နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့
အခြေပြုမူလတန်း ပြဌာန်းကျမ်းစာ

ဝိနယဘာသာ ရှင်ကျင့်ဝတ်

၃၁၁
တ

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်
သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန
[…]ာသနာရေးဦးစီးဌာန ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌
ရိုက်နှိပ်သည်။

သာသနာ-၂၅၆၀ ကောဇာ-၁၃၇၈ ၂၀၁၆

၂၉၆၅၆

နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့

အခြေပြုမူလတန်း ပြဋ္ဌာန်းကျမ်းစာ

ဝိနယဘာသာ ရှင်ကျင့်ဝတ်

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်
သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌
ရိုက်နှိပ်သည်။

သာသနာ-၂၅၆၀ ကောဇာ-၁၃၇၈ ၂၀၁၆

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

မာတိကာ

၁။ နိဒါန်း ... ... က
၂။ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ပုံ ၁
- သင်္ကန်းဝတ်ရာ၌ ဆင်ခြင်ရန် ၁
- ဆွမ်းစားရာ၌ ဆင်ခြင်ရန် ၂
- ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ၌ ဆင်ခြင်ရန် ... ၄
- ဆေးမှီဝဲရာ၌ ဆင်ခြင်ရန် ၅
- ကြွင်းသောအသုံးအဆောင်များ၌ ဆင်ခြင်ပုံ ၆
- ပစ္စဝေက္ခဏာ လေးပါး အဓိပ္ပာယ်... ... ၆
၃။ လိင် ၁၀-ပါး ပါဌ်အနက် ၈
- လိင် ၁၀-ပါး အဓိပ္ပာယ် ၁၀
- လိင် လိင်ကျ-လိင်ပြန် အဓိပ္ပာယ်... ... ၁၂
၄။ ဒဏ် ၁၀-ပါး ပါဌ်အနက် ၁၂
- ဒဏ် ၁၀-ပါး အဓိပ္ပာယ် ၁၄
၅။ သေခိယသိက္ခာပုဒ် ၇၅ ပါဠိတော်... ... ၁၉
- သေခိယသိက္ခာပုဒ် ၇၅ အနက် ၂၈
- သေခိယ အဓိပ္ပာယ် ၃၉
၆။ ခန္ဓကဝတ် ၁၄-ပါး ပါဌ်အနက်... ... ၄၉

နိဒါန်း

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်တွင် ရှေးရှေးသမိုင်းစဉ်လာ ပျူခေတ်၊ ပုဂံခေတ်ကစ၍ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို သက်ဝင်ယုံကြည်ခဲ့ကြသည်။ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာတော်သည် ပထမသံဂါယနာတင် အရှင်မဟာကဿပစသော မထေရ်မြတ်ကြီးများ တည်ထောင်ထားရှိပေးခဲ့သော သာသနာဖြစ်သည်နှင့် အညီ သံဂါယနာ ၆ တန်တင် ပိဋကကျမ်းစာများတွင်လာရှိသည့် ဗုဒ္ဓဓမ္မအဆုံးအမများကို အခြေခံသောသာသနာဖြစ်သည်။ ပိဋကတ်အားဖြင့် သုံးသွယ်၊ နိကာယ်အားဖြင့် ငါးရပ်၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာအားဖြင့် ရှစ်သောင်းလေးထောင်ရှိသည့် တရားတော်များကို သက်တော်ထင်ထင် ဘုရားရှင်အလား ဆည်းကပ်ကိုးကွယ်ကြသည်။ ထိုတရားတော်တို့ တည်ရှိပြန့်ပွားကာ နာယူမှတ်သားလိုက်နာကျင့်ပွားနေခြင်းအားဖြင့် ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်တည်တံ့ထွန်းကားနေမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့ ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာတော် တည်တံ့ပြန့်ပွားရေး တွင် ပရိယတ္တိသာသနာတော်သည် အခြေခံမူလ အဓိက ဖြစ်နေသဖြင့် ပရိယတ္တိသာသနာ ပြန့်ပွားစည်ပင်ရေးအတွက် မြန်မာနိုင်ငံတွင် ပရိယတ္တိစာမေးပွဲများကို ရှေးရှေး အစဉ်အလာ အတိုင်း စဉ်ဆက်မပြတ် ကျင်းပပြုလုပ်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သာသနာရေး နှင့် ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာနက တာဝန်ယူလျက် နိုင်ငံတော်ပရိယတ္တိ သာသနာ့တက္ကသိုလ်ကြီးများ ဖွင့်လှစ် ထားသည့်အပြင် တိပိဋကဓရ တိပိဋကကောဝိဒ ရွေးချယ်ရေး စာမေးပွဲ ၊ ဓမ္မာစရိယစာမေးပွဲ၊ ပါဠိပထမပြန်စာမေးပွဲ၊ နိကာယ် ငါးရပ်ပါဠိတော်စာမေးပွဲနှင့် အဘိဓမ္မာနှင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ် စာမေးပွဲ များကို နှစ်စဉ်ကျင်းပပေးလျက် ရှိပါသည်။

နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကဆရာတော်ကြီးများက လည်း ပရိယတ္တိ စာမေးပွဲအသီးသီးတွင် ပညာရေးဗဟိုအဖွဲ့များ ဖွဲ့စည်းပေးပြီး စာမေးပွဲအသီးသီး၏ ပြဋ္ဌာန်းကျမ်းစာများ၊ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများကို ခေတ်နှင့်လျော်ညီအောင် ပြုပြင် သတ်မှတ်ပြဋ္ဌာန်းဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိပါသည်။ ကျေးလက် ဒေသများ၌ ခေတ်အလျောက် သာမဏေငယ်အသစ် တိုးပွားမှု လျော့နည်းလာခြင်းကြောင့် သာမဏေငယ်များ ကျောင်းနေပျော် စေရေးအတွက် ပါဠိပထမပြန်စာမေးပွဲ ပထမငယ်တန်း အဆင့်ကို

လည်း အားပြုပေးမည့် အခြေပြုမူလတန်း စာမေးပွဲထားရှိ ကျင်းပရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ပါဠိပထမပြန်စာမေးပွဲ ဗဟိုအဖွဲ့၏ လျှောက်ထားတင်ပြချက်အရ ၁၃၇၈ ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလဆန်း ၁၀ ရက် (၁၄-၇-၂၀၁၆) ရက်နေ့တွင် ကျင်းပပြုလုပ်သော နိုင်ငံတော် သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ ၄၇ ပါးစုံညီ ကောဒသမ အစည်းအဝေး က ၁၃၇၈ ခုနှစ်၊ (၂၀၁၇)ခုနှစ် စာမေးပွဲကစ၍ အခြေပြု မူလတန်းကို ကျင်းပ သွားရန် အတည်ပြုဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါသည်။

ယင်းဆုံးဖြတ်ချက်အရ နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယက အဖွဲ့က ညွှန်ကြားလွှာ အမှတ်(၉၇)၊ ထုတ်ပြန်ထားပြီး အခြေပြု မူလတန်း ပြဋ္ဌာန်းကျမ်းစာများကို အောက်ပါအတိုင်း သတ်မှတ် ပေးထားပါသည်-

(၁) ဝိနယဘာသာ

(က) ပစ္စဝေက္ခဏာ၊ လိင်၊ ဒဏ်၊ သေခိယ၊ စုဒ္ဒသခန္ဓကဝတ်-ပါဠိ၊ အနက်၊ အဓိပ္ပာယ်။

(ခ) ဘိက္ခုပါတိမောက် (အစ မှ အနိယတုဒ္ဒေသ ထိ)-ပါဠိ၊ အနက်၊ ကျမ်းရင်း အဓိပ္ပာယ်။

လူနှင့်သီလရှင်များအတွက်

သုကုမာရမဂ္ဂဒီပနီ (လယ်တီ)

(၂) **ကစ္စည်းသဒ္ဒါကြီးဘာသာ**

- ကစ္စည်းသဒ္ဒါကြီးသုတ်စဉ်ပါဠိအားလုံး
- သန္ဓိ၊ နာမ်၊ အာချာတ်-သုတ်၊ အနက်၊ ရုပ်တွက်၊ နာမ်ဂိုဏ်း။

(၃) **အဘိဓမ္မတ္ထသင်္ဂဟဘာသာ**

- စိတ်၊ စေတသိက်၊ ပကိဏ်း၊ ရုပ်၊ သမုစ္စည်း သင်္ဂြိုဟ် ၅ ပိုင်း-ပါဠိ၊ အနက်၊ သရုပ်၊ ကျမ်းရင်းအဓိပ္ပာယ်။

(၄) **တိကမာတိကာဘာသာ**

- ပါဠိ ၊ အနက်၊ အရကောက်။

ပါဠိပထမပြန်စာမေးပွဲ အခြေပြုမူလတန်းပြဋ္ဌာန်းကျမ်းစာ ဝိနယဘာသာတွင် ရဟန်းသာမဏေများအတွက် ရှင်ကျင့်ဝတ်နှင့် ဘိက္ခုပါတိမောက်ပါရှိပြီး လူနှင့်သီလရှင်တို့အတွက် သုကုမာရမဂ္ဂ ဒီပနီကို ပြဋ္ဌာန်းထားပါသည်။ ရဟန်းသာမဏေများအတွက် ပြဋ္ဌာန်းသော ဘိက္ခုပါတိမောက်ဘာသာမှာ ဒွေမာတိကာကျမ်းစာ ၌ ပါဝင်ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ရှင်ကျင့်ဝတ်နှင့် သုကုမာရမဂ္ဂဒီပနီတို့မှာ ပုံနှိပ်မှု အမျိုးမျိုးရှိသကဲ့သို့ အခြေပြုမူလတန်းဖြေဆိုမည့် စာသင် သားများအတွက် ပြဋ္ဌာန်းကျမ်းစာ လိုအပ်ချက်ရှိနေသဖြင့် မူကောင်းမူမှန်ရရှိရေးနှင့် စာသင်သား လိုအပ်ချက်ကို အချိန်မီ

(င)　　　　　　နိဒါန်း

ဖွံ့ဖြိုးဆည်းနိုင်ရေးအတွက် အခြေပြုမူလတန်းကျမ်းစာ ပြုစုထုတ်ဝေရေးအဖွဲ့က ပြုစုပြီး နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့သို့ တင်ပြ၍ အတည်ပြုချက်ရယူကာ သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်က ဝိနယဘာသာ ရှင်ကျင့်ဝတ် ပြဌာန်းကျမ်းစာကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေအပ်ပါသည်။

ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ပုံ

သင်္ကန်းဝတ်ရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

၁။ ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော စီဝရံ ပဋိသေဝါမိ၊ ယာဝဒေဝ သီတဿ ပဋိဃာတာယ၊ ဥဏှဿ ပဋိဃာတာယ၊ ဍံသ မကသ ဝါတာတပ သရီသပ သမ္ဖဿာနံ ပဋိဃာတာယ၊ ယာဝဒေဝ ဟိရိကောပိနပ္ပဋိစ္ဆာဒနတ္ထံ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်။ ပဋိသင်္ခါ- ပဋိ သင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့်ဆင်ခြင်၍။ စီဝရံ သင်္ကန်းကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ သီတဿ၊ အအေးကို။ ယာဝ ပဋိဃာတာယ ဧဝ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်။ ဥဏှဿ၊ မီးပူကို။ ယာဝ ပဋိဃာတာယ ဧဝ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်။ ဍံသ မကသ ဝါတာတပ သရီသပ သမ္ဖဿာနံ၊ မှက်, ခြင်, ယင်, လေ, နေပူ, မြွေ, ကင်း, သန်းတို့၏ အတွေ့တို့ကို။ ယာဝ ပဋိဃာတာယ ဧဝ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်။ စီဝရံ၊ သင်္ကန်းကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ ယာဝ ဟိရိကောပိနပ္ပဋိစ္ဆာဒနတ္ထံ ဧဝ၊ ဟိရိဂုဏ်ကို ဖျက်ဆီးတတ်သော အင်္ဂါကြီးငယ်ကို ဖုံးလွှမ်းခြင်းအကျိုးငှာ သာလျှင်။ စီဝရံ၊ သင်္ကန်းကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။

ဆောင်။ ချမ်း, ပူကိုဖျက်၊ ခြင်, မှတ်, လေ, နေ၊ ကင်း, မြွေလွှဲသုန်၊ ဟိရိဂုဏ်ကို၊ ကုန်စေတတ်စွာ၊ ကိုယ်အင်္ဂါကို၊ လုံပါစေ

လို၊ ကိုယ်ကိုစံပယ်၊ ဆင်ပြင်မယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်မသန်း၊
ဤသက်နှန်းကို၊ ဖုံးလွှမ်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

ဆွမ်းစားရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

၂။ ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော ပိဏ္ဍပါတံ ပဋိသေဝါမိ၊ နေဝ ဒဝါယ န မဒါယ န မဏ္ဍနာယ န ဝိဘူသနာယ၊ ယာဝဒေဝ ဣမဿ ကာယဿ ဌိတိယာ ယာပနာယ ဝိဟိံသူပရတိယာ ဗြဟ္မစရိယာနုဂ္ဂဟာယ၊ ဣတိ ပုရာဏဉ္စ ဝေဒနံ ပဋိဟင်္ခါမိ၊ နဝဉ္စ ဝေဒနံ န ဥပ္ပါဒေဿာမိ၊ ယာတြာ စ မေ ဘဝိဿတိ အနဝဇ္ဇတာ စ ဖာသုဝိဟာရော စ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်။ ပဋိသင်္ခါ- ပဋိ သင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်၍။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းအစရှိသော အာဟာရကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ ဒဝါယ၊ ရွာသူသားငယ်တို့ ကဲ့သို့ မြူးထူးပျော်ပါး ကစားခြင်းငှာ။ နေဝပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ။ မဒါယ၊ လက်ဝှေ့လက်ပမ်းသည် စသည်တို့ကဲ့သို့ အားဟူသော မာန်ယစ်ခြင်းငှာ။ န ပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ။ မဏ္ဍနာယ၊ နန်းတွင်းသူ ပြည့်တန်ဆာမတို့ကဲ့သို့ အရေအဆင်း လှပတင့်တယ်ခြင်းငှာ။ န ပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ။ ဝိဘူသနာယ၊ ကျွမ်းသမား ကချေသည် တို့ ကဲ့သို့ အသားအရေ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ။ န ပဋိသေဝါမိ၊ မမှီဝဲပါ။ ဣမဿ ကာယဿ၊ ဤရူပကာယ၏။ ယာဝဌိတိယာ ဧဝ၊

