www.dhammaransi.com

မဟာစည်

ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ

ဗုဒ္ဓသာသနာနုဂ္ဂဟ အဖွဲ့ချုပ်

အမှတ် ၁၆၊ သာသနာ့ရိပ်သာ ဟာမစ်တေ့စ်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။

သာသနာ - ၂၅၁၈၊ ကောဇာ ၁၃၃၆၊

(ဆဋ္ဌမ)

၁၉-က

www.dhammaransi.com

၁၃၁၅-ခုနှစ်	ပဌမအကြိမ်	၁၀၀၀။
၁၃၁၉ ။	ဒုတိယ ။	၁၀၀၀။
၁၃၂၃ ။	တတိယ ။	၁၀၀၀။
၁၃၂၅ ။	စတုတ္ထ ။	၂၀၀၀။
၁၃၂၉ ။	ပဥ္စမ ။	၄၀၀၀။
၁၃၃၆ ။	ဆဋ္ဌမ ။	၅၀၀၀။

ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာမူ ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့် (၇၁၁၉)

ထုတ်ဝေသူ။ ။မင်္ဂလာဦးအောင်မြင့် [၀၁၁၆၇]
သာသနာ့ရိပ်သာ ဟာတာမစ်တစ်လမ်း။
ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ။ ။ဦးစိန်လင်း၊ [၀၇၂၀] ရတနာသိဒ္ဓိ ပုံနှိပ်တိုက်။
အမှတ် ၁၀-၉၄၉၊ လမ်း-၃၀။ တောင်ဥက္ကလာပ။

ဆဋ္ဌမအကြိမ်။

အုပ်ရေ ၅၀၀၀။

အဘိုး ၂-ကျပ်။

၁၃၃၆-ခု။ တန်ဆောင်မုန်း
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

မာတိကာ

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ဓမ္မစကြာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ	၃
၂။	အာသီဝိသောပမသုတ်တရားတော်ကြီး	၆
၃။	ဥဒ္ဒေသဝိဘင်္ဂသုတ်မိန့်ခွန်းတော်	၇
၄။	မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ဝန်ခံချက်မိန့်ခွန်းတော်	၁၀
၅။	မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော်	၁၁
၆။	သက္ကပဉ္ဇသုတ် သိကြားအမေး ချမ်းသာရေး တရားတော်	၁၃
၇။	ဝမ္မိကသုတ်တရားတော်ကြီး	၁၅
၈။	ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်	၁၈
၉။	ဝိပဿနာရှုနည်း မှုသေစည်း	၁၉
၁၀။	ဝိပဿနာအခြေခံတရားတော်	၂၀
၁၁။	သမ္ပဇဉ်ခေါ်တဲ့ အသိဉာဏ် ၄-ပါး	၂၁
၁၂။	စိတ္တာနုပဿနာတရားတော်	၂၁
၁၃။	(က)သရဏဂိုဃခေါ် အောက်မေ့ဘွယ်ရာ တရားတော်	၂၂
၁၃။	(ခ)သောတာပန်၏မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ(၇)ပါး	၂၃

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၄။	သီလသုတ်တရားတော်	၂၅
၁၅။	အရိယာဝါသတရားတော်	၂၇
၁၆။	မဓုပိဏ္ဍိကသုတ်တရားတော်	၃၀
၁၇။	ဘဝဘန်ဘိုးတရားတော်	၃၁
၁၈။	စူဠတဏှာသင်္ခယသုတ်တရားတော်	၃၂
၁၉။	ဩဝါဒပါတိမောက်ခတရားတော်	၃၄
က။	ကပိလသုတ် အပ္ပမာဒတရားတော်	၃၆
ခ။	ဝိဇယသုတ်တရားတော်	၃၈
ဂ။	အနိမိတ္တတရားတော်	၄၂
ဃ။	အာဒိတ္တသုတ်တော်	၄၂
င။	ဧရကပတ္တဝတ္ထုတရားတော်	၄၃
စ။	ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်းတရားတော်	၄၅
ဆ။	ဗြဟ္မဝိဟာရတရား ပွားများနည်း	၄၇
ဇ။	ဒါရုက္ခန္ဓောပမသုတ်တရားတော်	၅၀
ဈ။	ဝိပဿနာအခြေပြုတရားတော်	၅၃
ည။	မဟာပရိဗ္ဗာဟာသုတ်တရားတော်	၅၇
ဋ။	သစ္စာလေးပါး၏လက္ခဏာစသည်များ	၅၉
ဌ။	မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၏ လက္ခဏာစသည်များ	၆၀
ဍ။	အစ္ဆရာသုတ် တရားတော်	၆၂

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

မာတိကာ

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၀။	ဟေမဝတသုတ္တန်တရားတော်ကြီး	၆၃
၂၁။	က။ သလ္လေခသုတ်တရားတော်	၆၆
၂၁။	ခ။ ၎င်း	၆၉
၂၂။	အဇိတသုတ်တရားတော်ကြီး	၇၂
၂၃။	ဟေမကသုတ်တရားတော်	၇၄
၂၄။	ပုရာဘေဒသုတ်တရားတော်	၇၅
၂၅။	အာဒိတ္တသုတ်တရားတော်	၇၆
၂၆။	စူဠကမ္မဝိဘင်္ဂသုတ်တရားတော်	၇၆
၂၇။	ကောင်းခြင်းလေးဖြာမင်္ဂလာတရားတော်	၇၇
၂၈။	အနုပဒသုတ်မှ ကောက်နုတ်ချက်	၇၈
၂၉။	အဆိုးဆုံးနှင့် အကောင်းဆုံး တရားတော်	၇၈
၃၀။	အတိုအထွာဆောင်ပုဒ်များ (က)မှ(ဇ)အထိ	၇၉
၃၁။	သမ္ဗောဇ္ဈင် ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်	၈၂
၃၂။	နီဝရဏပိုင်းဆောင်ပုဒ်များ	၈၃
၃၃။	အာယတနဓမ္မာနုပဿနာဆောင်ပုဒ်များ	၈၆
၃၄။	ဗောဇ္ဈင်ဓမ္မာနုပဿနာဆောင်ပုဒ်များ	၈၇
၃၅။	မဂ်ဝီထိ ဖြစ်စဉ်တရားတော်	၉၁
၃၆။	သောတာပတ္တိမဂ်၏အကျိုးပြဆောင်ပုဒ်များ	၉၃

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဦးရေ	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၃၇။	ဓမ္မုဒ္ဒေသ ၄-ပါးဆောင်ပုဒ်	၉၄
၃၈။	ဥပါဒါပါပရိတဿနသုတ်တရားတော်	၉၄
၃၉။	လက္ခဏာရေးသပစ္စုပဋ္ဌာန်ဆောင်ပုဒ်များ	၉၅
၄၀။	ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကြီး	၁၀၇
၄၁။	ဩကာသမူမှန် ကန်တော့ခန်း	၁၁၂

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

အမှာစကား

ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော် ဘုရားကြီးသည် ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ၌ ဝိပဿနာတရား ဟောကြား ပြသသည့်အချိန်မှစ၍ အခါကာလ အားလျော်စွာ တရားပွဲ များ၌ တရားဆောင်ပုဒ်များကို ပို့ချ သင်ကြား ပေးသနား တော်မူလေ့ ရှိခဲ့ပါသည်။

၎င်းတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များကို တရားပွဲအလိုက် စာရွက် စာတမ်းများ ရိုက်နှိပ်ခါ ဝေငှခဲ့သော်လည်း တလုံး တစီးတည်း စုဆောင်းပြီးဟူ၍ မရှိခဲ့ပါ။

ဆရာတော်၏တပည့်များ ဖြစ်ကြသော ရဟန်းယောဂီ ဟောင်း, လူ့ သီလရှင် ယောဂီဟောင်းတို့က ၎င်းတရား ဆောင်ပုဒ်ကလေးများကို စုဆောင်း၍ စာအုပ်ငယ်တအုပ် ပြုလုပ်ဝေငှရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ကြသည်အတွက် ကျွန်ုပ်၌ စုဆောင်းခဲ့သော တရားဆောင်ပုဒ်များနှင့် သက်န်းကျွန်း ဦးဖေသင်(ရိက္ခာတော်ရ)စုဆောင်းခဲ့သော တရားဆောင် ပုဒ်ကလေးများတို့ကို စုပေါင်းကာ ပြန်လည်တည်းဖြတ်၍ 'မဟာစည်ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ' အမည်ဖြင့် ၁၃၁၅-ခု နှစ်မှစ၍ ၃-ကြိမ်တိုင်တိုင်ပုံနှိပ်ခဲ့ပါပြီ၊ ယခု စတုတ္ထအကြိမ်၌ နောက်ထပ် ရသော ဆောင်ပုဒ်အသစ်များကိုလည်း ဖြည့် စွက်၍ ပုံနှိပ်ပါသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

ရတနာသီရိ (၁၉-၁)

www.dhammaransi.com

အမှာစကား

ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ တပည့်များ ဖြစ်ကြသော ဆရာတော် ဦးသုဇာတ, ရွှေဘို လောကမာရဇိန်ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒတို့ ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားဆောင်ပုဒ် များကိုလည်း ဤစာအုပ်၌ ထည့်သွင်း ဖေါ်ပြထားသည့် အပြင်၊ ပြကာသမှုမှန် ဘုရားရှိခိုး ကန်တော့ခန်း ကိုပါ တပါတည်း ထည့်သွင်းပုံနှိပ်ထားပါသတည်း။

မင်္ဂလာ-အောင်မြင့်
တော်သလင်းလဆုတ် ၁၂.ရက်၊ ၁၃၂၅.ခုနှစ်။

www.dhammaransi.com

ဓမ္မဒေသနာ ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ဓမ္မစကြာတရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁-အစွန်းပယ် အလယ်သွား

၁။ ကာမချမ်းသာ၊ သုံးဆောင်တာ၊ ပယ်ခွာရှောင်ရမည်။
၂။ မသုံးဆောင်ဘဲ၊ ကိုယ်ညှဉ်းဆဲ၊ ဒါလဲရှောင်ရမည်။
၃။ အစွန်း ၂-သွယ်၊လမ်းမှားပယ်၊ အလယ်လမ်းမှန်သည်။
၄။ လမ်းမှန်ကိုရှောက်၊ ဉာဏ်မြင်ပေါက်၊ ဆိုက်ရောက် နိဗ္ဗာန်ပြည်။

၂-မဂ္ဂင်ရှစ်တန် လမ်းမှန်၏ သရုပ်

မှန်စွာမြင်သိ, ကြံမိမှန်ကန်၊ (ပညာက္ခန္ဓာ ၂-ပါး)
မှန်စွာပြော-ပြု, ရှာမှုလမ်းမှန်၊ (သီလက္ခန္ဓာ ၃-ပါး)
မှန်စွာကြောင့်ကြ, မှတ်ရမှန်ကန်၊) (သမာဓိက္ခန္ဓာ
စူးစိုက်ကပ်, ရှစ်ရပ် မဂ်လမ်းမှန်။) ၃-ပါး)

၃-အနု,အလတ်,အရင့်,မဂ္ဂင်၃-မျိုး

၁။ မူလ,ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံး၀ မဂ္ဂင်မြတ်။
(မူလမဂ္ဂင်၊ ပုဗ္ဗဘာဂ ဝိပဿနာမဂ္ဂင်၊ အရိယမဂ္ဂင်၊)
၂။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေး၀င်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၄-သစ္စာလေးတန် အမှန်လေးပါး

၁။ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဆင်းရဲအစစ်အမှန်။
၂။ သမုဒယသစ္စာ၊ ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အစစ်အမှန်။
၃။ နိရောဓသစ္စာ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ အစစ်အမှန်။
၄။ မဂ္ဂသစ္စာ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ ဆိုက်ရောက်ကြောင်း အကျင့်လမ်းကောင်း အစစ်အမှန်။

၅-ဒုက္ခသစ္စာ

၁။ ဖြစ်အိုသေရေး၊ စိုးရိမ်ဆွေး၊ ငိုကြွေး-ကိုယ်နာကျင်။
၂။ နှလုံးမသာ၊ စိတ်ပြင်းစွာ၊ ပူတာ ဆင်းရဲပင်။
၃။ မုန်းသူနှင့်တွဲ၊ ချစ်သူကွဲ၊ ဆင်းရဲ အမှန်ပင်။
၄။ မရတာလို၊ ဒုက္ခဆို၊ တိုတိုပြောရလျှင်။
၅။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ သစ္စာဒုက္ခပင်။

၆-ဥပါဒါန်နှင့် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ

၁။ ထင်လွဲ့သာယာ၊ စွဲလမ်းတာ၊ ၂-ဖြာ ဥပါဒါန်။
၂။ ငါ့ငါ့ဥစ္စာ၊ စွဲနိုင်တာ၊ ဥပါဒါနက္ခန်။
၃။ ရုပ်,ဝေ, သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာ ဤငါးတန်။

၇-သမုဒယ သစ္စာ

၁။ ကာမတဏှာ၊ ကောင်းနိုးရာ၊ သာယာနှစ်သက်မှု။
၂။ ဘဝတဏှာ၊ သဿတာ၊ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။
(ဆက်ရန်)

www.dhammaransi.com

၃။ ဝိဘာဝမှာ၊ ဥစ္ဆေဒါ၊ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။
၄။ ဆင်းရဲပွားရန်၊ အကြောင်းမှန်၊ သုံးတန်တဏှာစု။

ဂ-နိရောဓနှင့် မဂ္ဂသစ္စာ

၁။ တဏှာချုပ်က၊ နိရောဓ၊ ဒုက္ခအငြိမ်းမှန်။
၂။ ငြိမ်းရာကိုပင်၊ ဆိုက်ရောက်မြင်၊ မဂ္ဂင်အကျင့်မှန်။

ဃ-ဉာဏ် ၃-ပါးနှင့် ၎င်းတို့၏ ဖြစ်ရာကာလ

၁။ ရှေး, နောက်ကာလ၊ မဂ်ခဏမှာ၊ လေးသစ္စာ၊ သိတာ **သစ္စဉာဏ်**
၂။ သိသင့်, ပယ်သင့်၊ ဆိုက်, ပွားသင့်၊ သိနှင့် **ကိစ္စဉာဏ်။**
၃။ ကိစ္စပြီးလျှင်၊ ပြီးကြောင်းမြင်၊ ခေါ်တွင် **ကတဉာဏ်**။

၁၀-သစ္စဉာဏ်၏ ကိစ္စ ၄-ပါး

၁။ ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြား၍ သိရသည်။ ဤသို့ သိတာကို **ပရိညာ ပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
၂။ သမုဒယသစ္စာကို ပယ်ရသည်၊ ဤသို့ ပယ်တာကိုပင် **ပဟာန ပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
၃။ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက် ပြုရသည်၊ ဤသို့ မျက်မှောက်ပြုတာကို **သစ္ဆိကိရိယာ ပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
၄။ မဂ္ဂသစ္စာကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေရသည်၊ ဤသို့ ဖြစ်ပွားစေတာကိုပင် **ဘာဝနာ ပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
၅။ လေးသစ္စာမှ၊ တပါးမျှ၊ မဂ်ကသိမြင်လျှင်။
၆။ ပဋိဝေဓ၊ လေးကိစ္စ၊ ပြီးကြအားလုံးပင်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂။ သဠာယတနဝဂ္ဂသံယုတ်
အာသီဝိသောပမသုတ် တရားတော်ကြီးဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

မြွေလေးကောင်ကား - လေးပါးဘုတ်ဓာတ်၊ သူသတ်-ငါးဖြာ-ငါးခန္ဓာနှင့်၊မိတ်ညာရန်ဘက်-တတ်စွဲချက်ကြောင့်၊ ရွာပျက်သုည-ခြောက်ဒွါရသို့၊ ရောက်ကတဖုံ၊ ခြောက်အာရုံ-ဟု-သုံးစုံဓားပြ၊ဝင်လာကြ၍၊ဩဃလေးသွယ်-မြစ်ပင်လယ်၏၊ကျိုဝယ်ကမ်းစ-သက္ကာယမှ၊ခေမနိဗ္ဗာန်-ဟိုကမ်းဌာန်သို့၊ ရှစ်တန်မဂ္ဂင်- ဖောင်ဖွဲ့ဆင်၍၊ အတွင်ကူးယက်- အားထုတ်-ချက်ဖြင့်၊ ဟိုဘက်အရောက်၊ကူးမြောက်သူမှာ-ရဟန္တာတည့်၊ ကောင်းစွာညွှန်ကြား၊ ကယ်သူကား-ဘုရားမြတ်စွာတည်း။

အချို့သရုပ်ဖော်ပြချက်

၁။ ခက်မာကြမ်းတမ်းတာ နူးညံ့တာက ပထဝီဓာတ်၊ ယိုစီး-ဖွဲ့စည်းတာက အာပေါဓာတ်၊ ပူတာ နွေးတာ အေး-တာက တေဇောဓာတ်၊ ထောက်ကန် တောင့်တင်းတာ လှုပ်ရှားတာက ဝါယောဓာတ်။

၂။ ထောက်ကန် တောင့် တင်း, လျော့ ခြင်း တ မည်။
(လက္ခဏာ)။

ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှား, ရွေ့သွားတတ်သည်၊ (ရသ)။
သူလိုရာဘက်, တွန်းလျက် ဆောင်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)။
ဝါယောဓာတ်, သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃။ ထင်လှဲ့ သာယာ၊ စွဲလမ်းတာ၊ နှစ်ဖြာဥပါဒါန်။
ငါ့, ငါ့ဉစ္စာ၊ စွဲနိုင်တာ၊ ဥပါဒါနက္ခန်။
ရုပ်, ဝေ, သညာ, သင်္ခါရာ၊ ဝိညာဏ်ငါးတန်။
၄။ စက္ခု သောတ ဃာန ဇိဝှါ၊
ကာယ မနော မှတ်လော ခြောက်ဒွါ။
ရူပ သဒ္ဒ ဂန္ဓ ရသာ၊
ဖောဋ္ဌဗ္ဗ ဓမ္မ အာရုံပါ။
၅။ ကာမ, ဘဝ၊ ဒိဋ္ဌောဃ၊ မောဟ အဝိဇ္ဇာ။
နှစ်မြှုပ်သတ်တယ်၊ ရေစီးနှယ်၊ လေးသွယ်ဩဃပါ။
၆။ ထင်ရှားရှိနေ၊ ရုပ်နာမ်တွေ၊ မှတ်လေသက္ကာယ။
၇။ မှန်စွာမြင်သိ၊ ကြံမိမှန်ကန်၊
မှန်စွာပြော-ပြု, ရှာမှုလမ်းမှန်။
မှန်စွာကြောင့်ကြ, မှတ်ရမှန်ကန်၊
စူးစိုက်ကပ်, ရှစ်ရပ်မဂ်လမ်းမှန်။

၃။ ဥပရိပဏ္ဏာသ-ဥဒ္ဒေသဝိဘင်္ဂသုတ် မိန့်ခွန်းတော်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

စိတ်ဓာတ်ဝိညာဉ်, အပြင်မထွက်၊ အတွင်းဘက်လဲ, ချပ်လျက်မတည်၊ စွဲမှီလွှတ်ကင်း, ဆာလောင်ရှင်းအောင်၊ ရှုမှတ်ဆောင်သော်-နောက်နောင်ဖြစ်ရေး၊ အို-သေဘေးနှင့်၊ ဝန်လေးစွာလှ၊ ဒုက္ခခပင်း၊ လုံးဝကင်းသည် .... ဝိဘင်းဥဒ္ဒေး မိန့်ခွန်းတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(အကျယ် ဝေဘန်ချက်ဆိုင်ရာ ဆောင်ပုဒ်များ)

က { မြင်ပြီးရာတွင်၊ လိုက်-ကြံလျှင်၊ အပြင်ထွက်သည်မည်။
ကြား-နံ၊ စား၊ ထိ၊ သိပြီးရာတွင်၊ လိုက်ကြံလျှင်၊
အပြင်ထွက်သည်မည်။

{ မြင်ဆဲမှာပင်၊ မှတ်သိလျှင်၊ အပြင်မထွက်ပြီ။
ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ သိဆဲမှာပင်၊ မှတ်သိလျှင်၊
အပြင်မထွက်ပြီ။

{ ရှုစိုက်သမှု၊ ကပ်၍ရှု၊ စျာန်ဟု ခေါ်ဝေါ်သည်။
သမထစျာန်၊ ဝိပဿနာစျာန်၊ ၂-တန် ကွဲပြားသည်။
တည်ငြိမ်ရုံမျှ၊ ရှုနေက၊ သမထစျာန်ခေါ်သည်။
(အာရမ္မဏူပနိဇ္ဈာန်)။
လက္ခဏာ ၃-ရပ်၊ ရှုသိမှတ်၊ ဝိပဿနာစျာန်ခေါ်သည်။
(လက္ခဏူပနိဇ္ဈာန်)။

၁။ ကြံစည်, စဉ်းစား၊ နှစ်သိမ့်ပွား၊ ကောင်းစားချမ်းသာ
သည်။
ရှုရာရာတွင်၊ ရှုစိုက်ဝင်။ ငါးအင် ပ-စျာန်မည်။
(သမ္မသနအထိ အထူးထင်ရှားသည်)။

၂။ နှစ်သိမ့်,ချမ်းသာ၊ ရှုစိုက်တာ၊ သုံးဖြာ ဒု-စျာန်မည်။
(ဥဒယဗ္ဗယအနုပိုင်း၌ အထူးထင်ရှားသည်)။

၃။ ချမ်းသာမှုနှင့်၊ ရှုစိုက်လင့်၊ ၃-ဆင့် စျာန်ခေါ်သည်။
(ဥဒယဗ္ဗယအရင့်ပိုင်းမှစ၍ အထူးထင်ရှားသည်)။
(ဆက်မှ)

www.dhammaransi.com

၄။ ဥပေက္ခာနှင့်၊ စူးစိုက်လင့်၊ ၄-ဆင့်စျာန်ခေါ်သည်။
(သင်္ခါရုပေက္ခာ၌ အထူးထင်ရှားသည်။)

ခ ရှုမှတ်ကောင်းဆဲ၊ သာယာစွဲ၊ အထဲရပ်နေသည်။
သာယာဝယ်ဖြတ် ပေါ်တိုင်းမှတ်၊ မရပ်တိုးတက်သည်။

ဂ ရုပ်နာမ်ကိုပင်၊ ငါကောင်ထင်၊ စွဲလျှင်ဆာလောင်သည်။
ရုပ်နာမ်ပေါ်ဆဲ၊ ရှုမှတ်ခွဲ၊ မစွဲမဆာပြီ။

စျာန်။ စူးစိုက်သမှု၊ ကပ်၍ရှု၊ စျာန်ဟုခေါ်ဝေါ်သည်။
(စူးစူးစိုက်စိုက်ကပ်၍ရှုတာ)။

စျာန်နှစ်မျိုး။ သမထစျာန်၊ ဝိပသ်စျာန်၊ နှစ်တန်ကွဲပြားသည်။

သမထစျာန်။ တည်ငြိမ်ရုံမျှ ရှုနေက၊ သမထစျာန်ခေါ်သည်။

ဝိပသ်စျာန်။ လက္ခဏာသုံးရပ်၊ ရှုသိမှတ်၊ ဝိပသ်စျာန် ခေါ်သည်။

ပဌမစျာန်။ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ပဌမစျာန်စုငါးပါး။

ဒုတိယစျာန်။ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ဒုတိယစျာန်စု သုံးပါး။

တတိယစျာန်။ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ တတိယစျာန်စုနှစ်ပါး။

စတုတ္ထစျာန်။ ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ စတုတ္ထစျာန်စုနှစ်ပါး။

(စျာန်အင်္ဂါစု)

၁။ အာရုံကို ရှာကြံတာက ဝိတက်။

၂။ အာရုံကို စဉ်းစားတာက ဝိစာရ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃။ အာရုံ၌ နှစ်သိမ့်အားရတာက ပီတိ။
၄။ ဝမ်းသာလျက် ကောင်းနေတာက သုခ။
၅။ ဝမ်းမသာဘဲ ငြိမ်ငြိမ်သက်သက် ကောင်းနေတာက ဥပေက္ခာ။
၆။ အာရုံ၌ စူးစူးစိုက်စိုက်ကပ် သွားတာက ဧကဂ္ဂတာ။

၄။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ဝန္ဒခံချက်မိန့်ခွန်းတော်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

သတိပဋ္ဌာန် ဓမ္မစက်ကို ဝန်ခံချက်နှင့် တို့မြတ်စွာ။
ဟောမိန့်ပုံမှာ....ထိုတရားကို ဖြစ်ပွားစေတဲ့ ရှင်လူမှာ။
အလွန်ကြာလျှင် (၇)နှစ်နဲ့ ရဟန္တာစစ် ဖြစ်နိုင်ပါ။
စွဲမှုကျန်တောင် နာဂါမ်လောကတော့ ဆိုက်ရောက်မယ်တဲ့ ကေန်ပါ။
မြန်သူဆိုလျှင်(၇)ရက်နဲ့ ထိုဖိုလ်မဂ်ကို ရနိုင်ပါ။
ရဲရင့်ခိုင်မာ ဝန်ခံချက်နှင့် ဓမ္မစက်ကို ဟောခဲ့ပါ။
နိဗ္ဗာန်လိုသူ မယုံမှားနဲ့ မြတ်ဘုရားကို ယုံကြည်ကာ။
သတိပဋ္ဌာန်၊ ကိုယ့်သန္တာန်၊ အမြန်ပွားစေရာ။
သို့ပွားစေမှ၊ နိဗ္ဗာန်ရ၊ မုချငြိမ်းအေးမှာ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၅။ သံယုတ္တနိကာယ်

