အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ဘဒ္ဒန္တပညာဇောတထေရ်

၏

မဏ္ဍိုင်

ဒုလ္လဘမြန်မာဝိနည်းကျမ်း

၁၁

ဣစ္ဆာသယ

ဣစ္ဆာသယ ပိဋကတ် စာပုံနှိပ်တိုက်၊

အမှတ်-၁၁၃၊ ၂၄-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

ကောဇာ-၁၃၅၄။ ပထမအကြိမ် ခရစ်-၁၉၉၃။

၂၂၇၀၄ ၂၉၄.၃၁၁

ပခုက္ကူမြို့၊ သာသနာ့မဏ္ဍိုင်ကျောင်းတိုက်၊
နာယကဆရာတော်
အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
ဘဒ္ဒန္တပညာဇောတ ဘေရိ
၏

မဏ္ဍိုင်
ဒုလ္လဘမြန်မာဝိနည်းကျမ်း

မှုပိုင်
(ရွှေဝင်း-တင်ထွေးယဉ်)

ကုဿာသယ ပိဋကတ် စာပုံနှိပ်တိုက်၊
အမှတ်-၁၁၃၊ ၂၄-လမ်း၊၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဘာသာရေးစာပေဆိုင်ရာ စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၇၀/၉၃/၁)

မျက်နှာဖုံး ခွင့်ပြုချက်အမှတ်(၁၆၂/၉၃/၃)

ထုတ်ဝေသူ — ဦးရွှေဝင်း (မြ-၀၄၇၉)
ဣစ္ဆာသယပိဋကတ်စာပေတိုက်၊
အမှတ်-၁၁၃၊ ၂၄-လမ်း၊
လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ — ဦးရွှေဝင်း (မြ-၀၂၈၉၃)
ဣစ္ဆာသယ ပိဋကတ် စာပုံနှိပ်တိုက်၊
အမှတ်-၁၁၃၊ ၂၄-လမ်း၊
ရန်ကုန်မြို့။

မြန်ချီရေး — သစ္စာမဏ္ဍိုင် ပိဋကတ် စာအုပ်ဆိုင်၊
အမှတ်-၂၊ ရွှေတိဂုံဘုရားကြီးဈေး၊
ရန်ကုန်မြို့။

အဖုံးရိုက် — ဣစ္ဆာသယစာပုံနှိပ်တိုက်၊

ပထမအကြိမ် အုပ်ရေ (၁၀၀၀)။

ရောင်းဈေး ၃၀-ကျပ်။

၁၃၅၄-ခု၊ တပေါင်းလ၊ ၁၉၉၃-ခု၊ မတ်လ၊

ဒုလ္လဘခေတ်နှင့် ရှင်သစ်-ရဟန်းသစ်များ သတိပြုဖွယ်

ဒုလ္လဘခေတ်

ယခုအခါမြန်မာပြည်၌ ဗုဒ္ဓသာသနာတော် လွန်စွာထွန်းကားခေတ်စားနေသည်ဖြစ်ရာ အမျိုးကောင်း သားသမီးများ အလွန်စိတ်ဝင်စားနေကြပေသည်၊ အမျိုးကောင်းသားများက ရသမျှအချိန်ကလေးကို အလကားမကုန်လွန်စေကြဘဲ၊ ကိုယ်တိုင် ရှင်ရဟန်းပြုခွင့်ရနေကြ၍ အမျိုးသမီးများကလည်း မိမိတို့၏ သက်ဆိုင်ရာသား မြေး မြစ် တူ မောင် အစ်ကိုစသူတို့အား ရှင်ရဟန်း ဝတ်ပေးကြရန် အခွင့်အရေးကိုသာ ရှာကြံကာနေလေ့ ရှိကြပေသည်၊ ရသမျှအခွင့်ယူကာ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ပေးနေကြပေသည်။

ခွင့်ရေးကြုံက ယူတတ်မှ

သာသနာတော်ဆိုတာ အလွန်တရာမှတွေ့ခဲ ရခဲလှပေသည်၊ သာသနာဘော်တစ်ခု ထွန်းကားပေါ်ပေါက်မှုမှာ ကမ္ဘာသုံးထောင်လေးကမ္ဘာမှ တစ်ခါလောက်သာ ပွင့်ပေါ်နိုင်ပေသည်၊ ကျန်သောကမ္ဘာနှစ်ထောင့်ကိုးရာကျော်လောက်မှာ ဘုရားသာသနာ မရှိနိုင်ပေ။

သာသနာမရှိလျှင်ရှင်ပြုရဟန်းခံမှုမှာ ပြုနိုင်မရှိနိုင်ပေ၊ သာသနာ မရှိပါက သတ္တဝါများမှာ မှောင်မိုက်ကြီးထဲမှာ နေရသလို ဘယ်တရား ဘယ်ရုပ်နာမ်မမှ ဘယ်ကုသိုလ်ကောင်းမှုမှ ပြုစုမ်းနိုင်မည် မဟုတ်ပေ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှု မပြုနိုင်လျှင်သည်း အပါယ်ငရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်၍ သုဂတိဘုံဘဝသို့ ရောက်ဖို့ရန် အလွန်ခဲယဉ်းကြပါမည်။

ထို့ကြောင့် သာသနာတော်နှင့် တွေ့ကြုံခြင်း သာသနာ့ကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ရခြင်းမှာ အလွန်ခဲယဉ်းသောကြောင့် ဒုလ္လဘကိစ္စ-ဒုလ္လဘရှင်ပြု ရဟန်းခံကိစ္စများဟူ၍ အများကပင် အသိအမှတ်ပြု-အခေါ်ပြုနေကြပေသည်။

ရှင်ရဟန်းအဖြစ်၏ မြင့်မြတ်ပုံ

ရှင်ရဟန်းပြုကြသူများမှာ သာမန်ခေါင်းရိပ်, သင်္ကန်းဝတ်ရုံမျှ မဟုတ်ပေ၊ ရှင်ရဟန်း ပြုလိုက်သည်နှင့်တပြိုင်နက် သာမဏေများ လွဲမသွေ ကျင့်ရသည့် သာမဏေသိက္ခာ သီလ (၇၅)ပါးမျှ ရှိပေသည်။

ရဟန်းတော်များကျင့်ဝတ်သီလများကလည်း (၂၂၇) ပါးအကျဉ်း အားဖြင့်ရှိရာ အကျယ်အားဖြင့် ကုဋေကိုးထောင်ကျော်မျှ ရှိပေသည်။

(ခုနစ်ဆယ့်ငါးဝ၊ ကျင့်သီလကြောင့်၊ သေးလျှနုနယ်၊ ရှင်သူငယ် အား၊ လူနတ်များ၊ လေးစားပူဇော်ရာ) ဟူသော ဆောင်ပုဒ်အရ ရှင်သာမဏေငယ်များပင်ဖြစ်သော်လည်း မိမိတို့စောင့်ထိန်းထားရသော သာမဏေ သီလများမှာ အနည်းဆုံး (၇၅) ပါးမျှ ရှိသောကြောင့် ရှစ်ပါးသီလ၊ ဆယ်ပါသီလများသာ အလွန်ဆုံး စောင့်ထိန်းခွင့်ရသော စကြာမင်းကြီး သိကြားမင်းကြီးများ ဗြဟ္မာမင်းများထက် မြင့်မြတ်၍ ရှိခိုးခံထိုက်ကြောင်း၊ ဆိုထားပါသည်၊ ထိုနည်းတူစွာ အထက်ပါ ဆောင်ပုဒ်အရ ရဟန်းတော်များကိုလည်း များမြတ်သော သီလသိက္ခာ ဂုဏ်အားဖြင့် မြတ်ကြသည့်အတွက် စကြာ, သိကြား, ဗြဟ္မာကြီးများ ကပင် ရှိခိုးဝတ်ချ အရှိအသေပြုကြရပေသည်ကို သဒ္ဓါပွားကာကြည်ညို တတ်ကြပါစေဟူ၍ သတိပေး တိုက်တွန်းလိုက်ရပါသည်။

ရဟန်းတော်များအား သင့်ရောက်စေသည့် အာပတ်အပြစ် ၇-ပါး

ရဟန်းတော်များမှာ ကျင့်ရမည့် သီလ သိက္ခာပျက်၍ သင့်ရောက် ရသောအာပတ် အပြစ်မှာ-

၁။ ပါရာဇိကအာပတ်- ရဟန်း အဖြစ်မှ ပျက်ပြား၍ သာသနာမှ ဆုံးရှုံးရသော ကမ္ဘာချီပြီး အပါယ်ကျစေသောအပြစ်။

၂။ သံဃာဒိသေသ်အာပတ်- အစ, အလယ်, အဆုံး သံဃာကပင် ဦးဆောင်၍ ကုစားပြုပြင် ပေးရသော ရောဂါကြီးကုနိုင် သော အပြစ်။

၃။ ထုလ္လစ္စဥ်းအာပတ်- အပြစ်ကြီးသော အာပတ်အပြစ်။

၄။ နိဿဂ္ဂိ ပါစိတ်အာပတ်- စွန့်လွှတ်ခြင်းရှိသော မကောင်းစိတ်ဖြင့် သင့်သော အာပတ်ပြစ်။

၅။ ပါစိတ်အာပတ်- ယုတ်မာသော စိတ်ဖြင့် ရောက်အပ်သော အာပတ်ပြစ်။

၆။ ပါဋိဒေသနီအာပတ်- လျှောက်ကြား ဝန်ခံမှ လွတ်သော အာပတ်ပြစ်။

၇။ ဒုက္ကဋ်အာပတ်- မကောင်းသော အမူအရာကြောင့် သင့်သော အာပတ်ပြစ်-ဟူ၍ အာပတ် ၇-ပါးရှိ၏။

ထိုအာပတ်ပြစ် ၇-မျိုး အပါအဝင် အာပတ်သင့်နိုင်သည့် အရာများကို သိက္ခာပုဒ်ပေါင်း ၂၂၇-ပါး တို့ကို မြန်မာလို ရှင်းလင်းပြသောစာအုပ်ဖြစ်၍ မြန်မာဝိနည်းဟူ၍ ဆိုပါသည်၊ ဒုလ္လဘများကြည့်ရှုရန်ဖြစ်၍ ဒုလ္လဘမြန်မာဝိနည်းဟူ၍ နာမည်မှည့်ခေါ်ထားပါသည်။

နိဒါန်းစကား

သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရှင်ရဟန်းများတို့ လိုက်နာ ကျင့်ပွားစဉ် မဂ် ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်အထိ ရရှိကြစေရန် ဆုံးမတတ်၊ လမ်းညွှန်တတ်သောကြောင့် ဝိနည်းမည်၏။

ထိုဝိနည်းသည် ရှင်သာမဏေတို့ ကျင့်ရမည့် ဝိနည်းသိက္ခာ သီလ (၇၅)ပါး၊ ရဟန်းတော်များကျင့်ရမည့်သိက္ခာ (၂၂၇)ပါး၊ ဘိက္ခု ရဟန်းမများကျင့်ရန်(၃၁၁)ပါးအားဖြင့် သိက္ခာသီလအကျင့်ပေါင်း အကျဉ်းအားဖြင့် (၆၁၃)ပါး၊ အကျယ်အားဖြင့် ကုဋေကိုးထောင် ကျော် ရှိပါသည်၊ ထိုသိက္ခာပုဒ် သီလများမှ သာမဏေတို့ကျင့်ရမည့် သိက္ခာမှာ(၇၅)ပါး၊ ရဟန်းတော်များကျင့်ရမည့် သိက္ခာ (၂၂၇) ပါး၊ ဘိက္ခုနီရဟန်းမတို့ ကျင့်ဝတ်များမှလည်း သက်ဆိုင်ရာ များကို ယူဆောင်၍ ပေါ်လွင်လွယ်ကူစေကာ ထင်ရှားအောင် မြန်မာပြန်ဆိုပြီး ခက်ရာခက်ဆစ်များကိုလည်း သိနားလည်အောင် ရှင်းပြထားပါသည်။

ထို့အပြင် ဝိနည်းအကျင့်ကို လိုလားသူများ အလွယ်တကူ ဖတ်ရှု သိရှိကျင့်ပွား နိုင်ကြစေရန် ဝိနည်းမှတ်စုမှတ်ဖွယ်ရာ အကျဉ်းများကို လည်း ပြထားပါသည်။

ရှင်သစ် ရဟန်းသစ်များ လောလောဆယ် ကျက်မှတ်ကျင့်ပွားနိုင် စေရန် ဒေသနာကြားပုံ၊ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံ၊ ဝိကပ္ပနာပြုပုံ စသည်များနှင့် မုဘာန်ဆောက်ဘည်ပုံများ၊ တရားရှုမှတ်ပုံများပါ စုံစုံလင်လင်ထည့်သွင်း ဖော်ပြထားသည် ဖြစ်ရာ ဒုလ္လဘ ရှင်သစ်ရဟန်းသစ်များအတွက် အဖက် ဖက်မှပြည့်စုံစွာ ကြည့်ရှုကျက်မှတ်နိုင်ရန်နှင့် သိလိုကြည်ညိုလိုကြသော လူဝတ်ကြောင်များအတွက်ပါ အကောင်းဆုံး အသင့်တော်ဆုံး ကျင့် ဝတ်စုံပြည့်ညွှန်သော ကျမ်းဖြစ်ကြောင်း အသိပေး တိုက်တွန်း ရေးသား လိုက်ရပါကြောင်း။

ဝိနယော သာသနဿာယု၊ ဝိနယမှိ သုသိက္ခိတာ၊
ဝိနဒ္ဓဝိဂတာ သန္တာ၊ ပါပုဏန္တိ ဝိနိစရဏံ။

သာသနာ့အသက်၊ ဝိနည်းဘက်၌၊ ကျင့်ချက်ကြီးမား၊ သူတော်တော်စင်များသည်၊ လိုလားကင်းပ၊ မြင့်မြတ်ကြ၍၊ နီဝရဏကင်းရေး၊ ဥဿုတာကို၊ လျင်စွာထုတ်ချောက်၊ ရောက်စေသော်။

(မဏ္ဍိုင်)အရှင်ပညာဇောတ၊
၁၃၅၁-ခု၊ တော်သလင်းလ။

မာတိကာ

●

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ		စာမျက်နှာနံပါတ်
၁။	သတိပြုဖွယ်နှင့် နိဒါန်းစကား		
၂။	ပဏာမနှင့် ပရိညာဉ်		၁
၃။	နိဒါနုဒ္ဒေသအခန်း		၂
၄။	ပါရာဇိကသိက္ခာပုဒ် ၄-ပါး		၃
၅။	သံဃာဒိသေသ်သိက္ခာပုဒ် ၁၃-ပါး		၈
၆။	အနိယတသိက္ခာပုဒ် ၂-ပါး		၁၉
၇။	နိဿဂ္ဂိသိက္ခာပုဒ် ၃၀-ပါး		၂၀
၈။	စီဝရဝဂ်		၂၀
၉။	ဧဠကလောမဝဂ်		၂၈
၁၀။	ပတ္တဝဂ်		၃၃
၁၁။	သုဒ္ဓပါစိတ်သိက္ခာပုဒ် ၉၂-ပါး		၄၂
၁၂။	မုသာဝါဒဝဂ် သိက္ခာပုဒ်များ		၄၂
၁၃။	ဘူတဂါမဝဂ်	။	၅၁
၁၄။	ဘိက္ခုနောဝါဒဝဂ်	။	၆၀
၁၅။	ဘောဇနဝဂ်	။	၆၀
၁၆။	အစေလကဝဂ်	။	၇၆
၁၇။	သုရာပါနဝဂ်	။	၈၂
၁၈။	သပါဏကဝဂ်	။	၈၉
၁၉။	သဟဓမ္မိကဝဂ်	။	၉၅
၂၀။	ရတနဝဂ်	။	၁၀၃
၂၁။	ပါဋိဒေသနီသိက္ခာပုဒ်များ		၁၁၀

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာနံပါတ်
၂၂။	အဓိကရဏသမထ ၇-ပါး	၁၁၃
၂၃။	သေခိယ သိက္ခာပုဒ် ၇၅-ပုဒ်	၁၁၉
၂၄။	သေခိယခေါ်ပုံစသည်	၁၁၉
၂၅။	ပရိမဏ္ဍလဝဂ် သိက္ခာပုဒ်များ	၁၂၀
၂၆။	ဥဇ္ဇဂ္ဃိကဝဂ် ။	၁၂၄
၂၇။	ခမ္ဘကတဝဂ် ။	၁၂၅
၂၈။	သက္ကစ္စဝဂ် ။	၁၂၇
၂၉။	ကဗဠဝဂ် ။	၁၃၀
၃၀။	သုရုသုရုဝဂ် ။	၁၃၃
၃၁။	ပါဒုကဝဂ် ။	၁၃၆
၃၂။	ရဟန်းတော်များနှင့်လည်းဆိုင်သော ဘိက္ခုနီ သိက္ခာပုဒ်များ	
၃၃။	လသုနဝဂ် ။	၁၄၂
၃၄။	နဂ္ဂဝဂ် ။	၁၄၃
၃၅။	တုဝဋ္ဋဝဂ် ။	၁၄၄
၃၆။	စိတ္တာဂါရဝဂ် ။	၁၄၅
၃၇။	ဆတ္တုပါဟနဝဂ် ။	၁၄၇
၃၈။	ဝိနည်းမှတ်သားဖွယ်များ	၁၄၈
၃၉။	သင်္ကန်း ၉-ထည်	၁၄၉
၄၀။	အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံ ဝိကပ္ပနာပြုပုံ	၁၅၀
၄၁။	အဓိဋ္ဌာန်ချပုံ, ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုပုံ	၁၅၁
၄၂။	နိဿဂ္ဂိသင်္ကန်းစွန့်ပုံ, ပြန်ပေးပုံ	၁၅၁
၄၃။	ဝိကပ္ပနာပြုပုံ, ဝိကပ္ပနာပြန်ပုံ	၁၅၃
၄၄။	အဓိဋ္ဌာန်စွန့်ကြောင်း, ပျက်ကြောင်း ၈-ပါး	၁၅၃

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာနံပါတ်
၄၅။	တိစိဝရိက်သက်န်း ၃-ထည်နှင့် ကင်းနေကောင်းသော နေရာ ၁၅-မျိုး	၁၅၄
၄၆။	သပိတ် ၉-လုံး	၁၅၅
၄၇။	သပိတ် အမျိုးအစား ခွဲပုံ-သပိတ် အမျိုးဇာတ်	၁၅၆
၄၈။	သပိတ်အဓိဋ္ဌာန် ဝိကပ္ပနာပြုပုံ ဝိကပ္ပနာပြန်ပုံ	၁၅၆
၄၉။	ကပ္ပိယ အကပ္ပိယ အပ်မအပ်ခွက်များ	၁၅၇
၅၀။	အကာပ်ခံ မြောက်ကြောင်း အင်္ဂါ၅-ပါး	၁၅၈
၅၁။	အကပ်ပျက်ကြောင်း အင်္ဂါ ၆-ပါး	၁၅၉
၅၂။	ဥဂ္ဂဟိတ ဖြစ်၍ အကပ်ခံ ပျက်ပုံ	၁၆၀
၅၃။	ဒုရူပစိဏ္ဏအာပတ်	၁၆၀
၅၄။	ပဝါရိတ်သင့်ပုံ, ဖြေဖျောက်ပုံ	၁၆၀
၅၅။	ပဝါရိတ် မသင့်အောင် အတိရိက်ပြု	၁၆၁
၅၆။	သောဇဉ်ငါးပါးနှင့် ကပ္ပိခြင်းဝိနည်းကံ ဆိုင်ရာ	၁၆၂
၅၇။	ကပ္ပိခြင်း ဝိနည်းကံဆိုင်ရာ	၁၆၂
၅၈။	ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးဆိုင်ရာ	၁၆၄
၅၉။	သဟဒသယျဆိုင်ရာ သိက္ခာပုဒ်များ	၁၆၄
၆၀။	အလှူခံ ရောင်းဝယ် လဲလှယ်၍ အာပတ်သင့်ပုံများ	၁၆၅
၆၁။	စင်ကြယ်ခြင်း သုဒ္ဓိလေးပါး	၁၆၆
၆၂။	ကုလဒူသနမှု ရှစ်ပါး	၁၆၇
၆၃။	အနေသနမှု ၂၁-ပါး	၁၆၇
၆၄။	ဒါယကာလေးမျိုး	၁၆၈
၆၅။	ဆွမ်းမခံအပ်သော အိမ် ၆-အိမ်	၁၆၈
၆၆။	မအပ်သောသက်န်း ၉-မျိုး	၁၆၉
၆၇။	မအပ်သောသက်န်းအရောင်	၁၆၉
၆၈။	ဝါဆို ဝါကပ်ပုံ ပါဠိ မြန်မာ	၁၆၉
၆၉။	ဝါနန်ပုံနှင့် ဝါပန်သွားနိုင်သော အကြောင်းများ	၁၇၀

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာနံပါတ်
၇၀။	လပြည့်နေ့ လကွယ်နေ့များ၌ ဥပုသ်ပြုပုံများ	၁၇၀
၇၁။	ပဝါရဏာ ဥတ်ထားပုံများနှင့် ပဝါရဏာ ပြုပုံများ	၁၇၁
၇၂။	ကထိန်ခင်းပုံ အစီအစဉ်များ	၁၇၂
၇၃။	နေလွဲသောအခါ ရွာဝင်ရာ၌ ပန်ကြားပုံ	၁၇၃
၇၄။	နိဿယည်းယူပုံ, ဝတ်ဘရားတောင်းပန်ပုံ	၁၇၃
၇၅။	ဒေသနာ ပြောကြားပုံများ	၁၇၄
၇၆။	ဓုတင်အကျင့် (၁၃)ပါး ဆောက်တည်ပုံ	၁၇၅
၇၇။	ဒုလ္လဘ ရဟန်းတော်များလူထွက်ခါနီး သိက္ခာချပုံ	၁၈၀
၇၈။	ရှင်ရဟန်းများ၏သာသနာ့ကျင့်ဝတ်များ	၁၈၁
၇၉။	သမထဘာဝနာ ပွားပုံ အကျဉ်း	၁၈၈
၈၀။	ဝိပဿနာ ရှုမှတ်ပုံ အကျဉ်း	၁၈၁

မာတိကာ ပြီးပြီ။

မဏ္ဍိုင်

ဒုလ္လဘာမြန်မာဝိနည်းကျမ်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ပဏာမနှင့်-ပဋိညာဉ်

၁။ မဏ္ဍိုင် — ထွတ်ချာ၊ ဧစာဗုဒ္ဓါ၊ ကြည်သာ ရှိခိုးပေ။

၂။ ဒုလ္လဘ — များစွာ၊ ကျင့်ပွားကာ၊ ဘေးကွာအေးမြပေ။

၃။ မြန် — မာဝိနည်း၊ လွန်အားသည်း၊ ကျင့်ပြီး ချမ်းသာစေ။

၄။ မာ — မာကျန်းကျန်း၊ ကျိုးရည်မှန်း၊ ရေးနှင်း ပြီးမြောက်စေ။

၅။ ဝိ — နည်းမြန်မာ၊ ကျင့်ဖြာဖြာ၊ လွယ်စွာရေးထုတ်ပေ။

၆။ နည်း — စုံမှတ်ခါ၊ ကျင့်ကြံကာ၊ ခေမာနိဗ္ဗာန် မြန်းပါစေ။

၇။ နှစ်ဆယ့်တစ် — ရောက်လာ၊ ကျမ်းရွှေစာ၊ ဖွေရှာရေးသားပေ။

၈။ မြောက် — မြားဝွားကျိုး၊ ဆင့်ဆင့်တိုး၊ တန်ခိုးထက်မြက်စေ။

၉။ ကျမ်း — မြတ်ဘစ်ခေါင်၊ ပြည့်စုံအောင်၊ ထုတ်ဆောင်တင်ဆက်ပေ။

နိဒါနုဒ္ဒေသ-အခဏ်း

ရဟန်းတော်များသည် လပြည့်နေ့ လကွယ်နေ့တိုင်း တစ်လနှစ်ကြိမ်မျှ ဥပုသ်ပြုရသည်၊ ဥပုသ်ပြုဆိုသည်မှာ ရဟန်း ကျင့်ဝတ်များကို စုပေါင်း၍ ရွတ်ပြခြင်းဖြစ်၏၊ ရွတ်ပြပြီး မိမိတို့မှာ သိက္ခာ ဧ ကျင့်များမှ စင်ကြယ်ကြ လုံခြုံကြပါရဲ့လား-ဟု မေးမြန်းကာ သတိပေးခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

သိက္ခာပုဒ်အကျင့်များမှ စင်ကြယ်လျှင် ဝမ်းမြောက်ကြရန်၊ မစင်ကြယ်လျှင်-စင်ကြယ်အောင် ပြုပြင်စောင့်စည်းရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဥပုသ်ပြုရာ၌ သိမ်အတွင်းမှာ စုပေါင်း၍ပြုရခြင်းဖြစ်ရာ ထိုသိမ်အတွင်း၌ (၁) တံမြက်စည်းလှည်းခြင်း (၂) ဆီမီးထွန်းညှိခြင်း (၃) သောက်ရေ သုံးရေတည်ထားခြင်း (၄) နေရာခင်းခြင်းဟူသော ကြိုတင်ပြုဖွယ် လေးပါးတို့ကိုလည်း ပြုထားရပါသည်။

၎င်းအပြင် (၁) ဆန္ဒဆောင်ခြင်း (၂) ပါရိသုဒ္ဓိဆောင်ခြင်း (၃) နေ့ရက် နှစ်လ ဥတုများကိုလျှောက်ခြင်း (၄) ဥပုသ်ပြုရဟန်း အရေအတွက်ကိုလျှောက်ခြင်း (၅) ဘိက္ခုနီတို့ ဩဝါဒတောင်းပန်ချက်ကို သံဃာအား လျှောက်ခြင်းဟူသော ပုဗ္ဗကိစ္စများနှင့်(၁)ရောက်ဆဲ ဥပုသ်နေ့ဖြစ်ခြင်း(၂)ဥပုသ်ပြုရဟန်းတို့၏ ဟတ္ထပါသ်အတွင်းရောက်ခြင်း (၃) သဘောတူဝတ္တုကြောင့် သင့်သော အာပတ်မရှိခြင်း (၄) ဝဇ္ဇနီယပုဂ္ဂိုလ်များကို ကြဉ်ဖယ်ခြင်းဟူသော ပတ္တကလ္လလေးပါးကို လျှောက်ထားရပါမည်။

ထို့နောက် ဥပုသ်ထားပြီး ပါတိမောက်ကို ရွတ်ဆိုမှု၊ ပြမှု ပြုရပါသည်၊ ပါတိမောက်ပြရာ၌ သိက္ခာပုဒ်စဉ်တိုင်း စင်ကြယ်မှု ရှိမရှိ သုံးကြိမ်မေးရပါသည်။

စင်ကြယ်လျှင် ဆိတ်ဆိတ်နေ၍၊ မစင်ကြယ်လျှင် ဒေသနာကြားကုစားရပါသည်။ မစင်ကြယ်ဘဲ စင်ကြယ်ယောင် ဆောင်နေလျှင် လူနတ်နှင့် ဈာန် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၏ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ကြောင်း သတိပေးခြင်းများ ပြုရပါသည်။

(က) ပါရာဇိက (၄) ပါး

(၁) မေထုနဓမ္မပါရာဇိက (မေထုန်မှီဝဲမှု)

သိက္ခာ-သာဇီဝသို့ရောက်ပြီးသူဖြစ်လျက် (သိက္ခာကိုမချဘဲ)ကျင့်လို စိတ်အားနည်းမှုမပြုဘဲ(လူမ,နတ်မကိုမဆိုထားဘိ၊အယုတ်ဆုံးတိရစ္ဆာန် မဥ္စမင်) မေထုန်မှီဝဲသောရဟန်း ပါရာဇိကကျသည်။ (ရဟန်းကောင်း တို့နှင့်အတူ ကံကြီး ကံငယ်ဆောင်ခြင်း ပေါင်းသင်းမှု မရှိတော့ပေ)။

မြန်မာဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းဖြစ်ပြီး၊အားနည်းမပြု၊မချသိက္ခာ၊မေထုနာဓမ္မ၊ ကျူး
လွန်က၊ ရောက်-ကျ-ပါရာဇိ။

ခက်ဆစ်အဓိပ္ပါယ်

က။ ပါရာဇိက =အပြစ်သင့်ပြီး၍ နောက်ထပ် ရဟန်းပြုခွင့်မရှိ၊ ဈာန်မဂ်ဖိုလ် မရနိုင်တော့သဖြင့် သာသနာတော်မှ ဆုံးရှုံးသူတည်း။

ခ။ သိက္ခာ =ကျင့်ဝတ်သီလသိက္ခာများကို ကျင့်ကြံစောင့်စည်း မှုတည်း။

ဂ။ သာဇီဝ=ပါတိမောက်လာ၊ သိက္ခာပုဒ်ပါဠိတော်များတည်း။

ဃ။ သမာပန္နော =ထိုသိက္ခာပုဒ်လာ ဥပဒေများကို မကျူးလွန် သူတည်း။

င။ သိက္ခာမချပဲ =ရဟန်းသာမဏေ၊ လူတို့အထံကပ်၍(အကျွန်ုပ် ကို-သာမဏေဟုမှတ်ပါ၊ လူဟုမှတ်ပါစသည်)မဆိုပဲ။

စ။ အားနည်းအောင် =ဘုရားကိုစွန့်ပါ၏ စသည်ဆို၍ ကျင့်ကြံ လိုစိတ်မရှိ၊ အားနည်းသည်ကို မပြုပဲ။

ဆ။ မှီဝဲ =ထိ-မ-လူ-နတ်၊ တိရစ္ဆာန်တို့၏ပါးစပ်ပေါက်၊ ကျင်ကြီးပေါက်၊ ကျင်ငယ်ပေါက်သို့ နှမ်းတစေ့ခန့် မိမိ၏ အင်္ဂါကို သွင်းလျှင် မှီဝဲရာရောက်သော ပါရာဇိက ကျ စေတော့သည်။

(၂) အဒိန္နာဒါနပါရာဇိက (သူ့ဥစ္စာခိုးမှု)

ရွာမှဖြစ်စေ- တောမှဖြစ်စေ- ဥစ္စာပိုင်ရှင်တို့က (ကိုယ်နှုတ် စိတ်တို့ဖြင့်) မပေးသော လူ့ဥစ္စာကို ခိုးလိုသောစိတ် (လိမ်ညာယူလို-လုလိုသော) စိတ်ဖြင့် ခိုးယူ လုယူသောရဟန်း ပါရာဇိကကျ၏၊ (ဥပမာအားဖြင့်-အနည်းဆုံး တစ်မတ်-တစ်မတ်တန်လောက် ဥစ္စာကိုခိုးလျှင်-အစိုးရမင်းတို့က ခိုးသူကိုဖမ်း၍ နှိပ်စက်ညှဉ်းစဲမှု၊ ချုပ်နှောင်မှုပြုကြစရာရှိ၏။ ဟဲ့သူခိုး-လူမိုက်၊ လူဖျင်း-သူဝှက်-ဟုဆဲဆို ကြိမ်းမောင်းတန်လည်း ကြိမ်းမောင်းကြစရာ ရှိပေ၏၊ ဝါ-ကြိမ်းမောင်းစရာရှိရကား) ထိုမှတစ်မတ်၊ တစ်မတ်တန်ကစ၍ ခိုးသောရဟန်းသည်လည်း ပါရာဇိကကျ၏၊ ရဟန်းကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းသင်းခွင့် မရရှိတော့ပေ။

ဆောင်ပုဒ်

ရွာတော၌လျှင်၊ ဥစ္စာရှင်က၊ အစဉ်မပေးလတ်၊ တစ်မတ်-တစ်မတ်ထက်၊ ဖိုးနှင်ဥစ္စာ၊ စိတ်ပါဝင်စား၊ ခိုးဝှက်ကား၊ သင့်ငြား ပါရာဇိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ ရွာ =ရွာမြို့၊အိမ်ကျောင်း-ဇရပ်စသည်အားလုံးပါဝင်၏။

ခ။ တော =ရွာ မြို့ စသည်မှ အပြင်ဘက်၊ လယ်ယာဥယျာဉ်။

ဂ။ လူ့ဥစ္စာ =လူပိုင်သော ဥစ္စာအားလုံးတည်း။
(တိရစ္ဆာန်, နတ်, သိကြား, ဗြိတ္တာ, ဥစ္စာစောင့်ပစ္စည်းများ ပါရာဇိကမကျ)။

ဃ။ တစ်မတ်တန်=တစ်မတ်-တန်မှအထက် ခိုးလျှင် ပါရာဇိက။
တစ်မတ်မှ-တပဲအထက်ခိုးလျှင် ထုလ္လစ္စဉ်း။
တပဲတန်မှ-အောက်ခိုးလျှင် ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်၏။

မှတ်ချက်

ရွှေစင်တမတ် ငွေငါးကျပ်ပါ ဆချို့ယူကြ၏၊ ဆရာမြတ်တို့မကြိုက်ကြပေ။

(၃) မနုဿဝိဂ္ဂဟ ပါရာဇိက (လူသတ်မှု)

သတ္တဝါမှန်းသိလျက် သတ်လိုသော စိတ် စေတနာဖြင့် လူကိုသတ်သော ရဟန်းလည်း ပါရာဇိကကျ၏၊ (သေဖို့ရန် ချီးမွမ်းသော ရဟန်း၊ သေဖို့ရန် နည်းလမ်းပေးပြသော ရဟန်းများလည်း နည်းပေး လမ်းပြ ပြုလုပ် ချီးမွမ်းသည့်အတိုင်း ထိုသူသေအံ့၊ ပါရာဇိက ကျသည်)။

ဆောင်ပုဒ်

သိမှတ်သတ္တဝါ၊ သေစိမ့်ငှာဟု၊ စိတ်မှာစွဲကပ်၊ ညှဉ်းသတ်က၊ သင့်ရပါရာဇိ။
သေရန်လက်နက်၊ ချထားချက်နှင့်၊ သေပျက်ဖို့ပင်၊ ဂုဏ်ဝင်ချီးမွမ်း၊ နည်းလမ်းပေးက၊ ကြောင်းသုံးဝ၊ သင့်ရပါရာဇိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ သညာစေတနာ = သတ္တဝါဖြစ်မှန်း သိသော သညာ၊ သေစေလိုသောစိတ် စေတနာ ရှိရမည်။

ခ။ လူကိုသတ်သောပါရာဇိက=(ကိုယ်ဝန်ကျဆေးပေးသည်က စယူ) လူယောင်ဖန်ဆင်းနေသော နဂါး၊ ဂဠုန် ပြိတ္တာ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာများကို သတ်လျှင် ထုလ္လစ္စည်း အာပတ်။ ရိုးရိုးနေသော တိရစ္ဆာန်ကိုသတ်လျှင် ပါစိတ် အာပတ်သင့်၏။

ဂ။ =စိတ်ညစ်နေသူ အနီးမှာ သေနိုင်လောက်သော လက်နက် ချထားခြင်း။

ဃ။ =သင့်မှာ အသက်ရှင်နေရသည်ထက် သေရတာမှ ကောင်းပေသည် - စသည်ဖြင့် သေခြင်း၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ပြောခြင်း။

င။ =ဓားနှင့် ထိုးသေပါလား၊ အဆိပ်သောက်သေပါလား - စသည်ဖြင့် သေဖို့ရန်နည်းလမ်း ပြောပြခြင်း။

စ။ =သူများကို အသတ်ခိုင်းခြင်းများ ပြုသော ရဟန်းများလည်း ပါရာဇိက ကျသည်သာတည်း။

ပါရာဇိက (၂၄) ပါးသိရန်

ဆောင်

ရှစ်ပါးပါရာ၊ အဘဗ္ဗဆယ့်တစ်၊ လူဝတ်သည့်နီ၊ လမ္ဗီမုဒု၊ ရှေးရှုထိုင်ခွဲ၊ စုတ်ပြန်ငဲ့၊ နှစ်ဆယ့်လေးပါရာ။

က။	=ဘိက္ခု-ဘိက္ခုနီနှစ်ဘက်ဆိုင် တိုက်ရိုက်ပညတ်သည့် ပါရာဇိက	၄-ပါး
ခ။	=ဘိက္ခုနီအတွက် သီးသန့်ပညတ်သည့် ပါရာဇိက	၄-ပါး
ဂ။	=(အဘဗ္ဗ) ရဟန်းမပြုထိုက်သော အဘဗ္ဗပုဂ္ဂိုလ်	၁၁-ပါး
ဃ။	=လူ့အဖြစ်ငဲ့၍ လူဝတ်ကြောင့် အဝတ် ဝတ်သော ဘိက္ခုနီ	၁-ပါး
င။	=လမ္ဗီ အင်္ဂါဇာတ်ရှည်သဖြင့် မိမိ အင်္ဂါဇာတ်ကို ပါးစပ် ဝစ္စမဂ်သို့သွင်းသော ရဟန်း	၁-ပါး
စ။	=မုဒုပိဋ္ဌိက- ခါးပျော့၍ မိမိ အင်္ဂါကို ပါးစပ် ဝစ္စမဂ်သို့ သွင်းသော ရဟန်း	၁-ပါး
ဆ။	=သူများအင်္ဂါဇာတ်ပေါ် ဖိထိုင်သော ရဟန်း	၁-ပါး
ဇ။	=သူများအင်္ဂါဇာတ်ကို ပါးစပ်ဖြင့် စုပ်သော ရဟန်း	၁-ပါး
	ပေါင်း-	၂၄-ပါး

အဘဗ္ဗပုဂ္ဂိုလ် (၁၁) ယောက်

ဆောင်

ပဏ်၊ ထေ၊ ပက်၊ ဆာန်၊ ပဥ္စာနန်၊ ဒူသိ၊ ဥဘောဗျည်း။

ခက်ဆစ်များ

ပဏ်	=မိန်းမယောက်ျား မပြီးသော နပုံးပဏ္ဍုက်	၁-ပါး
ထေ	=ရှင်ရဟန်းစစ် မဟုတ်ဘဲ ရှင်ရဟန်း ယောင်ဆောင်သူ	၁-ပါး
ပက်	=တိတ္ထိဘောင်အယူသို့ပြောင်းသွားသော ရဟန်း	၁-ပါး
ဆာန်	=တိရစ္ဆာန်	၁-ပါး

ပဉ္စာနန် =မိဘ ရဟန္တာသတ်သူ၊ ဘုရားအားနှိပ်စက်သူ၊
သံဃာခွဲသူ ၅-ပါး
ဒွသံ =ဘိက္ခုနီမကို အလိုမတူဘဲ ဖျက်ဆီးသူ ၁-ပါး
ဥဘတောဗျည်း = မိန်းမယောကျ်ား ဆင်္ကါန္ဒီမျိုး ပါသူ ၁-ပါး

ရဟန်းခံမပေးထိုက်သူ အဘဗ္ဗပုဂ္ဂိုလ် ပေါင်း ၁၁-ပါး

(၄) ဥတ္တရိ မနုဿဓမ္မပါရာဇိက
(ဈာန် မဂ် ဖိုလ် မရဘဲ လိမ်ပြောမှု)

ဥတ္တရိ မနုဿဓမ္မခေါ် ဈာန်မဂ်ဖိုလ်တရားထူးများ မိမိ၌ မရှိမှန်း သိလျက် မိမိ၌ရရှိနေသလို ဝါကြွားလို၍ (ဤအကြောင်းကြောင့် ငါသိ၏၊ ငါမြင်၏) ဟု ပြောသော ရဟန်းလည်း ပြောဆဲခဏ၌ အပြောခံရသူက နားလည်ပြီး သိအံ့၊ ပါရာဇိကကျ၏။

ဆောင်

ဥတ္တရိ မနုဿဓမ္မခေါ်ဆို၊ ဈာန်မဂ်ဖိုလ်ဆန်း၊ မရမှန်းသိဂ္ဂာ၊ ကြွားဝါပြောပြ၊ လိမ်ညာက၊ သင့်ရပါရာဇိ။

မရသော်လည်း၊ ရထင်လွဲ၍၊ စွဲမြဲသဘာဝ၊ ပြောဆိုက၊ မကျပါရာဇိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ ဥတ္တရိမနုဿဓမ္မ = သာမညဒါန သီလကုသိုလ်တရားတို့ထက် မြတ်သော ဈာန်၊ မဂ်ဖိုလ် တရား၊ (သို့မဟုတ်-သာမန် လူတို့ထက် မြတ်သော ဈာန်ရသူ၊ အရိယာတို့၏ တရား တည်း)။

ခ။ = ရသော်လည်းရသည်ထင်၍ပြောသူကားအာပတ်မသင့်

ဂ။ =ရသော်လည်းအကြောင်းထူးမရှိဘဲ ပြောပါက ပါစိတ် သင့်၏။

ဃ။ အသံဝါသ=ပါရာဇိကာအာပတ် သင့်ပြီးသူ၊ ကျပြီးသူသည် ရဟန်းမဟုတ်တော့သဖြင့်၊တခြား ရဟန်းစစ် များနှင့် သိမ်တွင်းဝင်၍ပြုရသည့် ကံကြီး ကံငယ်များကို ဧ.တူ တကွ ပြုခွင့်မရှိတော့ဟူ၍ ဆိုလိုသည်။

င။ ပါရာဇိကာ = အာပတ်သင့်က စင်ကြယ်အောင် ဒေသနာ ပြောခြင်းများ ပြုရန်မလို၊ သာမဏေဝတ်သို့ ပြောင်းခြင်း၊ လူဝတ်လဲခြင်း တစ်ခုခုပြုရလေသည်။ (ထိုကို ပါရိသုဒ္ဓိပြုသည်ဟု ဆိုကြသည်)။

(ခ) သံဃာဒိသေသ် သိက္ခာပုဒ် (၁၃)ပါး

(၅) သုက္ကဝိသဋ္ဌိ သိက္ခာပုဒ် (သုတ်လွှတ်စေမှု)

လွှတ်ခစလိုသော စေတနာဖြင့် လုံ့လပြု၍ သုတ်လွှတ်စေသော ရဟန်း–သံဃာဒိသေသ်အာပတ် သင့်၏။

မှတ်ချက်။ ။အိပ်မက်ထဲ၌ သုတ်လွှတ်စေလျှင်ကား လုံ့လ ပြုသော်လည်း **အာပတ်မသင့်**။

ဆောင်။

လွှတ်ခစလိုပါ၊ စေတနာဖြင့်၊ ထွေရာပြုပေ၊ သုတ်လွှတ်စေ၊ သင့်လေ သံဃာဒိ။

အိပ်မက်အတွင်း၊ သုတ်လွှတ်ခြင်း၊ လွှတ်ကင်းအာပတ်သိ။

ခက်ဆစ်အဓိပ္ပါယ်များ

သုတ် =ကိုလေသာနှင့် စပ်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော သွေး တစ်မျိုး။

လွှတ်ခစလို =အင်္ဂါမှ လွှတ်စေ ထွက်ခစလိုသောစိတ်။

လုံ့လပြု =ထို သုတ်လွှတ်အောင် တစ်နည်း နည်း၊ ဖြင့် လှုံ့ဆော်မှု။

(အင်္ဂါမှ လွှတ်ထွက်မှုမဟုတ်၊သူ့ပင်ကိုယ်တည်ရာက ရွှေ့သွားလျှင်လည်း လွှတ်သည်ဟု ဆိုရသည်)။

သံဃာဒိသေသ်=သံဃာဒိသေသ်အာပတ်ကို ကုစားရာ၌ တခြားအာပတ်များလို ဒေသနာပြောရုံဖြင့် မပြေပျောက်ပေ။ အစ- အလယ်- အဆုံးတို့၌ သံဃာဖြင့်သာ ကုစားရလေသည်။

အစ =ရှေးဦးစွာ သံဃာအား ပရိဝါသ် တောင်းခံရခြင်း။

အလယ် =အလယ်၌ မာနတ် ကိုလည်း သံဃာအား တောင်းရခြင်း။

အဆုံး =နောက်ဆုံး ၌လည်း သံဃာအား အဗ္ဘာန် တောင်းရခြင်း- ဟူ၍ သုံးခုလုံးမှာ သံဃာဖြင့်သာ ကုစားရသောကြောင့် သံဃာဒိသေသ်ဟု ခေါ်ဆိုရပါသည်။

(၆) ကာယသံသဂ္ဂ သိက္ခာပုဒ် (မာတုဂါမကိုကိုင်မှု)

တို့ထိကိုင်တွယ်လိုသောစိတ်ထား ရာဂမျိုးဖြင့် မာတုဂါမ၏ လက်, ဆံပင်, ဆံထုံးနှင့် ကြွင်းသော ကိုယ်အင်္ဂါကြီးငယ် အရပ်ရပ်တို့ကို တို့ထိကိုင်တွယ်သောရဟန်း သံဃာဒိသေသ် အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကာယသံသဂ္ဂ၊ လိုဆန္ဒဖြင့်၊ မိန်းမ လက်ဆံ၊ ကြွင်းကျန်ကိုယ်များ၊ ဆွဲကိုင်ကား၊ သင့်ငြား သံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

ကာယသံသဂ္ဂရာဂ =လူမိန်းမကို တို့ထိကိုင်တွယ်လိုသော ဆန္ဒ။

လက် =သက်ချောင်းများမှ တတောင်ဆစ်အထိ အရပ်။

ဆံထုံး =ထုံးထား စည်းထားသော ဆံနှင့် ဆံပင်အားလုံး။

ကြွင်းကိုယ်အင်္ဂါ=လက် ဆံပင်မှ ကြွင်းသော ကိုယ်, အစိတ်အပိုင်းအားလုံးကို ယူရမည်။

တို့ထိကိုင်တွယ် =ရဟန်း မာတုဂါမ အသား, ဆံပင်စသော ကိုယ်ချင်းထိတို့လျှင် သံဃာဒိသေသ် အာပတ်သင့်၏။

တစ်ဘက်က ကိုယ်၊ တစ်ဘက်က အဝတ် တုတ်-စသည်နှင့်ထိလျှင်လည်းကောင်း၊ မပျက် မပုပ်သေးသော မိန်းမအလောင်းကို ထိလျှင်လည်းကောင်း ထုလ္လစ္စည်း။

နှစ်ဘက်လုံး ကိုယ်နှင့် အဝတ်ချင်း တုတ်ချောင်းစသည်နှင့်ထိသော်လည်းကောင်း၊ ပုပ်ပွပျက်စီးသော အသေအလောင်းကိုလည်းကောင်း တို့ထိက ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်၏။

(၇) ဒုဋ္ဌုလ္လဝါစာသိက္ခာပုဒ်(ညစ်ညမ်းစကားပြောမှု)

ရဟန်းစိတ်မျိုးဖြင့် သိနားလည်သော မာတုဂါမကို ဝစ္စမဂ်ပဿာဝမဂ် မေထုန်နှင့်စပ်သည့် ညစ်ညမ်းသောစကားတို့ဖြင့် ပြောဆိုသော ရဟန်း သံဃာဒိသေသ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> သာယာရာဂ၊ စိတ်နှဖြင့်၊ မိန်းမကိုသာ၊ စစ္စပဿာဝ၊ ဂုဒ်နှင့်စုံ၊ မေထုန်နှင့်စပ်၊ ညစ်ပတ်စကား၊ ပြောဆိုငြား၊ သင့်သွား သံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ သာယာရာဂ စိတ်ဆန္ဒဖြင့်=ညစ်ငြမ်စကားပြောရန် သာယာ စိတ်ဖြင့်။

ခ။ မိန်းမ၏ ဝစ္စမဂ်၊ပဿာဝမဂ် မေထုန်နှင့်စပ်သည့် ညစ်ပတ်သော စကားကို ပြောဆိုမှု၊ ဆဲဆို တိုင်းထွာမှု။

ဝစ္စမဂ်၊ ပဿာဝမဂ်၊ မေထုန်နှင့်စပ်၍ ပြောလျှင် သံဃာဒိသေသ်။

လည်မျိုမှအထက်ပိုင်း မျက်ခုံးစသည်၊ တံတောင်ဆစ်မှ လက်ချောင်း စသည်၊ ဒူးဆစ်မှ အောက်ပိုင်းနှင့် စပ်၍ ပြောလျှင် ဒုက္ကဋ်။

ဝစ္စမဂ်၊ပဿာဝမဂ်များကိုထား၍ လည်မျိုမှ အောက် ဒူးဆစ်မှအထက် သားမြတ် ပေါင်စသည် ချီးမွမ်းပြောဆိုလျှင် ထုလ္လစ္စည်းအာပတ် သင့်၏။

မေထုန်နှင့် စပ်၍ ပြောသာမျှ သံဃာဒိသေသ် အာပတ် သင့်၏။

(ဂ) အတ္တကာမ သိက္ခာပုဒ်(မေထုန်တောင်းမှု)

မိမိအတွက်မေထုန်ကာမဖြင့် လုပ်ကျွေးပြုစုစေလိုသော ဆန္ဒရာဂဖြင့် မေထုန်လှူပါစသော စကားကို တိုက်ရိုက်ဖြစ်စေ၊ သွယ်ဝိုက်၍ဖြစ်စေ ပြောဆိုတောင်းခံသောရဟန်း သံဃာဒိသေသ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မေထုန်မှုဖြင့်၊ ပြုစုစေရန်၊ မိန်းမထံ၌၊ လှူခံချီ ကျူး၊ ဂုဏ် ထူးညွှန်ပြ၊ တောင်းဆိုက၊ သင့်ရသံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ =မေထုန် ပျော်ပါးလို၍ တောင်းခံခြင်း။

ခ။ =မေထုန်ဖြင့် ပြုစု လှူဒါန်းခြင်း၏ ဂုဏ် ကျေးဇူးကို ပြောဆို ချီးမွမ်းခြင်း စသည်တို့တည်း။

ဂ။ မာတုဂါမ ဟူသည်-မေထုန်နှင့် ငပ်သော စကားရိုး စကားဆန်းကို သိသော မာတုဂါမတည်း။

ဃ။ =အတံ ဟူသည်- ရဟန်း ပြောသော စကားကို ကြား လောက်သော အရပ်တည်း။

(ဃ) သဉ္စရိတ္တသိက္ခာပုဒ် (အောင်သွယ်မှု ပြုခြင်း)

မယားဖြစ်စေလို၍ ယောကျ်ားအလိုကို မိန်းမအား ပြောခြင်း၊ လင် ဖြစ်စေလို၍ မိန်းမ၏ အလိုကို ယောကျ်ားအား ပြောခြင်းအားဖြင့် အောင်သွယ်မှု ပြုသောရဟန်း၊ (ဧယုတ်ဆုံးတစ်ခဏမျှ ပေါင်းသင်း ရန် ပြောစေဦးတော့) သံဃာဒိသေသ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မိန်းမ ယောကျ်ား၊ နှစ်ဦးကြား၌၊ မယားနှင့်လင်၊ ဖြစ်စေ ချင်၍၊ ဆောင်လျှင်ပြောကြား၊ အောင်သွယ်ကား၊ သင့်ငြား သံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ ဆောင်သွယ်မှု=မိန်းမ ယောကျ်ားများ လင်ဖြစ်ရန်, မယားဖြစ်ရန် အချင်းချင်း အကြားၶ ဆက်သွယ် ပြောဆိုမှုတည်း။

ခ။ တခဏပေါင်းသင်း=အပျော် လိုက်သူ ပြည့်တန်ဆာမ စသည်များနှင့် ပေါင်းသင်းရန် ပြောမှု။

ဂ။ ယောကျ်ားအလိုမိန်းမအလိုကိုပြောရာ၌ ယောကျ်ား အလိုကို မိန်းမထံ ပြော၊ မိန်းမက ပြောသမျှကို ယောကျ်ားထံ ပြန်ပြောမှုသာ သံဃာဒိသေသ် သင့်သည်။

ဃ။ တဘက်သို့သာ ပြော၍ တဘက်သို့ မပြောလျှင် မသင့်။

င။ မိန္နှင့်ဘတို့ သဘောမတိုက်ဆိုင်၍ ကွဲနေသည်ကို အချင်းချင်းထံ ပြော၍ ပေါင်းစပ်ပေးသော သားရဟန်းပင် ဖြစ်သော်လည်း အာပတ်မှ မလွတ်နိုင်၊ သတိပြုသင့်လှပါသည်။

(၁၀) ကုဋိကာရသိက္ခာပုဒ် (ကျောင်းငယ် ဆောက်မှု)

ဘေးရန်ရှိပြီး လှည်း တစ်စီး မလှည့်သွားလောက်သော အရပ်၌ ကိုယ်တိုင်တောင်းရမ်းသော လက်နက်တို့ဖြင့် မိမိနေရန် ကျောင်းငယ်ကို ဆောက်အံ့၊ ကျောင်းနေရာ ညွှန်ကြားဖို့ရန် ရဟန်းတော်များကို မပင့်ဆောင်ဘဲ ပမာဏကို လွန်အောင် ကျောင်း ဆောက်သော ရဟန်း သံဃာဒိသေသ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဘေးရန်တွေ့ရှိ၊ လှည်းမလှည့်သာ၊မြေနေရာ၌၊ဖွရှာလက်နက်၊
ကိုယ့်တွက်ရည်ရွယ်၊ ကျောင်းငယ် ဆောက်က၊ ညွှန်ပြရှုမြော်၊
ရဟန်းတော်များ၊ မဖိတ်ကြားဘဲ၊ လွန်သွားပမာဏ၊ကျောင်းဆောက်က၊ သင့်ရသံဃာဒိ။

စကာ်ဆစ်များ

ကး ဘေးရန်တွေ့ရှိ=ပုရွက်ဆိတ်တွင်း၊ ခြပုံး၊ ခြအိမ်၊ ကောက်ပဲ သီးနှံဘေးရှိသောနေရာ။
ခး လှည်းမလှည့်သာ=ကျောင်းပတ်လည်၌ လှည်း မလှည့်နိုင်ရာ။
ဂး ဖွေရှာလက်နက်= ပဲကွပ်၊ ပုဆိန် လွှစသည့် လက်နက် ကိုယ် တိုင်ငှား၍။
ဃး ကိုယ့်တွက်ရည်ရွယ်=ကိုယ်တိုင် နေရာကျောင်းငယ် ဆောက်။
ငး ကျောင်းငယ်=နေရာ ညွှန်ပြရန် ရဟန်းတော်များ ပင့်ရမည် ကိုမပင့်ဖိတ်ဘဲ။
စး လွန်သွား ပမာဏ= အလျား-ဘုရားရှင်၏ ၁၁-ထွာ (၂၇- တောင်) အနံ-အတွင်းသား ၇-ထွာ(၁၅-တောင်ထွာ နီးပါး)ထက် ကျော်လွန် ဆောက်လျှင် သံဃာဒိသေသ် သင့်၏။

(၁၁) မဟလ္လကဝိဟာရ သိက္ခာပုဒ် (ကျောင်းကြီးဆောက်မှု)

ဘေးရန်ရှိပြီး လှည်းတစ်စီး မလှည့်သာ မသွားလောက်သော အရပ် ၌ ကျောင်းဒကာ ရှိ၍ မိမိ နေရန် ကျောင်းကြီးကို ဆောက်လုပ်အံ့၊ ကျောင်း နေရာ ညွှန်ကြားရန် အတွက် ရဟန်းတော်များကို မပင့် ဆောင်ဘဲ ကျောင်းဆောက်သောရဟန်း သံဃာဒိသေသ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဘေးရန်တွေ့ရှိ၊ လှည်း မလှည့်သာ၊ မြေ နေရာ၌၊ ကျောင်း ဒကာရှိ၊ မိမိနေရန်၊ စိတ်ရည်သန်ပြီး၊ ကျောင်းကြီး ဆောက် အံ့၊ ညွှန်ပြမှုမြော်၊ ရဟန်းတော်များ၊ ဖိတ်ကြားမရှိ၊ ကျောင်း ဆောက်ဘိ၊ သင့်၏ သံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

ကး မဟလ္လက-ရှေး သိက္ခာပုဒ်ပါ ကျောင်းထက် ကြီးသော။
ခး ကျောင်းဒကာရှိ-ကျောင်းဆောက်ရန် ကုန်ကျစရိတ် လှူသူရှိ။
ဂး ကိုယ်တိုင်နေရန် ရည်ရွယ်ရင်းရှိ။

ပုရွက်ဆိတ် ခြပုန်းစသော သတ္တဝါ၊ ကောက်ပဲသီးနှံပင် မရှိသော နေရာကို ညွှန်ပြရမည့် ရဟန်းတော်များကို မဖိတ်မကြား ကျောင်းကြီး ဆောက်သောရဟန်း သံဃာဒိသေသ်သင့်၏။

(၁၂) ဒုဋ္ဌဒေါသသိက္ခာပုဒ် (ဖျက်ဆီးစွပ်စွဲမှု)

ပျက်စီးစေလိုသော စိတ်ဖြင့် ရဟန်းတစ်ပါးကို လူထွက်သွားစေရန် အခြေအမြစ် မရှိသော ပါရာဇိက အာပတ်ဖြင့် စွပ်စွဲသော ရဟန်း သံဃာဒိသေသ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဒေါသ စိတ်ထား၊ ရဟန်း တစ်ပါးကို၊ ရွေ့လျှား သာသနာ၊ မနေပါစေ၊ အခြေမရှိ၊ ပါရာဇိဖြင့်၊ စွပ်စွဲလင့်၊ ဖြစ်သင့်သံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ ဒေါသစိတ်ထား-အမြစ် မရှိဘဲ ယက်ယက်မုန်းသောစိတ်ဖြင့်။

ခ။ ရွေ့လျှား သာသနာ-သာသနာတော်မှ ရွေ့လျှားစေလို၊ လူထွက်သွားစေလိုမှု။

ဂ။ အခြေမရှိ =မဟုတ်မမှန်သော အကြောင်းပြ၍။

ဃ။ ပါရာဇိကအာပတ်ဖြင့် စွပ်စွဲပြောဆိုမှုပြုလျှင် သံဃာဒိသေသ် အာပတ်သင့်သည်။

(၁၃) ဒုတိယ ဒုဋ္ဌဒေါသ သိက္ခာပုဒ်

ပျက်စီးစေလိုသောစိတ်ဖြင့် ရဟန်းတစ်ပါး၏ အမည်ကိုတခြား သတ္တဝါတစ်ဦးအပေါ် တင်စားရည်ညွှန်း၍ ပါရာဇိကဖြင့် စွပ်စွဲသော ရဟန်းသံဃာဒိသေသ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဒေါသစိတ်ထား၊ ရဟန်းတပါးကို၊ ရွေ့လျှားသာသနာ၊ မနေခါ မြော်လင့်၊ ထိုနှင့်စပ်ငြား၊ အမည်များကိုတင်စားပါရာဇိကဝ၊ စွပ်စွဲပါ၊ သင့်ရာသံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်

က။ ရှင်ဒဗ္ဗရဟန်းအမည်ကို-ဆိတ်ဖိုတစ်ကောင်၌တင်စား၍ (ဒဗ္ဗ) ဟု နာမည်ပေး၍၊ မေတ္တိယဘိက္ခုနီ-အမည်ကို ဆိတ်မတစ်ကောင်ပေါ်၌တင်စား၍ (မေတ္တိယဟု) အမည်ပေး၍၊ ရှင်ဒဗ္ဗသည် မေတ္တိယဘိက္ခုနီအား မေထုန်ပြုကျင့်သည် စသည်ဖြင့် စွပ်စွဲမှုမျိုးတည်း။

(၁၄) သံဃဘေဒကသိက္ခာပုဒ် (သံဃာသင်းခွဲမှု)

ညီညွတ်နေသော သံဃာကို ကွဲပြားအောင် အားထုတ်ခဲ့ခြင်း နေရာ၊ တခြားရဟန်းများက ဉတ်ကမ္မဝါစာဖြင့် သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ဆုံးမပေါ်လျက် ထိုထိုအယူကိုမစွန့်သောရဟန်း သံဃာဒိသေသ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

တစ်သိမ်တည်းမှာ၊ သံဃာညီခြင်း၊ ကွဲပြိုယွင်းစေ၊ အားထုတ်နေ
ရာ၊ များသံဃာက၊ သုံးခါဆုံးမ၊ လုံးဝမလိုက်နာ၊ စွန့်ခွာ
ဝန်ချ၊ မပြုက၊ သင့်ရသံဃာဒိ။

(၁၅) ဘေဒါနုဝတ္တကသိက္ခာပုဒ် (သင်းခွဲနောက်လိုက်မှု)

သံဃာသင်းခွဲသော ရဟန်း၏ အသင်းဝင် နောက်လိုက်ရဟန်းများကို ရဟန်းတော်တို့က သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ဉတ်ကမ္မဝါစာဖြင့် ဆိုဆုံးမပါလျက် အယူကိုမစွန့်သော နောက်လိုက်ရဟန်းများ သံဃာဒိသေသ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သင်းခွဲနှောင့်ယှက်၊ ရဟန်းဘက်သို့ လိုက်ကြွား၊ ရဟန်းများကို၊
မြင်ကြားကြပေ၊ ရဟန်းတွေက၊ အခြမ့်ပြော၊ သုံးခါဆုံးပေ၊
လုံးဝမလိုက်နာ မစွန့်ခွာ၊ သင့်ရသံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ တစ်သိမ်တစ်ကျောင်းတည်း၌ ညီညွတ်နေသော သံဃာကို ခွဲ
ထွက်မှု၊ ခွဲထွက်သော ရဟန်းဘက်သို့ လိုက်နာထောက်ခံမှု ပြုသူများ။

ခ။ ထိုအယူစွန့်ရန် မြင်ကြားသည့် သံဃာက သိမ်တွင်းဝင်စေ၍ ဉတ်စတုတ္ထကံဖြင့် ညီညွတ်မှုပြုသည်ကို မလိုက်နာလျှင် သံဃာဒိသေသ်သင့်သည်။

ဂ။ သံဃဘေဒကကံ-ဟူသည်၊ တစ်သိမ်တည်း၌ သံဃာ ၂-သင်း ၃-သင်းခွဲကာ ၂-တောင်ထွာထက် ဝေးကွာအောင် တစ်သင်းနှင့် တစ်သင်း နေထိုင်၍ ပြိုင်တူ သံဃကံဆောင်မှုမျိုးကို ပြုခြင်းတည်း၊ ထိုသို့ပြုက သံဃဘေဒကကံ ထိုက်၍ အလွန်အပြစ်ကြီးပေသည်။

ဃ။ ရိုးရိုးစိတ်သဘော မတိုက်ဆိုင်ကြ၍ ကိုယ့်နည်း ကိုယ့်ဟန် ကိုယ့်စည်းကမ်းဖြင့်နေခြင်းမျိုးကို ဆိုသည်မဟုတ်ကြောင်း အထူးသတိပြုသင့်ကြ၏။

(၁၆) ဒုဗ္ဗစသိက္ခာပုဒ်-(ဆုံးမချက် မလိုက်နာမှု)

ရဟန်းကောင်းများက ဝိနည်းနှင့်မလျော်သည်ကို မပြုရန်ဆုံးမသော်လည်း မလိုက်နာဘဲ (တပည့်တော်၏ ကောင်းမှုမကောင်းမှုကို အရှင်တို့ ဘာမျှမပြောကြပါနှင့်၊ အရှင်တို့၏ ကောင်းဆိုးမှုကိုလည်း တပည့်တော်က ဘာမှမပြောပါ) စသည်ပြောလျက် ဆုံးမခက်နေလျှင် ရဟန်းတော်တို့က သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ဉတ်ကမ္မဝါစာ ဖတ်ဆုံးမပါလျက်၊ မလိုက်နာသော ရဟန်းသံဃာဒိသေသ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

> ဝိနည်းနှင့်စပ်၊ မအပ်သည့်အရာ၊ ဆုံးမပါလည်း၊ မနာပယ်ဖျက်၊ ဆုံးမခက်ရာ၊ ဉတ်ကမ္မဝါစာဖြင့်၊ သုံးခါဆုံးမ၊ မစွန့်က၊ သင့်ရသံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ မအပ်သည့်အရာ =ဝိနည်းတော်နှင့်မလျော်သော အကျင့်ရှိနေသူကို ကျိုးကြောင်းပြ ဆုံးမလျက် မလိုက်နာသူ။

ခ။ ဒုဗ္ဗစ =ပြောဆိုဆုံးမရန်ခက်သူ (မလိုက်နာသူ)။

ဂ။ သိမ်ထဲခေါ်ပြီး သံဃာတော်နှင့် သုံးကြိမ်တိုင်တိုင်ဉတ်ကမ္မဝါစာ ဖတ်၍ ဆုံးမရမည်။

ဃ။ ထိုသို့ဆုံးမ၍ အယူစွန့်ကာ လိုက်နာလျှင် အာပတ်မသင့်၊ မလိုက်နာလျှင်ကား အာပတ်သင့်လေသည်။

(၁၇) ကုလဒူသကသိက္ခာပုဒ် (ဒကာများသဒ္ဓါတရားဖျက်မှု)

ကုလဒူသက ရဟန်းကို မြင်ကြားသောရဟန်းများက ပြောဆိုဆုံးမလျက် မလိုက်နာခဲ့သော် သုံးကြိမ်တိုင်တိုင်ဉတ်ကမ္မဝါစာဖြင့် နှင်ထုတ်ပါလျက် ကျောင်းတိုက်တွင်း မြို့ရွာနယ်တွင်းမှ ထွက်မသွားဘဲ ကပ်နေသော ရဟန်းတို့အား သံဃာဒိသေသ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ဒကာများ၏ လေးစားဖိုးတန်၊ သဒ္ဓါမှုန်ကို၊ လိုက်လန့်ဖျက်ရှုတ်၊ ရဟန်းယုတ်အား၊ မြင်ကြားသိပေ၊ ရဟန်းတွေက၊ ခြွေနှေရှင်းပြ၊ ဆိုဆုံးမရာ၊ မလိုက်နာသော်၊ ဉတ်ကမ္မဝါ၊ သုံးခါဖတ်ကြား၊ နှင်ထုတ်ငြားလည်း၊ မသွားမဖယ်၊ ကပ်တွယ်နေငြား၊ ရဟန်းများ၊ သင့်သွားသံဃာဒိ။

ခက်ဆစ်များ

သဒ္ဓါမှုန် =ဒကာ-ဒကာမတို့၏ဂုဏ်တော်ကို ယုံကြည်ခြင်း သဒ္ဓါတရား။

လိုက်နာဖျက်ရှုတ် =ပန်းပေး၊ သစ်သီးပေး၊ ပေဒင်ဟော၊ ဆေးကုခြင်း စသည်ဖြင့် သဒ္ဓါစိတ်ကို ဖျက်ဆီးခြင်းတည်း။

ကုလဒူသက=ဒကာတို့၏ သဒ္ဓါမှုန်ကိုဖျက် သဒ္ဓါတဘက် ပြောင်းအောင် ပြုသဖြင့် လှူမှုစသည်ကြောင့် ရနိုင်သည့် လူနတ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဖျက်ဆီးပြီး အပါယ်ကျအောင် ပြုသော ရဟန်းတည်း။

သံဃာဒိသေသ် အာပတ်ပျောက်အောင် ကုစားပုံ

သံဃာဒိသေသ ပါဠိကို သံဃာဒိသေသ်ဟုဆိုသည်၊ ၎င်းကို သံဃ အာဒိ သေသဟုခွဲ၍ အဓိပ္ပါယ်မှာ သံဃအာဒိ အစဦး ပရိဝါသ် ဆောင်ရာ၌ သံဃာက လုပ်ပေးရသည်။

သေသ-အစမှ ကြွင်းဆိုသည်မှာ အလယ်နှင့်အဆုံးတို့ကို ဆိုသဖြင့် အလယ်မှာလည်း မာနတ်ကျင့်ရန် အဆုံး၌လည်း အဗ္ဘာန် သွင်းရန် သံဃာကပင် ပြုလုပ်ပေးရသည်။