တည်ရှိငှာသာလျှင်။ ယာဝ ယာပနာယစေ၊ မျှတရုံငှာသာလျှင်။
ယာဝ ဝိဟိံသူပရတိယာ စေ၊ ပင်ပန်းခြင်း ငြိမ်းရုံငှာသာလျှင်။ ယာဝ
ဗြဟ္မစရိယာနုဂ္ဂဟာယ စေ။ သာသနဗြဟ္မစရိယ, မဂ္ဂဗြဟ္မစရိယ
နှစ်ပါးကို ချီးမြှောက်ရုံငှာသာလျှင်။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းအစရှိသော
အာဟာရကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ ဣတိ-ဣမိနာ
ပိဏ္ဍပါတပဋိသေဝနေန၊ ဤသို့ဆွမ်းကို မှီဝဲသဖြင့်။ ပုရာဏံ၊
အဟောင်းဖြစ်သော။ ဝေဒနဥ္စ၊ ဆင်းရဲဝေဒနာကိုလည်း။
ပဋိဟင်္ခါမိ၊ ပယ်ဖျောက်အံ့။ နဝံ၊ အသစ်ဖြစ်သော။ ဝေဒနဥ္စ၊
ဆင်းရဲဝေဒနာကိုလည်း။ န ဥပ္ပါဒေဿာမိ၊ မဖြစ်စေအံ့။ မေ၊
ငါ့အား။ ယာတြာ စ၊ မျှတခြင်း သည်လည်းကောင်း။ အနဝဇ္ဇတာ
စ၊ အပြစ်မရှိခြင်းသည် လည်းကောင်း။ ဖာသုဝိဟာရော စ၊
ချမ်းသာစွာနေရခြင်းသည်လည်းကောင်း။ ဘဝိဿတိ၊ ဖြစ်လတ္တံ့။
ဣတိ၊ ဤသို့နှလုံးပြု၍။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းအစရှိသော
အာဟာရကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲ ပါ၏။

ဆောင် ဤသည့်စားဖွယ်၊ အမင်္ဂမယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊
လှပရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှာ၊ မသုံးပါဘူး၊
လေးဖြာ ဓာတ်ဆောင်၊ ဤကိုယ်ကောင်သည်၊
ရှည်အောင် တည်လျက်၊ အသက်မျှတမ်း၊ မမော
ပန်းငြား၊ ဘုရားသာသနာ၊ ကျင့်နှစ်ဖြာကို၊
ကျင့်ပါနိုင်စေ၊ ဝေဒနာ ဟောင်း, သစ်၊ မဖြစ်

စေရ၊ ယာပိုတ်မျှလစ်၊ ခပ်သိမ်း ပြစ်ကို၊ မဖြစ်
လေအောင်၊ ချမ်းမြေ့အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်
မှီဝဲပါသတည်း။

ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

၃။ ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော သေနာသနံ ပဋိသေဝါမိ၊ ယာဝဒေဝ သီတဿ ပဋိဃာတာယ၊ ဥဏှဿ ပဋိဃာတာယ၊ ဍံသမကသဝါတာတပသရီသပသမ္ဖဿာနံ ပဋိဃာတာယ၊ ယာဝဒေဝ ဥတုပရိဿယဝိနောဒနပဋိသလ္လာနာရာမတ္ထံ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်။ ပဋိသင်္ခါ-ပဋိသင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်၍။ သေနာသနံ၊ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ သီတဿ၊ အအေးကို။ ယာဝ ပဋိဃာတာယ ဧဝ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံဌာ သာလျှင်။ ဥဏှဿ၊ မီးပူကို။ ယာဝ ပဋိဃာတာယ ဧဝ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံဌာသာလျှင်။ ဍံသ မကသ ဝါတာတပသရီသပသမ္ဖဿာနံ၊ မှက်, ခြင်, ယင်, လေ, နေပူ, မြွေ, ကင်း, သန်းတို့၏ အတွေ့တို့ကို။ ယာဝ ပဋိဃာတာယ ဧဝ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံဌာသာလျှင်။ သေနာသနံ၊ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ ယာဝ ဥတုပရိဿယ ဝိနော-ဒနပ္ပဋိသလ္လာနာရာမတ္ထံ ဧဝ၊ ဥတုဘေးရန်ကို ပယ်ဖျောက်ခြင်း ကိန်းအောင်းမွေ့လျော်ခြင်း အကျိုးဌာသာလျှင်။ သေနာသနံ၊ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။

ဆောင် ချမ်း, ပူကိုဖျက်၊ ခြင်, မှက်, လေ, နေ၊ ကင်း, မြွေဝေးမှု၊ ဥတုဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊ စိတ်ကြည်လင်ကြောင်း၊ နေရာကျောင်းကို၊ ကိန်းအောင်း မှီခိုပါသတည်း။

ဆေးမှီဝဲရာ၌ ဆင်ခြင်ရန်

၄။ ပဋိသင်္ခါ ယောနိသော ဂိလာနပစ္စယဘေသဇ္ဇပရိက္ခာရံ ပဋိသေဝါမိ၊ ယာဝဒေဝ ဥပ္ပန္နာနံ ဝေယျာဗာဓိကာနံ ဝေဒနာနံ ပဋိဃာတာယ အဗျာပဇ္ဇပရမတာယ။

ယောနိသော၊ သင့်သောအကြောင်းအားဖြင့်။ ပဋိသင်္ခါ ပဋိသင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်၍။ ဂိလာနပစ္စယဘေသဇ္ဇပရိက္ခာရံ၊ အနာ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အသက်၏ အရံအကာ တန်ဆာ အဆောက်အဦဖြစ်သော ဆေးကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။ ဥပ္ပန္နာနံ၊ ဖြစ်ပြီး ဖြစ်ဆဲ ဖြစ်ကုန်သော။ ဝေယျာဗာဓိကာနံ၊ ဓာတ်ချောက်ခြားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ကုန်သော။ ဝေဒနာနံ၊ ဆင်းရဲဝေဒနာတို့ကို။ ယာဝ ပဋိဃာတာယ ဧဝ၊ ပယ်ဖျောက်ရုံငှာသာလျှင်။ ယာဝ အဗျာပဇ္ဇပရမတာယ ဧဝ၊ အနာကြောင့် ဖြစ်သော ဆင်းရဲခြင်း၏ မရှိခြင်း အကျိုးငှာသာလျှင်။ ဂိလာနပစ္စယဘေသဇ္ဇပရိက္ခာရံ၊ အနာ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အသက်၏၊ အရံအကာ တန်ဆာ အဆောက်အဦဖြစ်သော ဆေးကို။ ပဋိသေဝါမိ၊ မှီဝဲပါ၏။

ဆောင် ကျင်နာခံခက်၊ နှိပ်စက်ဖိစီး၊ ဖြစ်ပြီးဖြစ်လာ၊
ဝေဒနာ ကို၊ စွန့်ခွာပယ်လျှဉ်း၊ ဆင်းရဲကင်း၍၊
လှူမင်းမြတ်စွာ၊ သာသနာကို၊ ကြည်သာရှင်လန်း၊
ကျင့်ဖြည့်စွမ်းဖို့၊ ရည်မှန်းသုံးဆောင်ပါသတည်း။

ကြွင်းသောအသုံးအဆောင်များ၌ ဆင်ခြင်ပုံ

ဆောင် ဖိနပ်, ဆီမီး၊ ထီး, တောင်ဝှေးစ၊ ဟူသမျှကို၊
အေးမြချမ်းပူ၊ မြေငူသစ်ငုတ်၊ ခလုတ်ဆူး
ငြောင့်၊ မနှောင့်ဘေးဘျမ်း၊ မသန်းကင်းစင်၊
စိတ်ကြည်လင်၍၊ အားအင်ပြည့်မာ၊ သာသနာ
ကို၊ ကောင်းစွာကျင့်ဆောင်၊ ဖြည့်နိုင်အောင်ဟု၊
သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း။

ပစ္စဝေက္ခဏာလေးပါး ပါဠိအနက် ဆောင်ပုဒ် ပြီး၏။

ပစ္စဝေက္ခဏာလေးပါး အဓိပ္ပာယ်

ပစ္စည်းလေးပါး မှီဝဲသောအခါ ထိုပစ္စည်းများ အပေါ်၌ တပ်မက်ခြင်း စသော အာသဝတရားတို့ကို ပယ်မြစ်ဖို့ရာ ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ရန် ဗုဒ္ဓရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားဆုံးမတော် မူခဲ့သည်။ အဖန်ဖန်ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်မှုမျိုးကို ပစ္စဝေက္ခဏာ ခေါ်သည်။

ဆင်ခြင်ရာအခါ

၁။ ဝတ်ရုံအပ် ခင်းခြုံအပ်သော သင်္ကန်း, စောင် အဝတ်ဟူသမျှတို့ကို ဝတ်တိုင်း, ရုံတိုင်း, သုံးဆောင်တိုင်း သင်္ကန်းအဖြစ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ရာသည်။

၂။ စားသောက်မျိုခဲအပ်သော အစာအာဟာရ ဟူသမျှတို့ကို လုတ်တိုင်း လုတ်တိုင်း ဆွမ်းအဖြစ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ရာသည်။

၃။ အိပ်စရာ, ထိုင်စရာ, ကျောင်း, ညောင်စောင်းအခင်း, ခုတင်, ခြင်ထောင်, သစ်ပင်ရင်းတို့ကို ဝင်တိုင်း, ထွက်တိုင်း, သုံးဆောင်တိုင်း ကျောင်းအဖြစ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ရာသည်။

၄။ အဖျော်, ပျားသကာစသော သောက်ဖွယ်လျက်ဖွယ် ဆေးဟူသမျှတို့ကို သောက်တိုင်း, စားတိုင်း, လျက်တိုင်း ဆေးအဖြစ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ရာသည်။

ဆင်ခြင်သည် ဟူရာ၌ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို မသိဘဲ ပါဠိသက်သက် ရွတ်ဆိုခြင်းသည် ဆင်ခြင်သည်မမည်၊ အနက်အဓိပ္ပာယ်ကို မှတ်သား၍ ပစ္စည်းလေးပါးကို သုံးဆောင်သောအခါတိုင်း ဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ရသည်၊ တစ်နေ့လုံး မတတ်နိုင် လျှင် အရုဏ်မတက်မီ အနည်းဆုံး တစ်ကြိမ်မျှဖြစ်စေ ဆင်ခြင် ရသည်။ အရုဏ်တက်သည့် တိုင်အောင် တစ်ကြိမ်မျှ မဆင်ခြင်မိလျှင် ကြွေးတင်၍ ဣဏပရိဘောဂ ဖြစ်၏။

ဆေးပစ္စည်း ၌ အထူးအားဖြင့် စားဆဲ၌ပင် ဆင်ခြင်ရသည်၊ မဆင်ခြင်မိလျှင် ရဟန်းဖြစ်သော် အာပတ်သင့်၏၊ ရှင်သာမဏေဖြစ်သော် ဒဏ်သင့်၏၊ ဒဏ်ထိုက်၏။

ပစ္စဝေက္ခဏာ ဆင်ခြင်ပုံ ပြီး၏။

သိက္ခာ ၁၀–ပါး ပါဠိ၊ အနက်

ဒသဟင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတော သာမဏေရော နာသေတဗ္ဗော။

၁။ ပါဏာတိပါတီ ဟောတိ။

၂။ အဒိန္နာဒါယီ ဟောတိ။

၃။ အဗြဟ္မစာရီ ဟောတိ။

၄။ မုသာဝါဒီ ဟောတိ။

၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပါယီ ဟောတိ။

၆။ ဗုဒ္ဓဿ အဝဏ္ဏံ ဘာသတိ။

၇။ ဓမ္မဿ အဝဏ္ဏံ ဘာသတိ။

၈။ သံဃဿ အဝဏ္ဏံ ဘာသတိ။

၉။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကော ဟောတိ။

၁၀။ ဘိက္ခုနီ ဒူသကော ဟောတိ။

ဣမေဟိ ခေါ ဒသဟင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတော သာမဏေရော နာသေတဗ္ဗော။

ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော။ အင်္ဂေဟိ၊ အကြောင်း အင်္ဂါတို့နှင့်။ သမန္နာဂတော၊ ပြည့်စုံသော။ သာမဏေရော၊ သာမဏေကို။ နာသေတဗ္ဗော၊ လိင်ပြန်စေအပ်၏။ ပါဏာတိပါတီ၊ သူ့အသက်ကို သတ်လေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အဒိန္နာဒါယီ၊ အရှင်မပေးသော သူတစ်ပါးပစ္စည်းဥစ္စာကို ခိုးယူလေ့ ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အဗြဟ္မစာရီ၊ မမြတ်သော မေထုန်အကျင့်ကို ကျင့်လေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ မုသာဝါဒီ၊ မဟုတ်မမှန်သော စကားကို ပြောဆိုလေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ သုရာမေရယမဇ္ဇပါယီ၊ မေ့လျော့ခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သော သေရည်သေရက်ကို သောက်လေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဗုဒ္ဓဿ၊ မြတ်စွာဘုရား၏။ အဝဏ္ဏံ၊ ကျေးဇူးမဲ့ ကဲ့ရဲ့သော စကားကို။ ဘာသတိ၊ ပြောဆို၏။ ဓမ္မဿ၊ တရားတော်မြတ်၏။ အဝဏ္ဏံ၊ ကျေးဇူးမဲ့ ကဲ့ရဲ့သောစကားကို။ ဘာသတိ၊ ပြောဆို၏။ သံဃဿ၊ သံဃာတော်မြတ်၏။ အဝဏ္ဏံ၊ ကျေးဇူးမဲ့ ကဲ့ရဲ့သောစကားကို။ ဘာသတိ၊ ပြောဆို၏။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိကော၊ မှားသော အယူရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဘိက္ခုနိဒူသကော၊ ဘိက္ခုနီမကို ဖျက်ဆီးသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော။ ဣမေဟိ ခေါ အင်္ဂေဟိ၊ ဤအကြောင်း အင်္ဂါတို့နှင့်။ သမန္နာ ဂတော၊ ပြည့်စုံသော။ သာမဏေရော၊ သာမဏေကို။ နာသေ တဗ္ဗော၊ အသွင်ကိုဖျက် လိင်ပြန်စေအပ်၏။

