

လန်ဒန်မြို့၊ ဗုဒ္ဓဘာသာအသင်း၏
မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားလှယ်-ဦးကျော်လှ၊ စီမီလိုင်၊ မန္တလေးမြို့၏
ဦးဆောင်မှုဖြင့်

ကြီးပွားရေး-ဦးသိန်း စီစဉ်ထုတ်ဝေသော

မ မ ပ ဒ
မ

ပါဠိ-မြန်မာ-အင်္ဂလိပ်

(သုံးဘာသာ)

[ပဌမကျော်-ဆရာတော်အရှင်သေဠိလ (အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ) ၏
မြန်မာပြန်မှုကို မှီးပါသည်။]

တည်းဖြတ်တင်ပြသူ

ဦးကျော်လွင် (နှစ်ဖက်လှ) B.A., M.A.(Q), H.G.P.

သက္ကသိဟဓမ္မာစရိယ၊ စေတိယင်္ဂဏဓမ္မာစရိယ၊

အစိုးရဂုဏ်ထူးဆောင် ဓမ္မာစရိယ။

*

၁၃၃၇-ခု၊

(သာသနာ-၂၅၁၉)

၁၉၇၅-ခု၊

ဓမ္မပဒ သုံးဘာသာ

ပုံနှိပ်ခြင်း

ပထမအကြိမ် ၁၉၇၅-ခု ဧပြီလ

တုတ်ဇရ

၂၀၀၀

(ဓမ္မဒါန)

ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာပေခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၇၅၅၄)

ပါဠိစာရာ။ ။ အစိုးရဂုဏ်ထူးဆောင် ဓမ္မာစရိယ ဦးခင်စိုး၊
ဦးသိန်းဟန်၊ ဦးမြင့်သောင်း၊

ထုတ်ဝေသူ ။ ။ ကြီးပွားရေး ဦးသိန်း၊ ကင်းလွတ်ခွင့် မှတ်ပုံတင်
အမှတ်-၀၂၆၃၉၊ အမှတ် ၆-မဟာဘေယျ
လမ်း၊ ပုဏ္ဏတောင်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ ။ ။ ဦးစော်ဝင်း (၀၁၄၈၅)
ဟံသာဝတီ ပိဋကတ်ပုံနှိပ်တိုက်၊
အမှတ် ၃၄၉-ဗိုလ်အောင်ကျော်လမ်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

မျက်နှာဖုံး။ ။ ကာလာမောင်ဝင်းမှာရှိက်သည်။

၁။ ယမကဝဂ်-အစုံအစုံ တရားစု	၂
၂။ အပ္ပမာဒဝဂ်-မမေ့မလျော့ခြင်းနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၅
၃။ စိတ္တဝဂ်-စိတ်နှင့်စပ်သော တရားစု	၂၃
၄။ ပုပ္ဖဝဂ်-ပန်းဥပမာပြ တရားစု	၃၁
၅။ ဗာလဝဂ် လူမိုက်နှင့်စပ်သော တရားစု	၄၁
၆။ ပဏ္ဍိတဝဂ်-ပညာရှိနှင့်စပ်သော တရားစု	၅၁
၇။ အရဟန္တဝဂ်-ရဟန္တာနှင့်စပ်သော တရားစု	၆၀
၈။ သဟဿဝဂ်-တထောင်ထက် တခုက မြတ်ကြောင်းတရားစု	၆၈
၉။ ပါပဝဂ်-မကောင်းမှု တရားစု	၇၈
၁၀။ ဒဏ္ဍဝဂ်-ဒဏ်နှင့်စပ်သော တရားစု	၈၇
၁၁။ ဇရာဝဂ်-အိုမင်းခြင်းနှင့်စပ်သော တရားစု	၉၈
၁၂။ အတ္တဝဂ်-အတ္တနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၀၅
၁၃။ လောကဝဂ်-လောကနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၁၂
၁၄။ ဗုဒ္ဓဝဂ်-ဗုဒ္ဓနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၂၀
၁၅။ သုခဝဂ်-ချမ်းသာမှုနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၃၁
၁၆။ ပိယဝဂ်-ချစ်မြတ်နိုးခြင်းနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၃၉
၁၇။ ကောဓဝဂ်-အမျက်ထွက်ခြင်းနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၄၇
၁၈။ မလဝဂ်-ကိလေသာအညစ်အကြေးနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၅၆
၁၉။ ဓမ္မဋ္ဌဝဂ်-ဓမ္မ၌တည်ခြင်းနှင့်စပ်သော တရားစု	၁၇၁
၂၀။ မဂ္ဂဝဂ်-နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း တရားစု	၁၈၂
၂၁။ ပကိဏ္ဍကဝဂ်-ရောပြွမ်းသော တရားစု	၁၉၄
၂၂။ နိရယဝဂ်-ငရဲရောက်ကြောင်း တရားစု	၂၀၄
၂၃။ နာဂဝဂ်-ဆင်ပြောင်ဥပမာပြ တရားစု	၂၁၃
၂၄။ တဏှာဝဂ်-တဏှာပယ်သတ်ရန် တရားစု	၂၂၂
၂၅။ ဘိက္ခုဝဂ်-ရဟန်းနှင့်ဆိုင်ရာ တရားစု	၂၄၁
၂၆။ ပြာဟ္မဏဝဂ်-ပုဏ္ဏားနှင့်ဆိုင်ရာ တရားစု	၂၅၆

(သ) ဝက်နှင့်ဝတ္ထုပေါင်း ဂါထာပေါင်း

၁။	ယမကဝက် ဝတ္ထုပေါင်း	၁၄၊	ဂါထာပေါင်း	၂၀
၂။	အပ္ပမာဒဝက်	၉		၁၂
၃။	စိတ္တဝက်	၉		၁၁
၄။	ယုတ္တဝက်	၁၂		၁၆
၅။	ဗာလဝက်	၁၅		၁၆
၆။	ပဏ္ဍိတဝက်	၁၁		၁၄
၇။	အရဟန္တဝက်	၁၀		၁၀
၈။	သဟာဿဝက်	၁၄		၁၆
၉။	ပါပဝက်	၁၂		၁၃
၁၀။	ဒဏ္ဍဝက်	၁၁		၁၇
၁၁။	ဇရာဝက်	၉		၁၈
၁၂။	အတ္တဝက်	၁၀		၁၀
၁၃။	လောကဝက်	၁၁		၁၂
၁၄။	ဗုဒ္ဓဝက်	၉		၁၈
၁၅။	သုခဝက်	၀		၁၂
၁၆။	ပိယဝက်	၉		၁၂
၁၇။	ကောဓဝက်	၈		၁၄
၁၈။	မလဝက်	၁၂		၂၁
၁၉။	ဓမ္မဋ္ဌဝက်	၁၀		၁၇
၂၀။	မဂ္ဂဝက်	၁၂		၁၇
၂၁။	ပကိဏ္ဍကဝက်	၉		၁၆
၂၂။	နိရယဝက်	၉		၁၄
၂၃။	နာဂဝက်	၈		၁၄
၂၄။	တဏှာဝက်	၁၂		၂၆
၂၅။	ဘိက္ခုဝက်	၁၂		၂၃
၂၆။	ဗြာဟ္မဏဝက်	၄၀	(၃၀၅)	၄၁ (၄၂၃)

PUBLISHERS' PREFACE

Namo Tassa Bhagavato Arahato
Samma Sambuddhassa

The Buddha's constant advice to His Disciples is to cease to do evil, to learn to do good, to purify our hearts. Such of the Buddha's teachings will be found in the Dhammapada which is a Practical Spiritual Guide to Right Living. The golden sayings embodied in this sacred book aptly illustrate the moral and philosophical teachings of the Buddha. If ever a mere book can be regarded as a friend, philosopher and guide, it is the Dhammapada. The Buddhists rank the Dhammapada among the greatest of world classics.

The Dhammapada or "Verses of the Law" is part of the canonical Scriptures of the Southern School of Buddhism, being found in the Khuddaka-Nikaya (Shorter Discourses) section of the Sutta Pitaka (Basket of Discourses). Herein will be found references to the Four Noble Truths and the Eightfold Path which the Buddhist disciple must tread on his way from illusion to Enlightenment.

It is the publishers' wish that the Dhammapada be beneficially read in a convenient way by Buddhists as well as

(c)

non-Buddhists and for this reason pains have been taken to publish the book in Pali, Burmese and English in a single book-form.

The publishers' thanks are due to U Kyaw Lwin, B.A., M.A.(Q), (Writer Hnit-Phet-Hla), for the trouble he has taken to look after the drafting and the printing of the book till its final release to the public.

Our gratitude must also go to the well-wishers near and dear to us who have made financial contributions for the successful issue of the Dhammapada. Their act of merit conforms to the teaching of the Buddha that the gift of Truth (Dhamma) excels all other gifts. The Dhamma demands deeds.

PEACE TO ALL BEINGS!

U Kyaw Hla,
Burma Representative to the Buddhist
Society of London,
CIVIL LINES, MANDALAY (BURMA).

Kyipwayay Oo Thein,
SOCIAL WORKER,
No.6, Maha Zeya Street, Pazundaung,
Rangoon.

31st August 1974.

ဓမ္မပဒ-တရားလမ်းစဉ်

“ဓမ္မပဒ”သည်ဗုဒ္ဓကနိကာယ်တွင် ဒုတိယမြောက်ကျမ်းစာဖြစ်သည်။ ဤကျမ်း၌ဂါထာသက်သက်သာပါဝင်သည်။ စုက္ခိယခေါ် ပါဠိစကားပြေပါဝင်ခြင်းမရှိချေ။ သို့သော် ပါဠိဝေါဟာရများသည်ပေါ်လွင်၏။ ဥပမာကြွယ်ဝ၏။ တရားမျိုးစုံလင်၏။ လူ့ကျင့်ဝတ်လမ်းညွှန်မှုအစ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်ရရှိရေးအထိ အကျိုးပြု၏။ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်စကားရပ်များနှင့် သူတော်ရည်မှန်တို့ ကျင့်စဉ်လမ်းပြဩဝါဒတို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာတို့နှင့်သာမက လူမျိုးမရွေးဘာသာမရွေးလူသားဟူသမျှနှင့် သက်ဆိုင်လေ၏။ ထို့ကြောင့် စာရေးဆရာတို့သည် “ဓမ္မပဒ”ကို အကိုးအကားပြုကြရ၏။ ဓမ္မကထိကတို့သည် “ဓမ္မပဒ”ကို ဟောကြားကြ၏။ ဘာသာပြန်ဆရာတို့သည် ဓမ္မပဒကိုဘာသာပြန်ကြ၏။ ယနေ့အထိ မူလပါဠိဘာသာမူရင်းမှ မြန်မာ၊ ဟိန္ဒူ၊ သီဟိုဠ်၊ တိဗက်၊ တရုတ်၊ ယိုးဒယား၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ လာအို၊ ဂျပန်စသော အရှေ့တိုင်း ဘာသာများသို့လည်း ပြန်ဆိုထားကြ၏။ အင်္ဂလိပ်၊ ပြင်သစ်၊ ဂျပန်၊ ဒီတာလျံစသော ဥရောပဘာသာရပ်များသို့လည်းပြန်ဆိုထားကြ၏။ ထို့ကြောင့်ပင် ဓမ္မပဒသည် ဗုဒ္ဓကျမ်းဂန်များအနက် အကျော်ကြားဆုံးဖြစ်နေ၏။ အကျိုးအပြုဆုံးဖြစ်နေ၏။

“ဓမ္မပဒ” ဟူသော ဝေါဟာရကို ဥရောပပညာရှင် တို့က ဘာသာတရား၏အခြေခံ၊ ဘာသာတရား၏လမ်းစဉ်၊ တရားအစုဟူ၍ အနက်ဖော်ကြကုန်၏။

(၉)

ဓမ္မပဒ တရားလမ်းစဉ်

ပိဋကတ်တွင်စုံစမ်းကြည့်ရာ ဒီဃနိကာယ်၊ သံယုတ္တနိကာယ်၊ အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်နှင့် သုတ္တနိပါတ်ကျမ်းတို့၌ “ဓမ္မပဒ”ကို တွေ့ရ၏။ ဒီဃနိကာယ်နှင့် အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်တွင် “အနဘိဇ္ဈာ၊ အဗျာပါဒ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ” တို့ကို “ဓမ္မပဒ” ဆိုလေ၏။ အဋ္ဌကထာတို့၌ “ဓမ္မပဒ”ကို “ဓမ္မကောဠာသ”ဟု ရှင်မဟာဗုဒ္ဓသောသဖွင့်ပြထား၏။ သံယုတ္တနိကာယ် အဋ္ဌကထာတွင် ဗုဒ္ဓဝစနအားလုံးကို “ဓမ္မပဒ”ဟုဆို၏။ သုတ္တနိပါတ် အဋ္ဌကထာ၌မူ “နိဗ္ဗာနဓမ္မ၏အကြောင်း (သို့မဟုတ်) လမ်းစဉ်”ဟု ဖော်ပြ၏။ အားလုံးကိုခြုံ၍ကြည့်လျှင် “ဓမ္မပဒ”ကို သူတော်စဉ်တို့ကျင့်ရာ လမ်းကြောင်းဟု ပြန်ဆိုနိုင်မည်ဖြစ်၏။

ဤဓမ္မပဒကျမ်းပေါ်ပေါက်သော ကာလကိုအတိအကျပြောရန်မလွယ်ချေ။ ပညာရှင်တို့ ချင့်တုက်ကြသည်မှာ—

(၁) အေဒီ ၁-ရာစု အဆုံး၊ သို့မဟုတ် အေဒီ ၂-ရာစု အစလောက်တွင် ပေါ်ပေါက်ခဲ့သော မိလိန္ဒပညာကျမ်း ဩဗ္ဗဏထာ၊ ပဉ္စမပိုင်း၌၊ ဓမ္မပဒဟူသော ကျမ်းညွှန်းနှင့်တကွ ယင်းကျမ်းလာဂါထာများ ကိုးကားထားသည်ကို တွေ့ရ၏။

(၂) ဘီစီ ၂-ရာစုတွင်ပေါ်သော “မဟာဝတ္ထု” ၌ “ဓမ္မပဒေသု သဟဿဝဂ္ဂံ” ဟူသောစကားကိုတွေ့ရ၏။

(၃) တတိယသံဂါယနာတွင် ဟောကြားခဲ့သော “ကထာဝတ္ထု” ကျမ်း၌ ဂါထာများစွာကိုးကား ဖော်ပြ၏။ ထိုဂါထာတို့အနက်အချို့မှာ ဤဓမ္မပဒကျမ်း၌သာ ပါရှိလေသည်။

(၄) ဒီပဝံသနှင့် မဟာဝံသကျမ်းများအရ နိဂြောဓ သာ မဏေထံမှ ဓမ္မပဒ၊ အပ္ပမာဒဝဂ်လာဂါထာများကို နာကြားရမှ အသောကမင်းကြီး ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဖြစ်လာသည်ဟု သိရ၏။

ဤအချက်အားလုံးကိုစုရုံးဆင်ခြင်ကြည့်လျှင် ဓမ္မပဒ ကျမ်းသည် မိလိန္ဒပဉ္စာ၊ မဟာဝတ္ထု၊ ကထာဝတ္ထုကျမ်းတို့ မပေါ်မီကပင် ရှိနှင့်ပြီးဟု သိနိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ပထမသံဂါယနာ(ဘိစိ-၄၈၃)နှင့် တတိယသံဂါယနာ ဘိစိ(၂၄၀)အကြားတွင် ဓမ္မပဒ ကျမ်း ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်ဟုဆိုနိုင်သည်။

ဓမ္မပဒကျမ်းကိုမည်သူပြုစုသလဲဟူသောအမေးကိုလည်း အတိအကျဖြေရန်မလွယ်ချေ။ ခုဒ္ဒကနိကာယ်အဝင် မဟာနိဒ္ဒေသကျမ်းနှင့်၊ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ်ကျမ်းတို့ကို ရှင်သာရိပုတြာ ဟောသည်၊ ကထာဝတ္ထုကျမ်းကို ရှင်မဟာမောဂ္ဂလိပုတ္တတိ သာထေရ် ဟောသည်ဟုသိရ၏။ ကျန် ကျမ်းဂန်များကိုမူ ယင်းသို့ထူးခြားစွာ ဖော်ပြသည်ကို မတွေ့ရချေ။ ထို့ကြောင့် ဓမ္မပဒနှင့်တကွ ကျမ်းအများကိုသံဂါယနာတင် မထေရ်များကစုပေါင်း စီစဉ်ခဲ့သည်ဟု ဆိုရန်ရှိချေသည်။

ဤဓမ္မပဒကျမ်းတွင် ဂါထာပေါင်း ၄၂၃-ဂါထာ ပါဝင်၏။ ယင်းဂါထာတို့ကို ဝဂ်ပေါင်း (၂၆)ဝဂ်ခွဲခြားထား၏။ ဝဂ်ခွဲပုံမှာ အကောင်းအဆိုး၊ အကျိုးအပြစ်စသည်ဖြင့် စုံပြု၍ရသောဂါထာများကိုစု၍ ‘ယမကဝဂ်’ဟုသတ်မှတ်၏။ အကြောင်းအရာအလိုက် သို့မဟုတ် ဝေါဟာရတူညီသော ဂါထာများအလိုက် စိတ္တဝဂ်၊

(ည)

ဓမ္မပဒ တရားလမ်းစဉ်

ပုပ္ဖဝဂ်၊ ဗာလဝဂ်၊ ပဏ္ဍိတဝဂ် စသည်ဖြင့် သတ်မှတ်၏။ စိတ္တဝဂ်၌ စိတ်၏ သဘောသဘာဝများ၊ စိတ်၏ စွမ်းရည်များ၊ စိတ်ကိုထိန်းသိမ်းလျှင် အကျိုးရှိကြောင်းများကိုဖော်ပြ၏။ ပုပ္ဖဝဂ်၌ ပျားကို ပမာပြု၍ ကျင့်ဆောင် လိုက်နာချက်များကို ဟောထား၏။ ဗာလဝဂ်စသည်၌လည်း နည်းတူပင်။

အထက်ပါကဲ့သို့ သတ်မှတ်၍မရ၊ အထွေထွေ အရောရော ရှိသောဂါထာတို့ကိုမူ ပကိဏ္ဍကဝဂ်ဟုတစ်ပြုထား၏။ အထွေထွေ ပိုင်း ဟုလို့၏။ အလွန်အကျိုး ကြီးမားပုံပြန်၊ မိမိချမ်းသာ ချင်၍ သူတပါးကိုနှိပ်စက်လျှင် ချမ်းသာမရနိုင်ကြောင်း ဟော ၏။ ရုပ်နာမ်တို့၏ အတည်မဲ့မှုကိုသိစေ၏။ ဣန္ဒြေစောင့်စည်း ခြင်း၊ မဂ္ဂင်တရားပွားများခြင်း၏အကျိုးတို့ကို ပြည့်နှက်၏။

စင်စစ် ဓမ္မပဒကျမ်းသည်လေ့လာစရာအကောင်းဆုံး ကျမ်းစာ ဖြစ်၏။ တစုံတယောက်က “ကျွန်တော်ဘာသာရေးစာအုပ်ကလေး ဘာလေး ဖတ်ရှုလေ့လာချင် ပါတယ်၊ ဘယ်စာအုပ်ဖတ်ရလျှင် ကောင်းမလဲ” ဟု မေးလျှင် ဤဓမ္မပဒကို ညွှန်ဖြစ်အောင်ညွှန်ပါ လေ။ စင်စစ် ဓမ္မပဒသည် အခြေခံအကျဆုံးကျမ်းဖြစ်သလို ထိပ် တန်းအကျဆုံးကျမ်းလည်း ဖြစ်ပါ၏။

ဓမ္မပဒပါဠိကျမ်းကို ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဇောသက ဇာတ်ကြောင်း ဝေဝေဆာဆာဖြင့် အဋ္ဌကထာ ဖွင့်ဆိုခဲ့၏။ အလွန်စိတ်ဝင်စား ဘွယ်ရာ ဇာတ်လမ်းများ ပါဝင်လေ၏။ လူ့သဘောသည် အခက်ထက် အလွယ်ကို ပို၍ ကြိုက်၏။ သဘောတရားထက် ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းကို ပို၍ နှစ်သက်တတ်၏။ ထို့ကြောင့် ဓမ္မပဒ

ဆိုလျှင် အဋ္ဌကထာကိုသာ လူသိများလေ၏။ ပါဠိတော်ကို အဋ္ဌကထာက ဖော်ပေးသော်လည်း လူအများသည် အဋ္ဌကထာ၌ မွေးမှိတ်နေကြ၏။ ဇာတ်လမ်းဆုံးသောအခါ သိချင်မှု ချင်ရဲ ပြေလိုက်တတ်ကြ၏။ ပါဠိတော်သြဝါဒကို မခံယူဖြစ်ကြတော့ ချေ။ ထို့ကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံတွင် ဓမ္မပဒပါဠိထက် ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာက ပို၍ ခေတ်စားနေ၏။ အရှင်စန္ဒိမဝစသော ဆရာ တော်တို့ကလည်း ဓမ္မပဒဝတ္ထုတော်ကြီးကို တခမ်းတနား စီရင် ခဲ့ကြသည် မဟုတ်လော။

သို့သော် ရဟန်းလောက လူလောကတွင်အခြားကျမ်းများ နှင့်စာပါလျှင် ‘ဓမ္မပဒ’ သည်အတော်ကလေးနယ်ကျဉ်းနေသည် ကိုတွေ့ရ၏။ ယနေ့မြန်မာနိုင်ငံရှိစာသင်တိုက်များအနက် စာသင် တိုက်အများအပြားကဓမ္မပဒကိုသင်အံ့ပို့ချသမှုပြုခြင်း မရှိသည် ကိုဝမ်းနည်းစွာတွေ့နေရ၏။ ဘုရား တရား တော်လည်းမဟုတ်၊ ကိုယ်ကျင့်တရား အတွက်လည်း အကျိုးမပြုသော ပါဠိကျမ်းမျိုး၊ ပါဠိဂါထာမျိုး ၁၀၀၀-၂၀၀၀ ကျော်ကိုမူ အာရုံအရ ကျက် နေကြရရှာ၏။ ပါဠိတော်အဋ္ဌကထာဋီကာနေရာတိုင်း၌ပါသော တရားညွန့်ပေါင်းဖြစ်သည့် ဓမ္မပဒ(၄၂၃) ဂါထာကိုမူ ရှင်ရဟန်း ၁၀၀-လျှင် ၉၉-ပါးကျော်ကျော်နှုတ်ငုံမရကြချေ။ ၅၀-ရာနှုန်း ကျော်လောက်က မလေ့လာဖြစ်ကြဟု ဆိုလျှင် လွန်အံ့မထင်၊ အခြံအရံကျမ်းများနှင့် အချိန်ကုန်လှပမ်း ဖြစ်နေကြမည့်အစား၊ တရားတော်အနှစ်သာရကျမ်းများကို ကျက်မှတ်လေ့လာကျင့်ကြံ ကြပါလျှင် ပို၍အကျိုးများဖွယ်ရာရှိသည်။

(၄)

ဓမ္မပဒ တရားလမ်းစဉ်

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အတွင်းမီးကို ငြိမ်ဝပ်စေနိုင်သည့် တရားတွေ ဓမ္မပဒမှာလာ၏။ လူ၏ ကာယကံမှု၊ ဝစီကံမှု၊ မနောကံမှု ယဉ်ကျေးစေနိုင်သည့် သြဝါဒတွေ ဓမ္မပဒ၌ရှိ၏။ စစ်မဲ၊ ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ရန် အခြေခံတွေ ပြည့်ကျပ်နေ၏။

“ပျားပိတုန်းသည် ပန်း၏ အဆင်းကို၎င်း၊ ရနံ့ကို၎င်း မထိခိုက် မပျက်စီးစေဘဲ ပန်းပွင့်ကို အကျိုးပြုလျက် ပန်းဝတ်ရည်ကိုစုတ်ယူသုံးစား၍ လိုရာသို့ ပျံသွားလေ၏။ ဤနည်းတူ ရဟန်း မည်သည်လည်း ဒါယကာ ဒါယိကာမ တို့၏ စေတနာသဒ္ဓါတရား ပစ္စည်းဥစ္စာ အရှိန်အဝါ စသည်ကို မထိခိုက်စေဘဲ ပစ္စည်း လေးပါးကို ခံယူ၍ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားကို ကျင့်ရာသည်။”

ဤကဲ့သို့ လှပသော ဥပမာ၊ ချိုမြိန်သော သြဝါဒတို့ဖြင့် ပြည့်လျှမ်းနေ၏။ ထို့ကြောင့် ‘ဓမ္မပဒ’ကို ရဟန်းရှင်လူတိုင်း ကျက်မှတ်လေ့လာဆည်းပူးသင့်ကြပေသည်။

ကြီးကျယ်များမြတ်သော တန်ဘိုးကို သတိပြုမိသူအချို့က ဓမ္မပဒကို လေ့လာကြ၏။ မြန်မာဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ စသည်သို့ ပြန်ဆိုဖြန့်ဝေကြ၏။ ထို့ကြောင့် ဓမ္မပဒမြန်မာပြန် ဓမ္မပဒအင်္ဂလိပ်ပြန်ဟူ၍ ရှိနေပြီဖြစ်လေသည်။

သို့ရာတွင် စာတအုပ်ထဲ၌ ပါဠိ၊ မြန်မာ၊ အင်္ဂလိပ် သုံးဘာသာ တွဲလျက် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်းကိုမူ ယခင်က မပြုခဲ့ကြဘူးသေးဖြစ်သည်။ ဤအချက်ကိုသတိပြုမိသော မန္တလေးမြို့မှ ဦးကျော်လှနှင့်

ချန်ကုန် ကြီးပွားရေးဦးသိန်းတို့က ဆရာတော်ပဌမကျော် အရှင်
ထေဋ္ဌိလ (အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ) ၏ ပြန်မာပြန်ကိုမှီး၍မိမိ၏ အကူ
အညီဖြင့် ဤဓမ္မပဒသုံးဘာသာကျမ်းကို ထုတ်ဝေ ပြန့်ချိပြီး
ဓမ္မပဒကို နေပြီရန် စီစဉ်ကြပေသည်။

ဤနိဒါန်းကို ကောက်ပါ တိုက်တွန်းချက်ဖြင့် အဆုံးသတ်ပါ
ရာ။

- (၁) ရှင်ကောင်း၊ ရဟန်းကောင်း ပြစ်ချင်လျှင်လည်း
ဓမ္မပဒကို အာရုံဆောင်၍ လက်တွေ့ကျင့်ကြံပါ။
- (၂) ဗုဒ္ဓဘာသာကောင်း တယောက် ပြစ်ချင်လျှင်လည်း
ဓမ္မပဒကို မပြတ် လေ့လာ၍လက်တွေ့အသုံး ချပေါ့။
- (၃) လူတော်လူကောင်း ပြစ်ချင်လျှင်လည်း ဓမ္မပဒကို
လေ့လာ ကျင့်သုံးပါ ဟူ၍။

အထင်သည် ဓမ္မပဒကို ကိုယ်ထိလက်ထောက် စနစ်တကျ
လေ့လာအသုံး ချပြစ်၍ ဓမ္မပဒ၏ တန်ဖိုးကိုအမှန်အတိုင်း သိရှိ
အသောအဝါ ဤတိုက်တွန်းချက်ကို ပြန်လည်သတိရလိမ့်မည်
ဖြစ်ပါသည်။

ဦးကျော်လွင် (နှစ်ဖက်ထွ)

၂၀-၈-၁၉၇၄



ခုဒ္ဒကနိကာယ်

ဓမ္မပဒပါဠိစာ

မြန်မာနှင့် အင်္ဂလိပ်

—————

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

မြန်မာဘာသာပြန်

သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို ပိုင်းခြား ထင်ထင်
ကိုယ်တော်တိုင် သိမြင်တော်မူ၍ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ
အပေါင်းတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံတော် မူထိုက်သော
ဘုန်းတော်သခင် ဘုရားရှင်ကို ရိုသေမြတ်နိုး ရှိခိုးပါ၏။

H 640 — 1 [ဟံသာဝတီ]

၁-ယမကဝဂ်

အစုံအစုံတရားတော်

၁-စက္ခုပါလတ္ထေရဝတ္ထု

၁။ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ၊ မနောသေဋ္ဌာ မနောမယာ။
မနသာ စေ ပဒုဋ္ဌေန၊ ဘာသတိ ဝါကရေတိ ဝါ။
တတော နံ ဒုက္ခမဇ္ဇေတိ၊ စက္ကံ ဝဟတော ပဒံ။

၁။ စိတ်နှင့် စပ်ဆိုင်သမျှ သဘောတရားတို့သည်၊ (ကြံစည်ခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်း ဟူသမျှတို့သည်) စိတ်သာလျှင် ရှေ့သွားရှိကုန်၏။ စိတ်သာလျှင် အကြီးအမှူး ရှိကုန်၏။ စိတ်ဖြင့်ပြီးကုန်၏၊ တစုံတယောက်သော သူသည် ပြစ်မှားလိုသော (မကောင်းသော) စိတ်ဖြင့်ပြောမူလည်း ပြောအံ့၊ ပြုမူလည်း ပြုအံ့၊ ကြံမူလည်းကြံစည်အံ့၊ ထိုသို့ ပြစ်မှားလိုသောစိတ်ဖြင့် ပြောဆိုခြင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်း၊ ကြံစည်ခြင်းကြောင့်၊ လှည်းဘီးစက်သည် ဝန်ကိုဆောင်သော နွား၏ခြေရာသို့ အစဉ်လိုက်သကဲ့သို့ ဆင်းရဲသည် ထိုသူ၏နောက်သို့ အစဉ်လိုက်လေ၏။

1. Mind is the fore-runner of (all evil) conditions. Mind is chief; and they are mind made. If, with an impure mind, one speaks or acts, then pain follows one even as the wheel, the hoof of the ox.

၂-မဋ္ဌကုဏ္ဍလိဝတ္ထု

၂။ မနောပုဗ္ဗင်္ဂမာ ဓမ္မာ၊ မနောသေဋ္ဌာ မနောမယာ။
မနုဿာ စေ ပဿန္နေန၊ ဘာသတိ ဝါ ကရေတိ ဝါ။
တတော နံ သုခမန္နေတိ၊ ဆာယာဝ အနုပပါယိနီ။

၂။ စိတ်နှင့် စပ်ဆိုင်သမျှသော သဘောတရားတို့သည်၊ (ကြံ
ည်ဝခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်းဟူသမျှတို့သည်) စိတ်သာလျှင်
ရှေ့သွားရှိကုန်၏။ စိတ်သာလျှင် အကြီးအမှူးရှိကုန်၏။ စိတ်ဖြင့်
ပြီးကုန်၏။ တစုံတယောက်သောသူသည် ကြည်ညိုသော (ကြည်
လင်သော) စိတ်ဖြင့် ပြောမူလည်း ပြောအံ့၊ ပြုမူလည်း ပြုအံ့၊
ကြံမူလည်း ကြံစည်အံ့၊ ထိုသို့ကြည်လင်သော စိတ်ဖြင့် ပြောဆို
ခြင်း၊ ပြုလုပ်ခြင်း၊ ကြံစည်ခြင်းကြောင့်၊ ထိုသူ့နောက်သို့အရိပ်
သည် အစဉ်လိုက်သကဲ့သို့ ချမ်းသာသည် အစဉ်လိုက်လေ၏။

2. Mind is the fore-runner of (all good) conditions. Mind is chief; and they are mind-made. If, with a pure mind, one speaks or acts, then happiness follows one even as the shadow that never leaves.

၃-တိဿတ္ထေရဝတ္ထု

၃။ အက္ခောန္တိ မံ အဝဓိ မံ၊ အဇိနိ မံ အဟာသိ မေ။
ယေ စ တံ ဥာနယန္တိ၊ ဝေရံ တေသံ န သမ္ပတိ။

၃။ ဤသူသည် ငါ့ကိုဆဲရေး၏၊ ငါ့ကိုညှဉ်းဆဲ၏၊ ငါ့ကို
နိုင်၏၊ ငါ၏ဥစ္စာကိုခိုး၏ဟူ၍ စိတ်၌အမုက်ထားလျက် ရန်ငြိုး
မဲ့ကြသော သူတို့မှာ ရန်သည် မငြိမ်းလေ။

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

*

၄။ အက္ခောန္တိ မံ အဝဓိ မံ၊ အဇိနိ မံ အဟာသိ မေ။
ယေ စ တံ နုပနယန္တိ၊ ဝေရံ တေသုပသမ္ပတိ။

၄။ ဤသူသည် ငါ့ကိုဆဲရေး၏၊ ငါ့ကိုညှဉ်းဆဲ၏၊ ငါ့ကို
နိုင်၏၊ ငါ၏ဥစ္စာကိုခိုး၏ဟူ၍ စိတ်၌အမုက်မထား ရန်ငြိုးမဲ့
ကြသော သူတို့မှာ ရန်သည်ငြိမ်းလေ၏။

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

—

၄-ကာဠယက္ခိနိဝတ္ထု

၅။ န ဟိ ဝေရေန ဝေရာနိ၊ သမ္ပန္နိမ ကုဒါစနံ။
အဝေရေန စ သမ္ပန္နိ၊ သေ ဓမ္မော သနန္တနော။

၅။ ဤလောက၌ ရန်တို့သည် ရန်တုံ့မူခြင်း အားဖြင့် ဘယ်
အခါမှမငြိမ်းကုန်၊ ရန်တုံ့မမှုသဖြင့်သာလျှင် ရန်တို့သည် ငြိမ်း
ကုန်၏။ ဤသို့ရန်တုံ့မမှုသဖြင့် ရန်ငြိမ်းခြင်းသည် ရှေးအစဉ်
အလာ ဓမ္မတာသဘောပေတည်း။

5. Hatred never cease by hatred in this world. By love alone they cease. This is an ancient Law.

၅-ကောသမ္ပကဝတ္ထု

၆။ ပရေ စ န ဝိဇာနန္တိ၊ မယမေတ္တ ယမာမသေ။
ယေ စ တတ္ထ ဝိဇာနန္တိ၊ တတော သမ္ပန္တိ မေဂေါ။

၆။ လူမှိုက်တို့သည် ဤလောက၌ မိမိတို့အမြဲမနေ သေရဦး
မည်ကို မအောက်မေ့ မဆင်ခြင်ဘဲ ခိုက်ရန်ပွားကုန်၏။ ပညာရှိ
တို့သည်ကား မိမိတို့အမြဲမနေ သေရဦးမည်ကို သိမြင်ဆင်ခြင်
ကြ၍ သူမှိုက်တို့ကိုမထုဘဲ၊ ခိုက်ရန်ငြိမ်းအောင် ပြုကုန်၏။

6. The others know not that in this (quarrel) we perish. Those of them who realise it have their quarrels calmed thereby.

၆-မဟာကာဠုတ္ထေရဝတ္ထု

၇။ သုဘာနုပဿိံ ဝိဟရန္တံ၊ ဣန္ဒြိယေသု အသံဝုတံ။
ဘောဇနမှိ စာ မတ္တညု၊ ကုသိတံ ဟိနဝီရိယံ။
တံ ဝေ ပဿဟတိ မာရော၊ ဝါတော ရုက္ခံဝ ဒုဗ္ဗလံ။

၇။ တင့်တယ်သော အာရုံကို အဖန်ဖန်ရှုလေ့ရှိ၍၊ မျက်စိ
စသော ဣန္ဒြေ ၆-ပါးတို့ကို မစောင့်ရှောက်၊ အစာအာဟာရ၌
အတိုင်းအရှည်ကိုလည်း မသိ၊ ပျင်းရိ၍ လုံ့လလည်း မရှိသော
သူကိုလေပြင်း မုန်တိုင်းသည် အားနည်းသော သစ်ပင်ကို လဲကျ
အောင် ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့ ကိလေသာမာရ် ကိုယ်တွင်းရန်သည်
နှိပ်စက်ဖျက်ဆီးလေ၏။

7. The man who lives contemplating pleasure, with senses unrestrained, in food immoderate, lazy, inert—him verily Mara overthrows as wind, a weak tree.

*

၈။ အသုဘာနုပဿိံ ဝိဟရန္တံ၊ ဣန္ဒြိယေသု သုသံဝုတံ။
ဘောဇနမှိ စ မတ္တညု၊ သဒ္ဓံ အာရဒ္ဓဝီရိယံ။
တံ ဝေ နပ္ပဿဟတိ မာရော၊ ဝါတော သေလံဝ ပဗ္ဗတံ။

၈။ ခန္ဓာကိုယ်စသော လောကီအာရုံစုကို တင့်တယ်လှပ
သည်ဟု သဘောထား၍ ရှုလေ့မရှိ၊ မျက်စိစသော ဣန္ဒြေ
၆-ပါးတို့ကို စောင့်ရှောက်၏။ အစာအာဟာရ၌ အတိုင်းအရှည်
ကိုလည်းသိ၊ ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်ခြင်း၊ ဘုရားစသော

ရတနာသုံးပါးကို မတုန်မလှုပ် ယုံကြည်ခြင်းလည်းရှိ၊ လုံ့လ
လည်းရှိသောသူကို အားနည်းသော လေပြည်လေညှင်းသည်
ကျောက်တောင်ကို မလှည်းမဖျက်နိုင် သကဲ့သို့ ကိလေသာမာရ်
ကိုယ်တွင်းရန်သည် မနှိပ်စက် မဖျက်ဆီးနိုင်။

8. The man who lives meditating on
“the Impurities” with senses restrained, in
food moderate, with confidence and strenuous
effort--Mara cannot overthrow as wind, a
rocky mountain.

၇-ဒေဝဒတ္တဝတ္ထု

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

၉။ ရာဂစသော ကိလေသာဖန်ရည်လည်း မကင်း၊ မျက်စိ
စသော ဣန္ဒြေ ၆-ပါးတို့ကို ဆုံးမဘောင်ရှောက်ခြင်းလည်းမရှိ၊
မှန်ကန်သော စကားကိုလည်း ပြောဆိုလေ့မရှိဘဲ ဖန်ရည်စွန်း
သည့် သင်္ကန်းအဝတ်ကို ဝတ်သောသူသည် သင်္ကန်းအဝတ်နှင့်
မထိုက်။

9. Whosoever, not freed from stain,
void of self-control and truth, should don
the yellow robe, is not worthy of it.

၈ ဓမ္မပဒပါဠိတော် မြန်မာနှင့် အင်္ဂလိပ်

၁၀။ ယော စ ဝန္တကသာဝ'ဿ၊
သီလေသု သုသမာဟိတော။
ဥပေတော ဒမသစ္စေန၊
သ ဝေ ကာသာဝ မရဟတိ။

၁၀။ ကိလေသာ ဖန်ရည်ကို စွန့်ပယ်၍ အကျင့်သီလနှင့်
မျက်စိစသော ဣန္ဒြေ ၆-ပါးတို့ကို ဆုံးမ စောင့်ရှောက်ပြီး
မှန်ကန်သော စကားကိုပြောဆိုလေ့ရှိသော သူသည်သာလျှင်
သင်္ကန်းအဝတ်နှင့်ထိုက်၏။

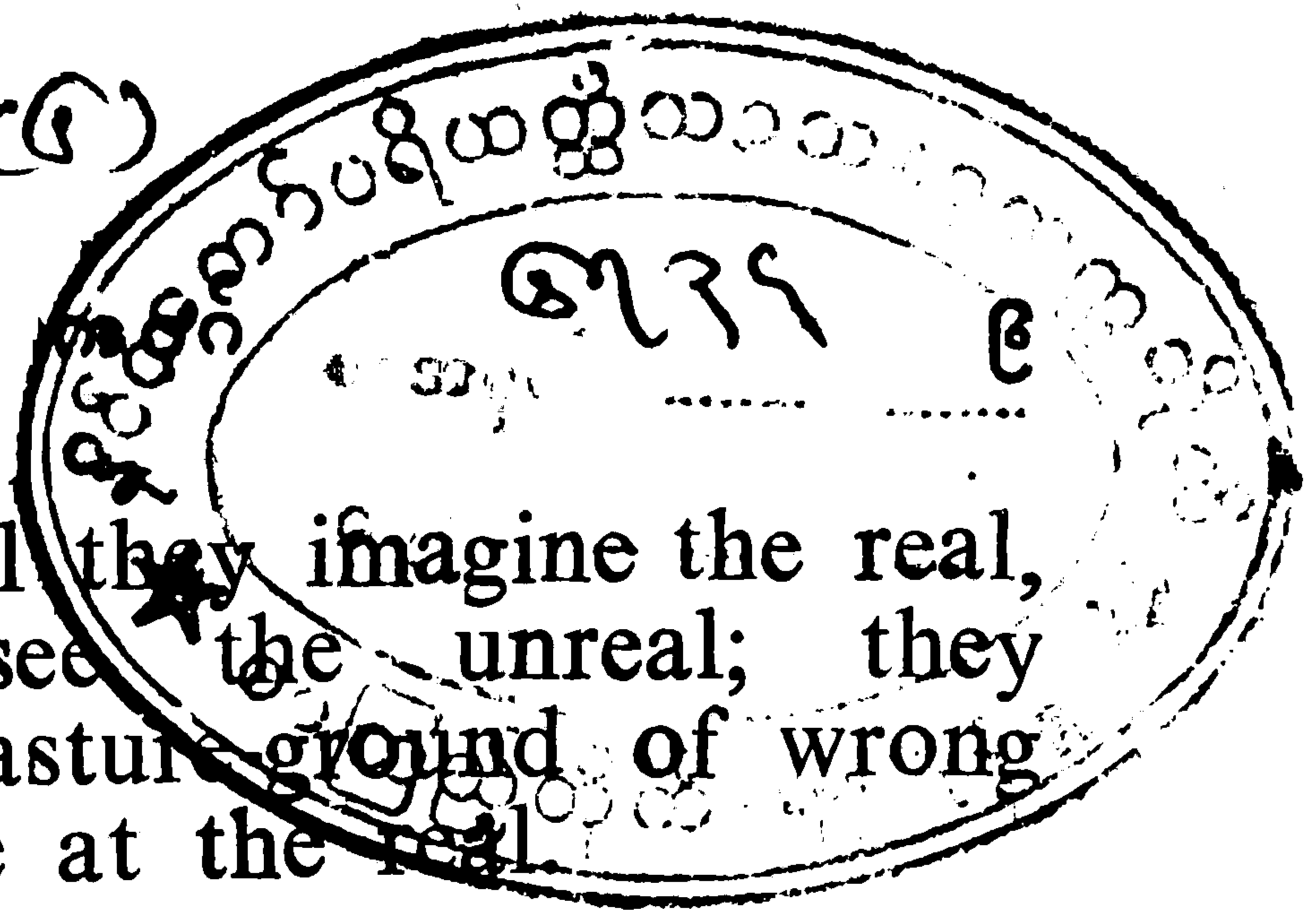
10. He who has vomitted all impurities,
in morals well-established, and endowed with
self-control and truth, is indeed worthy of
the yellow robe.

၈-သာရိပုတ္တတ္ထေရဝတ္ထု

၁၁။ အသာရေ သာရမတိနော၊
သာရေ စာ သာရဒဿိနော။
တေ သာရံ နာဓိဂစ္ဆန္တိ၊
မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပဂေါစရာ။

၁၁။ အနှစ်မရှိသော တရားကို အနှစ်ရှိ၏ဟု မှတ်ထင်၊
အနှစ်ရှိသော သူတော်ကောင်း တရားကိုမူ အနှစ်မရှိဟုမှတ်ထင်
ကာ၊ အယူမှားကြသော သူတို့သည် သီလစသော ဂုဏ်ကျေးဇူး
အနှစ်ကို မရကြကုန်။

၂၈၅ ၃၅၆၀



11. In the unreal they imagine the real, in the real they see the unreal; they who abide in the pasture-ground of wrong thoughts, never arrive at the real.

*

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

၁၂။ အနှစ်ရှိသော သူတော်ကောင်းတရားကို အနှစ်ရှိ၏ဟု
သိ၊ အနှစ်မရှိသောတရားကို အနှစ်မရှိဟုသိသည့် အယူမှန်ရှိကြ
သော သူတို့သည် သိလစသော ဂုဏ်ကျေးဇူးအနှစ်ကို ရကြ
ကုန်၏။

12. What is real they deem as real; what is unreal they deem as unreal; they who abide in the pasture-ground of right thoughts, arrive at the real.

၉-နန္ဒတ္ထေရာဝတ္ထု

၈၃။ ယထာ အဂါရံ ဒုစ္ဆန္တံ၊ ဝုဠိ သမတိဝိဇ္ဈတိ။
ဧဝံ အဘာဝိတံ ဝိတ္တံ၊ ရာဂေါ သမတိဝိဇ္ဈတိ။

၈၃။ အမိုးကောင်းစွာ မမိုးသော အိမ်အတွင်းသို့ မိုးသုံးရေ
မိုးသုံးပေါက် ဖောက်ဝင်သကဲ့သို့၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ စီးဖြန်း
လေ့မရှိသော သူ၏စိတ်ထည်းသို့ ကိလေသာရာဂ ဖောက်ဝင်၏။

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

*

၁၄။ ယထာ အဂါရံ သုဆန္နံ၊ ဝုဠီ န သမတိဝိဇ္ဈတိ။
ဧဝံ သုဘာဝိတံ စိတ္တံ၊ ရာဂေါ န သမတိဝိဇ္ဈတိ။

၁၄။ အမိုးကောင်းစွာ မိုးသော အိမ်အတွင်းသို့ မိုးသုံးရေ
မိုးသုံးပေါက် မဖောက်မဝင်နိုင် သကဲ့သို့ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာ
စီးဖြန်းလေ့ရှိသော သူ၏စိတ်ထည်းသို့ ကိလေသာ ရာဂသည်
မဖောက်မဝင်နိုင်။

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

၁၀-စုန္ဒသုကရိကဝတ္ထု

၁၅။ ဣမ သောစတိ ပေစ္စ သောစတိ၊
ပါပကာရီ ဥဘယတ္ထ သောစတိ။
သော သောစတိ သော ဝိဟညတိ၊
ဒိသ္ဇာ ကမ္မကိလိဋ္ဌ မတ္တနော။

၁၅။ မကောင်းမှုပြုသော သူသည် ဤဘဝ၌လည်း စိုးရိမ်ရ
၏။ နောင်ဘဝ၌လည်းစိုးရိမ်ရ၏။ ပစ္စုပ္ပန်တမလွန်နှစ်တန်သော
ဘဝတို့၌ စိုးရိမ်ရ၏။ ထိုသူသည် မိမိပြုမိသော မကောင်းမှုကို
မြင်၍ စိုးရိမ်ရ၊ ပင်ပန်းဆင်းရဲရ၏။

15. Here he grieves, hereafter he grieves, in both worlds the evil-doer grieves. He grieves and perishes, seeing his own impure deed.

၁၁-ဓမ္မကဉ္စပါသကဝတ္ထု

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

၁၆။ ကောင်းမှုပြုသော သူသည် ဤဘဝ၌လည်း ဝမ်းမြောက်ရ၏၊ နောင်ဘဝ၌လည်း ဝမ်းမြောက်ရ၏၊ ပစ္စုပ္ပန်တမလွန် နှစ်တန်သော ဘဝတို့၌ ဝမ်းမြောက်ရ၏၊ ထိုသူသည် မိမိပြုပြီးသော ကောင်းမှုကို မြင်၍ အလွန် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ရလေ၏။

16. Here he rejoices, hereafter he rejoices, in both worlds the good-doer rejoices. He rejoices, exceedingly rejoices, seeing his own pure deed.

၁၂-ဒေဝဒတ္တဝတ္ထု

၁၇။ ဣဓ တပုတိ ဝေစ္စ တပုတိ၊
ပါပကာရီ ဥဘယတ္ထ တပုတိ။
“ပါပံ မေ ကတ”န္တိ တပုတိ၊
ဘိယျော တပုတိ ဒုဂ္ဂတိံ ဂတော။

၁၇။ မကောင်းမှုပြုသော သူသည် ဤဘဝ၌လည်း ပူပန်ဆင်းရဲရ၏။ နောင်ဘဝ၌လည်း ပူပန်ဆင်းရဲရ၏။ ပစ္စုပ္ပန်တမလွန် နှစ်တန်သောဘဝတို့၌ ပူပန်ဆင်းရဲရ၏။ ငါသည် ယုတ်မာသော မကောင်းမှုကို ပြုမိချေပြီဟု နှလုံးမသာမယာ ပူပန်ဆင်းရဲရ၏။ ထိုသူသည် အပါယ်လေးပါးသို့ သွားရသည့် အခါ သာ၍ပင် ပူပန်ဆင်းရဲရ၏။

17. Here he laments, hereafter he laments, in both worlds the evil-doer laments. 'Evil have I done' - thus he laments. Still more he laments, having gone to states of woe.

၁၃-သုမနဒေဝိဝတ္ထု

၁၈။ ဣဓ နန္ဒတိ ပေစ္စ နန္ဒတိ၊
ကတပုညော ဥဘယတ္ထ နန္ဒတိ။
“ပုညံ မေ ကတ”န္တိ နန္ဒတိ၊
ဘိယျော နန္ဒတိ သုဂ္ဂတိံ ဂတော။

၁၈။ ကောင်းမှုပြုသော သူသည် ဤဘဝ၌လည်းနှစ်သက်ရ၏။ နောင်ဘဝ၌လည်း နှစ်သက်ရ၏။ ပစ္စုပ္ပန်တမလွန် နှစ်တန်သော ဘဝတို့၌နှစ်သက်ရ၏။ ငါသည်ကောင်းမြတ်သော အမှုကိုပြုရပေသည်ဟု နှစ်သက်ရ၏။ ထိုသူသည် ကောင်းသောဘဝသို့ရောက်သည့်အခါ သာ၍ပင်နှစ်သက်ရ၏။

18. Here he is glad, hereafter he is glad, in both worlds the good-doer is glad. 'Good have I done' - thus he is glad. Still more is he glad, having gone to states of bliss.

၁၄-ဒွေသဟာယကဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၉။ ဗဟုမ္ပိ စေ သံဟိတဘာသမာနော၊

န တက္ကရော ဟောတိ နရော ပမတ္ထော။

ဂေါပေါ ဂါဝေါ ဂဏယံ ပရေသံ၊

န ဘာဂဝါ သာမညဿ ဟောတိ။

၁၉။ အကျိုးကျေးဇူးများသော ပိဋကသုံးပုံကို များစွာ ပို့ချ သင်ကြား ဟောပြောငြားသော်လည်း၊ ပြုသင့် ပြုထိုက်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာတရားကို မပွားများဘဲ မေ့မေ့လျော့လျော့နေသော သူသည် မဂ်ဖိုလ်၏ အရသာကို မခံစားရဘဲ၊ (သင်ကြားပို့ချ ဟောပြောခ အရိုအသေမျှလောက်သာ ခံစားရ၏။) ဥပမာ-အခစား နွားကျောင်းသားသည် မိမိကျောင်းသမ္ပူနွားများကို မမှားရအောင် ရေတွက်ပြီးလျှင် (နွားရှင်တို့ ထံပြန်အပ်၍ နွားကျောင်းခမျှသာရလျက်) နွားနို့အရသာကို မခံစားရသကဲ့သို့တည်း။

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

၂၀။ အပ္ပမ္ပိ စေ သံဟိတဘာသမာနော၊
 ဓမ္မဿ ဟောတိ အနုဓမ္မစာရီ။
 ဓုဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ ယဟာယ မောဟံ၊
 သမ္ပပ္ပဇာနော သုဝိမုတ္တစိတ္တော။
 အနုပါဒိယာနော ဣဓ ဝါ ဟုရံ ဝါ၊
 သ ဘာဂဝါ သာမညဿ ဟောတိ။

၂၀။ အကျိုးကျေးဇူးများသော ပိဋကသုံးပုံကို ပို့ချသင်
 ကြား အဟောအပြော နည်းပါးသော်လည်း တရားတော်နှင့်
 အညီကျင့်ကြံနေထိုင်သောသူသည် ဓုဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတို့ကို
 ပယ်၍ တရားမှန်ကို သိပြီးလျှင် ကိလေသာမှ ကောင်းစွာ
 လွတ်သောစိတ်ရှိလျက်၊ ဤဘဝကိုလည်းကောင်း၊ နောင်ဘဝ
 ကိုလည်းကောင်း၊ အစွဲအလမ်းမရှိဘဲ မဂ်ဖိုလ်အရသာကိုခံစား
 ရလေ၏။

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

FIRST CHAPTER, TWIN VERSES.

၂-အပ္ပမာဒဝဂ်

မမေ့လျော့ခြင်း တရားတော်

၁-သာမာဝတိဝတ္ထု

၂၁။ အပ္ပမာဒေါ အမတပဒံ၊ ပမာဒေါ မစ္စုနော ပဒံ။
အပ္ပမတ္တာ န မိယန္တိ၊ ယေ ပမတ္တာ ယထာ မတာ။

၂၁။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့လျော့ခြင်းသည် သေခြင်း
ကင်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်းဖြစ်၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌
မေ့လျော့ခြင်းသည် ပူပန်ဆင်းရဲ အဖန်တလဲလဲ သေရခြင်း၏
အကြောင်းဖြစ်၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့လျော့သော
သူတို့သည် မသေရာနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြမည်ဖြစ်၍ မသေသော
သူများဖြစ်ကြ၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မေ့လျော့သော သူတို့
သည် အသက်ရှင်လျက် ရှိကြသော်လည်း အဖန်တလဲလဲသေကြ
ရဦးမည်ဖြစ်၍ သေသောသူနှင့် တူကုန်၏။

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.