ထိုသို့အစရော၊ အလယ် အဆုံးရော သံဃာဖြင့်သာ ဆောင်ရွက် ကုစားရသည့်အတွက် သံဃာဒိသေသ်ဟု ဆိုသည်။

ပရိဝါသ် သံဃာဒိသေသ် ၁၃-ပါးမှ တစ်ပါးပါးကို လွန်ကျူး သော ရဟန်းသည် ဒေသနာ မပြောဘဲ ဖုံးထားသော ရက်အလိုက် ၅-ရက်ဖုံးထားက ၅-ရက်၊ ၁၀-ရက် ဖုံးထားက ၁၀-ရက်ကြာအောင် သံဃာအထံတောင်း၍ ဝတ်ဆောင်ရသည်။

၅-ရက်စသည် ပြည့်သောအခါ သံဃာအထံပင် တောင်း၍ ၆-ရက် မာနတ်ကျင့်ရသည်။

၆-ရက် မာနတ်ကျင့်ပြီးလျှင် သံဃာအထံမှာပင် မတောင်းပန်၍ အဗ္ဘာန်ထွက်ရပါသည်။

ထိုသို့ အစ အလယ် အဆုံး ဝတ်ကျင့်ပြီးမှ သံဃာဒိသေသ် အာပတ်မှ လွတ်မြောက်ချမ်းသာပါသည်။

အထူး-သံဃာဒိသေသ် သင့်ပြီး အရှက်မတက်စေဘဲ မဖုံးလွှမ်းဘဲ ဒေသနာ ပြောထားပါက ပရိဝါသ်ဆောက်တည်ရန် မလိုတော့ပေ၊ မာနတ် ၆-ရက်ကျင့်ရာ အဗ္ဘာန်ထွက်လျှင် ပြီးတော့သည်။

(ဂ) အနိယတ သိက္ခာပုဒ် ၂-ပါး

(၁၈) ပ္ထမ အနိယတသိက္ခာပုဒ်

မေထုန်မှု ကျူးလွန်သော်လည်း မမြင်နိုင်လောက်အောင် ဖုံးကွယ်သော နေရာ၌ မာတုဂါမနှင့် အတူ ထိုင်နေသော ရဟန်းကို အရိယာ ဥပါသိကာမက တွေ့မြင်၍ ပါရာဇိက သံဃာဒိသေသ် ပါစိတ်အာပတ်သုံးမျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် စွပ်စွဲစေကာမူ ရဟန်းက ဟုတ်မှန်ကြောင်း ဝန်ခံမှသာ ဝန်ခံတိုင်းသော အာပတ်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်ရမည်။

ဆောင်ပုဒ်

မေထုန် ကျင့်လျှင်၊ မမြင်နိုင်သာ၊ ဖုံးကွယ်ရာ၌၊ ထိုင်တာနေကြ၊ မိန်းမရဟန်း၊ မှုဖြစ်ဆန်းကို၊ ဖြောင့်တန်း မြင်ကာ၊ အရိယာ-မက၊ သုံးဖြာအာပတ်၊ စွပ်စွဲလတ်သော်၊ ရဟန်းတော်က၊ ဝန်ခံမှ၊ တည့်ကျ ဆုံးဖြတ်ရာ။

ခက်ဆစ်များ

မေထုန် ပြုကျင့် နိုင်လောက်အောင် ဖုံးကွယ်ထားရာ နေရာ၌ အတူ ထိုင်နေ ခြင်းကို အရိယာ ဥပါသိကာမက ပက်ငင်း မြင်တွေ့ရသဖြင့် အာပတ်သုံးမျိုးတို့မှတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် စွပ်စွဲလာခဲ့သော် နေသောရဟန်းက ဝန်ခံသောအာပတ် ဖြင့်သာ ဝိနည်းဓိုရ်တို့က ဆုံးဖြတ်ရမည်။ တခြား အာပတ်ဖြင့် ရွှေ့ပြောင်း၍ မဆုံးဖြတ်ရဟု ဆိုလိုသည်။

(၁၉) ဒုတိယ အနိယတသိက္ခာပုဒ်

မေထုန်ပြုရန် မစွမ်းနိုင်၊ ရုန့်ရင်းညစ်ပတ်သော စကားလောက်ကိုသာ ပြောဆိုနိုင်သောနေရာ၌ မာတုဂါမနှင့် အတူနေသော ရဟန်းကို အရိယာ ဥပါသိကာမက တွေ့မြင်၍ သံဃာဒိသေသ် ပါစိတ် အာပတ်နှစ်မျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် စွပ်စွဲစေကာမူ ရဟန်းက ဟုတ်မှန်ကြောင်း ဝန်ခံတိုင်းသော အာပတ်ဖြင့်သာ ဆုံးဖြတ်ရမည်။

ဆောင်ပုဒ်

နားဖြင့်မကြားသာ၊ ဆိပ်ကွယ်ရာ၌၊ တူစွာနေကြ၊ မိန်းမ ရဟန်း၊ မှုဖြစ်ဆန်းကို၊ ဖြောင့်တန်းမြင်ကာ၊ အရိယာတော၊ နှစ်ဖြာအာအာပတ်၊ စွပ်စွဲလတ်သော်၊ ရဟန်းတော်ကဝန်ခံမှု၊ တည့်ကျဆုံးဖြတ်ရာ။

ခက်ဆစ်များ

က။ မေထုန်ပြုနိုင်လောက်အောင် မဖုံးကွယ်၊ စကားပြောသံတော့ မကြားလောက်အောင် ဝေးလန့် ဆိပ်ကွယ်ရာ၌ မာတုဂါမနှင့် ဒွတူ နေခြင်းကို အရိယာမကာ-မြင်၍ စွပ်စွဲခြင်းတည်း။

ခ။ ထိုသို့စွပ်စွဲသော်လည်း ရဟန်းက ဝန်ခံမှသာ ဆုံးဖြတ်ရမည်။

ဂ။ အနိယတ=ဘယ်အာပတ်ဟူ၍ အတည့်အကျမြဲ၊ စွပ်စွဲသော သော အာပတ်များမှ ရဟန်း၏ဝန်ခံရာ အာပတ်ဖြင့်သာ ဆုံးဖြတ် ရသည့် အာပတ်မျိုးဟု ဆိုလိုသည်။

ဃ။ သတိ=အာပတ်ဖြင့် စွပ်စွဲရာတွင် ကာယကံရှင် ရဟန်း၏ ဝန်ခံ ချက်သာ လိုရင်းဖြစ်ကြောင်း သတိထားသင့်လှ၏။

(စ) နိဿဂ္ဂိယသိက္ခာပုဒ် (၃၀) (စီဝရဝဂ်)

(၂၀) ပထမ ကထိနသိက္ခာပုဒ်

(အဓိဋ္ဌာန်မတင်ဘဲ သက်န်းသုံးမှု)

သင်္ကန်းကိုအဓိဋ္ဌာန်လည်းမတင်၊ ဝိကပ္ပနာလည်း မပြုဘဲ ၁၀-ရက် ထက်လွန်အောင်ထားသောရဟန်း နိဿဂ္ဂိပါစိတ်အာပတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

အဓိဋ္ဌာန်ဝိကပ္ပနာ၊ မပြုပါဘဲ၊ ကိုးဖြာသတ်မှတ်၊ သင်္ကန်း မြတ်ကို၊ သတ်မှတ်ဆယ်ရက်၊ လွန်စေလျက်ထား၊ ရဟန်းအား၊ သင့်ငြားနိဿဂ္ဂီ။

ခက်ဆစ်များ

က။ အဓိဋ္ဌာန်တင်=ဤဒုကုဋ်ကို အဓိဋ္ဌာန်ပါ၏ဟုဆို၍တင်ရသည်၊

ခ။ ဝိကပ္ပနာပြု=ဤကော်သီကို ငါ့ရှင်အား ဝိကပ္ပနာပြုပါ၏ဟု ဆို၍ပြုရသည်၊ နောက် ဝိကပ္ပနာလက်ခံရဟန်းက ပြန်၍ (ဝတ်သည့်ပေ၏ သက်န်း အရှင်အား ပြန်ပေးပါ၏၊ အလိုရှိသလို သုံးစွဲပါ) ဆို၍ ပြန်ပေးရသည်၊ (တခြားသင်္ကန်းများလည်း နည်းတူပင်)။

ဂ။ သင်္ကန်း ၆-ထည် =ဒုကုဋ်၊ ကော်သီ၊ သင်းပိုင်၊ အိပ်ရာခင်း၊ မျက်နှာသုတ်၊ ပရိက္ခာရ ဝင်သင်္ကန်းစုံ၊ နိသီဒိုင်၊ မိုးရေခံ၊ (ရေသနုတ်) အမာလွှမ်းသင်္ကန်း (အနာပေါက်စဉ် ဝတ်ရသောသင်္ကန်း)။

ဃ။ နိဿဂ္ဂိ =နိဿဂ္ဂိထိုက်သော သင်္ကန်းကို တခြားရဟန်းအား ပေးပြီးမှသာ ပြေပျောက်ရသော အာပတ်။

င။ သင်္ကန်းချုပ်ဆိုး မပြီးသေးခင်အခါ ကထိန်အာနိသင်ရသော အခါတို့၌ကား ၁၀-ရက်ထက် ပိုထားနိုင်သည်။

(၂၁) ဒုတိယကထိနသိက္ခာပုဒ်
(တိစီဝရိက်သင်္ကန်းနှင့် ကင်းနေမှု)

သင်္ကန်းချုပ်ဆိုးမှု ပြီးပြတ်ရာ၊ ကထိန်နုတ်ပြီးရာအခါ၌ နာမည် သီးခြားဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်တင်ထားသော (သင်္ကန်းသုံးထည်နှင့် တစ်ညဉ့်မျှ ကင်းကွ ၍နေသောရဟန်း နိဿဂ္ဂိသင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

သီးခြားနာမ်၊ အဓိဋ္ဌာန်ပြု၊ သုံးခုသတ်မှတ်၊ သင်္ကန်းမြတ်နှင့်၊
ကင်းပြတ်ခွါမှု၊ တစ်ညဉ့်ပြု၊ မှတ်ရှုနိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်

က။ သုံးစုသင်္ကန်း =ဒုကုဋ်၊ ကော်သီ၊ သင်းပိုင်၊ သင်္ကန်းသုံးထည် တို့ကို သူ့နာမည်နှင့်သူဆို၍ အဓိဋ္ဌာန်တင်ထားသည်။

ဓမ္မစကြာ-၃   ၂၂၇၀၃

ခ။ ထိုသင်္ကန်းသုံးထည်နှင့် တစ်ညဉ့်မျှပင် အရုဏ်တက်ချိန်မှာ မိမိ နှင့် ၂-တောင်ထွာထက် ကင်းဝေးမထားရ ထားလျှင် နိဿဂ္ဂိသင့်၏၊ (ထိုသင်္ကန်းကို တခြားသူထံစွန့်ရသည့်အပြင် အာပတ်လည်းသင့်၏။

ဂ။ အဓိဋ္ဌာန်ဟူသည် = ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာဟု သတ်မှတ်ထားမှုတည်း။

ဃ။ ဝိကပ္ပနာဟူသည် = ကိုယ့်ဥစ္စာအမှတ်မှ ကင်းစေ၍ တခြား သီတင်းသုံးဖော် တစ်ဦးဦး၏ ဥစ္စာအဖြစ်ဖြင့် ထားအပ်သော သင်္ကန်း တည်း။

င။ ထိုသင်္ကန်းကို တခြားသီတင်းသုံးဖော် ဥစ္စာအနေဖြင့် ဝတ်ရုံ နိုင်သည်။

(၂၂) တတိယကထိနသိက္ခာပုဒ်
(နောက်ထပ်သင်္ကန်းရရန်ရှိသော်လည်း တစ်လထက်ပို၍ မထားခြင်း)

သင်္ကန်းအချိန်မှ အလွတ်အခါရလာသော သင်္ကန်း ပိတ်ကိုခံယူပြီး လျှင် ၁၀-ရက်မပြည့်မီအတွင်း အပြီးချုပ်ရမည်၊ မချုပ်လောက်သေး က ထပ်ဖြည့်ရန် ရလမ်းမြင်သေးလျှင် မချုပ်သေးဘဲ နောက်ထပ် တစ်လ ထားနိုင်သေးသည်။

နောက်ထပ် ရလမ်းမြင်စေကာမူ တစ်လထက် ပိုလွန်ထားသော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိသင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

သင်္ကန်းချိန်မှ၊ အလွတ်ရလာ၊ သင်္ကန်းလျာကို၊ ဆယ်ရက်တာ
တွင်း၊ ချုပ်ဆိုးခြင်း၊ အလျင်းပြီးရမည် မလောက်မငှ၊ ချုပ်မ
ရသော်၊ နောက်မှရစရာ၊ ရှိခဲ့သေးက၊ တစ်လမျှ၊ စောင့်ရ
ထားရမည်။

တစ်လထက်လွန်၊ ရရန်ရှိငြား၊ ထပ်၍ထား၊ သင့်ငြားနိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

က။ သင်္ကန်းချိန်မှ = သင်္ကန်းချုပ်ဆိုးရာ၊ ကထိန်အာနိသင်ရရာမှ အလွတ်အခါရသော သင်္ကန်းကို အပိုသင်္ကန်း (အကာလသင်္ကန်းခေါ် သည်)။

ခ။ ထိုရလာသောသင်္ကန်းစကို ဆယ်ရက်အတွင်း ပြီးအောင် ချုပ်ဆိုးရမည်။

ဂ။ မချုပ်နိုင်သော်လျှင် နောက်ထပ်ရရန်ရှိသေးက တစ်လကြာမျှ ထားရမည်။

ဃ။ တစ်လထက်လွန်အောင်ကား နောက်ထပ် ရရန်ရှိသော်လည်း မထားရ၊ ထားလျှင်နိဿဂ္ဂိသင့်တော့သည်ဟု ဆိုလိုသည်။

င။ အကာလ = ကထိန်မခင်းက တန်ဆောင်မုန်းလဆုတ် ၁-ရက်မှ သီတင်းကျွတ်လပြည့်ထိ။ ကထိန်ခင်းက-တပေါင်းလဆုတ် ၁-ရက်မှ နောက်နှစ် သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့ အထိ အချိန်တည်း။

(၂၃) ပုရာဏစီဝရသိက္ခာပုဒ် (သင်္ကန်းဟောင်းလျှော်ခိုင်းမှု)

ဆွေမျိုးမတော်စပ်သော (ဘိက္ခုနီ) ရဟန်းမအား သင်္ကန်းဟောင်းကို-အဖွတ်ခိုင်း, အဆိုးခိုင်း, ထုရိုက်ခိုင်းသောရဟန်း နိဿဂ္ဂိသင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမျိုးစပ်မရ၊ ရဟန်းမအား၊ သုံးချဟောင်းနွမ်း၊ ငယ်သင်္ကန်းကို၊ ရေဖြန်းဖွတ်ဆိုး၊ တစ်မျိုးထုနှက်၊ တစ်ချက်ချက်ပ၊
ခိုင်းစေက၊ သင့်ရနိဿဂ္ဂိ။

(၂၄) စီဝရပဋိဂ္ဂဟဏသိက္ခာပုဒ်
(သင်္ကန်းချင်း ဖလှယ်တောင်းခြင်း)

လဲလှယ်၍ယူခြင်း မဟုတ်ဘဲ ဆွေမျိုးမတော်စပ်သော ရဟန်းမ၏ သင်္ကန်းကို အလှူခံသောရဟန်း နိဿဂ္ဂိသင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

လဲလှယ်မဖက်၊ ဆွေမျိုးဆက်မရ၊ ရဟန်းမ၏၊ ပေးမျှလှူဒါန်း၊
သင်္ကန်းမှန်သမျှ လှူခံက၊ သင့်ရနိဿဂ္ဂိ။

စကားဆစ်များ

၁။ ဆွေမျိုးမတော် - [illegible]၊ အဘိုး၊ ဘေး၊ ဘီ၊ ဘင်၊ ဘောင်၊
ဘော-ဟူသောအဆက်ဝဂ်နှင့်၊ သား၊ မြေး၊ မြစ်၊ တီ၊

တွတ်၊ ကျွတ်၊ ကျွတ်ဆက်-ဟူသော အောက်အားဖြင့် ဆွေ ခုနစ်ဆက်၊ မျိုး ခုနစ်ဆက် မစပ်သောသူကို ဆွေမျိုးမတော်သူဟု ဆိုရသည်။

၂။ ဘိက္ခုနီ =အမျိုးသမီး (မိန်းမမှ ရဟန်းပြုထားသူတည်း)။

၃။ သင်္ကန်းဟောင်း =ဆိုးပြီး၊ ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးပြီး ဝတ်လောက်သည့်သင်္ကန်းကို တစ်ကြိမ်မျှဝတ်ဖူးလျှင်၊ ပခုံးပေါ်မျှ တင်ဖူးလျှင်၊ အဟောင်းဖြစ်တော့သည်။

၄။ လဲလှယ် =သင်္ကန်းအချင်းချင်းဖြစ်စေ၊ ပိတ်တို ပိတ်စပေး၍ ဖြစ်စေ၊ သစ်သီး တစ်လုံး မျှ စသည်ပေး၍ဖြစ်စေ၊ ယူလျှင် လဲလှယ်ရာရောက်သည်။

(၂၅) အညာတက ဝိညတ္တိ သိက္ခာပုဒ်
(ဆွေမျိုးမတော်ဘဲတောင်းမှု)

ဆွေမျိုးမတော်သော ဒကာ ဒကာမတို့ထံ တောင်းသင့်သောအခါ မဟုတ်ဘဲ၊ သင်္ကန်းတောင်းသော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိသင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမျိုး မတော်က၊ ဒကာ - ဒကာမအား၊ ကာလ လွတ်ရာ၊ တောင်းခံပါက၊ စီဝရ၊ သင့်ရနိဿဂ္ဂီ။
(သူခိုး, မင်းလု၊ ရေမီးစုကြောင့်၊ ပျက်မှုကြုံလာ၊ သင်္ကန်းလျှာ၊ တောင်းတာ ကာလသိ)။

ခက်ဆစ်များ

၁။ တောင်းရာကာလ=သူခိုးတို့ မင်း စသူတို့ လုယူ၍ ပျက်စီးရာ ရေမြော၊ မီးလောင်၊ ခြကိုက် စသည်ကြောင့် ပျက်ရာ များတည်း။

၂။ တောင်းပုံ=သင်္ကန်း သုံးထည်လုံးပျက် ၂-ထည်တောင်းရမည်။ ၂-ထက်ပျက် ၁-ထည်တောင်း၊ ၁-ထည်ပျက်က မတောင်းရပေ။

၃။ ၂-ထည်ရှိရာ = ၂-ထည်ပျက်၊ ၂-ထည်တောင်း၊ ၁-ထည် ပျက် တစ်ထည်တောင်း။

၄။ ၁-ထည်ရှိရာ = ၁-ထည်ပျက် ၂-ထည်တောင်း၊ ၂-ထည် ထက် ပိုမတောင်းရ။

(၂၆) တတုတ္တရိသိက္ခာပုဒ်
(တစ်စုံထက် ပိုတောင်းမှု မပြုသင့်ခြင်း)

သင်္ကန်းပျောက်ပျက်၍ ဝတ်ရုံစရာမရှိသော ရဟန်းအား ဆွေမျိုးလည်းမတော်၊ ဖိတ်ကြားထားသူလည်း မဟုတ်သော ဒကာ-မျိုးက သိ၍ သင်္ကန်းအဘတ်တို့ဖြင့် ဖိတ်ကြားသောလျှင် တစ်စုံကိုသာ အလှူခံယူကောင်းသည်၊ ထိုထက်ပိုလွန်၍ယူသော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိဝင်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ပျောက်ပျက် သင်္ကန်း၊ ထိုရဟန်းအား၊ အနေချမ်းရှုမြော်၊ မတော်ဆွေသား၊ မဖိတ်ကြားပေ၊ ဒကာတွေက၊ တွက်ရေများယူ၊ သင်္ကန်းလှူသော်၊ ကြည်ဖြူသတ်မှတ်၊ ခါးဝတ်ကိုယ်ရုံ၊ တစ်စုံမျှသာ၊ လှူခံရာ၏၊ ပိုကားထိုမှ၊ လှူခံက၊ သင့်နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဘာသာဖြင့်= ဖိတ်လျှောက်ထားသူ ပစ္စည်းလေးပါး ဒကာပါယူ။

၂။ သာယာပုံ= အသက်သိက္ခာပုဒ်က ပြခဲ့သည့်အတိုင်း သာယာနှစ်သိမ့်ရမည်။

၃။ သင်းပိုင်-ကော်သီ = ပေါင်း ၂-ထည်မှပို၍ ဘယ်လိုမှ အလှူမခံရဟူ၍ (အလိုက်သိရန် ဗုဒ္ဓ ညွှန်ကြားထားခဲ့သည်)။

(၂၇) ပဌမ ဥပက္ခဋသိက္ခာပုဒ်
(လှူရန် စီစဉ်ထားမှု)

ဆွေမျိုးမတော် ဖိတ်ကြားထားသူမဟုတ်သော ဒကာ-ဒကာမတို့က သင်္ကန်းဝယ်၍ လှူရန်သင်္ကန်းဖိုး စုဆောင်းထားရာ ရဟန်းက သိ၍ အလှူရှင်ထံသွား၍ ပြီး ပင်ရင်းသင်္ကန်းဖိုး ထက် ပိုလွန်ကုန်ကျအောင် စီစဉ်ထားလျှင် နိဿဂ္ဂိဝင်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမျိုးမတော် မဖိတ်ကြား၊ ဒကာများထံ၊ လှူနေညင်မှန်း၊ ဝတ်သင်္ကန်းကို၊ ကောင်းစေလို၍၊ ပိုမိုပို့ဝန်၊ သွားစီမံ၊ ထင့်ရန် နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သက်န်းဖိုး–သင်္ကန်းဝယ်လှူရန် မှန်းထားသော ငွေ စသည်။

၂။ (ဥပက္ခဋ္ဌ) စီစဉ်–အနီးၥ္ဆထားခြင်း၊ လှူဖို့ရန် စီစဉ်ထားခြင်း။

၃။ ရဟန်းတစ်ပါးပါးကို သင်္ကန်းလှူဖို့ရန် သင်္ကန်းဖိုးငွေစုဆောင်းနေသည်ဟု ကြားရ၍ ဒကာများထံ သွားရောက် စီစဉ်မှု။

၄။ ပိုလွန်စီမံ–ထိုသို့စီစဉ်ရာ၌ ပထမရည်မှန်းသည့် တန်ဖိုးထက် ပိုလွန်များသွားအောင် စီစဉ်လျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်သည်။

၅။ အဖိုးတူစီစဉ်ရာ အဖိုးနည်းအောင် စီစဉ်ရာတို့၌ အာပတ် မသင့်ပေ။

(၂၈) ဒုတိယဥပက္ခဋသိက္ခာပုဒ်
(သင်္ကန်းလှူရန်စီစဉ်မှု)

ဆွေမျိုးမတော် မပိတ်ထားသော ဒကာနှစ်ဦး က တစ်ဦးစီခွဲ၍ သင်္ကန်းလှူမည်ဟု ကြားရသောရဟန်းသည် အကြောင်းစုံကို သိရော ဖြင့် တစ်ထည်စီလှူဘာထက် တစ်ထည်တည်း ပေါင်းလုပ်လျှင် ပို၍ကောင်း မည်ဟုကြံ၍ စီမံလိုက်ရာ စီမံတိုင်း ပေါင်းလုပ်ရာတွင် မူလ ရည်ရွယ် ထားသည်ထက် တန်ဖိုးပိုလွန်သွားလျှင် နိဿဂ္ဂိသင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမတော် မပိတ်ကြား၊ ဒကာများကခွဲခြားကိုယ်စီ၊ နှစ်ထည် သင်္ကန်း၊ လှူဒါန်းစီစဉ်ချက်၊ သိသည့်တွက်ကြောင့်၊ ပေါင်း လျက်လှူရန်၊ ပြော စီမံသဖြင့်၊ ပိုလွန်ကြေးငွေ၊ ထိုက်တန်စေ၊ သင့်လေ နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ရှေးသိက္ခာပုဒ်အတိုင်း ဒကာနှစ်ဦးက တစ်ဦးစီခွဲပြီး သင်္ကန်း ၂-ထည်လှူမည်ဟု စီစဉ်နေကြသည်။

၂။ အလှူခံမည့်ရဟန်းက တစ်ထည်စီ ခွဲလှူလျှင် ကောင်းကောင်း ရမည်မဟုတ်၊ ပေါင်းလှူမှ ကောင်းကောင်းရမည်ဟု အကြံရှိသည်။

၃။ ကြံ့ဘိုင်း စိစဉ်ချက်ဖြင့် လှူဒါန်းစေရာ မူလ ၂-ထည်အတွက် ကုန်ကျသည့် တန်ဖိုးထက်ပိုလွန်သွားပါက နိဿဂ္ဂိယ‌ဖြစ်၏။

၄။ မပိုလွန်ပါက အာပတ်မသင့်တော့ပါ။

(၂၉) ရာဇသိက္ခာပုဒ်
(မင်းအမတ်တို့က သင်္ကန်းဖိုးလှူခိုင်းမှု)

မင်း, မင်းအမတ်-စသူ တစ်ဦးဦးက ရဟန်းတစ်ပါးပါးကို ရည်စူး၍ ဤသင်္ကန်းဖိုးဖြင့် သင်္ကန်းကိုဝယ်ပြီး ဤမည်သောရဟန်းအား လှူပါလေဟုသိ၍ သင်္ကန်းဖိုးကို တမန်လက်ထဲ ပေးအပ်လိုက်၏။ တမန်က ရဟန်းအား အကျိုးအကြောင်းပြောပြ၍ သင်္ကန်းဖိုး လှူသည်။

ငါတို့ သင်္ကန်းဖိုးငွေကို အလှူမခံ၊ သင်္ကန်းကိုသာ အလှူခံသည်ဟု ရဟန်းက ပြောသဖြင့် ကပ္ပိယညွှန်းစေကာ တမန်က ကပ္ပိယထံ သင်္ကန်းဖိုးငွေကို အပ်နှံ၍ ပြန်သွားလျှင် သင်္ကန်းလိုသော ရဟန်းသည်ကပ္ပိယထံ ချဉ်းကပ်၍ ဒကာ ငါ သင်္ကန်းအလိုရှိသည်-ဤသို့ မျက်နှာ ၃-ကြိမ် ပြောကာ တောင်းကောင်းသည်။ ၃-ကြိမ်မြောက် ပြောပြီး ဘောင်း၍မှ မရသေးလျှင် ၄-ကြိမ်၊ ၅-ကြိမ်၊ ၆-ကြိမ်အထိ သွား၍ စကားမပြောဘဲ ရပ်နိုင်သည်။ ၃-ကြိမ် တောင်းခြင်း၊ ၆-ကြိမ် ရပ်ခြင်းထက် ပို၍ တောင်းခြင်း ရပ်ခြင်းပြုမှ သင်္ကန်း ရလာအံ့။ ထို သင်္ကန်း နိဿဂ္ဂိ သင့်သည်။

ခက်ဆစ်များ

မင်းအမတ် ဆိုသော်လည်း စေခိုင်း၍လှူသူ တစ်ဦးဦးရနိုင်သည်။
တမန်-ခိုင်း၍ အပို့သွားသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးဦးတည်း။
ကပ္ပိယ-ရဟန်းအတွက် အပ်စပ်အောင် ဆောင်ရွက် ပေးသူတည်း။
(ငွေ) သင်္ကန်းဖိုး-ငွေမှာ ရဟန်းတော်များနှင့် မအပ်၍ အလှူ မခံ ကောင်း မကိုင်ကောင်းသောကြောင့် ပြဿနာဖြစ်ရ၏။

လက်ခံသော ကပ္ပိယ က နားလည်လျှင် (တပည့်တော်ထံ သင်္ကန်းကို အလှူခံပါ) ဟု လျှောက်ထားသော် လည်းကောင်း၊ သို့ပေတတ် မတောင်းဘဲ သင်္ကန်း ဝယ်၍ လှူသော်လည်းကောင်း အပ်စပ်သဖြင့် ပြဿနာ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။

ဌေကလောမဝဂ်

(၃၀) ကောသိယသိက္ခာပုဒ်(ပိုးချည်ရော အခင်းပြုမှု)

သိုးမွေးချည်ကိုဖြစ်စေ၊ အခြားချည်ကို ဖြစ်စေ မူတည်၍ ပိုးချည်ရောနှော၍ အခင်းပြုလုပ်သော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သိုးမွေးချည်တွင်၊ ပိုးချည်မျှင် ရောစပ်၊ ခင်းပြုလတ်၊ သိမ္မတ်နိဿဂ္ဂိ။

(၃၁) သုဒ္ဓကာဠကသိက္ခာပုဒ်(သိုးမွေးနက်အခင်းပြုမှု)

သိုးမွေး အမည်းသက်သက်ကို အခင်း ပြုလုပ်သော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိ သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

သိုးမွေးမည်းသက်သက်၊ ခင်းပြုလတ်၊ သိမ္မတ်နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သိုးမွေးချည်အခင်း ကော်ဇော ပြုလျှင် ပိုးချည်ရော ပြုက နိဿဂ္ဂိ သင့်၏။

၂။ သိုးမွေး အမည်းသက်သက် အခင်း ပြုလျှင်လည်း နိဿဂ္ဂိ သင့်၏။

၃။ အမည်းရောင် သိုးမွေးကို မပိုစေရ၊ လျော့၍ ထည့်ရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

၄။ အမည်းရောင် သိုးမွေးပိုထည့်လျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်သည်။

(၃၂) ဒွေဘာဂသိက္ခာပုဒ် (အမည်နှစ်ပုံသာပြုမှု)

အခင်းသစ်ကို ပြုလုပ်လိုလျှင် သိုးမွေး အမည်းရောင်က နှစ်ဆ၊ အဖြူရောင်ကတစ်ဆ၊ ကြောင်သော အဆင်းရှိ သိုးမွေးက တစ်ဆစီသာ ပြုလုပ်ရမည်၊ သိုးမွေး အမည်းက တစ်ပုင်မျှ များအောင် ပြုလုပ်သော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်များ

သိုးမွေးသစ်ခင်း၊ ပြုတုံလျှင်းသော်၊ မည်းရောင် နှစ်ဆ၊ ဖြူ တင်ဆခြောင်းရောင်၊ ရောနှောင်ပြုရ၊ မည်းပိုက သင့်ရနိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သိုးမွေးမည်း အခင်းပြုပုံ- အမည်းမျှင် နှစ်ပုံ၊ အဖြူတင်ပုံ၊ ကြောင်သောအဆင်းရှိ သိုးမွေးတစ်ပုံ ရောစပ် ပြုလုပ်ရသည်။

၂။ အမည်းရောင် သိုးမွေး မပိုစေရ၊ လျော့၍ ထည့်ရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

၃။ အမည်းရောင် သိုးမွေး ပိုထည့်လျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်သည်။

(၃၃) ဆဗ္ဗဿသိက္ခာပုဒ် (အခင်းသစ် ခြောက်နှစ်သုံးရန်)

အခင်းသစ် ပြုလုပ်ပြီးသောရဟန်းသည် ၎င်းအခင်းသစ်ကို ၆-နှစ် အထိ ဆောင်ထားရ သုံးစွဲရမည်။ ၆-နှစ်အတွင်း ဂိလာန မဟုတ်ဘဲ တခြားအခင်းကိုပြုလျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ပြုပြီးခင်းသစ်၊ ၆-နှစ်မျှကြာ၊ သုံးစွဲရ၏၊ ၆-နှစ် အတွင်း၊ သမ္မုတိကင်း၍၊ အခင်းသစ်ဘစ်ဖြာ၊ ပြုလုပ်ပါ၊ သင့်ရာနိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အခင်းသစ်ပြုပုံ-ဆိုပြီးအတိုင်းပင် မှတ်ပါ။

၂။ အခင်းသစ် ပြုပြီးနောက် ၆-နှစ်အတွင်း သုံးစွဲရမည်၊ အခြား အခင်း မပြုလုပ်ရ၊ ပြုသော် နိဿဂ္ဂိ သင့်၏။

၃။ ဂိလာနဖြစ်၍ မိမိနှင့် မသင့်လျော်သော် သံဃာထံ အသိပေး၍ ခွင့်ပြုချက်ရလျှင် အခင်းသစ် ပြုကောင်းသည်။

(၃၄) နိသီဒနသန္ထတသိက္ခာပုဒ်(နိသီဒိုင်အခင်း ပြုပုံ)

နိသီဒိုင်အခင်းကို ပြုလုပ်လိုလျှင် အခင်းဟောင်း၏ နံပါးဝင်ဘက်မှ မြတ်စွာဘုရား၏ ဘစ်ထွာလောက်၊ ယခုခေတ် ၄-ထွာခွဲလောက် ရယူ၍ ပြုလုပ်ရမည်၊ မယူဘဲ နိသီဒိုင်အခင်း ပြုလုပ်သောရဟန်း၊ နိဿဂ္ဂိသင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

နိသီဒိုင် အခင်းကို၊ ပြုလုပ်လိုက၊ အဟောင်းမှသာ၊ ဘုရား တစ်ထွာမျှ၊ ယူကာရောစပ်၊ ပြုလုပ်အပ်၏၊ မစပ်မယူ၊ ခင်းသစ်မှု၊ ပြုသူနိဿဂ္ဂိ။

(၃၅) ဧဠကလောမ သိက္ခာပုဒ်(သိုးမွေး ယူဆောင်မှု)

ခရီးသွားသော ရဟန်းအား သိုးမွေးများ ရလာလျှင် ရရာအရပ်မှ စ၍ သုံးယူဇနာထက် ပိုလွန်ပြီး ကိုယ်တိုင် ယူဆောင်သွားလျှင် နိဿဂ္ဂိ ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဓွန့်ရှည် ခရီးသွား၊ သိုးမွေးများစွာ၊ ရရှိလာက၊ ယူဇနာ သုံးထက်၊ လွန်ကျော်လျက်မူ၊ ကိုယ်တိုင်ယူသွား၊ ရဟန်းအား၊ သင့်ငြား နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ နိသီဒိုင် = အမြိတ် အဆာရှိသော အခင်းတစ်မျိုး၊ (အနက် ထိန်းရန် အခင်းတည်း)။

၂။ ရှင်စော တစ်ထွာ၊ မဇ်သုံးထွာ၊ တို့မှာ ထက်ဝက်နှော- ဆိုရိုး အတိုင်း၊ ဘုရားတစ်ထွာ၊ မဇ္ဈိမလူ-သုံးထွာ ရှိ၍၊ ယခုခေတ် လူများ မှာ သုံးထွာ၏ထက်ဝက်၊ တစ်ထွာခွဲ ရောတွက်လျှင်၊ ၄-ထွာ မျှရှိ၏။

၃။ သုံးယူဇနာ= တစ်ယူဇနာ ၁၃-မိုင်ဖြင့် တွက်က ၃၉-မိုင်မျှ ယူဆောင်သွားရသည်၊ ထိုထက်ပိုယူလျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ်။

(၃၆) ဧဠကလောမဓောဝါပန သိက္ခာပုဒ်
(သိုးမွေး ဖွတ်လျှော်စေမှု)

ဆွေမျိုး မတော်သော ဘိက္ခုနီကို၊ သိုးမွေးများကို အဖွတ် အလျှော်ခိုင်း၊အရှင်းခိုင်း၊အဆိုးခိုင်းသောရဟန်း၊အား ခိုင်းတိုင်းသော ကိစ္စပြုရာ၌ ဒုက္ကဋ်၊ သုံးမျိုးလုံး ခိုင်းပြီးပါက နိဿဂ္ဂိပါစိတ်။

ဆွေမျိုး မညီ၊ ဘိက္ခုနီအား၊ သိုးမွေး များထွေ၊ ဖွတ်ဆိုး ဖြေမှု၊ ပြုစေခဏ၊ ဒုက္ကဋ၊ ပြီးက နိဿဂ္ဂိ။

(၁၈) ရူပိယသိက္ခာပုဒ် (ရွှေ၊ ငွေ အလှူခံမှု)

ရွှေ၊ ငွေရတနာများကို ကိုယ်တိုင် ခံယူသော် လည်းကောင်း၊ မိမိအတွက်သူများအား ခံယူစေသော် လည်းကောင်း၊ လှူဒါန်းလာသော ရွှေ၊ ငွေကို နှုတ်ဖြင့်မပယ်ပင်ဘဲ စိတ်ဖြင့် သာယာသည့်အနေ ဆိတ်ဆိတ် နေလျှင်သော် လည်းကောင်း၊ နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ရွှေ၊ ငွေဆိုင်ရာ၊ ကိုယ်သာခံယူ၊ သူမူခံစေ၊ မဖြစ်ပေ၊ သင့်ပေ နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဆွေမျိုးမညီ=ဆွေမျိုးမတော်စပ်သော ဘိက္ခုနီရဟန်းမ။

၂။ သိုးမွေးများကို ဖွတ်ခြင်း၊ ဆိုးခြင်း၊ ဖြေရှင်းခြင်းပြုစေက ဒုက္ကဋ်အာပတ် သုံးချက်နှင့် နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်၏။

၃။ ရွှေသား၊ ငွေသား၊ ဒင်္ဂါး၊ ပဲ၊ ပြား၊ မူးစတ်တန်နှင့် ကြေးမျိုး များ၊ အယုတ်ဆုံး ငွေအရာထား သုံးသည့် သစ်သားပြား စသည် အကုန်ယူ။

၄။ ရင်း ရွှေ၊ငွေဝတ္ထုများကို လှူဒါန်းလာပေးလာလျှင် ကိုယ်တိုင် ခံယူသည် ဖြစ်စေ၊ မိမိအတွက် သူများအား ခံယူခိုင်းသည် ဖြစ်စေ၊ လာရောက်လှူဒါန်းသည်ကို နှုတ်ဖြင့် အလှူမခံကြောင်း စသည်ပြော၍ ပယ်ရမည်ကို အိပ်ထဲ၊ သေတ္တာ၊ ဘီရိုထဲ၊ ဖျာအောက် စသည် ထားခဲ့ သည်ကို စိတ်ဖြင့် သာယာမှုပြုက နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်တော့သည်။

၅။ စိတ်က သာယာသော်လည်း နှုတ်ဖြင့်တားပါလျက် ဒကာက အတင်းထားသွားလျှင် အာပတ်မသင့်၊ သုံးစွဲမှုတော့ မပြုရ။

၆။ သာဘိပ္ပာယ်နှင့်မှာ ရွှေ၊ငွေဟု ပြောဆိုလှူက မအပ် မခံအပ်ပေ။

၇။ ဒါယကာက လိမ္မာစွာဖြင့် ငါးကျပ်တန်၊ တစ်ဆယ်တန်၊ အာသာပစ္စည်း၊ လှူလိုပါသည်၊ ကပ္ပိယ ညွှန်းတော်မူပါဟု လျှောက် ရမည်။

၈။ ရဟန်းက ဘယ်သူ ကပ္ပိယပဲ ညွှန်းလျှင် ထိုကပ္ပိယထံပေး၍၊ ကပ္ပိယဦးနိအထံ ငါးကျပ်တန်အပ်သော ပစ္စည်းများကို အလိုရှိသလို တောင်းခံပါဟူ၍ လျှောက်ထားသွားလျှင် အားလုံးကိစ္စ ပြီးမြောက်တော့သည်။

၉။ လက်ခံသော ကပ္ပိယကလည်း တပည့်တော်ထံ ငါးကျပ်တန် အပ်သော ပစ္စည်းများကို တောင်းခံပါ၊ လုံခြုံသော နေရာကိုလည်း ညွှန်ကြားတော်မူပါဟု လျှောက်ထား ပြီးလျှင်လည်း တောင်းခံကောင်းတော့သည်။

(၃၈) ရူပိယသံဝေါဟာရ သိက္ခာပုဒ်
(ရွှေ,ငွေဖြင့် ရောင်းဝယ်ပြုမှု)

ရွှေ,ငွေဖြင့် ပစ္စည်းတစ်ခုခုကိုဝယ်လျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရွှေ,ငွေ ရတနာစု၊ တစ်ခုခုဖြင့်၊ လူမှုရေးရာ၊ ဖြာဖြာပစ္စယ၊ ဝယ်ယူက၊ သင့်ရနိဿဂ္ဂိ။

(၃၉) ကယဝိက္ကယ သိက္ခာပုဒ် (ဝတ္ထုပစ္စည်းချင်း လဲလှယ်မှု)

လူများနှင့် ရောင်းဝယ်ခြင်း၊ လဲလှယ်ခြင်း ပြုလုပ်သော ရဟန်း၊ နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

လူသားများနှင့်၊ ဖောက်ကား ရောင်းဝယ်၊ လဲလှယ် ပြုငြား၊ ရဟန်းအား၊ သင့်ငြား နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ရွှေ,ငွေတို့ဖြင့်၊ လူများ နည်းတူ ဝယ်ယူသော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိ သင့်၏။

၂။ ရဟန်းတော်များ ကိုယ်တိုင် ဈေးမဝယ်ကောင်း၊ ကပ္ပိယဖြင့် ဝယ်ရသည်။

၃။ ရဟန်း ရှင်သာမဏေ၊ ရှင်လောင်းမှ ဝ ခြားသူများနှင့် ပစ္စည်းချင်းမလဲလှယ်ကောင်း၊ မိဘများနှင့်ပင် မလဲကောင်းပေ။

၄။ အာယ်၍ မိဘများနှင့်အပ်စပ်အောင်လဲလိုလျှင်သူတို့ထံမှရိုးရိုးတောင်းယူပြီးမှ ချီးမြှောက်သည်ပမာ မိမိ၏ ပစ္စည်းများ ပေးရသည်၊ လဲရအောင်စသည်ပြော၍ မယူမပေးကောင်းပေ၊သတိပြုဖွယ်ပင်။

အပ်စပ်သော ရောင်းဝယ်နည်း

၅။ ပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရာ၌၊ ပစ္စည်းတန်ဖိုးကိုပေး၍ ကပ္ပိယအားဟောဒီ–ငါးကျပ်တန်ပစ္စည်း အလိုရှိသည်ဟုပြောပြီး ကပ္ပိယက အလိုက်သိစွာဝယ်၍ ရဟန်းအား ကပ်ရပေးရသည်။ ဤနည်းဖြင့်အသုံးပြုကမိန်နည်းနှင့် အပ်စပ်တော့သည်။

လဲလှယ်ပုံ

၆။ ပစ္စည်းလဲလှယ်ရာ၌လည်း မိမိပစ္စည်းကို တန်ဖိုး ဖြတ်ပြီး၊ သူ့ပစ္စည်း၏တန်ဖိုးကိုလည်း မေးမြန်း၍ ဟောဒီ–မိမိပိုင် ငါးကျပ်တန်ဖောင်တိန် ဖြစ်လိုသည်ဟုပြော၍ ကပ္ပိယကလဲပေးလျှင်လည်း အပ်စပ်တော့သည်။

၇။ သီတင်းသုံးဖော်ချင်း ဖြစ်သည့် ရဟန်း၊ ရဟန်းမ၊ သာမဏေ၊ သာမဏေမ၊ သိက္ခမာန်များအား အချင်းချင်း လဲလှယ်ရာ၌ အပြစ်အာပတ်မသင့်။

၈။ ရွှေငွေများဖြင့်ကားရောင်းဝယ် လဲလှယ်ခြင်းပြုကောင်းပေ။

ပတ္တဝဂ် (သပိတ်နှင့်စပ်ရာ)

(၄၀) ပတ္တသိက္ခာပုဒ် (သပိတ်သုံးပုံ)

သပိတ်သစ်ကို ရလာသည့်နေ့မှပြီး အဓိဋ္ဌာန်မဝင် ဝိကပ္ပနာမပြုဘဲ ဆယ်ရက်ထက် လွန်အောင်ထားလျှင် နိဿဂ္ဂိ သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

အဓိဋ္ဌာန်ဝိကပ္ပနာ၊ မပြုပါဘဲ၊ ရလာသပိတ်သစ်၊ ဖောက်ထစ်ဆယ်ရက်မျှ၊ လွန်စေက၊ သင့်ရနိဿဂ္ဂိ။

(၄၁) ဉီနပဥ္စဗန္ဓန သိက္ခာပုဒ်
(ငါးဖွဲ့ ငါးချုပ် မပြည့်ဘဲ သပိတ်သစ်တောင်းခြင်း

သပိတ် အဟောင်း ငါးဖွဲ့ ငါးချုပ် မပြည့်သေးဘဲ သပိတ်သစ် တောင်းသော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိသင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သပိတ်ဟောင်းဝယ်၊ ငါးသွယ် ရေးဖွဲ့၊ မပြည့်တဲ့ခင်၊ ကြိုတင် သစ်ပါ၊ တောင်းခံက၊ သင့်ရနိဿဂ္ဂိ။

ခက်သစ်များ

၁။ အဓိဋ္ဌာန် ဝိကပ္ပနာ ပြုပုံ ပြခဲ့ပြီးပြီ။

၂။ သပိတ်သည် အသေးစု၊ အလတ်စု၊ အကြီးစုပါ သုံးမျိုးရှိ၏။

၃။ အသေးစုမှာလည်း ငယ်လတ်ကြီး သုံးမျိုး၊ အလတ်စုအကြီးစု တို့မှာလည်း ၃-မျိုးစီခွဲက သပိတ် ၉-လုံး ဖြစ်ပေသည်။

၄။ အသေးစု သပိတ်များသည် သုံးစလယ်စီ ဝင်၍ မောက်လျှင် အသေး၊ အလောတော် ဖြစ်လျှင် အလတ်၊ မပြည့်လျှင် အကြီးဟု သုံး မျိုးရှိပေသည်။

၅။ အလတ်စု သပိတ်သုံးလုံးတို့လည်း အသေးထက် တဝက်ကြီးရ မည်ဖြစ်ရာ သုံးခွက် ခြောက်စလယ် ပြည့်လျှင် မောက်နေက အငယ်၊ အလောတော်နေက အလတ်၊ မပြည့်က အကြီးဟုသုံးမျိုး။

၆။ အကြီးစု သပိတ်များမှာလည်း ၃-ပြည်ထည့်လိုက်လျှင် မောက် နေက အငယ်၊ အလောတော် နေက အလတ်၊ မပြည့်က အကြီးဟူ၍ ၃-မျိုးစီ ခွဲသွားရာ ၉-လုံးဖြစ်၏။

၇။ ထို ကိုးလုံးတို့မှ အငယ်ဆုံးနှင့် အကြီးဆုံးတို့ကို နုတ်၍ ကျန် ၇-လုံးသာ အဓိဋ္ဌာန် တင်ရသည်၊ ၂-လုံးက သပိတ်အရာ မမြောက် သဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်တင်ခွင့်မပြု၊ သပိတ် အဖြစ် အသုံးမဝင်ပေ။

၈။ ငါးဖွဲ့ငါးချုပ် ဆိုသည်မှာ- မြေသပိတ် ဖြစ်၍ ကွဲအက်သွား တဘ်ရာ လက်နှစ်သစ်စာ ကွဲအက်နေလျှင် အပ်ချည် သံနန်းစသည်ဖြင့် ချုပ်ထားတွဲထားရသည်၊ ထိုအချုပ်အဖွဲ့ ငါးခု မပြည့်လျှင် သုံးစွဲနေရ

သည်၊ ငါးဖွဲ့ပြည့်ပါက သပိတ်ဟောင်း စွန့်၊ သပိတ်သစ် တောင်းရန် ခွင့်ပြုလေသည်၊ ငါးဖွဲ့ မပြည့်မီ သပိတ်သစ် တောင်းသော် နိဿဂ္ဂိ ပါစိတ်ဟု ဆိုလိုသည်။

၉။ တောင်းရာမှာ ဆွေမျိုးမတော် မဖိတ်ကြားသူများ အထံမှ တောင်းမှုကိုသာ ဆိုသည်၊ ဆွေမျိုး ဖိတ်သူများကို မဆိုပေ။

၁၀။ နိဿဂ္ဂိထိုက် သပိတ်ကို သံဃာ့အထံ စွန့်ရသည်၊ သံဃာ့ထေရ် စသည်တို့က ဆန္ဒရှိလျှင် ယူနိုင်သည်၊ ထေရ်ကြီးမှစ၍ ထေရ်ငယ်အထိ အစဉ်လိုက်စွန့်ကာ အလိုရှိသည့်ထေရ် ယူနိုင်လေသည်။

၁၁။ သပိတ်မှာ မြေသပိတ်သံသပိတ်များသာ အပ်သည်၊ သစ်သား နှီးသပိတ်ခွက်စသည် မအပ်ပေ၊ ထိုကြောင့် ယခုခေတ် နှီးခွက်များဖြင့် လက်ဖက် စသည် ထည့်၍ သံဃာအား ကပ်ခြင်းကို သတိပြုထိုက်ပေသည်။

(၄၂) ဘေသဇ္ဇ သိက္ခာပုဒ် (ဆေးပစ္စည်းနှင့် စပ်ရာ)

ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီ၊ ပျားရည်၊ တင်လဲဟူသော ငါးမျိုးကို အကပ်ခံပြီးနောက် ၇-ရက်အတွင်းထားပြီး သုံးဆောင်နိုင်သည်၊ ၇-ရက် ဝက် အလွန်သုံးဆောင်သော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိ ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ထောပတ်၊ ဆီဦးများ၊ ဆီ၊ ပျား၊ တင်လဲ၊ ငါးတွဲဆေးမှန်၊
အကပ်ခံ၍ ပိုလွန်ခုနစ်ရက်၊ ထားသိုချက်၊ နိဿဂ္ဂိပါစိတ်တည်း၊

ခက်ဆစ်များ

၁။ ထောပတ် = နွားနို့၊ ကျွဲနို့ စသည်တို့ကို ချက်ရသော အဆီဆေး။
၂။ ဆီဦး = နို့ချဉ်ဒိန်ခဲမှ ကုတ်ယူရသည့် အဆီခဲ၊ ထောပတ်ဦး။
၃။ ဆီ = သစ်စေ့ဆီ အသားဆီများ။
၄။ ပျားရည် = ပျားကောင်များ ပန်းမျိုးစုံမှ စုတ်ယူ ထားသော အချိုရည်၊ ဝတ်ရည်များ။
၅။ တင်လဲ = ထန်းရည် ပေရည် ကြံရည်မှချက်ထုတ်ရသော ထန်းလျက်ရည် ထန်းလျက်ခဲ၊ ကြံသကာရည် ကြံသကာခဲ စသည်များ။

၆။ ၎င်းတို့ကို ရောဂါ ပျောက်စေရန် အသုံး ပြုရသည့် အတွက် ဆေးဟူ၍ ခေါ်ကြသည်။

၇။ ထို၇-မျိုးတို့ကို ရောဂါ ရှိ၍ သင့်မြတ်က အကပ်ခံပြီး ၇-ရက်အတွင်း စားကောင်းသည်။ ၇-ရက် ပြည့်က တခြားစွန့်ရပေးရသည်၊ ၇ ရက်လွန်အောင် ထားလျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်သည်။

(၄၃) ဝဿိကသာဋိက သိက္ခာပုဒ်

(မိုးရေခံ ရေသနုတ် သင်္ကန်း ရှာသုံးမှု)

နယုန်ပြည့်ကျော် တစ်ရက်နေ့မှ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ အထိ မိုးရေခံ (ရေသနုတ်) သင်္ကန်း လှူချိန်ရောက်ပြီဟု ဆို၍သတိပေးကောင်း၏။

ဝါဆိုလဆန်း တစ်ရက်နေ့မှ ဝါဆို လပြည့်နေ့ အထိ မိုးရေခံ (ရေသနုတ်) သင်္ကန်းကို ချုပ်ဆိုးပြီး ဝတ်နိုင်သည်၊ ၎င်းရက်အတွင်းမှာ ရှာ၍မရသေးလျှင် တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်နေ့ အထိ ရှာမှီးချုပ်ဆိုး ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးပြီး ဝတ်နိုင်သည်။ ရှာမှီးရန် ကာလ မဟုတ်ဘဲ ရှာမှီးခြင်း ချုပ်ဆိုးခြင်း ဝတ်ခြင်းစသည် ပြုလျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်၏။

ခက်ဆစ်များ

၁။ မိုးရေခံ= ရေလဲ ရေသနုတ် သင်္ကန်းတည်း၊ ၎င်းကိုရှာချိန် ဝတ်ချိန်ခွဲသိရ၏။

၂။ ရှာချိန်= နယုန်လဆုတ် ၁-ရက်နေ့မှ ဝါဆိုလပြည့်နေ့ အထိ တလတည်း။

၃။ ချုပ်ဆိုး ဝတ်ချိန်= ဝါဆိုလဆန်း ၁-ရက်မှ လပြည့်အထိ ၁၅-ရက်တည်း။

၄။ ထိုရက်များ အတွင်း မပြည့်စုံ သေးပါက တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်နေ့ထိရှာခြင်း၊ ချုပ်ဆိုးဝတ်ခြင်း အားလုံး ပြုခွင့်ရှိသည်။

၅။ ဆိုပြီးသတ်မှတ်ချက်အချိန်အခါများမှ တခြားသော အချိန်အခါများ၌ ရှာကြံချုပ်ဆိုး ဝတ်ဆင်ခြင်းပြုက နိဿဂ္ဂိသင့်သည်။

၆။ အချုပ်မှတ်ရန်= မိုးရေခံသင်္ကန်း ရှာရန်ကာလ-နယုန်ပြည့်ကျော် ၁-ရက်မှ တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်အထိ ၅-လ။

၇။ ချုပ်ဆိုး ဝတ်နိုင်သော ကာလ– ဝါဆိုလဆန်း ၁ ရက်နေ့မှ တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်အထိ ၄–လခွဲဟု မှတ်သင့်ပါသည်။

၈။ တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်ကျော် ၁–ရက်မှ နယုန် လပြည့်နေ့ ထိသည် မိုးရေခံသင်္ကန်းမရှာသင့်၊ မဝတ်သင့်သော ပိဋ္ဋဒေယာ အပြင် အခါတည်း။

(၄၄) စီဝရအစ္ဆိန္ဒန သိက္ခာပုဒ်
(သင်္ကန်းပေးပြီး ပြန်လုမှု)

မိမိ၏ ဝတ်ကြီး ဝတ်ငယ်များကို ပြုစုလိမ့်မည်ဟူသော မြော်လင့် ချက်ဖြင့် ရဟန်း တစ်ပါးအား ကိုယ်တိုင် သင်္ကန်းပေးပြီး မြော်လင့် ချက်မကိုက်သဖြင့် ပေးပြီးသင်္ကန်းကို လုယူလျှင် နိဿဂ္ဂိပစိတ် အာပတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကိုယ်တိုင်ပေးကမ်း၊ ဝတ်သင်္ကန်းကို၊ စိတ်ပန်းဆိုးမှု၊ ပြန်ယူ လု၊ မှတ်မူ နိဿဂ္ဂိ။
တခြားဥစ္စာ၊ ပေးပြီးခါမှ၊ စိတ်နာမှုရှု၊ ပြန်ယူလု၊ မှုင်ရှု ဒုက္ကဋ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ မိမိကို ပြုစုလိမ့်မည် မြော်လင့်ချက်ဖြင့် သင်္ကန်း ပစ္စည်းကို ကိုယ်တိုင်ပေးပြီးနောက် စိတ်မှန်းတိုင်း မပြုစုသဖြင့် မိမိပစ္စည်းအမှတ် ဖြင့် ပြန်လုယူလျှင် နိဿဂ္ဂိ။

၂။ ကိုယ်တိုင် ပေးခြင်းမဟုတ်၊ တခြားသူက ပေးထားသည်ကို မိမိပစ္စည်းအမှတ်ဖြင့် ပြန်လုယူလျှင် အာပတ်မသင့်။

၃။ ကိုယ်တိုင် ပေးထားသော သင်္ကန်းမှ တခြား ဖိနပ်စသည်ကို ပြန်လုယူက ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

၄။ ပြန်လုယူရာတွင် မိမိပိုင်ပစ္စည်း အမှတ်ဖြင့် မဟုတ်ဘဲ၊ သူ၏ ပစ္စည်းအမှတ်ဖြင့် အနိုင်ကျင့်၍လုယူက ပစ္စည်းတန်ဖိုးအလိုက် အပြစ် သင့်နိုင်သည်။

(၄၅) သုတ္တဝိညတ္တိက သိက္ခာပုဒ်
(ချည်တောင်း၍ အရက်ခိုင်းမှု)

ကိုယ်တိုင်ချည်တောင်း၍ ရက်ကန်းသည်တို့ကို မိမိအတွက် သင်္ကန်းအရက်ခိုင်းသော ရဟန်း နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ကိုယ်တိုင်တောင်းရမ်း၊ ချည်မျှင်ဆန်းဖြင့်၊ ရက်ကန်းသည်ထံ၊
ရည်သန် ကိုယ့်တွက်တာ၊ ရက်ခိုင်းပါ၊ သင့်ရာ နိဿဂ္ဂီ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဆွေမျိုးမတော်၊ မဖိတ်ထားသောသူတို့ထံမှ ချည်ကိုတောင်း၍၊ ဆွေမျိုး မတော်သော ရက်ကန်းသည် တို့အား အရက်ခိုင်းလျှင် နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်၏။

၂။ အပ်စပ်သော ချည်များဖြင့် ဆွေမျိုးမတော်သော ရက်ကန်းသည်တို့အား အရက်ခိုင်းလျှင်ကား ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်၏။

၃။ မအပ်စပ်သောချည်ဖြင့် ဆွေမျိုးရက်ကန်းသည်တို့အားအရက်ခိုင်းလျှင်လည်း ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်၏။

၄။ သင်္ကန်းဟူသည် ကိုးထည်သော သင်္ကန်းတို့ အပါအဝင်ဖြစ်၍ အလျား ၂-တောင်၊ အနံတစ်ထွာရှိသော အဝတ်တည်း။

၅။ ဆိုခဲ့ပြီးအတိုင်းအတာကို တိုးတိုင်း တိုးတိုင်း အာပတ်ထပ်၍ သင့်၏။

၆။ အတိုင်းအတာမပြည့်သော အဝတ်ကို အရက်ခိုင်းက ဒုက္ကဋ် အာပတ် သင့်သည်။

(၄၆) မဟာပေသကာရ သိက္ခာပုဒ်
(အထူးရက်စေမှု)

ဆွေမျိုး မတော်သော ဒကာ-ဒကာမတို့က ရဟန်းကို ရည်စူး၍၊ ရက်ကန်းသည်တို့အား သင်္ကန်းအရက်ခိုင်းရာ ရဟန်းကသိ၍ ဖိတ်မထားသော ရက်ကန်းသည်တို့ထံကပ်ပြီး၊ ဒကာတို့-ဤသင်္ကန်းကား-ဦးပဉ္စင်း အားရက်ထားတာဖြစ်သည်။ အလျားရှည်ရှည် အနံကြီးကြီး၊ အသား

ထူထူ၊ ကောင်းကောင်း ရက်ပါ။ ဦးပဉ္ဇင်း ကလည်း တတ်နိုင်သမျှ ချီးမြှောက် ပါဦးမည်ဟုပြောကာ အနည်းဆုံး ဆွမ်းကိုမျှ ပေးသော်လည်း နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမတော်ဖြား၊ ဒကာမျှားက၊ ကိုယ့်အား ရည်မှန်း၊ ငတ် သက်န်းကို၊ ရက်ကန်း သည်ထံ၊ ရက်လုပ် ရန်ဟု၊ အပ်နှံခိုင်း ထား၊ သဘင်းကြား၍၊ ကပ်သွားပြီးခါ၊ သင်္ကန်း လျှားကို၊ ရှည်စွာလျှားနံ၊ ထူကောင်း ရန်ဟု၊ စီမံပြုလျက်၊ ထိုးမှုလက် ဆောင်၊ ကောင်းအောင်ရှာစု၊ တစ်ခုခု၊ ပေးပြုနိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်မျှား

၁။ ဆွေမျိုးမတော်သော ဒကာတို့က မိမိအားရည်စူးပြီး ရက်ကန်းသည်မျှားအထံ သင်္ကန်း အရက်ခိုင်းကြောင်း ကြားသိရသဖြင့်–

၂။ ရဟန်းက ကိုယ်တိုင်သွားပြီး ဦးပဉ္ဇင်းအတွက် ဖြစ်သဖြင့်၊ အလျှား အနံ ရှည်ရှည် ကြီးကြီး၊ အသား ထူထူ၊ ကောင်းကောင်း ရက်ပါ၊ ပေးသင့်တာတစ်ခုခု လက်ဆောင်အဖြစ် ပေးပါမည်ဟု ပြော၍၊ စီစဉ်သောရဟန်း နိဿဂ္ဂိသင့်၏။

(၄၇) အစ္စေကစီဝရသိက္ခာပုဒ်
(အဆောတလျင် လှူသော သင်္ကန်း)

သီတင်းကျွတ်လဆန်း ၅–ရက်မှစ၍ လပြည့်အတွင်း တစ်ရက်ရက်၌ အလျင်အမြန်လှူရသော သင်္ကန်းဖြစ်ပေါ်ရလာရာ အလျင်အမြန်လှူရသော သင်္ကန်းဟု သိရှိပါက ထိုသင်္ကန်းကို အလှူခံပြီး သင်္ကန်းကာလကုန်ဆုံးသည်တိုင်အောင် အဓိဋ္ဌာန်မတင်၊ ဝိကပ္ပနာမပြုဘဲ ထားကောင်းသည်၊ သင်္ကန်းကာလထက် လွန်အောင်ထားလျှင်တား နိဿဂ္ဂိပါစိတ် သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

သီတင်းကျွတ်လ၊ ၅–ရက်စ၍၊ လပြည့်တွင်းမှာ၊ လျှင်စွာလှူဒါန်း၊ သင်္ကန်းရတုံ၊ ကြောင်းစုံသိမှန်၊ အလှူခံကာ၊ သင့်ရာ

ရည်မှန်း၊ သင်္ကန်းကာလ၊ ကုန်ရာကျသာ၊ ထားနိုင်ပါ၏၊ ထိုကာလများ၊ သာလွန်ထား၊ ရဟန်းအား၊ နိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အစ္စေကစီဝရ = သင်္ကန်းလှူရိုးဖြစ်သော သီတင်းကျွတ်လပြည့် ကျော် သင်္ကန်းကာလသို့ မရောက်သေးမီ သီတင်းကျွတ်လဆန်း ၅-ရက်နေ့မှ လပြည့်နေ့အတွင်း ၁၀-ရက်ကာလမှာ လှူသောသင်္ကန်းကို (အဆောတလျင် လှူရသောကြောင့်) အစ္စေကစီဝရခေါ်၏။

၂။ (၁) ခရီးသွားမည့်သူ၊ (၂) ကိုယ်ဝန်ရှိသူ၊ (၃) ကျန်းမာသူ၊ (၄) တရားနှာရစဉ် သဒ္ဓါဟုလားဖြစ်သူတို့က အရေးကြီး အနေဖြင့် လှူသောသင်္ကန်းမျိုးတည်း။

၃။ လှူရာ၌-ရဟန်းထံလာ၍ဖြစ်စေ၊ ငှလွှတ်၍ဖြစ်စေ၊ ဤသင်္ကန်းကို ဝါဆိုသင်္ကန်းအဖြစ် လှူဒါန်းပါ၏ဆိုပြီး လှူသောသင်္ကန်းတည်း။

(၄၈) သာသင်္ကန်းသိက္ခာပုဒ်(ယုံမှားဖွယ်သောအရန်ရှိရာကျောင်း)

တောခကျောင်းနေရဟန်းတော်များအတွက် တား ရန်ရှိ၏ဟု ယုံမှား ဖွယ်ရှိသည့် အကြောင်းအားလျော်စွာ တိစိဝရ်က် အင်္ဂြောန်တင်လ ထား သောသင်္ကန်းကို ရွာတွင်းမှာထားကောင်းသည်၊ သို့သော်ရွာတွင်းမှာ ထားသောသင်္ကန်းနှင့် ၆-ညဉ့်ထက်အလွန်ကင်းနေလျှင်ကား နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

တောကျောင်းနေငြား၊ ရဟန်းများမှာ၊ ယုံမှားတားရန်၊ ကြောင်းဆိုက်ဟန်ကြောင့်၊ မိဂ္ဂနိတင်လ၊ စီ-သုံးထည်ကို၊ ထိုရွာတွင်းမှာ၊ ထားနိုင်ပါ၏၊ သို့ပါသော်လျက်၊ ခြောက်ရက်လွန်ကာ၊ ထားခဲ့ပါ၊ သင့်ရာနိဿဂ္ဂိ၊

ခက်ဆစ်များ

၁။ တောကျောင်း = ရွာနှင့် အတောင်နှစ်ထောင်၊ ဝင်ရိုင်နီးပါး ကွာဝေးသော တောရကျောင်းနေသော ရဟန်းများတည်း။

၂။ သက်န်းလုသူမည်ဟုယုံမှား တွေးတောစရာအားရန်ရှိနေခြင်း။

၃။ ထိုသို့အားရန်ရှိသည် ထင်ရသောအခါ၊ သင်္ကန်းသုံးထည်မှ တထည် စသည့်အပိုကို ရွာတွင်းမှာ ထားကောင်းသည်။

၄။ မိမိနှင့် ၂-တောင်ထွာထက် ပိုပြီး ဝေးကွာနေသော်လည်း အပြစ်မရှိ။

၅။ တိစီဝရိက် =အမည်သီးခြားဆို၍ အဓိဋ္ဌာန်တင်ထားပြီးသော (၁) သင်းပိုင်၊ (၂) ကော်သီ၊ (၃) ဒုကုဋ် ၂-ထပ်သင်္ကန်းများတည်း။

၆။ ကင်းကွာနေခွင့်မှာ ၆-ရက်မျှ ဖြစ်၍ ၎င်းမှ ကျော်လွန်ပြီး ၇-ရက် စသည်ကင်းနေက နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်၏။

(၃၀) ပရိဏတသိက္ခာပုဒ် (သံဃာ့လာဘ် မိမိသို့ညွှတ်စေမှု)

သံဃာ့အားလှူရန် မှည်ရွယ်ထားသော ပစ္စည်းကိုသိလျက် မိမိအား အလှူခိုင်းက နိဿဂ္ဂိပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> သံဃာလှူရန်၊ ရည်သန်မှန်းထား၊ ပစ္စည်းများကို၊ မိမိအားသာ၊
> လှူစေပါ သင့်ရာနိဿဂ္ဂိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သံဃာလှူရန်ပစ္စည်းကို သိလျက်မိမိသို့လှူစေက နိဿဂ္ဂိ။

၂။ တခြားပုဂ္ဂိုလ်ကို လှူစေလျှင်ကား ပါစိတ်။

၃။ တခြားသံဃာညွှတ်စေပြီးလာဘ် တခြား သံဃာအားဖြစ်စေ၊ စေတီတော်အားဖြစ်စေ ညွှတ်စေလှူစေလျှင်၊ ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၄။ ပုဂ္ဂိုလ်တပါးအား ညွှတ်ပြီး လာဘ်ကို သံဃာအားလည်းကောင်း၊ စေတီအားလည်းကောင်း၊ တခြား ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်းကောင်း၊ ညွှတ်စေလျှင်လည်း ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၅။ မည်သည့်နေရာ၌ လှူသင့်ပါသနည်းဟု မေးလျှင်ကား၊ မိမိ သဘောအတိုင်း ညွှန်ပြနိုင်သည် အာပတ်မသင့်ပေ။