မာလုကျပုတ္တသုတ် တရားတော်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

မေးခွန်းတော်။ ။ဒါကို သင်ဘယ်လိုထင်သလဲ- မာလုကျပုတ္တ စဉ်းစားကြည့်စမ်း။ မျက်စိဖြင့် မြင်နိုင်တဲ့ အကြင်အဆင်းတွေကို၊ သင်ဟာရှေးကလဲမမြင်ရသေးဘူး၊ ယခုလဲ မြင်နေတာမဟုတ်ဘူး၊ နောင်လဲ ဒါမျိုးကို မြင်ရလိမ့်မည်လို့တောင် မစဉ်းစားမိသေးဘူး-ဆိုပါတော့။ အဲဒီလိုအဆင်းတွေကို၊ တပ်မက်-ချစ်ခင်-လိုချင်မှုများ၊ သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါ့မည်လား။

ဖြေ။ ။မဖြစ်နိုင်ပါ အရှင်ဘုရား။

(အသံ့,အနံ့,အရသာ, အတွေ့,သဘော အာရုံတို့၌လဲ မေးပုံ-ဖြေပုံမှာ နည်းတူပင်)။

၁။ မမြင်ရရာကိလေသာ၊ သူ့ဟာသူငြိမ်းသည်။

၂။ မြင်ရရာမှာ၊ ကိလေသာ၊ ကိန်းကာဖြစ်နိုင်သည်။

၃။ မြင်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ကိဒလစု၊ ကိန်းမှုပယ်သင့်သည်။

၄။ မေးခွန်းဖြင့်ပင်၊ လုပ်ငန်းစဉ်၊ ပေါ်လွင်စေခဲ့သည်။

(သုတ်ရင်း၏ဘာသာပြန်)

(က)အို- မာလုကျပုတ္တ (လုံး၀ **မသိရတဲ့ အာရုံမှာ ကိလေသာ**မဖြစ်နိုင်တာလိုပင်၊ထင်ရှားသိရတဲ့အာရုံတွေမှာလဲ

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ကိလေသာ မဖြစ်နိုင်အောင် အားထုတ် ဘို့ လိုသည်။ ဒါကြောင့်)သင့်မှာ-မြင်ရ၊ကြားရ၊ရောက်ရ၊ သိရတဲ့ဒီအာရုံတွေထဲကလဲ၊ မြင်ရာမှာ မြင်ရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ ကြားရာမှာ ကြားရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ နံ-စား-ထိ-လျက် ရောက်ရာမှာ ရောက်ရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ သိရာမှာ သိရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်။

(ခ) ဒီအတိုင်းဖြစ်လျှင်၊သင်ဟာ-ထင်ရှားသိရတဲ့ အဲဒီအာရုံတွေနှင့်(သာယာ-မုန်းထားသိမှားတဲ့ အလိုအားဖြင့်) မစပ်မဆိုင်တော့ပြီ။

(ဂ) မစပ်ဆိုင်လျှင်၊ သင်ဟာ - အဲဒီ အာရုံတွေထဲမှာ စွဲ၍ မတည်တော့ပြီ။

(ဃ) စွဲ၍မတည်လျှင်၊ ဒီလောကထဲမှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ၊ဟိုလောကထဲမှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ။ တခြားမှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ။ဒီလိုစွဲလမ်းတဲ့ သင်မရှိတာသည်ပင်လျှင်၊ ဆင်းရဲဆုံးရာ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း။

အဋ္ဌကထာဒအလို....(ဃ)စွဲ၍ မတည်လျှင်၊ ဒွါရ ၆-ပါး ဆိုတဲ့ ဒီအတွင်းဘက်မှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ။ အာရုံ ၆-ပါး ဆိုတဲ့ ဟိုအပြင်ဘက်မှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ။ စိတ်စေတသိက် ဆိုတဲ့ သိမှုထဲ့မှာလဲ-သင်မရှိတော့ပြီ။ ဒီလို သင်မရှိတာ-သင် ချုပ်ပျောက်သွားတာသည်ပင်လျှင်၊ ဆင်းရဲဆုံးရာ နိဗ္ဗာန် ပေတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

နိဗ္ဗာန်နှင့်ဝေးပုံ

အဆင်းမြင်လျှင်၊ ချစ်ဖွယ်ထင်၊ ထိုတွင်မေ့လေသည်။
သာယာတပ်စွဲ၊ ခံစားမြဲ၊ စိတ်ထဲသိမ်းလျက်တည်။
အဆင်းဆိုင်ရာ၊ ဝေဒနာ၊ များစွာပွားတော့သည်။
လောဘစည်ကား၊ ဒေါသပွား၊ ဗျာများစိတ်ပန်းသည်။
ဤနည်းဖြင့်ဘဲ၊ မပြောင်းလဲ၊ ဆင်းရဲရှာသူမည်။
ဆင်းရဲကိုသာ၊ ရှာသူမှာ၊ ဝေးစွာနိဗ္ဗာန်ပြည်။

နိဗ္ဗာန်နှင့်နီးပုံ

အဆင်းမြင်က၊ အမှတ်ရ၊ ရာဂကင်းတော့သည်။
မတပ်မက်ဘဲ၊ ခံစားမြဲ၊ စိတ်ထဲမသိမ်းပြီ။
မှတ်သိလျက်ပင်၊ မြင်လဲမြင်၊ ထို့ပြင်ခံစားသည်။
သို့ပါသော်လဲ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၊ ကုန်မြဲကုန်ခန်းသည်။
ဤနည်းဖြင့်သာ၊ ယောဂီမှာ၊မှတ်ခါကျင့်ရသည်။
မြင်တိုင်းရှုမှတ်၊ ဆင်းရဲသတ်၊ နီးကပ်နိဗ္ဗာန်ပြည်။

၆။ ဒီဃနိကာယ် သက္ကပဥှသုတ် သိကြားအမေး ချမ်းသာရေး တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

ကာမဘုံသား နတ်လူများတို့ ကောင်းစားပြည့်ဝ ဘေးရန်ပလျက် အေးမြချမ်းသာ နေလိုပါလည်း ဣဿာမစ္ဆေ သူရှုပ် (ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ပေ့ရှ်ဆင်ခြေမကျဆင်းရဲရတည့်....မူသဇာစ်မြစ် သူ့ကြောင်း စစ်သော်....မုန်းချစ်အပ်သား အာရုံများနှင့် လိုလားဇလီ ကြံစည်တတန် ခွဲ့ရန်မှတ်စွဲ ခြေတည်လွဲ၍ ဆင့်ကဲဆင့်ကာ ဖြစ်ရိုးပါတည့်....(၆)ဖြာဒွါရ ထင်သမျှကို မှတ်ကြသဖြင့် မမှိသင့်ရှောင် မှီသင့်ဆောင်၍ မှန်အောင်ပြင်က လမ်းမှန် ရသည်။ ။မုချ ချမ်းသာရေးပေတည်း။

ခက်ဆစ်မှတ်ဖွယ်များ

၁။ ဣဿာခေါ်ဆို၊ မနာလို၊ ဝန်တိုမစ္ဆေရ။
၂။ ရှာ, ရ, သုံးစဉ်၊ သိမ်း, ပေးချင်၊ ငါးအင် လိုဆန္ဒ။
၃။ ဒိဋ္ဌိ, တဏှာ၊ မာနပါ၊ ၃-ဖြာ ပပဉ္စ။
၄။ ခွဲ့နိုင်အောင် မှတ်စွဲထားမိ၍ ကြံစည်နိုင်သည်။ ကြံစည် မိ၍ လိုလားနှစ်သက်သည်။ လိုလား နှစ်သက်၍ ချစ် စရာမုန်းစရာ ရှိရသည်။ချစ်စရာ မုန်းစရာတွေ ရှိနေ၍ မနာလိုမှု ဝန်တိုမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ မနာလိုမှု ဝန် တိုမှုများရှိနေ၍ ဘေးရန် မကင်းဘဲ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက် နေကြရသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆင်းရဲဒုက္ခ မုချကင်းလိုလျှင် ခွဲ့နိုင်အောင် မှတ်စွဲထားမှု (ပပဉ္စသညာ) ချုပ်ငြိမ်း သွားအောင် ကျင့်ရမည်။
၅။ ဘယ်သို့ကျင့်က၊ ပပဉ္စ၊ လုံးဝချုပ်သနည်း။
၆။ ။မှီဝဲသင့်တာ၊ မသင့်တာ၊ ဝမ်းသာ နှစ်မျိုးတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၇။ နှလုံးမသာ၊ ဥပေက္ခာ၊ ခွဲပါနည်းတူတည်း။
၈။ အကုသိုလ်ပွား၊ ပယ်ရှောင်ရှား၊ ကုပွားမှီဘို့တည်း။
၉။ ဤသို့ကျင့်က၊ ပပဉ္စ၊ လုံးဝချုပ်သတည်း။
၁၀။ ပါတိမောက္ခ၊ သံဝရ၊ ကျင့်ရဘယ်သို့နည်း။
၁၁။ မှီသင့်တခု၊ မသင့်ဟု၊ ကိုယ်မှု ၂-မျိုးတည်း။
၁၂။ နှုတ်မှုထို့တူ၊ သက်မွေးမှု၊ နည်းတူ ၂-မျိုးတည်း။
၁၃။ မမှီသင့်ပယ်၊ သီလနယ်၊ စင်ကြယ်ပါသတည်း။
၁၄။ ဣန္ဒြိယ၊ သံဝရ၊ သူက ဘယ်သို့နည်း။
၁၅။ အာရုံ ၆-ရပ်၊ မှီဝဲအပ်၊ ပယ်အပ်ကွဲသတည်း။
၁၆။ သင့်ရာမှီတွယ်၊ မသင့်ပယ်၊ စောင့်ဘွယ်ကိစ္စပြီး။

၇။ မဇ္ဈိမနိကာယ် ဝမ္မိကသုတ် တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

မီးခိုးညဥ့်ခါ၊ နေ့မှာမီးပျို၊ တောင်ပို့မြင်လတ်၊ ဆရာမြွတ်က၊ တပည့်လှအား၊ ပေါက်တူးသွားဖြင့်၊ ခွဲခြားစေရာ၊ ပေါ်လာမင်းတုတ်၊ ဖါးယုတ်တွေ့ရ၊ လမ်းနှစ်ခွမှာ၊ဆပ်ပြာရေစစ်၊ လိပ်ညစ်တလီ၊ ထားစဉ်းတီနှင့်၊ တွေ့ပြီအသားနတ်နဂါး၊ ဆယ့်ငါးဝှက်စာ အစဉ်တည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(အဖြေ ဆောင်ပုဒ်များ)

၁။ တောင်ပို့-ကိုယ်ထည်၊ ကြံစည်-မီးခိုး၊ ပြုမျိုးမီးပါ၊
ဆရာ-ဘုရား၊ တပည့်ကား၊ မှတ်သား ယောဂီတည်း။

၂။ ပေါက်တူး- ဉာဏ်ချူ၊ တူးမှုအားထုတ်၊ မင်းတုတ်အ-
ဝိဇ္ဇာ၊ ဖါးမှာ-ဒေါသ၊ လမ်းနှစ်ခွ၊ မှတ်ကြယုံမှားတည်း။

၃။ နီဝရဏ၊ တူလှုံရေစစ်၊ လိပ်ညစ်-ခန္ဓာ၊ ကာမာစဉ်းတီ၊
နန္ဒီ-အသား၊ နတ်နဂါး၊ မှတ်သား ရဟန္တာတည်း။

(အမေးနှင့် အဖြေများ)

၁။ တောင်ပို့ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ဤရုပ်ကိုယ်ကြီးဘဲ။

၂။ မီးခိုးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ညမှာကြံတွေးနေတာဘဲ။

၃။ မီးလျှံဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
နေ့ခင်းကျတော့ ပြုတာဘဲ။

၄။ ဆရာဆိုတာ ဘယ်သူလဲ၊
ငါတို့ မြတ်စွာဘုရားဘဲ။

၅။ တပည့်ဆိုတာ ဘယ်သူလဲ၊
ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီဘဲ။

၆။ ပေါက်တူးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
မှတ်သိနေတဲ့ ပညာဘဲ။

(ဆဋ္ဌမ)

ဓမ္မဒေသနာ ဆောင်ပုဒ်များ

၇။ တူးတယ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ကြောင့်ကြစိုက်တဲ့ လုံ့လဘဲ။

၈။ မင်းတုတ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ရှုမှတ်နည်းကို မသိတာဘဲ။

၉။ ဖားယုတ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
စိတ်ဆိုးတတ်တဲ့ ဒေါသဘဲ။

၁၀။ လမ်းခွဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ဝေဘန်စဉ်းစား ယုံမှားဘဲ။

၁၁။ ရေစစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
နီဝရဏငါးပါး တရားဘဲ။

၁၂။ လိပ်ညစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ခန္ဓာငါးပါး တရားဘဲ။

၁၃။ စဉ်းတီဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ဘဲ။

၁၄။ သားတစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
နှစ်သက်တပ်စွဲ ရာဂဘဲ။

၁၅။ နဂါးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊
အာသဝေါ ကင်းကွာ ရဟန္တာဘဲ။

(ဆဋ္ဌမ)

ရှုတာနှာသိရိ (၁၉-၂)

www.dhammaransi.com

၈။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

အမှန်မသွား၊ အမှားမြင်ကာ၊ အဝိဇ္ဇာကြောင့်၊ ချမ်းသာလိမ့်နိုး၊ရည်မျှော်ကိုးလျက်၊သုံးမျိုးမှုကံ၊ပြုစီမံ၍၊ဝိညာဏ်တွယ်စပ်၊ နာမ်ရုပ်–ကပ်လျက်၊ခြောက်ရပ် အာယတန၊ ဖဿခြောက်ဖြာ၊ ဝေဒနာကြောင့်၊ တဏှာခြောက်တန်၊ ဥပါဒါန်နှင့်၊ ဖြစ်ရန်အကြောင်း၊ကံဆင့်လောင်း၍၊ ဆိုးကောင်းဘဝ၊ ဖြစ်ရပြန်ရာ၊အိုကာသေရေး၊ပူအဆွေးနှင့်၊ငိုကြွေးကိုယ်နွမ်း၊ စိတ်မချမ်းမြ၊ပူပန်ရသည်၊ လုံးဝ ဆင်းရဲစုသာတည်း။

အတိတ်အကြောင်းကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးပေါ်ပုံ

အမှန်မသွား, အမှားသိမြင်၊
အဝိဇ္ဇာဖုံး, ကောင်းလုံးမှတ်ထင်၊
စိတ်ကိုယ်နှုတ်မှု, ကြံပြုပြောလျှင်၊
ဝိညာဏ်စပ်, နောက်ထပ် သန္ဓေရှင်။

ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးငါးပါးပေါ်လာပုံ

ဝိညာဏ်မျိုးစေ့, စ၍ဖြစ်လျှင်၊
နာမ်နှင့် ရုပ်လဲ, ပူးတွဲပါဝင်၊
အာယတန, ဖဿ ပေါ်ထင်၊
ကောင်းဆိုးများ, ခံစားမိရိုးပင်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးမှအကြောင်းအသစ်ပေါ်၍ဆိုအကြောင်းကြောင့်
အနာဂတ်အကျိုးပေါ်ပုံ

ခံစားသည့်တွက်, တပ်မက်ခင်မင်၊
မည်သို့ပြုငြား, ကောင်းစားမည်ထင်၊
ဝင်စားစွဲလမ်း, ရော်ရမ်းပြုလျှင်၊
နောင်ဘဝ, ဖြစ်ရ ဇာတိပင်။

အနာဂတ်အကျိုးငါးပါးပေါ်လာပုံ

ဘဝဇာတိ, သူရှိပြန်လျှင်၊
အို သေ ပူဆွေး, ငိုကြွေးထို့ပြင်၊
ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ, ထန်သဲ ပူပင်၊
သို့ဖြစ်ရ, လုံးဝ ဆင်းရဲပင်။

၉။ ဝိပဿနာရှုနည်း မှုသေစည်း

(မဟာစည်ဆရာတော် ၁၃၀၄-ခု)

မေး။ ။ဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်ဆိုတာ၊ ဘယ်ဟာရှုသလဲ။
ဖြေ။ ။မြဲတယ် ချမ်းသာ၊ ငါစွဲရာ၊ ခန္ဓာ ရှုရမြဲ။
မေး။ ။ဘယ်အကျိုးငှါ၊ ဘယ်ခိုက်မှာ၊ ခန္ဓာရှုသလဲ။
ဖြေ။ ။မစွဲဘို့ရာ၊ ဖြစ်ဆဲမှာ၊ မှန်စွာရှုရမြဲ။
အကျိုး။ ။ပေါ်ခိုက်မရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှု ဝင်ရောက်သည်။
ပေါ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

စွဲမှုကင်းလျှင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင် ဆိုက်ရောက်သည်။
ဝိပဿနာ ရှုနည်း၊ မှုသေစည်း၊ သိမ်းဆည်းထားရမည်။

၁၀။ ဝိပဿနာ အခြေခံ တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော် ၁၃၂၀-ခု)

၁။ ဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်ဆိုတာ၊ ဘယ်ဟာ ရှု၍ ဖြစ်သနည်း။

၂။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ မှန်စွာ ရှု၍ ဖြစ်သတည်း။

၃။ ဘယ်အကျိုးငှာ၊ ထိုခန္ဓာ၊ ဘယ်ခါရှုရပါသနည်း။

၄။ မစွဲဘို့ရာ၊ ဖြစ်ဆဲမှာ၊ မှန်စွာရှုရပါသတည်း။

၅။ ဖြစ်ခိုက်မရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုဝင်ရောက်သည်။

၆။ မြဲတယ် ကောင်းတယ်၊ ငါကောင်နှယ်၊ တကယ် ထင်တတ်သည်။

၇။ ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။

၈။ မမြဲဆင်းရဲ၊ သဘောသဲ၊ ဉာဏ်ထဲရှင်းတော့သည်။

၉။ စွဲမှု ကင်းပျောက်၊ မဂ်လမ်းပေါက်၊ ဆိုက်ရောက် နိဗ္ဗာန်ပြည်။

၁၀။ ဝိပဿနာရှုနည်း၊မှုသေစည်း၊သိမ်းဆည်းထားရမည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၁။ သမ္ပဇဉ်ခေါ်တဲ့ အသိဉာဏ်တရား ၄-ပါး

၁။ သာတ္ထကသမ္ပဇဉ်။ ။ကျိုးရှိသလား၊ မရှိလား၊ စဉ်းစားတာက သာတ္ထက။

၂။ သပ္ပါယသမ္ပဇဉ်။ ။သင့်တော်ရဲ့လား၊ မတော်လား၊ စဉ်းစားတာက သပ္ပါယ။

၃။ ဂေါစရသမ္ပဇဉ်။ ။ရုပ်ခေတ် နာမ်ခေတ်၊ စဉ်မပြတ်၊ ရှုမှတ်တာက ဂေါစရ။

၄။ အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ်။ ။မမြဲ ဆင်းရဲ၊ ရုပ်နာမ်ဘဲ၊ အသိကဲ့တာက အသမ္မောဟ။

၁၂။ စိတ္တာနုပဿနာ တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

နှိမ်နိုင်ခဲစွ၊ လျင်မြန်လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည့်၊ ဝိညာဏသွမ်း၊စိတ်သရမ်းကို၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး၊ဆုံးမပေး၍၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ သူဖြစ်လာလျှင်။ ။ချမ်းသာဆောင်ပေး တတ်သတည်း။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထ ကာမနိပါတိနော။
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခါဝဟံ။

(ဓမ္မပဒ)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၃။ (က) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်

ကောသမ္ဗိယသုတ်

သာရဏီယခေါ် အောက်မေ့ဘွယ်ရာ တရားတော်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

မေတ္တာရှေ့သွား၊ ကံ ၃-ပါးနှင့်၊ တခြားသုံး၀၊ စာဂ သီလာ၊ မြတ်ပညာသည်၊ မှတ်ပါသာရဏီယ တရားတည်း။

၁။ မေတ္တာရှေ့ရှု, ကိုယ်မှုထင်လျှင်၊
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့, ညွတ်ခနေ့အစဉ်၊
ရှိခသလေးစား, သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး, အားပေးထာဝစဉ်။

၂။ မေတ္တာရှေ့သွား, စကားချိုလျှင်၊
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့, ညွတ်ခနေ့အစဉ်၊
ရှိခသလေးစား, သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး, အားပေးထာဝစဉ်။

၃။ မေတ္တာရှေ့သွား, စိတ်ထားဖြူလျှင်၊
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့, ညွတ်ခနေ့အစဉ်၊
ရှိခသလေးစား, သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး, အားပေးထာဝစဉ်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၄။ ဝေဘန်ပေးစွန့်, မတွန့်တိုလျှင်၊
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့, ညဥ့်နေ့အစဥ်၊
ရှိသေလေးစား, သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး, အားပေးထာဝစဥ်။
၅။ အရိယာနှင့်, ကိုယ်ကျင့်တူလျှင်၊
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့, ညဥ့်နေ့အစဥ်၊
ရှိသေလေးစား, သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး, အားပေးထာဝစဥ်။
၆။ အရိယာနှင့်, ဉာဏ်ဖြင့်တူလျှင်၊
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့, ညဥ့်နေ့အစဥ်၊
ရှိသေလေးစား, သနားခင်မင်၊
ညီညွတ်ရေး, အားပေးထာဝစဥ်။

၁၃။ (ခ) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော် ကောသမ္ဗိယသုတ်

သောတာပန်၏ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ (၇)ပါး

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ ဆိတ်ငြိမ်ရာတွင်၊ ချဥ်းကပ်ဝင်၍၊ ဆင်ခြင်ရှုကြည့်၊ ဖြစ်ပျက်မိ၊ အသိရှင်းသည်သာ။

ယထာဘူတ၊မသိရအောင်၊ထကြွလွှမ်းမိုး၊ကိလေဆိုး၊ ဖြစ်ရိုးမရှိပါ။

ဤသို့သိရ၊ ပဌမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။

(ဆငှမ)

www.dhammaransi.com

၂။ မဂ်သိပြီးဟန်၊ ဝိပဿဉာဏ်၊ ဖန်ဖန်မှိုဝဲကာ။
အကြမ်းအနု၊ ကိလေစု၊ ငြိမ်းမှုထင်ရှားရာ။
ဤသို့သိရ၊ ဒုတိယ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
၃။ ရှုမှတ်သိရ၊ ဤလမ်းမှ၊ ပြင်ပတခြားမှာ။
ကိလေငြိမ်းဘိ၊ မြတ်အရိ၊ မရှိဆုံးဖြတ်ရာ။
ဤသို့သိရ၊ တတိယ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
၄။ ကုစားနိုင်ကောင်း၊ အာပတ်ပေါင်း၊ တိမ်းစောင်း
ရောက်သေးရာ။
မဖုံးကွယ်ဘဲ၊ ကုစားမြဲ၊ နောင်လဲစောင့်ရှိုးပါ။
ဤသို့သိရ၊ စတုတ္ထ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
၅။ ရှောင်လွှဲမရ၊ မှုကိစ္စ၊ ပြုရလေသောအခါ။
သိက္ခာသုံးပါး၊ ကျင့်ရန်ကား၊ စိတ်အားသန်မြဲသာ။
ဤသို့သိရ၊ ပဉ္စမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
၆။ ဗုဒ္ဓဟောထား၊ မြတ်တရား၊ နာကြားရသောအခါ။
လုံးစုံမကြွင်း၊ နှလုံးသွင်း၊ နာခြင်းအားကောင်းစွာ။
ဤသို့သိရ၊ ဆဋ္ဌမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
၇။ ဗုဒ္ဓဟောထား၊ မြတ်တရား၊ နာကြားရသောအခါ။
အနက်သိမြင်၊ စိတ်ကြည်ရွှင်၊ ကိုယ်တွင်သိမ့်သိမ့်ဖြာ။
ဤသို့သိရ၊ သတ္တမ၊ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
နိဂုံး– ပစ္စဝေက္ခဏာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ သိစွာဖြစ်ပါမူ။
အရိယာမှန်၊ သောတာပန်၊ ကေန်ဆုံးဖြတ်ယူ။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၄။ ခန္ဓဝဂ္ဂ သံယုတ်ပါဠိတော် သီလသုတသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

(က)

၁။ သီလ,သုတာ၊ စုံသူမှာ၊ ဘယ်ဟာ ရှုအပ်ပါသနည်း။
၂။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ မှန်စွာရှုအပ်သည်။
၃။ မမြဲ,ဆင်းရဲ၊ ရောဂါစွဲ၊ ပေါက်ကွဲ အိုင်းတူသည်။ (၄+)
၄။ ငြောင့်,မကောင်းမှု၊ ဖျားနာဟု၊ မှတ်ရှုသူစိမ်းမည်။ (၄+)
၅။ ပျက်စီး,သုည၊ အနတ္တ၊ ရှုရ ဆယ့်တစ်မည်။ (+၃=၁၁)
၆။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သောတာပန်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(ခ)

၁။ သောတာပန်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
၂။ သောတာပန်လဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(ဂ)

၁။ သကဒါဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
၂။ သကဒါဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ အနာဂါမ်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(ဃ)

၁။ အနာဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
၂။ အနာဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
၃။ သို့ရှုမြင်သန့်၊ အရဟံ၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။

(င)

၁။ ရဟန္တာကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
၂။ ရဟန္တာလဲ၊ ခန္ဓာဘဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
၃။ သို့ရှုသော်ငြား၊ သစ္စာ,ဟောင်းကား၊ တိုး,ပွားမရှိပြီ။
၄။ သတိ-သမ္ပဇဉ်၊ ရှုတိုင်းယှဉ်၊ မျက်မြင်ချမ်းသာသည်။

အရှင်မဟာကဿပ ရရှိသော ဩဝါဒတော် ၃-ပါး

၁။ သက်ကြီး-လတ်-ငယ်၊ အားလုံးဝယ်၊ နှစ်သွယ်ရှက်ကြောက် ထင်ပါစေ။
၂။ ကုသိုလ်ညွှန်ကြား၊ မြတ်တရား၊လေးစားစူးစိုက် နာယူလေ။
၃။ ကာယဂတာ၊ သတိဟာ၊ သင့်မှာမစွန့်မြဲပါစေ။
၄။ အရှင်မဟာကဿပ၊ လက်ခံရ၊ ဆုံးမဩဝါ မြတ်သုံးထွေ။

