ရက်စွဲ၊ – –

သို့

–––––––––––––––––––

–––––––––––––––––––

–––––––––––––––––––

ဓမ္မဒါနပြုအပ်ပါသည်။

မှ

–––––––––––––––––––

–––––––––––––––––––

–––––––––––––––––––

သက္ကပဉှဝတ္ထုတွင် မြတ်စွာဘုရားက သိကြားမင်းအား ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ဂါထာတော်

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊
သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။
သဗ္ဗရတိံ ဓမ္မရတိ ဇိနာတိ၊
တဏှက္ခယော သဗ္ဗဒုက္ခံ ဇိနာတိ။

တရားအလှူသည် အလှူအားလုံးကို အောင်နိုင်၏၊
တရားအရသာသည် အရသာအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။
တရား၌ မွေ့လျော်ခြင်းသည် မွေ့လျော်ခြင်းအားလုံးကို အောင်နိုင်၏၊
တဏှာကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်သည် အလုံးစုံဆင်းရဲကို အောင်နိုင်၏။

(ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်၊ နှာ–၆၄။ ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ–၆၀)

အိန္ဒိယနိုင်ငံမှလာ၍ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတွင် အဋ္ဌကထာကျမ်းမြတ်ကြီး ကျမ်းပြုတော်မူသော အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ ဩဝါဒမြွက်ကြားချက်

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

(ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယတွဲ၊ နှာ–၃၅၂)

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

အာဠဝကသုတ္တန်

(ပါဠိ-မြန်မာပြန်)

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန

ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

သာသနာ – ၂၅၆၇ ကောဇာ – ၁၃၈၅ ခရစ် –၂၀၂၄

စာအုပ်တန်ဖိုး – ၁၆၀၀ ကျပ်

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

အာဋာနာဋိယသုတ္တန်

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	နိဒါန်း	[ဂ]
၂။	စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်	၁
၃။	ငါးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ခြင်း	၃
၄။	နတ်ဖိတ်အမွှန်း	၅
၅။	အာဋာနာဋိယသုတ္တန် ပါဠိ–မြန်မာပြန်	၇
၆။	မေတ္တာပွားနည်း (၁၁) နည်း	၁၄
၇။	အမျှဝေ	၁၆
၈။	ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ	၁၇
၉။	နတ်ပြဟ္မာများအားပြန်ပို့ရန်ဂါထာ	၁၈
၁၀။	ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ	၂၀
၁၁။	ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ၏ အကြောင်းအရာအကျဉ်းချုပ်	၂၂
၁၂။	နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ	၃၃

နိဒါန်း

''ကိစ္စမြားမြောင် လူတို့ဘောင်''ဟူသည်နှင့်အညီ လူသားတို့သည် လူမှုရေးကိစ္စ၊ စီးပွားရေးကိစ္စ၊ စားဝတ်နေရေးကိစ္စစသည်အားဖြင့် များပြားလှသော အရေးကိစ္စတို့ကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်နေကြရသော ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်သည်။

ထိုသို့သော အရေးကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ကြရာတွင် ယုံကြည်မှု'သဒ္ဓါ'၊ ချမ်းသာကို ပို့ဆောင်နိုင်သည့် ကောင်းစွာအလေ့အကျင့်ပြုရမည့် သုစိဏ္ဏတရား၊ သစ္စာတရားနှင့် ပညာတရားတည်းဟူသော ဤလေးပါးသောတရားသည် စီးပွားရေးတွင် ဖြစ်စေ၊ လူမှုဆက်ဆံပေါင်းသင်းရေးတွင်ဖြစ်စေ အလွန်ပင် လိုအပ်၏။

အတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ကြသူအချင်းချင်း ယုံကြည်မှုသည် အလွန်ပင် လိုအပ်လှသည်။ အချင်းချင်းယုံကြည်မှုရမှ ချမ်းသာမည်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကြီးပွားမှု ဆုတ်ယုတ်မှု အခြေအနေကို ထိုသူ၏ အသွင်ပြင်လက္ခဏာတို့ကို ကြည့်ရှုလေ့လာခြင်းဖြင့် သိနိုင်သကဲ့သို့ ထိုသူ၏ ယုံကြည်မှု မှန်ကန်မှုရှိ/မရှိဖြင့် ခွဲခြားသိနိုင်ပါသည်။ သတ္တဝါတို့သည် အသွင်သဏ္ဌာန် စိတ်နေစိတ်ထား အမျိုးမျိုးကွဲပြားနေကြသဖြင့် ယုံကြည်ချက်သည်လည်း အမျိုးမျိုးကွဲပြားခြားနားနေကြ၏။ ယုံကြည်မှုသည် ချမ်းသာသုခရရှိရေးအတွက် အဓိကသော့ချက် ဖြစ်ပေသည်။

လူတစ်ယောက်သည် လောကီပညာ၌ဖြစ်စေ၊ လောကုတ္တရာပညာ၌ ဖြစ်စေ၊ စီးပွားရှာရာ၌ဖြစ်စေ၊ အခြေခံယုံကြည်မှုမရှိလျှင် ဘာမျှရမည်မဟုတ်။ မြတ်ဗုဒ္ဓကလည်း အာဠဝကနတ်ဘီလူးအား ''လောက၌ လူသား၏ အမြတ်ဆုံးဥစ္စာကား ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရားပင်ဖြစ်သည်''ဟု ဤအာဠဝကသုတ္တန်၌ပင် ဟောကြားထား၏။ ဥပမာ–''ကျောင်းသားတစ်ဦးအတွက် စာမေးပွဲကို အောင်ရမည်''ဟု ယုံကြည်မှုမရှိလျှင် ရှေ့ဆက်ဘာမျှ လုပ်ဖြစ်မည် မဟုတ်ပေ။ စာမေးပွဲလည်း အောင်မည်မဟုတ်ပေ။ ထို့ကြောင့် ကျောင်းသား၏ စာမေးပွဲအောင်ရေးအတွက် အရင်းနှီးဥစ္စာကား ယုံကြည်မှုပင်ဖြစ်၏။ လောကုတ္တရာဘက်၌လည်း ဝိပဿနာ

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

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

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

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

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

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

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

ဤအာဠဝကသုတ္တန်သည် မြတ်စွာဘုရားရှင် အာဠဝီပြည် အာဠဝကနတ်ဘီလူး၏ ဗိမာန်၌နေတော်မူစဉ် ဖြစ်ပေါ်လာသောသုတ္တန်ဖြစ်သည်။

နိဒါန်း

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

အာဠဝကသုတ္တန်သည် များပြားလှသော အရေးကိစ္စတို့ကို လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်နေသည့် လူသားများအဖို့ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ရန် အလွန်သင့်လျော်သော အစွမ်းထက်သည့်သုတ္တန်တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤအာဠဝကသုတ္တန်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ကြခြင်းဖြင့် ဘေးရန်အပေါင်းကို အောင်နိုင်ကြပါစေ၊ ဘေးအန္တရာယ်အပေါင်းမှ ကင်းဝေးကြပါစေ။ လူ,နတ်,ဗြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါ၊ သုစိတ္တာတရား၊ သစ္စာ၊ ပညာများဖြင့် ဆောင်ရွက်နိုင်ကြပါစေဟု ဆန္ဒပြုရင်း **''အာဠဝကသုတ္တန် ပါဠိ+မြန်မာပြန်''**စာအုပ်ကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေအပ်ပါသည်။

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

အာဋာနာဋိယသုတ်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်

အင်္ဂီရသဿ ဥဏှာဿာယ၊
ဒါဌာဟိ သေတရံသိယော။
ဝဇီရာဝ ဝိရောစန္တိ၊
ဇိနော မေ ဌာတု သီသကေ။

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

ဘမုကန္တရေ၊ မျက်ခုံးတော်နှစ်သွယ် အလယ်ဗဟိုတည့်တည့်၌။

သဥ္ဇာတာယ၊ နုဖြူထွားထွား ကောင်းစွာပေါက်ပွား ဖြစ်ပေါ်၍ လာတော်မူသော။

ဥဏှာဿာယစ၊ ဆွဲလို့ဆန့်လျှင် နှစ်တောင်ခန့် ရှည်လျားသဖြင့် စိန်သားနှစ်အသွင် ငွေနန်းချည်အမျှင်ကဲ့သို့ ဖြူစင်ဝင်းသစ် လက်ယာရစ်ခွေရုံ စိန်ကြယ်ပွင့်အနေပုံလို ဥဏှာလုံခေါ် မွေးရှင်တော်ဓာတ် လွန်ထူးမြတ်သည့် အရပ်တော်မှလည်းကောင်း။

ဒါဌာဟိစ၊ ပတ္တမြားခေါင်ရန်း နှင်းဆီပန်းကဲ့သို့ နီမြန်းသော နှုတ်ခမ်းတော်တို့ဖြင့် မပေါ်အောင်ဖုံးပိတ်၍ ထားအပ်သော သွားတော်လေးဆယ် စွယ်တော်လေးဆူ ဖြူရာရာဓာတ်တော်ထူးတို့မှလည်းကောင်း။