၆။ နိဿဂ္ဂီသင့်သောပစ္စည်းများကို ရဟန်းတစ်ပါးပါးထံ စွန့်ပြီး ဒေသနာပြုမှ **အပြစ်လွတ်သည်**၊ မစွန့်ဘဲ ဒေသနာပြောရုံမျှဖြင့် အာပတ်မလွတ်နိုင်ပေ၊ သတိပြုကြပါ။

၇။ စွန့်ပုံမှာ = ဤသင်းပိုင် ဆယ်ရက်လွန်သဖြင့် စွန့်လိုက်သည့် အဘွက် အရှင်ဘုရားအား ဤသင်းပိုင်ကို စွန့်ပါ၏ဟုဆို၍ စွန့်ရသည်၊ ကောသိ-ဒုကုဋ် စသည်များကိုလည်း နည်းတူစွန့်ရပါမည်။ (နိဿဂ္ဂီ ပြီးပြီ)။

(ဃ) သုဒ္ဓပါစိတ်(၉၂-ပုဒ်)(ပါစိတ်အာပတ်ရိုးရိုး)
မုသာဝါဒဝဂ် ၁၀-ပုဒ်

(၃၀) မုသာဝါဒသိက္ခာပုဒ် (လိမ်ပြောမှု)

မပြောမီရှေးအဖို့နှင့် ပြောဆဲမှာ-မှားမှန်းသိလျက်၊ အမှန်ချွတ်ယွင်း မသော စကားကို ပြောဆိုသောရဟန်း ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရှေးရောပြောစဉ်၊ မှားပင်သိကာ၊ လိမ်လည်ညာ၊ ပြောရာပါစိတ်သင့်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ မပြောခင်၊ ပြောစဉ်ကာလ၌ မဟုတ်မှန်းသိလျက် လိမ်ပြောမှုတည်း။
၂။ တရားထူးမရဘဲ ရသည်ဟု လိမ်ပြောလျှင် ပါရာဇိကအာပတ်။
၃။ မမှန်သော ပါရာဇိကဖြင့် လိမ်ညာစွပ်စွဲလျှင် သံဃာဒိသေသ်။
၄။ မမှန်သော သံဃာဒိသေသ်ဖြင့် စွပ်စွဲလျှင် ပါစိတ်အာပတ်။
၅။ မမှန်သော ကြွင်းအာပတ် ၅-ပုဒ်ဖြင့် စွပ်စွဲလျှင် ဒုက္ကဋ်။
၆။ တရားထူးကို တိုက်ရိုက် မပြောဘဲ သွယ်ဝိုက် ပြောလျှင် ထုလ္လစ္စည်း။

၇။ ထိုသို့ တရားထူးကို သွယ်ဝိုက်ပြောရာ အပြောခံက နားမလည်လျှင် ဒုက္ကဋ်။

၈။ ဤ သိက္ခာပုဒ်ဖြင့် မုသားပြောမှုအတွက် ပါစိတ်အာပတ်အားဖြင့် မုသာဝါဒအတွက် သင့်သောအာပတ် ၇-မျိုးရှိ၏ဟု မှတ်ပါ။

(၃၁) ဩမသဝါဒသိက္ခာပုဒ်
(နှုတ်လှန်ထိုးပြောမှု)

နှုတ်လှန်ထိုးကာ-ဆဲရေးတိုင်းထွာစကားပြောသော ရဟန်း ပါစိတ်အာပတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

နှုတ်လှန်းထိုးကာ၊ ဆဲရေးခါဖြင့်၊ တိုင်းထွာစကား၊ ပြောသူကား၊ သင့်ငြား ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ နှုတ်လှန်=ဆဲဆိုသောစကားများမှာ စိတ်ရောနှားပါ ချွန်းသာဘဲ လှံနှင့် ထိုးလိုက်သည့်ပမာ မခံသာသဖြင့် နှုတ်လှန်ထိုးသည်မည်၏။

၂။ ဆဲဆိုကြောင်း ဝတ္ထု ၁၀-ပါးဖြင့် ရဟန်းကိုဆဲက ပါစိတ်။

၃။ ဘိက္ခုနီနှင့် လူသာမဏေများကို ဆဲက ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်။

၄။ ဝတ္ထု ၁၀-ပါး သရုပ်မှာ-

ဆောင်ပုဒ်

ဇာတိ နာမ၊ ဂေါတ္တ ကမ္မာ၊ သိပ္ပါဗ ဓ၊ လိင် ကိလေသာ။ အာပတ္တာ အက္ကောသ၊ ဤဆယ်ဝ၊ အက္ကောသဝတ္ထုတည်းနှင့် အညီ အမျိုးဇာတ်၊ အမည်၊ အနွယ်၊ အလုပ်ကိုစွ၊ အတတ်၊ အနာရောဂါ၊ အသွင်သဏ္ဌာန်၊ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မေးဟ စသော ကိလေသာ အာပတ်၊ အင်္ဂါ၊ မြေလှန်၊ ခွေး, နွား စသည်နှင့်တိုင်း၍ ဆဲရေးခြင်းအားဖြင့် ၁၀-ပါး။

ဆဲပုံ

က။ ဒွန်းစဏ္ဍား ဇာတ်ရှိသူကို-ဟဲ့ ဒွန်းစဏ္ဍားမျိုးဟု ဆဲက ဇာတ်။
ခ ။ မောင်မဲအမည်ရှိသူကို- ဟဲ့ မောင်မဲ စသည် နာမည် ဖော်၍ ဆဲခြင်း။
ဂ ။ ကောသိယအနွယ်သူကို-ဟဲ့ ကောသိယနွယ်ရှိသူ စသည်။
ဃ။ လက်သမားအလုပ်ရှိသူကို-ဟဲ့ လက်သမားကြီး စသည်။
င ။ ဆေးကုဘတ်သူကို-ဟဲ့ ဆေ ဆရာကြီး စသည်ဖြင့်။
စ ။ နူနာရှိသူကို-ဟဲ့ နူနာရှိသူ စသည်ဖြင့်။
ဆ။ ခါးကုန်းသူကို-ဟဲ့ ခါးကုန်းသူ စသည်ဖြင့်။
ဇ ။ အလိုကြီးသူကို-ဟဲ့ တဏှာအိုး၊ ဒေါသကြီးသူကို-ဒေါသအိုး စသည်ဖြင့်။
ဈ ။ အာပတ်သို့ရောက်သူကို-ပါစိတ်အာပတ်သင့်သူ စသည်ဖြင့်။
ည။ ယခုခေတ်ပေါ်ဆဲနည်းဖြင့်-ဟဲ့ နွား, ခွေး စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း။

အမျိုး ဇာတ် အနွယ် အဆက်၊ အလုပ်၊ အတတ် စသည်ကို ထိပါး၍ ပြောဆိုခြင်း ပြောဆိုတတ်သူကို နှုတ်လှံထိုးသူ ဟူ၍ ဆိုရပါသည်။

၅။ ဆဲဆိုခြင်းမျိုး မဟုတ်ဘဲ စာပေ ပို့ ရာ၊ ဆိုဆုံးမရာ တို့၌၊ ဒွန်းစဏ္ဍား၊ ခွေး, ဝက် စသည် ပြောရာမျိုး၌ကား – တရားရှေးရှု၊ ဩဝါဒရှေးရှု ပြောသဖြင့် အာပတ်မသင့်နိုင်ဟူ၍ မှတ်ရပါမည်။

(၅၂) ပေသုညသိက္ခာပုဒ်
(ကုန်းတိုက်ပြောဆိုမှု)

ရဟန်းအချင်းချင်း ကွဲပြားအောင် ကုန်းတိုက်စကား ပြောဆိုလျှင် ပါစိတ်အာပတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းတော်များ၊ ကွဲပြားစေရန်၊ ကုန်းချောပြန်၊ သင့်ရန် ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပေသုညာ=ပိယသုညာဟုခွဲ၍ မိမိချစ်စေ၊ သူများကိုမုန်းစေ စိတ်သားဖြင့် ကုန်းချောစကား ပြောမှုတည်း။

၂။ ရဟန်းချင်းကွဲအောင် ကုန်းချောက ပါစိတ်သင့်၏။

(၅၃) ပဒသောဓမ္မသိက္ခာပုဒ်
(သံပြိုင်စာချမှု)

လူသာမဏေအား–သံဂါယနာသုံးတန် တင်, မတင်သေးပါဠိဓမ္မကို သံပြိုင်ပို့ချလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> လူသာမဏေအား-တရားခေါ်ဘိ၊ ပါဠိဓမ္မ၊ သံပြိုင်ချ၊ သင့်ရ ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပါဠိဓမ္မ=သံဂါယနာတင်၌ ပါဝင်, မပါဝင်သော ဘုရားဟော ပါဠိအဋ္ဌကထာတရားများကိုသာယူ၊ (တခြားသူ စီထားသော ပါဠိနှင့် တခြားဘာသာများ သံပြိုင်ပို့ချရာ၊ ရဟန်း ဒေရှင် ရှင်းနှင့် ဘိက္ခုနီမတို့အား ပို့ချရာ၌ အာပတ်မသင့်) လူသာမဏေတို့ကို ပို့ချရာ၌သာ အာပတ်သင့်သည်။

၂။ ပဒသည်=ပဒ, အနုပဒ၊ အန္ဝက္ခရ၊ အနုဗျဉ္ဇနဟူ၍ လေးမျိုးရှိ၏။

- က။ ဂါထာ၌ လေးပါဒရှိရာ-အစပဒသည် ပဒမည်၏၊ ဒုတိယစသည်သည် အနုပဒမည်၏။
- ခ။ အက္ခရာတစ်လုံးတစ်လုံးသည် အန္ဝက္ခရမည်၏။
- ဂ။ ရှေ့ဝါကျရှိ ဝိဘတ်တစ်ဆုံးရှိ ပုဒ်နှင့်တူသော နောက်ဝါကျရှိ ဝိဘတ်တစ်ခုဆုံးသောပုဒ်သည် အနုဗျဉ္ဇနမည်၏။

သံပြိုင်ပို့ချပုံ

မာနတ္တပုဗ္ဗင်္ခာတမွာ၊ (ခ) မနေ့သော္ဗာ မနေ့သင့်ယော၌–

က။ ပထမပါဒကို ဆရာရော တပည့်ပြိုင်ဆိုလျှင်–နေအေ့ အားပေတ်သင့်။

ခ။ ဆရာက ပထမပဒရွတ်ပြီးချိန်မှာ တပည့်မမီ၍ ခုံကျော်ပြီး နောက် ခ-မှတ်ပါဒကျမှ သံပြိုင်ရွတ်လျှင်–အနုပဒ–အရ အာပတ်သင့်။

ရူပံ အနိစ္စံ၊ ဝေဒနာ အနိစ္စာ–ဟူသော နှစ်ပုဒ်တို့တွင်–

ဂ။ ရူ–အက္ခရာကို သံပြိုင်ရွတ်ပြီး နောက်–ဆရာက ရပ်နေအံ့၊ ရူ အက္ခရာ သံပြိုင်ရွတ်မိသဖြင့် အနက္ခရ–အတွက် အာပတ်သင့်၏။

ဃ။ ဆရာက ရူပံ အနိစ္စံဟု ရွတ်ရာ၌ ဆရာက ရူပံဟု ရွတ်ပြီးနောက် အသော်ကြာပြတ်ပြီးမှ အနိစ္စံကို ရွတ်ရာ၊ တပည့်က ဉာဏ်သွက်သဖြင့် လိုက်ဆိုရာ၊ ရူပံ အနိစ္စံ၊ ဝေဒနာ အနိစ္စာပါ နှစ်ဝါကျလုံ ပြီး၏။ ထိုသို့ ပြီးရာ၌–ဆရာကပထမဝါကျ အနိစ္စံနှင့် တပည့်၏ဒုတိယဝါကျ အနိစ္စာ ပုဒ်တို့ သံပြိုင်ကျလျှင်-အနုဗျဉ္ဇနအရ အာပတ်သင့်၏။

(၃၄) ပထမ သဟသေယျ သိက္ခာပုဒ်
(လူသာမဏေနှင့် အတူအိပ်မှု)

လူများ၊ သာမဏေများနှင့် သုံးညဥ့်ထက်အလွန် တစ်ကျောင်း တည်း၌ အတူအိပ်လျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်သည်။

သောင်ပုဒ်

> လူသာမဏေနှင့် သုံးညဥ့်ထက်လွန်၊ မိုးရံမကွဲ၊ တစ်ကျောင်း ထဲ၌၊ ပြိုင်တွဲအိပ်ပါ၊ ရဟန်းမှာ၊ သင့်ရာပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သဟ သေယျ–တစ်မိုး တစ်ရံတည်း ဆက်စပ်သော ကျောင်း၊ ဇရပ်စသည်ယူ။

၂။ အဘာအရံမှာ – ယခုခေတ်သုံး – လက်သမား အတောင်နှင့် တစ်တောင်ထွာမှ စယူ။

၃။ တချို့ကျောင်းများမှာ–အထက်ထပ် လှေကားကို အပြင်မှ တက်လေ့ရှိကြ၏။ ထိုကျောင်းများမှာ အကာအရံတခြားစီ သဘော ဖြစ်သောကြောင့် အာပတ်မသင့်။

၄။ လှေကားအတွင်း၌တပ်ထားသောကျောင်း စသည်ကား ၄–၅ ထပ်ရှိသော်လည်း ဆက်စပ်သွားလာနိုင်၊ ထွက်ဝင်နိုင်သောကြောင့်– မကွဲပြားသဖြင့်–အာပတ်မှမလွတ်နိုင်ပေ။

၅။ သုံးညဉ့်ထက်ပို၍ အတူမအိပ်ရဆိုသဖြင့် သုံးညဉ့်ပြည့် အတူ အိပ်ရ၏။ ၄–ညဉ့်မြောက်ကစ၍ မအိပ်ကောင်းပေ၊ အိပ်လျှင်အာပတ် သင့်၏။

၆။ အတူအိပ်ဆိုရာ၌ အရုဏ်တက်လင်းသည်အထိ အိပ်မှသာအတူ အိပ်သည်ဆိုရသည်၊ ညလုံးအတူအိပ်ပြီး အရုဏ်တက်ချိန် ထသူကား အတူအိပ်သည်ဟု မဆိုသာသဖြင့် အာပတ်မသင့်ပါ။

၇။ ခေါင်းချခါးစန့် မအိပ်ဘဲ၊ ထိုင်၍သော် လည်းကောင်း၊ ကုလားထိုင်ပေါ် ထိုင်၍ ခြေကိုမြေမှမလွတ်စေ၊ ခါးမစန့်ဘဲ ဖြစ်စေ အိပ်နိုင်သည်။

၈။ နှစ်ညဉ့်အရုဏ်တက်အောင်အိပ်၍ သုံးညဉ့်မြောက် အရုဏ်တက် ချိန်မှာ မိမိကထနေလျှင်လည်း အာပတ်မသင့်ပါ။

(၅၅) ဒုတိယသဟသေယျသိက္ခာပုဒ်
(မာတုဂါမနှင့်အတူ့အိပ်မှု)

မာတုဂါမနှင့် ပြိုင်တူ တစ်မိုးတစ်ရံတည်းသော ကျောင်း၌ တညဉ့် မျှ အိပ်သောရဟန်း ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> မာတုဂါမနှင့်၊ တကွပြိုင်စံ၊ မိုးရံမကွဲ၊ တစ်ကျောင်းထဲမှာ၊
> အိပ်စက်ပါ၊ သင့်ရာပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ တစ်မိုးတစ်ရံစသည်မှာ–(၅၄)လာသိက္ခာပုဒ်နှင့်အတူဖြစ်၏။

၂။ ရှေးသိက္ခာပုဒ် လူသာမဏေယောကျ်ား ဧကုန်နှင့် သုံးညဉ့် အိပ်ရ၏။

၃။ ဤသိက္ခာပုဒ်၌ကား– မိန်းမ တစ်မျိုးတည်းနှင့် အတူ တစ်ညဉ့်မျှအိပ်ခွင့်မရ အာပတ်သင့်ရသည်။

၄။ တက္က–ဆိုသည်မှာ တစ်ပြိုင်နက် နှစ်ဦး တညီတည်း အိပ်ခြင်းတည်း။

၅။ နှစ်ဦး ပြိုင်ဘူမဟုတ်ဘဲ ရဟန်းကအိပ်လျှင် မာတုဂါမ စသည်က ခေါင်းချ မအိပ်မလျောင်းသော် လည်းကောင်း၊ မာတုဂါမ လူသာမဏေ စသည်တို့က အိပ်နေကြလျှင် ရဟန်းက မအိပ်သော်လည်းကောင်း အတူအိပ်ရာမရောက်သဖြင့် အာပတ်မသင့်။

၆။ လူမိန်းမမှတစ်ပါး– အခြေမရှိ သတ္တဝါတို့တွင် မြွေမ၊ ငါးမများအထက် ကြီးသော မာတုဂါမ ခြေနှစ်ချောင်းတို့တွင် ကြက်မမှအထက်၊ အခြေလေးချောင်းရှိတို့တွင် ကြောင်မမှအထက် မာတုဂါမများ အားလုံးတို့နှင့်အိပ်က ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

(၅၆) ဓမ္မဒေသနာသိက္ခာပုဒ်
(တရားဟောမှု)

နားလည်သောရဟန်းယောကျ်ား မပါဘဲ၊ မာတုဂါမအား ငါးပုဒ်ခြောက်ပုဒ်ထက်အလွန်၊ ပါဠိဓမ္မဖြင့် တရားဟောသောရဟန်း ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သိကြားနားလည်၊ ယောကျ်ားဖယ်လျက်၊ ငါးသွယ်ခြောက်မှု၊ လွန်များလှသည့်၊ ပါဠိတာသာ၊ မြတ်ဓမ္မကို၊ မာတုဂါမ အား၊ ဟောညွှန်ကြား၊ သင့်ငြားပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဓမ္မဟူသည်= အဘက်သိက္ခာပုဒ်မှုပြခဲ့ပြီး–ပါဠိ အဋ္ဌကထာ များတည်း။

၂။ ထိုပါဠိအဋ္ဌကထာ တရားများကို–အနားမှာ သိကြားလိမ္မာ ရှိတဲ့ ယောကျ်ား တစ်စုံတစ်ယောက် မရှိဘဲ၊ မာတုဂါမအား ခြောက်ခွန်းထက် အလွန် မဟောကောင်း။

၃။ မြန်မာဘာသာဖြင့် ဟောရာ၌ကား–ယောကျ်ားအနားမှာရှိသော်လည်း ဟောကောင်း၏၊ မပြစ်ရှိ။

၄။ ယခုကာလ သီလ‌ဒေါ်ရာ၌–ဗုဒ္ဓံသရဏံဂစ္ဆာမိ–စသည်ဖြင့် ပါဠိဓမ္မများကို ချပေးရသော်လည်း ဓမ္မဒေသနာ သဘော်ပေါ်ကော အာပတ်သင့်ဖွယ်မရှိဟု ဆရာတော်များ မိန့်ကြားပါသည်။

၅။ ၅–ခွန်း ၆–ခွန်း ဆိုရာ၌ ၄–ပါဒရှိ ဂါထာတွင် တစ်ပါဒ တစ်ပုဒ်ကျယူ၍ စကားပြေ ပါဠိ ဝါကျမှာ တစ်ဝိဘတ် ဆုံးလျှင် တစ်ခွန်းကျ ရေတွက်ရမည်။

၆။ ၅ ခွန်း မပြည့်သော် လည်းကောင်း၊ ထိုင်ထ ဦးရိယာပုထ် ပြောင်းလျှင် လည်းကောင်း ဟောလျှင်ကား အာပတ်မသင့်။

(၅၇) ဘူတာရောစန သိက္ခာပုဒ်
(ရပြီး တရားကို အမှန် ပြောမှု)

လူ သာမဏေအား ဈာန် မဂ်ဖိုလ် တရားထူးကို ရသော်လည်း မပြောရ၊ ပြောလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်များ

> လူသာမဏေအား၊ ရပြီးသားမှန်၊ ဈာန်နှင့်မဂ်ဖိုလ်၊ တရားကို၊ ပြောဆိုပြတိ၊ ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ မိမိ ဘကယ်ရထားပြီး ဈာန်မဂ်ဖိုလ် တရားထူးများကို လူနှင့်သာမဏေတို့အား ပြောလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၂။ သာသနာတော်၏ မှန်မြတ်ကြောင်း သိစေလို အားကျစေလို၍ ဘိက္ခု ဘိက္ခုနီတို့အား ပြောပြလျှင်ကား အာပတ်မသင့်။

(၅၈) ဒုဋ္ဌုလ္လာရောစန သိက္ခာပုဒ်
(ရှန့်ရင်းသော အာပတ်ကို ပြောမှု)

ဦးနာဂသည် မည်သည့် သံဃာဒိသေသ်အာပတ် သင့်နေသည် ဟု ရဟန်း၏ နာမည်နှင့် အာပတ်ကို ဖော်၍ လူသာမဏေအား ပြောလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းအာပတ်၊ အမည်တပ်၍၊ သင့်လတ် သံဃာဒိသေ၊ လူသာမဏေအား၊ ပြောဆိုငြား၊ မှတ်သားပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ရဟန်းအမည် အာပတ်အမည်ကိုဖော်၍ ဦးနာဂသည် မာတုဂါမကို ကိုင်သည့်အတွက် သံဃာဒိသေသ်အာပတ် သင့်နေသည် ဟု လူသာမဏေအား ပြောလျှင် ပါစိတ်အာပတ် သင့်၏။

၂။ သမ္မုတိရ– သံဃာဒိသေသ် အာပတ် မပြတ် သင့်နေသော ဦးတိဿအား ရှက်ကြောက်စေလိုသောအားဖြင့် နောင်အခါ အာပတ်မှ ရှောင်ပါစေတော့ သဘောထား၍ သူ၏ အပြစ်ကို လူတို့အား ပြောပြရန် ရဟန်း တစ်ပါးအား (အပလောကန) ခွင့် ပန်သော ကံဖြင့် သမုတ် ထားလျှင်ကား ထိုရဟန်းက လူတို့အား ပြောလျှင်လည်း အာပတ်မသင့်။

၃။ အောက် အာပတ်များကို လည်းကောင်း၊ သာမဏေများ၏ လွန်ကျူးမှုများကို လည်းကောင်း ပြောလျှင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

(၅၉) ပထဝီခဏန သိက္ခာပုဒ်
(မြေတူး ခိုင်းမှု)

မြေကြီးကို ကိုယ်တိုင် တူးဖို့လျှင် အတူးခိုင်းလျှင် ထိုရဟန်း ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မြေမျိုးစုံကို၊ တူးဖို့ခွင်းပြု၊ တူးစေမှု၊ မှတ်ရှုပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ (ဇာတပထဝီ) မြေမျိုးစုံ =မြေဖြင့်ပြီး၍+မြေမျိုးထဲ ပါဝင်သောမြေ။ အဇာတပထဝီ–မြေမျိုးတွင်မပါဝင်သေးသော မြေတည်း။

၂။ သုဒ္ဓပထဝီ =မြေမှုန့်၊ မြေညက်သက်သက်သောမြေတည်း။

၃။ ပုဉ္စပထဝီ =စုပုံထားသော မြေမှုန့်မြေညက်များတည်း။

၄။ ဇာတပထဝီမျိုးဖြစ်သော (သုဒ္ဓပထဝီ) မြေမှုန့်မြေညက်သက်သက်။ (မိဿကပထဝီ) ကျောက်ခဲစသည်က နည်း၍ရောနေသောမြေ။

၅။ (ပုဉ္စပထဝီ) ရေစွတ်စိုပြီး၍ လေးလကြာပြီးသော မြေပုံအားဖြင့် ဇာတမြေသုံး မြေတို့မှတခုခုကို တူး ဖို့ခြင်းသာမက၊ ဖေါက်ခွဲခြင်း၊ ခြစ်ခြင်း၊ မီးတိုက်ခြင်း စသည်များကိုပြုက ပါစိတ်သင့်၏။

၆။ ထိုမှဘပါးသော–မြေထက်ကျောက်မှုများရောနေသောမြေ၊ တူပြီးပုံထားသော အဇာတမြေ၊ မိုးစွပ်ပြီး လေးလမပြည့်သောမြေ၊ မီးလောင်ထားသောမြေ၊ သဲများသော မြေများကိုတူးက အာပတ်မသင့်။

၇။ အတူးခိုင်းရာ၌ မြေကိုတူးစမ်းဖို့စမ်းဟု မြေကိုမှတ်သားခိုင်းမှ အာပတ်သင့်သည်။

၈။ သာမညမြေကို တူးစမ်း၊ ဤမြေကိုကပ္ပိစမ်း၊ သိစမ်းစသည် အပ်သောအသုံးဖြင့် အတူးခိုင်းရာ၌ကား အာပတ်မသင့်ပေ။

ဘူတဂါမဝဂ်–သိက္ခာပုဒ် ၁၀-ပုဒ်

(၁၀) ဘူတဂါမသိက္ခာပုဒ် (သစ်ပင်ကိုဖျက်ဆီးမှု)

မြက်ပင်၊ သစ်ပင်များကို ဖျက်ဆီးလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မြက်ပင် သစ်ပင်၊ စိတ်ပါဝင်စား၊ ဖျက်ဆီးခြင်း၊ မှတ်သ ပါစိတ္တိ။

ရှေ့သာမြယ-၆

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဘူဘဂါမ =ကြီးပွားနေဆဲ၊ ကြီးပွားပြီး ဖြစ်သော မြက်သစ်ပင်များကို ဘူတဂါမသစ်ပင်အပေါင်းဟု ခေါ်ရ၏။

၂။ ဗီဇဂါမ =အပင်ပေါက်၊ အမြစ် အညွန့် ထွက်မည့်မျိုးစေ့၊ အမြစ်၊ ပင်စည်၊ အဆစ်၊ အညွန့်စသည်များကို ဗီဇဂါမ် - မျိုးစေ့အပေါင်းဟု ဆိုရသည်။

၃။ ထိုနှစ်မျိုးမှ(ဘူဘဂါမ်) အပင်အပေါင်းကိုဖျက်က ဖျက်စေက ပါစိတ်။

၄။ ဗီဇဂါမ်မျိုးစေ့အပေါင်းကို ဖျက်က၊ ဖျက်စေကဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၅။ ဘူဘဂါမ်သစ်ပင်ကို သူတပါးအား ဤသစ်ပင်ကို ကပ္ပိစမ်း၊ သိစမ်းဟု ပြောဆို၍ခိုင်းလျှင် အာပတ်မသင့်ပါ။

၆။ ဗီဇဂါမ် မျိုးစေ့များကိုကား (ကပ္ပိခြင်းဟူသော ဝိနည်းကံပြုရသည်)။

၇။ ကပ္ပိပုံ-အပင်ပေါက်နိုင်မည့်အစေ့၊ အဆစ်၊ အညွန့်၊ ပင်လုံး၊ ကိုင်း၊ အမြစ် စသည်များကို လူသာမဏေ တစ်ဦးဦးအား ရဟန်းက (ကပ္ပိယံကရောဟိ) ဆို၍ လူသာမဏေက (ကပ္ပိယံဘန္တေ)ဟု ဆိုလျက်-ဆိုနေတုန်းဖြစ်စေ၊ ဆိုပြီးပြီးချင်းဖြစ်စေ၊ မီးစ၊ ဒါး၊ လက်သည်း စသည်တို့ဖြင့် ထိုးရ-ခုတ်ရ၊ ဆိပ်ရမည်။

၈။ ထိုသို့ပြုပြီးလျှင်ကား၊ ရဟန်းအတွက် ချိုးဖဲ့ခွဲခြင်း၊ စားခြင်း ပြုနိုင်ပြီ။

(၆၁) အညဝါဒက သိက္ခာပုဒ်
(မေးသည်မှလွဲ၍ ပြောဆိုမှု)

ဝိနည်းမိုရ်က မေးမြန်းရာတွင် စကားကို လွှဲ၍ ဖြေသည်ဖြစ်စေ၊ မဖြေဘဲ တိတ်ဘိတ် နေသည်ဖြစ်စေ ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဝိနည်းမိုရ်ဆရာ၊ မေးမြန်း လာသော်၊ လွှဲကာပြောဖြေ၊ ဆိတ်ဆိတ်နေ၊ သင့်လေ ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အညဝါဒက = **မေးသည်ကို** မဖြေလို သဖြင့် **တော**ပြော, **တော**င်ပြော ပြောနေမှု။

၂။ ဝိဟေသက = မေးသည်ကိုမဖြေလိုသဖြင့် ညှဉ်းဆဲသည့်အလား မကြားမဖြေ၊ ဆိတ်ဆိတ် နေခြင်းမျိုးတည်း။

၃။ ထိုသို့ပြုနေသူကို သံဃာက (ကမ္မဝါဖတ်ပြီး အညဝါဒက ကံ၊ ဝိဟေသကကံသို့ တင်၍ ပေးရသည်။ ကံပြုရသည်)။

၄။ ထိုကံ ပြုပြီးနောက် ထပ်မံ၍ ပြုနေပါက၊ ပါစိတ် **အာပ**တ် **သင့်၏**။

၅။ ကံမပြုသေးခင် အညဝါဒကမှု၊ ဝိဟေသကမှုကို ပြုရုံမျှဖြင့်က ဒုက္ကဋ်**အာပတ်သင့်သည်**။

၆။ **မေးသည်မှလွဲ၍** ဖြေပုံအကျဉ်း။

ဝိနည်းဓိုရ်	**သင်အာပတ်သင့်သည်**။
ရဟန်း	ဘာအာပတ်သင့်သနည်း။
ဓိုရ်	**ပါစိတ်အာပတ်သင့်သည်**။
ရဟန်း	**ဘာကြောင့်သင့်သနည်း**။
ဓိုရ်	မုသာဝါဒကြောင့် သင့်သည်။
ရဟန်း	တပည့်တော် ဘာလုပ်ရင်းသင့်သနည်း စသည်ဖြင့် **မေးသည်မှလွဲ၍** ဖြေဆိုခြင်းပေတည်း။

(၆၂) ဥဇ္ဈာပနက သိက္ခာပုဒ်
(ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချပြုမှု)

မျက်မှောက်၌ဖြစ်စေ၊ မျက်ကွယ်၌ဖြစ်စေ၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချစကားပြောဆိုလျှင် **ပါစိတ်သင့်၏**။

ဆောင်ပုဒ်

မျက်မှောက် မျက်ကွယ်၊ ရပ်နှစ်သွယ်မှာ၊ လွဲဖယ်လှဲ့ပဲ့၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ၊ ပြောဆိုက၊ သင့်ရပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဥဇ္ဈာပနက=အထင်မြင်သေးစကား၊ကဲ့ရဲ့စကားကို ပြောဆိုမှု။

၂။ ခိယျနက= အပြစ်ကိုပြ၍ ရှုတ်ချသောစကားကို ပြောမှု။

၃။ သံဃာသမ္မုတိရသော ရဟန်းကို ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချလျှင် ပါစိတ်။

၄။ သမ္မုတိမရသော ရဟန်း၊ လူသာမဏေကို ပြောခြင်း၊ လူသာမဏေတို့ မမှန်သောအပြစ်ကို ရှုတ်ချ ပြောဆိုခြင်းများကြောင့်ကား ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

(၆၃) ပဌမသေနာသန သိက္ခာပုဒ်
(သံဃိကပစ္စည်း)

ခရှင်ညောင်စောင်း၊ ကုလားထိုင်၊ အင်းပျဉ်စသော သံဃိကအခင်းတို့ကို လွင်တီးခေါင်၌ ခင်း၍ အသုံးပြုပြီး မသိမ်းဘဲ၊ မပန်ကြားဘဲ သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> ညောင်စောင်း၊ အင်ပျဉ်စ၊ သံဃာ့သုံးဆောင်၊ လွင်တီးခေါင်၌၊ ယူဆောင် သုံးစွဲ၊ မသိမ်းဆဲ မပန်ကြား၊ ထွက်ခွါသွား၊ သင့်ငြား ပါစိတ်တည်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ညောင်စောင်း-ခရှင်၊ အင်းပျဉ်၊ ခုံ၊ ကုလားထိုင်၊ သံဃာ့ပိုင်၊ အခင်းများ။

၂။ လွင်တီးခေါင်-အမိုးအကာ အဆောက်အဦမရှိသော လွင်ပြင်နေရာဌာန၌ ယူဆောင်သုံးစွဲပြီး၊ တခြားအရပ်ကို ထွက်သွားခါနီးမှာ သိမ်းဆည်းထားခဲ့ရမည်။

၃။ သို့မဟုတ် ကျန်နေရစ်သော ရဟန်းများအား ပန်ကြားသွားရမည်။

၄။ မသိမ်းဘဲ မပန်ကြားဘဲ ထွက်သွားပါက ပါစိတ် အာပတ်သင့်၏။

၅။ ဤသိက္ခာပုဒ်၌ သေယျအရ– ခရှင် ညောင်စောင်း၊ စားပွဲ၊ ကုလားထိုင်၊ ခုံတို-ရှည်များနှင့်။

၆။ ဘုံလျှိုခေါ်သော အိပ်ချုပ်ပြီးအတွင်းမှ အုန်းဆံ၊ သစ်ရွက်၊ လဲဝါဂွမ်း စသည့် အဆာသွင်း ချုပ်ထားသောဖုံ၊ မွေ့ရာအခင်းများ။

၇။ ခတ်အခင်း– ထိပ်ဝ နှစ်ဘက်ကျယ်၍ အလယ်မှ သေးအောင် ကြိမ်ခွေစသည်ဖြင့် စည်းထားသည့်ထိုင်ခုံငယ် တမျိုးတည်း၊ ယခုခေတ် ဝါးဘန်လေးများကိုစုစည်း၍ထိုင်သော ထိပ်ဝမှ ကြိမ်လျှော်၊ သားရေ စသည်တို့ဖြင့် ဖုံးအုပ်ခင်းထားသော အခင်းမျိုးများ ပါဝင်သည်။

(၆၄) ဒုတိယ သေနာသန သိက္ခာပုဒ်
(သေနာသန အသုံးအဆောင် ပြင်ထားမှု)

သံဃိကကျောင်း၌ အိပ်ရာခင်းတစ်ခုခုကိုခင်း၍ အသုံးပြုပြီး အရပ်တစ်ပါးသို့ ရှေ့သွားလျှင် ထိုအခင်းကို မသိမ်းဆည်း မပန်ကြားဘဲ ထွက်သွားလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> သံဃိကကျောင်းတွင်း၊ အိပ်ရာခင်.တစ်ခုခုကို၊ ခင်းပြုသုံးငြား၊ ရပ်တပါးသို့၊ ရှေ့သွားခါနီး၊ သိမ်းဆည်းပန်ကြား၊ မပြုသွား
> သင့်ငြားပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပြီးခဲ့သောသိက္ခာပုဒ်လာ သေယျ-များကို ပြပြီးခဲ့ပြီ။

၂။ ဤသိက္ခာပုဒ်လာ သေယျ-များမှာ....

 က။ ဘိသိ-ဘုံလျှို–အစာသွင်း၍ ချုပ်ထားသောဖုံ-မွေ့ရာခင်း။

ခ။ စိမိလိကာ=အဝတ်ကြမ်းခင်း တင်မျိုးတည်း။

ဂ။ ဥတ္တရတ္ထရဏ–အပေါ်ခင်း၊ ကုလားထိုင် စသည်တို့ အပေါ် ခင်းမျိုး။

ဃ။ ဘူမတ္ထရဏ-ဂူ ရိုးမြေ၌ ခင်းအပ်သော ဖျာ သင်ဖြူးစသည်။

င။ ကဋ္ဌိကာ-ထန်းရွက်၊ ထန်းလျှော်၊ နှီးစသည်ဖြင့် ရက်အပ်သော ဖျာကြမ်း။

၈။ စမ္မက္ခဏ္ဍ-ကျား၊ ခြင်္သေ့ စသည်တို့၏ အရေအခင်း။
၉။ နိသီဒိုင်-အမြိတ်တပ်၍ ချုပ်အပ်သော အခင်းတင်မျိုး။
၁၀။ ပစ္စတ္ထရဏ-ခြုံသည်၊ သားမွေး၊ ကော်ဇောစသည်အခင်းမျိုး။
၁၁။ တိဏသန္ထရဏ-မြက်အခင်း၊ မြက်များကို တွဲစပ်၍ ရက်ထားသည်။

၁၂။ ပဏ္ဏသန္ထရဏ-သစ်ရွက်အခင်း၊ သစ်ရွက်များကို တွဲစပ် ရက်ထားသည်။

၃။ သံဃာပိုင် ထိုအခင်းများကို ယူကိုင်က သွားကာနီး သိမ်းဆဲ အပ်နှံသွားရမည်၊ တစ်ခုခု မပြုလုပ်ဘဲသွားက ပါစိတ် အာပတ် သင့်၏။

(၆၅) အနုပခဇ္ဇသိက္ခာပုဒ်
(ပူးကပ်၍အိပ်မှု)

သံဃိကကျောင်း၌ ရှေးဦးစွာ နေသော သီတင်းကြီး ရဟန်းကို နေမှန်းသိလျက် ကျဉ်းကြပ်ဖြစ်ကာ ဖဲ့ထွက်သွားလိမ့်မည် ဟူသော စိတ်မျိုးဖြင့် ထိုရဟန်းကြီး တစ်ထောင့်ထွာအတွင်းသို့ အကြောင်းထူး မရှိဘဲ ပူးကပ် ဝင်အိပ်သောရဟန်း ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သံဃိကကျောင်းတွင်၊ ကြိုတင်နေပြီး၊ သီတင်းကြီးကို၊ နေပြီး သိလျက်၊ ကျဉ်းကြပ်ချက်ကြောင့်၊ ဖဲ့ထွက်သွားမည်၊ စိတ် ရည်မှန်းဆဲ၊ ကပ်အိပ်က၊ သင့်ရပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပူးကပ် = တစ်ထောင့်ထွာ အတွင်း ဝင်ရောက် ပူးကပ်ခြင်းတည်း။

၂။ သိလျက်=သံဃာအား ကျေးဇူးများသဖြင့် လည်းကောင်း၊ တရားဟောစာချ၊ ဂုဏ်ထူးရှိသဖြင့် လည်းကောင်း၊ သံဃာကပန်ကြားပြီး နေရာ သီးခြားပေးထား ခံရသူမှန်း သိပါလျက်။

၃။ ရောက်နေနှင့်သူ=မိမိမနေခင် ရှေးဦးစွာ ရောက်နေနှင့်သူ။
၄။ ထိုအကြောင်းစုံကို သိပါလျက် တစ်တောင်ထွာ အတွင်း ပူးကပ်၍နေထိုင်လျှင်၊ အိပ်လျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်သည်။ ။

(၆၆) နိက္ကဍ္ဎနသိက္ခာပုဒ်
(သံဃိက ကျောင်းမှ နှင်ထုတ်မှု)

ရဟန်းကို စိတ်ဆိုးပြီး၊ သံဃိကကျောင်းမှ နှင်ထုတ်သော ရဟန်း ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းကိုပင်၊ စိတ်ဆိုးဝင်ကာ၊ သံဃာပိုင်ကျောင်းမှ၊ နှင်ထုတ်ချ၊ သင့်ရပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ တရားသဖြင့် နေသော ရဟန်းတောင်းကို သံဃိကကျောင်းမှ နှင်လျှင် ပါစိတ်။

၂။ ခိုက်ရန်ဖြစ်တတ်သော ရဟန်းနှင့် ထိုရဟန်းတို့၏ ပရိက္ခရာများပါ သံဃာပိုင်ကျောင်းတိုက်ကြီးအတွင်းမှ နှင်သော်လည်း အာပတ်မသင့်။

၃။ အလဇ္ဇီ-အချက် မရှိသော ရဟန်း သာမဏေများနှင့် တရားသဖြင့် ဆုံးမသည်ကို မနာခံမလိုက်နာသော ရဟန်း သာမဏေများကိုကား မိမိနေရာ သံဃိက ကျောင်းဆောင် တစ်ခုမှသာ နှင်ကောင်းသည်၊ သံဃိက ကျောင်းတိုက်ကြီး တစ်ခုလုံးမှ မနှင်ကောင်း။

၄။ မိမိနှင့် အကျွမ်းမဝင်သော သူ၏ ပုဂ္ဂလိက ကျောင်းမှ ရဟန်း လူသာမဏေများကို နှစ်ချခြင်း၊ ထိုလူသာမဏေတို့၏ ပစ္စည်းများ ဆွဲထုတ်ခြင်းများကို ပြုက ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

၅။ မိမိနှင့် အကျွမ်း ဝင်သူ၏ ပုဂ္ဂလိကပိုင်ကျောင်းမှ စိတ်ဆို၍ ရဟန်းလူသာမဏေဘို့ကို နှင်ချခြင်းပြုရာ မိမိပိုင်ကျောင်းမှသော်ကျ သူများကို နှင်ထုတ်ရာတို့မှာကား အာပတ်မသင့်ပေ။

(၆၇) ဝေဟာသကုဋိ သိက္ခာပုဒ်
(အထက်ထပ်ရှိ ခရှင်၌ ထိုင်မှု)

ဆင့်သာ ကြဲပြီး၍ ပျဉ် မခင်းရသေးသော သံဃိက ကျောင်း၏ အပေါ်ထပ်၌ ဘောင်မှာ ခြေတပ်ထားသော ညောင်စောင်း အင်းပျဉ် ၌ထိုင်လျှင် အိပ်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> ဆင့်သာ ကြဲလျှင်၊ ပျဉ် မခင်းလတ်၊ ကျောင်းပေါ်ထပ်၌၊ ခြေတပ်ဘောင်ထွင်း၊ ခရှင်အင်းပျဉ်၊ ဖိလျှင်ထိုင်ဘိ၊ အိပ်နေဘိ၊ သင့်၏ပါစိတ်ပင်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဥပရိ ဝေဟာသ ကုဋိ=သံဃိက နှစ်ထပ် သုံးထပ်ကျောင်း ဆောက်ရာ အပေါ်ထပ်၌ ဆင့်များ ကြဲထားပြီး ပျဉ်မခင်းရသေးသော ကျောင်းဟု ဆိုလိုသည်။

၂။ အပေါ်ထပ်မှာ ကြမ်း မခင်းရသေးသဖြင့် ဟာလာဟင်းလင်း ဖြင်ဟု ဆိုလိုသည်။

၃။ ထိုသံဃိကကျောင်းမျိုးမှာ ရှေးက လုပ်ရိုးရှိသော အောက်မှာ ခြေထောက် တပ်ထားသော ခရှင် ဖြစ်စေ ကုလားထိုင်ခုံ စားပွဲ ခေါ်သော အင်းပျဉ်ကို ဖြစ်စေ ဆင့်ပေါ် တင်ခင်းထားပြီး ဖိအိပ် ဖိထိုင်ပြုသောရဟန်း ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

၄။ ခြေထောက်ကို ထွင်း၍ ဘောင်တပ်ထားသော ခရှင်ညောင် စောင်းများမှာ ပြုတ်ကျဖွယ် မရှိသဖြင့် အာပတ် မသင့်ပေ။

၅။ ဤသိက္ခာပုဒ်မှာ အောက်ထပ်မှ သွားလာနေသူများ၏ ခေါင်း ပေါ်သို့ ခြေထောက်ပြုတ်ကျက ထိခိုက်နစ်နာမှု ရှိသည်ကိုစွဲ၍ ပညတ် ထားရာ အောက်ထပ်မှာ ထားသည့်ခရှင် စသည်မှာ ဖိထိုင်သော်လည်း အာပတ်သင့်ဖွယ်ရာ မရှိပေ။

(၆၈) မဟလ္လက ဝိဟာရ သိက္ခာပုဒ်
(ကျောင်းကြီး ဆောက်မှု)

ကျောင်းကြီး ဆောက်လုပ်လျှင် တံခါးဘောင် တံခါးရွက်တို့ကို ခိုင်မြဲအောင် ပြုခြင်းမှာ အထက်ထပ် အင်းကဇေမြေညက်တို့ဖြင့် လိမ်းကျံစေရမည်၊ အမိုးနှစ်စဉ်သုံးစဉ်ထက်အလွန် စိမ်းသော ကောက်ပဲပင်မရှိရာ အရပ်၌ရပ်လျက်စီရင်စေသာရဟန်း ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကျောင်းကြီးဆောက်ငြား၊ တံခါးရွက်ဘောင်၊ ခိုင်မြဲအောင်ဟု
စိတ်မှန်းပြုလတ်၊အထပ်ထပ်သာ၊လိမ်းကျံရာရိုး၊အမိုးတွက်လျှင်၊
နှစ်သုံးစဉ်ထက်၊ ပိုမတက်ခင်၊ စိမ်းရှင်ကောက်ပဲ၊ စိုက်ကြဲထား
ရာ၊ ရပ်ခါကျနု၊စီစဉ်ရ၏၊ထိုမှလွန်ကာ၊ စီစဉ်ပါ၊သင့်ရပါစိတ်
တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ကျောင်းကြီး ဆောက်သော အခါ တံခါးဘောင်၊ တံခါးပြဒင်း၊ တံခါးရွက်များ၊ ခိုင်မြဲစေရန် အင်္ဂတေ မြေညက်များဖြင့် အထပ်ထပ် လိမ်းကျံနိုင်သည်။

၂။ အမိုး မိုးရာ၌လည်း– မိုးသောအစဉ်အားဖြင့် ၂–၃ ဆင့်မျှ တက်အောင် စိမ်းသော ကောက်ပဲသီးနှံ မရှိသောနေရာ၌ ရပ်ပြီး သတောကျ စီစဉ်ရမည်၊ ၂–စဉ်ထက် ပိုစီစဉ်လျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

(၆၉) သပါဏက သိက္ခာပုဒ်
(ပိုးရှိသောရေကို လောင်းသွန်မှု)

ပိုးရှိသောရေကို ပိုးရှိမှန်းသိလျက် မြက်ပေါ် မြေပေါ်လွန်လောင်းသော် လည်းကောင်း၊ သွန်လောင်းခိုင်းသော်လည်းကောင်း ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ပိုးမွှားမှန်ရှိ၊ ရေကိုသိလျက်၊ သစ်ပင်မြက်မြေ၊ လောင်းလေ
ကိုယ်တိုင်ပ၊ လောင်းခိုင်းက၊ ထင့်ရပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပိုးရှိသော အပြင်ပ သုံးရေကို ပိုးသေမည်ဟုသိလျက် ငြက်ငင်သစ်ပင်၊ မြေသို့လောင်းသွန်ခြင်း၊ လောင်း သွန်ခိုင်းလျှင် ပါစိတ်။

၂။ သို့မဟုတ် ပိုးရှိသောရေထဲသို့ မြက်ပင်၊ မြေမှုန့် စသည်များကို လောင်းသွန်ခြင်း၊ လောင်းသွန်ခိုင်းခြင်း ပြုက လည်း ပါစိတ်။

၃။ ပိုးရှိမှန်းသိသောရေကို အတွင်းသုံးဆောင် အနေအားဖြင့်သောက်သုံးမှု ပြုအဖြစ်လည်း ပါစိတ်အာပတ်ပင်၊ သင့်ပုံကိုကား- နောက်သိက္ခာပုဒ် သီးခြား ဖော်ထားပါအည်။

(ဘိက္ခုနောဝါဒဝဂ် သိက္ခာပုဒ် ၁၀)

(၃၀) ဩဝါဒသိက္ခာပုဒ်

(သဘောတူမှုမရဘဲ ဩဝါဒပေးမှု)

သမ္မုတိမရဘဲ ဘိက္ခုနီမတို့ကို ဂရုဓမ်တရားရှစ်ပါးဖြင့် ဆုံးမလျှင် ပါစိတ် အာပတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သဘောမတူညီ၊ ဘိက္ခုနီမ၊ ဆိုဆုံးမ၊ သင့်ရပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဘိက္ခုနီမတို့အား ဆုံးမရန်-သံဃာတော်က သဘောတူညီခြင်း သမ္မုတိ ခွင့်ပြုချက် မရရှိဘဲ ဆုံးမလျှင် ပါစိတ်အာပတ် သင့်၏။

၂။ ဘုရား လက်ထက်တော်က ဘိက္ခုနီမတို့အား-လ ပြည့်လ ကွယ် ဥပုသ်နေ့တိုင်း ရဟန်း ယောကျ်ားများ အထံ အဆုံးအမ (ဩဝါဒ) ခံယူရသည်။

၃။ ဩဝါဒ အင်္ဂါ ၈-ပါး=သံဃာတော်သည် ဘိက္ခုနီတို့အား ဆုံးမရန်။

(၁) သီလသိက္ခာရှိခြင်း၊

(၂) ပိဋက ဗဟုသုတ ရှိခြင်း၊

(၃) ပါတိမောက်ကို နှုတ်တက်ရခြင်း၊

(၄) ကောင်းသော အသံစကားရှိခြင်း၊

(၅) ဘိက္ခုနီအများ၏ ကြည်ညိုမှုရခြင်း၊
(၆) ဘိက္ခုနီအား တရားဟောခိုင်းခြင်း၊
(၇) လူ့ဘဝက ဘိက္ခုနီ-သိက္ခမာန် တို့အား ဖျက်ဆီး ခဲ့သူ မဟုတ်ခြင်း၊
(၈) ဝါနှစ်ဆယ် ရခြင်း၊

၄။ ဆုံမရာ၌-ဂရုဓမ် တရား ရှစ်ပါး တို့ဖြင့် ဆုံးမခြင်း ပြုမှသာ ပါစိတ်အာပတ် သင့်၏၊ တခြား တရားဖြင့် ဟောပြော ဆုံးမရာ၌ ဒုက္ကဋ် အာပတ် သင့်၏။

(ဂရုဓမ်ရှစ်ပါးကို နောက်သိက္ခာပုဒ်၌ ရှုပါ)။

(၇၁) အတ္ထင်္ဂတသိက္ခာပုဒ်
(နေဝင်သည် တိုင်အောင်ဆုံးမမှု)

သမ္မုတိရသော်မူ-နေဝင်သည်တိုင်အောင် ဆုံးမနေလျှင် ပါစိတ် အာပတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သမ္မုတိရာင်၊ နေဝင်ချိန်ကျ၊ ဆိုဆုံးမ၊ သင့်ရပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဩဝါဒပေးရန် သမ္မုတိရပြီးသောရဟန်းပင် ဖြစ်သော်လည်း နေဝင်ချိန်ရောက်သည်တိုင်အောင်၊ သို့မဟုတ် လွန်သွားအောင် ဂရုဓမ် ရှစ်ပါးဟော ဆုံးမက ပါစိတ်အာပတ်သင့်။

၂။ ဂရုဓမ်မှ တခြား တရားများဖြင့် ဟောပြော ဆုံးမနေသော် လည်း ပါစိတ်အာပတ်ပင်သင့်၏၊ (ရှေးသိက္ခာပုဒ်က အာပတ်မသင့်)။

၃။ ဂရုဓမ်တရား ရှစ်ပါး-

(က) ဝါတရာရပြီး ဘိက္ခုနီမဖြစ်သော်လည်း ဝါငယ်သော၊ ဝါမရသောယောကျ်ား ရဟန်းအား ရှိခိုး ဆင့်ဆိုသော ပြုရခြင်း။
(ခ) အနီးအပါး၌ ဩဝါဒ ပေးမည့် ရဟန်း မရှိသော ကျောင်းမှာ ဝါမဆိုရခြင်း။

(ဂ) ၁၅-ရက်တကြိမ်ကျ ဥပုသ်နေ့မေးရန်၊ ဩဝါဒခံယူရန် ချဉ်းကပ်မှုပြုရခြင်း။

(ဃ) ဝါကျွတ်သောအခါ၊ ဘိက္ခုနီသံဃာ၊ ဘိက္ခုသံဃာ၊ နှစ်ဘက်လုံး၌ ပဝါရဏာ ပြုရခြင်း။

(င) သံဃာဒိသေသ် အာပတ်သင့်လျှင် ဘိက္ခု၊ ဘိက္ခုနီသံဃာ ၂-ဘက်၌ ပက္ခမာနတ် ယူရခြင်း။

(စ) ဘိက္ခုနီ- ဘိက္ခုသံဃာ ၂-ဘက်လုံး၌ ရဟန်းပြုပေးမှု ရှိရခြင်း။

(ဆ) ဘိက္ခုခေါ်-ရဟန်းငယ်ကျောင်းများအား ဆဲဆိုခြင်း၊

(ဇ) ဘိက္ခုတို့ကသာ ပြောဆိုခွင့်ရ၍၊ ဘိက္ခုနီတို့က ပြောဆို ခွင့်ကို အမြဲပိတ်ပင်ထားခြင်း။

(၄၂) ဘိက္ခုနုပဿယ သိက္ခာပုဒ်
(ဘိက္ခုနီကျောင်းသွား၍ဆုံးမမှု)

အခါမဟုတ်ဘဲ ဘိက္ခုနီကျောင်းသို့ သွား၍ ဆုံးမလျှင် ပါစိတ် အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

အခါမဟုတ်ပြီ၊ ဘိက္ခုနီကျောင်းတွင်း၊ ဖယ်ချဉ်းသွားတာ၊ ဆုံးမပါ၊ သင့်ရာပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အခါဟူသည် ဖျားနာနေသော ဘိက္ခုနီရှိရာတည်း။

ထိုအခါမှ တပါး တခြားသော အခါတို့၌ ဘိက္ခုနီကျောင်း သို့ သွားရောက်၍ ဩဝါဒပေးလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

၂။ ဩဝါဒဟူသည်မှာလည်း ဂရုဓမ်ရှစ်ပါးပင်တည်း။

(၄၃) အာမိသသိက္ခာပုဒ်
(အာမိသကြောင့် ဆုံးမသည်ဟု စွပ်စွဲမှု)

သင်္ကန်းစသော အာမိသကို အလိုရှိသောကြောင့် မထေရ်ကြီးများ က ဘိက္ခုနီမများကို ဆုံးမကြသည်ဟု ကဲ့ရဲ့ဆိုလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

အာမိသမှန်းထား၊ ထေရ်ရှင်များတို့၊ မိန်းမသားစုံညီ၊ ဘိက္ခုနီကို၊ ဟောသည်တရား၊ ပြောထိပါး၊ သင့်ငြားပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဝါနှစ်ဆယ်မှအသက်-သမ္မုတိရထေရ်ကြီးများကို-

၂။ အာမိသ-သက်နိုးစသောလူ့ဘွယ်ဝတ္ထုအတွက်ဟု-

၃။ ထိပါး-ကဲ့ရဲ့စွပ်စွဲ ပြောဆိုမှုပြုသူ ပါစိတ်သင့်။

(၇၄) စီဝရဒါနသိက္ခာပုဒ်
(ဆွေမတော်ဘိက္ခုနီအား သင်္ကန်းပေးမှု)

ဆွေမျိုးမတော်သော ဘိက္ခုနီမအား သင်္ကန်းပေးလျှင် ပါစိတ်သင့်။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမျိုးမညီ၊ ဘိက္ခုနီအား၊ ဝတ်ထည်သင်္ကန်း၊ ပေးကမ်းပြုပါ၊ ရဟန်းမှာ၊ သင့်ရာပါစိတ္တိ။

(၇၅) စီဝရသိဗ္ဗနသိက္ခာပုဒ်
(သင်္ကန်းချုပ်ပေးမှု)

ဆွေမျိုးမတော်သော ဘိက္ခုနီမ၏သင်္ကန်းကို ချုပ်ပေးသည်ဖြစ်စေ၊ ချုပ်ပေးစေသည်ဖြစ်စေ ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမျိုးမညီ၊ ဘိက္ခုနီ၏၊ ဝတ်ထည်သင်္ကန်း၊ ကိုယ်စွမ်းစိုက်ထုတ်၊ ချုပ်၍ပေးလေ၊ ချုပ်ပေးစေ၊ သင့်လေပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဆွေမျိုးမညီ =ဆွေမျိုးမတော်စပ်သော ဘိက္ခုနီ - ရဟန်းမိန်းမအား သင်္ကန်းပေးလျှင် ပါစိတ်အာပတ်။

၂။ လဲလှယ်ပေးလျှင် အာပတ်မသင့်။

၃။ ဆွေမျိုးမတော်သော ဘိက္ခုနီ၏သင်္ကန်းကို ကိုယ်တိုင်ချုပ်ပေးမှု၊ သူများအား တစ်ဆင့်ချုပ်ပေးရန် ခိုင်းစေမှုပြုက ပါစိတ်သင့်၏။

၄။ ချုပ်ရာ၌ အပ်တချက်တချက် နှုတ်တိုင်းနှုတ်တိုင်း ပါစိတ်အာပတ် တစ်ချက်စီ တစ်ချက်စီသင့်၏။

(၇၆) သံဝိဓာန သိက္ခာပုဒ်
(ဘိက္ခုနီနှင့်တိုင်ပင်၍ ခရီးသွားမှု)

လမ်းခရီးက ဘေးရန်ရှိနေသော အခါဟုတ်လျှင်၊ ဘိက္ခုနီမနှင့် တိုင်ပင်၍ ယူဇနာခွဲရှိသောလမ်းခရီးကို အတူသွားလျှင် (အယုတ်ဆုံး-မိမိနေရာမှ တပါးရွာသို့ သွားကာမျှဖြင့် ပါစိတ်သင့်၏)။

ဆောင်ပုဒ်

ဘေးရန်ကင်းစင်၊ တိုင်ပင်တူညီ၊ ဘိက္ခုနီနှင့်၊ ငွန့်ရှည်လေဝေ့ဂ်၊ ယူဇနာဝက်သာ၊ သွားလာထင်ရှား၊ အောက်တစ်အားဖြင့်၊ နီးပါးဝန်းကျင်၊ ရွာလျှင်တူသွား၊ ရဟန်းအား၊ သင့်ငြားပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဘေးရန်မရှိ=ခိုးသူစားပြစသည်ဘေးရန် မရှိသောလမ်းခရီး။

၂။ တိုင်ပင်=ဘယ်နေ့ ဘယ်အချိန် ဘယ်ခရီး အတူသွားကြရန် စသည်။

အဓွန့်ရှည်ခရီး=ယူဇနာဝက် ရှိသော ခရီးလမ်းတည်း။

(တယူဇနာ ၁၃-မိုင်ရှိရာ ၆-မိုင်ခွဲလမ်းဟုဆိုရပါမည်၊ ဗမာ ဒေသတိုင်း အဘာအားဖြင့် ၃-တိုင်နှင့် တာတရာရှိသော ခရီးတည်း)။

၃။ ယူဇနာဝက်ရှိသော ခရီးကို သွားရာ၌ ယူဇနာဝက် ပြည့်လျှင် အာပတ်သင့်၏၊ အနီးအနားရွာရှိသောခရီး သွားလျှင်ကား ဝခြံရွာ၏ နယ်အတွင်းသို့ ဝင်သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၄။ ဘေးရန်တစ်ခုခုရှိ၍ အတူတိုင်ပင် သွားရာ၌ အာပတ်မသင့်။

(၇၇) နာဝါဘိရုဟန သိက္ခာပုဒ်
(ဘိက္ခုနီနှင့် လှေအတူစီးမှု)

ဘိက္ခုနီနှင့် တိုင်ပင်၍ တစ်ဘက် ကမ်းသို့ ကူးသွားမှုမှ တပါး အထက်ဆန် အောက်စုန်အားဖြင့် သဘောလှေများကို အတူစီးသွားလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကူးတို့ကူး ကြဉ်၊ တိုင်ပင်တူညီ၊ ဘိက္ခုနီနှင့်၊ စုန်ချီ ဆန်နေ၊ သဘော်လှေများ၊ တူစီးသွား၊ သင့်ငြား ပါစိတ်တည်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ တိုင်ပင်=မည်သည့်နေ့ရက်အချိန်မှာ မည်သည့်သင်္ဘောလှေကို အတူစီးကြမည်ဟု ချိန်းဆိုခြင်းတည်း။

၂။ လှေသင်္ဘော=ရေကြောင်းခရီးသွား ယာဉ်အားလုံး ကို ယူ။

၃။ အထက်ဆန်=အောက်စုန် ခရီး သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၄။ တစ်ဘက် ကမ်းကို ကူးတို့ ကူးလျှင်ကား အာပတ် မသင့်။

(၇၈) ပရိပါစိတသိက္ခာပုဒ်
(ဘိက္ခုနီစီစဉ်သောဆွမ်း စားခြင်း)

ဈေးက လူတို့ စိမံမှုမရှိဘဲ ဘိက္ခုနီမ စီစဉ်တိုက်တွန်းသော ဆွမ်း ဘောဇဉ်ကို သိလျက်စားလျှင် ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

လူများကြိုတင်၊ မစီစဉ်မီ၊ ဘိက္ခုနီ၏၊ စီစဉ်လို့ဆော်၊ ဖြစ်ပေါ် လာငြား၊ ဘောဇဉ်များကို၊ ထင်ရှားသိကာ၊ ခဲဖွားပါ၊ သင့် ရာပါစိတ်တည်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ လူအများက ကြိုတင်စီစဉ်မှု မရှိဘဲ၊

၂။ ဘိက္ခုနီမ၏ တိုက်တွန်းစီစဉ်မှုဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆွမ်း ဘောဇဉ်ငါးပါးကိုသိလျက်နှင့်စားက ပါစိတ်သင့်။

၃။ ဘောဇဉ်မှ တပါးသောသစ်သီး စသည်ကိုစားလျှင် အာပတ် မသင့်။

(၇၉) ရဟောနိသဇ္ဇသိက္ခာပုဒ်
(ဘိက္ခုနီနှင့်ဆိတ်ကွယ်ရာ၌ အတူနေမှု)

ဘိက္ခုနီမနှင့်ဘယောက်ချင်းချင်း–နားဆိတ်ကွယ်ရာ အရပ်၌ ထိုင်နေ လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

တစ်ယောက်ချင်းပ၊ ရဟန်းမနှင့်၊ နားဝဆိတ်ရာ၊ တူနေပါ၊ သင့်ရာပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ နားဝဆိတ်ရာ =မေထုန်စကား ပြောသည်ကို ကြားနိုင်သူ မရှိ၍ နားသာဆိတ်သည် မေထုန်ပြုနိုင်အောင် မဖုံးကွယ်သောကြောင့် မျက်စိမဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်မှာ ရဟန်းမနှင့် အတူနေလျှင် ပါစိတ်။

၂။ ကျန်အချက်များ ဒုတိယအနိယတသိက္ခာပုဒ်ပြန်ရှုပါ။

ဘောဇနဝဂ်လာသိက္ခာပုဒ် ၁၀-ပုဒ်

(၈၀) အာဝသထပိဏ္ဍသိက္ခာပုဒ်
(ညှော်သည်ဆွမ်းစားမှု)

ကျန်းမာသောရဟန်းသည် စရပ်စသည်၌ ဝတ်တည်၍ လှူအပ်သော ဆွမ်းကို တစ်နေ့တစ်ကြိမ်သာ စားရမည်၊ ထို့ထက် အလွန်စားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

စရပ်စသည်၊ ဝတ်တည်လှူဒါန်း၊ ဘောဇဉ်ဆွမ်းကို၊ နေ့ကျန်း မာလျက်၊ တစ်ရက်တစ်ကြိမ်သာ၊ စားသုံးရာ၏၊ ပိုကာသုံး စား၊ ရဟန်းအား၊ သင့်ငြားပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အာဝသထပိဏ္ဍ =ညှော်သည်တို့ တည်းခိုစရာ စရပ်စသည်၌ ဝတ်အနေအားဖြင့် တည်ခင်းထားသော ဆွမ်းစသည်တည်း။

၂။ ဧကော =တစ်ထပ်တစ်နေ့စား၊ သို့မဟုတ် တစ်နေ့တစ်ကြိမ်သာ ခံယူရမည်ဟုဆိုသည်၊ ထို့ထက်ပိုစားသုံးပါက ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

၃။ အာဝသထပိဏ္ဍ ကို =စတုဒိသာကျွေးရာဆွမ်းဟူ၍လည်းဆိုကြပါသည်။

(၈၁) ဂဏဘောဇနသိက္ခာပုဒ်

(၄-ပါးအထက်သံဃာအားလှူသော ဆွမ်း)

စားသင့်ရာအခါမှ တစ်ပါး၊ လေးပါး၊ လေးပါးထက်များသော ရဟန်းတော်များအား၊ ထမင်းစားကြွပါစသော မအပ်သော အသုံးစကားဖြင့် ပင့်ဖိတ်၍ဖြစ်စေ၊ ရဟန်းများက ထမင်းလှူပါဟူသည်ဖြင့် တောင်း၍ဖြစ်စေ၊ ခံယူစားသောက်သော ရဟန်း ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကာလဖယ်ထား၊ များပြားသံဃာ၊ စုဝေးရှေ့မှန်၊ ဂိုဏ်းဒေထံ
သို့၊ နှစ်တန်ပေးမှု၊ တောင်းမှုဝိညတ်၊ မအပ်မလျော်၊ ဖြစ်ပေါ်
လာငြား၊ ဘောဇဉ်များ၊ သုံးစားပါစိတ်ဝင်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ စားသင့်ရာကာလ = ၁-ကျန်းမာရေး၊ ၂-ဝတ်နံ့ဝတ်နန်း လှူရာ။ ၃-ကထိန်သင်္ကန်းချုပ်ဆိုးရာ။ ၄-ယူဇနာဝက်ခရီးဝေးသွားသည့်အခါ။ ၅-ရဟန်းများ စုမိ၍ ဆွမ်းခံ၍ မမျှတသည့်အခါ။ ၆-ရေလမ်းခရီး သွားမည့်အခါ။ ၇-သမဏဘတ္တခေါ် သီတင်းသုံးဖော်တို့က လှူသောအခါ။

၂။ ဂဏဘောဇဉ် ၄-ပါး= ၄-ပါးထက်များသော ရဟန်းသံဃာ အစုအဝေးအား လှူသောအခါ မအပ်သော အပြောအဆိုဖြင့်လှူသော ဆွမ်းတည်း။

၃။ မအပ်သော ပင့်ဖိတ်နည်း ၄-ပါး၊ ၄-ပါးထက် များသော ရဟန်းများနေရာသွား၍ ထမင်းဖြင့်, ကောက်ညှင်းဖြင့် ဖိတ်ပါသော် ထမင်းစား, ကောက်ညှင်းပေါင်းစားကြွပါဟူသည်ဖြင့် ဖိတ်ခြင်းတည်း။

၄။ ရဟန်းတော် များအား အပ်စပ်သော ဆွမ်းဘုဉ်းပေး၊ မုန့်ဆွမ်းစား၊ ခေါက်ဆွဲဆွမ်းစားကြွပါစသည်ဖြင့် ဆွမ်းဟူသော စကားလုံး ထည့်၍ဖိတ်မှ စားကောင်း၏၊ အထူး သတိရှိကြပါစေ။

၅။ ဘောင်းခံရာ၌လည်း မုန့်ဆွမ်း လူစမ်းပါ၊ ခေါက်ဆွဲဆွမ်း၊ ကောက်ညှင်းပေါင်း ဆွမ်းစသည် အပ်စပ်သော စကားသုံးများဖြင့် သုံးစွဲဘောင်းခံရသည်၊ မုန့်ဟင်းခါး တပ်စမ်း၊ ခေါက်ဆွဲ ဇ.ပ်စမ်း၊ လူစမ်းစသည်ဖြင့် မပြော ဆိုရ။

၆။ အကျဉ်းချုပ်မှာ စားဖွယ်ဝတ္ထုတို့၏ နောက်နားမှ ရဟန်းတို့နှင့် အပ်စပ်သော ဆွမ်းဟူသော စကားလုံးပါရပါမည်။ (မုန့်ဆွမ်း၊ ယာဂုဆွမ်း၊ သစ်သီးဆွမ်း) စသည်များတည်း။