အကျဉ်းချုပ် ဩဝါဒဆောင်ပုဒ်

၁။ အပါယ်ဘေးငြိမ်းခွင့်၊ဉာဏ်အဆင့်၊အသင့်ရောက်ပါစေ။
၂။ ထိုဉာဏ်ဖြင့်လဲ၊ မတော်ဘဲ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းပါစေ။
၃။ ဖြစ်ပေါ်လာငြား၊ စိတ်ကြမ်းများ၊ ပယ်ရှားနိုင်ပါစေ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၅။ အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်လာ အရိယာဝါသသုတ် တရားတော်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်ထွေ၊ စုံစေ စောင့်တပါး။

၂။ လေးရမှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာ သီးသန့်များ။

၃။ ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင်ငြိမ်းစေသား။

၄။ စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ်ဂုဏ်ဆယ်ပါး။

၅။ အရိယာဝါသ၊ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား။

အစောင့်တပါး

ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား။

မှီရာလေးပါး

မှီဝဲ သည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန်မှီရာများ။

ပယ်ရန် အင်္ဂါငါးပါး

၁။ နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ။

၂။ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နှိမ်ချိုးပယ်ဖျောက်လေ။

၃။ ထိုင်းမှိုင်းပျင်းရိ၊ ချုပ်နှောင်မိ၊ မှတ်သိပယ်ဖျောက်လေ။

၄။ ပျံ့လွင့်ပူပန်၊ သူ့ကျွန်ခံ၊ အမြန်ပယ်ဖျောက်လေ။

၅။ ယုံမှားဒွိဟ၊ လမ်းနှစ်ခွ၊ တွေ့ကပယ်ဖျောက်လေ။

ဝါယောဓာတ်၏ လက္ခဏာ, ရသ, ပစ္စုပဋ္ဌာန်

ထောက်ကန်တောင့်တင်း, လျော့ခြင်းတမည်၊ (လက္ခဏာ)

ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှား, ရွေ့သွားတတ်သည်၊ (ရသ)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

သူလိုရာဘက်,တွန်းလျက် ဆောင်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
ဝါယောဓာတ်,သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

ဒုက္ခဝေဒနာ၏,လက္ခဏာ,ရသ,ပစ္စုပဋ္ဌာန်

အတွေ့ဆိုးများ,ခံစားတတ်သည်၊ (လက္ခဏာ)
စိတ်အား ကုန်ခမ်း,ညှိုးနွမ်းစေသည်၊ (ရသ)
ကိုယ်ထဲ နှိပ်စက်, ခံခက်ထင်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
ကိုယ်ဆင်းရဲ, သိမြဲ မြတ်ယောဂီ။

စိတ်၏ လက္ခဏာ,ရသ,ပစ္စုပဋ္ဌာန်

အာရုံသိသော,သဘောရှိသည်။ (လက္ခဏာ)
ခေါင်းဆောင်အလား, ရှေ့သွားတတ်သည်၊ (ရသ)
ရှေးစိတ်နှင့်စပ်,အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
စိတ်တရား, မှတ်သားမြတ်ယောဂီ။

အနိစ္စာနုပဿနာ

၁။ အနိစ္စကိုသိရမည်၊ အနိစ္စလက္ခဏာကို သိရမည်၊ အနိစ္စာနုပဿနာကို သိရမည်။
၂။ ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနိစ္စတရား။
၃။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာက အနိစ္စလက္ခဏာ။
၄။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကိုတွေ့ရ၍ မမြဲဟုသိတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဝိပဿနာ၏ အကျိုးတရား

အနိစ္စမြင်လျှင် ဒုက္ခထင်သည်။
ဒုက္ခ ထင်တော့ အနတ္တ မြင်သည်။
အနတ္တ မြင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင်ဆိုက်ရောက်သည်။
နိဗ္ဗာန်မြင်က၊ အပါယ်မှ၊ မုချလွတ်မြောက်သည်။

ဂုဏ်ခြောက်ထွေအရ ဆင္ဍာ်ပေက္ခာ ၆-ပါး

၁။ အဆင်းမြင်ရာ၊ ရှုမှတ်က၊ မှန်စွာသိပါစေ။
ဝမ်းသာမဖက်၊ စိတ်မပျက်၊ ရှုလျက် လျစ်လျူနေ။
ရဟန္တာအသွင်၊ ယောဂီရှင်၊ ရှုလျှင်ဖြစ်နိုင်ပေ။

၂။ အသံကြားရာ၊ ရှုမှတ်က၊ မှန်စွာသိပါစေ။

၃။ အနံ့နံရာ၊ ရှုမှတ်က၊ မှန်စွာသိပါစေ။

၄။ အရသာသိရာ၊ ရှုမှတ်က၊ မှန်စွာသိပါစေ။

၅။ အတွေ့ထိရာ၊ ရှုမှတ်က၊ မှန်စွာသိပါစေ။

၆။ သဘောသိရာ၊ ရှုမှတ်က၊ မှန်စွာသိပါစေ။

(သိီးသန့်သစ္စာများ)

၁။ လောက အမြဲတည်နေသည်ဟု ယူဆခြင်း။

၂။ လောက ပြတ်စဲသည်ဟု ယူဆခြင်း။

၃။ လောက အဆုံးအပိုင်းအခြားရှိသည်ဟု ယူဆခြင်း။

၄။ လောက အဆုံးအပိုင်းအခြားမရှိဟု ယူဆခြင်း။

၅။ အသက်နှင့်ကိုယ် အတူတူဟု ယူဆခြင်း။

(ဆက်ရန်)

www.dhammaransi.com

၆။ အသက်တခြား ကိုယ်တခြားဟု ယူဆခြင်း။
၇။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ ရှိမြဲရှိသည်ဟု ယူဆခြင်း။
၈။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ မရှိတော့ဟု ယူဆခြင်း။
၉။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ ရှိသည်လဲမဟုတ် မရှိသည်လဲ မဟုတ်ဟု ယူဆခြင်း။

၁၆။ မဓုပိဏ္ဍိကသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ် (မဟာစည်ဆရာတော်)

မက်မောထောင်လွှား၊ အမြင်မှားလျက်၊ ခွဲပွားတတ်စွာ၊ ပပဉ္စာဟု၊ သညာသုံးမျိုး၊ တရားဆိုးတို့၊ လွှမ်းမိုးတတ်ရာ၊ ခြောက်ဒွါနာဝယ်၊ မှန်စွာ ရှုလျက်၊ သိမြင်ချက်ကြောင့်၊ နှစ်သက်ခင်တွယ်၊ ချီးမွမ်းဘွယ်တို့၊ ပျောက်ကွယ်ကင်းရှင်း၊ မရှိခြင်းပင်၊ မူရင်းမြစ်မ၊ နုသယနှင့်၊ ပါပအားလုံး၊ ချုပ်ပြတ်သုဉ်းသည့်၊ နယ်ဆုံးကန့်သတ်၊ မိန့်တော်မှတ်သည်၊သုတ်မြတ် မဓုပိဏ္ဍိတည်း။

စက္ခုရူပ, တကွဆုံလျှင်၊ မြင်ကာတွေ့သွား, ခံစားမှုထင်၊ မြဲစွာမှတ်သား, ကြံမှားလေလျှင်၊ ပပဉ္စ, မုချခွဲရိုးပင်။
စက္ခုရူပ,ဆုံကမြင်စဉ်၊တွေ့လျှက်ခံစား, ပိုင်းခြားသိလျှင်၊ မြဲစွာမှတ်သား, ကြံမှားကင်စင်၊ ပပဉ္စ,လုံးဝချုပ်ရိုးပင်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၇။ ဘဝတန်ဘိုး တရားတော်

(၁၆-၉-၅၄-နေ့၊ ယောဂီထောက်ပံ့ရေး အဖွဲ့ခွဲ (၂)နှစ် မြောက် အစည်းအဝေးတွင်၊ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရား ဟောကြားသည်)။

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ၊ မမြင်ပါဘဲ၊ တရာအသက်၊ ရှည်သည် ထက်လည်း၊ ဖြစ်ပျက်နေဟန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို အမှန်မြင် လျက်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍၊ တရက်တာမျှ၊ သက်ရှည်ရ သော်၊ လောကလူ့ရွာ၊ ကောင်းမြတ်သာသည်၊မြတ်စွာ ဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတည်း။

ဓမ္မပဒပါဠိတော်

ယော စ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊ ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

ယော စ၊ အကြင်သူသည်ကား။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ အဖြစ်အပျက် ကို။ အပဿံ၊ မမြင်ပါဘဲ။ ဝဿသတံ၊ အနှစ်တရာ တသက် တာပတ်လုံး။ ဇီဝေ၊ ပကတိအတိုင်းသာ အသက်ရှင်လျက် နေရာ၏။ တဿ၊ ထိုသူ၏။ တတော ၊ ထိုအနှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှင်ရသည်ထက်။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ အဖြစ်အပျက်ကို။ ပဿ တော၊ မြင်သောသူ၏။ဧကာဟံဇီဝိတံ၊တနေ့တရက်မျှအသက် ရှင်ရခြင်းသည်။ သေယျော၊ သာ၍ကောင်းမြတ်ပေ၏။
(ဆဋ္ဌမ)

၁၀။ မဇ္ဈိမနိကာယ်မူလပဏ္ဏာသ
ရှူဥတကျော သမ်ယသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

၁။ လုံးစုံဓမ္မ၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခအနတ္တာ၊
၂။ ညှိရွေ့ ညှိမျှ၊ ကြွားဘူးက၊
သုတ လုံလောက်ပါ။

ဣဓ ဘိက္ခုနော သုတံ ဟောတိ “သဗ္ဗဓမ္မာ နာလံ အဘိနိဝေသာယာ”တိ။

၃။ ဉာဏ်ဖြင့်ရှေ့ရှူ၊ ရုပ်နာမ်စု၊ မှတ်ပြုသိလေရာ၊–
သော သဗ္ဗံ ဓမ္မံ အဘိဇာနာတိ။

၄။ မမြဲဆင်းရဲ၊ သဘောဘဲ၊ သိမြဲပိုင်းခြားကာ၊–
သဗ္ဗံ ဓမ္မံ ပရိဇာနာတိ။

၅။ *ကောင်းဆိုးလတ်စု၊ ခံစားမှု၊ မှတ်ရှုအနိစ္စာ၊–
တာသု ဝေဒနာသု အနိစ္စာနုပဿီ။

၆။ +ပျက်ပြယ်သွားမှု၊ ချုပ်ငြိမ်းမှု၊ မှတ်ရှုနေပြန်ရာ၊–
ဝိရာဂါနုပဿီ နိရောဓာနုပဿီ။

၇။ *စွန့်လွှတ်တဖန်၊ စေလွှတ်ပြန်၊ ထပ်မံရှုမှတ်ရာ၊–
ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီ ဝိဟရတိ။

၈။ သို့ရှုသူဟာ၊ လောကမှာ၊ စွဲ့ဆာကင်းလေသည်၊–
န ဥပါဒိယတိ၊ နပရိတဿတိ။

၉။ ဆာလောင်ကင်းက၊ ကိုယ်တိုင်မျှ၊ လုံးဝငြိမ်းအေးသည်၊–
ပစ္စတ္တညေဝ ပရိနိဗ္ဗာယတိ။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၀။ ဤမျှဖြင့်ပင်၊ တဏှာစင်၊ ကျင့်စဉ်ပြီးဆုံးသည်။	ဧတ္တာဝတာ ခေါ တဏှာ သင်္ခယ ဝိမုတ္တော ဟောတိ
၁၁။ စူဠတဏှာ၊ သင်္ခယာ၊ မြတ်စွာဟောမိန့်သည်။	အစ္စန္တနိဋ္ဌော သေဋ္ဌောဒေဝ မနုဿာနံ။

(ခက်ဆစ်မှတ်ဘွယ်)

၅။*က-ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက၊ အနိစ္စ။

ခ-ပေါ်လာပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်တာက၊ **အနိစ္စလက္ခဏာ။**

ဂ-ရှုမှတ်ဆဲမှာ၊ ကွယ်ပျောက် သွားတာကို တွေ့ရ၍၊ မမြဲဟု သိတာက၊ **အနိစ္စာနုပဿနာ။**

ဃ-မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း၊ မမြဲဟု သိသူသည် **အနိစ္စာနုပဿီ** မည်၏။

၆။+က-အာရုံနှင့်မှတ်စိတ်၊ ပျက်ပြယ်သွားတာက၊ **ခယဝိရာဂ။**

ခ-အလုံးစုံ သော သင်္ခါရ၊ လုံးဝ မပေါ်လာဘဲ ကင်းတာက၊ **အစ္စန္တဝိရာဂ။**

ဂ-ဤ ဝိရာဂ ၂-မျိုးကို၊ မှတ်လျက်, ရောက်လျက် တွေ့မြင်တာက၊ **ဝိရာဂါနုပဿနာ။**

စ-အာရုံနှင့်မှတ်စိတ်၊ချုပ်ဆုံးသွားတာက၊**ခယနိရောဓ။**

ဆ-အလုံးစုံသော သင်္ခါရ၊ လုံးဝမပေါ်လာဘဲ ချုပ်ငြိမ်းတာက၊ **အစ္စန္တနိရောဓ။**

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဇ-ဤ နီဝရဏ ၂-မျိုးကို၊ မှတ်လျက်, ရောက်လျက် တွေ့မြင်တာက၊ နီဝရဏာနုပဿနာ။

၇။ *က-မရှုမိတဲ့အာရုံ၌ ဖြစ်နိုင်သည့် ကိလေသာ-ခန္ဓာတွေ ကိုစွန့်လွှတ်တတ်သော ရှုမှတ်မှုက၊ ပရိစ္စာဂ-ပဋိနိဿဂ္ဂ။

ခ-နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲသို့ ပြေးဝင်သွားသလို ဖြစ်သော မဂ်က၊ ပက္ခန္ဒနပဋိနိဿဂ္ဂ။

ဂ-ဤပဋိနိဿဂ္ဂ ၂-ပါးကိုပင်၊ ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာ ဟု ခေါ်သည်။

၁၉။ နှစ်ပတ်လည် ပူဇော်ကန်တော့ပွဲတွင် မဟာစည် ဆရာတော် ဟောကြားတော်မူသော ဘုရားရှင်တို့၏ ဩဝါဒ ပါတိမောက် တရားတော်

၁။ ခန္တီ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊
နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။
န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဃာတီ၊
န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဌယန္တော။
သည်းခံ ကျင့်သုံး, အမြတ်ဆုံးပေ၊
နိဗ္ဗာန် မြတ်လှ, ဗုဒ္ဓမိန့်ပေ။
ရဟန်းမှန်လျှင်း, မညှဉ်းတတ်ပေ၊
ညှဉ်းဆဲက, သမဏ မဟုတ်ပေ။
(ဆဋ္ဌမ)

၂။ သဗ္ဗပါပဿ အကရဏံ၊
ကုသလဿူပသမ္ပဒါ။
သစိတ္တ ပရိယောဒါပနံ။
ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

မကောင်းမှုများ, ရှောင်ရှားပယ်လေ၊
ကောင်းမှုတရား, ဖြစ်ပွားစုံစေ။
မိမိစိတ်ခေတ်, ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊
ဤသုံးပါး, ဘုရား ဆုံးမပေ။

၃။ အနုပဝါဒေါ အနုပဃာတော၊
ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။
မတ္တညုတာ စ ဘတ္တသ္မိံ၊
ပန္တဉ္စ သယနာသနံ။
အဓိစိတ္တေ စ အာယောဂေါ။
ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။
သူ့ကိုစွပ်စွဲ, ညှဉ်းဆဲကင်းစေ၊
ကိုယ်ကျင့်သီလ, လုံးဝလုံစေ။
အစာ၌လဲ, သိမြဲ တိုင်းရှေ၊
လူသူဆိတ်တောင်း, တောကျောင်းမှာနေ။
စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း, ကြိုးပမ်းပါလေ၊
ဤ ခြောက်ပါး, ဘုရားဆုံးမပေ။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဓမ္မပဒဂါထာ

ကုမ္ဘူပမံ ကာယမိမံ ဝိဒိတွာ၊
နဂရူပမံ စိတ္တမိဒံ ဌပေတွာ။
ယောဓေထ မာရံ ပညာဝုဓေန၊
ဇိတဉ္စ ရက္ခေ အနိဝေသနော သိယာ။

၁။ မြေအိုးသဖွယ်၊ ရုပ်ကိုယ်ဝယ်၊ ပျက်လွယ် သိပါလေ။
၂။ ရှုမှတ်စိတ်မှာ၊ မြို့ပမာ၊ ခိုင်စွာတည်ရှိစေ။
၃။ ဉာဏ်ဗုံးဖြင့်ခွင်း၊ မာရ်သေမင်း၊ နှိမ်နင်းတိုက်ဖျက်ဒလေ။
၄။ အောင်ပြီးစောင့်မြဲ၊ မရပ်ဘဲ၊ တိုက်ပွဲပြီးဆုံးစေ။

(အကျဉ်းချုပ် ဩဝါဒ)

၁။ အပါယ်ဘေးငြိမ်းခွင့်၊ ဉာဏ်အဆင့်၊ အသင့်ရောက်ပါစေ။
၂။ ထိုဉာဏ်ဖြင့်လဲ၊ မတော်ဘဲ၊ ဆင်းရဲငြိမ်းပါစေ။
၃။ ဖြစ်ပေါ်လာငြား၊ စိတ်ကြမ်းများ၊ ပယ်ရှားနိုင်ပါစေ။

(က) ကပိလသုတ်

အပ္ပမာဒတရားတော်ဆောင်ပုဒ်

(ဆရာတော်-ဦးမုနိန္ဒ)

မေ့လျော့ခြင်း၊ သတိကင်း၊ ဝဋ္ဋတွင်းလည်ရမှာ
ဝိပဿနာ၊ စျာန်မဂ်ဟာ၊ မေ့ရာမဖြစ်ပါ။

(ဆဋ္ဌာ)

www.dhammaransi.com

မေ့တဲ့သူမှာ၊ တဏှာဟာ၊ များစွာပွားတော့သာ။
ဒွါရခြောက်ပါး၊ တဏှာပွါး၊ ပြေးသွားသံသရာ။
သံသရာမှာ၊ ပြေးသွားရာ၊ များစွာပူဒုက္ခာ။
အပ္ပမာဒ၊ ရှိကြမှ၊ ကင်းပသံသရာ။
နိဗ္ဗာန်လိုလား၊ အမျိုးသား၊ တရားမမေ့ရာ။

သောတာပန် စစ်တမ်း

ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ, သံဃ ဂုဏ်၊
သဒ္ဓါဓိက, ပြည့်ဝအမှန်၊
နိဗ္ဗာန် တိုင်ရောက်, မပေါက်သီလံ၊
အဲဒါမှ, မုချ သောတာပန်။
သက္ကာဒိဋ္ဌိ, ဝိစိကိစ္ဆံ၊
သီလဗ္ဗတ, ကင်းပမကျန်၊
ဣဿာ မစ္ဆရိ, မရှိကေန်၊
အဲဒါမှ, မုချ သောတာပန်။
ဆန္ဒ ဒေါသ, မောဟ ဘယံ၊
မလိုက်စားအပ်၊ လေးရပ်အမှန်၊
နိဗ္ဗာန်တိုင်ရောက်, ကင်းပျောက်ကေန်၊
အဲဒါမှ, မုချသောတာပန်။
(ဆဋ္ဌမ)

(၁) ဝိဇယသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

သူငါတပါး၊ ယောကျာ်းမိန်းမ၊မှတ်ထင်ကြတဲ့၊ လေးဝ ဓာတ်ကြီး၊အသီးသီးတို့၊ အုပ်စီးနေကြ၊သက္ကာယ၏၊ ပေါင်းကြယှဉ်ပြိုင်၊ အကြောင်းဆိုင်က၊ လျှောင်း ထိုင် ရပ် သွား၊ ပြုလုပ်ငြားတဲ့၊ လေးပါးဣရိ၊ ကွေးဆန့် ဘိနှင့်၊ စသည့်မှုရာ၊ ပြုလုပ်တာကို၊ မှန်စွာသတိ၊ မပြုမိက၊မှားသိမြင်ကာ၊ အဝိဇ္ဇာကြောင့်၊ မှုရာဖြစ်ဟန်၊သဘောမှန်ကို၊ သိရန်ကြဉ်ဖယ်၊ မတင့်တယ်သည့်၊ ရွံဘွယ်ကိုပင်၊အကောင်းထင်လျက်၊ခင်မင်စွဲလမ်း တကျွာဖမ်း၍၊ အကန်းသဖွယ်၊ရောင်လည်လည်နှင့်၊ သုံးသွယ်မူလ၊ပပဉ္စ၏၊ ဖြစ်ကြလမ်းစဉ်၊မိရိုးပင်တည်း၊သေရှင်နှစ်ပါး၊ သတိထားက၊လေးပါးဓာတ်ကြီး၊အသီးသီးတို့၊အုပ်စီးနေပုံ၊ အလုံးစုံကို၊ အကုန်သိမြင်၊ဉာဏ်သက်ဝင်၍၊အစဉ်ဉာဏ်ပွါး၊ နိဗ္ဗာန်သွားမည်၊မှတ်သား ဝိဇယသုတ္တန်တည်း။

လျှောင်း ထိုင် ရပ် သွား, လေးပါးဖြစ်အင်၊
ကွေးဆန့် စသား, များပြားပြုပြင်၊
မှတ်မစွဲက, ငါဘဲသူထင်၊
ပပဉ္စ, ဖြစ်ကြ မိရိုးပင်။
သွားတိုင်းမပြတ်၊ အမှတ် တွင်တွင်၊
နုသယဓာတ်, ကင်းပြတ် လွင့်စင်၊

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဉာဏ်မြင်ကပ်စွဲ၊ ငါဘဲမထင်၊
ပပဥ္စ၊ ချုပ်ကြမဂ်လမ်းပင်။

၁။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
လျောင်း ထိုင် ရပ် သွား၊ ကွေး ဆန့် လား၊ လှုပ်ရှား ရှုပ်ပေါင်းမည်။
ပြောင်းတိုင်းမူရာ၊ သတိသာ၊ ထင်စွာရှုရမည်။
ပြောင်းတိုင်းမူရာ၊ ဉာဏ်ဝင်လာ၊ သူငါမရှိပြီ။
ငါသူမစွဲ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၊ ကုန်မြဲကုန်ခန်းသည်။

၂။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
ရိုး၊ ကြော၊ သားရေ၊ လိမ်းကပ်ပေ၊ အရေဖုံးလွှမ်းသည်။
ပညာမဲ့ငြား၊ ထိုသူအား၊ ထင်မှားနေကြသည်။
အထဲကိုကြည့်၊ ရှုဘွယ်ပြည့်၊ အတိဖြစ်တော့သည်။
သာယာတပ်စွဲ၊ ထိုသူဘဲ၊ အထဲရှာရမည်။
အဝိဇ္ဇာဆိုး၊ အုပ်စိုးသူပင်၊
တိမ်သလာလွှမ်း၊ မျက်ကန်းပုံသွင်၊
ယထာဘူတ၊ မကျသူမြင်၊
သံသာထဲ၊ တဝဲလယ်လယ်ပင်။

၃။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
ကိုးပေါက်ဒွါရ ယိုထွက်ကြ၊ ဘာကသုံးရမည်။
မျက်ချေး နှပ်ချေး၊ နားဖာချေး၊ ကိုယ်ချေးယိုထွက်သည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ကျင်ကြီးကျင်ငယ်၊ အသွယ်သွယ်၊ နှံ့ဘွယ်ယိုထွက်သည်။
သလိပ်ပြည်သွေး၊ လျှာချေးတံထွေးယိုထွက်သည်။
သိမှားသူပင် အကောင်းထင်၊ ခင်မင်စွဲလမ်းသည်။
ခင်မင်စွဲလမ်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ ရောက်လမ်းခရှိပြီ။

ကောဋ္ဌာသဟု၊ မရှုသူပင်၊
အနုသယ၊ ကိန်းကြတွင်တွင်၊
ဝဋ္ဋစခန်းက၊ လွတ်လမ်းမမြင်၊
သံသာဘေး၊ မအေးသူ့ကြောင့်ပင်။

ကောဋ္ဌာသမျှ၊ ထင်မြင်က၊ ညာတပရိညာ။
လက္ခဏာသုံးဝ၊ ထင်ပါက၊ မှတ်ကြတီရဏာ။
သာယာစွဲလမ်း၊ တဏှာခန်း၊ မဂ်လမ်းပဟာနာ။

၄။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
အသက်ရှင်စဉ်၊ ရွံဘွယ်ပင်၊ သေလျှင်ဘာဖြစ်မည်။
ဖူးဖူးရောင်လျက်၊ ညှိမဲကွက်၊ ယိုထွက်အပုပ်ချည်။
ဆေ့မျိုးသားချင်း၊ ချစ်ခြင်းကင်း၊ မြှုပ်သွင်းသုသာန်ပြည်။
ပိုးလောက်အစာ၊ ဤခန္ဓာ၊ မှန်စွာဖြစ်ရမည်။
မမြှုပ်ဘဲများ စွန့်ပစ်ထား၊ ဘာကား စားကြမည်။
ကျီးခွေးလင်းတ၊ ဟူသမျှ၊ ထိုးဆွစားကြမည်။
သတိတရား၊ ရှိသူကား၊ ချစ်အား မသန်ပြီ။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ရုပ်ဆိုးရုပ်လှ၊ ဟူသမျှ၊ ဘာက မထူးပြီ။
သူငါတိုင်းမှာ၊ ရှိဘွယ်ရာ၊ အကုန်ပါကြသည်။
ရှုံဘွယ်ကိုပင်၊ အမှန်ထင်၊ ချစ်ခင်မရှိပြီ။
ချစ်ချင်းကင်းကွာ၊ ထိုသူမှာ၊ ရောက်ရာနိဗ္ဗာန်ပြည်။