သေတရံသိယော၊ ပုလဲအနှစ် စိန်စစ်နမူ ဘော်ဖြူငွေရွက် ဖြန့်ကြက်စီခြယ် ငွေကြယ်ရောင်သန်း ကေလာသငွေတောင်ကို နေအရောင်လွှမ်းဘိသကဲ့သို့ မြတ်လေးပန်းစံပယ်ငုံ ကြာဖြူပွင့်ဝတ်မှုန်လို ပုံပမာကပ် စိန်တောင်ကို တိမ်ရောင် ဟပ်ဘိသကဲ့သို့ တလျှပ်လျှပ် တဖိတ်ဖိတ် တရိပ်ရိပ် တလည်လည် ထိန်ပြောင် ကြည်တဲ့ စိန်ရောင်ခြည်ဓာတ် ဖြူဖွေးသော အဆင်းတော်မြတ်တို့သည်။

ဝဇိရာဝ၊ စိန်နှစ်စိန်သွေး ဖြူဖွေးတောက်ပြောင် စိန်သားတောင်ကြီးကဲ့သို့။

ဝိရောစန္တိ၊ ဖူးမြင်ရသူတို့၏ စိတ်ဝယ်အထူး ဘဝင်မှာကြည်နူးလောက်အောင် ရွှင်မြူးတက်ကြွ ဘက်မမျှသဖြင့် လှပဆန်းကြယ် တင့်တယ်တော်မူကြပါပေ ကုန်၏။

သောဖိနော၊ ထူးထွေဆန်းလည် စိန်ရောင်ခြည်တို့ကြောင့် အင်္ဂီရသံ ဘွဲ့ထူးခံ သည့် ငါးမာရ်အောင်ပြီး ထိုဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်။

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

သီသကေ၊ ဦးခေါင်းရတနာ မြတ်ရာထားတင် ဦးထိပ်ပြင်၌။

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

(လယ်တီပဏ္ဍိတ–ဦးမောင်ကြီး)

ဩကာသကန်တော့ချိုး

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

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

အပါယ်လေးပါး = ငရဲဘုံ၊ တိရစ္ဆာန်ဘုံ၊ ပြိတ္တာဘုံ၊ အသူရကာယ်ဘုံ။

ကပ်သုံးပါး = ဒုဗ္ဘိက္ခန္တရကပ်၊ သတ္ထန္တရကပ်၊ ရောဂန္တရကပ်။

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

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

ဝိပတ္တိတရားလေးပါး = အပါယ်ဘုံ၌ဖြစ်ရခြင်း၊ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါချို့တဲ့ခြင်း၊ တရား မစောင့်သူတို့၏ လက်ထက်၌ဖြစ်ရခြင်း၊ အကုသိုလ် ကိုသာ အားထုတ်၍ အကျင့်ပျက်စီးခြင်း။

ဗျသနတရားငါးပါး = ဆွေမျိုးပျက်စီးခြင်း၊ စည်းစိမ်ပျက်စီးခြင်း၊ ရောဂါနှိပ်စက်၍ ပျက်စီးခြင်း၊ အယူဝါဒလွဲမှားပျက်စီးခြင်း၊ အကျင့်သီလ ပျက်စီးခြင်း။

———————————

ငါးပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ခြင်း

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ ။

ဒုတိယမ္ပိ– အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

တတိယမ္ပိ – အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ ။

အာမ ဘန္တေ။

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

(သုံးကြိမ်)

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဒုတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဒုတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
ဒုတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
တတိယမ္ပိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
တတိယမ္ပိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
တတိယမ္ပိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

အာမ ဘန္တေ။

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
(သူတစ်ပါး၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

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

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

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

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

အာမ ဘန္တေ။

အာဠဝကသုတ္တန်ဂါထာတော်များမရွတ်မီ ရှေးဦးစွာ နတ်များကို ဖိတ်မန္တကပြုခြင်း

သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ အတြာ’ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ။
သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဇဿ၊ သုဏန္တု သဂ္ဂမောက္ခဒံ။
(ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။)[၃]

သမန္တာ – ဝန်းကျင်ပတ်ချာ ရပ်ဆယ်မျက်နှာမှ။

စက္ကဝါဠေသု – ရှစ်သောင်းနှစ်ထောင် အမြင့်ဆောင်သည့် စကြဝဠာ တောင်ရစ်ဝိုက် တစ်သောင်းသော လောကဓာတ်တိုက် တို့၌။

ဝသန္တာ – ကြည်သာချမ်းမြ နေထိုင်ကြကုန်သော။

ဒေဝတာ – ရောင်ဝါတန်ခိုး ကဲမိုးကြီးမား နတ်အများတို့သည်။

အတြ – အာဠဝကသုတ်တော်မြွက် ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ရာ ဤ နေရာဌာနသို့။

အာဂစ္ဆန္တု – ညီညာဖြဖြ စည်းဝေးလာရောက်ကြကုန်လော့။

မုနိရာဇဿ – သုံးတိုက်ထွတ်တင် ဘုရင်ဥက္ကဋ္ဌ ရဟန်းမင်းကြီး ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏။

သဂ္ဂမောက္ခဒံ – နတ်ရွာနိဗ္ဗာန် ကျိုးနှစ်တန်ကို ကေန်ဆတ်ဆတ် ပေးဝေတတ်သည့်။

သဒ္ဓမ္မံ – ချီးမွမ်းအံ့အား ပြောဆို၍ မကုန်နိုင်သော အာဠဝက သုတ်တော် သူတော်ကောင်းတရားကို။

သုဏန္တု – ရိုသေတုပ်ကွ နာလှည့်ကြကုန်လော့။

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

အယံ ကာလော – ဤသည့်ကာလ ခါသမယသည်ကား။

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

အာဠဝကသုတ္တ

အာဠဝကသုတ္တပါဠိ

အာဠဝကသုတ် (မြန်မာပြန်)

ဧဝံ မေ သုတံ—

အကျွန်ုပ်သည် ဤသို့ ကြားနာခဲ့ရပါသည်—

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

အခါတစ်ပါး၌ မြတ်စွာဘုရားသည် အာဠဝီပြည် အာဠဝကဘီလူး၏ဗိမာန်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါ အာဠဝကဘီလူးသည် မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ချဉ်းကပ်၍ မြတ်စွာဘုရားကို ‘‘ရဟန်း ထွက်သွားလိုက်ပါလော့’’ဟုဆို၏။ ‘‘ဒကာဘီလူး ကောင်းပြီ’’ဟုဆိုကာ မြတ်စွာဘုရားသည် ထွက်တော်မူ၏။ ‘‘ရဟန်း ဝင်ပါဦးလော့’’ဟုဆို၏။ ‘‘ဒကာဘီလူး ကောင်းပြီ’’ဟုဆိုကာ မြတ်စွာဘုရားသည် ဝင်တော်မူ၏။

ဒုတိယမ္ပိ ခေါ။ပ။ တတိယမ္ပိ ခေါ အာဠဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ ဧတဒဝေါစ ‘‘နိက္ခမ သမဏာ’’တိ။ ‘‘သာဓာဝုသော’’တိ ဘဂဝါ နိက္ခမိ။ ‘‘ပဝိသ သမဏာ’’တိ။ ‘‘သာဓာဝုသော’’တိ ဘဂဝါ ပါဝိသိ။

နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း။ပ။သုံးကြိမ်မြောက်လည်း အာဠဝကဘီလူးသည် မြတ်စွာဘုရားကို ‘‘ရဟန်း ထွက်သွားလိုက်ပါလော့’’ဟု ဆို၏။ ‘‘ဒကာဘီလူး ကောင်းပြီ’’ဟုဆိုကာ မြတ်စွာ

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

စတုတ္ထမ္ပိ ခေါ အာဠဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ ဧတဒဝေါစ ''နိက္ခမ သမဏ'' တိ။ န ခွါဟံ တံ အာဝုသော နိက္ခမိဿာမိ၊ ယံ တေ ကရဏီယံ တံ ကရောဟီတိ။

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

ပဉှံ တံ သမဏ ပုစ္ဆိဿာမိ။ သစေ မေ န ဗျာကရိဿသိ၊ စိတ္တံ ဝါ တေ ခိပိဿာမိ, ဟဒယံ ဝါ တေ ဖာလေဿာမိ, ပါဒေသု ဝါ ဂဟေတွာ ပါရဂင်္ဂါယ ခိပိဿာမီတိ။

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

န ခွါဟံ တံ အာဝုသော ပဿာမိ သဒေဝကေ လောကေ သမာရကေ သဗြဟ္မကေ သဿမဏဗြာဟ္မဏိယာ ပဇာယ သဒေဝမနုဿာယ၊ ယော မေ