*

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

၂၂။ ဤသို့ကောင်းမှု၌ မေ့လျော့သောသူနှင့် မမေ့မလျော့သောသူ၏ ထူးခြားချက်ကို သိကြ၍၊ ပညာရှိတို့သည် မမေ့မလျော့သော သတိတရား၌ ရှင်လန်းဝမ်းမြောက် ကုန်လျက် ဘုရားအစရှိသော သူတော်ကောင်းတို့၏ ကျက်စားရာဖြစ်သော လောကမှ လွတ်မြောက်ကြောင်းတရား၌ မေ့လျော်ကုန်၏။

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



၂၃။ တေ စျာယိနော သာတတိကာ၊ နိစ္စံ ဒဠ္ဗပရက္ကမာ။
ဗုဒ္ဓန္တိ ဓီရာ နိဗ္ဗာနံ၊ ယောဂက္ခေမံ အနုတ္တရံ။

၂၃။ ထိုပညာရှိတို့သည် အမြဲမပြတ် လုံ့လနှင့် ပြည့်စုံကြသဖြင့် ကိလေသာတို့ကို ရှို့မြှိုက်ကြ၍ အနှောင်အဖွဲ့ကင်းရာ အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြကုန်၏။

23. The ever meditative, the ever steadfastly persevering wise ones realise Nibbana, free of bonds, the highest.

၂-ကုမ္ဘဿောသကသေဠိဝတ္ထု

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

၂၄။ လုံ့လလည်းရှိ၊ သတိလည်းရှိ၊ အပြစ်ကင်းသော
အလုပ်ကိုလည်း ပြုလုပ်တတ်၊ အမှုကိစ္စဟူသမျှကို ပညာဖြင့်
ဆင်ခြင်၍ ပြုလုပ်လေ့လည်းရှိ၊ ကိုယ်-နှုတ်-စိတ် သုံးပါးကိုလည်း
စောင့်စည်းလေ့ရှိ၊ တရားသဖြင့် အသက်မွေးလေ့လည်းရှိ၍ မမေ့
မလျော့သောသူမှာ စည်းစိမ်ဥစ္စာအရာအထူး ကျေးဇူးသတင်း
ကျော်စောခြင်း အလွန်တိုးပွားလေ၏။

24. Continually increases the glory of him who is energetic, mindful, pure in deed, discriminative, self-controlled, right-living, and heedful.

၃-စူဠပန္နကဝတ္ထု

၂၅။ ဥဋ္ဌာနေန' ပုမာဒေန၊ သံယမေန ဒမေန စ။
ဒီပံ ကယိရာထ မေဓာဝီ၊ ယံ ဩဃော နာဘိကီရတိ။

၂၅။ လုံ့လရှိခြင်း၊ မမေ့မလျော့ခြင်း၊ သီလစောင့်ခြင်း၊
မျက်စိစသော ဣန္ဒြေကိုစောင့်ခြင်း၊ ဤလေးပါးတို့ဖြင့် ပညာ
ရှိသည် သံသရာတည်းဟူသော သမုဒ္ဒရာ၌ ကိလေသာရေအယဉ်
မဖျက်မဆီးနိုင်သည့် အရဟတ္တဖိုလ်တည်းဟူသော မိမိ၏မိခိုရာ
ကျွန်းကို ပြုရာ၏။

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

၄-ဗာလနက္ခတ္တသင်္ခုပ္ပတ္တိ

၂၆။ ပမာဒ မနုယုဉ္ဇန္တိ၊ ဗာလာ ဒုမ္မေဓိနော ဇနာ။
အပ္ပမာဒဉ္စ မေဓာဝီ၊ ဓနံ သေဌံ ရက္ခတိ။

၂၆။ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်နှစ်တန်သော ဘဝတို့၌ အကြောင်း
အကျိုးမသိ ပညာမရှိသော လူမိုက်တို့သည် မေ့မေ့လျော့လျော့
အချိန်ဖြုန်းကြ၏။ ပညာရှိသော သူသည်ကား မမေ့မလျော့
သော သတိတရားကို မြတ်သောဥစ္စာကဲ့သို့ စောင့်ရှောက်၏။

26. The ignorant, foolish folk indulges in heedlessness; but the wise man guards earnestness as the greatest treasure.



၂၇။ မာ ပမာဒမနုယုဉ္ဇေထ၊ မာ ကာမရတိ သန္တတံ။
အပ္ပမတ္တော ဟိ ဈာယန္တော၊ ပပေတိ ဝိပုလံ သုခံ။

၂၇။ မေ့မေ့လျော့လျော့ အချိန်မကုန်စေကြလင့်၊ ကိလေ
သာအာရုံ ကာမဂုဏ်၌ မွေ့လျော်ပျော်ပါးတတ်သော တဏှာ
နှင့် မပေါင်းမဖော်ကြလင့်၊ မမေ့မလျော့ဘဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုလေ့
ရှိသော သူသည် ကြီးကျယ်ပြန့်ပြောသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို
ရလေ၏။

27. Indulge not in wantonness, have no intimacy with sensuous delights. The earnest, meditative person obtains abundant bliss.

၅-မဟာကဿပတ္ထေရဝတ္ထု

၂၈။ ပမာဒံ အပ္ပမာဒေန၊
 ယဒါ နုဒတိ ပဏ္ဍိတော။
 ပညာပါသာဒ မာရယု၊
 အသောကော သောကိနိံ ပဇိ။
 ပဗ္ဗတဋ္ဌောဝ ဘူမဋ္ဌေ၊
 ဓီရော ဗာလေ အဝေက္ခတိ။

၂၈။ ပညာရှိသည် မမေ့မလျော့သောသတိဖြင့် မေ့လျော့ခြင်းကို ပယ်ဖျောက်၍၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြကင်းစွာ၊ ပညာတည်းဟူသော ပြာသာဒ်ပေါ်သို့တက်ကာ၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ ရှိကြသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့ကို ရှုကြည့်လေ၏။ တောင်ထိပ်ပေါ်၌ရှိသောသူသည် မြေပြင်၌ရှိသော သူတို့ကိုရှုကြည့်သကဲ့သို့၊ မမေ့မလျော့သော ပညာရှိသည် မေ့လျော့သော သူမိုက်တို့ကို ရှုကြည့်လေ၏။

28. When the sagacious one casts away wantonness by sanity, this sorrowless wise one 'ascends' the palace of wisdom and beholds the ignorant sorrowing folk as a mountaineer, the groundlings.

၆-ဒွေသဟာယကဘိက္ခုဝတ္ထု

၂၉။ အပ္ပမတ္တော ပမတ္တေသု၊
 သုတ္တေသု ဗဟုဇာဂရော။
 အဗလသံဝ သီသယော၊
 ဟိတှာ ယာတိ သုမေဓသော။

၂၉။ မေ့လျော့ကုန်သော သူတို့တွင် မမေ့မလျော့သော၊
 အိပ်ပျော်သောသူတို့တွင် များစွာ နိုးကြားတတ်သော သူတော်
 ကောင်း ပညာရှိသည် ခွန်အားကြီး၍ လျင်မြန်သော မြင်း
 ကောင်းသည် အားမရှိသော မြင်းပိန်ကိုနောက်၌ ချန်ထားခဲ့၍
 ရှေ့သို့တက်သွားသကဲ့သို့ မေ့လျော့သောသူကို သံသရာအဝှန်း၌
 စွန့်ထားခဲ့၍ နိဗ္ဗာန်သို့သွားလေ၏။

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

၇-မဿဝတ္ထု

၃၀။ အပ္ပမာဒေန မဿဝါ၊ ဒေဝါနံ သေဋ္ဌတံ ဂတော။
 အပ္ပမာဒံ ပသံသန္တိ၊ ပမာဒေါ ဂရဟိတော သဒါ။

၃၀။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့မလျော့ခြင်းကြောင့် သိကြားမင်းသည် နတ်တကာတို့ထက် မြတ်သော အကြီးအမှူးအဖြစ်သို့ ရောက်၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့မလျော့သော သတိတရားကို ပညာရှိတို့ ချီးမွမ်းကုန်၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မေ့လျော့ခြင်းကို ပညာရှိတို့ အမြဲကဲ့ရဲ့ကုန်၏။

30. By earnestness Sakka became the chief of the Devas. Earnestness is ever praised; wantonness is ever despised.

ဂ-အညတရဘိက္ခုဝတ္ထု

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

၃၁။ မီးသည် ကြီးငယ်မရွှောင် လောင်စာဟူသမျှကိုလောင်၍ သွားသကဲ့သို့၊ မမေ့မလျော့ခြင်း၌ မေ့လျော်၍ မေ့လျော့ခြင်း၏ အပြစ်ကိုမြင်သောရဟန်းသည် နည်းများမဟူ သံယောဇနံအနှောင်အဖွဲ့ ဟူသမျှကို အရိယာမဂ်တည်းဟူသော မီးဖြင့် ရှို့လျက် နိဗ္ဗာန်သို့သွားလေ၏။

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

၉-နိဂမဝါသိတိဿတ္ထေရဝတ္ထု

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

၃၂။ မမေ့မလျော့ခြင်း၌ မေ့လျော်၍ မေ့လျော့ခြင်း၏
အပြစ်ကိုမြင်သောရဟန်းသည် မဂ်ဖိုလ်တရားတို့မှ မဆုတ်ယုတ်ဘဲ၊
နိဗ္ဗာန်နှင့်သာ နီးကပ်လျက်ရှိ၏။

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

SECOND CHAPTER, HEEDFULNESS.



၃-စိတ္တဝင်္ဂ

စိတ်တရားဘော်

၁-မေဿိယတ္ထေရဝတ္ထု

၃၃။ ဖန္ဒနံ စပလံ စိတ္တံ၊ ဒုရက္ခံ ဒုန္နိဂါရယံ။
ဥဇ္ဇံ ကရေတိ မေဓာဝီ၊ ဥသုကာရေဝ တေဇနံ။

၃၃။ ကာမဂုဏ် အာရုံ၌ တုန်လှုပ်တတ်သော၊ အာရုံတခု
တည်း၌ မတည်မတံ့နိုင်သဖြင့် လျှပ်ပေါ့သော၊ ကာမဂုဏ်
အာရုံသို့ မသွားအောင် စောင့်စည်းနိုင်ခဲ့၊ တားဆီးနိုင်ခဲ့သော
စိတ်ကို၊ ‘လေးသမားသည် မြားကောက်ကိုတဖြေးဖြေး ဖြောင့်
သကဲ့သို့’ ပညာရှိသည် သမထ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် တဖြေးဖြေး
ဖြောင့်လေ၏။

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

*

၃၄။ ဝါရိဇောဝ ထလေ ခိတ္တော၊
ဩကမောကတဥဗ္ဘတော။
ပရိဖန္ဒတိဒံ စိတ္တံ၊
မာရဓေယျံ ပဟာတဝေ။

၃၄။ ငါးသည် ရေမှဆယ်ယူ၍ ကုန်းပေါ်သို့ ပစ်တင်
လိုက်သည့်အခါ လူးလွန်လျက် တဆွေ ဆွေ ခုန်သကဲ့သို့၊ ကာမ
ဂုဏ်၌ ပျော်ပါးကျက်စားနေကျဖြစ်သော စိတ်သည် ကိလေသာ
ကင်းရန် ကာမဂုဏ်တည်းဟူသော ရေမှထုတ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝ
နာတည်းဟူသော ကုန်းပေါ်သို့ တင်လိုက်သည့်အခါ တုန်တုန်
လှုပ်လှုပ် ဖြစ်လေ၏။

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

၂-အညတရဘိက္ခု ဝတ္ထု

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

၃၅။ နှိမ်နင်းရန်လည်း ခဲယဉ်း၊ အဖြစ်အပျက်လည်း အလွန်
မြန်၊ မျိုးနွယ်နှိမ်မြင့် သင့်မသင့်ကို ချင့်တုက်မရှိ တွေ့မိတွေ့ရာ
ကာမဂုဏ်၌လည်း ကျရောက်လေ့ရှိသောစိတ်ကိုဆုံးမ ခြင်းသည်
အလွန် ကောင်းမြတ်၏၊ ဆုံးမ၍ ယဉ်ကျေးသော စိတ်သည်
ချမ်းသာကို ဆောင်တတ်၏။

35. The mind is hard to check, swift, flits wherever it list, - the control thereof is good; a controlled mind is conducive to happiness.

၃-အညတရဉ္စက္ကဏ္ဍိတံ အိက္ခယဝတ္ထု

၃၆။ သုဒ္ဓဒ္ဓသံ သုနိပုဏ်၊ ယတ္ထကမ နိပါတိနံ။
စိတ္တံ ရက္ခေထ မေဓာဝီ၊ စိတ္တံ ဂုတ္တံ သုခါဝဟံ။

၃၆။ မြင်နိုင်ရန် အလွန်ခဲယဉ်း အလွန်သိမ်မွေ့၍ မျိုးနွယ်
နိမ့်မြင့် သင့်မသင့်ကို ချင့်တုတ်မရှိ တွေ့မိတွေ့ရာ ကာမဂုဏ်၌
ကျရောက်လေ့ရှိသော စိတ်ကို ပညာရှိသည် စောင့်ရှောက်ရာ၏။
လုံခြုံစွာ စောင့်ရှောက်အပ်သောစိတ်သည် ချမ်းသာကို ဆောင်
တတ်၏။

36. The mind is very hard to perceive, extremely subtle, flits wherever it list. Let the wise man guard it; a guarded mind is conducive to happiness.

၄-သံဃရက္ခိတဘာဂိနေယျတ္ထေရဝတ္ထု

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

၃၇။ စိတ်သည် အဝေး၌ရှိသော အာရုံသို့လည်းသွားတတ်၏။ တခုပြီးတခုဖြစ်တတ်၏။ အကောင်အထည် ဟူ၍လည်းမရှိ၊ ဟဒယဝတ္ထု— နှလုံးတည်းဟူသော လိုဏ်ဥမင်ကို မှီ၍ဖြစ်ပေါ်၏။ ဤစိတ်ကို လုံခြုံစွာစောင့်ရှောက်ကုန်သော သူတို့သည်မာရ်မင်း၏ အနှောင်အဖွဲ့ တည်းဟူလော ဆင်းရဲမှလွတ်မြောက်ကုန်၏။

37. Going far, wandering alone, bodiless, lying in a cave, is the mind. Those who subdue it are freed from the bonds of Mara.

၅-စိတ္တဟတ္ထတ္ထေရဝတ္ထု

၃၈။ အနုဝဋ္ဌိတစိတ္တဿ၊ သဒ္ဓမ္မံ အဝိဇာနတော။
ပရိပ္ပလ္လဝပသာဒဿ၊ ပညာ န ပရိပ္ပရတိ။

၃၈။ တည်တံ့သော စိတ်လည်းမရှိ၊ သူတော်ကောင်းတရားကိုလည်းမသိ၊ ယုံကြည်ခြင်း တည်းဟူသော သဒ္ဓါတရားလည်း မခိုင်မာသောသူမှာ လောကီ လောကုတ္တရာပညာမပြည့်စုံလေ။

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

၃၉။ အနဝဿုတ စိတ္တဿ၊ အနန္ဒာဟတစေတသော။
ပုညပါပပဟိနဿ၊ နတ္ထိ ဇာဂရတော ဘယံ။

၃၉။ ဘုရားဖြင့် မစွတ်သော စိတ်လည်းရှိ၊ ဒေါသဖြင့် မထိ
ပါးသော စိတ်လည်းရှိ၊ ကောင်းမှု မကောင်းမှုကို ပယ်ပြီး၍
မောဟ တည်းဟူသော အိပ်ပျော်ခြင်းမှလည်း နိုးသောသူမှာ
ကြောက်စရာဘေးမရှိ။

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

၆-ပဉ္စသတဘိက္ခုဝတ္ထု

၄၀။ ကုမ္ဘုပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတု၊
နဂဇ္ဈပမံ စိတ္တမိဒံ ဌပေတု။
ယောဓေထ မာရံ ပညာဝုဓေန၊
ဇိတဉ္စ ရက္ခေ အနိဝေသနော သိယာ။

၄၀။ ဤခန္ဓာကိုယ်သည် အိုးနှင့်တူစွာ ကြာကြာမတည်
ပျက်စီးတတ်သည်ဟု သိ၍၊ မိမိ၏စိတ်ကို၊ ရန်သူမဝင်နိုင်အောင်
လုံခြုံစွာ ကာကွယ် စောင့်ရှောက်သော မြို့နှင့် ပမာပြု၍

၂၈ ဓမ္မပဒပါဠိတော် မြန်မာနှင့် အင်္ဂလိပ်

စောင့်ရှောက်ပြီးလျှင်၊ ပညာ တည်းဟူသော လက်နက်ဖြင့်
ကိလေသာမာရ် ရန်သူအပေါင်းကို စစ်ထိုးရ၏။ အောင်မြင်
၍ရပြီးသော ဉာဏ်ကိုလည်း မပျက်အောင် စောင့်ရှောက်ရ၏။
ရပြီးသောချမ်းသာကိုမူ သာယာကပ်ငြိ၍ မနေရ။

40. Realising that this body is (as fragile)
as a jar. Establishing this mind (as firm) as
a (fortified) city. He should attack Mara
with the weapon of wisdom. He should guard
his conquest, and be without attachment,

၇-ပူတိဂတ္တတိဿတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁။ အစိရံဝတ' ယံကာယော၊ ပထဝီ'အဓိသေဿတိ။
ဆုဒ္ဓေါ အပေတဝိညာဏော၊ နိရတ္တံ ကလိင်္ဂရံ။

၄၁။ ဤခန္ဓာကိုယ်သည် မကြာမြင့်မီ ဝိညာဉ်ကင်း၍စွန့်ပစ်
ရမည့် အခြေသို့ ရောက်ပြီးလျှင် အသုံးမကျသော ထင်းတုံး
ကဲ့သို့ မြေ၌ တုံးလုံးအိပ်ရလတ္တံ့။

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

၈-နန္ဒဂေါပါလကဝတ္ထု

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

၄၂။ ခိုးသူတယောက်သည်မိမိကိုပြစ်မှားလွန်ကျူးဘူးသော
 ခိုးသူတယောက်ကို မြင်သည်ရှိသော်၊ သို့မဟုတ် ရန်သူတယောက်
 သည် ရန်ဘက်တဦးကို မြင်သည်ရှိသော် အကျိုးမဲ့ ဖျက်ဆီးခြင်း
 ကိုပြုရာ၏။ (သို့ရာတွင် ဤတဘဝတွင်သာ ပြုနိုင်၏)။ ယုတ်မာ
 သဖြင့် ရန်ငြိုးထားသော စိတ်သည်ကား (ခုဘဝ နောင်ဘဝ
 တို့၌ အကျိုးပေးတတ်သဖြင့်) သာ၍ပင် အကျိုးမဲ့ ဖျက်ဆီး
 ခြင်းကိုပြုနိုင်၏။

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

၉-သောရေယျဝတ္ထု

၄၃။ န တံ မာတာ ပိတာ ကယိရာ၊
 အညေဝါပိ စ ဉာတကာ။
 သမ္မာ ပဏိဟိတံ စိတ္တံ၊
 သေယျသော နံ တတော ကရေ။

၄၃။ နတ်ချမ်းသာ စွာန်သမာပတ်ချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မိခင်သည်လည်း မပေးနိုင်၊ ဘခင်သည်လည်းမပေးနိုင်၊ ဆွေမျိုးတို့သည်လည်းမပေးနိုင်၊ ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက် ဆောက်တည်အပ်သော စိတ်သည်သာလျှင် မိဘဆွေမျိုးထက် ပိုလွန်၍ လူ-နတ်-နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သောချမ်းသာကိုပေးနိုင်၏။

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

THIRD CHAPTER, MIND.



၄-ပုပ္ဖဝဂ်

ပန်းတရားတော်

၁-ပဉ္စသတဘိက္ခုဝတ္ထု

၄၄။ ကော ဣမံ ပထဝီံ ဝိစေဿတိ၊
ယမလောကဉ္စ ဣမံ သဒေဝကံ။
ကော ဓမ္မပဒံ သုဒေသိတံ၊
ကုဿလော ပုပ္ဖမိဝ ပစေဿတိ။

၄၄။ အဘယ်သူသည် ဤခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော မြေကြီးကို မိမိဉာဏ်ဖြင့် ဝေဘန်စိစစ်နိုင်မည်နည်း၊ အပါယ်ဘုံကို၎င်း၊ နတ်ဘုံ၊ ဗြဟ္မာဘုံနှင့် တကွသော ဤလူ့ဘုံကို၎င်း အဘယ်သူသည်၊ ဝေဘန် သိနိုင်မည်နည်း၊ လိမ်မာသောပန်းသည်သည် ကောင်း၊ မကောင်းသောပန်းကို ရွေးချယ်စိစစ်နိုင်သကဲ့သို့၊ ကောင်းစွာ ဟောအပ်သောတရားအစုကို အဘယ်သူသည် မိမိဉာဏ်ဖြင့် ရွေးချယ်စိစစ်မည်နည်း။

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

*

၄၅။ သေခေါ် ပထဝီ ပိစေထတိ၊
 ယမလောကဉ္စ ဣမံ သဒေဝကံ။
 သေခေါ် ဓမ္မပဒံ သုဒေသိတံ၊
 ကုသလော ပုပ္ဖမိဝ ပစေထတိ။

၄၅။ သေကွပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤခန္ဓာ ကိုယ်တည်းဟူသော
 မြေကြီးကို မိမိဉာဏ်ဖြင့် ဝေဘန်စိစစ်နိုင်လတ္တံ့၊ အပါယ်ဘုံကို
 ၎င်း၊ နတ်ဘုံ၊ ဗြဟ္မာဘုံနှင့်တကွသော ဤလူ့ဘုံကို၎င်း သေကွ
 ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဝေဘန် သိနိုင်လတ္တံ့၊ လိမ်မာသောပန်းသည်သည်
 ကောင်း၊ မကောင်းသော ပန်းကိုရှေးချယ် စိစစ်နိုင်သကဲ့သို့
 ကောင်းစွာ ဟောအပ်သော တရားအစုကို သေကွပုဂ္ဂိုလ်သည်
 ရှေးချယ်စိစစ်နိုင်လတ္တံ့။

45. A Sekha Saint shall conquer this earth, and the realm of Yama, and this world together with the Devas. A Sekha Saint shall investigate the well-taught Path of Virtue even as an expert (garland-maker) would pluck flowers.

၂-မရီစိကမ္မဋ္ဌာနိကဘိက္ခုဝတ္ထု

၄၆။ ဖေဏူပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတွာ၊
 မရီစိဓမ္မံ အဘိသမ္ပုဓာနော။
 ဆေတွာန မာရဿ ပပ္ပုပ္ဖကနီ၊
 အဒဿနံ မစ္စုရာဇဿ ဂစ္ဆေ။

၄၆။ ဤခန္ဓာကိုယ်သည် ရေမြုပ်ပမာ ကာလမရှည် ပျက်
တတ်သည် ဟူ၍၎င်း၊ တံလျှပ်မျိုး အကျိုးမဖြစ် အနှစ်မရ အတူ
မျှသာဖြစ်သည် ဟူ၍၎င်း၊ ကောင်းစွာသိသော သူသည်မာရ်
မင်း၏ ပန်းပွင့်နှင့်တူကုန်သော သံသရာဝဋ်တို့ကို အရာဟတ္ထမဂ်
ဉာဏ် သန်လျက်ဖြင့်ဖြတ်၍၊ သေမင်း၏မမြင်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်
ရာ၏။

46. Knowing that this body is like unto
foam, and comprehending its mirage-nature,
shafts of sensual passions (Mara), and pass
beyond the ken of the king of death.

၃-ဝိဒုဒျူဘဝတ္ထု

၄၇။ ပုပ္ဖုနိ ဟေဝ ပစိနန္တံ၊ ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။
သုတ္တံ ဂါမံ မဟောသောဝ၊မစ္စု အာဒါယ ဂစ္ဆတိ။

၄၇။ ဝန်းဥယျာဉ်သို့ဝင်၍ ကောင်းနိုးရာရာ ပန်းများကို
ရှေးချယ်သော သူကဲ့သို့၊ ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာ
တည်းဟူသော ပန်းတို့ကိုရှေးချယ်လျက်၊ ၎င်းကာမဂုဏ်ချမ်းသာ
တို့ကို အလွန်စွဲလမ်းကာ မေ့လျော့နေသော လူအပေါင်းကို၊
“ကြီးစွာသော ခေအယဉ်သည် ရွာသူရွာသားတို့ အိပ်ပျော်နေ
သော ရွာကိုလွမ်းမိုးတိုက်ယူ သွားသကဲ့သို့” သေမင်းသည်
သိမ်းယူသွားလေ၏။

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

၄-ပတိပူဇိကကုမာရီဝတ္ထု

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

၄၈။ ပန်းဥယျာဉ်သို့ ဝင်၍ ကောင်းနိုးရာရာ ပန်းများကို ရွေးချယ်သော သူကဲ့သို့၊ ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတို့ကို ရွေးချယ်လျက်၊ မရသေးသော ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတို့ကို တောင့်တ၊ ရပြီးသော ကာမဂုဏ် ချမ်းသာတို့ကို အလွန် တွယ်တာသော လူအပေါင်းသည် ကာမဂုဏ်ချမ်းတို့၌ အလိုဆန္ဒ မပြည့်ဝမိပင်လျှင် သေမင်းခေါ်ရာသို့ လိုက်ရလေ၏။

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.

၅-မစ္ဆရိယသေဋ္ဌိဝတ္ထု

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

၄၉။ ပျားပိတုန်းသည် ပန်းပွင့်ကို၎င်း၊ အဆင်းအနံ့ကို၎င်း၊ မပျက်စီးစေဘဲ ပန်းဝတ်ရည်ကိုသာ စုတ်ယူ၍ပျံ့သွားလေသကဲ့သို့၊ ရဟန်းသည်မြို့ရွာ၌ လူတို့၏သဒ္ဓါတရားတည်းဟူသောပန်း၊ ဥစ္စာတည်းဟူသော အဆင်း အနံ့ကို မထိခိုက်မပျက်စီးစေဘဲ ပစ္စည်းလေးပါးတည်းဟူသော အရသာကိုသာ ခံယူ၍ကျင့်ရာ၏။

49. As a bee, without harming the flower, its colour or scent, flies away, collecting only the honey, even so should the sage wander in the village.

၆-ပါဝေယျအာဇီဝကဝတ္ထု

၅၀။ န ပရေသံ ဝိသောမာနိ၊ န ပရေသံ ကတာကာတံ။
အတ္တနောဝ အဝေက္ခေယျ၊ ကတာနိ အကတာနိ စ။

၅၁။ သူတပါးတို့၏ ကြမ်းထမ်းဝန်တို့ မလိုသောစကားတို့ကို နှလုံးမသွင်းအပ်၊ သူတပါး၏ ကောင်းသော အမှု၊ မကောင်းသောအမှုပြု မပြုကိုမကြည့်ရှုမဆင်ခြင်ရာ၊ မိမိ၏ကောင်းသောအမှု၊ မကောင်းသောအမှု ပြုမပြုကိုသာလျှင် ကြည့်ရှုဆင်ခြင်ရာ၏။

50. He should not regard the faults of others, things done and left undone by others, but his own deeds done and undone.

၇-ဆတ္တပါဏိ ဥပါသကဝတ္ထု

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

၅၁။ လှပတင့်တယ်၍ အဆင်းသာရှိလျက်၊ အနံ့မရှိသော
 ပန်းသည် အနံ့မကြိုင် မလှိုင်သကဲ့သို့၊ ကောင်းစွာဟောတော်
 မူအပ်သည့် ပိဋကသုံးပုံတည်းဟူသော ဘုရားစကားတော်သည်
 ရှိသေစွာနာခြင်း သင်ယူခြင်း ကျင့်ခြင်း မရှိသော သူအတွက်
 အကျိုးမရှိ။

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

*

၅၂။ ယထာပိ ရုစိရံ ပုပ္ဖံ၊
 ဝဏ္ဏဝန္တံ သဂန္ဓကံ။
 ဧဝံသုဘာသိတာ ဝါစာ၊
 သဖလာ ဟောတိ ကုဗ္ဗတော။

၅၂။ လှပတင့်တယ်၍ အဆင်းလည်းရှိ၊ အနံ့လည်းရှိသော
ပန်းသည် အနံ့ကြိုင်၍ လှိုင်သကဲ့သို့၊ ကောင်းစွာ ဟောတော်
မူအပ်သည့် ပိဋကသုံးပုံတည်းဟူသော ဘုရားစကားတော်သည်
ရှိသေစွာနာခြင်း သင်ယူခြင်း ကျင့်ခြင်းရှိသော သူအတွက်
အကျိုးများစွာရှိ၏။

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

ဂ-ဝိသာခါဝတ္ထု

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

၅၃။ လိမ္မာသော ပန်းသည်သည် အထူးထူး အပြားပြား
များစွာသော ပန်းပွင့်အပေါင်းမှ ပန်းကုံးများစွာတို့ကို ပြုရာ
သကဲ့သို့၊ (လိမ္မာသော) သူသည် ဥစ္စာတည်းဟူသောပန်း၊ သဒ္ဓါ
တရားတည်းဟူသော ပန်းအစုမှ ကျောင်း၊ သင်္ကန်း၊ ဆွမ်း၊
ဆေးစသော များစွာသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု တည်းဟူသော
ပန်းကုံးတို့ကိုပြုရာ၏။

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.

၉-အာနန္ဒတ္ထေရပဉ္စာဝတ္ထု

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

၅၄။ စန္ဒကူးပန်း၊ တောင်ဇလပ်ပန်း၊ ကြက်ရုံးပန်းစသော
 ပန်းတို့၏အနံ့သည် လေထက် လေညာသို့ မပျံ့မလှိုင်၊ သူတော်
 ကောင်းတို့၏ သီလတည်းဟူသော ဂုဏ်သတင်း အနံ့သည် လေ
 ညာသို့ပင် ပျံ့နှံ့ကြိုင်လှိုင်၏။ သူတော်ကောင်းတို့၏ သတင်းသည်
 အရပ်လေးမျက်နှာသို့ ပျံ့နှံ့ကြိုင်လှိုင်၏။

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

✱

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

၅၅။ စန္ဒကူးပန်း၊ တောင်ဇလပ်ပန်း၊ ကြာပန်း၊ မြတ်လေး
 ပန်းစသော ပန်းနံ့သာတို့ထက် သီလတည်းဟူသော အနံ့သည်
 အတုမရှိ ထူးကဲလွန်မြတ်၏။

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

၁၀-မဟာကသပတ္တေရဝတ္ထု

၅၆။ အပ္ပမတ္တော အယံ ဂန္ဓော၊ ယာယံ တဂရစန္ဒနီ။
ယောစ သီလဝတံ ဂန္ဓော၊ ဝါတံ ဒေဝေသုဥတ္တမော။

၅၆။ တောင်လုပ်ပန်း၊ စန္ဒကူးပန်း တို့၏ အနံ့သည်
အနည်းငယ်မျှသာဖြစ်၏။ သီလရှိသော သူတို့၏ သတင်းအနံ့
သည် ထူးကဲလွန်မြတ်သည်ဖြစ်၍ နတ်ပြည်၊ ဗြဟ္မာ့ပြည်တို့၌လည်း
ပျံ့နှံ့ကြိုင်လှိုင်၏။

56. Of little account is the fragrance of Tagara or sandal-wood. The fragrance of the virtuous that blows even amongst the Devas is excellent.

၁၁-ဂေါဓိကတ္တေရဝတ္ထု

၅၇။ တေသံ သမ္ပန္နသီလာနံ၊ အပ္ပမာဒဝိဟာရိနံ။
သမ္ပဒညာ ဝိမုတ္တာနံ၊ မာရော မဂ္ဂံ နဝိန္ဒတိ။

၅၇။ သီလနှင့်ပြည့်စုံ၍ မမေ့မလျော့နေလေ့ရှိသဖြင့် တရား
မှန်ကို ကောင်းစွာသိ၍ ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်ကုန်သော
သူတော်ကောင်းတို့၏ သွားရာလမ်းခရီးကို မာရ်နတ်သည်မသိ၊
ရှာ၍မရ။

57. Mara finds not the path of those who are full of virtue, heedful in living, and, by right knowledge, freed.

၁၂-ဂရဟဒိန္နဝတ္ထု

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

၅၈။ ခရီးလမ်းမတွင် စွန့်ပစ်ထားသော အမှိုက်ပုံ၌ အနံ့၊
မွှေးကြိုင်၍ နှစ်သက်ဘွယ်ရှိသော ကြာပန်းသည် တင့်တယ်စွာ
ပေါက်ရာသကဲ့သို့။

၅၉။ ဧဝံ သင်္ကာရဘူတေသု၊ အန္ဓဘူတေ ပုထုဇ္ဇနေ။
အတိရောစတိ ပညာယ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓသာဝကော။

၅၉။ ထို့အတူ အမှိုက်ပုံသဖွယ် ဖြစ်ကုန်သော သူတို့၏
အလယ်၌နေသည့် ဘုရားတပည့်ဖြစ်သော သူသည် ပညာ
မျက်စိမရှိသဖြင့် အကန်းသဖွယ်ဖြစ်ကုန်သော လူသာမန်တို့ကို
သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာဖြင့်လွှမ်းမိုး၍ တင့်တယ်၏။

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

FOURTH CHAPTER, FLOWERS.

၅-ဗာလဝဂ်

၁-အညတရပုရိသဝတ္ထု

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

၆၀။ နိုးကြား (အိပ်မပျော်) သော သူအတွက် ညတာ
သည်ရှည်၏။ ခရီးပန်းသော သူအတွက် ယူဇနာခရီးသည်ရှည်
၏။ သူတော်ကောင်းတရားကို မသိကုန်သော လူမိုက်တို့အတွက်
သံသရာသည်ရှည်၏။

60. Long is the night to the wakeful,
long is the road to him who is weary, long
is Sansara to the foolish who know not the
Sublime Truth.

၂-မဟာကဿပသဒ္ဓိဝိဟာရိကဝတ္ထု

၆၁။ စရဉ္စေ နာဓိဂစ္ဆေယျ၊ သေယျံ သဒိသတ္တနော။
ကေစရိယံ ဒဠ္ဋံ ကယိရာ၊ နတ္ထိ ဗာလေ သဟာယတာ။

၆၁။ သူတော်ကောင်း တရားကျင့်ရန် မိတ်ဆွေကောင်းကို
ရှာသောသူသည် မိမိထက်သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သာလွန်
သောသူကို၎င်း၊ မိမိနှင့်ဂုဏ်ရည်တူ ဖြစ်သောသူကို၎င်း၊ မရနိုင်
ခဲ့မှု တယောက်တည်းသာ ကောင်းစွာကျင့်ရာ၏။ သူမိုက်နှင့်
မပေါင်းဖော်ရာ။

61. If a seeker should not find a companion who is his better or equal, he should resolutely pursue a solitary course. There is no fellowship with the foolish.

၃-အာနန္ဒသေဋ္ဌိဝတ္ထု

၆၂။ ပုတ္တာ မ'တ္ထိ ခနံ မ'တ္ထိ၊
ဣတိ ဗာလော ဝိဟညတိ။
အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နတ္ထိ၊
ကုတော ပုတ္တာ ကုတော ခနံ။

၆၂။ ငါ့မှာ သားသွီးတွေရှိ၏၊ ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ ရှိ၏ဟု
(သားသွီး ပစ္စည်း ဥစ္စာတို့ကို တွယ်တာ၍ မမြဲခြင်း သဘော
တရားကို သတိမထားသော) သူမိုက်သည် စိုးရိမ်ပူပန်ရ၏၊
(ထိုသို့ပင် စိုးရိမ်ပူပန်သော်လည်း အိုခြင်း နာခြင်း နှိပ်စက်၍
သေရမည့်အခါ) မိမိပင်သော်လည်း မိမိအတွက် အားထားရာ
မဖြစ်နိုင်၊ သားသွီး ပစ္စည်းဥစ္စာတို့သည် အဘယ်မှာ အားထား
မှီခိုရာ ဖြစ်နိုင်ကုန်အံ့နည်း။

62. "Sons have I, wealth have I,"—
Thus is the fool worried.
Verily, he himself is not his own
Whence sons? Whence wealth?

၄-ဂဏ္ဍိဘေဒကစောရဝတ္ထု

၆၃။ ယော ဗာလော မညတိ ဗာလျံ၊
 ပဏ္ဍိတောဝါပိ တေန သော။
 ဗာလောစ ပဏ္ဍိတမာနီ၊
 သ ဝေ“ဗာလော”တိ ဝုစ္စတိ။

၆၃။ လူမိုက်ပင် ဖြစ်သော်လည်း မိမိမိုက်ကြောင်းသိသော
 သူသည် ဤကဲ့သို့ အမှန်သိတတ်သဖြင့် ပညာရှိမည်၏။ လူမိုက်
 ဖြစ်လျက် မိမိကိုယ်ကို ပညာရှိဟု မှတ်ထင်သောသူကို မိမိမိုက်
 ကြောင်းကိုမျှမသိတတ်သဖြင့်တကယ်ပညာမဲ့ လူမိုက်ဟုခေါ်၏။

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.

၅-ဥဒါယိတ္ထေရဝတ္ထု

၆၄။ ယာဝဇီဝမ္ပိ စေ ဗာလော၊ ပဏ္ဍိတံ ပယိမ္မပါသတိ။
 န သော ဓမ္မံ ဝိဇာနာတိ၊ ဒဗ္ဗိ သူပရသံ ယထာ။

၆၄။ ဟင်းမွေသော ယောင်းမသည် ကာလကြာမြင့်စွာ
 ဟင်းကိုမွေသော်လည်း အပေါ့အငံ အဖန် အခါးစသောဟင်း၏
 အရသာကို မသိသကဲ့သို့၊ သူမိုက်သည် အသက်ရှည်သမျှ ကာလ
 ပတ်လုံး ပညာရှိနှင့် အတူနေ၍ ဆည်းကပ်ငြားသော်လည်း
 သူတော်ကောင်းဘုရားကို မသိလေ။

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

၆-တိသပါဝေယျကဘိက္ခုဝတ္ထု

၆၅။ မဟုတ္တမပိ စေ ဝိည၊ ပဏ္ဍိတံ ပယိရူပါသတိ။
ခိပ္ပံ ဓမ္မံ ဝိဇာနာတိ၊ ဇိဝ္ဗါသုပရသံ ယထာ။

၆၅။ လျှာသည် ချိုချဉ်ခါးဖန် အင်အပေါ့ စသော ဟင်း၏ အရသာကို လျင်မြန်စွာ သိသကဲ့သို့၊ အလိမ်မာဉာဏ် ရှိသော သူသည် တဏှမျှပင် ပညာရှိကို ဆည်းကပ်ရမှု လျင်မြန်စွာ သူတော်ကောင်းတရားကို သိလေ၏။

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

၇-သုပ္ပဗုဒ္ဓကုဋ္ဌိဝတ္ထု

၆၆။ စရန္တိ ဗာလာ ဒုဗ္ဗေဓာ၊ အမိတ္တေနော အတ္တနာ။
ကရောန္တာပါပကံ ကမ္ပံ၊ ယံ ဟောတိ ကဋျကပ္ပလံ။

၆၆။ ပစ္စုပ္ပန်တမလွန် နှစ်တန်သောဘဝတို့၌ ကျိုးကြောင်း
မမြင် အဆင်ခြင်ဉာဏ်ပညာ မရှိကြသော လူမိုက်တို့သည် မိမိ
ကိုယ်ကို မိမိ၏ ရန်သူကဲ့သို့ ပြုလုပ်ကာ မခံမရပ်နိုင်အောင် ထက်
မြက်သည့် အကျိုးကိုပေးတတ်သော မကောင်းမှုကို ပြုလျက်
လှည့်လည် နေထိုင်ကြ၏။

66. The fools of little wit move about with the very self as their own foe, doing evil deeds the fruit where-of is bitter.

ဂ-ကဿကဥပါသကဝတ္ထု

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

၆၇။ အမှုတခုခုကို ပြုလုပ်သည့်အတွက် နောင်တ တဖန်
ပူပန်ရတတ်၊ မျက်ရည်စက်လက် ငိုကြွေးလျက် ဆင်းရဲခံရတတ်
လျှင်၊ ထိုအမှုသည်မကောင်း။

67. That deed is not well done which, being done, one afterwards repents, and the fruit whereof one reaps weeping, with tearful face.

၉-သုမနမာလာကာရဝတ္ထု

၆၈။ တဉ္စ ကမ္မံ ကတံ သာဓုယံကတွာ နာနုတပ္ပတိ။
ယဿ ပတိတော သုမနော၊ ဝိပါကံ ပဋိသေဝတိ။

၆၈။ အမှုတခုခုကို ပြုလုပ်သည့်အတွက် နောင်တ တဖန်
ပူပန်ခြင်းမဖြစ်ရဘဲ၊ နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်စွာ ကောင်းကျိုး
ချမ်းသာကို ခံစားရလျှင် ထိုအမှုသည်ကောင်း၏။

68. That deed is well done which, being done, one afterwards repents not, and the fruit whereof one reaps with joy and pleasure.

၁၀-ဥပ္ပလဝဏ္ဏတ္ထရီဝတ္ထု

၆၉။ မဇုံဝါ မညတိ ဗာလော၊ ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။
ယဒါစ ပစ္စတိ ပါပံ၊ အထ ဒုက္ခံ နိဂစ္ဆတိ။

၆၉။ သူမိုက်သည် မိမိပြုသော မကောင်းမှု အကျိုးမပေး
သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး မကောင်းမှုကို နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်
စွာ ပျားသကားကဲ့သို့ မှတ်ထင်၏။ သူ၏မကောင်းမှု အကျိုး
ပေးသောအခါ ထိုသူမိုက်သည် ဆင်းရဲဒုက္ခသို့ ရောက်လေ၏။

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

၁၁-ဇမ္ဗူကတ္ထေရဝတ္ထု

၇၀။ မာသေ မာသေ ကုသဂ္ဂေန၊
ဗာလော ဘုဉ္ဇေယျ ဘောဇနံ။
န သော သင်္ခါတဓမ္မာနံ၊
ကလံ အဂ္ဂတိ သောဌသိ။

၇၀။ လူမိုက်သည် ခြိုးခြံသော အကျင့်ကိုကျင့်အံ့ဟု လ-
တိုင်း လတိုင်း သမန်းမြက်ဖျားဖြင့်သာလျှင်အစာကို ခြိုးခြံ၍စား
၏။ ဤကဲ့သို့ခြိုးခြံသော အကျင့်ကို အနှစ်တရာပတ်လုံး ကျင့်သော်
လည်း၊ ထိုသူမိုက်သည် သူတော်ကောင်းတရားကို ပိုင်းခြား၍
သိကုန်သောသူတို့၏တဆဲ ခြောက်စိတ် တစိတ်ကိုမျှ မမှီနိုင်လေ။

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.

၁၂-အဟိပေတဝတ္ထု

၇၁။ န ဟိ ပါပံ ကတံ ကမ္မံ၊ သဇ္ဇုခီရံဝ မုစ္ဆတိ။

ဥဟန္တံ ဗာလမန္ဓေတိ၊ ဘသ္မစ္ဆန္ဓောဝ ပါဝကော။

၇၁။ ညစ်ပြီးစဖြစ်သော နို့ရည်သည် နို့ဓမ္မစသော အ
ဖြစ်သို့ ရုတ်တရက် မပြောင်းသေးဘဲ တဖြေးဖြေး ပြောင်းသ
ကဲ့သို့၊ ပြုသစ်စဖြစ်သော မကောင်းမှုသည် တဖြေးဖြေး အကျိုး
ပေးလေ၏။ အကျိုးပေးသောအခါ ပြာဖိုးနေသောမီးခဲကဲ့သို့ ထို
သူမိုက်ကို လောင်၍ အစဉ်လိုက်လေ၏။

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 with ashes covered.

၁၃-သဠိကုဋ္ဌပေတဝတ္ထု

၇၂။ ယာဝဒေဝ အနတ္တာယ၊ ဥတ္တံဗာလဿ ဇာယတိ။

ဟန္တိ ဗာလဿ သုက္ကံသံ၊ မုဒ္ဓမဿ ဝိပါတယံ။

၇၂။ လူမိုက်မှာ ရှိသော အတတ်ပညာသည် ထိုလူမိုက်၏ အကျိုးမဲ့ ပျက်စီးရန်အတွက်သာဖြစ်၏။ ထိုလူမိုက်၏ ဖြစ်စဉ်သော ကောင်းမှုအဘို့ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏။ ထိုလူမိုက်၏ ပညာတည်း ဟူသော ဦးထိပ်ကို ပြတ်၍ကျစေတတ်၏။

72. Verily, to his ruin the fool gains knowledge and fame. 'They destroy his bright lot and cleave his head.

၁၄-စိတ္တဂဟပတိဝတ္ထု

၇၃။ အသန္တံ ဘာဝနမိစ္ဆေယျ၊ ပုရေက္ခာရဉ္စ ဘိက္ခုသု။

အာဝါသေသု စတ္တဿရိယံ၊ ပူဇံ ပရကုလေသုစ။

၇၃။ မလိမ္မာသော ရဟန်းသည် ရဟန်းတို့၏ အလယ်၌မိမိ တွင် ထင်ရှားမရှိသော ဂုဏ်ဖြင့် ချီးမွမ်းခြင်းကို၎င်း၊ ခြံရံလျက် မိမိအား ရှေ့ဆောင်ပြုခြင်းကို၎င်း၊ ကျောင်းတို့၌ အစိုးရခြင်းကို၎င်း၊ ဆွေမျိုးမဟုတ်သော ဒကာ ဒကာမတို့၏ပစ္စည်းလေးပါးတို့ ဖြင့် ပူဇော်ခြင်းကို၎င်း၊ အလိုရှိ၏။

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

*

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

၇၄။ ငါကြောင့်သာ အမှုခပ်သိမ်းပြီး၏ဟု ရဟန်းရှင်လူ
အပေါင်းတို့ မှတ်ယူကြစေကုန်သတည်း၊ ရဟန်းရှင်လူအပေါင်း
တို့သည်ငါ၏အလိုသို့ လိုက်ကြစေကုန်သတည်း၊ အမှုကြီးငယ်ကို
ဆောင်ရွက်သောအခါ၌လည်း ငါ၏အလိုသို့ လိုက်ကြစေကုန်သ
တည်းဟု မလိမ္မာသော ရဟန်းမှာ ဤသို့သောအကြံအစည်မျိုး၊
အလိုရမက်မျိုး၊ မာန်မျိုးသည် ပွားလေ၏။

74. "Let the laymen and the monks both think that this was done by myself. In every work, great or small, let them refer to me."—Such is the aspiration of the fool; his desires and pride increase.

၁၅-ဝနဝါသီ တိဿသမဏေရဇတ္ထု

၇၅။ အညာ ဟိ လာဘူပနိသာ၊ အညာ နိဗ္ဗာနဂါမိနီ။
ဝေမေတံ အဘိညာယ၊ ဘိက္ခု ပုဒ္ဓဿ သာဝကော၊
သက္ကာရံ နာဘိနန္ဒေယျ၊ ဝိဝေကမနုဗြူဟယေ။

၇၅။ လာဘ်ရကြောင်းဖြစ်သော အကျင့်သည်တပါး၊ နိဗ္ဗာန်
 ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော အကျင့်သည်တခြား၊ ဤသို့ အကျင့်
 နှစ်ပါး ခြားနားကြောင်းကို ကောင်းစွာသိ၍၊ ဘုရားတပည့်
 သားဖြစ်သော ရဟန်းသည် လာဘ်ပူဇော်သကာကို မနှစ်သက်
 မတောင့်တရာ တကိုယ်တည်းနေခြင်းတည်းဟူသော ကာယဝိဝေ
 က၊ သမာပတ်ရှစ်ပါး တည်းဟူသော စိတ္တဝိဝေက၊ နိဗ္ဗာန်
 တည်းဟူသော ဥပဓိဝိဝေကကို အစဉ်ပွားစေရာ၏။

75. Verily, the path that leads to worldly gain is one, and the path that leads to Nibbana is quite another. Thus understanding, the Bhikkhu, the disciple of the Buddha, should not delight in worldly favours, but should cultivate seclusion.

FIFTH CHAPTER, FOOLS.

၆-ပဏ္ဍိတဝဂ်

၁-ရာဇတ္ထေရာဝတ္ထု

၇၆။ နိဓိနံ ပဝတ္တာရံ၊ ယံ ပဿေ ဝဇ္ဇဒဿိနံ။
နိဂ္ဂယုဝါဒိ မေဓာဝိ၊ တာဒိသံ ပဏ္ဍိတံ ဘဇေ။
တာဒိသံ ဘဇမာနဿ၊
သေယျော ဟောတိ န ပါပိယော။

၇၆။ အပြစ်ကိုအပြစ်နှင့်လျော်စွာ နှိမ်နင်း ဆိုဆုံးမလေ။
ရှိသော ပညာရှိကို မြေ၌ မြုပ်ထားသော ရွှေအိုးတို့ကို ပြော
ကြားလှာသော သူကဲ့သို့ သဘောထား၍ ဆည်းကပ်ရာ၏။
ထိုသို့သဘောရှိသော ပညာရှိကိုမှီဝဲဆည်းကပ်သောသူမှာ အလွန်
အကျိုးများ၏။ ဘယ်အခါမှ အကျိုးမဆုတ်ယုတ်လေ။

76. Should one see a wise man, who, as if indicating a treasure, 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.

၂-အဿဇိပုနုဗ္ဗသုကဝတ္ထု

၇၇။ ဩဝဒေယျာ' နုသာသေယျ၊
အသဗ္ဗာ စ နိဝါရဿ။
သတံ ဟိ သော ပိယော ဟောတိ၊
အသတံ ဟောတိ အပ္ပိယော။

၇၇။ အမှုရောက်သောအခါ အပြစ်ကိုပြ၍ အပြစ်နှင့်
လျော်စွာ ဆုံးမရာ၏။ အမှုမရောက်မီကလည်း မကောင်းမှု မ
ပြုလေအောင် ကြိုတင်ဆုံးမ၍ မကောင်းသော အပြုအမူတို့မှ
တားမြစ်ရာ၏။ ထိုသို့ဆုံးမတားမြစ်သောသူကို သူတော်ကောင်း
တို့ ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။ သူယုတ်မာတို့သာ မချစ်မမြတ်နိုးကုန်။

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

၃-ဆန္ဒစက္ကရာဇ်

၇၈။ န ဘဇေ ပါပကေ မိတ္တေ၊ န ဘဇေ ပုရိသာဓမေ။
ဘဇေထ မိတ္တေ ကလျာဏေ၊ ဘဇေထ ပုရိသုတ္တမေ။

၇၈။ ယုတ်မာသော အဆွေခင်ပွန်းတို့ကို မဆည်းကပ်ရာ၊
ကဲ့ရဲ့ထိုက်စွာ ယုတ်မာသော သူတို့ကိုလည်း မဆည်းကပ် မမှီဝဲ
ရာ၊ အဆွေခင်ပွန်းကောင်းနှင့် သူတော်ကောင်းတို့ကို မှီဝဲဆည်း
ကပ်ရာ၏။

78. Associate not with evil friends, or
with mean men. Do associate with good
friends and noble men.

၄-မဟာကပ္ပိနတ္ထေရဝတ္ထု

၇၉။ ဓမ္မပီတိ သုခံ သေတိ၊ ဝိပဿန္နေန စေတသာ။
အရိယပ္ပဝေဒိတေ ဓမ္မေ၊ သဒါ ရမတိ ပဏ္ဍိတော။

၇၉။ လောကုတ္တရာတည်းဟူသော အမြိုက်ရေကို သောက်
ရသောသူသည် အထူးသဖြင့် သန့်ရှင်းကြည်လင်သော စိတ်ရှိ
သည်ဖြစ်၍ ချမ်းသာစွာနေရ၏။ ပညာရှိသည် ဘုရားစသော
အရိယာသူတော်ကောင်းတို့ ဟောကြားအပ်သော ဗောဓိပက္ခိယ
စာရား၌ အမြဲမေ့လျော့၏။

79. He who imbibes the Dhamma lives happily. With a tranquil mind the wise man ever delights in the Dhamma, revealed by the Ariyas (=Buddhas).