လိင် ၁၀-ပါး ပါဠ၊ အနက် ပြီး၏။

လိင် ၁၀-ပါး အဓိပ္ပာယ်

လိင် ဆယ်ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို လွန်ကျူးမိခဲ့သော် လိင်ကျသည်၊ ၎င်းရှင်ခြင်း ကြမ်းပိုးကိုသတ်ခြင်း၊ ယုတ်စွအဆုံး ဥကိုပင် ခွဲခြင်းမျှဖြင့်လည်း လိင်ကျတော့သည်၊ လိင်ကျသော ခဏ၌ ယူထားပြီးသော သရဏဂုံ, ဥပဇ္ဈာယ်, ဝါတွင်းနေရန် ဝါစဉ်ဖြင့် ကျောင်းနေရာ ယူခြင်းတို့သည်လည်း ပျက်ကုန်တော့၏၊ သီတင်းကျွတ်သောအခါ သံဃိကဖြစ်သော ဝါဆိုသင်္ကန်း လာဘ်ကိုပင် မရထိုက်ပြီ၊ သာမဏေအသွင် တစ်ခုသာကျန်၏၊ ထိုသာမဏေသည် အပြစ်များ၍ သိက္ခာပုဒ်များကို မစောင့်ထိန်းမူ ကျောင်းမှနှင်ထုတ်အပ်၏၊ သိက္ခာပုဒ်တော်ကို စောင့်ထိန်းပါမူ အဝတ်မဝတ် မလဲစေဘဲ သရဏဂုံ, ဥပဇ္ဈာယ်ပြန်ပေးအပ်၏၊ သိက္ခာပုဒ်တို့ကား သရဏဂုံဖြင့်သာလျှင် ပြီးကုန်၏၊ မြဲမြံအောင် ထပ်မံ ပေးအပ်ကုန်၏၊ ပုရိမဝါဆိုပြီးမှ လိင်ကျလျှင် ပစ္ဆိမဝါထပ်ဆို၊ ဝါကျွတ်လျှင် ပစ္ဆိမဝါဆိုသည့်အတွက် လာဘ်ရနိုင်သေး၏၊ ပစ္ဆိမဝါဆိုပြီးမှ လိင်ကျလျှင် ဝါကျိုးပြီး ဝါကျွတ်လျှင် သံဃိကဖြစ်သော သင်္ကန်းလာဘ်ကား မသိ၍ ရပါသော်လည်း သံဃိကဖြစ်၍ သံဃာသို့ ပြန်ပေးရသည်၊ သံဃာတို့ ပန်ကြား၍ ပေးမှ ယူအပ်၏။

မြက် ဝါခြမ်းမျှ ခိုးယူခြင်း၊ ဝစ္စမဂ်, မုခမဂ်, ပဿာဝမဂ် သုံးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါး၌ ဖောက်ပြန်မှုကျင့်ခြင်း၊ ရယ်မြူးလို၍ မဟုတ်မမှန်ပြောဆိုခြင်းမျှသည်လည်း လိင်ကျသည်၊ သေရည် သေရက်၌ မျိုထည့်သည်မှစ၍ သမန်းမြတ်ဖျားမျှပင် ထည့်စေကာမူ သိလျက် သောက်လျှင် လိင်ကျသည်၊ မသိလျှင် မကျ၊ ရဟန်းတော်တို့မှာကား သိသည်ဖြစ်စေ, မသိသည်ဖြစ်စေ သောက်မိလျှင် သီလပျက်တော့သည်၊ ရတနာသုံးပါး၌ ကျေးဇူးမဲ့ ကဲ့ရဲ့သော သာမဏေ, သဿတဒိဋ္ဌိ, ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ မှားသော အယူရှိသော သာမဏေကိုကား လိင်ကျပြီးသော်လည်း သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ဆိုဆုံးမအပ်၏၊ အယူကိုစွန့်လျှင် ဒဏ် အမှု ပြုခိုင်း၍ တောင်းပန် ကန်တော့ခိုင်းပြီး သရဏဂုံပေးရသည်၊ အယူကိုမစွန့်သော် သာမဏေအသွင်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းဖြင့် ဖျက်ဆီးရသည်၊ ပကတိ သီလရှိသော ဘိက္ခုနီမကို အလိုမတူဘဲ မေထုန်မှုဖြင့် ဖျက်ဆီးသောသူကား နောင်အခါစောင့်စည်းလို သော်လည်း ရှင်အဖြစ်, ရဟန်းအဖြစ်ကို ဤတစ်သက်တွင် မရနိုင်သော အဘဗ္ဗပုဂ္ဂိုလ် အဖြစ်သို့ ရောက်လေပြီ၊ ထို့ကြောင့် အဖြဟ္မစာရီမှ အထူးပြုတော်မူ၍ ဘိက္ခုနီဒူသကဟု သီးသန့် ထပ်မံ၍ ဟောတော်မူရသည်။

လိင်, လိင်ကျ လိင်ပြန် အဓိပ္ပာယ်

လိင်-ဟူသော စကားသည် လိင် သဒ္ဒါမှ ဆင်းသက်လာသော စကားဖြစ်သည်၊ လိင်သည် အသွင် ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ရှိပြီး ဂိဟိလိင်-လူ့အသွင်၊ ပဗ္ဗဇိတလိင်-သာမဏေအသွင်ဟု အသွင်နှစ်မျိုး ရှိသည်။

လိင် ၁၀-ပါးတွင် တစ်ပါးပါးကို ကျူးလွန်သော သာမဏေသည် သာမဏေအသွင်မှ သီလစောင့်စည်းမှုမရှိက လူအသွင်သို့ လျှောကျသည်ကို လိင်ကျသည်ဟု ခေါ်သည်။

လူထွက်သည့် သာမဏေမှာ သာမဏေအသွင်မှလူအသွင်ကို ပြန်ယူသောကြောင့် လိင်ပြန်သည်ဟု ခေါ်သည်။

လိင် ၁၀-ပါး အဓိပ္ပာယ် ပြီး၏။

ဒဏ် ၁၀-ပါး ပါဠိ၊ အနက်

ဒသဟင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတဿ သာမဏေရဿ ဒဏ္ဍကမ္မံ ကာတဗ္ဗံ။

၁။ ဝိကာလဘောဇနာ ဟောတိ။

၂။ နစ္စ, ဂီတ, ဝါဒိတ, ဝိသုကဒဿနာ ဟောတိ။

၃။ မာလာ, ဂန္ဓ, ဝိလေပန, ဓာရဏ, မဏ္ဍန, ဝိဘူသနာ ဟောတိ။

၄။ ဉစ္စာသယန မဟာသယနေ၁ ဟောတိ။

၅။ ဇာတရူပ ရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဏော ဟောတိ။

၆။ ဘိက္ခုနံ အလာဘာယ ပရိသက္ကတိ။

၇။ ဘိက္ခုနံ အဝါသာယ ပရိသက္ကတိ။

၈။ ဘိက္ခုနံ အနတ္ထာယ ပရိသက္ကတိ။

၉။ ဘိက္ခု အက္ကောသတိ ပရိဘာသတိ။

၁၀။ ဘိက္ခု ဘိက္ခုဟိ ဘေဒေတိ။

ဣမေဟိ ခေါ ဒသဟင်္ဂေဟိ သမန္နာဂတဿ သာမဏေ ရဿ ဒဏ္ဍကမ္မံ ကာတဗ္ဗံ။

ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါးကုန်သော။ အင်္ဂေဟိ၊ အကြောင်းအင်္ဂါ တို့နှင့်။ သမန္နာဂတဿ၊ ပြည့်စုံသော။ သာမဏေရဿ၊ သာမဏေအား။ ဒဏ္ဍကမ္မံ၊ သဲဒဏ် ရေဒဏ်ပေးခြင်းအမှုကို။ ကာတဗ္ဗံ၊ ပြုအပ်၏။ ဝိကာလဘောဇနေ၁၊ နေ့လွဲညစာ စားလေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ နစ္စ ဂီတ ဝါဒိတ ဝိသုက ဒဿနေ၁၊ ကခြင်း, သီခြင်း, တီးမှုတ်ခြင်းတို့ကို ကြည့်ရှု နားထောင်ခြင်း အလေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ မာလာဂန္ဓ ဝိလေပန ဓာရဏ မဏ္ဍန ဝိဘူသနေ၁၊ ပန်းပန်ခြင်း, နံ့သာလိမ်းခြင်း, နံ့သာပျောင်းတို့ဖြင့် အတင့်အတယ် အပြေအပြစ်ပြုလေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဉစ္စာသယန မဟာသယနေ၁၊ မြင့်သောနေရာ, မြတ်သောနေရာတို့၌ နေလေ့ရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဇာတရူပ

ရဇတ ပဋိဂ္ဂဟဏော၊ ရွှေ, ငွေ, ဒင်္ဂါးပိုက်ဆံကို ကိုင်ခံလေ့ရှိသည်။ ပေါတိ၊ ဖြစ်၏။ ဘိက္ခုနံ၊ ရဟန်းတို့အား။ အလာဘာယ၊ လာဘ် မရစိမ့်သောငှာ။ ပရိသက္ကတိ၊ အားထုတ်၏။ ဘိက္ခုနံ၊ ရဟန်းတို့အား။ အဝါသာယ၊ နေရာမရစိမ့်သောငှာ။ ပရိသက္ကတိ၊ အားထုတ်၏။ ဘိက္ခုနံ၊ ရဟန်းတို့အား။ အနတ္ထာယ၊ အကျိုးမဲ့ ဖြစ်စိမ့်သောငှာ။ ပရိသက္ကတိ၊ အားထုတ်၏။ ဘိက္ခူ ရဟန်းတို့ ကို။ အက္ကောသတိ၊ ဆဲရေး၏။ ပရိဘာသတိ၊ ခြိမ်းခြောက်၏။ ဘိက္ခူ ရဟန်းတို့ကို။ ဘိက္ခူဟိ၊ တစ်ပါးသော ရဟန်းတို့နှင့်။ ဘေဒေတိ၊ ကွဲပြားအောင်ကုန်းတိုက်၏။ ဒသဟိ၊ ဆယ်ပါး ကုန်သော။ ဣမေဟိ ခေါ အင်္ဂေဟိ၊ ဤအကြောင်း အင်္ဂါတို့နှင့်။ သမန္နာဂတဿ၊ ပြည့်စုံသော။ သာမဏေရဿ၊ သာမဏေအား။ ဒဏ္ဍကမ္မံ၊ သဲဒဏ်, ရေဒဏ် ပေးခြင်းအမှုကို။ ကာတဗ္ဗံ၊ ပြုအပ်၏။

ဒဏ် ၁၀-ပါး ပါဠိအနက် ပြီး၏။

ဒဏ် ၁၀-ပါး အဓိပ္ပာယ်

ဒဏ် ၁၀-ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို ကျူးလွန်သော သာမဏေအား ဒဏ်ပေးအပ်၏။ ဤနေရာ၌ ဒဏ်ဟူသည်မှာ

ဤနေရာသို့ မလာရ, မနေရဟု တားမြစ်ခြင်းတည်း။ ယနေ့ မစားရ မသောက်ရဟု တားမြစ်ခြင်းကိုကား မပြုအပ်။

အကျင့်ပျက် အဆိုခက်သော သာမဏေအား ဒဏ်ပေးရာတွင် ယာဂု, ဆွမ်း, သပိတ်, သင်္ကန်းပြ၍ ဤမျှသော ဒဏ်ကို ဆောင်သော် ဤပစ္စည်းများကို ရပေလတ္တံ့ဟု ပြောအပ်၏။ သင်္ဂါယနာတင် မထေရ်မြတ်တို့ကား ရေ, ထင်း, သဲစသည် တို့ကို ဆောင်ခိုင်းရမည်ဟု မိန့်တော်မူကုန်၏။ ထိုဒဏ်မျိုးကို ပေးသည်ရှိသော် နောင်အခါတွင် မကောင်းမှုအပြုအမူမှ ရှောင်လတ္တံ့ဟု သနားသောစိတ်ထားဖြင့် ပြုအပ်၏၊ ဤဒဏ်ကို ပေးသည်ရှိသော် သာမဏေသည် ပျက်စီးလတ္တံ့၊ ဤနေရာမှ ထွက်သွားလတ္တံ့ဟု မကောင်းသော အလိုဆိုးဖြင့် မပြုအပ်၊ ပူသောနေရာ၌ အိပ်ခိုင်းခြင်း, ကျောက်ခဲစသည်တို့ကို ရွက်ခိုင်းခြင်း, ရေငုပ်ခိုင်းခြင်း စသည်တို့ကိုကား မပြုအပ်၊ မပေးအပ်သော ဒဏ်မျိုးတည်း။ ဒဏ်ပေးရာ၌ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာကသာ ဒဏ်ပေးရမည်၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာထံမှ ခွင့်မရဘဲ ဒဏ်မပေးအပ်၊ အပြစ်ပြ၍ ဒဏ်ပေးရာတွင်လည်း သုံးကြိမ်တိုင်အောင် ပြောပါလျက် ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာက အရေးမယူခဲ့သော် ကိုယ်တိုင်ပေးအပ်၏။

နစ္စ-ကခြင်းဟူသည် ယုတ်စွအဆုံး ဥဒေါင်းငှက်, မျောက်စသည် တို့ ကခြင်းမျှသည်လည်း နစ္စ မည်၏။

ဂီတ-သီဆိုခြင်းဟူသည် လေချွန်ခြင်း, ပလွေမှုတ်ခြင်း, နှဲမှုတ်ခြင်း စသည်တို့မှျသည်လည်း ဂီတ မည်၏။