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

စိတ္တံ ဝါ ခိပေယျံ, ဟဒယံ ဝါ ဖာလေယျံ, ပါဒေသု ဝါ ဂဟေတွာ ပါရဂင်္ဂါယ ခိပေယျံ။ အပိ စ တွံ အာဝုသော ပုစ္ဆ ယဒါကင်္ခသီတိ။

စိတ်ကိုသော်လည်း ပျံ့လွင့်စေနိုင်သူ နှလုံးသားကိုမူလည်း ခွဲနိုင်သူ ခြေတို့ကိုမူလည်း ကိုင်၍ ဂင်္ဂါမြစ်တစ်ဖက်ကမ်းသို့ ပစ်ချနိုင်သူကို ငါဘုရား မြင်တော်မမူ၊ သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ ဒကာ အာဠဝက အလိုရှိသော ပြဿနာကို မေးလော့ဟု (မိန့်တော်မူ၏)။

အထ ခေါ အာဠဝကော ယက္ခော ဘဂဝန္တံ ဂါထာယ အဇ္ဈဘာသိ—

ထို့နောက် အာဠဝကဘီလူးသည် မြတ်စွာဘုရားကို ဂါထာဖြင့် ရွတ်ဆို (လျှောက်ထား)၏—

၁။ ''ကိံ သူ'ဓ ဝိတ္တံ ပုရိသဿ သေဋ္ဌံ၊
ကိံ သု သုစိဏ္ဏံ သုခမာဝဟာတိ။
ကိံ သု ဟဝေ သာဒုတရံ ရသာနံ၊
ကထံဇီဝိံ ဇီဝိတမာဟု သေဋ္ဌံ။

၁။ ''ဤလောက၌ ယောက်ျား၏ မြတ်သော ဥစ္စာဟူသည် အဘယ်နည်း၊ ကောင်းသော အလေ့အကျင့်တို့တွင် အဘယ်ကောင်းသော အလေ့အကျင့်သည် ချမ်းသာကို ဆောင်နိုင်သနည်း၊ အရသာတို့တွင် အဘယ်အရသာသည် အလွန်အလွန် ချိုမြိန်သော အရသာဖြစ်သနည်း၊ အဘယ်သို့ အသက်ရှင်ခြင်းကို မြတ်သော အသက်ရှင်ခြင်းဟူ၍ ဆိုကုန်သနည်း။

၂။ သဒ္ဓီဓ ဝိတ္တံ ပုရိသဿ သေဋ္ဌံ၊
ဓမ္မော သုစိဏ္ဏော သုခမာဝဟာတိ။
သစ္စံ ဟဝေ သာဒုတရံ ရသာနံ၊
ပညာဇီဝိံ ဇီဝိတမာဟု သေဋ္ဌံ။

၂။ (အာဠဝက) ဤလောကဌ် ယောကျ်ား၏ မြတ်သော ဥစ္စာဟူသည် ယုံကြည်မှု 'သဒ္ဓါ'တရားပင်တည်း၊ ကောင်းသော အလေ့အကျင့်ဖြစ်သော ကုသိုလ်ကမ္မပထတရား ဆယ်ပါးသည် ချမ်းသာကို ဆောင်နိုင်၏၊ အရသာတို့တွင် မှန်ကန်သော ဝစီသစ္စာသည် အလွန့်အလွန် ချိုမြိန်သော အရသာဖြစ်၏၊ ပညာဖြင့် အသက်ရှင်ခြင်းကို မြတ်သော အသက်ရှင်ခြင်းဟူ၍ ဆိုကုန်၏။

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

၃။ အဘယ်ဖြင့် ဩဃ(လေးဖြာ သံသရာ)ကို ကူးမြောက်နိုင်သနည်း၊ အဘယ်ဖြင့် (သံသရာဟူသော) သမုဒ္ဒရာကို ကူးမြောက်နိုင်သနည်း၊ အဘယ်ဖြင့် ဆင်းရဲခြင်းကို လွန်မြောက်နိုင်သနည်း၊ အဘယ်ဖြင့် ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်နိုင်သနည်း။

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

၄။ (အာဠဝက) ယုံကြည်မှု 'သဒ္ဓါ' တရားဖြင့် ဩဃ(လေးဖြာ သံသရာ)ကို ကူးမြောက်နိုင်၏၊ မမေ့လျော့မှု 'အပ္ပမာဒ' တရားဖြင့် (သံသရာ

ဟူသော) သမုဒ္ဒရာကို ကူးမြောက်နိုင်၏၊ ထကြွလုံ့လ'ဝီရိယ'ဖြင့် ဆင်းရဲခြင်းကို လွန်မြောက်နိုင်၏၊ ပညာဖြင့် ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်နိုင်၏။

၅။ ကထံ သု လဘတေ ပညံ၊
ကထံ သု ဝိန္ဒတေ ဓနံ။
ကထံ သု ကိတ္တိံ ပပ္ပေါတိ၊
ကထံ မိတ္တာနိ ဂန္ထတိ။
အသ္မာ လောကာ ပရံ လောကံ၊
ကထံ ပေစ္စ န သောစတိ။

၅။ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ပညာကို ရသနည်း၊ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ဥစ္စာကို ရသနည်း၊ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ကျော်စောခြင်းသို့ ရောက်ရသနည်း၊ အဘယ်ဖြင့် အဆွေခင်ပွန်းတို့ကို ဖွဲ့နိုင်သနည်း၊ အဘယ်ဖြင့် ဤလောကမှ တမလွန်လောကသို့ ရောက်သော် မစိုးရိမ်ရသနည်း။

၆။ သဒ္ဒဟာနော အရဟတံ၊
ဓမ္မံ နိဗ္ဗာနပတ္တိယာ။
သုဿူသံ လဘတေ ပညံ၊
အပ္ပမတ္တော ဝိစက္ခဏော။

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

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

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

၈။ ယဿေတေ စတုရော ဓမ္မာ၊
သဒ္ဓဿ ဃရမေသိနော။
သစ္စံ ဓမ္မော ဓိတိ စာဂေါ၊
သ ဝေ ပေစ္စ န သောစတိ။

၈။ ယုံကြည်မှုရှိသော အိမ်၏ အစီးအပွားကို ရှာတတ်သော အကြင်သူအား မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုမှု 'သစ္စာ'၊ ပညာဟူသော 'ဒမ'၊ ဝီရိယဟူသော 'ဓိတိ'၊ စွန့်လွှတ်မှုဟူသော 'စာဂ' ဤတရားလေးပါးတို့ ရှိကုန်၏၊ ထိုသူသည် တမလွန်ဘဝသို့ ရောက်သော် ကေန် မစိုးရိမ်ရတော့ပြီ။

၉။ ဣင်္ဃ အညေပိ ပုစ္ဆဿု၊
ပုထူ သမဏဗြာဟ္မဏေ။
ယဒိ သစ္စာ ဒမာ စာဂါ၊
ခန္တျာ ဘိယျော'ဓ ဝိဇ္ဇတိ။

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

လည်းကောင်း ဤလောက၌ရှိမူ
တစ်ပါးသော များစွာသော သမဏ
ဗြာဟ္မဏတို့ကို မေးချေဦးလော့။

၁၀။ ကထံ နု ဒါနိ ပုစ္ဆေယျုံ၊
ပုထူ သမဏဗြာဟ္မဏေ။
ယောဟံ အဇ္ဇ ပဇာနာမိ၊
ယော အတ္ထော သမ္ပရာယိကော။

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

၁၁။ အတ္ထာယ ဝတ မေ ဗုဒ္ဓေါ၊
ဝါသာယာ’ဠဝိမာဂမာ။
ယောဟံ အဇ္ဇ ပဇာနာမိ၊
ယတ္ထ ဒိန္နံ မဟပ္ဖလံ။

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

၁၂။ သော အဟံ ဝိစရိဿာမိ၊
ဂါမာ ဂါမံ ပုရာ ပုရံ။
နမဿမာနော သမ္ဗုဒ္ဓံ၊
ဓမ္မဿ စ သုဓမ္မတ’’န္တိ။

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

အာဠဝကသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

အာဠဝကသုတ်
မြန်မာပြန် ပြီး၏။

မင်းကွန်းတိပိဋကဆရာတော်ကြီး၏

မေတ္တသုတ်တော်လာ မေတ္တာပွားနည်း (၁၁)နည်း

(အားလုံးသံပြိုင်ရွတ်ဆိုရန်)

၁။ လုံးစုံများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၂။ ကြောက်တတ်, မကြောက်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၃။ မြင်အပ်, မမြင်အပ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၄။ ဝေးနေ, နီးနေ၊ နှစ်ထွေများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၅။ ဘဝဇာတ်ဆုံး၊ မဆုံးများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၆။ ရှည်–တို–အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၇။ ကြီး–ငယ်–အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၈။ ဆူ–ကြုံ–အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၉။ လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၀။ အထင်သေးခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၁။ ဆင်းရဲလိုခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