၅-ပဏ္ဍိတသာမဏေရဝတ္ထု

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

၈၀။ လယ်လုပ်ယောကျ်ားရေယူသမားတို့သည်ရေကို မိမိတို့ လိုရာအရပ်သို့ သွယ်ယူ ကြကုန်၏။ လေးသမားတို့သည် ကောက်သော မြွှားကိုဖြောင့်ကုန်၏။ သစ်ရွှေသမားတို့သည် သစ်ကို မိမိတို့အလိုရှိတိုင်း ရအောင်ရွှေကုန်၏။ ပညာရှိတို့သည် မိမိကိုယ်ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမကုန်၏။

80. Irrigators lead the waters; Fletchers fashion the shafts; Carpenters bend the wood; The wise control themselves.

၆-လက္ခဏာအဒ္ဓိယတ္ထေရဝတ္ထု

၈၁။ သေလော ယထာ ကေသနော၊ ဝါတေန န သမီရတိ။
ဧဝံ နိန္ဒာပသံသာသု၊ န သမိဉ္ဇန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

၈၁။ တခဲနက်ဖြစ်သော ကျောက်တောင်သည် အရပ်လေးမျက်နှာမှလာသောလေကြောင့် မတုန်မလှုပ်သကဲ့သို့ ပညာရှိတို့သည် ကဲ့ရဲ့ခြင်း ချီးမွမ်းခြင်းတို့ကြောင့် မတုန်လှုပ်ကုန်။

81. As a solid rock is not shaken by the wind; Even so the wise are not perturbed a midst praise or blame.

၇-ကာဏမာတာဝတ္ထု

၈၂။ ယထာပိ ရဟဒေါ ဂမ္ဘီရော၊
ဝိပ္ပသန္ဓော အနာဝိလော။
ဝေ ဓမ္မာနိ သုတုာန၊
ဝိပ္ပသိဒန္တိ ပဏ္ဍိတာ။

၈၂။ နက်လှစွာသောရေအိုင်သည်(သမုဒ္ဒရာသည်) အနှောင့်အရှက် အနောက်အကျမရှိ ကြည်လင်သကဲ့သို့ ပညာရှိတို့သည် ဘုရားရှင်ဟောကြားသော တရားတို့ကို ကြားနာကြရ၍ အထူး ကြည်လင်ကုန်၏။

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

၈-ပဉ္စသတဘိက္ခုဝတ္ထု

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

၈၃။ ပညာရှိသူတော်ကောင်းတို့သည် ခန္ဓာငါးပါး စသော သဘောတရားအားလုံးတို့၌ တပ်မက်မောခြင်းကို စွန့်ပယ်ကုန်၏။ ကာမဂုဏ်အလိုရှိသော သဘောထားနှင့် စကားမပြောကြကုန်၊ ချမ်းသာဆင်းရဲနှင့် တွေ့ကြသော်လည်း တက်ကြွမြင့်မောက်သော သဘော၊ ညှိုးငယ်နိမ့်ကျသောသဘောကို မပြုကြကုန်။

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

၉-ဓမ္မိကတ္ထေရဝတ္ထု

၈၄။ န အတ္တဟေတု န ပရဿဟေတု၊
 န ပုတ္တမိစ္ဆေ န ဓနံ န ရဋ္ဌံ။
 န ဣန္ဒြေယျ အဓမ္မေန သမိဒ္ဓိမတ္တနော၊
 သ သီလဝါ ပညာဝါ ဓမ္မိကော သိယာ။

၈၄။ ပညာရှိမည်သည် မိမိအတွက်ဖြစ်စေ၊ သူတပါးအတွက်
 ဖြစ်စေ မကောင်းမှုကိုမပြု၊ ယုတ်မာသောအကျင့်ဖြင့် သားသမီး
 ပစ္စည်းဥစ္စာ တိုင်းပြည်စည်းစိမ်ကို အလိုမရှိရာ၊ မတရားသဖြင့်
 မိမိ၏ စည်းစိမ် ချမ်းသာ ပြည့်စုံခြင်းကို အလိုမရှိရာ၊ သီလရှိ
 သောသူ၊ ပညာရှိသောသူ၊ တရားရှိသောသူ ဖြစ်ရာ၏။

84. Neither for the sake of self nor for the sake of another (a wise man does any wrong). He should not desire sons, wealth, or kingdom (and do any evil). By unjust means he should not desire his success. Such a one is indeed virtuous, wise, and righteous.

၁၀-ဓမ္မဿဝနတ္ထေရဝတ္ထု

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

၈၅။ လူအပေါင်းတို့တွင် သံသရာတည်းဟူသော သမုဒ္ဒရာ
၏ ထိုမှတစ်ဖက်စွန်း နိဗ္ဗာန်ကျွန်းသို့ ကူးမြောက်သောသူ နည်းပါး
ကုန်၏။ နိဗ္ဗာန်မရောက်ဘဲ ကျန်နေကြသော လူအများတို့သည်
သက္ကာယဒိဋ္ဌိ တည်းဟူသော ဤမှတစ်ဖက်ကမ်းသို့သာ အလျင်
အမြန် ပြန်လာကုန်၏။

85. Few are there amongst men who go
Beyond. Indeed, the rest of this mankind
only run about on the bank.

*

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

၈၆။ ကောင်းစွာ ဟောအပ်သော တရားတော်ကို ကြားနာ
ကြ၍ တရားတော်နှင့်အညီ ကျင့်ကြံ နေထိုင် ကုန်သော လူတို့
သည်ကား အလွန်ကူးမြောက်နိုင်ခဲ့သော သေမင်း၏ နေရာ
သံသရာတည်းဟူသော သမုဒ္ဒရာကိုကူး၍ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော
ကမ်းတဘက်သို့ ရောက်ကုန်လတ္တံ့။

86. But, they who truly act according to the Teaching, when it is well expounded,—it is they who will reach the Beyond-Nibbana, (crossing) the realm of passions, so hard to cross.

၁၁-ပဉ္စသတအာဂန္တုကဘိက္ခုဝတ္ထု

၈၇။ ကဏ္ဍံ ဓမ္မံ ဝိပ္ပဟာယ၊ သုက္ကံ ဘာဝေထ ပဏ္ဍိတော။
ဩကာ အနောကမာဂမ္မ၊ ဝိဝေကေ ယတ္ထ ဒုရမံ။

၈၇။ ပညာရှိသော သူသည် မည်းညစ်သော ဒုစရိုက်ကို ပယ်စွန့်၍၊ ဖြူစင်သော သုစရိုက်တရားကို ပွားများရ၏။ တဏှာ၏အရာဖြစ်သော ကာမဂုဏ်မှ တဏှာကင်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို ရည်မှန်း၍ လူသာမန်တို့ မွေ့လျော်နိုင်ခဲ့သော ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ မွေ့လျော်ရ၏။

၈၈။ တတြာဘိရတိမိစ္ဆေယျ၊
ဟိတံ ကာမေ အကိဉ္ဇနော။
ဗရိယောဒပေယျ အတ္တာနံ၊
စိတ္တက္ခေသေဟိ ပဏ္ဍိတော။

၈၈။ ပညာရှိသည် ကာမဂုဏ်တို့ကို စွန့်၍၊ ရာဂစသော စိုးရိမ်ခြင်းမရှိဘဲ၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ မွေ့လျော်ခြင်းကို အလိုရှိရ၏။ စိတ်ကိုညစ်ညူးစေတတ်ကုန်သော အနှောင့်အရှက်တို့မှ မိမိကိုယ်ကို ဖြူစင်စေရ၏။

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 Seclusion (Nibbana), so hard to enjoy. Giving up sensual pleasures, with no impediments, the wise man should cleanse himself of the defilements of the mind.

*

၈၉။ ယေသံ သမ္မောဓိယဂေသု၊ သမ္မာ စိတ္တံ သုဘာဝိတံ။
အာဒါနပဋိနိဿဂ္ဂေ၊ အနုပါဒါယ ယေ ရတော။
ခိဏာသဝါဇုတိမန္တော၊ တေ လောကေ ပရိနိဗ္ဗုတာ။

၈၉။ အရဟတ္တမဂ်၏ အကြောင်းဖြစ်သော ဗောဇ္ဈင်တရား တို့၌ကောင်းစွာ စိတ်ကို ပွားများသော သူတို့သည် လောက၌ တစုံတခုကိုမျှ မစွဲလမ်းမူ၍ စွဲလမ်းခြင်း ကင်းရာ နိဗ္ဗာန်၌ မွေ့လျော်ကုန်၏။ အရဟတ္တမဂ် ဉာဏ်ရောင် တောက်လျက် ဘုန်းတန်ခိုးရှိကုန်သော ကိလေသာကုန်ခန်းသည့် ထိုရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဤလောက၌ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ငြိမ်းချမ်း ချေးအစစ်ကို ရကြကုန်၏။

89. Whose minds are well perfected in the Factors of Enlightenment, who, without clinging, delight in 'the giving up of grasping,' (i.e. Nibbana), they, the Corruption-free, shining ones, have attained Nibbana even in this world.

SIXTH CHAPTER, THE WISE.

၇-အရဟန္တဝဂ်

၁-ဇီဝကပဉ္စာဝတ္ထု

၉၀။ ဂတဒ္ဓိနော ဝိသောကဿ၊ ဝိပ္ပမုတ္တဿ သဗ္ဗဓိ။
သဗ္ဗဂန္ထပ္ပဟိနဿ၊ ပရိဠာဟော န ဝိဇ္ဇတိ။

၉၀။ သံသရာ ခရီးရှည်ကို သွားပြီးသော၊ စိုးရိမ်ခြင်းလည်း
ကင်းသော၊ ခန္ဓာစသည့် ဝဋ်တရားအားလုံးတို့မှ လွတ်မြောက်
၍ အနှောင့်အရှက် အားလုံးတို့ကို ပယ်ပြီးသော ရဟန္တာ
ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ပူပန်စိုးရိမ်ခြင်းမရှိ။

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,—fever (of passion) exists not.

၂-မဟာကဿပတ္ထေရဝတ္ထု

၉၁။ ဥယျုဉ္ဇန္တိ သတိမန္တော၊ နနိကေတေ ရမန္တိ တေ။
ဟံသာဝ ပလ္လလံ ဟိတံ၊ ဩကမောကံ ဇဟန္တိတေ။

၉၁။ သတိရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သမထ ဝိပဿနာ ပွားများအားထုတ်မှု၌ လုံ့လပြုကုန်၏။ ပစ္စည်းဥစ္စာ နေထိုင်ရာ အဆောက်အဦ စသည်တို့၌ စွဲလမ်းငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိကုန်။ ဟင်္သာ ငှက်တို့သည် မိမိတို့ကျက်စားရာ ရှံညှန်အိုင်ကို မစွဲလမ်းမငဲ့ကွက် ဘဲ စွန့်ခွာပျံသွားကြသကဲ့သို့၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ငဲ့ကွက် တွယ်တာစရာ ဟူသမျှကို စွန့်ပယ်ကုန်၏။

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

၃-ဗေလဌသီသတ္တေရဝတ္ထု

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

၉၂။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဥစ္စာပစ္စည်း သိမ့်ခြင်းမရှိကုန်၊ အစာဘောဇဉ်၏ သဘောမှန်ကို ကောင်းစွာသိကုန်၏။ ရာဂ စသည်တို့မှ ကင်းလွတ်၍၊ ၎င်းရာဂသည် အကြောင်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်အာရုံ၌ ကျက်စားကုန်၏။ ကောင်းကင်၌ငှက်တို့၏ သွားရာလမ်းကြောင်းကို မမြင်နိုင်သကဲ့သို့၊ ထိုရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သွားရာလမ်းကို မမြင်နိုင်။

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

၄-အနုရုဒ္ဓတ္ထေရဝတ္ထု

၉၃။ ယဿာသဝါ ပရိက္ခိကာ၊
 အာဟာရေ စ အနိဿိတော။
 သုညတော အနိမိတ္တော စ၊
 ဝိမောက္ခော ယဿ ဂေါစရော။
 အာကာသေဝ သက္ကန္တာနံ၊
 ပဒံ တဿ ဒုရန္တယံ။

၉၃။ အာသဝေါကုန်ခန်းသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် အစာ
 အာဟာရကို တပ်မက်သော သဘောဖြင့် မှီဝဲခြင်းမရှိ၊ နဂ
 စသည်တို့မှ ကင်းလွတ်၍၊ ၎င်းရာဂစသည် အကြောင်းကင်း
 သော နိဗ္ဗာန်အာရုံ၌ ကျက်စား၏၊ ကောင်းကင်၌ ငှက်တို့၏
 သွားရာလမ်းကြောင်းကို မမြင်နိုင်သကဲ့သို့၊ ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏
 သွားရာလမ်းကြောင်းကို မမြင်နိုင်။

93. He whose Corruptions are destroyed, he who is not attached to food, he who has Deliverance which is Void and Signless, as his object,—his path cannot be traced, like that of birds in air.

၅-မဟာကစ္စာယနတ္ထေရဝတ္ထု

၉၄။ ယထိန္ဒြိယာနိ သမထင်္ဂတာနိ၊
 အဿာ ယထာ သာရထိနာ သုဒန္တာ။
 ပဟိနမာနဿ အနာသဝဿ၊
 ဒေဝါပိ တဿ ပိဟယန္တိ တာဒိနော။

၉၄။ ကောင်းစွာ လေ့ကျင့်သင့်ကြားပြီးသော မြင်းတို့ကဲ့သို့၊
 မျက်စိစသော ဣန္ဒြေတို့ကို ငြိမ်သက်တည်ကြည်အောင် ကောင်း
 စွာစောင့်ရှောက်ပြီး၊ မာန တရားကိုလည်းပယ်ပြီး၊ အာသဝေါ
 တရား လေးပါးမှလည်း ကင်းပြီးဖြစ်၍၊ ကဲ့ရဲ့ခြင်း ချီးမွမ်းခြင်း
 စသည့် လောကဓံ တရားတို့ကြောင့် တုန်လှုပ်ခြင်း မရှိသော
 ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ကို လူသာမက နတ်များပါ ချစ်မြတ်နိုးကြ၏။

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

၆-သာရိပုတ္တတ္ထေရဝတ္ထု

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

၉၅။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် မြေကြီးနှင့်တူစွာ သည်းခံခြင်း သဘောရှိ၍ အမျက်ဒေါသဖြင့် ဆန့်ကျင်ဘက် မပြုတတ်၊ မယိမ်းမယိုင် တံခါးတိုင်ကဲ့သို့ တည်ကြည်၏။ လောကဓံတရား ရှစ်ပါးတို့ကြောင့် ဖောက်ပြန်ခြင်းမရှိ၊ ကောင်းသော သဘော ရှိ၏။ ရှံညွှန်ကင်းသဖြင့် ကြည်လင်သော ရေကန်ကဲ့သို့၊ ရာဂ စသော ညွှန်ကင်းသဖြင့် အလွန် ကြည်လင်သော စိတ်ရှိ၏။ ထိုသို့ သဘောရှိသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် သံသရာ၌ မကျင် လည်တော့ပေ။

95. Like the earth a balanced and well-disciplined person resents not. Like a pool unsullied by mud, is he,—to such a balanced one, life's wanderings do not arise.

၇-ကောသမ္ပိဝါသီ တိဿတ္ထေရသာမဏေရဝတ္ထု

၉၆။ သန္တံ တဿ မနံ ဟောတိ၊
သန္တာ ဝါစာ စ ကမ္မ စ။
သမ္မဒညာ ဝိမုတ္တဿ၊
ဥပသန္တဿ တာဒိနော။

၉၆။ တရားကို ကောင်းစွာ သိသဖြင့် ကိလေသာမှ ကင်း လွတ်၊ ရာဂစသည့် အပူငြိမ်း၍ လောကဓံတရား ရှစ်ပါးတို့နှင့် တွေ့ကြုံသော်လည်း မတုန်လှုပ်သော ပုဂ္ဂိုလ်၏စိတ်သည်ငြိမ်သက် ၏။ အပြောအဆိုလည်း ငြိမ်သက်၏။ အပြုအမူလည်းငြိမ်သက်၏။

96. Calm is his mind, calm is his speech, calm is his deed,—who, rightly knowing, is wholly freed, perfectly peaceful, and equipoised.

ဂ-သာရိပုတ္တတ္ထေရဝတ္ထု

၉၇။ အဿဒ္ဓေါ အကတညူ စ၊
သန္တိစ္ဆေဒေါ စ ယော နရော။
ဟတာဝကာသော ဝန္တောသော၊
သ ဝေ ဥတ္တမပေါရိသော။

၉၇။ သူတပါးတို့၏ စကားကိုသာ ယုံကြည်၍ မနေဘဲ၊
အကြောင်းတရားတို့ မပြုပြင်အပ်သော နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်တိုင်
လည်းသိ၊ သံသရာဝဋ် တည်းဟူသော အဖွဲ့နှောင်အိမ်၏ အစပ်
ကိုဖြတ်၍၊ ကုသိုလ်အကုသိုလ် အကျိုးပေးခွင့် မျိုးစေ့ကိုလည်း
သတ်ပြီး၊ အလိုဆန္ဒဟူသမျှကိုလည်း ပယ်ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်
ယောက်ျားမြတ် အစစ်ဖြစ်၏။

97. The man who is not credulous, who understands the Uncreate (Nibbana), who has cut off the link, who has put an end to occasion (of good and evil), who has vomited all desires,—he, indeed, is the noblest of men.

၉-ခဒိရရေဝတတ္ထေရဝတ္ထု

၉၈။ ဂါမေဝါ ယဒိဝါရညေ၊
 နိဇ္ဇေဝါ ယဒိ ဝါ ထလေ။
 ယတ္ထ အရဟန္တာ ဝိဟရန္တိ၊
 တံ ဘူမိရာမဏေယျကံ။

၉၈။ ရွာမှာဖြစ်စေ၊ တောမှာဖြစ်စေ ချိုင့်ဝှမ်းရာနိမ့်ရာ
 အရပ်မှာဖြစ်စေ၊ မြင့်သောကုန်းအရပ်မှာဖြစ်စေ၊ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်
 တို့နေသော အရပ်သည် နှစ်သက်မေ့လျော်ဘွယ် ရှိ၏။

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

၁၀-အညတရက္ခတ္ထိဝတ္ထု

၉၉။ ရမဏီယာနိ အရညာနိ၊ ယတ္ထ န ရမတီ ဇနော။
 ဝိတရာဂါ ရမိဿန္တိ၊ န တေ ကာမဂဝေသိနော။

၉၉။ တောတို့သည် မေ့လျော်ဘွယ်ရှိကုန်၏။ သို့ရာတွင်
 လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်အပျော်ရှာသော လူအပေါင်းသည်
 တော၌မပျော် မမေ့နိုင်ကြ၊ ရာဂကင်းကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့
 သည်ကား ကာမဂုဏ် အပျော်ကို မရှာကြသဖြင့် တော၌မေ့
 လျော် ပျော်ကြကုန်၏။

99. Delightful are the forests where worldlings find no joy. There the passionless will rejoice, (for) they seek no sensual pleasures.

SEVENTH CHAPTER, THE WORTHY

ဂ-သဟဿဝဂ်

၁-တမ္ပဒါဠိကစောရသုတ္တကဝတ္ထု

၁၀၀။ သဟဿမပိ စေ ဝါစာ၊ အနတ္ထပဒသံဟိတာ။

ဧကံ အတ္ထပဒံ သေယျော၊ ယံ သုတွာ ဥပသမ္ပတိ။

၁၀၀။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းနှင့်မဆိုင်၊ တောဘွဲ့တောင်ဘွဲ့
အကျိုးမဲ့နှင့်သာ ဆိုင်သော စကားအခွန်း တထောင်ထက်၊
ကြားနာရ၍ ရာဂစသည့် ကိလေသာ အပူငြိမ်းကြောင်းဖြစ်
သော စကားတခွန်းသည် သာ၍မြတ်၏။

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

၂-ဗာဟိယဒါရုစီရိယဝတ္ထု

၁၀၁။ သဟဿမပိ စေ ဂါထာ၊

အနတ္ထပဒ သံဟိတာ။

ဧကံ ဂါထာပဒံ သေယျော၊

ယံ သုတွာ ဥပသမ္ပတိ။

၁၀၁။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းနှင့် မဆိုင်၊ အကျိုးမဲ့နှင့်သာ
ဆိုင်သော ဂါထာတထောင်ထက်၊ ကြားနာရ၍ ရာဂစသည့်
ကိလေသာ အပူငြိမ်းကြောင်းဖြစ်သော တဂါထာသည် သာ၍
မြတ်၏။

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

၃-ကုဏ္ဍလကောသိထေရီဝတ္ထု

၁၀၂။ ယော စ ဂါထာသတံ ဘာသေ၊ အနတ္ထပဒသံဟိတာ။
ကေ ဓမ္မပဒံ သေယျော၊ ယံ သုတွာ ဥပသမ္ပတိ။

၁၀၂။ နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်းနှင့် မဆိုင်၊ အကျိုးမဲ့နှင့်
သာဆိုင်သော ဂါထာရာပေါင်းများစွာကို ရွတ်ဆိုခြင်းထက်၊
ကြားနာရ၍ ရာဂစသည့် ကိလေသာ အပူငြိမ်းကြောင်းဖြစ်
သော တရားတပိုင်းကို ရွတ်ဆိုခြင်းသည် သာ၍မြတ်၏။

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

*

၁၀၃။ ယော သဟသံ သဟဿေန၊
သင်္ဂါမေ မာနုသေ ဇိနော။
ကေဉ္စ ဇေယျမတ္တာနံ၊
သဝေ သင်္ဂါမဇုတ္တမော။

၁၀၃။ တယောက်သော သူသည် စစ်မြေပြင်၌ လူပေါင်း
တထောင် တထောင်တို့ကို အကြိမ်ပေါင်း တထောင်နိုင်၏။
(၀၇)လူတသန်းတို့ကိုနိုင်၏။အခြားသူတယောက်သည် (ကမ္မဋ္ဌာန်း
ဘာဝနာ ပွားခြင်းအားဖြင့် မိမိကိုယ်တိုင်း၌ရှိသော ကိလေသာ
ရန်သူတို့ကို သတ်ဖြတ်၍) မိမိတကိုယ်တည်းကိုသာ နိုင်၏။ ထို့နှစ်ဦး
တို့တွင် မိမိတကိုယ်တည်းကိုနိုင်သော သူသည် သာလွန်ထူးကဲ
သည့် စစ်နိုင်သူဗိုလ်ချုပ်ဖြစ်၏။

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

၄-အနတ္တပုစ္ဆကဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၁၀၄။ အတ္တာ ဟဝေ ငိတံ သေယျော၊
ယာ စာယံ ဣတရာ ပဇာ။
အတ္တဒန္တဿ ပေါသဿ၊
နိစ္စံ သညတစာရိနော။

၁၀၄။ ကိုယ်တိုင်းကိလေသာ ရန်သူတို့ကို သတ်ခြင်းအားဖြင့်
မိမိကိုယ်ကို နိုင်ခြင်းသည် မြတ်၏။ လောင်းတန်းကစားခြင်း၊
ဥစ္စာကိုခိုးယူခြင်း၊ စစ်တိုက်ခြင်း စသည်ဖြင့် သူတပါးကို
နိုင်ခြင်းသည် မကောင်း။

၁၀၅။ နေဝ ဒေဝေါ န ဂန္ဓဗ္ဗော၊
 န မာရော သဟ ဗြဟ္မာနာ
 ဇိတံ အပဇိတံ ကယိရာ၊
 တထာရူပဿ ဇန္တုနော။

၁၀၅။ ကိလေသာရန် ကင်းအောင် မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမ၍
 ကိုယ်နှုတ်နှလုံးသုံးပါးကို အမြဲစောင့်ရှောက်သော သူ၏အောင်
 ခြင်းကို နတ်သည်၎င်း၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်သည်၎င်း၊ မာရ်နတ်သည်၎င်း၊
 ဗြဟ္မာသည်၎င်း၊ မဖျက်ဆီးနိုင်။

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 self-controlled person who ever lives in restraint.

၅-သာရိပုတ္တတ္ထေရဿမာတုလဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၁၀၆။ မာသေ မာသေ သဟဿေန၊
 ယော ယဇေထ သတံ သမံ။
 ကေဉ္စ ဘာဝိတတ္တာနံ၊
 မဟုတ္တမပိ ပူဇယေ။
 သာယေဝ ပူဇနာ သေယျော၊
 ယဉ္ဇေဝဿသတံ ဟုတံ။

၁၀၆။ အနှစ်တရာပတ်လုံး လ-တိုင်း လ-ဘိုင်း လောကီ
သားဖြစ်သော လူအပေါင်းတို့ကို ငွေတထောင် အကုန်ခံ၍
ပေးလှူပူဇော်ခြင်းထက်၊ ဝိပဿနာဖြင့် စိတ်ကို ပွားပြီးသော
အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တပါးကို တဏှမျှပေးလှူပူဇော်ခြင်းသည် သာ၍
မြတ်၏။

106. Though, month after month, with
a thousand pieces of money, one should
make an offering for hundred years; yet, if
only for a moment, one would honour a
(Saint) who has perfected himself, that honour
is, indeed, better than a century of sacrifice.

၆-သာရိပုတ္တတ္ထေရဿ ဘာဂီနောယျဝတ္ထု

၁၀၇။ ယော စ ဝဿသတံ ဇန္တု။

အဂ္ဂိ ပရိစရေ ဝနေ။

ကေဉ္စ ဘာဝိတတ္တာနံ၊

မဟုတ္တမပိ ပူဇယေ။

သာယေဝ ပူဇနာ သေယျော၊

ယဉ္စေ ဝဿသတံ ဟုတံ။

၁၀၇။ (ကိလေသာ ကင်းရန် သဘောနှင့် တောထွက်၍)
တော၌ အနှစ်တရာပတ်လုံး မီးပူဇော်ခြင်းထက်၊ ဝိပဿနာဖြင့်
စိတ်ကိုပွားပြီးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တပါးကို တဏှမျှ ပူဇော်
ခြင်းသည် သာ၍ မြတ်၏။

107. Though, for a century, a man should tend the (sacred) fire in the forest, yet, if only for a moment, he would honour a(Saint) who has perfected himself,—that honour is, indeed, better than a century of sacrifice.

၇-သာရိပုတ္တတ္ထေရဿသဟာယကဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၁၀၈။ ယံကိဉ္စိ ယိဉ္စိ ဝ ဟုတံ ဝ လောကေ။

သံဝတ္ထရံ ယဇေထ ပုညပေက္ခော။

သဗ္ဗမ္ပိ တံ န စတုဘာဂမေတိ။

အဘိဝါဒနာ ဥဇ္ဈဂတေသု သေယျော။

၁၀၈။ လောက၌ ကောင်းမှုကို အလိုရှိ၍၊ မင်္ဂလာပွဲနေ့ စသည်၌ ပေးလှူသော အလှူမျိုး၊ အထူးစီမံ၍ ဧည့်သည်တို့ အားကျွေးမွေး ပေးလှူသော အလှူမျိုးတို့ကို အနှစ်တရာပတ်လုံး အမြဲမပြတ်ပေးလှူပူဇော်ခြင်းသည်၊ သူတော်ကောင်းအကျင့်မြတ် ကို ဖြောင့်မတ်စွာ ကျင့်ကုန်သော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ကြည်ညိုသောစိတ်ဖြင့် ရှိခိုးသော ကုသိုလ်စေတနာ၏ လေးဘို့ တဘို့ကိုမျှ မမှီလေ။

108. In the world whatever gift or alms a person seeking merit should offer for a year, —all that is not worth a single quarter of the reverence towards the Upright which is excellent.

ဂ-အာယုဓန ကုမာရဝတ္ထု

၁၀၉။ အဘိဝါဒနသိလိယ၊ နိစ္စံ ဝုဇ္ဈာပဏာယိနော။

စတ္တာရော ဓမ္မာ ဝုဇ္ဈန္တိ၊ အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

၁၀၉။ မိမိထက် အသက်သိက္ခာ ဝါကြီးသော သူတို့ကို အမြဲအရိုအသေပြုလေ့ရှိခိုးလေ့ရှိသောသူမှာ အသက်ရှည်ခြင်း၊ အဆင်းလှခြင်း၊ ချမ်းသာခြင်း၊ ခွန်အားကြီးခြင်းဟူသော အကျိုး ထူးတရားလေးပါးတို့သည် တိုးပွားကုန်၏။

109. For one who is ever used to honour and respect the elders, four blessings increase—age, beauty, bliss, and strength.

ဇ-သံကိစ္စသာမဏေရဝတ္ထု

၁၁၀။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

ဒုဿိလော အသမာဟိတော။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊

သီလဝန္တဿ ဈာယိနော။

၁၁၀။ သီလလည်းမရှိ၊ တည်ကြည်ခြင်းလည်းမရှိသော သူ၏ အနှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှည်ခြင်းထက်၊ သီလရှိ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုသောသူ၏ တရက်မျှ အသက်ရှည်ခြင်းသည် သာ၍မြတ်၏။

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

၁၀-ခါဏုကောဏ္ဍညတ္ထေရဝတ္ထု

၁၁၁။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

ဒုပ္ပညော အသမာဟိတော။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊

ပညဝန္တဿ စျာယိနော။

၁၁၁။ ပညာလည်းမရှိ တည်ကြည်ခြင်းလည်း မရှိသော သူ၏ အနှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှည်ခြင်းထက်၊ ပညာရှိ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုသောသူ၏ တရက်မျှအသက်ရှည်ခြင်းသည် သာ၍ မြတ်၏။

111. Though he should live a hundred years, with no wisdom and no control; yet better, indeed, is the single day's life of one who is wise and meditative.

၁၁-သဗ္ဗဒါသတ္ထေရဝတ္ထု

၁၁၂။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊

ကုသိတော ဟိနဝီရိယော။

ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊

ဝီရိယမာရဘတော ဒဠ္ဇံ။

၁၁၂။ (ကိလေသာ စိတ်တို့ဖြင့်သာ အချိန်ကုန်၍) ပေါ့တန် ပျင်းရိလုံးလမရှိသောသူ၏ အနှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှည်ခြင်း ထက်၊ ကိလေသာကင်းကြောင်း ကောင်းစွာ အားထုတ်သော သူ၏ တရက်မျှ အသက်ရှည်ခြင်းသည် သာ၍မြတ်၏။

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.

၁၂-ပဋ္ဌာစာရာထေရီဝတ္ထု

၁၁၃။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊
အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။
ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊
ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

၁၁၃။ ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို မရှုမဆင်ခြင် မမြင်မူ၍ အနှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှည်ခြင်းထက်၊ ၎င်းခန္ဓာ ငါးပါးတို့၏ အဖြစ်အပျက်ကိုကောင်းစွာဆင်ခြင် မြင်သောသူ၏ တရက်မျှအသက်ရှည်ခြင်းသည် သာ၍မြတ်၏။

113. Though he should live a hundred years, without seeing the rise and fall, yet better, indeed, is the single day's life of one who sees the rise and fall.

၁၃-ကိသာဂေါတမီဝတ္ထု

၁၁၄။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊
အပဿံ အမတံ ပဒံ။
ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊
ပဿတော အမတံ ပဒံ။

၁၁၄။ သေခြင်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်ကို မမြင်ဘဲ အနှစ်တရာ
ပတ်လုံး အသက်ရှည်ခြင်းထက်၊ သေခြင်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်ကို
မြင်သောသူ၏ တရက်မျှ အသက်ရှည်ခြင်းသည် သာ၍မြတ်၏။

114. Though he 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.

၁၄-ဗဟုပုတ္တိကတ္ထေရိဝတ္ထု

၁၁၅။ ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊
အပဿံ ဓမ္မမုတ္တမံ။
ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊
ပဿတော ဓမ္မမုတ္တမံ။

၁၁၅။ မြတ်သော လောကုတ္တရာ တရားကို မမြင်ဘဲအနှစ်
တရာပတ်လုံး အသက်ရှည်ခြင်းထက်၊ မြတ်သော လောကုတ္တရာ
တရားကို မြင်သောသူ၏ တရက်မျှအသက်ရှည်ခြင်းသည် သာ၍
မြတ်၏။

115. Though he 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.

EIGHTH CHAPTER, THOUSANDS

၉-ပါပဝဂ်

၁-စူဠေကသာဓကဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၁၁၆။ အဘိတ္ထရေထ ကလျာဏေ၊
ပါပါ စိတ္တံ နိဝါရယေ။
ဒန္တံ ဟိ ကရေတော ပုညံ၊
ပါပသ္မိံ ရမတီ မနော။

၁၁၆။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို မြန်မြန်ပြုရ၏။ စိတ်ကို
မကောင်းမှုမှ တားမြစ်ရ၏။ ကုသိုလ်ကောင်းမှုအပြုနှေးသော
သူ၏စိတ်သည် မကောင်းမှု၌မေ့လျော့တတ်၏။ (ကောင်းမှုအပြု
နှေးသောသူ၏ စိတ်သည် မကောင်းမှု ဝင်လာတတ်၏။)

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.

၂-သေယျသကတ္ထေရဝတ္ထု

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

၁၁၇။ မကောင်းမှုကို အကယ်၍ ပြုမိလျှင်၊ ထိုမကောင်းမှုကို ထပ်ကာထပ်ကာ မပြုရာ၊ ထိုမကောင်းမှု၌ စိတ်အလိုဆန္ဒကိုလည်း မဖြစ်စေရာ၊ (အကြောင်းမူကား) မကောင်းမှုပွားခြင်းသည် ပစ္စုပ္ပန်တမလွန်နှစ်ဘန်သော ဘဝတို့၌ ဆင်းရဲခြင်းကိုဖြစ်စေတတ်၏။

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.

၃-လာဇဒေဝဓိတာဝတ္ထု

၁၁၈။ ပုညဉ္ဇေ ပုရိသော ကယိရာ၊ ကယိရာနံ ပုနပ္ပုနံ။
တမ္ပိ ဆန္ဒံ ကယိရာထ၊ သုခေါ ပုညဿ ဥစ္စယော။

၁၁၈။ ကောင်းမှုကိုအကယ်၍ တကြိမ်တခါ ပြုမိလျှင် ထိုကောင်းမှုကိုထပ်ကာထပ်ကာ ပြုရာ၏၊ ထိုကောင်းမှု၌ စိတ်အလိုဆန္ဒကိုလည်းဖြစ်စေရာ၏၊ (အကြောင်းမူကား) ကောင်းမှုပွားများခြင်းသည် ပစ္စုပ္ပန်တမလွန် နှစ်ဘန်သောဘဝတို့၌ ချမ်းသာခြင်းကိုဖြစ်စေတတ်၏။

118. Should a person perform good, he should do it again and again; he should find pleasure therein; for blissful is the accumulation of good.

၄-အနာထပိဏ္ဍိကသေဋ္ဌိဝတ္ထု

၁၁၉။ ပါပေါပိ ပဿတိ ဘဒြံ၊ ယာဝ ပါပံ န ပစ္စတိ။
ယဒါ စ ပစ္စတိ ပါပံ၊ အထ ပါပေါ ပါပါနိ ပဿတိ။

၁၁၉။ မကောင်းမှုပြုသောသူပင် ဖြစ်သော်လည်း မိမိပြု
သော မကောင်းမှုအကျိုးမပေးသေးသမျှ၊ ကောင်းကျိုးနှင့်တွေ့
ရသေး၏။ မကောင်းမှု အကျိုးပေးသောအခါ ထိုမကောင်းမှု
ပြုသောသူသည် မကောင်းကျိုး ဆင်းရဲဒုက္ခနှင့်တွေ့ရ၏။

119. Even an evil-doer sees happiness,
so long as evil ripens not; but when it bears
fruit, then he sees the evil results.



၁၂၀။ ဘဒြောပိ ပဿတိ ပါပံ၊
ယာဝ ဘဒြံ န ပစ္စတိ။
ယဒါ စ ပစ္စတိ ဘဒြံ၊
အထ ဘဒြော ဘဒြာနိ ပဿတိ။

၁၂၀။ ကောင်းမှုပြုသောသူပင်ဖြစ်သော်လည်း မိမိပြုသော
ကောင်းမှုအကျိုး မပေးသေးသမျှ မကောင်းကျိုးနှင့် တွေ့ရ
သေး၏။ ကောင်းမှု အကျိုးပေးသောအခါ ထိုကောင်းမှုပြုသော
သူသည် ကောင်းကျိုးချမ်းသာနှင့်တွေ့ရ၏။

120. Even a good person sees (good) as evil, so long as it ripens not; but when it bears fruit, then he sees the happy results.

၅-အသံယတပရိက္ခာရဝတ္ထု

၁၂၁။ မာဝ မညေထ ပါပဿ၊ န မန္တံ အာဂမိဿတိ။
ဥဒဗိန္ဒုနိပါတေန၊ ဥဒကုမ္ဘောပိ ပူရတိ။
ဗာလော ပူရတိ ပါပဿ၊
ထောက် ထောကမ္ပိ အာစိနံ။

၁၂၁။ ငါ၏အနည်းငယ်မျှသော မကောင်းမှုသည် ငါ့အား
အကျိုးမပေးလတ္တံ့ဟု မကောင်းမှုကို မထိမဲ့မြင် မမှတ်ရာ၊
မိုဃ်းပေါက် ကျဖန်များသော် ရေအိုးကြီးပင် ပြည့်လေသကဲ့သို့
မကောင်းမှုကို အနည်းငယ် အနည်းငယ် ပြုဖန်များသော် သူမိုက်
သည် မကောင်းမှုနှင့် ပြည့်လေ၏။

121. Do not disregard evil, saying, "It will not come nigh unto me." Even a water-jar is filled by the falling of drops. Likewise the fool, gathering little by little, fills himself with evil.

၆-ဗိဇ္ဇာလပါဒကသေဋ္ဌိဝတ္ထု

၁၂၂။ မာဝ မညေထ ပုညဿ၊
 န မန္တံ အာဂမိဿတိ။
 ဥဒဗိန္ဒု နိပါတေန၊
 ဥဒကုမ္ဘောပိ ပူရတိ။
 ဓီရော ပူရတိ ပုညဿ၊
 ထောကံ ထောကမ္ပိ အာစိနံ။

၁၂၂။ ငါ၏ အနည်းငယ်မျှသော ကောင်းမှုသည် ငါ့အား
 အကျိုးမပေးလတ္တံ့ဟု ကောင်းမှုကို မထိမဲ့မြင် မမှတ်ရာ၊
 မိုခ်းပေါက်ကျဖန်များသော် ရေအိုးကြီးပင် ပြည့်လေသကဲ့သို့၊
 ကောင်းမှုကို အနည်းငယ် အနည်းငယ် ပြုဖန်များသော် ပညာရှိ
 သည် ကောင်းမှုနှင့် ပြည့်လေ၏။

122. Do not disregard good 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.

၇-မဟာဓနဝါဏိဇဝတ္ထု

၁၂၃။ ဝါဏိဇောဝ ဘယံ မဂ္ဂံ၊ အပ္ပသတ္တော မဟဒ္ဓဓနော။
 ဝိသံ ဇီဝိတုကာမောဝ၊ ပါပါနိ ပရိဝဇ္ဇယေ။

၁၂၃။ ပစ္စည်းဥစ္စာ များစွာ ပါသော ကုန်သည်သည် အဖော်ကုန်သည် အနည်းငယ်မျှနှင့် ဘေးအန္တရာယ် များသော ခရီးကို မသွားဘဲ ရှောင်ကြဉ်သကဲ့သို့၎င်း၊ အသက်ရှင်လိုသော သူသည် လတ်တလော သေစေတတ်သော အဆိပ်မှ ရှောင်ကြဉ် သကဲ့သို့၎င်း၊ ပညာရှိသည် မကောင်းမှုမှ ရှောင်ကြဉ်ရ၏။

123. Just as a merchant, with a small escort and great wealth, avoids a perilous way, or just as one desiring to live avoids poison; even so should one shun evil.

ဂ-ကုက္ကုဋ္ဌမိတ္တနေသာဒဝတ္ထု

၁၂၄။ ပါဏိမိ စေ ဝဏော နာဿ၊
 ဟရေယျ ပါဏိနာ ဝိသံ။
 နာဗ္ဗဏံ ဝိသမန္နေတိ၊
 နတ္ထိ ပါပံ အကုဗ္ဗတော။

၁၂၄။ လက်မှာ အနာမရှိလျှင် လက်ဖြင့် အဆိပ်ကို ကိုင် သော်လည်း ထိုလက်ကို အဆိပ်မတက်နိုင်သကဲ့သို့၊ (အကုသိုလ် စေတနာမရှိသဖြင့်) မကောင်းမှု မပြုသောသူမှာ မကောင်းမှု အပြစ်မရှိ။ (မကောင်းသော စေတနာမရှိသောသူမှာ မကောင်း မှု မဖြစ် ဟူလို။)

124. If no wound there be in the hand,
one may carry poison in it. Poison does not
affect one who is free from wounds. There
is no ill for him who does no wrong.

၉-ကောကသုနဓလုဒ္ဒကဝတ္ထု .

၁၂၅။ ယော အပ္ပဒုဋ္ဌဿ နရဿ ဒုဿတိ၊
သုဒ္ဓဿ ပေါသဿ အနဂ်ဏဿ။
တမေဝ ဗာလံ ပစ္စေတိ ပါပံ၊
သုခုမော ရဇော ပဋိဝါတံဝ ခိတ္တော။

၁၂၅။ လေညာသို့ ပစ်လွှင့်လိုက်သောမြူမှုန်သည် ထိုပစ်လွှင့်
သော သူ၏အပေါ်သို့သာ ပြန်၍ကျသကဲ့သို့၊ မပြစ်မှားထိုက်
သော အပြစ်စင်ကြယ်၍ ကိလေသာ ကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို
ပြစ်မှားလျှင် ထိုအပြစ်သည် ထိုသူမိုက်ကိုသာလျှင် မကောင်း
ကျိုးပေး၏။

125. Whoso offends a harmless man,
pure and guiltless, upon that very fool the
evil recoils like fine dust thrown against the
wind.

၁၀-မဏိကာရကုလူပကတိသတ္ထေရဝတ္ထု

၁၂၆။ ဂဗ္ဘမေကေ ဥပ္ပဇ္ဇန္တိ၊
 နိရယံ ပါပကမ္မိနော။
 သင်္ဂံ သုဂတိနော ယန္တိ၊
 ပရိနိဗ္ဗန္တိ အနာသဝါ။

၁၂၆။ အချို့သော သူတို့သည် ဤလူ့ဘုံ၌ အမိဝမ်းတွင်
 ပဋိသန္ဓေ နေကုန်၏ (လူပြန်ဖြစ်ကုန်၏)၊ မကောင်းမှု ပြုသော
 သူတို့သည် ငရဲ၌ ဖြစ်ကုန်၏၊ ကောင်းမှုပြုသော သူတို့သည်
 နတ်ပြည်သို့ သွားကုန်၏၊ ကိလေသာကုန်ဝန်းသည့် ရဟန္တာ
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပရိနိဗ္ဗာန်စံကုန်၏။

126. Some are born in a womb, the
 wicked are born in hell; the pious go to
 heaven, the Pure Saints pass into Nibbana.

၁၁-တယောဇနဝတ္ထု

၁၂၇။ န အန္တလိက္ခေ န သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊
 န ပဗ္ဗတာနံ ဝိဝရံ ပဝိဿ။
 န ဝိဇ္ဇတိ သော ဇကတိပ္ပဒေသော၊
 ယတ္ထဋ္ဌိတော မုစ္ဆေယျ ပါပကမ္မာ။

၁၂၇။ မကောင်းမှုပြုသော သူသည်ကောင်းကင်၌ နေသော်
 ၎င်း၊ သမုဒ္ဒရာအလယ်၌ နေသော်၎င်း၊ တောင်ခေါင်းထည်း၌

၈၆ ဓမ္မပဒပါဠိတော် မြန်မာနှင့် အင်္ဂလိပ်

ဝင်၍ နေသော်၎င်း၊ မကောင်းမှုအပြစ်မှမလွတ်ရာ၊ မကောင်းမှုအပြစ် ခံစားရခြင်းမှ လွတ်သော အရပ်ဟူ၍ တကွက်မျှ မရှိလေ။

127. Neither in the sky, nor in midocean, nor in entering a mountain cave, is found that place on earth, where abiding one may escape from (the consequences of) an evil deed.

၁၂-သုပ္ပဗုဒ္ဓသကျဝတ္ထု

၁၂၈။ န အန္တလိက္ခေ န သမုဒ္ဒမဇ္ဈေ၊
န ပဗ္ဗတာနံ ဝိဝရံ ပဝိဿ။
န ဝိဇ္ဇတိ သော ဇဂတိပ္ပဒေသော၊
ယတ္ထဋ္ဌိတံ နပ္ပသဟေယျ မစ္စု။

၁၂၈။ ကောင်းကင်၌ နေသော်၎င်း၊ သမုဒ္ဒရာ အလယ်၌ နေသော်၎င်း၊ တောင်ခေါင်းထည်း၌ ဝင်၍နေသော်၎င်း၊ သေခြင်းမှမလွတ်ရာ၊ သေမင်းမညည်းဆဲမနှိပ်စက်နိုင်သော အရပ်ဟူ၍ ဆံချည်တမျှင်စာမျှမရှိ။

128. Neither in the sky, nor in mid-ocean, nor in entering a mountain cave, is found the place on earth, where abiding one will not be overcome by death.

NINTH CHAPTER, EVIL.

၁၀-ဒဏ္ဍဝဂ်

၁-ဆဗ္ဗဂိုဏ်ထွာ

၁၂၉။ သဗ္ဗေ တသန္တိ ဒဏ္ဍဿ၊
သဗ္ဗေ ဘာယန္တိ မစ္စုနော။
အတ္တာနံ ဥပမံ ကတုာ၊
န ဟနေယျ န ဃာတယေ။

၁၂၉။ သတ္တဝါအားလုံးတို့သည် ဒုတ်လှံတံကို လန့်ကုန်၏၊
သေခြင်းကို ကြောက်ကုန်၏၊ (မိမိသည်လည်း ထိတ်လန့်ကြောက်
ရွံတတ်သော သတ္တဝါတစ်ဦး ဖြစ်သည်အတိုင်း) မိမိကိုယ်ကို
ပမာထား၍ အခြားသတ္တဝါတို့ကို မညှဉ်းဆဲရာ၊ မသတ်ဖြတ်ရာ၊

129. All tremble at the rod. All fear death. Comparing others with oneself, one should neither strike nor cause to strike.

၂-ဆဗ္ဗဂိုဏ်ထွာ

၁၃၀။ သဗ္ဗေ တသန္တိ ဒဏ္ဍဿ၊
သဗ္ဗေသံ ဇီဝိတံ ပိယံ။
အတ္တာနံ ဥပမံ ကတုာ၊
န ဟနေယျ န ဃာတယေ။

၁၃၀။ သတ္တဝါ အားလုံးတို့သည် ဒုတ်လှံတံကို လန့်ကုန်၏။
မိမိတို့၏ အသက်ကို ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။ (မိမိသည်လည်း ကိုယ်
အသက်ကို ချစ်မြတ်နိုးသော သတ္တဝါတို့ ဖြစ်သည်အတိုင်း)
မိမိကိုယ်ကို ပမာထား၍ အခြားသတ္တဝါတို့ကို မညှဉ်းဆဲမသတ်
ဖြစ်ရာ။

130. All tremble at the rod. To all life
is dear. Comparing others with oneself, one
should neither strike nor cause to strike.

၃ - သဗ္ဗဟုလကမာရဝတ္ထု

၁၃၁။ သုခကာမာနိ ဘူတာနိ၊
ယော ဒဏ္ဍေန ဝိဟိံ သတိ။
အတ္တနော သုခမေသာနော၊
ပေစ္စ သော န လဘတေ သုခံ။

၁၃၁။ သတ္တဝါတို့သည် ချမ်းသာကို အလိုရှိကုန်၏။ မိမိ၏
ချမ်းသာကို ရှာလျက် သူတပါးတို့ကို ဒုတ်လှံတံဖြင့် ညှဉ်းဆဲ
သော သူသည် တမလွန်ဘဝ၌ လူ့ချမ်းသာ၊ နတ်ချမ်းသာ၊
နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မရလေ။

131. Whoever, seeking his own happi-
ness, harms with rod pleasure-loving beings,
gets no happiness-hereafter.

*

၁၃၂။ သုခကာမာနိ ဘူတာနိ၊
 ယော ဒဏ္ဍေန န ဟိ သတိ။
 အတ္တနော သုခမေသာနော၊
 ပေစ္စံ သော လဘတေ သုခံ။

၁၃၂။ သတ္တဝါတို့သည် ချမ်းသာကို အလိုရှိကုန်၏။ မိမိ၏
 ချမ်းသာကိုရှာလျက် သူတပါးတို့ကို ဒုတ်လှံတံဖြင့် မညှဉ်းဆဲ
 သောသူသည် တမလွန်ဘဝ၌ လူ၊ နတ်၊ နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော
 ချမ်းသာကိုရလ၏။

132. Whoever, seeking his own happiness, with a rod molests not pleasure-loving beings, gets happiness hereafter.

၄-ကောဏ္ဍဓာနတ္ထေရဝတ္ထု

၁၃၃။ မာဝေါစ ဖရသံ ကဉ္စိ၊ ဝုတ္တာ ပဋိဝဒေယျ၊ တံ။
 ဒုက္ခာ ဟိ သာရမ္ဘကထာ၊ ပဋိဒဏ္ဍာ ဖုသေယျ၊ တံ။

၁၃၃။ တစုံတယောက်သော သူကိုမျှ ကြမ်းကြုတ်သော
 စကားကိုမဆိုလင့်၊ ကြမ်းကြုတ်သော စကားကိုဆိုလျှင် သင့်ကို
 လည်း သူတပါးတို့ပြန်၍ဆိုကုန်ရာ၏။ ချုတ်ချယ်လွန်ကျူးသော
 စကားသည် ဆင်းရဲဒုက္ခကို ဖြစ်စေတတ်၏။ သူတပါးကို ဒဏ်ပြု
 လျှင် မိမိလည်း ဒဏ်ပြန်ခံရ၏။

133. Speak not harshly to any one:
Those thus addressed will retort. Painful
indeed is vindictive speech. Exchange-blows
may touch you.

၁၃၄။ သစေ နေရေသိ အတ္တာနံ၊
ကံသော ဥပဟတော ယထာ။
သေ ပတ္တောသိ နိဗ္ဗာနံ၊
သာရမ္ဘော တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

၁၃၄။ အနားစုတ်ပျက် ကဲ့အက်၍ ပစ်ထားသောကြေးခွက်
သည် (ခေါင်းလောင်းသည်) အသံမထွက် ငြိမ်သက်သကဲ့သို့၊
မိမိကိုယ်ကို ငြိမ်သက်တည်ကြည်အောင် စောင့်ရှောက်သော
သူသည် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်၏။ ထိုသူ မှာချုတ်ချယ် လွန်ကျူးသော
သဘောမရှိ။

134. If, like a cracked gong,
You silence yourself;
You have already attained Nibbana:
No vindictiveness will be found
in you.

၅-ဥပေါသထိကဏ္ဍိနံဝတ္ထု

၁၃၅။ ယထာ ဒဏ္ဍေန ဂေါပါလော၊
ဂါဝေါ ပါဇေတိ ဂေါစရံ။
ဧဝံ ဇရာ စ မဇ္ဈိ၊
အာယံ ပါဇေန္တိ ပါဏိနံ။

၁၃၅။ နွားကျောင်းသားသည် နှင်တံဖြင့် နွားတို့ကိုကျက်
စားရာ မြက်ခင်းသို့ နှင်သကဲ့သို့၊ အိုခြင်း သေခြင်းသည် သတ္တ
ဝါတို့၏အသက်ကို သေမင်းနိုင်ငံသို့ပို့နှင်၏။

135. As with a staff a cowherd drives
his cattle to pasture;
Even so do death and decay
compel the life of beings.

၆-အဇဂရပေတဝတ္ထု

၁၃၆။ အထ ပါပါနိ ကမ္မာနိ၊ကရံ ဗာလော နဗုဇ္ဈတိ။
သေဟိ ကမ္မေဟိ ဒုမ္မေဓော၊ အဂ္ဂိဉ္စုဇောဝ တပ္ပတိ။

၁၃၆။ လူမိုက်သည် ယုတ်မာသော မကောင်းမှု တို့ကို
ပြုသော်လည်း ပြုမှန်းမသိ၊ ထိုသို့ပင် မသိသော်လည်း မိမိ၏
မကောင်းမှုတို့ကြောင့် မီးလောင်သကဲ့သို့ ဆင်းရဲပူပန်ရ၏။

136. When a fool does wicked deeds
he does not realise (their evil
nature).
By his own deeds the stupid man
is tormented, as if being burnt
with fire.

၇-မဟာမောဂ္ဂလ္လဘနတ္ထေရဝတ္ထု

၁၃၇။ ယော ဒဏ္ဍေန အဒဏ္ဍေသု၊ အပ္ပဒုဋ္ဌေသု ဒုဿတိ။
ဒသန္တမညတရံ ဌာနံ၊ ခိပ္ပမေဝ နိဂစ္ဆတိ။

၁၃၇။ အပြစ်ဒဏ်မရှိသောသူ၊ မပြစ်မှားထိုက်သော သူတို့
ကို ဒုတ်လှံတံစသည်ဖြင့် ပြစ်မှားကျူးလွန်သော သူသည် ဒုက္ခ
ရောက်ကြောင်း ဒဏ်ဆယ်ပါးတို့တွင် တပါးပါးသို့ အမြန်
ရောက်တတ်၏။

137. He who inflicts punishments on those
that do not deserve, and offends those that
are harmless, soon will come to one of
these ten states:—



၁၃၈။ ဝေဒနံ ဖရူသံ ဇာနိံ၊ သရီရဿ ဝ ဘေဒနံ။
ဂရုကံ ဝါပိ အာဗာဓံ၊ စိတ္တက္ခေပံ ဝ ပါပုဏေ။

၁၃၈။ (ဒဏ်ဆယ်ပါးဟူသည်ကား) ပြင်းထန်သော ရောဂါ
ဝေဒနာ ခံစားရခြင်း၊ ဥစ္စာပစ္စည်း ပျက်စီးဆုံးပါး ခံရခြင်း၊
လက်ပြတ် ခြေပြတ် စသည်ဖြင့် ကိုယ်အင်္ဂါ ပျက်စီးခံရခြင်း၊
နှုတ်စသော ကြီးကျယ်သော အနာမျိုးကို ခံစားရခြင်း၊
ရူးသည် အဖြစ်သို့ရောက်ရခြင်း။

*

၁၃၉။ ရာဇတော ဝါ ဥပသဂ္ဂံ၊ အဗ္ဘက္ခာနံ ဝ ဒါရုဏံ။
ပရိက္ခယံ ဝ ဉာတိနံ၊ ဘောဂါနံ ဝ ပဘဂ္ဂံရံ။

၁၃၉။ မင်းဘေးသင့်၍ စည်းစိမ်ချမ်းသာ ပျက်စီးခံရခြင်း၊
ကြမ်းကြုတ်စွာ အစွပ်စွဲခံရခြင်း၊ မိမိ၏မိခင်ဆရာ ဆွေမျိုးအဆက်
ပြတ် ပျက်စီးခြင်းနှင့် တွေ့ရခြင်း၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာ အခြေအနေ
ပြောင်းလဲ ပျက်စီးခံရခြင်း။

*

၁၄၀။ အထ ဝါယ အဂါရာနိ၊ အဂ္ဂိ ဒုဟတိ ပါဝကော။
ကာယဿ ဘေဒါ ဒုပ္ပညော၊ နိရယံ သောပပဇ္ဇတိ။

၁၄၀။ မိမိအိမ်ကို မိုးကြိုးလောင်မီး သော်၎င်း၊ ပကတိ
မီးသော်၎င်း အလောင်ခံရခြင်း၊ (ဤကား ဒဏ်ဆယ်ပါးတည်း၊)
၎င်းဆယ်ပါးတို့တွင် တပါးပါးကို ခံရတတ်၏၊ သေလွန်ပြီး
သော အခါ၌လည်း ထိုသူမိုက်သည် ငရဲ၌ဖြစ်ရ၏။

138, 139, 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 a heavy accusation, or loss of relatives, or the destruction of wealth, or a ravaging fire will burn his houses. Upon the dissolution of the body this unwise man will be born in hell.