(၈၂) ပရမ္ပရဘောဇန သိက္ခာပုဒ်
(နောက်မှဖိတ်သူ၏ ဆွမ်းစားမှု)

စားသင့်ရာအခါမှတစ်ပါး၊ နောက်မှ ပင့်ဖိတ်သူ၏ ဘောဇဉ်ကို လိုက်၍စားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

စားသင့်ခါကြဉ်၊ နောက်လျှင်ဖိတ်ငြား၊ ဘောဇဉ်များ၊ လိုက်စားပါစိတ်တည်း။

၁။ စားသင့်ရာအခါမှာ- (က) မကျန်းမမာသော အခါ၊ (ခ) ကထိန်သင်္ကန်း လှူရာ အခါ၊ (ဂ) ကထိန် သင်္ကန်း ချုပ်ရာ အခါ များတည်း။

၂။ ပင့်ထားသူ ၂-ပါး, ၃-ပါးရှိရာတွင် ပင့်စဉ်အတိုင်း စားရမည်ကိုမပြုဘဲ၊ နောက်ပင့်သူ၏ဆွမ်းကို လိုက်စားလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်။

၃။ တစ်ဦးတည်းပင့်ထားရာ၌လည်း ဇ.ခြားနည်းဖြင့်ရထားသော ဘောဇဉ်ရှိပါက ပင့်သူထံလိုက်စားပြီးမှ ထိုဘောဇဉ်ကို နောက်မှစားရပါမည်၊ အလျင်စားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၄။ ဝိကပ္ပနာပြုပုံ= တပည့်တော်၏ မည်သည့် ဒကာက ပင့်ဖိတ်ထားသော ဆွမ်းဝတ် မြော်လင့်ခြင်းကို ငါ့ရှင်အား လှူပါ၏ ဟူ၍ ဝိကပ္ပနာ ပြုရသည်။

၅။ ဝိကပ္ပနာ-အပ်စပ်အောင် အထူး ကြံဆ ပြုလုပ်ခြင်းတည်း။

(၇၃) ကာဏမာတာ သိက္ခာပုဒ်
(ကာဏအမျိုးသမီး၏ မိခင်နှင့်စပ်၍ ပညတ်ခြင်း)

ဆွေမျိုးမတော် မဖိတ်ထားသော အိမ်သို့ ဆွမ်းခံကြွသော ရဟန်းကို လက်ဆောင်အတွက် စီစဉ်အပ်သော မုန့်မျိုးဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ရေးရိက္ခာ အတွက် စီစဉ်အပ်သော မုန့်မှုန့် နှမ်း ဆန်သေည်တို့ဖြင့် ဖြစ်စေ ဒလို ရှိသလောက် အလှူခံပါဟု ဖိတ်ကြားပါက သုံးသပိတ် အပြည့် အလှူ ခံကောင်း၏၊ ထိုထက်ပို၍အလှူခံပါက ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွေမတော် မဖိတ်ကြား၊ ဒကာအိမ်များသို့၊ ကြွသွား ဆွမ်းခံ၊ ရဟန်းမွန်ကို၊ စီမံသည့်မုန့်၊ မုန့်မှုန့် နှမ်း ဆန်၊ ဖိတ်မန့်လိုရှိ၊ သုံးသပိတ် ပြည့်သာ၊ ခံယူရာ၏၊ ထိုထက် ပိုကာ၊ ခံယူပါ၊ သင့်ရာ ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်

ခရီးထွက်ခါနီး လက်ဆောင် ပေးရန် စီစဉ် ကြော်လှော်ထားသည့် မုန့်ယှက်၊ မုန့်လုံး၊ မုန့်ခွေမျိုးစုံနှင့် လမ်းရိက္ခာအတွက် ပြင်ဆင်ထား အပ်သော မုန့်ညက်၊ မုန့်မှုန့်၊ နှမ်းစေ့၊ ဆန်၊ ဆန်ကွဲစသည်များကို လို သလောက် အလှူခံပါဟု အိမ်ရှင်က ဖိတ်လှူခဲ့သော် ရဟန်းစာ သုံး သပိတ်ပြည့်ထက် ပို၍ အလှူမခံရ။

၂။ ပိုပြီး အလှူခံလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

၃။ ထိုမုန့်ကို ခံယူခဲ့သော ရဟန်းသည် တစ်သပိတ်သာ မိမိအတွက် ထား၍ ကျန် အပိုမုန့်များကို နီးစပ်သော ရဟန်းများအား ဝေငှ ပေးရမည်။

(၇၆) ဝိကာလသိက္ခာပုဒ်
(နေလွဲသော အခါ ညစာစားမှု)

နေလွဲသောအခါ ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ကို စားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

နေလွဲခါဝယ်၊ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်၊ ခဲစားလျှင်၊ ခေါ်တွင်ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ကာလ-ရဟန်းတော်များ ဆွမ်းစားရာဖြစ်သည့် အရုဏ်တက်ချိန်မှ နေမွန်းတည့် အချိန် အတွင်းတည်း။

၂။ ဝိကာလ-ဆွမ်းစားရာ ကာလ မဟုတ်သော မွန်းတည့်ချိန်မှ နောက်နေ့ အရုဏ်တက်ချိန် အတွင်းတည်း။

၃။ ကာလိက-ပိုင်းခြား ထားအပ်သော သူ့ကာလ အတွင်း၌ စားထိုက်သော အစာများကို ကာလိကဟု ခေါ်ရ၏။

၄။ က။ ယာဝကာလိက- အရုဏ် တက်ချိန်မှ မွန်းတည့်ချိန်ကာလ တိုင်အောင် စားထိုက်သော ဘောဇဉ်ငါးပါး ခဲဖွယ်မုန့်ဝ မျှ နှင့်နွားနို့စသော စားသောဖွယ်များတည်း။

ခ။ ယာမကာလိက= မွန်းတည့်ပြီး နောက် အရုဏ် မတက်မီ နောက်ဆုံး မိုးသောက်ယံ တိုင်အောင် သောက်ထိုက်သော အဖျော်ရည်များတည်း။

ဂ။ သတ္တာဟ ကာလိက=၇-ရက် ပတ်လုံး စားသုံးထိုက်သော ထောပတ် ဆီဦး ဆီ ပျားရည် သကာ တင်လဲရည် စသည် များတည်း။

ဃ။ ယာဝဇီဝိက=တသက်ပတ်လုံး စားသုံး ထိုက်သော ဆေး ချင်း ဆေးစသော အစားအစာမျိုးတည်း။

၅။ ယာဝကာလိက ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ကို နေလွဲအခါ စားသောက် လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၆။ ယာမ ကာလိကတွင် ပါဝင်သော အဖျော်ရည်နှင့် သတ္တာဟ ကာလိကတွင် ပါဝင်သော ကြံရည် ထန်းရည်ချို စသည်များကို မွတ် သိတ် ချေတော်ခြင်း ဆာလောင်ခြင်း အကြောင်း ရှိ၍ သောက်လျှင် အာပတ်မသင့်၊ အကြောင်းမရှိဘဲ သောက်လျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၇။ သတ္တာဟကာလိက ယာဝဇီဝိက=ထန်း လျက် ကြံသကာ လျက် ဆား လျှော်ပွတ်ဆေး စသည်များကို လေထခြင်း အားနည်းခြင်း စသောအကြောင်းရှိ၍ စားလျှင် အာပတ် မသင့်၊ အဆာပြေ စသည် အတွက် စားလျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၈။ သုပြေ သရက် မုဒရက်၊ ဖက်သက် သစ်မဇ္ဇည်။
သဘော အိမ်ငှက်ပျော၊ ကြာ၊ စွယ်နွယ်၊ မှတ်လော ရှစ်ဖျော်ရည်။

အဖျော် ရှစ်မျိုး

သပြေသီး၊ သရက်သီး၊ မုဒရက်ခေါ် သပျက်သီး၊ ဖက်သက်ခေါ် မြယ်သီး၊ သစ်မဇ္ဇူအပွင့်၊ (မယ်ဇလ်ပွင့်) တောငှက်ပျောသီး၊ အိမ်ငှက်ပျောသီး၊ ကြာစွယ်ဟူ၍ ရှစ်မျိုး။

၉။ မန်ကျည်းသီး၊ ဆီးသီး ရှောက်ဖျော်ရည် စသည်များလည်း သောက်ကောင်း၏။ (သို့သော်) အဖတ် မပါအောင် စစ်ရမည်ကို သတိပြု။

၁၀။ အဖတ်အမှုန်များ ပါလျှင်ကား ဖျော်ရည် အဖြစ်မှအပ်၍၊ သောက်လျှင်ပါစိတ် သင့်နိုင်သည်၊ သတိပြုပါ။

၁၁။ မန်ကျည်းသီး၊ ဆီးသီး စသည်များကို ရေပန်းငယ်များ နေလွဲအခါ အကပ်ခံ၍ အဖျော် ကိုယ်တိုင် မစစ် မဖျော်ကောင်းပေ၊ အမှုန်ပါသော ဖျော်ရည်ကား ပါစိတ်သင့်နိုင်ပါသည်။

(၈၇) သန္နိဓိကာရက သိက္ခာပုဒ်
(သိုမှီး သိမ်းဆည်းမှု ပြုခြင်း)

အကပ်ခံပြီးနောက် တစ်ညဉ့်မျှ သိုမှီးထားသော ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်ကို စားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

အကပ်ခံကာ၊ တညဉ့်တာ သိမ်းဆည်း၊ သိုမှီးဘောဇဉ်၊ စားသုံးလျှင်၊ ခေါ်တွင် ပါစိတ်သင့်။

ချက်ဆစ်များ

၁။ သန္နိဓိ-ယနေ့ နံနက် အကပ်ခံ ထားသော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို နက်ဖြန်နံနက်၌ စားလျှင် သိုမှီး သိမ်းဆည်း၍ စားသည် မည်၏၊ (နောက်နေ့များ နည်းတူ)။

ဗုဒ္ဓာသယ - ၈

၂။ ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်သာ မက ယာမကာလိက အဖျော်ကိုလည်း တစ်ညဥ့်လွန်ပြီး နောက် နံနက် စားသောက်လျှင်လည်း ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ ဒုဒ္ဒါတပတ္တ-မကောင်းသဖြင့် ဆေးအပ် (မပြောင်မင်သေးထား) သော သပိတ် ပန်းကန် စသည်ကို ပေကျံနေသော ဆီစသည်များသည် နောက်နေ့နံနက် ဆွမ်းဟင်းပူနှင့် ရောမိကာ ပန်း၏ဝတွင်း သို့ မျိုချ, ဝင်သွားလျှင် သန္နိဓိအထွက် အာပတ်သင့်သည်။

၄။ ထို့ကြောင့် သပိတ်ခွက်ကို ပြောင်စင်အောင် ဆေးရမည်၊ သို့ မဟုတ် လူသာမဏေများသို့ စွန့်လိုက်ရ၊ အဆေးခိုင်းလိုက်ရမည်။

၅။ စွန့်ရာ၌လည်း အာလယပြတ်စွန့်မှ သင့်လျော်မည်၊ အာလယ မပြတ်က အာပတ်မလွတ်ရန် ခဲယဉ်းလှပါသည်။

၆။ လူသာမဏေတို့အား အဆေးခိုင်း၍ မပြောင်စင်သေးသော ပိတ် ခွက် စသည်များနှင့် နောက်နေ့ ထည့်စားခါနီး ပြန် အကပ်ခံရမည်၊ အကပ်မခံသော မစင်ကြယ်သည့် သပိတ်ဖြင့်စားပါက ဥဂ္ဂဟိတ ခေါ် ဒုက္ကဋ် အာပတ်နှင့်အကပ်မခံသည့် ပါစိတ်အာပတ်များ သင့်နိုင်ပါသည်။

၇။ ကာလိကရောပုံ- အကပ် ခံထားပြီးသော (ယာဝကာလိက) တစ်မှန်းတည့် စားကောင်းသော ခဲဖွယ် ဘောဇဉ် ဝတ္ထုနှင့် ထိုနေ့ ခံအပ်အပ်သော ယာမကာလိက၊ သတ္တာဟကာလိက၊ ယာဝဇီဝိက ဝတ္ထုတို့နှင့်ရောလျှင် ထိုရောရာနေ့ နံနက်၌သာ စားကောင်း၏။

၈။ ရှေးနေ့က အကပ်ခံထားအပ်သော သတ္တာဟကာလိက ယာဝဇီဝိကတို့နှင့် ရောရာ၌ကား ယာဝကာလိက၊ ယာမကာလိက ဝတ္ထုများ မအပ်သောပေ၊ (ဥပမာ-ရှေးနေ့က အကပ်ခံထားသော ထောပတ်၊ ဆား စသည်တို့နှင့် ထိုနေ့ အကပ်ခံအပ်သော ဆွမ်း ဖျော်ရည်တို့ကို ရောစားကောင်း၊ စားလျှင် အာပတ်သင့်၏ဟု ဆိုလိုပါသည်။

၉။ သတ္တာဟကာလိက ထောပတ်,ထန်းလျက် စသည်တို့နှင့် ယာဝဇီဝိက၊ ဆား, ချင်း စသည်တို့နှင့် ရောရာ၌ကား-သတ္တာဟကာလိက ဝတ္ထုဘက်သို့လိုက်၍သာ စားကောင်းတော့သည်။

၁၀။ သတိပြုဖွယ်– ဤသိက္ခာပုဒ်အရ ခြုံ၍ ကြည့်ပါလျှင်–ရှေးနေ့က အကပ်ခံထားသော ယာဝဇီဝိကဝတ္ထု၊ ဆွမ်း၊ ဆေးရွက်၊ ဆေးလိပ်၊ ဘားပလက်၊ ဇီဗမ်းစသော ပစ္စည်းများကို ယနေ့အကပ်ခံစားပြီးစ ဆွမ်းဟင်း အာမိသများကို စင်အောင်မဆေးဘဲ ရော၍ လည်းကောင်း။

၁၁။ ရှေးနေ့က စားထားသော ဆွမ်း၊ ဆေးရွက်၊ ဆေးလိပ်များမှ ကျန်နေသော ပါးစပ်တွင်းရှိ အာမိသများနှင့် ယနေ့ ဆွမ်းဟင်း အာမိသတို့နှင့် ရောရာတို့၌ လည်းကောင်း၊ သန္နိဓိအာပတ်မှ လွတ်ရန် ခဲယဉ်းအံ့ထင်ရပါသည်၊ သတိရှိတော်မူကြပါကုန်။

(၈၈) ပဏီတဘောဇနသိက္ခာပုဒ်
(မွန်မြတ်သော ဘောဇဉ် တောင်းခြင်း)

ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီ၊ ပျားရည်၊ တင်လဲ၊ ငါး၊ အသား၊ နို့ရည်၊ နို့ဓမ်း–ဟူသော ၉–ပါးတွင် တစ်ပါးပါးနှင့်ရော၍ ပြုလုပ်ထားသော ဘောဇဉ်ကို ကျန်းမာလျက်နှင့် ဆွမ်းမျိုးမတော် ဖိတ်ထားသော ဒာယကာဒာယိကာမများထံ တောင်းစားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> ထောပတ်စသည်၊ ပဏီတငါးပြား၊ ဝတ္ထုများနှင့်၊ ရောထားပြုပြင်၊ ဆွမ်းဘောဇဉ်ကို၊ ဆွေလျှင်မဟပ်၊ ဖိတ်အပ်ပြင်ဝေး၊ ဒကာများအား၊ ခန္ဓာကျန်းမာ၊ တောင်းစားပါ၊ သင့်ရာ ပါစိတ်ဘည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပဏီတ = ထောပတ်၊ ဆီဦး စသော ကိုးမျိုးတို့သည် မွန်မြတ်သော ပဏီတဝတ္ထု။

၂။ ပဏီတဘောဇဉ် = ထိုပဏီတဝတ္ထုတို့နှင့် ရောထားသော ဆွမ်းကို ပဏီတဘောဇဉ်ဟု ဆိုရ၏။ (မြတ်သောထောပတ်၊ ဆွမ်း၊ နို့ဆွမ်း၊ ဒန်ပေါက်၊ ဆီ၊ ဆွမ်း စသည်များတည်း)။

၃။ ထိုကိုးပါးမှ တစ်ပါးပါးနှင့်ရော၍ ထောပတ်နှင့်ဆွမ်း လူစမ်းပါ၊ ဆီနှင့်ဆွမ်း၊ အသားနှင့်ဆွမ်းလှူစမ်းပါ စသည်တောင်းစားလျှင် ပါစိတ်။

၄။ ထောပတ်၊ ဆီဦး၊ ဆီ၊ ပျားရည်၊ တင်လဲ၊ ငါးမျိုးတို့ကို ဆေးအတွက် အလှူခံလျှင် ဂိလာနမဟုတ်က ပါစိတ်သင့်။

၅။ ထောပတ်စသောငါးမျိုးတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ငါးအသားနို့၊ နို့ဓမ်းတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ရိုးရိုးစားဖို့တောင်းခံက ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၆။ ဂိလာနအတွက်ကား ချွင်းချက်ရှိသဖြင့် အာပတ်မသင့်။

၇။ ဂိလာနဟူသည် ထိုဆွမ်း ဆေး မျိုး မှတ်စာကျသူများကို ဆိုသည်။

(၈၉) ဒန္တပေါနသိက္ခာပုဒ်

(ရေဒန်ပူမှတစ်ပါးသော ပစ္စည်းများ အကပ်မခံဘဲစားမှု)

ရေဒန်ပူမှ တစ်ပါးသောဝတ္ထု အာဟာရများကို အကပ်မခံဘဲ စားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရေဒန်ပူကြဉ်ဖယ်၊ စားသောက်ဖွယ်ကို၊ မဆွယ်မကပ်ခံ၊ စားတုံပြန်၊ သင့်ရန်ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဒန္တပေါန =သွားကို ဆေးကျောသုတ်သင်ကြောင်း ဝတ္ထုကို ဒန္တပေါနသွားတိုက်၊ သွားပွတ်တန်၊ ဒန်ပူဟူ၍ခေါ်ရသည်။

၂။ အာဟာရ =စားဖွယ် သောက်ဖွယ်၊ မျိုချလိုက်သော အစာအစာများကို အာဟာရ၊ စားသောက်ဖွယ်ဟု ဆိုရသည်။

၃။ ထိုစားသောက်ဖွယ်များမှ-ရေနှင့် ဒန်ပူကို ဖယ်ထား၍ ကျန်သော အာဟာရများကို (အကပ်မခံဘဲ)စားသောက်လျှင် ပါစိတ်သင့်။

၄။ အဒိန္န = မပေးအပ်သောဝတ္ထု၊ ပါရာဇိကမှ လာသော မပေးသောဝတ္ထုမှာ–ဥစ္စာပိုင်ရှင်က မပေးသောဥစ္စာငွေညီးကို အဒိန္နဆို၍၊ ဤသိက္ခာပုဒ်သာ အဒိန္နကား မိမိပိုင်ပစ္စည်းပင် ဖြစ်သော်လည်း အကပ်ခံသည့်အနေဖြင့် မပေးသည်ကိုဆိုသည်။

၅။ အကပ်ခံအင်္ဂါ ၅-ပါး

က။ ကပ်မည့်သူက ရဟန်းသို့ရှေးရှု ဆောင်လာခြင်း။

ခ။ အကပ်ခံရဟန်း၏ ၂-တောင်ထွာအတွင်း (ဟတ္ထပါသ်) အတွင်း၌ တည်ခြင်း။

ဂ။ အားသတ်စားရှိသူ မြောက်ချီနိုင်သော ဝတ္ထုပစ္စည်း။

ဃ။ ကပ်သူကကိုယ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်နှင့်စပ်ရာ၌ကို စသည်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ပစ်လွှတ်၍ဖြစ်စေ တမျိုးမျိုးဖြင့်ပေးခြင်း၊ ကိုယ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်နှင့်စပ်သော–ကိုင်ထားသည့်ခွက် စသည်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ခံယူခြင်း၊ ထိခြင်းတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် အကပ်ခံသော ရဟန်းက ခံယူခြင်း၊ ဤငါးပါးဖြင့် အကပ်မြောက်သည်။

၆။ အာဟာရ စားသောက်ဖွယ် ဟူရာ၌ (ရေ၊ ဒန်ပူ) လည်း ခေါင်းရာ၌ထသော မြူမှုန်မှ အဆက်ဝတ္ထုပစ္စည်း အားလုံးပင်။

၇။ ထိုလည်းခေါင်းရာ– တံမြက်လှည်းရာတွင်၌ ထသော မြူမှုန်များ အကပ်ခံပြီးသော အာဟာရထဲသို့ ထပ်ကျလျှင် အကပ်ပျက်သည်။

ဂ။ ရှိးရှိးမမြင် နေရောင်နှင့်မှမြင်နိုင်သော ငွေ မှုန်၊ ရွှေမှုန်၊ ပဒုမ္မာမှုန်များ ကျသော်လည်း အကပ်မပျက်ဟုမှတ်ပါ၊ ၎င်းမှုန်များ အာဟာရတွင် မပါဝင်ဟူ၍လည်း မှတ်သင့်ပါသည်။

၉။ အကပ်ပျက်ကြောင်း အင်္ဂါ ၆–ပါး

စွန့်၊ ချ၊ ပေး၊ လု၊ မစူ၊ လိင်ပြန်၊ ဤ ခြောက်တန်၊ ကပ်ခံ ပျက်ကြောင်းသည်။

က။ စွန့် = အကပ်ခံပြီး အာဟာရကို မစားရတော့ဟု အာလယ ပြတ် စွန့်လျှင် လည်းကောင်း။

ခ။ ချ = ရဟန်းသိက္ခာချလိုက်လျှင် လည်းကောင်း။

ဂ ၊ ဒေး=ဘစ်ဦးတစ်ယောက်အား ပေးလိုက်လျှင်လည်းကောင်း၊ (လက်ဘလွှတ်၍ ပေးခြင်းကိုယူ)။

ဃ။ လု=လူ စသူတို့က လု၍ယူလျှင် လည်းကောင်း။

င ။ မစ္စု=အကပ်ခံထားသော ရဟန်း သေသွားလျှင် လည်းကောင်း။

စ ။ လိင်ပြန်=ဘိက္ခုအဖြစ်မှ ဘိက္ခုနီအဖြစ် ပြောင်းသွားလျှင် လည်းကောင်း အကပ်ပျက်တော့သည်။

သတိ။ ။စားပွဲပေါ်တင်၍ကပ်ပြီး ခုံကိုင်က-တို့က-မျှ၊ ထိကာမျှဖြင့် အကပ်မပျက်ကြောင်း အထူးသတိပြုကြပါကုန်။

(၉၀) အစေလကဝဂ် သိက္ခာပုဒ်
(အစေလကအား ဆွမ်း ခဲဖွယ် ပေးမှု)

အဝတ် မဝတ်သော တက္ကဒ္ဒန်း၊ ပရိဗိုဇ်တို့အား ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို ကိုယ်ဘိုင်ပေးလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

တက္ကဒ္ဒန်း ပရိဗိုဇ်၊ ခေါ်ထိုက်သူအား၊ ခဲဖွယ်များနှင့်၊ သေ-က် စား ဘောဇဉ်၊ ကိုယ်တိုင်ပင်၊ ပေးလျှင်ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အစေလက-တက္ကဒ္ဒန်း-အဝတ်မဝတ်သော တိတ္ထိများတည်း။

၂။ ပရိဗိုဇ်=လူမှုကိစ္စစွန့်ခွါ၍ သက်န်းကျောင်း, ကမ္ဗဋ္ဌာန်းကျောင်းများသို့ ကပ်ငြင်နေသော သာသနာပ တိတ္ထိအဝတ် ဝတ်သူများကို ယူရမည်။

၃။ ဖိုးသူတော်၊ သီလရှင်၊ ရသေ့၊ ယောဂီ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာများ မယူရ။

၄။ ချထားသော တိတ္ထိတို့ ခွက်ထည်း ထည့်သူ၊ ရဟန်းအရှေ့မှာ ချထား၍ ဤခွက်ထဲမှ ထည့်ယူကြပါ ပေးသောရဟန်းများ အာပတ် မသင့်ကြ၊ ကိုယ်တိုင်ထည့်ပေးမှ သင့်သည်။

(၉၁) ဥယျောဇနသိက္ခာပုဒ်
(ဆွမ်းခံ အတူသွားရဟန်းအား ပြန်လွှတ်မှု)

ရဟန်းတစ်ပါးကို နိဂုံးသို့ ဆွမ်းခံ ခေါ်သွားပြီးမှ ငါ့ရှင်-သင်နှင့် အတူ စကားပြောနေ၊ ထိုင်နေရခြင်းမှာ မချမ်းသာ၊ သင်ပြန်သွားပါ ဘော့ဟု အာမိသပေး၍ဖြစ်စေ၊ ပြန်လွှတ်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းတစ်ပါး၊ ခေါ်သွား ဆွမ်းခံရာ၊ မြို့ရွာနိဂုံးမှ၊ မချမ်းမြ စကား၊ ပြောကြားပြီးကာ၊ အာမိသာ ပေး မပေး၊ အရေး မထား၊ ပြန်လွှတ်ငြား၊ သင့်သွားပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အဖော် ရဟန်းကို ရွာနိဂုံး တစ်ခုခုသို့ ဆွမ်းခံ ခေါ်သွားပြီး အိမ်ရောက်သောအခါ မာတုဂါမနှင့် စကားပြောလို၊ အတူနေလိုသည့် စိတ်ယုတ်ဖြင့် ထို ရဟန်းအား ဆွမ်းစသည် ပေး၍ဖြစ်စေ၊ မပေးဘဲ ဖြစ်စေ ပြန်လွှတ်သော ရဟန်းအား လွှတ်ခါစ ဒုက္ကဋ် သင့်၏။

၂။ အလွှတ်ခံ ရဟန်း ပြန်သွားရာ၌ ၁၂-တောင်မျှ ဥပစာကို လွန်သည်နှင့် တပြိုင်နက် ပြန်လွှတ်သောရဟန်း ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ သာမဏေစသည်များကို ခေါ်သွားပြီး ဆိုခဲ့ပြီးအတိုင်း ပြန်၍ လွှတ်လျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၄။ နှစ်ပါး ဆွမ်းခံလျှင်မလုံလောက်ခြင်းစသည်ကြောင့် ပြန်လွှတ် လျှင်ကား အာပတ်မသင့်။

(၉၂) သဘောဇနသိက္ခာပုဒ်
(ဇနီးမောင်နှံစုံရှိ အိမ်သို့ ဝင်နေမှု)

ဇနီးမောင်နှံရှိသော (ကာမစည်းစိမ် ခံစားဖက်ရှိသော) နေရာအိမ် အတွင်းသို့ ဝင်၍နေလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

(၉၃) ရဟောပဋိစ္ဆန္နသိက္ခာပုဒ်
(ဖုံးကွယ်ရာ၌ မာတုဂါမနှင့်အတူ ထိုင်နေမှု)

မာတုဂါမနှင့်တကွ နံရံစသည် ဖုံးလွှမ်းရာ အရပ်၌ ထိုင်နေလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။ (အနိယတသိက္ခာပုဒ်အတိုင်းသိ)

(၉၄) ရဟောနိသဇ္ဇ သိက္ခာပုဒ်
(ဆိတ်ကွယ်ရာ၌ မာတုဂါမနှင့် အတူနေမှု)

မာတုဂါမနှင့် တစ်ယောက်ချင်းချင်း မျက်စိနားဆိုတ်ကွယ်ရာအရပ်၌ ထိုင်နေလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။ (အနိယတသိက္ခာပုဒ်အတိုင်းသာ)။

ဆောင်ပုဒ်များ

၉၂။ ဇနီးမောင်နှံစုံ၊ ရှိတုံအိမ်တွင်း၊ ဝင်နေခြင်းသာ၊ ပြခဲ့ပါ၊ သင့်ရာပါစိတ္တိ။

၉၃။ နံရံတိုင်းတာ၊ ဖုံးကွယ်ရာဝယ်၊ မာတုဂါမနှင့်၊ တူနေလင့်၊ သင့်၏ပါစိတ်တည်း။

၉၄။ မျက်စိနှင့် နား၊ ကွယ်ရာများ၌၊ မာတုဂါမ ရဟန်း၊ ရောပြွမ်းချင် ချင်း၊ ထိုင်နေလျှင်း၊ သင့်ခြင်းပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သဘောဇနု=ဇနီးမောင်နှံ (လင်မယား) ရှိသောအိမ်သို့ ရဟန်းဝင်ကာ အိပ်ရာအနီး၌ ထိုင်နေလျှင် အလိုက်မသိသောကြောင့် ပါစိတ်သင့်၏။

၂။ ရဟောပဋိစ္ဆန္န=ရဟောနိသဇ္ဇတို့၏ သဘောကိုအနိယတသိက္ခာပုဒ်များ၌ ပြခဲ့သည့်အတိုင်းပင် သိလိုပါကပြန်ကြည့်ပါ။

(၉၅) စာရိတ္တ သိက္ခာပုဒ်
(ဆွမ်းစားပင့်ထားသူရှိလျက် တခြားအိမ်သွားမှု)

ဆွမ်းစားပင့်ထားသူရှိလျက် ထင်ရှားရှိသော ရဟန်းကို မပန်ကြားဘဲ ဆွမ်းမစားမီဖြစ်စေ၊ စားပြီးဖြစ်စေ တခြားအိမ်သို့ မွန်းမလွဲမီ သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဆွမ်းစားဖိတ်မာန်၊ ရှိသူမှန်လျက်၊ မပန်မကြား၊ အိမ်တစ်ပါး၊ သွားငြား ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပင့်ဖိတ်ထားသော ဆွမ်းဝတ် လက်ခံထားလျက် အကြောင်း ထူးမရှိဘဲ အနီးရှိရဟန်းအား မပန်ကြားဘဲ တခြားအိမ် သွားလျှင် ဂါစိတ်။

၂။ အိမ်ဘစ်ပါ သွားရာ၌ နံနက်ပိုင်းသာ ဖြစ်ရမည်။

(၉၆) မဟာနာမ သိက္ခာပုဒ်
(မဟာနာမ် ပညတ်မှု)

ကျန်းမာသောရဟန်း တစ်ဖန် ဖိတ်ခြင်း၊ အမြဲ ဖိတ်ခြင်းမရှိဘဲ၊ သံဃာအား– လေးလပတ်လုံး၊ ဆေးပစ္စည်းဖြင့် ဖိတ်ထားခြင်းကို သာယာကောင်းသည်၊ ဆေးအပိုင်း အခြား၊ ညဉ့်အပိုင်း အခြားကို ဖိတ်ထားသည်ထက် အလွန် သာယာလျှင် (တောင်းခံလျှင်) ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> တစ်ဖန်ဖိတ်ခြင်း၊ မြဲဖိတ်ခြင်းသာ မရှိပါဘဲ၊ ပိုင်းခါ လေးလ
> သာ၊ သံဃာလှူပြီး၊ ဆေးပစ္စည်းကို၊ လွန်ပြီ ချိန်ထက်၊ကျန်းမာ
> လျက်သာ၊ လှူခံပါ၊ သင့်ရာ ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အချိန်ပိုင်းခြားလှူသောဆေးပစ္စည်းများ ပိုင်းခြားထားသော အချိန်ထက်ပိုပြီး ကျန်းမာလျက် အလှူခံရ၊ ခံလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၂။ အစပထမ လေးလ ပိုင်းခြားထားသော်လည်း နောက်ထပ်၍ တောင်းရန် ဖိတ်ထားရာ၊ အမြဲတောင်းရန် ဖိတ်ထားရာတို့မှာ အားထုတ် မကောင်း။

၃။ ပိုင်းခြားရာ၌ တချို့ မည်သည့်ဆေး စသည်ဖြင့် ဆေးကိုသာ ပိုင်းခြား ထားတတ်ကြ၏။

၄။ တချို့က အချိန်ကာလကို ပိုင်းခြားထား၏၊ ပိုင်းခြားထား သည့်အတိုင်း ရဟန်းတော်များ လိုက်နာရသည်။

(၉၇) ဥယျောတ္တသေနာ သိက္ခာပုဒ်
(စစ်တပ်ထွက်သည်ကို ကြည့်ရှုရန်သွားမှု)

သွားသင့်သော အကြောင်းမရှိဘဲ မြို့ရွာမှ ထွက်သည့် စစ်အင်္ဂါလေးပါးရှိသော စစ်သည် အပေါင်းကို ကြည့်ရန်သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မြို့ရွာမှပြင်၊ စုံလင် ထွက်သွား၊ စစ်သည်များကို၊ ဖယ်ရှား ကြောင်းမှန်၊ ကြည့်ရန် ထွက်သွား၊ ရဟန်းအားး၊ သင့်ငြား ပါစိတ်တည်း။

(၉၈) သေနာဝါသသိက္ခာပုဒ်
(စစ်တပ်၌နေထိုင်မှု)

အကြောင်းရှိ၍စစ်တပ်သို့ သွားသောရဟန်းသည် ၂-ရက် ၃-ရက်ထက် နှစ်ညဥ့်သုံးညဥ့်သာ နေကောင်းသည်း၊ ပိုနေလျှင်ပါစိတ်သင့်။

ဆောင်ပုဒ်

အကြောင်းရှိလျှင်း၊ စစ်တပ်တွင်းသို့၊ ကပ်ချဉ်းသွားလင့်၊ နှစ်သုံးညဥ့်သာ၊ နေထိုင်ပါ၊ ပိုကာပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ စစ်ထွက်သည်ကို ကြည့်ရှုရန် သွားသော ရဟန်း ပါစိတ်သင့်သည်။

၂။ စစ်တပ်တွင်း၌ ဆွေမျိုးတော်သူ မကျန်းမာ၍ မေးရန်သွားလျှင် အာပတ်မသင့်။

၃။ စစ်တပ် =ခြေလျှင်တပ်၊ ဆင်တပ်၊ မြင်းတပ်၊ ရထားတပ်၊ ၄-မျိုး။

၄။ စစ်တပ်သို့ဂိလာနဆွေမျိုး စသည်ကြောင့်သွားရလျှင် အလွန်ဆုံးသုံးညဥ့်သာ နေရမည် ပိုမနေရ၊ ပိုနေလျှင်ပါစိတ်သင့်။

၅။ မိမိမကျန်းမာခြင်း၊ အမေးခံ မကျန်းမာသူ၏ကိစ္စ၊ ဝါခြားစစ်တပ်၏ ပိတ်ဆို့မှုစသည်ကြောင့် ၃-ညဥ့်ထက်ပိုနေလျှင်ကား အာပတ်မသင့်ပါ။

(၉၉) ဥယျောဓိကသိက္ခာပုဒ်
(စစ်တိုက်သည်ကို ကြည့်ရှုမှု)

စစ်တပ်၌နှစ်ည၌ သုံးည၌နေစဉ် စစ်တက်၍ထိုးပစ်ရာ၊ စစ်သည် စသည်ရေတွက်ရာ၊ စစ်ဆင်ရာ၊ အနီးကပ်၍ ကြည့်ရှုရာများသို့ သွားလျှင်ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> တပ်တွင်းနေစဉ်၊ စစ်ဆင်စစ်တက်၊ ရေတွက်စစ်ထိုးရာ၊ သွားကြည့်ပါ၊ သင့်ရာပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဥယျောဓိကံ =စစ်တိုက်ခြင်း၊ စစ်ထိုးခြင်းတည်း။
၂။ ဗလဂ္ဂံ =စစ်သားရေတွက်ရာ အရပ်တည်း။
၃။ သေနာဗျူဟံ =စစ်တပ်ချထားခြင်း(စစ်ဆင်ခြင်းတည်း)။
၄။ အနီကဒဿနံ =စစ်တပ်၊ မြင်းတပ်စသည်ကို ကြည့်ရှုခြင်း စစ်ဆေးခြင်းတည်း။

စစ်တပ်ဖွဲ့ပုံ

စစ်သား ၁၂-ယောက်စီပါသော ဆင် ၃-စီးသည် (ဟတ္ထာနီက) ဆင်တပ်တည်း။

စစ်သား ၃-ယောက်စီပါသော မြင်း ၃-စီးသည် (အဿာနီက) မြင်းတပ်တည်း။

စစ်သား ၄-ယောက်စီပါသော ရထား ၃-စီးသည် (ရထာနီက) ရထားတပ်တည်း။

လက်နက်ကိုင်စစ်သား ၄-ယောက်သည် (ပတ္တာနီက) ခြေလျင်တပ်တည်း။

ဤအရေအတွက်ကား အနည်းဆုံးစစ်တပ်တစ်ဖွဲ့၏ အရေအတွက်တည်း။ ။ဤစစ်သည် ၄-မျိုးအပေါင်းကိုမှ-သေနာစစ်တပ် တပ်တပ် ဟုခေါ်ရသည်။

(၁၀၀) သုရာပါနဝဂ် သိက္ခာ ၁၀-ပုဒ်

(၅၁) သုရာပါနသိက္ခာပုဒ်
(အရက်သောက်မှု)

သေအရက်ကို သောက်လျှင်ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သေအရက်များ၊ သောက်သုံးစား၊ သင့်ငြားပါစိတ်တွင်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သေရည်ငါးမျိုး–

က။ ဆန်မှုန့်ဖြင့်ပြုလုပ်သော ပိဋ္ဌသုရာ။

ခ။ မုန့်ဖြင့်ပြုလုပ်သော ပူဝသုရာ။

ဂ။ ထမင်းဖြင့်ပြုလုပ်သော ဩဒနသုရာ။

ဃ။ တဆေးမှုန့်ခဲ၌ သေမျိုးဖြင့်ပြုအပ်သော ကိဏ္ဏပက္ခိတ္တ သုရာ။

င။ ဖန်ခါးသီး၊ မုန်ညင်းစေ့ စသည်တို့ကို ရော၍ပြုအပ်သော သမ္ဘာရသံယုတ္တ သုရာ–ဟူ၍ သေရည်ငါးမျိုးဟည်း။

၂။ သေအရက်ငါးမျိုး–

က။ မယ်ဇယ်ပွင့်၊ ထန်းပွင့်၊ အုန်းပွင့်စသော ပန်းပွင့်တို့ကို ကြာမြင့်စွာ စိမ်၍ပြုအပ်သော ပုပ္ဖါသဝ။

ခ။ သစ်သီးတို့ကို စိမ်၍ပြုအပ်သော ဖလာသဝ။

ဂ။ သပျက်သီးဖြင့် စိမ်၍ပြုအပ်သော မဓ္ဝာသဝ။

ဃ။ ကြံရည်, ထမ်းရည်ဖြင့်စိမ်၍ ပြုအပ်သော ဂုဠာသဝ။

င။ ဖန်ခါးသီး စသော အဆောက်အဦ အမျိုးမျိုးတို့ကိုစိမ်၍ ပြုအပ်သောသမ္ဘာရသံယုတ္တာသဝ–ဟူ၍အရက်ငါးမျိုး။

၃။ သတိပြုဖွယ်–အရက်ကို ဟင်း၌ အနံ့ကောင်းအောင် အနည်းငယ်မျှထည့်ရာ၌ အာပတ်မသင့် ဆိုသဖြင့် အချို့သော ဆေးရည်များ၌ အခိုးပြင်းရုံမျှ ထည့်ရာ၌ အနံ့မထင်ရှားလျှင် အာပတ် သင့်ဖွယ်ရာ မရှိဟု မိန့်ကြသည်။ ယခုခေတ် အရက်ကို ဆေးအဖြစ် သောက်ခြင်း ကား အပြစ်မလွတ်။

(၁၀၁) အင်္ဂုလိပတောဒက သိက္ခာပုဒ်
(ကလိထိုး ကစားမှု)

ကလိထိုးကစားလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကလိထိုးခါ၊ ကစားပါ၊ သင့်ရာပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ကလိထိုး=လက်ချောင်းတို့ဖြင့် ချိုင်းကြား စသည်တို့၌ ထိုး၍ ကစားခြင်း၊ ကိုယ်ဖြင့် ထိပါး၍ ကစားခြင်း အားလုံးပါဝင်သည်။

၂။ ကိုယ်ချင်း ကစားလျှင် ပါစိတ်၊ ဒုတ် စသည်ဖြင့် တို့ကစားလျှင်သော် လည်းကောင်း၊ လူသာမဏေ စသူတို့အား ထိ၍ကစားသော် လည်းကောင်း၊ ဒုက္ကဋ် သင့်၏။

(၁၀၂) ဟသဓမ္မသိက္ခာပုဒ်
(ရေ၌ကစားပျော်မှု)

ရေ၌ ကစား ပျော်မြူးလျှင် ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရေ၌ကစား၊ ပျော်မြူ ပြား၊ မှတ်သား ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ခြေမျက်စိမြုပ်လောက်သော မြစ်၊ ချောင်း၊ ရေကန် စသည်တို့၌ ရှိသောရေ၌ ငုပ်ခြင်း၊ ကူးခြင်းတို့ဖြင့် ကစားလျှင် ပါစိတ်။

၂။ လှေဖြင့်ကစားခြင်း၊ အိုးခွက်စသည်တို့၌ရှိသော ရေစသည် များကို တစ်စက်လောက်မျှ မြှောက်၍ကစားလျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၃။ မကျွန်းမာ၍ဖြစ်စေ၊ အကြောင်းကိစ္စရှိ၍ ဖြစ်စေ၊ ရေကူးလျှင် အာပတ်မသင့်။

(၁၀၃) အနာဒရိယ သိက္ခာပုဒ်
(ပုဂ္ဂလဓမ္မတို့၌ မရိုသေမှု)

ပုဂ္ဂိုလ်၌ဖြစ်စေ၊ တရား၌ဖြစ်စေ မရိုသေမှုပြုက ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ပုဂ္ဂိုလ်တရားနှစ်ထွေ၊ မရိုသေ၊ သင့်လေ ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပုဂ္ဂိုလ်၌မရိုသေပုံ=မသင့်မတော်ပြုနေသောရဟန်းကို အခြားရဟန်းက ဝိနည်းကြောင်းဖြင့်ပြောလျှင် အရေးမစိုက်ဘဲ ပြုမြဲပြု၍သာနေလျှင် ပုဂ္ဂိုလ်၌ မရိုသေသည် မည်၏။

၂။ ဓမ္မ၌မရိုသေပုံ= ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်ဟူသော ဝိနယဓမ္မဖြင့်ပြောဆိုလျှင် ထိုဝိနည်းကိုပင် ကွယ်ပစေလိုသော သဘောဖြင့် ပြုမြဲ ပြု၍နေလျှင် ဝိနယဓမ္မ၌ မရိုသေသည်မည်၏၊ထိုသို့ပြုလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ ဝိနည်းမှ တစ်ပါးသော သုတ္တန်, အဘိဓမ္မာ တရားများဖြင့် ဆုံးမရာ မလိုက်နာ မလေးစားရာ၌ လည်းကောင်း၊ လူသာမဏေတို့က ဝိနည်းဖြင့်ဖြစ်စေ၊ သုတ္တန် အဘိဓမ္မာတရားတို့ဖြင့်ဖြစ်စေ ဆုံးမသည်ကို မလိုက်နာ မလေးစားရာ၌လည်းကောင်း ဒုက္កဋ်သင့်၏။

(၁၀၄) ဘိံသာပန သိက္ခာပုဒ်
(ခြောက်စေမှု လှန့်ခြောက်မှု)

ရဟန်းအချင်းချင်း လှန့်ခြောက်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းချင်းပ၊ လှန့်ခြောက်က၊ သင့်ရပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ လှန့်ခြောက်= ကြောက်ဖွယ် အဆင်းအသံတို့ဖြင့် လှန့်ခြောက်ရာ၌ ရဟန်းအချင်းချင်းခြောက်လျှင် ပါစိတ်။

၂။ လူ သာမဏေကို လှန့်ခြောက်လျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

(၁၀၅) ဇောတိ သိက္ခာပုဒ် (မီးလှုံမှု)

ကျန်းမာလျက် မီးလှုံလို၍ မီးကို ကိုယ်တိုင်ထည့်သည် ဖြစ်စေ၊ သူများကို အထည့်ခိုင်းသည်ဖြစ်စေ ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကျန်းမာလျက်ပင်၊ မီးလှုံငင်ဖို့၊ ကိုယ်ငင်မီးထည့်၊ ထည့်စေဘိ၊
သင့်၏ ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ မီးမလှုံရလျှင် မသက်သာသော ရောဂါမျိုး မရှိလျှင် ကျန်းမာသူခေါ်၏။ ထိုရောဂါမျိုး မရှိဘဲ မီးလှုံလျှင် ပါစိတ်။

၂။ သပိတ်ဖုတ်ခြင်း၊ ရေနွေးကျိုခြင်း စသည်အတွက် မီးမွေးလျှင် ပါစိတ်မသင့်။

၃။ လူ သာမဏေတို့ ထည့်ထားသော မီးကို လှုံလျှင် အာပတ်မသင့်။

(၁၀၆) နှာနသိက္ခာပုဒ်
(ရေချိုးမှု)

မဇ္ဈိမဒေသ၌ အကြောင်းထူး မရှိဘဲ ဆယ့်ငါးရက် အတွင်းမှာ ရေချိုးလျှင်ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မဇ္ဈိမဒေသ၊ ရေချိုးရမည့်၊ ကာလထူးများ၊ ကြဉ်ဖယ် ထား၍၊
ဆယ့်ငါးရက်တွင်းသာ၊ ရေချိုးပါ၊ သင့်ရာပ စိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဤသိက္ခာပုဒ်ကား ဇမ္ဗူဒိပ်ပြည် ဟူသော အစိတ်အပိုင်း၌သာ ပညတ်ထားသောကြောင့် (ပဒေသ) ပညတ်ဝည်း။

၂။ မဇ္ဈိမဒေသ ဇမ္ဗူဒိပ်၌ ၁၅-ရက် တကြိမ်သာ ရေချိုးရသည်။ ၁၅-ရက် မပြည့်မီ အကြောင်းထူးမရှိဘဲ ရေချိုးက ပါစိတ် သင့်သည်။

၃။ ပစ္စန္တရာဇ် ခေါ်သော မြန်မာပြည် စသည်တို့၌ကား အချိန်မခွဲ ရေချိုးသော်လည်း အာပတ် မသင့်ပါ။

၄။ ရေချိုးသင့်သော ကာလအထူး အကြောင်းထူးများ၊

က။ နယုန်လဆန်းတစ်ရက်မှ ဝါဆိုလပြည့် အထိ (ဥတုသမယ) ပူသောအခါ၊
ခ။ ဝါဆိုလဆုတ် ၁-ရက်မှ ဝါခေါင် လပြည့်ထိ (ပရိဠာဟ သမယ)အိုက်သောအခါ၊
ဂ။ ရေချိုးရမှ ရောဂါ သက်သာသော (ဂိလာန သမယ) ရောဂါရှိရာ အခါ၊
ဃ။ တံမြက်လှည်းခြင်းစသော(ကမ္မသမယ)အလုပ်လုပ်ရာအခါ၊
င။ ယူဇနာဝက် ၆-မိုင်ခွဲလောက် သွားရသော (အဒ္ဓါနဂမန သမယ)ခရီးသွားချိန်အခါ၊
စ။ လေတိုက်မိုးရွာသော(ဝါတဝုဋ္ဌိသမယ) လေမိုးကျရာအခါ၊

၅။ ထိုသို့သော အချိန်များ၌ရေချိုးသော်လည်း အာပတ်မသင့်။

(၁၀၇)ဒုဗ္ဗဏ္ဏကရဏသိက္ခာပုဒ်
(အရောင်ဖျက်မှု)

သင်္ကန်းသစ် ရလာသောရဟန်းသည် ညိုသော အဆင်း၊ ရွှံ့ညွန် အဆင်း၊ မည်းသော အဆင်း သုံးပါး တို့တွင် တစ်ပါးပါးဖြင့် အဆင်းပျက်အောင် ပြုရမည်၊ မပြုဘဲ သင်္ကန်း အသစ်ကို ဝတ်ရုံ သုံး ဆောင်လျှင် ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရသာသင်္ကန်းသစ်၊ သုံးစွဲဝတ်လို၊ မည်းညိုရွှံ့ညွန်၊ ဆင်းသုံး
တန်မှ၊ သင့်တန်ဆင်းစု၊ တစ်ခုဖြင့်သာ၊ ထိုးဖျက်ရာ၏၊ မထိုး
ဖျက်တုံ၊ ဝတ်ရုံပြုငြား၊ ရဟန်းအား၊ သင့်ငြားပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အဆင်းဖျက်=သစ်ရွက်စိမ်းရောင်၊ ရွှံ့ညွန်ရောင်၊ မဲနက်ရောင် သုံးမျိုးမှ တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် သင်္ကန်းသစ်၏ ဒေါင့်တစ်ခုခုမှာဖြစ်စေ၊ သို့ မဟုတ် သင်္ကန်းသစ်၏ တစ်နေရာမှ ဖြစ်စေ (ကပ္ပဗိန္ဒု) ခေါ်သော ဥဒေါင်း မျက်လုံးလောက် ဖြစ်စေ၊ ကြမ်းပိုး၏ ကျောက်ကုံးလောက်

ဖြစ်စေ လုံးဝန်းသော အပြောက်ကလေးတစ်ခုခု ရေးထိုး၍ ဖျက်ရမည်၊ နှစ်လုံး သုံးလုံး ထိုးရန်မလိုပါ။

၂။ ကပ္ပဗိန္ဒု=ဝိနည်းတော်နှင့် စပ်သော အလုံးအပြောက်တည်း။

၃။ ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးရကျိုး= သင်္ကန်းအသစ် အဆင်းပျက်၍ ဟောင်းအောင် သို့မဟုတ် မှတ်မိအောင် ထိုးရသည်ဟု ဆိုကြသည်။

၄။ လိုရင်းကတော့ ဘုရား လက်ထက်က ရဟန်းတော် များ၏ သင်္ကန်းတို့ကို လူဆိုးများ လုယူသွားရာ ဖမ်းမိသဖြင့် သင်္ကန်းများ ပြန်၍ပေးရန် စီစစ်ကြရာဝယ်၊ တိတ္ထိရဟန်းများနှင့် မခွဲနိုင်ရာ၊ နောက်နောင် ရဟန်း သင်္ကန်းများ မှတ်မိ စေရန် ကပ္ပဗိန္ဒု ထိုးရသည်ဟု ပညတ်ထားသည်။

(၁၀၈) ဝိကပ္ပနာသိက္ခာပုဒ်
(ဝိကပ္ပနာပြုပြီး မပေးဘဲဝတ်မှု)

သီတင်းသုံးဖော် ၅-ဦးထံ သင်္ကန်းကို ကိုယ်တိုင် ဝိကပ္ပနာပြုပြီး၊ ပစ္စုဒ္ဓိရုံမပြုဘဲ သုံးဆောင်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သီတင်းသုံးဖော်၊ တော်သူများထံ၊ အပ်နှံဝိကပ္ပနာ၊ ကိုယ်တိုင်သာပြု၊ ပြန်ပေးမှုကြဉ်၊ သုံးစွဲလျှင်၊ ခေါ်တွင်ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဝိကပ္ပနာ-မိမိပိုင် ဥစ္စာ အဖြစ်မှ ကင်းအောင် ပြုခြင်း၊ ပေးစွန့်ခြင်း။

၂။ ဝိကပ္ပနာပြုပုံ-တပည့်တော်သင်္ကန်းကို သင်တို့ကို အရှင်ဘုရားအား ပေးစွန့်ပါ၏။ (ဝိကပ္ပနာပြုပါ၏)ဟုဆိုရသည်၊ (အနီးအတွက်)။

၃။ အဝေးနေသူထံစွန့်လိုက-တပည့်တော်၏ သင်္ကန်းကို သင်တို့ကို မည်သည့်ကျောင်းနေ ဦးတိဿအား ဝိကပ္ပနာပြုပါ၏ပု ဆိုပါ။

၄။ သီတင်းသုံးဖော် ၅-ဦး ရဟန်း၊ ရဟန်းမ၊ သာမဏေ၊ သာမဏေမ၊ သာမဏေဝတ်ရန် သိက္ခမာန်ဆောင်နေဆဲ သိက္ခမာန်။

၅။ ပစ္စုဒ္ဓိရုံပြု ဟူသည်-သုံးစွဲနိုင်ရန် ခွင့်ပြုခြင်းတည်း။

၆။ ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုပုံ- (တပည့်တော်၏ သင်္ကန်းကို သုံးဆောင်လိုက သုံးဆောင်ပါ၊ စွန့်လိုလျှင်လည်း ပေးစွန့်ပါ၊ အလိုရှိသလိုသာပြုပါ) ဟုဆို၍ ပေးရမည်။

၇။ ဝိကပ္ပနာပြုပြီးနောက် အပြုခံပုဂ္ဂိုလ်က ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုမှသာ သုံးစွဲကောင်း၏၊ မပြုလျှင် မသုံးကောင်း။

၈။ ဝိကပ္ပနာ ပြုပြီးလျှင်လည်း ပစ္စုဒ္ဓိုရ် မပြုဘဲ မနေရ၊ မပြုဘဲနေလျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

(၁၀၉) စီဝရာပနိဓာနသိက္ခာပုဒ်
(သင်္ကန်းစသည်ကိုဝှက်မှု)

ရဟန်း၏သပိတ်သင်္ကန်း၊ နိသီဒိုင်၊ အပ်ဗူး၊ ခါးပန်းကြိုးကို ကိုယ်တိုင်ဝှက်ထားသော်လည်းကောင်း၊ ဝှက်ထားခိုင်းသော်လည်းကောင်း၊ ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းပိုင်သင်္ကန်း၊ ခါးပန်းစသား၊ ပစ္စည်းများကို၊ ရွှေသွားပြောင်လှောင်၊ ယူဆောင်ဝှက်ထား၊ ဝှက်စေငြား မှတ်သားပါစိတ်တည်း။

အင်္ဂါများ

၁။ ရဟန်းပိုင် တိုက်ရိုက်ဆိုထားသော ပစ္စည်းများကို ဝှက်ထားသော် ပါစိတ်။

၂။ တခြားသပိတ် အိပ်စသောပစ္စည်းများနှင့် လူသာမဏေပိုင်ပစ္စည်းများကို ဝှက်ထားလျှင်ကား ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

သပါဏကဝဂ် သိက္ခာပုဒ် (၁၀)ပါး

(၁၁၀) သဉ္စိစ္စပါဏသိက္ခာပုဒ်
(သတ္တဝါသတ်မှု)

သတ္တဝါမှန်းသိလျက် တိရစ္ဆာန်ကိုသတ်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

သတ္တဝါဟုသာ၊ စိတ်သညာဖြင့်၊ သိကာတိရစ္ဆာန်၊ ၎င်းဖြတ်ပြန်၊ သင့်ရန်ပါစိတ္တိ။

(၁၁၁) သပါဏကသိက္ခာပုဒ်
(ပိုးရှိသောရေကို သောက်သုံးမှု)

ပိုး သေမည်ဟုသိလျက် ပိုးရှိသောရေကို သောက်သုံး ဆောင်လျှင် ပါစိတ်သင့်။

ဆောင်ပုဒ်

သေမည်မှန်းသိ၊ ပိုးရှိရေဆာ၊ သောက်သုံးပါ၊ သင့်ရာပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ပါဏသတ္တဝါ =အရဲတတိယပါရာဇိကာ၌ လူသတ္တဝါကို ယူပြီးဖြစ်၍ ဤသိက္ခာပုဒ်၌ တိရစ္ဆာန်ကိုသာယူပါ။

၂။ ကြီးကြီးငယ်ငယ် တိရစ္ဆာန်ကိုသတ်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ အဘိဓမ္မာနည်းအရကား ကြီးသူသတ်လျှင် ပယောဂများ၍ အပြစ်ပို။

၄။ ပါဏအရ ပထမသိက္ခာပုဒ်၌ တိရစ္ဆာန်ဟူသမျှကိုယူ၍ ဤသိက္ခာပုဒ်အရ သေးငယ်သော ရေထဲမှာပါသည့် ပိုးကောင်သတ္တဝါလေးများကိုသာ ယူရမည်။

၅။ တိရစ္ဆာန်ကြီးငယ်ကို တမင်သတ်က ပထမ သိက္ခာပုဒ်ဖြင့် ပါစိတ်သင့်၏။ ပိုးရှိမှန်းသိလျက် ရေကိုသောက်သုံးရာ၌လည်း ၎င်းခြင်းပင်ဖြစ်၍ ပါစိတ်သင့်၏။

(၁၁၂) ဥက္ကောဋနသိက္ခာပုဒ်
(ငြိမ်းပြီးအမှုပြန်ဖြစ်စေမှု)

တရားအားလျော်စွာဖြင့် ငြိမ်းပြီးသော အဓိကရဏ်းဟုသိလျက် တဖန်ကံပြုဖို့ရန် လှုံ့ဆော်ပေးလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

တရားနှင့်ညီ၊ ငြိမ်းပြီးမှုကံ၊ တဖန်ဖြစ်မှု၊ လှုံ့လပြု၊ မှတ်ရှု ပါစိတ္တိ။

(၁၁၃) ဒုဋ္ဌုလ္လသိက္ခာပုဒ်
(ကြမ်းထမ်း အာပတ် ဖုံးထားမှု)

ရဟန်းတစ်ပါး၏သံဃာဒိသေသ်အာပတ်ကို သိလျက်နှင့်ဖုံ လွှမ်းထား လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

တခြားရဟန်း၏၊ ကြမ်းတမ်းသတ်မှတ်၊ သင့် အာပတ်ကို၊ ဝပ် အပ်သိငြား၊ ဖုံးလွှမ်းထား၊ မှတ်သား ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဝိနည်း ဒေသနာတော်လာအတိုင်း ဆုံးဖြတ်ပြီးသော အဓိ ကရဏ်းမှုမျိုးကို တရားအားလျော်စွာ ငြိမ်းပြီး အဓိကရဏ်း ဝိနည်းကံ ဟုဆိုသည်။

၂။ တဖန်ကံပြုဖို့ရန်-ထို ပြီးပြီးသောကံကို နောက် ပြန်ပြုစေရန် ရည်သန်၍ ထိုထို ရဟန်းများကို ဆွယ်မှု, လှုံ့ဆော်မှု, ဝါးဖြန့်မှု ပြု ခြင်းတည်း။

၃။ ကြမ်းတမ်း အာပတ်-ပါရာဇိက, သံဃာဒိသေသ် နှစ်မျိုး ရှိ သော်လည်း ဤသိက္ခာပုဒ်၌ သံဃာဒိသေသ်အာပတ်ကိုသာ ယူရမည်။

၄။ ထို အာပတ်သင့်မှုကို သိလျက် ဖုံးထားလျှင် ပါစိတ် အာပတ် သင့်သည်။

၅။ အာပတ်မသင့်အောင် ထေရရဟန်းအား ပြော၍ သင့်နေသည်ကို ဒုတိယရဟန်းအားပြောပြ၊ တဖန်တတိယ ရဟန်းက ဒုတိယရဟန်း အား ပြန်ပြောလိုက်မှ အဆက်ပြတ်သည်၊ အဆက်ပြတ်မှ အာပတ်လွတ်သည်၊

(၁၁၄) ဦနဝီသတိဝဿ သိက္ခာပုဒ်
(အသက် နှစ်ဆယ် မပြည့်ဘဲ ရဟန်းပြုပေးမှု)

အသက် နှစ်ဆယ် မပြည့်သေးမှန်း သိလျက် ရဟန်း ခံပေးလျှင် ဥပဇ္ဈာယ် ဆရာ၌ ပါစိတ် သင့်၍ ရဟန်းလောင်းလည်း ရဟန်း မဖြစ် နိုင်တော့ပေ။

ဆောင်ပုဒ်

အသက် နှစ်ဆယ်၊ မပြည့်ကြွယ်ဘိ၊ သိရှိကေန်၊ ရဟန်းခံ၊
ရဟန်းမဖြစ်၊ ဥပဇ္ဈာယ်သာ၊ များဆရာ၊ သင့်ရပါစိတ္တိ၊

ခက်ဆစ်များ

၁။ အသက် ၂၀-မပြည့်ဘဲ ရဟန်းခံပါက ရဟန်းလောင်းလည်း ရဟန်းမဖြစ်၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာလည်း ပါစိတ်သင့်၍ တခြားရဟန်းများ ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၂။ အသက် ၂၀-တွက်ပုံ= ပဋိသန္ဓေ တည်သည်မှစ၍ ရေတွက် ရသည်။

၃။ သန္ဓေတည်ပြီး အမိဝမ်းထဲမှာ ၇-လ ၈-၉-၁၀-၁၂-လ ထိ အမျိုးမျိုး နေကြရသည်။ အမိဝမ်း၌ ၇-လနေလျှင် ဖွားပြီး နောက် ၁၉-နှစ်၊ ၅-လ ရှိမှ အသက် ၂၀ ပြည့်သည်၊ ၁၂-လနေသူ ကား ၁၉-နှစ် ပြည့်က အသက် ၂၀ ပြည့်တော့သည်၊ နည်းတူ တိုးဆုတ်သိပါ။

၄။ အမိဝမ်း၌ နေရသည့် အရေအတွက် သေချာ မသိနိုင်ရကား အနည်းဆုံး ၇-လနေသော ရက်နှင့် တွက်၍ ၁၉-နှစ်၊ ၅-လကိုသာ ပမာဏသား၍ ရေတွက်သင့်၏၊ ထိုသို့မပြည့်လျှင် အားမတော်မှလွတ်။

၅။ ရှေး ဆရာများ ရေတွက်နည်း-ရှေးဆရာတို့ကား အမိဝမ်း၌ နေခဲ့သည်ကို မတွက်ကြဘဲ ဖွားပြီးနောက် ဝါထပ် ရက်လ အပိုထည့်၍ ရေတွက်ကြ၏။

ရေတွက်ပုံ ၃-နှစ်တကြိမ်ကျ ဝါထပ်လေ့ရှိရာ၊ ၁၉-နှစ်ကြာလျှင် ၆-လပိုလာ၏၊ တစ်ဖန် ၁၉-နှစ်အတွင်းမှာ တင်နှစ်လျှင် ရက်ရေ

၆–သအတွက် ၆-ရက်ကျ လျှော့ခဲ့သောကြောင့် ၂-လနှင့် ၆-ရက်သာ အပိုကျန်တော့သည်၊ ဥပမာ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့ ဖွားသောသူသည် ၁၉–နှစ်ပြည့်ပြီးနောက် ၁၉–နှစ် မြောက် သီတင်းကျွတ်လပြည့် နောက် တန်ဆောင်မုန်း၊ နတ်တော် သည် ရေတွက်ခဲ့၍ နောက်နှစ် ဝါခေါင်လပြည့်ကျလျှင် ၁၉-နှစ်နှင့် ၁၀–လရှိရာ၏၊ ယခင် အပို ၁–လ ခြောက်ရက်နှင့် ပေါင်းတွက်သော် အသက် ၂၀၊ ၆–ရက်ရှိတော့ရကား ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် ၁-ရက်နေ့မှ စ၍ လက်ခံ၍ ရဟန်းခံပေးနိုင်ကြ ရတော့သည်။

၆။ ယခုခေတ်ဆရာများတွက်နည်း

အမိဝမ်းမှာ နေခဲ့သည့် လများကို လည်းကောင်း၊ ဝါထပ်နှစ်မှ ပိုသော ၂–သကျော်တို့ကို လည်းကောင်း ဆောင်ယူ၍ မိခင်က ၁၀–လသန္ဓေနမှန်း သေချာသိပါက ဖွားပြီးနောက် ၁၉-နှစ်ပြည့်က အပို ၂–သနှင့်ပေါင်းလျှင် ၂၀–ပြည့်၏ဟု ရေတွက်ယူကြသည်၊ မခိုင်လုံလှပါ။

၇။ လူကိုလည်း ရဟန်းခံပေးကောင်းပုံ အသက် ၂၀-ပြည့်သည် သာမဏေဟု မဆိုဘဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ဟု သာမည ဆိုသောကြောင့် နပုံးကျောက်စသော ရဟန်းမပြုထိုက်သူကိုထား၍ ကျန်သော လူပုဂ္ဂိုလ်ကို ရဟန်းခံခါနီး သင်္ကန်းဝတ်ပေး၍ သရဏဂုံမထပ်၊ ရှင်မပြုတော့ဘဲ၊ ရဟန်းခံပေးလျှင်လည်း ဖြစ်သည်ဟူ၍ မှတ်သင့်ပါသည်။

(၁၁၅) ထေယျသတ္တ သိက္ခာပုဒ်
(ခိုးသားသောကုန်သည်နှင့် အတူသွားမှု)

ခိုးသူ ကုန်သည်မှန်းသိလျက် တိုင်ပင်ပြီး ယူဇနာ ခွဲမျှသော ရွာသို့ အတူသွားသော် အယုတ်ဆုံး တစ်ရွာမှတစ်ရွာသို့ အတူသွားကာမျှပင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ခိုးသားကုန်သည်၊ စုံညီသိလျက်၊ တိုင်ပင်ချက်ဖြင့်၊ ထက်ဝက်ယူဇနာ၊ ဝေးရာလမ်းပေ၊ သွားခဲ့ချေအံ့၊ နှစ်ထွေရွာကြား၊ ကူးသန်းသွား၊ သင့်ငြားပါစိတ္တိ။

(၁၁၆) သံဝိဓာန သိက္ခာပုဒ်
(မာတုဂါမနှင့် တိုင်ပင်သွားမှု)

မာတုဂါမနှင့် တိုင်ပင်၍ အနွန်ရှည်သော ခရီးသို့သွားလျှင် အယုတ်ဆုံး ရွာတစ်ရွာမှ တစ်ရွာသို့သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းမာတုဂါမ၊ တိုင်ပင်ကြ၍၊ ဝေးလှခရီးလမ်း၊ တူစုံမြန်းရာ၊ ဝန်းကျင်ရွာမျှ၊ သွားလေက၊ သင့်ရပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ထေယျသတ္တ-ခိုးပြီး ခိုးလတ္တံ့ဖြစ်သော ကုန်သည်အပေါင်းဟုဆိုလိုသည်။

၂။ ထိုကုန်သည်များသည် အခွန်ရဘဏ္ဍာကို လှည့်ပတ်ယူခါ ခိုးပြီးဖြစ်ခြင်း၊ ကင်းခွန် စသည်လွတ်အောင် ရှောင်သွားရမည်ဖြစ်၍ ခိုးရမည်ဖြစ်ခြင်းဖြင့် ထေယျသတ္တမည်၏၊ ထိုကုန်သည်များနှင့်သိလျက် ခရီးသွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ မာတုဂါမနှင့် တိုင်ပင်သွားရာ၌ကား ဘိက္ခုနောဝါဒဂ်မှ ဘိက္ခုနီနှင့်အတူ တိုင်ပင်သွားသည်နှင့် အတူပင်တည်း။

(၁၁၇) အရိဋ္ဌ သိက္ခာပုဒ်
(အရိဋ္ဌရဟန်း အကြောင်းပြု ပညတ်ခြင်း)