အမျှဝေ

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကို၊ ကြီးထမြင့်ခေါင်၊ မြင်းမိုရ်တောင်ဦး၊ မကကျူး–သား၊ ကျေးဇူးအရှင်၊ မွေးမိခင်နှင့်၊ ဖခင်တို့အား၊ ရငြားပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

မသေ့နိစ္စ၊ ဤကာယကို၊ စောင့်ထပေတတ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်လည်း၊ မလပ်စေရ၊ ပေးဝေငှ၏။

မိတ္တဆွေညာ၊ ဆရာသမား၊ ဘိုးဘွားကစ၊ ယမရာဇာ၊ ဒေဝါယက္ခ၊ ကုမ္ဘဏ္ဍာ၊ အာကာသနတ်၊ အထူးမှတ်၍၊ အမြတ်ပုည၊ ကုသလကို၊ ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာလောက၊ အနန္တတွင်၊ မပြတ်စဉ်–ကာ၊ သတ္တာဝါသ၊ ဘုံကိုးဝနှင့်၊ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ၊ တည်ရှိခုနစ်ပါး၊ များစွာလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျအား၊ အမျှကုသိုလ်၊ ပေးဝေလို၏။ ထိုကုသလ၊ ဤပုညကို၊ အမျှရကြသည်ဖြစ်စေသော်။

ဝသုန္ဓရေ၊ ဤမြေပံ့သု၊ သီလာထုလည်း၊ သက်သေအမှု တည်စေသော်။

ကုသိုလ်– အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
သာဓု သာဓု သာဓု

ကုသိုလ်– အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
သာဓု သာဓု သာဓု

ကုသိုလ်– အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
သာဓု သာဓု သာဓု။

ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယံ ဝဟံ ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ ဗောဓိဉာဏဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ နဝလောကုတ္တရဿ ဓမ္မဿ ပစ္စယော ဟောတု။

၁။ **မေ–** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **အာသဝက္ခယံ၊** ကာမာသဝ၊ ဘဝါသဝ၊ ဒိဋ္ဌာသဝ၊ အဝိဇ္ဇာသဝ တည်းဟူသော အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို။ **ဝဟံ–ဝဟန္တော၊** ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၂။ **မေ–** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **နိဗ္ဗာနဿ၊** ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာအမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်၏။ **ပစ္စယော၊** မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါရန်အကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၃။ **မေ–** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **ဗောဓိဉာဏဿ၊** ဗောဓိဉာဏ်တော်မြတ်၏။ **ပစ္စယော၊** ရရှိပါစေကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၄။ **မေ–** ဘုရားတပည့်တော်၏။ **ဣဒံပုညံ၊** ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ **နဝ လောကုတ္တရဿ ဓမ္မဿ၊** မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာ တရားတို့အား။ **ပစ္စယော၊** ရရှိရန်အကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ **ဟောတု၊** ဖြစ်ပါစေသတည်း။

နတ်ပြဟ္မာများအား ပြန်ပို့ရန် ဂါထာ

ဧတ္တာဝတာ စ အမှေဟိ၊ သမ္ဘတံ ပုညသမ္ပဒံ။
သဗ္ဗေ ဒေဝါ’နုမောဒန္တု၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ။
ဒါနံ ဒဒန္တု သဒ္ဓါယ၊ သီလံ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။
ဘာဝနာဘိရတာ ဟောန္တု၊ ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာဂတာ။

ဧတ္တာဝတာ၊ ဤမျှကြိုးကုတ် စွမ်းအားထုတ်၍ မယုတ်စေရ ပြုလုပ်ရသဖြင့်လည်း။ **အမှေဟိ၊** အာဠဝကသုတ်တော်ကို ရွတ်ပွားပူဇော် သူငါနှစ်မြို့ အကျွန်ုပ်တို့သည်။ **သမ္ဘတံ၊** ယခုအေးမှု နောင်ကျွေးပြု၍ တွေးရှုရည်စူး ဖြည့်ဆည်းအပ်သော။ **ပုညသမ္ပဒံ၊** အပေါင်းစုမြုပ် ကောင်းမှုထုပ်၍ မယုတ်မယွင်း ပြည့်စုံခြင်းကို။ **သဗ္ဗေ၊** ရှိန်ဝါတောက်လင်း နောက်ပါသင်းတို့နှင့် ခပင်းဥဿုံ အလုံးစုံကုန်သော။ **ဒေဝါ၊** စကြဝဠာသောင်းတိုက် ပေါင်းတစ်ဝိုက်မှ ရောက်ဆိုက်လာကြသော နတ်ပြဟ္မာအများတို့သည်။ **အနုမောဒန္တု၊** ကြည်လင်မနော ဘဝင်ဇောဖြင့် လျှင်ဆောဝမ်းမြောက်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ၊ လူ နတ် နိဗ္ဗာန် အကျိုးမှန်ကို မျိုးခံနှီးရင်း ပြီးစီးခြင်းငှာ။ **သဒ္ဓါယ၊** ကံကြောင့်အကျိုး မထောင့်ညိုးဟု ဖြောင့်ရိုးစွဲကပ် အမြဲမှတ်သဖြင့်။ **ဒါနံ၊** နည်းသည်များသည် ခြားမရည်ဘဲ ရွှင်ကြည်မြတ်နိုး ဒါနမျိုးတို့ကို။ **ဒဒန္တု၊** သူတော်ရဟန်း ရည်မျှော်မှန်း၍ လှူဒါန်းတော်မူနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **သီလံ၊** ပဉ္စ အဋ္ဌ ဒသင်္ဂဟု ကိုယ်မှုမချွတ် ကျင့်ခါးဝတ်ကို။ **သဗ္ဗဒါ၊** နှစ်, လ, တွက်မှတ် ရက်မပြတ်အောင်။ **ရက္ခန္တု၊** မကျားမပြောက် အမှားမရောက်အောင် စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **ဘာဝနာဘိရတာ၊** သမထ ဝိပဿနာ ချက်နှစ်ဖြာကို ဆက်ကာနေ့ည မွေ့လျော်ကြကုန်သည်။ **ဟောန္တု၊** ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ **အာဂတာ၊** အများညီညာ တရားနာဟု ထားကာစွဲစိတ် ခဲအကျိတ်နှင့် တွဲမိတ်စုဆုံ ရောက်လာကြကုန်သော။ **ဒေဝတာ၊**

အကြောင်းဆက်ကာ သောင်းစကြာက ရောက်လာကြသောင်း နတ်ပြဟ္မာအပေါင်းတို့သည်။ **ဂစ္ဆန္တု၊** အာဋ္ဌဝကသုတ်တော်ရွတ်ပွဲ ပြီးကုန်စဲမို့ နေမြဲရပ်ဘုံ ပြန်တော်မူကြပါကုန်လော့။

ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ

စဉ်	စာအုပ်အမည်	ထုတ်ဝေသည့်ခုနှစ်	တန်ဖိုး
၁။	ဥပ္ပါတသန္တိဝတ်ရွတ်စဉ် (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၃	၃၆၀၀ိ/–
၂။	ဥပ္ပါတသန္တိဝတ်ရွတ်စဉ် (၅"×၈")ဆိုဒ်	၂၀၂၃	၂၁၀၀ိ/–
၃။	အနေကဇာတင်ပါဠိ (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၄၀၀ိ/–
၄။	ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၆၀၀ိ/–
၅။	ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ (၅"×၈")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၈၀၀ိ/–
၆။	ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ (၄"×၆")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၇၀၀ိ/–
၇။	ဂိရိမာနန္ဒသုတ် (ပါဠိ–နိဿယ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၀၀၀ိ/–
၈။	ဂိရိမာနန္ဒသုတ် (ပါဠိ–နိဿယ–မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၆၀၀ိ/–
၉။	ဂိရိမာနန္ဒသုတ် (ပါဠိ–နိဿယ–မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၃၀၀ိ/–
၁၀။	ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့်အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများ (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၇၀၀ိ/–
၁၁။	ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့်အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများ (၄"×၆")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၀၀၀ိ/–
၁၂။	သစ္စာပြု မဟာဝေဒဗ္ဗမန္တန်နှင့် စူဠဝေဒဗ္ဗမန္တန် (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၇၀၀ိ/–
၁၃။	အံ့ဘွယ်ရှစ်ဖြာသာသနာနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဩဝါဒဒေသနာတော် (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၅၀၀ိ/–
၁၄။	ပကိဏ္ဏက နမက္ကာရ အစိန္တေယျဘုရားရှိခိုးကြီး (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၁၀၀ိ/–
၁၅။	မင်္ဂလသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၅၀၀ိ/–
၁၆။	ရတနသုတ်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်–နိဿယ) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၁၀၀ိ/–
၁၇။	မေတ္တာသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၆၀၀ိ/–
၁၈။	မေတ္တာသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၅၀၀ိ/–
၁၉။	မေတ္တာသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၈၀၀ိ/–
၂၀။	ခန္ဓသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၄၀၀ိ/–
၂၁။	မောရသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၅၀၀ိ/–
၂၂။	ဝဋ္ဋသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၄၀၀ိ/–
၂၃။	ဓဇဂ္ဂသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၆၀၀ိ/–
၂၄။	အာဋာနာဋိယသုတ်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၇၀၀ိ/–