၅။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
ကိုးပေါက်ဒွါရာ၊ ရှိဘွယ်ရာ၊ ခါခါထွက်တော့သည်။
ဖီးလိမ်းပြုပြင်၊ နေ့စဉ်ပင်၊ တွင်တွင်ပြုကြသည်။
သို့ပါသော်လဲ၊ မနေဘဲ၊ ယိုမြဲယိုထွက်သည်။
ကိုးပေါက်ဒွါရ၊ ယိုထွက်ကျ၊ ဘာမျှမကောင်းပြီ။
ကိုယ်နှင့်ထပ်တူ၊ ပြင်ဘက်လူ၊ တူတူမှတ်ရမည်။

၆။ ဤကိုယ်ခန္ဓာ၊ သက္ကာယာ၊ မှန်စွာကြည့်ရမည်။
ရှိဘွယ်ချင်းချင်း၊ မာန်ဂုဏ်တင်း၊ အလျဉ်းမသင့်ပြီ။
မသိလို့သာ၊ မာန်ဂုဏ်ဟာ၊ ထောင်ခါလွှားကြသည်။
သူဘဲငါဘဲ၊ အထင်လွဲ၊ လွန်ကဲဖောက်ပြန်သည်။
တကိုယ်လုံးဟာ၊ ရှာစမ်းပါ၊ မှန်စွာဘာတွေ့မည်။
နေရာတိုင်းမှာ၊ ရှိဘွယ်ရာ၊ မှန်စွာတွေ့ရမည်။
အမှားအမှန်၊ ဤနှစ်တန်၊ ဝေဘန်ကြည့်ရမည်။
အမှားကိုပြင်၊ အမှန်မြင်၊ လမ်းစဉ်ဖြစ်တော့သည်။
လမ်းစဉ်ဖြောင့်တန်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ တန်းတန်း ရောက်
တော့သည်။

www.dhammaransi.com

(ဂ) အနိမိတ္တတရားငါးပါး ဆောင်ပုဒ်

(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

မည်သည့် အနာ၊ ဘယ်ရောဂါနှင့်၊ ဘယ်ခါချိန်ကျ၊သေပြန်ရက၊ မြှုပ်ရခန္ဓာ၊ ဘယ်ဆီမှာသို့၊သွားရာဂတိဘယ်မသိ၊ အနိမိတ္တငါး။

ဘယ်ဘဝက၊ လာခဲ့ရ၊ မုချဘယ်မသိ၊
သေရပြန်က၊ ဘယ်ဘဝ၊ လားရဘယ်မသိ။
သေရမည်မှာ၊ မလွဲပါ၊ သူငါတိုင်းပ သိ။
သေရမည်မှာ၊ နေ့ရက်တာ၊ မှန်စွာ ဘယ်မသိ။
မသိသုံးပါး၊ သိတပါး၊ တရားရအောင်ကြည့်။

(ဃ) အာဒိတ္တသုတ်တော်

(ဆရာတော်-ဦးမုနိန္ဒ)

ဥရုဝေလ ကဿပနှင့်၊တက္ကတူဆောင်၊ ရှင်တထောင်တို့၊ ယခေါင်ကာလ၊ သုံးလူ့ဘ၏၊ ဆုံးမဩဝါ၊ ဒေသနာကို၊ မေသျှာစေ့ငု၊ သတိပြုလော၊ ခြောက်ခုဒွါရ၊ ပေါ်သမျှက၊ ရာဂစမိုး၊ ဆဲ့တမီးတို့၊ စွဲနည်းမှန်စွာ မီးလောင်စာတည်း၊ ပေါ်လာတိုင်းပင်၊ မမှတ်လျှင်မူ၊ ပူပင်လောင်စွဲ၊ ဖြစ်စမြဲမို့၊ ဖြစ်ဆဲရုပ်- နာမ်၊ ပစ္စုပ္ပန်ကို၊ အမှန်တိတိ၊ ရှုမှတ်သိမှ၊ စွဲငြိ-လောင်စာ၊ မီးမပါဘဲ၊ လိုရာတက်လှမ်း၊ မြေချမ်းလျက် ဖြောင့်တန်းနိဗ္ဗာန်၊ အကျင့်မှန်သည်၊ သုတ္တန်အာဒိတ္တလိုရင်းတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(ဂ) ခုဒ္ဒက-နိကာယ် ဓမ္မပဒ-ပါဠိတော် ဗုဒ္ဓဝဂ်မှ ရေကပတ္တ-ဝတ္ထုတော်ကြီးတွင် မယ်နာဂ သီဆိုအပ်သော သီချင်းခုနစ်ပုဒ်တွင် သက်ဆိုင်ပါဝင်သည့် ပုစ္ဆာသံပေါက်များ

၁။ အဘယ်ကိုဟာ၊ စိုးရတာ၊လူ့ရှာမင်းဟု၊ခေါ်ကြသည်။

၂။ မင်းထက်မင်းဟာ၊ ထိုသူဟာ၊ လူ့ရှာဘယ်သူ့၊ ခေါ်ကြသည်။

၃။ မူကြေးကင်းစွာ၊ထိုသူဟာ၊ လူ့ရှာဘယ်သူ့၊ ခေါ်ကြသည်။

၄။ လူမိုက်ဆိုတာ၊ ထိုသူဟာ၊ လူ့ရှာဘယ်သူ့၊ ခေါ်ကြသည်။

၅။ လူမိုက်ဆိုတာ၊ ဘယ်သည်မှာ၊ မြုပ်ခါမျောခါ၊ နေကြသည်။

၆။ ပညာရှိဟာ၊ ဘယ်ကိုသာ၊နွတ်ခါပယ်ခါ နေကြသည်။

၇။ ယောဂကွေမာ၊ ထိုသူဟာ၊ လူ့ရှာဘယ်သူ့၊ ခေါ်ကြသည်။

(ဤပုစ္ဆာကို အဖြေမှန်ရသူတို့ အရိယာဖြစ်နိုင်သည်။)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဒုလ္လဘတရား (၅) ပါး

၁။ လူတယောက်ဟာ၊ ဖြစ်ဘို့ရာ၊ လွန်စွာ ခဲယဉ်းသည်။
ဖြစ်ခဲလှစွာ၊ လူဆိုတာ၊ ဖြစ်ခါနေရပြီ။
၂။ လူတယောက်ဟာ၊ ရှင်ဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
ရှင်ခဲလှစွာ၊ သက်ဆိုတာ၊ ရှင်ခါနေရပြီ။
၃။ တရားတော်ဟာ၊ နာဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
နာရခဲစွာ၊ တရားမှာ၊ နာခါနေရပြီ။
၄။ သာသနာဟာ၊ တွေ့ဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
တွေ့ခဲလှစွာ၊ သာသနာ၊ တွေ့ခါနေရပြီ။
၅။ အကြောင်းလေးဖြာ၊ ဆုံဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။
ဆုံခဲလှစွာ၊ ကြောင်းလေးဖြာ၊ ဆုံခါနေရပြီ။
အကြောင်းလေးဖြာ၊ တိုက်ဆိုင်လာ၊ အရိယာမဂ်တော့
ရသင့်ပြီ။

ဒုလ္လဘတရား (၆) ပါး

လူလဲဖြစ်ခဲ၊ သက်ရှင်ခဲ၏၊ သက်လဲရှင်ပြန်၊ လူဖြစ်ပြန်က၊ တွေ့ရန်သာသနာ၊ခဲယဉ်းပါ၏။သာသနာလဲ၊ တွေ့ပြန်လဲက၊ တွေ့ခဲတရား၊နာနိုင်ငြား၏၊ နာကားနာပေ၊သိခဲပေ၏။သိပေပြန်လဲ၊ ကျင့်နိုင်ခဲသည်၊ ခက်ခဲ ဒုလ္လဘပါတကား။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

သာသနာငါးထောင်ဝါဒ

ပ-ဆ-တေ-သုက်၊ သေက္ခထုတ်၊ သံယုတ် အင်္ဂုတ္တရ။
(သံဋ္ဌ ၂-၁၇၇၊ အံဋ္ဌ ၁-၆၇)။
ပ-ဆ-တေ-သုက်၊ ပါတိမုက်၊ မိန့်ထုတ် ပါထေယျ။
(ဒီဋ္ဌ ၃-၇၃)။
ပ-သုက်-အနာ၊ သ-သောတာ၊ မိန့်မှာ ဝိနယ။
(ဝိဋ္ဌ ၄-၁၂၇)။

သာသနာ့ဝါဒ-ဒီဂရိ

ရဟန်းစင်စစ်၊ တကျိပ်နှစ်တို့၊ ရှင်ချစ်မြက်စွာ၊ သာသနာ၌ ကောင်းစွာနေပါ၊ ရဟန္တာ၊ ဘယ်ခါမဆိတ်ပြီ။

သုတ္တန်မှ သံယောဇဉ်ဆယ်ပါး

ကာမ-ရူပ-၊ အရူပနှင့်၊ ပဋိဃပါ၊ မာနာ-ဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ သီလဗ္ဗတာ၊ ဥဒ္ဓစ္စာနှင့်၊ အဝိဇ္ဇာဟု၊ ဤဆယ်ခု၊ သိမှုသံယောဇဉ်။

---

(၈) ဗုဒ္ဓမိန့်ခွန်းတရားတော်
(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

၁။ ဒါနလောကာသာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂။ သီလလောက်သာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။

၃။ သုတလောက်သာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။

၄။ ဈာန်အဘိညာဉ်သာ၊ ပြည့်စုံတာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။

၅။ လူသူလွတ်ကင်း၊ တောမြိုင်တွင်းမှာ၊ နေနိုင်တာနှင့်၊ လေးရွာအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။

၆။ ကုသိုလ်အဟုန်၊ မြောက်ပင့်တုံ၍၊ လူ့ဘုံနတ်ရွာ၊ ဖြစ်လာခဲ့လျှင်၊ ပုထုဇဉ်က၊ မလွတ်ကြက၊ လေးဝအပါယ်၊ လွတ်ပြီကွယ်ဟု၊ စိတ်ဝယ်ရှင်ထ၊ နှစ်သိမ့်ပ၊ အားရ၍လဲ မနေနှင့်။

၇။ တရားကိုရှာ၊ ပေါင်းများစွာတို့၊ အရိယာစစ်၊ ဖြစ်မဖြစ်ကို၊ ရှင်ချစ်မြတ်ဖျား၊ အပထား၍၊ တခြားသူဟာ သိဘို့ရာ၊ လွန်စွာခဲယဉ်းသည်။

၈။ တရားကိုရှာ၊ ပေါင်းများစွာတို့၊ အရိယာစစ်၊ ဖြစ်မဖြစ်ကို၊ စိစစ်လေပါ၊ ကိုယ့်ကိုသာ၊ မှန်စွာ သိအောင် ကျင့်ရမည်။

www.dhammaransi.com

(မှတ်ချက်) ဥလ္လပနာခိပ္ပါယ အရိယာ၊ အဓိမာနိကအရိယာ၊ ကေန္တအရိယာဟု အရိယာ သုံးမျိုးရှိသည်။ မိမိကိုယ်ကို အရိယာ ဖြစ်ပြီဟု ထင်မြင်ယူဆပါလျှင် ကေန္တ အရိယာဖြစ်ဘို့ အရေးကြီးသည်။

(ဆ) ဗြဟ္မဝိဟာရတရားပွားများနည်း

(ဆရာတော် ဦးမုနိန္ဒ)

ဗြဟ္မဝိဟာရ တရားကို ပွားများ အားထုတ် လိုသောသူတော်ကောင်းအပေါင်းတို့သည် လျှောင်းထိုင် ရပ်သွား လေးပါးသောဣရိယာပထတို့တွင် တပါးပါးသောဣရိယာပထဖြင့်မေတ္တာစိတ်၏ပြေးသွားရာအရပ်မျက်နှာအားဖြင့်အထက်ဘဝဂ်အောက်အဝီစိ၊ ဖီလာအားဖြင့်အရပ်ရှစ်မျက်နှာ။

မေတ္တာစိတ်၏ ကျက်စားရာပုဂ္ဂိုလ်အားဖြင့် အနောဒိဿပုဂ္ဂိုလ်ငါးယောက်၊ ဩဒိဿပုဂ္ဂိုလ် ခုနှစ်ယောက် (ပေါင်းပုဂ္ဂိုလ် တကျိပ်နှစ်ယောက်)ပြဆိုခဲ့ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တကျိပ်နှစ်ယောက်နှင့် အရပ်ဆယ်မျက်နှာတို့ကို စိတ်ထဲ၌ ပေါ်လွင်ထင်ရှားသာအောင် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်းပိုက်၍ထားပြီးမှပုဂ္ဂိုလ်တကျိပ်နှစ်ယောက်တို့တွင်အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်ကိုဗြဟ္မဝိဟာရတရားပွားများလို၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာလျှင် စိတ်ထဲ၌ ထင်ရှားစေ၍ ပွားများကြပါကုန်။

(ဆက္ကမ)

www.dhammaransi.com

ပုဂ္ဂိုလ်တကျိပ်နှစ်ယောယ်ကား

အနောဒိဿ (၅) ယောက်

၁။ အားလုံး သတ္တဝါတွေ။
၂။ အားလုံး အသက်ရှိသူတွေ။
၃။ အားလုံး ထင်ရှားဖြစ်သူတွေ။
၄။ အားလုံးပုဂ္ဂိုလ်တွေ။
၅။ အားလုံးအတ္တဘော၌ အကြုံးဝင်သူတွေ။

ဩဒိဿ (၇) ယောက်

၁။ အားလုံး အမျိုးသမီးတွေ။
၂။ အားလုံး အမျိုးသားတွေ။
၃။ အားလုံး အရိယာတွေ။
၄။ အားလုံး ပုထုဇဉ်တွေ။
၅။ အားလုံး နတ်ဗြဟ္မာတွေ။
၆။ အားလုံး လူတွေ။
၇။ အားလုံး အပါယ်သူတွေ။

ပုဂ္ဂိုလ်ဘယောက်ကို ထုတ်၍ ဗြဟ္မဝိဟာရတရားပွားများပုံ

အားလုံးသတ္တဝါတွေ

၁။ ကျမ်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။
၂။ ကြံတိုင်းအောင်ဆောင်တိုင်းမြောက်ကြပါစေ။
၃။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။

(ဆင့်မ)

www.dhammaransi.com

၄။ စိုးရိမ်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။
၅။ ကြောင့်ကြခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။
၆။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ လွန်ချမ်းသာ မကွာမြဲပါစေ။

အားလုံးသတ္တဝါတွေ

၁။ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းကြပါစေ။
၂။ ရပြီးချမ်းသာ ဘေးရန်ကွာ လိုရာရပါစေ။
၃။ ကောင်း မကောင်းကံ ပြုခဲ့မိ အမှန်ဖြစ်တော့ သည်။

(မှတ်ချက်) အထက်ပါနည်းကို အမှီပြု၍ကျန်ပုဂ္ဂိုလ်များကို ဖြဟ္မဝိဟာရတရား ပွားများကြပါကုန်။

လောကီဥ္စရအပ်သော မေတ္တာအကျိုးဆယ့်တမျိုး

ချမ်းသာအိပ်စက်၊ ချမ်းသာလျက်နိုး၊ အိပ်မက်ဆိုးကင်း၊ စောင့်ခြင်းနတ်များ၊ လူသားလဲချစ်၊ နတ်လဲချစ်လျက်၊ လက်နက်ဆိပ်မီး၊ ပြီးသည်တဖြာ၊ မျက်နှာရှင်ကြည်၊ တည်ကြည်နှလုံး၊ သေဆုံးမတွေ၊ သေလျှင်နတ်ရွာ၊ ဖြစ်တတ်ပါသည်၊ မေတ္တာအကျိုး၊ ဆယ့်တမျိုးတည်း။

လောကုတ္တရာဥ္စရအပ်သောမေတ္တာအကျိုးလင်္ကာ

သုံးပါးသိက္ခာ၊ သာသနာဥ္စ၊ သဒ္ဓါတရား၊ ဖြောင့်စွာ ထား၍၊ လေးပါးငြဟ္မစိုရ်၊ မယွင်းယိုဘဲ၊ (မြဲ) ဆိုပွားများ၊ ထိုသူအားမှာ၊ လေးပါးသစ္စာ၊ သိမြင်ပါ၍၊ ဒုက္ခာခပ်သိမ်း၊ (ဆဋ္ဌမ)

ရတနာသိရိ (၁၉-၄)

www.dhammaransi.com

ကင်းလွတ်ငြိမ်းတဲ့၊ အေးငြိမ်းရာမှန်၊ ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို၊ ကောန်ရောက်ရန်၊ အကျင့်မှန်သည်၊ ကျမ်းဂန်ဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတည်း။

---

(၈) သဋ္ဌာယတနသံယုတ်

ဒါရုက္ခန္ဓောပမသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ

(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

၁။ ကောသမ္ဗီမြို့, ဝါတို့ဗုဒ္ဓါ၊
ဂင်္ဂါမြစ်နီး, ခိုမှီးနေရာ၊
ရေမျောသစ်တုံး, လက်ရုံးညွှန်ကာ၊
ရဟန်းများ, ဟောကြားမိန့်သည်မှာ။

၂။ ဟိုသစ်တုံးကြီး, ရေစီးမှာပင်၊
ဒီကမ်းဟိုကမ်း, ကပ်လှမ်းမတင်၊
မြုပ်ခြင်းတင်ခြင်း, အလျှင်းကင်းစင်၊
လူနတ်ဆယ်ကင်း, ဝဲတွင်းမဝင်၊
ဆွေးမပုပ်, သမုဒ္ဒရာသို့ဝင်။

၃။ သင်ချစ်သားများ, အလားတူပင်၊
ဒီကမ်းဟိုကမ်း, ကပ်လှမ်းမတင်၊
မြုပ်ခြင်းတင်ခြင်း, အလျှင်းကင်းစင်၊
လူနတ်ဆယ်ကင်း, ဝဲတွင်းမဝင်၊
ပုပ်မဆွေး, ငြိမ်းနိဗ္ဗာန်ဝင်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၄။ ဤသို့ဟောကြား, ဘုရားမြတ်ကို၊
ရဟန်းတပါး, လေးစားကြည်ညို၊
ခယဝပ်တွား, လျှောက်ထားသည်လို၊
မြစ်ကမ်းများ, ဟောကြားပါစေလို။

၁။ ဒီကမ်းဆိုတာ၊ ဘယ်လိုဟာ၊ မှတ်ပါရမည်လဲ?။
မျက်စေ့နားနှာ၊ ကိုယ်စိတ်လျှာ၊ မှတ်ပါဒီကမ်းဘဲ။

၂။ ဟိုကမ်းဆိုတာ၊ ဘယ်လိုဟာ၊ မှတ်ပါရမည်လဲ?။
အဆင်းစတုံ၊ ခြောက်အာရုံ၊ မှတ်တုံဟိုကမ်းဘဲ။
မျက်စေ့စွဲ၍၊ သတိမေ့တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဒီဘက်ကမ်းကပ်သည်။

နားကိုစွဲ၍....
နှာခေါင်းစွဲ၍....
လျှာကိုစွဲ၍....
ကိုယ်ကိုစွဲ၍....
စိတ်ကိုစွဲ၍၊ သတိမေ့တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဒီဘက်ကမ်းကပ်သည်။
အဆင်းစွဲ၍၊သတိမေ့တပ်မက်၊စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဟိုဘက်ကမ်းကပ်သည်။
အသံစွဲ၍....
အနံ့စွဲ၍....
ရသစွဲ၍....

www.dhammaransi.com

ထိတွေ့စွဲ၍....
သဘောစွဲ၍၊ သတိမေ့တပ်မက်၊ စိတ်ဆိုးပျက်၊ ဟို ဘက် ကမ်းကပ်သည်။

(မှတ်ချက်)

သတိမေ့တာက....အဝိဇ္ဇာမောဟ။
တပ်မက်တာက....တဏှာလောဘ။
စိတ်ဆိုးစိတ်ပျက်တာက....ဒေါသဟု မှတ်ပါ။

၃။ ရေလယ်မြုပ်ကာ၊ မပေါ်လာ၊ ခေါ်ရာမည်သို့လဲ?။
ကျောင်းရွာကိစ္စ၊ ငါမပါလျှင်၊ မဖြစ်ထင်ကာ၊ ခင်မင်တာတွယ်၊ ကျင့်စဉ်ပယ်၊ ရေလယ်မြုပ်တာဘဲ။

၄။ ကုန်း၌တင်ကာ၊ မကျတာ၊ ခေါ်ရာမည်သို့လဲ?။
ထောင်လွှားမာန၊ ငါသိပ\u200cါ့ဟု၊ ကြီးလှအထင်၊ မြင့်ဘဝင်၊ ကုန်းတွင် တင်တာဘဲ။

၅။ လူဆယ်ယူသည်၊ မိန့်မြွက်သည်၊ ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ?။
လူနှင့်ရောကာ၊ ကောင်းဆိုးပါ၊ လူလာဆယ်တာဘဲ။

၆။ နတ်ဆယ်ယူသည်၊မိန့်မြွက်သည်၊ ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ?။
နတ်ပြည်တောင့်တ၊ ကျင့်ကြံက၊ နတ်ကဆယ်တာဘဲ။

၇။ ဝဲစုပ်ယူသည်၊ မိန့်မြွက်သည်၊ ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ?။
ကာမဂုဏ်ငါးထွေ၊ လိုက်စားလေ၊ ဝဲရေစုပ်တာဘဲ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဂ။ အတွင်းပုပ်သည်၊ မိန့်မြွက်သည်၊ခေါ်မည်ဘယ်သို့လဲ?။
ဒုဿီလက၊ သီလသန့်ရှင်း၊ ဟန်ဆောင်ခြင်း၊ အတွင်းပုပ်တာဘဲ။
ဤအပြစ်ရှစ်တန်၊ တွေ့သူမှန်၊ နိဗ္ဗာန်ဝေးမလဲ့။
မပြတ်ရှုမှတ်၊ ကမ်းမကပ်၊ ဝိပဿနာရေကြောင်း မျောတော့သည်။
ဝိပဿနာရေယဉ်၊ မျောလေလျှင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ပြည်။
နိဗ္ဗာန်မြင်က၊ အရိယ၊ မုချဖြစ်တော့သည်။

(ဈ) ဝိပဿနာအခြေပြု တရားတော် ဆောင်ပုဒ် လင်္ကာများ
(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

အာဇီဝက၊ အဋ္ဌမ၊ သီလလုံစေဘိ။ (လူများအတွက်)
ပါတိမောက္ခ၊ သံဝရ၊ သီလလုံစေဘိ။
(ရဟန်းများအတွက်)

သီလလုံလျှင်၊ ဆိတ်ရာဝင်၊ တွင်တွင်စိတ်ဖမ်းဘိ။
စိတ်မိုက်နွားဆိုး၊ သတိကြိုးဖြင့်၊ မတိုးရှုန်းနိုင်၊ အာရုံတိုင်၊ ခိုင်ခိုင်ချည်လေဘိ။
ရုပ်နာမ်နှစ်စုံ၊ ဖြစ်ခိုက်ကုံ၊ အာရုံတိုင်မှတ်ဘိ။

(ဖြစ်ပေါ်လာခိုက် ရုပ်တရားနှင့်နာမ်တရားကိုစိတ်ချည်ဘို့ရာ "ချည်တိုင်" ဟုမှတ်ပါလေ။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဖြစ်ပေါ်ပြီး နှင့် မဖြစ်ပေါ် သေးသော ရုပ် နာမ်ကို စဉ်းစား၍ မရှုမှတ်ပ (နှင့်)။

ခိုင်ခိုင်ချည်ထား၊ စိတ်မိုက်နွား၊ ပြေးသွားရန်း၍ကြည့်။
ပြေးမရခါ၊ ချည်တိုင်မှာ၊ မောကာငြိမ်သက်၏။
မောကာငြိမ်သက်၊ စိတ်မထွက်၊ တိုးတက်သမာဓိ။
သမာဓိရ၊ စိတ်တည်က၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ။
စိတ်စင်ကြယ်က၊ ရုပ်နာမ်မျှ၊ ဉာဏ်က သိအောင်ကြည့်။
ရုပ်ကိုယ်ဆိုတာ၊ မသိရှာ၊ သိတာ နာမ်မှတ်ဘိ။
သွားစဉ် ဆတ်ဆတ်၊ သွားတယ်မှတ်၍၊ နှစ်ချပ်ရုပ်နာမ်၊ ကွဲသိရန်၊ မှတ်ဉာဏ်ယှဉ်၍ကြည့်။
ရုပ်စဉ်၊ ထိုင်စဉ်၊ အိပ်စဉ်၊ ဖေါင်းစဉ်၊ပိန်စဉ်၊ကွေးစဉ်။
(နည်းတူ)