ဂ-ဗဟုဘဏ္ဍိကဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၄၁။ န နဂ္ဂစရိယာ န ဇဋ္ဌာ န ပင်္ကာ၊
 နာနာသကာ ထဏ္ဍိလသာယိကာဝါ။
 ရုဇောဇလ္လံ ဥက္ကုဋ္ဌိကပ္ပဓာနံ၊
 သောဓေန္တိ မစ္စံ အဝိတိဏ္ဏကင်္ခံ။

၁၄၁။ အဝတ်မဝတ်ဘဲ ကျင့်ခြင်း၊ ဆံကျပ်ထုံးခြင်း၊ ရွံညှန်
 အလိမ်းလိမ်းကပ်၍ ကျင့်ခြင်း၊ အစာဖြတ်၍ ကျင့်ခြင်း၊ မြေ၌
 အိပ်၍ကျင့်ခြင်း၊ မြူမှုန့်အလိမ်းလိမ်း တင်စေလျက် ကျင့်ခြင်း၊
 ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်၍ ကျင့်ခြင်းစသည်တို့သည် သစ္စာလေးပါး၌
 ယုံမှားခြင်းသဘော မကင်းသေးသော သတ္တဝါအပေါင်းကို
 ကိလေသာ အညစ်အကြေးမှ မစင်ကြယ်စေနိုင်ကုန်။

141. Not wandering naked, nor matted locks, nor filth, nor fasting, nor lying on the ground, nor dust and dirt, nor striving, squatting on the heels, can purify a mortal who has not overcome doubts.

၉-သန္တတိမဟာမတ္တဝတ္ထု

၁၄၂။ အလင်္ကတော စေပိ သမံ စရေယျ၊
သန္တော ဒန္တော နိယတော ဗြဟ္မစာရီ။
သဗ္ဗေသု ဘူတေသု နိဓာယ ဒဏ္ဍံ၊

သော ဗြာဟ္မဏော သော သမဏော သ ဘိက္ခု။

၁၄၂။ ကိလေသာငြိမ်းပြီး၊ မျက်စိစသော ဣန္ဒြေကိုလည်း ဆုံးမပြီး၊ ခိုင်မြဲသော သဘောလည်းရှိ၊ မြတ်သောအကျင့်ကိုလည်း ကျင့်လေ့ရှိ၍ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ်၌ ညှဉ်းဆဲခြင်း သဘောကို ပယ်ပြီးဖြစ်သော သူသည်၊ ဝတ်စားတန်ဆာ လှပစွာဝတ်ဆင်သော်လည်း၊ မကောင်းမှုကို ပယ်ပြီးဖြစ်သောကြောင့် ဗြာဟ္မဏလည်းမည်၏၊ ကိလေသာငြိမ်းပြီးသောကြောင့် သမဏလည်းမည်၏၊ ကိလေသာကို ဖျက်ဆီးပြီး ဖြစ်သောကြောင့် ဘိက္ခုလည်းမည်၏။

142. Even though he be gaily decked, if he should live in peace, subdued, controlled, certain, pure, laying aside the cudgel towards all living beings,—a Brahman indeed is he, an ascetic is he, a monk is he.

၁၀-ပိလောတိကတိဿတ္ထေရဝတ္ထု

၁၄၃။ ဟိရီနိသေဓော ပုရိသော၊
ကောစိ လောကသ္မိ ဝိဇ္ဇတိ။

ယော နိဒ္ဒံ အပဗောဓေတိ၊

အဿော ဘဒြော ကသာမိဝ။

၁၄၃။ မြင်းကောင်းသည် ကြိမ်လုံးအခတ်ခံရခြင်းမှ ကင်း
လွတ်သကဲ့သို့၊ ကဲ့ရဲ့ဘွယ်ကင်းလွတ်သော မကောင်းမှုမှ ရှက်
တတ်သဖြင့် ကိလေသာ အညစ်အကြေးကို ပယ်သောသူတော်
ကောင်းသည် လောက၌အလွန်ရှားပါး၏။

143. (Rarely) is found in this world
any one who, restrained by modesty, avoids
reproach, as a thorough-bred horse, the
whip.

*

၁၄၄။ အသော ယထာ ဘဒြော ကသာ နိဝိဋ္ဌော၊
အာတာပိနော သံဝေဂိနော ဘဝါထ။
သဒ္ဓါယ သီလေန စ ဝီရိယေန စ။
သမာဓိနာ ဓမ္မဝိနိစ္ဆယေန စ။
သမ္ပန္နဝိဇ္ဇာစရဏာ ပတိဿတာ၊
ဇဟိဿထ ဒုက္ခမိဒံ အနပ္ပကံ။

၁၄၄။ ကြိမ်လုံး အတို့ခံရသော မြင်းကောင်း ကဲ့သို့ လုံးလ
ထက်သန်ကြကုန်သော သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲကို ငြီးငွေ့ထိတ်လန့်ကြ
ကုန်သော၊ ယုံကြည်ခြင်း၊ အကျင့်သီလရှိခြင်း၊ လုံ့လရှိခြင်း၊
တည်ကြည်ခြင်း၊ တရားသဘောမှန်သိ၍ ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ ဝိဇ္ဇာသုံး
ပါးဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး၊ စရဏ တဆဲ့ငါးနှင့် ပြည့်စုံခြင်း သတိရှိခြင်း
အားဖြင့် အတိုင်းမသိအလွန်ရှည်လျှားလှသော ဤဝဋ်ဆင်းရဲကို
ပယ်ကြကုန်လော့။

144. Like a well-trained horse when touched by the whip, let a man be active. Let him throw off this load of misery by faith, goodness, concentration, understanding of the Law, and wisdom.

၁၁-သုခသာမဏေရဝတ္ထု

၁၄၅။ ဥဒကံ ဟိ နယန္တိ နေတ္တိကာ၊
ဥသုကာရာ နမယန္တိ တေဇနံ။
ဒါရုံ နမယန္တိ တစ္ဆကာ၊
အတ္တာနံ ဒမယန္တိ သုဗ္ဗတာ။

၁၄၅။ လယ်လုပ်ယောက်ျား ရေယူသမားတို့သည် ရေကို လိုရာအရပ်သို့ သွယ်ယူကုန်၏။ လေးသမားတို့သည် မြားကိုဖြောင်း ကုန်၏။ လက်သမားတို့သည်သစ်ကို လိုသလိုရအောင် ရွှေ့ကုန် ၏။ ဆိုဆုံးမလွယ်သောသူတော်ကောင်းတို့သည် မိမိကိုယ်ကို ဆုံး မကုန်၏။

145. Verily, the irrigators lead the water,
Fletchers fashion the arrow,
Carpenters bend the wood,
The good control themselves.

TENTH CHAPTER, PUNISHMENT

၁၁-ဇရာဝဂ်

၁-ပဉ္စသတဉ္စပါသိကာဝတ္ထု

၁၄၆။ ကော နု ဟာသော ကိမာနန္ဒော၊
နိဝ္ဗံ ပဇ္ဇလိတေ သတိ။
အန္ဓကာရေန ဩနဒ္ဒါ၊
ပဒီပံ န ဂဝေသထ။

၁၄၆။ (မိမိကိုယ်၌)အမြဲမပြတ် ကိလေသာမီး တည်းညီး
ဘောက်လောင်နေပါလျက် အဘယ်ကြောင့် ရယ်ရွှင်အားရ
နှစ်သက်နေကြသနည်း တရားမှန်ကို မသိခြင်း တည်းဟူသော
အဝိဇ္ဇာမှောင်တိုက်ကြီး ပိတ်ဆီးနေပါလျက် သင်တို့သည် အ
ဘယ်ကြောင့် ပညာတည်းဟူသော ဆီမီးအလင်းရောင်ကို မရှာ
ကြသနည်း။

146. What is laughter, what is joy,
when the world is ever burning?
Shrouded by darkness, would you
not seek a light?

၂-သိရိမာဝတ္ထု

၁၄၇။ ပဿ စိတ္တကတံ ဗိဗ္ဗံ၊ အရူကာယံ သမုဿိတံ။
အာတုရံ ဗဟုသင်္ကပ္ပံ၊ ယဿ နတ္ထိ ဓုဝံဌိတိ။

၁၄၇။ အဝတ်တန်ဆာတို့ဖြင့် အဆန်းတကြယ် ဖြစ်သော၊
အနာရောဂါတို့၏ စုပေါင်းရာဖြစ်သော၊ အရိုးတို့ဖြင့် ဆောက်
လုပ်အပ်သော၊ နာကျင်တတ်သော လူတို့သည် အထူးထူး အ
ပြားပြား များစွာကြံဆအပ်သော ဤခန္ဓာကိုယ်ကို ရှုလော့။

147. Behold this beautiful body, a heaped up (lump), a pile-up, infirm, much thought of, in which nothing lasts, nothing persists.

၃-ဥတ္တရာထေရီဝတ္ထု

၁၄၈။ ပရိဇိဏ္ဍမိဒံ ရူပံ၊ ရောဂနိဋ္ဌံ ပဘဂ္ဂံရံ။
ဘိဇ္ဇတိ ပူတိသန္ဓေဟော၊ မရဏန္တံ ဟိ ဇီဝိတံ။

၁၄၈။ ဤခန္ဓာကိုယ်ရုပ်သည် ဆွေးမြေ့ ဟောင်းမြင်း အိုမင်း
တတ်၏။ အနာရောဂါတို့၏ တည်ရာလည်းဖြစ်၏။ အပုပ်ရည်
အမြဲယိုစီး၍ ပုပ်ဆွေး ပျက်စီးတတ်၏။ အသက်ရှင်ခြင်းသည်
သေခြင်းလျှင်အဆုံးရှိ၏။

148. Thoroughly worn out is this body,
a nest of disease, perishable;
This putrid mass breaks up.
Verily, life ends in death.

၄-သဗ္ဗဟုလအဓိမာနိကဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၄၉။ ယာနိမာနိ အပတ္တာနိ၊ အလာဗ္ဗ နေဝ သာရဒေ။
ကာပေါတကာနိ အဋ္ဌိနိ၊ တာနိ ဒိသ္မာန ကာ ရတိ။

၁၄၉။ ခိုအဆင်းကဲ့သို့ (ဖြူမဲ့သောအဆင်းရှိသည်) အရိုးတို့
သည် တန်ဆောင်မုန်းလ ရာသီ၌ ဖရိုဖရဲ စွန့်ပစ်ထား
သော ဘူးတောင်းနှင့် တူကုန်၏။ ထိုအရိုး တို့ကို ကြည့်ရှု
သဖြင့် သင်တို့မှာ အဘယ်နှစ်သက် မေ့လျော့ဘွယ်ရှိအံ့နည်း။

149. Like gourds cast away in autumn
are these dove-hued bones;
What pleasure is there in looking
at them?

၅-ဇနပဒကလျာဏိရူပနန္ဒာထေရီဝတ္ထု

၁၅၀။ အဋ္ဌိနံ နဂရံ ကတံ၊
မံသလောဟိတလေပနံ။

ယတ္ထ ဇရာ စ မဇ္ဈ စ၊
မာနော မက္ခော စ သြဟိတော။

၁၅၀။ အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ မာန်ထောင်လွှားခြင်း၊ သူတပါး
တို့၏ဂုဏ်ကို ဖျက်ဆီးခြင်း သဘောတို့၏ တည်ရာ ဖြစ်သည့်
ဤခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသောမြို့ကို အရိုးတို့ဖြင့် ဆောက်လုပ်၏။
အသားအသွေးတို့ဖြင့် လိမ်းကျံမှုမ်းမံ၏။

150. Of bones is (this) city made,
Plastered with flesh and blood;
Wherein are deposited decay and
death.
Conceit and detraction.
-

၆-မလ္လိကာဒေဝီဝတ္ထု

၁၅၁။ ဇီရန္တိ ဝေ ရာဇရထား သုစိတ္တာ၊
အထော သရီရမ္ပိ ဇီရံ ဥပေတိ။
သတဉ္စ ဓမ္မော န ဇရံ ဥပေတိ၊
သန္တော ဟဝေ သမ္ဘိ ပဝေဒယန္တိ။

၁၅၁။ အဆန်းတကြယ် တန်ဆာဆင်အပ်ကုန်သော မင်းစီး
ရထားတို့သည် ဆွေးမြေ့ဟောင်းမြင်း အိုမင်းကုန်၏။ ထို့အတူ
ခန္ဓာကိုယ်သည်လည်း ဆွေးမြေ့အိုမင်း၏။ သူတော်ကောင်းတို့၏
တရားသည်ကား ဆွေးမြေ့ဟောင်းမြင်း အိုခြင်းမရှိ၊ သူတော်
ကောင်းတို့သည် သူတော်ကောင်းတရားကို သူတော်ကောင်းတို့
နှင့် နှိုးနှောဟောပြောကုန်၏။

151. Even the ornamented royal chariots
wear out,
The body too approaches old age.
But the Dhamma of the Good
decays not;
Thus do the Good reveal (it) among
the Good.

၇-လာဠုဒါယိထေရဝတ္ထု

၁၅၂။ အပ္ပဿတယံ ပုရိသော၊ ဗလိဗဒ္ဓေါ ဇီရတိ။
မံသာနိ တဿ ဝေုန္တိ၊ ပညာ တဿ န ဝေုတိ။

၁၅၂။ အကြားအမြင် ပညာနည်းပါးသော သူသည် နှား
ကဲ့သို့အို၍သွားလေ၏။ ထိုသူမှာ အသားသာပွား၍ ပညာကား
မပွားလေ။

152. This man of little learning grows
old like the bull,
His muscles grow, his wisdom
waxes not.

၈-ဥဒါနဝတ္ထု

၁၅၃။ အနေကဇာတိသံသာရံ၊ သန္ဓာဝိဿံ အနိဗ္ဗိသံ။
ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊ ဒုက္ခာ ဇာတိ ပုနပ္ပုနံ။

၁၅၃။ (မြတ်စွာဘုရားသည် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူ
သောအခါ ဥဒါန်းကြီးတော်မူသော ၂-ဂါထာ) ခန္ဓာကိုယ်
တည်းဟူသော အိမ်ကိုဆောက်လုပ်သော လက်သမားကို (လက်
သယ်ကို)ရှာခဲ့ပါသော်လည်း၊ ၎င်းလက်သမားကို မြင်နိုင်သော
ဉာဏ် မရှိသောကြောင့် မရေတွက်နိုင်သော ဘဝများစွာ
သံသရာကာလပတ်လုံး ငါကျင်လည်ခဲ့ရလေပြီ၊ အဖန်ဖန် ပဋိ
သန္ဓေနေရခြင်းသည် ဆင်းရဲလှ၏။

*

၁၅၄။ ဂဟကာရက ဒိဋ္ဌောသိ၊ ပုန ဂေဟံ န ကာဟသိ။
 သဗ္ဗာ တေ ဖာသုကာ ဘဂ္ဂါ၊ ပဟကူဋံ ဝိသင်္ခတံ။
 ဝိသင်္ခါရဂတံ စိတ္တံ၊ တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ။

၁၅၄။ ခန္ဓာကိုယ် တည်းဟူသော အိမ်ကိုဆောက်လုပ်တတ်
 သော အို-တဏှာလက်သမား၊ သင့်ကို (ပညာ မျက်စိဖြင့်)
 ခုငါတွေ့မြင်ရပြီ၊ ဤခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော အိမ်ကိုသင်နေောင်
 တဖန် မဆောက်လုပ်ရလတ္တံ့၊ သင်၏ကံလောသ တည်းဟူသော
 အခြင်နံရိုးတို့ကို ငါချိုးဖျက်အပ်ပြီ၊ အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အိမ်
 ခေါင်ထွဋ်ကို ဖျက်ဆီးအပ်ပြီ၊ ငါ၏စိတ်သည် ပြုပြင်ခြင်းကင်း
 ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ပြီ၊ တဏှာ၏ကုန်ရာ အရာဘတ္တဖိုလ်ကိုရပြီ။

153-154. Through many a birth in Sansara
 wandered I,

Seeking but not finding, the builder of this
 house.

Sorrowful is repeated birth.

O house-builder! you are seen.

You shall build no house again.

All your rafters are broken, your ridge-pole
 is shattered.

To dissolution (Nibbana) goes my mind.
 Achieved is the end of craving.

၉-မဟာဓနသေဌိဝတ္ထု

၁၅၅။ အစရိတော ဗြဟ္မစရိယံ၊ အလဒ္ဓါ ယောဗ္ဗနေ ဓနံ။

ဇိဏ္ဏကောဉ္ဇာဝ စာယန္တိ၊ ခိဏမစ္ဆေဝ ပလ္လလေ။

၁၅၅။ အရွယ်ရှိခိုက် သူတော်ကောင်း အကျင့်ကိုလည်း မကျင့်၊ ဥစ္စာပစ္စည်းကိုလည်းရအောင် အားမထုတ်သော သူမိုက် တို့သည် (အရွယ်လွန်သောအခါ) ရေခန်း၍ ငါးမရှိသောညွန့် ပြင်၌ အတောင်ကုန်ပြီးသော ကြိုးကြာအိုတို့ကဲ့သို့ ကြံ့မိုင်၍ သာ နေကြရကုန်၏။

155. They who in youth have not led the Holy Life, (or) have not obtained wealth, pine away like old herons on a pond without fish.

✽

၁၅၆။ အစရိတော ဗြဟ္မစရိယံ၊ အလဒ္ဓါ ယောဗ္ဗနေ ဓနံ။

သေန္တိ စာပါတိခိဏာဝ၊ ပုရာဏာနိ အနုတ္တုနံ။

၁၅၆။ အရွယ်ရှိခိုက် သူတော်ကောင်း အကျင့်ကိုလည်း မကျင့်၊ ဥစ္စာပစ္စည်းကိုလည်းရအောင် အားမထုတ်သော သူမိုက် တို့သည် (အရွယ်လွန်သောအခါ) လေးမှလွတ်လိုက် ပြီးသည် နောက် အဟုန်ကုန်သော မြားတို့ကဲ့သို့အားမရှိဘဲ ရှေးဖြစ် ဟောင်းတို့ကိုသာညည်းတူးအောက်မေ့ကာနေကြရလေကုန်၏။

156. They who in youth have not led the Holy life, (or) have not obtained wealth, lie like worn-out bows, sighing after the past.

ELEVENTH CHAPTER, OLD AGE.

၁၂-အတ္တဝဂ်

၁-ဗောဓိရာဇကုမာရဝတ္ထု

၁၅၇။ အတ္တာနဉ္စေ ပိယံ ဇညော၊ ရက္ခေယျ နံ သုရက္ခိတံ။
တိဏ္ဍိ အညတရံ ယာမံ၊ ပဋိဇဂ္ဂေယျ ပဏ္ဍိတော။

၁၅၇။ မိမိကိုယ်ကိုချစ်လျှင် (အကုသိုလ် မဖြစ်စေရအောင်၊
ကုသိုလ်ပွားများအောင်) မိမိကိုယ်ကိုကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်
ရ၏။ အရွယ်သုံးပါးတို့တွင် (အနည်းဆုံး) တပါးပါးသော
အရွယ်၌၊ ပညာရှိသော သူသည် မိမိကိုယ်ကို အကုသိုလ်မှ
စင်ကြယ်အောင် စောင့်ရှောက်ရ၏။

157. If one knows that self is dear
(unto oneself), one should protect oneself
well- During any of the three watches the
wise man should keep vigil.

၂-ဥပနန္ဒသကျပုတ္တတ္ထေရဝတ္ထု

၁၅၈။ အတ္တာနမေဝ ပဌမံ၊
ပဋိရူပေ နိဝေသယေ။
အထညမနုဿာသေယျ၊
န ကိလိဿေယျ ပဏ္ဍိတော။

၁၅၈။ ရှေးဦးစွာမိမိကိုယ်တိုင် သင့်လျော်ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ကိုကျင့်ရာ၏။ နောက်မှသူတပါးတို့ကို ဟောပြောဆုံးမ ရာ၏။ ထိုသို့ကျင့်သော ပညာရှိသည် (သူတပါးတို့ ကဲ့ရဲ့ခြင်း ဘေးမှ ကင်းလွတ်၍) စိတ်ပင်ပန်းညစ်နွမ်းခြင်းမဖြစ်ရာ။

158. One should first establish oneself in what is proper,

Then only should one instruct another.

Such a wise man will not be reproached.

၃-ဗောဓိကတိဿတ္ထေရဝတ္ထု

၁၅၉။ အတ္တာနုဉ္ဇေ တထာ ကယိရာ၊

ယထာညမနုဿာသတိ။

သုဒန္တော ဝတ ဒမေထ၊

အတ္တာ ဟိ ကိရ ဒုဒ္ဓမော။

၁၅၉။ သူတပါးကို ဆုံးမသကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမရာ၏။ (သူတပါးအား ဟောသောတရားကို မိမိကျင့်ရာ၏) မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာဆုံးမပြီးမှ သူတပါးကိုဆုံးမရာ၏။ မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမ ရန်ကား အလွန်ခဲယဉ်း၏။

159. As he instructs others, so should he himself act,

Himself fully controlled, he should control others:

For difficult, indeed, is self control.

၄-ကုမာရကဿပမာတာဝတ္ထု

၁၆၀။ အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော၊
 ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ။
 အတ္တနာ ဟိ သုဒန္တေန၊
 နာထံ လဘတိ ဒုလ္လဘံ။

၁၆၀။ မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်ရာဖြစ်၏။ သူတပါးသည် မိမိ၏ကိုးကွယ်အားထားရာ အဘယ်မှာ ဖြစ်ရာအံ့နည်း။ မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာဆုံးမခြင်းအားဖြင့် ရခဲလှသည့် နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကိုးကွယ်ရာကိုရလေ၏။

160. Self is the refuge of self; for who else could refuge be? By a fully controlled self one obtains refuge which is hard to gain.

၅-မဟာကာလဥပါသကဝတ္ထု

၁၆၁။ အတ္တနာ ဟိ ကတံ ပါပံ၊ အတ္တဇံ အတ္တသမ္ဘဝံ။
 အဘိမတ္ထတိ ဒုဗ္ဗေဓံ၊ ဝဇီရံဝ'သ္မမယံ မဏိ။

၁၆၁။ ကျောက်မှဖြစ်သော (ဝရဇိန်) စိန်သည်မိမိ၏မှီရာဖြစ်သော ထိုကျောက်ကိုပင်လျှင် ထွင်းဖောက်ဖျက်ဆီး သကဲ့သို့၊ မိမိပြုသော၊ မိမိ၌ဖြစ်သော၊ မိမိကြောင့်ဖြစ်သော မကောင်းမှုသည် ထိုသူမှိုက်ကိုပင်လျှင် ဖျက်ဆီးလေ၏။

161. By oneself alone is evil done; it is self-born, and self-caused.

Evil grinds the unwise as a diamond, a hard gem.

၆-ဒေဝဒတ္တဝတ္ထု

၁၆၂။ ယထာ အစ္စန္တဒုဿိလုံ၊
မာလုဝါ သာလမိခဝါတ္ထတံ။
ကရေတိ သော တထ'တ္တာနံ၊
ယထာ နံ ဣစ္ဆတိဒိသော။

၁၆၂။ မာလောန္တယ်သည် (မိမိ၏မှီရာဖြစ်သော) အင်ကြင်းပင်ကို လွှမ်းမိုးသကဲ့သို့၊ သီလမရှိခြင်း၏ အရင်းခံအစစ်ဖြစ်သည့် တဏှာ အလွမ်းမိုးခံရသော သူသည် မိမိအကျိုးမဲ့ကို ရန်သူအလိုရှိသည်အတိုင်း၊ မိမိကိုယ်တိုင်ပင် ပြုလုပ်လေ၏။

162. He who is exceedingly corrupt, like a Maluva creeper strangling a Sal tree, does to himself just what an enemy would wish for him.

၇-သံသဘောဒပရိသက္ကနဝတ္ထု

၁၆၃။ သုကရာနိ အသာဓုနိ၊ အတ္တနော အဟိတာနိ စ။
ယံ ဝေ ဟိတဉ္စ သာဓုဉ္စ၊ တံ ဝေ ပရမဒုက္ကရံ။

၁၆၃။ (အပြစ်မကင်းသဖြင့်) ကောင်းလည်း မကောင်း၊
မိမိ၏ အကျိုးလည်း မရှိကုန်သော အမှုတို့ကိုပြုရန် လွယ်၏၊
အကျိုးလည်းရှိ၊ (အပြစ်ကင်းသဖြင့်) ကောင်းလည်း ကောင်း
သော အမှုကိုပြုရန် အလွန်ခဲယဉ်း၏။

163. Easy to do are things that are bad
and not beneficial to self;
But very, very hard to do indeed
is that which is beneficial and
good.

၈-ကာလတ္ထေရဝတ္ထု

၁၆၄။ ယော သာသနံ အရဟတံ၊ အရိယာနံ ဓမ္မဇီဝိနံ။
ပဋိက္ခောသတိ ဒုဓမ္မဇော၊ ဒိဋ္ဌိ နိဿာယ ပါပိကံ။
ဖလာနိ ကဋ္ဌကဿေဝ၊ အတ္တဃာတာယ ဖလ္လတိ။

၁၆၄။ ပညာမရှိသော သူသည် ယုတ်မာသော အယူ
(သဘော)ဖြင့်၊ တရားနှင့်အညီ အသက်မွေး၍ ပူဇော်အထူးကို
ခံထိုက်ကုန်သည့် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဟောပြော ဆုံးမသော
တရားကို ရှုတ်ချတားမြစ်၏၊ (ထိုသူမိုက်၏ ယုတ်မာသောသဘော
သည်) ဝါးပင်၏အသီးတို့သည် ထိုးဝါးပင်ကိုပင်သတ်ရန် သီး
ကုန်သကဲ့သို့၊ မိမိကိုယ်ကိုအကျိုးမဲ့ ပျက်စီးစေရန်သာ ဖြစ်၏။

164. The ignorant man who, on account of false views, scorns the Teaching of the Worthy, the Noble, and the Righteous, fructifies,—like the fruits of the Kashta reed, only for self-destruction.

၉-စူဠကလ္ပာလဂ္ဂပါသကဝတ္ထု

၁၆၅။ အတ္တနာ ဟိ ကတံ ပါပံ၊ အတ္တနာ သံကိလိဿတိ။
 အတ္တနာ အကတံ ပါပံ၊ အတ္တနာဝ ဝိသုဇ္ဈတိ။
 သုဒ္ဓိ အသုဒ္ဓိ ပစ္စတ္တံ၊ နာညော အညံ ဝိသောဓယေ။

၁၆၅။ မကောင်းမှုကို မိမိပြုလျှင် မိမိသည်ပင် ပူပန်ညစ်ညူးရ၏။ မကောင်းမှုကို မိမိမပြုလျှင် မိမိသည်ပင် စင်ကြယ်၏။ မိမိ၏ စင်ကြယ်ခြင်း၊ မစင်ကြယ်ခြင်းကို မိမိသည်ပင် ပြုလုပ်၏။ တယောက်သောသူသည် အခြားသူတယောက်ကို ကိလေသာ အညစ်အကြေးမှ စင်ကြယ်အောင် မသုတ်သင်နိုင်။

165. By oneself alone is evil done, by oneself is one defiled.
 By oneself is evil avoided, by oneself alone is one purified.
 Purity and impurity depend on oneself.
 No one can purify another.

၁၀-အတ္တဒတ္တဇ္ဇေရဝတ္ထု

၁၆၆။ အတ္တဒတ္တံ ပရတ္တေန၊ ဗဟုနာပိ န ဟာပယေ။
 အတ္တဒတ္တမဘိညာယ၊ သဒတ္တပသုတော သိယာ။

၁၆၆။ သူတပါး၏ များစွာသော အကျိုးစီးပွား အတွက်
 ကြောင့် မိမိ၏အကျိုးစီးပွားကို မဆုတ်ယုတ်စေရာ၊ မိမိ၏
 အကျိုးစီးပွားကို ကောင်းစွာသိ၍၊ မိမိ၏အကျိုးစီးပွား တိုးပွား
 အောင် လေ့ကျင့်အားထုတ်ရာ၏။

166. Because of others' welfare, however great, one's own welfare should not be neglected. Well perceiving one's own welfare, be zealous regarding self-interest.

TWELFTH CHAPTER, THE SELF.

၁၃-လောကဝဂ်

၁-ဒဟရဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၆၇။ ဟီနံ ဓမ္မံ န သေဝေယျ၊
ပမာဒေန န သံဝသေ။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိံ န သေဝေယျ၊
န သိယာ လောကဝုဇ္ဇော။

၁၆၇။ ယုတ်မာသော ကိလေသာတရားကို မမှီဝဲရာ၊ မေ့
မေ့လျော့လျော့မနေရာ၊ မှားသော အယူကို မယူရာ၊ လောက
ကြီးပွားရေးအတွက် သက်သက် မဖြစ်ရာ။

167. Do not follow mean things, live
not in heedlessness;
Do not embrace false views, do
not be a world-upholder.

၂-သုဒ္ဓေါဒနဝတ္ထု

၁၆၈။ ဥတ္တိဋ္ဌေ နပ္ပမဇ္ဇေယျ၊ ဓမ္မံ သုစရိတံ စရေ။
ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊ အသ္မိံ လောကေ ပရမိစ။

၁၆၈။ ထကြွလုံ့လရှိရ၏၊ သတိမမေ့ရာ၊ သူတော်ကောင်း
အကျင့်ကို ကောင်းစွာ ကျင့်ရ၏၊ တရားကျင့်သော သူသည်
ဤဘဝ၌၎င်း၊ တမလွန် ဘဝ၌၎င်း၊ ချမ်းသာစွာ နေရ၏။

168. Be alert ! Be not heedless ! Lead a righteous life. The righteous live happily both in this world and in the next.

*

၁၆၉။ ဓမ္မံ စရေ သုစရိတံ၊ န နံ ဒုစရိတံ စရေ။
ဓမ္မစာရီ သုခံ သေတိ၊ အသ္မိလောကေ ပရမိတ။

၁၆၉။ သူတော်ကောင်းတရားကို ကောင်းစွာ ကျင့်ရာ၏၊
မကောင်းသဖြင့် မကျင့်ရာ၊ သူတော်ကောင်းတရားကို ကျင့်သော
သူသည် ဤဘဝ၌၎င်း၊ တမလွန် ဘဝ၌၎င်း ချမ်းသာစွာ
နေရ၏။

169. Lead a righteous life, but not one that is corrupt. The righteous live happily both in this world and in the next.

၃-ပဉ္စသတဝိပဿကဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၇၀။ ယထာ ပုဗ္ဗုဠကံ ပဿေ၊ ယထာ ပဿေ မရီစိကံ။
ဧဝံ လောကံ အဝေက္ခန္တိ၊ မစ္စုရာဇာ န ပဿတိ။

၁၇၀။ (ရုပ်နာမ် အစုအဝေးဖြစ်သော)လောကကို ရေမြုပ်
ပမာ (ဖြစ်၍ ပျက်တတ်သည်ဟု၎င်း၊ တံလျှပ်အသွင်)ထင်တိုင်း
မဟုတ်ဟု၎င်း ရှုဆင်ခြင်သောသူကို သေမင်းသည် မမြင်နိုင်
လေ။

၇-ပေသကာရဓိတာဝတ္ထု

၁၇၄။ အန္တဘူတော အယံ လောကော၊
 တနုကေ'တ္ထ ဝိပဿတိ။
 သကုဏော ဇာလမုတ္တောဝ၊
 အပ္ပေါ သဂ္ဂါယ ဂစ္ဆတိ။

၁၇၄။ ဤလောက (ဤလောကီ လူအပေါင်း) သည်
 (ပညာမျက်စိ မရှိသဖြင့်) အမှိုက်အကန်းဖြစ်၏။ ဤလောက၌
 မြင်သောသူ (အနိစ္စစသော သဘောကို ရှုမြင်သောသူ) နည်း
 ပါး၏။ ပိုက်ကန်မှ လွတ်ထွက်သော ငှက်အနည်းငယ်သာ
 ရှိသကဲ့သို့၊ လူအနည်းငယ်မျှသာ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်သို့သွား၏။

174. Blind is this world; few are there
 who clearly see. As birds that escape from
 a net a few go to a blissful state.

၈-တိံသဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၇၅။ ဟံသာ' ဒိစ္စပထေ ယန္တိ၊
 အာကာသေ ယန္တိ ဣဒ္ဓိယာ။
 နိယန္တိ ဓီရာ လောကမ္ပာ၊
 ဇေတွာ မာရံ သဝါဟိနိ။

၁၇၅။ ဟင်္သာတို့သည် ကောင်းကင်၌ သွားကုန်၏။ ဣဒ္ဓိ
 ပါဒ်လေးပါးတို့ကို လေ့လာပွားများပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်
 တန်ခိုးဖြင့်ကောင်းကင်၌ သွားကုန်၏။ ပညာရှိတို့သည် စစ်သည်
 ဗိုလ်ပါနှင့်တကွသော မာရ်မင်းကို နိုင်နင်း၍ လောကမှ ထွက်
 မြောက်ကုန်၏။

175. Swans travel on the path of the sun;
 (men) travel through air by psychic powers.
 The wise are led away from the world,
 having conquered Mara and his host.

၉-စိဉ္စမာဏဝိကာဝတ္ထု

၁၇၆။ ကေ ဓမ္မံ အတိတဿ၊ မုသာဝါဒီဿ ဇန္တုနော။
 ဝိတိဏ္ဏပရလောကဿ၊ နတ္ထိ ပါပံ အကာရိယံ။

၁၇၆။ သစ္စာတည်း ဟူသော အမှန်ကရားကို လွန်ကျူး၍၊
 မဟုတ်မမှန်သော စကားကိုလည်း ဆိုလေ့ရှိ၊ နောင်ဘဝအတွက်
 ဆင်ခြင် စဉ်းစားခြင်းလည်း အသျှင်းမရှိသော သူမှာ မပြုနိုင်
 မည့် မကောင်းမှုဟူ၍မရှိ၊ (မကောင်းမှု ဟူသမျှကို ပြုလုပ်နိုင်
 မည်သာတည်း။)

176. There is no evil that cannot be
 done by a lying person, who has transgressed
 the one law, and who is indifferent to a
 world beyond.

၁၀-အသဒိသဒါနဝတ္ထု

၁၇၇။ န ဝေ ကဒရိယာ ဒေဝလောကံ ဝဇန္တိ၊
ဗာလာ ဟဝေ နပ္ပသံသန္တိ ဒါနံ၊
ဓီရော စ ဒါနံ အနုမောဒမာနော၊
တေနေဝ သော ဟောတိ သုခိ ပရတ္ထ။

၁၇၇။ စဉ်းလဲ ဝန်တိုသော သူတို့သည် နတ်ပြည်သို့မသွား
ကုန်၊ လူမိုက်တို့သည် ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်းကို မချီးမွမ်းကုန်၊
ပညာရှိတို့သည်ကား ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်းကို ဝမ်းမြောက်သာစွာ
ခေါ်ကုန်၏။ ထို့ကြောင့်ထိုပညာရှိသည် ပစ္စုပ္ပန် တမလွန်နှစ်တန်
သောဘဝ၌ ချမ်းသာ၏။

177. Verily, the misers go not to cele-
stial realms,
Fools do not indeed praise
liberality,
But the wise man does rejoice in
giving.
Thereby he becomes happy here-
after.

၁၁-အနာထပိဏ္ဍိကပုတ္တကာလဝတ္ထု

၁၇၈။ ပထဗျာ ကေရဇ္ဇေန၊ သဂ္ဂဿ ဂမနေန ဝါ။
သဗ္ဗလောကာဓိပစ္စေန၊ သောတာပတ္တိဖလံ ဝရံ။

၁၇၈။ မြေတပြင်လုံးကို အစိုးရသော စကြာဝတေးမင်း
 အဖြစ်ထက်၎င်း၊ နတ်ပြည်ဗြဟ္မာ့ပြည်သို့ သွားရသည်ထက်၎င်း၊
 လောကအားလုံးကို အစိုးရသည်ထက်၎င်း သောတာပတ္တိဖိုလ်ကို
 ရခြင်းသည်မြတ်၏။

178. Better than sole sovereignty over
 earth,
 Or better than going to heaven,
 Better than even lordship over all
 worlds,
 Is the Fruit of a Stream Winner.

THIRTEENTH CHAPTER, WORLD.

၁၄-ဗုဒ္ဓဝဂ်

၁-မာရဓိတရဝတ္ထု

၁၇၉။ ယဿ ဇိတံ နာဝဇီယတိ၊
ဇိတံ ယဿ နော' ယာတိ ကောစိ လောကေ။
တံ ဗုဒ္ဓမနန္တ ဂေါစရံ၊
အပဒံ ကေန ပဒေန နေဿထ။

၁၇၉။ မြတ်စွာဘုရား၏ ကိလေသာရန်အောင်ပွဲကို မည်သူမျှ
မဖျက်ဆီးနိုင်၊ လောက၌ မည်သူမျှ မတုနိုင်၊ အပိုင်းအခြားမရှိ
အလုံးစုံကို သိမြင်နိုင်သည့် ဉာဏ်ရှိတော်မူသော၊ တဏှာစသည့်
ခရီးလမ်းကြောင်းကို ပယ်ဖျက်တော် မူပြီးသော ထိုမြတ်စွာ
ဘုရားကို၊ သင်တို့သည် အဘယ်လမ်းခရီးဖြင့် ခေါ်ဆောင်ကုန်
လတ္တံ့နည်း။

179. Whose conquest (of passion) is
not turned into defeat, no conquered (pass-
ion)of His in this world follows Him,- that
trackless Buddha of infinite range by which
way will you lead Him?

*

၁၈၀။ ယဿ ဇာလိနိ ဝိသတ္တိကာ၊
တဏှာ နတ္ထိ ကုဟိဉ္စိ နေဏဝေ။
တံ ဗုဒ္ဓမနန္တ ဂေါစရံ၊
အပဒံ ကေန ပဒေန နေဿထ။

၁၈၀။ မြတ်စွာဘုရားမှာ တစုံတခုသော လောကသို့ဆောင်
ခြင်းငှာ ပိုက်ကွန်ပမာ မြေးရှက်ရစ်ပတ် ငြိကပ်တတ်သောတဏှာ
မှရှိ၊ အပိုင်းအခြားမရှိ၊ အလုံးစုံကို သိမြင်နိုင်သည့် ဉာဏ်ရှိတော်
မူသော၊ တဏှာစသည့် ခရီးလမ်းကြောင်းကို ပယ်ဖျက်တော်မူ
ပြီးသော ထိုမြတ်စွာဘုရားကို၊ သင်တို့သည် အဘယ်လမ်းခရီး
ဖြင့် ခေါ်ဆောင်ကုန်လတ္တံ့နည်း။

180. In whom there is not that en-
tangling, embroiling craving to lead to any
(life),-that trackless Buddha of limitless
sphere, by which way will you lead Him?

၂-ဒေဝါရာဟနဝတ္ထု

၁၈၁။ ယေ ဈာနပသုတာ ဓီရာ၊ နေက္ခမ္မူပသမေရတာ။
ဒေဝါပိ တေသံ ပိဟယန္တိ၊ သမ္ဗုဒ္ဓါနံ သတိမတံ။

၁၈၁။ ဘုရားအစရှိသော ပညာရှိတို့သည် ဈာန်တရားကို
လေ့လာပွားများကြ၍ ကိလေသာငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်အာရုံ၌ မေ့
လျော်ကုန်၏။ သတိရှိတော်မူကြ၍ သစ္စာလေးပါး တရားကို
ကောင်းစွာ သိတော်မူကုန်သော ထိုဘုရားအစရှိသည့် သူတော်
ကောင်းတို့ကို နတ်တို့သည်လည်း ချစ်မြတ်နိုးကုန်၏။

181. Those wise ones who are intent on meditation and who delight in the peace of renunciation (i.e. Nibbana)-such mindful perfect Buddhas, even the Devas hold (most) dear.

၃-ရေကပတ္တနာဂရာဇဝတ္ထု

၁၈၂။ ကိစ္ဆော မနုဿပဋိလာဘော၊
 ကိစ္ဆံ မစ္စာန ဇီဝိတံ။
 ကိစ္ဆံ သဒ္ဓမ္မဿဝနံ၊
 ကိစ္ဆော ဗုဒ္ဓါန မပ္ပါဒေါ။

၁၈၂။ လူ၏အဖြစ်ကိုရခဲ၏။ သတ္တဝါတို့၏ အသက်ရှည်ရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။ သူတော်ကောင်း တရားကို ကြားနာရခဲ၏။ ဘုရားအဖြစ်ကို (ဘုရားဖြစ်ရာ ကာလကို) ရခဲ၏။

182. Hard is birth as man,
 Hard is the life of mortals,
 Hard is the hearing of the Sublime Truth,
 Hard is the appearance of the Buddhas.

၄-အာနန္ဒတ္ထေရပဉ္စာဝတ္ထု

၁၈၃။ သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊ ကုသလဿ ဥပသမ္ပဒါ၊
သစိတ္တပရိယောဒပနံ၊ ဧတံ ဗုဒ္ဓါနုသာသနံ။

၁၈၃။ မကောင်းမှု ဟူသမျှကိုမပြုရာ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု
နှင့်ပြည့်စုံစေရ၏။ မိမိ၏စိတ်ကို ပြုစင်စေရ၏။ ဤသည်ကား
ဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမပေတည်း။

183. Not to do any evil,
To cultivate good,
To purify one's mind,-
This is the advice of the Buddhas.

✽

၁၈၄။ ခန္တီ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊
နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။
န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဿတိ၊
န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဌယန္တော။

၁၈၄။ သည်းခံခြင်းသည် အလွန်မြတ်သော အကျင့်ဖြစ်၏။
ကိလေသာ ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သည် အလွန် ကောင်းမြတ် ၏ဟု
ဘုရားရှင်တို့ ဟောတော်မူကုန်၏။ ရဟန်းမည်သည် သူတပါး
ကို မညှဉ်းဆဲ၊ သူတပါးကိုညှဉ်းဆဲသော သူသည်ရဟန်းမဟုတ်။

184. Forbearing patience is highest
asceticism,
Nibbana is supreme—say the Bud-
dhas.
For he is not a recluse who harms
another,
Nor is he an ascetic who molests
others.

*

၁၈၅။ အနုပဝါဒေါ အနုပသာတော၊
ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။
မတ္တညတာ စ အတ္တသ္မိံ၊
ပန္နဉ္စ သယနာသနံ။
အဓိစိတ္တေ စ အာယောဂေါ၊
တေ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

၁၈၅။ သူတပါးကို မကဲ့ရဲ့၊ မစွပ်စွဲအပ်၊ မညှဉ်းဆဲအပ်၊
ပါတိမောက္ခ သီလကို စောင့်ရှောက်ရ၏။ အစာအာဟာရ၌
အတိုင်းအရှည်ကို သိရ၏။ ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်၌နေရ၏။ သမာ-
ပတ်ရှစ်ပါးတည် နှုသော အဓိစိတ္တသိက္ခာကို ပွားများအားထုတ်
ရ၏။ ဤသည်ကား ဘုရားရှင်တို့၏ အဆုံးအမပေတည်း။

185. Not insulting, not harming, restraint
in the Fundamental Precepts, moderation
in food, secluded abode, intent on higher
thoughts,—this is the advice of the Buddhas.

၅-အနဘိရတဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၈၆။ န ကဟာပဏဝဿေန၊ တိတ္ထိ ကာမေသု ဝိဇ္ဇတိ။
အပ္ပဿာဒါ ဒုခါ ကာမာ၊ ဣတိ ဝိညာယ ပဏ္ဍိတော။

၁၈၆။ အသပြာမိုဃ်း ရွာသော်လည်း ကာမဂုဏ် တို့၌
တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်းမရှိ၊ ကာမဂုဏ်တို့သည် သာယာအပ်သော
သဘောမဟုတ်ကုန်၊ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်ကုန်၏။

✽

၁၈၇။ အပိ ဒိဗ္ဗေသု ကာမေသု၊
ရတိံ သော နာဓိဂစ္ဆတိ။
တဏှက္ခယရတော ဟောတိ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓသာဝကော။

၁၈၇။ ဤသို့သိ၍ ပညာရှိသည်၊ နတ်၌ဖြစ်သော ကာမဂုဏ်
တို့ကိုပင်လည်း နှစ်သက်မေ့လျော့ခြင်း မရှိ၊ ပြတ်စွာဘုရား၏
တပည့်သည် တဏှာကင်းရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ၌ မေ့လျော့၏။

186-187. Not by a shower of gold coins does contentment 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.

၆-အဂ္ဂိဒတ္တဌာဟုဏဝတ္ထု

၁၈၈။ ဗဟုံ ဝေ သရဏံ ယန္တိ၊ ပဗ္ဗတနိ ဝနာနိ စ။
အာရာမရုက္ခစေတု၊ နိမိတ္တံ ဘယတဇ္ဇိတာ။

၁၈၈။ ဘေးကိုကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်ကုန်သော သူတို့သည်၊
တော၊ တောင်၊ ရသေ့ရဟန်းတို့၏ နေရာအရံ၊ အဓိကရဖြစ်
သော သစ်ပင်တို့ကို (ဘေးမှလွတ်ရန်) များစွာဆည်းကပ် ကိုး
ကွယ်ကုန်၏။

188. To many a refuge do men go,
-to hills and woods,
To gardens, trees, and shrines,
when tormented by fear.

*

၁၈၉။ နေတံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊ နေတံ သရဏမုတ္တမံ။
နေတံ သရဏမာဂဗ္ဗ၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

၁၈၉။ ထိုသို့ပင် ကိုးကွယ်ကြသော်လည်း၊ ဤအလုံးစုံသော
ကိုးကွယ်ရာသည် ဘေးကင်း စေနိုင်သော ကိုးကွယ်ရာမဟုတ်၊
မြတ်သော ကိုးကွယ်ရာမဟုတ်၊ ဤအရာအားလုံးကို ကိုးကွယ်
သည်အတွက် မည်သူမျှအိခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဆင်း
ရဲအားလုံးမှ မလွတ်။

189. Nay, such is no refuge secure,
such is no refuge supreme;
Resorting to such a refuge one is
not released from all sorrow.

*

၁၉၀။ ယော စ ဗုဒ္ဓဉ္စ ဓမ္မဉ္စ၊ သံဃဉ္စ သရဏံ ဂတော။
စတ္တာရိ အရိယသစ္စာနိ၊ သမ္ပပ္ပညာယ ပဿတိ။

၁၉၀။ သူတော်ကောင်းသည် ဘုရားကို၎င်း၊ တရားကို၎င်း၊
သံဃာကို၎င်း ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်၏၊ မြတ်သောသစ္စာလေးပါး
တို့ကို ဉာဏ်ဖြင့်ကောင်းစွာ သိမြင်၏။

၁၉၁။ ဒုက္ခံ ဒုက္ခသမုပ္ပါဒံ၊ ဒုက္ခဿ စ အတိက္ကမံ။
အရိယံ စဉ်ကိကံ မဂ္ဂံ၊ ဒုက္ခုပဿမဂါမိနံ။

၁၉၁။ (သစ္စာလေးပါး ဟူသည်ကား) ဆင်းရဲအမှန်ဖြစ်
သော ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဆင်းရဲခြင်း၏ အကြောင်းရင်း အမှန်ဖြစ်
သော သမုဒယသစ္စာ၊ ဆင်းရဲမှလွတ်မြောက်ရာ အမှန်ဖြစ်သော
နိရောဓသစ္စာ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း အစစ်
ဖြစ်၍ မြတ်သော အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော မဂ္ဂသစ္စာ၊
(ဤလေးပါးတည်း။)

၁၉၂။ တေံ ခေါ သရဏံ ခေမံ၊ တေံ သရဏမုတ္တမံ။
တေံ သရဏမာဂမ္ပ၊ သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္ဆတိ။

၁၉၂။ ရတနာ သုံးပါးတည်းဟူသော ဤကိုးကွယ်ရာသည် သာလျှင် ဘေးကင်းစေနိုင်သော ကိုးကွယ်ရာ၊ မြတ်သော ကိုးကွယ်ရာမည်၏။ ဤရတနာသုံးပါးကို ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်သည် အတုကံ ဆင်းရဲအားလုံးမှ လွတ်၏။

190-191-192. He who seeks refuge in the Buddha, the Dhamma, and the Sangha, he who 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. Seeking such refuge one is released from all sorrow.

၇-အာနန္ဒတ္ထေရပဉ္စာ ဝတ္ထု

၁၉၃။ ဒုလ္လဘော ပုရိသာဇညော၊
န သော သဗ္ဗတ္ထ ဇာယတိ။
ယတ္ထ သော ဇာယတိ ဓီရော၊
တံ ကုလံ သုခမေဓတိ။

၁၉၃။ ယောက်ျား အာဇာနည်ကို ရနိုင်ခဲ့၏။ ထိုယောက်ျား အာဇာနည်သည် အရပ်တကာတိုင်း၌ မဖြစ်၊ ထိုယောက်ျား အာဇာနည် ပေါ်ပေါက်သော အမျိုးအနွယ်သည် ကြီးပွား ချမ်းသာ၏။

193. Hard to find is a thorough-bred man. He is not born everywhere. Where such a wise man is born that family thrives happily.

ဂ-သမ္မဟုလဘိက္ခုဝတ္ထု

၁၉၄။ သုခေါ ဗုဒ္ဓါန မပ္ပါဒေါ၊
 သုခါ သဒ္ဓမ္မဒေသနာ။
 သုခါ သံဃဿ သာမဂ္ဂိ၊
 သမဂ္ဂါနံ တပေါ သုခေါ။

၁၉၄။ မြတ်စွာဘုရားတို့ ဖြစ်ပေါ်တော်မူခြင်းသည် ချမ်းသာ
 ၏။ သူတော်ကောင်းတရားကို ဟောကြားခြင်းသည် ချမ်းသာ
 ၏။ သံဃာ၏ ညီညွတ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ညီညွတ်သော
 သူတို့၏ အကျင့်သည် ချမ်းသာ၏။

194. Happy is the birth of a Buddha,
 Happy is the teaching of the No-
 ble Doctrine,
 Happy is the unity of the Sangha,
 Happy is the discipline of the
 united.

ဇ-ကဿပဒသဗလဿသုဝဏ္ဏစေတိယဝတ္ထု

၁၉၅။ ပူဇာရဟေ ပူဇယတော၊ ဗုဒ္ဓေ ယဒိ ဝ သာဝကော၊
 ပပဉ္စသမတိက္ကန္တေ၊ တိက္ကသောကပရိဒ္ဓဝေ။

၁၉၅။ သူတော်ကောင်းသည် ပူဇော်ထိုက်ကုန်သော ဘုရားရှင်တို့ကို၎င်း၊ တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိတို့ကို လွန်မြောက်၍၊ စိုးရိမ်ခြင်း၊ ငိုကြွေးခြင်းမှ ကင်းကုန်သော ဘုရားတပည့် သားတော်တို့ကို၎င်း၊ ရိုသေစွာပူဇော်၏။

၁၉၆။ တေ တာဒိသေ ပူဇယတော၊
 နိဗ္ဗုတေ အကုတော ဘယေ။
 န သက္ကာ ပုညံ သင်္ခါတုံ၊
 ဣမေတ္တမပိ ကေနစိ။

၁၉၆။ ကိလေသာ အပူကင်းငြိမ်း၍ ကြောက်လန့်ခြင်းကင်းသည့် ထိုပူဇော်ထိုက်ကုန်သော ဘုရားအစရှိသော သူတော်ကောင်းတို့ကို ရိုသေစွာ ပူဇော်သော သူ၏ ကောင်းမှုသည် ဤရှေ့ဤမျှရှိ၏ဟု မည်သူတဦးတယောက်မျှ မရေတွက် မပိုင်းဖြတ်နိုင်။

195-196. He who reverences those worthy of reverence, whether the Buddhas or disciples; those who have overcome impediments 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.