စဉ်	စာအုပ်အမည်	ထုတ်ဝေသည့်ခုနှစ်	တန်ဖိုး
၂၅။	အင်္ဂုလိမာလသုတ်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၄၀၀ိ/–
၂၆။	ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၄၀၀ိ/–
၂၇။	ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၈၀၀ိ/–
၂၈။	ပုဗ္ဗဏှသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၄၀၀ိ/–
၂၉။	ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၃၁၀၀ိ/–
၃၀။	ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၉၀၀ိ/–
၃၁။	မဟာသမယသုတ်ဝတ်ရွတ်စဉ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၃၁၀၀ိ/–
၃၂။	အဘယသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၇၀၀ိ/–
၃၃။	အဘယသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၅"×၈")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၆၀၀ိ/–
၃၄။	အဘယသုတ် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၄"×၆")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၃၀၀ိ/–
၃၅။	သာမညဖလသုတ်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၃၉၀၀ိ/–
၃၆။	နတ်ချစ်သုတ္တန်ဂါထာတော်များ(ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၄၃၀၀ိ/–
၃၇။	ငါးရံ့မင်းပရိတ်တော်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်)နှင့် မိုးကမ္ဘဝါစာတမ်း (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၅၀၀ိ/–
၃၈။	ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးကန်တော့နည်းနှင့် ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးအဓိပ္ပာယ် (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၉၀၀ိ/–
၃၉။	အာဠဝကသုတ္တန်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်)(၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၆၀၀ိ/–
၄၀။	ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၉၀၀ိ/–
၄၁။	အနတ္တလက္ခဏသုတ်(ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၇၀၀ိ/–
၄၂။	သောတာနုဂတသုတ္တန် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၁၈၀၀ိ/–
၄၃။	နမက္ကာရဘုရားရှိခိုး (ပါဠိ–နိဿယ) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၃၂၀၀ိ/–
၄၄။	ယသောဓရာထေရီ၏နောက်ဆုံးကန်တော့ခြင်း ဝန္ဒနာဂါထာတော်များ (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၃၀၀၀ိ/–
၄၅။	ကာလာမသုတ္တန် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၈၀၀ိ/–
၄၆။	ဆန္ဒသမာဓိသုတ္တန် (ပါဠိ–မြန်မာပြန်) (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၃၀၀ိ/–
၄၇။	အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ ဘဝနှင့်ဓမ္မ (၈"×၁၁")ဆိုဒ်	၂၀၂၄	၂၀၀၀ိ/–

ထုတ်ဝေပြီးသောစာအုပ်များ၏ အကြောင်းအရာအကျဉ်းချုပ်

ဥပ္ပါတသန္တိဝတ်ရွတ်စဉ်

ဥပ္ပါတသန္တိသုတ်တော်သည် ရဟန္တာအရှင်မြတ် အရှင်မဟာသီလဝံသနှင့် ရှေးရှေးဆရာတော်ဘုရားကြီးများ စီရင်ခဲ့သောသုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ပွင့်တော်မူပြီး၊ ပွင့်တော်မူလတ္တံ့ဖြစ်သော ဘုရားရှင်များနှင့် ရဟန္တာမထေရ်မြတ်ကြီးများ၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို ဂါထာပေါင်း (၂၇၁)ဂါထာတို့ဖြင့် ဖော်ကျူးပူဇော်ထားသည့် ထိုသုတ်တော်ကို တိုင်းနိုင်ငံတွင် ကပ်သုံးပါး ထူပြောသည့်အခါ၊ ဂြိုဟ်စီးဂြိုဟ်နင်း မကောင်းသည့်အခါနှင့် ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်ရန် အတိတ်ဆိုး နိမိတ်ဆိုးတို့ ပေါ်ပေါက်သည့်အခါများတွင် မြို့ရွာတိုင်း ရွတ်ပွားခြင်းအားဖြင့် ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်မှ လွတ်မြောက်ငြိမ်းအေးစေနိုင်ပါသည်။

အနေကဇာတင်ပါဠိ

အနေကဇာတင်ပါဠိသည် မြတ်စွာဘုရားရှင် ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည့်အခါ ဘဝါဘဝက တောင့်တခဲ့သောဆန္ဒ ပြည့်မြောက်တော်မူသဖြင့် ဝမ်းသာပီတိစိတ်နှလုံးဖြင့် ကျူးရင့်တော်မူခဲ့သော ဂါထာစကားတော်များ ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုရှိခိုးပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် ကျက်သရေ မင်္ဂလာအဖြာဖြာ တိုးတက်ခြင်း၊ အန္တရာယ်ကင်းခြင်း၊ လိုအင်ဆန္ဒပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

ဘုရားရှိခိုးနှင့် အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများ

ဘုရားရှိခိုးနှင့်အန္တရာယ်ကင်းဂါထာများသည် ရွတ်ဖတ်ပူဇော်သူတို့ အသက်အန္တရာယ်ကင်းစေရန်၊ အခက်အခဲ အကျပ်အတည်းမှ လွတ်မြောက်စေရန်နှင့် အောင်မြင်မှုများရရှိစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်, ဒေသနာတော်တို့ကို ထုတ်ဖော်၍ ရှိခိုးပူဇော်ထားသော ဂါထာများဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် သဒ္ဓါစိတ်ဖြစ်ပေါ်ပါက ချက်ချင်းကုသိုလ်ပြုသင့်ကြောင်းကို ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် တိုက်တွန်းတော်မူခဲ့သောဂါထာနှင့် မိမိနေထိုင်ရာကို လုံခြုံစေရန် ရှေးအစဉ်အလာအရ စည်းချနည်း (၃)မျိုးဖြင့် စည်းချပုံကိုလည်း ဖော်ပြထားပါသည်။

ဂိရိမာနန္ဒသုတ်

ဂိရိမာနန္ဒသုတ်သည် ကျန်းမာရေးမကောင်းသော အရှင်ဂိရိမာနန္ဒမထေရ်ကို ရည်ရွယ်၍ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အရှင်အာနန္ဒာအား ဟောကြားတော်မူသော သုတ္တန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသုတ္တန်တွင် ''သညာဆယ်ပါး ရှုပွားပုံ''ကို ဟောကြားထားရာ အရှင်

အာနန္ဒာက အရှင်ဂိရိမာနန္ဒမထေရ်ကို ပြန်လည်ဟောကြား၍ ရှုပွားစေသဖြင့် ကျန်းမာရေး ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာခဲ့ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဂိရိမာနန္ဒသုတ်ကို ရွတ်ပွားပူဇော်ခြင်းဖြင့် ကျန်းမာခြင်း၊ အနာရောဂါကင်းခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့် အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများ

ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်နှင့် အသက်ရှည်နည်းအကြောင်းတရားများတွင် ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်သည် အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်နှင့်အရှင်မဟာကဿပတို့ မကျန်းမာချိန်တွင် ပြန်လည်ကျန်းမာစေရန် ဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် ကျန်းမာရေး မကောင်းချိန်တွင်လည်း အရှင်စုန္ဒအား ထိုဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကို ရွတ်ဖတ်စေရာ ရောဂါပျောက်ကင်း၍ ကျန်းမာတော်မူခဲ့ပါသည်။ ထို့ပြင် အသက်ရှည်ခြင်း၏ အကြောင်းတရားများဖြစ်သော ကောင်းမှုကုသိုလ်များကိုလည်း အတုယူ ပြုလုပ်နိုင်စေရန် ဖော်ပြထားပါသည်။

သစ္စာပြုမဟာဝေဒဗ္ဗမန္တန်နှင့် စူဠဝေဒဗ္ဗမန္တန်

သစ္စာပြုမဟာဝေဒဗ္ဗမန္တန်နှင့်စူဠဝေဒဗ္ဗမန္တန်သည် ပိဋကတ်တော်ထဲမှ ရတနာသုံးပါး၏ ဂုဏ်တော်အဆီအနှစ်များကို ထုတ်နုတ်ပူဇော်ထားသော သစ္စာပြု မန္တန်တော်များ ဖြစ်ပါသည်။ စီးပွားဥစ္စာ တိုးတက်စေသော မန္တန်တော်ကြီးဖြစ်ကြောင်း သိရှိသူများပါသည်။ ဓနသိဒ္ဓိနက္ခတ်နှင့် ကိုက်ညီစွာ ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပါက ပိုမိုအကျိုးသက်ရောက်နိုင်သည်ဖြစ်၍ ဓနသိဒ္ဓိနက္ခတ်ပေါ် မွန်းတည့်မျဉ်းဖြတ်ဇယားကိုပါ ထည့်သွင်းစီစဉ်ထားပါသည်။