ဥပမာမူ၊ လှည်းနှင့်လူ၊ ယှဉ်ယူစပ်၍ကြည့်။
ကိုယ်နှင့်လှည်းထား၊ လေနှင့်နွား၊ လူ ကားစိတ်မှတ်ဘိ။
လူကားမောင်းတုန်း၊နွားကရုန်း၊သုံးနှုန်းလှည်းသွား၏
စိတ်သွားချင်၍၊ လေဆောင်ရွေ့၊ ခေါ်လေ့လူသွား၏။
သွားတဲ့မူယာ၊ သိမူဟာ၊ ကွဲကာဉာဏ်၌မိ။
ရှုမှတ်မယှဉ်၊ သွားလာလျှင်၊ ခွေးမြင်-ခွေးသိ-သိ။
ခွေး နွား ကျွဲ ဟာ၊သွားတဲ့ခါ၊ သွားတာဟု သိ၏။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ဤအသိမှု၊ သတ္တယူ၊ ဘယ်သူမစွန့်ဘိ။
ကိုယ်ကောင်းထင်လစ်၊ မကွာရစ်၊ မဖြစ် ဉာဏ်သတိ။
ဉာဏ်သတိမှု၊ မဖြစ်က၊ ဝဋ်မှမလွတ်ဘိ။
ယောဂီသိကား၊ ကိုယ်ထင်မှား၊ ကွဲပြားကင်းစင်သိ။
ကိုယ်ထင်မှားကွဲ၊ ရှုမှတ်ဆဲ၊ ဖြစ်မြဲဉာဏ်သတိ။
ဉာဏ်သတိဖြစ်၊ ရုပ်နာမ်နှစ်၊ စင်စစ်ကွဲပြားသိ။
ရုပ်နာမ်ကွဲမှု၊ **နာမရူပ**၊ **ပရိစ္ဆေဒ**၊ **ဉာဏ** ဖြစ်လေ၏။
ရုပ်နာမ်ကွဲသိ၊ **ဒိဋ္ဌိဝိ**၊ **သုဒ္ဓိ** ပိုင်လေ၏။

နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒဉာဏ်-ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ပြီး၏။

ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်- ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ
ရုပ်ဖြစ်ခြင်းအကြောင်း

အဝိဇ္ဇာတဏှာ၊ ဥပါဒါ၊ ကံမှာရှေးကကြောင်းဟုသိ။
ဤဘဝမှာ၊ အာဟာရာ၊ ငါးဖြာအကြောင်းရှိ။
ဤအကြောင်းငါးလီ၊ ရုပ်ဖြစ်သည်၊ ယောဂီဉာဏ်၌သိ။
အဝိဇ္ဇာတဏှာ၊ ဥပါဒါ၊ မာတာနှင့်တူ၏။
အာဟာရမူ၊ နို့ထိန်းတူ၊ ကံမူအဘသိ။
ရုပ်ဖြစ်စေတာ၊ကံ,စိတ်,ဟာ,ဥ၊ အကြောင်းလေးခု၊ မှတ်ရှု တမျိုးသိ။
ကံကြောင့်မျက်စိ၊ နားကြည်ဘိရှိ၊ ဖူး၏ဘုရား၊ သံဃာ အား၊ တရားနာနိုင်၏။

(ဆဋ္ဌမ)

စိတ်ကြောင့်သွားလာ၊ ထိုင်အိပ်တာ၊ကွေးတာ ဆန့်တာ
ဖြစ်လေ၏။
ပေါင်းတာပိန်တာ၊ဝတ်ဆင်တာ၊စားတာ သောက်တာ
စိတ်ကြောင့်သိ။
ပူအေးဥတု၊ ကြောင်းနှစ်ခု၊ ရုပ်စုလန်းညှိုးဖြစ်စေ၏။
အာဟာရကား၊ မစားရက၊ရုပ်နွမ်းကျ၊စားရ ရုပ်လန်း
ကြည်စေ၏။

နာမ်ဖြစ်ခြင်းအကြောင်း

အဝိဇ္ဇာတဏှာ၊ ကံမှာရှေးဘဝ၊ ခုဖဿနှင့်၊ နှစ်ဝရုပ်-
နာမ်၊ အကြောင်းခံ၊ သိနာမ်ဖြစ်ပေ၏။
အဆင်းမျက်စိ၊ ပေါင်းဆုံမိ၊ မြင်သိဖြစ်ပေ၏။
အသံနှင့်နား၊ ဆုံမိငြား၊ ကြားသိဖြစ်ပေ၏။
အနံ့နှင့်နှာ၊ ဆုံတွေ့ရာ၊ နံ့တာသိပေ၏။
ရသနှင့်လျှာ၊ ဆုံတွေ့ရာ၊ ရသာသိပေ၏။
ကာယတွေ့ထိ၊ ထိခိုက်မိ၊ ထိသိဖြစ်ပေ၏။
သွားလာလှုပ်ရှား၊ ရုပ်တရားကြောင့်၊ မှတ်သားသိနာမ်၊
ပေါ်လာပြန်၊ အမှန်ရှုဆဲသိ။
ဇာတိရှိ၍၊ အိုသေတွေ့၊ ဖြစ်လေ့ချို့ယောဂီ။
အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ၊ သင်္ခါရာ၊ ချို့မှာဖြစ်ပေ၏။
အကြောင်းမြင်က၊ပစ္စယ၊ပရိဂ္ဂဟဉာဏ်ဖြစ်၏။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

အကြောင်းကင်းမေ့ဖွား၊ ဖန်ဆင်းထား၊ယုံမှားလွန်မြောက်၏။
ယုံမှားလွန်ဘိ၊ ကင်္ခါဝိ၊ သုဒ္ဓိရောက်လေ၏။
သောတာပန်ငယ်၊ ဉာဏ်ဝယ်၊ အပါယ် လွတ် ကင်း၏။
ဒိဋ္ဌိကင်း၊ ဉာဏ်စဉ်ဝ၊ဉာတပရိဉ်သိ။
ဒိဋ္ဌိကင်္ခါ၊ စင်ကြယ်ပါမူ၊ ဒုက္ခာသမု၊ သစ္စာဒု၊ မှတ်ရှုပိုင်းခြားသိ။
ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်-ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိပြီး၏။

(ည) သစ္စသံယုတ်၊ ပပါတဝဂ်၊ မဟာပရိဋ္ဌာဟသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်

(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

သစ္စာလေးဆူ၊ မသိသူသည်၊ မေ့မြူအိုရ၊ နာသေရနှင့်၊ သောကငိုကြွေး၊ ဒုက္ခဘေးသာ၊ ပေးတတ်ပါသည့်၊ သင်္ခါရတွင်၊လွန်ပျော်ရွှင်၍၊နောင်တွင်ပျော်ရန်၊ ကောင်းဆိုးကံကို၊ ဖန်ဖန်ပြုလျက်၊ သံသရာစက်ဝယ်၊" မထွက်လယ်ဘိ၊ ဇာတိအိုသေ၊ ပူမီးတွေဖြင့်၊ လောင်လေမချိ၊ ဆင်းရဲဘိသည်၊ ပရိဋ္ဌာဟရဲ့သို့။

(ဆဌမ)

www.dhammaransi.com

သစ္စာလေးပါး, တရားမမြင်၊
သုံးပါးဘဝ, အားရပျော်ရွှင်၊
ပျော်ဘို့ကောင်းဆိုး, ကံမျိုးပြုလျှင်၊
ဝဋ်မဆုံး, ခံအုံးနှင့်ကံပင်။

သစ္စာလေးပါးတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ

(ဆရာတော် ဦးသုဇာတ)

၁။ ဖြစ်, အို, နာ, သေ၊ မုန်းစရာတွေနှင့်၊ တူနေပေါင်းသင်း၊ ချစ်သူကင်းသား၊ လိုလျှင်းမရ၊ အကျဉ်း ပြသော်၊ ငါးဝခန္ဓာ၊ စွဲနိုင်ရာသည်၊ မှတ်ပါ ဒုက္ခသစ္စာတည်း။

၂။ နောင်ဘဝဖြစ်မှု၊ မက်မောပြုတတ်၊ ဝတ္ထုများစွာ၊ ကျရောက်ရာတွင်၊ အာသာစွဲလှ၊ ကာမ, ဘဝ၊ ဝိဘဝဟု၊ စွဲသုံးခုသည်။ သမုဒယ သစ္စာတည်း။

၃။ စွဲမှုသုံးတန်၊ မကျန်ချုပ်ငြိမ်း၊ စွန့်လွှတ်သိမ်း၍၊ လွတ် ငြိမ်းအာသာ၊ ကင်းပြတ်ရာသည်။ သစ္စာနိရောဓပေ တည်း။

၄။ ဒုက္ခငြိမ်းရာ၊ နိဗ္ဗာန်သာသို့၊ ရောက်ရာရောက်ကြောင်း၊ လမ်းကောင်းကျင့်စဉ်၊ ရှစ်မဂ္ဂင်ကား၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်၊ အာရုံခံသည်၊ မှန်ကန် မဂ္ဂသစ္စာတည်း။

(တနည်း)

၁။ ကိုယ့်ကိုယ်မှာတည်၊ လောကီနာမ်ရုပ်၊ လောဘနှုတ်၊ ဒုက္ခသစ္စာတည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂။ ဝတ္ထုအာရုံ၊ တွေ့ခိုက်ကြုံသော်၊ စွဲထုံတဏှာ၊ လောဘဟာ မှတ်ပါသမုတ္တည်း။
၃။ ရုပ်နာမ်နှစ်ဖြာ၊ ချုပ်ငြိမ်းရာ၊ မှတ်ပါနိရောတည်း။
၄။ ရုပ်နာမ်ငြိမ်းရာ၊ ဉာဏ်ရောက်လာ၊ သိတာမဂ်ပေတည်း။

---

(၄) သစ္စာလေးပါး၏ လက္ခဏာစသည်များ

၁။ နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲ့ ဆင်းရဲပြုပြင်၊ (ဗာဓနလက္ခဏာ)
ပူခလောင်ပြင်းပြ၊ မြှုမမြင်၊ (သန္တာပနရသံ)
မပြတ်ဖြစ်မှု့မှတ်ရှုသူထင်၊ (ပဝတ္တိပစ္စုပဋ္ဌာနံ)
အဲဒါက, ဒုက္ခသစ္စာပင်။
၂။ ဒုက္ခဖြစ်ရ, လောဘစထွင်၊ (ပဘဝလက္ခဏာ)
မျိုးမပြတ်မှု့, သူပြုစီစဉ်၊ (အနုပစ္ဆေဒကရဏရသံ)
တားမြစ်ငြင့်ကွက်, နှောက်ယှက်ဉာဏ်ထင်၊
(ပလိဗောဓပစ္စုပဋ္ဌာနံ)
သမုဒယ, သစ္စာအမှန်ပင်။
၃။ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်, ပြတ်လျက်သိမြင်၊ (သန္တိလက္ခဏာ)
ရွေ့လျောသခြင်း, ကင်းရှင်းကုန်စင်၊ (အစ္စုတိရသံ)
သဏ္ဌာန်နိမိတ်, ကင်းဆိတ်ထင်မြင်၊
(အနိမိတ္တပစ္စုပဋ္ဌာနံ)
နိရောဓ, သစ္စာအမှန်ပင်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၄။ နိဗ္ဗာန်ပြည်သို့, ပြေးလို့ခိုဝင်၊ (နိယျာနလက္ခဏာ)
ကိလေသာဆိုး, ပယ်ချိုးသုမ်သင်၊ (ကိလေသပ္ပဟာန-
ကရဏရသ)
ခန္ဓာဝဋ်မှ, တကြွထင်မြင်၊ (ဝုဋ္ဌာနပစ္စုပဋ္ဌာန်)
အဲဒါက, မဂ္ဂသစ္စာပင်။

---

(၄) မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၏ လက္ခဏာစသည်များ

၁။ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်, မှတ်လျက်မြင်သည်၊
ဓာတ်သစ္စာများ, ထင်ရှားသိသည်၊
အဝိဇ္ဇာမှောင်ကြီး, ဖျက်ဆီးထင်သည်၊
မဂ္ဂင်, သမ္မာဒိဋ္ဌိမည်။

၂။ အာရုံဆီသို့, တင်ပို့လေသည်၊
ထိုဥ္စိတ်များ, သွင်းထားတတ်သည်၊
မိစ္ဆာဝိတက်, ဖြိုဖျက်ပယ်သည်၊
သက်ပွ, သိကြမဂ္ဂင်မည်။

၃။ ကောင်းရာရှာမှီး, သိမ်းဆည်းပြောသည်၊
လိမ်-ခွဲ-ဆဲ-ဖျင်း, ပြောခြင်းရှောင်သည်၊
မိစ္ဆာနှုတ်ထွက်, ပယ်ဖျက်ထင်သည်၊
မဂ္ဂင်, သမ္မာဝါစာမည်။

(ဆဋ္ဌမှ)

www.dhammaransi.com

၄။ ကောင်းမှုကိုဘဲ, အားခဲပြုသည်။
သတ်-ခိုး-မှောက်မှား, ပယ်ရှားလေသည်။
မိစ္ဆာကမ္မ, လုံးဝပယ်သည်။
ကမ္မန္တ, သိကြမဂ္ဂင်မည်။

၅။ ရှာဖွေသက်မွေး, ဖြူဖွေးစင်သည်။
ကောင်းရာပြုလျက်၊ ဝမ်းတွက်ရှာသည်။
မိစ္ဆာဇီဝ, ပယ်ချရှောင်သည်။
အာဇီဝ, သိကြမဂ္ဂင်မည်။

၆။ အားထုတ်ထကြွ, ကြောင့်ကြစိုက်သည်။
မကောင်းမပြု, ကောင်းမှုပွားသည်။
မိစ္ဆာလုံ့လ, လုံးဝပယ်သည်။
ဝါယာမ, သိကြမဂ္ဂင်မည်။

၇။ အာရုံပေါ်၌, စူးစိုက်လေသည်။
သတိမြဲ၍, မမေ့တော့ပြီ။
မိစ္ဆာသတိ, မရှိပယ်သည်။
မဂ္ဂင်, သမ္မာသတိမည်။

၈။ အာရုံတပါး, ပျံ့သွားကင်းသည်။
ပျံ့လွင့်မထွက်, ငြိမ်သက်တည်သည်။
မိစ္ဆာသမာဓိ, မရှိပယ်သည်။
သမာဓိ, မှတ်သိမဂ္ဂင်မည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(၃) သဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ်၊ အစ္ဆရာသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ

(ဆရာတော်-ဦးသုဇာတ)

၁။ ငါးရာနတ်သမီး, က-တီး-ဆိုကာ၊ (နတ်သားအမေး)
ဘီလူးမသို့, သင်းတို့နေရာ။
နန္ဒဝန်ဥ, ကောင်းမှုမေ့ရာ။
ဘယ်လိုမှတ်, ထွက်ရပ်လမ်းညွှန်ပါ။

၂။ မဂ္ဂင်ရှစ်ရပ်, ဖြောင့်မတ်လမ်းညီ၊ (မြတ်ဘုရားအဖြေ)
နိဗ္ဗာန်ပြည်ကား, ဘေးများကင်းသည်။
ကိုယ်စိတ်လုံ့လ, ဘီးကနှစ်လီ။
ရထားမဂ်, မပျက်သံမမြည်။

၃။ ရှက်ကြောက်နှစ်ပါး, ရထားနောက်မှီ။
သတိလေးဝ, ဘေးမှရံသည်။
ဝိပဿနာဉာဏ်ကား, ရှေ့သွားပေသည်။
မဂ်ဉာဏ်ကား, ရထားမောင်းသူမည်။

၄။ ဤသည့်ယာဉ်များ, ရှိထားကြမူ။
မိန်းမယောက်ျား, မခြားအတူ။
ရှုမှတ်စီးလျှက်, မောင်းထွက်ပါမူ။
ရောက်ကြရ, မြေပြည်နိဗ္ဗူ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

သတ္တာဂိုတ္တရ၊ မဟာယညဝဂ်၊ ဒုတိယသညာသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
(ဆရာတော်–ဦးသုဇာတ)

၁။ အသုဘာဟု၊ မြင်တိုင်းရှု၊ မေထုန်ပင် မပြုချင်။
၂။ သေခြင်းတရား၊ အမြဲပွား၊ သေသွားမှာပင်မကြောက်ချင်။
၃။ အာဟာရမှာ၊ ရွံမုန်းရာ၊ ရသာမှာပင် မမက်ချင်။
၄။ လုံးစုံလောက၊ ငြီးငွေ့က၊ ဆန်းလှတာပင် မလိုချင်။
၅။ အနိစ္စဟု၊ မပြတ်ရှု၊ ရမ္မကိုပင် မလိုချင်။
၆။ ဒုက္ခထင်တဲ့၊ ပျင်းမှုနဲ့၊ မေ့တဲ့စိတ်ပင် ဘေးကြီးထင်၊
၇။ အနတ္တထင်က၊ တွင်းပြင်ပ၊ သုံးဝ ပပဉ် ကင်းဝေးစင်။
၈။ သညာခုနစ်တန်၊ ပွားသူမှန်၊ နိဗ္ဗာန်ပြည်ခွင် သက်ရောက်ဝင်။

(မှတ်ချက်) သုံးဝပပဉ်– ပပဉ္စတရားသုံးပါး တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ။

၂၀။ ဟေမဝတသုတ္တန် တရားတော်ကြီးဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ လပြည့်စက်ဝန်း, တက်ထွန်းစင်ကြယ်၊ (သာတာဂိရိ)
ပန်းစုံဖူးပွင့်, နတ်ညဲ့ဥပျော်ဘွယ်၊
အရှင်ဂေါတမ, မည်ရမျိုးနွယ်၊
တို့ဘုရား, ခုသွားဖူးစို့ကွယ်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂။ ငါတို့ဘုရား, စိတ်သားကောင်းစွာ၊ (သာ)
သူခပ်သိမ်းအား, သနားညီညာ၊
အာရုံကောင်းဆို, ကြံမျိုးသုံးဖြာ၊
လိုရှိတိုင်း, မဆိုင်းပြုနိုင်ပါ။

၃။ မပေးဝတ္ထု, ယူမှုကင်းကွာ၊ (သာ)
ညှဉ်းဆဲသတ်မှု, မပြုသည်သာ၊
မေ့လျော့ရေးမှု, ဝေးလှပေစွာ၊
တို့ဘုရား, ဈာန်ပွားမဆိတ်ပါ။

၄။ လိမ်လည်မပြော, ဂုံးချောကင်းသည်၊ (သာ)
ကြမ်းထမ်းရုန့်ရင်း, ဆိုခြင်းပယ်သည်၊
ကျိုးစီးပွားရှိ, မြင်သိဆိုသည်၊
တို့ဘုရား, စကားစင်ကြယ်သည်။

၅။ ကာမဂုဏ်ထဲ, တပ်စွဲကင်းသည်၊ (သာ)
ဒေါသပြတ်စဲ, အမြဲစိတ်ကြည်၊
မောဟသိမှား, လွန်သွားလေပြီ၊
တို့ဘုရား, တရားဉာဏ်လင်းကြည်။

၆။ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်များ, သုံးပါးရှစ်သွယ်၊ (သာ)
စရဏဆဲ့ငါး, ကျင့်အားစုံတယ်၊
အာသဝေါခပ်သိမ်း, ကုန်ငြိမ်းစင်ကြယ်၊
တရားမင်း, ကင်းရှင်းနှောင်ဖြစ်ဖွယ်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(က) သုံးပါးဝိဇ္ဇာ၊ ပု-ဒိ-အာ၊ ပညာဉာဏ်မျက်စိ။
(ခ) ရှစ်ပါးအရ၊ ထည့်သွင်းကြ၊ ဝိ-မ-စေ-ဣ-ဒိ။
(ဝိပဿနာ၊ မနောမယိဒ္ဓိ၊ စေတောပရိယ၊ ဣဒ္ဓိဝိဓ၊ ဒိဗ္ဗသောတ၊ ပုဗ္ဗေနိဝါသ၊ ဒိဗ္ဗစက္ခု၊ အာသဝက္ခယ၊ ဝိဇ္ဇာ ၈-ပါး)။

(ဂ) သီ-ဣန်-ဘော-ဇာ၊ စျာန်လေးဖြာ၊ သဒ္ဓါဝီရိယ။
(ဃ) သတိပညာ၊ ဟိ-ဩ-ဗာ၊ မှတ်ပါစရဏ။
(သီ-ပါတိမောက္ခသီလ၊ ဣန်-ဣန္ဒြိယ သံဝရ၊ ဘော-ဘောဇနေ မတ္တညုတာ၊ ဇာ-ဇာဂရိယ၊ ဟိ-ဟိရီ၊ ဩ-ဩတပ္ပ၊ ဗာ-ဗာဟုသစ္စ)။

၇။ ကိုယ်ရောနှုတ်ရော၊ မနောစင်ကြယ်၊ (သာ)
ဝိဇ္ဇာစရဏ-စုံလှပေတယ်၊
အရှင်ဂေါတမ၊ မည်ရမျိုးနွယ်၊
တို့ဘုရား၊ ခုသွားဖူးစို့ကွယ်။

၈။ ခြောက်ပါးရှိက၊ လောကဖြစ်သည်၊ (ဘုရား)
ခြောက်ပါးမှာချဉ်း၊ ပေါင်းသင်းနေသည်၊
ခြောက်ပါးကိုစွဲ၊ လူဘဲခေါ်သည်၊
ခြောက်ပါး၌၊ အားစိုက်ပင်ပန်းသည်။

၉။ ငါးဖြာကာမ၊ ဆဋ္ဌစိတ်တွင်၊ (ဘုရား)
ငါ့ဟာငါဘဲ၊ ယူစွဲထင်မြင်၊
(ဆဋ္ဌမ)

ရတနာသီရိ (၁၉-၅)

www.dhammaransi.com

ထိုမှာဖြစ်ထိုက်, နှစ်ခြိုက်ပယ်လျှင်၊
ဆင်းရဲမှ, လွတ်ရယောဂီရှင်။

၁၀။ သီလသန့်ရှင်း, အတွင်းမှာပင်၊ (ဘုရား)
ကြံရွယ်မှုရှိ, သတိထင်လျှင်၊
စိတ်တည်ကြည်ရှင်း, ဉာဏ်လင်းသိမြင်၊
ဩဃနက်, ကူးထွက်ယောဂီရှင်။

၁၁။ ကာမဂုဏ်ထဲ, တပ်စွဲရှောင်ကြဉ်၊ (ဘုရား)
သံယောဇဉ်များ, လွန်သွားလေလျှင်၊
နန္ဒီရာဂ, ဘဝကုန်စင်၊
ပင်လယ်မြစ်, မနစ်ယောဂီရှင်။

၁၂။ ဘုရား တရား, ဂုဏ်များချီးကာ၊ (ဟေမဝတ)
တရွာမှသွား, တခြားမြို့ရွာ၊
တောတောင်သစ်ဟောင်း, ရှောင်ပြောင်းသွားလာ၊
ငါတို့များ, လှည့်သွားနေတော့မှာ။

၂၁။ (က) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော် သလ္လေခသုတ်တရားတော်ဆောင်ပုဒ် (မဟာစည်ဆရာတော်)

ဝိဟိံသာ,ပါဏာ၊အဒိန္နနှင့်၊ အဗြဟ္မစရိယာ၊ မုသာ,ပိသုဏ
ဖရု,သမ္ဖာ၊အဘိဇ်,ဗျာနှင့်၊ဆယ်ဖြာမိစ္ဆတ္တ၊ စဉ်တိုင်းပြဈ်၊ထိန,
ဥဒ္ဓစ္စာ၊ဝိစိကိစ္ဆာနှင့်၊ ကောဓာ,ပနာဟ၊ မက္ခ,ပဠာ၊ ဣဿာ,

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

မစ္ဆေ၊ သာဌေ့,မာယာ၊ အတိမာ, ထမ္ဘ၊ ဒုဗ္ဗစနှင့်၊ ပါပမိတ္တော၊ ဂမာဒေါ တဖြာ၊ သဒ္ဓါမဲ့ချို၊ အဟိရိက၊ နောတ္တပ္ပနှင့်၊ သုတနည်းတိ၊ ပျင်းရိတရပ်၊ မုဋ္ဌဿစ္စ၊ ဒုပ္ပညတာ၊ ယူသည်းစွာဟု၊ ကိလေသာဘေး၊ လေးဆယ့်လေးကို၊ ဝေးဝေးစွန့်ဓေ၊ ညွှန်ပြပေသည်။ သလ္လေခသုတ် မိန့်ခွန်းတည်း။

ကိလေသာ ၄၄-ပါး ဖော်ပြချက်

၁။ ဝိဟိံသာ၊ ညှဉ်းဆဲခြင်း။
၂။ ပါဏာတိပါတ၊ သတ္တဝါကိုသတ်ခြင်း။
၃။ အဒိန္နာဒါန၊ သူ့ဥစ္စာကို လုယက်ခိုးယူခြင်း။
၄။ အဗြဟ္မစရိယ၊ မေထုန်မှုကို ပြုခြင်း။
၅။ မုသာဝါဒ၊ လိမ်သည်ပြောခြင်း။
၆။ ပိသုဏာဝါစာ၊ ဂုံးတိုက်ခြင်း။
၇။ ဖရုသာဝါစာ၊ ဆဲဆိုခြင်း။
၈။ သမ္ဖပ္ပလာပ၊ အနှစ်မဲ့စကားပြောခြင်း။
၉။ အဘိဇ္ဈာ၊ သူ့ဥစ္စာကို ရရန်ကြံစည်ခြင်း။
၁၀။ ဗျာပါဒ၊ သူတပါးသေပျက်စီးရန်ကြံခြင်း။
၁၁။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ မှားစွာယူခြင်း။
၁၂။ မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပ၊ မှားစွာကြံခြင်း။
၁၃။ မိစ္ဆာဝါစာ၊ မှားစွာပြောခြင်း။
၁၄။ မိစ္ဆာကမ္မန္တ၊ မှားစွာပြုခြင်း။
၁၅။ မိစ္ဆာအာဇီဝ၊ မှားစွာ အသက်မွေးခြင်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၆။ မိစ္ဆာဝါယာမ၊ မှားစွာအားထုတ်ရခြင်း။