FOURTEENTH CHAPTER, THE ENLIGHTENED ONE

၁၅-သုခဝဂ်

၁-ဉာတိကလဟူပသမနဝတ္ထု

၁၉၇။ သုဿံ ဝတ ဇီဝါမ၊ ဝေရိနေသု အဝေရိနော။
ဝေရိနေသု မနုဿေသု၊ ဝိဟရာမ အဝေရိနော။

၁၉၇။ ရန်ပြုတတ်သော သူတို့၏ အလယ်၌ ရန်မပြုဘဲ
ချမ်းသာစွာ ငါတို့နေကုန်၏။ အမုန်းများ၍ ရန်ပွားတတ်သော
သူတို့၏အလယ်၌ မေတ္တာရွှေ့ထား ရန်မပွားဘဲ ငါတို့နေကုန်၏။

197. Ah ! happily do we live benevo-
lent amongst the hateful;
Amidst hateful men we dwell
benevolent.

*

၁၉၈။ သုဿံ ဝတ ဇီဝါမ၊ အာတုရေသု အနာတုရာ။
အာတုရေသု မနုဿေသု၊ ဝိဟရာမ အနာတုရာ။

၁၉၈။ ကိလေသာ အနာဒ္ဓိပင်စက်ခံရသော သူတို့၏အလယ်
၌ ကိလေသာ အနာဒ္ဓိပင်စက်မခံရဘဲ ချမ်းသာစွာ ငါတို့နေကုန်
၏။ ကိလေသာအနာရှိသော သူတို့အလယ်၌ ကိလေသာ အနာ
ကင်းစွာ ငါတို့နေကုန်၏။

198. Ah ! happily do we dwell in good health amongst the ailing;
Amongst ailing men we dwell in good health.



၁၉၉။ သုဿုံ ဝတ ဇီဝါမ၊ ဥဿုကေသု အနုဿုကာ။
ဥဿုကေသု မနုဿေသု၊ ဝိဟရာမ အနုဿုကာ။

၁၉၉။ ကာမဂုဏ်ကို ကြောင့်ကြစိုက်ကုန်သော သူတို့၏
အလယ်၌ ကာမဂုဏ်ကို ကြောင့်ကြမစိုက်ဘဲ ချမ်းသာစွာငါတို့
နေကုန်၏။ ကာမဂုဏ်အတွက် ကြောင့်ကြရှိကုန်သော သူတို့၏
အလယ်၌ ကာမဂုဏ်အတွက် ကြောင့်ကြကင်းစွာ ငါတို့နေကုန်
၏။

199. Ah ! happily do we dwell without yearning (for sensual pleasures) amongst them who yearn (for them). Amidst those who yearn (for them) we dwell without yearning.

၂-မာရဝတ္ထု

၂၀၀။ သုဿုံ ဝတ ဇီဝါမ၊
ယေသံ နော နတ္ထိ ကိဉ္ဇနံ။
ပီတိဘက္ခာ ဘဝိဿာမ၊
ဒေဝါ အာဘဿရာ ယထာ။

၂၀၀။ ငါတို့မှာ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြစရာ တစုံတခုမျှမရှိ၊
ချမ်းသာစွာ ငါတို့နေကုန်၏။ အာဘဏ္ဍရဘုံ၌ ဖြစ်ကုန်သော
ဗြဟ္မာတို့သည် နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ခြင်း (ပီတိ) တည်းဟူသော
အစာကိုသာ အားထား၍ နေကြကုန်သကဲ့သို့၊ ငါတို့သည် ပီတိ
တည်းဟူသော အစာကို အားထား၍ နေကုန်အံ့။

200. Ah ! happily do we dwell—we who
have no impediments.
Feeders on joy shall we be even
as the Radiant Devas.

၃-ကေသလရညောပရာဇယဝတ္ထု

၂၀၁။ ဇယံ ဝေရံ ပသဝတိ၊ ဒုက္ခံ သေတိ ပရာဇိတော။
ဥပသန္တော သုခံ သေတိ၊ ဟိတော ဇယပရာဇယံ။

၂၀၁။ (အတိုက်အခိုက် အတုအပြိုင် ဟူသမျှ၌) အနိုင်ရ
သောသူမှာ ရန်များ၏။ အရှုံးခံရသောသူသည် ဆင်းရဲငြိုငြင်
စွာနေရ၏။ ကိလေသာ ငြိမ်းပြီးသောသူသည် အောင်ခြင်း
ရှုံးခြင်းသဘောနှစ်ပါးကို ပယ်ရှား၍ ချမ်းသာစွာ နေရ၏။

201. Victory breeds hatred; the defea-
ted live in pain.
Happily the peaceful live, giving
up victory and defeat.

၄-အညတရကုလဒါရိကာဝတ္ထု

၂၀၂။ နတ္ထိ ဣဂဿမော အဂ္ဂိ၊ နတ္ထိ ဒေါသဿမော ကလိ။
 နတ္ထိ ခန္ဓဿမာ ဒုက္ခာ၊ နတ္ထိ သန္တိပရံ သုခံ။

၂၀၂။ ဣဂနှင့်တူသော မီးမရှိ၊ ဒေါသနှင့်တူသောအပြစ်
 မရှိ၊ ခန္ဓာကိုယ်နှင့်တူသော (ခန္ဓာကိုယ်ကို ရှက်ဆောင်ရခြင်းနှင့်
 တူသော) ဆင်းရဲမရှိ၊ ကိလေသာငြိမ်းရာ (နိဗ္ဗာန်) ထက်လွန်
 မြတ်သော ချမ်းသာမရှိ။

202. There is no fire like lust, no
 crime like hatred;
 There is no ill like the body, no
 bliss higher than Peace(Nibbana).

၅-ကေဥပါသကဝတ္ထု

၂၀၃။ ဇီသစ္ဆာ ပရမာ ရောဂါ၊ သင်္ခါရပရမာ ဒုခါ။
 တေ ဥတုာ ယထာဘူတံ၊ နိဗ္ဗာနံ ပရမံ သုခံ။

၂၀၃။ ငတ်မှတ် ဆာလောင်ခြင်းသည် အကြီးဆုံးရောဂါ
 ဖြစ်၏၊ ခန္ဓာကိုယ်သည် (ခန္ဓာကိုယ်ကို ရှက်ဆောင်ရခြင်းသည်)
 အကြီးဆုံး ဆင်းရဲဖြစ်၏၊ ဤသဘောမှန်ကိုသိ၍ နိဗ္ဗာန်သည်
 အချမ်းသာဆုံးဖြစ်ကြောင်း (သိရ၏)။

203. Hunger is the greatest disease,
Aggregates the greatest ill;
Knowing this as it really is (the
wise realise) Nibbana, the bliss
supreme.
-

၆-ပသေနဒိကောသလဝတ္ထု

၂၀၄။ အာရာဂျပရမာ လာဘာ၊ သန္တုဋ္ဌိပရမံ ဓနံ။
ဝိဿာသပရမာ ဉာတိ၊ နိဗ္ဗာနံ ပရမံ သုခံ။

၂၀၄။ အနာရောဂါ ကင်းခြင်းသည် အကြီးဆုံးလာဘ်
ဖြစ်၏။ တင်းတိမ်ရောင့်ရဲခြင်းသည် အကောင်းဆုံး ဥစ္စာဖြစ်၏။
အကျွမ်းတဝင် ချစ်ခင်သောသူသည် အကောင်းဆုံး ဆွေမျိုး
ဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာန်သည် အမြတ်ဆုံးချမ်းသာ ဖြစ်၏။

204. Health is the highest gain,
Contentment is the greatest wealth,
Confidential are the best kinsmen,
Nibbana is the bliss supreme.
-

၇-တိဿတ္ထေရဝတ္ထု

၂၀၅။ ပဝိဝေကရသံ ပိတုာ၊ ရသံ ဥပသမဿ စ။
နိဒ္ဒရော ဟောတိ နိပ္ပါပေါ ဓမ္မပီတိရသံ ပိဝံ။

၂၀၅။ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ရသော တရားအရသာကို၎င်း၊ ကိလေသ အပူငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်၏အရသာကို၎င်း ခံစားရသောသူသည် တရား၏အစွမ်းကြောင့် ဖြစ်သည့်နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ခြင်းတည်း ဟူသော အရသာကို ခံစားရသည်အတွက် ရာဂစသောအပူလည်း ကင်း၏၊ ယုတ်မာသော မကောင်းမှုလည်း ကင်း၏။

205. Having tasted the flavour of supreme detachment and (Nibbana's) Peace,
Woeless and stainless becomes he, imbibing the bliss of Dhamma's flavour.

ဂ-သက္ကဝတ္ထု

၂၀၆။ သာဟု ဒဿနမရိယာနံ၊
သန္တိဝါသော သဒါ သုခေါ။
အဒဿနေန ဗာလာနံ၊
နိစ္စမေဝ သုခိ သိယာ။

၂၀၆။ အရိယာ သူတော်ကောင်းတို့ကို ဖူးမြင်ရခြင်းသည် (ကောင်းကျိုး ချမ်းသာကို ပေးတတ်သဖြင့်) ကောင်းမြတ်၏၊ သူတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်းသည် အခါခပ်သိမ်း ချမ်းသာ၏၊ သူမိုက်တို့ကို မတွေ့မြင်ရခြင်းသည် အမြဲချမ်းသာ၏။

206. Good is the sight of Ariyas;
 their company is ever happy;
 By not seeing fools one will ever
 be happy.

*

၂၀၇။ ဗာလသင်္ဂတစာရီ ဟိ၊
 ဒိဿမဒ္ဓါန သောစတိ။
 ဒုက္ခော ဗာလေဟိ သံဝါသော၊
 အမိတ္တေနော သဗ္ဗဒါ။
 ဓိရော စ သုခသံဝါသော၊
 ဉာတိနံ သမာဂမော။

၂၀၇။ လူမှိုက်နှင့် ပေါင်းဖော်လှည့်လည်သော သူသည်
 ကာလရှည်စွာ စိုးရိမ်ရ၏။ လူမှိုက်တို့နှင့် ပေါင်းဖော်ခြင်းသည်
 ရန်သူနှင့် နေရသကဲ့သို့ အမြဲဆင်းရဲရ၏။ သူတော်ကောင်းတို့နှင့်
 ပေါင်းဖော်ခြင်းသည် ဆွေမျိုးတို့နှင့် ပေါင်းဖော်နေထိုင်ရသကဲ့
 သို့ချမ်းသာ၏။

207. Truly he who moves in company
 with fools grieves for a long
 time.

Association with fools is ever
 painful as with a foe.

Happy is association with the wise,
 even like meeting with kinsfolk.

*

၂၀၈။ တသွာ ဟိ-

ဓီရဉ္စ ပညဉ္စ ဗဟုဿုတဉ္စ၊

ဓောရယုသီလံ ဝတဝန္တမရိယံ။

တံ တာဒိသံ သပ္ပုရိသံ သုမေဓံ၊

ဘဇေထ နက္ခတ္တပထံဝ စန္ဒိမာ။

၂၀၈။ ထို့ကြောင့် တည်လည်း တည်ကြည်၊ ပညာလည်း ရှိ၊ အကြားအမြင်လည်းများ၊ ဦးစီးဝန်ဆောင်ပြုလုပ်၍ နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်းကိုလည်း ညွှန်ပြတတ်၊ သီလဓူတင် ဖြူစင်သော အကျင့်လည်းရှိသော ပညာရှိသူတော် သူမြတ်ကို လမ်းသည် နက္ခတ်တာရာတို့ သွားရာလမ်းကြောင်းကို အစဉ်လိုက်သကဲ့သို့၊ သင်တို့သည် အစဉ်လိုက်၍ ဆည်းကပ်ကြကုန်လော့။

208. Therefore, with the intelligent, the wise, the learned, the enduring and dutiful Ariya-with such a virtuous, intellectual man should one associate, as the moon (follows) the starry path.

FIFTEENTH CHAPTER, HAPPINESS.

၁၆-ပိယဝဂ်

၁-တယောဇနပဗ္ဗဇိတဝတ္ထု

၂၀၉။ အယောဂေ ယုဉ္ဇေ' မတ္တာနံ၊
ယောဂသ္မိဉ္စ အယောဇယံ။
အတ္ထံ ဟိတုာ ပိယဂ္ဂါဟီ၊
ပိဟေတ'တ္တာနုယောဂိနံ။

၂၀၉။ အားမထုတ်သင့်ရာ၌ ကိုယ်တိုင်အားထုတ်၍၊ အားထုတ်သင့်ရာ၌ အားမထုတ်ဘဲ၊ မိမိအကျိုးစီးပွားကို စွန့်လျက်၊ ကာမဂုဏ်ကို မြတ်နိုးစွဲလမ်းကာ နေသောသူသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းခြင်းဖြင့် မိမိအကျိုးစီးပွား အားထုတ်သောသူကို ငြူစူ၏။ (ဆိုသူရသည် အကျိုးကိုတောင့်တ၏)။

209. Applying oneself to that which should be avoided, not applying oneself to that which should be pursued, and giving up the quest, one who goes after pleasure, envies them who exert themselves.

*

၂၁၀။ မာ ပိယေဟိ သမာဂဉ္စိ၊ အပ္ပိယေဟိ ကုဒါစနံ။
ပိယာနံ အဒဿနံ ဒုက္ခံ၊ အပ္ပိယာနုဉ္စ ဒဿနံ။

၂၁၀။ ချစ်သော သူတို့နှင့်လည်း ရောထွေးရှက်တင်မပြုရာ၊
မုန်းသော သူတို့နှင့်လည်း ဘယ်အခါမှ ရောထွေးရှက်တင်မပြု
ရာ၊ ချစ်ခင်သောသူတို့ကို မမြင်ရခြင်းသည် ဆင်းရဲ၏၊ မုန်းသော
သူတို့ကိုမြင်ရခြင်းသည်လည်း ဆင်းရဲ၏။

210. Seek no intimacy with the beloved,
and never with the unbeloved;
Not seeing the beloved and the
sight of the unbeloved are both
painful.

*

၂၁၁။ တသွာ ပိယံ န ကယိဓာထ၊
ပိယာပါယော ဟိ ပါပကော။
ဂန္ဓာ တေသံ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊
ယေသံ နတ္ထိ ပိယာပိယံ။

၂၁၁။ ထို့ကြောင့် (လူကိုဖြစ်စေ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာကိုဖြစ်စေ)
ချစ်ခင် စွဲလမ်းခြင်းမပြုရာ၊ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းသည် မကောင်း၊
ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းမရှိသော သူတို့မှာ အနှောင်အဖွဲ့ မရှိကုန်။

211. Hence hold nothing dear, for
separation from the beloved is
painful;
Bonds do not exist for those by
whom nought is loved or not
loved.

*

၂၁၂။ ပိယတော ဇာယတီ သောကော၊
 ပိယတော ဇာယတီ ဘယံ။
 ပိယတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊
 နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

၂၁၂။ မြတ်နိုးခြင်းကြောင့် စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်ရ၏။ မြတ်နိုး
 ခြင်းကြောင့် ကြောက်ခြင်းဖြစ်ရ၏။ မြတ်နိုးခြင်းကင်းလွတ်သော
 သူမှာ စိုးရိမ်ရခြင်းမရှိ၊ ကြောက်ရခြင်း အဘယ်မှာ ရှိအံ့နည်း။

212. From endearment springs grief,
 from endearment springs fear;
 For him who is wholly free from
 endearment there is no grief,
 whence fear?

၃-ဝိသာခါဝတ္ထု

၂၁၃။ ပေမတော ဇာယတီ သောကော၊
 ပေမတော ဇာယတီ ဘယံ။
 ပေမတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊
 နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

၂၁၃။ ချစ်ခြင်းကြောင့် စိုးရိမ်ခြင်း ဖြစ်ရ၏။ ချစ်ခြင်း
 ကြောင့် ကြောက်ခြင်းဖြစ်ရ၏။ ချစ်ခြင်းကင်းလွတ်သော သူမှာ
 စိုးရိမ်ရခြင်းမရှိ၊ ကြောက်ရခြင်း အဘယ်မှာရှိအံ့နည်း။

213. From affection springs grief,
from affection springs fear;
For him who is wholly free from
affection there is no grief,
whence fear?

၄-လိစ္ဆဝိဝတ္ထု

၂၁၄။ ရတိယာ ဇာယတီ သောကော၊
ရတိယာ ဇာယတီ ဘယံ။
ရတိယာ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊
နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

၂၁၄။ ပျော်ပါး မွေ့လျော်ခြင်းကြောင့် စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်ရ၏။ ပျော်ပါးမွေ့လျော် ခြင်းကြောင့် ကြောက်ခြင်း ဖြစ်ရ၏။ ပျော်ပါးမွေ့လျော်ခြင်း ကင်းလွတ်သောသူမှာ စိုးရိမ်ရခြင်း မရှိ၊ ကြောက်ရခြင်း အဘယ်မှာရှိအံ့နည်း။

214. From attachment springs grief,
from attachment springs fear;
For him who is wholly free from
attachment there is no grief,
whence fear.

၅-အနိတ္ထိန္ဒကုမာရဝတ္ထု

၂၁၅။ ကာမတော ဇာယတီ သောကော၊

ကာမတော ဇာယတီ ဘယံ။

ကာမတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊

နတ္ထိ ကောကော ကုတော ဘယံ။

၂၁၅။ ကာမဂုဏ်ကြောင့် စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်ရ၏။ ကာမဂုဏ်
ကြောင့် ကြောက်ခြင်းဖြစ်ရ၏။ ကာမဂုဏ်မှ ကင်းလွတ်သော
သူမှာ စိုးရိမ်ရခြင်းမရှိ၊ ကြောက်ရခြင်း အဘယ်မှာ ရှိအံ့နည်း။

215. From lust springs grief, from
lust springs fear?

For him who is wholly free from
lust there is no grief, whence
fear?

၆-အညတရဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၂၁၆။ တဏှာယ ဇာယတီ သောကော၊

တဏှာယ ဇာယတီ ဘယံ။

တဏှာယ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊

နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

၂၁၆။ တပ်မက် မောခြင်းကြောင့် စိုးရိမ်ခြင်း ဖြစ်ရ၏။
တပ်မက်မောခြင်းကြောင့် ကြောက်ခြင်းဖြစ်ရ၏။ တပ်မက်မော
ခြင်းမှ ကင်းလွတ်သောသူမှာ စိုးရိမ်ရခြင်းမရှိ၊ ကြောက်ရခြင်း
အဘယ်မှာ ရှိအံ့နည်း။

216. Fro mcraving springs grief,
 from craving springs fear;
 For him who is wholly free from
 craving there is no grief, whence
 fear?

၇-ပဉ္စသတဒါရကဝတ္ထု

၂၁၇။ သီလဒဿနသမ္ပန္နံ၊ ဓမ္မဉ္စ သစ္စဝေဒိနံ။
 အတ္တနော ကမ္မ ကုဗ္ဗာနံ၊ တံ ဇနော ကုရုတေ ပိယံ။

၂၁၇။ သီလနှင့်လည်းပြည့်စုံ၊ ဉာဏ်အမြင်နှင့်လည်း ပြည့်စုံ၊
 တရား၌တည်၍ အမှန်ကိုလည်း ပြောဆိုတတ်၊ မိမိပြုအပ်သည့်
 ကျင့်ဝတ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံသောသူကို လူအပေါင်းသည် ချစ်မြတ်
 နိုး၏။

217. Whoso is perfect in virtue and
 insight for vision, is established in the
 Dhamma, has realised the Truths, and
 fulfils his own duties,—him do folk hold dear.

၈-ဧကအနာဂါမိတ္ထေရဝတ္ထု

၂၁၈။ ဆန္ဒဇာတော အနက္ခာတေ၊
 မနဿာ စ ဖုဋ္ဌော သိယာ။
 ကာမေသု စ အပ္ပုဋ္ဌိဗဒ္ဓစိတ္တော၊
 “ဥဒ္ဓံ သောတော”တိ ဝုစ္စတိ။

၂၁၈။ နိဗ္ဗာန်ကိုလိုလား၍ (အားထုတ်သဖြင့်) မဂ်ဖိုလ်ကို ရသော၊ ကာမဂုဏ်၌ ကပ်ငြိသည့် စိတ်မရှိသောသူကို ရေညာ သို့ဆန်တက်သောသူ (အထက် အကနိဋ္ဌဗြဟ္မာ့ဘုံသို့ သွားမည့် သူ)ဟု ခေါ်၏။

218. He who has developed a wish for the Undeclared (Nibbana), he whose mind is thrilled (with the Three Fruits), he whose mind is not bound by material pleasures,—such a person is called “One bound Up-stream.”

၉-နန္ဒိယဝတ္ထု

၂၁၉။ စိရပ္ပဝါသိံ ပုရိသံ၊ ဒုရတော သောတ္ထိမာဂတံ၊
ဉာတိမိတ္တာ သုဟဇ္ဇာ စ၊ အဘိနန္ဒန္တိ အာဂတံ။

၂၁၉။ ကာလကြာမြင့်စွာ ကွဲကွာ၍ အရပ်ဝေးမှ ချမ်းသာစွာ ပြန်လာသောသူကို ဆွေမျိုး၊ မိတ်ဆွေ၊ ချစ်ကျွမ်းဝင်သော သူတို့သည် အလွန်နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ကုန်သကဲ့သို့။

219. A man long absent and returned safe from afar, kinsmen, friends, and wellwishers welcome on his arrival.

*

၂၂၀။ တထေဝ ကတပုညဗ္ဗိ၊ အသ္မာ လောကာ ပရံ ဂတံ။
ပုညာနိ ပဋိဂဏ္ဌိ၊ ပိယံ ဉာတိဝ အာဂတံ။

၂၂၀။ ထို့နည်းအတူ ပြုပြီးသော ကောင်းမှုရှိသောသူကို
လည်း ဤဘဝမှ တမလွန်ဘဝသို့ သွားသည်ရှိသော်၊ သူ၏
ကောင်းမှုတို့သည် ချစ်လှစွာသော ဆွေမျိုး ရောက်လာသကဲ့
သို့ ကြိုဆိုချီးမြှောက်ကုန်၏။

220. Likewise, his good deeds will receive the well-doer who has gone from this world to the next, as kinsmen will receive a dear one on his return.

SIXTEENTH CHAPTER, AFFECTION

၁၇-ကောဓဝဂ်

၁-ရောဟိနီခတ္ထိယကည ဝစတ္ထု

၂၂၁။ ကောဓံ ဇဟေ ဝိပ္ပဇဟေယျ မာနံ၊
သံယောဇနံ သဗ္ဗမတိက္ကမေယျ။
တံ နာမရူပသ္မိမသဇ္ဇမာနံ၊
အကိဉ္ဇနံ နာနုပတန္တိ ဒုက္ခာ။

၂၂၁။ အမျက်ဒေါသကို စွန့်ရာ၏။ မာနကို ပယ်ရာ၏။
သံယောဇနံ အနှောင်အဖွဲ့ အားလုံးကို လွန်မြောက်ရာ၏။
နာမ်ရုပ်၌ ငါ၏စိတ်၊ ငါ၏ကိုယ်ဟူ၍ မငြိတူယ် မကြောင့်ကြ
သော သူထံသို့ ဆင်းရဲဒုက္ခတို့သည် မလာကုန်။

221. One should give up anger, one should renounce pride, one should overcome all fetters. Ills never befall him who clings not to mind and body and is passionless.

၂-အညတရဘိက္ခုဝတ္ထု

၂၂၂။ ယော ဝေ ဥပ္ပတိတံ ကောဓံ၊
ရထံ ဘန္တံ ဝါရယေ။
တမဟံ သာရထံ ဗြူမိ၊
ရသ္မိဂ္ဂါဟော ဣတရော ဇနော။

၂၂၂။ လိမ္မာသော ရထားထိန်းသည် လျင်မြန်စွာသွားသော ရထားကို လမ်းမလွဲအောင် ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်သကဲ့သို့၊ မိမိ၌ဖြစ်ပေါ်လာသော အမုက်ဒေါသကို တားဆီးနိုင်သောသူကို လိမ္မာသောရထားထိန်းဟု ငါတုရားခေါ်တော်မူ၏။ မတားဆီးနိုင်သောသူတို့သည် ကြိုးကိုင်သာ ဖြစ်ကုန်၏။

222. Whoso, as a rolling chariot, checks his uprisen anger,-

Him I call a charioteer true, rein-holders are other folk.

၃-ဥတ္တရာဥပါသိကဝတ္ထု

၂၂၃။ အက္ခောဓေန ဇိနေ ကောဓံ၊
အသာဓုံ သာဓုနာ ဇိနေ။
ဇိနေ ကဒရိယံ ဒါနေန၊
သစ္စေနာ'လိကဝါဒိနံ။

၂၂၃။ အမုက်ထွက်တတ်သောသူကို အမုက်မထွက်ခြင်းဖြင့် (မေတ္တာဖြင့်) အောင်ရာ၏။ မကောင်းသောသူကို ကောင်းသောသဘောဖြင့် အောင်ရာ၏။ နှစ်မြော ဝန်တိုသောသူကို ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။ မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုတတ်သော သူကို မှန်ကန်သောစကားကို ပြောဆိုခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။

223. Overcome anger by loving-kindness,
evil by good;
Overcome the stingy by generosity,
and liars by truth.
-

၄-မဟာမောဂ္ဂလ္လာနပဉ္စာဝတ္ထု

၂၂၄။ သစ္စံဘဏေ န ကုဇ္ဈေယျ၊ ဒဇ္ဇော အပ္ပမ္ဘိ ယာစိတော။
တေဟိ တိဟိ ဌာနေဟိ၊ ဂစ္ဆေ ဒေဝါန သန္တိဏေ။

၂၂၄။ မှန်သောစကားကို ပြောဆိုရ၏။ အမျက်မထွက်ရာ၊
ဆူတပါးတို့တောင်းသည်ရှိသော် ပစ္စည်းဝတ္ထု အနည်းငယ်မျှကို
သော်လည်း ပေးလှူရ၏။ ဤသုံးပါးသော အကြောင်းတို့ဖြင့်
နတ်ပြည်သို့သွားရ၏။

224. One should speak the truth, one
should not be angry,
One should give from scanty
store to him who asks,
By these three ways one may go
to the presence of the Devas.
-

၅-ဗုဒ္ဓပိတုဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၂၂၅။ အဟိံသကာ ယေ မုနယော၊
နိစ္စံ ကာယေန သံဝုတာ။
တေ ယန္တိ အစူတံ ဌာနံ၊
ယတ္ထ ဂန္ဓာ န သောစရေ။

၂၂၅။ သူတပါးတို့ကို ညှဉ်းဆဲခြင်းမရှိ၊ ကိုယ်ကိုအမြဲစောင့်ရှောက်ကုန်သော သူတော်ကောင်းတို့သည် စိုးရိမ်ခြင်းကင်းရာ၊ သေခြင်းကင်းရာ ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကုန်၏။

225. The wise are restrained in deed; in speech too, they are restrained. The wise restrained in mind are indeed those who are perfectly restrained.

၆-ပုဏ္ဏဒါသိဝတ္ထု

၂၂၆။ သဒါ ဇာဂရမာနာနံ၊ အဟောရတ္တာနုသိက္ခိနံ။
နိဗ္ဗာနံ အဓိမုတ္တာနံ၊ အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ အာသဝါ။

၂၂၆။ အမြဲ နိုးကြား ထကြွ ရှိကုန်လျက်၊ နေ့ညဉ့်မပြတ် သူတော်ကောင်း အကျင့်ကို ကျင့်ကုန်သော၊ နိဗ္ဗာန်သို့ စိတ် ညှတ်ကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ကာမစသော အာသဝေတို့သည် ကုန်ခန်းကုန်၏။

226. They who are ever vigilant,
They who train themselves day and
night,
They who are wholly bent on
Nibbana,-
Their Defilements do fade away.

၇-အတုလ်ဥမါသကဝတ္ထု

၂၂၇။ ပေါ်ရာဏမေတ် အတုလ၊ နေတ် အဇ္ဇတနာမိဝ။
 နိန္ဒန္တိ တုဏှိမာသိနံ၊ နိန္ဒန္တိ ဗဟုဘာဏိနံ။
 မိတဘာဏိမ္ပိ နိန္ဒန္တိ၊ နတ္ထိ လောကေ အနိန္ဒိတော။

၂၂၇။ အိုအတုလ၊ ဤကဲ့ရဲ့ခြင်း သဘောသည် ရှေးအခါ
 မှစ၍ ဖြစ်လာသော အလေ့တည်း၊ ယခုမှဖြစ်သော အလေ့
 မဟုတ်၊ စကားမပြော ဆိတ်ဆိတ်နေသော သူကိုလည်း ကဲ့ရဲ့
 ကုန်၏၊ စကားများများပြောသော သူကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏၊
 စကားနည်းနည်းပြောသော သူကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏၊ လောက၌
 အကဲ့ရဲ့လွှတ်သောသူမရှိ။

227. It's an old saying, O Atula!

'TIS, not only of today.

They blame them who sit silent,
 they blame them who speak
 much;

Them who speak little too they
 blame.

There is no one who is not
 blamed in this world.

*

၂၂၈။ န စာဟု န စ ဘဝိဿတိ၊
 န စေတရဟိ ဝိဇ္ဇတိ။
 ကေန္တိ နိန္ဒိတော ပေါသော၊
 ကေန္တိ ဝါ ပသံသိတော။

၂၂၈။ လုံးလုံးအကဲ့ရဲ့ ခံရသောသူ၊ လုံးလုံးအချီးမွမ်း ခံရသောသူဟူ၍ ရှေးအခါ၌ မရှိခဲ့ဘူး၊ နောင်အခါ၌လည်း ရှိလိမ့် မည်မဟုတ်၊ ယခုအခါ၌လည်းမရှိ။

228. There never was, there never will be, nor is there now,
A person who is wholly blamed or wholly praised.

၂၂၉။ ယံ စေ ဝိညူ ပသံသန္တိ၊ အနုဝိစ္စ သုဝေ သုဝေ၊
အတ္ထိဒ္ဓုတုတ္တိံ မေဓာဝိ၊ ပညာသီလသမာဟိတံ။

၂၂၉။ ကောင်းသော အသက်မွေးခြင်းရှိ၍ ပညာနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၊ သီလနှင့်လည်း ပြည့်စုံသော သူကို ပညာရှိတို့သည် ဟုတ်တိုင်းမှန်ရာ သိ၍၊ နေ့တိုင်းနေ့တိုင်း (ထပ်ကာထပ်ကာ) ချီးမွမ်းကြလျှင်။

229. Examining day by day, the intelligent praise him who is of flawless character, wise and endowed with knowledge and virtue.

*

၂၃၀။ နိက္ခံ ဇမ္ဗောနဒဿေ၊ ကော တံနိန္ဒိတု မရဟတိ၊
ဒေဝါပိ နံ ပသံသန္တိ၊ ဗြဟ္မနာပိ ပသံသိတော။

၂၃၀။ အကောင်းဆုံး ဇမ္ဗူလူမျိုးနှင့်တူသော ထိုသူ
ကို အဘယ်သူကဲ့ရဲ့ နှိုင်းမည်နည်း၊ ထိုသူကို နတ်တို့သည်လည်း
ချီးမွမ်းကုန်၏၊ ဗြဟ္မာတို့သည်လည်း ချီးမွမ်းကုန်၏။

230. Who dare blame him who is like
unto refined gold?
Even Devas praise him, by Brahma
too he is praised.

က-ဆဗ္ဗဂိုဏ်းဝတ္ထု

၂၃၁ ကာယပ္ပကောပံ ရက္ခေယျ၊
ကာယေန သံဝုတော သိယာ။
ကာယဒုစရိတံ ဟိတွာ၊
ကာယေန သုစရိတံ စရေ။

၂၃၁။ ကိုယ်နှင့်ဆိုင်ရာ မကောင်းမှု (၃-မျိုး) ကိုစောင့်
ရှောက်ရ၏၊ ကိုယ်ဖြင့် မကောင်းမှုမှ စောင့်ရှောက် ရ၏၊
ကိုယ်ဖြင့် မကောင်းသော အကျင့်ကိုပယ်၍၊ ကိုယ်ဖြင့်ပင်ကောင်း
သောအကျင့်ကို ကျင့်ရ၏။

231. One should guard against misdeeds
(caused by) body, one should be restrained
in body; giving up evil conduct in body,
one should be of good bodily conduct.

*

၂၃၂။ ဝစီပကောပံ ရက္ခေယျ၊
 ဝါစာယ သံဝုတော သိယာ။
 ဝစီဒုစ္စရိတံ ဟိတုာ၊
 ဝါစာယ သုစရိတံ စရေ။

၂၃၂။ နှုတ်နှင့်ဆိုင်ရာ မကောင်းမှု (၄-မျိုး)ကို စောင့်ရှောက်ရ၏။ နှုတ်ဖြင့် မကောင်းမှုမှ စောင့်ရှောက်ရ၏။ နှုတ်ဖြင့် မကောင်းသောအကျင့်ကိုပယ်၍၊ နှုတ်ဖြင့်ပင်ကောင်းသောအကျင့်ကို ကျင့်ရ၏။

232. One should guard against misdeeds (caused by) speech, one should be restrained in speech; giving up evil conduct in speech, one should be of good conduct in speech.

*

၂၃၃။ မနောပကောပံ ရက္ခေယျ၊
 မနဿ သံဝုတော သိယာ။
 မနော ဒုစ္စရိတံ ဟိတုာ၊
 မနဿ သုစရိတံ စရေ။

၂၃၃။ စိတ်နှင့်ဆိုင်ရာ မကောင်းမှု (၃-မျိုး)ကို စောင့်ရှောက်ရ၏။ စိတ်ဖြင့် မကောင်းမှုမှ စောင့်ရှောက်ရ၏။ စိတ်ဖြင့် မကောင်းသော အကျင့်ကိုပယ်၍၊ စိတ်ဖြင့်ပင် ကောင်းသောအကျင့်ကို ကျင့်ရ၏။

233. One should guard against misdeeds (caused by) mind, one should be restrained in mind; giving up evil conduct in mind, one should be of good conduct in mind.

*

၂၃၄။ ကာယေန သံဝုတာ ဓီရာ၊
အထော ဝါစာယ သံဝုတာ။
မနသာ သံဝုတာ ဓီရာ၊
ဧဝေ သုပရိသံဝုတာ။

၂၃၄။ ပညာရှိတို့သည် ကိုယ်ဖြင့်၎င်း၊ နှုတ်ဖြင့်၎င်း၊ စိတ်ဖြင့်၎င်း၊ မကောင်းမှုမှ စောင့်ရှောက်ကုန်၏။ ထိုကိုယ်-နှုတ်-စိတ်-သုံးပါးတို့ဖြင့် မကောင်းမှုမှ စောင့်ရှောက်သော ပညာရှိတို့သည်သာလျှင် ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်သော သူတို့မည်ကုန်၏။

234. The wise are restrained in body,
In speech too they are restrained,
They are restrained in mind as well.
Yes, they are perfectly restrained.

SEVENTEENTH CHAPTER, ANGER.

၁၈-မလဝဂ်

၁-ဂေါသာတကပုတ္တဝတ္ထု

၂၃၅။ ပဏ္ဍုပလာသောဝ ဒါနိသိ၊
ယမပုရိသာပိ စ တေ ဥပဋ္ဌိတာ။
ဥယျောဂမုခေ စ တိဋ္ဌသိ၊
ပါထေယျမ္ပိ စ တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

၂၃၅။ (အိုဒကာ) သင်သည် ယခုအခါ ဖျော့တော့သော
ဖက်ရွက်လျော်နှင့်တူ၏။ သေမင်းတမန် တို့သည်လည်း သင်၏
အနီး၌စောင့်နေကုန်၏။ သင်သည် ဘဝအဆုံးသို့ ရောက်ချေပြီ၊
သင့်မှာ (ဘဝတပါးသို့ သွားရန် ကောင်းမှုတည်း ဟူသော)
ရိက္ခာလည်းမရှိ။

235. Like a withered leaf are you now,
The messengers of death wait on
you,
On the threshold of decay you
stand,
Provision too there is none for
you.

၂၃၆။ သော ကရေဟိ ဒီပမတ္တနော၊
 ခိပ္ပံ ဝါယမ ပဏ္ဍိတော ဘဝ။
 နိဒ္ဒန္တမလော အနဂ်ဏော၊
 ဒိဗ္ဗံ အရိယဘူမိံ ဥပေဟိသိ။

၂၃၆။ ထို့ကြောင့် သင်သည် မိမိ၏မှီခိုရာ ကျန်းနှင့်တူသော
 ကောင်းမှုကိုပြုလော့၊ လျင်မြန်စွာ အားထုတ်၍ ပညာရှိဖြစ်
 လော့၊ ရာဂစသော အညစ်အကြေးကို ပယ်ထုတ်၍ ကိလေသာ
 ကင်းလျှင် သင်သည် အရိယာတို့၏ နေရာဖြစ်သော သုဒ္ဓါဝါ
 သဘုံသို့ ရောက်လတ္တံ့။

236. Make an island unto yourself,
 Strive hard and be wise;
 Purged of stain, and passionless,
 You shall enter the celestial plane
 of the Elect.

*

၂၃၇။ ဥပနိတဝယော စ ဒါနိသိ၊
 သမ္ပယာတောသိ ယမဿ သန္တိကံ။
 ဝါသော တေ နတ္ထိ အန္တရာ၊
 ပါထေယျမ္ပိ စ တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

၂၃၇။ (အိုဒကာ) သင်သည် ယခုအခါ အရှယ်လွန်ချေ
 ပြီး သေမင်းထံသွားရန် စီမံပြီးပြီ၊ သင့်မှာ လမ်းခရီးအကြား၌
 နားနေရန် အခွင့်မရှိ၊ သင့်မှာ (ဘဝတပါးသို့သွားရန် ကောင်းမှု
 တည်းဟူသော) ရိက္ခာလည်း မရှိ။

237. Your life has come to an end now,
To the presence of death you are
setting out,
No halting place is there for you
by the way,
Provision too there is none for you.

*

၂၃၈။ သော ကရောဟံ ဒီပမတ္တနော၊
ခိပ္ပံ ဝါယမ ပဏ္ဍိတော ဘဝ။
နိဒ္ဒန္တမလော အနဂ်ဏော၊
န ပုနံ ဇာတိဇရံ ဥပေဟိသိ။

၂၃၈။ ထို့ကြောင့် သင်သည် မိမိ၏ မှီခိုရာကျွန်းနှင့် တူသော ကောင်းမှုကိုပြုလော့၊ လျင်မြန်စွာ အားထုတ်၍ ပညာရှိဖြစ်လော့၊ ရာဂ စသော အညစ်အကြေးကို ထုတ်ပယ်၍ ကိလေသာကင်းလျှင် သင်သည် တဖန် ပဋိသန္ဓေ နေရခြင်း၊ အိုရခြင်းသို့ မရောက်လတ္တံ့။

238. Do make an island to yourself,
Strive hard and be wise;
Purged of stain, and passionless,
You shall not come again to birth
and decay.

၂-အညတရဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၂၃၉။ အနုပုဗ္ဗေန မေဓာဝီ၊ ထောက် ထောက် ခဏေ ခဏေ။
ကမ္မာရော ရဇတဿေဝ၊ နိဒ္ဒမေ မလမတ္တနော။

၂၃၉။ ပန်းတိမ်သည်သည် ငွေမှအညစ်အကြေးကို တဖြေး
ဖြေးထုတ်သကဲ့သို့ ပညာရှိသည် အခွင့်ရတိုင်း ရတိုင်း အနည်းငယ်
အနည်းငယ်သော မိမိ၏ ရာဂ စသော အညစ်အကြေးကို အစဉ်
သဖြင့် ထုတ်ပယ်ရာ၏။

239. By degrees, little by little, from
time to time, a wise man should remove
his own impurities, as a smith removes
(the dross) of silver.

၃-တိသတ္ထေရဝတ္ထု

၂၄၀။ အယသာဝ မလံ သမုဋ္ဌိတံ၊
တတုဋ္ဌာယ တမေဝ ခါဒတိ။
ဧဝံ အတိဓောနစာရိနံ၊
သာနိ ကမ္မာနိ နယန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ။

၂၄၀။ သံချေးသည် သံမှပင်လျှင် ဖြစ်လာ၍ သံချေးတက်
ပြီးလျှင် ထိုသံကိုပင် ပြန်၍စားသကဲ့သို့၊ မိမိ၏ မကောင်းမှုတို့
သည်ပင်လျှင် မကောင်းမှုကျူးလွန်သောသူကို မကောင်းသော
ဘဝသို့ ဆောင်ကုန်၏။

240. As rust, sprung from iron, eats
itself away when arisen,
Even so his own deeds lead the
transgressor to a state of woe.

၄-လာဠုဒါယိဝတ္ထု

၂၄၁။ အသဇ္ဈာယမလာ မန္တာ၊
အနုဋ္ဌာနမလာ သရာ။
မလံ ဝဏ္ဏဿ ကောသဇ္ဇိ၊
ပမာဒေါ ရက္ခတော မလံ။

၂၄၁။ ဂါထာမန္တန်သည် မရွတ်ဘတ်လျှင် ညစ်ကြေး ပျက်စီး၏။ အိမ်အဆောက်အဦ တို့သည် မပြုပြင်လျှင် ညစ်ကြေး ပျက်စီးကုန်၏။ အသုတ်အသင်မရှိ ပျင်းရိခြင်းသည် လှပသော အဆင်း၏ ညစ်ကြေး ပျက်စီးကြောင်းတည်း။ မေ့လျော့ ခြင်းသည် အစောင့်အရှောက်ဖြစ်သော သူ၏ အညစ်အကြေးတည်း။

241. Non-recitation is the rust of in-
cantations,
Non-exertion is the taint of homes,
Sloth is the taint of beauty,
Carelessness is the flaw or taint
of a watcher.

၅-အညတရကုလပုတ္တဝတ္ထု

၂၄၂။ မလိတ္ထိယာ ဒုစ္စရိတံ၊
 မစ္ဆေရံ ဒေတော မလံ။
 မလာ ဝေ ပါပကာ ဓမ္မာ၊
 အသ္မိံ လောကေ ပရမိံ စ။

၂၄၂။ လင်ကိုလွန်ကျူး၍ မကောင်းကျင့်ခြင်းသည် မိန်းမ
 ၏အညစ်အကြေးဖြစ်၏။ ဝန်တိုခြင်းသည် ပေးကမ်း လှူဒါန်းသော
 သူ၏အညစ်အကြေးဖြစ်၏။ ယုတ်မာသော အကုသိုလ်တရားတို့
 သည် ဤဘဝ၌၎င်း၊ နောင်ဘဝ၌၎င်း စင်စစ် အညစ်အကြေးတို့
 ဖြစ်ကုန်၏။

242. Misconduct is the taint of a
 woman,
 Niggardliness is the taint of a
 benefactor,
 Taints, indeed, are all evil things
 both in this world and in the
 next.



၂၄၃။ တတော မလာ မလတရံ၊ အဝိဇ္ဇာ ပရမံ မလံ။
 တေ မလံ ပဟန္တာန၊ နိမ္မလာ ဟောထ ဘိက္ခဝေါ။

၂၄၃။ ဤအညစ်အကြေးအားလုံးတို့ထက် အဆိုးဆုံးအညစ်အကြေးသည်ကား တရားမှန်ကို မသိခြင်းတည်းဟူသော အဝိဇ္ဇာအညစ်အကြေးတည်း။ (အို-ရဟန်းတို့) သင်တို့သည် ဤအဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အညစ်အကြေးကို ပယ်စွန့်၍ အညစ်အကြေးကင်းကြကုန်လော့။

243. A worse taint than these is ignorance, the greatest taint;
Abandoning this taint be taintless,
O Bhikkhus!

၆-စူဠသာရိဘိက္ခုဝတ္ထု

၂၄၄။ သုဇီဝံ အဟိရိကေန၊ ကာကသ္မရေန ဓံသိနာ။
ပက္ခန္တိနာ ပဂဗ္ဘေန၊ သံကိလိဋ္ဌေန ဇီဝိတံ။

၂၄၄။ ကျီးရဲနှင့်တူစွာ အရှက်မရှိ၊ သူတပါးတို့၏ ဂုဏ်ကိုလည်း ဖျက်ဆီး၊ သူတပါးပြုသော အမှုကို မိမိ ပြုယောင်လည်းဆောင်၊ ကြမ်းထမ်းသော သဘောလည်း ရှိ၍၊ ယုတ်မာညစ်ညမ်းသော အမှုဖြင့် အသက်မွေးသောသူမှာ အသက်မွေးနေထိုင်ရန် လွယ်ကူ၏။

244. Easy to live is the life of an immodest one who is as impudent as a crow, back-biting, presumptuous, forward, arrogant, and corrupt.



၂၄၅။ ဟိရီမတာ စ ဒုဇ္ဇိဝံ၊ နိစ္စံ သုစိဂဝေသိနာ။
အလီနေနာ'ပွဂဗ္ဗေန၊ သုဒ္ဓါဇီဝေန ပဿတာ။

၂၄၅။ အရှက်လည်းရှိ၊ အမြဲစင်ကြယ်သော သဘောကိုသာ
ရှာကြံလေ့လည်းရှိ၊ တွန့်တိုခြင်း သဘော ကြမ်းထမ်းသော
သဘောလည်းမရှိ၊ စင်ကြယ်သော အမှုဖြင့် အသက်မွေး၍၊
သင့်မသင့်ကို ရှုမြင်တတ်သော သူမှာ အသက်မွေးနေထိုင်ရန်
ခဲယဉ်း၏။

245. Hard is the life of a modest one who ever seeks purity, is detached, humble, clean in life, and intelligent.

၇-ပဉ္စဉပါသကဝတ္ထု

၂၄၆။ ယော ပါဏမတိပါတေတိ၊ မုသာဝါဒဉ္စ ဘာသတိ။
လောကေ အဒိန္နမာဒိယတိ၊ ပရဒါရဉ္စ ဂစ္ဆတိ။

၂၄၆။ ဤလောက၌ တစ်စုံတစ်ယောက်သော သူသည်
သူတပါး၏ အသက်ကိုသတ်၏၊ မဟုတ်မမှန်သော စကား
ကိုပြောဆို၏၊ ပိုင်ရှင်မပေးသော သူတပါး၏ ဥစ္စာကိုခိုးယူ၏၊
သူတပါး၏မယားကို ပြစ်မှားလွန်ကျူး၏။

၁၄၇။ သုရာမေရယပါနဉ္စ၊
ယော နဇော အနုယုဉ္စတိ။
ဣဓေဝ မေသော သောကသ္မိံ၊
မူလံ ခဏတံ အတ္တနော။

၂၄၇။ သေရည် အရက်ကိုလည်း သောက်လေ့ရှိ၏။ ထိုသူသည် ယခုဘဝ၌ပင်လျှင် မိမိ၏ပင်ရင်း အခြေအမြစ်ကို တူးဖြိုဖျက်ဆီးသည်မည်၏။

246-247. Whoso, in this world, destroys life, utters lies; Takes what is not given, goes to others' wives; And the man who is addicted to intoxicating drinks; Such a one digs up his own root in this very world.

*

၂၄၈။ ဧဝံ ဘော ပုရိသ ဇာနာဟိ၊
 ပါပဓမ္မော အသညတာ။
 မာ တံ လောဘော အဓမ္မော စ၊
 စိရိ ဒုက္ခာယ ရန္တယံ။

၂၄၈။ အို-ယောက်ျား- ဤသို့သိလော့၊ မစောင့်စည်းသော အကုသိုလ်တရားတို့သည် ယုတ်မာသော သဘောရှိကုန်၏။ လောဘ ဒေါသတို့သည် သင့်ကိုကြာမြင့်စွာ ဆင်းရဲစေခြင်းငှာ မနှောင့်ဖွဲ့စေကုန်လင့်။

248. Know thus, O good man!
 "Not easy of restraint are evil things."
 Let not greed and wickedness drag you to protracted misery.

ဂ-တိဿဒဟရ ဝတ္ထု

၂၄၉။ ဒဒါတိ ဝေ ယထာ သဒ္ဓါ၊
 ယထာ ပဿဒနံ ဇနော။
 တတ္ထ ယော စ မင်္ဂု ဘဝတိ၊
 ပရေသံ ပါနဘောဇနေ။
 န သော ဒိဝါ ဝါ ရတ္တိံ ဝါ၊
 သမာဓိ မဓိဂစ္ဆတိ။

၂၄၉။ လူတို့သည် (မိမိတို့ အယုံအကြည် ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်၊
 ကြည်ညိုသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား) ယုံကြည်သည် အလျောက်
 ကြည်ညိုသည် အလျောက် (စားဘွယ်သောက်ဘွယ်) တို့ကို
 ပေးလှူကုန်၏။ ထိုသူတပါးတို့ စားဘွယ်သောက်ဘွယ် ပေးလှူ
 ရာ၌ မျက်နှာမသာ မနာလိုသော သူသည် နေ့အခါ၌၎င်း၊
 ညအခါ၌၎င်း စိတ်၏တည်ကြည်ခြင်းကို မရလေ။

249. People give according to their faith
 and as they are pleased.
 Whoever therein is envious of
 others' food and drink,
 Does not attain Concentration
 either by day or by night.

*

၂၅၀။ ယဿ စေတံ သမုစ္ဆိန္နံ၊ မူလသစ္စံ သမုဟတံ။
 သ ဝေ ဒိဝါ ဝါ ရတ္တိံ ဝါ၊ သမာဓိ မဓိဂစ္ဆတိ။

၂၅၀။ ဤမျှန်နာမသာ မနာလိုသော သဘောကိုကောင်းစွာအကြွင်းမရှိ အရင်းအမြစ်နှင့်တကွ နုတ်ပယ်ပြီးသောသူသည် နေ့အခါ၌၎င်း၊ ညအခါ၌၎င်း စိတ်၏ တည်ကြည်ခြင်းကို ရလေ၏။

250. But he who has this (feeling) fully cut off, uprooted, and destroyed, attains Concentration by day and by night.

၉-ပဉ္စဉပါသကဝတ္ထု

၂၅၁။ နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ၊
 နတ္ထိ ဒေါသသမော ဂဟော။
 နတ္ထိ မောဟသမံ ဇာလံ၊
 နတ္ထိ တဏှာသမာ နဒီ။

၂၅၁။ (ကိုယ်တွင်း၌ ပူလောင် တတ်သဖြင့်) ရာဂနှင့်တူသောမီးမရှိ၊ (ကိုယ်တွင်း၌နေ၍ ဖမ်းယူတတ်သဖြင့်) ဒေါသနှင့်တူသော ဖမ်းယူခြင်းမရှိ၊ (အမှားအမှန် မသိအောင် ဖုံးလွှမ်းတတ်သဖြင့်) မောဟနှင့်တူသော ပိုက်ကွန်မရှိ၊ (အမြဲလိုလျက်သာရှိ၍ ပြည့်နိုင်ခဲ့သဖြင့်) တဏှာနှင့်တူသောမြစ်မရှိ။

251. There is no fire like lust, no grip like hate;
 There is no net like delusion, no river like craving.

၁၀-မေဏ္ဍကသေဋ္ဌိဝုတ္တု

၂၅၂။ သုဒဿံ ဝဇ္ဇ မညေသံ၊
 အတ္တနော ပန ဒုဒ္ဓသံ။
 ပရေသံ ဟိ သော ဝဇ္ဇာနိ၊
 ဩပုနာတိ ယထာ ဘုသံ။
 အတ္တနော ပန ဆာဒေတိ၊
 ကလိံ ဝ ကိတာဂါ သဌော။

၂၅၂။ သူတပါးတို့၏ အပြစ်ကိုမြင်လွယ်၏။ မိမိ၏အပြစ်ကို
 မြင်နိုင်ခဲ၏။ သူတပါးတို့၏ အပြစ်တို့ကို ဖွဲ့လွင့်သကဲ့သို့ လွင့်
 တတ်၏။ မိမိ၏ အပြစ်ကိုကား (စဉ်းလဲ ကောက်ကျစ်သော
 ငှက်မုဆိုးသည် ငှက်တို့မမြင်အောင် မိမိကိုယ်ကို သစ်ရွက်သစ်
 ခက်တို့ဖြင့် ဖုံးသကဲ့သို့) ဖုံးတတ်၏။

252. Easily seen are others faults,
 But hard indeed to see are one's
 own,
 Like chaff one winnows others,
 faults,
 But one's own one hides, like a
 crafty fowler covers himself.

၁၁-ဥဇ္ဈာနသညိတ္ထေရဝတ္ထု

၂၅၃။ ပရဝဇ္ဇာနုပဿိဿ၊
 နိစ္စံ ဥဇ္ဈာနသညိနော။
 အာသဝါ တဿ ဝဇ္ဇန္တိ၊
 အာရာ သော အာသဝက္ခယာ။

၂၅၃။ သူတပါး၏ အပြစ်ကို အစဉ်ရှု၍ အမြဲသူတပါးကို
 ကဲ့ရဲ့တတ်သောသူမှာ ကာမစသော အာသဝေါတရားတို့သည်
 တိုးပွားကုန်၏။ ထိုသူသည် အာသဝေါကုန်ခန်းသည့် ရဟန္တာ
 အဖြစ်မှ ဝေးလေ၏။

253. He who sees others' faults,
 And is ever irritable-
 Defilements of such a one grow;
 He is far from the destruction of
 Defilements.

၁၂-သုဘဒ္ဒပရိဗ္ဗာဇကဝတ္ထု

၂၅၄။ အာကာသေဝ ပဒံ နတ္ထိ၊
 သမဏော နတ္ထိ ဗာဟိရေ။
 ပပဉ္စာဘိရတာ ပဇာ၊
 နိပ္ပပဉ္စာ တထာဂတာ။

၂၅၄။ ကောင်းကင်၌ ခြေရာမရှိ၊ ဘုရားသာသနာတော်၏ အပြင်ပ၌ (မဂ်ဖိုလ်ရသော) ရဟန်းမရှိ၊ သတ္တဝါတို့သည် တဏှာစသော သံသရာခွဲထွင်ကြောင်း တရားတို့၌ မွေ့လျော်ကုန်၏။ မြတ်စွာဘုရားတို့မှာ တဏှာစသော သံသရာ ခွဲထွင်ကြောင်း တရားမရှိကုန်။

254. In the sky there is no track,
Outside there is no Saint;
Mankind delights in obstacles.
The Tathagatas are from obstacles
free.