အံ့ဘွယ်ရှစ်ဖြာသာသနာနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဩဝါဒ ဒေသနာတော်

အံ့ဘွယ်ရှစ်ဖြာသာသနာနှင့်မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ဩဝါဒဒေသနာတော်သည် ဆဋ္ဌသင်္ဂါယနာ တင်တော်မူခဲ့သည့် မဟာပါသာဏလိုဏ်ဂူသိမ်တော်ကြီးအတွင်း မှတ်တမ်းတင်ထားသော သာသနာတော်၏ အံ့ဘွယ်ဂုဏ်ရည်ရှစ်ပါးနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဩဝါဒဒေသနာတော်

ကို သမိုင်းအမွေအဖြစ် ဖတ်ရှုလိုက်နာကျင့်သုံးသူတို့ ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားစေနိုင်ရန် ထုတ်ဝေပူဇော်ထားပါသည်။

ပကိဏ္ဏက နမက္ကာရ အစိန္တေယျဘုရားရှိခိုးကြီး

ပကိဏ္ဏက နမက္ကာရ အစိန္တေယျဘုရားရှိခိုးကြီးသည် ကျီးသဲလေးထပ်ဆရာတော် ဘုရားကြီးကိုယ်တိုင် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်အပေါင်းကို စုစည်းရေးသား ပူဇော်တော်မူထားသည့် ဘုရားရှိခိုးကြီးဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ရှိခိုးသူတို့ ဘုန်းကံကြီးမားခြင်း၊ ကျက်သရေမင်္ဂလာ တိုးပွားခြင်းနှင့် ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

မင်္ဂလသုတ်

မင်္ဂလသုတ်သည် လူ့နတ်တို့အကြား (၁၂)နှစ်တိုင်တိုင် အငြင်းပွားခဲ့ရသော မင်္ဂလာတရားအစစ်အမှန်ကို ဘုရားရှင်က ဖြေရှင်းဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ မင်္ဂလသုတ်တွင် ရှောင်ကြဉ်ရေးမင်္ဂလာ၊ လိုက်နာကျင့်သုံးရေးမင်္ဂလာစသည့် မင်္ဂလာတရား (၃၈)ပါးကို ဟောကြားတော်မူထားရာ ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်နာကျင့်သုံးသူတို့ ကျက်သရေမင်္ဂလာတိုးပွားခြင်း၊ အောင်မြင်ခြင်းမှသည် နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင်သော အကျိုးတရားများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

ရတနသုတ်

ရတနသုတ်သည် ကပ်သုံးပါးကျရောက်၍ ဒုက္ခရောက်နေသော ဝေသာလီပြည်ကြီး အန္တရာယ်ကင်း၍ ချမ်းသာစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင်က အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်အား မြို့တွင်းလှည့်လည်ကာ ရွတ်ဆိုပူဇော်စေခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရတနသုတ်တော်၏ အစွမ်းဖြင့် ဝေသာလီပြည်ကြီး ကပ်သုံးပါး ကင်းပျောက်ကာ ချမ်းသာသကဲ့သို့ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့လည်း ကပ်ကြီးသုံးပါးမှ ကျော်လွှားနိုင်ခြင်း၊ ချမ်းသာကြီးခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

မေတ္တသုတ်

မေတ္တသုတ်သည် ပရလောကသား နာနာဘာဝတို့၏ ခြောက်လှန့်နှောင့်ယှက်မှုကြောင့် တရားအားမထုတ်နိုင်ကြသော ရဟန်းတော်ငါးရာကို ပရလောကသားတို့၏ ချစ်ခင်စောင့်ရှောက်မှုဖြင့် တရားအားထုတ်နိုင်စေရန် ဟောကြားသင်ပြပေးတော်မူခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ မေတ္တသုတ်ကို ရွတ်ဆိုပွားများခြင်းဖြင့် လူ,နတ်များ ချစ်ခင်စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ခန္ဓသုတ်

ခန္ဓသုတ်သည် မြွေကိုက်ခံရသည့် ရဟန်းတစ်ပါးကို အကြောင်းပြု၍ အခြားရဟန်းများ မြွေအန္တရာယ်ကင်းစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှိခိုးခြင်းနှင့် မြွေမင်းလေးမျိုးကို မေတ္တာပို့ထားသော သုတ်ဖြစ်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့ မြွေအန္တရာယ်အပြင် အခြားအဆိပ်ရှိသော သတ္တဝါများ၏ ဘေးရန်ပြုခြင်းမှလည်း ကင်းဝေးစေနိုင်ပါသည်။

မောရသုတ်

မောရသုတ်သည် ဘုရားလောင်းဥဒေါင်းမင်းဘဝက ရွတ်ဆိုပူဇော်ခဲ့သည့် ဗြဟ္မမန္တန်ကို ပြန်လည်ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ရှိခိုးသူတို့ ဘုရားလောင်း ဥဒေါင်းမင်းကဲ့သို့ အချုပ်အနှောင် မခံရခြင်း၊ အကျပ်အတည်းကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ဝဋ္ဋသုတ်

ဝဋ္ဋသုတ်သည် ဘုရားလောင်း ငုံးမင်းဘဝက မီးဘေးအန္တရာယ်နှင့် ကြုံသဖြင့် သစ္စာပြုခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ သစ္စာပြုခြင်းကြောင့် ဘုရားလောင်းငုံးမင်း မီးဘေးအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးသကဲ့သို့ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့လည်း မီးဘေးအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးခြင်း၊ လူမှုဒုက္ခ သောကအပူမီးများမှ ကင်းလွတ်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများ ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ဓဇဂ္ဂသုတ်

ဓဇဂ္ဂသုတ်သည် တောတောင်များအတွင်း၌ သီတင်းသုံးနေထိုင်ကြသော ရဟန်းတော်များ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မှု ကင်းစေရန် မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် ကြောက်ရွံ့မှုကင်းခြင်း၊ ဘေးအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

အာဋာနာဋိယသုတ်

အာဋာနာဋိယသုတ်သည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပုဂ္ဂိုလ်များကို နတ်၊ ဘီလူးစသည့် ကြမ်းကြုတ်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့က မနှိပ်စက်နိုင်စေရန် နတ်မင်းကြီးလေးပါးက လျှောက်ထားသဖြင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် နတ်များ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ဘီလူးစသည့် မကောင်းဆိုးဝါးများ မနှောင့်ယှက်နိုင်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

အင်္ဂုလိမာလသုတ်

အင်္ဂုလိမာလသုတ်သည် မီးမဖွားနိုင်သော အမျိုးသမီးငယ်ကို သနားသောကြောင့် အရှင်အင်္ဂုလိမာလက မြတ်စွာဘုရားရှင်အား လျှောက်ထားရာ မြတ်စွာဘုရားရှင်က သစ္စာဆို၍ စောင့်ရှောက်ရန် မိန့်ကြားတော်မူခဲ့သဖြင့် သစ္စာဆိုထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်း၊ နာယူခြင်းအားဖြင့် အလွယ်တကူ သားသမီးရတနာများကို ဖွားမြင်နိုင်ခြင်း၊ အကျပ်အတည်း အခက်အခဲကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်

ဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်သည် အရှင်မဟာမောဂ္ဂလ္လာန်နှင့်အရှင်မဟာကဿပတို့ မကျန်းမာချိန်တွင် ပြန်လည်ကျန်းမာစေရန် ဘုရားရှင်က ဟောကြားတော်မူခဲ့သော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ဘုရားရှင်ကိုယ်တိုင် ကျန်းမာရေး မကောင်းချိန်တွင်လည်း အရှင်စုန္ဒအား ထိုဗောဇ္ဈင်္ဂသုတ်ကို ရွတ်ဖတ်စေရာ ရောဂါပျောက်ကင်း၍ ကျန်းမာတော်မူခဲ့ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများသူတို့ ကျန်းမာခြင်း၊ အနာရောဂါကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ပုဗ္ဗဏှသုတ်

ပုဗ္ဗဏှသုတ်သည် မကောင်းသော အတိတ်ဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုး၊ ပါပဂြိုဟ်ဆိုးများမှ ကင်းဝေးစေရန် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ တရားတော်များမှ ထုတ်နုတ်၍ ရှေးဆရာတော်များ စီရင်ထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းအားဖြင့် ကျက်သရေမင်္ဂလာတိုးပွားခြင်း၊ အတိတ်ဆိုး၊ နိမိတ်ဆိုးများကို ကျော်လွှားနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ပရိတ်ကြီး(၁၁)သုတ်