၁၇။ မိစ္ဆာသတိ၊ မှားစွာအမှတ်ရခြင်း။

၁၈။ မိစ္ဆာသမာဓိ၊ မှားစွာစိတ်တည်ခြင်း။

၁၉။ မိစ္ဆာဉာဏ၊ မှားစွာဆင်ခြင်ခြင်း။

၂၀။ မိစ္ဆာဝိမုတ္တိ၊ မှားစွာလွတ်ခြင်း။

၂၁။ ထိနမိဒ္ဓ၊ စိတ်ထိုင်းမှိုင်းခြင်း။

၂၂။ ဥဒ္ဓစ္စ၊ စိတ်ပျံ့လွင့်ခြင်း။

၂၃။ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ ယုံမှားခြင်း။

၂၄။ ကောဓ၊ အမျက်ထွက်ခြင်း။

၂၅။ ဥပနာဟ၊ ရန်ငြိုးဖွဲ့ခြင်း။

၂၆။ မက္ခ၊ သူ့ကျေးဇူးကို ချေဖျက်ခြင်း။

၂၇။ ပဠာသ၊ သူ့ဂုဏ်ပျက်အောင် ဖက်ပြိုင်ပြောခြင်း။

၂၈။ ဣဿာ၊ မနာလိုခြင်း။

၂၉။ မစ္ဆရိယ၊ ဝန်တိုခြင်း။

၃၀။ မာယာ၊ မိမိအပြစ်မပေါ်အောင် လှည့်ပတ်ခြင်း။

၃၁။ သာဌေယျ၊ ဟန်ဆောင်ပလွှားခြင်း။

၃၂။ အတိမာန၊ အလွန် အထင်ကြီးခြင်း။

၃၃။ ထမ္ဘ၊ အရိုအသေ မပြုနိုင်ခြင်း။

၃၄။ ဒုဗ္ဗစတာ၊ ဆိုဆုံးမခက်ခြင်း။

၃၅။ ပါပမိတ္တတာ၊ မိတ်ဆွေညံ့နှင့် ပေါင်းခြင်း။

၃၆။ ပမာဒ၊ ကုသိုလ်ရေး၌ မေ့လျော့ခြင်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃၇။ အသဒ္ဓတာ၊ သဒ္ဓါတရားမရှိခြင်း။
၃၈။ အဟိရိက၊ အကုသိုလ်မှ မရှက်ခြင်း။
၃၉။ အနောတ္တပ္ပ၊ အကုသိုလ်မှ မကြောက်ခြင်း။
၄၀။ အပ္ပဿုတတာ၊ အကြားအမြင်နည်းခြင်း။
၄၁။ ကောသဇ္ဇ၊ ပျင်းရိခြင်း။
၄၂။ မုဋ္ဌဿစ္စ၊ သတိလွတ်ခြင်း။
၄၃။ ဒုပ္ပညတာ၊ ဝိပဿနာပညာမဲ့ခြင်း။
၄၄။ သန္ဒိဋ္ဌိပရာမာသ၊ အယူသည်းခြင်း။

၂၁။ (ခ) မူလပဏ္ဏာသပါဠိ သလ္လေခသုတ် တရားတော် အသေးစိတ် ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

ခေါင်းပါးကိလေ၊ စိတ်ဖြစ်စေ၊ ရှောင်သွေ့, ထက်ဆင့် ငြိမ်းအောင်ကျင့်။

၁။ သူများတွေက ညှဉ်းဆဲကြမည့် နေရာမှာ ငါတို့က တော့ ညှဉ်းဆဲမှုကင်းစေမည်၊ကိလေသာပါးစေတဲ့အကျင့်ကို ကျင့်မည်၊ဒီလိုစိတ်မျိုးကိုဖြစ်စေမည်။ညှဉ်းဆဲမှုကို မညှဉ်းဆဲ မှုနှင့် ရှောင်လွှဲမည်။မညှဉ်းဆဲမှုနှင့် အဆင့်အတန်းတက်မည်။ ညှဉ်းဆဲမှုကိလေသာမီးကို မညှဉ်းဆဲမှုနှင့် ငြိမ်းသတ်မည်၊

(က) ညှဉ်းဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနား ကျန်းမာ သည်။ (မ ၃၊ ၂၄၅)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂။ သူများတွေက သတ်ဖြတ်ကြမည့်နေရာမှာ ငါတို့က တော့ သတ်ဖြတ်မှု ကင်းစေမည်။ ကိလေသာပါးစေတဲ့အ ကျင့်ကို ကျင့်မည်။ ဒီလိုစိတ်မျိုးကိုဖြစ်စေမည်။ သတ်ဖြတ်မှု ကို မသတ်မှုနှင့် ရှောင်လွဲမည်။ မသတ်မှုနှင့်အဆင့်အတန်း တက်မည်။ သတ်ဖြတ်မှု ကိလေသာမီးကို မသတ်မှုနှင့် ငြိမ်း သတ်မည်။ (ခိုးမှုစသော ကျန် ၄၂-ပါးတို့၌လဲ နည်းတူပင် ငါး၀ါရစီ ဆိုလေ)။

(က) သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၊ မသတ်အသက်ရှည်။
(မ ၃၊ ၂၄၄)

(ခ) လှပ, သက်ရှည်၊ ကျန်းမာသည်၊ ချစ်ကြည်, ခြွေရံ များ။ သောကကင်းလတ်၊ မကွဲတတ်၊ သက်သတ် ရှောင်ကျိုးများ။ (ခု ၌၊ ၂၃)

၃။ ခိုးလုသူမှာ၊ ပါယ်လားကာ၊ ဉစ္စာပျက်ဆုံးပါး။
(အံ ၃၊ ၇၇)

(ခ) ဉစ္စာပေါသည်၊ ရ,ခိုင်တည်၊ ကင်းပြီ ရန်သူငါး။ ကြီးကဲဖြစ်ရ၊ အေးချမ်းစွ၊ အဒိန္န ရှောင်ကျိုးများ။
(ခု ၌၊ ၂၃)

၄။ ကာမေသုမှာ၊ ပါယ်လားကာ၊ လူ့ရွာရန်သူများ။
(အံ ၃၊ ၇၇)

(ခ) ရန်,ဘေးကင်းပ၊ ချစ်ခင်ကြ၊ ပေါလှသုံးဘွယ်များ။ ရုပ်အင်စုံစွာ၊ မကွဲကွာ၊ ချမ်းသာမရှိရှား။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

မိစ္ဆာရှောင်နှင့်၊ မြတ်သောကျင့်၊ ရသင့်အကျိုးများ။
(ခု ဌ၊ ၂၄)

၅။ လိမ်လျှင်ပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ခံရစွပ်စွဲများ။
(အံ ၃၊ ၇၈)

(ခ) ခံတွင်းမွှေးစွာ၊ သွားညီညာ၊ လိုက်နာ သူ့စကား။
လုံးရပ်ညီညာ၊ ပြောချိုစွာ၊ မုသားရှောင်ကျိုးများ။
(ခု ဌ၊ ၂၄)

၆။ ဂုံးချောပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ကွဲရ မိတ်ဆွေများ။
(အံ ၃၊ ၃၈)

၆။ ဆဲဆိုပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ကြားရ အသံဆိုးများ။
(အံ ၃၊ ၃၈)

၈။ နှစ်မဲ့ ပြောမှာ၊ ပါယ်လားကာ၊ မနာ သူ့စကား။
(အံ ၃၊ ၃၈)

၂၄။ ဒေါသမီးလျှံ၊ အကြည့်တန်၊ သည်းခံ လှပသည်။
(မ ၃၊ ၂၄၅)

၂၈။ မနာလိုမှာ၊ ခြွေရံကွာ၊ ကြည်သာ ခြွေရံစည်။
(မ ၃၊ ၂၄၅)

၂၉။ မပေးလိုက၊ မွဲပြာကျ၊ လှူမှပေါကြွယ်သည်။
(မ ၃၊ ၂၄၅)

၃၃။ မရိုမသေ၊ မျိုးယုတ်ချေ၊ ရိုသေ မျိုးမြတ်သည်။
(မ ၃၊ ၂၄၅)

www.dhammaransi.com

၄၀။ မမေးမမြန်း ၊ဉာဏ်မြင်ကန်း၊ စုံစမ်းဉာဏ်ကြီးသည်။
(မ ၃၊ ၂၄၅)

၂၂။ သုတ္တန်ပိဋက ပါဠိတော် ပါရာယနဝဂ် အဇိတသုတ် တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

(က) ဦးခေါင်းဆိုတာ၊ ဘယ်အရာ၊ ခေါင်းပြတ်တာက အဘယ်နည်း၊

(ခ) လေးပါးသစ္စာ၊ မသိတာ၊ အဝိဇ္ဇာ ဦးခေါင်းမှတ်။ သဒ္ဓါဆန္ဒ၊ ဝီရိယနှင့်၊ မှတ်ရ-သတိ၊ သမာဓိယှဉ်၊ ဉာဏ်သိမြင်၊ ၁၃စဉ်ဦးခေါင်းပြတ်။

၁။ ဘယ်သင်းကဖုံး၊ လောကလုံး၊ ဉာဏ်တုံးရသနည်း။
၂။ အဝိဇ္ဇာဖုံး၊ လောကလုံး၊ ဉာဏ်တုံးရသတည်း။
၃။ ဘယ့်ကြောင့်လူရှင်၊ မပေါ်ထင်၊ ဂုဏ်အင်ညှိုးသနည်း။
၄။ ဝန်တိုမေ့လျော့၊ မပေါ်ထင်၊ ဂုဏ်အင်ညှိုးသတည်း။
၅။ မျောက်နှဲ့စေးနှယ်၊ လောကဝယ်၊ ငြိတွယ်ဘယ်သင်း နည်း။
၆။ မျောက်နှဲ့စေးနှယ်၊ လောကဝယ်၊ ငြိတွယ်တဏှာတည်း။
၇။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းစွာ၊ ဘေးကြီးမှာ၊ ဘယ်ဟာ ခေါ်သနည်း။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၈။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းစွာ၊ ဘေးကြီးမှာ၊ မှတ်ပါ ဆင်းရဲတည်း။

၉။ နေရာတိုင်းတွင်၊ စီးသွင်သွင်၊ ရေယဉ်များလှသည်။
ဘယ်ဖြင့်ဆီးတား၊ ရေယဉ်များ၊ ခေါင်းပါးပါ သနည်း။
ဘယ်ဖြင့်ပိတ်လျှင်၊ ထိုရေယဉ်၊ အစဉ်ပြတ်သနည်း။

၁၀။ ရေယဉ်တူစွာ၊ ကိလေသာ၊ လူ့ရွာစီးနေသည်။
သတိဖြင့်တား၊ ရေယဉ်များ၊ ခေါင်းပါးလေတော့ သည်။
ဉာဏ်ဖြင့်ပိတ်လျှင်၊ ထိုရေယဉ်၊ အစဉ်ပြတ်တော့သည်။

၁၁။ သတိပညာ၊နာမ်ရုပ်မှာ၊ ရှိရာသေးသတည်း။
သူတို့အစုရုံး၊ အကုန်လုံး၊ ချုပ်ဆုံးဘယ်မှာနည်း။

၁၂။ အကြွင်းနိဗ္ဗာန်၊ ရောက်ရှိးမှန်၊ ရုပ်နာမ်အကုန်ချုပ်။
ကံဝိညာဏ်တုံး၊ စုတိဆုံး၊ အားလုံးထိုမှာချုပ်။

၁၃။ ကျင့်ပြီးတဖြာ၊ ကျင့်ဆဲပါ၊ အရိယာ နှစ်မျိုးကွဲ။
သူတို့စိတ်ထား၊ အကျင့်ကား၊ အလားဘယ်သို့လဲ။

၁၄။ ကာမဂုဏ်ထဲ၊ မတပ်စွဲ၊ စိတ်လဲကြည်လတ်ကျင့်ဆဲမှတ်။
တရားတိုင်းတွင်၊ ဉာဏ်သက်ဝင်၊ ကျွမ်းကျင်သိတတ် ကျင့်ပြီးမှတ်။
အမှတ်ရမှု၊ သတိပြု၊ ရှေးရှုသွားတတ် ၂-ဦးလုံးမှတ်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂၃။ သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော်

ပါရာယနဝဂ် ဟေမကသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

ဟေမက အမေး-

၁။ ဘုရားဆုံးမ၊ အပြင်မှ၊ ရှေးက ဟောကြတာ။
၂။ ဖြစ်ခဲ့ပြီတဲ့၊ ဖြစ်မည်-တဲ့၊ တတဲ့နှင့်ချည်းသာ။
၃။ ကြံဆတိုးပွား၊ ထိုတရား၊ ကျွန်ကားမကြိုက်ပါ။
၄။ တဏှာပယ်ရှား၊ မြတ်တရား၊ ဟောကြားညွှန်ပြပါ။
၅။ မှတ်ပြုကျင့်ငြား၊ အကြင်တရား၊ ထင်ရှားသိသူမှာ။
၆။ လောကငြိစွဲ၊ ကျော်လွန်မြဲ၊ ထိုဘဲဟောပြပါ။

ဘုရားအဖြေ-

၁။ မြင်,ကြား,ရောက်တယ်၊ သိတာရယ်။ ချစ်ဖွယ်လေးမျိုးမှာ။
၂။ လိုလားနှစ်ချိုက်၊ ပယ်ဖျောက်လိုက်၊ အမြိုက်-နိဗ္ဗာန်ပါ။
၃။ နိဗ္ဗာန်သိရှေ့၊ တရားတွေ့၊ မှတ်လေ့ရှိသူမှာ။
၄။ ငြိမ်းအေးအမြဲ၊ လောကထဲ၊ ငြိစွဲလွန်မြောက်ပါ။

(မာလုကျပုတ္တသုတ်မှ စာမျက်နှာ ၁၃-၈ ါထာ ဆောင်ပုဒ်များနှင့် တွဲ၍ ဟောသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂၄။ သုတ္တနိပါတ်ပါဠိတော် ပုရာဘေဒသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ ဘယ်သို့သိမြင်၊ လေ့ကျင့်လျှင်၊ မည်တွင်သန္တ ခေါ်သနည်း။ (၁-ဂါထာ)

၂။ မသေပျက်ခင်၊ တဏှာစင်၍၊ ရှေးတွင်မမှီ၊ နောက်ဆီမမျှော်၊ မခေါ်ဝေါ်ရ၊ လယ်၌ာန၊ သန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။ (၂-ဂါထာ)

၃။ အမျက်မပွား၊ မလန့်ကြွားတည့်၊ မကြွားဝါခြင်း၊ ကုက္ကုစ္စကင်း၍၊ ဆိုလျှင်းချိန်ချင့်၊ မပို့လွင့်၊ ခြောက်ဆင့်သူ့ဂုဏ်ရည်။ (၃-ဂါထာ)

၄။ တွန့်ဆုတ်သယောင်၊ ဟန်ဆောင်မပြ၊ မတောင့်တလျှင်း၊ ဝန်တိုကင်း၍၊ ကြမ်းခြင်းရှိဘွယ်၊ အရှင်းပယ်လျက်၊ ချစ်ပြယ်စကား၊ မပြောကြား၊ ခုနစ်ပါးသူ့ဂုဏ်ရည်။ (၅-ဂါထာ)

၅။ သာယာဘွယ်အတွင်း၊ မစီးဆင်းတည့်၊ မာန်ကင်းသိမ်မွေ့၊ ထင်ဉာဏ်တွေ့လျက်၊ ယုံလေ့ကင်းကာ၊ တပ်မက်ကွာ၊ ခြောက်ဖြာသူ့ဂုဏ်ရည်။ (၆-ဂါထာ)

၆။ ရှုမှတ်အစဉ်၊ လျစ်လျူထင်၍၊ သုံးအင်မာန၊ ပယ်နိုင်မှုသန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။ (၈-ဂါထာ)

(၁၃၂၂-ခု၊ ဝါဆိုလကွယ်နေ့ ဟောသည်။)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂၅။ အာဒိတ္တသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

ရာဂ, ဒေါသ, မောဟတဖြာ၊
ဖြစ်, အို, သေရေး, ပူဆွေးငိုတာ၊
ကိုယ်, စိတ် ဒုက္ခ, ပူရပြင်းစွာ၊
ကိုယ်တွင်းမီး, ထိန်ညီးဆယ့်တဖြာ။
မြင်ကြားသိတိုင်း, မဆိုင်းမှတ်ပါ၊
ရုပ်နာမ်မမြဲ, ဆင်းရဲချည်းသာ၊
ငါကောင်လဲပျောက်, မျက်မှောက်မြင်ကာ၊
ဆယ့်တသီး, ဤမီးငြိမ်းစေရာ။

၂၆။ ရူဋ္ဌကမ္မဝိဘင်္ဂသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၊ မသတ် အသက်ရှည်။
၂။ ညှဉ်းဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနားကျန်းမာသည်။
၃။ ဒေါသမီးလျှံ၊ အကျင့်တန်၊ သည်းခံလှပသည်။
၄။ မနာလိုမှာ၊ ခြွေရံကွာ၊ ကြည်သာ ခြွေရံစည်။
၅။ မပေးလှူကာ၊ မွဲပြာကျ၊ လှူမှ ပေါကြွယ်သည်။
၆။ မရိုမသေ၊ မျိုးယုတ်ချေ၊ ရိုသေမျိုးမြတ်သည်။
၇။ မမေးမမြန်း၊ ဉာဏ်မြင်ကန်း၊ စုံစမ်းဉာဏ်ကြီးသည်။
၈။ ဆိုးတာပြုက၊ဆိုးတာရ၊ကောင်းမှုကောင်းစားသည်။
၉။ဆိုးကောင်းနှစ်တန်၊ ကံစီမံ၊ ခံ-စံကြရသည်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂၇။ ကောင်းခြင်းလေးဖြာ မင်္ဂလာ တရားတော်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ အိုသည့်တိုင်အောင် ကောင်းတာ ဘယ်ဟာလဲ။
အိုသည့်တိုင်အောင် ကောင်းတာ ကိုယ်ကျင့်သီလဘဲ။
၂။ ခိုင်မြဲတည်တံ့လျှင် ကောင်းတာ ဘယ်ဟာလဲ။
ခိုင်မြဲတည်တံ့လျှင် ကောင်းတာ သဒ္ဓါတရားဘဲ။
၃။ လူ့ရတနာ ဘယ်ဟာလဲ။
လူ့ရတနာ အသိအလိမ္မာ ပညာဘဲ။
၄။ မခိုးနိုင်တာ ဘယ်ဟာလဲ။
မခိုးနိုင်တာ ကုသိုလ်ကောင်းမှုဘဲ။

နတ်ပြည်မှ မှာတမ်း စကားသုံးခွန်း

၁။ သုဂတိသို့ ရောက်ပါစေ။
၂။ ကောင်းသောရခြင်း ရပါစေ။
၃။ ကောင်းကောင်းခိုင်မြဲတည်တံ့ပါစေ။

သုမနာထေရီဖြစ်စဉ် ဆောင်ပုဒ်

လူ့ ကြက်မကြီး၊ မင်းသမီးတဖြာ၊ ဗြဟ္မာ, သူဌေး၊ ဝက်ကလေး ဖြစ်ရ၊ သုဝဏ္ဏ, ဗာရာ၊ ဝနဝါနှင့်၊ သုပ္ပါရက၊ ကာဝီရမှ၊ သီဟဠဒိုရာ၊ ဘောက္ကန္တရွာဟု၊ ဖြစ်ရာပေါင်းစု၊ဆယ့်သုံးခုသည်၊မယ်သုမနာ ဖြစ်စဉ်တည်း။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂၈။ အနုပဒသုတ်မှ ကောက်နှုတ်ချက် ဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ သမထယာဉ်၊ ဈာန်ပြီးလျှင်၊ ဈာန်ပင်ပြန်ရှုသည်။
၂။ ဝိပဿနာ၊ ယာနိကာ၊ တူစွာရှုရသည်။
၃။ မြင်ကြားတွေ့ရာ၊ ပေါ်တိုင်းသာ၊ လိုက်ကာရှုရသည်။
၁။ ဈာန်မှာထင်ရှား၊ ဆယ့်ခြောက်ပါး၊ ပိုင်းခြားရှုလေသည်။
၂။ မထင်မရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ စဉ်းစားမရှုပြီ။
၃။ ထိုနည်းတူစွာ၊ ထင်ရှားရာ၊ မှတ်ကာရှုရသည်။
၄။ မျက်မှောက်မမြင်၊ တွေးဆင်ခြင်၊ ရှုလျှင်အတုမည်။
၁။ နေဝသညာ၊ သိမ်မွေ့စွာ၊ ခွဲကာမရှုပြီ။
၂။ ရှေးဈာန်နှင့်မှီး၊ ကလာပ်နည်း၊ ပေါင်းစည်းရှုလေသည်။
၃။ မထင်ရှားရာ၊ ထိုနည်းသာ၊ နှိုင်းကာရှုရသည်။
၁။ ကိုယ်တွင်းထင်ရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ ပိုင်းခြားရှုရသည်။
၂။ အပြင်ပနှိုက်၊ မခွဲထိုက်၊ ပေါင်းလိုက်ရှုရသည်။
၃။ သာဝကမှာ၊ ဤမျှသာ၊ ရှုရာတရားမည်။

၂၉။ ဓမ္မပဒပါဠိတော်
အဆိုးဆုံးနှင့် အကောင်းဆုံး တရားတော်

နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ၊ နတ္ထိ ဒေါသသမော ကလိ။
နတ္ထိ ခန္ဓသမာ ဒုက္ခာ၊ နတ္ထိ သန္တိ ပရံ သုခံ။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ရာဂမီး အကြီးဆုံး၊ ဒေါသအပြစ် အညစ်ဆုံး။
ခန္ဓာဆင်းရဲ အသဲဆုံး၊ ငြိမ်းအေးတာ အချမ်းသာဆုံး။
ရာဂမီး အပြီးငြိမ်းအောင်၊ ဒေါသအပြစ် မဖြစ်ပေါ်အောင်၊ ခန္ဓာဆင်းရဲ ပြတ်စဲသွားအောင်၊ ငြိမ်းအေးတာ လျင်စွာရအောင် သတိထား၍ ကြိုးစား အားထုတ်ရမည်။

၃၀။ အတိုအထွာဆောင်ပုဒ်များ

(က) ပဓာနီယင်္ဂါ ငါးပါး

ယုံကြည်ကျန်းမာ၊ ဖြောင့်စွာ စိတ်ထား၊ ကြိုးစားတွင်တွင်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊ ငါးအင် အားထုတ်ကြောင်း။

(ခ) ပကတိလူတို့အား မြင်ဆဲဒွ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်

ထင်ဆဲ ဆင်းခေတ်, မြင်လတ် စစ္စာ၊
မြင်ပြီးဘာရား, စဉ်းစားပြန်ရာ၊
သဏ္ဌာန်ဒြဗ်, ပညတ်ပေါ်ကာ၊
မည်နာမ, သိရနောက်ဆုံးမှာ။

(ဂ) ဝိပဿနာယောဂီတို့အား မြင်ဆဲဒွ ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်

မြင်လျှင်မြင်ချင်း, လက်ငင်းမှတ်လျှင်၊
မြင်ရုံတွင်ဘဲ, ရပ်စဲ စိတ်စဉ်၊
ရုပ်နာမ်ကွဲလျက်, ဖြစ်ပျက်သိမြင်၊
အနိစ္စ, ဒုက္ခ, သဘော ထင်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(ဿ) မြင်ဆဲ၌ ရုပ်နာမ် ဒုက္ခသစ္စာခွဲပုံ

မျက်စိ+မြင်ရ, ရုပ်ကနှစ်ဖြာ၊
မြင်+တွေ့+ခံစား, နာမ်ကား သုံးဖြာ၊
မြင်စဉ်တွေ့ရ, ဒုက္ခသစ္စာ၊
မြင်တယ်ဟု, မှတ်ရှုသိရပါ။
(ကြားဆဲစသည်၌လည်း နည်းတူပင်သိပါ)

(င) သစ္စာ ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်

၁။ ထိမှု သိမှု မြင်မှု ကြားမှုစသော ဖြစ်ပျက်သမျှရုပ်နာမ် အပေါင်းက ဒုက္ခသစ္စာ။

၂။ နှစ်သက်သာယာ တောင့်တလိုချင်တာက သမုဒယ သစ္စာ။

၃။ ဖြစ်ပျက်မှုဟူသမျှ ချုပ်ငြိမ်းကင်းပြတ်ရာ သဘောက နိရောဓသစ္စာ။

၄။ ထိုချုပ်ငြိမ်းရာကို ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက် သိမြင်တာက မဂ္ဂသစ္စာ။

(စ) သစ္စာ ၄-ပါးကို တပြိုင်နက်သိပုံ

၁။ မဂ်ခဏ၌ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်သိသဖြင့် ကြွင်းသော သစ္စာ ၃-ပါး၌လည်း သိခြင်းကိစ္စ ပြီးသည်။

၂။ ဝိပဿနာရှုခိုက်၌ ဒုက္ခသစ္စာကို သိသဖြင့် ကြွင်းသော သစ္စာ ၃-ပါး၌လည်း သိခြင်းကိစ္စပြီးသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(ဆ) အနုသယ နှစ်မျိုးဆောင်ပုဒ်

၁။ သတ္တဝါတဦး၏ သန္တာန်၌ အရိယာမဂ်ဖြင့် မပယ်ရသေးသောကြောင့် အကြောင်း ညီညွတ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ကိလေသာကို **သန္တာနာနုသယ**-ဟုခေါ်သည်။

၂။ ထင်ရှားသိရသော အာရုံဟူသမျှ၌ ဝိပဿနာဖြင့် အမှန်အတိုင်း မသိလျှင် အကြောင်းညီညွတ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ကိလေသာကို **အာရမ္မဏာနုသယ**-ဟုခေါ်သည်။

ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း ၉-ပါးဆောင်ပုဒ်

၁။ ဣန္ဒြေငါးပါး၊ ထက်ကြောင်းများ၊ ၉-ပါးရှိလေသည်။

၂။ ဖြစ်တိုင်းရုပ်နာမ်၊ ချုပ်ပျက်ဟန်၊ ကြေန်ရှုရမည်။ (၁)

၃။ ရှုမှတ်မှုမှာ၊ ရိုသေကာ၊ ကောင်းစွာ ပြုရမည်။ (၂)

၄။ မနားမရပ်၊ ခြားမပြတ်၊ ရှုမှတ်မြဲရမည်။ (၃)

၅။ သင့်လျော်လှစွာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာမှီရမည်။ (၄)