ဂီတဆိုရာ၌ ရဟန်းတို့၏ တရားဟောရာ၌ တေးသံပါသော တရားတော်သည်လည်း ဂီတ မည်၏၊ ထိုတေးသံပါသော တရားမျိုးနာလျှင် ဥပုသ်စောင့်သူတို့သည် ဥပုသ် သီလပျက်ကုန်၏၊ တရားနှင့်စပ်၍ ဖြစ်သော သံဝေဂကမ္မဋ္ဌာန်း တေးသီချင်းများ မအပ်၊ တေးသီချင်းနှင့်စပ်၍ ဖြစ်လာသော တရားကား အပ်၏ဟု ဆိုလိုသည်။

ဝါဒိတ-တီးခတ်ခြင်းဟူသည် ယုတ်စွအဆုံး ရေ၌ အိုးမှောက်၍ ရေစည်တီးခြင်းမှျသည်လည်း ဝါဒိတ မည်၏၊ ကိုယ်တိုင်လည်း မပြုအပ်၊ သူတစ်ပါးအားလည်း မစေခိုင်းအပ်။

ဝိသုကဒဿန-ပွဲလမ်းသဘင်ကြည့်ရှုခြင်းဟူသည် ငြောင့် တံကျင် သဖွယ်တို့ကို ကြည့်ရှုနားထောင်ခြင်းသည် ဝိသုကဒဿနမည်၏၊ ထင်ရှားစေဦးအံ့၊ ဗြဟ္မဇာလသုတ်၌ ဟောတော်မူအပ်သော ကခြင်း, သီခြင်း, တီးမှုတ်ခြင်း ပွဲကျင်းပရာအရပ်, ဘာရတ ညီနောင် စစ်ထိုးခြင်း စသည်တို့ကို ပြောဆိုရာ အရပ်, ကစားရာ အရပ် ကျွဲ, နွား, ခွေး, ကြက်တိုက်ရာအရပ်, စစ်ခင်းရာ အရပ်တို့သည် ဝိသုကဒဿန မည်၏။

တစ်နည်း-နစ္စ-ဂီတ-ဝါဒိတ တို့သည်သာလျှင် ပြောင့်တံကျင်မည်၍ ၎င်းတို့ကို ကြည့်ရှု နားထောင်ခြင်းသည် နစ္စဂီတဝါဒိတ ဝိသုက ဒဿန မည်၏၊ ဤနေရာ၌ ဒဿန သဒ္ဒါဖြင့် သဝန-ကိုပါ ယူအပ်၏၊ ကြည့်ရှု နားထောင်လို၍ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့သွား၍ ကြည့်ရှုပြောအံ့၊ လွန်ကျူးသည် မည်၏၊ ဒဏ်ထိုက်၏၊ မိမိနေရာ၌ နေထိုင်စဉ်, ခရီးသွားစဉ် ရင်ဆိုင်တွေ့၍ ကြည့်ရှုပြောအံ့၊ လွန်ကျူးသည် မမည်၊ ဝိနည်း ပြစ် မရှိ။

သတိပြုရန်

"အရှင်ဘုရားတို့၏ စေတီတော်အား နစ္စ- ဂီတ-ဝါဒိတတို့ဖြင့် ပူဇော်ပါရစေ"ဟု လူတို့က လျှောက်ထားလျှင်"ပူဇော်ကြ"ဟု လက်မခံအပ်။ "ပူဇော်ခြင်းမည်သည်ကား **ကောင်းသော သဘောတရားပင်တည်း**"ဟုသာ ဆိုခြင်းမျှ အပ်၏။

ဖော့ပန်း စက္ကူပန်းမျှ ပန်ဆင်ခြင်းသည်လည်း မာလာ ဓာရဏမည်၏၊ ပန်းပန်သည်ဟူလို၊ ပေါင်ဒါ, နံ့သာမှုန့် စသည်တို့ဖြင့် အသားနိမ့်ရာ၌ ပြည့်ဖြိုးအောင် တန်ဆာဆင်ခြင်းသည် ဂန္ဓမဏ္ဍန မည်၏။

နံ့သာပျောင်းတို့ဖြင့် အရေ အဆင်း လှပအောင်, အနံ့ကောင်းအောင် ပြုခြင်းသည် **ဝိလေပန ဝိဘူသန မည်၏၊**

ဆေးအလို့ငှာ သုံးမှုအပ်၏၊ ဘုရားပူဇော်ရန် ယူခဲ့ပြီးအံ့၊ လက်ခံအပ်၏။

ဥစ္စာသယန-မြင့်သောနေရာဟူသည် အဘောင်အောက် ပကတိလူတို့ တစ်တောင့်ထွာထက် အလွန် အခြေရှိသော ညောင်စောင်း အင်းပျဉ်သည် **ဥစ္စာသယနမည်၏**၊ တစ်တောင့်ထွာ တစ်တောင့်ထွာအောက်ယုတ်အောင် အခြေဖြတ်၍ အသုံးပြုလျှင် **ဥစ္စာသယန** မမည်၊ သုံးအပ်၏၊ ပကတိလူတို့ တစ်တောင့်ထွာသည် အပ်၏။

မဟာသယန-မြတ်သောနေရာဟူသည် ခြင်္သေ့ရုပ်, ကျားရုပ် စသည်တို့ဖြင့် အခြေတပ်သော ပလ္လင်, လဲသွတ်သော အခင်း, သားမွေး ကော်ဇောတို့သည် **မဟာသယန** မည်၏။

မဟာသယန နှင့် စပ်လျဉ်း၍ ပလ္လင်အခြေ၌ အရုပ်တို့ကို ဖျက်၍ လဲသွတ်သောအခင်း၌ လဲတို့ကို ထုတ်၍ သားမွေး ကော်ဇောကို ကြမ်း၌ခင်းသော် **မဟာသယန** မမည်၊ ၎င်းနေရာ၌ သုံးလျှင်အပ်၏၊ ညောင်စောင်းအင်းပျဉ်ပေါ်၌, ကုလားထိုင်တို့၌ မအပ်၊ လူတို့ခင်းပေးလျှင် ထိုင်အပ်၏၊ မအိပ်အပ်၊ သားမွေး မဟုတ်သော ပကတိ ချည်ကော်ဇောကား နေရာမရွေး အပ်၏၊ သံဃိက ညောင်စောင်း အင်းပျဉ် အခင်းတို့၌ကား မွေးညင်းဖြင့်ပင် မထိအပ်၊ ပုဂ္ဂလိကအခင်း ထပ်ခင်း၍ အသုံးပြုအပ်၏။

ဇာတရူပ-ရွှေ၊ ရဇတ-ငွေ၊ ရဇတမည်သော ပစ္စည်းများ၊ ကဟာပဏ-ရွှေငွေဖြင့် ပြုအပ်သော ကျပ် မူးစေ့ မတ်စေ့ စသော အသပြာ၊ မာသက-ချိပ် သစ်သား ခဲပြား စက္ကူစသည် ဖြင့် ရွှေ, ငွေ အလား သုံးစွဲရန် ပြုအပ်သော ပဲရုပ်သည် ရဇတမည်၏၊ ရွှေ, ငွေ, အသပြာ, ပဲရုပ် ၎င်းလေးပါးတို့သည် နိဿဂ္ဂိယဝတ္ထု မည်၏။

လယ်ယာ စပါး ပုလဲ ပတ္တမြား စသည်တို့သည် ဒုက္ကဋ်ဝတ္ထုမည်၏၊ ၎င်းတို့ကို အလှူခံခြင်း, အလှူခံခိုင်းခြင်း, လာ၍ လှူသည်ကို ကိုယ်နှုတ်ဖြင့် ငါတို့အား မအပ်ဟု မပယ်မူ၍ စိတ်ဖြင့် သာယာခြင်းသည် ဇာတရူပ ရဇတပဋိဂ္ဂဟဏ မည်၏။

ဒဏ် ၁၀-ပါး အဓိပ္ပာယ်ပြီး၏။

သေခိယ သိက္ခာပုဒ်(၇၅)ပါဠိတော်

၁။ ပရိမဏ္ဍလဝဂ်

ဣမေ ခေါ ပနာယသ္မန္တော သေခိယာ ဓမ္မာ ဥဒ္ဒေသံ အာဂစ္ဆန္တိ။

၁။ ＊ပရိမဏ္ဍလံ နိဝါသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂။ ပရိမဏ္ဍလံ ပါရုပိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

＊ ဤအမှတ်ဖြင့် အစ, အဆုံးပြသော သိက္ခာပုဒ်(၂၆)ပုဒ်သည် သာရုပ္ပသိက္ခာပုဒ်များ ဖြစ်သည်။

၃။ သုပ္ပင္ဂိုဠ္ဌာနေ အန္တရာယရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄။ သုပ္ပင္ဂိုဠ္ဌာနေ အန္တရာယရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅။ သုသံဝုတော အန္တရာယရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆။ သုသံဝုတော အန္တရာယရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၇။ ဩက္ခိတ္တစက္ခု အန္တရာယရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၈။ ဩက္ခိတ္တစက္ခု အန္တရာယရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၉။ န ဥက္ခိတ္တကာယ အန္တရာယရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၀။ န ဥက္ခိတ္တကာယ အန္တရာယရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

ပရိမဏ္ဍလဝဂ္ဂေါ ပဌမော။

သုတေသနစာကြည့်တိုက်
သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာန
တမ္ဗာ ၂။ ဥဇ္ဇဂ္ဃိကဝဂ်

၂။ ဥဇ္ဇဂ္ဃိကဝဂ်

၁၁။ န ဥဇ္ဇဂ္ဃိကာယ အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၂။ န ဥဇ္ဇဂ္ဃိကာယ အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၃။ အပ္ပသဒ္ဒေါ အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၄။ အပ္ပသဒ္ဒေါ အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၅။ န ကာယပ္ပစာလကံ အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၆။ န ကာယပ္ပစာလကံ အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၇။ န ဗာဟုပ္ပစာလကံ အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၈။ န ဗာဟုပ္ပစာလကံ အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၁၉။ န သီသပ္ပစာလကံ အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၉၆၅၆

၂၀။ န သီသပ္ပစာလကံ အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

ဥဇ္ဇဂ္ဃိကဝဂ္ဂေါ ဒုတိယော။

၃။ ခမ္ဘကတဝဂ်

၂၁။ န ခမ္ဘကတော အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၂။ န ခမ္ဘကတော အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၃။ န ဩဂုဏ္ဌိတော အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၄။ န ဩဂုဏ္ဌိတော အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၅။ န ဥက္ကုဋိကာယ အန္တရဃရေ ဂမိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၆။ *န ပလ္လတ္ထိကာယ အန္တရဃရေ နိသီဒိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၇။ +သက္ကစ္စံ ပိဏ္ဍပါတံ ပဋိဂ္ဂဟေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

\+ ဤအမှတ်ဖြင့် အစ, အဆုံးပြသော သိက္ခာပုဒ်(၃၀)သည် ဘောဇနပဋိသံယုတ္တ သိက္ခာပုဒ်များ ဖြစ်သည်။

၂၈။ ပတ္တသညီ ပိဏ္ဍပါတံ ပဋိဂ္ဂဟေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၂၉။ သမသူပကံ ပိဏ္ဍပါတံ ပဋိဂ္ဂဟေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၀။ သမတိတ္တိကံ ပိဏ္ဍပါတံ ပဋိဂ္ဂဟေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

ခမ္ဘကတဝဂ္ဂေါ တတိယော။

၄။ သက္ကစ္စဝဂ်

၃၁။ သက္ကစ္စံ ပိဏ္ဍပါတံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၂။ ပတ္တသညီ ပိဏ္ဍပါတံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၃။ သပဒါနံ ပိဏ္ဍပါတံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၄။ သမသူပကံ ပိဏ္ဍပါတံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၅။ န ထူပကတော ဩမဒ္ဒိတွာ ပိဏ္ဍပါတံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၆။ န သူပံ ဝါ ဗျဉ္ဇနံ ဝါ ဩဒနေန ပဋိစ္ဆာဒေဿာမိ ဘိယျောကမျတံ ဥပါဒါယာတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၇။ န သူပံ ဝါ ဩဒနံ ဝါ အဂိလာနော အတ္တနော အတ္ထာယ ဝိညာပေတွာ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၈။ န ဥဇ္ဈာနသညီ ပရေသံ ပတ္တံ ဩလောကေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၃၉။ နာတိမဟန္တံ ကဗဠံ ကရိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၀။ ပရိမဏ္ဍလံ အာလောပံ ကရိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

သတ္တမော ဝဂ္ဂေါ စတုတ္ထော။

၅။ ကဗဠဝဂ်

၄၁။ န အနာဟဋေ ကဗဠေ မုခဒွါရံ ဝိဝရိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၂။ န ဘုဉ္ဇမာနော သဗ္ဗံ ဟတ္ထံ မုခေ ပက္ခိပိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၃။ န သကဗဠေန မုခေန ဗျာဟရိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၄။ န ပိဏ္ဍုက္ခေပကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၅။ န ကဗဠာဝစ္ဆေဒကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၆။ န အဝဂဏ္ဍကာရကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၇။ န ဟတ္ထနိဒ္ဓုနကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၈။ န သိတ္ထာဝကာရကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၄၉။ န ဇိဝှာနိစ္ဆာရကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၀။ န စပု စပု ကာရကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

ကဗဠဝဂ္ဂေါ ပဉ္စမော။

၆။ သုရုသုရုဝဂ်

၅၁။ န သုရုသုရုကာရကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၂။ န ဟတ္ထနိလ္လေဟကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၃။ န ပတ္တနိလ္လေဟကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၄။ န ဩဋ္ဌနိလ္လေဟကံ ဘုဉ္ဇိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၅။ န သာမိသေန ဟတ္ထေန ပါနီယထာလကံ ပဋိဂ္ဂ-
ဟေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၆။ +န သသိတ္ထကံ ပတ္တဓောဝနံ အန္တရဃရေ ဆဍ္ဍေဿာ
မီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၇။ ‡ န ဆတ္တပါဏိဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

---

‡ ဤအမှတ်ဖြင့် အစ, အဆုံးပြသော သိက္ခာပုဒ် (၁၉)ပါးသည် ဓမ္မဒေသနာ ပဋိသံယုတ္တ သိက္ခာပုဒ်များ ဖြစ်သည်။

၅၈။ န ဒဏ္ဍပါဏိဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၅၉။ န သတ္ထပါဏိဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၀။ န အာဝုဓပါဏိဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