*

၂၅၅။ အာကာသေဝ ပဒံ နတ္ထိ၊
သမဏော နတ္ထိ ဗာဟိရေ။
သင်္ခါရာ သဿတာ နတ္ထိ၊
နတ္ထိ ဗုဒ္ဓါန မိဉ္ဇိတံ။

၂၅၅။ ကောင်းကင်၌ ခြေရာမရှိ၊ ဘုရားသာသနာတော်၏ အပြင်ပ၌ (မဂ်ဖိုလ်ရသော) ရဟန်းမရှိ၊ ခန္ဓာငါးပါးတို့သည် (လောက၌ ရှိရှိသမျှအရာဝတ္ထု သဘောတရားတို့သည်) အမြဲ မရှိကုန်၊ ဘုရားရှင်တို့မှာ တဏှာစသည်တို့ကြောင့် တုန်လှုပ်ခြင်း မရှိ။

255. In the sky there is no track,
 outside there is no Saint;
 There is no conditioned thing
 that is eternal;
 There is no instability in the
 Buddhas.

EIGHTEENTH CHAPTER, IMPURITIES.

၁၉-ဓမ္မဌာန

၁-ဝိနိစ္ဆယမဟာမတ္တဝတ္ထု

၂၅၆။ န တေန ဟောတိ ဓမ္မဌာ၊
ယေနတ္ထံ သာဟဿာ နယေ။
ယော စ အတ္ထံ အနတ္တဉ္စ၊
ဥဘော နိစ္ဆယျ ပဏှိတော။

၂၅၆။ ဆုံးဖြတ်ရန် အမှုကို မျက်နှာလိုက်၍ မဟုတ်မမှန်
ဆုံးဖြတ်သောသူသည် တရားရှိသော တရားသူကြီး မဟုတ်၊
ပညာရှိသည် အကြောင်းဟုတ်မဟုတ် နှစ်ပါးစုံကို စုံစမ်းစစ်ဆေး
ရ၏။

256. He is not thereby just because he
hastily arbitrates cases.
The wise man should investigate
both right and wrong.

*

၂၅၇။ အသာဟသေန ဓမ္မေန၊
သမေန နယတိ ပရေ။
ဓမ္မဿ ဂုတ္တော မေဓာဝီ၊
“ဓမ္မဌာ” တိ ပဝုစ္စတိ။

၂၅၇။ ဤသို့ စုံစမ်း စစ်ဆေးပြီးလျှင် မျက်နှာမလိုက်ဘဲ တရားကိုစောင့်လျက်၊ တရားလမ်းမှန်အတိုင်း တရားလို တရားခံတို့ကို အရှုံးအနိုင် ဆုံးဖြတ်သော ပညာရှိကို တရားရှိသော တရားသူကြီးဟု ခေါ်၏။

257. The intelligent man who leads others not falsely but lawfully and impartially, who is a guardian of the law, is called "one who abides by the law".

၂-ဆဗ္ဗဂ္ဂိယဝတ္ထု

၂၅၈။ န တေန ပဏ္ဍိတော ဟောတိ၊
ယာဝတာ ဗဟု ဘာသတိ။
ဓမ္မိ အဝေရီ အဘယော၊
“ပဏ္ဍိတော” တိ ပဝုစ္စတိ။

၂၅၈။ များစွာ စကားပြောကာမျှဖြင့် ပညာရှိ မဖြစ်၊
သည်းလည်းခံတတ်၊ မုန်းသော ရန်သူဟူ၍လည်း မထား၊
အကြောက်လည်းမရှိသောသူကို ပညာရှိဟုခေါ်၏။

258. He is not thereby a wise man merely because he speaks much. He who is secure, friendly, and fearless, is called "wise".

၃-ကျေဒါနိကာသဝဝတ္ထု

၂၅၉။ န တာဝတာ ဓမ္မဓရော၊
 ယာဝတာ ဗဟု ဘာသတိ။
 ယော စ အပ္ပမ္ဘိ သုတာန၊
 ဓမ္ဘိ ကာယေန ပဿတိ။
 သ ဝေ ဓမ္မဓရော ဟောတိ၊
 ယော ဓမ္ဘိ နပ္ပမဇ္ဇတိ။

၂၅၉။ များစွာ ပြောဟောကာမျှဖြင့် တရားဆောင်သော ပုဂ္ဂိုလ်မဖြစ်၊ အနည်းငယ်မျှပင် ကြားနာရ၍ ကိုယ်တိုင် ဒုက္ခ စသော တရားမှန်ကိုသိ၍၊ ထိုတရားကို မမေ့သော သူသည် သာလျှင် တရားဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်အစစ်ဖြစ်၏။

259. He is not “versed in the Dhamma” merely because he speaks much. He who hears little and sees the Truth mentally is, indeed, “versed in the Dhamma.” He is not heedless of the Dhamma.

၄-လက္ခဏကဘဒ္ဒိယတ္ထေရဝတ္ထု

၂၆၀။ န တေန ထေရော သော ဟောတိ၊
 ယေနဿ ပလိတံ သိရော။
 ပရိပက္ခော ဝယော တဿ၊
 “မောဃဇိက္ခော”တိ ဝုစ္စတိ။

၂၆၀။ (အရွယ်ကြီး၍) ခေါင်းဖြူကာမျှဖြင့် မထေရ်မဖြစ်၊
(ခိုင်မြဲသော တရားမရှိဘဲ) အရွယ်သာကြီးသောသူကို အချည်း
နှိုး လူအိုဟုခေါ်၏။

260. Not therefore is he an “elder”
merely because his head is grey.
Ripe is he in age. “Old-in-vain”
is he called.

✽

၂၆၁။ ယမို သစ္စဉ္စ ဓမ္မော စ၊
အဟိံသာ သံယမော ဒမော။
သ ဝေ ဝန္တမလော ဝီရော၊
“ထေရော”လ္လတိ ပဝုစ္စတိ။

၂၆၁။ သစ္စာလည်းရှိ၊ လောကုတ္တရာ တရားလည်းရှိ၊ သူတ
ပါးကို နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲခြင်းလည်းမရှိ၊ သီလကိုလည်းစောင့်၊ မျက်စိ
စသော ဣန္ဒြေကိုလည်း စောင့်ရှောက်လျက်၊ ကိလေသာအညစ်
အကြေးကိုပယ်၍ ခိုင်မြဲသည့် ပညာရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာလျှင်
စင်စစ် ထေရ်ဟုခေါ်၏။

261. In whom are truth, virtue,
harmlessness, restraint, and control,—that
wise man who has cast out impurities is
indeed called an “elder”.

၅-သမ္မဟုလဘိက္ခုဝတ္ထု

၂၆၂။ န ဝါက္ခရဏမတ္တေန၊
 ဝဏ္ဏပေါက္ခရတာယ ဝါ။
 သာဓုရူပေါ နရော ဟောတိ၊
 ဣဿကိ မစ္ဆရီ သဌော။

၂၆၂။ သာယာသော စကားကို ပြောဆိုတတ်သော်လည်း၊
 ရုပ်အဆင်းပင် လှသော်လည်း သူတပါးစည်းစိမ်ကို ငြူစူတတ်၊
 ဝန်တိုတတ်၊ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲတတ်လျှင် ထိုသူသည် သူတော်
 ကောင်းမဟုတ်။

262. Not by mere eloquence, nor by handsome appearance, does a man become 'good-natured'-should he be jealous, selfish, and deceitful.

*

၂၆၃။ ယဿ စေတံ သမုတ္တိန္နံ၊
 မူလသစ္စံ သမူဟတံ။
 သ ဝန္တဒေါသော မေဓာဝီ၊
 “သာဓုရူပေါ”တိ ဝုစ္စတိ။

၂၆၃။ ဤငြူစူခြင်းစသော အကုသိုလ်ကို ကောင်းစွာပယ်
 ရှား အမြစ်နှင်တကွ ပယ်နုတ်ဖျက်ဆီး၍ ဒေါသကင်းသော
 ပညာရှိကို သူတော်ကောင်းဟု ခေါ်၏။

263. But in whom those are wholly cut off, uprooted, and extinct—that wise man who has cast out hatred in indeed called ‘good-natured’.

၆-ဟတ္ထကဝတ္ထု

၂၆၄။ န မုဏ္ဍကေန သမဏော၊
အဗ္ဗတော အလိကံ ဘဏံ။
ဣစ္ဆာလောဘသမာပန္နော၊
သမဏော ကိံ ဘဝိဿတိ။

၂၆၄။ ဦးပြည်း ကတုံးရိတ်ကာမျှဖြင့် ရဟန်းမဖြစ်၊ သီလ
အကျင့် ဓူတင်အကျင့်လည်းမရှိ၊ မဟုတ်မမှန်သော စကားကို
လည်း ပြောဆိုတတ်၊ လိုချင်ခြင်း မက်မောခြင်းလည်း ရှိသော
သူသည် အဘယ်မှာ ရဟန်းဖြစ်နိုင်အံ့နည်း။

264 Not by a shaven head does an undisciplined man, who utters lies, become an ascetic. How will one be an ascetic who is full of desire and greed?

*

၂၆၅။ ယော စ သမေတိ ပါပါနိ၊
အဏုံထူလာနိ သဗ္ဗသော။
သမိတတ္တာ ဟိ ပါပါနိ၊
“သမဏော” တိ ပဝုစ္စတိ။

၂၆၅။ ငယ်ငယ်ကြီးကြီး ဖြစ်ကုန်သော မကောင်းမှုတို့ကို
အလုံးစုံငြိမ်းစေပြီးသော သူကို မကောင်းမှုအားလုံးမှ ငြိမ်းပြီး
ဖြစ်သောကြောင့် (သမဏ) ရဟန်းဟုခေါ်၏။

265. He who wholly subdues evil—both small and great—is called an ascetic, because he has overcome all evil.

၇-အညတရဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၂၆၆။ န တေန ဘိက္ခု သော ဟောတိ၊
ယာဝတာ ဘိက္ခတေ ပဓေ။
ဝိဿံ ဓမ္မံ သမာဒါယ၊
ဘိက္ခု ဟောတိ န တာဝတာ။

၂၆၆။ သူတပါးထံ တောင်းကာမျှဖြင့် ရဟန်းမဖြစ်၊ တရား
နှင့် မလျော်သော အကျင့်ကို ကျင့်ခြင်းအားဖြင့် ရဟန်းမဖြစ်။

266. He is not thereby a Bhikkhu merely because he begs from others; by following the whole code (of morality) one certainly becomes a Bhikkhu, and not merely by such begging.

*

၂၆၇။ ယော'ဓ ပုညဉ္စ ပ'ပဉ္စ၊
ဗာဟေတွာ ဗြဟ္မစရိယဝါ။
သင်္ခါယ လောကေ စရတိ၊
သ ဝေ“ဘိက္ခု”တိ ဝုစ္စတိ။

၂၆၇။ ဤလောက၌ ကောင်းမှု မကောင်းမှုကို ပယ်၍
မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်ပြီးလျှင် ခန္ဓာစသောလောကီတရား
အစု၌ ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍ နေထိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ စင်စစ်
(ဘိက္ခု) ရဟန်းဟုခေါ်၏။

267. Herein he who has transcended both good and evil, whose conduct is sublime, he who lives with understanding in this world,—he, indeed, is called a Bhikkhu.

၈-တိတ္ထိယဝတ္ထု

၂၆၈။ န မောနေန မုနိ ဟောတိ၊ မူဠရူပေါ အဝိဒ္ဓသု။
ယော စ တုလံ ပဂ္ဂယ၊ ဝရမာဒါယ ပဏ္ဍိတော။

၂၆၈။ တွေဝေမိန်းမောလျက် အသိပညာမရှိသောသူသည်
ဆိတ်ဆိတ်နေကာမျှဖြင့် ရဟန်းမဖြစ်၊ ပညာရှိသည် ချိန်ခွင်ကို
ကိုင်၍ ချိန်စက်သကဲ့သို့ (ကောင်းမကောင်း ချိန်စက်ကာ)
သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတည်းဟူသော အကောင်းအမြတ်ကို
ယူ၍။

၂၆၉။ ပါပါနိ ပရိဝဇ္ဇေတိ၊
သ မုနိ တေန သော မုနိ။
ယော မုနာတိ ဥဘော လောကေ၊
“မုနိ” တေန ပဝုစ္စဘိ။

၂၆၉။ ယုတ်မာသော မကောင်းမှုတို့ကို ရှောင်ကြဉ်၏။
ထိုအကောင်းကိုယူ၍ မကောင်းကိုပယ်သော ပညာရှိပုဂ္ဂိုလ်
သည် (မုနိ) ရဟန်းမည်၏။ လောက၌ကောင်းမကောင်း နှစ်မျိုး
တို့ကိုနှိုင်းချိန်တတ်၊ သိတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို (မုနိ) ရဟန်းဟု
ခေါ်၏။

268-269. Not by silence (alone) does he become a sage, who is dull and ignorant. But the wise man who, as if grasping a pair of scales, embraces the best and shuns evil, is indeed a sage. For that reason he is a sage. He that understands both worlds is, therefore, called a sage.

၉-ဗာဠိသိကဝတ္ထု

၂၇၀။ န တေန အရိယော ဟောတိ၊
ယေန ပါဏာနိ ဟိံသတိ။
အဟိံသာ သဗ္ဗပါဏာနံ၊
“အရိယော”တိ ပဝုစ္စတိ။

၂၇၀။ သတ္တဝါတို့ကို ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်သဖြင့် မြတ်သောသူ
မဖြစ်၊ သတ္တဝါအားလုံးတို့ကို မညှဉ်းဆဲမနှိပ်စက် (မေတ္တာ
ပွား)သော သူကို (အရိယာ) မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ဟု ခေါ်၏။

270. Not therefore is he an Ariya
because he harms living beings.
By harmlessness towards all living
beings he is called an Ariya.

၁၀-သမ္မဟုလသီလာဒိသမ္ပန္နဘိက္ခုဝတ္ထု

၂၇၁။ န သီလပဗ္ဗတမတ္တေန၊ ဗာဟုသစ္စေန ဝါ ပန။
အထ ဝါ သမာဓိလာဘေန၊ ဝိဝိတ္တသယနေ ဝါ။

၂၇၁။ သီလအကျင့် ရှိကာမျှဖြင့်၎င်း၊ အကြားအမြင်များ
ကာမျှဖြင့်၎င်း၊ သမာဓိ ရကာမျှဖြင့်၎င်း၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်၌
နေကာမျှဖြင့်၎င်း။

✽

၂၇၂။ ဖုဿာမိ နေက္ခမ္မသုခံ၊
အပုထုဇ္ဇေန သေဝိတံ။
ဘိက္ခု ဝိဿာသမာပါဒိ၊
အပ္ပတ္တော အာသဝက္ခယံ။

၂၇၂။ ပုထုဇဉ် လူသမန်သို့ မရအပ်သော အနာဂါမိဖိုလ်
ချမ်းသာကိုရပေပြီဟု သဘောထားကာမျှဖြင့်၎င်း၊ (အို-ရဟန်း)
သင်သည် အာသဝေါ ကုန်ခန်းသည့် ရဟန္တာအဖြစ်သို့မရောက်
ဘဲ ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ကျမ်းဝင်ရောင့်ရဲကာ မနေလင့်။

271-272. Not only by mere morality and austerities, nor again by much learning, nor even by gaining concentration, nor by secluded lodging, (thinking) “I enjoy the bliss of renunciation, not resorted to by the worlding” (not with these) should you, O Bhikkhu, rest content without reaching the extinction of the corruptions.

NINETEENTH CHAPTER, THE JUST OR RIGHTEOUS.

၂၀-မဂ္ဂဝဂ်

၁-ပဉ္စသတဘိက္ခုဝတ္ထု

၂၇၃။ မဂ္ဂါနဋ္ဌင်္ဂိကော သေဋ္ဌော၊ သစ္စာနံ စတုရော ပဒါ။
ဝိရာဂေါ သေဋ္ဌော ဓမ္မာနံ၊ ဒွိပဒါနဉ္စ စက္ခုမာ။

၂၇၃။ လမ်းအားလုံးတို့တွင် အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော လမ်းသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ သစ္စာအားလုံးတို့တွင် သစ္စာလေးပါးတို့သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်ကုန်၏။ သဘောတရား အားလုံးတို့တွင် ရာဂကင်းသော သဘောတရား (နိဗ္ဗာန်) သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ ခြေနှစ်ချောင်း ရှိကုန်သော လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ အားလုံးတို့တွင် ပညာမျက်စိရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

273. The best of paths is the Eightfold Path;
The best of Truths are the four Sayings;
The best of conditions is passionless (Nibbana);
The best of bipeds is the Seeing One.

*

၂၇၄။ သေဝ မဂ္ဂေါ နတ္ထညော၊ ဒဿနဿ ဝိသုဒ္ဓိယာ။
 တေဉ္စိ တုဗ္ဗေ ပဋိပဇ္ဇေ၊ မာရဿေတံ ပမောဟနံ။

၂၇၄။ ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်ရန်အတွက် ဤအင်္ဂါရှစ်ပါး
 ရှိသော လမ်းသည်သာလျှင် လမ်းမှန်ဖြစ်၏။ တခြားလမ်းမရှိ၊
 သင်တို့သည် ဤလမ်းမှန်ကိုသာ လိုက်ကြကုန်လော့။ ဤလမ်း
 သည် မာရ်မင်းတွေဝေရာလမ်း (မာရ်မင်းမမြင်နိုင်သောလမ်း)
 ဖြစ်၏။

274. This is the only Way.
 There is none other for the purity
 of vision.
 Do you follow this Path ?
 This is the bewilderment of Mara.

*

၂၇၅။ တေဉ္စိ တုဗ္ဗေ ပဋိပန္နာ၊
 ဒုက္ခဿန္တံ ကရိဿထ။
 အက္ခာတော ဝေါမယာ မဂ္ဂေါ၊
 အညာယ သလ္လကန္တနံ။

၂၇၅။ သင်တို့သည် ဤလမ်းကိုလိုက်ကြလျှင် ဆင်းရဲအဆုံး
 သို့ ရောက်ကြကုန်လတ္တံ့။ ရာဂစသော ဆူးငြောင့်တို့မှ ကင်း
 သောလမ်းမှန်ကို ကိုယ်တိုင်သိ၍ ဤလမ်းမှန်ကို သင်တို့အား
 ငါညွှန်ကြား၏။

275. Entering upon that path you will
make an end of pain.
Having understood the removal of
thorns have I taught you the
path.

*

၂၇၆။ တုမ္ပေဟိ ကိစ္စမာတပုံ၊
အက္ခာတာရော တထာဂတာ။
ပဋိပန္နာ ပမောက္ခန္တိ၊
ဈာယိနော မာရဗန္ဓနာ။

၂၇၆။ သင်တို့ ကိုယ်တိုင် အားထုတ်ကြကုန်လော့၊ ဘုရား
ရှင်တို့သည် လမ်းကိုညွှန်ပြတတ်ကုန်၏။ ပြသည်အတိုင်း လိုက်နာ
ကျင့်ကြံကြ၍ ဈာန်သမာပတ်ရသော သူတို့သည် ဝဋ်ဆင်းရဲ
တည်းဟူသော မာရ်မင်း၏အနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်ကုန်၏။

276. You yourselves should make an
effort.
The Tathagatas are only teachers.
The meditative ones who enter the
way are delivered from the
bonds of Mara.

၂-အနိစ္စလက္ခဏဝတ္ထု

၂၇၇။ “သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာ”တိ၊
 ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
 အထ နိဗ္ဗိန္နတိ ဒုက္ခေ၊
 ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

၂၇၇။ အကြောင်းတရား တို့သည် ပြုပြင် အပ်ကုန်သော
 အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်တို့သည် (လောက၌ ရှိရှိသမျှအားလုံး
 တို့သည်) အမြဲမရှိကုန်ဟု ပညာဖြင့် အမှန်သိမြင်သောအခါ
 သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤသို့ငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေ
 သာစင်ကြယ်သော နိဗ္ဗာန်သို့သွားရာလမ်းဖြစ်၏။

277. “Transient are all conditioned
 things”-
 When this with wisdom one
 discerns,
 Disgusted then is one with ill,
 This is the Path to Purity.

၃-ဒုက္ခလက္ခဏဝတ္ထု

၂၇၈။ “သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ”တိ၊
 ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
 အထ နိဗ္ဗိန္နတိ ဒုက္ခေ၊
 ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

၂၇၈။ အကြောင်းတရား တို့သည် ပြုပြင်အပ် ကုန်သော အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်တို့သည် ဆင်းရဲကုန်၏ဟု ပညာဖြင့်အမှန် သိမြင်သောအခါ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤသို့ငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာ စင်ကြယ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ သွားရာ လမ်းဖြစ်၏။

278. "Sorrowful are all conditioned things"-
When this with wisdom one discerns,
Disgusted then is one with ill,
This is the Path to Purity.

၄-အနတ္တလက္ခဏဝတ္ထု

၂၇၉။ “သဗ္ဗေ ဓမ္မာ အနတ္တာ”တိ၊
ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊
ဧသ မဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

၂၇၉။ အကြောင်းတရားတို့သည် ပြုပြင်အပ်ကုန်သော အလုံးစုံသော ရုပ်နာမ်တို့သည် အစိုးမရ၊ အလိုသို့မလိုက်၊ အချည်းနှီးဖြစ်ကုန်၏။ (အနှစ်မရှိကုန်)ဟု ပညာဖြင့် အမှန်သိမြင်သောအခါ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤသို့ငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာ စင်ကြယ်သော နိဗ္ဗာန်သို့ သွားရာလမ်းဖြစ်၏။

279. "Soul-less" is everything that is—
When this with wisdom one
discerns,
Disgusted then is one with ill,
This is the Path to Purity.
-

၅-ပဓာနကမ္မိကတိဿတ္ထေရဝတ္ထု

၂၈၀။ ဥဋ္ဌာနကာလမ္ပိ အနုဋ္ဌဟာနော၊
ယုဝါ ဗလီ အာလသိယံ ဥပေတော။
သံသန္ဓသက်ပ္ပမနော ကုသိတော၊
ပညာယ မဂ္ဂံ အလသော န ဝိန္ဒတိ။

၂၈၀။ အရွယ်ငယ်၍ အားရှိသော်လည်း ထကြွလုံ့လပြု
သင့်သောအခါ၌ ထကြွလုံ့လမပြုဘဲ ပျင်းရိထိုင်းမှိုင်းပြီးလျှင်
အကြံမျှား၏။ ထိုလုံ့လမရှိ ပျင်းရိသောသူသည် ပညာဖြင့်မြင်
အပ်သော အရိယာမဂ်ကို မရလေ။

280. The inactive idler who strives not
when he should strive, who, though young
and strong, is slothful, with (good) thoughts
depressed, does not by wisdom realise the
Path.
-

၆-သုကရပေတဝတ္ထု

၂၈၁။ ဝါစာနုရက္ခိ မနုဿ သုသံဝုတော၊
 ကာယေန စ နာကုသလံ ကယိရာ။
 ဧတေ တယော ကမ္မပထေ ဝိသောဓယေ၊
 အာရာဓယေ မဂ္ဂ'မိသိပ္ပဝေဒိတံ။

၂၈၁။ (ဝစီဒုစရိုက် လေးပါးကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်းအားဖြင့်)
 နှုတ်ကို အစဉ်စောင့်ရှောက်ရာ၏။ (မနောကံ သုံးပါးကို ရှောင်
 ကြဉ်ခြင်းအားဖြင့်) စိတ်ကို ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်ရာ၏။
 ကိုယ်ဖြင့် မကောင်းမှုကို မပြုရာ၊ (ကာယကံ သုံးပါးကို ရှောင်
 ကြဉ်ရာ၏) ဤသုံးပါးသော အကျင့်တို့ကို စင်ကြယ်စေ၍
 ဘုရားအစရှိသော သူတော်ကောင်းတို့သည် ဟောကြားအပ်
 သော မဂ်တရားကိုရအောင် အားထုတ်ရာ၏။

281. Watchful of speech, well restrained
 in mind,
 Let him do nought unskilful
 through body,
 Let him purify these three ways
 of action,
 And win the Path realised by the
 Sages.

၇-ပေါဠိလတ္ထေရဝတ္ထု

၂၈၂။ ယောဂါ ဝေ ဇာယတီ ဘူရိ၊
 အယောဂါ ဘူရိသင်္ခယော။
 တေ ဒွေဓာပထံ ဥတု၊
 အဝါယ ဝိဘဝါယ စ။
 တထာ'တ္တာနံ နိဝေသေယျ၊
 ယထာ ဘူရိ ပဓာနတိ။

၂၈၂။ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းခြင်းကြောင့် ပညာပွား၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်း မစီးဖြန်းခြင်းကြောင့် ပညာဆုတ်ယုတ်၏။ ဤပညာပွားခြင်း၊ ပညာဆုတ်ယုတ်ခြင်း အကြောင်းနှစ်ပါးကိုသိ၍ မိမိကိုယ်ကို ပညာပွားအောင် စီမံအားထုတ်ရာ၏။

282. Indeed, from meditation does wisdom spring,
 Without meditation wisdom wanes;-

Knowing this twofold path of gain and loss,
 Let him so conduct himself such that wisdom may increase.

၈-ပဉ္စမဟလ္လကဘိက္ခုဝတ္ထု

၂၈၃။ ဝနံ ဆိန္ဒယ မာ ရုက္ခံ၊
 ဝနတော ဇာယတေ ဘယံ။
 ဆေတွာ ဝနဉ္စ ဝနထဉ္စ၊
 နိဗ္ဗနာ ဟောထ ဘိက္ခုဝေ။

၂၇၃။ (အို-ရဟန်းတို့) သင်တို့သည် (တဏှာတည်းဟူသော) တောကိုခုတ်ဖြတ်ကြလော့၊ သစ်ပင်ကို မခုတ်ဖြတ်ကြကုန်လင့်၊ (တဏှာတည်းဟူသော) တောကြောင့် အိုခြင်း၊ သေခြင်းအစရှိသော ဘေးသည်ဖြစ်၏၊ (တဏှာတည်းဟူသော) တောကြီး တောငယ်ကို ခုတ်ဖြတ်၍၊ (တဏှာတည်းဟူသော) တောမှထွက်ကြကုန်လော့။

283. Cut down the forest (of lust) but not a single tree. From forest springs fear. Cutting the forest and brushwood (of lust), be passionless, O Bhikkhus.

*

၂၇၄။ ယာဝ ဟိ ဝနထော န ဆိဇ္ဇတိ၊

အဏုမတ္ထောပိ နရဿ နာရိသု။

ပဋိဗဒ္ဓမနောဝ တာဝ သော၊

ဝစ္ဆော ခီရပကောဝ မာတရိ။

၂၇၄။ မိန်းမတို့ကို စွဲလမ်း ကပ်ငြိသော ယောက်ျား၏ အနည်းငယ်မျှပင် ဖြစ်သောတဏှာကို မဖြတ်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး နို့စို့နွားငယ်သည်အမိကိုကပ်နေသကဲ့သို့ ထိုယောက်ျားသည် သံသရာ၌ ကပ်ငြိသောစိတ်ရှိသည်သာလျှင် ဖြစ်၏။

284. For as long as the slightest brushwood (of passion) of man towards women, is not cut down, so long is his mind in bondage, like the milch calf unto its mother-cow.

၉-သုဝဏ္ဏကာရတ္ထေရဝတ္ထု

၂၀၅။ ဥစ္ဆိန္ဒ သိနေဟမတ္တနော၊
 ကုမုဒိ သာရဒိကံဝ ပါဏိနာ။
 သန္တိမဂ္ဂမေဝ ပြုဟယ၊
 နိဗ္ဗာနံ သုဂတေန ဒေသိတံ။

၂၀၅။ တန်ဆောင်မုန်း ရာသီ၌ပွင့်သော ကြာပန်းကိုလက်
 ဖြင့် ဖြတ်သကဲ့သို့၊ မိမိ၏ချစ်ခြင်းတဏှာကိုဖြတ်လော့၊ မြတ်စွာ
 ဘုရားသည် တဏှာကင်းရာနိဗ္ဗာန်ကိုညွှန်ကြားဟောပြတော်မူ၏၊
 ထိုနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ္ဂင်တရားကိုသာလျှင်
 ပွားများလော့။

285. Cut off your craving as, with the
 hand, an autumn lily. Cultivate that very
 path of Peace. Nibbana has been preached
 by the Auspicious One.

၁၀-မဟာဓနဝါဏိဇဝတ္ထု

၂၀၆။ ဣဓ ဝဿံ ဝသိဿာမိ၊ ဣဓ ဟေမန္တဂိမိသု။
 ဣတိ ဗာလော ဝိစိန္တေတိ၊ အန္တရာယံ န ဗုဇ္ဈတိ။

၂၀၆။ ဤအရပ်၌ မိုးခင်းအခါ ငါနေမည်၊ ဤအရပ်၌
 ဆောင်းအခါ၊ နွေအခါ ငါနေမည်ဟု လှူမိုက်သည် အထူး
 ထူး အထွေထွေကြံစည်၏၊ (ဘယ်အခါ ဘယ်အရပ်မှာ သေလိမ့်
 မည်)ဟု မိမိ၏ အသက်အန္တရာယ်ကိုကား မသိရှာလေ။

286. Here will I live in the rains,
Here in the autumn and summer;
Thus the fool muses.
He realises not the danger (of
death).

၁၁-ကိသာဂေါတမိဝတ္ထု

၂၈၇။ တံ ပုတ္တပသုသမ္မတ္တံ၊ ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။
သုတ္တံ ဂါမံ မဟောသောဝ၊ မဇ္ဈ အာဒါယ ဂစ္ဆတိ။

၂၈၇။ သားသမီး ကျွဲနှား စသော စည်းစိမ်ဥစ္စာ တို့ဖြင့်
ယစ်မှူးမေ့လျော့လျက် ကပ်ငြိတွယ်တာသည့် စိတ်ရှိသောသူကို၊
ကြီးစွာသော ရေအဟုန်သည် အိပ်ပျော်နေသော တရွာလုံးကို
လှမ်းမှီးတိုက်ယူ သွားသကဲ့သို့၊ သေမင်းသည်ယူ၍ သွားလေ၏။

287. The doting man with mind set on
children and cattle,
Death seizes and carries away,
like a great flood, the sleeping
village,

၁၂-ပဋ္ဌာစာရာဝတ္ထု

၂၈၈။ န သန္တိ ပုတ္တာ တာဏာယ၊
န ပိတာ နာပိ ဗန္ဓဝါ။
အန္တကေနာ'ဝိပန္နဿ၊
နတ္ထိ ဉာတိသု တာဏတာ။

၂၈၈။ သေမင်း အနှိပ်စက်ခံရသောသူမှာ မသေအောင်
ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် သားသမီးလည်းမရှိ၊ အမိအဘလည်း
မရှိ၊ အဆွေခင်ပွန်းလည်းမရှိ၊ ဆွေမျိုးတို့တွင်လည်း အကာ
အကွယ် အစောင့်အရှောက်မရှိ။

288. There are no sons for protection, neither father nor even kinsmen; for him who is overcome by death no protection is there from kinsmen.

၂၈၉။ တေမတ္ထဝသံ ဥတု၊ ပဏ္ဍိတော သီလသံဝုတော။
နိဗ္ဗာနဂမနံ မဂ္ဂံ၊ ဝိပုဇေဝ ဝိသောဓယေ။

၂၈၉။ ပညာရှိသည် ဤအကြောင်းကိုသိ၍ သီလကိုကောင်း
စွာစောင့်လျက် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော လမ်းကို လျင်
မြန်စွာ သုတ်သင်ရာ၏။

289, Understanding this fact let the wise man, restrained by morality, quickly clear the way that leads to Nibbana.

TWENTIETH CHAPTER, THE WAY.

၂၁-ပကိဏ္ဍကဝဂ်

၁-အတ္တနောပုဗ္ဗကမ္မဝတ္ထု

၂၉၀။ မတ္တာသုခပရိစ္စာဂါ၊ ပဿေ စေ ဝိပုလံ သုခံ။
စဇေ မတ္တာသုခံ ဓီရော၊ သမ္ပဿံ ဝိပုလံ သုခံ။

၂၉၀။ အနည်းငယ်မျှသော ချမ်းသာကို စွန့်ခြင်းကြောင့်
ကြီးကျယ်သော ချမ်းသာကို အကယ်၍ မြင်ခဲ့လျှင် ပညာရှိ
သည် ထိုကြီးကျယ်သော ချမ်းသာကိုမြင်လျက် အနည်းငယ်မျှ
သော ချမ်းသာကိုစွန့်ရာ၏။

290. If by renouncing some slight happiness, one may behold a larger one, let the wise man renounce the smaller (happiness) considering the greater happiness.

၂-ကုက္ကုဒုဏ္ဏခါဒိကာဝတ္ထု

၂၉၁။ ပရဒုက္ခုပဓာနေန၊ အတ္တနော သုခမိစ္ဆတိ။
ဝေရသံသဂ္ဂသံသဋ္ဌော၊ ဝေရာ သော န ပရိမုစ္ဆတိ။

၂၉၁။ သူတပါးကို ဆင်းရဲပေး၍ မိမိ၏ ချမ်းသာခြင်းကို
အလိုရှိသောသူသည် (သူတပါးရန်မူခံရခြင်း၊ မိမိကပြန်၍ရန်မူ
ခြင်းစသည်ဖြင့်) အပြန်အလှန်ရန်ချင်းရောနှောသည်ဖြစ်၍ ရန်မူ
မလွတ်နိုင်။

291. By inflicting pain on others, he who wishes his own happiness is not released from hatred, being himself entangled in the tangles of hatred.

၃-ဘဒ္ဒိယာနံ ဘိက္ခုနံဝတ္ထု

၂၉၂။ ယံ ဟိ ကိစ္စံ အပဝိဒ္ဓံ၊ အကိစ္စံ ပန ကရိယတံ။
ဥန္နဋ္ဌာနံ ပမတ္တာနံ တေသံ ဝုဇ္ဈန္တိ အာသဝါ။

၂၉၂။ ပြုသင့်ပြုထိုက်သော အမှုကို မပြုဘဲ ပစ်ထားကာ
မပြုသင့် မပြုထိုက်သော အမှုကို ပြုလျက် မာနထောင်လွှား
ပြီးလျှင် ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မေ့လျော့ကုန်သော သူတို့မှာ ကာမ
စသော အာသဝေါတရားတို့သည် တိုးပွားကုန်၏။

292. What should be done is left undone, what should not be done is done; the Defilements of those who are puffed up and heedless increase.

*

၂၉၃။ ယေသဉ္စ သုသမာရဒ္ဓါ၊
နိစ္စံ ကာယဂတာ သတိ။
အကိစ္စံ တေ န သေဝန္တိ၊
ကိစ္စေ သာတစ္စကာရိနော။
သတာနံ သမ္ပဇာနာနံ၊
အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ အာသဝါ။

၂၉၃။ အမြဲခန္ဓာကိုယ်ကို ရှုဆင်ခြင်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ကို ကောင်းစွာ အားထုတ်လျက် မပြုသင့် မပြုထိုက်သော အမှုတို့ကို အမြဲပြု၍ ကုသိုလ်ကောင်းမှု၌ မမေ့မလျော့ ကုန်သော ကောင်းစွာပညာ အမြော်အမြင် ရှိကုန်သော သူတို့မှာ ကာမစသော အာသဝေါတို့သည် ချုပ်ငြိမ်းကုန်၏။

293. They who always earnestly practise the "body-meditation," follow not what should not be done, ever do what should be done; the Defilements of those mindful and reflective ones come to an end.

၄-လက္ခဏာဘဒ္ဒိယဝတ္ထု

၂၉၄။ မာတရံ ပီတရံ ဟန္တာ၊ရာဇာနော ဒွေ စ ခတ္တိယေ။
ရဋ္ဌံ သာနုစရံ ဟန္တာ၊အနိဿော ယာတိ ပြာဟ္မဏော။

၂၉၄။ (တဏှာတည်းဟူသော) အမိကို၎င်း၊ (ငါဟူသော) မာနတည်းဟူသော) အဘကို၎င်း၊ သတ်၍ (သတ္တဝါ၏ ဝိညာဉ်သည် အမြဲတည်၏ဟု ယူသောသဿတဒိဋ္ဌိ၊ သတ္တဝါသေလျှင် တဖန် ပြန်မဖြစ်ဟု ယူသော ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိတည်း ဟူသော) ရေမြေသနင်း မင်းနှစ်ပါးတို့၎င်း၊ (ကပ်ငြိစွဲလမ်းခြင်း တည်းဟူသော) အခွန်သိမ်း အမတ်နှင့်တကွ (အာယတန တဆဲ့နှစ်ပါးတည်းဟူသော) တိုင်းပြည်ကို၎င်း၊ သတ်ဖြတ်ဖျက်ဆီး၍ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆင်းရဲကင်းစွာ သွားလေ၏။

294. Having slain mother (craving), father (conceit), two warrior kings (Views of Eternalism and Nihilism), and having destroyed a country (sense-avenues) and (sense-objects) together with its revenue officer (attachment), ungrieving goes the Brahman (Arahant).

*

၂၉၅။ မာတရံ ပိတရံ ဟန္တၤ၊
 ဣဇာနော ဒွေ စ သောတ္ထိယေ။
 ဝေယျံ ပဉ္စမံ ဟန္တၤ၊
 အနိဿော ယာတိ ပြာဟ္မဏော။

၂၉၅။ (တဏှာတည်းဟူသော)အမိ၊ (မာနတည်းဟူသော) အဘကိုသတ်၊ (သဿတဒိဋ္ဌိ၊ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိတည်းဟူသော ပုဏ္ဏားမင်း နှစ်ယောက်တို့ကိုလည်း သတ်၊ ကျားရဲရှိသည့် ခရီးနှင့်တူသော ဝိစိကိစ္ဆာလျှင် ငါးခုမြောက်ရှိသည့် နိဝရဏ တည်းဟူသော အနှောင့်အရှက်ကိုလည်း ပယ်ဖျက်၍ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆင်းရဲ စင်းစွာ သွားလေ၏။

295. Having slain mother and father, two Brahman kings, and destroying the “perilous fifth” (Hindrances), ungrieving goes the Brahman.

၅-ဒါရုသာကဋိကပုတ္တဝတ္ထု

၂၉၆။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ ဗုဒ္ဓဂတာ သတိ။

၂၉၆။ နေရော ညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း တရားဂုဏ်တော်
(ကိုးပါး)ကို အောက်မေ့ကြကုန်သော ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏
တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း နိုးကြားကုန်၏။ (တရားမှန်ကို
ကောင်းစွာ သိကုန်၏)

296. Well awake the disciples of Gotama
ever arise;

They who by day and by night
constantly concentrate on the
“Buddha-meditation.”

*

၂၉၇။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ ဓမ္မဂတာ သတိ။

၂၉၇။ နေရော ညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း တရားဂုဏ်တော်
(ခြောက်ပါး)ကို အောက်မေ့ကုန်သော ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား
၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း တရားမှန်ကို သိကုန်၏။

297. Well awake the disciples of Gotama
ever arise;

They who by day and by night
always concentrate on the
“Dhamma-meditation.”

*

၂၉၈။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ သံသဂတာ သတိ။

၂၉၈။ နေရောညဉ်ပါ အခါခပ်သိမ်း သံဃာ့ ဂုဏ်တော်
(ကိုးပါး) ကို အောက်မေ့ကုန်သော ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၏
တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း တရားမှန်ကို သိကုန်၏။

298. Well awake the disciples of
Gotama ever arise ;
They who by day and by night
always concentrate on the
“Sangha-meditation.”



၂၉၉။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊ နိစ္စံ ကာယဂတာ သတိ။

၂၉၉။ နေရော ညဉ်ပါ အခါခပ်သိမ်း ခန္ဓာကိုယ်ကို
(ဆံပင်စသော ၃၂-မျိုးတို့ဖြင့် ပိုင်းခြား၍) ရှုကုန်သော ဂေါ
တမ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း တရားမှန်
ကို သိကုန်၏။

299. Well awake the disciples of Gotama
ever arise ;
They who by day and by night
always concentrate on the “body-
meditation.”



၂၀၀ ဓမ္မပဒပါဠိတော် မြန်မာနှင့် အင်္ဂလိပ်

၃၀၀။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊
သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊
အဟိံသာယ ရတော မနော။

၃၀၀။ နေ့ရော ညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း ကရုဏာတရား
ပွားများခြင်း၌ မွေ့လျော်သော စိတ်ရှိကုန်သော ဂေါတမ
မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း တရားမှန်ကို
သိကုန်၏။

300. Well awake the disciples of Gotama
ever arise;
They whose mind by day and by
night delights in harmlessness.

*

၃၀၁။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊
သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊
ဘာဝနာယ ရတော မနော။

၃၀၁။ နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း မေတ္တာတရား ပွား
များခြင်း၌ မွေ့လျော်သော စိတ်ရှိကုန်သော ဂေါတမ မြတ်
စွာဘုရား၏ တပည့်တို့သည်အခါခပ်သိမ်း တရားမှန်ကိုသိကုန်၏။

301. Well awake the disciples of
Gotama ever arise;
They whose mind by day and by
night delights in meditation.

၆-ဝဇ္ဇိပုတ္တကဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၀၂။ ဒုပ္ပဗ္ဗဇ္ဇံ ဒုရဘိရမံ၊
ဒုရာဝါသာ သရာ ဒုခါ။
ဒုက္ခော' သမာနသံဝါသော၊
ဒုက္ခာနုပတိတဒ္ဓဂူ။
တသ္မာ န စဒ္ဓဂူ သိယာ၊
န စ ဒုက္ခာနုပတိတော သိယာ။

၃၀၂။ (စည်းစိမ်ကိုစွန့်၍) ရဟန်းပြုနိုင်ခဲ့၏။ သူတော်
ကောင်းအကျင့်ကို ကျင့်ခြင်း၌ မေ့လျော့နိုင်ခဲ့၏။ အလို ပြည့်
နိုင်ခဲ့သော အိမ်ရာတည်ထောင် လူ၏ ဘောင်၌ နေရခြင်းသည်
ဆင်းရဲ၏။ အလိုမတူသောသူနှင့် ပေါင်းဖော် နေထိုင်ရခြင်းသည်
ဆင်းရဲ၏။ သံသရာခရီးရှည် သွားသော သူသည် အစဉ်ဆင်းရဲ၏။
ထို့ကြောင့် သံသရာခရီးရှည်သွားသောသူ မဖြစ်ရာ၊ ဆင်းရဲသို့
အစဉ် မကျရောက်ရာ။

302. Difficult is renunciation, difficult is
to delight therein. Difficult and painful is
household life. Painful is association with
unequals. Pain befalls a wanderer in Sansara.
Therefore do not be a wanderer, do not
be a pursuer of pain.

၇-ဝိတ္တဂဟပတိဝတ္ထု

၃၀၃။ သဒ္ဓေါ သီလေန သမ္ပန္နော၊
ယသော ဘောဂသမပ္ပိတော။
ယံ ယံ ပဒေသံ ဘဇတိ၊
တတ္ထ တတ္ထေဝ ပူဇိတော။

၃၀၃။ သဒ္ဓါတရားလည်းရှိ၊ သီလနှင့်လည်း ပြည့်စုံ၊ အခြံ
အရံလည်းများ၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာလည်းရှိသောသူသည် သွားလေရာ
ရာ အရပ်၌ အပူဇော် ခံရ၏။

303. Who is full of faith and virtue,
possessed of fame and wealth, in whatever
land he travels, is everywhere respected.

၈-စူဠသုဘဒ္ဓါဝတ္ထု

၃၀၄။ ဒုရေ သန္တော ပကာသေန္တိ၊
ဟိမဝန္တာဝ ပဗ္ဗဘော။
အသန္တေတု န ဒိသန္တိ၊
ရတ္တိ ခိတ္တာ ယထာ သရာ။

၃၀၄။ ဟိမဝန္တာတောင်သည် အဝေး၌ပင်တည်ရှိသော်လည်း
ထင်ရှားပေါ်လွင် သကဲ့သို့ သူတော်ကောင်းတို့သည် အဝေး
၌ပင် နေကြသော်လည်း ထင်ရှားကုန်၏။ ညအခါ ပစ်လိုက်
သော မြားတို့သည် မထင်ရှားကုန်သကဲ့သို့ သူယုတ်မာတို့သည်
အနီး၌ ရှိကြသော်လည်း မထင်ရှားကုန်။

304. Even from afar the good are
manifest like the Himalaya
mountain;
Though near the vicious are not
seen like arrows shot by night.

၉-ကေဝိဟာရိတ္ထေရဝတ္ထု

၃၀၅။ ကောသနံ ကေသေယျံ၊
ကော စရ မတန္ဒိတော။
ကော ဒမယမတ္တာနံ၊
ဝနန္တေ ရမိတော သိယာ။

၃၀၅။ တယောက်ထီးတည်းနေ၊ တယောက်ထီးတည်းအိပ်၊
တယောက်ထီးတည်း သွားလာ၍ မပျင်းမရိ တယောက်ထီးတည်း
မိမိကိုယ်ကို ဆုံးမသော သူသည် တော၌ မွေ့လျော်၏။

305. He who sits alone, he who rests
alone, he who walks alone, he who is
strenuous, he who subdues self alone, will
seek delight in the forest depths.

TWENTYFIRST CHAPTER,
MISCELLANEOUS.

၂၂-နိရယဝဂ်

၁-သုန္ဒရီပရိဗ္ဗာဇိကာဝတ္ထု

၃၀၆။ အဘူတဝါဒီ နိရယံ ဥပေတိ၊
ယော ဝါပိ ကတွာ န ကဏေမိ' စာဟ။
ဥဘောပိ တေ ပေစ္စ သမာ ဘဝန္တိ၊
နိဟိနကမ္မာ မနုဇာ ပယတ္ထ။

၃၀၆။ မဟုတ်မမှန် ပြောဆိုသော သူသည်လည်း ငရဲသို့ သွား၏။ ပြုလုပ်ပြီးလျှင် ငါမပြုလုပ်ဟု ဆိုသောသူသည်လည်း ငရဲသို့သွား၏။ ယုတ်သောအမှုရှိကုန်သော ထိုသူ နှစ်ယောက်တို့ သည် တမလွန်ဘဝ၌ ငရဲခံရခြင်းတူကုန်၏။

306. The liar goes to hell; also he who, having done, says-‘I did not’. Both departing become equal men of base actions in the other world.

၂-ဒုစ္စရိတဖလပိဋိတဝတ္ထု

၃၀၇။ ကာသာဝကဏ္ဍာ ဗဟဒဝါ၊
ပါပဓမ္မာ အသညတာ။
ပါပါ ပါပေဟိ ကမ္မေဟိ၊
နိရယံ တေ ဥပပဇ္ဇဓရေ။

၃၀၇။ ယုတ်မာသော သဘောရှိကြ၍ ကိုယ် နှုတ်-စိတ် ကို မစောင့်စည်းဘဲ သင်္ကန်းကို လည်ပင်းမှာ ဝတ်ကြသောသူအများ ရှိကုန်၏။ ထိုသူယုတ်မာတို့သည် မိမိတို့၏ ယုတ်မာသောမကောင်းမှု တို့ကြောင့် ငရဲ၌ဖြစ်ကုန်၏။

307. Many with a yellow robe on their necks are of evil disposition and uncontrolled. Evil ones, on account of their evil deeds, are born in a woeful state.

၃-ဝဂ္ဂ၊ မုဒါတီရိယဘိက္ခု ဝတ္ထု

၃၀၈။ သေယျော အယောဂုဠော ဘုတ္တော၊
တတ္တော အဂ္ဂိသိခူပမော။
ယဉ္ဇေ ဘုဉ္ဇေယျ ဒုဿီလော၊
ရဠ ပိဏ္ဏမသညတော။

၃၀၈။ သီလလည်းမရှိ၊ ကိုယ်-နှုတ်-စိတ်- ကိုလည်းမစောင့် စည်းဘဲ ပြည်သူပြည်သားတို့ သဒ္ဓါကြည်ဖြူပေးလှသော ဆွမ်း ကိုစားခြင်းထက် မီးတောက်မီးလျှံကဲ့သို့ ရဲရဲတောက်ပူသော သံခဲ ကိုစားခြင်းသည် သာ၍ကောင်းသေး၏။

308. Better to eat a red-hot iron ball, like unto a flame of fire, than to eat the alms of people as an immoral, uncontrolled man.

၄-ဓမ္မကသေဋ္ဌိပုတ္တဝတ္ထု

၃၀၉။ စတ္တာရိ ဌာနာနိ နရော ပမတ္တာ၊
အာပဇ္ဇတိ ပရဒါရူပသေဝီ။

အပုညလာဘံ န နိကာမသေယျံ၊
နိန္ဒိတတိယံ နိရယံ စတုတ္ထံ။

၃၀၉။ (တရားလမ်းမှန်ကို) သတိမထားဘဲ သူတပါး၏
မယားကိုမှီဝဲသောသူသည် မကောင်းမှုရရှိခြင်း၊ အလိုရှိတိုင်း
ချမ်းသာစွာမအိပ်ရခြင်း၊ သူတပါးတို့အကဲ့ရဲ့ခံရခြင်း၊ ငရဲခံရ
ခြင်း၊ ဤလေးပါးသော ဆင်းရဲခြင်းတို့သို့ ရောက်ရ၏။

309. Four misfortunes befall a heedless man who commits adultery-acquisition of demerit, disturbed sleep, blame, and hell.

*

၃၁၀။ အပုညလာဘော စ ဂတိ စ ပါပိကာ၊
ဘိတဿ ဘိတယ ရတိ စ ထောက်ကာ။
ရာဇာ စ ဒဏ္ဍိ ဂရုကံ ပဏေတိ၊
တသ္မာ နရော ပရဒါရံ န သေဝေ။

၃၁၀။ မကောင်းမှုကိုရ၏၊ ယုတ်သောဘဝသို့ သွားရ၏၊
ကြောက်ကြောက်လန့်လန့် ဖြစ်သော ယောက်ျား၏ ကြောက်
ကြောက်လန့်လန့်ဖြစ်သော မိန်းမနှင့်မွေ့လျော် ပျော်ပါးရခြင်း
သည် အနည်းငယ်မျှသာ ဖြစ်၏၊ အစိုးရမင်းသည် ကြီးလေး
သောဒဏ်ကိုလည်း ပေးတတ်၏၊ ထို့ကြောင့် ယောက်ျားသည်
သူတပါးမယားကို မမှီဝဲရာ။

310. Acquisition of demerit (is) future unhappy birth; brief is the joy of the frightened man and the woman; the king imposes heavy punishment. Hence no man should frequent another's wife.

၅-ဒုပ္ပဝိက္ခဝတ္ထု

၃၁၁။ ကုသော ယထာ ဒုဂ္ဂဟိတော၊
 ဟတ္ထမေဝါ' နုကန္တတိ။
 သာမညံ ဒုပ္ပရာမဋ္ဌံ၊
 နိရယာယု' ပကံစုတိ။

၃၁၁။ ကောင်းစွာမကိုင်လျှင် သမန်းမြက်သည် ထိုလက်ကို
 ပင် ခွဲရှသကဲ့သို့ ကောင်းစွာ အသုံးမပြုလျှင် ရဟန်းအဖြစ်
 သည် ထိုရဟန်းကိုပင် ငရဲသို့ဆွဲချတတ်လေ၏။

311. Just as Kusa grass, wrongly
 grasped, does cut that very hand;
 Even so the ascetic life, wrongly
 handled, drags one to hell.

*

၃၁၂။ ယံကိဉ္စိ သိထိလံ ကမ္မံ၊ သံကိလိဋ္ဌဉ္စ ယံ ဝတံ။
 သင်္ကဿရံ ဗြဟ္မစရိယံ၊ န တံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

၃၁၂။ ပေါ့လျော့စွာ ပြုသောအမှုသည်၎င်း၊ သီလညစ်နွမ်း
စေတတ်သော အကျင့်သည်၎င်း၊ ယုံမှားသံသယနှင့် ကျင့်သော
သူတော်ကောင်း အကျင့်သည်၎င်း အကျိုးများစွာ မရှိချေ။

312, Any loose act, and corrupt obser-
vance, a dubious Holy Life-none of this is
of much fruit.

*

၃၁၃။ ကယိရာ စေကယိရာ ထေန်၊
ဒဠ္ဇမေနံ ပရက္ကမေ။
သိထိလော ဟိ ပရိဗ္ဗာဇော၊
ဘိယျော အာကိရတေ ရဇံ။

၃၁၃။ ကောင်းမှုကိုပြုလျှင် ထိရောက်စွာပြုရ၏၊ ထိုကောင်း
မှုကိုမြဲမြံစွာ အားထုတ်ပြုလုပ်ရ၏၊ ပေါ့လျော့သော ရဟန်း
ဖြစ်ခြင်းသည် ကိလေသာမြူကို အလွန်ပျံ့လွင့်စေတတ်၏။

313. If aught should be done, do it.
Promote it with all your might, for slack
asceticism scatters dust all the more.

၆-ဣဿာပကတဣတ္ထိဝတ္ထု

၃၁၄။ အကတံ ဒုက္ကဋ္ဌံ သေယျော၊
ပဇ္ဇော တပ္ပတိ ဒုက္ကဋ္ဌံ။
ကတဉ္စ သုကတံ သေယျော၊
ယံ ကတော နာနုတပ္ပတိ။

၃၁၄။ မကောင်းမှုကိုပြုလျှင် နောက်အခါ၌ ပူပန်ရသော
 ကြောင့် မကောင်းမှုကို မပြုခြင်းသည် မြတ်၏။ ကောင်းမှုပြု
 လျှင် နောက်အခါ၌ မပူပန်ရ (ဝမ်းမြောက်ရ) သောကြောင့်
 ကောင်းမှုကို ပြုခြင်းသည်မြတ်၏။

314. An evil deed is better left undone.
 (For) a misdeed hereafter tor-
 ments one;
 A good deed is better done,
 Which, having done, one does not
 later repent.