၆။ စိတ်တည်ကြည်ကြောင်း၊ နိမိတ်ဟောင်း၊ ကောင်းကောင်းမှတ်ရမည်။ (၅)

၇။ သင့်တော်လျောက်ပတ်၊ ဗောဇ္ဈင်မြတ်၊ မပြတ်ပွားရမည်။ (၆)

(ဆက်ရန်)

www.dhammaransi.com

၈။ ကိုယ်နှင့်အသက်၊ မငဲ့ကွက်၊ ရက်စက်နိုင်ရမည်။ (၇)
၉။ ရှုစဉ်ပေါ်ရိုး၊ ဆင်းရဲမျိုး၊ လွမ်းမိုးပယ်ရမည်။ (၈)
၁၀။ လမ်းဆုံးမရောက်၊ လက်မမြှောက်၊ တောက် လျှောက်သွားရမည်။ (၉)
၁၁။ ဉာဏ်နုံ့သောအခါ၊ ဤကိုးဖြာ ဆိုင်ရာပွားရမည်။

၃၁။ သမ္ဗောဇ္ဈင် ၄-ပါးဆောင်ပုဒ်
(မဟာစည်ဆရာတော်)

သာတ္ထကသမ္ပဇဉ်

၁။ ကျိုးရှိသလား၊ မရှိလား၊ စဉ်းစားတာက သာတ္ထက။

သပ္ပါယသမ္ပဇဉ်

၂။ သင့်တော်ရဲ့လား၊ မတော်လား၊ စဉ်းစားတာက သပ္ပါယ။

ဂေါစရသမ္ပဇဉ်

၃။ ရုပ်ခဏ် နာမ်ခဏ်၊ စဉ်မပြတ်၊ ရှုမှတ်တာက ဂေါစရ။

အသမ္မောဟသမ္ပဇဉ်

၄။ မမြဲဆင်းရဲ၊ရုပ်နာမ်ဘဲ၊အသိကွဲတာကအသမ္မောဟ။

(ခါတုမနသိကာရ အတွက် ဆောင်ပုဒ်များကို ဝိပဿနာ အခြေခံတရားတော် စာအုပ်၌ ကြည့်ပါ။)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃၂။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်-နီဝရဏပိုင်း ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁-ကာမစ္ဆန္ဒ

၁။ တင့်တယ်ဟန်အား၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွားကာမစ္ဆန်။

၂။ မတင့်တယ်အား၊ ရှုစဉ်းစား၊ ပယ်ရှားကာမစ္ဆန်။

၃။ မမြဲတာကို မြဲသည်ဟု ရှုတာက အယောနိသော မနသိကာရ။

၄။ မမြဲတာကိုမမြဲဟု ရှုတာက ယောနိသောမနသိကာရ။

၅။ ဆင်းရဲကိုချမ်းသာဟု ရှုတာက အယောနိသောမန သိကာရ။

၆။ ဆင်းရဲကို ဆင်းရဲဟု ရှုတာက ယောနိသောမန သိကာရ။

၇။ ငါကောင်မဟုတ်တာကို ငါကောင်ဟု ရှုတာက အယောနိသောမနသိကာရ။

၈။ ငါကောင်မဟုတ်တာကို ငါကောင်မဟုတ်ဟု ရှုတာက ယောနိသောမနသိကာရ။

၉။ မတင့်တယ်တာကို တင့်တယ်သည်ဟုရှုတာက အယော နိသောမနသိကာရ။

၁၀။ မတင့်တယ်တာကို မတင့်တယ်ဟု ရှုတာက ယောနိ သောမနသိကာရ။

(ဆက်ရန်)

www.dhammaransi.com

၁၁။ ရှိဘဝ်ယ်ထင်စေ၊ ပွားလျက်နေ၊ ဣန္ဒြေစောင့်စည်းရာ။
၁၂။ စားသောက်တိုင်းရှေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
၁၃။ ကာမစ္ဆန္ဒ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

၂-ဗျာပါဒ

၁။ စိတ်ဆိုးဘဝ်ယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ဗျာပါဒ။
၂။ မေတ္တာဘာဝနာ ရေး၊ ရှေးရှုပွား၊ ပယ်ရှား ဗျာပါဒ။
၃။ မေတ္တာထင်စေ၊ ပွားလျက်နေ၊ ရှုလေ ကံဥစ္စာ။
၄။ ဆင်ခြင်များစေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
၅။ ဗျာပါဒေါသ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

၃-ထိနမိဒ္ဓ

၁။ ပျင်းရိဘဝ်ယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ထိုင်းမှိုင်းမှု။
၂။ လုံ့လသုံးပါး၊ နှလုံးထား၊ ပယ်ရှား ထိုင်းမှိုင်းမှု။
၃။ အစားလွန်ကြဉ်၊ နေထိုင်ပြင်၊ ဆင်ခြင်ရောင်လင်းမှာ။
၄။ လွင်ပြင်မှာနေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
၅။ ထိနမိဒ္ဓ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၄-ဥဒ္ဒိစ္စကုက္ကုစ္စ

၁။ ပူပန်ဘွယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ပျံ့-ပူပန်။
၂။ ငြိမ်းအေးတရား၊ ရှုပွားများ၊ ပယ်ရှား ပျံ့-ပူပန်။
၃။ များစွာကြားမြင်၊မေးမြန်းလျှင်၊ ကျွမ်းကျင်ဝိနည်းမှာ။
၄။ ကြီးသူမှီနေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
၅။ ပျံ့လွင့်-ပူပန်၊ပယ်ကြောင်းမှန်၊ခြောက်တန်ဌ-မိန့်မှာ။

၅-ဝိစိကိစ္ဆာ

၁။ မယုံဘွယ်များ၊တွေးစဉ်းစား၊ ယုံမှားဖြစ်တတ်သည်။
၂။ ကုသိုလ်စသား၊ ရှုပိုင်းခြား၊ ယုံမှား ကင်းပျောက်သည်။
၃။ များစွာကြားမြင်၊ မေးမြန်းလျှင်၊ ကျွမ်းကျင်ဝိနည်းမှာ။
၄။ ဆုံးဖြတ်များပေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
၅။ ယုံမှားပယ်ရန်၊ကြောင်းခြောက်တန်၊ ထုတ်ပြန် အဋ္ဌကထာ။

(ခန္ဓမ္မာနုပဿနာအတွက် ဆောင်ပုဒ်များကို ဝိပဿနာအခြေခံ တရားတော် စာအုပ်၌ ကြည့်ပါ။)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃၃။ အာယတနဓမ္မာနုပဿနာ ဆောင်ပုဒ်များ
(မဟာစည်ဆရာတော်)

မျက်စိကိုလည်းသိရမည်၊အဆင်းကိုလည်းသိရမည်၊ထိုနှစ်မျိုးကိုမှီ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော သံယောဇဉ်ကိုလည်းသိရမည်၊ သံယောဇဉ် ဖြစ်ပေါ်ကြောင်း တရားကိုလည်း သိရမည်၊ သံယောဇဉ်ပယ်ကြောင်း တရားကိုလည်း သိရမည်၊ သံယောဇဉ်ငြိမ်းကြောင်းတရားကိုလည်း သိရမည်။

၁။ အာရုံငါးဝ၊ တပ်စွဲက၊ ကာမသံယောဇဉ်။
၂။ သုံးပါးဘဝ၊ တပ်စွဲက၊ ဘဝသံယောဇဉ်။
၃။ အမျက်ဒေါသ၊ စိတ်ဆိုးက၊ ပဋိဃသံယောဇဉ်။
၄။ ကိုယ်သာတော်လှ၊ ထင်မှတ်က၊ မာနသံယောဇဉ်။
၅။ ရုပ်နာမ်ကိုဘဲ၊ ငါကောင်စွဲ၊ ယူလွဲဒိဋ္ဌိပင်။
၆။ တရားမှန်တွင်၊ မယုံချင်၍၊ ဆင်ခြင်နှိုင်းညှိ၊ ဝေဘန်ကြည့်၊ ဝိစိကိစ္ဆာပင်။
၇။ နွားခွေးတူစွာ၊ ကျင့်တာကောင်းမြတ်၊ ယူစွဲမှတ်။ သီလဗ္ဗတပင်။
ပူဇော် ပ-သ၊ လေ့ကျင့်မျှဖြင့်၊ ဘဝနေခင်ခါမြဲချမ်းသာ၊ ယူတာလဲဘဲ ၎င်းပင်။
၈။ ကိုယ်ထက်သူများ၊ ကောင်းစားသည်ကို၊ မနာလို၊ ခေါ်ဆို ဣဿာပင်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၉။ ကိုယ်လိုသူများ၊ ကောင်းစားမည်မှ၊ ဝန်တိုက၊ မစ္ဆရိယပင်။

၁၀။ သစ္စာလေးတန်၊ ပြောင်းပြန် ထင်ကာ၊ မသိတာ၊ အဝိဇ္ဇာသံယောဇဉ်။

၁၁။ ဝဋ္ဋဆင်းရဲမှ၊ မလွတ်ရအောင်၊ ချည်နှောင်တတ်စွာ၊ ဤဆယ်ဖြာ၊ အဘိဓမ္မာသံယောဇဉ်။

အရိယာ အသီးသီးတို့မှာ ကင်းငြိမ်းသော သံယောဇဉ်များ

၁။ ဒိ-ဝိ-သီ-ဣ၊ မစ္ဆရိ၊ ကင်း၏သောတာပန်။

၂။ ကာမရာဂ၊ ပဋိဃ၊ ကင်းပ အနာဂါမ်။

၃။ ဘဝ-မာနာ၊ အဝိဇ္ဇာ၊ ကင်းကွာ အရဟံ။

၃၄။ ဗောဇ္ဈင် ဓမ္မာနုပဿနာ ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

(က) သစ္စာ ၄-ပါး သိသူ၏ အကြောင်း အင်္ဂါကို ဗောဇ္ဈင်ဟု ခေါ်သည်။

(ခ) သစ္စာ ၄-ပါး သိမှု၏ အစိတ်အပိုင်း ကိုလည်း ဗောဇ္ဈင်ဟု ခေါ်သည်။

၁။ အပိလာပနလက္ခဏာ သတိ၊ အသမ္မောသ ရသာ၊ အာရက္ခပစ္စုပဋ္ဌာနာ, ဝိသယာဘိမုခဘာဝ ပစ္စုပဋ္ဌာနာဝါ။

(ဆက်ရန်)

www.dhammaransi.com

၁။ မလွတ်စတမ်း စောင့်ဖမ်းနေသည်၊ (လက္ခဏာ)
ဖြစ်ပျက်သရွေ့ မငွေ့စေပြီ၊ (ရသ)
အာရုံရှေးရှု စောင့်မှုထင်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
မြတ်သတိ မှတ်သိဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) သတိသမ္ဗောဇ္ဈင်၊ အမြဲယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
(ခ) မေ့သူရှောင်လွဲ၊ သတိမြဲ၊ မှီဝဲဆည်းကပ်ပါ။
(ဂ) သတိပွားရေး၊ အကြောင်းလေး၊ ညွှန်းသေး အဋ္ဌကထာ။

၁။ ပဝိစိနနလက္ခဏော ဓမ္မဝိစယော၊ ဝိသယောဘာသနရသော၊ အသမ္မောဟပစ္စုပဋ္ဌာနော။

၂။ ရုပ်နာမ်ခွဲခြမ်း၊ စူးစမ်းသိသည်၊
သဘောမှန်များ၊ ထင်ရှားစေသည်၊
ဟေတ္တဝမှုကင်း၊ ရှင်းရှင်းသိသည်၊
ဓမ္မဝိ၊ မှတ်သိ ဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) မေးမြန်း၊ သန့်စင်၊ ညီမျှယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
(ခ) ဉာဏ်မဲ့ရှောင်ကြဉ်၊ ဉာဏ်ရှိယှဉ်၊ ဆင်ခြင်နက်နဲမှာ။
(ဂ) ဉာဏ်ဖြစ်ကြောင်းများ၊ ခုနစ်ပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။

၃။ ဥဿာဟလက္ခဏံ ဝီရိယံ၊ ဥပတ္ထမ္ဘနရသံ၊ အသံသီဒနဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃။ ကြောင့်ကြပြုလုပ်, အားထုတ်တတ်သည်၊
စိတ်အားတက်ရေး, အားပေးတတ်သည်၊
မဆုတ်နစ်ပဲ့,စိတ်ဇွဲသန်သည်၊
ဝီရိယ,မှတ်ကြဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) အပါယ်ဘေးဆင်ခြင်၊အာနိသင်၊ လမ်းစဉ်ရှိသေပါ။
(ခ) ဆွမ်းအကျိုးတို့ပြန်၊ မြတ်မွေခံ၊ ရှုရန် မြတ်ဆရာ။
(ဂ) သာကီမျိုးတော်၊ ကျင့်သုံးဘော်၊ ရှုမျှော်ဆင်ခြင်ပါ။
(ဃ) ပျင်းသူကိုကြဉ်၊ ဇွဲကောင်းယှဉ်၊ ထိုတွင်စိတ်ညွတ်ရာ။
(င) ဝီရိပွားရန်၊ ဆဲ့တတန်၊ ထုတ်ပြန်အဋ္ဌကထာ။

၄။ သမ္ဗောဇ္ဈင်္ဂ ... (see note)

၄။ သမ္မိယာယနလက္ခဏာ ပီတိ၊ ဖရဏရသာ၊ ဩဒဂျ ပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

၄။ နှစ်သိမ့်ရောင့်ရဲ, ဝမ်းလဲမြောက်သည်၊
ရုပ်ကောင်းရုပ်သန့်,ပျံ့နှံ့စေသည်၊
ကိုယ်စိတ်ပေါ့လျက်,ကြွတက်ထင်သည်၊
မြတ်ပီတိ, မှတ်သိ ဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) ရတနာသုံးစုံ၊ သီလဂုဏ်၊ စွန့်ပုံအောက်မေ့ပါ။
(ခ) နတ်ဖြစ်ဘွယ်စု၊ ငြိမ်းအေးမှု၊ တွေးရှုအောက်မေ့ပါ။
(ဂ) မွဲခြောက်သူကြဉ်၊ စိုပြေယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
(ဃ) ကြည်ညိုဘွယ် ညွှန်ကြား၊ သုတ္တန်များ၊ စဉ်းစား ဆင်ခြင်ပါ။
(င) ပီတိပွားရန်၊ ဆဲ့တတန်၊ ထုတ်ပြန် အဋ္ဌကထာ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၅။ ကာယစိတ္တ ဒရထဝူပသမလက္ခဏာ ပဿဒ္ဓိ၊ ကာယစိတ္တ ဒရထ နိမ္မဒ္ဒနရသာ၊ ကာယစိတ္တာနံ အပရိပ္ဖန္ဒ– သီတိဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

၅။ ကြောင့်ကြပူရေး, ငြိမ်းအေးနေသည်။
ကြောင့်ကြပူခြင်း, နှိမ်နင်းပယ်သည်၊
လှုပ်ရှားမှုကင်း, အေးခြင်းထင်သည်၊
ပဿဒ္ဓိ, မှတ်သိဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) ဘောဇဉ်, ဥတု၊ နေထိုင်မှု၊ မှီပြု သင့်မြတ်ရာ။
(ခ) မလွန်မယုတ်၊ လုံ့လထုတ်၊ ကြမ်းကြုတ်သူရှောင်ပါ။
(ဂ) ငြိမ်းအေးသူတွင်၊ မှီဝဲယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
(ဃ) ပဿဒ္ဓိပွား၊ ခုနစ်ပါး၊ ညွန်ကြား အဋ္ဌကထာ။

၆။ အဝိက္ခေပလက္ခဏော သမာဓိ၊ သဟဇာတဓမ္မာနံ သမ္ပိဏ္ဍနရသော၊ ဥပသမပစ္စုပဋ္ဌာနော။

၆။ ပျံ့လွင့်မထွက်, ကပ်လျက် တည်သည်၊
တအာရုံဘည်း, ပေါင်းစည်းစေသည်။
ငြိမ်သက်သည်ဟု, ရှေးရှုထင်သည်၊
သမာဓိ, မှတ်သိဗောဇ္ဈင်မည်။

(က) ဝတ္ထုသန့်စင်၊ ညီမျှယှဉ်၊ ကျွမ်းကျင်နိမိတ်မှာ။
(ခ) ကြွလျှင်နှိမ်လင့်၊ ကျလျှင်ပင့်၊ ရှင်သင့် ရှင်စေရာ။
(ဂ) ညီမျှနေလျှင်၊ ရှုမြဲပင်၊ ထိုတွင်စိတ်ညွတ်ရာ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(ဃ) ပုံ့လွင့်သူကြဉ်၊ တည်သူယှဉ်၊ဆင်ခြင်စျာန်မောက္ခာ။
(င) သမာဓိပွား၊ ဆဲ့တပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။
၇။ သမာဓိတလက္ခဏာ ဥပေက္ခာ၊ ပက္ခပါတုပစ္ဆေဒ ရသာ၊မဇ္ဈတ္တဘာဝ ပစ္စုပဋ္ဌာနာ၊သမပဝတ္တာဝနံ အဇ္ဈုပေက္ခဏာသာရထိ ဝိယ ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။
၇။ ဥပေက္ခာက, ညီမျှစေသည်၊ (လက္ခဏာ)
တဖက်လိုက်ခြင်း, ပယ်ခွင်းတတ်သည်၊ (ရသ)
လယ်ဗဟိုမျှ, ချိန်ကျနေသည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)
နွားစုံကောင်း, နှင်မောင်းတူပေသည်၊ (ဥပမာ)
(က) ပုဂ္ဂိုလ်, ဝတ္ထု၊ လစ်လျူရှု၊ ညွတ်မှု ထိုတွင်သာ။
(ခ) ယုယသူအား၊ပယ်ရှောင်ရှား၊ စိတ်ထားမျှသူမှီဝဲပါ။
(ဂ) ဥပေက္ခာပွား၊ ကြောင်းငါးပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။

၃၅။ မဂ်ဝီထိစိတ် ဖြစ်စဉ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ ဝိပဿနာရှုဆဲ ယောဂီအား အရိယမဂ်ဉာဏ် ဖြစ်လို လတ်သော် ထိုအခိုက်၌ ထင်ရှားသော အာရုံတခုခုကို နှလုံးသွင်းလျက် မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းစိတ် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂။ ထိုနောင် ထိုအာရုံကိုပင် မမြဲဟူ၍သော်၎င်း, ဆင်းရဲဟူ၍သော်၎င်း, ဘဘောတရားမျှ ဟူ၍သော်၎င်း, သိလျက် ပရိကံ, ဥပစာ, အနုလုံ-ဟု ခေါ်သော ဇောစိတ်သုံးကြိမ် အစဉ်အတိုင်းဖြစ်ပေါ်ကြသည်။

၃။ ထိုနောင် ဖြစ်ပျက်မှု သင်္ခါရ အားလုံးချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့ ကျရောက်သွားသော ဂေါတြဘူဇောစိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်။

၄။ ထိုနောင် ထိုချုပ်ငြိမ်းရာ-နိဗ္ဗာန်၌ပင် သက်ဝင်တည်နေလျက် မဂ်ဇောတကြိမ်, ဖိုလ်ဇော နှစ်ကြိမ်,အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။

၅။ ထိုနောင် ပဋိသန္ဓေက ရခဲ့သည့်အာရုံ၌ ဖြစ်နေကျဖြစ်သော ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားကြသည်။

၆။ ထိုနောင် တွေ့သိပြီးခါစ ဖြစ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တို့ကို ပြန်လှည့်၍ ဆင်ခြင်လျက် မနောဒွါရာဝဇ္ဇန်းတကြိမ်, ပစ္စဝေက္ခဏာဇော ၇-ကြိမ် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြပြီးလျှင် ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားသည်။ ဤသည်ကား အရိယမဂ် ဝီထိစိတ်အစဉ်ဖြစ်ပုံပေတည်း။

မဂ်ဝင်ပုံဥပမာ

၁။ မြောင်း ခုန်လိုငြား, ယောကျာ်းဇာနည်။
ရှစ်လှမ်း ပြေးသွား, ဟုန်အားယူပြီ။
(ဆဋ္ဌမှ)

www.dhammaransi.com

နွယ်ကြိုးကိုင်ဆွဲ၊ ခုန်လွဲလေသည်၊
ဟိုဘက်ကျ၊ လွှတ်ချကြွကြွတည်။
မဂ်ဝင်ပုံ ဥပမေယျ
၂။ ဘဝဟိုကမ်း၊ မျှော်တမ်း ယောဂီ၊
ဖြစ်ပျက်ဉာဏ်မှ၊ ပြေးစပြုသည်၊
ရုပ်နာမ်ကိုင်ဆွဲ၊ သူလဲခုန်သည်၊
နိဗ္ဗာန်တွေ့၊ လွှတ်၍ ပြေးဝင်တည်။

၃၆။ သောတာပတ္တိမဂ်၏အကျိုးပြ ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ မပယ်ဘူးမြဲ၊ ကိလေခဲ၊ ဖေါက်ခွဲပယ်ခွင်းသည်။
၂။ အစမထင်၊ ဝဋ္ဋရေယဉ်၊ ကင်းစင်ခြောက်ခစေသည်။
၃။ အပါယ်လေးပါး၊ လမ်းပေါက်များ၊ တံခါးပိတ်စေသည်။
၄။ အရိယဥစ္စာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာ ရစေသည်။
၅။ အင်္ဂါရှစ်ပါး၊ မဂ်လမ်းမှား၊ ပယ်ရှားသုတ်သင်သည်။
၆။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ ရှောင်ခွာတိမ်း၊ ကင်းငြိမ်းစေပါသည်။
၇။ ဘုရားရင်နှစ်၊ သားတော်ဖြစ်၊ စင်စစ်ရောက်စေသည်။
၈။ ရာပေါင်းများလှ၊ ကျိုးဖလ၊ မဂ်ကပေးပါသည်။

(၁၃၁၉-ခု၊ကဆုန်လဆန်း ၈-ရက်စ၍ဟောသည်။)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃၇။ မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ ပါဠိတော် ရဋ္ဌပါလသုတ်လာ ဓမ္မုဒ္ဒေသ ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်

၁။ ဥပနိယျတိ လောကော အဒ္ဓုဝေါ။
အို့၊ နာ၊ သေသို့၊ မောင်းနှင်ပို့၊ လူတို့မမြဲပါတကား။
၂။ အတာဏော လောကော အနဘိဿရော။
စောင့်ရှောက်သူမဲ့၊ ကိုးရာမဲ့၊ အားနွဲ့လှချေပါတကား။
၃။ အဿကော လောကော၊ သဗ္ဗံ ပဟာယ ဂမနီယံ။
ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ၊ မရှိပါ၊ စွန့်ကာသွားရမည်တကား။
၄။ ဦနော လောကော အတိတ္တော တဏှာဒါသော။
လိုမပြည့်ဝ၊ အားမရ၊ တဏှာ့ ကျွန်ချည်းပါတကား။
ဓမ္မုဒ္ဒေသ၊ ဤလေးဝ၊ ဗုဒ္ဓဟောကြား သတိထား။

၃၈။ ခန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်ဥပါဒါပရိတဿန သုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ စွဲလမ်းလျှင် ဆာလောင်ပူပန်ရသည်၊ မစွဲလမ်းလျှင် ဆာလောင်ပူပန်မှု ကင်းလေတော့သည်။

၂။ တစုံတခုသော ရုပ်နာမ်ကို ဆင်းရဲမထင်လျှင် ချမ်းသာ သုခ ထင်တော့သည်။ ချမ်းသာ သုခ ထင်လျှင် ငါ့ဥစ္စာအနေဖြင့် ထင်မြင်စွဲလမ်းလေတော့သည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၃။ တစုံတခုသော ရုပ်နာမ်ကို မမြဲဟု မထင်လျှင် မြဲသည်ဟု ထင်တော့သည်။ မြဲသည်ဟု ထင်လျှင် ငါဟုထင်လျက် မာန်တက်လေတော့သည်။

၄။ တစုံတခုသော ရုပ်နာမ်ကို သဘောတရားမျှဟု မထင်လျှင် အတ္တကောင်ဟု ထင်တော့သည်။ အတ္တကောင်ဟု ထင်လျှင် ငါ၏အတ္တဟု ထင်မြင်စွဲလမ်းလေတော့သည်။

၃၉။ လက္ခဏာ ရသ ပစ္စုပဋ္ဌာန် ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

တေသံ တေသံ ဓမ္မာနံ သဘာဝေါ ဝါ သာမညံ ဝါ လက္ခဏံနာမ၊ ကိစ္စံဝါ သမ္ပတ္တိ ဝါ ရသောနာမ၊ ဥပဋ္ဌာနာကာရော ဝါ ဖလံ ဝါ ပစ္စုပဋ္ဌာနံနာမ၊ အာသန္နကာရဏံ ပဒဋ္ဌာနံနာမ။ (အဋ္ဌသာလိနီ-၁၀၅)

(၆၃၃) သာမညံ ဝါ သဘာဝေါ ဝါ၊ ဓမ္မာနံ လက္ခဏံမတံ။
ကိစ္စံ ဝါ တဿ သမ္ပတ္တိ၊ ရသောတိ ပရိဒီပိတော။

(၆၃၄) ဖလံ ဝါ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ၊ ဥပဋ္ဌာန နယောပိ ဝါ။
အာသန္နကာရဏံ ယံ တု၊ တံပဒဋ္ဌာနသညိတံ။

(အဘိဓမ္မာဝတာရ)

(၆၇) သဘာဝေါ လက္ခဏံ နာမ၊ ကိစ္စသမ္ပတ္တိ နာ ရသော။
ဂယှာကာရော ဥပဋ္ဌာနံ၊ ပဒဋ္ဌာနံ တုပစ္စယော။

(နာမရူပပရိစ္ဆေဒ)

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(က) သဘာဝလက္ခဏာ ဟူသည်မှာ ရုပ်နာမ် တရားတို့၏ အထည် ကိုယ်ဟု ခေါ်ထိုက်သော ပင်ကိုယ်ရှင်း သဘောပေတည်း။

