ အမှေဟိ၊ သမ္မတံ ပုညသမ္ဗဒံ။
သဗ္ဗေ ဒေဝါ’နုမောဒန္တု၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ။
ဒါနံ ဒဒန္တု သဒ္ဓါယ၊ သီလံ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။
ဘာဝနာဘိရတာ ဟောန္တု၊ ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာဂတာ။

တွေ့ာဝတာ၊ ဤမျှကြိုးကုတ် စွမ်းအားထုတ်၍ မယုတ်စေရ ပြုလုပ်ရသဖြင့်လည်း။ **အမှေဟိ**၊ မောရသုတ်ပရိတ်တော် ရွတ်ပွားပူဇော် သူငါနှစ်မြို့ အကျွန်ုပ်တို့သည်။ **သမ္မတံ**၊ ယခုအေးမှု နောင်ကျေးပြု၍ တွေးရှု ရည်စူး ဖြည့်ဆည်းအပ်သော။ **ပုညသမ္ဗဒံ**၊ အပေါင်းစုမြှုပ် ကောင်းမှုထုပ်၍ မယုတ်မယွင်း ပြည့်စုံခြင်းကို။ **သဗ္ဗေ**၊ ရှိန်ဝါတောက်လင်း နောက်ပါသင်းတို့နှင့် ခပင်းဥဿုံ အလုံးစုံကုန်သော။ **ဒေဝါ**၊ စကြဝဠာသောင်းတိုက် ပေါင်းတစ်ဝိုက်မှ ရောက်ဆိုက်လာငြား နတ်ပြဟ္မာအများတို့သည်။ **အနုမောဒန္တု**၊ ကြည်လင်မနော ဘဝင်ဇော ဖြင့် လျှင်ဆောဝမ်းမြောက်ကြပါစေကုန်သတည်း။

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**၊

အကြောင်းဆက်ကာ သောင်းစကြာက ရောက်လာကြသော်း နတ်ပြဟ္မာအပေါင်း တို့သည်။ **ဂစ္ဆန္တု၊** မောရသုတ်ရွတ်ပွဲ ပြီးကုန်စဲမို့ နေမြဲရပ်ဘုံ ပြန်တော်မူကြပါ ကုန်လော့။

နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ

ဤစာအုပ်ကို အများပြည်သူသို့ ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလျက်ရှိပါသည်။ ဤသို့လှူဒါန်းရာတွင် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းနိုင်မှုအပေါ် မူတည်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့ အရေအတွက် ပိုမိုများပြားလာပြီး ပိုမိုရွတ်ဆိုကြခြင်းအားဖြင့် မိမိနေရာအရပ်ကို လုံခြုံစေခြင်း၊ အချုပ်အနှောင်မှ လွတ်မြောက်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးလုပ်ကြံချောက်ချမှုမှ ကင်းဝေးခြင်း၊ အခက်အခဲများကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းအားဖြင့် အဆင်ပြေစေကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် လှူဒါန်းလိုပါက လိုအပ်သော စာအုပ်အရေအတွက်ကို မှာကြားနိုင်ပါကြောင်းနှင့် မှာကြားသည့်အရေအတွက်များကို ထုတ်ဝေပေးမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤဝန်ကြီးဌာနမှတစ်ဆင့် လှူဒါန်းပေးစေလိုပါကလည်း သက်ဆိုင်ရာ လှူဒါန်းသင့်သည့်နေရာများသို့ ကူညီဖြန့်ဝေလှူဒါန်းပေးသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ပါဝင်လှူဒါန်းလိုသူများရှိပါက –

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန

အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်	ဖုန်း–၀၆၇ ၃၄၀၆၅၀၆
	၀၆၇ ၃၄၀၈၄၄၁
	၀၉ ၅၁၀၆၂၇၄
ဒုတိယအမြဲတမ်းအတွင်းဝန်	ဖုန်း–၀၆၇ ၃၄၀၆၀၀၈
	၀၉ ၄၄၀၇၉၂၃၉၉

သို့ ဆက်သွယ်လှူဒါန်းနိုင်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို အလွယ်တကူ ပြန်လည်ကူးယူနိုင်ရန်အတွက်– www.mahana.org.mm, www.mora.gov.mm, www.dra.gov.mm, www.dpps.gov.mm, www.kbrl.gov.mm, ww.itbmu.org.mm, သာသနာရေးဆိုင်ရာ ဝဘ်ဆိုက်ခြောက်ခုတို့တွင်လည်း download ဖြင့် ကူးယူ၍ ပူဇော်ဖြန့်ဝေနိုင်ပါသည်။