၇-သမ္မဟုလဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၁၅။ နဂရံ ယထာ ငစ္ဆန္တိ၊
 ဂုတ္တံ သန္တရဗာဟိရံ။
 ဧဝံ ဂေါပေထ အတ္တာနံ၊
 ခဏော ဝေါ မာ ဥပစ္စဂါ။
 ခဏာတိတာ ဟိ သောစန္တိ၊
 နိရယမ္ပိ သမပ္ပိတာ။

၃၁၅။ တိုင်းပြည်၏ အစွန်းအနား ဖြစ်သောမြို့ကို အတွင်း
 အပြင် လုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်အပ်သကဲ့သို့၊ မိမိကိုယ်ကို
 (မျက်စိစသော) အတွင်း၊ (ချွပ်ချွံစသော) အပြင်နှင့် တကွ
 လုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်ကြကုန်လော့၊ (ဘုရားပွင့်ရာ)အခါ
 ကောင်းကို မလွန်စေကြကုန်လင့်၊ ထိုအခါကောင်းကို လွန်ကုန်
 သော သူတို့သည် ငရဲ၌ဆင်းရဲခံ၍ စိုးရိမ်ရကုန်၏။

315. Like a border city, guarded within and without, so guard yourself. Do not let slip this opportunity; for they, who let slip the opportunity, grieve when consigned to hell.

ဂ-နိဂဏ္ဌဝတ္ထု

၃၁၆။ အလဇ္ဇိတာယေ လဇ္ဇန္တိ၊ လဇ္ဇိတာယေ န လဇ္ဇရေ။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိ။

၃၁၆။ ရှက်ဖွယ်မဟုတ်ရာ၌ ရှက်တတ်၊ ရှက်ဖွယ်ဟုတ်ရာ၌
မရှက်တတ်ကုန်သော၊ မှားသောအယူရှိကုန်သော သူတို့သည်
မကောင်းသော ဘဝသို့သွားကုန်၏။

316. Beings who are ashamed at what
is non-shameful,
Who are unashamed af the
shameful,
Embrace false views and go to a
woeful state.

*

၃၁၇။ အဘယေ ဘယဒဿိနော၊
ဘယေ စာဘယဒဿိနော။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊
သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိ။

၃၁၇။ ကြောက်စရာ မဟုတ်ရာ၌ ကြောက်စရာဟု
မြင်တတ်၊ ကြောက်စရာဟုတ်ရာ၌ ကြောက်စရာဟု မမြင်တတ်
ကုန်သော၊ မှားသော အယူရှိကုန်သော သူတို့သည်၊ မကောင်း
သော ဘဝသို့သွားကုန်၏။

317. Beings who see fear in the non
fearsome,
And no fear in the fearsome,
Embrace false views and go to a
woeful state.

၉-တိတ္ထိယသာဝကဝတ္ထု

၃၁၈။ အဝဇ္ဇေ ဝဇ္ဇမတိနော၊ ဝဇ္ဇေ စာဝဇ္ဇဒဿိနော။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ။

၃၁၈။ အပြစ် မဟုတ်သည်၌ အပြစ်ဟု မှတ်ထင်တတ်၊
အပြစ်ဟုတ်သည်၌ အပြစ်ဟု မမှတ်ထင်တတ်ကုန်သော၊ မှား
သော အယူရှိကုန်သော သူတို့သည် မကောင်းသော ဘဝသို့
သွားကုန်၏။

318. Beings imagining wrong in what is
not wrong,
And viewing as not wrong what
is wrong,
Embrace false views and go to a
woeful state.



၂၁၂ ဓမ္မပဒပါဠိတော် ပြန်မာနှင့် အင်္ဂလိပ်

၃၁၉။ ဝဇ္ဇေ ဝဇ္ဇတောညတော၊ အဝဇ္ဇေ အဝဇ္ဇတော။
သမ္မာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ သုဂ္ဂတိ။

၃၁၉။ အပြစ်ကို အပြစ်ဟုသိ၊ အပြစ်မဟုတ်သည်ကို အပြစ်
မဟုတ်ဟု သိကုန်သော၊ မှန်သောအယူရှိကုန်သော သူတို့သည်
ဧကောင်းသောဘဝသို့ သွားကုန်၏။

319. Beings knowing wrong as wrong,
And what is right as right,
Embrace right views and go to a
happy state.

TWENTYSECOND CHAPTER, HELL.

၂၃-နာဂဝဂ်

၁-အတ္တဒန္တဝတ္ထု

၃၂၀။ အဟံ နာဂေါဝ သင်္ဂါမေ၊
စာပတော ပတိတံ သရံ။
အတိဝါကျံ တိတိက္ခိယံ၊
ဒုဿီလော ဟိ ဗဟုဇ္ဇေနော။

၃၂၀။ ဆင်ပြောင်သည် စစ်မြေပြင်၌ ဘေးမှပစ်လိုက်
သောမြှားကို မတုန်မလှုပ်ခံသကဲ့သို့၊ ငါဘုရားသည် လွန်ကျူး
စော်ကားသော စကားကို သည်းခံအံ့၊ (လောကီသား) လူ
အများသည် သီလမရှိ၊ (လွန်ကျူးစော်ကား၍ ပြောဆိုတတ်
၏)။

320. As an elephant, in battlefield,
withstands the arrows shot from a bow,
even so shall I endure abuse. Verily, most
people are indisciplined.

*

၃၂၁။ ဒန္တံ နယန္တိ သမိတိံ၊
ဒန္တံ ဓာဇာ'ဘိရူဟတိ။
ဒန္တော သေဋ္ဌော မနုဿေသု၊
ယော'တိဝါကျံ တိတိက္ခိယံ။

၃၂၁။ လူစုလူဝေးရှိရာ ပွဲသဘင်သို့ ယဉ်သော ဆင် မြင်း စသည်ကိုသာ ယူဆောင်ကုန်၏။ (အသုံးပြုကုန်၏)။ မင်းသည် ယဉ်သော ဆင်မြင်းကိုသာစီး၏။ (ဉာဏ်ဖြင့်အမှန်သိ၍) ယဉ်ကျေးပြီးသော လွန်ကျူးစော်ကားသည့် စကားကို သည်းခံသော သူသည် လူအပေါင်းတို့တွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။

321. They lead the trained (horses or elephants) to crowds. The king mounts the trained. Best among men are the trained who endure abuse.

*

၃၂၂။ ဝရမဿတရာ ဒန္တော၊ အာဇာနီယာ စ သိန္ဓဝါ။
ကုဉ္ဇရာ စ မဟာနာဂါ၊ အတ္တဒန္တော တတော ဝရံ။

၃၂၂။ ယဉ်သော အထာတိုရမြင်း၊ အာဇာနည်မြင်း၊ သိန္ဓောမြင်း၊ ကုဉ္ဇရာ ခေါ်သော ဆင်ကြီးတို့သည် ကောင်းမြတ်ကုန်၏။ မိမိ၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးကို ဆုံးမ ယဉ်ကျေးပြီးသော သူသည် ထိုဆင်ကောင်း မြင်းကောင်းတို့ထက် သာလွန် ကောင်းမြတ်၏။

322. Excellent are trained mules, so are thorough-breds of Sindh and of noble elephants the tuskers; but far better is he who has trained himself.

၂-ဟတ္ထာစရိယပုဗ္ဗကဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၂၃။ န ဟိ တေတဟိ ယာနေဟိ၊ ဂစ္ဆေယျ အဂတံ ဒိသံ။
ယထာ'တ္တနာ သုဒန္တေန၊ ဒန္တော ဒန္တေန ဂစ္ဆတိ။

၃၂၃။ မရောက်ဖူးသေးသောအရပ်သို့ (နိဗ္ဗာန်သို့) ထိုဆင်
ယာဉ် မြင်းယာဉ်တို့ဖြင့် မရောက်နိုင်၊ မျက်စိစသော ဣန္ဒြေတို့ကို
ဆုံးမခြင်းအားဖြင့် မိမိ၏ ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါးကို ကောင်းစွာ ဆုံးမ
ပြီးသောသူသည်ကား ထိုအရပ်(နိဗ္ဗာန်)သို့ ရောက်နိုင်၏။

323. Surely never by those vehicles
would one go to the untrodden land (Nibbana),
as does a controlled one through the
subdued and well-trained self.

၃-ပရိဇ္ဇိန္တဗြာဟ္မဏပုတ္တဝတ္ထု

၃၂၄။ ဓနပါလော နာမ ကုဉ္ဇရော၊
ကဋ္ဌ၊ကဘေဒနော ဒုန္နိခါရယော။
ဗဒ္ဒေါ ကဗဠံ န ဘုဉ္ဇတိ၊
သုရမတိ နာဂဝနဿ ကုဉ္ဇရော။

၃၂၄။ ပြင်းထန်စွာ အမှန်ယစ်၍ နှိမ်နင်းရန် ခဲယဉ်းသော
ဓနပါလ မည်သော ဆင်သည် အဖွဲ့အချည်ခံရသဖြင့် အစာမစား
ဘဲ မိမိနေရာ ဆင်တောကိုသာ အောက်မေ့ကာနေလေ၏။

324. The tusker, named Dhanapalaka, with pungent rut flowing, uncontrollable, captive, eats no morsel. The tusker calls to mind the elephant forest.

၄-ပသေနဒီကောသလဝတ္ထု

၃၂၅။ မိဒ္ဓိ ယဒါ ဟောတိ မဟဂ္ဂသော စ၊
 နိဒ္ဓါယိတာ သမ္ပရိဝတ္တသာယီ။
 မဟာဝရာဟောဝ နိဝါပပုဋ္ဌော၊
 ပုနပုနံ ဂဗ္ဘမုပေတိ မန္တော။

၃၂၅။ ပျင်းရိ ငိုက်မျည်း၍ အစားကြီးပြီးလျှင် ကျွေးမွေး
 ထားသော ဝက်ကြီးကဲ့သို့ ဟလူးလူး တလည်းလည်း အိပ်လေ့
 ရှိသော သူသည် (မမြဲခြင်း စသော သဘောတရားတို့ကို မဆင်
 ခြင်နိုင်သဖြင့်) အဖန်တလဲလဲ အမိဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေ နေရ၏။

325. When one is torpid, gluttonous, sleepy, rolls about as he lies like a great hog nourished on pig wash, again and again the stupid one seeks rebirth.

၅-သာနုသာမဏေရဝတ္ထု

၃၂၆။ ဣဒံ ပုရေ စိတ္တမစာရိ စာရိကံ၊
 ယေနိစ္ဆကံ ယတ္တကာမံ ယထာသုခံ။
 တဒဇ္ဇဟံ နိဂ္ဂဟေဿာမိ ယောနိသော၊
 ဟတ္တိပ္ပဘိန္နံ ဝိယ အင်္ဂုသဂ္ဂဟော။

၃၂၆။ ဤ စိတ်သည် ရှေး အခါက လိုရာ အာရုံကို လိုက်စားလျက် အလိုရှိတိုင်း ကောင်းနိုးရာရာ လှည့်လည် ကျက် စားလေ့ရှိခဲ့၏။ ငါသည် ယနေ့ ထိုစိတ်ကိုဆင်ထိန်းသည်အမှန်ယစ် သောဆင်ကို ချန်းဖြင့်နှိပ်သကဲ့သို့ သတိတရားဖြင့်နှိပ်ပေအံ့။

326. Formerly this mind went wandering as it liked, where it wished, as it list. Today, with attentiveness, I shall completely hold it in check as a mahout, a rut-elephant.

၆-ပါဝေယျက ဟတ္ထိဝတ္ထု

၃၂၇။ အပ္ပမာဒရတာ ဟောထ၊ သစ္စိတ္တမနုရက္ခထ။

ဒုဂ္ဂါဥဒ္ဓရထ'တ္တာနံ၊ ပကေ သန္ဓေဝ ကုဉ္ဇရေ။

၃၂၇။ မမေ့ လျော့သောသတိတရား၌ မေ့လျော့ကုန်လော့၊ မိမိစိတ်ကို စောင့်ရှောက်ကြကုန်လော့၊ ညွှန်၌ ကျုံ့နစ်သော ဆင် သည်မိမိကိုယ်ကိုညွှန်တိုင်းမှနှုတ်သကဲ့သို့ သင်တို့သည်ကိလေသာ တည်းဟူသောညွှန်တိုင်းမှမိမိကိုယ်ကိုနှုတ်ဆယ်ကြကုန်လော့။

327. Delight in heedfulness. Guard your mind well. Draw yourself out of the evil way like an elephant sunk in the mire.

၇-သမ္ပဟုလဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၂၈။ သစေ လဘေထ နိပကံ သဟာယံ၊

သဒ္ဓိံ စရံ သာဓုဝိဟာရိဓီရံ။

အဘိဘုယျ သဗ္ဗာနီ ပရိဿယာနိ၊

စရေယျ တေန'တ္ထမနော သတီမာ။

၃၂၈။ ပညာရင့်၍ ကောင်းစွာနေထိုင်လေ့ ရှိသော တည်ကြည်သော အတူကျင့်ဖော် ပညာရှိအဆွေခင်ပွန်းကို အကယ်၍ ရခဲလျှင် ထိုအဆွေခင်ပွန်းနှင့်အတူတကွ ဘေးရန်အားလုံးတို့ကို နှိပ်နင်းလျက် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သတိတရားနှင့် ပြည့်စုံစွာ ကျင့်ကြံနေထိုင်ရာ၏။

328. If you get a prudent companion who (is fit) to live with you, who behaves well, and is wise, you should live with him joyfully and mindfully overcoming all dangers.

*

၃၂၉။ နော စေ လဘေထ နိပကံ သဟာယံ၊
သဒ္ဓိံ စရံ သာဓုဝိဟာရိဓီရံ။
ရာဇာဝရဋ္ဌဝိဇိတံ ပဟာယ၊
ဧကော စရေ မာတင်္ဂီ ရညေဝ နာဂေါ။

၃၂၉။ ပညာရင့်၍ ကောင်းစွာ နေထိုင်လေ့ရှိသော တည်ကြည်သော အတူကျင့်ဖော် ပညာရှိအဆွေခင်ပွန်းကို အကယ်၍ မရခဲလျှင် မင်းသည် နိုင်ပြီးသော တိုင်းပြည်ကို စွန့်ထွက်သွားသကဲ့သို့၎င်း၊ မာတင်္ဂီဆင်မင်းသည်တော၌တကောင်တည်း လှည့်လည်သကဲ့သို့၎င်း တယောက်ထီးတည်းကျင့်ရာ၏။

329. If you do not get a prudent companion who (is fit) to live with you, who behaves well, and is wise, then like a king who leaves a conquered kingdom, you should live alone as an elephant in the elephant forest.

*

၃၃၀။ ကေဿ စရိတံ သေယျော၊
 နတ္ထိ ဗာလေ သဟာယတာ။
 ဧကော စရေ န စ ပါပါနိ ကယိရာ၊
 အပ္ပေါဿုက္ကော မာတင်္ဂံ ရညေဝ နာဂေါ။

၃၃၀။ တယာက်ထီးတည်း ကျင့်ခြင်းသည်မြတ်၏၊ သူမိုက်နှင့်
 အပေါင်းအဖော်မပြုရာ၊ မာတင်္ဂံဆင်မင်းသည်တော၌ တကောင်
 တည်းကြောင့်ကြမရှိ လှည့်လည်သကဲ့သို့ တယာက်ထီးတည်း
 ကြောင့်ကြမရှိ ကျင့်ရာ၏။ မကောင်းမှုတို့ကိုမပြုရာ။

330. Better it is to live alone. There is no fellowship with a fool. You should live alone doing no evil, and care-free, like an elephant in the elephant forest.

—

ဂ-မာရဝတ္ထု

၃၃၁။ အတ္ထမိ ဇာတမိ သုခါ သဟာယာ၊
 တုဋ္ဌိ သုခါယာ ဣတရိတရေန။
 ပုညံ သုခံ ဇီဝိတသင်္ခယမိ၊
 သဗ္ဗဿ ဒုက္ခဿ သုခံ ပဟာနံ။

၃၃၁။ အရေးကိစ္စ ပေါ်ပေါက်သောအခါ အဆွေခင်ပွန်း
ရှိခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ရသမျှသော ပစ္စည်းဥစ္စာနှင့် ရောင်းရဲ
ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ အသက်ကုန်ချိန် ရောက်သော အခါ၌
ကောင်းမှုရှိခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ အလုံးစုံသော ဝဋ်ဆင်းရဲကင်း
ခြင်းသည် (နိဗ္ဗန်သည်) ချမ်းသာ၏။

331. Happy are friends when need arises.
Happy is contentment with just
this and that,
Happy is merit when life is at an
end,
Happy is the destruction of all
sorrow.

*

၃၃၂။ သုခါ မတ္တေယျတာ လောကေ၊
အထော ပေတ္တေယျတာ သုခါ။
သုခါ သာမညတာ လောကေ၊
အထော ဗြဟ္မညတာ သုခါ။

၃၃၂။ လောက၌ အမိကို ပြုစု လုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်း
သာ၏။ အဘကို ပြုစု လုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ လော
က၌ ရဟန်းတို့ကို ပစ္စည်းလေးပါးတို့ဖြင့် အရိုအသေပြုစုခြင်းသည်
ချမ်းသာ၏။ မကောင်းမှု ကင်းကုန်သော ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊
သာဝက တို့ကို ပစ္စည်းလေးပါးတို့ဖြင့် အရိုအသေ ပြုစုခြင်းသည်
ချမ်းသာ၏။

332. Happy in this world is ministering
unto mother,
Happy too is ministering unto
father,
Happy is ministering unto ascetics,
Happy too is ministering unto the
Noble Ones.

*

၃၃၃။ သုခံ ယာဝ ဇရာ သီလံ၊
သုခေါ သဒ္ဓါ ပတိဋ္ဌိတာ။
သုခေါ ပညာယ ပဋိလာဘော၊
ပါပါနံ အကရဏံ သုခံ။

၃၃၃။ သီလရှိခြင်းသည် အိုသည်တိုင်အောင် ချမ်းသာ၏။
အခိုင်အမြဲတည်သော သဒ္ဓါတရား ရှိခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။
အသိဉာဏ်ပညာကိုရခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ မကောင်းမှုကို မပြု
ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

333. Happy is virtue till old age.
Happy is steadfast confidence.
Happy is the acquisition of wisdom,
Happy is abstinence from evil.

TWENTYTHIRD CHAPTER, THE ELEPHANT.

၂၄-တဏှာဝဂ်

၁-ကပိလမစ္ဆဝတ္ထု

၃၃၄။ မနုဇဿ ပမတ္တစာရိနော၊
တဏှာ ဝခုတိ မာလုဝါ ဝိယ။
သော ဣဝတီ ဟုရာ ဟုရံ၊
ဖလမိစ္ဆံ ဝနသ္မိ ဝါနရော။

၃၃၄။ မာလောနွယ်သည် (မိမိ မှီရာ သစ်ပင်ကို လွမ်း
မိုး၍) ကြီးပွားသကဲ့သို့ မေ့မေ့ လျော့လျော့ နေသော သူမှ
တဏှာပွား၏။ တော၌ သစ်သီးကို အလိုရှိသော မျောက်သည်
သစ်ပင် တပင်မှ တပင်သို့ ခုန်လွှား ပြေးသွားသကဲ့သို့ ထိုတဏှာ
ပွားသော သူသည် တဘဝမှ တဘဝသို့ ပြေးသွားရလေ၏။

334- The craving of the man addicted to careless living grows like a creeper. He jumps from life to life like a fruit-loving monkey in the forest.

*

၃၃၅။ ယံ သော သဟတေ ဇမ္ဗိ၊
တဏှာ လောကေ ဝိသတ္တိကာ။
သောကာ တဿ ပဝဇ္ဇန္တိ၊
အဘိဝဠံ ဗီရဏံ။

၃၃၅။ လောက၌ ကပ်ငြိ တွယ်တာတတ်၍ ယုတ်မာသော
ဤတဏှာ အဖိစီးအနှိပ်စက် ခံရသောသူမှာ ပြိတ် (ပြိန်း)
မြက်သည် မိုဗ်းရွာသည့်အခါ အလွန်ကြီးပွားသကဲ့သို့ စိုးရိမ်
ကြောင့်ကြ ပွားကုန်၏။

335. Whomsoever in this world this base
clinging thirst overcomes;
His sorrows flourish like well-
watered Birana grass.



၃၃၆။ ယော စေတံ သဟတေ ဇမ္ဗိံ၊
တဏှံ လောကေ ဒုရစ္စယံ၊
သောကာ တမှာ ပပဘန္တိ၊
ဥဒဗိန္ဒုဝ ပေါက္ခရာ။

၃၃၆။ လောက၌ လွန်မြောက်နိုင်ခဲ့သည့် ဤယုတ်မာသော
တဏှာကို နှိပ်နင်းနိုင်ခဲ့လျှင် ထိုနှိပ်နင်းနိုင်သောသူမှ ရေပေါက်
တို့သည် ကြာရွက်မှ လျှောကျကုန်သကဲ့သို့ စိုးရိမ် ကြောင့်ကြ
ခြင်းတို့သည် လျှောကျကုန်၏။

336. Whoso in the world overcomes
this base unruly craving,—From
him sorrows fall away, like
water-drops from a lotus-leaf.



၃၃၇။ တံ ဝေါဝဒါမိ ဘဒ္ဒံ ဝေါ၊ ယာဝန္တေ'တ္ထ သမာဂတာ။
 တဏှာယ မူလံ ခဏထ၊ ဥသိရတ္တောဝ ဗီရဏံ။
 မာ ဝေါနဠှံ သောတောဝ၊ မာရော ဘဠိ ပုနပ္ပုနံ။

၃၃၇။ ထို့ကြောင့် ဤအရပ်၌ အညီအညွတ် စည်းဝေးလာ
 ကြကုန်သော သင်တို့အား ငါသည် ကောင်းသော တရားကို
 ဟောအံ့၊ (မွေးကြိုင်သော) ပန်းရင်းမြစ်ကို အလိုရှိသော သူ
 သည် ပြိတ် (ပြိန်း) မြက်ကို တူးသကဲ့သို့ တဏှာ၏ အရင်း
 အမြစ်ကို တူးပစ်ကြကုန်လော့၊ ရေအလျဉ်သည်ကျူပင်ကို ဖျက်
 ဆီးသကဲ့သို့ ကိလေသာမာရ် ကိုယ်တွင်းရန်သည် သင်တို့ကို
 အဖန်တလဲလဲ မဖျက်ဆီးစေလင့်။

337. This I say unto you, Good luck
 to you all who have assembled here! Dig up
 the root of craving as one in quest of
 Birana's sweet root. Let Mara not crush
 you again and again as the flood, a reed.

၂-သုကရပေါတိကာဝတ္ထု

၃၃၈။ ယထာပိ မူလေ အနုပဒ္ဒဝေ ဒဠေ၊
 ဆိန္ဒောပိ ရုက္ခော ပုနရေဝ ရူဟတိ။
 ဝေမ္ပိ တဏှာနုသယေ အနူဟတေ၊
 နိဗ္ဗတ္တတိ ဒုက္ခမိဒံ ပုနပ္ပုနံ။

၃၃၈။ သစ်ပင်ကို ဖြတ်သော်လည်း အမြစ်ကို မဖျက်ဆီး
သဖြင့်ခိုင်မြဲလျက်ရှိနေလျှင်ထိုသစ်ပင် တဖန် စည်ကားပြန်သကဲ့သို့
ကိန်းအောင်းနေသော တကျာကိုမဖြတ်ခဲ့လျှင် (ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း
စသော) ဆင်းရဲသည် အဖန်တလဲလဲဖြစ်လေ၏။

338. Just as a tree, with roots unharmed
and firm,
Tho cut down springs up again ;
Even so while latent craving is
not rooted out,
This sorrow springs up again and
again.

✽

၃၃၉။ ယဿ ဆတ္တိံသတိ သောတာ၊
မနာပသဝနာ ဘုဿ။
မဟာ ဝဟန္တိ ဒုဒ္ဓိဋ္ဌိံ၊
သင်္ကပ္ပါ ရာဂနိဿိတာ။

၃၃၉။ အမြင်မှားသောသူ၏ တကျာအလျှင် သုံးဆဲ ခြောက်
ပါး တို့သည် နှစ်သက်ဖွယ်ရှိသော ရူပါရုံစသည်သို့ ပြင်းထန်စွာ
စီးကုန်၏။ ထိုအမြင်မှားသောသူကိုရာဂနှင့် စပ်သော အကြံအ
စည်တို့သည် ဆောင်ယူကုန်၏။

339. In whom the thirty-six streams (of craving) that flow towards pleasurable objects are strong,-powerful, lustful thoughts carry off that mis-understanding man.

၃၄၀။ သဝန္တိ သဗ္ဗမိ သောတာ၊
လတာ ဥပ္ပဇ္ဇ တိဌတိ။
တဉ္စ ဒိသ္မာ လတံ ဇာတံ၊
မူလံ ပညာယ ဆိန္ဒတ။

၃၄၀။ (တဏှာတည်းဟူသော) ရေအလျဉ်တို့သည် အလုံးစုံသော အရပ်တို့၌ စီးတတ်ကုန်၏။ (တဏှာတည်းဟူသော) နွယ်သည် (မျက်စိစသောဒွါရခြောက်ပါး၌) ပေါက်၍ (ရူပါရုံစသော အာရုံခြောက်ပါး၌) တည်၏။ ထို (တဏှာတည်းဟူသော) နွယ်ပေါက်သည်ကိုပြင်၍ ထိုနွယ်၏ အမြစ်ကို ဉာဏ်ဖြင့် ဖြတ်ကြကုန်လော့။

340. Everywhere flow the floods (cravings). The creeper sprouts and stands. Seeing the creeper that has sprung up, with wisdom, cut off the root.

၃၄၁။ သရိတာနိ သိနေဟိတာနိ စ၊
 သောမနဿာနိ ဘဝန္တိ ဇန္တုနော။
 တေ သာတသိတာ သုခေသိနော၊
 တေ ဝေ ဇာတိဇရူပဂါ နရာ။

၃၄၁။ တဏှာ၏ အလိုသို့ လိုက်သောသူမှာ အောက်မေ့ခြင်း၊
 ချစ်ခင်စွဲလမ်းခြင်းသဘောရှိကုန်သော ဝမ်းမြောက်ခြင်းတို့သည်
 ဖြစ်ကုန်၏။ ထိုတဏှာ၏ အလိုသို့လိုက်၍ ကာမဂုဏ် ချမ်းသာကို
 ရှာလေ့ရှိကုန်သော သူတို့သည် ပဋိဇ္ဇေနေရခြင်း၊ အိုရခြင်းသို့
 ရောက်ကုန်၏။

341. To beings there arise pleasures
 that rush (towards objects of sense) and
 are moistened (with craving) .These men
 bent on pleasure, seeking but happiness,
 verily, come to birth and decay.

✽

၃၄၂။ တသိကာယ ပုရက္ခတာ ပဇာ၊
 ပရိသပ္ပန္တိ သသောဝ ဗန္ဓိတော။
 သံယောဇနသင်္ဂသတ္တကာ၊
 ဒုက္ခမုပေန္တိ ပုနပ္ပုနံ ခိရာယ။

၃၄၂။ တဏှာရှေ့ဆောင် ရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်
 ကျော့ကွင်း၌ မိသောယုန်ကဲ့သို့ ကြောက်ကြကုန်၏။ ကာမရာဂ
 စသော သံယောဇဉ် အနှောင်အဖွဲ့ ခံရကုန်သော သူတို့သည်
 အဖန်တလဲလဲ ကြာမြင့်စွာ ဆင်းရဲရောက်ကြကုန်၏။

342. Folk, entwined in craving, are terrified like the bound hare. Held fast by fetters and toils for long they ' come to sorrow again and again.

*

၃၄၃။ တသိကာယ ပုရက္ခတာ ပဇာ၊
 ပရိသပ္ပန္နိ သသောဝ ဗန္ဓိတော။
 တသ္မာ တသိကံ ဝိနောဒယေ၊
 အာကခိန္တ ဝိရာဂမတ္တနော။

၃၄၃။ တဏှာရှေ့ဆောင် ရှိကုန်သော သတ္တဝါ တို့သည်
 ကျော့ကွင်း၌မိသော ယုန်ကဲ့သို့ ကြောက်ကြကုန်၏။ ထို့ကြောင့်
 မိမိ၏ ရာဂစာင်းရာ (နိဗ္ဗာန်)ကို အလိုရှိသောရဟန်းသည် တဏှာ
 ကို ပယ်ဖျောက်ရာ၏။

343. Folk, entwined in craving, are terrified like the bound hare. Therefore a Bhikkhu, who wishes his own passionlessness (Nibbana), should discard craving.

၃-ဝိဗ္ဗန္တဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၄၄။ ယော နိဗ္ဗုတော ဝနာဓိမုတ္တော၊
 ဝနမုတ္တော ဝနမေဝ ဓာဝတိ။
 တံ ပုဂ္ဂလမေထ ပဿထ၊
 မုတ္တော ဗန္ဓနမေဝ ဓာဝတိ။

၃၄၄။ (အိမ်ရာတည်ထောင် လူ၏ဘောင်၌ နေခြင်းတည်းဟူသော) တဏှာမှ လွတ်၍ (ရဟန်းအဖြစ်ဖြင့် မြတ်သော အကျင့်တည်းဟူသော) တောသို့သက်ဝင်ကာ (တဏှာတည်းဟူသော)တောမှလွတ်ပြီး ဖြစ်လျက် (တဏှာ တည်းဟူသော) တောသို့ပင် တဖန်ပြေးဝင်ပြန်သောသူသည် ရှိ၏။ အနှောင်အဖွဲ့မှ လွတ်ပြီးဖြစ်လျက် အနှောင်အဖွဲ့သို့ပင် တဖန် ပြေးဝင်ပြန်သော ထိုသူကို ရှုကြကုန်လော့။

344. Whoever, devoid of desire (for the household), is attached to the forest (of asceticism), and being freed from desire (for the household) runs back to that very home,—behold that very man! Freed he runs back to that very bondage.

၄-ဗန္ဓနာဂါရဝတ္ထု

၃၄၅။ န တံ ဒဠိ ဗန္ဓနမာဟုဓီရာ၊
ယဒါ ယသံ ဒါရုဇပဗ္ဗဇဉ္ဇ။
သာရတ္ထရတ္တာ မဏိကုဏ္ဍလေသု၊
ပုတ္တေသု ဒါရေသု စ ယာ အပေက္ခာ။

၃၄၅။ သံဖြင့်လုပ်သော (သံခြေချင်းစသော) အနှောင်အဖွဲ့၊ သစ်သားဖြင့် လုပ်သော (ထိပ်တုံးစသော) အနှောင်အဖွဲ့၊ မြက်လျှော်မျှင်တို့ဖြင့်လုပ်သော (ကြိုးစသော) အနှောင်အဖွဲ့မျိုးကို

ခိုင်မြဲသော အနှောင်အဖွဲ့ဟု ပညာရှိတို့မခေါ်ကုန်၊ (ပတ္တမြားစသော) ရတနာ၊ နားရွှေခင်းစသော တန်ဆာပလာ၊ သား၊ သွီး၊ မယားတို့ကို ငဲ့ကွက်တပ်မက်သော တဏှာသည် ရှိလေ၏။

345. It is not a strong bond, say the wise, that is made of iron, wood, or hemp. Far greater an attachment is that longing for jewels and ornaments, children and wives.

*

၃၄၆။ တေံ ဒဠိံ ဗန္ဓနမာဟု ဓီရာ၊
 ဩဟာရိနံ သိထိလံ ဒုပ္ပမုဉ္ဇံ။
 တေဠိံ ဆေတုာန ပရိဗ္ဗဇန္တိ၊
 အနပေက္ခိနော ကာမသုခံ ပဟာယ။

၃၄၆။ ထိုတဏှာ တည်းဟူသော အနှောင်အဖွဲ့ကို ခိုင်မြဲသော အနှောင်အဖွဲ့ဟု ပညာရှိတို့ ခေါ်ကုန်၏။ (အပါယ်လေးပါးတည်းဟူသော) ယုတ်နိမ့်ရာသို့ ဆောင်တတ်သော (ဖွဲ့မှန်းမသိဖွဲ့သဖြင့်) လျော့ဟန်ရှိသော်လည်း လွတ်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းသော ဤတဏှာတည်းဟူသော အနှောင်အဖွဲ့ကို ပညာရှိတို့သည် (ဉာဏ်တည်းဟူသော ထားဖြင့်) ဖြတ်၍ ငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိဘဲ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာကိုစွန့်ကာ ရဟန်းပြုကုန်၏။

346. That bond is strong, say the wise. It hurls down, yields, is hard to loosen. This too they cut off, and giving up sensual pleasures, without(any)longing they renounce

၅-ခေမာထေရီဝတ္ထု

၃၄၇။ ယေ ရာဂရတ္တာ' နုပတန္တိ သောတံ၊
 သယံကတံ မက္ကဋ္ဌကောဝ ဇာလံ။
 တေမ္ပိ ဆေတွာန ဝဇန္တိ မိရာ၊
 အနုပေက္ခိနော သဗ္ဗဒုက္ခံ ပဟာယ။

၃၄၇။ ပင့်ကူသည် မိမိပြုလုပ်သော ပင့်ကူအိမ်သို့ ပြန်၍
 ကျသကဲ့သို့၊ ရာဂဖြင့် တပ်မက်ကုန်သော သူတို့သည် မိမိတို့ပြု
 သော တဏှာအလျဉ်သို့ ကျကုန်၏။ ပညာရှိတို့သည် ဤတဏှာ
 အလျဉ်ကိုဖြတ်၍ ငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိဘဲ အလုံးစုံသော ဆင်းရဲကို
 စွန့်ကာ (နိဗ္ဗာန်သို့) သွားကုန်၏။

347. They who are infatuated with
 lust fall back into the stream as a spider
 on the self-spun web. This too the wise cut
 off and wander, without longing, renouncing
 all sorrow.

၆-ဥဂ္ဂသေနဝတ္ထု

၃၄၈။ မုဉ္ဇေ ပုရေ မုဉ္ဇေ ပစ္ဆတော၊
 မဇ္ဈေ မုဉ္ဇေ ဘဝဿ ပါရဂူ။
 သဗ္ဗတ္ထ ဝိမုတ္တမာနသော၊
 န ပုနံ ဇာတိဇရံ ဥပေဟိသိ။

၃၄၈။ လွန်လေပြီးသော (ပစ္စည်းဥစ္စာ ကိုယ်ခန္ဓာ) နောင်
 ဖြစ်ပေါ်မည့် (ပစ္စည်းဥစ္စာကိုယ်ခန္ဓာ) ယခုလက်ရှိ (ပစ္စည်းဥစ္စာ
 ကိုယ်ခန္ဓာ) တို့၌ တပ်နှစ်သက်ခြင်းကို စွန့်လော့၊ (ဤသို့စွန့်၍)
 ဘဝသုံးပါး၏ ကမ်းတဘက်သို့သွားလော့၊ အလုံးစုံသော လော
 ကီတရား၌ စိတ်အစွဲအလမ်းမရှိသော သူသည် တဖန် ပဋိသန္ဓေ
 နေရခြင်း၊ အိုရခြင်းသို့ မရောက်ရလတ္တံ့။"

348. Let go the past, let go the future,
 let go the present (front, back, and middle).
 Crossing to the farther shore of existence,
 with mind released everywhere, do not again
 undergo birth and decay.

၇-စူဠဇေဂ္ဂဟပဏ္ဍိတဝတ္ထု

၃၄၉။ ဝိတက္ကမထိတဿ ဇန္တုနော၊
 တိဗ္ဗရာဂဿ သုဘာနုပဿိနော၊
 ဘိယျော တဏှာ ပဝေတိ၊
 သေ ခေါ ဒဋ္ဌံ ကရေတိ ဗန္ဓနံ။

၃၄၉။ ကာမဂုဏ် စိတ်အကြံ့နှိပ်စက်၍ ရာဂထက်သန်သော
 ကာမဂုဏ် အာရုံကို တင့်တယ်သည်ဟု ရှုလေ့ရှိသော သူမှာ
 တဏှာသည် အလွန်ပွားလေ၏။ ဤသို့သဘောရှိသော သူသည်
 တဏှာတည်းဟူသော အနှောင်အဖွဲ့ကို မြဲသည်ထက်မြဲအောင် ပြု
 လေ၏။

349. For the person who is agitated by (evil) thoughts, who is of strong passions, who sees but the pleasurable,- craving steadily grows. Indeed, he makes the bond strong.

*

၃၅၀။ ဝိတက္ကပ္ပဿမေ စ ယော ရတော၊
 အသုဘံ ဘာဝယတေ သဒါ သတော။
 သေ ခေါ ဗျန္တိ ကာဟိတိ၊
 သေ ဆေစ္ဆတိ မာရဗန္ဓနံ။

၃၅၀။ ကာမဂုဏ် စိတ်အကြံငြိမ်းခြင်း၌ မွေ့လျော်သော အမြဲသတိရှိလျက် ကာမဂုဏ်အာရုံကို မတင့်တယ်ဟု ရှုလေ့ရှိသော သူသည် တဏှာကင်းခြင်းကို ပြုလတ္တံ့၊ ဤသူသည် (ဝဋ်ဆင်းရဲတည်းဟူသော) မာရ်မင်း၏ အနှောင်အဖွဲ့ကို ဖြတ်လတ္တံ့။

350. He who delights in subduing (evil) thoughts, he who meditates on (Impurity), he who is ever mindful-it is he who will make an end (of craving); he will cut mara's bond.

ဂ-မာရဝတ္ထု

၃၅၁။ နိဠ္ဠင်္ဂတော အသန္တာသိ၊
ဝိတတဏှော အနင်္ဂဏော၊
အတ္တိန္ဒြိယံ ဘဝသလ္လ္လာနိ၊
အန္တိမောယံ သမုဿယော။

၃၅၁။ အပြီးအဆုံးသို့ (အရဟတ္တဖိုလ် တည်းဟူသောပန်းတိုင်သို့) ရောက်ပြီးသော သူသည် ထိတ်လန့်ခြင်းမရှိ၊ တဏှာမရှိ၊ ကိလေသာကင်း၏။ ဘဝသုံးပါး၌ ရှိသည့်ရာဂစသော ငြောင့်အားလုံး တို့ကိုဖြတ်ပြီးဖြစ်၏။ ဤသူ၏ ကိုယ်ခန္ဓာသည် နောက်ဆုံးဖြစ်၏။

351. He who has reached the Goal, he who is fearless, devoid of craving, passionless, he who has cut the thorns of life-this body of his is the final.

*

၃၅၂။ ဝိတတဏှော အနာဒါနော၊
နိရုတ္တိပဒကောဝိဒေါ။
အက္ခရာနံ သန္နိပါတံ၊
ဧညော ပုဗ္ဗာပရာနိ စ။
သဝေ “အန္တိမသာရီရော၊
မဟာပဉ္ဇော မဟာပုရိသော”တိ ဝုစ္စတိ။

၃၅၂။ တဏှာကင်း၏၊ အစွဲအလမ်းမရှိ၊ ဝိဂ္ဂိုဟ်ဆိုခြင်း၌၎င်း၊ ပုဒ်ကိုရှုတ်ဆိုခြင်း၌၎င်း လိမ္မာ၏၊ အက္ခရာတို့၏ အပေါင်းကို လည်းသိ၏၊ ရှေ့အက္ခရာ နောက်အက္ခရာတို့၏ အဆက်အသွယ် တို့ကိုလည်းသိ၏၊ နောက်ဆုံးဘဝဖြစ်သော ခန္ဓာကိုယ်လည်း ရှိ၏၊ ဤသို့သဘောရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုတကဲ့ပညာရှိကြီးဟု ခေါ်၏။

352. He who is devoid of craving, and free from grasping, he who is skilled in etymology and terms, he who knows the grouping of letters and their sequence, - it is he who is called the bearer of the final body, one of profound wisdom, a great man.

၉-ဥပကာဇီဝကဝတ္ထု

၃၅၃။ သဗ္ဗဘိဘူ သဗ္ဗဝိဒုဟမသ္မိ၊
သဗ္ဗေသု ဓမ္မေသု အနုပလိတ္တော။
သဗ္ဗဉ္စဟော တဏှက္ခယေ ဝိမုတ္တော၊
သယံ အဘိညာယ က မုဒ္ဒိသေယျံ။

၃၅၃။ ငါသည် အလုံးစုံကိုနိဗ္ဗိဒ်နင်း အောင်မြင်ပြီးပြီ၊ အလုံးစုံသော သဘောတရားကိုသိ၏၊ အလုံးစုံသော သဘောတရားကို တပ်မက်ကပ်ငြိခြင်းမရှိ၊ အလုံးစုံသောအရာကို စွန့်ပြီးပြီ၊ တဏှာ၏ကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်၌ တည်၏၊ ကိုယ်တိုင်ထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် သစ္စာလေးပါးတရားကို သိသဖြင့် အဘယ်သူ့ကို ငါ၏ ဆရာဟူ၍ ညွှန်ပြရအံ့နည်း၊ (သင်၏ဆရာ အဘယ်သူနည်းဟု ဥပကာမေးရာ ဖြေဆိုတော်မူသော ဂါထာ)။

353. All have I overcome, all do I know;
 From all am I detached, all have
 I renounced;
 Wholly absorbed am I on the
 Destruction of Craving (Arahat
 ship).
 Having comprehended all by
 myself whom shall I call my
 teacher?.

၁၀-သက္ကပညာဝတ္ထု

၃၅၄။ သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊
 သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။
 သဗ္ဗရတိ ဓမ္မရတိ ဇိနာတိ၊
 တဏှက္ခယော သဗ္ဗဒုက္ခံ ဇိနာတိ။

၃၅၄။ (တရားတော်ကို ဟောခြင်း၊ သင်ပေးခြင်းစသော) တရားအလှူသည် အလှူအားလုံးတို့ထက်မြတ်၏။ တရားအရသာ သည် (အပူခပ်သိမ်းကို ငြိမ်းစေတတ်သဖြင့်) အားလုံးသော အရသာတို့ထက် ကောင်း၏။ တရားနှင့် မေ့လျော့ခြင်းသည် (ပူပန်ကြောင့်ကြ ဆင်းရဲဟူသမျှကို ကင်းစေတတ်သဖြင့်) သား မယား စည်းစိမ်ဥစ္စာ၊ ကခြင်းသီခြင်း တီးမှုတ်ခြင်း စသော အမေ့လျော့ အပျော်အပါး အားလုံးတို့ထက် ကောင်းမြတ်၏။ တဏှာကုန်ရာ (နိဗ္ဗာန်)သည် အလုံးစုံသော ဆင်းရဲကို အောင် မြင်၏။

354. The gift of Truth excels all gifts;
The flavour of Truth excels all
flavours;
He who has destroyed craving
overcomes all sorrow.
-

၁၁-အပုတ္တကသေဠိဝတ္ထု

၃၅၅။ ဟနန္တိ ဘောဂါ ဒုမ္မေခံ၊
နော စ ပါရဂဝေသိနော။
ဘောဂတဏှာယ ဒုမ္မေဓော၊
ဟန္တိ အညေဝ အတ္တနံ။

၃၅၅။ စည်းစိမ် ဥစ္စာတို့သည် ပညာမရှိသောသူကို ဖျက်ဆီးတတ်ကုန်၏။ သံသရာ၏ ထိုမှဘက်ကမ်း (နိဗ္ဗာန်) ကိုရှာကုန်သော ပညာရှိတို့ကိုကား မဖျက်ဆီးတတ်ကုန်။ ပညာမရှိသောသူသည် စည်းစိမ်ဥစ္စာကို တပ်မက်သဖြင့် သူတပါးတို့ကို ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို ဖျက်ဆီးတတ်၏။

355. Riches ruin the foolish, but not those in quest of the beyond. Through craving for riches, the witless man ruins himself as (if he were ruining) others.

၁၂-အင်္ဂုရဝတ္ထု

၃၅၆။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
 ဓာဂဒေါသာ အယံ ပဇာ။
 တဿှာ ဟိ ဝိတရာဂေသု၊
 ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

၃၅၆။ လယ်တို့သည် မြက်(ပေါင်း)ကြောင့် ပျက်စီးကုန်၏။ ဤသတ္တဝါ အပေါင်းသည် ဓာဂကြောင့် ပျက်စီး၏။ ထို့ကြောင့် ဓာဂကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ပေးလှူသော အလှူသည် အကျိုးများ၏။

356. Grass is the blemish of fields; lust is the blemish of this mankind. Hence what is given to the lustless yields abundant fruit.

*

၃၅၇။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
 ဒေါသဒေါသာ အယံ ပဇာ။
 တဿှာ ဟိ ဝိတဒေါသေသု၊
 ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

၃၅၇။ လယ်တို့သည် မြက် (ပေါင်း) ကြောင့် ပျက်စီးကုန်၏။ ဤသတ္တဝါ အပေါင်းသည် ဒေါသကြောင့် ပျက်စီး၏။ ထို့ကြောင့် ဒေါသကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ပေးလှူသော အလှူသည်အကျိုးများ၏။

357. Grass is the blemish of fields; hatred is the blemish of this mankind. Hence what is given to those freed from hatred yields abundant fruit.

*

၃၅၈။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
မောဟဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တဿှာ ဟိ ဝိတမောဟေသု၊
ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

၃၅၈။ လယ်တို့သည် မြက် (ပေါင်း) ကြောင့် ပျက်စီးကုန်၏။ ဤသတ္တဝါအပေါင်းသည် မောဟကြောင့် ပျက်စီး၏။ ထို့ကြောင့် မောဟကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ပေးလှူသော အလှူသည် အကျိုးများ၏။

358. Grass is the blemish of fields; delusion is the blemish of this mankind. Hence what is given to those freed from delusion yields abundant fruit.

*

၃၅၉။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
ဣစ္ဆာဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တဿှာ ဟိ ဝိဂတိစ္ဆေသု၊
ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

(တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
 တဏှာဒေါသာ အယံ ပဇာ။
 တဿှာ ဟိ ဝိတတဏှေသု၊
 ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။)

၃၅၉။ လယ်တို့သည် မြက် (ပေါင်း) ကြောင့် ပျက်စီးကုန်၏။ ဤသတ္တဝါ အပေါင်းသည် အလိုဆန္ဒကြောင့် ပျက်စီး၏။ ထို့ကြောင့် အလိုဆန္ဒကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ပေးလှူသော အလှူသည် အကျိုးများ၏။

359. Grass is the blemish of fields; desire is the blemish of this mankind. Hence what is given to the desireless yields abundant fruit.

TWENTYFOURTH CHAPTER, CRAVING.

၂၅-ဘိက္ခုဝဂ်

၁-ပဉ္စဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၆၀။ စက္ခုနာ သံဝရော သာဓု၊
သာဓု သောတေန သံဝရော။
ဃာနေန သံဝရော သာဓု၊
သာဓု ဇီဝါယ သံဝရော။

၃၆၀။ မျက်စိဖြင့် (အကုသိုလ်မဖြစ်အောင်) စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏၊ နားဖြင့်စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏၊ နှာခေါင်းဖြင့် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏၊ လျှာဖြင့် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။

360. Good is restraint in eye, good is
restraint in ear;
Good is restraint in nose, good
is restraint in tongue.

*

၃၆၁။ ကာယေန သံဝရော သာဓု၊
သာဓု ဝါစာယ သံဝရော။
မနသာ သံဝရော သာဓု၊
သာဓု သဗ္ဗတ္ထ သံဝရော။
သဗ္ဗတ္ထ သံဝတော ဘိက္ခု၊
သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္ဆတိ။

၃၆၁။ ကိုယ်ဖြင့် (အကုသိုလ် မဖြစ်အောင်) စောင့်စည်းခြင်း သည်ကောင်း၏။ နှုတ်ဖြင့် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ စိတ်ဖြင့် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ အလုံးစုံသော ဒွါရ ခြောက်ပါးတို့၌ စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ အလုံးစုံ သော ဒွါရခြောက်ပါးတို့၌ စောင့်စည်းသော ရဟန်းသည် အလုံးစုံသော ဆင်းရဲမှလွတ်၏။

361. Good is restraint in body, good is
restraint in speech;
Good is restraint in mind, good is
restraint everywhere.
The monk restrained in everything
is from all sorrow freed.

၂-ဟံသဿာတကဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၆၂။ ဟတ္ထသံယတော ပါဒသံယတော၊
ဝါစာသံယတော သံယတုတ္ထမော။
အဇ္ဈတ္တရတော သမာဟိတော၊
ဧကော သန္တုသိတော တမာဟု ဘိက္ခု။

၃၆၂။ လက်ကိုစောင့်စည်း၊ ခြေကိုစောင့်စည်း၊ နှုတ်ကို စောင့်စည်း၊ အရာရာကိုကောင်းစွာ စောင့်စည်း၍ ကံမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းခြင်း၌ မေ့လျော့လျက် တည်ကြည်သော စိတ်လည်းရှိ၊ တယောက်ထီးတည်းနေ၍ ရရသမျှနှင့်လည်း ရောင့်ရဲသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ရဟန်းဟုခေါ်၏။

362. He who is controlled in hand, foot, speech, and in the highest (head); he who delights in meditation, and is composed; he who is solitary and contented;-him they call a Bhikkhu.

၃-ကောကာလိကဝတ္ထု

၃၆၃။ ယော မုခသံယတော ဘိက္ခု၊

မန္တဘာဏီ အနုဒ္ဒတော။

အတ္တံ ဓမ္မဉ္စ ဒီပေတိ၊

မဓရံ တဿ ဘာသိတံ။

၃၆၃။ ရဟန်းသည် နှုတ်ကိုစောင့်စည်း၏။ ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍ ပြောဆိုလေ့ရှိ၏။ မပျံ့လွင့်သောစိတ်ရှိ၏။ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို၎င်း၊ ဘုရားဟော တရားတော်ကို၎င်း ဟောပြောတတ်၏။ ထိုသို့သဘောရှိသော ရဟန်း၏ စကားသည် ချိုမြိန်။

363. That Bhikkhu who is controlled in tongue, who is moderate in speech, who is not puffed up, who explains the meaning and the text,-sweet, indeed, is his speech.

၄-ဓမ္မာရာမတ္ထေရာဝတ္ထု

၃၆၄။ ဓမ္မာရာမော ဓမ္မရတော၊

ဓမ္မံ အနုဝိစိန္တယံ။

ဓမ္မံ အနုဿရံ ဘိက္ခု၊

သဒ္ဓမ္မာ န ပရိဟာယတံ။

၃၆၄။ သူတော်ကောင်း တရားနှင့် အညီနေ၍ သူတော်
ကောင်းတရားနှင့် မွေ့လျော်လျက် သူတော်ကောင်းတရားကို
အဖန်တလဲလဲ ဆင်ခြင်အောက်မေ့သော ရဟန်းသည် ၃၇-ပါး
သော ဗောဓိပက္ခိယတရား၊ ၉-ပါးသော လောကုတ္တရာတရားမှ
မဆုတ်ယုတ်လေ။

364. The Bhikkhu who dwells in the
Dhamma, who delights in the Dhamma, who
meditates on the Dhamma, who well
remembers the Dhamma, does not fall away
from the Dhamma sublime.

၅-ဝိပက္ခသေဝကဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၆၅။ သလာဘံ နာတိမညေယျ၊
နာ'ညေသံ ပိဟယံ စရေ။
အညေသံ ပိဟယံ ဘိက္ခု၊
သမာဓိံ နာဓိဂစ္ဆတိ။

၃၆၅။ ရဟန်းမည်သည် (တရားနှင့်အညီရသော) မိမိ၏လာဘ်
ကို မထိမဲ့မြင် မအောက်မေ့ရာ၊ သူတပါးတို့၏ လာဘ်ကိုမနှစ်
သက် မတောင့်တရာ၊ သူတပါးတို့၏လာဘ်ကို နှစ်သက်တောင့်
တသော ရဟန်းသည် စိတ်တည်ကြည်ခြင်းကို မရလေ။

365. He should not despise what he has received, nor should he live envying (the gains) of others. The Bhikkhu who envies (the gains) of others does not attain Concentration.

*

၃၆၆။ အပ္ပလာဘောပိ စေ ဘိက္ခု၊
သလာဘံ နာတိမညတိ။
တံ ဝေ ဒေဝါ ပသံသန္တိ၊
သဒ္ဓါဇီဝိ အတန္တိတံ။

၃၆၆။ ရဟန်းသည် လာဘ်ပင် နည်းသော်လည်း (တရားနှင့် အညီရသော) မိမိ၏လာဘ်ကို အကယ်၍ မတီမဲ့ မြင် မအောက် မေ့ခဲ့လျှင်၊ အသက်မွေးစင်ကြယ်၍ ပျင်းရိခြင်းမရှိသော ထိုရဟန်း ကို နတ်တို့သည် ချီးမွမ်းကုန်၏။

366. Though a recipient of little, if a Bhikkhu does not despise his own gains, - even the Devas will praise him who is of pure livelihood and is not slothful.