မေထုန်ပျော်ပါးမှု စသည်များကား- နတ်ရွာ နိဗ္ဗာန် မဂ်ဖိုလ်၏ အန္တရာယ်ကို ပြုတတ်သည်ဟု ဘုရားဟောထားသည်မှာ မဟုတ်နိုင်စသည်ဖြင့် ပြောဆိုနေသော ရဟန်းဆိုးကို မြင်ကြားရဟန်းတို့က ငါ့ရှင်၏ စကားမျိုး မပြောပါနှင့်၊ မြတ်စွာ ဘုရားကို မစွပ်စွဲပါနှင့်၊ စွပ်စွဲခြင်းကား မကောင်းပါ၊ မြတ်စွာဘုရားကား အန္တရာယ်ပြုဝတ်သောတရားဟုသာ ဟောပါသည်၊ ထိုတရားတို့ကို မှီဝဲသော ဟန်းအား- အန္တရာယ်ပြုနိုင်သည်သာ၊ ထို့ကြောင့် ဘုရားကို မစွပ်စွဲပါနှင့်ဟု ပြောရမည်၊ တိုသို့ သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ဆိုဆုံးမ၍ မစွန့်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မေထုန်ပျော်မှု၊ အန္တရာယ်ပြုဟု၊ သုံးလူ့ ဘုရား၊ ဟောထား ချက်မှာ၊ အပိုသာဟု၊ ထွေရာယူမှား၊ ပြောမှားပြုခိုက်၊ ရဟန်း မိုက်ကို၊ တိုက်ရိုက်တွေ့နေ၊ ရဟန်းတွေကား၊ မြစ်တားကြောင်း ပြ၊ ဆိုဆုံးမရာ၊ မလိုက်နာဘဲ၊ သုံးခါပယ်ငြား၊ ရဟန်းအား၊ သင့်ငြား ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဖဲမွေ့ရာ ကမ္ဗလာ စသည့် အတွေ့များကို အလွန် သာယာမှု မထား၊ပစ္စဝေက္ခဏာဆင်ခြင်သုံးဆောင်လျှင်အပြစ်မရှိသကဲ့သို့၊ထိုနည်း တူစွာ မေထုန်စသော ကာမဂုဏ် ခံစားမှုများလည်း အလွန် အမင်း သာယာမှုမရှိက အပြစ်မရှိဟု အရိဋ္ဌရဟန်း၏ မှားယွင်းပြောဆိုသော အယူကို ရဟန်းတော်များက တားမြစ်ရသည်၊ဘုရားကို မဟုတ်မမှန် စွပ်စွဲနေသဖြင့် မစွပ်စွဲရန် သတိပေး ပြောကြားရသည်၊ သတိပေးမှု မနာခံသဖြင့် အာမတ်သင့်၏။

(၁၁၈) ဥက္ခိတ္တသမ္ဘောဂ သိက္ခာပုဒ်
(နှင်ထုတ်ပြီး ရဟန်းနှင့်ပေါင်းမှု)

မိစ္ဆာအယူကိုမစွန့်၍ နှင်ထုတ်ထားသော ရဟန်းနှင့် ပစ္စည်း သုံးစွဲမှု, တရားအတူကျင့်မှု စသော ကံကြီး, ကံငယ် အတူပြုသော ရဟန်း, တစ်ကျောင်းတည်း အတူနေသော ရဟန်း ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

မိစ္ဆာယူသီး၊သိပြီးနှင်ထုတ်၊ရဟန်းယုတ်နှင့်၊ပြုလုပ်ပေါင်းသင်း၊ ကံပြု ခြင်းနှင့်၊ ကျောင်းတွင်း တူနေ၊ ရဟန်းတွေ၊ သင့်လေ ပါစိတ္တိ။

(၁၁၉) ကဏ္ဍက သိက္ခာပုဒ်
(ကဏ္ဍကသာမဏေ အကြောင်းပြု ပညတ်)

အရိဋ္ဌ ရဟန်းကဲ့သို့ မိစ္ဆာအယူများ မစွန့်၍ နှင်ထုတ် ထားသော သာမဏေဟုသိလျက် ဖြားယောင်းချီးမြှောက်သည် ဖြစ်စေ၊ မိမိအား လုပ်ကျွေးပြုစုစေသည်ဖြစ်စေ ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

အရိဋ္ဌအလား၊ နှင်ထုတ်ထားပေ၊ သာမဏေအား သိလျက် သွားနှင့်း ဖြားယောင်း လုပ်ကျွေး၊ ပြုခွင့်ပေး၊ သင့်ရေး ပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အာမိသသမ္ဘောဂ= ဆွမ်းစသော အာမိသများကို မိမိအား ခံ၍လာလျှင် လက်ခံခြင်း၊ မိမိကလည်း ပေးခြင်းသည် အာမိသ သမ္ဘောဂ မည်၏။

၂။ ဓမ္မသမ္ဘောဂ= ပါဠိအဋ္ဌကထာ ပို့ချပေးခြင်း၊ မိမိကသင်ယူ ခြင်းသည် (ဓမ္မသမ္ဘောဂ)တရား အတူကျင့်သည် မည်၏။

၃။ ကံကြီး,ကံငယ် အတူဆောင်ခြင်းသည် သံဝသေယျမည်၏။

၄။ တစ်ကျောင်း တစ်နေရာ၌ အတူနေခြင်းသည် သဟသေယျ မည်၏။

၅။ သွေးဆောင်ခြင်းပြုလျှင် ဥပလာပေယျမည်၏။

၆။ အာမိသသမ္ဘောဂ စသည် တူ၏။

သဟဓမ္မိကဝဂ်လာသိက္ခာ ၁၂-ပုဒ်

(၈၂၀) သဟဓမ္မိကသိက္ခာပုဒ်
(ဝိနယဓမ္မဖြင့်ဆိုဆုံးမမှု)

ရဟန်းတို့ က သိက္ခာပုဒ်တော်ဖြင့် ဆုံးမလျှင် ငါ့ရှင်-ငါသည် ဝိနည်း မိုရ်ရဟန်းကို မမေးရသေးသမျှ သင်ပြောသောသိက္ခာပုဒ်ကို မကျင့်နိုင် သေးဟုဆိုလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်းတို့က၊ သိက္ခာပဒဖြင့်၊ ဆုံးမပေးလျှင်၊ ငါ့ရှင်ဆုံးမ၊ သိက္ခာပဒကို၊ ဝိနယဓရထံမှောက်၊ မမေးလျှောက်မီ၊ မကျင့် ပြီဟု၊ ပယ်မြစ်ပြု၊ သင့်မှုပါစိတ္တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သဟာခမ္ဗိက =အဘူနေ တရားကျင့်ဘက် ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ဥစ္စာတည်း၊ ရင်းကိုသိတင်းသုံးဘော်ဟု သုံးစွဲကြ၏။

၂။ အဘူနသဟင်းသုံးဘော် (ခမ္မမိတ်ဆွေ) တို့၏ ဥစ္စာ ဖြစ်သော ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်ဖြင့် ဆုံးမ၍ မလိုက်နာလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ ရဟန်းဆိုဘ =ကျင့်လိုစိတ်ထက်သန်၍ ဗကျင့်သိက္ခာများကို သိအောင် (ဤပါဠိဣက ဘာဆိုသည်၊ ဤနက်ကဘယ်လိုဆိုသည်ဟု) မေးရမည်။

၄။ မေးပြီးနောက်လဲ အခါခါ အခါခါကြံစည်ရ၊ နှိုင်းချိန်ရသည်။ ဤသို့ပြုမှ လောကုတ္တရာတရားရကြောင်း ကောင်းမြတ်သော အကျင့်ဖြစ်၏။ တခြားအရာဌာနများကား လောကီရေးသာဖြစ်သည်။

(၁၂၁) ဝိဓလနသိက္ခာပုဒ်
(သိက္ခာပုဒ်ကိုကဲ့ရဲ့မှု)

ပါတိမောက် ရွတ်ပြနေစဉ်–ဤအသေးအဖွဲ့ သိက္ခာပုဒ်ငယ်လေးများဖြင့် ဘာအကျိုးရှိနိုင်မှာနည်း၊ စိတ်နှလုံးမသာယာခြင်း၊ ပင်ပန်းခြင်း၊ စိတ်ရှုပ်ခြင်း ငှါသာ ဖြစ်သည်ဟု သိက္ခာပုဒ်ကိုကဲ့ရဲ့လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> ပါတိမောက်ပြစဉ်၊ ကြားကငင်၍၊ မထင်သေးနုပ်၊ သိက္ခာပုဒ်ဖြင့်၊ ကျိုးထုတ်ပြရာ၊ မရှိသာတည်း၊ တဖြာစိတ်ပန်း၊ မချမ်းမသာ၊ ရှုတ်ထွေးရာတို့၊ ဖြစ်ပါသည်ဟု၊ ကဲ့ရဲ့ပြု၊ မှတ်ရှု ပါစိတ်တိ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဝိဓလခန် =သိက္ခာပုဒ်ဂဏေးများကို အကျိုးမရှိဟုကဲ့ရဲ့ခြင်း။

၂။ ခုဒ္ဒါနုခုဒ္ဒက =သိက္ခာပုဒ်ကြီးများကို ထောက်၍ အောက်သိက္ခာပုဒ်များသည် သေးသည်ထက်သေး၊ အသေးအဖွဲ့များဖြစ်သည်။

၃။ ကုက္ကုစ္စာယ =သိက္ခာပုဒ်များ ရှိသည့်အတွက် အပ်မှအပ်ပါမည်လား၊ မအပ်ဘဲများ နေမလား စသည်ကြံတွေး၍ မသာမယာဖြစ်နေမှုတည်း။

၄။ ဝိဟောသာ =ထိုသို့ကြံစည်၍ စိတ်ပင်ပန်းနေမှုတည်း။
၅။ ဝိဒလခါ =ထိုသို့ယုံမှားသံသယ ဝိစိကိစ္ဆာဖြစ်နေမှုကို ဝိလေခါဟု ခေါ်သည်။
၆။ ရဟန်း၏အနီးမှာ သိက္ခာပုဒ်ကို ကဲ့ရဲ့လျှင် လည်းကောင်း၊ သိက္ခာပုဒ်မှဘစ်ပါးသော ပါဠိအဋ္ဌကထာကို ကဲ့ရဲ့လျှင်လည်းကောင်း၊ ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

(၁၂၂) မောဟနသိက္ခာပုဒ်
(မောဟနကံ တင်၍ဆုံးမခြင်း)

လခွဲတိုင်း ပါတိမောက်ရွတ်ပြစဉ် ယခုမှသာ ငါသိရပေသည်၊ ဤတရားမျိုးပါဘိမောက်မှာလာသကိုး-စသည်ဖြင့်ပါတိမောက်ပါသိက္ခာပုဒ်များကို မသိဟန်ဆောင်သောရဟန်းကို မောဟနကံသို့ တင်ရမည်၊ ကံသို့တင်ပြီးလျှင် မသိဟန်ဆောင်နေပါက ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

လခွဲတိုင်ရောက်၊ ပါတိမောက်သာ၊ ရွတ်ပြရာ၌၊ ကြားနာထင်ရှား၊ ဤတရားက၊ ထင်ရှားပြောင်မြောက်၊ ပါတိမောက်မှာ၊ လာရာမှန်ဘိ၊ ငါမသိတည်း။ စရိုးကြောင်တောင်၊ ဟန်ဆောင်နေက၊ မောဟနကံသာ၊ ပြုတင်ရာ၏၊ သို့တင်လျက်သား၊ ဆက်ပြောငြား၊ မှတ်သားပါစိတ်တွ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ရဟန်းတစ်ပါး သိက္ခာပုဒ်ကျူးလွန်ခဲ့ပြီး မကြားမိ လပြည့်လကွယ် ဥပုသ်နေ့၊ သံဃာ ဥပုသ်ပြုရာ၌ ကျူးလွန်မိသော သိက္ခာပုဒ်ကို ရွတ်သံကြားသောအခါ ဒီလိုအပြစ်ရှိကြောင်း ရှေးက မသိခဲ့ဟု ကျူးလွန်မိဟန်ဆောင် ပြောနေမှုတည်း။
၂။ ထိုရဟန်းကို တခြားရဟန်းများက ရှေးက ပါတိမောက်ပြရာနာဖူးမှန်းသိ၍ ဟန်ဆောင်နေမှန်း သိလျှင် ထိုရဟန်းကို ကံပြု၍ဆုံးမရမည်၊ ဆုံးမ၍ရှောင်လျှင် ရှေးမသိဟန်ဆောင်မှုအတွက် ဒုက္ကဋ်၊ နောက်ထပ် မသိဟန်ဆောင်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ အနွစ္စုမှာသံ၊ လခွဲတိုင်း တစ်လထက်ကျော် ၁၅-ရက်တင်ကြိမ် ပြည့်ဘိုင်း လပြည့်ခနှာစ်ကြိမ်၊ လကွယ်နေ့တစ်ကြိမ်၊ တစ်လ ၂-ကြိမ် သံဃ ဥပုသ်ပြုရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

(၁၂၃) ပဟာရသိက္ခာပုဒ်
(ရဟန်းကို ရိုက်နှက်ခြင်း)

အမျက်ထွက် စိတ်ဆိုးပြီး ရဟန်းတစ်ပါးအား ရိုက်နှက်လျှင် ပါစိတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

စိတ်ဆိုးသောအား၊ ရဟန်းတစ်ပါးကို၊ ထိပါးရိုက်နှက်၊ ပြုမူ ချက်၊ ဆက်ဆက် ပါစိတ်သင့်။

(၁၂၄) တလသတ္တိက သိက္ခာပုဒ်
(လက်ဝါးဖြင့် မြှောက်ရွယ်မှု)

အမျက်ထွက်စိတ်ဆိုးပြီး ရဟန်းတစ်ပါးအား လက်ဝါးဖြင့် ရွယ် လျှင် မိုးလျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

စိတ်ဆိုးသောအား၊ ရဟန်းတစ်ပါးကို၊ မြှောက်ကြွားလက်ဝါး ပြင်၊ ရွယ်မိုးလျှင်၊ ပြုရှင် ပါစိတ်သင့်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ စိတ်ဆိုး၍ ရဟန်းအား ပုတ်ခတ်ရိုက်နှက်လျှင် ပါစိတ်သင့်။

၂။ သေစေလိုသော စေတနာမရှိလျှင် ရိုက်နှက်၍ သေစေကာမူ ပါစိတ်ပင်။

၃။ လူသာမဏေတို့ကို ရိုက်နှက်ရာ၌ ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၄။ ရန်သူဘိုက နှိပ်စက်သာသဖြင့် လွတ်မြောက်အောင် လက်ကွယ် ၍ သက်လွန်သွားစေကာမူ အာပတ်မသင့်။

၅။ တလသတ္တိက=လုံနှင့်တူသော လက်ဝါးပြင်၊ လက်ဝါးစောင်း တည်း။

၆။ ရဟန်း အပေါ် စိတ်ဆိုး၍ လက်ဝါးပြင်နှင့် ရွယ်၍ ခြိမ်းခြောက်နေမှုဘည်း၊ လက်တွင် မကာ ခြေဒူး စသည် အားလုံး ယူ၍ တခုခုဖြင့် ရွယ်လျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

၇။ ရွယ်နေစဉ် လက်လွန်သွားရာ၌ ဒုက္ကဋ်၊ ရန်သူမှ လွတ်ရန် ကာကွယ်ရင်း သက်လွန်သေသွားရာ၌ အာပတ်မသင့်။

(၁၂၅) အမူလက သိက္ခာပုဒ်
(ရဟန်းကို အခြေအမြစ် မရှိ သံဃာဒိသေသ် အာပတ်ဖြင့် စွပ်စွဲမှု)

ရဟန်းတစ်ပါးကို မြင်ကြားယုံမှားမှု မရှိဘဲ သံဃာဒိသေသ် အာပတ်ဖြင့် စွပ်စွဲက ပါစိတ်။

ဆောင်ပုဒ်

မြင်ကြား ယုံမှားလစ်၊ ခြေမြစ်မရှိ၊ သံဃာဒိသေသ်၊ အာပတ်ဖြင့်သာ၊ စွပ်စွဲပါ၊ သင့်ရ ပါစိတ်တည်း။

(၁၂၆) သဉ္စိစ္စ သိက္ခာပုဒ်
(စေတနာ ယုတ်ဖြင့် ယုံမှားစေမှု)

ရဟန်းတစ်ပါးအား စိတ် မချမ်းသာခြင်း ဖြစ်စေလို၍ သံသယ ယုံမှားဖြစ်အောင် ပြုလုပ်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရဟန်း တစ်ပါးအား၊ ဒုက္ခ ပွားရေး၊ စိတ်ယုတ်မွေး၍၊ ကြံတွေးသံသယ၊ ဖြစ်စေက၊ သင့်ရပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အမူလက—မြင်ခြင်း၊ ကြားခြင်း၊ အာပတ်သင့်သည်ဟု ယုံမှားခြင်းမရှိဘဲ သက်သက် မုန်း၍ ပျက်စီးစေလို၍ စွပ်စွဲခြင်းတည်း။

၂။ သဉ္စိစ္စ—တခြား ရဟန်းကို သံသယ ဖြစ်စေလိုစိတ်ဖြင့် ငါ့ရှင် အသက် မပြည့်ခင် ရဟန်းပြုခဲ့သည် ထင်ပါရဲ့၊ ငါ့ရှင် ဆွမ်းစားနေတုန်းမှန်းလွဲသွားသည် ထင်သည် စသည်ဖြင့် သံသယ ယုံမှားစေလိုသော အပြုအမူမျိုးဖြင့် ပြောခြင်းတည်း။

၃။ တခြားရဟန်းက သံသယအနည်းငယ်ဖြစ်သွားလျှင် အာပတ်သင့်၏။

၄။ ကောင်းစေလိုသော စိတ်ထားဖြင့် ပြောလျှင်ကား အာပတ်မသင့်။

(၁၂၇) ဥပဿုတိ သိက္ခာပုဒ်
(အနီး၌ချောင်း၍ နားထောင်မှု)

ငြင်းခုံကြ, ရန်ဖြစ်ကြသော ရဟန်းတို့၏ တိုးတိုး ပြောဆိုတိုင်ပင်သံကို ကြားလောက်ရာက နားထောင်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ငြင်းခုံရန်ပွား၊ ရဟန်းများ၏၊ နီးနားကပ်ဝင်၊ တိုင်ပင်စကား၊ နားထောင်ငြား မှတ်သား ပါစိတ်တည်း။

(၁၂၈) ကမ္မပဋိဗာဟန သိက္ခာပုဒ်
(ပြုပြီးကံကို တားမြစ်မှု)

တရားနှင့် လျော်သော ကံ လေးပါးတို့အား အလိုဆန္ဒ ပေးပြီးနောက်မှ ကဲ့ရဲ့လျှင် ပါစိတ်သင့်။

ဆောင်ပုဒ်

တရားယှဉ်ငြား၊ ကံလေးပါးကို၊ လိုလားဆန္ဒ၊ ပေးပြီးမှလင်၊ ကဲ့ရဲ့လျှင်၊ ပြုရှင် ပါစိတ်သင့်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သွား၍ နားထောင်မှုမဟုတ်၊ မိမိအနား လာပြောသည်ကို အသံမပေးဘဲ၊ တိတ်တိတ်နေ၍ နားထောင်လျှင်လည်း ဥပဿုတိဖြစ်၍ အာပတ်သင့်သည်သာ။

၂။ ဘဏ္ဍန–သူတို့က ဘယ်လိုပြောလျှင် ငါတို့ သည်လိုပြောမည်စသည်ဖြင့် ကိုယ့်အချင်းချင်း တိုင်ပင်ညှိနှိုင်းမှုသည် ဘဏ္ဍနတိုင်ပင်ခြင်း မည်၏။

၃။ ကလဟ– တဘက်နှင့်တဘက် ထိခိုက်ပြောဆို ရန်ဖြစ်မှုသည် ကလဟငြင်းခုံခြင်း, ရန်ဖြစ်ခြင်း မည်၏။

၄။ ချောင်း၍နားထောင်ကာမျှ မသင့်သေး၊ စေ့စေ့နား၍ ငြည်းငြည်း စိတ်ထားဖြင့် နားထောင်မှုသင့်၏၊ အဓိကရုဏ်းငြိမ်းအောင် နားထောင်လျှင်လည်း မသင့်။

၅။ တရားနှင့်လျော်သောကံ- လေးမျိုးရှိ၏။

က။ အပလောကနကံ = သံဃာ စည်းဝေး ပြီးနောက် ဆိုင်ရာ အကြောင်းကိုပြောပြ၍ ပါဠိလို(ရုစ္စတိသံဃဿ)ဟူ၍ဖြစ်စေ၊ မြန်မာလို (သံဃာတော်အား နှစ်သက်ပါ၏လော)ဟူ၍ဖြစ်စေ ၃-ကြိမ်မေးမြန်း၍ ပြုအပ်သောကံတည်း။

မှတ်ချက်။ ။ကဏ္ဍက သာမဏေကို နှင်ထုတ်သောကံ - ယခုကာလ၌ သေသောဘုန်းကြီး၏ပစ္စည်းကို တင်စုံဝင်ယောက်အား ပေးလိုရာ၌ဖြစ်စေ၊ ပစ္စည်းဝေဘန်ရန် သမ္မုတိပေးရာ၌ ဖြစ်စေ ဤအပလောကနကံကိုသာ အသုံးပြုကြသည်။

ခ။ ဉတ္တိကံ=ဉတ်တစ်ကြိမ်တည်းပြုအပ်သောကံတည်း၊ ဥပုသ်ကံ၊ ပဝါရဏာကံ စသည်များတည်း။

ဂ။ ဉတ္တိဒုတိယကံ=ဉတ်တစ်ကြိမ် ကမ္မဝါစာတစ်ကြိမ်ရွတ်၍ ပြုအပ်သော ကထိန်ခင်းသောကံ၊ သိမ်သမုတ်သောကံ စသည်တည်း။

ဃ။ ဉတ္တိစတုတ္ထကံ= ဉတ်တစ်ကြိမ် ကမ္မဝါစာသုံးကြိမ်ရွတ်၍ ပြုအပ်သော ရဟန်းခံသောကံ စသည်တည်း။

(၁၂၈) ဆန္ဒံအဒတွာဂမန သိက္ခာပုဒ်
(ဆန္ဒမပေးဘဲ ထသွားမှု)

သံဃာ၌ အဆုံးအဖြတ်စကား ဖြစ်ပေါ်နေစဉ် ဆန္ဒ မပေးဘဲ နေရာမှ ထသွားလျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

သံဃာထံကပ်၊ ဆုံးဖြတ်ကြောင်းရာ၊ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင်၊ လိုအင်
ဆန္ဒ၊ ပေးပြီးမှသာ၊ ထသွားရာ၏၊ ပေါ်လာအရေး၊ မပေး
ဆန္ဒ၊ ထသွားက၊ သင့်ရ ပါစိတ်တည်း။

(၁၃၀) ဒုဗ္ဗလ သိက္ခာပုဒ်
(အားနည်းသော သက်နှ်းရှိမှု)

သမ္မုတိရ၍ သံဃကိစ္စများဆောင်ရွက်နေသောရဟန်းအား အများ သဘောတူ သင်္ကန်းကိုပေးပြီးနောက် ရဟန်းတို့သည် သံဃိကလာဘ်ကို လက်သင့်ရာ ပေးကမ်းကြသည်ဟု ကဲ့ရဲ့လျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

သမ္မုတိုရ၊ သံဃာ့ပြုဘွယ်၊ သွယ်သွယ်ဆောင်ငြား ရဟန်း
အားလျှင်၊ အများဆန္ဒ၊ သံဃာ့သင်္ကန်း၊၊ ပေးကမ်းပြီးလင့်၊
လက်သင့်ရာရွေး၊သင်္ကန်းပေးဟု၊ ကဲ့ရဲ့ပြု၊ မှတ်ရှုပါစိတ်တည်း။

(၁၃၁) ပရိဏာမနသိက္ခာပုဒ်
(သံဃာ့ပစ္စည်းကို ပုဂ္ဂိုလ်ထံညွတ်စေမှု)

သံဃာအားညွတ်ပြီးသော သံဃိကလာဘ်ကိုသိလျက်နှင့် ပုဂ္ဂိုလ် အားညွတ်စေလျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ညွတ်ပြီးသတ်မှတ်၊ သံဃာ့လာဘ်ကို၊ တတ်အပ်သိငြား၊ပုဂ္ဂိုလ်
အားသာ၊ ညွတ်စေပါ၊ သင့်ရာပါစိတ်တည်း။

(၁၂၉) (၁၃၀) (၁၃၁) သိက္ခာပုဒ်တို့၏ ခက်ဆစ်များ

၁။ ဆန္ဒမဒပေးဘဲထသွားပုံ = အဓိကရုဏ်းခေါ် ကိစ္စတစ်ခုကိုဆုံး ဖြတ်ရန် သံဃာစည်းဝေးပြီးနောက်၊ (စုဒိတက) စောဒနာအပ်သူ တရားခံ၊ (စောဒက)ခေါ် စောဒနာတတ်သူ တရားလိုတို့က ဆိုင်ရာ စကားကိုပြောဆိုခြင်း၊ (အနုဝိဇ္ဇက ခေါ်) စစ်ဆေးဆုံးဖြတ်မည့် ဝိနည်း ဓိုရ်ကိုသမုတ်ခြင်း၊ ထိုနောက်စစ်ဆေးမေးမြန်းခြင်း၊ အဆုံးအဖြတ်နှင့် စပ်သော ဥတ်ကမ္မဝါစာကို ရွတ်ဆိုရာငယ် ဥတ်ထားပြီး၍ ကမ္မဝါ စာမပြီးဆုံးသေး၊ ဤကိစ္စများအတွင်းမှာ ဝိနိစ္ဆယကထာ ပြီးပြီဟု မဆိုရသေး၊ အမှုဖြစ်နေတုန်းဟုသာ ဆိုရသည်၊ ဟတ္ထပါသ်အတွင် ထို ဝိနိစ္ဆယကထာဖြစ်နေစဉ် မိမိမရှိက မဟာသိမ်အတွင်းမှာ ကံပျက်ဆော

ကြောင့် ကံပျက်စေလိုသောစိတ်ဖြင့် ဆန္ဒမပေးဘဲထသွားလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်သည်။

၂။ ဆန္ဒပေးပြီးမှ လည်းကောင်း၊ ရှိ-ရိုးအကြောင်းရှိ၍ လည်းကောင်း သွားလျှင်အာပတ်မသင့်ပါ။

၃။ သိမ်အပြင်ရောက်အောင် ထသွားလျှင် အာပတ်မသင့်၊ ဟတ္ထပါသ်စွန်နေမှ အာပတ်သင့်၏။

၄။ သင်္ကန်းမှတစ်ပါးသော ပစ္စည်းများကို သဘောတူပေးပြီးမှ ကဲ့ရဲ့ရာ၌လည်းကောင်း၊ သမ္မုတိမရသူအား ပေးပြီးနောက် ကဲ့ရဲ့ရာ၌လည်းကောင်း၊ သာမဏေများအား သဘောတူပေးပြီးမှ ရှုတ်ချကဲ့ရဲ့ရာ၌ လည်းကောင်း၊ ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၅။ တကယ်မတရားပြုသူများကို ကဲ့ရဲ့ရာ၌လည်းကောင်း ရသော အခါမသုံးသင့်၊ သုံးလိမ့်မည်ဟု ပြောဆိုကဲ့ရဲ့ရာ၌ လည်းကောင်း အာပတ်မသင့်။

၆။ ဤသိက္ခာပုဒ်ဆိုဖွယ်များမှာ နိဿဂ္ဂိလာ ၄၉-နံပါတ် သိက္ခာပုဒ်အဓိပ္ပါယ်နှင့် အတူပင်ဖြစ်၏။

၇။ ထိုသိက္ခာပုဒ်၌ နိဿဂ္ဂိ ပါစိတ်သင့်၍၊ ဤသိက္ခာပုဒ်၌ သုဒ္ဓပါစိတ် အာပတ်သင့်ရုံမျှသာ ထူးသည်။

ရတနဝဂ်လာ သိက္ခာပုဒ် ၁၀-ပါး

(၁၃၂) အန္တေပုရသိက္ခာပုဒ်
(နန်းတော်တွင်းနှင့်စပ်၍ ပညတ်ခြင်း)

အဘိသိက်ခံပြီးသောမင်း၏ အိပ်ရာတိုက်ခန်းတွင်းမှ မင်းမိဘုရားနှစ်ပါးစလုံး မထွက်သေးမီ ကြိုတင်အသိမပေးပဲ တံခါးခုံကို လွန်အောင်ဝင်သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဘိသိက်ခံထား၊ မင်းနှစ်ပါးတို့၊ ပျော်ပါးအိပ်ရာ၊ တိုက်ခန်းသာမှ၊ မလာထွက်ခင်၊ ကြိုတင်ကြားမှု၊ ပြုငင်သွား၊ ပေဟန်းအား၊ သင့်ငြားပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အန္တေပုရ=နန်းတော်တွင်းရှိ မင်းမိဖုရားတို့၏အိပ်ရာတိုက်ခန်း။

၂။ ထိုတိုက်ခန်းမှ ခတ္တိယဇာတ်ရှိ မင်းမိဖုရားတို့ တစ်ပါးမှမထွက်သေးမီ ကြိုတင် အနုကြားင်း မကြားဘဲ ဝင်သော ရဟန်း ပါစိတ်သင့်သည်။

၃။ ခတ္တိယဇာတ် မဟုတ်သော မင်းတို့၏ တိုက်ခန်းသို့ ဝင်လျှင်လည်းကောင်း၊ ခတ္တိယဇာတ်ဖြစ်သော်လဲ အဘိသိက် မခံရသေးသော မင်းတို့ တိုက်ခန်းသို့ဝင်သော် လည်းကောင်း၊ မင်းမိဖုရားတစ်ပါးပါး ကထွက်သွားပြီဖြစ်သောအခါ ဝင်သွားသော် လည်းကောင်း အာပတ်မသင့်ပါ။

(၁၃၃) ရတနသိက္ခာပုဒ်
(ရတနာနှင့်စပ်၍ ပြုကျင့်ဖွယ်)

အာရာမ်တွင်း=နေရာတွင်းမှ တစ်ပါးတစ်နေရာရာ၌ လူတို့ မေ့ကျန်ရစ်သော ရတနာ (၁၀) ပါးကိုဖြစ်စေ၊ ရတနာဟု သမုတ်အပ်သော အဝတ်တန်ဆာ စသော အသုံးအဆောင်ကိုဖြစ်စေ ကိုယ်တိုင် ကောက်ယူလျှင် ဖြစ်စေ၊ သူတစ်ပါးကို ကောက်ယူလျှင်ဖြစ်စေပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

> အာရာမ်နေရာတွင်း၊ လွတ်ကင်းရှိသော၊ တစ်နေရာ၌၊ မေ့နေရှာလူများ၊ ဆယ်ပါးရတနာ၊ ဖြာဖြာပစ္စည်း၊ အသီးသီးကို၊ ကိုယ်ဘည်း ကောက်သော၊ ကောက်ခိုင်းစေ၊ သင့်လေ ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ရတနာ-ရွှေ, ငွေ, ပုလဲ၊ ကျောက်မျက်ရှဲနှင့်၊ မြခဲသန္တာ၊ တစ်ဖြာခရုသင်း၊ ကျောက်သလင်းသား၊ ပတ္တမြားကျောက်နီ၊ ဤဆယ်လီ၊ ယောကီရတနာ။

၂။ ရတနာဟု သမုတ်ပစ္စည်း = ရတနာနှင့် ဝတ်စား တန်ဆာအားလုံးတည်း။

၃။ အာရာမ် = ရဟန်းတို့နေရာ ကျောင်းတိုက်ကြီး တစ်ခုလုံး အတွင်း အခုပ်။

၄။ နေရာ=မိမိ သီးသန့်နေသော နေရာ ကျောင်းဆောင် စသော အရပ်တည်း။

၅။ သို့မဟုတ် မိမိ အမြဲနေရာ ဖြစ်စေ၊ ခေတ္တနေရာ ဖြစ်သော တောရွာ, အိမ်, ဇရပ်၌ စသော တစ်ခုခုသောအရပ်ဌာနတည်း။

၆။ ထိုအာရာမ် နေရာဌာနတို့၌ လူတို့ မေ့ကျန်ရစ်သော ပစ္စည်းများကိုကား ကိုယ်တိုင်ကောက်၍ဖြစ်စေ၊ သူများကို အကောက်ခိုင်း၍ဖြစ်စေ၊ သိမ်းဆည်းထားပြီး ပိုင်ရှင်များ လာတောင်းက ပြန်ပေးရမည်။

၇။ ထို့ပြင် တခြား နေရာတို့၌ မေ့ကျန်သော ပစ္စည်းများကို မကောက်ရ၊ မကောက်စေရ၊ ကောက်စေလျှင် အာပတ်သင့်၏။

(၁၃၄) ဝိကာလေ ဂါမပ္ပဝိသန သိက္ခာပုဒ်
(နေလွဲသောအခါ ရွာတွင်းဝင်မှု)

နေလွဲမှ ရွာတွင်းသွားလိုလျှင် ကျောင်း၌ရှိသော ရဟန်းတစ်ပါးပါးကို ပန်ကြား၍ သွားရမည်၊ မပန်ကြားဘဲ သွားလျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

နေလွဲရွာကို၊ သွားဝင်လိုက၊ ထိုထိုနီးနား၊ ရဟန်းဝင်ပေါ်၊
ခွင့်ပန်ကြားကာ၊ သွားရောက်ရာ၏၊ မပန်ကြား၊ ဝင်ရောက်
သွား၊ သင့်ငြား ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ နေ့ ၁၂-နာရီမှ နောက်နေ့ အရုဏ်တက်ချိန်အထိသည် ဝိကာလ တည်း၊ ထိုဝိကာလ၌ မပန်မကြားဘဲ ရွာတွင်းသွားက ပါစိတ်သင့်သည်။

၂။ အမှတ် ၉၂- သိက္ခာပုဒ်၌ နံနက်ချိန် ရွာတွင်းဝင်မှုတားမြစ်၍ ဤသိက္ခာပုဒ်၌ကား နေ့ခင်းနေလွဲချိန် ရွာတွင်းဝင်မှုတားမြစ်သည်။

၃။ ထင်ရှားရှိသော ရဟန်း= ၁၂-တောင် အတွင်းမှာ ရှိသော ရဟန်းတစ်ပါးပါးကို ပန်ကြားရမည်၊ အနားမရှိလျှင် ပန်ကြားရန်မလို။

၄။ ပန်းကြာပုံ-(ဝိဘာလေ ဂါမပဝိသနံ အာပုစ္ဆာမိ) ပါဠိလို။
၅၊ နေလွဲအခါ ရွာတွင်းဝင်ခြင်းကို ပန်ပြောပါ၏။ (မြန်မာလို)။ နှစ်ပါးဖြစ်စေ၊ အများဖြစ်စေ ဝင်ရာ၌ အချင်းချင်းပန်ပြောရမည်။
၆။ ရွာ သွားရန်အောင် ရွာ သွားပါရစေ စသည်ဖြင့်လည်း ပန်ပြောနိုင်ပါသည်။
၇၊ အလျင်အမြန်ကိစ္စရှိ၍ မပန်ပြောဘဲ သွားရာ၌ အာပတ်မသင့်။

(၁၃၅) သူစိယရသိက္ခာပုဒ်
(အပ်ကျည်ပွေ့လုပ်မှု)

သားရိုးဖြင့် ဖြစ်စေ၊ ဆင်စွယ်၊ ဦးချိုဖြင့်ဖြစ်စေ အပ်ထည့်ရန် ဗူးကိုပွေ့လုပ်လျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

> သားရိုး ဆင်စွယ်၊ ဦးချိုရယ်ဟု၊ တခုခုဖြင့်၊ ပြီးမှုအပ်ကျည်၊ ပွေ့လုပ်မည်၊ သင့်ပြီပါစိတ်တည်း။

(၁၃၆) မဉ္စပီဌသိက္ခာပုဒ်
(ညောင်စောင်း အင်းပျဉ် ပွေ့လုပ်မှု)

ညောင်စောင်း အင်းပျဉ်သစ်ကို ပွေ့လုပ်သောအခါ ရဟန်းသည် ဘောင်စွန်းမှ အောက် မြတ်စွာဘုရား၏ လက် ရှစ်သစ် အခြေရှိသာ ပြုလုပ်ရမည်၊ လက်ရှစ်သစ်ထက်လွန်မူ ပါစိတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

> ညောင်စောင်း အင်းပျဉ်၊ သစ်ပွေ့ပြင်က၊ ရှင်ပင်ဘုရား၊ လက်ကား ရှစ်သစ်မျှ၊ ပမာဏပေ၊ ညောင်စောင်း ခြေ၊ ပွေ့လေ ဘောင်စွန်၊ ထို့ထက်လွန်၊ ပြည့်ပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ အပ်ကျည်=အပ်ထည့်သော အိမ်ကျည်ထောက် ငုပ်ကို အရိုး, ဆင်စွယ်, ဦးချိုတို့ဖြင့် ပြုလုပ်ခဲ့သော်ခွဲပစ်ရ၍ ပါစိတ်လည်းသင့်၏။
၂။ အနားပတ်သီး၊ ခါးပန်းသီးများကို ဆင်စွယ် အရိုးတို့ဖြင့် ပြုကောင်း၏။

၃။ မဥ္စပီဌ=ခရှင်၊ ကုလားထိုင်များကို ညောင်စောင်း အင်းပျဉ်ဟု ခေါ်သည်။

၄။ ထိုပဥ္စပီဌတို့ကို အသင့်ပြုလုပ်လိုလျှင် ဘုရားရှင်၏ လက်သစ်တော်ဖြင့် ရှစ်လက်သစ် အလွန်ဆုံး အခြေရှိစေရမည်။ ထိုထက် ရှည်လျှင်ကား ဖြတ်၍သည်းပစ်ရ၍ ပါစိတ်လည်းသင့်၏။

(၁၃၇) တူလောနဒ္ဓသိက္ခာပုဒ်
(လဲဝါအခင်းရှိသော ညောင်စောင်းပြုမှု)

လဲသွတ်သောအခင်းရှိသော ညောင်စောင်း အင်းပျဉ်ကို ပြုလုပ်လျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

> လဲသွတ်ခင်းရှိတောင်း၊ ညောင်စောင်းအင်းပျဉ်၊ ပြုလုပ်လျှင်၊ ပိုင်ရှင် ပါစိတ်သင့်။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ညောင်စောင်း (ခရှင်-အင်းပျဉ်-ကုလားထိုင်ခုံ) စသည်ကို အပေါ်၌လဲသွတ်သော အခင်းရှိအောင် ပြုထားသည်ဖြစ်စေ၊ ပြုပြီးကို ရသည်ဖြစ်စေ၊ လဲစာထုတ်ပစ်ရသည့်အပြင် ပါစိတ်အာပတ်လည်းသင့်၏။

၂။ လဲမျိုးများ=လက်ပံ, ဝါစသော ပင်လဲ၊ နွယ်မှဖြစ်သောလဲ၊ ရှင်မွေးလွန်းစသော မြက်မျိုးလဲ၊ ပေါင်း ၃-မျိုးတည်း။

၃။ ထိုလဲများဖြင့်သွင်း၍ပြုလုပ်ထားသော အခင်းများကို ဂိလာနမဟုတ်က မထိုင် မအိပ်၊ မသုံးစွဲကောင်း၊ သုံးလျှင်အာပတ်သင့်၏။

၄။ ခေါင်းအုံး-ခြေအုံးများကိုတော့ ဂိလာနမဟုတ်သော်လည်း သုံးကောင်း၏။

၅။ ခေါင်းအုံး-ခြေအုံးမှတစ်ပါး၊ တတောင်ဖြင့်ထောက်ခြင်း၊ ၎င်အောက်ကခံ၍ ထောက်ထားခြင်း များကို ဆရာတော်ကြီးများ ပေးစဲသက်ကြ။

၆။ ခေါင်းအုံးပမာဏမှာ အလျား ၂-တောင်ခန့်၊ အနံတောင်ဆုပ်သာလျှင် အလွန်ဆုံးအကြီးဆုံး ရှိစေရမည်၊ ထိုထက်ကြီးလျှင်မအပ်၊ အငယ်မှာ တားမြစ်ချက်မရှိပါ။

(၁၃၈) နိသီဒနသိက္ခာပုဒ်
(နိသီဒိုန်ခေါ် သုက်နှီးချုပ်မှု)

နိသီဒိုန်အခင်းကို ပြုလုပ်လိုလျှင် မြတ်စွာဘုရား အထွာတော်ဖြင့် အလျားနှစ်ထွာ၊ အနံတစ်ထွာခွဲ အမြိတ်တစ်ထွာ ပြုလုပ်ရသည်၊ထိုထက်လွန်အောင် ပြုလုပ်လျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

နိသီဒိုန်ခင်းကို၊ ပြုလုပ်လိုက၊ လျားကိုနှစ်ထွာ၊ နံမှာတစ်ထွာခွဲ၊
အမြိတ်လဲတစ်ထွာ၊ စောဗုဒ္ဓါ၏၊ အထွာပမာဏ၊ ပြုလုပ်ရ၏၊
ထိုမှလွန်ကာ၊ ပြုလုပ်ပါ၊ သင့်ရာပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ နိသီဒိုန်ချုပ်နည်း=အလျား ၃-ထွာ၊ အနံတစ်ထွာခွဲ ရှိသောပိတ်စကို ချုပ်ပြီးလျှင် အဖျားမှ တစ်ထွာလောက်ရှိအောင် နှစ်ကြောင်းခွဲလိုက်ပါက တစ်ထွာရှိသောပိတ်အစ ၃-ခုဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

၂။ ထိုသို့ပြုလုပ်လိုက်လျှင် အလျား ၂-ထွာ၊ အမြိတ်တစ်ထွာ၊ အနံတစ်ထွာခွဲဆိုသည့် သရုပ်ပေါ်လာပါလိမ့်မည်။

၃။ ၎င်းအခင်းကို ခြေရင်းဘက်မှအမြိတ်ထား ခင်း၍အိပ်လိုက်ပြီး၊ အပယ်စကိုအောက်မှခေါက်၍ ချက်ဆီဆွဲဘင်ထားလျှင် သုက်လွတ်ခြင်း စသည်ဖြစ်က သုက်နှီး သုက်ထိန်းအနေဖြစ်ကာ သင်္ကန်းအညစ်အကြေးမပေ့အောင် ပညတ်သော အခင်းဖြစ်သည်။

၄။ ဆွမ်းစားသောအခါ၌ ခင်းထိုင်ပြီး ရှေ့ကအစကို အပေါ်ဘက်ထင်ထားလျှင်လည်း သင်္ကန်းပေါ် ဟင်းစက်ကျခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

(၁၃၉) ကဏ္ဍပြင်စွာဒိသိက္ခာပုဒ်
(အနာလွှမ်းသင်္ကန်းချုပ်မှု)

အနာဖုံးလွှမ်းသော သင်္ကန်းကိုပြုလုပ်လိုလျှင် မြတ်စွာဘုရားအထွာတော်ဖြင့် အလျားလေးထွာ၊ အနံနှစ်ထွာ ပြုလုပ်ရမည်၊ ထို့ထက်လွန်အောင် ပြုလုပ်လျှင် ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

အနာလွှမ်းကို၊ ပြုလုပ်လိုက၊ ဗုဒ္ဓအထွာ၊ လေးထွာအလျား၊ အနံကားနှစ်ထွာ၊ ပြုလုပ်ရာ၏၊ ပိုကာပမာဏ၊ ပြုလုပ်က၊ သင့်ရပါစိတ္တိ။

(၁၄၀) ဝဿိကသာဋိကာ သိက္ခာပုဒ်
(မိုးရေခံ၊ ရေသနုပ်သင်္ကန်းချုပ်မှု)

မိုးရေခံသင်္ကန်း ပြုလုပ်လိုလျှင် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား အထွာတော်ဖြင့် အလျားခြောက်ထွာ၊ အနံနှစ်ထွာခွဲသာ ပြုလုပ်ရာ၏၊ ပိုလွန်လုပ်က ပါစိတ်သင့်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

မိုးရေခံသင်္ကန်းကို၊ ပြုလုပ်လိုက၊ ဗုဒ္ဓအထွာ၊ ခြောက်ထွာအလျား၊ အနံအားဖြင့်၊ နှစ်ထွာခွဲသာ၊ ပြုလုပ်ရာ၏၊ ပိုကာပမာဏ၊ ပြုလုပ်က၊ သင့်ရပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ကဏ္ဍုသဒ္ဒါ ယားနာကိုဟောသော်လည်း ဤနေရာ၌ခါးမှအောက်, ဒူးဆစ်မှအထက် ပေါက်တတ်သော ယားနာ သွေးစုနာစသည့် အရည်ထွက်တတ်သော အနာမျိုးကိုယူ၍၊ ထိုအနာများမှ သင်္ကန်းကာကွယ်ရန် အနာလွှမ်း သင်္ကန်းတစ်မျိုးကို ပညတ်ထားသည်။

၂။ မိုးရွာသောအခါ ရေချိုးရန်သီးခြား ပညတ်ထားသော ရေသနုပ်သင်္ကန်းတည်း။ ထိုသင်္ကန်းရှာချိန် ဝတ်ချိန်များကို (၄၃)နံပါတ်သိက္ခာပုဒ်၌ ပြခဲ့ပြီ။

(၁၄၁) နန္ဒတ္ထေရ သိက္ခာပုဒ်
(နန္ဒတ္ထေရ်အကြောင်းပြု၍ သင်္ကန်းချုပ်မှု ပမာဏ)

မြတ်စွာဘုရား၏ သင်္ကန်းပမာဏရှိသော သင်္ကန်း၊ ထိုထက်ပမာဏ လွန်သော သင်္ကန်းပြုလုပ်လျှင် ပါစိတ်သင့်၏၊ မြတ်စွာဘုရား၏ သင်္ကန်း ပမာဏဟူသည် ဘုရားအထွာတော်ဖြင့် အလျားကိုးထွာ၊ အနံခြောက် ထွာတို့ဘည်း။

ဆောင်ပုဒ်

သုဂတစီဝရ၊ ပမာဏကား၊ ဗုဒ္ဓအထွာ၊ ကိုးထွာအလျား၊ အနံဘား ခြောက်ထွာ၊ မှတ်သင့်ရာ၏၊ ထိုပမာဏ၊ ညီမျှလွန်ကာ၊ ပြုလုပ်ပါ၊ သင့်ရာပါစိတ်တည်း။

ခက်ဆစ်များ

၁။ မြတ်စွာဘုရား၏ သင်္ကန်းတော်ပမာဏမှာ ဘုရားအထွာတော် ဖြင့် အလျား ၉-ထွာ အနံ ၆-ခြောက်ထွာတည်း။

၂။ ရဟန်းတော်များ သင်္ကန်းချုပ်လျှင် ဆိုပြီးပမာဏထက် ကြီး သော သင်္ကန်း, ညီမျှသောသင်္ကန်းများမချုပ်ရ၊ ချုပ်လျှင်အာပတ်။

၃။ ဆိုပြီး ပမာဏအောက် သေးငယ်သော သင်္ကန်းကိုသာ ချုပ် ကောင်း ဝတ်ကောင်းပါသည်။

ပါဋိဒေသနီယအခန်း
(တသီးတခြား ကြားအပ်သော ကြောင့် ပါဋိဒေသနီ ခေါ်၏)

(၁၄၂) ပထမပါဋိဒေသနီယ သိက္ခာပုဒ်

ရွာတွင်း,အိမ်တွင်း၌ တည်ရှိသော ဘိက္ခုနီမ၏လက်မှ ခဲဖွယ်ဘော ဇဉ်ကိုခံ၍ စားသောရဟန်း ပါဋိဒေသနီ အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ရွာတွင်း၌တည်၊ ဘိက္ခုနီ၏၊ လှူသည် ဘောဇဉ်၊ ခံစားလျှင်၊ ခေါ်တွင် ပါဋိဒေသနီယ။

(၁၄၃) ဒုတိယ ပါဋိဒေသနီယသိက္ခာပုဒ်

ဒါယကာများအိမ်၌ ဆွမ်းစားနေကြစဉ် လာရောက်စီရင်နေသော ဘိက္ခုနီမကို နှင်ထုတ် လိုက်ရမည်၊ ဆွမ်းစားနေသော ရဟန်းများမှ တစ်ပါးပါးကမှ မနှင်ထုတ်လျှင် ပါဋိဒေသနီ အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဒကာ့အိမ်တွင်၊ ဆွမ်းစား စဉ်၌၊ စီရင်နေပြီ၊ ဘိက္ခုနီအား၊ မြင်ကြား ရဟန်းက၊ နှင်ထုတ်ရ၏၊ တစ်ပါး ပါးလျှင်၊ နှင်နေငြား၊ ရဟန်းများ၊ သင့်ငြား ပါဋိဒေသနီယ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ ဘိက္ခုနီများသည် ဘိက္ခုများလောက် လာဘ်လာဘ မရလွယ်ကြချေ၊ ထို့ကြောင့် ခဲယဉ်းစွာ ရအပ်သော ဘိက္ခုနီတို့လာဘ်ကို မခံယူကြရန် တားမြစ်သော အားဖြင့် ပထမ သိက္ခာပုဒ်ကို ပညတ်တော်မူသည်။

၂။ ဂါရယှံ အာဝုသော စသည်ဖြင့် အာပတ်မှ ပျောက်အောင် သီးခြားကြားရသောကြောင့် ပါဋိဒေသနီ ခေါ်သည်။

၃။ ပါဋိဒေသနီ အာပတ်သင့်သောရဟန်းသည် တခြားအာပတ်သင့်ရာတို့၌ကဲ့သို့ ဒေသနာ မပြောရတော့ဘဲ၊ မိမိသီးခြား အနေဖြင့် ကြား၍ ကုစားရသည်။

၄။ ကြားပုံမှာ-(ဂါရယှံ အာဝုသော ဓမ္မံ အာပဇ္ဇိံ၊ အသပ္ပါယံ ပါဋိဒေသနီယံ၊ တံ ပဋိဒေသေမိတိ)ဟု ဆို၍ ကြားရသည်။

၅။ ငါ့ရှင်-ဘုရားတော်သည် ကဲ့ရဲ့ထိုက်၍ နှစ်ခြိုက်ဖွယ်ရာ နိဗ္ဗာန်အား မလျော်ကန်သည့် (ပါဋိဒေသနီယ အာပတ်သို့ ရောက်ပါပြီ၊ ထိုပါဋိဒေသနီယအာပတ်ကို သီးခြားဒေသနာ ကြားပါ၏)ဟု ပါဠိလိုဖြစ်စေ၊ မြန်မာလိုဖြစ်စေ ကြားရမည်။

(၁၄၄) တတိယ ပါဋိဒေသနီယ သိက္ခာပုဒ်

ကျန်းမာသောရဟန်းသည် အိမ်၏ဥပစာသို့မရောက်ခင် ကြိုတင်၍ ပင့်ဖိတ်ခြင်းမရှိဘဲ သေက္ခသမ္မုတိရသော အမျိုးတို့၏ ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို ခံယူ၍စားလျှင် ပါဋိဒေသနီ အာပတ်သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ကျန်းမာလျက်သား၊ ဖိတ်မထားဘဲ၊ ထင်ရှားသေက္ခ၊ သမ္မုတိ ရသည့်၊ ဒကာ ဒကာမလျှင်၊ ဆွမ်းဘောဇဉ်၊ စားလျှင် ပ ဋိ ဒေသနီ။

(၁၄၅) စတုတ္ထ ပါဋိဒေသနီယ သိက္ခာပုဒ်

တွေးတော ကြောက်ရွံ့ဖွယ် ဘေးရန် ရှိသော တောကျောင်းတို့၌ ဆွမ်းလာလှူမည် ဟု တင်ကြို အကြောင်းမကြားဘဲ ဆောင်ယူလာသော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို ကျန်းမာပါလျက် အာရာမ်တွင်း၌ နေ၍ ခံယူစား လျှင် ပါဋိဒေသနီ သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

ဘေးရန်ရှိခြား၊ တောကျောင်းများ၌၊ မကြား ကြိုတင်၊ ဇီဇဉ် ယူကာ၊ လှူဒါန်း လာသော်၊ ကျန်းမာလျက် သား၊ ခံယူစား၊ သင့်ခြား ပါဋိဒေသနီ။

ခက်ဆစ်များ

၁။ သဒ္ဓါတရားကောင်း၍ မစားဘဲ လှူလေ့ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များကို ဉတ္တိ ဒုတိယကံဖြင့် (သေက္ခ သမ္မုတိ) ပေးထားလျှင် သေက္ခ ဟု ခေါ်ရသည်။

၂။ ထိုသေက္ခသမ္မုတိ ရသောအိမ်မှ ဆွမ်းခဲဖွယ်ကို ပင့်ဖိတ် ထား သူလည်းမဟုတ်၊ ဂိလာနလည်း မဟုတ်ဘဲ အလှူခံလျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၍ ားလျှင်ကား ပါဋိဒေသနီ အာပတ်သင့်သည်။

၃။ တင်ကြိုအကြောင်းကြားမှုမှာ– ရှေးတစ်ရက် နှစ်ရက်စသည်က ဖြစ်စေ၊ ကျောင်းဝင်းထဲသို့ မဝင်မီ ဖြစ်စေ တစ်ချိန်က ကြိုတင် အကြောင်းကြားမှုတည်း။

၄။ တင်ကြို လျှောက်ထားရကျိုး= ဘေးရန် ရှိမှန်း တင်ကြိုသိ ရလျှင် အလှူရှင်တာ အစောင့် အရှောက်နှင့် လာခြင်း၊ သူခိုးများကို လည်း ဖယ်ရှားစေခြင်း၊ ဖမ်းခံရမည့် ဘေးမှ လွတ်မြောက် လာခြင်း အကျိုးရှိပေသည်။

၅။ ကြိုတင် ပြောမထား၍ တစ်ခုခု ဖြစ်သွားလျှင် ရဟန်းတော်များသည်င ါတို့ကိုမျှ သတိ မပေးကြဟု အလှူရှင်ဘက်၊ သူခိုးဘက် နှစ်ဘက်လုံးကိုပင် အပြစ်တင်စရာ ရှိသည်။

အဓိကရဏသမထ အခန်း

(၁၄၆-၁၅၂) အဓိကရဏ သမထ
(အဓိကရဏ်း ငြိမ်းကြောင်း ၇-ပါး)

က။ မျက်မှောက် အဓိကရဏ်း ငြိမ်းကြောင်း တရား ဟူသော သမ္မုခ ါဝိနည်း၊

ခ။ သတိကောင်းသော ရဟန္တာအား ပေးအပ်သောသတိဝိနည်း၊

ဂ။ မတွေဝေသောအခါသို့ ရောက်သော ရဟန်းရူးအား ပေးရသော ဝိနည်းဟူသော အမုဠ္ဟဝိနည်း၊

ဃ။ ဝန်ခံသည် အားလျော်စွာ ဆုံးဖြတ်ခြင်းကိုပြုရသော ပဋိညာတကရဏဝိနည်း၊

င။ စည်းဝေးသော ပရိသတ် ဓမ္မဝါဒီများသို့ လိုက်၍ပြုအပ်သော ယေဘုယျသိက ဝိနည်း၊

စ။ အထူးယုတ်မာသော ရဟန်းအား အာပတ်မှ ငင်းရန် ပြုအပ်သော ကံ ဟူသော တဿပါပိယသိက ဝိနည်း၊

ဆ။ ကျင်ကြီး စသော ရွံဖွယ်ဝတ္ထုကို မြက်ဖြင့် ဖုံးထားသကဲ့သို့ ရွံစရာကောင်းသော အာပတ်ကို ဖုံးဖိထားသော ကံဟူသော တိဏဝတ္ထာရက ဝိနည်းဟူ၍ ၇-ပါး ရှိ၏။

ခက်ဆစ်များ

အဓိကရဏ်း ၄-ပါး၊ သမထ၏ တည်ရာဖြစ်သော ငြင်းခုံမှု စသည်များတည်း၊ ထိုအဓိကရဏ်းများသည်လည်း-

၁။ ဝိဝါဒါဓိကရဏ်း-တဖက်နှင့်ဟဖက် ဓမ္မ၊ အဓမ္မ၊ ဝိနယ၊ အဝိနယ စသည်ဖြင့် ငြင်းခုံ၍ မတဲ့ကြဘဲ ကွဲပြားနေခြင်းတည်း၊

၂။ အနုဝါဒါဓိကရဏ်း- ဝိပတ္တိလေးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးဖြင့် စွပ်စွဲမှုတည်း၊

ဝိပတ္တိလေးပါး—

(က) ပါရာဇိက- သံဃာဒိသေသ် အာပတ် သင့်ခြင်းသည် (သီလဝိပတ္တိ) သီလပျက်ခြင်း မည်၏။

(ခ) ကြွင်းသော အာပတ် ၅-ပုံသင့်ခြင်းသည် (အာစာရ ဝိပတ္တိ) အကျင့်ပျက်ခြင်းမည်၏။

(ဂ) ကုလဒူသန၊ မိစ္ဆာဇီဝတို့ဖြင့် အသက်မွေးခြင်းသည် (အာဇီဝဝိပတ္တိ) အသက်မွေးမှု ပျက်စီးခြင်း မည်၏။

(ဃ) အရိဋ္ဌရဟန်းကဲ့သို့ အယူလွဲမှုသည် (ဒိဋ္ဌိဝိပတ္တိ) အယူ ပျက်ခြင်း မည်၏။

ထိုပျက်စီးခြင်းလေးပါးမှ ငါ့ရှင် ပါရာဇိကသင့်သည် စသည်ဖြင့် စွပ်စွဲလျှင် အနုဝါဒါဓိကရဏ်း မည်၏။

၃။ အာပတ္တာဓိကရဏ်း=အာပတ် (၇) ဖုံတို့တွင် တဖုံဖုံသို့ သင့် ရောက်နေခြင်းတည်း၊ အာပတ်ဖြင့် စွပ်စွဲခြင်းကိုထား အနုဝါဒါ ဓိကရဏ်း မည်၏။

၄။ ကိစ္စာဓိကရဏ်း= ၁၂ဂ-သိက္ခာပုဒ်၌ ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်သော အပ လောကနကံ၊ ဉတ္တိကံ၊ ဉတ္တိဒုတိယကံ၊ ဉတ္တိစတုတ္ထကံ ဟူသော ကံ လေးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကို ပြုခြင်းသည် ကိစ္စာဓိကရဏ်း မည်၏၊ (သံဃဝမ္မ၊ ဝိနယနှင့်၊ ပုဂ္ဂလရှေးရှူ၊ ငြိမ်းစေမှု၊ သမ္မုခဝိနယခေါ်)။

(က) သမ္မုခါဝိနယ=မျက်မှောက်၌အဓိကရဏ်းငြိမ်းကြောင်း ဟူသည် တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက် ငြင်းခုံမှုဟူသော(ဝိဝါဒ ဓိကရဏ်းဖြစ်လျှင်)ထိုဓိကရဏ်းကို ငြိမ်းစေဖို့ရန် သံဃာ စည်းဝေးလျက် နှစ်ဖက်ပုဂ္ဂိုလ်များရှေ့မှာ ဝိနည်းတော် နှင့်အညီ ဆုံးဖြတ်၍ ငြိမ်ဝပ်သွားလျှင် ဤဝိနည်းသည် သမ္မုခါဝိနည်း မည်၏။

(သမ္မုခလေးပါး=မျက်မှော က်ဖြစ်ခြင်း)

၁။ အဓိကရဏ်းငြိမ်းစေဖို့ရန် ဆုံးဖြတ်ရာဝယ်- သံဃာ့မျက်မှောက် ဖြစ်ခြင်းသည် (သံဃာ့သမ္မုခတာမည်၏) သံဃာ့မျက်မှောက်ဖြစ်ခြင်း မည်၏။

၂။ ငြိမ်းစေအပ်သော ဝတ္ထု၏ လမ်းမှန်ဖြစ်ခြင်းသည် (ဓမ္မသမ္မုခတာ) ဓမ္မချက်မှောက်ဖြစ်ခြင်း မည်၏။

၃၊ ဘုရားရှင်ဟောအပ်သော ဝိနည်းလမ်းကြောင်းအတိုင်း ငြိမ်းစေခြင်းသည် (ဝိနယသမ္မုခတာ) မည်၏။

၄။ နှစ်ဖက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ ရှေ့၌ ငြိမ်းစေခြင်းသည် (ပုဂ္ဂလသမ္မုခတာ) မည်၏၊ ဤဝိနယသည် အခြားအဓိကရုဏ်းများကို ငြိမ်းကွယ်ရာ၌လည်း ထိုက်သင့်သလို ပါဝင်နိုင်၏။

ခ ။ သတိဝိနယ=(သတိလျှမ်းဖြာ၊ ရဟန္တာအား၊ နမ်းဂဏ ဇွတ်ဘင်း၊ စွပ်စွဲခြင်းကို၊ ထင်လင်းပေးရ၊ သံဃ ဝိနယ သတိခေါ်)၊ သတိ ပြန်ပြောသူ၏ အဖြစ်သို့ ရောက်သောရဟန္တာကို တစ်စုံတစ်ယောက်က သီလ ဝိပတ္တိဖြင့် စွပ်စွဲသောလျှင် စစ်ဆေးပြီးနောက် အပြစ် ကင်းမှန်း ထင်ရှားသဖြင့် နောင်ခါ မစွပ်စွဲနိုင်ဖို့ရန် ဉတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါစာဖြင့် ဤသတိ ဝိနယ သမုထကို သံဃာကပေးရသည်၊ ထိုသို့ပေးပြီးနောက် စွပ်စွဲသော်လည်း အထမမြောက်တော့၊ ဤသို့ အနုဝါဒါဓိကရုဏ်း တစ်မျိုးကို ငြိမ်းစေသောကြောင့် သတိဝိနယသမထ ခေါ်ရလေသည်။

ဂ။ အမူဠ္ဟဝိနယ။

ဆောင်ပုဒ်

တွေဝေမေ့မူး၊ မာမှန်ရူးသဖြင့်၊ လွန်ကျူးဓိလျှင်း၊ စွပ်စွဲငြင်းကို၊ လွတ်ကင်းစေငှါ၊ မတွေဝေခါဟယ်၊ ကောင်းစွာပေးရေး၊ သံဃာ၊ အမူဠ္ဟဝိနယခေါ်။

ရဟန်းတစ်ပါးသည် တွေဝေရူးသွပ်သဖြင့် မူဠ္ဟဖြစ်နေနိုက် အပြစ်များကို ကျူးလွန်မိခဲ့ရာ သတိရလာသောအခါ တခြားရဟန်းတို့က အာပတ်ဖြင့် စွပ်စွဲကြလေသော်၊ ထိုရဟန်းကတည်းက စိတ်ပေါက် ပြန်နေသဖြင့် ဘာကိုပြုမိမှန်း မသိပါဟု လျှောက်သော်လည်း စွပ်စွဲမြဲ စွပ်စွဲနေခဲ့လျှင်-

ထိုရဟန်းအား ထိုစွပ်စွဲမှုများ ငြိမ်းစေဖို့ရာ မတွေ့ဝေသည့်အခါ (မရှူးသည့် အခိုက်မှာ) ဥတ္တိစတုတ္ထကမ္မဝါဖြင့် အမူဠ္ဟဝိနယကို ပေးရသည်၊ ထိုသို့ပေးပြီးနောက် စိတ်ဖေါက်ပြန်၍ ပြုမိသမျှကိစ္စ၌ စွပ်စွဲသော်လည်း အသ မခြောက်တော့ချေ။

ဤသို့လျှင် အမူဠ္ဟဝိနယသည် အနုဝါဒ အဓိကရုဏ်းတင်မျိုးကို ငြိမ်းစေနိုင်သောကြောင့် သမထအမည်ရသည်။

ဃ။ ပဋိညာတကာရဏဝတ္ထု။

ဆောင်ပုဒ်

အာပတ္တာဓိကရဏ၊ ဖြစ်ပေါ်ကမူ၊ အာမပဿာမိ၊ ဝန်ခံတိသော်၊ အာယတိံ သံဝရေ၊ ဆုံးဖြတ်ပေ၊ ခေါ်လေပဋိညာတကရဏ။

ရဟန်းတစ်ပါး အာပတ်သင့်သဖြင့် အာပတ္တာ ဓိကရုဏ်းဖြစ်နေ၏၊ ထိုအာပတ္တာဓိကရုဏ်း ငြိမ်းဖို့ရာ၊ အခြားသံဃာ-ဂိုဏ်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်တမျိုးမျိုးအထံမှာ (အဟံ ဘန္တေ ဣတ္ထံ နာမံ အာပတ္တိံ အာပန္နော) တည့်တော် ဤမည်သောအာပတ်သို့ ရောက်ခဲ့ပါပြီဟု ဒေသနာပြော ကြားရပါသည်။

(ပဿသိ တံ အာပတ္တိံ) ထိုအာပတ်ကို သင်ရှုရဲ့လား-ကိုယ့်အပြစ်ကို အပြစ်ဟု ရှုရဲ့လားဟု ပြန်မေးရသည်။

ထိုနောက် ဒေသနာပြောသူကြား သူက-(အာမ ပဿာမိ) မှန်ပါ ရှုပါသည်ဟု ပဋိညာဉ်ပေးလျက်(ဝန်ခံလျှင်) ဒေသနာခံသူဝိနည်းရိုရ်က (သူ့ပဋိညာဉ်ဝန်ခံချက်အတိုင်း- အာယတိံ သံဝရေယျာသိ-နောင်အခါ စောင့်စည်းပါလော)ဟု ပြောဆိုဆုံးဖြတ်ရသည်၊ ဤသို့ဝန်ခံတိုင်း ပြောဆိုပြုလုပ်သည့်အခါ အာပတ်သင့်နေသော အာတွေးဓိကရုဏ်းငြိမ်းအေးတော့ရကား၊ ဤအာယတိံ သံဝရေယျာသိ-ဟူသော စကားသည်ပင် ပဋိညာတကရဏ-ဝန်ခံတိုင်း ပြုရသော သမထမျိုး ဖြစ်လေသည်။

သံဃာဒိသေသ်အာပတ်၌ကား-ပရိဝါသ်၊မာနတ်၊အား ဗ္ဘာန်ပေးသည် ခေတာင်၊ခြင်းသည် မိမိမှာအာပတ်ရှိကြောင်း ဝန်ခံသောကြောင့် ပဋိ

ညာတမည်၏ (ဝန်ခံသည်မည်၏) သံဃာကပရိဝါသ် စသည်ပေးခြင်း သည် ဝန်ခံဘိုင်းပြုသောကြောင့် (ပဋိညာတကရဏမည်၏)။

င။ ယေဘုယျသိကာ။

ဆောင်ပုဒ်

ဓမ္မဘက်ဦ၊ များရာလိုက်၍၊ ပြုထိုက်အောင်ပြု၊ ငြိမ်းစေမှု၊ ယေဘုယျသိခေါ်။

(ဝိဝါဒါဓိကရုဏ်း)ခေါ် ငြင်းခုံမှုဖြစ်၍ သံဃာ ကွဲပြားနေသည့် အခါ သမ္မုခါဝိနယသက်သက်ဖြင့် ငြိမ်းအောင်မတတ်နိုင်လျှင် သံဃာ စည်းဝေး၍ မဲဆန္ဒယူရမည့် ရဟန်း တစ်ပါးကို သမုတ်ရသည်၊ ထို ရဟန်းကို သံဃာပရိသတ်၌ ဓမ္မဝါဒီမဲဆန္ဒ၊ အဓမ္မဝါဒီ မဲဆန္ဒကို ယူစေ ရမည်။ ထိုသို့ယူပြီးသော အခါ၌ ဓမ္မဝါဒီမဲဆန္ဒက များနေလျှင် များ ရာသို့လိုက်၍ ထိုဓမ္မဝါဒီတို့၏ အယူဝါဒအတိုင်း အတည်ပြု ဆုံးဖြတ် ရသည်။

အကယ်၍ အဓမ္မဝါဒီဘက်က များပုံပေါ်နေလျှင် နောက်ရွှေ့ဆိုင်း၍ ဓမ္မဝါဒီဘက်သားများအောင် စုဆောင်းပြီးမှ ဓမ္မဝါဒီတို့အဆိုအတိုင်း အတည်ပြု၍ ဆုံးဖြတ်စေရမည်။