သုရုသုရုဝဂ္ဂေါ ဆဋ္ဌော။

၇။ ပါဒုကဝဂ်

၆၁။ န ပါဒုကာရုဠှဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၂။ န ဥပါဟနာရုဠှဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၃။ န ယာနဂတဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၄။ န သယနဂတဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ
သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၅။ န ပလ္လတ္ထိကာယ နိသိန္နဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ
ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၆။ န ဝေဠိုတသီသဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၇။ န ခြုဂုဏ္ဌိတသီသဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၈။ န ဆမာယံ နိသီဒိတွာ အာသနေ နိသိန္နဿ-အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၆၉။ န နီစေ အာသနေ နိသီဒိတွာ ဥစ္စေ အာသနေ နိသိန္နဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၇၀။ န ဌိတော နိသိန္နဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၇၁။ န ပစ္ဆတော ဂစ္ဆန္တော ပုရတော ဂစ္ဆန္တဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၇၂။ န ဥပ္ပထေန ဂစ္ဆန္တော ပထေန ဂစ္ဆန္တဿ အဂိလာနဿ ဓမ္မံ ဒေသေဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၇၃။ န ဌိတော အဂိလာနော ဥစ္စာရံ ဝါ ပဿာဝံ ဝါ ကရိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၇၄။ န ဟရိတေ အဂိလာနော ဥစ္စာရံ ဝါ ပဿာဝံ ဝါ ခေဠံ ဝါ ကရိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။

၇၅။ ‡န ဥဒကေ အဂိလာနော ဥစ္စာရံ ဝါ ပဿာဝံ ဝါ ခေဠံ
ဝါ ကရိဿာမီတိ သိက္ခာ ကရဏီယာ။
ပါဒုကဝဂ္ဂေါ သတ္တမော။
သေခိယပါဠိ ပြီး၏။

သေခိယသိက္ခာပုဒ် (၇၅) အနက်

အာယသ္မန္တော၊ အရှင်တို့။ သေခိယာ၊ သေခိယ အမည်ရှိကုန်သော။ ဣမေ ခေါ ပန ဓမ္မာ၊ ဤ သိက္ခာပုဒ်တို့သည်။ဥဒ္ဒေသံ၊ အကျဉ်းရွတ်ဆိုခြင်းသို့။ အာဂစ္ဆန္တိ၊ ရောက်ကုန်၏။

၁-၂။ ပရိမဏ္ဍလံ၊ အဝန်းညီစွာ။ နိဝါသေဿာမိ၊ သင်းပိုင်ကိုဝတ်အံ့။ ပါရုပိဿာမိ။ ကိုယ်ဝတ်သင်္ကန်းကိုရုံအံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ၊ သင်ခြင်း, ကျင့်ခြင်း, အားထုတ် ခြင်းကို။ ကရဏီယာ၊ ပြုအပ်၏။

၃-၄။ သုပ္ပဋိစ္ဆန္နော၊ လည်, လက်ကောက်ဝတ်တို့ကို ကောင်းစွာ ဖုံးလွှမ်းလျက်။ အန္တရဃရေ၊ ရွာတွင်း၌။ ဂမိဿာမိ၊ သွားအံ့။ နိသီဒိဿာမိ၊ နေထိုင်အံ့။

၅-၆။ သုသံဝုတော၊ လက်, ခြေကို မကစားဘဲ ကောင်းစွာ ဣန္ဒြေကို စောင့်စည်းလျက်။ အန္တရဃရေ၊ ရွာတွင်း၌။ ဂမိဿာမိ၊ သွားအံ့။ နိသီဒိဿာမိ၊ နေထိုင်အံ့။

၇-၈။ သြက္ခိတ္တစက္ခု၊ လေးတောင်ခန့်မျှကြည့်သဖြင့် ချအပ်သော မျက်လွှာရှိသည်ဖြစ်၍။ အန္တရဃရေ၊ ရွာတွင်း၌။ ဂမိဿာပိ၊ သွားအံ့။ နိသီဒိဿာမိ၊ နေထိုင်အံ့။

၉-၁၀။ ဥက္ခိတ္တကာယ၊ သက်န်းကိုပင့်လျက်။ အန္တရဃရေ၊ ရွာတွင်း၌။ န ဂမိဿာမိ၊ မသွားအံ့။ န နိသီဒိဿာမိ၊ မနေထိုင်အံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ၊ သင်ခြင်း, ကျင့်ခြင်း, အားထုတ်ခြင်းကို။ ကရဏီယာ၊ ပြုအပ်၏။

ပထမော၊ ရှေးဦးစွာသော။ ပရိမဏ္ဍလဝဂ္ဂေါ၊ ပရိမဏ္ဍလဝဂ်သည်။

နိဋ္ဌိတော၊ ပြီးပြီ။

၁၁-၁၂။ ဥဇ္ဇဂ္ဃိကာယ၊ ပြင်းစွာ ရယ်လျက်။ အန္တရဃရေ၊ ရွာတွင်း၌။ န ဂမိဿာမိ၊ မသွားအံ့။ န နိသီဒိဿာမိ၊ မနေထိုင်အံ့။

၁၃-၁၄။ အပ္ပသဒ္ဒေါ၊ ငယ်သော အသံရှိသည်ဖြစ်၍။ အန္တရဃရေ၊ ရွာတွင်း၌။ ဂမိဿာမိ၊ သွားအံ့။ နိသီဒိ ဿာမိ၊ နေထိုင်အံ့။

၁၅-၁၆။ ကာယပ္ပစာလကံ၊ ကိုယ့်ကို လှုပ်၍ လှုပ်၍။ အန္တရဃရေ၊ ရွာတွင်း၌။ န ဂမိဿာမိ၊ မသွားအံ့။ န နိသီဒိဿာမိ၊ မနေထိုင်အံ့။

၁၇-၁၈။ ဗာဟုပ္ပစာလကံ၊ လက်ရုံးကို လှုပ်၍ လှုပ်၍။ အန္တရ-
ယရေ၊ ရွာတွင်း၌။ န ဂမိဿာမိ၊ မသွားအံ့။ န နိသီ
ဒိဿာမိ၊ မနေထိုင်အံ့။

၁၉-၂၀။ သီသပ္ပစာလကံ၊ ဦးခေါင်းကို လှုပ်၍ လှုပ်၍။ အန္တရ-
ယရေ၊ ရွာတွင်း၌။ န ဂမိဿာမိ၊ မသွားအံ့။ န နိသီ
ဒိဿာမိ၊ မနေထိုင်အံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ။
သင်ခြင်း, ကျင့်ခြင်း, အားထုတ်ခြင်းကို။ ကရဏီယာ၊
ပြုအပ်၏။

ဒုတိယော၊ နှစ်ခုမြောက်သော။ ဥဇ္ဇဂ္ဃိကဝဂ္ဂေါ၊ ဥဇ္ဇဂ္ဃိကဝဂ်သည်။
နိဋ္ဌိတော၊ ပြီးပြီ။

၂၁-၂၂။ ခမ္ဘကတော၊ ခါးကိုထောက်လျက်။ အန္တရဃရေ၊ ၌။
န ဂမိဿာမိ၊ မသွားအံ့။ န နိသီဒိဿာမိ၊ မနေ
ထိုင်အံ့။

၂၃-၂၄။ ဩဂုဏ္ဌိတော၊ ဦးခေါင်းခြုံလျက်။ အန္တရဃရေ၊ ၌။
န ဂမိဿာမိ၊ အံ့။ န နိသီဒိဿာမိ၊ အံ့။

၂၅။ ဥက္ကုဋိကာယ၊ ဖဝါးဆွံ့နင်းလျက်။ အန္တရဃရေ၊ ၌။
န ဂမိဿာမိ၊ မသွားအံ့။

၂၆။ ပလ္လတ္ထိကာယ၊ လက်အာယောဂပတ်, ပုဆိုးအာယော ဂပတ်ဖွဲ့လျက်။ အန္တရဃရေ၊ ၌။ န နိသီဒိဿာမိ၊ မနေထိုင်အံ့။

၂၇။ သကစ္စံ၊ ရိုသေစွာ။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းကို။ ပဋိဂ္ဂဟေ ဿာမိ၊ ခံအံ့။

၂၈။ ပတ္တသညီ၊ သပိတ်၌ အမှတ်ရှိသည်ဖြစ်၍။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းကို။ ပဋိဂ္ဂဟေဿာမိ၊ ခံအံ့။

၂၉။ သမသူပကံ၊ ဆွမ်း၏ လေးဖို့တစ်ဖို့ ပဲနောက်ဟင်း စသည်နှင့်အမျှ။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းကို။ ပဋိဂ္ဂဟေဿာမိ၊ ခံအံ့။

၃၀။ သမတိတ္တိကံ၊ သပိတ်အတွင်း အနားရေးနှင့်အမျှ။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ကို။ ပဋိဂ္ဂဟေဿာမိ၊ ခံအံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ၊ ကို။ ကရဏီယာ၊ ၏။

တတိယော၊ သုံးခုမြောက်သော။ ခမ္ဘကတဝဂ္ဂေါ၊ ခမ္ဘကတ ဝဂ်သည်။ နိဋ္ဌိတော၊ ပြီးပြီ။

၃၁။ သက္ကစ္စံ၊ ရိုသေစွာ၊ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ကို၊ ဘုဉ္ဇိဿာမိ၊ စားအံ့။

၃၂။ ပတ္တသညီ၊ သပိတ်၌ အမှတ်ရှိသည်ဖြစ်၍။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ကို။ ဘုဉ္ဇိဿာမိ၊ စားအံ့။

၃၃။ သပဒါနံ၊ အစဉ်အတိုင်း။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ကို။ ဘုဉ္ဇိဿာမိ၊ စားအံ့။

၃၄။ သမသူပကံ၊ ဆွမ်း၏ လေးဖို့တစ်ဖို့ ပဲနောက်ဟင်း စသည်နှင့်အမျှ။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ဆွမ်းကို။ ဘုဉ္ဇိဿာမိ၊ စားအံ့။

၃၅။ ထူပကတော၊ ဆွမ်းဦးမှ။ ဩမဒ္ဒိတွာ၊ နှိပ်၍။ ပိဏ္ဍပါတံ၊ ကို။ န ဘုဉ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၃၆။ သူပံ ဝါ၊ ဟင်းကိုလည်းကောင်း။ ဗျဉ္ဇနံဝါ၊ စားမဲ ဟင်းလျာကိုလည်းကောင်း။ ဘိယျောကမျတံ၊ များ သည်ကို အလိုသည်၏ အဖြစ်ကို။ ဥပါဒါယ၊ စွဲ၍။ ဩဒနေန၊ ဆွမ်းဖြင့်။ န ပဋိစ္ဆာဒေဿာမိ၊ မဖုံးလွှမ်းအံ့။

၃၇။ သူပံ ဝါ၊ ဟင်းကိုလည်းကောင်း။ ဩဒနံ ဝါ၊ ဆွမ်းကို လည်းကောင်း။ အဂိလာနော၊ မနာမဖျားဘဲ။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ အတ္ထာယ၊ အကျိုးငှာ။ ဝိညာ ပေတွာ။ တောင်း၍။ န ဘုဉ္ဇိဿာမိ။ မစားအံ့။

၃၈။ ဥဇ္ဈာနသညီ၊ ကဲ့ရဲ့လိုသော အမှတ်ရှိသည်ဖြစ်၍။ ပရေသံ၊ သူတစ်ပါးတို့၏။ ပတ္တံ၊ သပိတ်ကို။ န ဩ-လောကေဿာမိ၊ မကြည့်အံ့။

၃၉။ အတိမဟန္တံ၊ အလွန်ကြီးသော။ ကဗဠံ၊ ဆွမ်းလုတ်ကို။ န ကရိဿာမိ၊ မပြုအံ့။

၄၀။ ပရိမဏ္ဍလံ၊ အဝန်းညီစွာ၊ အာလောပံ၊ ဆွမ်းလုတ်ကို။ ကရိဿာမိ၊ ပြုအံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ၊ ကို။ ကရဏီယာ၊ ပြုအပ်၏။

စတုတ္ထော၊ လေးခုမြောက်သော။

သက္ကစ္စဝဂ္ဂေါ၊သက္ကစ္စဝဂ်သည်။ နိဋ္ဌိတော၊ ပြီးပြီ။

၄၁။ ကဗဠေ၊ ဆွမ်းလုတ်သည်။ အနာဟဋေ၊ ခံတွင်းဝသို့ မရောက်မီ။ မုခဒွါရံ၊ ခံတွင်းဝကို။ န ဝိဝရိဿာမိ၊ မဖွင့်အံ့။

၄၂။ ဘုဥ္ဇမာနော၊ ဆွမ်းစားသောငါသည်။ သဗ္ဗံဟတ္ထံ၊ အလုံးစုံသော လက်ကို။ မုခေ၊ ခံတွင်း၌။ န ပက္ခိပိဿာမိ၊ မထည့်အံ့။

၄၃။ သကဗဠေန၊ ဆွမ်းလုတ်နှင့်တကွသော။ မုခေန၊ ခံတွင်းဖြင့်။ န ဗျာဟရိဿာမိ၊ စကားမပြောအံ့။

၄၄။ ပိဏ္ဍုက္ခေပကံ၊ ဆွမ်းလုတ်ကို မြှောက်၍ မြှောက်၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၄၅။ ကဗဠာဝစ္ဆေဒကံ၊ ဆွမ်းလုတ်ကို ကိုက်ဖြတ်၍ ကိုက်ဖြတ် ၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၄၆။ အဝဂဏ္ဍကာရကံ၊ မျောက်ကဲ့သို့ ပါးစောင်၌ထား၍ ထား၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၄၇။ ဟတ္ထ နိဒ္ဓုနကံ၊ လက်ကို ခါ၍ ခါ၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၄၈။ သိတ္ထာဝကာရကံ၊ ဆွမ်းလုံးကို ကြဲ၍ ကြဲ၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၄၉။ ဇိဝှာနိစ္ဆာရကံ၊ လျှာကို ထုတ်၍ ထုတ်၍။ န ဘုဥ္ဇိ-ဿာမိ၊ မစားအံ့။