ပရိတ်ကြီး(၁၁)သုတ်သည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏လက်ထက်တော်မှသည် ပုဂံ,ပင်းယ,အင်းဝ, ကုန်းဘောင်ခေတ်အဆက်ဆက် အရံအတားအဖြစ် ရွတ်ဆိုပူဇော်ခဲ့ကြသော ပရိတ်တော်များ ဖြစ်ပါသည်။ ပရိတ်တော်အမျိုးအစား စုံလင်သကဲ့သို့ အကျိုးတရားလည်း စုံလင်လှပါသည်။ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းတွင်လည်း ခေတ်အဆက်ဆက် အလေးအနက်ထားကာ သင်ကြားရွတ်ဆိုပူဇော်သော ပရိတ်တော်များဖြစ်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများသူတို့ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော ကောင်းကျိုးအမျိုးမျိုးကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

မဟာသမယသုတ်ဝတ်ရွတ်စဉ်

မဟာသမယသုတ်တော်ကို မြတ်စွာဘုရားသည် နဂါး၊ ဂဠုန်၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ ရဟန်းပရိသတ် အစုံအလင် စုဝေးလျက် ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ တရားနာလာသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အမည်နာမအသီးသီးကို ဖော်ထုတ်လျက် ဘုရားရှင်က အချင်းချင်း မိတ်ဆက်သိစေတော်မူခြင်းဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မေတ္တာသက်ဝင်ချစ်ခင်သိကျွမ်းစေခြင်းဖြင့် မေတ္တာတရားကို ဖော်ညွှန်းထားပါသည်။ ဤသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့အား မေတ္တာတရား ရောင်ပြန်အနေဖြင့် လူ,နတ်ချစ်ခင်မှုကို ကေန်ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

အဘယသုတ်

အဘယသုတ်တော်သည် အသက်ခန္ဓာ ရလာသူတိုင်း တွေ့ကြုံရမည်ဖြစ်သော သေခြင်းတရားကို ရင်ဆိုင်နိုင်ရန် ဟောကြားထားသည့် သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများနေခြင်းဖြင့် သေခြင်းတရားကို ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့မှုနည်းပါးခြင်း၊ ကာမဂုဏ်၌ တပ်မက်မှုနည်းပါးခြင်း၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုပြုလိုစိတ်များ ဖြစ်ပွားခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။

သာမညဖလသုတ်

သာမညဖလသုတ်တော်သည် ရဟန်းပြုခြင်း၏ ရရှိလာမည့် လောကီ, လောကုတ္တရာ အကျိုးကျေးဇူးတရားများကို ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် ဖခင်ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးကို သတ်ပြီး နောင်တတရားများစွာ နှိပ်စက်၍ မအိပ်နိုင်၊ မစားနိုင်ဖြစ်နေရှာသော အဇာတသတ်မင်းအား ထိုဒုက္ခများ ကင်းစင်ပပျောက်စေပြီး ငရဲဒုက္ခပေါ့ပါးသက်သာသွားစေသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုသုတ်တော်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ခြင်းဖြင့် မိဘ,ကျေးဇူးရှင်စသည်တို့အား အမှတ်မထင် ပြစ်မှားပြောဆိုမိခဲ့သော အကုသိုလ်မကောင်းကျိုးများ ရှိခဲ့ပါက နောင်တရ၍ ပြန်လည်တောင်းပန် အသိတရားရရှိကာ အပြစ်မှ လျော့ပါးစေပြီး လောကီ,လောကုတ္တရာကောင်းကျိုးများ စဉ်ဆက်မပြတ် ဖြစ်ပေါ်ရေးအတွက် များစွာထောက်ပံ့ပေးသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။

နတ်ချစ်သုတ္တန်ဂါထာတော်များ

နတ်ချစ်သုတ္တန်ဂါထာတော်များသည် ယင်းသုတ္တန်ဂါထာတော်များကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်သူအား နတ်ဒေဝတာများက ကူညီစောင့်ရှောက်စေပါသည်။ နတ်ဒေဝတာများသည် လူသားတို့၏ စိတ်အကြံအစည်များကို သိရှိနိုင်ကြသဖြင့် လူတို့၏ အခက်အခဲများကို ကူညီစောင့်ရှောက်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ပကတိမျက်စိဖြင့် မမြင်ရသော ပရလောကရှိသည်၏အဖြစ်ကို ယုံကြည်လျက် နတ်ဒေဝတာတို့အား မေတ္တာပို့ခြင်း၊ အသိအမှတ်ပြုခြင်းဖြစ်၍ နတ်ဒေဝတာများက ပြန်လည်အသိအမှတ်ပြု စောင့်ရှောက်ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

ငါးရံ့မင်းပရိတ်တော်နှင့် မိုးကမ္ဘဝါစာတမ်း

ငါးရံ့မင်းပရိတ်သည် ဘုရားလောင်း ငါးရံ့မင်းကြီးဖြစ်စဉ်အခါက သစ္စာဆိုခဲ့ပြီး မိုးရွာစေကာ မိမိ၏ဆွေမျိုးဖြစ်သည့် ငါးအပေါင်းအား ကျီးကန်း,လင်းတ,စသည်တို့၏ နှိပ်စက်သတ်ဖြတ်စားသောက်ခြင်း ဘေးရန်အပေါင်းမှ ကင်းလွတ်စေသော ပရိတ်တော် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုပရိတ်တော်ကို မုံရွာမြို့၊ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး စီစဉ်ရေးသားခဲ့သော မိုးကမ္ဘဝါနှင့်တွဲဖက်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်နိုင်ရန် ထုတ်ဝေထားပါသည်။ ငါးရံ့မင်းပရိတ်နှင့် မိုးကမ္ဘဝါကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ခြင်းဖြင့် မိုးခေါင်ရေရှားအဖြစ်ဆိုးမှ ကျော်လွှားနိုင်ပြီး ရာသီဥတု မိုးလေဝသ ညီညွတ်မျှတကောင်းမွန်စေပါသည်။

ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးကန်တော့နည်းနှင့် ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးအဓိပ္ပာယ်

ဘုရား,ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အစရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါးဖြစ်၍ မပြစ်မှားသင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်များဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အား အကယ်၍ ပြစ်မှားမိလျှင် လက်ရှိပစ္စုပ္ပန်သာမက နောင်တမလွန်၌ပင် ဆင်းရဲဒုက္ခအမျိုးမျိုး တွေ့ကြုံရနိုင်ပြီး ပြုစုလုပ်ကျွေး ရှိခိုးကန်တော့၍ အမြဲဆည်းကပ်လျှင် ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် နှစ်ဖြာကောင်းကျိုး ရရှိခံစားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ခင်ပွန်းကြီး(၁၀)ပါး ရှိခိုးကန်တော့နည်း အစုံအလင်သိရှိနိုင်ရန်နှင့် ရှိခိုးကန်တော့ခြင်းဖြင့် ကောင်းကျိုးများ ရရှိနိုင်စေရန် စီစဉ်ထားပါသည်။

အာဠဝကသုတ္တန်

အာဠဝကသုတ္တန်သည် မြတ်ဗုဒ္ဓနှင့် အာဠဝကဘီလူး တွေ့ဆုံ၍ အာဠဝကဘီလူး ကျွတ်တမ်းဝင်ပုံဖြစ်စဉ်ကိုလည်းကောင်း၊ သဒ္ဓါတည်းဟူသော ဥစ္စာ, ကုသိုလ်ပြုခြင်း အလေ့အကျင့်, ဝစီသစ္စာ၏အရသာနှင့် ပညာဖြင့် အသက်မွေးခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဟူသော တရားလေးပါး၏ သိမ်မွေ့နက်နဲသော အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်းကောင်း ပြဆိုထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ အာဠဝကသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် မြတ်သောဥစ္စာကို ရှာဖွေနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးများ ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် ကောင်းကျိုးများကို ရရှိစေပါသည်။

ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ်

ဓမ္မစက္ကပ္ပဝတ္တနသုတ်တော်သည် ဘုရားရှင်က လူ, နတ်, ပြဟ္မာ သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား အဦးအစ ဟောကြားတော်မူသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသုတ်တော်ကို နာကြားရသဖြင့် ပဉ္စဝဂ္ဂီငါးဦးအနက် အရှင်ကောဏ္ဍည သောတာပန်တည်ပြီး နတ်ပြဟ္မာပေါင်း ၁၈–ကုဋေအထိ ကျွတ်တမ်းဝင်ခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ယင်းသုတ်တော်ကို ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ခြင်းဖြင့် နတ်ပြဟ္မာများ၏ ချစ်ခင်မြတ်နိုးမှုများ၊ ကူညီစောင့်ရှောက်မှုများ ရရှိစေပြီး ဘဝစည်းစိမ်ကို ပြီးပြည့်စုံစွာ ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

အနတ္တလက္ခဏသုတ်

အနတ္တလက္ခဏသုတ်တော်သည် ခန္ဓာငါးပါးတို့ကို လက္ခဏာကြီးသုံးပါးဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာစသည်တို့ဖြင့်လည်းကောင်း ဖြစ်ပုံ, ရှုမြင်ပုံတို့ကို ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ အနတ္တလက္ခဏသုတ်ဟု ဆိုသည့်အတိုင်း ရွတ်ဆိုပွားများသောသူ၏သန္တာန်၌ အသိသံဝေဂများ ဖြစ်ပွားကာ တရားထူးရစေရန် အထောက်အကူပြုခြင်း၊ အတ္တအစွဲကင်းပြတ်ခြင်းစသော အကျိုးများကို ရရှိခံစားစေနိုင်ပါသည်။