မည်သည့်နည်းနှင့်မဆို ဓမ္မဝါဒီဘက်က အများချည်းဖြစ်စေရမည် ဟုလို၊ ဤသို့သျှင်များရာသို့လိုက်၍ အဓိကရုဏ်းကိုငြိမ်းစေသောကြောင့် ထိုအများအတိုင်းပြုခြင်းကို (ယေဘုယျသိကာ) သမထဟု ခေါ်သည်။

စ။ တဿ ပါပိယသိက။

ဆောင်ပုဒ်

တဿပါပိယ၊ ပုဂ္ဂလကို၊ ထိုစွပ်စွဲခြင်း၊ အပြစ်ကင်းကို၊ ထင်လင်း ပြုရန်၊ ဝိနည်းကံပင်၊ မည်တွင်တဿ၊ ပါပိယ၊ သိကသမထ ဟူ၍ခေါ်။

ရဟန်းတစ်ပါးကို ပါရာဇိကဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ပါရာဇိက နီးအနားရှိ ဖြစ်သော ထုလ္လစည်း၊ ဒုက္ကဋ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ စောဒနာလျှင် အဆုံးအဖြတ် မခံသို့၍ ဘောင်မြောက် ပြောနေခဲ့သော် (တဿ ပါပိယသိက) ကံကို

ပြုလုပ်ကြရ၏။ (အထူးယုတ်မာသူဟု အသိအမှတ်ပြုအပ်သော ကံကို) တဿပါပိယသိကာကံဟု ဆိုရသည်။

ထိုကံပြုသောရည်ရွယ်ချက်မှာ– အကယ်၍ ပါရာဇိကမကျသေးလျှင် ဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်ကိုကျင့်၍ နောက်ထပ် သံဃာ့အထဲ၌ ထိုကံကိုငြိမ်းစေလိမ့်မည်၊ ပါရာဇိကကျသူ ဖြစ်လျှင်ကား နောက်ထပ် အဆုံးအဖြတ် ခံဖွယ်မလို၊ ထိုကံဖြင့်ပင် ထိုရဟန်းကိုနှိမ်နင်းပြီးဖြစ်၍ လူထွက်လဲရုံသာ ရှိပေတော့သည်၊ ထိုကံပြုလိုက်သည်နှင့် စောဒနာခြင်းဟူသော အနုဝါဒါဓိကရုဏ်းကို ငြိမ်းစေသောကြောင့် ဤတဿပါပိယသိကာကံကို ပင် သမထတစ်မျိုးဟု ဆိုရပေတော့သည်။

ဆ။ တိဏဝတ္ထာရက။

ဆောင်ပုဒ်

ကျင်ငယ်ဘင်ပုပ်၊ မြက်ဖြင့်အုပ်သို့၊ ဆိုးယုတ်များဘိ၊ အာပတ္တိက၊ ဝိဝါဒကို၊ မကြွစေရ၊ သမထ၊ တိဏဝတ္ထာရကခေါ်။

သံဃာ ၂–ဘက်ကွဲ၍ ဝိဝါဒဓိကရုဏ်းခေါ် ငြင်းခုံမှု ဖြစ်နေရာ၌ ၂–ဘက်လုံးမှာ အာပတ်သင့်လျက် ရှိကြလေသည်။

ထိုသို့ ငြင်းခုံကြပြီးနောက် လဇ္ဇီသဘောသက်ရောက်၊ စိတ်ကောင်းရကြသဖြင့် ထိုအာပတ်များကို ကုစားစေလိုသောအခါ တစ်ဘက်၏ အပြစ်ကို အခြားတစ်ဘက်က ဖော်နေလျှင် သာ၍မခံနိုင်ဖွယ်ရာရှိသောကြောင့် ဆွေးနွေးသန့်မလဖြစ်သော ကျင်ကြီးကျင်ငယ်ကို မြက်ဖြင့်ဖုံးလိုက်သကဲ့သို့ (တိဏဝတ္ထာရက)ခေါ်သော ကံတစ်မျိုးဖြင့် အာပတ်တွေကို ဖုံးလိုက်ရလေသည်။

ထိုကံကြောင့် အင်မတန် ကြီးလေးသော ပါရာဇိက၊ သံဃာဒိသေသ်အာပတ်နှင့် (ဂိဟိပဋိသံယုတ္တ) လူကို ဆဲဆိုမှုစသော အာပတ်မှ တပါး တခြားအာပတ်အားလုံးပင် ပြေပျောက်လေတော့၏။

ဤသို့လျှင် တိဏဝတ္ထာရကကံသည် နှစ်ဘက်သော အာပတ်နှင့် ငြင်းခုံမှု(ဝိဝါဒါဓိကရုဏ်း) ငြိမ်းစေနိုင်သောကြောင့် သမထ တစ်မျိုးဖြစ်ရလေသည်။

မှတ်ချက်။ ။ကိစ္စာဓိကရုဏ်း ဟူသည် အပလောကနကံ လေးမျိုးပင် ဖြစ်ရာ ကိစ္စတစ်ခုခု ကြုံလာသောအခါ ဆိုင်ရာ ပုဂ္ဂိုလ် သံဃာတို့ မျက်မှောက်မှာ ပြီးစေရ, ငြိမ်းစေရသော ကြောင့် သမ္မုခါဝိနယ သမထ တစ်ပါးသာလျှင် ဖြစ် သည်။ ဥပမာ သိမ်သမုတ်ကိစ္စ (ဉတ္တိဒုတိယကံ) ကြုံ လာလျှင် အနည်းဆုံး သံဃာလေးပါး၏ မျက်မှောက် ၌ ဥတ်ကမ္မဝါစာ ဖတ်၍ ငြိမ်းစေရသည်ကို သဘော ပေါက်ပါစေ။

သေခိယသိက္ခာပုဒ်(၇၅)ပုဒ်

သေခိယခေါ်ပုံ

နားလည်အောင်လည်း သင်ယူ လေ့လာထိုက်၊ သိနားလည်လျှင် ကျင့်ဆိုက်၊ ကျင့်မိအောင်လည်း သတိထား ထိုက်၊ ကြိုးစားထိုက်သော ကြောင့်(သေခိယ)မည်၏။

အရေအတွက် မသတ်မှတ်ပုံ

တခြား အာပတ်များ၌ လေးပါး သုံးပါး စသည်ဖြင့် သတ်မှတ်၍ ဟောသော်လည်း ဤသေခိယ၌ကား မည်မျှဟု သတ်မှတ်ချက် မပြုခြင်း မှာ တခြား ခန္ဓက ပါဠိတော်များမှာ လာသည့် အာဂန္တုဂဝတ်, အာဝါသိကဝတ် စသည့် ကျင့်ဝတ်များကိုလည်း ကျင့်ထိုက်သည့် အတွက် သေခိယပင် မည်သင့်ကြောင်းကို သိစေလိုသောကြောင့် ဒီနေ့ အတွက် သတ်မှတ်ခြင်း မပြုရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အာပတ်အမည် သီခြား မတပ်ရပုံ

ဤသေခိယ သိက္ခာပုဒ်များ၏ စာရိတ္တဝိနည်း ဖြစ်ကြောင်း သိစေ လိုသောကြောင့် အာပတ်နာမည် တပ်၍ ပညတ်တော်မမူခဲ့ပါ။

စာရိတ္တ ဝိနည်း, ဝါရိတ္တ ဝိနည်းများ=စာရိတ္တဝိနည်း ဟူသည် လူ ကောင်း, သူကောင်းတို့ ကျင့်ရသော ကျင့်ဝတ်များတည်း၊ ထို ကျင့် ဝတ်များကို မသိ၍ မကျင့်လျှင် အပြစ်မရှိပေ၊ သိ၍ မကျင့်လျှင်ကား အပြစ်ရှိ၍ ကျင့်လျှင်ကား အကျိုးရှိပေသည်။

အကယ်၍ ဒုက္ကဋ် အာပတ်ဟု အတိအလင်း တပ်ထားလျှင် သို၍ မကျင့်သူပါ အာပတ်သင့်ဖွယ်ရာရှိသောကြောင့် ဝါရိတ္တ သိက္ခာပုဒ်များသာ ဖြစ်ရာ၏။ ဤသို့ဝါရိတ္တသိက္ခာပုဒ်မဟုတ်၊ စာရိတ္တဝိနည်းသာ ဖြစ်ကြောင်းကို ပြအပ်သောကြောင့် အာပတ်ဝင်၍ ပညတ်တော်မမူ။

ဝါရိတ္တဝိနည်းကား မပြုရပါဟု တားမြစ်ထားအပ်သော သေခိယမှ ကြွင်းသော သိက္ခာပုဒ်များတည်း၊ ထိုသိက္ခာပုဒ်များကို လွန်ကျူးပါက အာပတ် သင့်လေသည်။

လိုရင်းကား– မပြုရဟု တားမြစ်ချက် သိက္ခာ ပုဒ်များကို ဝါရိတ္တ၊ ကျင့်ရမည်ဟု တိုက်တွန်းချက် သိက္ခာပုဒ်များကို စာရိတ္တ ဟုမှတ်ပါ။

မှတ်ချက်။ ကျင့်နည်းကို မသိသေး၍ မကျင့်သူသာ အာပတ်သင့် မဟုတ်သေး၊ အနာရောဂါကြောင့် ဘေးရန်ကြောင့် အမှတ်မဲ့ကြောင့် မကျင့်နိုင်ရှ၍လည်း အာပတ်သင့် သည်သာတည်း။

ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်

သေခိယသာ သိက္ခာပုဒ်အားလုံးသည်လျှက် မကျင့်လျှင်ကား ဒုက္ကဋ် သင့်သည်ဟူ၍ သိက္ခာပုဒ်အဖွင့် ပဒဘာဇနီများ၌ မိန့်ဆိုထားသော ကြောင့် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သာ သင့်နိုင်သည်ဟူ၍ မှတ်သင့်ပါသည်။

ပရိမဏ္ဍလဝဂ် သိက္ခာပုဒ် ၁၀ ပါး

ဆောင်ပုဒ်

၁။ ဒူးနှစ်ဘက်ချက်များ၊ ဝန်းသုံးပါး၊ ဖုံးထား ညီစွာဝတ် ရမည်။

၂။ ညီညာနှစ်ဘက်စွန်း၊ ဒူးဝန်းမှအောက်လေ ၁၈ဝေ၊ ချင့်ထောက် ရမ်းရှိ ပြုရမည်။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ သင်းပိုင်ခေါ် ခါးဝတ်သင်္ကန်းကို ဒူးနှစ်ဖက်အောက် ၈ ကျ ရှစ်သစ်ကျစေ၍ အထက်တွင် ချက်ကိုဖုံးစေကာ၊ အစွန်းအစ ထွက် စေဘဲ ညီညာစွာဝတ်ရမည်။

၂။ ကော်သီခေါ်သော ကိုယ်ရှိသက်နှိုင်းကိုလည်း အထက်ဘက်အနားစွန်း အောက်ဘက် အနားစွန်း တို့ကို ညီညွတ်စေ၍ ဒူးဆစ်အောက် လက်ခလေးသစ်မျှကျအောင် သင်းပိုင်သက်နှိုင်း လက်လေးသစ်မျှ ပေါ်အောင် ညီညာသပ်ရပ်စွာ ရုံရမ်းရမည်။

၃။ အနားစွန်း ၂-ခုဆိုရာ၌ ရှေ့ဘက်ကျသော အနားစွန်းနှင့် နောက်ကျောဘက်ကျသော အနားစွန်း ၂-ခုတို့ ညီခြင်းကို ဆိုကြသည်။

၄။ တချို့ကမူ သက်နှိုင်းရုံသည့်အခါ မလိပ်မီ အနားစွန်း ၂-ခုကို ညီစွာထားသကဲ့သို့ အနားစွန်း ၂-ခုတို့ကိုညီစွာထားခြင်းဟုဆိုကြသည်။

ဤဒုတိယဝါဒအရ ရုံခြင်းသာမက ဘုရားရှေ့၊ ဆရာသမားရှေ့ စသည်သွားရာတို့ မဟုတ်လျှင် လကျာပုခုံးကို သက်နှိုင်းရုံသည့် အခါ ကဲ့သို့ ထားစေလိုကြသည်၊ ဝါဒ ၂-ခုလုံးပင် အောက်စွန်း ခုပုံ တူကြသည်။

သုပ္ပဋိစ္ဆန္နသိက္ခာပုဒ်

(လည်လက်ကောက်ဝတ်များ ကောင်းစွာဖုံးလွှမ်းခြင်း)

ဆောင်ပုဒ်

မြို့ရွာတွင်းမှာ၊ သွားနေပါက၊ လည်ပါလက်ကောက်ဝတ်၊
ပုဆစ်ဒူးဝန်း၊ ဖုံးကာလွှမ်း၊ ဖြတ်သန်း သွားနေရာ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ မြို့ရွာတွင်းသို့ သွားလိုသောအခါ အနားဝတ်သင် ဂဏ် ဝင်ပြီးလျှင် လည်ပင်းလက်ကောက်ဝတ်များကိုဖုံးမိအောင် သက်နှိုင်းရုံ၍သွားခြင်းကို သုပ္ပဋိစ္ဆန္န သွားခြင်းဟု ခေါ်သည်။

၂။ လည်မျိုမှ အထက်ဦးခေါင်းကို လည်း၊ ကောင်း၊ လက်ကောက်ဝတ်မှအောက် လက်များကို လည်းကောင်း သလုံးသားမှ အောက် ခြေကိုရင်း ပေါ်ပြီးလျှင် အခြားကိုယ်ခန္ဓာအင်္ဂါများကို ဖုံး၍ထိုင်ခြင်းကို သုပ္ပဋိစ္ဆန္နထိုင်ခြင်းဟု ခေါ်သည်။

၃။ ဦးခေါင်းအထက်မှာ ဩဂုဏ္ဌိတအပြစ်နှင့်၍ လုံးလုံးမဖုံးလေ၊ လက်များနှင့် အောက်ပိုင်းခြေများကိုကား ဖုံးမိခြင်းကြောင့် အပြစ် သင့်ဖွယ်မရှိ။

၄။ အနဝံသတ္တိဝါချဉ် ဂိလာန စသူများအားပတ်မသင့်ကြ။

ဝါသူပဂတ = (နေထိုင်ရန်အပ်သော ရောက်သောရဟန်းအား) အားမတ် မသင့်ပါ - အထူး ဆိုထားသောကြောင့် မြို့ရွာတွင်း၌ ခြတ္တဘည်းခို နေသိုင်သော ရဟန်းမှာ သက်န်းမရှိဘဲ နေသင့်သောလည်း ထည်းခို နေထိုင်ရန် သွားသောအခါ၌မူ သက်န်းရုံ၍သွားရမည်၊ ပရိဏ္ဏလ သိက္ခာပုဒ်နှင့် အညီလည်း နေရမည်။

၆။ ကျောင်းအဖြစ်သိတင်းသုံးရန် လျှောက်ထားမှု = ယခုကာလ အချို့ဒကာများက ကျောင်းအမှတ်ဖြင့် သိတင်းသုံးတော်မူပါ၊ အရှင် တို့နေသောမျှ ဤအိမ်ကို ကျောင်းအဖြစ်လှူပါ၏ ဟူ၍ လည်းကောင်း လျှောက်လေ့ရှိကြ၏။

ထိုသို့လျှောက်ရုံမျှဖြင့် ကျောင်းလည်းမဖြစ်၊ လှူရာလည်းမမြောက် သောကြောင့် ရဟန်းမှာထူး၍ လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်ခွင့်မရှိဟု ဝိမတိ ဋီကာဆိုထားသည်၊ သတိပြုဖွယ်ပင်တည်း။

သုသံဝုတသိက္ခာပုဒ်
(လက်ခြေကို စောင့်စည်းမှု)

ဆောင်ပုဒ်

လက်နှင့်ခြေများ၊ ကောင်းစွာထားလျက်၊ လှုပ်ရှားမှုကင်း၊ မြို့ရွာတွင်း၊ သွားခြင်းနေထိုင်ပြုရမည်။

ဩက္ခိတ္တစက္ခုသိက္ခာပုဒ်
(မျက်လွှာအောက်ချ လေးတောင်မျှကြည့်မှု)

ဆောင်ပုဒ်

မျက်လွှာအောက်ချ၊ လေးတောင်မျှ ကြည့်ခြင်း၊ မြို့ရွာတွင်း၊ သွားခြင်း နေထိုင်ပြုရမည်။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ လက်ခြေများကိုမလှုပ်မရမ်းဘဲ ကောင်းမွန်ငြိမ်သက်စွာထား၍ မြို့တွင်းရွာတွင်း၌ သွားလာနေထိုင်ရမည်။

၂။ ယဉ်ကျေးပြီးသော အာဇာနည် မြင်းများသည် ထမ်းပိုးတစ်ပြန် ၄-တောင်မျှလောက်ကိုသာကြည့်၍ ငြိမ်သက်စွာ သွားလေ့ရှိကြ၏။

ယခုခေတ် လူကြီးလူကောင်း အခေါ်ခံသူတို့သည်း တောင်ကြည့်မြောက်ကြည့် သွားလေ့မရှိကြပေ။

နည်းတူအယဉ်ကျေးဆုံးဟု အခေါ်ခံကြရသော ဘုရားရှင်၏ သားတော် ရှင်ရဟန်းများလည်း မြို့ရွာတွင်းဝယ် နေထိုင်သွားလာရာ၌ ယဉ်ကျေးသူပီသအောင် ၄-တောင်မျှလောက်ကိုသာ ကြည့်သွားရန် လိုပါသည်။

၃။ ဝါသူပဂတ ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ရှေးသုသံဝုတ သိက္ခာပုဒ်နှင့် ဤသိက္ခာပုဒ်များမှ လွတ်လပ်ခွင့်မရကြ၊ အေးနေ်ရှိ၊ နေ့ ထိုဖို့ရည်ရွယ်၍ သင့်သောနေရာဝယ် ဝေးဝေးကြည့်မှုကြောင့် အာပတ်မသင့်။

ဥက္ခိတ္တကသိက္ခာပုဒ်
(သက်န်း မြှောက်ပင့်မှု)

ဆောင်ပုဒ်

သင်္ကန်းမြှောက်ပင့်၊ ရွာနှင့်မြို့တွင်း၊ သွားနေခြင်း၊ ဇာလင်း၊ မပြုရာ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ သင်္ကန်းပင့်၍မသွားရ=လူများ ဟန်ပါပါ လုံချည်ပင့်၍ သွားသလို မြို့တွင်း, ရွာတွင်းမှာ သင်္ကန်းကိုပင့်၍ ပင့်၍ သွား၊

၂။ မြှောက်၍=ခါးမှအထက် ခါးပန်းကြိုးပေါ်အောင် မြှောက်၍ မသွားရ၊ မနေထိုင်ရ၊ သွားလျှင် နေလျှင် အာပတ်သင့်၏။

၄။ အနဝ်ပတ္တိဝါချ ဂိသာန စသူများအား ပတ်မသင့်ကြ။

ဝါသူပဂဏ = (နေထိုင်ရန်ထပ်ရောက်သောရဟန်းအား) အားပတ်မသင့်ပါ - အထူးဆိုထားသောကြောင့် မြို့ရွာတွင်း၌ ခေတ္တဘည်းခို နေထိုင်သော ရဟန်းမှာ သက်န်းမရုံတဲ နေသင့်သော်လည်း တည်းခို နေထိုင်ရန် သွားသောအခါ၌မူ သက်န်းရုံ၍သွားရမည်၊ ပရိမဏ္ဍလ သိက္ခာပုဒ်နှင့် အညီလည်း နေရမည်။

၆။ ကျောင်းအဖြစ်သိတင်းသုံးရန် လျောက်ထားမှု = ယနေ့ကာလ အချို့ဒကာများက ကျောင်းအမှတ်ဖြင့် သိတင်းသုံးတော်မူပါ၊ အရှင်တို့နေသာမျှ ဤအိမ်ကို ကျောင်းအဖြစ်လှူပါ၏ ဟူ၍ လည်းကောင်း လျောက်လေ့ရှိကြ၏။

ထိုသို့လျောက်ရုံမျှဖြင့် ကျောင်းလည်းမဖြစ်၊ လှူရာလည်းမမြောက် သောကြောင့် ရဟန်းမှာထူး၍ လွတ်လပ်စွာ နေထိုင်ခွင့်မရှိဟု ဝိမတိ ဋီကာဆိုထားသည်၊ သတိပြုဖွယ်ပင်တည်း။

သုသံဝုတသိက္ခာပုဒ်
(လက်ခြေကို စောင့်စည်းမှု)

ဆောင်ပုဒ်

> လက်နှင့်ခြေများ၊ ကောင်းစွာထားလျက်၊ လှုပ်ရှားမှုကင်း၊ မြို့ရွာတွင်း၊ သွားခြင်းနေထိုင်ပြုရမည်။

ဩက္ခိတ္တစက္ခုသိက္ခာပုဒ်
(မျက်လွှာအောက်ချ လေးတောင်မျှကြည့်မှု)

ဆောင်ပုဒ်

> မျက်လွှာအောက်ချ၊ လေးတောင်မျှ ကြည့်ခြင်း၊ မြို့ရွာတွင်း၊ သွားခြင်း နေထိုင်ပြုရမည်။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ လက်ခြေများကိုမလှုပ်မရမ်းဘဲ ကောင်းမွန်ငြိမ်သက်စွာထား၍ မြို့တွင်းရွာတွင်း၌ သွားလာနေထိုင်ရမည်။

၂။ ယဉ်ကျေးပြီးသော အာဇာနည် မြင်းများသည် ထမ်းပိုး ဘစ်ပြန် ၄-တောင်မျှလောက်ကိုသာကြည့်၍ ငြိမ်သက်စွာ သွားလေ့ ရှိကြ၏။

ယခုခေတ် လူကြီးလူကောင်း အခေါ်ခံသူတို့သည်း တောင်ကြည့် မြောက်ကြည့် သွားလေ့မရှိကြပေ။

နည်းတူအယဉ်ကျေးဆုံးဟု အခေါ်ခံကြရသော ဘုရားရှင်၏ သား တော် ရှင်ရဟန်းများလည်း မြို့ရွာတွင်းငယ် နေထိုင်သွားလာရာ၌ ယဉ်ကျေးသူပီသအောင် ၄-တောင်မျှလောက်ကိုသာ ကြည့်သွားရန် လိုပါသည်။

၃။ ဝါသူပဂတ ပုဂ္ဂိုလ်များသည် ရှေးသုသံဝုဏ သိက္ခာပုဒ်နှင့် ဤ သိက္ခာပုဒ်များမှ လွတ်လပ်ခွင့်မကြေး၊ အေးနန် ရှိ,နှ သ်ဖို့ရည်ရွယ်၍ သင့်သောနေရာဝယ် ဝေးဝေးကြည့်မှုကြောင့် အာပတ်မသင့်။

ဥက္ခိတ္တကသိက္ခာပုဒ်
(သက်န်း မြှောက်ပင့်မှု)

ဆောင်ပုဒ်

သက်န်းမြှောက်ပင့်၊ ရွာနှင့်မြို့တွင်း၊ သွားနေခြင်း၊ ဇလုင်၊ မပြုရာ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ သက်န်းပင့်၍မသွားရ=လူများ ဟန်ပါပါ လုံချည်ပင့်၍ သွား သလို မြို့တွင်း, ရွာတွင်းမှာ သက်န်းကိုပင့်၍ ငင်၍ သွားနေ၊

၂။ မြှောက်၍=ခါးမှအထက် ခါးပန်းကြိုးပေါ်အောင် မြှောက် ၍ မသွားရ၊ မနေထိုင်ရ၊ သွားလျှင် နေလျှင် အာပတ်သင့်၏။

ဥဇ္ဇုဂ္ဃိကာဝဂ်

ဥဇ္ဇုဂ္ဃိကသိက္ခာပုဒ်
(ကျယ်လောင်စွာရယ်မှု)

ဆောင်ပုဒ်

ကျယ်လောင်ရယ်ခြင်း၊ မြို့ရွာတွင်း၊ အလျင်းမပြုရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ မြို့တွင်းရွာတွင်းမှာ ရယ်ခွင့်ကြုံလာသော်လည်း ဟားတိုက်၍ ကျယ်လောင်စွာမရယ်ရ၊ ပြုံးရုံလောက်သာ ပြုံးရမည်။

၂။ မရိုသေခြင်း (အနာဒရိယစိတ်) မရှိလျှင်ကား အသံ အနည်းငယ် ထွက်သွားလျှင်လည်း အပြစ်မရှိပါ၊ ကျယ်လောင်စွာ ရယ်ခြင်းကိုကား မပြုထိုက်ဟု မှတ်ပါ။

အပ္ပသဒ္ဒသိက္ခာပုဒ်
(တိုးတိုး ပြောဆိုမှု)

ဆောင်ပုဒ်များ

မြို့တွင်းရွာတွင်းမှာ၊ ဆယ့်နှစ်တောင်သာ၊ ကြားကာမျှလောက် ပြောရမည်။

မြို့ရွာတွင်းမှာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ၊ လှုပ်ခါရမ်းသွား မနေရ။

မြို့ရွာတွင်းမှာ၊ လက်မောင်းသာ၊ လှုပ်ခါရမ်းသွား မနေရ။

မြို့ရွာတွင်းမှာ၊ ဦးခေါင်းသာ၊ လှုပ်ခါရမ်းသွား မနေရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ မြို့တွင်း-ရွာတွင်းမှာ စကားပြောရာ၌ ၁၂-တောင်လောက် ကြားရုံမျှသာ ပြောဆိုရမည်၊ ထိုထက်ကျယ်လောင်စွာ မပြောရ။

၂။ ကြားဆိုရာ၌ သဲသဲကွဲကွဲမဟုတ်၊ သဲသဲကွဲကွဲ ကြားဖို့တား ၆-တောင်အတွင်းလောက်သာ ကြားစေရမည်။

၃။ ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းကို ဆန့်ခြင်း၊ ကွေးခြင်း၊ ရမ်းခြင်း စသည်မပြုရ။

၄။ လက်မောင်းကိုလည်း ဆန့်ကွေး လှုပ်ရှားခြင်း မပြုရ၊ ငြိမ်သက်စွာ နေထိုင်သွားလာရမည်။

၅။ ဦးခေါင်းကိုလည်းညိတ်ခြင်း၊ ခါခြင်း၊ ရမ်းခြင်းစသည်မပြုရ၊ ငြိမ်သက်စွာ နေထိုင်သွားလာရမည်။

မှတ်ချက်

လက်မောင်း၊ ဦးခေါင်းတို့ကို သီးခြား ဆိုထားသဖြင့် ကိုယ်ဇရင်းတို့မှ ကြွင်းသော ကိုယ်အစိတ် အပိုင်းကို ယူပါ။

ခမ္ဘကတဝဂ်လာ သိက္ခာပုဒ်များ

ခမ္ဘကတ သိက္ခာပုဒ်
(ခါးထောက်မှု)

ခဆောင်ပုဒ်

မြို့ရွာတွင်းမှာ၊ ခါးထောက်ကာ၊ သွားလာနေထိုင် မပြုရ။
မြို့ရွာတွင်းမှာ၊ ခေါင်းခြုံကာ၊ သွားလာ နေထိုင်မပြုရ။
ဖဝါးဆွံ့နင်း၊ မြို့ရွာတွင်း၊ အလျှင်းမသွားရ။
အာယောဂပတ် ဖွဲ့ကာ၊ ရွာတွင်းမှာ၊ ထိုင်ကာ မနေရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ မြို့တွင်း ရွာတွင်း၌ ခါးထောက်၍မသွားရ၊ ထိုင်လည်းမထိုင်ရ၊ ဝါသူပဂတ ဖြစ်မှု ခါးထောက်ထိုင်နိုင်၏။

၂။ မြို့တွင်းရွာတွင်း၌ ခေါင်းမြီးခြုံ၍ထိုင်ကောင်းသည်။

၃။ ဖွော့ခြေမျှားကို မြှောက်၍ဖြစ်စေ၊ နောက်ဖနှောင့်ကို မြှောက်၍ဖြစ်စေ သွားရာ၌ တဘက်စွန်းမှာ အထက်သို့ထောင်နေသည်၊ ထိုသွားနည်းမျိုးကိုပင် ဖဝါး ဆွံ့နင်း၍ သွားခြင်းဟု ဆိုသည်။ ခြေဖဝါးကို ထုံးစံအတိုင်း မနင်းဘဲ တစွန်းတစဖြင့် နင်း၍ မသွားရ။

၄။ ထိုင်သည့်အခါ ဒူးနှစ်ဘက်ကို ထောင်၍ လက်ဖြင့်ပတ်ဖွဲ့လျက်ထိုင်ခြင်းကို (ဟတ္ထ ပလ္လတ္ထိက) လက် အာယောဂပတ် ဖွဲ့ခြင်း ဟုခေါ်သည်၊ သင်္ကန်းဖြင့်ပတ်ဖွဲ့၍ ထိုင်ခြင်းကို (ဒုဿ ပလ္လတ္ထိက)ပုဆိုးအာယောဂပတ်ဖွဲ့ခြင်းဟု ခေါ်သည်။ မြို့ရွာတွင်း၌ ထိုကဲ့သို့ မထိုင်ကောင်း၊ ဝါသူပဂတဖြစ်မူကား ထိုင်သော်လည်း အပြစ်မရှိနိုင်ပေ။

ရှင်း ၂၆-ပုဒ်တို့ကို သာရုပ္ပသိက္ခာပုဒ်များဟု ဆိုရသည်။

သက္ကစ္စပဋိဂ္ဂဟဏ

ဆောင်ပုဒ်

၂၇။ ဆွမ်းခံရွာသွား၊ သတိထား၊ လေးစားကြည်သာ ခံရမည်။

ပတ္တသညီပဋိဂ္ဂဟဏ

၂၈။ ဆွမ်းခံဝင်ခိုက်၊ သပိတ်၌၊ စိတ်စိုက်သညာ ထားရမည်။

သမသူပက

၂၉။ ဆွမ်း၏လေးဆ၊ဟင်းတစ်ဆ၊ မျှတရှိသာ ခံရမည်။

သမတိတ္ထိက

၃၀။ သပိတ်နှုတ်ခမ်းတွင်း၊ ညီမျှခြင်း၊ ဆွမ်းဟင်း ခဲဖွယ်ခံရမည်။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဆွမ်းခံရာ၌ ဆွမ်းကိုမလိုချင်သလို၊ သွန်ပစ်တော့မလို မလေး မစားမလုပ်ဘဲ၊ ဆွမ်းကို လေးလေး စားစား သတိထား ခံရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

၂။ ဆွမ်းခံနေခိုက် တောင်မြောက် မကြည့်ဘဲ မိမိ၏စိတ်သညာကို သပိတ်၌သာထား၍ ဆွမ်းခံရမည်၊ မျက်စိရော စိတ်ပါ သတို၌ထားရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

၃။ ပဲဟင်းစသည်ကို ဆွမ်း၏ လေးပုံတစ်ပုံလောက်သာ ခံရမည်၊ ပို၍မခံရ၊ ခံလျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏၊ ပဲဟင်းမှတစ်ပါး၊ သားဟင်း၊အသုတ်၊ ငါးဟင်း၊ အခြောက်စသည်များနှင့် ညာတိပဝါရိတများဇ ထံမှာ ငံ၍ ခံသော်လည်း အပြစ်မရှိပါ။

၄။ သပိတ်၏ အတွင်း အနားရေးနှင့် ညီမျှရုံသာ ဆွမ်းခံရမည်၊ ဆွမ်းဆိုရာ၌ ယာဝကာလိက ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို ဆိုသည်။

၅။ သပိတ်မဟုတ်သောခွက်ဖြင့် ခံယူရာ၌လည်းကောင်း၊ တခြဝး သပိတ်ဘလုံးဖြင့် လိလှယ်၍ခံယူရာ၌ လည်းကောင်း အာပတ်မသင့်။

သက္ကစ္စဝဂ် သိက္ခာပုဒ်(၁၀)ပါး

ဆောင်ပုဒ်

၃၁။ လေးလေးစားစား၊ သတိထား၊ ဆွမ်းကို စားရမည်။

ပတ္တသညီ ဘုဥ္ဓန်

၃၂။ ဆွမ်းကိုစားခိုက်၊ သပိတ်၌၊ စိတ်စိုက်သညာ စားရမည်။

သပဒါန

၃၃။ မိမိဘက်မှာ၊ စဉ်တိုင်းသာ၊ ယူကာဆွမ်းကို စားရမည်။

သမသူပက ဘုဥ္ဓန်

၃၄။ ဆွမ်း၏လေးဆ၊ ဟင်းတစ်ဆ၊ မျှတရုံသာ စားရမည်။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဂိလာန မဟုတ်ဘဲ ဆွမ်းစားသည့် အခါ မစားချင်စားချင် အမူအရာမျိုးမပြဘဲ စားလိုသော အမူအရာဖြင့် လေးစားစွာ သတိထား၍ စားရမည်။

၂။ တောင်မြောက်ကြည့်ကာ မစားရ၊ မိမိစားနှုတ်၌ သညာစိတ် ရောမျက်စိပါထား၍ ဣန္ဒြေရစွာ စားရမည်။

၃။ ဆွမ်းစားသည့် ခွက်ထဲဝယ် ဟိုနှိုက်ဒီနှိုက်မလုပ်ဘဲ မိမိဘက်ရှိ အစမှစ၍ အစဉ်အတိုင်း စားရမည်။

၄။ ပဲနောက်ဟင်း၊ ပဲကြီးဟင်းများကို ဆွမ်း၏ လေးပုံတစ်ပုံမျှ ထည့်၍ စားရမည်၊ ပိုထည့်၍ မစားရ။

သား၊ ငါး အကြော် အသုတ် ဟင်းများနှင့် ဆွေမျိုးတော်သူ ဖိတ်ထားသူများ ကပ်သည့် ဆွမ်းများကိုတော့ ပိုထည့်သော်လည်း အပြစ်မရှိ။

ထူပက သိက္ခာပုဒ်
(ဆွမ်းဦးမှနှိပ်ယူစားမှု)

ဆောင်ပုဒ်

၃၅။ ဆွမ်းခွက်လယ်ဦး၊ နှိပ်ယူခူး၊ အတူစားမှုရှောင်ရှားရ။

ပဋိစ္ဆဒက
(ပဲဟင်း၊ သားဟင်း များစေလို၍ ဖုံးထားခြင်း)

၃၆။ ပဲဟင်း၊ သားဟင်း၊ များလိုခြင်း၊ စိတ်သွင်းယူခြင်း မဖုံးရ။

သူပေါဒနဝိညတ္တိ
(ဟင်းလျာ ဆွမ်းများတောင်းခြင်း)

၃၇။ ကျန်းမာလျက်သား၊ ဆွမ်းဟင်းများ၊ တောင်းစားမှုကို မပြုရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဆွမ်းစားသည့်အခါ၊ ဆွမ်းခွက်၏ အလယ်တည့်တည့်မှအဦးမှ ယူ၍ မစားရ။ သို့သော်စား၍ကုန်ခါနီး၌ သိမ်းကျုံးစားသည့်အခါမှာ အလယ်ကိုယူမိသော်လည်း အာပတ်မသင့်ပါ။

၂။ သူပ-အရ ပဲဟင်း၊ သို့မဟုတ် အရည်သောက်ဟင်းကိုယူပါ၊ ဗျဉ္ဇနအရ-သားငါးဟင်းကို သို့မဟုတ်ပြစ်ကိုယူပါ၊ ထို(သူပ၊ဗျဉ္ဇန) ကို ဆွမ်းခံရာ၌ လောင်းလှူသူများ မမြင်လျှင် ထပ်လောင်း၍ များများ ရလိုစိတ်ဖြင့်-ဆွမ်းဖြင့်ဖုံးဖိ၊ မြှုပ်မထားရပါဟုဆိုလိုသည်။ အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် ဒါယကာတို့က မြှုပ်ပေးလိုက်သောအရာ၌ကား အာပတ်သင့်ဖွယ်မရှိပါ။

၃။ သူပံ-ဟု ဟင်းသမည်ဆိုသော်လည်း ပဏီတဘောဇဉ်မှလွတ်သော စားသောက်ဖွယ် အားလုံးကိုဖြစ်စေ၊ မနာမဖျားဘဲ ဆွေမျိုးမတော်သူ၊ မဖိတ်ထားသူအထံတောင်း၍ စားသောက်လျှင် ဤသိက္ခာပုဒ်ဖြင့် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

၄။ ဂိလာနမဟုတ်ဘဲ ဆေးပစ္စည်းဖြစ်သော ထောပတ်ဆီဦး-များ၊ သကာ၊ သကြားစသည် ဉာတိပဝါရိတမဟုတ်သူထံ တောင်းခံလျှင် မဟာနာမသိက္ခာပုဒ်ဖြင့် ပါစိတ်သင့်၏။

၅။ ထောပတ်ဆွမ်း၊ နို့ဆွမ်း၊ ပျားရည်ဆွမ်း၊ အသားဆွမ်း၊ ငါးဆွမ်း စသည့်ပဏီတဘောဇဉ်ကို တောင်းခံလျှင် ပဏီတဘောဇန သိက္ခာပုဒ်ဖြင့် ပါစိတ်သင့်၏။

၆။ ဂိလာနကား အမှန်လိုအပ်သော ဆေးဝါးဓာတ်စာများကို တောင်းခံစားသောက်သော်လည်း အပြစ်မရှိ။

၇။ တခြားရဟန်းအတွက်၊ မိမိဉာတိ ပဝါရိတထံမှ ဖြစ်စေ၊ ထိုရဟန်း၏ ဉာတိပဝါရိတထံမှဖြစ်စေ တောင်းခံလျှင် အနာပတ္တိဆို၏။

၈။ ထိုကြောင့် ဉာတိပဝါရိတ မဟုတ်သူများထံ၌ မိမိအတွက် တောင်းခြင်းသာ မအပ်သည်မဟုတ် တခြားရဟန်းများ အတွက် တောင်းပေးခြင်း၊ ဆွမ်းဖိတ်ပေးခြင်း ပစ္စည်းလေးပါး ဖိတ်ခိုင်းခြင်း၊ ရဟန်းဒကာ စသည်ပြောပေးခြင်း စသည်များလည်း အပ်မည် မဟုတ်၍ ဝိနယဂရုကများ မနှစ်သက်ကြပါ။

ဥဇ္ဈာနသညီ

(ကဲ့ရဲ့လိုစိတ် သူ့သပိတ်သာ မကြည့်ရာ)

၃၈။ သူ့သပိတ်ကို၊ ကဲ့ရဲ့လို၊ ကြည့်ကို မကြည့်ရ။

အတိမဟန္တ

(ကြီးမားဆွမ်းလုတ် မပြုလုပ်ကောင်း)

၃၉။ လွန်စွာကြီးမား၊ ဆွမ်းလုပ်များ၊ သုံးစား မပြုရ။

ပရိမဏ္ဍလ အာလောပ

(ဝန်းဝိုင်းညီမျှ ဆွမ်းလုတ်ပြု)

၄၀။ လုံးဝန်းညီညာ၊ ဆွမ်းလုတ်သား ပြင်ကာ စားရမည်။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ကဲ့ရဲ့ဖြစ်တင်လိုသောစိတ်ထားဖြင့် သူများသပိတ်ကို မကြည့်ရ၊ နည်းလျှင်လှူမည်၊ များလျှင် အလှူခံမည်စသည်ဖြင့် ကြည့်ကောင်း၏။

၂။ ဒေါင်းဥပမာဏမှ အထက်ကြီးသော ဆွမ်းလုတ်ဖြင့် မစားရ၊ ဒေါင်းဥနှင့် ကြက်ဥ အကြား မှန်း၍စားရမည်။

၃။ ကြက်ဥပမာဏနှင့် ထို့အောက်ငယ်သော ပမာဏရှိဆုံးလုတ် ဖြင့် မစားရဟုဆိုသော်လည်း အာပတ်မသင့်ပါ။ မလျောက်ပတ်သော ကြောင့်သာ ဆိုသည်ဟု အဋ္ဌကထာများ မိန့်ပါသည်။

၄။ မုန့်ခဲဖွယ်များနှင့်သစ်သီးများကိုကား ကြီးသော်လည်း ဒုက္ကဋ်မရှိပါ။

၅။ ဝန်းဝိုင်းဆိုရာ၌ ကွန်ပါဖြင့် ရစ်ဝိုင်းထားသလို ဝိုင်းရမည်ဟု မဆိုလိုပါ မရှည်လွန်းစေမူ၍ အထိုက်အလျောက်ဝိုင်းအောင်သတိထား ပြုပြင်စားရမည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

၆။ မုန့်ခဲဖွယ်များ၊ သစ်သီးများ၊ လက်သုတ်များ မဝိုင်းစေနိုင်သော်လည်း အာပတ်မသင့်ပါ။

ကဗဠဝဂ် ၁၀-ပုဒ်

အနာဟဋ သိက္ခာပုဒ်

(ဆွမ်းလုတ်မထည့်မီ ခံတွင်းမဟရ)

၄၁။ ဆွမ်းလုတ်မသွင်းခင်၊ ခံတွင်းလျှင်၊ ကြိုတင်မဟရာ။

ဘုဥ္စမာနသိက္ခာပုဒ် (ခံတွင်းထဲ လက်ချောင်းသွင်းမစားရ)

၄၂။ ဆွမ်းလုတ်သွင်းရာ၊ လက်ချောင်းပါ၊ သွင်းကာ မစားရ။

သကဗဠ သိက္ခာပုဒ်

(ဆွမ်းလုတ်ရှိစဉ် စကားမပြောရ)

၄၃။ ဆွမ်းလုတ်တင်းလင်း၊ အာခံတွင်း၊ စကားပြောခြင်း မပြုရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ခံတွင်း၀ ပါးစပ်ဝသို့ ဆွမ်းလုပ်မသွင်းမီ ခံတွင်းကိုဟ၍မထားနှင့်ရ၊ (ဤအရာမျိုး၌ ဂိလာနများလည်း မလွတ်)။

၂။ ထမင်းမစားတတ်သော ကလေးများ ပါးစပ်သို့ ထမင်းလုပ်သွင်းသည့်အခါ လက်ချောင်းများပါ သွင်းလိုက်သကဲ့သို့ ဆွမ်းစားစဉ် လက်ချောင်းများကို ပါးစပ်တွင်းသို့ မသွင်းမိစေရ၊ သွင်းလျှင် အာပတ်သင့်။

၃။ လက်ချောင်းအားလုံးဆိုသည်မှာ- အားလုံးသွင်းသည် နေဆို၊ လက်ချောင်းအားလုံးထဲမှ ဘယ်လက်ချောင်းကိုမျှ (တစ်ချောင်းတလေမျှ မသွင်းရ ဆိုလိုပါသည်၊ လက်မအဖျားလောက်အနည်းငယ်ဝင်သော်လည်း အပြစ်မရှိ)။

၄။ စကားပြောမပီလောက်အောင် ပါးစပ်ထဲ၌ ဆွမ်းလုတ်ရှိနေသေးလျှင် စကားမပြောရ၊ ပြောလျှင် အာပတ်သင့်။

၅။ ရှစ်ရှားသီးကိုင့်၍ တရားဟောကောင်းသကဲ့သို့၊ ဆွမ်းလုတ်အနည်းငယ်ရှိနေ၍ စကားလုံးပီသအောင် ပြောနိုင်လျှင်ကား အာပတ်မသင့်။

ပိဏ္ဍုက္ခေပက
(ဆွမ်းလုတ်မြှောက်စားခြင်း)

ဆောင်ပုဒ်

၄၄။ ဆွမ်းလုတ်ကိုသာ၊ မြှောက်ပင့်ကာ၊ ထွေရာစားသောက်မပြုရ။

ကဗဠာဝစ္ဆေဒက
(ဆွမ်းလုတ်ကိုက်ဖြတ်စားခြင်း)

၄၅။ ဆွမ်းလုတ်ကိုသာ၊ ကိုက်ဖြတ်ခါ၊ ထွေရာ စားသောက်မပြုရ။

အဝဂဏ္ဍကာရက
(ပါးစောင်၌ထား၍ စားခြင်း)

၄၆။ မျောက်နှင့်တူစွာ၊ ပါးစောင်မှာ၊ ထားကာဆွမ်းကိုမစားရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဆွမ်းလုတ်ကိုဖြစ်စေ၊ ဆွမ်းခဲဖွယ်စသည်ကိုဖြစ်စေ၊ ပါးစပ်၌ကပ်၍ သွင်းရမည်၊ ပါးစပ်ထဲသို့ မြှောက်ပစ်၍ မသွင်းရ၊ သွင်းလျှင်အာပတ်သင့်သည်။

၂။ မုန့်ခဲဖွယ်များနှင့် သစ်သီးများကို ပစ်သွင်းသော်လည်း အာပတ် မသင့်ပါ။

၃။ ဆွမ်းလုတ်ကို ဆုပ်ပြီးလျှင် သွားဖြင့် ကိုက်ဖြတ်၍ မစားရ၊ မုန့်ပဲစသော ခဲဖွယ်များ လက်သုတ်များကို ကိုက်ဖြတ် စားသော်လည်းအပြစ်မရှိ၊ (ပြောင်းဖူး၊ ငှက်ပျောသီး စသည်များကို ကိုက်စားနိုင်သည်)။

၄။ မျောက်သတ္တဝါများ ပါးဖောင်းအောင် စားသလို ဆွမ်းကို ပါးစောင်၌ ဖောင်းနေအောင် မစားရ၊ စားလျှင်အာပတ်သင့်သည်။

ရှစ်ရှားသီး စသည်ကို ပါးတဖက်၌ ငုံထားလျှင် ဖောင်းနေသကဲ့သို့ သစ်သီးဟူသမျှကို စားရာ၌ ဖောင်းနေသော်လည်း အာပတ်မသင့်ပါ။

ဟတ္ထနိဒ္ဓုနက
(လက်ခါ၍ စားမှု)

ဆောင်ပုဒ်

၄၇။ လက်ကိုလှုပ်ခါ၊ ဆွမ်းဖြာဖြာ၊ ထွေရာမစားရ။

သိတ္ထာဝကာရက
(ဆွမ်းလုံး ဖြန့်ကြဲ၍ စားမှု)

၄၈။ ဆွမ်းလုံးများစွာ၊ ကြဲပြန့်ကာ၊ ထွေရာမစားရ။

ဇိဝှါနိစ္ဆာရက
(လျှာထုတ်၍ စားမှု)

၄၉။ လျှာကိုထုတ်ကာ၊ ဘောဇနာ၊ ထွေရာမစားရ။

စပုစပုကာရက
(စပ်စပ်အသံပြု စားမှု)

၅၀။ စပ်စပ်မည်လျက်၊ အသံထွက်၊ ပေါ့ပျက်မစားရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဆွမ်းစားသောအခါ၊ လက်ကိုခါ၍ မစားသောက်ရ၊ ခါ၍ လှုပ်၍ စားသောက်လျှင် အာပတ်သင့်သည်။

ဆွမ်းထဲ၌ ကျောက်ခဲ၊ အမှိုက်များပါလျှင် ခါကောင်းသည်။

၂။ ဆွမ်းလုံးများကို မဖိတ် မစင်အောင် ကောင်းစွာ သိမ်းဆည်း စားရမည်၊ အရိုးအမှိုက်များကို စွန့်ပစ်ရင်း ဆွမ်းလုံး ပါသွားရာ၌ကား အာပတ်မသင့်ပါ။

၃။ ဆွမ်းစားရာ၌ ဆွမ်းလုတ်ကို လျှာထုတ်၍ကော်ယူခြင်းမပြုရ။

၄။ ဆွမ်းစားသော အခါ စပ်စပ်ဟု မည်စေ၍ လည်းကောင်း၊ ပြတ်ပြတ်ဟု အသံမြည်၍လည်းကောင်း မစားရ၊ စားလျှင် အာပတ် သင့်သည်။

သုရုသုရုဝဂ် သိက္ခာပုဒ် (၁၀)

သုရုသုရုကာရက
(ရှုတ်ရှုတ်အသံပြု စားခြင်း)

ဆောင်ပုဒ်

၅၁။ ရှုတ်ရှုတ်အသံ၊ ဆူဆူညံ၊ ပြုဖန်မစားရ။

ဟတ္ထနိလ္လေဟက
(လက်ကို လျက်စားခြင်း)

၅၂။ လက်ကို လျက်ကာ၊ ဘောဇနာ၊ ထွေရာမစားရ။

ပတ္တနိလ္လေဟက
(သပိတ်ကို ခြစ်၍စားခြင်း)

၅၃။ သပိတ်ကို ခြစ်ကာ၊ ဘောဇနာ၊ ထွေရာ မစားရ။

ဩဋ္ဌနိလ္လေဟက
(နှုတ်ခမ်းလျက်၍စားခြင်း)

၅၄။ နှုတ်ခမ်းလျက်ကာ၊ ဘောဇနာ၊ ထွေရာ မစားရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ရှုရှု ရှုရှု (ရှုတ်ရှုတ်) ဟူသော အသံထွက်၍ ဆွမ်းကိုလည်း မစားရ၊ ဟင်း, နို့စသည်များကိုလည်း မသောက်ရ။

၂။ ဆွမ်းစားသည့်အခါ လက်ချောင်း လက်ဝါးများ ကိုးလုက်ရ၊ ပါးစပ်ဖြင့် မစုပ်ရ၊ နို့သနာ, ထန်းလျက်ရည်, ပျားရည် များကို လက် ချောင်းနှင့် လျက်ရာ၌ အပြစ်မရှိ၊

၃။ ဆွမ်းစားပြီးကာနီး သပိတ်ကို လက်ချောင်းများနှင့် မခြစ်ရ၊ လက်ဝါးစောင်းဖြင့်သာ သိမ်းရမည်။

၄။ နှုတ်ခမ်းကိုလျက်၍လည်း မစားရ၊ အဆပ်အသပ်ကလေးများကို ပြောင်စေလိုလျှင် နှုတ်ခမ်းချင်းသာ ပွတ်၍ သိမ်းရမည်။

ပါနီယဝတ္တာလက
(ရေသောလက်ဖြင့် ရေခွက်ကို မကိုင်ရ)

ဆောင်ပုဒ်

၅၂။ လူးပေသော လက်၊ သောက်ရေခွက်၊ ကိုင်လျက် သောက်သုံးမပြုရာ၊

သသိတ္တက
(ဆွမ်းလုံးပါသော သပိတ်ဆေးရေများ ရွာတွင်းသွန်ခြင်း)

၅၆။ ဆွမ်းလုံးပါနေ၊ သပိတ်ဆေးရေ၊ သွန်လေရွာတွင်းမပြုရ။

ဆတ္တပါဏိ
(ထီးဆောင်းထားသူအား တရားမဟောရ)

၅၇။ ကျန်းမာသူအား၊ထီးဆောင်းထား၊တရားဟောပြောမပြုရ။

ရှင်းသင်းချက်များ

၁။ ပိုင်ရှင်မရှေး သောက်ရေခွက် မှန်သမျှကို ဆွမ်းစားပြီး အာမိသ လူးပေနေသောလက်ဖြင့် မကိုင်ရ၊ ကိုင်လျှင် အာပတ်သင့်။

၂။ အာမိသ လူးပေနေသောလက်ဖြင့် ကိုင်ပြီး ဆေးမည်ဟု နှလုံးသွင်း၍ ကိုင်လျှင် အာပတ်မသင့်။

၃။ ဆွမ်းလုံးပါနေသော သပိတ်ဆေးရေကို မြို့ရွာတွင်း၌မသွန်ရ၊ သွန်လျှင် အာပတ်သင့်သည်။

၄။ ဆွမ်းလုံးကို တနေရာမှာစု၍ ရေသက်သက် သွန်သည် ဖြစ်စေ၊ ဆွမ်းလုံး များကို မထင် ရှားအောင် ချေပြီး ရေနှင့်ရော၍ ဖြစ်စေ၊ မြို့ရွာတွင်း၌ သွန်ပစ်က အပြစ်မရှိ။

၅။ လက်၌ထီးကိုင်လျက်ရှိသော (ဂိလာနမဟုတ်-ကျန်းမာသူအား) တရားမဟောရ၊ တရားဟောလျှင် လက်မှထီး အချခိုင်းရမည်၊ လက်မှ တပါး တခြားခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းနှင့် ထိနေရာ၌ကား ဟောကောင်း၏၊ အပြစ်မရှိပါ။

ဒဏ္ဍပါဏိ
(တုတ်ကိုင်သူအား တရားမဟောရ)

ဆောင်ပုဒ်

၅၈။ ကျန်းမာသူအား၊ ဒုတ်ကိုင်ထား၊ တရားဟောပြောမပြုရ။

သတ္ထပါဏိ
(ဓားကိုင်သူအား တရားမဟောရ)

၅၉။ ကျန်းမာသူအား၊ ဓားကိုင်ထား၊ တရားဟောပြောမပြုရ။

အာဝုဓပါဏိ
(လေးကိုင်ထားသူအား တရားမဟောရ)

၆၀။ ကျန်းမာသူအား၊ လေးကိုင်ထား၊ တရားဟောပြောမပြုရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဒဏ္ဍအရ=လေးတောင်လောက် ရှည်သော တုတ်ကိုယူ၊ ထိုမှ တစ်ပါး၊ တိုသောတုတ်၊ ရှည်သောတုတ်ကို မယူရ။

၂။ ထိုလေးတောင်ရှည်သော တုတ်ကိုင်ထားသည့် ကျန်းမာသူအား တရားမဟောရ၊ ဟောလျှင် အာပတ်သင့်သည်။

၃။ သတ္ထအရ=ဓား၊ သံလျက်၊ လှံ စသော လက်နက်တွင် ပါဝင်သမျှကိုယူ၊ ထိုဓားစသော လက်နက်ကိုင်ထားသည့် ကျန်းမာသူအား တရားမဟောရ၊ ဟောလျှင် ဒုက္ကဋ် အာပတ်သင့်။

၄။ အာဝုဓအရ=လေးကိုင်း၊ လေးညို့စသော လေးဆိုင်ရာ နည်းအားလုံးကိုယူ၊ ထိုပစ္စည်း ကိုင်ထားသည့် ကျန်းမာသူအား တရားမဟောရ၊ ဟောလျှင် အာပတ်သင့်သည်။

၅။ ဓားစသော လက်နက်များကို လက်ဖြင့်မကိုင်ဘဲ၊ ပခုံးတွင် ချိတ်လွယ်ထားချိပ်ထားသူများ လက်နက်ကိုင်သူဟု မဆိုရသောကြောင့် တရားဟောသော်လည်း အပြစ်မသင့်ပါ။

ပါဒုကဝဂ် ၁၅-ပုဒ်

ပါဒုကာရုဠ္ဟ
(ခြေနင်းစီးထားသူ)

ဆောင်ပုဒ်

၆၁။ ခြေနင်းစီးသူ၊ ကျန်းမာမူ၊ ထိုသူအား တရားမဟောရ။

ဥပါဟနာရုဠ္ဟ
(ဘိနပ် စီး ထား သူ)

၆၂။ ဖိနပ်စီးသူ ကျန်းမာမူ ထိုသူအား တရားမဟောရ။

ယာနဂတ
(ယာဉ် စီး သူ)

၆၃။ ယာဉ်စီးထားသူ၊ ကျန်းမာမူ၊ ထိုသူအား တရားမဟောရ။

သယနဂတ
(အိပ်ရာ၌အိပ်နေသူ)

၆၄။ အိပ်ရာနေသူ၊ ကျန်းမာမူ၊ ထိုသူအား တရားမဟောရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ခြေနင်းနှင့်ဖိနပ်-သက္ကဋ အဘိဓာန်များ၌ အတူပင် ဆိုထားကြ၏၊ သေခိယ၌ကား၊ ခွဲပြီးဟောထားသဖြင့် ခွဲခြားသိရန်လိုပေမည်။

၂။ ခြေနင်း =ဟိန္ဒူများစီးလေ့ရှိသော သဲကြိုးမပါ၊ အဖျား၌ ကြေးဗုကို ဘပ်၍၊ ထိုကြေးဗုကိုခြေမ၊ ခြေညှိုးဖြင့်ညှပ်လျက် စီးရသော ဖိနပ်ဘည်း။

၃။ ဖိနပ် = အခြ း သဲကြိုးတပ်အမျိုးမျိုး နှင့် ယခုခေတ် ၎င်း ဖိနပ်ခြေနင်းများတည်း။

၄။ ယာဉ် =ယခုကာလ၊ လှည်း၊ လန်ချား၊ ရထားကား အမျိုးမျိုး ဖြင့် အဝတ်ထမ်းစင်များနှင့် လက်ယှက်များကိ ပါ ယူရမည်။

၅။ အိပ်ရာဟုဆိုရာ၌ အိပ်ဖို့ခင်းထားသော နေရာကိုသာ ဆိုသည် မဟုတ်၊ အိပ်ရာပေါ်ဖြစ်စေ မြေကြီးမှာဘဲဖြစ်စေ လျောင်းနေသည် ကိုသာ လိုရင်းတည်း။

၆။ အကျဉ်းချုပ်မှာ = အိပ်နေသူကို ရပ်ထိုင်နေသောဓမ္မကထိက ရဟန်းက တရားမဟောရ။

၇။ နေရာတူနေလျှင် တရားဟောသူက မြင့်နေရမည်။ နိမ့်ရက မဟောကောင်းဟူ၍ မှတ်ပါ။

၈။ အချုပ်မှာ ဤရိယာပုထ်ဖြစ်စေ၊ နေရာဌာနဖြစ်စေ၊ တူညီမျှ သော ဣရိယာပုထ်၊ မြတ်သော ဣရိယာပုထ်တို့က နေ၍သာ တရား ဟောကောင်း၏၊ ယုတ်သော ဣရိယာပုထ်၊ နေရာဌာနတို့၌ တရား မဟောကောင်း၊ ဟောလျှင်အာပတ်သင့်၏ဟု မှတ်ပါ။

ပလ္လတ္ထိကနိသိန္န
(အာယောဂပတ်ဖွဲ့ထိုင်ခြင်း)

ဆောင်ပုဒ်

၆၅။ ပတ်ဖွဲ့ထိုင်သူ၊ ကျန်းမာမူ၊ ထိုသူအား တရားမဟောရ။

ဝေဌိတ သီသ
(ဦးရစ် ပေါင်း သူ)

၆၆။ ဦးရစ်ပေါင်းသူ၊ ကျန်းမာမူ၊ ထိုသူအား တရားမဟောရ။

ဩဂုဏ္ဌိတသီသ
(ခေါင်းမြီးခြုံနေသူ)

၆၇။ ဦးခေါင်းခြုံသူ၊ ကျန်းမာမူ၊ ထိုသူအား တရားမဟောရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

ဒူးနှစ်ဘက်ကို လက်ဖြင့်ပတ်ဖွဲ့ထိုင်သူ၊ အကန်းဖြင့်ပတ်ဖွဲ့ထိုင်သူအား ကျန်းမာသူဖြစ်လျှင် တရားမဟောကောင်း။

၂။ ရစ်ပတ်၍ ခေါင်းပေါင်းထားသူ၊ ဦးထုပ်၊ ခေါင်းဆောင်းထား သူများတွင် ဆံပင်မပေါ်အောင် ပေါင်းထား-ဆောင်းထားသူအား တရားမဟောရ၊ ဟောလျှင် အာပတ်သင့်၏။

၃။ ဆံပင်ပေါ်သော မြန်မာခေါင်းပေါင်းသူအား တရားဟော ရာ၌ အပြစ်မသင့်ပါ။

၄။ ခေါင်းမြီးခြုံသူအားလည်း တရားမဟောရ၊ ဟောလိုလျှင် ခေါင်းမြီးခြုံကို ဖွင့်ထားစေရမည်။

ဆမ

(မြေကြီး၌နေ၍ တရားဟောမှု)

၆၈။ မြေမှနေကာ၊ နေရာနေ့ခြား၊ ထိုသူအား၊ တရားမဟောရ။

နီစ

(နိမ့်သောနေရာ၌နေ၍ တရားဟောမှု)

၆၉။ နိမ့်ရာမှနေကာ၊မြင့်ရာနေခြား၊ထိုသူအား၊ တရားမဟောရ။

ဌိတ

(ရပ်လျက် တရားဟောမှု)

၇၀။ ရပ်လျက်နေရာ၊ တိုင်ငင်ကာနေခြား၊ ထိုသူအား တရား မဟောရ။

ပစ္ဆတောဂန္တ

(နောက်မှသွား၍ တရားဟောမှု)

၇၁။ နောက်မှသွားကာ၊ ရှေ့မှာသွားခြား၊ ထိုသူအား၊ တရား မဟောရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ မြေကြီးပေါ်မှာနေလျက်၊ မြက်ခင်း အဝတ်ခင်းပေါ် စသည် ၌နေသော ကျန်းမာသူအား တရားမဟောရ၊ ဟောလျှင် အာပတ်သင့် သည်။

၂။ မြေပြင်ချင်း၊ အခင်းချင်း တူသော်လည်း နိမ့်ရာမှ နေ၍၊ မြင့်ရာမှာနေသော ကျန်းမာသောသူအား တရားမဟောကောင်း။

၃။ မတ်ရပ်နေသူက ထိုင်နေသည့် ကျန်းမာသောသူအား တရား မဟောကောင်း။

၄။ အလေးပြုအပ်သည့် ဆရာ ထေရ်ကြီး စသူက ရပ်နေသော တပည့်အနီးသို့လာ၍ ပါဠိအဋ္ဌကထာ စကားများ၊ ဝိပဿနာများကို မေးလာလျှင် လေးစားသောအားဖြင့် ထပါလို့မပြောင့်လျှင် အနားဥ္ စ ရပ်၍နေသူဖြစ်သည်ဟု စိတ်ထား၍ ဖြေရသည်၊ ထိုသို့ပြုက အာပတ် မသင့်။

၅။ နောက်က သွားသော ရဟန်းက ရှေ့ကသွားသူအား ဝေရး မဟောကောင်း။

၆။ မေး၍ဖြေရ ၌ မသိလို့မေးရာကိုသာယူ၊ သံပြီးနှိုးနှော စိတ်ကို စမ်းလို၍ မေးဖြေရာ၌ အပြစ်မရှိဟု မှတ်ပါ။

ဥပ္ပထေန ဂစ္ဆန္တိ

(လမ်းဘေးမှ သွား၍ တရားမဟောရ)

၇၂။ လမ်းသွားသူအား၊ လမ်းဘေးသွား၊ တရား မဟောရ။

ဌိတောဥစ္စာရ

(ရပ်လျက် ကျင်ကြီးကျင်ငယ် စွန့်မှု)

၇၃။ ရပ်၍နေပြီး၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်၊ အသွယ်သွယ်၊ စွန့်ငယ် မပြုရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ လမ်းဘေးမှ လိုက်နေရ သွားနေရသော ရဟန်းသည် ဝင်း ပေါ်မှာ သွားနေသူအား တရားမဟောကောင်းပေ၊

မှတ်ချက်။ ။တရားပါလာသော နေရာတို့၌ (ပါဠိ အဋ္ဌကထာဆိုင်ရာ ပါဠိဘာသာဖြင့် ပြောသော တရားများသာ ဟုမှတ်ပါ) တခြားမြန်မာ အင်္ဂလိပ် ဟိန္ဒီစသည့်ဘာသာဖြင့် ပြော ဟောခြင်းကိုကား အပြစ် မရှိဟူ၍ မှတ်သင့်ပါသည်။ မြန်မာဘာသာဖြင့်မေးမြန်း ပြောဟောခြင်းကို သံဝေယ ဖြစ်နေဖွယ်မလိုဟူ၍မှတ်သင့်ပါသည်။

၂။ ဂိလာနမဟုတ်ဘဲမတ်ရပ်လျက်ကျင်ကြီးကျင်ငယ်မစွန့်ကောင်း၊ စွန့်ရာ ကုဋီသို့ သွားနေခိုက် မအောင့်နိုင်၍ မပ်တပ် ရပ်ရင်း ထွက်ကျ သွားလျှင်သော်ကား အာပတ်မသင့်နိုင်ပါ။

၃။ ကုဋ္ဌိ ဝတ်=ခရေး ဆရာတော်ကြီးများသည် ဂုဋ္ဌိကို ကြည့်၍ ကျောင်းသုံးသာ၏ စည်းကမ်းရှိမရှိအကဲခပ်လေ့ ရှိကြောင်းကိုသတိပြုပါ။

၄။ သို့ဖြစ်၍ စစ္စကုဋ္ဌိ ပဿာဝ ကုဋ္ဌိများကို သန့်ရှင်းအောင် ကျောင်းတိုင်း ပြုပြင်မှုနှင့် ရေစစ်၊ သန့်သက်ရေ၊ ဂနုတံ၊ လက်သုတ် ပဝါစသည်များကို အဆင်သင့်ကြည်ထားပြုပြင်ထားသင့်ကြပါသည်။

၅။ ကနုတံများကို အသစ် အဟောင်း နှစ်ပုံးတွင် စနစ်ဝက ထည့်ထားရန်၊ အသစ်ပုံးများကို ယာဘက်မှ၊ အဟောင်း ပုံးများကို ဝဲဘက်မှ ထားရန်သင့်သည်၊

၆။ ရေများများ သုံးနိုင်လျှင် သုံးပြီး ကနုတံများကို ဆေးကြော ထားရန်၊ သို့မဟုတ် ကနုတံ စက္ကူစသည် မသုံးဘဲ လက်ဖြင့်ပင် သန့် သက်ရေဆေးရန်နှင့် သန့်ရှင်းရန် အတူးသတိ ပြုသင့်သည်။

၇။ သံဃာတော်များ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်ရာ၌ ပြုကျင့်ရမည့် ကျင့်စဉ်–

(က) သင်းပိုင်ကို ပင့်ပြီး ရေ ကြီး သုတ်ပြာ၊ ကုဋ္ဌိသာ၊ လျင်စွာ မဝင်ရ။
ချောင်းဟန့်ဝင်ကာ၊ နှင်းခုံမှာ၊ နင်းက သင်းပိုင်ပင့်ရသည်။

(ခ) အင်းအင်းညည်းတွား၊ ဒန်ပူ ါးရှောင်ကြဉ် ယိုင်နွဲ့ဂန် ကြ၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် မစွန့်ရ။

(ဂ) ကျင်ကြီးတွင် ကနုတံ၊ ကျင်ငယ်တွင် ခွက်တံထွေး၊ စွန့်ထွေး မပြု၊ ကနုတံကြမ်းကွဲ၊ မသုံးစွဲ ဆေးမြဲပေကျုံ မရှိရ။

(ဃ) မဆာသျှင်သင်းပိုင်ပင့်၊ ထွက်ခွင့် မရှိပေ၊ ရေဆေးကလဲ၊ ရှောင်စွက်စွက်မည်၊ ထိုညှိတံမြင်လှဲ၊ ပြုမြဲသည်၊ မှတ်စွဲ ကုဋ္ဌိဝတ်ပေါင်းတည်း။

ဟာရိတောဉစ္စာရ
(စိမ်းစိုသောသစ်ပင်ရှိနေရာ၌ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ် တံတွေးစွန့်မှု)

၇၄။ စိမ်းစိုရပ်ဝယ်၊ သစ်ပင်များစိုက်ထား၊ ကျင်ငယ်ကျင်ကြီး၊ ထိုနည်းတံထွေး ညစ်အကျေး၊ စွန့်ထွေး မပြုရ။

ဥဒကေဥစ္စာရ
(ရေကောင်းထည်း ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်စွန့်မှု)