၆-ပဉ္စဂ္ဂဒါယကဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၃၆၇။ သဗ္ဗသော နာမရူပသ္မိံ။
ယဿ နတ္ထိ မမာယိတံ။
အသတာ စ န သောစတိ၊
သ ဝေ “ဘိက္ခု”တိ ဝုစ္စတိ။

၃၆၇။ နာမ်တရား ရုပ်တရားကို ငါ့၊ ငါ၏ ဥစ္စာဟူ၍ မြတ်နိုးစွဲလမ်းခြင်းမရှိ၊ ထိုနာမ်ရုပ် ပျက်စီးသော်လည်း (ငါ့၊ ငါ၏ ဥစ္စာ ပျက်စီးလေပြီဟူ၍) စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းမရှိသောသူကို စင်စစ် ရဟန်းဟုခေါ်၏။

367. He who has no "I and me" (conception) whatever towards mind and body, he who grieves not for that which he has not, - he, indeed, is called a Bhikkhu. .

၇-သမ္မဟုလဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၆၈။ မေတ္တာဝိဟာရီ ယော ဘိက္ခု၊

ပဿန္နော ဗုဒ္ဓသာသနေ။

အဓိဂစ္ဆေ ပဒံ သန္တံ၊

သင်္ခါရူပသမံ သုခံ။

၃၆၈။ မေတ္တာတရားကို ပွားများလေ့ရှိ၍ မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို ယုံကြည် မြတ်နိုးသော ရဟန်းသည် ပြုပြင်ခြင်း ဇာင်း၍ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ ချမ်းသာသော နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်လေ၏။

368. The Bhikkhu, who abides in loving-kindness, is pleased with the Buddha's Teaching, attains to that state of Peace and Happiness, the stilling of conditioned things.

၃၆၉။ သိဉ္စ ဘိက္ခု ဣမံ နာဝံ၊
 သိတ္တာ တေ လဟုမေဿတိ။
 ဆေတ္တာ ရဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ၊
 တတော နိဗ္ဗာနမေဟံသိ။

၃၆၉။ ဒို-ရဟန်း၊ ဤ(ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော) လှေမှ
 (အကြံမှားမိစ္ဆာဝိတက် တည်းဟူသောရေကို) ပက်ထုတ်လော့၊
 ထိုသို့ပက်ထုတ်လျှင်သင်၏ (ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသောလှေသည်)
 လျင်စွာသွားလတ္တံ့၊ (အနှောင်အဖွဲ့ ဖြစ်သော) ရဂကို၎င်း၊
 ဒေါသကို၎င်း ဖြတ်လျှင် သင်သည် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်လတ္တံ့။

369. Empty this boat, O Bhikkhu!
 Emptied by you it will move
 swiftly.
 Cutting out lust and hatred, to
 Nibbana you will thereby go.

*

၃၇၀။ ပဉ္စ ဆိန္ဒေ ပဉ္စ ဇဟေ၊
 ပဉ္စ စုတ္တရိ ဘာဝယေ။
 ပဉ္စသင်္ဂါတိဂေါ ဘိက္ခု၊
 “ဩဃတိဏ္ဍော” တိ ဝုစ္စတိ။

၃၇၀။ (အယူမှားခြင်း၊ ယုံမှားခြင်း၊ အကိုးကွယ်မှားခြင်း၊
 ကာမဘုံ၌ တပ်မက်ခြင်း၊ ရန်ငြိုးထားခြင်း) ဤအနှောင်အဖွဲ့
 ငါးပါးတို့ကို ဖြတ်လော့၊ (ရူပဘုံ၌ တပ်မက်ခြင်း၊ အရူပဘုံ၌

တပ်မက်ခြင်း၊ ထောင်လွှားခြင်း၊ စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း၊ တရားမှန်ကို မသိခြင်း) ဤအနှောင်အဖွဲ့ငါးပါးတို့ကို စွန့်လေ့၊ (သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ) ဤငါးပါးသော တရားတို့ကို ပွားများလေ့၊ (ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ) ဤအငြိ အတုယံတရားငါးပါးတို့ကို လွန်မြောက်သော ရဟန်းကို သံသ ဘဝဲကို ကူးမြောက်ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်ဟုခေါ်၏။

370. Five cut off, five give up, five
further cultivate;
The Bhikkhu who has gone beyond
the five toils is called a "Flood-
crosser."

*

၃၇၁။ စျာယ ဘိက္ခု မာ ပမာဒေါ၊
မာ တေ ကာမဂုဏေ ရမေဿု စိတ္တံ။
မာ လောဟဂုဋ္ဌံ ဂိလီ ပမတ္တော၊
မာ ကန္တိ "ဒုက္ခမိဒ"န္တိ ဒယုမာနော။

၃၇၁။ ဒို-ရဟန်း၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုလေ့၊ မမေ့လျော့လင့်၊
သင်၏စိတ်ကို ကာမဂုဏ်၌ မမေ့လျော့စေလင့်၊ မေ့လျော့၍
(ငရဲ၌ ပူစေတတ်သော) သံတွေခဲကို မမျှီလင့်၊ လောင်သည်
ရှိသော် ဤသို့ အလောင်ခံရခြင်းသည် ဆင်းရဲလေစွဟု မငို
ကျွေးလင့်။

371. Meditate, O Bhikkhu! Do not be heedless. Do not let your mind whirl on sensual pleasures. Do not be careless and swallow a lead-ball. As you burn cry not-
“This is sorrow.”

*

၃၇၂။ နတ္ထိံ စျာနံ အပညဿ၊
ပညာ နတ္ထိံ အစျာယတော။
ယမ္ပိ စျာနဉ္စ ပညာစ၊
သ ဝေ နိဗ္ဗာနသန္တိကေ။

၃၇၂။ ပညာမရှိသော သူမှာ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုသော သဘော
မရှိ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းမရှုသော သူမှာ ပညာမရှိ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းလည်းရှု
ပညာလည်းရှိသော သူသည်သာလျှင် စင်စစ်နိဗ္ဗာန်နှင့် နီး၏။

372. There is no concentration to him who lacks wisdom, nor is there wisdom to him who lacks concentration. In whom are both concentration and wisdom—he, indeed, is in the presence of Nibbana.

*

၃၇၃။ သုညာဂါရံ ပဝိဋ္ဌဿ၊
သန္တစိတ္တဿ ဘိက္ခုနော။
အမာနုသီ ရတိ ဟောတိ၊
သမ္မာ ဓမ္မံ ဝိပဿတော။

၃၇၃။ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ နေလေ့ရှိ၍ ငြိမ်သက်သောစိတ် ရှိသော၊ တရားကိုကောင်းစွာ ရှုဆင်ခြင်သော ရဟန်းမှာ လူသာမန်တို့နှင့်မထိုက်သော (ဈာန်-မဂ်-ဖိုလ်-နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာ၌) မွေ့လျော်ခြင်းသည် ဖြစ်၏။

373. The Bhikkhu who has retired to a lonely abode, who has calmed his mind, who clearly perceives the Doctrine, experiences a joy transcending that of men.

*

၃၇၄။ ယတော ယတော သမ္မသတိ၊

ခန္ဓာနံ ဥဒယဗ္ဗယံ။

လဘတိ ပီတိပါမောဇ္ဇံ၊

အမတံ တံ ဝိဇာနတံ။

၃၇၄။ ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းကိုဆင်ခြင်သုံးသပ် တိုင်း သုံးသပ်တိုင်း နှစ်သက်ခြင်း ဝမ်းမြောက်ခြင်းကိုရလေ၏။ ထိုနှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ခြင်းသည် တရားမှန်ကို သိကုန်သော ပညာရှိတို့အတွက် မသေရာ (နိဗ္ဗာန်) မည်၏။ (နိဗ္ဗာန်ရောက် ကြောင်းဖြစ်၏)

374. Whenever he reflects on the rise and transcending fall of Aggregates, he assuredly experiences joy and happiness. To the knowing ones that (reflection) is Deathless.

*

၃၇၅။ တတြာယမာဒိ ဘဝတိ၊
 ဣဓ ပညဿ ဘိက္ခုနော။
 ဣန္ဒြိယဂုတ္တိ သန္တုဋ္ဌိ၊
 ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။
 မိတ္တေ ဘဇဿု ကလျာဏေ၊
 သုဒ္ဓါဇီဝေ အတန္တိတေ။

၃၇၅။ ဤဘုရား သာသနာတော်၌ ပညာရှိသော ရဟန်း
 သည် ဣန္ဒြေကို စောင့်ရှောက်၏၊ ရရသမျှသောပစ္စည်းလေးပါးနှင့်
 ရောင့်ရဲ၏၊ ပါတိမောက် သီလကို စောင့်ရှောက်၏၊ အသက်
 မွေးစင်ကြယ်ကုန်၍ မပျင်းမရိသီလရှိကုန်သော အဆွေခင်ပွန်း
 ကောင်းတို့ကို မှီဝဲဆည်းကပ်၏၊ ဤစင်ကြယ်သော သီလလေးပါး
 သည် နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အစဖြစ်သည်။

375. And this becomes the beginning here for a wise Bhikkhu:-sense-control, contentment, restraint with regard to the Fundamental Precepts (Patimokkha), association with noble and energetic friends whose livelihood is pure.

*

၃၇၆။ ပဋိသန္ဓိရာဂတုဿ၊
 အာစာမုကုသလော သိယာ။
 တတော ပါမောဇ္ဇဗဟုလော၊
 ဒုက္ခဿန္တံ ကရိဿတိ။

၃၇၆။ ရဟန်းသည် စေ့စပ်သော အသက်မွေးခြင်းရှိရာ၏၊
ကျင့်ဝတ်၌ လိမ္မာရာ၏၊ ထိုသို့သဘောရှိသော ရဟန်းသည်
များစွာ ဝမ်းမြောက်ခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍ ဆင်းရဲကင်းရာ (နိဗ္ဗာန်)
သို့ရောက်လတ္တံ့။

376. Let him be cordial in his ways
and refined in conduct;
Full of joy he will thereby make
an end of sorrow.

ဂ-ပဉ္စသတဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၇၇။ ဝဿိကာ ဝိယ ပုပ္ဖါနိ၊ မဒ္ဒဝါနိ ပမုညတိ။

ဧဝံ ဓာဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ၊ ဝိပုမုညေထ ဘိက္ခုဝေါ။

၃၇၇။ အိ- ရဟန်းတို့၊ မြတ်လေးပန်းပင်သည် ရင့်ရော်
ညှိုးနွမ်းကုန်သော ပန်းပွင့်တို့ကို ကြွေကျစေသကဲ့သို့ သင်တို့
သည် ဓာဂကို၎င်း၊ ဒေါသကို၎င်း စွန့်လွှတ်ကြကုန်လော့။

377. As the jasmine creeper sheds its
withered flowers, even so, O Bhikkhus, should
you totally shed lust and hatred.

ဇ-သန္တကာယတ္ထေရဝတ္ထု

၃၇၈။ သန္တကာယော သန္တဝါစော၊

သန္တဝါ သုသမာဟိတော။

ဝန္တလောကာမိသော ဘိက္ခု၊

“ဥပသန္တော” တိ ဝုစ္စတိ။

၃၇၈။ (ကာယဒုစရိုက် ကင်းသဖြင့်) ငြိမ်သက်သောကိုယ်၊
 (ဝစီဒုစရိုက်ကင်းသဖြင့်) ငြိမ်သက်သောနှုတ်၊ (မနောဒုစရိုက်
 ကင်းသဖြင့်) ငြိမ်သက်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ ကောင်းစွာ
 တည်ကြည်သော လောကီစည်းစိမ် အရှိန် အစော် စသည်ကို
 ပယ်ပြီးသောရဟန်းကို ငြိမ်သက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ဟုခေါ်၏။

378. The Bhikkhu who is calm in body, calm in speech, calm in mind, who is well-composed, who has spewed out worldly things, is truly called a "Peaceful One".

၁၀-နဂါလကုလတ္ထေရဝတ္ထု

၃၇၉။ အတ္တနာ စောဒယတ္တာနံ၊
 ပဋိမံသေထ အတ္တနာ။
 သော အတ္တဂုတ္တော သတိမာ၊
 သုခံ ဘိက္ခု ဝိဟာဟိသိ။

၃၇၉။ အို- ရဟန်း၊ "မိမိကိုယ်ကို မိမိတိုက်တွန်းဆုံးမလော့၊
 မိမိကိုယ်ကို မိမိစုံစမ်းဆင်ခြင်လော့၊ မိမိကိုယ်ကိုစောင့်ရှောက်၍
 သတိနှင့်ပြည့်စုံလျှင် သင်သည် ချမ်းသာစွာ နေရလတ္တံ့။"

379. By self do you censure yourself. By self do you examine yourself. O Bhikkhu, you shall live happily



၃၈၀။ အတ္တော ဟိ အတ္တနော နာထော၊
 (ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ)
 အတ္တော ဟိ အတ္တနော ဂတိ။
 တသ္မာ သံယမမတ္တာနံ၊
 အဿံ ဘဒြံ ဝါဏိဇော။

၃၈၀။ မိမိသည်သာလျှင် မိမိ၏ကိုးကွယ်ရာဖြစ်၏။ မိမိသည်
 သာလျှင် မိမိ၏ (နောင်ဘဝအတွက်) သွားရာ (မိမိခိုရာ) ဖြစ်၏။
 ထို့ကြောင့် မြင်းကုန်သည်သည် အမျိုးကောင်းသော မြင်းကို
 ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်သကဲ့သို့၊ မိမိကိုယ်ကို (အကုသိုလ်
 ကင်းအောင်) စောင့်ရှောက်လော့။

380. Self, indeed, is the saviour of self,
 Self, indeed, is one's refuge. Control, there-
 fore, your own self as a merchant, a noble
 steed.

၁၁-ဝက္ကလိတ္တေရဝတ္ထု

၃၈၁။ ပါမောဇ္ဇဗဟုလော ဘိက္ခု၊
 ပသန္နော ဗုဒ္ဓသာသနေ။
 အဓိဂစ္ဆေ ပဒံ သန္တံ၊
 သင်္ခါရူပသမံ သုခံ။

၃၈၁။ ဝမ်းမြောက်ခြင်း များစွာရှိ၍ မြတ်စွာဘုရား၏
 တရားတော်ကို ယုံကြည်မြတ်နိုးသော ရဟန်းသည် ကိလေသာ
 ငြိမ်း၍ ပြုပြင်ခြင်း ကင်းသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရလတ္တံ့။

381. Full of joy, full of faith in the Teaching of the Buddha, the Bhikkhu will attain the Peaceful State, the stilling of conditioned things, the Bliss (supreme).

၁၂-သုမနသမဏေရဝတ္ထု

၃၈၂။ ယော ဟဝေ ဒဟရော ဘိက္ခု၊
ယုဉ္ဇတိ ဗုဒ္ဓဿသနေ။
သော'မံ လောကံ ပဘာသေတိ၊
အဗ္ဘာ မုတ္တော ဝ စန္ဒိမာ။

၃၈၂။ အသက်အရွယ်ပင် ငယ်သော်လည်း မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးမ တရားတော်၌ လုံ့လပြုသောရဟန်းသည် တိမ်တိုက်မှ ကင်းလွတ်သော လမင်းကဲ့သို့ (မိမိ၏ အရဟတ္တ မဂ်ဉာဏ်ရောင် ဖြင့်) ဤလောကကို ထွန်းလင်းတောက်ပစေ၏။

382. That Bhikkhu who, while still young, devotes himself to the Buddha's Teaching, illumines this world as does the moon freed from a cloud.

TWENTYFIFTH CHAPTER,
THE BHIKKHU

၂၆-ဗြာဟ္မဏဝဂ်

၁-ပသာဒဗဟုလဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၃၈၃။ ဆိန္ဒ သောတံ ပရက္ကမ္မ၊
ကာမေ ပနဒ ဗြာဟ္မဏ။
သင်္ခါရာနံ ခယံ ဥတု၊
အကတညူသိ ဗြာဟ္မဏ။

၃၈၃။ အို-ပုဏ္ဏား(သုတော်ကောင်း)၊ သင်သည်လုံ့လပြု၍
တကျာတည်းဟူသော အလျဉ်ကို ဖြတ်လော့၊ ကာမဂုဏ် တို့ကို
ပယ်လော့၊ အကြောင်းတရား တို့သည် ပြုပြင်အပ်ကုန်သော
ကိုယ်ခန္ဓာ စသည်တို့၏ ပျက်စီးတတ်သော သဘောကို သိ၍
အကြောင်းတရားတို့သည် မပြုပြင်အပ်သော နိဗ္ဗာန်ကို သိသော
သူ ဖြစ်လော့။

383. Strive and cleave the stream,
Discard, O Brahmana, sense-desires. Know
ing the destruction of life's constituents be
O Brahmana, a knower of the Uncreate
(Nibbana).

၂-သမ္မဟုလဘိက္ခုဝတ္ထု

၃၈၄။ ယဒါ ဒွယေသု ဓမ္မေသု၊
ပါရဂူ ဟောတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထဿ သဗ္ဗေ သံယောဂါ၊
အတ္တံ ဂစ္ဆန္တိ ဇာနတော။

၃၈၄။ သူတော်ကောင်းသည် (သမထ၊ဝိပဿနာ တည်းဟူသော) တရားနှစ်ပါးတို့၌ (ဉာဏ်အလင်းပေါက်၍) အပြီးသို့ ရောက်သောအခါ ထိုတရားမှန်ကို သိသောသူတော်ကောင်းမှာ အလုံးစုံသော အနှောင်အဖွဲ့တို့သည် ကင်းပျောက်ကုန်၏။

384. When, in two states, a Brahmana goes to the farther shore; Then all the fetters of that knowing one pass away.

၃-မာရဝတ္ထု

၃၈၅။ ယဿ ပါရံ အပါရံ ဝါ၊ ပါရာပါရံ န ဝိဇ္ဇတိ။
ဝိတဒ္ဓရံ ဝိသံယုတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၈၅။ (မျက်စိစသည့် အတွင်းအာယတနခြောက်ပါးတည်းဟူသော) ဤမှာဘက်ကမ်း၊ (ရူပါရုံစသည့်အပြင်အာယတနခြောက်ပါး တည်းဟူသော) ထိုမှာဘက်ကမ်း၊ ဤကမ်း နှစ်ဘက်စလုံး မရှိသော၊ ကိလေသာအနှောင်အရှက်ကင်း၍ စွဲလမ်းခြင်းမရှိသောသူကို ဗြာဟ္မဏ(မကောင်းမှုမှအပ ပြုပြီးသောသူ) ဟု ငါဘုရား ခေါ်တော်မူ၏။

385. For whom there exists neither the hither nor the farther shore, nor both the hither and the farther shore, he who is undistressed and unbound,—him I call a Brahmana.

၄-အညတရဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၃၈၆။ စျာယိဝိရဇ' မာသိနံ၊ ကတကိစ္စ' မနာသဝံ။
ဥတ္တမတ္ထ' မနုပ္ပတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၈၆။ တည်တံ့စွာ ကမ္မဋ္ဌာန်း အာဝနာ ပွားလေ့ရှိ၍
(ကိလေသာ တည်းဟူသော) မြူမရှိသော၊ ရဟန်းကိစ္စပြီး၍
အာသဝေါကုန်ခန်း မြတ်သော ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ ရောက်သော
ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားခေါ်တော်မူ၏။

386. He that is meditative, stainless, seclusive for settled; he that has done his duty and is free from corruption; he that has attained the highest Goal;-him I call a Brahmana.

၅-အာနန္ဒတ္ထေရဝတ္ထု

၃၈၇။ ဒိဝါ တပတိ အာဒိစ္စော၊
ရတ္တိ'မာဘာတိ စန္ဒိမာ။
သန္နဇ္ဈော ခတ္တိယော တပတိ၊
ဗျာယိ တပတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထ သဗ္ဗမဟောရတ္တိ'၊
ဗုဒ္ဓော တပတိ တေဇသာ။

၃၈၇။ နေမင်းသည် နေအခါ၌ တင့်တယ်၏၊ လမင်းသည် ညအခါ၌ တင့်တယ်၏၊ မင်းသည် မင်းမြောက် တန်ဆာဝတ် ဆင်သောအခါတင့်တယ်၏၊ ရဟန္တာသည်စျာန်ဝင်စားသောအခါ တင့်တယ်၏၊ မြတ်စွာဘုရားသည်တန်ခိုးတော်ဖြင့် နေ့ရောည၌ပါ အခါခပ်သိမ်း တင့်တယ်တော်မူ၏။

387. The sun is bright by day, the moon
shines by night;
Armoured shines the warrior,
meditating the Brahmana shines;
But in glory shines the Buddha
all day and night.

၆-အညတရဗြာဟ္မဏပဗ္ဗဇိတဝတ္ထု

၃၈၈။ ဗာဟိတပါပေါတိ ဗြာဟ္မဏော၊
သမစရိယာ “သမဏော”တိ ဝုစ္စတိ။
ပဗ္ဗာဇယမတ္တနော မလံ၊
တသ္မာ “ပဗ္ဗဇိတော”တိ ဝုစ္စတိ။

၃၈၈။ မကောင်းမှုကို ပယ်ပြီး ဖြစ်သောကြောင့် (သူတော်ကောင်းကို) ဗြာဟ္မဏဟု ခေါ်၏။ မကောင်းမှုငြိမ်းစေခြင်းငှါ ကျင့်သောကြောင့် (သမဏ) ရဟန်းဟုခေါ်၏။ မိမိ၏ ရာဂစသော ကိလေသာ အညစ်အကြေးကို ထုတ်ပယ်သောကြောင့် (ပဗ္ဗဇိတ)ရဟန်းဟု ခေါ်၏။

388. Because he has discarded evil, he
is called a "Brahmana".
Because he lives in peace, he is
called a "Samana".
Since he has renounced his
impurities, he is therefore called
a "recluse".

၇-သင်္ခါပုတ္တတ္ထရာဇာနည်

၃၈၉။ န ဗြာဟ္မဏဿ ပဟရေယျ၊
နာဿ မုဉ္ဇေထ ဗြာဟ္မဏော။
ဓိ ဗြာဟ္မဏဿ ဟန္တာရံ၊
တတော ဓိ ယဿ မုဉ္ဇတိ။

၃၈၉။ သူတော်ကောင်း(ဗြာဟ္မဏ)ကိုမပုတ်ခတ်ရာ၊ သူတော်
ကောင်းသည် ထိုမိမိအား ပုတ်ခတ်သောသူကို အမျက်ထွက်ရာ၊
သူတော်ကောင်းကို ပုတ်ခတ်ခြင်းသည် စက်ဆုပ်ဖွယ် (ရှက်ဖွယ်)
ဖြစ်၏။ ထို့ထက်မိမိအား ပုတ်ခတ်သောသူကို ပြန်၍ အမျက်ထွက်
ခြင်းသည် သာ၍ပင် စက်ဆုပ်ဖွယ်(ရှက်ဖွယ်)ဖြစ်၏။

389. He should not strike a Brahmana,
Nor should such a Brahmana
vent (his wrath) on him.
Shame on him who strikes a
Brahmana!
More shame on him who gives
vent (to his wrath).

၃၉၀။ န ဗြာဟ္မဏဿေ' တဒကိဉ္စိ သေယျော၊
 ယဒါ နိသေဓော မနုဿော ပိယေဟိ။
 ယတော ယတော ဟိ သမနော နိဝတ္တတိ၊
 တတော တတော သမ္ပတိမေဝ ဒုက္ခံ။

၃၉၀။ ချစ်ခင်စွဲလမ်းခြင်းမှ စိတ်ကို တားမြစ်စောင့်ရှောက်
 ခြင်းသည် သူတော်ကောင်း၏အတွက် အလွန် ကောင်းမြတ်၏။
 ညည်းဆဲလိုသော (ဒေါသ) စိတ်မဖြစ်အောင် တားမြစ် စောင့်
 ရှောက်လေလေ ဆင်းရဲကင်းငြိမ်းလေလေ ဖြစ်၏။

390. Unto a Brahmana that (non-retalia-
 tion) is of no small advantage. When the
 mind is weaned from things dear, whenever
 the intent to harm ceases, then and then
 only sorrow subsides.

ဂ-မဟာပဇာပတိဂေါတမိဝတ္ထု

၃၉၁။ ယဿ ကာယေန ဝါစာယ၊
 မနုဿာ နတ္ထိ ဒုက္ခဋ္ဌံ။
 သံဝုတံ တိဟိ ဌာနေဟိ၊
 တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၉၁။ ကိုယ်ဖြင့်၎င်း၊ နှုတ်ဖြင့်၎င်း၊ စိတ်ဖြင့်၎င်း မကောင်း
 မပြုခြင်းမရှိ၊ ဤကိုယ်-နှုတ်-စိတ် သုံးပါးတို့ဖြင့် အကုသိုလ်
 မဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်သောသူကို ဗြာဟ္မဏဟုခေါ်တော်
 မူ၏။

391. He that does no evil through body, speech or mind; he who is restrained in these three respects;-him I call a Brahmana.

၉-သရိပုတ္တတ္ထေရဝတ္ထု

၃၉၂။ ယမ္မာ ဓမ္မံ ဝိဇာနေယျ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဒေသိတံ။
သက္ကစ္စံ တံ နမသေယျ၊ အဂ္ဂိဟုတ္တံ ပြာဟူဏော။

၃၉၂။ တစုံတယောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ထံမှ ဘုရားဟောတော်
မူသော တရားကို သင်ကြား နားလည်ခဲ့လျှင်၊ ထိုသင်ပြသော
ဆရာကို ပုဏ္ဏားသည် ပူဇော်မြဲဖြစ်သော မီးကိုရိုသေစွာပူဇော်
သကဲ့သို့ ရိုသေစွာရိုခိုးပူဇော်ရ၏။

392. If from anybody one should understand the Doctrine preached by the Fully Enlightened One, devoutly should one reverence him, as a Brahmana reveres the sacrificial fire.

၁၀-ဇဋိလပြာဟူဏဝတ္ထု

၃၉၃။ န ဇဋ္ဌာဟိ န ဂေါတ္တေန၊
န ဇစ္စာ ဟောတိ ပြာဟူဏော။
ယမ္ပိ သစ္စဉ္စ ဓမ္မော စ၊
သော သုစိ သော စ ပြာဟူဏော။

၃၉၃။ ဆံကျစ်ထုံးခြင်း တို့ဖြင့်၎င်း၊ အနွယ်အားဖြင့်၎င်း၊
ဇာတ်အားဖြင့်၎င်း ဗြာဟ္မဏမဖြစ်၊ သစ္စာရှိ၍ သူတော်ကောင်း
တရားရှိသော သူသည်သာလျှင် စင်ကြယ်သောသူဖြစ်၏၊ ဗြာဟ္မ
ဏဖြစ်၏။

393. Not by platted hair, nor by family,
nor by birth does one become a Brahmana.
But in whom there exist both Truth and
Righteousness,-pure is he, a Brahmana is he.

၁၁-ကုဟကဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၃၉၄။ ကိံ တေ ဇဋ္ဌာဟိ ဒုမ္မေ၊
ကိံ တေ အဇိနသဒ္ဓိယာ။
အပ္ပန္နရံ တေ ဂဟနံ၊
ဗာဟိရံ ပရိမဇ္ဇသိ။

၃၉၄။ အို-ပညာမရှိသော ရသေ့၊ သင့်မှာ ဆံကျစ်ထုံးခြင်း
တို့ဖြင့် အဘယ်အကျိုးရှိအံ့နည်း၊ သစ်နက်ရေ ဝတ်ခြင်းဖြင့်
အဘယ်အကျိုး ရှိအံ့နည်း၊ သင်၏ကိုယ်တွင်း၌ (ရာဂစသော
ကိလေသာ) တော့ရှိ၏၊ သင်သည်အပြင်ပကိုသာလျှင် သုတ်
သင်၏။

394. What is the use of your platted
hair, O witless man!
What is the use of your antelope
garment?
Within you are full (of passions),
without you embellish.

၁၂-ကိသာဂေါတမိဝတ္ထု

၃၉၅။ ပံသုက္ကလဓရံ ဇန္တု၊
 ကိသံ ဓမ္မနိသန္တတံ။
 ကေ ဝနသ္မိံ စျာသန္တံ၊
 တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၉၅။ ပံသုက္က သင်္ကန်းကိုဝတ်ကာ ကြုံလျှီ၍ အကြောခင်း
 သော ကိုယ်ရှိလျက် တယောက်ထီးတည်း တော၌ ကမ္မဋ္ဌာန်း
 ရှုသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

395. The person who wears dustheap robes, who is lean, who is overspread with veins, who meditates alone in the forest,—him I call a Brahmana.

၁၃-ကေဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၃၉၆။ န စာဟံ ဗြာဟ္မဏံ ဗြူမိ၊
 ယောနီဇံ မတ္တိသမ္ဘဝံ။
 ဘောဝါဒီ နာမ သော ဟောတိ၊
 သစေ ဟောတိ သင်္ကပ္ပနော။
 အင်္ဂိပ္ပနံ အနာဒါနံ၊
 တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၉၆။ ပုဏ္ဏားမျိုးဖြစ်သည့် ပုဏ္ဏားမ၏ဝမ်း၌ ပဋိသန္ဓေနေသောပုဏ္ဏားကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါမခေါ်။ ထိုပုဏ္ဏားသည် ကိလေသာအကြောင့်ကြ အကယ်၍ရှိခဲ့လျှင် (အိုခင်ဗျား၊ အိုခင်ဗျားဟု ခေါ်ဝေါ် ပြောဆိုလေ့ရှိသော) ဘောဝါဒီ ပုဏ္ဏားသာဖြစ်၏။ (ရာဂစသောကိလေသာ) အကြောင့်ကြမရှိ၊ တပ်မက်ခြင်းလည်း မရှိသောသူကိုသာ ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

396. I do not call him a Brahmana, merely because he is born of a womb or sprung from a Brahmana mother. He is merely a "Dear addresser", if he is with impediments. He who is free from impediments, free from clinging, -him I call a Brahmana.

၁၄-ဥက္ကသေနသေဋ္ဌိပုတ္တဝတ္ထု၊

၃၉၇။ သဗ္ဗသံယောဇနံ ဆေတွာ၊
ယော ဝေ န ပရိတဿတိ။
သင်္ဂါတိကံ ဝိသံယုတ္တံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၉၇။ အလုံးစုံသော အနှောင်အဖွဲ့ကိုဖြတ်၍ ထိတ်လန့်ခြင်းမရှိ၊ တွယ်တာ ကပ်ငြိခြင်း သဘောကို လွန်မြောက်၍ ကိလေသာ ကင်းပြီးသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

397. He who has cut off all fetters, he who trembles not, he who has gone beyond toils, he who is unbound,-him I call a Brahmana.

၁၅-ဒွေဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၃၉၈။ ဆေတွာ နဒ္ဓိံ ဝရတ္တဉ္စ၊ သန္ဓာနံ သဟနုက္ကမံ။
ဥက္ခိတ္တပလိသံ ဗုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိဗြာဟ္မဏံ။

၃၉၈။ (ဒေါသတည်းဟူသော) နှောင်ကြိုးကို၎င်း၊ (တဏှာတည်းဟူသော) လွန်ကို၎င်း၊ (ကိန်းအောင်းနေသော ကိလေသာနှင့်တကွ အယူမှားတည်းဟူသော) ကြိုးကို၎င်း ဖြတ်၍ (အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော) တံခါးကျင်မင်းတုပ် (မင်းတုံး) ကို နုတ်ပြီးသော တရားမှန်ကိုသိသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

398. He who has cut the strap (hatred), the thong (craving), and the rope (heresies), together with the appendages; (latent tendencies), he who has thrown up the cross-bar (ignorance), he who is enlightened (Buddha),-him I call a Brahmana.

၁၆-အက္ခောသကဘာရဒ္ဓါဝတ္ထု

၃၉၉။ အက္ခောသံ ဝဗေန္ဓဉ္စ၊ အဒုဋ္ဌော ယော တိတိက္ခတိ။
ခန္တိပလံ ဗလာနိကံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၉၉။ ဆဲရေးခြင်း၊ ပုတ်ခတ်ညှဉ်းဆဲခြင်း၊ နှောင်ဖွဲခြင်းကို အမျက်မထွက်ဘဲ သည်းခံ၍ သည်းခံခြင်း အားတည်းဟူသော စစ်သည်ဗိုလ်ပါရှိသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

399. He who, without anger, endures reproach, flogging and punishments, he whose power, the potent army, is patience-him I call a Brahmana.

၁၇-သာရိပုတ္တတ္ထေရဝတ္ထု

၄၀၀။ အက္ခောဓနံ ဝတဝန္တံ၊
သီလဝန္တံ အနုဿဒံ။
ဒန္တံ အန္တိမသာရီရံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၀။ အမျက်ထွက်ခြင်း သဘောမရှိ၊ ကိလေသာကင်းကြောင်း အကျင့်ကိုလည်းကျင့်၊ သီလလည်းရှိ၊ အစွဲအလမ်းမရှိ၊ မျက်စိစသော ဣန္ဒြေကို ဆုံးမယဉ်ကျေးပြီးဖြစ်၍ အဆုံးဘဝ ဖြစ်သည့် ခန္ဓာကိုယ်ရှိသောပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

400. He who is not hateful but is dutiful, virtuous, free from craving, controlled, and bears his final body,-him I call a Brahmana.

၁၈-ဥပ္ပလဝဏ္ဏာတ္ထေရိဝတ္ထု

၄၀၁။ ဝါရီ ပေါက္ခရပတ္တေဝ၊
 အာရဂ္ဂေရိဝ သာသပေါ။
 ယော န လိမ္မတိ ကာမေသု၊
 တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၁။ ကြာဖက်တွင် ရေမတင်သကဲ့သို့၎င်း၊ ပွတ်စူးဖျား
 တွင် မှန်ညှင်းစေ့မတည်သကဲ့သို့၎င်း ကာမဂုဏ်တို့၌ မတွယ်
 တာမငြိကပ်သောသူကို ဗြာဟ္မဏဟုငါခေါ်တော်မူ၏။

401. Like water on a lotus leaf, like a
 mustard on the point of a needle, he who
 clings not to sensual pleasures,—him I call a
 Brahmana.

၁၉-အညတရဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၄၀၂။ ယော ဒုက္ခဿ ပဇာနာတိ၊
 ဣဓေဝ ခယမတ္တနော။
 ပန္နဘာရံ ဝိသံယုတ္တံ၊
 တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၂။ (မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်တည်းဟူသော) ဝန်ကိုချ၍ ကိလေ
 သာကင်းသော ဤဘဝ၌ပင်လျှင် မိမိ၏ ဆင်းရဲကုန်ခြင်းကို
 (နိဗ္ဗာန်ကို) သိသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟုငါခေါ်တော်မူ၏။

402. He who realises, here itself, the destruction of one's sorrow, he who has laid the burden aside and is emancipated,- him I call a Brahmana.

၂၀-ဓမ္မာဘိက္ခုနိဝတ္ထု၊

၄၀၃။ ဂမ္ဘီရပညံ မေဓာဝိ၊
မဂ္ဂါမဂ္ဂဿ ကောဝိဒံ။
ဥတ္တမတ္ထမနုပ္ပတ္တံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၃။ နက်နဲသောပညာ၊ လျင်မြန်ထက်မြက်သော ပညာ
နှင့်ပြည့်စုံ၍ လမ်းမှန်ဟုတ်သည် မဟုတ်သည်ကို ကောင်းစွာ
သိသော မြင့်မြတ်သည့် ရဟန္တာအဖြစ်သို့ရောက်ပြီးသော သူကို
ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

403. He whose knowledge is deep, he who is wise, he who is skilled in the right and wrong way, he who has reached the highest goal,-him I call a Brahmana.

၂၁-ပဗ္ဗာရဝါသိတိဿတ္ထေရဝတ္ထု၊

၄၀၄။ အသံသဋ္ဌံ ဂဟဋ္ဌေဟိ၊ အနာဂါရေဟိ စူဘယံ။
အနောကသာရီမပ္ပိစ္ဆံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၄။ အိမ်ထုတည်ထောင်သော လူတို့နှင့်၎င်း၊ ရဟန်းတို့နှင့်၎င်း၊ ရောဂုဏ်ခြင်းမရှိဘဲ ကာမဂုဏ်ကင်းကြောင်း အကျင့်ရှိ၍ အလိုနည်းသောသူကို ပြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

404. He who is not intimate with both householders and homeless ones, he who wanders without an abode, he who is without desires,—him I call a Brahmana.

၂၂-အညတရဘိက္ခုဝတ္ထု

၄၀၅။ နိဓာယ ဒဏ္ဍံ ဘူတေသု၊
တသေသု ထာဝရေသု စ။
ယော န ဟန္တိ န သာတေတိ၊
တမဟံ ဗြူမိ ပြာဟ္မဏံ။

၄၀၅။ (ကိလေသာမကင်းသဖြင့်) ကြောက်တတ်ကုန်သော သတ္တဝါတို့ကို၎င်း၊ (ကိလေသာ ကင်းပြီးဖြစ်၍ အကြောက်မရှိ) တည်တံ့ကုန်သော (ရဟန္တာစသော) သူတို့ကို၎င်း ဒုတ်လက် နှက်စသည်ကို (အသုံးမပြုရန်) ပယ်ချထားပြီးဖြစ်၍ ကိုယ်တိုင်လည်း မညှဉ်းဆဲ သူတပါးကိုလည်း မညှဉ်းဆဲ စေသောသူကို ပြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

405. He who has laid aside the cudgel towards beings—whether feeble or strong,—he who neither kills nor causes to kill,—him I call a Brahmana.

၂၃-သာမဏေရာနဝတ္ထု

၄၀၆။ အဝိရုဒ္ဓံ ဝိရုဒ္ဓေသု၊
 အတ္တဒဏ္ဍေသု နိဗ္ဗုတံ။
 သာဒါနေသု အနာဒါနံ၊
 တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၆။ ဆန့်ကျင်ဘက်ပြုကုန်သော သူတို့၌ မဆန့်ကျင်၊ ဒုတ်လက်နက်စသည် စွဲကိုင်သောသူတို့၌ (လက်နက်မကိုင်) ရန်ပြုလိုသောသဘောမရှိ၊ တပ်မက်စွဲလမ်းသောသူတို့၌ တပ်မက်စွဲလမ်းခြင်းမရှိသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

406. He who is friendly amongst the hostile, he who is peaceful amongst the violent, he who is unattached amongst the attached,-him I call a Brahmana.

၂၄-မဟာပန္နကတ္ထေရာဝတ္ထု

၄၀၇။ ယဿ ရာဂေါ စ ဒေါသော စ၊
 မာနော မက္ခော စ ပါတိတော။
 သာသပေါရိဝ အာရဂ္ဂါ၊
 တမဟံ ဗြူမိဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၇။ မုန်ညှင်းစေ့သည် ပွတ်စူးဖျား၌ (မတည်နိုင်)လျှောကျသကဲ့သို့၊ တပ်မက်ခြင်း၊ အမျက်ထွက်ခြင်း၊ မာန်ထောင်ခြင်း၊ သူတပါး၏ဂုဏ်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းသဘောတို့ (ကင်းပ)လျှောကျသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

407. In whom lust, hatred, pride, detraction are fallen off, like a mustard seed from the point of a needle,—him I call a Brahmana.

၂၅-ပိလိန္ဒဝစ္ဆတ္ထရာဓတ္ထ၊

၄၀၈။ အကက္ကသံ ဝိညာပနိံ၊ ဂိရံ သစ္စ'မုဒီရယေ။
ယာယ နာဘိသဇေ ကဉ္စိ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၈။ သူတော်ကောင်းသည် နူးညံ့ပြေပြစ်၍ သဘော အဓိပ္ပာယ်ပေါ်လွင်စေသော မှန်သောစကားကို ပြောဆိုတတ်၏။ မည်သူတစုံတယောက်ကိုမျှ ထိခိုက်၍မပြောဆိုတတ်၊ ထိုသူတော်ကောင်းကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

408. He who utters gentle, instructive, true words;
He who gives offence to none;—
Him I call a Brahmana,

၂၆-အညတရတ္ထရာဓတ္ထ၊

၄၀၉။ ယော' ဓ ဒီဃံ ဝ ရဿံဝါ၊
အဏုံ ထူလံ သုဘာသုဘံ။
လောကေ အဒိန္နံ နာဒိယတိ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၀၉။ ဤလောက၌ ပိုင်ရှင်မပေးသော (သူတပါး၏)
ဥစ္စာကို ရှည်သည်ဖြစ်စေ၊ တိုသည်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သည်ဖြစ်စေ၊
ကြီးသည်ဖြစ်စေ၊ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊ မကောင်းသည်ဖြစ်စေ၊
မခိုးယူသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

409. He who in this world takes
nothing that is not given,-
Be it long or short, small or
great, fair or foul;-
Him I call a Brahmana.

၂၇-သာရိပုတ္တတ္ထရာဇဝတ္ထု

၄၁၀။ အာသာ ယဿ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊
အသ္မိံ လောကေ ပရမိံ စ။
နိရာသာသံ ဝိသံယုတ္တံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၀။ ဤလောက၌၎င်း၊ တမလွန်လောက၌၎င်း မက်မော
ခြင်းမရှိ၊ တောင့်တခြင်းကင်း၍ ကိလေသာမရှိသော သူကို
ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

410. He who has no desires whether of
this world or of the next;
He who is desireless and emanci-
pated;-
Him I call a Brahmana.

၂၈-မဟာမောဂ္ဂလ္လာနတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၁။ ယဿာလယာ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊ အညာယ အကထံကထိ။
အမတောဂဓမ္မနုပ္ပတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၁။ သူတော်ကောင်းသည် ကပ်ငြိတယ်တာခြင်း မရှိ၊
တရားမှန်ကို သိ၍ တွေးတော ယုံမှားခြင်းမရှိ၊ သေခြင်းကင်းရာ
(နိဗ္ဗာန်)သို့ ရောက်သော ထို သူတော်ကောင်းကို ဗြာဟ္မဏဟု
ငါခေါ်တော်မူ၏။

411. He who has no longings, he who, through knowledge, is free from doubts, he who has plunged into the Deathless (Nibbana),-him I call a Brahmana.

၂၉-ရေဝတတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၂။ ယော' ဓ ပုညဉ္စ ပါပဉ္စ၊ ဥဘော သင်္ဂ' မုပစ္စဂါ။
အသောကံ ဝိရဇံ သုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၂။ ဤလောက၌ ကောင်းမှု၊ မကောင်းမှုနှစ်ပါးအတွက်
စွဲလမ်းခြင်းသဘောကိုစွန့်၍ စိုးရိမ် ကြောင့်ကြမရှိ၊ ကိလေ
သာမှ အညစ်အကြေး ကင်းပစ်ကြယ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုဗြာဟ္မဏ
ဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

412. Herein he who has transcended both good and bad and the Toils as well; he who is sorrowless, stainless, and pure;-him I call a Brahmana.

၃၀-စန္ဒာဘတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၃။ စန္ဒံဝ ဝိမလံ သုဒ္ဓံ၊ ဝိပ္ပသန္နမနာဝိလံ။
 နန္ဒိဘဝပရိက္ခိဏံ၊ တမဟံ ပြုမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၃။ (တိမ်တိုက် ဆီးနှင်းစသော) အညစ်အကြေးကင်းပ
 စင်ကြယ်သော လမင်းကဲ့သို့၊ ကိလေသာ အညစ်အကြေးကင်း၍
 အထူးကြည်လင်သော (ကာမ-ရူပ-အရူပ)ဘဝ၌ တပ်မက်ခြင်း
 ကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

413. He who is spotless as the moon;
 he who is pure, serene, and clear; he who
 has destroyed craving for Becoming;-him I
 call a Brahmana.

၃၁-သီဝလိတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၄။ ယော၊ မံ ပလိပထံ ဒုဂ္ဂံ၊
 သံသာရံ မောဟမစ္စဂါ။
 တိဏ္ဏော ပါရဂူတော စျာယိ၊
 အနေဇော အကထံ ကထိ၊
 အနုပါဒါယ နိဗ္ဗုတော၊
 တမဟံ ပြုမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၄။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤ (ရာဂတည်းဟူသော)
 အနှောင့်အရှက်ဘေးကို၎င်း၊ (ကိလေသာတည်းဟူသော) အသွား
 ခက်သည့် ခရီးကို၎င်း၊ သံသရာတည်းဟူသော အကူးခက်သည့်

သမုဒ္ဒရာကို၎င်း၊ မောဟတည်းဟူသော အမှိုက်မွှောင်ကို၎င်း
လွန်မြောက်၍ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကမ်းတဘက်သို့ ရောက်၏။
စျာန်ဝင်စားလေ့ရှိ၏။ တဏှာကင်း၍ တွေးတောယုံမှားခြင်းမရှိ၊
အစွဲအလမ်းကင်း၍ ပူပန်ခြင်းမရှိသော ထိုရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်ကို
ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

414. He who has transgressed this quagmire, this difficult path, the ocean of life (Sansara), and delusion; he who has crossed and gone beyond; he who is meditative, free from craving and doubts; he who, clinging to nought, has attained Nibbana; him I call a Brahmana.

၃၂-သုန္ဒရသမုဒ္ဒတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၅။ ယော' ဓ ကာမေ ပဟန္တာန၊
အနာဂါရော ပရိဗ္ဗဇေ။
ကာမဘဝပရိက္ခိဏံ၊
တမဟံ ပြုမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၅။ ဤလောက၌ သူတော်ကောင်းသည် ကာမဂုဏ်တို့ကို
ပယ်၍ အိမ်ရာမထောင်ဘဲ ရဟန်းပြု၏။ ကာမဂုဏ် ကုန်၍
(နောင်တဖန်ဖြစ်ရန်)ဘဝကုန်ပြီး ဖြစ်သော ထိုသူတော်ကောင်း
ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

415. He who, in this world, giving up sensual pleasures, would renounce and become a homeless one; he who has destroyed sense-desires and becoming;-him I call a Brahmana.

၃၃-ဇဋိလတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၆။ *ယော'ဓ တဏှံ ဂဟန္တေန၊ အနာဂါရော ပရိဗ္ဗဇေ။
တဏှာဘဝပရိက္ခိဏံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၃၄-ဇောတိကတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၆။ *ယော'ဓ တဏှံ ပဟန္တေန၊ အနာဂါရော ပရိဗ္ဗဇေ။
တဏှာဘဝပရိက္ခိဏံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၆။ ဤလောက၌ သူတော်ကောင်းသည် တဏှာကို ပယ်၍ အိမ်ရာမထောင်ဘဲ ရဟန်းပြု၏။ တဏှာကုန်၍ (နောင် တဖန်ဖြစ်ရန်) ဘဝကုန်ပြီး ဖြစ်သော ထိုသူတော်ကောင်းကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

416. He who, in this world, giving up craving, would renounce and become a homeless one; he who has destroyed craving and Becoming;-him I call a Brahmana.

၃၅-နဋပုတ္တကတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၇။ ဟိတုာ မာနုသကံ ယောဂံ၊ ဒိဗ္ဗံ ယောဂံ ဥပစ္စဂါ။
သဗ္ဗယောဂဝိသံယုတ္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၇။ လူ၌ ဖြစ်သော လောကီအစီးအပွားကိုလည်းပယ်၊
နတ်၌ဖြစ်သော လောကီအစီးအပွားကိုလည်း ပယ်စွန့်၍၊ အလုံး
စုံသော လောကီအစီးအပွားမှကင်းလွတ်သော သူကို ဗြာဟ္မဏဟု
ငါ ခေါ်တော်မူ၏။

417. He who, discarding human bonds
and transcending celestial ties, is completely
delivered of all bonds,-him I call a
Brahmana.

၃၆-နဋပုတ္တကတ္ထေရဝတ္ထု

၄၁၈။ ဟိတုာ ရတိံ စ အရတိံ စ၊
သီတိဘူတံ နိရူပဓိံ ။
သဗ္ဗလောကာဘိဘုံ ဝီရိ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၈။ (ကာမဂုဏ်ငါးပါး၌) မေ့လျော့ခြင်း၊ (ဆိတ်ငြိမ်
ရာ၌) မမေ့လျော့ခြင်းကို ပယ်၍ ချမ်းခြင်းသဘောရှိ၊ ပူပန်
ကြောင့်ကြခြင်းမရှိ (ခန္ဓာတည်းဟူသော) အလုံးစုံသော လောက
ကို အောင်မြင်သော ထိုသူရဲကောင်းကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်
တော်မူ၏။

418. He who has given up likes and dislikes, he who is cooled, and is without defilements, he who has conquered the world and is strenuous,—him I call a Brahmana.

၃၇-ဝဂ်သတ္တေရဝတ္ထု

၄၁၉။ စုတိံ ယော ဝေဒိ သတ္တာနံ၊ ဥပပတ္တိဉ္စ သဗ္ဗသော။
အသတ္တံ သုဂတံ ဗုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၁၉။ (သုတော်ကောင်းသည်) သတ္တဝါတို့၏ သေခြင်း၊
ပဋိသန္ဓေနေခြင်းကို အလုံးစုံသိ၏၊ တွယ်တာကပ်ငြိခြင်း မရှိ၊
သုတော်ကောင်းအကျင့်ကို ကောင်းစွာကျင့်၍ (သစ္စာလေးပါး)
အမှန်တရားကိုသိသော ထိုသုတော်ကောင်းကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါ
ခေါ်တော်မူ၏။

419. He who, in every way, knows the death and rebirth of beings, he who is detached, well-gone, and enlightened,—him I call a Brahmana.

*

၄၂၀။ ယဿ ဂတိံ န ဇာနန္တိ၊ ဒေဝါ ဂန္ဓဗ္ဗမာနုဿ။
ဝိကာသဝံ အရဟန္တံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၂၀။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ လားရာ ဘဝကို နတ်၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ လူ
တို့သည် မသိကုန်၊ (ကာမစသော) အာသဝေါ ကုန်ခန်း၍
ရဟန္တာဖြစ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

420. He whose destiny the Devas nor Gandhabbas nor men know not, he who has destroyed all Defilements, and is an Arahant, - him I call a Brahmana.

၃၈-ဓမ္မဒိန္နာတ္ထေရီဝတ္ထု

၄၂၁။ ယဿ ပုရေ စ ပစ္စာ စ၊
မဇ္ဈေ စ နတ္ထိ ကိဉ္ဇနံ။
အကိဉ္ဇနံ အနာဒါနံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ပြာဟ္မဏံ။

၄၂၁။ လွန်လေပြီးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ နောင်
ဖြစ်မည့် စည်းစိမ်ဥစ္စာ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ ယခုဖြစ်ဆဲ စည်းစိမ် ဥစ္စာ
ကိုယ်ခန္ဓာတို့အတွက် ကြောင့်ကြခြင်းမရှိ၊ ဤသို့ကြောင့်ကြခြင်း
ကင်း၍ တပ်မက် စွဲလမ်းခြင်း မရှိသောသူကို ပြာဟ္မဏဟု ငါ
ခေါ်တော်မူ၏။

421. He who has no clinging to Aggregates that are past, future or present; he who is without clinging and grasping, - him I call a Brahmana.

၃၉-အင်္ဂုလိမာလတ္ထေရဝတ္ထု

၄၂၂။ ဥဿဘံ ပဝရံ ဝီရံ၊ မဟေသိံ ဝိဇိတာဝိနံ။
အနေဇံ နှာတကံ ဗုဒ္ဓံ၊ တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၂၂။ ခေါင်းဆောင်ဖြစ်၍မြတ်သော၊ လုံ့လရှိ၍ သီလ
စသော တရားထူးအပေါင်းကို ရှာလေ့ရှိသော၊ မာရ်သုံးပါးကို
အောင်၍ တဏှာကင်းပြီး ကိလေသာအညစ်အကြေးကို ဆေး
လျော်ပြီး ဖြစ်သော (သစ္စာလေးပါး အမှန်တရားကို သိသော
ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

422. The fearless; the noble, the hero,
the great sage, the conqueror, the desireless,
the washer of defilements,—him I call a
Brahmana.

၄၀-ဒေဝဟိတဗြာဟ္မဏဝတ္ထု

၄၂၃။ ပုဗ္ဗေနိဝါသံ ယော ဝေဒိ၊
သဂ္ဂါပါယဉ္စ ပဿတိ။
အထော ဇာတိက္ခယံ ပတ္တော၊
အဘိညာဝေဝါသိတော မုနိ။
သဗ္ဗဝေဝါသိတဝေဝါသာနံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

၄၂၃။ (သူတော်ကောင်းသည်)ရှေး၌ ဖြစ်ခဲ့ဘူးသော ခန္ဓာ စသည်ကို သိ၏။ နတ်ပြည် ငရဲပြည်ကိုလည်းမြင်၏။ ပဋိသန္ဓေ ကင်းရာ (နိဗ္ဗာန်) သို့ရောက်၏။ ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်သိ၍ အရဟတ္တ ဖိုလ်ကို ရသောရဟန်းဖြစ်၏။ အလုံးစုံသော ကိလေသာတို့၏ ကုန်ကြောင်းဖြစ်သည့် အကျင့်ကို ကျင့်ပြီးသော ထိုသူတော် ကောင်းကို ပြာဟ္မဏဟု ငါခေါ်တော်မူ၏။

ဓမ္မပဒ ပြီး၏။

423. He who knows his former abodes, he who sees heaven and hell, he who has reached the end of births, he who, with superior wisdom, has perfected himself as a Holy Man, he who has finished all finishings, -him I call a Brahmana.

TWENTYSIXTH CHAPTER,
THE BRAHMANA

THE END OF DHAMMAPADA.