သောတာနုဂတသုတ္တန်

သောတာနုဂတသုတ္တန်သည် ပရိယတ်တရားတော်များကို ဉာဏ်ဖြင့် နာယူ, လေ့ကျက်,ဆင်ခြင်ပွားများလျှင် မျက်မှောက်ဘဝ၌ တရားထူးရရှိနိုင်ကြောင်းနှင့် အကယ်၍ မျက်မှောက်ဘဝ၌ မရခဲ့သော် နောက်ဘဝဖြစ်သည့် နတ်,ပြဟ္မာဘဝတို့၌လည်း တရားတော်ကို ဆက်လက်ကျင့်ကြံအားထုတ်၍ တရားထူးရရှိနိုင်ကြောင်းကို ဟောကြားထားသော သုတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသုတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ခြင်းဖြင့် သဒ္ဓါတရားပိုမိုခိုင်မာစေပြီး ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် ကောင်းကျိုးများ ဖြစ်စေကာ မဂ်ဖိုလ်ရရန် အားကြီးသော အထောက်အပံ့ကောင်းဖြစ်စေပါသည်။

နမက္ကာရ ဘုရားရှိခိုး

နမက္ကာရဘုရားရှိခိုးသည် အဋ္ဌကထာကျမ်းပြုအကျော် အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသမထေရ်ကိုယ်တိုင် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်အပေါင်းကို ပူဇော်ရှိခိုးသည့် ဂုဏ်တော်စုံ

ဘုရားရှိခိုးဖြစ်ပါသည်။ အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသမထေရ်သည် ဤနမက္ကာရဘုရားရှိခိုးဖြင့် သီဟိုဠ်ပြည် ပိဋကတ်တိုက်တံခါးကို အလိုလို ပွင့်စေတော်မူခဲ့သကဲ့သို့ ရွတ်ဆိုပူဇော်ရှိခိုးသူတို့သည်လည်း အခက်အခဲ အတားအဆီးများကို ကျော်လွှားနိုင်၍ ဘုန်းကံကြီးမားခြင်း၊ ကျက်သရေမင်္ဂလာ တိုးပွားခြင်းနှင့် ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးတရားများကို ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ယသောဓရာထေရီ၏နောက်ဆုံးကန်တော့ခြင်း ဝန္ဒနာဂါထာတော်များ

ဘုရားအလောင်းတော်နှင့်အတူ ဘဝသံသရာများစွာ၌ ပါရမီဖြည့်ဖက်အဖြစ် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းတိုင် ပါရမီဖြည့်ကျင့်ခဲ့သော ယသောဓရာထေရီ၏ နောက်ဆုံးကန်တော့ခြင်း ဝန္ဒနာဂါထာတော်များ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဂါထာတော်များဖြင့် လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းကာလအတွင်း ဘုရားအလောင်းတော်၏ သဗ္ဗညုတဉာဏ်အကျိုးငှာ စိတ်ငြိုငြင်ခြင်း အလျှင်းမရှိဘဲ အနွံအတာခံ အနစ်နာခံ၍ သုခဒုက္ခမျှတူခံစားလျက် ပါရမီဖြည့်ဆည်းပေးခဲ့ပုံတို့ကို အတုယူအားကျဖွယ် လျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။

ကာလာမသုတ္တန်

ကာလာမသုတ္တန်သည် ကေသမုတ္တနိဂုံး၌ နေသော ကာလာမမင်းသားတို့အား ဘာသာအယူဝါဒများနှင့်ပတ်သက်၍ မှတ်ကျောက်သဖွယ် စိစစ်နိုင်သည့် ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များကို မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဟောကြားထားသော သုတ္တန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသုတ္တန်တွင် ဘာသာအယူဝါဒများကို စိစစ်ပုံနှင့် လက်ခံကျင့်သုံးရမည့် ဘာသာတရား ရွေးချယ်ပုံတို့ကို အသေးစိတ် ဟောကြားတော်မူထားသဖြင့် ရွတ်ဖတ်ပူဇော် လိုက်နာကျင့်သုံးသူတို့ တရားစစ် တရားမှန်ကို လက်ခံကျင့်သုံးနိုင်ခြင်းမှစ၍ ပစ္စုပ္ပန် တမလွန် ချမ်းသာအဆင့်ဆင့်ကို ရရှိကာ နိဗ္ဗာန်တိုင်အောင်သော အကျိုးကိုလည်း ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ဆန္ဒသမာဓိသုတ္တန်

ဆန္ဒသမာဓိသုတ္တန်သည် ဆန္ဒ, ဝီရိယ, စိတ္တ, ဝီမံသ(ပညာ)တည်းဟူသော တရားလေးပါးတို့ကို အမှီပြု၍ သမာဓိရနိုင်ပုံနှင့် တရားအားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်

အနေဖြင့် မဖြစ်သေးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို မဖြစ်စေရန်၊ ဖြစ်ပြီးသော အကုသိုလ်တရားတို့ကို ပယ်စွန့်ရန်နှင့် မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖြစ်စေရန်၊ ဖြစ်ပြီးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဆက်လက်တည်တံ့ပြီး တိုးပွားစေရန် အားထုတ်၍ ဣဒ္ဓိပါဒ်ကို ဖြစ်စေသင့်ကြောင်း မိန့်တော်မူထားသော သုတ္တန်ဖြစ်ပါသည်။

အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ ဘဝနှင့်ဓမ္မ

အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသသည် သာသနာတော်နှစ် (၉၀၀)ဝန်းကျင်၊ အေဒီ ၅–ရာစုတွင် ပေါ်ထွန်းခဲ့ပြီး ဗုဒ္ဓသာသနာတော်သမိုင်းတွင် အလွန်ထင်ရှားသော အဋ္ဌကထာကျမ်းပြုမထေရ်မြတ် ဖြစ်ပါသည်။ မထေရ်မြတ်သည် အိန္ဒိယနိုင်ငံမှ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံသို့ ကြွတော်မူကာ ဘုရားဟော ပါဠိတော်များ၏ အဖွင့်ကျမ်းများဖြစ်သော အဋ္ဌကထာကျမ်းပေါင်း (၃၅)ကျမ်းကျော်ကို ရေးသားစီရင်တော်မူခဲ့သဖြင့် **ဗုဒ္ဓမတ္တညူ** (မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အလိုတော်ကို အသိဆုံးပုဂ္ဂိုလ်)အဖြစ် ဂုဏ်ပြုပူဇော်မှုကို ခံယူရရှိတော်ခဲ့ပါသည်။ အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသမထေရ်၏ ထေရုပ္ပတ္တိကို လေ့လာပူဇော်ခြင်းဖြင့် မထေရ်မြတ်၏ သီလ၊ ပညာ၊ ဝီရိယအား ကြီးမားတော်မူပုံ၊ သာသနာတော်နှင့် ပြည်သူပြည်သားများအပေါ် ထားရှိသော စိတ်ထားများကို အတုယူအားကျဖွယ် လေ့လာသိရှိရမည်ဖြစ်ပါသည်။

နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ

ဤစာအုပ်ကို အများပြည်သူသို့ ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလျက်ရှိပါသည်။ ဤသို့လှူဒါန်းရာတွင် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းနိုင်မှုအပေါ် မူတည်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့ အရေအတွက် ပိုမိုများပြားလာပြီး ပိုမိုရွတ်ဆိုကြခြင်းအားဖြင့် ဘုရားရှင်၏ သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကို ကြည်ညိုနိုင်ခြင်း၊ သဒ္ဓါစသော ကုသိုလ်တရားများတိုးပွားခြင်း၊ ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝ၍ အဆင်ပြေစေကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်နှင့် ထုတ်ဝေပြီးသော ပူးတွဲပါစာအုပ်များအား မိမိကိုယ်တိုင်လှူဒါန်းလိုပါက လိုအပ်သော စာအုပ်အရေအတွက်ကို မှာကြားနိုင်ပါကြောင်းနှင့် မှာကြားသည့်အရေအတွက်များကို ထုတ်ဝေပေးမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤဝန်ကြီးဌာနမှ တစ်ဆင့် လှူဒါန်းပေးစေလိုပါကလည်း သက်ဆိုင်ရာ လှူဒါန်းသင့်သည့်နေရာများသို့ ကူညီဖြန့်ဝေလှူဒါန်းပေးသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ပါဝင်လှူဒါန်းလိုသူများရှိပါက –

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန

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

သို့ ဆက်သွယ်လှူဒါန်းနိုင်ပါသည်။

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