၅၀။ စပု စပု ကာရကံ၊ စပ် စပ် အသံကို ပြု၍ ပြု၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။ ကြတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ၊ ကို။ ကရဏီယာ၊ ၏။

ပဉ္စမော၊ ငါးခုမြောက်သော။ ကဗဠဝဂ္ဂေါ၊ ကဗဠဝဂ်သည်။
နိဋ္ဌိတော၊ ပြီးပြီ။

၅၁။ သုရု သုရု ကာရကံ၊ ရှုတ် ရှုတ်အသံကို ပြု၍ ပြု၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၅၂။ ဟတ္ထနိလ္လေဟကံ၊ လက်ကို လျက်၍ လျက်၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၅၃။ ပတ္တနိလ္လေဟကံ၊ သပိတ်ကိုခြစ်၍ ခြစ်၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၅၄။ ဩဋ္ဌနိလ္လေဟကံ၊ နှုတ်ခမ်းကို လျက်၍ လျက်၍။ န ဘုဥ္ဇိဿာမိ၊ မစားအံ့။

၅၅။ သာမိသေန၊ ဆွမ်းစသော အာမိသနှင့် တကွသော။ ဟတ္ထေန၊ လက်ဖြင့်။ ပါနီယထာလကံ၊ သောက်ရေခွက်ကို။ န ပဋိဂ္ဂဟေဿာမိ၊ မကိုင်အံ့။

၅၆။ သသိတ္ထကံ၊ ဆွမ်းလုံးနှင့်တကွသော။ ပတ္တဓောဝနံ၊ သပိတ်ဆေးရေကို။ အန္တရဃရေ ၌။ န ဆဍ္ဍေဿာမိ၊ မစွန့်အံ့။

၅၇။ ဆတ္တပါဏိဿ၊ ထီး လက်၌ရှိသော။ အဂိလာနဿ၊ မနာ မဖျားသော သူအား။ ဓမ္မံ၊ တရားကို။ န ဒေသေဿာမိ။ မဟောအံ့။

၅၈။ ဒဏ္ဍပါဏိဿ၊ တုတ်, တောင်ဝှေး လက်၌ရှိသော။ အဂိလာနဿ၊ မနာ မဖျားသော သူအား။ ဓမ္မံ၊ တရားကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ မဟောအံ့။

၅၉။ သတ္တပါဏကိဿ၊ ခါးလက်နက် လက်၌ရှိသော။ အဂိ-
လာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၀။ အာဝုဓပါဏိဿ၊ လေးလက်နက် လက်၌ ရှိသော။
အဂိလာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။
ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ၊ ကို။ ကရဏီယာ၊ ၏။
ဆဗ္ဗော၊ ခြောက်ခုမြောက်သော။ သုရု သုရုဝဂ္ဂေါ၊ သုရု
သုရုဝဂ်သည်၊ နိဋ္ဌိတော၊ ပြီးပြီ။

၆၁။ ပါဒုကာရုဠှဿ၊ ခြေနင်းစီးသော။ အဂိလာနဿ၊
အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၂။ ဥပါဟနာရုဠှဿ၊ ဖိနပ် စီးသော။ အဂိလာနဿ၊
အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၃။ ယာနဂတဿ၊ ယာဉ်စီးသော။ အဂိလာနဿ၊ အား။
ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၄။ သယနဂတဿ၊ အိပ်ရာ၌ နေသော။ အဂိလာနဿ၊
အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၅။ ပလ္လတ္ထိကာယ၊ လက်အာယောဂပတ်, ပုဆိုးအာယော
ဂပတ်ဖွဲ့လျက်။ နိသိန္နဿ၊ ထိုင်သော။ အဂိလာနဿ၊
အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၆။ ဝေဌိတ သီသဿ၊ ဦးရစ်ပေါင်းသော ဦးခေါင်းရှိသော။ အဂိလာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ တရားကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၇။ ဩဂုဏ္ဌိတသီသဿ၊ ခြုံသော ဦးခေါင်းရှိသော။ အဂိလာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၆၈။ ဆမာယံ၊ မြေ၌။ နိသိဒိတွာ၊ ၍။ အာသနေ၊ နေရာ၌။ နိသိန္နဿ၊ နေသော။ အဂိလာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ တရားကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ မဟောအံ့။

၆၉။ နီစေ၊ နိမ့်သော။ အာသနေ၊ နေရာ၌။ နိသီဒိတွာ၊ နေ၍။ ဥစ္စေ၊ မြင့်သော။ အာသနေ၊ နေရာ၌။ နိသိန္နဿ၊ နေသော။ အဂိလာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ မဟောအံ့။

၇၀။ ဌိတော၊ ရပ်သော ငါသည်။ နိသိန္နဿ၊ ထိုင်သော။ အဂိလာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၇၁။ ပစ္ဆတော၊ နောက်မှ။ ဂစ္ဆန္တော၊ သွားသော ငါသည်။ ပုရတော၊ ရှေ့မှ။ ဂစ္ဆန္တဿ၊ သွားသော။ အဂိလာနဿ၊ အား။ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ အံ့။

၇၂။ ဥပ္ပထေန၊ ခရီးမဟုတ်သဖြင့်။ ဂစ္ဆန္တော၊ သွားသော ငါသည်။ ပထေန၊ ခရီးဖြင့်။ ဂစ္ဆန္တဿ၊ သွားသော။

အဂိလာနဿ၊ အား၊ ဓမ္မံ၊ ကို။ န ဒေသေဿာမိ၊ မဟောအံ့။

၇၃။ အဂိလာနော၊ မနာ မဖျားသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဌိတော၊ ရပ်လျက်။ ဥစ္စာရံ ဝါ၊ ကျင်ကြီးကိုလည်းကောင်း။ ပဿာဝံ ဝါ၊ ကျင်ငယ်ကိုလည်းကောင်း။ န ကရိဿာမိ။ မစွန့်အံ့။

၇၄။ အဂိလာနော၊ မနာမဖျားသောပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဟရိတေ၊ စိမ်းသော မြက် သစ်ပင် ရှိရာအရပ်၌။ ဥစ္စာရံ ဝါ၊ ကျင်ကြီးကိုလည်းကောင်း။ ပဿာဝံ ဝါ၊ ကျင်ငယ်ကို လည်းကောင်း။ ခေဠံ ဝါ၊ တံတွေးကို လည်းကောင်း၊ န ကရိဿာမိ၊ မစွန့်အံ့။

၇၅။ အဂိလာနော၊ မနာမဖျားသောပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဥဒကေ၊ သုံးဆောင်ကောင်းသော ရေ၌။ ဥစ္စာရံ ဝါ၊ ကျင်ကြီး ကို လည်းကောင်း။ ပဿာဝံ ဝါ၊ ကျင်ငယ်ကိုလည်း ကောင်း။ ခေဠံ ဝါ၊ တံတွေးကိုလည်းကောင်း။ န ကရိ-ဿာမိ၊ မစွန့်အံ့။ ဣတိ၊ ဤသို့။ သိက္ခာ၊ သင်ခြင်း, ကျင့်ခြင်း, အားထုတ်ခြင်းကို။ ကရဏီယာ၊ ပြုအပ်၏။

သတ္တမော၊ ခုနစ်ခုတို့၏ ပြည့်ကြောင်းဖြစ်သော။ ပါဒုကဝဂ္ဂေါ၊ ပါဒုကဝဂ်သည်။ နိဋ္ဌိတော၊ ပြီးပြီ။

သေခိယအနက် ပြီး၏။

သေခိယ အစိပ္ပာယ်

ပရိမဏ္ဍလဝဂ်

၁-၂။ သင်းပိုင်ကို ဒူးအောက်လက်ရှစ်သစ်ခန့် ဒူးနှစ်ဘက် အဝန်း, ချက်ဝန်း သုံးပါးဖုံးလွှမ်း၍ဝတ်။ မဝတ်တတ်သေးလျှင် အပြစ်မရှိ။ တတ်အောင်သင်။ မသင်လျှင် အပြစ်ရှိသည်။ သလုံးမြင်းခေါင်း မတင့်တယ်မှု, အနာရှိမှု နိမ့်ချ၍လည်း ကောင်း, မြင့်တင်၍လည်းကောင်း ဝတ်အပ်၏။ ကိုယ်ဝတ်သင်္ကန်း ကို အစွန်းနှစ်ဖက် ညီစွာပြု၍ ဒူးအောက်လေးသစ်ခန့် အဝန်း ဖုံးလွှမ်း၍ရမ်း။

၃-၄။ အနားပတ်သီး တပ်၍ ကိုယ်ဝတ်သင်္ကန်း ရုံခြင်းကို ဆိုသည်။ ဦးခေါင်းနှင့်တကွ နား, မေးဖုံးကာ မရုံရ။ ဦးခေါင်း လက်ခြေတို့ကို ဖော်ထားရသည်။ လည်ပင်း, လက်ကောက်ဝတ် မပေါ်စေရ။ သို့ရာတွင် ဒူးရင်းဖော်မှ ဒုက္ကဋ်ဟု ပါဠိတော်၌ ဆို၏၊ လက်ကောက်ဝတ်ပေါ်ရုံဖြင့် အာပတ်ဟုမဆို။

၇-၈။ ထမ်းပိုးတစ်ပြန်မျှသော လေးတောင်ခန့်ထက်ပို၍ မကြည့်အပ်။ ဘေးကင်းရာကို တစ်နေရာ၌ ရပ်၍ဖြစ်စေ ကြည့်လျှင် အပြစ်မရှိ။ အာဇာနည် မြင်းသည် ထမ်းပိုးတစ်ပြန် မျှသာ ကြည့်သည်ဟူ၏။

၉-၁၀။ ခါးမှအထက် ခါးပန်းစသည် ပေါ်အောင်ပင့်ခြင်း မပြုရ။

ဥဇ္ဇုဂ္ဃိကဝဂ်

၁၁-၁၂။ ရယ်ဖွယ်အာရုံ၌ ပြုံးရုံမျှသာ ပြုအပ်၏။

၁၃-၁၄။ တစ်ဆယ့်နှစ်တောင်ကွာအရပ်ကနားလည်သော အသံသည် ငယ်သော အသံမဟုတ်။ အသံကျယ်မည်၏။ အပြစ်ရှိသည်။ ပရိတ်ရွတ်ခြင်း, တရားဟောခြင်း၌မူကား ကျယ်သော်လည်း အပြစ်မရှိ။

၁၅-၁၆။ မတုန်မလှုပ် ဖြောင့်မတ်သောကိုယ်, ငြိမ်သက်သော ဣရိယာပုထ်ဖြင့် သွားအပ်၏၊ ထိုင်အပ်၏။

ခမ္ဘကတဝဂ်

၂၃-၂၄။ ဦးခေါင်းနှင့်တကွ မခြုံရ။ မရုံရ။

၂၅။ ဖနောင့်ဖြင့်လည်းကောင်း ခြေဖျားဖြင့်လည်းကောင်း ထောက်၍ မသွားရ။

၂၆။ ဒူးကို သိုင်းလျက် လက်ချင်း ယှက်ခြင်းသည် လက်အာယောဂပတ်မည်၏။ ဒူးခေါင်းကျောက်ဆစ်ကို အဝတ်ဖြင့် ရစ်ခြင်းသည် ပုဆိုးအာယောဂပတ်မည်၏။

၂၇။ သတိထင်စွာထားလျက် ခံယူရမည်။ စွန့်ပစ်လိုသော အလားကဲ့သို့မပြုရ။ ယခုခေတ်တွင် ဆွမ်းလောင်း အသင်းများက ဆွမ်းနှင့်တကွ ဟင်းမျိုးနှစ်မယ်, သုံးမယ်လောင်းလှူရာ မကောင်းသော ဟင်းအမယ်များ အလှူရှင်များ မျက်မြင်မှာပင် သွန်မှောက်၍ ပစ်ကြသည်ကားအလှူရှင်များ၏ သဒ္ဓါကို ဖျက်ဆီးရာကျသည်။ သက္ကစ္စပဋိဂ္ဂဟ မဖြစ်။

၂၈။ သပိတ်၌ အမှတ်သညာထား၊ တခြားမကြည့်ရ။

၂၉။ လက်ကော်ရသော ပဲနောက်ဟင်း, ပဲကြီးဟင်းနှစ်မျိုးသာ ဟောရင်ဖြစ်၏။ ကုလားပဲစသည်တို့လည်း ပါဝင်သည်ဟု အဋ္ဌကထာတို့ဆိုကြသည်။ ကြွင်းသော ဟင်းရည်ကား များစွာလည်း ခံယူကောင်း၏။ ဆွေမျိုးထံ၌လည်းကောင်း, ဖိတ်ကြားထားသူတို့ထံ၌လည်းကောင်း, သူတစ်ပါးအလို့ငှာလည်းကောင်း, မိမိဥစ္စာဖြင့်လည်းကောင်း များစွာ ခံယူသော်လည်း အပ်၏။

၃၀။ အငယ်ဆုံး သုံးစလယ်ဝင်, အကြီးဆုံး သုံးပြည်ဝင် မည်းနက်အောင် ဖုတ်၍ အကွဲ အပေါက် မထင်။ အဓိဋ္ဌာန် တင်လောက်သော သပိတ်ပင်တည်း။ ထိုသပိတ်မျိုးဖြင့် ယာဝကာလိက ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကိုသာ စုံ့စုံ့တက်အောင် မခံအပ်။ တစ်ပါးသော ကာလိကကိုခံယူလျှင် အပ်၏။ ထိုထက် ငယ်လွန်းကြီးလွန်းသော သပိတ်ဖြင့် ယာဝကာလိကကို ခံယူလျှင် အပ်၏။

ဆွမ်းထက်၌ တစ်ပါးသော သပိတ်ခွက် သပိတ်ဖုံး စသည် ထား၍ ခံယူလျှင်အပ်၏။

သက္ကစ္စဝဂ်

၃၄။ ပဲနောက်ဟင်းမှ တစ်ပါးသော ဟင်းနှင့်ဟင်းရည်၌ လည်းကောင်း၊ ဆွေမျိုး၌လည်းကောင်း၊ ဖိတ်ကြားသူ၌လည်း ကောင်း၊ မိမိဥစ္စာဖြင့်လည်းကောင်း များစွာ စားသော်လည်း အပ်၏။