၇၄။ ရေသန့်ကောင်းဝယ်၊ ကျင်ငယ်ကျင်ကြီး၊ ထိုနည်းတံတွေး၊ ညစ်အကျေး၊ စွန့်တွေးမပြုရ။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဂိလာန မဟုတ်ဘဲ မြက်ပင်၊ သစ်ငင်၊ သစ်မြစ်၊ သစ်ကိုင်းတို့ အပေါ်၌ ကျင်ကြီးကျင်ငယ် တံတွေး၊ နှပ်၊ သလိပ်များကို မစွန့်ရ၊ မထွေးရ။

၂။ ငုံထားသောရေ၊ ကြံဖတ်၊ အရိုးစသည်များကို ထွေးကောင်း၏။

၃။ မြက်ခင်းပေါ် နေ၍ လွတ်လပ်သော နေရာ ရှာမတွေ့လျှင်၊ မြက်ခြောက်၊ ကရွတ်ခွေ၊ သစ်ရွက်ခြောက် စသည်အပေါ် စွန့်ရ၌လည်းကောင်း။

၄။ စွန့်ရန်နေရာရှာနေစဉ် ထွက်ကျရာ၌လည်းကောင်း အပြစ်မရှိ။

၅။ ရေအရ-သုံးစွဲကောင်း၊ သောက်ချိုးကောင်းသော ရေကိုသာ ယူမှုသည်။

၆။ အသုံးမဝင်သော ကုဋ္ဌိတွင်းရေ၊ ချောင်းတွင်းရေ စသည်များနှင့်၊ သမုဒ္ဒရာဝင်လယ်ရေ၊ သဘောသွားခိုက်၊ မြစ်ချောင်းရေ၊ မိုးရွာ၍ ရေလွှမ်းရာ၌ရှိ ရေပြင်ကြီးဖြစ်နေရာ၌ စွန့်ကောင်း၏။

ဤမျှဖြင့် သေခိယမြန်မာပြန် ပြီးပါပြီ။

၁၃၄၂-ခု၊
နယုန်လဆန်း ၉-ရက်နေ့။

ရဟန်းတော်များနှင့် ဆိုင်သော ဘိက္ခုနီသိက္ခာပုဒ်များ

ချိုင်း ပေါင်ကြားစလား၊ ကျဉ်းမြောင်းရာ၌၊ ပေါက်လာ ဖမွေးများ နှုတ်ပယ်ရှား-သင့်ငြား အာပတ်တည်း။

ကျင်ကြီးကျင်ငယ်၊ တသွယ်အမှိုက်ဖျင်း၊ စားကြွင်းများကို၊ ကာလာနံရံ၊ မဟာရံတံတိုင်းမှ၊ အပြင်ပသို့၊ စွန့်ချကိုယ်တိုင်ပေ၊ စွန့်ခိုင်းစေ၊ သင့်လေအာပတ်တည်း။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ကျဉ်းမြောင်းသော အရပ်ဟူသည် ချိုင်းကြားနှင့် ကျင်ငယ်စွန့်သော ပေါင်ကြား အရပ်များတည်း၊ ထိုအရပ်များ၌ပေါက်သော အမွေးများကို နှုတ်ဖြတ် ရိတ်ပယ်သော ဘိက္ခုနီအား ပါစိတ်အာပတ် သင့်၏။

၂။ ဘိက္ခုရဟန်း ယောကျ်ားများ ဒုက္ကဋ်သင့်၏၊ (စူဠဝဂ္ဂ၊ ခုဒ္ဒကဝတ္ထုခန္ဓကာ၌ အတိအကျ ပညတ်တော်မူခဲ့သည်)။

၃။ အမှိုက် သစ်ပင် ချုံနွယ်စသော အရာများ၊ စားပြီးကျန်သမျှ လုတ်ဆေးရေ၊ ဒန်ပူအရိုး-စသည်များနှင့် ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်များကို ကျောင်းအကာ နံရံ၊ ဝင်းတံတိုင်းတို့၏ အပြင်ဘက်စွန့်သွန်လျှင် စွန့်သွန်စေလျှင် ဘိက္ခုနီပါစိတ်၊ ဘိက္ခုဒုက္ကဋ် အာပတ်သင့်၏။

လသုနဝဂ်

ကျင်ကြီးကျင်ငယ်၊ တသွယ် အမှိုက်ဖျင်း၊ စားကြွင်းများကို၊ ကြီးပွားသန့်ရှင်၊ သီးနှံပင်စု၊ စွန့်ပစ်ပြုလေ၊ စွန့်စေ၊ သင့်လေ အာပတ်တည်း။

က၊ ချင်းသီချင်း၊ တီးမှုတ်ခြင်းကို၊ ကြည့်ခြင်းငှာ ဖန်၊ နားထောင်ရန်ပ၊ သွားရောက်က၊ သင့်ရအာပတ်တည်း။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်၊ အမှိုက်၊ စားကြွင်း၊ စားကျန်များကို ဘောက်ပဲသီးနှံ၊ ငှက်ပျောခြံစသည့် စိုက်ပျိုးထားရာအရပ်၌ ကိုယ်တိုင်စွန့်ခြင်း၊ စွန့်စေခြင်းပြုက ဘိက္ခုနီပါစိတ်၊ ဘိက္ခုအတွက် ဒုက္ကဋ်ရှိသင့်၏။

၂။ ကခုန်မှု၊ သီချင်းဆိုမှု၊ တီးမှုတ်မှုကို ကြည့်ရှုနားထောင်ရန် သွားရာ၌ ဘိက္ခုနီတို့မှာ ပါစိတ်၊ ဘိက္ခုတို့မှာ ဒုက္ကဋ်ရှိသင့်၏။

၃။ ကရာ၌ ဥဒေါင်း မျောက်များ ကခြင်းလည်း ပါဝင်သည်၊ သီချင်းဆိုရာ၌ ဓားသံပေါက်အောင် ရွတ်အင်သော ဝေရာမျိုးပါဝင်နိုင်သဖြင့် အထူးသတိပြုသင့်ကြပါသည်။

၄။ ထိုကခုန်မှုစသည်များကို ကိုယ်ဘိုင်လည်းမပြုအပ်၊ သူများကိုလည်း မခိုင်းကောင်းပေ။

၅။ ပွဲလမ်းသဘင်ဖြင့် စေတီကို ဘုန်းကြီးပံ့ကို ပူဇော်လိုသည်ဟု လျှောက်လာလျှင် ကောင်းပြီစသည်ဖြင့် ဝန်ခံခြင်း မပြုကောင်းပေ၊ ဝန်ခံခြင်းပြုလျှင် ဘိက္ခုနီပါစိတ်၊ ဘိက္ခုဒုက္ကဋ်ရှိသင့်၏။

၆။ ကျောင်းတိုက်တွင်း၌ ကြည့်ရှုနားထောင်ရာ၊ ရေသွားရင်း မျက်စိရှေ့ရောက်လာ၍ ကြည့်ရတိုင်း၌ ဝိနည်းအပြစ် မရှိ၊ အာပတ်မသင့်ဘဲ ဖြစ်တား ရှိပေသည်။

နဂ္ဂဝဂ်

အဝတ်မဆည်း၊ အချည်းနှီးပါ၊ ရေချိုးက၊ သင့်ရေအားဝတ်ဝည်း၊ လွှဒါယကာ၊ ပရိဗ္ဗာဇကာ ကျားမ၊ သမဏသက်နှံသာ၊ ငွေးစွန့်ပါ၊ သင့်ရာအာပတ်တည်း။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ခါးဝတ်ကိုယ်ရုံ တစ်ခုမျှမပါသူကို နဂ္ဂဟုခေါ်၏၊ ထိုသို့ အဝတ် မဆည်း မဝတ်ဘဲ ရေချိုးလျှင် ဘိက္ခုနီ၌ ပါစိတ် သင့်၍၊ ဘိက္ခုများ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်သည်။

၂။ ဖုံးကွယ်ဆိုရာ၌ ရေချိုးအိမ် အကာအရံတို့ဖြင့် ဖုံးလွှမ်းခြင်း၊ မြစ်ချောင်းရေဖြင့် ဖုံးလွှမ်းခြင်း၊ အဝတ်ဖြင့် ဖုံးလွှမ်းခြင်းဟူ၍ သုံးမျိုးတို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ဖုံးကွယ်မှုရှိလျှင် အာပတ်မသင့်။

၃။ သမဏသက်န်းဟူသည် ဝတ်ခလောက် ရုံလောက်၍ ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးထားသော သက်န်းကို ယူရမည်။

၄။ လူဟုဆိုရာ၌မိဘမှ တခြားသောလူကို ယူပါ၊ သီတင်းသုံးဖော် ငါးဦးနှင့် မယ်တော် ခမည်းတော်များမှတပါး လူဝတ်ကြောင်အားလုံးကို ယူရာ၏။ သီလရှင်ရသေ့များနှင့် ပရိဗိုဇ် ဟူသမျှတို့အား သမဏစီဝရကို ပေးသော ဘိက္ခုနီအား ပါစိတ်၊ ဘိက္ခုအား ဒုက္ကဋ်။

၅။ ကပ္ပဗိန္ဒု မထိုးရသေးလျှင် သမဏ စီဝရ မဟုတ်သေးသဖြင့် ပေးသင့်ရာအား ပေးကောင်း၏ဟု မှတ်ပါ။

၆။ ဤစကားကို ကောက်ချက်ချလျှင် ကပ္ပဗိန္ဒုမထိုးရသေးသော အဝတ်သက်န်းကိုလူများ ဝတ်ရုံသော်လည်း အပြစ်သင့်ရန် အကြောင်းမရှိပေ။

၇။ နှစ်ထပ် သက်န်းကြီးကို သာမဏေများ ဝတ်ရာ၌လည်း အပြစ်မရှိဟူသော အဓိပ္ပါယ် ပေါ်လွင်ပေသည်။

တုဝဋ္ဋဝဂ်

ညောင်စောင်းတစ်ခုတွင်၊ နှစ်ပါးယှဉ်လျက်၊ တူအိပ်စက်၊ သင့်ချက် အာပတ်တည်း။
တူသော ခင်းခြုံ၊ နှစ်ပါးဆုံလျက်၊ တူအိပ်စက်၊ သင့်ချက် အာပတ်တည်း။
စိတ်ထား မကြည်၊ ဘိက္ခုနီအား၊ ဒုက္ခပွားရန်၊ ပြုစီမံ၊ သင့်ရန် အာပတ်တည်း။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ညောင်စောင်း ခဋ္ဌင်တစ်ခုတည်း၌ နှစ်ယောက်အတူ ယှဉ်တွဲ၍ အိပ်လျှင် ဘိက္ခုနီမှာ ပါစိတ်၊ ဘိက္ခုမှာ ဒုက္ကဋ်။

၂။ အခင်းတစ်ခုဘည်းကို တစ်ပိုင်းစီ၍ တစ်ပိုင်းကိုခြုံပြီးနှစ်ပါး အတူအိပ်လျှင် ဘိက္ခုနီမှာ ပါစိတ်၊ ဘိက္ခုဒုက္ကဋ်။

၃။ တစ်ခုတည်းခင်း၊ အသီးသီးခြုံ၍အတူအိပ်ရာ၌လည်းကောင်း၊ အတူခြုံရာ အခင်းသီးခြားအိပ်ရာ၌လည်းကောင်း ဘိက္ခု ဘိက္ခုနီ နှစ်ဦး လုံးပင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

၄။ ရှေ့လို့ရသော ခကော်ဇောကြီး ဖျာကြီး စသော အခင်းကြီး ပေါ်၌ သီးခြားကိုယ်စီ ခင်း၍ဖြစ်စေ၊ ကြားက တောင်ဝှေး ခါးနန်း ကြိုးစသည် ခြား၍ဖြစ်စေ နှစ်ယောက်အတူ အိပ်သော်လည်း အာပတ် မသင့်။

၅။ မချမ်းသာအောင် ပြုခြင်းဆိုသည်မှာ တဘက်သား၏ ရှေ့မှာ စင်္ကြံလျှောက်၊ ထိုင်ရပ်ခြင်း၊ စာဖတ်၊ စာချ၊ စာမေး၊ စ ပြန်ခြင်းစသည့် တဘက်သားချမ်းသာအောင် အရှိ့တိုက်ပြုမှု အားလုံးတည်း၊ ထိုသို့ ပြုရာ၌ ဘိက္ခုနီချင်းပါစိတ်၊ ဘိက္ခုချင်းမှာ ဒုက္ကဋ်သင့်၍ လူသာမဏေ စသည်ကို မချမ်းသာအောင်ပြုလျှင် ဘိက္ခုနီးရော ဘိက္ခုပါ ဒုက္ကဋ်သင့်၏၊ တစ်ခုတည်းသောကျောင်း၌နေရသော ထေရ်ကြီးနှင့်လူ ထိုထေရ်ကြီး ထံ စာချ၊ စာအံ မီးထွန်းစသည့်ကိစ္စများအတွက် ခွင့်ပန်ထားရသည်။

၆။ သို့မဟုတ် မထေရ်ကြီးကဖြစ်စေ၊ အချင်းချင်းဖြစ်စေ ခွင့်ပြု ထားရသည်၊ ထိုသို့ပြုထားလျှင် တစ်ဦး၏ပြုမှုချက်ကြောင့် စိတ်မချမ်း မသာဖြစ်သော်လည်း အာပတ်မှ လွတ်မြောက်နိုင်မည် သည်။

စိတ္တာဂါရဝင်

မင်းနန်း စံအိမ်၊ သစ်ဆန်းအိမ်နှင့်၊ ရိပ်ငြိမ်ပျော်စံ၊ အာရာမ် ဥယျာဉ်၊ ပျော်ရှင်ရောနှ်၊ ကြည့်ရန်စိတ်ထား၊ သွားရောက် ငြား၊ မှတ်သား အာပတ္တိ။

သောင်ခေါင်း အင်းပျဉ်၊ ပလ္လင်လှပ၊ သုံးဆောင်က၊ သင့်ရ အာပတ်တည်း။

လူ့ဘိုကိစ္စ၊ အဝဝကို၊ ကြောင့်ကြသမှု၊ ကိုယ်တိုင်ပြု၊ မှတ်ရှု အာပတ်တည်း။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ဘုရင်မင်းများ ပျော်စံရာနန်း နန်းတော် စံအိမ်ကို ဖြစ်စေ၊ လူများအတွက် ကြည့်ရှုကြစေရန် လှပတင့်တယ်စွာ ဆောက်လုပ်ထားသည့်စံပြအိမ်၊လှပတင့်တယ်ပျော်ဘွယ်ရာကောင်းသောအာရာမ်ဥယျာဉ်များ ရေကန်များကို ကြည့်ရှုရန် သွားသော ဘိက္ခုနီအား ပါစိတ်၊ ဘိက္ခုအား ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၂။ လက်ရှစ်သစ်ထက် လွန်သော ရှည်သော အခြေရှိသည့် ညောင်စောင်းအင်းပျဉ်ကို ဖြစ်စေ၊ ခြင်္သေ့ သစ်ကျားစသော သားရဲရုပ်ရှိသော ပလ္လင်ကိုဖြစ်စေ သုံးစွဲနေထိုင် အိပ်စက်မှုပြုသော ဘိက္ခုနီမှာ ပါစိတ်၊ ဘိက္ခုမှာ ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၃။ ညောင်စောင်း အင်းပျဉ်တို့ကို လက်ရှစ်သစ်ထက် အပိုကိုဖြတ်၍ ပလ္လင်ကို ခြင်္သေ့၊ ကျား၊ သားရဲရုပ်များကို ဖျက်၍ ဖြစ်စေ သုံးကောင်း၏။

၄။ လူ့ဘို့ ဝေယျာဝစ္စဟူသည်- လူတို့အတွက် ယာဂုကျို၊ မုန့်လုပ်ပေးခြင်းစသည်ဘည်း၊ ထိုသူများကိုကူညီ၍ ပြုလုပ်မပေးကောင်း။

၅။ မိဘတို့ပင်ဖြစ်စေ မိမိကိုယ်စွ တစ်ခုခုကို အပြုမခိုင်းဘဲ ယာဂုကျို ပေးမှုစသည်ကို ပြုမပေးကောင်း၊ ထို့ကြောင့် ကျောင်းသို့လာသော မိဘစသူများကို မိမိ ဝေယျာဝစ္စ တစ်ခုခုကို ခိုင်းစေပြီးမှ ယာဂုကျို ပေးခြင်းစသည် ပြုရမည်ဟု ဆိုလိုသည်။

စိတ္တာဂါရဝဂ် လင်္ကာအဆက်

မိမိနေရာ၊ ကျောင်းဝိဟာကို၊ စွန့်ကာအပ်လွှဲ၊ မပြုဘဲပ၊ ဒေသစာရီ၊ ကြွလှမ်းချီ၊ သင့်ပြီအာပတ်တည်း။

သုဂတိနိဗ္ဗာန်၊ သွားလမ်းမှန်ကို၊ ပိတ်ခံဆည်းတား၊ အတတ်များပ၊ သင်ယူက၊သင့်ရအာပတ်တည်း။

သုဂတိနိဗ္ဗာန်၊ သွားလမ်းမှန်ကို၊ ပိတ်ခံဆည်းတား၊ အဝတ်များပင်၊ ပို့ချလျှင်၊ အစဉ်အာပတ်သင့်။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ မိမိနေရန် သံဃိကကျောင်းကို စောင့်ရှောက်ရန် မစွန့်လွှတ် မအပ်နှံဘဲ အရပ်တစ်ပါးသို့ ဖဲခွါထွက်သွားရာ၌ တည့်မှုသွားသော်လည်း တစ်ပါးပါးကို စောင့်ရှောက်ရန်လွှဲအပ်ထားခဲ့ရသည်။ မအပ်နှံမလွှဲအပ်ဘဲ သွားသော ဘိက္ခုနီ ပါစိတ်၊ ဘိက္ခု ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၂။ ကျောင်းဆိုရာ၌ တံခါးရွက်တပ်ပါသော ကျောင်းသာ ပါစိတ်သင့်၏။

၃။ တံခါးရွက် မတပ်သားသော ကျောင်း ဖြစ်ပါက ဒုက္ကဋ်သာသင့်၏။

၄။ သုဂတိနိဗ္ဗာန်သွားလမ်း ပိတ်ဆည်းတတ်သော အတတ်ဟူသည် ဆင်စီးအတတ်၊ မြင်းစီးအတတ်၊ ရထားစီးအတတ်၊ လေးအတတ်၊ ဓားရိုးကိုင်နည်းအတတ်၊ ဆိုခဲ့ပြီးသော အတတ်များသည် စစ်တိုက်ရာ စသည်တို့၌ အသုံးပြုရသောကြောင့် သုဂတိနိဗ္ဗာန်သွားလမ်းကို ကာဆည်းတတ်သော အတတ်များတည်း၊ ဤအတတ်များကို သင်လျှင်, ပို့ချလျှင် ဘိက္ခုနီ၊ ဘိက္ခုတို့ အာပတ်သင့်သည်။

၅။ တဖက်သား နစ်နာပျက်စီးကြောင်း မန္တာန် ဆေး ထို ဗေဒင် စသည်များလည်း ပါသည်ဟု မှတ်ရပါမည်။

ဆတ္တုပါဟနဝဂ်

ကျန်းမာလျက်ပင်၊ ထီးလျှင်ဖိနပ်၊ ဆောင်းစီးလတ်၊ အာပတ်သင့်သတည်း။

ကျန်းမာလျက်ပင်၊ ယာဉ်ကုံစီးခါ၊ သွားခဲ့ပါ၊ သင့်ရအာပတ်တည်း။

လှစေစိတ်မျိုး၊ ခါးကြိုးတန်ဆာ၊ ဝတ်ဆင်ပါ၊ သင့်ရာအာပတ်တည်း။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ ကျန်းမာလျက်၊ ကျောင်းတိုက် ဥပစာဧတွင်းမှ ထင်ပါးသော မြို့ရွာ တောတောင် အရပ်အားလုံးတို့၌ ထီးဖိနပ် ၂-ခုလုံး သုံးဆောင်သော ဘိက္ခုနီအား ပါစိတ်သင့်၏။

တစ်မျိုးမျိုးကိုသာဆောင်လျှင် ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၂။ ဘိက္ခုမျှားမှာ ထီးအတွက် ဘိက္ခုနီနှင့် အတူဖြစ်၍ ဖိနပ်မှာ အာဂန္တုမဟုတ်က ကျောင်းဥပစာနှင့် တကွ တောတောင်များမှာ စီးကောင်း၏။

၃။ မကျန်းမာ ရောဂါရှိရာ မိုးရွာသောအခါတို့၌ အင်၏။

၄။ နွား, မြင်း, လူတို့ အားစိုက်၍ တွန်းဆွဲရသော လှည်း၊ မြင်းရထား၊ လန်ချား၊ ဆိုက်ကားနှင့် ထမ်းစင်များကို ယာဉ်ဟုဆိုရသည်၊ ထိုယာဉ်များစီးလျှင် ဘိက္ခုနီပါစိတ်၊ ဘိက္ခုဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၅။ မီးရထား၊ မော်တော်ကား စသည်များ စက်အားနှင့် သွားခြင်းဖြင့် ဤသိက္ခာပုဒ်နှင့် မသက်ဆိုင်ဟု မှတ်သင့်ပါသည်။

၆။ ခါးကြိုးတန်ဆာဆိုရာ၌ အားလုံးသော ခါးကြိုးပတ်များကို ဆိုသဖြင့် ခါးပန်းကြိုးမှတစ်ပါး၊ ခါးပတ်၊ ပုဝါ၊ ကြိုး စသည်များကိုလှပအောင် ပတ်လျှင်၊ ဘိက္ခုနီ ပါစိတ်၊ ဘိက္ခု ဒုက္ကဋ်သင့်၏။

ဆတ္တုပါဟနဝဂ် လက်ာအဆက်

မိန်းမများ၏၊ ဝတ်စားတန်ဆာ၊ ဝတ်ဆင်ကာ၊ သင့်ရာအာပတ်တို့။
နံ့သာထုံရည် အလှရည်ဖြင့်၊ရေချိုးလင့်၊ရောက်သင့်အာပတ်တည်း။
နံ့သာထုံလျက်၊ နှမ်းမှုန့်ညက်ဝါ၊ မွှေးဆပ်ပြာဖြင့်၊ ရေချိုးသင့်၊
ရောက်သင့် အာပတ်တည်း။

ရှင်းလင်းချက်များ

၁။ မိန်းမများဝတ်ဆင်လေ့ရှိသော ပုတီး၊လက်တောက်၊ လက်စွပ်၊ ခြေကျဉ်း စသည်နှင့် လက်ပတ်နာရီများ ဣတ္ထာလင်္ကာရ၌ ပတ်သက်သည်၊ ထိုပစ္စည်းများကို ဝတ်ဆင်လျှင် ဘိက္ခုနီပါစိတ်၊ ဘိက္ခုဒုက္ကဋ်သင့်၏။

၂။ နံ့သာရေအမျိုးမျိုး၊ နံ့သာပြစ် အမျိုးမျိုးတို့ကို ရေ၌ထည့်ရော၍ ရေချိုးသော ဘိက္ခုနီပါစိတ်၊ ဘိက္ခုမှာ ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

၃။ နံ့သာတို့ဖြင့် ထုံအပ်သော နှမ်းမှုန့်တို့ဖြင့် ကိုယ်ကို ပွတ်တိုက်၍ ရေချိုးခြင်းမှ တားမြစ်သည်ဖြစ်၍ ထိုသို့ချိုးက ဘိက္ခုနီများ ပါစိတ်၊ ဘိက္ခုများ ဒုက္ကဋ် သင့်၏။

၄။ နှမ်းမှုန့်ညက်အမှုန့် အခဲစသည်ကိုဆိုသဖြင့် ယခုခေတ် နံ့သာတို့ဖြင့် ထုံအပ်သော ဆပ်ပြာမွှေး အမျိုးမျိုးကိုလည်း ဝိနယဂရုက ဆရာတော်များ သုံးစွဲလေ့မရှိကြပါ။

၅။ ရောဂါရှိ၍ ဆပ်ပြာမွှေးသုံးစွဲရာ အနံ့မထင်ရှားသောဆပ်ပြာများကို သုံးစွဲရာတို့၌ အာပတ်မသင့်ဟု မှတ်သင့်ပါသည်။

ဝိနည်းမှတ်သားဖွယ်များ

(က) သင်္ကန်း ၉-ထည်

ဆောင်ပုဒ်

ဒု၊ ကိုယ်၊ သင်း၊ အိပ်၊ မျက်၊ ပရိတ်၊ နိသိဇ် မိုး အမာ။

(၁) ဒုကုဋ် (နှစ်ထပ်သင်္ကန်းကြီး)
(၂) ကိုယ်ရုံ (ကောသိ)
(၃) သင်းပိုင် (ခါးဝတ်)
(၄) အိပ်ရာခင်း
(၅) မျက်နှာသုတ်ပဝါ
(၆) ပရိက္ခာရစောဠ
(၇) နိသီဒိုင်
(၈) မိုးရေခံ (ရေသနုပ်)
(၉) အနာလွှမ်းသင်္ကန်း (အနာရှိလျှင် ဝတ်ရန်)

ပေါင်း မြန်မာသင်္ကန်း (၉) ထည်။

ပါဠိလိုဆောင်ပုဒ်

သံ၊ ဥတ်-အန်-ပစ်၊ မု-ပ-နေသစ်၊ ဝဿ-စ်-ကဏ္ဍုသာ။

(က) သံဃာဋိ
(ခ) ဥတ္တရာသင်္ဂ
(ဂ) အန္တရဝါသက
(ဃ) ပစ္စတ္ထရဏ
(င) မုခပုဉ္ဆန
(စ) နိသီဒန
(ဆ) ပရိက္ခာရစောဠ
(ဇ) ဝဿိကသာဋိက
(ဈ) ကဏ္ဍုပဋိစ္ဆာဒိ

ပေါင်း ပါဠိလိုသင်္ကန်း (၉) ထည်။

(ခ) သက်န်းပမာဏ

ဆောင်ပုဒ်

အလျား တစ်ထောင်ထွာ၊ အနံခြောက်သစ်၊ ဓိဋ္ဌာန်ဖြစ်၊ စိစစ် သင်္ကန်းမှာ။

ရှင်းလင်းချက်

အငယ်ဆုံးပမာဏ အလျားတစ်ထောင်ထွာ၊ အနံဝထွာလက်ခြောက် သစ်ရှိသော အဝတ်အထည်မှန်သမျှ အဓိဋ္ဌာန်သင်္ကန်းမြောက်သည်။

မှတ်ချက်။ ။ခြင်ထောင်၊ စောင်၊ ခေါင်းအုံး၊ မွေ့ရာ စသည်များကား၊ သင်္ကန်းအရာ မမြောက်၊ သေနာသန အသုံး အဆောင်ဖြစ်၍ အဓိဋ္ဌာန်စသည် မထင်ရ၊ မပြုရ။

(ဂ) အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံ၊ ဝိကပ္ပနာပြုပုံ

နှစ်ဟောင်ထွာအတွင်းဖြစ်ပါက (ဣမံ သံဃာဋိံ အဓိဋ္ဌာမိ-ဟု ဆို၍ လည်းကောင်း၊ နှစ်တောင်ထွာထက် ဝေးပါက၊ ဣမံဧတံ(ဧတံ)ဟု ဆို၍လည်းကောင်း တင်ပါ။

တခြားသင်္ကန်းများအတွက်

ဣမံ ဥတ္တရာသင်္ဂံ၊ ဣမံ အန္တရဝါသကံ၊ ဣမံ ပစ္စတ္ထရဏံ၊ ဣမံ မုခပုဉ္ဆနံ၊ ဣမံ ပရိက္ခာရစောဠံ၊ ဣမံ နိသီဒနံ၊ ဣမံ ဝဿိကသာဋိကံ၊ ဣမံ ကဏ္ဍုပဋိစ္ဆာဒိကံ အဓိဋ္ဌာမိ-ဟု ဆို၍ တင်ပါ။

အများဖြစ်ပါက- ဣမာ သံဃာဋိယော၊ ဣမေ ဥတ္တရာသင်္ဂေ၊ ဣမေ အန္တရဝါသကေ၊ ဣမာနိ ပစ္စတ္ထရဏာနိ၊ ဣမာနိ မုခပုဉ္ဆနာနိ၊ ဣမာနိ ပရိက္ခာရစောဠာနိ၊ ဣမာနိ နိသီဒနာနိ၊ ဣမာယော ဝဿိကသာဋိကာယော၊ ဣမာယော ကဏ္ဍုပဋိစ္ဆာဒိကာယော-ဟု လိင်ဝုစ်မှန်အောင် ပြင်ဆိုပါ။

အဝေးဖြစ်ပါက- ဧတာ သံဃာဋိယော၊ ဧတေ ဥတ္တရာသင်္ဂေ၊ ဧတာနိ မုခပုဉ္ဆနာနိ-စသည် ပြင်ဆိုပါ။

မြန်မာပြန်ရာ၌

ဤသင်္ကန်းကြီးကို အဓိဋ္ဌာန်တင်ပါ၏-ဟူသည် ပြန်ဆိုပါ။

အဓိဋ္ဌာန်စသည်တို့၏ အဓိပ္ပါယ်များ

(က) ကိုယ့်စိတ်ထည်းမှာ၊ ခိုင်မြဲစွာ၊ ထားတား အဓိဋ္ဌာန်။

(ခ) ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ကာ၊ ဓိဋ္ဌာန်ချ၊ စွန့်ကြမြဲသေချာ။

(ဂ) မိမိပိုင်မှု၊ ကင်းအောင်ပြု၊ ဓါမှုဝိကပ္ပနာ။

(ဃ) အဓိဋ္ဌာန်ချပုံ၊ ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုပုံ

အဓိဋ္ဌာန် တင်ထားရာမှ ချလို၊ ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုလိုလျှင် ရှေ့က အတိုင်း အနည်းအများအဝေးအနီးစသည်များကိုမှတ်သားရန်-ဣမံ သံဃာဋိံ၊ ဧတံ သံဃာဋိံ၊ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ၊ ဤသင်္ကန်းကို ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုပါ၏ စသည်ဖြင့် ဆို၍ပြုပါ။

တခြားသင်္ကန်းများအတွက်

ဣမံ (ဧတံ) ဥတ္တရာသင်္ဂံ၊ အန္တရဝါသကံ၊ ကဏ္ဍုပဋိစ္ဆာဒိကံ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ-စသည်ဆို၍ ပြုပါ။

အများဖြစ်ပါက-

ဣမာ သံဃာဋိယော ပစ္စုဒ္ဓရာမိ၊ ဣမေ ဥတ္တရာသင်္ဂေ၊ ဣမာနိ ပစ္စတ္ထရဏာနိ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ-စသည်ဖြင့် လိင်ဝုစ်နှင့်အောင် ပြင်၍ ဆိုပါလေ။

တပေါင်းတည်းစု၍ ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုလိုပါက-

(အနီး) ဣမာနိ၊ (အဝေး) ဧတာနိ စီဝရာနိ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ-ဟု ဆို၍ ပြုလေ။

(င) နိဿဂ္ဂိထိုက်သင်္ကန်း စွန့်ပုံများ

တိစီဝရိက်ဖြစ်သော သင်္ကန်းကြီး သုံးထည်တို့ကို သူ့နာမည်နှင့် သူ အဓိဋ္ဌာန်တင်ထားလျှင် ထိုသင်္ကန်းသုံးထည်တို့ကို အရုဏ်တက်ချိန်၌ မိမိ နှစ်တောင်ထွာ ဟတ္ထပါသ် အတွင်းမှာသာ တည်ရှိစေရမည်၊ နှစ်တောင်

ထွာမှ တစ်ညည့်မျှ ကင်းကွာနေပါကထိုသက်န်းသုံးထည်တို့သည် နိဿဂ္ဂိ ထိုက်သဖြင့် စွန့်ရသည်၊ စွန့်ပြီးမှ အာပတ်ကိုဒေသနာကြားရသည်။

သင်္ကန်း အားလုံးပင် အဓိဋ္ဌာန် ဝိကပ္ပနာ မပြုဘဲ ဆယ်ရက်ထက် လွန်အောင် ထားပါကလည်း နိဿဂ္ဂိထိုက် (စွန့်ထိုက်)၏၊ စွန့်ပြီးမှ ဒေသနာ ကြားရသည်။

စွန့်ပုံများ

တစ်ညဉ့်ကင်း၍ နေသည့်အတွက်နိဿဂ္ဂိထိုက်သော သင်္ကန်း ၃-ထည် တို့ကို သံဃာမှာ ဖြစ်စေ၊ ဂိုဏ်းမှာဖြစ်စေ၊ပုဂ္ဂိုလ်ထံမှာဖြစ်စေ အောက် ပါအတိုင်း စွန့်ရမည်။

> ဣဒံ မေ ဘန္တေ စီဝရံ ရတ္တိဝိပ္ပဝုတ္ထံ အညတြ ဘိက္ခု သမ္မုတိယာ နိဿဂ္ဂိယံ၊ ဣမာဟံ သံဃဿ(အာယသ္မန္တာနံ) (အာယသ္မတော)နိဿဇ္ဇာမိ-ဟု ဆိုစွန့်ပါ။

စွန့်ပြီးနောက် ဒေသနာ ကြားပြီးလျှင် ဝိနည်းဓိုရ်ဟန်းက အောက် ပါအတိုင်း ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုရသည်၊ စွန့်သောသင်္ကန်းကို ပြန်ပေးရသည်။

(စ) သင်္ကန်းပြန်ပေးပုံ

ဣမံ စီဝရံ တုယှံ ဒမ္မိ၊ (ဤသင်္ကန်းကို သင့်အား ပြန်ပေးပါ၏) ဟု ပါဠိမြန်မာ လိုရာဖြင့် ပေးနိုင်သည်။

စွန့်ခဲ့သောသင်္ကန်းကို ဝိနည်းဓိုရ်ကပြန်မပေးဘဲ မနေရ၊ မိမိပိုင်ပစ္စည်း အနေဖြင့် ပြန်မပေးက ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

ခိုးလိုသောစိတ်ဖြင့် ပြန်မပေးက ဘဏ္ဍာခိုးထိုက်ပေသည်။

ဆယ်ရက်ထက် လွန်သော နိဿဂ္ဂိသင်္ကန်းများ စွန့်ပုံ

> ဣဒံ မေ ဘန္တေ စီဝရံ (ဣမာနိ မေ ဘန္တေ စီဝရာနိ) ဒသာဟာတိက္ကန္တံ (ဒသာဟာတိက္ကန္တာနိ) ဣမာဟံ အာယသ္မတော (ဣမာနဟံ အာယသ္မတော) နိဿဇ္ဇာမိ-

ဟူ၍ ပါဠိလိုဖြစ်စေ၊ (ဆယ်ရက် လွန်၍ နိဿဂ္ဂိထိုက်သော ဤသင်္ကန်း ကို အရှင်ဘုရားအား စွန့်ပါ၏ဟု မြန်မာလိုဖြစ်စေ ဆို၍စွန့်ပါ)

မှတ်ချက်။

ဝိနည်း မိုရ်ကသက်န်းပြန်ပေးပုံကို ရှေးနည်းအတိုင်းဆိုလေ။

(ဆ) ဝိကပ္ပနာပြုပုံ

ညဥ့်ဘင်းမှု၊ ဆယ်ရက်ထက် အလွန်ထားမှုတို့အတွက် အားမတော်မသင့်သောကြောင့် ဝိကပ္ပနာပြုလိုပါက–ဣမံ သံဃာဋိံ တွေ့ဒူရမိ သည်ဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်ချပြီးလျှင် ရဟန်းတစ်ပါးပါ၊ထံချဉ်းကပ်၍–ဣမံ စီဝရံ အားယသ္မတော ဝိကပ္ပေမိ (ဤသက်န်းကို အရှင်ဘုရားအား ဝိကပ္ပနပြုပါ၏) ဟု ဆို၍ပြုပါ။

(ဇ) ဝိကပ္ပနာပြန်ပုံ

မယှံသန္တကံ ပရိဘုဉ္ဇဝါ၊ ဝိသဇ္ဇေဟိဝါ၊ ယထာပစ္စယံ ကရောဟိ။

(ငါ၏ဥစ္စာဖြစ်သော သက်န်းသုံးထည်ကို သုံးလိုကသုံးပါ၊ စွန့်လိုကစွန့်ပါ အလိုရှိသလိုပြုနိုင်၏)ဟု ပါဠိမြန်မာ နှစ်သက်ရာဖြင့် ဝိကပ္ပနာပြန်နိုင်သည်။

ဆောင်ပုဒ်

ထွက်၊ ယူ၊ ပေး–လု၊ မစွ–လိင်ပြန်၊ အဓိဋ္ဌာန်ချ၊ သိက္ခာကျ၊ အဓိဋ္ဌာန စွန့်ကြောင်းတည်းနှင့် အညီ–

၁။ လူထွက်ခြင်း	၅။ သေလွန်သွားခြင်း
၂။ တခြားသူကယူသွားခြင်း	၆။ လိင်ပြန်သွားခြင်း
၃။ တခြားသူအား ပေးလိုက်ခြင်း	၇။ အဓိဋ္ဌာန်ချခြင်း
၄။ တခြားသူက လုယူသွားခြင်း	၈။ ရဟန်းသိက္ခာကျခြင်း

ဤရှစ်ပါးတို့သည် သက်န်းကိုးထည်းလုံးနှင့် ဆိုင်သော အဓိဋ္ဌာန်ကျကြောင်းများတည်း၊ တိစီဝရိက်သက်န်းများအတွက်မူ အထက်ပါ ရှစ်ပါးအပြင်–

ဆောင်ပုဒ်

က။ လက်သန်းသည်းမျှ၊ ပေါက်လာတ်က၊ ကိုးဝတ်စီဝရိက် ကျကြောင်းတည်း။

ခ။ လျှားဆယ့်နှစ်သစ်၊ နံရှစ်သစ်၊ လေးသစ်သင်းပိုင်၊ ခွံပေါက်တည်း- ဟူသည်နှင့်အညီ-ဒုကုဋ်၊ ကော်သီ၊ သင်းပိုင်ပါ-၊ လျှားအနားမှ ဆယ့်နှစ်သစ်အရပ် အနံဘက် အရပ်နားမှ ဝက်လေးသစ်အရပ်၌ လက်သန်း၏ လက်သည်းခွံမျှအပေါက်-ပေါက်သွားခဲ့သော် တိစီဝရိက် သင်္ကန်းများ အဓိဋ္ဌာန်ကျသည်။ (ပျက်သည်)။

တိစီဝရိက်နှင့် ညဥ့်ကင်းကောင်းသောနေရာ (၁၅)မျိုး

(၁) ရွာ (၂) အိမ် (၃) ဂိုဒေါင်တိုက် (၄) ပြာသာဒ်ရှည် (၅) ပြာသာဒ်ဦးပြည်း (၆) လှေလဝော် (၇) လှည်းကုန်သည် (၈) ပြအိုး (၉) လယ် (၁၀) ကောက်နယ်တလင်း (၁၁) သစ်ပင် (၁၂) လွင်ပြင် (၁၃) ဥယျာဉ် (၁၄) ကျောင်း (၁၅) တန်ဆောင်း။ ပေါင်း ၁၅-ပါးတည်း။

မှတ်ချက်။ ။အထက်ပါရွာ စသည်များမှာ ပိုင်ရှင်တစ်ဦးတည်းရှိရာ ဖြစ်ပါက၊တိစီဝရိက်သင်္ကန်းများကို တစ်နေရာမှာ ထား ပြီး မိမိကမူထိုရွာစသည်တို့၏အနီးအနားမှာ ဟတ္ထပါသ် မှကွာ၍ နေခွင့် ကင်းခွင့်ရှိသည် (ကင်းနေသော်လည်း နိဿဂ္ဂိမထိုက်ဟု ဆိုလိုသည်)။

တိစီဝရိက်ဆောင်ရာ၌ ဒုကုဋ်၊ ကော်သီ၊ သင်းပိုင်တို့ကို သူ့နာမည်နှင့် သူ သီးခြားဆို၍ ဘင်ရသည်၊ တိစီဝရိက် ဆောင်လိုပါက သငမည သင်္ကန်းအမည်ဖြင့် ပရိက္ခာရစောဠအဓိဋ္ဌာန်တင်၍သော်လည်းကောင်း၊ ဝိကပ္ပနာပြု၍သော်သည်းကောင်း ထားနိုင်သည်။

ဤသင်္ကန်းများကို မိမိနာမည် အသီးသီးဖြင့်သော် လည်းကောင်း၊ သာမည သင်္ကန်း အမည်ဖြင့် သော် လည်းကောင်း၊ ပရိက္ခာရစောဠ အဓိဋ္ဌာန် သို့မဟုတ် ဝိကပ္ပနာပြု၍ သော်လည်းကောင်း ထား၍ သုံးဆောင်ကောင်းသည်။

(၄) သပိတ် ၉-လုံး

(က) ဥက္ကဋ္ဌသပိတ် -သပိတ်အကြီးစားမျိုး
(ခ) မဇ္ဈိမသပိတ် -သပိတ်အလတ်စားမျိုး
(ဂ) ဩမကသပိတ် -သပိတ်အငယ်စားမျိုး

ထိုသပိတ်သုံးမျိုးမှ တစ်မျိုးမျိုးလျှင်-

(က) ဥက္ကဋ္ဌုက္ကဋ္ဌ -အကြီးမျိုးမှ အကြီးစား
(ခ) ဥက္ကဋ္ဌမဇ္ဈိမ -အကြီးမျိုးမှ အလတ်စား
(ဂ) ဥက္ကဋ္ဌောမက -အကြီးမျိုးမှ အငယ်စား
(ဃ) မဇ္ဈိမုက္ကဋ္ဌ -အလတ်မျိုးမှ အကြီးစား
(င) မဇ္ဈိမ မဇ္ဈိမ -အလတ်မျိုးမှ အလတ်စား
(စ) မဇ္ဈိမောမက -အလတ်မျိုးမှ အငယ်စား
(ဆ) ဩမကုက္ကဋ္ဌ -အငယ်မျိုးမှ အကြီးစား
(ဇ) ဩမကမဇ္ဈိမ -အငယ်မျိုးမှ အလတ်စား
(ဈ) ဩမကောမက -အငယ်မျိုးမှ အငယ်စား

ဟူ၍ သုံးမျိုးစီကွဲသဖြင့် သပိတ် (၉) လုံး ဖြစ်လာသည်။

(၅) သပိတ်အရွယ်အစားပမာဏခွဲပုံ

(က) ထိုသပိတ်များမှ မူလ သုံးခုတို့တွင် ဥက္ကဋ္ဌ အကြီးစုသပိတ် သည် ယခုလူတို့သုံးစွဲသောပြည်တောင် ဖြင့် သုံးပြည်ဝင်၏။
(ခ) မဇ္ဈိမ အလတ်စား သပိတ်သည် - သုံးခွက်သား၊ နို့ဆီဘူး ၁၂-လုံးဝင်သည်။
(ဂ) ဩမက- အငယ်စားသပိတ်သည် သုံးစလယ်သား၊ နို့ဆီဘူး ၆-လုံး ဝင်သည်။

ထိုသုံးမျိုးတို့တွင် အကြီးစုသုံးမျိုးမှစားရန်သင့်တော်သည့် ဟင်းနှင့်တကွ သုံးပြည်ထည့်၍ မပြည့်က ဥက္ကဋ္ဌုက္ကဋ္ဌ၊ အကြီးစုမှ အကြီးဆုံး သပိတ်၊ သုံးပြည်ထည့်၍ အလောတော်ဖြစ်နေက အကြီးစုမှ အလတ်စားသပိတ်၊ သုံးပြည်ထည့်၍ မောက်နေက အကြီးစုမှ အငယ်စား သပိတ် ဖြစ်၏။

အသတ်စု ၃-မျိုးမှာလည်း နို့ဆိဘူး ၁၂-လုံး နည်းတူ ထည့်၍ မပြည့်ပါက အသတ်စုမှ အကြီးဆုံး သပိတ်၊ အလောတော် ဖြစ်ပါက အသတ်စုမှ အသတ်စား သပိတ်၊ မောက်နေပါက အသတ်စုမှ အငယ်စားသပိတ်ဖြစ်၏။

အငယ်စု ၃-မျိုးမှာလည်း နည်းတူ နို့ဆိဘူး ၆-လုံးထည့်၍ မပြည့်ပါက အငယ်ဆုံးမှ အကြီးဆုံး သပိတ်၊ အလောတော် ဖြစ်နေပါက အငယ်စုမှ အသတ်စား သပိတ်၊ မောက်နေပါက အငယ်စုမှ အငယ်စား သပိတ်ဖြစ်၏။

မှတ်ချက်။ ။သပိတ်ကိုးလုံးမှ အကြီးဆုံး သပိတ်နှင့် အငယ်ဆုံး သပိတ်များသာ သပိတ်အရာ မမြောက်ကြ၊ မအပ်ကြပေ၊ ကျန်သပိတ် ၇-လုံးတို့ကား သပိတ်အရာ မြောက်ကြ၊ အပ်စပ်ကြပေသည်။

(၃) သမိတ် အမျိုးအစား

သပိတ်အမျိုးအစားသည် သံသပိတ်၊ မြေသပိတ်အားဖြင့် နှစ်မျိုးရှိရာ သံသပိတ်မှာ ငါးကြိမ်မီးဖုတ်မှ အပ်သည်၊ မြေသပိတ်မှာ နှစ်ကြိမ် မီးဖုတ်မှ အပ်သည်၊ (သုံးဆောင်ကောင်းသည်)

(၁) အဓိဋ္ဌာန်ဝိကပ္ပနာပြုပုံ

အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံ

ဣမံ ပတ္တံ (ဣမေ ပတ္တေ) အဓိဋ္ဌာမိ။

ဤသပိတ်ကို (ဤသပိတ်များကို အဓိဋ္ဌာန် တင်ပါ၏၊ အနီးအတွက်)

ဧတံ ပတ္တံ (ဧတေ ပတ္တေ အဓိဋ္ဌာမိ) ထိုသပိတ်ကို (ထိုသပိတ်များကို) အဓိဋ္ဌာန် တင်ပါ၏။ (အဝေး အတွက်)

ဝိကပ္ပနာပြုပုံ

ဣမံ ပတ္တံ (ဣမေ ပတ္တေ) တုယှံ ဝိကပ္ပေမိ။

ဤသပိတ်ကို (ဤသပိတ်များကို) သင့်အား ဝိကပ္ပနာ ပြုပါ၏။ (အနီးအတွက်)

ဧတံ ပတ္တံ (ဧတေ ပတ္တေ) တုယှံ ဝိကပ္ပေမိ၊ ထိုသပိတ်ကို (ထိုသပိတ်များကို) သင့်အား ဝိကပ္ပနာ ပြုပါ၏။ (အဝေးအတွက်)

(ဃ) ဝိကပ္ပနာ ပြန်ပုံ

မယှံ ပတ္တံ (ပတ္တေ) ပရိဘုဉ္ဇ ဝါ ဝိသဇ္ဇေဟိ ဝါ ယထာ ပစ္စယံ ကရောဟိ၊ တပည့်တော်၏ သပိတ်ကို (သပိတ်တို့ကို) သုံးဆောင်လိုက သုံးဆောင်ပါ၊ ပေးစွန့်လိုက ပေးစွန့်ပါ၊ အလိုရှိသလို ပြုပါဟု ပါဠိ ပြန်မှာ နှစ်သက်ရာဖြင့် ဝိကပ္ပနာ ပြုနိုင်သည်။

သပိတ် အဓိဋ္ဌာန် ပျက်ကြောင်းမှာ တိစီဝရိက် အဓိဋ္ဌာန် ပျက် ကြောင်းနှင့်အတူတူပင်၊ ထူသည်ကား သက်န်း၌ လက်သန်း လက် သည်းခွံမျှသော ကြပေါက်လျှင် အဓိဋ္ဌာန်ပျက်၏၊ သပိတ်၌ကား အနာ အနားရေးမှ အောက်စပ်တွင် ထမင်းတင်လုံး ဝင်လောက်ရုံမျှ ပေါက် လျှင် အဓိဋ္ဌာန်ပျက်၏၊ ကျန်အားလုံးမှာ သက်န်းနှင့် အတူတူပင်။

(တ) ကပ္ပိယ-အကပ္ပိယခွက်-အပ်-မအပ်ခွက်များ

(က) ခွက်သည် ၁-သံခွက်၊ ၂-ကြေးနီခွက်၊ ၃-မြေခွက် အား ဖြင့် သုံးမျိုးတို့သာ ရဟန်းတော်တို့အား ထည့်စားရန် အပ်စပ်သည်။

(ခ) ကျန်သော ရွှေခွက်၊ ငွေခွက်၊ ပတ္တမြားခွက်၊ ကြောင်မျက်ရွဲ ခွက်၊ ဖန်စက်ခွက်များမှာ ရဟန်းတော်တို့ ကိုင်ပင်မကိုင်ကောင်းပေ။

သစ်သားခွက်ကား— ကိုင်ကောင်း၏၊ ထည့်၍ စားကောင်းပေ။ ကြေးခွက်၊ စဉ့်ခွက်၊ ချက်ဖန်ခွက်များကို သံဃိက အသုံး အဆောင် အဖြစ်ဖြင့်သာ သုံးဆောင်အပ်၏၊ ပုဂ္ဂလိက၊ ပုဂ္ဂိုလ်ပိုင် အဖြစ်ဖြင့် မသုံးစွဲအပ်။

အိုးအုံခွက်-ဘူးအုံခွက်များမှာ ဘာဇနကာလိက ဟစ်ကြိမ်သာ ထည့်၍ စားကောင်း၏၊ သစ်ရွက်ဖတ်ဖြင့် ပြုလုပ်အပ်သော ခွက်မှာလည်း ဟစ်ကြိမ်သာ ထည့်စားကောင်း၏။

မှတ်သားချက်

သစ်သားခွက်နှင့် ထည့်စားရန် မအပ်ဟုဆိုသော ကြောင့် ယခု ခေတ်၌ နို့ခွက်၊ နို့ကွမ်းအစ်၊ သပိတ်ဖုံး၊ ။ ။ ခွက်၊ ။ ။ ပ် စသစ်ခွက်များ၌ ထည့်စားခြင်းကို ဝိနယဂန္ထကျမ်းစုက (ဝိနယ ဂဏ္ဍိက) ဆရာတော်များ သံသယရှိကာ ရှောင်ကြဉ်တော်မူကြ

သည်၊ ပိဏ္ဍပါတ ဆိုသည် မှာလည်း (ပိဏ္ဍပါတန္တိ-ယံကိဉ္စိ အာဟာရံ) ဟူသော အဋ္ဌကထာနှင့်အညီ နံနက်အချိန် ဆေး အဖြစ်မဟုတ်ဘဲ အာဟာရအဖြစ်ဖြင့် စားသုံးမှုကို ဆိုလိုသည့် အတွက် သတိပြုသင့်ကြပေသည်။

ရင်းအပြင် – ရဟန်းတော်များ သုံးဆောင်နေကျ ခွက်များဖြင့် ရှင်လောင်းမှတစ်ပါး တစ်ခြားသော သူတို့အား ထည့်မကျွေးကောင်း ပေ၊ သပိတ်လည်း ထို့အတူပင်ဖြစ်သည်၊ ရဟန်းတော်များ မှာသုံး အဆောင်ဖြစ်၍ စေတီထိုက်သောကြောင့်ဟု ဆိုသည်။

(ထ) အကပ်ခံခြောက်ကြောင်း အင်္ဂါငါးပါး

ဆောင်ပုဒ်

ရှေးရှုသည်းဆောင်၊ နှစ်တောင်ထွာရောက်၊ ခြောက်နိုင်ငွေ၊ သုံးခုပေးခြင်း၊ ခံခြင်းနှစ်လျောက်၊ ကျမ်းလာထောက်၊ ငါပ် ခြောက် အင်္ဂါငါးပါးတည်း။

၁။ မိမိထံ ကပ်ရန် ရှေးရှုဆောင်လာခြင်း။

၂။ နှစ်တောင်ထွာအတွင်းသို့ ရောက်ခြင်း။

၃။ လူ တစ်ယောက်ထည်း ပင့်နိုင်၊ ခြောက်နိုင်သောဝတ္ထုဖြစ်ခြင်း။

၄။ ကာယ၊ ကာယပဋိဗဒ္ဓ၊ နိဿဂ္ဂိယဟူသော ပေးခြင်းမှ တစ်မျိုး မျိုးဖြစ်ခြင်းအားဖြင့် အကပ်ခံခြောက်ကြောင်း အင်္ဂါငါးပါး ရှိသည်။

မှတ်ချက်

ကာယဟူသည် – ကိုယ်ဖြင့်ပေးခြင်း၊ ယူခြင်း၊ ကာယပဋိဗဒ္ဓ ဟူသည် ကိုယ်နှင့်စပ်သော သပိတ်၊ ခွက် စသည်ဖြင့် ပေးခြင်း ယူခြင်း နိဿဂ္ဂိယ – ဟူသည် ပစ်လွှင့်ရ၍ လှမ်းပေးခြင်းတို့ ပေတည်း။

သတိ

ပစ်လွှင့်၍ပေးသည် ဆိုရာ၌ နှစ်တောင်ထွာ အတွင်းနေ၍ ပစ်လှင့် ခြင်းကိုယူပါ၊ ရင်းပြင် ကပ်သူခံယူသူ နှစ်ဦးတို့တွင် ငပ်သူ၏ နောက် ဘက် အစွန်းယူလျှင် ခံသူ၏ရှေ့ဘက် အစွန်း၊ (ဝါ) ရှေ့ဆုံး အစွန်းက

ဟတ္ထပါသ်ကို တိုင်းရသည်၊ ကပ်သူခံသူနှစ်ဦး၏ ရှေ့ဆုံးအစွန်းချင်းကို မတိုင်းရ။

ဟတ္ထပါသ် လက်တစ်ကွင်း လက်တစ်ကမ်းဟုဆိုသဖြင့် လက်တစ်ကွင်းသက်သက်ကို တိုင်းကြည့်လျှင် တစ်တောင်ထွာလောက်သာရှိသည်၊ တဦးဦး ၏ နောက်အစွန်းကယူမှသာလျှင် နှစ်တောင်ထွာ ပြည့်နိုင်ရှိနိုင်သည်ကို အထူးသတိပြုပါ။

မြောက်နိုင်ဝတ္ထုဆိုရာ၌လည်းစုပေါင်းထားက တစ်ဦးတစ်ယောက်ပင့်နိုင်မြှောက်နိုင်လောက်သော အလေးချိန်ရှိသောဝတ္ထုကိုဆိုလိုသည်၊ စားပွဲခုံမှာ ကျယ်နေသဖြင့် မ,၍ မဖြစ်သော်လည်း သူ၏အလေးချိန်မှာ မြှောက်နိုင်လောက်သည်ကို သတိပြုပါ။

(ဒ) အကပ်ခံပျက်ကြောင်း အင်္ဂါ ၆-ပါး

ဆောင်ပုဒ်

စွန့်ချ-ပေး-လု၊ မစွဲ-လိင်ပြန်၊ ဤခြောက်တန်၊ ကပ်ခံပျက်ကြောင်းမှတ်။

(၁) အလယပြတ်စွန့်လိုက်ခြင်း၊ (၂) သိက္ခာချခြင်း၊ (၃) သူတစ်ပါးအား ပေးခြင်း၊ (၄) သူတစ်ပါးက လုယူသွားခြင်း၊ (၅) သေသွားခြင်း၊ (၆) လိင်ပြန်သွားခြင်း-ဟူသော အင်္ဂါခြောက်ပါးမှ တစ်ပါးပါးဖြင့်ပြည့်စုံလျှင် အကပ်ခံပျက်သွားတော့သည်။

မှတ်ချက်။ ။ပေးဆိုရာ၌ အလယပြတ် ပေးမှသာလျှင် အကပ်ပျက်သည်၊ အကပ်ခံပြီး ခုံပေါ်တွင် သွားတင်ထားလိုက်စသည်ဆိုရာ၌ ထားခိုင်းခြင်းမျိုးကား အကပ်ခံမပျက်၊ သတိပြုပါ ခုံကိုထိကာမျှကား ဆိုဖွယ်မလိုပါ။

နည်းတူလုယူသွားမှသာလျှင် အကပ်ပျက်၏၊ စားပွဲပေါ်မှ ဟင်းခွက်များကို မြှောက်ချီ၍ ရွှေ့ခြင်းမျိုး၊ကိုင်ခြင်းမျိုးများကား ၊ အကပ်မပျက်ဟု တထစ်ချမှတ်ထားပါ၊ ထိရုံ့တို့ရုံလောက်ကား ဆိုဘွယ်မရှိမပျက်သည်သာတည်း။

(ဓ) ဥဂ္ဂဟိတဖြစ်၍ အကပ်ပျက်ပုံတစ်မျိုး

ရေ၊ ဒန်ပူမှတစ်ပါးသော ဝတ္ထုပစ္စည်းများကို အကပ်မခံပဲ ကိုင်ရ၊ မထိရ၊ မစားရ၊ အပြစ်ရှိသည်။

စားဖွယ်သောက်ဖွယ် ဝတ္ထုတစ်ခုခုကိုအကပ်မခံပဲကိုင်လျှင် ဥဂ္ဂဟိတ အကပ်ပျက် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်သည်၊ ထိုကိုင်ထားသော ဝတ္ထုပစ္စည်းကို ထပ်၍ အကပ်မခံပဲစားလျှင် ပါစိတ် အာပတ်သင့်၍ အကပ်ခံပြီးစား ပါက ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

ကိုင်သူမှာသာ သင့်သည်မဟုတ်သေး၊ တခြား ရဟန်းတော်များ လည်း ထိုအကပ်ပျက်ပစ္စည်းကို မစားရ၊ မစားကောင်းတော့ပေ၊

(န) ဒုရူပစိတ္တာအာပတ်

စားကောင်းသောအပင်မှာ သီးနေသော သစ်သီး စသော အသီး များကို ရဟန်းတော်များ မကိုင်ရ၊ ကိုင်လျှင် ဒုရူပစိတ္တာ ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်သည်၊ မကောင်းသော အလေ့အကျင့်ကြောင့်သင့်သော အာပတ် ဟု ဆိုလိုသည်။

ထိုကိုင်ထားသော သစ်သီး စသည်ကို ကိုင်သော ရဟန်းသာ မစားကောင်း၊၊ တခြား ရဟန်းတော်များ စားကောင်း သည်သာ။

စားသောက်ဖွယ် ထည့်ထားသော အိုးခွက်စသည်တို့ကိုလည်း အကပ် မခံဘဲ ဖွင့်မကြည့်ကောင်း၊ ဖွင့်ကြည့်မိလျှင်လည်း ပြန် ပိတ်မှ ပိတ် လျှင် အာပတ်သင့်သည်၊

ဖွင့်မိသော အိုးခွက် စသည်ကို ပြန် ပိတ်လိုက်ပါက ရဟန်းတော် အားလုံး မစားကောင်းတော့ပေ၊ ပြန်မပိတ်ဘဲ ထားလိုက်လျှင်တော့ ဖွင့်သော ရဟန်းမှတစ်ပါး အခြား ရဟန်းတော်များ အကပ်ခံ၍ စား ကောင်းသေးသည်။

(ပ) ပဝါရိတ်သင့်ပုံ ဖြေဖျောက်ပုံ

ဆောင်ပုဒ်

> စားဆဲသောဘဉ်၊ ဆောင်စဉ်နီးကပ်၊ ငြင်းဆန်ပယ်၊ ပေါ်ပါပ်
> ပဝါရိတ် သင့်ကြောင်းတည်း။

(၁) ဆွမ်းစားဆဲဖြစ်ခြင်း၊
(၂) ထမင်းသားငါး ဘောဇဉ် ဖြစ်ခြင်း၊
(၃) ရှေးရှု ဆောင်လာခြင်း၊
(၄) အနီးအနား နှစ်တောင်ထွာအတွင်း ရောက်ခြင်း၊
(၅) တော်ပြီ၊ တန်ပြီဟု ပယ်မြစ်ခြင်း၊
ဟူသော အင်္ဂါငါးပါး စုံညီ ပြုမိပါက ပဝါရိတ် သင့်တော့သည်။

ပဝါရိတ်သင့်သောရဟန်းသည် တားမြစ်ဆဲဣရိယာပုထ်ကို မဖျက်ဘဲ နေပါက နောက်ထပ် စားသောက်ဖွယ်ကို စားသောက်ခွင့် ရှိပါသည်။ ဣရိယာပုထ် ပြင်မိပြောင်းမိပါက နောက်ထပ်စားခွင့် မရှိတော့ပေ။ စားလျှင် ပဝါရိတ် သင့်တော့သည်။

(ဇ) ပဝါရိတ်အာပတ် မသင့်အောင် အတိရိက်ပြုပုံ

ပဝါရိတ် သင့်ပြီးသော ရဟန်းသည် နောက်ထပ် စားလိုပါက အတိရိက် ဝိနည်းကံကို ပြုရသေးသည်။

အတိရိက် ပြုနည်း

စားဖွယ်များကို သပိတ်ခွက် စသည်တစ်ခုခုမှာ ထည့်၍ ဆွမ်းစားဆဲ ရဟန်း၊ သို့မဟုတ် ဆွမ်းစားပြီး ရဟန်း တစ်ပါးပါးအထံသို့ သွားကာ နှစ်တောင်ထွာအနီးသို့ ချဉ်းကပ်ပြီးလျှင်–

(အတိရိတ္တံ ကရောထ ဘန္တေ– စားကြွင်း ပြုပေးတော်မူပါ) ဟု လျှောက်၍ သပိတ်ကို ထိုရဟန်းသို့ စောင်းငဲ့ပေးရသည်။

ဝိနည်းဓိုရ်ရဟန်းက ထိုပေးလာသော ဘောဇဉ်ကိုမစားရသေးလျှင် အနည်းငယ် ကို ဖြစ်စေ၊ လိုသလောက်ဖြစ်စေ ယူစားပြီးမှ ထိုသပိတ်ခွက် ကို တွန်းဖယ်၍ ပေးစွန့်သာသော ရဟန်း၏လက်ထဲမှာပင် ထား၍–

(အလံ မေတံ သဗ္ဗံ–ဤဘောဇဉ်အားလုံးကို–တော်ပြီ၊ သင်စားလိုက စားထိုက်ပါပြီ၊ စားလေတော့) ဟုဆို၍ အတိရိတ် ဝိနည်းကံကို ပြုရသည်၊ အတိရိက်ပြုပြီးသော ဘောဇဉ်ကို ဝိနည်းဓိုရ်ရဟန်းမှတပါး

အခြား ရဟန်းအားလုံး စားကောင်း၏၊ သူ့ဂိလာန၏ အကြွင်းအကျန်ကိုအား ဝိနည်းကံမပြုဘဲ စားထိုက်ပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်

သင့်အမထ၊ မစားက စား၊ ကပ်ဖြားဖ ပွိ၊ မြှ ဂ်ချိ နှင့် ဂ ပ် အလံသပ်၊ သတ္တ အတိုရိက် အင်္ဂါတည်း။

(၁) ပဝါရိတ်သင့်ပြီးလျှင် နေရာမှ မထခြင်း၊ (၂) မစားရသေးလျှင် ဝိနည်းမိုရိက စားခြင်း၊ (၃) အကပ်ခံပြီး အပ်သော ဘောဇဉ်ဖြစ်ခြင်း၊ (၄) ကပ္ပိစရာများကို ဖ ပ္ပိခြင်း၊ (၅) ရှေးရှု မြှောက်ချီလာသော ဘောဇဉ်ဖြစ်ခြင်း၊ (၆) အတ္တပါသ်အနီးသို့ ရောက်ခြင်း၊ (၇) တော်ပြီ စသည်ဆို၍ ဖြစ်ခြင်း-ဟူ၍ အတိုရိက် အင်္ဂါ (၇) ပါး ဖြစ်၏။

ဘောဇဉ်ငါးပါး

ဆောင်ပုဒ်

ထမင်း, သားငါး၊ မုန့်နှစ်ပါး၊ ငါးပါး ဘောဇဉ်တည်း။

(ဗ) ကပ္ပိခြင်းဝိနည်းကံဆိုင်ရာ

ရဟန်းတော်များ မဖျက်ဆီးကောင်းသော ဘူတဂါမ်၊ ဗီဇဂါမ် နှစ်မျိုးတို့တွင်-

(က) မြေမြစ်တွယ်ပေါက်၍ ရှင်သန်နေသော သစ်ပင်မှန်သမျှကို (ဘူတဂါမ်) ဖြစ်ပြီး ပေါက်ပြီးသော သစ်ပင်အပေါင်းဟု ခေါ်ရ ပေသည်၊ ထိုအပင်မျိုးကို ဖျက်ဆီးလျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

(ခ) ပေါက်ရောက်မည့်သစ်မြစ်, သစ်ပင်, အဆစ်, သစ်ငင်စသည် (အလုံး) အစေ့, အညွန့် မှန်သမျှကို (ဗီဇဂါမ်) မျိုးစေ့ အပေါင်းဟု ခေါ်ရပေသည်၊ ထိုမျိုးစေ့အပေါင်းကို ဖျက်ဆီးလျှင် ဒုက္ကဋ်အာပတ် သင့်၏။

ဆောင်ပုဒ်

မြစ်-ဆစ်-ပင်စသည်၊ ညွန့်-စေ့မှီ၊ ငါးလီဗီဇဂါမ်။
ဖျက်လေသမျှ၊ ဒုက္ကဋ၊ မုချသင့်ရမှန်။

အမြစ်၊ အဆစ်၊ ပင်စည်၊ အညွန့်၊ အစေ့ဟူသော ဗီဇဂါမ် ငါးမျိုးကို ဖျက်ဆီးလျှင် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်၏။

မှတ်ချက်။ ။ရေညှိ၊ မြေကြီး၊ မြေမှုန်စသည်များလည်း ဘူတဂါမ် ဗီဇဂါမ်များနှင့် နည်းတူကြလေသည်၊ ထိုဗီဇဂါမ်များ ကို ဖျက်ဆီးလိုက အာပတ်မသင့်အောင် ကပ္ပိခြင်းဟု ခေါ်သည့် ဝိနည်းကံ တစ်ခုကို ပြုရသည်။

ကပ္ပိမည့်လက်နက်သုံးမျိုးနှင့် ကပ္ပိပုံ

ကပ္ပိရာ၌ (၁)မီးဖြင့်တိုက်ခြင်း၊ (၂)ဓားဖြင့်နုတ်ခြင်း၊ (၃)လက်သည်း စသည်ဖြင့် ဆိတ်ခြင်း, ထိုးဖောက်ခြင်း အားဖြင့် ကပ္ပိမည့် လက်နက်သုံးမျိုး (ဝါ)ကပ္ပိပုံသုံးမျိုး ရှိလေသည်။

ကပ္ပိပုံ

အပင်ပေါက်နိုင်သည့် သစ်သီး၊ကြံဆစ်စသည်များကို စားလို အသုံး ပြုလိုလျှင် ရဟန်းက သစ်သီး စသည်ကို ကိုင်၍ဖြစ်စေ၊ မကိုင်ဘဲဖြစ်စေ (ကပ္ပိယံ ကရောဟိ)ဟု ဆိုပေးရမည်၊ထိုနောက် လူက ဖြစ်စေ သာမဏေ ကဖြစ်စေ၊(ကပ္ပိယံ ဘန္တေ)ဟုဆို၍လက်လည်း ဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ဆိတ်ရမည်၊ မီးဖြင့်သော်လည်း တို့လိုက်ရမည်၊ ဓား, သံချွန် စသည် ဖြင့်လည်း ခုတ်, ထိုးရပါမည်။

မှတ်ချက်။ ။(ကပ္ပိယံ,ဘန္တေ) ဟူသောအဆိုနှင့် ထိုးဆိတ်မှုသည်ကို မရှေးမနှောင်း ဖြစ်စေရပါမည်။