၃၆။ "သားကြီး ငါးကြီး မပေါ်စေရ"ဟု ဆင့်ဆိုအပ်သော အခါ စသည်တို့၌ ဖုံးဝှက်၍ လျှုဒါန်းကုန်၏။ ထိုသို့ပစ္စည်းရှင်က ဖုံးဝှက်၍ လှူလျှင်အပ်၏။

၃၇။ ဆွေမျိုးထံ၌လည်းကောင်း၊ ဖိတ်ကြားထားသူထံ၌ လည်းကောင်း၊ သူတစ်ပါး၏ ဉာတိပဝါရိတထံ ထိုသူတစ်ပါး၏ အလို့ငှာလည်းကောင်း၊ မိမိဥစ္စာဖြင့် လည်းကောင်း တောင်း လျှင် အပြစ်မရှိ။

၃၉။ ဥဒေါင်းဥ အနေကား ကြီးလွန်းသည်။ တားမြစ်၏။ ကြက်ဥ အနေကား ငယ်လွန်းသည်။ မတား၊ ၎င်းတို့၏ အလယ် အလတ် ပမာဏလောက်ပြု။ ကြီးလွန်းလျှင် ဒုက်ထိုက်သည်၊ ငယ်လွန်းလျှင် မလျောက်ပတ်ရုံသာ။ ဝိနည်းပြစ်မရှိ၊ ခဲဖွယ် သစ်သီးကြီးငယ် လက်သုပ်ဟင်းလျာ၌ အပြစ်မရှိ။

ကဗဠဝဂ်

၄၂။ အလုံးစုံသောလက်ကို တမင်ထည့်သော်လည်း မဝင်နိုင်။ လက်၏ အစိတ် လက်ချောင်းတို့ကို ဘယ်အစိတ်ကိုမျှ မထည့်ရဟု ဆိုလိုသည်။ ရွှံဖွယ်ဖြစ်သည်။ အားလုံးမဝင်နိုင် အောင်ဟု လက်ညှိုးထောင်ကာ စားခြင်းကား ဉာဏ်လွဲသူ၏ အရာတည်း။

၄၃။ အနည်းငယ်ရှိ၍ ပီသအောင် ပြောနိုင်လျှင် ပြော ကောင်း၏။

၄၅။ ခဲဖွယ် သစ်သီးကြီးငယ် လက်သုပ်ဟင်းလျာ၌ အပြစ်မရှိ။ ကိုက်ဖြတ်၍ စားကောင်း၏။ သို့ရာတွင် လက်ဖြင့် ဖဲ့ခွဲ စားခြင်းကို သင့်လျော်သည်၊ ယဉ်ကျေးသည်ဟု သမုတ်ကြ ကုန်၏။

၄၇။ အမှိုက်စွန့်လိုခြင်းဖြင့် လက်ခါလျှင် အပြစ်မရှိ။

သုရှသုရှဝဂ်

၅၁။ ရှုတ်ရှုတ်သံပြု၍ နှီးသောက်ကြသော ရဟန်းတို့ကို ကချေသည် ဖြစ်ဖူးသော ရဟန်းတစ်ပါးက "အချမ်း နှိပ်စက် လေသလော, မြွေအပေါင်းလော" ဟုပြက်ရယ်ပြုခြင်းကြောင့် ပညတ်သည်၊ လက်ဖက်ရည် စသည် သောက်ရာ၌လည်း သတိပြုသင့်၏။

၅၂။ လက်ချောင်းမျှကိုပင် မလျက်အပ်။ နို့ဃနာ, တင်လဲ စသည်တို့ကား လက်ချောင်းတို့ဖြင့် ယူ၍ လက်ချောင်းတို့ကို ခံတွင်းသို့သွင်း၍စားအပ်၏။ ထည့်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ လျက်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း အပြစ်မရှိ။ နို့ဃနာ, တင်လဲ တို့ဖြစ်မူ သပိတ်ခြစ်ခြင်း, နှုတ်ခမ်းလျက်ခြင်းလည်း အပြစ်မရှိ။

၅၃။ လက်တစ်ချောင်းမျှဖြင့်လည်း မခြစ်အပ်၊ အနည်း ငယ်မျှ အကြွင်းတို့ကို တစ်ပေါင်းတည်း စုပေါင်းကာ ခြစ်စား လျှင် အပ်၏။

၅၄။ နှုတ်ခမ်းကို လျှာဖြင့် မလျက်အပ်၊ နှုတ်ခမ်းချင်း ပွတ်၍ သွင်းခြင်းငှာအပ်၏။

၅၅။ သံဃာ့ပစ္စည်း, ပုဂ္ဂလိကပစ္စည်း, လူတို့ပစ္စည်း, မိမိပစ္စည်းဖြစ်သော ခွက်ကိုလည်း မကိုင်အပ်။ လက်တစ်စိတ် တစ်ဒေသ အာမိသမကပ်မူ ထိုတစ်စိတ်တစ်ဒေသဖြင့် ကိုင် အပ်၏။ ဆေးကြောအံ့ဟု ကိုင်လျှင်အပြစ်မရှိ။

၅၆။ ဆွမ်းလုံးကို ဆယ်ယူ၍ တစ်နေရာ၌ ထားပြီးလျှင် ရေချည်းသက်သက်စွန့်လျှင်အပ်၏။ ခွဲခြေ၍ ရေအလားတူပြု၍ စွန့်လျှင်, ထွေးခံ၌စွန့်လျှင်, အပသို့ဆောင်၍စွန့်လျှင်, အများ စွန့်ရာ၌စွန့်လျှင် အပ်၏။ ကောကနဒ ပြာသာဒ်ထဲ၌စွန့်ခြင်း ကြောင့် ပညတ်သည်။ အချို့ကား အိမ်ထဲ၌ သပိတ်မဆေး ကောင်းဟု အစွဲသန်ကုန်၏။

၅၇။ ထီးကို ဆောင်းသည်ဖြစ်စေ ပခုံးပေါ်ပေါင်ပေါ်၌ ထားသည်ဖြစ်စေ လက်ဖြင့်မလွှတ်သူအား တရားမဟောအပ်။ လက်လွှတ်မှ ဟောအပ်သည်။ ပဒသောဓမ္မ သိက္ခာပုဒ်၌ လာသောအတိုင်း သင်္ဂါယနာ သုံးတန်တင်အပ်သော ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာကို ပုဒ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အက္ခရာဖြင့်လည်းကောင်း မာဂဓဘာသာဖြင့် မဟောအပ်၊ (အနုပသမ္ပန္နနှင့်ပြိုင်တူလည်း မရွတ်အပ်၊) အထူးထူးသော ဘာသာစကားဖြင့် သီကုံး၍ ဟောရာ ပြိုင်တူရွတ်ရာ၌ အပြစ်မရှိ၊ တရားဟောခြင်းဟူသမျှ၌ ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ ဓမ္မကို ပါဠိဖြင့်ဟောခြင်း၊ ပို့ချခြင်းဟူ၍သာ ဆုံးဖြတ်သည်။

ထီးသုံးမျိုး

၁။ သေတစ္ဆတ္တ-ပုဆိုးဖြူဖြင့် ပြီးသောထီး။
၂။ ကိဠဉ္စစ္ဆတ္တ-ဖျာဖြင့်ပြီးသော ထီး၊
၃။ ပဏ္ဏစ္ဆတ္တ-သစ်ရွက်ဖြင့်ပြီးသော ထီးဟူ၍ သုံးမျိုးရှိ၏။

၅၈။ မဇ္ဈိမ လေးတောင်, ပကတိ ခြောက်တောင်ရှိသော တုတ်သည် တောင်ဝှေးမည်၏။

၅၉။ လက်ဖြင့် မကိုင်ဘဲ ဖွဲ့၍ လွယ်၍ တည်သောသူအား ဟောကောင်း၏။

၆၀။ မြားနှင့်တကွ လေးကိုလည်းကောင်း, လေးသက်သက်, မြားသက်သက်, ညှို့ရှိသောလေး, ညှို့မရှိသော လေးကိုလည်းကောင်း ကိုင်လျက် ရပ်သူ ထိုင်သူတို့အား တရားမဟောအပ်။ လည်ပင်း၌လွယ်သိုင်းသော်လည်း လက်ဖြင့် မကိုင်မူဟောအပ်၏။

ပါဒုကာဝဂ်

၆၁-၆၂။ ခြေချောင်း မသွင်း နင်းထားသူ အက္ကန္တ, ခြေဖျားစွပ်သွင်း စီးနင်းထားသူ ပဋိမုက္က, ဖနောင့်ပိတ်သွင်း စီးနင်းထားသူ ဩမုက္က ဤသုံးယောက်တို့အား မဟောအပ်။ ခြေနင်းကို သစ်သား, ထန်းလက်, ဝါး, မြက်, သစ်ရွက်တို့ဖြင့် ပြု၏၊ ဖိနပ်ကို သားရေဖြင့်ပြု၏။ ရဟန်းတို့အား လူသားရေဖြင့် ပြုသော ဖိနပ် မအပ်၊ ကျင်ကြီးအိမ်, ကျင်ငယ်အိမ်, သန့်သက် အိမ်၌ မရွေ့ဘဲ ဓာည်သော ခြေနင်းပါဒုက သုံးမျိုးကိုသာ စမ္မက္ခန္ဓက၌ ခွင့်ပြုသည်။၊

ပါဒုကနှင့် ဥပါဟန အထူး

သဲကြိုးမပါဘဲ အဖျား၌ ကြေးဘုတပ်၍ စီးရသော ဖိနပ်ကို ပါဒုက ခေါ်သည်။

သဲကြိုးပါသော ဖိနပ်အမျိုးမျိုးနှင့် နောက်ပိတ် ရှူးဖိနပ် များကို ဥပါဟန ခေါ်သည်။

၆၃။ ဖျက်ထားသော လှည်းဘီးထက်၌ပင် နေသော သူအား မဟောအပ်၊ ယာဉ်တစ်ခုတည်း၌ နှစ်ယောက် အတူ နေလျက် ဟောလျှင် အပ်၏။

ယာဉ် ခြောက်မျိုး

၁။ ဝယှမည်သော ပေါင်းချုပ်ယာဉ်၊
၂။ ရထမည်သော ရထားရိုးရိုးယာဉ်၊
၃။ သကဋမည်သော လှည်းယာဉ်၊
၄။ သန္ဒမာနိကာမည်သော သန်လျင်းယာဉ်၊
၅။ သိဝိကာမည်သော ထမ်းစင်ယာဉ်၊
၆။ ပါဋင်္ကီ မည်သော ပုဆိုး သန်လျင်းယာဉ် ဟူ၍ ခြောက်မျိုးရှိ၏။

၆၄။ ပကတိ မြေပြင်၌ အိပ်နေသော သူအားလည်း မဟောအပ်၊ မြင့်သောနေရာ (သို့မဟုတ်) တူမျှသော နေရာ၌ အိပ်လျက်ကား ဟောအပ်၏၊ ရပ်သူ, ထိုင်သူအားလည်း ဟော အပ်၏၊ ထိုင်သူသည် ရပ်သူ, ထိုင်သူအား ဟောအပ်၏။ ရပ်သူ သည် ရပ်သူအားသာ ဟောအပ်၏။

၆၆။ ပဝါ, ဦးထုပ် စသည်တို့ဖြင့် ဆံစမပေါ် အောင်ပြုထား သောသူကို ဆံစပေါ် အောင် ဖွင့်ခိုင်း၍ ဟောလျှင် အပ်၏။

၆၇။ ဦးခေါင်းနှင့်တကွ ခြုံသောသူကို ဦးခေါင်းပေါ် အောင် ဖွင့်ခိုင်း၍ ဟောလျှင် အပ်၏။

၆၈။ ဆမာသည် မြေပေါ ဣတ္ထိလိင် သဒ္ဒါ ဖြစ်သည်၊ အဝတ်မျှ, မြက်မျှ ခင်း၍ ထိုင်နေသောသူအားလည်း မဟော ကောင်းပါ။

၆၉-၇၀။ မထေရ်ကြီးက မေးသော်လည်း မဖြေဆိုအပ်။ မထေရ်ကြီးကို ထ၍ မေးပါဟူ၍လည်း မပြောအပ်။ နံပါး၌ ရပ်နေသောသူအား ပြောမည်ဟု နှလုံးပိုက်၍ ဖြေဆိုလျှင် အပ်၏။ ဉာဏ်စွမ်းသိလို၍ မေးသော မထေရ်ကြီးအားကား လက်အုပ် ချီလျက်ပင် ဖြေဆိုရသေးသည်။

၇၁။ ပြဿနာမေးသော်လည်း မဖြေဆိုအပ်။ မိမိ၏နောက် မှလိုက်လာသူရှိလျှင် ထိုသူအားပြောမည်ဟု ဖြေဆိုလျှင် အပ်၏။ အတူ သင်ယူအပ်သော ပါဠိစမ့်ကို သရဇ္ဈာယ်ခြင်းငှာလည်း အပ်၏။ ညီတူသွားသော သူအားလည်း ဟောခြင်းငှာ အပ်၏။

၇၂။ လှည်းလမ်း၌ တစ်လမ်းစီဖြင့် လည်းကောင်း၊ လမ်း မဟုတ်သဖြင့် လည်းကောင်း ညီတူသွားကုန်အံ့ ဟောအပ်၏။

၇၃-၇၄။ မြေပေါ်နေသော သစ်မြစ်၌ လည်းကောင်း၊ သစ်ခက်၌လည်းကောင်း မစွန့်အပ်။ သစ်ကိုင်း၌ထိုင်၍ စိမ်းသော မြက်သစ်ပင် မရှိရာ အရပ်၌ စွန့်ခြင်းငှာ အပ်၏။ နေရာရှာစဉ်

အဆောတလျင် ထွက်သွားအံ့၊ လူနာအရာ၌ တည်သောကြောင့် အပြစ်မရှိ။ စိမ်းသော မြက်သစ်ပင်မရှိရာ၌ စွန့်လျက် စိမ်းသော မြက်သစ်ပင်ရှိရာသို့ စီးသွားလွှမ်းမိုးငြားအံ့ အပြစ်မရှိ။ တံတွေးဖြင့် နှပ်ကိုလည်း ရေတွက်အပ်၏။

၇၅။ မသုံးဆောင်ကောင်းသော ဝစ္စကုဋိ၊ သမုဒ္ဒရာစသော ရေတို၌ အပြစ်မရှိ။ ရေကြီးသဖြင့် ရေပြင်ကြီး အလယ်၌ ဖြစ်လျှင် စွန့်အပ်၏။ ကြည်းကုန်း၌ စွန့်လျက် ရေသို့ စီးသွားလွှမ်းမိုးငြားအံ့ အပြစ်မရှိ။ သုံးဆောင်ကောင်းသော မြစ်တွင် လည်းကောင်း။ ကန်တွင်လည်းကောင်း ရေချိုးနေစဉ် တံတွေးထွေးလိုသော် လက်ခုပ်ဖြင့် ရေခံ၍ ၎င်းလက်ခုပ်တွင်း ရေဝယ် တံတွေး ထွေးလျှင် အပြစ်မရှိ။

သေခိယ (၇၅) အဓိပ္ပါယ် ပြီး၏။

ခန္ဓကဝတ် ပါဠိ-အနက်

စုဒ္ဒသ ခန္ဓကဝတ္တာနိ နာမ ခန္ဓကေ ဝုတ္တာနိ၊ ကထံ အာဂန္တုကဝတ္တံ၊ အာဝါသိကဝတ္တံ၊ ဂမိကဝတ္တံ၊ အနု မောဒနဝတ္တံ၊ ဘတ္တဂ္ဂဝတ္တံ၊ ပိဏ္ဍစာရိကဝတ္တံ၊ အာရည ကဝတ္တံ၊ သေနာသနဝတ္တံ၊ ဇန္တာဃရဝတ္တံ၊ ဝစ္စကုဋိဝတ္တံ၊ ဥပဇ္ဈာယဝတ္တံ၊ သဒ္ဓိဝိဟာရိကဝတ္တံ၊ အာစရိယဝတ္တံ၊ အန္တေဝါသိကဝတ္တန္တိ ဣမာနိ စုဒ္ဒသ

ခန္ဓကဝတ္တာနိ၊ ဧတာနိ စ သဗ္ဗေသံ သမ္ဗဒ္ဓါ စ ယထာရဟံ စရိတဗ္ဗာနိ။

၁။ ဝတ္တံ အပရိပူရေန္တော၊ သီလံ န ပရိပူရတိ။
အသုဒ္ဓသီလော ဒုပ္ပညော၊ စိတ္တေကဂ္ဂံ န ဝိန္ဒတိ။
၂။ ဝိက္ခိတ္တစိတ္တော နေကဂ္ဂေါ၊ သမ္မာ ဓမ္မံ န ပဿတိ၊
အပဿမာနော သဒ္ဓမ္မံ၊ ဒုက္ခာ န ပရိမုစ္စတိ။
၃။ တသ္မာ ဟိ ဝတ္တံ ပူရေယျ၊ ဇိနပုတ္တော ဝိစက္ခဏော၊
ဩဝါဒံ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌဿ၊ ကတွာ နိဗ္ဗာနမေဟိတိ။

စုဒ္ဒသ၊ တစ်ဆယ့်လေးပါးကုန်သော။ ခန္ဓကဝတ္တာနိနာမ၊ ခန္ဓကဝတ် မည်သည်တို့ကို။ ခန္ဓကေ၊ မဟာဝါ, စူဠဝါခန္ဓက၌။ ဘဂဝတာ၊ မြတ်စွာဘုရားသည်။ ဝုတ္တာနိ၊ ဟောတော်မူအပ်ကုန်၏။ ကထံ ဝုတ္တာနိ၊ အဘယ်သို့ ဟောတော်မူအပ်ကုန်သနည်းဟူမူကား-

အာဂန္တုကဝတ္တ၌၊ အရံအတွင်းသို့ မဝင်မီ ဖိနပ်ချွတ်ခြင်း, ထီးရုတ်ခြင်း, ဦးခေါင်းခြုံကို ဖွင့်ခြင်း, ဦးခေါင်း၌ တင်သော သင်္ကန်းကို ပခုံးသို့ချခြင်း, အာဝါသိကရဟန်းကြီးကို ရှိခိုးခြင်း စသော **အာဂန္တုက** ရဟန်း, သာမဏေတို့ ပြုရသော ဝတ် လည်းကောင်း။

အာဝါသိကဝတ္တဉ္စ၊ အာဂန္တုက ရဟန်းကြီးကိုမြင်လျှင် ခရီးဦးကြိုဆိုခြင်း, သပိတ်, သင်္ကန်းကို လှမ်းယူခြင်း အာဂန္တုက ရဟန်းကြီးကို ရှိခိုးခြင်း, ခြေဆေးခြင်း, ခြေဆေးအင်းပျဉ် စသည်ကို အနီး၌ထားခြင်း စသော အာဝါသိက ရဟန်း သာမဏေတို့ ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

ဂမိကဝတ္တဉ္စ၊ သစ်ဘဏ္ဍာ, မြေဘဏ္ဍာစသည်တို့ကို သိမ်းခြင်း၊ တံခါးမ, လေသာတံခါးတို့ကို ပိတ်ခြင်း, ပန်ပြော၍ သွားခြင်း စသော ခရီးသွားအံ့သောရဟန်း , သာမဏေတို့ ပြုရာ သောဝတ် လည်းကောင်း။

အနုမောဒနဝတ္တဉ္စ၊ မထေရ်ကြီးတရားဟောခြင်း, မထေရ်ကြီးကတိုက်တွန်းမှ ဟောခြင်း, ပန်လျှောက်၍ဟောခြင်း စသော တရားဟောရာ၌ ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

ဘတ္တဂ္ဂဝတ္တဉ္စ၊ တရားဟောခြင်း, ရဟန်းကြီးကိုတိုး‌ဝှေ့၍ မနေမထိုင်ခြင်း, ရဟန်းငယ်ကို နေရာဖြင့် မမြစ်ခြင်းစသော ဆွမ်းစားဇရပ်၌ ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

ပိဏ္ဍစာရိကဝတ္တဉ္စ၊ သစ်ဘဏ္ဍာ၊ မြေဘဏ္ဍာ စသည်တို့ကို သိမ်းခြင်း, သပိတ်ကို ရေကျင်းခြင်း, ခါးပန်းကိုဖွဲ့ခြင်း, သင်းပိုင်, သင်္ကန်းတို့ကို အဝန်းညီစွာ ဝတ်ရုံခြင်း, သေခိယနှင့် အညီ သွားခြင်း, မနှေးမလျင် ရွာတွင်းသို့ ဝင်ခြင်း, မရှည်မကြာ

ရပ်ခြင်းစသော ဆွမ်းခံရဟန်း, သာမဏေတို့ ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

အာရညကဝတ္တ၌၊ သောက်ရေ, သုံးဆောင်ရေ တည်ထားခြင်း, မီးပွတ်ခုံ, ပွတ်ကျည်, တောင်ဝှေးထားခြင်း၊ အရပ်လေးမျက်နှာ တာရာ နက္ခတ်တို့ကို မှတ်သားခြင်းစသော တောနေ ရဟန်းသာမဏေတို့ ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

သေနာသနဝတ္တ၌၊ ညောင်စောင်း, အင်းပျဉ်, အိပ်ရာ, နေရာတို့ကို သုတ်သင်ခြင်း, နေလှန်းခြင်း, ပရိဝုဏ်, ရေချိုးအိမ်, ဝစ္စကုဋိစသည်တို့ကို တံမြက်လှည်းခြင်းစသော ကျောင်း၌ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

ဇန္တာဃရဝတ္တ၌၊ ပြာကိုစွန့်ခြင်း, တံမြက်လှည်းခြင်းစသော ချွေးဇရုံးအိမ်၌ ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

ဝစ္စကုဋိဝတ္တ၌၊ ချောင်းဟန့်ခြင်း, သက်နန်းတန်း၌ သင်္ကန်းကိုတင်၍ မနှေးမလျင် ဝင်ခြင်း, သင်းပိုင်ကိုပင့်၍ မဝင်ခြင်း, နင်းခုံ၌ နင်းမိမှ သင်းပိုင်ကို ပင့်ခြင်း, ကြမ်းသော ကနုတံ စသည်ဖြင့် မသုတ်ခြင်း, သန့်သက်ရေ ဆေးခြင်း, နင်းခုံ၌ နင်း လျက် သင်းပိုင်ကို ဖုံးလွှမ်းခြင်းစသော ကျင်ကြီးအိမ်၌ ပြုရာ သော ဝတ်လည်းကောင်း။

ဥပဇ္ဈာယဝတ္တ၌၊ နံနက်စောစော ထ၍ ကိုယ်ဝတ်ကို လက်ကတော့ တင်၍ မျက်နှာသစ်ရေ တံပူကပ်ခြင်း, ယာဂု ဆွမ်း ကပ်ခြင်း, သပိတ်ခွက် ဆေးခြင်း, ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာကို သုတ်သင်ခြင်း, နေလှန်းခြင်း, တံမြက်လှည်းခြင်း, နေရာ ခင်းခြင်း စသည်ဖြင့် ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာ၌ သဒ္ဓိဝိဟာရိက တပည့်တို့က ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

သဒ္ဓိဝိဟာရိကဝတ္တ၌၊ သင်္ဂြိုဟ် ထောက်ပံ့ချီးမြှင့်ခြင်း စသည်ဖြင့် သဒ္ဓိဝိဟာရိက တပည့်တို့၌ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာက ပြုရာ သော ဝတ်လည်းကောင်း။

အာစရိယဝတ္တ၌၊ နံနက်စောစော ထ၍ ကိုယ်ဝတ်ကို လက်ကတော့တင်၍ မျက်နှာသစ်ရေတံပူကပ်ခြင်း, သပိတ်ခွက် ဆေးခြင်း, ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာတို့ကို သုတ်သင်ခြင်း, နေလှန်း ခြင်း, တံမြက်လှည်းခြင်း, နေရာခင်းခြင်းစသည်ဖြင့် ဆရာ လေးပါးတို့၌ တပည့်လေးပါးတို့က ပြုရာသော ဝတ်လည်း ကောင်း။

အန္တေဝါသိကဝတ္တ၌၊ သင်္ဂြိုဟ် ထောက်ပံ့ချီးမြှင့်ခြင်း စသည်ဖြင့် တပည့်လေးပါးတို့၌ ဆရာလေးပါးတို့က ပြုရာသော ဝတ်လည်းကောင်း။

က္ကတိ၊ ဤသို့။ က္ကမာနိ စုဒ္ဒသ ခန္ဓကာဝတ္တာနိ၊ ဤတစ်ဆယ့် လေးပါးကုန်သော ခန္ဓကဝတ်တို့ကို။ ဝုတ္တာနိ၊ ဟောတော်မူအပ် ကုန်၏။ ဧတာနိ စ၊ ထိုဝတ်တို့ကိုလည်း။ သမ္ဗေသံ၊ ခပ်သိမ်း ကုန်သော ရဟန်း,သာမဏေတို့သည်။ သဗ္ဗဒါ စ၊ အခါ ခပ်သိမ်းလျှင်။ ယထာရဟံ၊ ကျင့်ထိုက်သည် အားလျော်စွာ။ စရိတဗ္ဗာနိ၊ ကျင့်အပ်ကုန်၏။

၁။ ဝတ္တံ၊ ဝတ်ကြီး,ဝတ်ငယ်ကို။ အပရိပူရေန္တော၊ မဖြည့် ကျင့်သော ရဟန်း,သာမဏေသည်။ သီလံ၊ သီလကို။ န ပရိပူရတိ၊ ဖြည့်ကျင့်သည် မမည်။ အသုဒ္ဓသီလော၊ မစင်ကြယ် သော သီလရှိသော။ ဒုပ္ပညော၊ ပညာနည်းသော ရဟန်း, သာမဏေသည်။ စိတ္တေကဂ္ဂံ၊ စိတ်၏ ငြိမ်သက်တည်ကြည်ခြင်း ကို။ န ဝိန္ဒတိ၊ မရနိုင်။

၂။ ဝိက္ခိတ္တစိတ္တော၊ လေခတ်သော တံခွန်ကဲ့သို့ ပျံ့လွင့် သော စိတ် ရှိသည်ဖြစ်၍။ နေကဂ္ဂေါ၊ မတည်ကြည်သောရဟန်း, သာမဏေသည်။ သမ္မာ၊ ကောင်းစွာ။ ဓမ္မံ၊ မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန် တရားကို။ န ပဿတိ၊ မမြင်နိုင်။ သဒ္ဓမ္မံ၊ မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန် တရားကို။ အပဿမာနော၊ မမြင်ရသောရဟန်း, သာမဏေ သည်။ ဒုက္ခာ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ။ န ပရိမုစ္စတိ၊ မလွတ်နိုင်။

၃။ တသ္မာ ဟိ-တသ္မာ ဧဝ၊ ထို့ကြောင့်သာလျှင်။ ဝတ္တံ၊ ဝတ်ကြီး,ဝတ်ငယ်ကို။ ပူရေယျ၊ ဖြည့်ကျင့်ရာ၏။ ဗုဒ္ဓသေဋ္ဌဿ၊ ချီးမွမ်းအပ်သော သူတို့ထက် အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ်သော မြတ်စွာဘုရား၏။ ဩဝါဒံ၊ အဆုံးအမတော်ကို။ ကတွာ၊ အရိုအသေ ပြုရသောကြောင့်။ ဝါ-ပြုသည်ရှိသော်။ ဝိစက္ခဏော၊ အမြော်မြင် ပညာမျက်စိရှိသော။ ဇိနပုတ္တော၊ ဘုရားသားတော်သည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်သို့။ ဧဟိတိ၊ ရောက်ရလိမ့်သတည်း။

(အနက် ရှမ်းကလေးကျွန်း ဆရာတော် ရေးသည်)

ခန္ဓကဝတ် ပါဠ်အနက် ပြီး၏။

သာသနာတော်ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးဦးစီးဌာန
အမှတ် ၂၉၆၅၆
ရက်စွဲ ၇.၁၀.၁၆
သုတေသနစာကြည့်တိုက်

ပ.မ.သ.စ ၃၄/၂၉.၈.၂၀၁၆ (၅၀,၀၀၀) အုပ်၊ လက်သို့။