မြန်မာပြန်

(က) ကပ္ပိယံ ကရောဟိ-အပ်အောင် ပြုလော့။

(ခ) ကပ္ပိယံ ဘန္တေ-အပ်အောင်ပြုပါသည် အရှင်ဘုရား။

အပ်စပ်အောင်ခိုင်းနည်း

မြေကြီးစသည် တူးဆွခိုင်းရာ၊ သစ်သီးစသည် ဆွတ်ခူးရာ၊ ဖြတ်ရာ များ၌ မြေတူးစမ်း၊ သစ်ပင်နုတ်စမ်း၊ နုတ်ပေးစသည်ဖြင့် မပြောရ၊ မြေကြီးသိစမ်း၊ ကပ္ပိစမ်း စသည်ဖြင့် ရဟန်းတော်များနှင့် အပ်စပ် သောခိုင်းစေနည်းများကို အတူသတိ ပြုကြရမည်။

(ဘ) ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးဆိုင်ရာ

သင်္ကန်းကိုးထည်မှ ဒုကုဋ္ဌ၊ ကော်သီ၊ သင်းပိုင်၊ ရေသနုပ်၊ အမးလွှမ်းဟူသော သင်္ကန်း ငါးထည်တို့တွင် တစ်ထည်ထည် ရလာပါက (ကပ္ပဗိန္ဒု) ခေါ်သည့် အလုံး အပြောက်ကလေး ရေးထိုးရသည်၊ မရေးထိုးဘဲ သင်္ကန်းများကို ဝတ်လျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်သည်။

ကြွင်းသော နိသီဒိုင်၊ ပရိက္ခာရစောဠ၊ မျက်နှာသုတ်၊ အိပ်ရာခင်းဟူသော သင်္ကန်းလေးထည်တို့ကိုကား ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးရန် မလိုပေ။

ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးပုံ

ဆိုခဲ့ပြီးသောသင်္ကန်းငါးထည်မှ တထည်ထည် အသစ်ရလာ၍ သုံးစွဲလိုလျှင် သင်္ကန်းလေးထောင့်လုံးမှာ အပြောက်ငယ်တစ်ခုစီ ထိုးရသည်၊ လေးထောင့်မထိုးလိုပါက သုံးထောင့်မှာ ဖြစ်စေ၊ နှစ်ထောင့်မှာ ဖြစ်စေ၊ တစ်ထောင့်မှာဖြစ်စေ၊ ထိုးလျှင်လည်း ရသည်။

ထိုရာ၌ ဒုကုဋ္ဌနှင့် ကော်သီတို့မှာ သင်္ကန်းထောင့်၏ တမိုက်လေးကျက်အတွင်းတွင် ထိုးရသည်၊ သင်းပိုင် စသည်တို့မှာ သင်္ကန်း ထောင့်၏ လက်လေးသစ် အတွင်းမှာ ထိုးရသည်၊ အပြောက်မှာ အကွင်းမဖြစ်စေရ၊ မကျန်စေရ၊ ပိတ်အောင် ထိုးရပါမည်။

သတိ။ ။ဘထောင့်မှာ နှစ်ပြောက်သုံးပြောက် တန်း၍ဖြစ်စေ၊ စု၍ဖြစ်စေ မထိုးရ၊ တထောင့်မှာ တစ်ပြောက်သာ ထိုးရမည်၊ တစ်ထောင့် တစ်ပြောက် ဆိုတော့ လေးထောင့်လုံးမှာ တစ်ပြောက်စီ ထိုးလျှင် ရပါသည်၊ သို့သော်လည်း တစ်ထောင့်မှာ ထိုးလိုက်လျှင်ပင် အပ်တော့သည်သာတည်း။

(မ)သဟသေယျသိက္ခာပုဒ်များ

၁။ ရဟန်းများသည် မာတုဂါမနှင့် အမိုးအာရုံတူသည့် ကျောင်း အိမ် စသည်များ၌ အတူတကွ ညဉ့်အိပ်လျှင် သဟသေယျ ပါစိတ်အာပတ်သင့်၏။

မှတ်ချက်

မာတုဂါမဆိုသော်လည်း ကြောင်မ၊ ကြက်မ၊ ခွေးမစသည်တို့နှင့်အတူအိပ်လျှင် အာပတ်သင့်သည်သာ။

အမိုးတူသော်လည်း အကာကွဲပြားလျှင် အာပတ်မသင့်ဟုမှတ်ပါ။

ဥပမာ-

နှစ်ဆပ်ကျောင်းကို လှေကားအပြင်မှ တပ်ထားပါက အမိုးတူသော်လည်း အကာကွဲပြားသည့်အတွက် အာပတ်မှလွတ်၏။

၂။ ထိုနည်းအတူ လူယောကျ်ား၊ သာမဏေငယ်ကျ်ားများနှင့်လည်း ညဉ့်၌သုံးညဉ့်ဆက်ပို၍ အတူမအိပ်ရ၊ အိပ်လျှင် ပါစိတ်အာပတ်သင့်သည်။

မှတ်ချက်

(က) နှစ်ရက်အတူအိပ်၍ သုံးရက်မြောက်ညဉ့်မှာ အရုဏ်မတက်မီထနေလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ နေ့စဉ်ညဉ့်မှာ အတူအိပ်၍ အရုဏ်မတက်မီ ထထိုင်နေလျှင်သော် လည်းကောင်း ကြွသွားလျှင်သော်လည်းကောင်း အာပတ်မသင့်ပေ။

(ခ) သုံးရက်အတူအိပ်မိပါက နောက်နေ့များမှစ ညဉ့်အိပ်လိုက်သည်နှင့် တပြိုင်နက် ဒုက္ကဋ်အာပတ်သင့်တော့သည်သာ။

သဟသေယျအာပတ်ဖြတ်နည်း

သုံးညဉ့်အတူအိပ်ပြီးပါက နောက်နေ့များမှာ လူသာမဏေရှိသောကျောင်း၌ အိပ်၍ဖြစ်စေ၊ တစ်ညဉ့်လုံး ခေါင်းချ ကျောခင်းမအိပ်ဘဲ ထိုင်နေထနေ၍ဖြစ်စေ သဟသေယျကို ဖြတ်ရသည်။

အလှူခံရောင်းဝယ်၊ လဲလှယ်၍အာပတ်သင့်ပုံများ

(က) ရွှေ၊ ငွေသား၊ ဒင်္ဂါး၊ မူးစေ့၊ မတ်စေ့၊ ကြေးစသည်များကို အလှူခံ၍သည်ဖြစ်စေ ကိုယ်တိုင်ကိုင်မိသည်ဖြစ်စေ၊ ထိုရွှေငွေမှ ဖြစ်သောဝတ္ထုများကို မသုံးစွဲကောင်းတော့ပေ၊ သုံးစွဲမိပါက (နိဿဂ္ဂိပါစိတ်) စွန့်လွှတ်ခြင်း၊ ဝိနည်းကံရှိသော ပါစိတ်အာပတ် သင့်သည်။

ထိုရွှေငွေဖြင့်ရထားသည့်ပစ္စည်းများမှာ အမြဲတမ်း ကိုယ်တိုင်သုံးစွဲတိုင်း သုံးစွဲတိုင်း အာပတ် သင့်နေတော့သဖြင့် "နိဿဂ္ဂိဟင်းလေးအိုးကြီး"ဟူ၍ ခေါ်ဆိုကြပေသည်။

(ခ) ရွှေငွေဝယ် မဟုတ်သော်လည်း ပစ္စည်းချင်း လဲလှယ်ကလည်း နိဿဂ္ဂိ သင့်သည်သာ။

သင့်ပုံမှာ-

သင်္ကန်းစသည်နှင့် မျက်နှာသုတ်ပု၀ါစသည်ကိုဖြစ်စေ၊ ၀တ္ထုငွေနှင့် သင်္ကန်းစသည်ကိုဖြစ်စေ လဲလှယ်လိုပါက ကပ္ပိယ ဖြင့် ခိုင်းစေရသည်၊ ကိုယ်တိုင်မလုပ်ရ၊ လုပ်လျှင်လည်း အပ်စပ်သောနည်းဖြင့် ပြုလုပ်မှသာ ရနိုင်သည်။

မအပ်စပ်သောနည်းဖြင့် လဲလှယ်ပါက နိဿဂ္ဂိ သင့်တော့သည်သာ။

မှတ်ချက်

လဲလှယ်ရာ၌ ရဟန်း၊ ရဟန်းမိန်းမ၊ သာမဏေ၊ သာမဏေမ၊ သိက္ခမာန်ဟူသော သီတင်းသုံးဖော် ငါးဦးတို့နှင့် လဲလှယ်ပါက အာပတ် မသင့်ပါ၊ လူစသည်တို့နှင့် လဲလှယ်မှသာ အာပတ် နိုင်သည်ဟု မှတ်ပါ။

စင်ကြယ်ခြင်းသုဒ္ဓိလေးပါး

၁။ ပါတိမောက္ခသံ၀ရ=ဒေသနာကြား၍ စင်ကြယ်သောကြောင့် ဒေသနာသုဒ္ဓိ မည်၏။

၂။ ဣန္ဒြိယသံ၀ရ=စောင့်စည်း၍ စင်ကြယ်သောကြောင့် သံ၀ရ သုဒ္ဓိမည်၏။

၃။ အာဇီ၀ပါရိသုဒ္ဓိ=ရှာကြံမှု စင်ကြယ်သောကြောင့် ပရိယေဋ္ဌိ သုဒ္ဓိ မည်၏။

၄။ ပစ္စယသန္နိဿိတ= ဆင်ခြင်၍ စင်ကြယ် သောကြောင့် ပစ္စဝေက္ခဏာ သုဒ္ဓိ မည်၏။

ကုလဒူသနမှု (၈) ပါး ဒကာများ၏ သဒ္ဓါတရား ဖျက်မှု

၁။ ပန်းပေးခြင်း ၅။ ဝါးပေးခြင်း

၂။ သစ်သီးပေးခြင်း ၆။ ဒန်ပူပေးခြင်း

၃။ မျက်နှာချေမှုန့်ပေးခြင်း ၇။ ခိုင်းစေမှု ပြုပေးခြင်း

၄။ မြေညက်ပေးခြင်း ၈။ ဆေးကုသပေးခြင်း

ဤပန်းပေးခြင်း စသည်များသည်-လူသူကား, ဒကာတို့၏ ဂုဏ်ကို ယုံကြည်မှုဖျက်ခါ၊ ပန်းသစ်သီးပေးမှု၊ ဆေးကုမှု ဂုဏ်ကို နိမ့်ကျအောင် ပြုဘတ်သောကြောင့် ကုလဒူသန ဒကာများကို ဖျက်ဆီးတတ်သော အမှုများ ဖြစ်ကြပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်

(က) ပွင့်-သီး၊ မှုန့်-မြေ၊ ဝါး-ပူ ချေ၊ စေ့ ဒူ-ရှစ်ပြား။

(ခ) ဒကာအများ၊ သဒ္ဓါတရား၊ ဖျက်ပြားဖျက်ဆီး၏။

အနေသန (မရှာမှီးထိုက်သောကိစ္စ ၂၁-ပါး)

၁။ မျက်နှာသစ်ရေ ပေးခြင်း

၂။ ဆွမ်းစသည် ပေးခြင်း

၃။ သစ်ရွက်ပေးခြင်း

၄။ ရေချိုးရန် ဆပ်ပြာခဲ, အမှုန့် ပေးခြင်း

၅။ ကလေးကို ချီပေး, ထိန်းပေးခြင်း

၆။ သူ့ကို မြှောက်ပင့်ပြောခြင်း

၇။ ကိုယ့်ကို နှိမ့်ချပြောခြင်း

၈။ အခိုင်းအစေခံခြင်း

၉။ စာတမန်ပေးမှု ပြုခြင်း

၁၀။ မြေကြန်အတတ်ဟောခြင်း

၁၁။ လယ်ယာကျိုး ပြစ် ဟောခြင်း

၁၂။ လက္ခဏာကြည့်ဟောခြင်း

၁၃။ နက္ခတ်တာရာ မေဒင်ဟောခြင်း

၂၁။ ရှေးက ပြပြီး ကုလဒူသန် ၈-ပါး

ပေါင်း (၂၁) ပါးတို့သည် ရဟန်းများ မရှာမှီးအပ်သောကြောင့် အနေသနည်း၏။

ဆောင်ပုဒ်

၁။ မျက်ဆွမ်းရွက်မှုန့်၊ ချီးမြေ ကြက်ကြို့၊ ခိုင်းတို့ စာတမန်။
၂။ မြေကြွနဲ့လယ်ယာ၊ လက္ခဏာ၊ တားရုဟော ဝန့်တန်။
၃။ ယင်းဆယ့်သုံးပါး၊ ရှေးရှစ်ပါး၊ ပေါင်းငြားနေ့ဝန်။
၄။ မရှာမမျိုးသင့်ငြား၊ နှစ်ဆယ့်ဘစ်ပါး၊ မှတ်သား ရှောင်ကျင့်ကြ။

ဒါယကာလေးမျိုး

၁။ မတောင်းအပ် မပေးအပ်သောသူ၊ ပစ္စည်းလေးပါး ဖိတ်၍ ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ် မပြုသူ။

ဆောင်ပုဒ်

ဝတ်ကားနှမ်၊ ဖိတ်ကြားသူ၊ တောင်းယူမပေးအပ်။

၂။ ပေးကောင်း၍ မတောင်းကောင်းသူ၊ ဝတ်ကြီးဝတ်ငယ်ပြု၍ မဖိတ်ကြားသူ။

ဆောင်ပုဒ်

ဖိတ်ကြားမကျ၊ ဝတ်ကားကျ၊ ပေးလေမတောင်းအပ်။

၃။ ပေးကောင်းတောင်းကောင်းသူ၊ ဝတ်လည်းကျ၊ ဖိတ်လည်းဖိတ်သူ။

ဆောင်ပုဒ်

ဖိတ်ကြားသဖြင့်၊ ဝတ်လည်းကျင့်၊ ပေးသင့်တောင်းသင့်မှတ်။

၄။ မပေးသင့် မတောင်းသင့်သူ၊ ဝတ်လည်းမကျ၊ ဖိတ်လည်းမဖိတ်သူ။

ဆောင်ပုဒ်

ဖိတ်ကြားကင်းဝေး၊ ဝတ်လည်းဝေး၊ မပေးမတောင်းအပ်။

ဆွမ်းမခံအပ်သောအိမ် ၆–အိမ်

၁။ သေတင်းကုပ်
၂။ ပြည့်ဘန်ဆာအိမ်
၃။ မုဆိုးမအိမ်
၄။ အပျိုကြီးအိမ်
၅။ ပဏ္ဍုက်အိမ်
၆။ ဘိက္ခုနီမကျောင်း

ဆောင်ပုဒ်

အရက်ဆိုင် ပြည့်တန်ဆာမ၊ မုဆိုးမနှင့်၊ ပဏ္ဍုကတသီး အပျို ကြီးအိမ်ပ၊ ရဟန်းမနေရာ၊ ဤခြောက်ဖြာ၊ ဆွမ်းစာ မခံအပ်

မအပ်သောသက်န်းဆိုးရေ (၉)မျိုး

(၁) နနွင်းမြစ်၊ (၂) ထန်းကျင့်ငင်၊ (၃) ပိန်းနဲ့နွယ်ငင်၊ (၄) မဲရွက်၊ (၅) ဒန်းရွက်၊ (၆) ကြပိုင်ခေါက်၊ (၇) ဒေါက်ရပ် ခေါက်၊ (၈) ဝတ်ပန်းပွင့်၊ (၉) ပေါက်ပွင့်အားဖြင့် ၉-မျိုး။

ဆောင်ပုဒ်

၁။ နနွင်းမြစ်နှင့်၊ ပင်စည်ဆင့်၊ ထန်းကုင့်ပိန် နဲ့နွယ်။

၂။ မဲ-ဒန်း ရွက် လျော်က်၊ ကြပိုင်ခေါက်၊ ဒေါက်ရပ် နှစ် မျိုးဆွယ်။

၃။ ဝတ်ပန်းပေါက်ပွင့်၊ ဆိုးရေနှင့်၊ မသင့်ကိုးပါးပယ်။

မအပ်သော သက်န်းရောင်

၁။ မအောင်မဲညိုပွင့်မျှ ညိုသောသက်န်း၊

၂။ မဟာရင်လှ ဂာပွင့်မျှ ဝါရွှေသောသက်န်း၊

၃။ လယ်ခေါင်ရန်းမျှ နီသောသက်န်း၊

၄။ ခရမ်းရောင်မျှ တောက်သောသက်န်း၊

၅။ ပုဘီးနက်စေ့၊ ချေစိုကျီးတောင်မျှ မဲနက်သောသက်န်း၊

၆။ ကင်းခြေများရောင် သက်န်း၊

၇။ ပဒုမ္မာကြာပွင့်မျှ နီဖြော့သောသက်န်းများကို မဝတ်အပ်။

ဆောင်ပုဒ်

ညိုလွန်း၊ဝါလွန်း၊ နီလွန်းခရမ်းရောင်၊ နက်လှောင်ဂင်းကျောင်၊ နီပျော့နှော၊ မအပ်သော သက်န်းရောင်။

ဝါကပ်-ဝါဆိုပုံ ပါဠိမြန်မာ

၁။ ဣမသ္မိံ ဝိဟာရေ ဣမံ တေမာသံ ဝဿံ ဥပေမိ။

(သုံးခေါက်)

ဤကျောင်းတိုက်အတွင်း ဤဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး ဝါကပ်ပါ၏၊ နေထိုင်ပါ၏။

ဝါပန်ပုံ ပါဠိမြန်မာ

၁။ အနေန္တာ သတ္တာဟော ပဋိနိဝတ္တိဿာမိ။ (သုံးခေါက်)

ခုနစ်ရက်အတွင်း၊ ပြန်လာပါမည်ဟု နှလုံးသွင်း စိတ်ထား၍ သွား ရ၏။

ဝါပန်၍သွားနိုင်သော အကြောင်းများ

(က) ဒါနဥ္စ ဒါတုံ။ (ခ) ဓမ္မဥ္စ သောတုံ။ (ဂ) ဘိက္ခူစ ပဿိတုံ။

အလှူ ပေးပါသည်။ တရား နာလိုပါသည်။ ရဟန်းတော်များ၊ကို ဖူးလိုပါသည်-ဟူသော အပ်စပ်သောပင့်နည်းတို့ဖြင့်ပင့်လျှင် သွားရ ကောင်းသည်။

သို့သော် သီတင်းသုံးဖော်မိဘများ ဖျားနာမှုစသည် အကြောင်းရှိ ခဲ့သော် မပင့်သော်လည်း သွားကောင်းသည်၊ ကျန်အကြောင်းများ ကြောင့် မရပေ။

ဆောင်ပုဒ်

၁။ လှူလိုနာလို၊ ဖူးမြော်လို၊ လျှောက်ဆိုမှ သွားအပ်သည်။
၂။ သီတင်း သုံးဖော်၊ မိဘသော်၊ မပင့် သော်လည်း သွား အပ်သည်။
၃။ ထိုမှသောသ၊ ကြွင်းသမျှ၊ သွားရမရှိပြီ။

လပြည့်နေ့ လကွယ်နေ့တိုင်း ဥပုသ်ပြုပုံများ
၁၄-ရက်၊ ၁၅-ရက် နှစ်မျိုး

တပါးနေရာ၌ ပြုပုံ

၁။ အဇ္ဇ မေ ဥပေါသထော (ပန္နရသော) အဓိဋ္ဌာမိ (စာတုဒ္ဒ သော) အဓိဋ္ဌာမိ။

နှစ်ပါးပြုပုံ

၂။ ပရိသုဒ္ဓေါ အဟံ အာဝုသော၊ ပရိသုဒ္ဓေါတိ မံ ဓာရေဟိ။ (အကြီးဆိုရန်)။

၂။ ပရိသုဒ္ဓေါ အဟံ ဘန္တေ ပရိသုဒ္ဓေါတိ မံ ဓာရေထ။ (အငယ်ဆိုရန်)။

သုံးပါးပြုပုံ

၃။ သုဏာန္တု မေ အာယသ္မန္တော၊ အဇ္ဇုပေါသထော (ပန္နရသော-စာတုဒ္ဒသော)။

အာယသ္မန္တာနံ ပတ္တကလ္လံ၊ မယံ အညမညံ ပါရိသုဒ္ဓိဥပေါသထံ ကရေယျာမ။

ဟူ၍ ဥတ်ထားပြီးလျှင် နှစ်ပါးနည်းအတိုင်း ဆို၍ ပြုရမည်။ ၄-ပါး ရှိလျှင် ထိုထက်များလျှင် သံဃဥပုသ်ပြုရမည်။

ပဝါရဏာ ဥတ်ထားပုံများ

ပဝါရဏာသည်-သာမညပဝါရဏာ၊ တေဝါစိက (သုံးခေါက်ဆို)၊ ဒွေဝါစိက (နှစ်ခေါက်ဆို)၊ ဧကဝါစိက (တစ်ခေါက်ဆို)ပဝါရဏာ၊ သမာနဝဿိက ပဝါရဏာ အားဖြင့် ငါးမျိုးရှိ၏၊ ၅-ပါးအထက် သံဃပဝါရဏာပြုရ၏။

သံဃပဝါရဏာ

၁။ သာမည၌-သုဏာတု မေ ဘန္တေ သံဃော၊ အဇ္ဇ ပဝါရဏာ၊ ယဒိ သံဃဿ ပတ္တကလ္လံ၊ သံဃော ပဝါရေယျ-

ဟု ဥတ်ထားရ၏။

တေဝါစိက စသည် ဥတ်ထားပုံများ

၂။ သုဏာတု မေ ဘန္တေ သံဃော တေဝါစိကံ ပဝါရေယျ။ (ဒွေဝါစိကံ) (ဧကဝါစိကံ) (သမာနဝဿိကံ) ပဝါရေယျ-

ဟူ၍ သူ့အလိုက်ပြင်၍ ဆိုပါ။ (သံဃပဝါရဏာ လေးမျိုးရှိ၏)။

လေးပါး ဥတ်ထားပုံ

၃။ သုဏန္တု မေ အာယသ္မန္တော အဇ္ဇ ပဝါရဏာ။ ယဒါယသ္မန္တာနံ ပတ္တကလ္လံ၊ မယံ အညမညံ ပဝါရေယျာမ-

၄။ နှစ်ပါးဖြစ်က အချင်းချင်း ပဝါရဏာပြုရမည်။ တစ်ပါးတည်းဖြစ်က အဓိဋ္ဌာန် ပဝါရဏာပြုရမည်။

ပဝါရဏာပြုပုံများ

သံဃပဝါရဏာပြုပုံ

သံဃံ ဘန္တေ ပဝါရေမိ၊ ဒိဋ္ဌေန ဝါ သုတေန ဝါ ပရိသင်္ကာယ ဝါ ဝဒန္တု မံ အာယသ္မန္တော၊ ပဿန္တော ပဋိကရိဿာမိ- ဟု ၃-ခေါက်ဆိုရပါမည်။

ဘေစိက ၃-ခေါက်၊ ဒွေဝါစိက ၂-ခေါက်၊ ဧကဝါစိက ၁-ခေါက် စသည်တစ်ပါးစီဆို သမာနဝဿိကမှာ ဝါတူချင်း ၃-ခေါက်စီ ဆိုရပါမည်။

ကထိန်ခင်းပုံ အစီအစဉ်

၁။ ကထိန် ခင်းရသောသင်္ကန်းများမှာ-

ဒုကုဋ်၊ ကော်သီ၊ သင်းပိုင်ဟူ၍ ၃-ထည်တို့တွင်း တထည်ထည်ဖြင့် ခင်းရသည်။

၂။ ခရုးကသင်္ကန်းတောင်း၊ ပစ္စုဒ္ဓိုရ်ပြုပုံ

ဣမံ သံဃာဋိံ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ။ (ဒုကုဋ်) ဣမံ ဥတ္တရာသင်္ဂံ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ၊ ဣမံ အန္တရဝါသကံ ပစ္စုဒ္ဓရာမိ-ဟု ကော်သီ၊ သင်းပိုင်အလိုက် ပြုပါ။

၃။ ကပ္ပဗိန္ဒုထိုးပုံ

မင်၊ ခဲတံ၊သစ်ရွက်၊ ရွှံ့ညွန်များတွင် တစ်ခုခုဖြင့် ဒေါင်းမျက်စိ ကြမ်းပိုး ကျောက်ကုန်းနှံ့မျှ အလုံးအပြောက် ရေးထိုးရမည်။

၄။ အဓိဋ္ဌာန်တင်ပုံ

ဣမံ သံဃာဋိံ အဓိဋ္ဌာမိ၊ ဣမံ ဥတ္တရာသင်္ဂံ အဓိဋ္ဌာမိ၊ ဣမံ အန္တရဝါသကံ အဓိဋ္ဌာမိ- ဟူ၍ ဒုကုဋ် ကော်သီ သင်းပိုင် အလိုက် အဓိဋ္ဌာန် တင်ရမည်။

၅။ ကထိန်ခင်းပုံ

ဣမာယ သံဃာဋိယာ ကထိနံ အတ္ထရာမိ–ဟု သုံးကြိမ်။
ဣမိနာ ဥတ္တရာသံဂေန ကထိနံ အတ္ထရာမိ၊ ဣမိနာ အန္တရဝါသကေန ကထိနံ အတ္ထရာမိ–ဟု ဆို၍ ဒုကုဋ် ကော်သီ သင်ပိုင် အလိုက် ကထိန်ခင်းရမည်။

၆။ အနုမောဒနာ ပေးပုံ

ကထိန် ခံသော ခင်းသော ရဟန်းက ကြွင်းသံဃာများအား–
အတ္ထတံ ဘန္တေ (အာဝုသော) သံဃဿ ကထိနံ ဓမ္မိကော ကထိနတ္ထာရော အနုမောဒထ–ဟု ဆို၍ ပေးပါ။

၇။ အနုမောဒနာပြုပုံ

ကြွင်းသံဃာများက တစ်ပါးချင်းဖြစ်စေ၊ တပေါင်းတည်းဖြစ်စေ-
အတ္ထတံ ဘန္တေ သံဃဿ ကထိနံ ဓမ္မိကော ကထိနတ္ထာရော အနုမောဒါမ ဟု ဆို၍ ၃-ကြိမ် အနုမောဒနာ ပြုပါ။

နေလွဲရှာဝင် ပန်ကြားပုံ

အဟံ ဘန္တေ ဝိကာလေ ဂါမပ္ပဝေသနံ အာပုစ္ဆာမိ။
အရှင်ဘုရား–ဘုရားတပည့်တော် နေလွဲသော အခါ ရွာဝင်ခြင်းကို ပန်ကြားပါ၏အရှင်ဘုရား။

နိဿယည်း ယူပုံ

၁။ အာစရိယော မေ ဘန္တေ ဟောဟိ။ ။အာယသ္မတော နိဿာယဝစ္ဆာမိ။ (၃–ခေါက်ဆို)

အရှင်ဘုရား တပည့်တော် မှီခိုနေရာ နိဿယည်း ဆရာ ဖြစ်တော်မူပါ၊ ဘုရားတပည့်တော်သည်အရှင်မြတ်များကို မှီခို၍နေပါမည်ဘုရား။

၂။ ပါသာဒိကေန သမ္ပာဒေဟိ။ သမ္ပာဒေထ၊ (ဆရာဂ ဆိုရန်)။
ကြည်ညိုဖွယ်ကို ဆောင်တတ်သော ကိုယ်အမူအရာ နှုတ်အမူအရာဖြင့် သိက္ခာသုံးရပ် အကျင့်မြတ်ကို ပြည့်စုံအောင် ကျင့်ကြံ နေထိုင်နိုင်ကြပါစေ။

ဝတ်တရားတောင်းပန်လျှောက်ကြားရန်

နိဿယည်းဆရာ၌ ပြုသင့်ပြုထိုက်သော ဝတ်ကြီး ဝတ်ငယ်များကို ဘုရားတပည့်တော်အား သနားသောအားဖြင့် ခွင့်ပြုတော်မူပါဘုရား။

ဘုရားတပည့်တော်များကလည်း ခွင့်ပြုပါ၏ အရှင်ဘုရား။

သတိ

ရဟန်းငယ်များ ငါးဝါအတွင်းမှာ အမှီဆရာကင်း၍ မနေကောင်း၊ နေ့စဉ်နေ့တိုင်း အမှီဆရာနှင့် နေကောင်းသည်။ ဒါကြောင့် မှီခိုရာ နိဿယည်းဆရာကို ယူရပေသည်။

ဒေသနာကြားပုံများ
အငယ်ကြားပုံ

အငယ်။ အဟံ ဘန္တေ သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာဝိကရောမိ။
အကြီး။ သာဓု-သာဓု-သာဓု။
အငယ်။ အဟံ ဘန္တေ သမ္ဗဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိံ၊ တာ တုမှမူလေ ပဋိဒေသေမိ။
အကြီး။ ပဿသိ အာဝုသော တာ အာပတ္တိယော။
အငယ်။ အာမ ဘန္တေ ပဿာမိ။
အကြီး။ အာယတိံ အာဝုသော သံဝရေယျာသိ။
အငယ်။ သာဓု သုဋ္ဌု ဘန္တေ သံဝရိဿာမိ။
အကြီး။ သာဓု-သာဓု-သာဓု။

အကြီးကြားပုံ

အကြီး။ အဟံ အာဝုသော သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာဝိကရောမိ။
အငယ်။ သာဓုဘန္တေ-သာ-သာဓု။
အကြီး။ အဟံ အာဝုသော သမ္ဗဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိံ၊ တာ တုယှမူလေ ပဋိဒေသေမိ။
အငယ်။ ပဿထ ဘန္တေ တာ အာပတ္တိယော။
အကြီး။ အာမ အာဝုသော ပဿာမိ။

အငယ် ။ အာယတိံ ဘန္တေ သံဝရေယျာထ။
အကြီး ။ သာဓု သုဋ္ဌု-အဟံ အာဝုသော သံဝရိဿာမိ၊
အငယ် ။ သာဓု ဘန္တေ-သာဓု-သာဓု။

ဝတ္ထုသဘာဂဖြစ်က ပြန်ကြားပုံ

အငယ် ။ အဟံ ဘန္တေ သမ္ဗဟုလာ နာနာဝတ္ထုကာ သဗ္ဗာ အာပတ္တိယော အာပဇ္ဇိံ ၊ တာ တုမှမူလေ ပဋိဒေသေမိ။
အကြီး ။ ပဿသိ အာဝုသော တာ အာပတ္တိယော။
အငယ် ။ အာမ ဘန္တေ ပဿာမိ။
အကြီး ။ အာယတိံ အာဝုသော သံဝရေယျာသိ။
အငယ် ။ သာဓု-သုဋ္ဌု-ဘန္တေ-သံဝရိဿာမိ။
အကြီး ။ သာဓု-သာဓု-သာဓု။

သတိပေး တိုက်တွန်းချက်

သိက္ခာပုဒ်တွေက များလှသဖြင့် မတော်တဆ သိက္ခာပုဒ်များ ပျက်ကွက်ခဲ့ပါလျှင် အောက်ပါအတိုင်း ဒေသနာကြားမှသာ အပြစ်မှ စင်ကြယ်နိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် အပြစ်တစုံတရာ သင့်ခဲ့သော် ဒေသနာကြားပြီး စင်ကြယ်သန့်ရှင်းစေကြကာ သီလ စင်ကြယ်သူတို့၏ အကျင့်များဖြင့် ဈာန်၊ မဂ်ဖိုလ်တရားများရရှိအောင် ဆက်လက်ကျင့်ကြံကာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရရှိခံစားနိုင်ကြပါစေသတည်း။

ဓုတင်အကျင့် ၁၃-ပါး ဆောက်တည်ပုံများ

ဓုတင်= လောဘ ဒေါသစသော ကိလေသာတို့ကို ခေတ္တအားဖြင့် ခါတွက်ပယ်သတ် ဖျက်ဆီးတတ်သော အကျင့်တည်း။

ယင်းဓုတင်အကျင့်သည်—

၁။ ပံသုကူဓုတင်= ပံ့သကူသင်္ကန်းကိုသာ ဝတ်ရုံသော အကျင့်။
၂။ တိစီဝရိက်ဓုတင်= သင်္ကန်း သုံးထည်ကိုသာ ဝတ်ရုံသောအကျင့်။
၃။ ပိဏ္ဍပါတ်ဓုတင်= ဆွမ်းခံ၍သာ စားသောအကျင့်၊
၄။ သပဒါနစာရိကဓုတင်—အိမ်စဉ်မကျော်ဘဲ ဆွမ်းခံသောအကျင့်။

၅။ ဧကာသနိက်ဓုတင်=တစ်နေရာထည်း၌သာ စားသောအကျင့်။
၆။ ပတ္တပိဏ္ဍိကဓုတင်=စားခွက်တစ်ခုတည်း၌သာ ထည့်သော် အကျင့်။
၇။ ခလုပစ္ဆာဘတ်ဓုတင်=တော်ပြီဟုတားမြစ်ပြီးနောက်မစားသော အကျင့်။
၈။ အာရညကဓုတင်=တောရကျောင်းနေသောအကျင့်။
၉။ ရုက္ခမူဓုတင်=သစ်ပင်အောက်၌သာ နေသောအကျင့်။
၁၀။ အဗ္ဘောကာသိကဓုတင်= အမိုးမရှိ အပြင်ဘက်၌သာ နေသော အကျင့်။
၁၁။ သုသာနိဓုတင်=သုသာန်၌သာ နေသောအကျင့်။
၁၂။ ယထာသန္တတိဓုတင်= မိမိအတွက် ချထားရာ၌သာ နေသော အကျင့်။
၁၃။ နိသဇ္ဇိဓုတင်=မလျောင်းဘဲ သွားခြင်း, ရပ်ခြင်း, ထိုင်ခြင်းဖြင့် သာနေသော အကျင့်အားဖြင့် ၁၃-ပါးရှိ၏။

ပံသုကူဓုတင်ဆောက်တည်ပုံ

၁။ ဂဟပတိဒါန စီဝရံ ပဋိက္ခိပါမိ-ဟု ပါဠိဘာသာဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ဒါယကာလှူဒါန်းသော သင်္ကန်းကို ပယ်ပါ၏ ဟု မြန်မာလို ဖြစ်စေ၊ ပံသုကူလိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ-ဟု ပါဠိဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ပံသုကူသင်္ကန်းဝတ်ရုံသူဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏-ဟု မြန်မာလိုဖြစ်စေ ဆောက်တည်နိုင်ပါသည်။

တိစီဝရိက် ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၂။ စတုတ္ထစီဝရံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ လေးခုမြောက် သင်္ကန်းကို ပယ်ပါ၏။

တေစီဝရိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ၊ သင်္ကန်း သုံးထည်သာ ဝတ်ရုံကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏ဟုဆို၍ ဆောက်တည်ရ၏။ (တိစီဝရိက် ဓုတင်ဆောင်ရာမှာ- သင်းပိုင်, ကိုယ်ရုံ, ဒုကုဋ်ဟု သုံးထည်သောသင်္ကန်း များကိုသာ ဝတ်ရုံရသည်၊ လေးထည်မြောက် သင်္ကန်းကို သုံးယာသည်နှင့်တပြိုင်နက် ဓုတင် ပျက်သည်၊ ဓုတင်တိုင်းပျက်လျှင် ပြန်၍ ဆောက်တည်ရသည်ကို သတိပြုပါ)။

ပိဏ္ဍပါတ် ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၃။ အဘိဓရကာလဘံ ပဋိက္ခိပါမိ၊ ဆွမ်းခံလက် ပိုသော ဆွမ်းကို ပယ်ပါ၏။

ပိဏ္ဍပါတိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ၊ ဆွမ်းခံလေ့ရှိသူ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။ (ဆွမ်းခံရှိသာ စားပါသည်၊ ဆွမ်းခံမှ တခြားသောဆွမ်းကို စားလျှင် ဓုတင်ပျက်၏၊ ပြန်ဆောက်တည်ပါ)။

သံပဒါနစာရိက ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၄။ လောလုပ္ပစာရံ ပဋိက္ခိပါမိ။

မက်မောမှုဖြင့် အိမ်စဉ်ကျော်၍ ဆွမ်းခံမှုကို ပယ်ပါ၏။

သပဒါနစာရိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။ အိမ်စဉ်တိုင်း ဆွမ်းခံသူ၏ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။ (အိမ်စဉ်အတိုင်း မကျော်ဘဲ ဆွမ်းခံသွားရသည်၊ ကျော်လွန်သွားပါက ဓုတင်ပျက်သည် ပြန်၍ ဆောက်တည်ပါ)။

ကေသနိက်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၅။ နာနာသနဘောဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။

နေရာအမျိုးမျိုး၌ စားခြင်းကို ပယ်ပါ၏။

ကေသနိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။ တစ်ထိုင်တည်း၌သာ စားသူ၏ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။ တစ်နေရာတည်း၌သာ နေ၍ ဆွမ်းစားရသည်။ (နှစ်နေရာ သုံးနေရာ စသည်၌ စားလျှင် ဓုတင်ပျက်၏၊ ပြန်ဆောက်တည်ပါ)။

ပတ္တပိဏ်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၆။ ဒုတိယဘာဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။

နှစ်ခုမြောက် စားခွက်ကိုပယ်ပါ၏။

ပတ္တပိဏ္ဍိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

တစ်ခွက်တည်း၌ ပေါင်းထားသော စားဖွယ်ကို စားလေ့ရှိသူ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။

(ကစ်ဘည်း၌သာ စုပေါင်းထည့်၍ စားဖွယ်များကို စားရသည်၊ နှစ်ခုမြောက်ခွက်၌ ထည့်စားလျှင် ဓုတင်ပျက်၍ ပြန်ဆောက်တည်ပါ)။

ခလုပစ္ဆာဘတ် ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၇။ အတိရိတ္တံ ဘောဇနံ ပဋိက္ခိပါမိ။
ပယ်မြစ်ပြီးဘောဇဉ် စားခြင်းကိုပယ်ပါ၏။

ခလုပစ္ဆာဘတ္တိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

ပယ်မြစ်ပြီးဘောဇဉ်ကိုမစားသူ၏ ဖြစ်ကြောင်းစေတနာကိုဆောက်တည်ပါ၏။

(ပယ်မြစ်ပြီး ဘောဇဉ် အတိရိက် ဝိနည်းကံ ပြုပြီးသော ဘောဇဉ်ကို မစားရ၊ စားလျှင် ဓုတင်ပျက်၏၊ ပြန်ဆောက်တည်ပါ)။

အာရညကင် ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၈။ ဂါမန္တသေနာသနံ ပဋိက္ခိပါမိ။
ရွာကျောင်းကိုပယ်ပါ၏။

အာရညိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

တောကျောင်းဓုတင် ဆောက်တည်သူသည် လေးတောင် ဝါ ငါးရာရွာမှ ဝေးကွာသော တောရကျောင်း၌နေရ၏၊ အရုဏ် တက်စေရ၏။

အကြောင်းရှိ၍ ရွာအနီးသို့ သွားရသော်လည်း အရုဏ် တက်ချိန်၌ တောရကျောင်း၌သာ နေရ၏၊ မနေလျှင် ဓုတင်ပျက်၏၊ ထပ်ဆောက်တည်ပါ။

ရုက္ခမူဓုတင်ဆောက်တည်ပုံ

၉။ ဆန္နံ ပဋိက္ခိပါမိ။
အမိုး ရှိသော နေရာကို ပယ်ပါ၏။
ရုက္ခမူလိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။

သစ်ပင်အောက်၌ နေသူ၏ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။

(သစ်ပင်အောက်၌သာ နေရသည်၊ တခြားအမိုးအောက် နေလျှင် ဓုတင်ပျက်၏၊ ပြန်ဆောက်တည်ပါ။ (အမိုးမရှိရာ နေရာ၌ အပြစ်မရှိ)

အဗ္ဘောကာသိက ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၁၀။ ဆန္နဥ္စ ရုက္ခမူလဥ္စ ပဋိက္ခိပါမိ။
အမိုးသစ်ပင်ရင်းကို ပယ်ပါ၏။
အဗ္ဘောကာသိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။
ဟင်းလင်းပြင် လွင်တီးခေါင်၌ နေသူ၏ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။ (အမိုးရှိရာသို့ ဖြစ်စေ၊ သစ်ပင်အောက်သို့ ဖြစ်စေ နေလျှင် ဓုတင်ပျက်၏)။ ဥပုသ်ပြုရာ တရားနာရာစသည်တို့ကြောင့် အမိုးအောက်ဝင်လျှင် ဓုတင် မပျက်ပါ)။

သုသာန်ဓုတင် ဆောက်တည်ပုံ

၁၁။ န သုသာနံ ပဋိက္ခိပါမိ။
သုသာန် မဟုတ်သောအရပ်ကို ပယ်ပါ၏။
သောသာနိကင်္ဂံ သမာဒိယာမိ။
သုသာန်၌ နေသူ၏ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။
သုသာန်မဟုတ်သောအရပ်၌နေလျှင် ဓုတင်ပျက်၏၊ ပြန်ဆောက်တည်ပါ။

ယထာသန္တတိဓုတင်ဆောက်တည်ပုံ

၁၂။ သေနာသန လောလုပ္ပံ ပဋိက္ခိပါမိ။
ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာ၌ မက်မောသောတဏှာကို ပယ်ပါ၏။
ယထာသန္တတိ ကင်္ဂံသမာဒိယာမိ။
ချထားပေးသောနေရာ၌ နေသူ၏ ဖြစ်ကြောင်း စေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။
ကျောင်းအိပ်ရာ နေရာ၌ မနေဘဲ တခြားနေရာ၌ နေလျှင် ဓုတင်ပျက်၏၊ ပြန်ဆောက်တည်ပါ။

နိသဇ္ဇိဓုတင်ဆောက်တည်ပုံ

၁၃။ သေယျံ ပဋိက္ခိပါမိ။
လဲလျောင်းအိပ်နေခြင်းကို ပယ်ပါ၏။
နေသဇ္ဇိကင်္ဂံသမာဒိယာမိ။

ထိုင်၍သာနေသူ၏ ဖြစ်ကြောင်းစေတနာကို ဆောက်တည်ပါ၏။
လျောင်းအိပ်လျှင် ခုတင်ပျက်၏၊ ပြန်ဆောက်တည်ပါ။
ရပ်နေ၊ စင်္ကြံလျှောက်နေလျှင် ခုတင်မပျက်ပါ။
သတိ။ ။ခုတင်အကျင့်များဖြင့် တဏှာ လောဘ စသော ကိလေသာများကို ပယ်ခွာကျင့်ကြံနိုင်ကြ၍ – တဏှာ လောဘ ကင်းပြတ်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရရှိခံစားနိုင်ကြပါစေ သတည်း။

ဒုလ္လဘရဟန်းများ လူထွက်ခါနီး သိက္ခာချပုံ

ဒုလ္လဘရဟန်းတော်များ လူဝတ်လဲခါနီး သိက္ခာချပုံမှာ အမျိုးမျိုးရှိပေသည့် ထိုနည်းများမှ အများသုံးစွဲသည့်နည်းကို ပြပါမည်။
ရဟန်းတော်သည် ဆရာ့ထံကပ်ရောက်၍ လက်အုပ်ချီကာ အောက်ပါအတိုင်း သိက္ခာချရသည်။

သိက္ခာချပုံ

ပထမဦးစွာ ရှင်သာမဏေအဖြစ်ကိုမှန်း၍ သာမဏေရေ တိ မံ ဓာရေထ–ဟု (၃) ခေါက်ဆိုရမည်။
ဘုရားတပည့်တော်ကို ရှင်သာမဏေဟူ၍ မှတ်တော်မူပါဘုရားဟူ၍ မြန်မာလိုလည်း ၃–ခေါက်ဆိုရမည်၊ မိမိစိတ်ထည်းမှာလည်း သာမဏေ ဖြစ်သွားပြီဟုမှတ်ပါ။
ထိုနောက် လူဝတ်လဲဝတ်ဆင်ပြီး ဆရာ့အထံလာ၍ လူ့အဖြစ်ကို စိတ်မှန်းထားကာ အောက်ပါအတိုင်း ဆိုပါ–
ဥပါသကောတိ မံ ဓာရေထ– ပါဠိလို သုံးခေါက်ဆိုပါ။
ဘုရားတပည့်တော်ကို– လူဖြစ်သူ ဒါယကာဟူ၍ မှတ်တော်မူပါဘုရားဟု မြန်မာလိုလည်း သုံးခေါက်ဆိုပါ။ ဤမျှဖြင့် သိက္ခာကျလောက်ပါပြီ။
ထို့နောက် အလိုရှိလျှင်–ဘုရား တပည့်တော် တပည့်ရင်း မှတ်၍ လောကီလောကုတ္တရာ၌ လိမ္မာအောင် ဆုံးမတော်မူပါ။
ပစ္စည်းလေးပါးဒကာမှတ်၍ လိုအပ်သော ပစ္စည်းများကို လည်း တောင်းခံတော်မူပါ အရှင်ဘုရားဟူ၍ ပစ္စည်းလေးပါး ကား လျှောက် နိုင်လျှင် အလှူဒါနဝတ်မြဲ၍ အလွန်အကျိုးကြီးမြတ်ပါသည်၊

ရှင်ရဟန်းများ၏ သာသနာ့ကျင့်ဝတ်များ

သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရှင်ရဟန်းများ လိုက်နာကျင့်သုံးရမည့် ကျင့်ဝတ်များမှာ–

(က) သီလသိက္ခာ၊ သီလကျင့်ဝတ် (ခ) သမာဓိသိက္ခာ သမာဓိကျင့်ဝတ် (ဂ) ပညာသိက္ခာ၊ ပညာကျင့်ဝတ် ဟူ၍ သုံးပါးရှိ၏။

၁။ ထိုတွင် ရှင်သာမဏေများ ကျင့်သုံးရမည့် (၇၅) ပါးသော သိက္ခာပုဒ်များနှင့် ရဟန်းတော်များ ကျင့်သုံးရမည့် (၂၂၇) သွယ်သော သိက္ခာများသည် သီလသိက္ခာ မည်ပါ၏။

၂။ ရှင်ရဟန်းများ ကျင့်သုံးပွားများရမည့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိစသော ကမ္မဋ္ဌာန်းပွားများမှု ကျတ်ဝတ်များသည် သမာဓိသိက္ခာကျင့်ဝတ်များ မည်ပါ၏။

ပွားများပုံ

တစ်နေ့ရာရာမှာ တင်ပလ္လင်ခွေထိုင်၍–

(က) ခါးစန့်စန့် ထား၍ပြီးလျှင် အရဟံ–ဘေးရန် ပယ်သတ်ကာ နတ်ပြဟ္မာ သတ္တဝါတို့၏ ဝပ်စင်း ဦးခိုက် ပူဇော်ထိုက်ပါပေသော မြတ်စွာဘုရား၊ အရဟံ–အရဟံ ဟု ပွားများနေခြင်းသည် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ မည်၏။

ဗုဒ္ဓေါ–ဥဿယျဉ်ပါးဖြာ သစ္စာလေးပါး ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ ဗုဒ္ဓေါ–ဗုဒ္ဓေါ ဟူ၍ ဖြစ်စေ၊ ဘဂဝါ–ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ ဘဂဝါဟူ၍ ဖြစ်စေ– အရဟံ–ဗုဒ္ဓေါ–ဘဂဝါဟု သုံးပါးလုံး ပေါင်း၍ ဖြစ်စေ အဓိပ္ပါယ်သိ၍ ပွားများနေခြင်းသည် ဗုဒ္ဓါနုဿတိပွားနည်း မည်၏။

(ခ) သွာက္ခါတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော–ဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရားသည် ကောင်းစွာ ဆုံးမ ဟောပြတော်မူအပ်သော တရားမြတ် ပေတည်း– စသည်ဖြင့် ပွားများနေခြင်းသည် ဓမ္မာနုဿတိ မည်၏။

(ဂ) သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော- ဘုန်းတော်သခင် ရှင်တော်မြတ်ဘုရား၏ ဆုံးမတိုင်းသာ လိုက်နာကျင့်ပွားနေသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတည်း၊ သုပ္ပဋိပန္နော သုပ္ပဋိပန္နော စသည်ဖြင့် ပွားများနေခြင်းသည် သံဃာနုဿတိ မည်၏။

(ဃ) မိမိခန္ဓာကိုရှုစိုက်၍ အရိုးစု-အရိုးစုဟူ၍ဖြစ်စေ အလောင်းကောင် အလောင်းကောင်ဟူ၍ ဖြစ်စေ ပွားများ နေခြင်းသည် အသုဘ ပွားနည်း မည်၏။

(င) မရဏံ မေ ဘဝိဿတိ - ငါ သေရချေဦးမည် စသည်ဖြင့် အထပ်ထပ်ပွားများနေခြင်းသည် မရဏာနုဿတိ ပွားများနည်း မည်၏။

(စ) သတ္တဝါအားလုံးတို့အပေါ် ရှုစိုက်၍ သတ္တဝါအားလုံး ဘေးရန်ကင်းကွာ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ ဟူ၍ ပွားများနေခြင်းသည် မေတ္တာဘာဝနာ ပွားများသည်မည်၏။

ဘာဝနာပွားများရာ၌ အဖျင်းဆုံး ၅-မိနစ်၊ ၁၀-မိနစ်၊ နာရီဝက်၊ တစ်နာရီ စသည်ဖြင့် အချိန်ကြာကြာ ထိုင်နိုင်လျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပေသည်။ ကြာကြာ ထိုင်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြပါလေ။

၃။ ဝိပဿနာ ရှုမှတ်ခြင်းသည် ပညာ သိက္ခာ အကျင့် မည်၏။ ဝိပဿနာပညာ အကျင့်ကို ရှုမှတ်လိုသော ယောဂီများသည်-

(က) တင်ပလ္လင်ခွေ ထိုင်နေပါ၊ ခါးမှာ ဖြောင့်ဖြောင့် ထား။
(ခ) မလှုပ်ရှားနှင့်၊ ငြိမ်ငြိမ်နေ၊ စိတ်တွေ မလွင့်ပါ။
(ဂ) မျက်စိ မှိတ်ကာ၊ ပေါင်းငုံ့ကာ၊ ဝမ်းမှာစိတ်ကိုထား။
(ဃ) ဖောင်းတာ ပိန်တာ၊ ရှုစိုက်ကာ၊ မှတ်ပါယောဂီများ။

ဟူသော ဆောင်ပုဒ်များအတိုင်း မှတ်ရပါမည်။

သတိပြုရန်။ ။ ဝမ်းဗိုက်ကိုစိတ်ရှုစိုက်ထားလျှင် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်၍ နှာသီးဖျားနှုတ်ခမ်း စသည် စိတ်စိုက်ထားလျှင် ဝင်လေ ထွက်လေ ဟူ၍ ဖြစ်စေ၊ ထိတယ် သိတယ်ဟူ၍ ဖြစ်စေ မှတ်နိုင်ကြပါသည်။

ဝမ်းဗိုက် စူးစိုက် မှတ်ပုံများမှာ- တင်ပလ္လင်ခွေ ထိုင်နေပါ၊ သို့မဟုတ် ကျုံ့ကျုံ့ထိုင်ပါ၊ ခါးကို ဖြောင့်ဖြောင့် နေ့စန့်ထားပါ၊ ခေါခဏ မလှုပ်ရှားစေဘဲ ငြိမ်ငြိမ်နေရာ စိတ်ကိုးမှ ဌာန်း အားရုံဆီသို့ ထိန်းချုပ်ထားပါ၊ မျက်စိကို မှိတ်၍ ဦးခေါင်းကို ငုံ့ငုံ့ ခပ်ငဲ့ငဲ့ထားပြီး စိတ်ကိုဝမ်းဗိုက်သို့ စူးစိုက်ထားရပါမည်။

ထိုသို့ ထားသော အခါ အသက်ရှူ ဝင်လေ ထွက်လေများတွင် ရှူသွင်းခြင်း၊ ဝင်လေအခိုက်မှာ ဝမ်းဗိုက်၏ လှုပ်ရှားတောင့်တင်းဖောင်းကြွမှု အသက် မှုတ် ထုတ်လိုက်သောအခါ ထွက်လေအခိုက် ဝမ်းဗိုက်၏ လှုပ်ရှားလျှော့ကျမှုများကို တွေ့ရပါလိမ့်မည်၊ ထိုသို့ တွေ့ရသောအခါ ဝင်လေအခိုက် ဖောင်းတက် လာသည်ကို အာရုံစိုက်၍ ဖောင်းတယ်ဟု မှတ်သိပါ၊ ထွက်လေအခိုက် ပိန်ကျသည်ကို အာရုံစိုက်၍ ပိန်တယ်ဟု မှတ်သိပါ၊ (ဝင်လေအခိုက် ဖောင်းတယ်၊ ထွက်လေအခိုက် ပိန်တယ်) ဟူ၍ အရှိန်ရအောင် မှတ်နေရပါမည်။

ဖောင်းတယ်ပိန်တယ်ဟု မှတ်နေသောအခါ ဖောင်းပိန်ခိုက် အမှတ်ခံအာရုံ ရုပ်တရား၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် မှတ်သိတာက နာမ်တရားဟူ၍ ရုပ်နာမ်တရားများကို ခွဲခြားသိရပါလိမ့်မည်၊ ထိုသို့ သိမှုကို နာမ်ရုပ်ခွဲခြားသိသော (နာမ ရူပပရိစ္ဆေဒ) ဉာဏ်ဟု ခေါ်ရသည်။

ကြာကြာမှတ်နေသောအခါ ဖောင်းမှုပိန်မှုကြောင့် မှတ်ရှုစိတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာရပေသည်ဟု ဖောင်းတာ ပိန်တာကို အကြောင်းတရား၊ ဖောင်းပိန်ဟူ၍ မှတ်သိရတာက အကျိုးတရားဟူ၍ အကြောင်းအကျိုး ခွဲခြား၍သိသောဉာဏ်ကို ပစ္စယ ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဟု ခေါ်ရပါသည်။

ဆက်လက်၍ မှတ်နေပါက ဖောင်းပိန်လိုက် မှတ်လိုက် ဖြစ်ကာ ဖောင်းပိန်ရော မှတ်သိစိတ်ပါဖြစ်ပြီး ပျောက်ပျက်တာကို မြင်ရပါမည်။

ထိုသို့မြင်တွေ့ရသောအခါ ဖောင်းပိန်ရော မှတ်စိတ်များပါ အနိစ္စ၊ ဖြစ်ပြီးပျက်-မမြဲ၊ ဒုက္ခ-ဖြစ်ပျက် အနှိပ်စက် ခံရမှု- ဆင်းရဲ-ရုပ်နာမ်မျှ ဆက်သက်၊ ကြောင်းကျိုးဆက်တာ သူ့သဘောအတိုင်း အနတ္တ ဖြစ်ပျက်နေသော သဘောမျှ ဖြစ်၍၊ အနတ္တ- အစိုးမရ၊ အတ္တကောင်၊

ဝိညာဏ်ကောင်မရှိ၊ ဖန်ဆင်းရှင်များ ဖန်ဆင်းထားသည်မဟုတ်၊ အနတ္တသဘောမျှသာဖြစ်ပေသည် စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်သုံးသပ်သော သမ္မသနညာဏ် ဖြစ်ပေါ်ရမေသည်။

ရှေ့ဆက်လက်၍ ရှုမှတ်သွားပါက ဖြစ်မှု၊ ပျက်မှု၊ ပေါ်မှု၊ ပျောက်မှုများကို ထင်ရှားတွေ့သိရသော ဥဒယဗ္ဗယညာဏ်ထူးများဖြစ်ပေါ်လာရပေသည်၊ ထိုမှဆက်လက်၍ မှတ်နေနိုင်ပါလျှင် အပျက်ကိုသာမြင်ရသော ဘယညာဏ်၊ အပြစ်ကိုသာ မြင်သော အာဒီနဝညာဏ်၊ ငြီးငွေ့ခြင်းကို နိဗ္ဗိဒါညာဏ်၊ လွတ်လို လွတ်လိုသော မုဥ္စိတုကမျတာညာဏ် စသည်ဖြင့် ညာဏ်စဉ် အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ခါ မဂ်ညာဏ်, ဖိုလ်ညာဏ်တို့ဖြင့် နိဗ္ဗာန်အာရုံကို ရရှိနိုင်ပါတော့သည်။

၁။ ဖောင်းပိန်မှတ်စဉ်၊ တွင်းပြင် အာရုံ၊ ပေါ်လာတုံ၊ အကုန်လိုက်၍မှတ်။

၂။ ညောင်းကိုက်ကျင်နာ၊ ဝေဒနာ၊ မကွာလိုက်၍မှတ်။

၃။ စိတ်ကူးစိတ်ကြံ၊ အတန်တန်၊ ဖြစ်မှန်လိုက်၍မှတ်။

၄။ ကွေးချင် ဆန့်ချင်၊ ပြုပြင်ချင်နှင့်၊ ထိုင်ထ သွားချင်၊ စိတ်ဖြစ်စဉ်၊ တွင်တွင် ဦးစွာမှတ်။

၅။ ထိုမှ နောက်ဝယ်၊ ကွေးဆန့်တယ်နှင့်၊ ထိုင်တယ် ထတယ်၊ လှမ်းကြွတယ်၊ ပြုပြင်တယ်ဟုမှတ်။

၆။ ပျင်းရိလိုချင်၊ ကြည့်ရှင်ဝမ်းမြောက်၊ စိုးကြောက်ရောင်လင်း၊ ငြိမ်းခြင်းပေါ့မှု၊ သဘောစု၊ ပေါ်မှုအကုန်မှတ်။

၇။ မြင်ကြား နံရာ၊ စားထိရာနှင့်၊ ကြံသိ တွေးရာ၊ အဖြာဖြာ၊ ပေါ်ရာလိုက်၍မှတ်။

၈။ ဖြစ်ပေါ်ကြောင်းစု၊ တစ်ခုခုပင်၊ မှတ်ပြီးလျှင်၊ ယခင်ဖောင်းပိန် ပြန်၍မှတ်။

၉။ ခန္ဓာကိုယ်တွင်၊ ပေါ်စဉ်မပြတ်၊ ကုန်ရှုမှတ်က၊ အေးရပ်မြင်သန်၊ မဂ်ဖိုလ်ညာဏ်၊ ကောန်ရမည်မှတ်။

ဟူသော ဆောင်ပုဒ်များ အတိုင်း ဖောင်းမှုပိန်မှုမှတ်နေစဉ် အတွင်းက အာရုံ အပြင်ကအာရုံများပေါ်လာလျှင် ပေါ်သည့်အတိုင်း မှတ်ပါ။

အတွင်းဖြစ်တဲ့ ညှောင်းညာကိုက်ခဲ ကျင်နာမှုဝေဒနာများ ပေါ်လာလျှင်လည်း ပေါ်သည့်အတိုင်း ညှောင်းတယ်စသည်ဖြင့်မှတ်ပါ။

စိတ်ကူးမှု၊ စိတ်ကြံတွေးမှုများ ပေါ်လာလျှင်လည်း စိတ်ကူးတယ်၊ ကြံတယ်၊ တွေးတယ်စသည်ဖြင့် မှတ်ပါ။

ကွေးချင်-ဆန့်ချင်၊ ပြုပြင်ချင်တဲ့ အခါ၊ ထိုင်ထ သွားလာချင်တဲ့ စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်ရာမှာလည်း ကွေးချင်တယ်စသည်မှတ်ပါ။

ပျင်းရိခြင်း၊ ငိုချင် ရယ်ချင်ခြင်း စသည် ဖြစ်ပေါ်ရာ တို့၌လည်း ပျင်းတယ်၊ ငိုချင်တယ်၊ ရယ်ချင်တယ်စသည်ဖြင့် ဖြစ်ပေါ်သည့်အတိုင်း မှတ်ပါ။

မြင်မှု၊ ကြားမှု၊ နံမှု၊ စားမှု၊ တွေ့ထိမှု၊ ကြံစည်မှုများဖြစ်ပေါ်သော အခါမှာလည်း မြင်တယ်၊ ကြားတယ်၊ နံတယ်၊ စားတယ်၊ တွေ့ထိတယ်၊ ကြံစည်တယ်စသည်ဖြင့် ဖြစ်ပေါ်စဉ်အတိုင်း လိုက်၍မှတ်ပါ။

ထူးထူးထွေထွေ ဖြစ်ပေါ်မှု မရှိတဲ့အခါ၌- ဖောင်းပိန်ကိုသာပြန်၍ မှတ်နေရပါမည်၊ ကောင်းဆိုးတွေ့ရာ၌ ဝမ်းသာဝမ်းနည်းမှု မဖြစ်စေဘဲ ဖြစ်ပေါ်စဉ်အတိုင်းသာ မှတ်နေရပါမည်။

မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာ ပေါ်လာသော အာရုံများကို လွတ်ရအောင် အကုန်အစေ့မှတ်သွားနိုင်ပါလျှင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ ရောက်ပေါက်ကာ အေးရပ်နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်တွေ့မြင်လျက် ချမ်းသာထူးကို ခံစားကြရပါလိမ့်မည်ဟု ဆိုလို တိုက်တွန်းလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၁။ ဤနည်းဖြင့်ပင်၊ ရှုမှတ်သင်၊ ဉာဏ်စဉ်အဆုံးသတ်။

၂။ ဉာဏ်စဉ်ဆုံးလျှင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင်သွားမည်မှတ်။

၃။ နိဗ္ဗာန်လိုချင်၊ ယောဂီရှင်တို့၊ ဉာဏ်မြင်ဆင့်ဆင့်၊ မြင့်ထက်မြင့်အောင်၊ သတိဆောင်၊ စပ်အောင် ကြိုးစားမှတ်။

၄။ ဤသို့ညွှန်ပြ၊ နည်းနိဿယဖြင့်၊ ကျနသေချာ၊ ရှုမှတ်ပါက၊ ခေမာနိဗ္ဗူ၊ အရယူမည်၊ ကြည်ဖြူရှင်ပြ၊ ရှုစေသော်။

နိဂုမ်းလင်္ကာ မင်္ဂလာ

မဏ္ဍိုင်ဆရာ၊ ထေရ်မဟာ၏၊ ဖွေရှာရေးလစ်၊ နှစ်ဆယ့်တစ်မြောက်၊ ရောက်ရှိ၍လာ၊ ကျမ်းရွှေစာတား၊ ကောဇာသက္ကရာဇ်၊ တစ်သုံး ငါး တစ်ခု၊ (၁၃၅၁-ခု)၊ဥတုဝသန္တ၊ တော်သလင်းလ၏၊ ပြည့်ဝ ဆယ့်ငါး ရက်စေ့၊ ကြွက်ခင်းနေ့ဝယ်၊ ကုန်ပြည့် ရာရာ၊ ပြီးမြောက် ပါသည်၊ ရွှေစာရှုတို့ မှတ်စေသော်။

သိဗ္ဗိတ္တ ဘော ပြန်မာဝိချာ၊ သကဘာသာယ သခ်တာ။
ယောဇနာ ပါတိမောက္ခဿ၊ သာဓိပ္ပါယာ အဘေသတော။

ဆောင်

မြန်မာဝိနည်း၊ ကျမ်းမြတ်ကြီးကို၊ သိပ်သည်းသေချာ၊ ကိုယ့် ဘာသာဖြင့်၊ ကျင့်ကာမှီးလောက်၊ ပါတိမောက်၏၊ ကွေ့ ကောက်ဓိပ္ပါယ်စုံ၊ မှာကုန်ခြုံ၍၊ စေ့စုံသေချာ၊ ယောဇနာစစ၊ ကုန်တင်ပြသည်၊ ကြည့်ကြ, ကျင့်ကြနိုင်စေသော်။

ဒုလ္လဘမြန်မာပြန် ဝိနည်းကျမ်း ပြီးပါပြီ။

အရှင်ပညာဇောတ (အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ)
သာသနာ့မဏ္ဍိုင်ကျောင်းတိုက်၊
ပဲခူးမြို့။

၁၃၅၁-ခုနှစ် တော်သလင်းလပြည့်၊ ကြာသပတေးနေ့။

အဖိုးနှုန်းမှန်ကန်စွာဖြင့် ဝယ်ယူရရှိနိုင်ပါသည်။

ကျောင်းသုံး၊ ရုံးသုံး စာရေးကိရိယာ၊ ဒိုင်ယာရီ အမျိုးမျိုး၊ အယ်လ်ဘန်၊ စာရေးစက္ကူ ပြက္ခဒိန်များ ၂၂-ခေါင်တွဲ၊ ငါးခေါင်တွဲ၊ ဆယ်ခေါင်တွဲ၊ ရှင်ကျင့်ဝတ်၊ သဒ္ဒါ၊ ဝိနည်း၊ သင်္ဂြိုဟ်၊ ပရိတ်၊ ပဋ္ဌာန်း၊ ဓမ္မစကြာနှင့် အိမ်ဆောင် ဓမ္မဒါန စာအုပ် အမျိုးမျိုးတို့ကို လက်လီ လက်ကား အဖိုးနှုန်း မှန်ကန်စွာဖြင့် ဝယ်ယူ ရရှိနိုင် ပါသည်။

တင်ထွေးယဉ်စာပေ

အမှတ်-၁၁၃၊ ၂၄-လမ်း၊

လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း-(၀၁)၄၅၀၀၅။

အောက်ပါစာအုပ်များ အဆင်သင့်
ရနိုင်ပါပြီ။

၁။ ပိဋကတ်သုံးပုံ ပါဠိတော်၊ နိဿယ၊ မြန်မာပြန်။

၂။ ဘုရားရှိခိုးအမျိုးမျိုးမှုဟောင်း။

၃။ နှစ်စောင်တွဲ၊ ငါးစောင်တွဲ၊ ခြောက်စောင်တွဲ၊ ဆယ်စောင်တွဲ၊ ဆယ့်ငါးစောင်တွဲ။

၄။ ငါးရာငါးဆယ်ဇာတ်ဝတ္ထု၊ ဓမ္မပဒ၊ ဇိနတ္ထပကာသနီကျမ်းများ။

၅။ အခြားဘာသာရေးစာအုပ် အမျိုးမျိုး ရရှိနိုင်ပါသည်။

နယ်မှ မှာကြားသူများအား ဖေါ်ကိ သည် ဈေးနှုန်းဖြင့် တင်ပို့ပေးပါသည်။

ဇမ္ဗူ့ဘာသယ ပိဋကတ် စာပေတိုက်
အမှတ်-၁၁၃၊ ၂၄-လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုံး-၇၅၀၀၅။

အဖိုးနှုန်းမှန်ကန်စွာဖြင့် ဝယ်ယူရရှိနိုင်ပါသည်။

ကျောင်းသုံး၊ ရုံးသုံး စာရေးကိရိယာ၊ ဒိုင်ယာရီ အမျိုးမျိုး၊ အယ်လ်ဘန်၊ စာရေးစက္ကူ ပြက္ခဒိန်များ ၂-စောင်တွဲ၊ ငါးစောင်တွဲ၊ ဆယ်စောင်တွဲ၊ ရှင်ကျင့်ဝတ်၊ သဒ္ဒါ၊ ဝိနည်း၊ သင်္ဂြိုဟ်၊ ပရိတ်၊ ပဋ္ဌာန်း၊ ဓမ္မစကြာနှင့် အိပ်ဆောင် ဓမ္မဒါန စာအုပ် အမျိုးမျိုးတို့ကို လက်လီ လက်ကား အဖိုးနှုန်း မှန်ကန်စွာဖြင့် ဝယ်ယူ ရရှိနိုင် ပါသည်။

တင်ထွေးယဉ်စာပေ
အမှတ်-၁၁၃၊ ၂၄-လမ်း၊
လသာမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း-၀၁-၇၅၀၀၅။