(ခ) (ကိစ္စ) ရသ ဟူသည်မှာ ၎င်းရုပ်နာမ်တို့၏ အစွမ်း သတ္တိ ကိစ္စပေတည်း။

(ဂ) ပစ္စုပဋ္ဌာန် ဟူသည်မှာ ရှုမှတ်သောသူ၏ အသိဉာဏ် ထဲ၌ ၎င်းရုပ်နာမ်တို့၏ ထင်ပေါ်လာသော အမူ အရာ ပေတည်း။

၁။ ကက္ခဠတ္တလက္ခဏာ ပထဝီဓာတု၊ ပတိဋ္ဌာနရသာ၊ သမ္ပဋိစ္ဆနပစ္စုပဋ္ဌာနာ။ (အဋ္ဌကထာ)

ကြမ်းတမ်းမာခက်, ချောညက် တမည်၊ (လက္ခဏာ)
တည်ရာ–ကိစ္စ,သူက ပြုသည်၊ (ရသ)
ခံလင့်ဆောင်ရေး,ပေါ့ လေး ထင်သည်၊+ (ပစ္စု)
ပထဝီဓာတ်, သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

+(မမ္ဘသင်္ဂဟ်ပါဠိနှင့် ၎င်း၏ အဋ္ဌကထာတို့၌ ပထဝီ ကို ဂရုကံ လဟုကံ–ဟု ဝေဘန်ဖွင့်ပြသည်နှင့်အညီ ပေါ့ခြင်း, လေးခြင်းကို ၎င်း၏ ပစ္စုပ္ပဋ္ဌာန်၌ ထည့်သွင်း၍ ပြသည်)။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၂။ ပဂ္ဃရဏလက္ခဏာ အာပေါဓာတု ဒြဗ္ဗလက္ခဏာ ဝါ၊
ဗြူဟနရသာ၊ သင်္ဂဟပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အရည် တနည်း, ယိုစီး တမည်၊
စိုထိုင်း ဖွံ့ထွား, တိုးပွားစေသည်၊
စေးကပ် ပူးတွဲ, လုံးခဲ ထင်သည်၊
အာပေါဓာတ်, သိမှတ်မြတ်ယောဂီ။

၃။ ဥဏှတ္တလက္ခဏာ တေဇောဓာတု၊ ပရိပါစနရသာ၊
မဒ္ဒဝါနုပ္ပဒါနပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အပူ အနွေး, အအေး တမည်၊
ပူငွေ့ပေးလျက်, ရင့်ကျက်စေသည်၊
နူးညံ့ပျော့ပျောင်း, ဆင့်လောင်းပေးသည်၊
တေဇောဓာတ်, သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၄။ ဝိတ္ထမ္ဘနလက္ခဏာ ဝါယောဓာတု၊ သမုဒီရဏရသာ၊
အဘိနီဟာရပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

ထောက်ကန် တောင့်တင်း, လျော့ခြင်းတမည်၊
*ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှား, ရွေ့သွားတတ်သည်၊
+ သူလိုရာဘက်, တွန်းလျက်ဆောင်သည်၊
ဝါယောဓာတ်, သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

မှတ်ချက်။ ။*နာမရူပပရိစ္ဆေဒကျမ်း၌သမုဒီရဏရသာအရာတွင် သမီရဏရသာ-ဟု ဆို၏။ အဘိဓမ္မာဝတာရဋီကာသစ်၌ သမုဒီရဏရသာတိ ကမ္ပနရသာ-ဟု ဖွင့်၏။ ထိုကြောင့် သမုဒီ

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

ရဇ္ဇ, သမ္မိရဇ္ဇ, ကမ္ပန-ဟူသော သုံးပုဒ်တို့၌ သဒ္ဒါနက်အားဖြင့် လှုပ်ရှား့ခြင်း, လှုပ်ရှားစေခြင်းဟူသော အနက်တို့ကိုရ၏။ ထိုတွင် လှုပ်ရှားစေခြင်းအနက်ကိုယူ၍ မဟာဋီကာ၌ ပေလ္လန-တွန်းခြင်းဟု အဓိပ္ပါယ်ထုတ်ဖွင့်ပြ၏။ ဘွန်းခြင်းဟူသည်မှာ မိမိနှင့် တပေါင်းတည်းဖြစ်သောရုပ်, တိုက်ခတ်မိသော ရုပ်တို့ကို အရပ်တပါး၌ ဖြစ်စေရန် တွန်းကန်သော သတ္တိပေတည်း၊ ရင်းမှာ လှုပ်ရှားမှုတိုင်း၌ ပါဝင်လျက်ရှိ၏။ သို့သော်လည်း လက်ခြေစသည် လှုပ်ရှားရာ၌ တွန်းသည်ဟု ပြောဆိုလေ့မရှိကြ၊ လှုပ်ရှားသည်ဟူ၍သာ ပြောဆိုလေ့ရှိကြ၏။ ထိုပြင် အခြားရုပ်တို့ကိုတွန်းကန်သော ဝါယောဓာတ်မှာ လှုပ်ရှားခြင်းသဘောလည်းရှိ၏၊ ဝါယောဓာတ်သည် မိမိကလှုပ်ရှားတတ်သောကြောင့်ပင်သူတပါးအားလှုပ်ရှားစေတတ် တွန်းကန်တတ်ပေသည်၊ ဥပမာ....လှုပ်ရှားတတ်သော နွားသည် လှည်းကို လှုပ်ရှားစေတတ် တွန်းတတ်သကဲ့သို့ပေတည်း။ ထိုကြောင့်တွန်းမှုသည် လှုပ်ရှားမှု၌ အတွင်းဝင်လျက်ရှိ၏၊ လှုပ်ရှားမှုကိုသိလျှင် တွန်းမှုကိုလည်း သိတော့သည်သာတည်း။ သို့ဖြစ်၍ အထက်ပါ ဆောင်ပုဒ်၌ အများ ပြောဆိုလေ့ရှိ၍ နားလည်လွယ်သော လှုပ်ရှားမှုကိုသာ ပဓာနပြု၍ ဖော်ပြထားသည်။ အကယ်၍ မဟာဋီကာအဖွင့်နှင့် တိုက်ရိုက်ညီအောင်ဆိုလိုလျှင် "ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှားရွှေ့သွားစေသည်" ဟု ပြင်၍ ဆိုရာ၏။

(ဆဋ္ဌမ)

+အထက်ပါဆောင်ပုဒ်တွင် "သူလိုရာဘက် တွန်းလျက်ဆောင်သည်"ဟူသော အပိုဒ်၌ သူ-ဟူသော နာမ်စားဖြင့် ဝါယောဓာတ်ကိုဆိုသည်၊ လိုရာဘက် ဟူသော စကားသည် တင်စား၍ ဆိုသော စကားဖြစ်သည်၊ အဘိနိဟာရ- ရှေးရှုဆောင်သည်-ဟူရာ၌ ရှေးရှု-ဟူသော စကားသည် သုတနည်းသူတို့ နားမလည်နိုင်သော အသိခက်သော စကား ဖြစ်သည်၊ ၎င်းဖြင့် ဦးတမ်းခြင်း-ဦးတည်ခြင်း အနက်ကို ပြ၏၊ ထို ဦးတမ်းခြင်း-ဦးတည်ခြင်းအနက်ကိုလည်းသုတနည်းသူတို့ နားလည်ရန် မလွယ်လှသေး။ ထို့ကြောင့် ယင်းရှေးရှု-ဦးတမ်း-ဦးတည်-ပုဒ်တို့၏ အစား "သူလိုရာဘက်" ဟူ၍ ဆိုထားသည်။ ဝါယောဓာတ်ဆောင်သွားလိုရာဘက်-ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်-ဟူ၍ဆိုလို၏။ထိုသို့ဆိုရာ၌ ဝါယောဓာတ်မှာ အလိုဟူ၍ မရှိငြားသော်လည်း မြန်မာတို့၏ ပြောရိုးဆိုစဉ်အားဖြင့် "မိုးသည် သူရွာလိုရာ ရွာ၏၊လေသည် သူတိုက်လိုရာ တိုက်၏" ဟူသောဥပမာ စကားတို့ကဲ့သို့ ဤ၌လည်း "သူလိုရာဘက်" ဟု တင်စား၍ ဆိုထားသည်။

ဤတင်စားချက်မှာမူ ကလေးသူငယ်များ ဂေါ်လီလုံးလှိမ့်၍ ကစားရာ၌ပင် "ဒီဂေါ်လီလုံးက ဒီဘက်ကို မသွားချင်ဘူး၊ ဟိုဘက်ကို သွားချင်နေတယ်" စသည်ဖြင့် ပြောဆိုလေ့ရှိသောကြောင့် "ဝါယောဓာတ်သည် သူလိုရာဘက်ကိုတွန်းဆောင်သွားသည်"ဟုဆိုလျှင် ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်

www.dhammaransi.com

သို့ တွန်းဆောင်သွားသည်''ဟု ဆိုလိုကြောင်း လွယ်ကူစွာပင် သိနားလည်နိုင်၏။

ပါဠိ, အဋ္ဌကထာ, ဋီကာ တို့၌လည်း ''စက္ခုံ အာဝိဉ္ဆတိ မနာပိယေသု ရူပေသု (သံ ၂-၄၀၂)၊ စက္ခုပေတံ ဝိသမဇ္ဈာသယံ။ ပ။ ရူပစိတ္တ ပုပ္ဖလတာဒိဝိစိတ္တေသု ယေဝ ပန အဘိရမတိ(သံဋ္ဌ ၂-၁၁၁)၊ စက္ခုံ ခေါ မာဂဏ္ဍိယ ရူပါရာမံ ရူပရတံ (မ ၂-၁၇၁)၊ ရူပေသုအာဝိဉ္ဆနရသံ(ဝိသုဒ္ဓိ၂-၇၄)၊ စက္ခတိတိ ဝိညာဏာဓိဋ္ဌိတံ သမဝိသမံ အာစိက္ခန္တံ ဝိယ အဘိဗျတ္တံ ဝဒန္တံ ဝိယ ဟောတီတိ အတ္ထော။(မဟာဋီ ၂-၈၇) ဤသို့စသည်ဖြင့် တင်စား၍ ပြဆိုထားသော အရာတို့သည် ရာပေါင်းများစွာပင် ရှိကုန်၏။

ထိုပြင် အဘိနီဟာရ-ရှေးရှုဆောင်ခြင်းဟူသည်မှာ ဤအရာ၌ ရွှေ့သွားရုံမျှကို ဆိုလိုသည် မဟုတ်ပေ၊ ဘူတသင်္ခါဋ္ဌယ ဒေသန္တရုပ္ပတ္တိဟေတုဘာဝေါ-ဟူသော မဟာဋီကာနှင့်အညီဘူတရုပ်အပေါင်း၏အရပ်တပါး၌ဖြစ်ကြောင်း ဖြစ်သော ဝါယော၏ တွန်းဆောင်မှုကိုသာ ဆိုလိုပေသည်။ ထိုကြောင့်''တွန်းလျက်''ဟူသောပုဒ်ပါထည့်၍''တွန်းလျက် ဆောင်သည်''ဟု ဆိုထားသည်။

အထူးမှတ်ရန်မှာ-ဝါယောဓာတ်သည်ကမ္မဇစိတ္တဇဥတုဇ အာဟာရဇအားဖြင့်၄-မျိုးရှိရာတွင် စိတ္တဇဝါယောဓာတ်၏ လိုရာဘက်-ရှေးရှုဦးတည်ရာဘက်သည်ရင်းကိုဖြစ်စေသော

www.dhammaransi.com

ဇနကစိတ်၏ အလိုရှိရာဘက်ပင် ဖြစ်သည်၊ ထိုကြောင့် ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်းစသော စိတ္တဇရုပ်၏ပစ္စုပ္ပဋ္ဌာန်ကို ပြောသောအခါ စိတ်၏အလိုရှိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားပုံဖြင့် ရှင်းလင်းပြောလျှင် သိလွယ်၏၊ ဝိပဿနာအရာ၌ထိုဝါယော ၄-မျိုးတို့တွင် ကွေးခြင်းဆန့်ခြင်း လှုပ်ရှားခြင်းစသည်ဖြင့် ကိုယ်အမူအရာ စိတ္တဇဝါယောရုပ်ကို အများဆုံးရှုရ၏။ ထိုကြောင့်ထိုစိတ္တဇဝါယော၏ပစ္စုပ္ပဋ္ဌာန်ကိုရှင်းပြလိုက်လျှင်ဖောင်းမှုပိန်မှုစသော အခြားဝါယောရုပ်တို့၏(အပြင်ဘက် အတွင်းဘက်စသော လိုရာဘက် ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားခြင်းဟူသော) ပစ္စုပ္ပဋ္ဌာန်ကိုလည်း ထင်ရှား သိနိုင်တော့သည်သာ။

၇။ နမနလက္ခဏံ နာမံ၊ သမ္ပယောဂရသံ၊ အဝိနိဗ္ဘောဂပစ္စုပ္ပဋ္ဌာနံ။

အာရုံထံပါး, ညွတ်သွားရောက်သည်၊
နာမ်အချင်းချင်းလဲ, ပူးတွဲယှဉ်သည်၊
သူတို့ချင်းလဲ, မခွဲသာပြီ၊
နာမ်တရား, ပိုင်းခြားမြတ်ယောဂီ။

၈။ ရုပ္ပနလက္ခဏံရူပံ၊ဝိကိရဏရသံ၊အဗျာကတပစ္စုပ္ပဋ္ဌာနံ။

ဖောက်ပြန်တနဲ့, ပြောင်းလဲတတ်သည်။
ကြေမှုပို့ကွဲ, ပြန့်ကြဲတတ်သည်၊
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

အာရုံမပြု, သိမှုကင်းသည်၊
ရုပ်တရား, ပိုင်းခြားမြင်ယောဂီ။

၇။ အနုဘဝနလက္ခဏာ ဝေဒနာ၊ ဝိသယရသ သမ္ဘောဂ-
ရသာ၊ သုခဒုက္ခပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အာရုံ ၆-ပါး, ခံစားတတ်သည်၊
သူ့ရသာလဲ, သုံးစွဲတတ်သည်၊
ချမ်းသာ ဆင်းရဲ, ဉာဏ်ထဲထင်သည်၊
ခံစားမှု, မှတ်ရှုမြင်ယောဂီ။

၈။ သဉ္ဇာနနလက္ခဏာ သညာ၊ တဒေဝေတန္တိ ပုနသဉ္ဇာနန-
ပစ္စယနိမိတ္တကရဏရသာ၊ ယထာဂဟိတနိမိတ္တဝသေန-
အဘိနိဝေသကရဏပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

မမေ့စကြောင်း, ကောင်းကောင်းမှတ်သည်၊
မှတ်မိဘွယ်ဟိတ်, နိမိတ်ယူသည်၊
ယူထားတိုင်းဘဲ, မှတ်စွဲနေသည်၊
သညာဓာတ်, သိမှတ်မြင်ယောဂီ။

၉။ အဘိသင်္ခရဏလက္ခဏာ သင်္ခါရာ၊ အာယူဟနရသာ-
ဝိပ္ဖါရပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

ကိုယ်နှုတ်စိတ်မှု, သူပြုတတ်သည်၊
လှုံ့ဆော်အုပ်ချုပ်, အားထုတ်တတ်သည်၊
လုပ်လုပ်ရှရှ, ကြောင့်ကြစိုက်သည်၊
သင်္ခါရ, မှတ်ကြမြင်ယောဂီ။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၀။ စေတယိတ လက္ခဏာ စေတနာ၊ အာယူဟနရသာ၊
သံဝိဒဟနပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အာရုံ၌ကပ်, စေ့စပ်နှိုးသည်၊
လှုံ့ဆော်အုပ်ချုပ်, အားထုတ်တက်သည်၊
စီမံခန့်ခွဲ, သူလဲလုပ်သည်၊
စေ့ဆော်မှု, မှတ်ရှု မြတ်ဒယောဂီ။

၁၁။ ဝိဇာနနလက္ခဏံဝိညာဏံ၊ပုဗ္ဗင်္ဂမရသံ၊ပဋိသန္ဓိပစ္စုပဋ္ဌာနံ၊
အာရုံသိသော, သဘောရှိသည်၊
ခေါင်းဆောင်အလား, ရှေ့သွားတတ်သည်၊
ရှေ့စိတ်နှင့်စပ်, အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်၊
ဝိညာဏ်ခေါ်တတ်, သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၁၂။ ရူပါဘိဃာတာရဟဘူတပသာဒလက္ခဏံစက္ခု၊ရူပေသု
အာဝိဉ္ဆနရသံ၊ စက္ခုဝိညာဏဿ အာဓာရဘာဝ
ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အဆင်းထင်ကြောင်း, ကောင်းကောင်း
ကြည်သည်။
အဆင်းဆီသို့, ဆောင်ပို့ပေးသည်၊
သူ့ကို မှီပြု, မြင်မှု ဖြစ်သည်၊
မျက်စိနှိုက်, သိထိုက်ဤသုံးမည်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၃။ စက္ခုပဋိဟနနလက္ခဏံရူပံ၊ စက္ခုဝိညာဏဿ ဝိသယ ဘာဝရသံ၊ တဿေဝ ဂေါစရဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

မျက်စိထဲ၌, တိုက်ခိုက်ပေါ်သည်၊
မြင်သိခံရ, ကိစ္စရှိသည်၊
မြင်မှု ရောက်သွား,ကျက်စားရာမည်၊
အဆင်းနှိုက်, သိထိုက် ဤသုံးမည်။

၁၄။ စက္ခုသန္နိဿိတ ရူပဝိဇာနနလက္ခဏံ စက္ခုဝိညာဏံ၊ ရူပမတ္တာရမ္မဏရသံ၊ ရူပါဘိမုခဘာဝပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

မျက်စိမှီယင်း, အဆင်းမြင်သည်၊
အဆင်းကိုမျှ သူကသိသည်။
အဆင်းဆီ ရှေးရှု, သူပြုနေသည်၊
မြင်သိနှိုက်, သိထိုက် ဤသုံးမည်။

၁၅။ ဖုသနလက္ခဏော ဖဿော၊ သင်္ဃဋ္ဋနရသော၊ သန္နိ ပါတပစ္စုပဋ္ဌာနော။

စိတ်နှင့် အဆင်း, ထင်လင်းတွေ့သည်။
စိတ်ကို အဆင်း၌, ထိခိုက်စေသည်။
မျက်စိအဆင်း, မြင်ခြင်းစုံညီ၊
မြင်တွေ့၌,သိထိုက် ဤသုံးမည်။
(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၆။ ဣဋ္ဌဖောဋ္ဌဗ္ဗာနုဘဝနလက္ခဏံ သုခံ၊ သမ္ပယုတ္တာနံ ဥပဗြူဟနရသံ၊ ကာယိကအဿာဒပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အတွေ့ကောင်းများ, ခံစားတတ်သည်၊
စိတ်အဖေါ်များ, ရှင်ပွားစေသည်၊
ကိုယ်ထဲ ကောင်းလျက်, နှစ်သက်ဖွယ်မည်၊
ကာယိက, သုခ ထင်ရှားသည်။

၁၇။ အနိဋ္ဌဖောဋ္ဌဗ္ဗာနုဘဝနလက္ခဏံ ဒုက္ခံ၊ သမ္ပယုတ္တာနံ မိလာပနရသံ၊ ကာယိကာဗာဓ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အတွေ့ဆိုးများ, ခံစားတတ်သည်။
စိတ်အားကုန်ခန်း, ညှိုးနွမ်းစေသည်၊
ကိုယ်ထဲနှိပ်စက်, ခံခက် ထင်သည်၊
ကာယိက, ဒုက္ခ ထင်ရှားသည်။

၁၈။ ဣဋ္ဌာရမ္မဏာ နုဘဝနလက္ခဏံ သောမနဿံ၊ ဣဋ္ဌာကာရသမ္ဘောဂရသံ (သမ္ပယုတ္တာနံ ဥပဗြူဟနရသံ မဟာဋီကာ)၊ စေတသိက အဿာဒပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အာရုံကောင်းများ, ခံစားတတ်သည်၊
အကောင်းကိုဘဲ,သုံးစွဲတတ်သည်။(အဋ္ဌကထာ)
စိတ်အဖေါ်များ, ရှင်ပွားစေသည်၊(ဋီကာ)
စိတ်ထဲကောင်းလျက်, နှစ်သက်ဖွယ်မည်၊
စိတ်ထဲမှ, သုခ ထင်ရှားသည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၁၉။ အနိဋ္ဌာရမ္မဏာ နုဘဝနလက္ခဏာ ဒေါမနဿ၊ အနိဋ္ဌာ ကာရသမ္ဘောဂရသ၊ (သမ္ပယုတ္တာနံ မိလာပနရသံ မဟာဋီကာ)၊ စေတသိကာ ဗာဓပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အာရုံဆိုးများ, ခံစားတတ်သည်၊
အဆိုးကိုဘဲ, သုံးစွဲတတ်သည်၊ (အဋ္ဌကထာ)
စိတ်အားကုန်ခန်း, ညှိုးနွမ်းစေသည်၊ (ဋီကာ)
စိတ်ထဲနှိပ်စက်, ခံခက်ထင်သည်၊
စိတ်ထဲမှ, ဒုက္ခ ထင်ရှားသည်။

၂၀။ မဇ္ဈတ္တဝေဒယိတလက္ခဏာ ဥပေက္ခာ၊ သမ္ပယုတ္တာနံ နာတိဥပဗြူဟန မိလာပနရသာ၊ သန္တဘာဝ ပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အလယ်လတ်များ, ခံစားတတ်သည်၊
စိတ်ညှိုးရွှင်ပြ, ကင်းပ စေသည်၊
ကောင်းဆိုးမဖက်, ငြိမ်သက်ပေသည်။
ဥပေက်ခာတ်, သိမှတ်မြဲယောဂီ။

၂၁။ သန္တိလက္ခဏံ နိရောဓသစ္စံ၊ အစ္စုတိရသံ၊ အနိမိတ္တ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်, ပြတ်လျက် ငြိမ်းသည်၊
ရွေ့လျောသေခြင်း, ကင်းရှင်းပေသည်။
သင်္ခါရနိမိတ်, ကင်းဆိတ် ထင်သည်၊
နိရောဓ, ရောက်က သိမြင်သည်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၄၀။ ပဋ္ဌာန်း တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ

(မဟာစည်ဆရာတော်)

၁။ ဟေတုပစ္စယော၊ အမြစ်မှ ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁) လောဘ,ဒေါသ, မောဟ၊ အလောဘ,အဒေါသ, အမောဟ၊ ဤဟိတ် ၆-ပါးက ဟေတုပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

ပစ္စည်း ဆိုတာက အကြောင်းတရား၊

ပစ္စယုပ္ပန် ဆိုတာက အကျိုးတရား၊

၂။ အာရမ္မဏပစ္စယော၊ အာရုံဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၂) အာရုံ ၆-ပါးက အာရမ္မဏပစ္စည်း၊ အာရုံပြုတဲ့ စိတ်နာမ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၃။ အဓိပတိပစ္စယော၊အကြီးအကဲဖြစ်၍ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၃) လွန်ကဲသော ဆန္ဒ,ဝီရိယ,စိတ်,ပညာ၊ ဤ ၄-ပါး တွင် တစ်ပါးပါးက အဓိပတိပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇ ရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၄) အလေးပြုခံရတဲ့ အာရုံကအာရမ္မဏာဓိပတိပစ္စည်း၊ အလေးပြုတဲ့ စိတ်နာမ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၄။ အနန္တရပစ္စယော၊ အခြားမဲ့ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

၅။ သမနန္တရပစ္စယော၊ ကောင်းစွာ အခြားမဲ့ဖြစ်၍ ကျေးဇူး ပြုသောတရား။

(၅) ရှေးရှေး စိတ်နာမ်များက အနန္တရ, သမနန္တရ, နတ္ထိဝိဂတပစ္စည်း၊နောက်နောက် စိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

၆။ သဟဇာတပစ္စယော။ ပြိုင်တူဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။
၇။ အညမညပစ္စယော၊ အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုသော တရား။
၈။ နိဿယပစ္စယော၊ မှီရာဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၆) နာမ်တရားများ အချင်းချင်း၊ မဟာဘုတ် ၄-ပါး အချင်းချင်း၊ ပဋိသန္ဓေစိတ်နှင့် ဝတ္ထုရုပ် အချင်းချင်း၊ သဟဇာတ, အညမည, နိဿယပစ္စည်း, ပစ္စယုပ္ပန်။

(၇) စိတ်နာမ်များက သဟဇာတ, နိဿယပစ္စည်း၊ စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၈) မဟာဘုတ်၄-ပါးက သဟဇာတ, နိဿယပစ္စည်း၊ ဥပါဒါရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၉) မျက်စိ, နား, နှာ, လျှာ, ကိုယ်နှင့် ဝတ္ထုရုပ်တို့က နိဿယပစ္စည်း၊ မြင်တာ, ကြားတာ, နံတာ, စားတာ, ထိတာ, သိတာက ပစ္စယုပ္ပန်။

၉။ ဥပနိဿယပစ္စယော၊ အားကြီးသော အကြောင်းဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁၀) စွဲမှီရာ ရှေးကာလ စိတ်နာမ်များက ပကတူပနိဿယပစ္စည်း၊စွဲမှီ၍ဖြစ်သောနောက်ကာလစိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၁) ဥတု, ဘောဇဉ်, ပုဂ္ဂိုလ်, နေရာ စသည်က ပကတူပနိဿယပစ္စည်း၊ ၎င်းတို့ကို စွဲမှီ၍ဖြစ်သော စိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

(ဆဋ္ဌမ)

www.dhammaransi.com

(အာရမ္မဏူပနိဿယ, အနန္တရူပနိဿယတို့မှာ နံပါတ် (၄-၅)အပိုဒ်တို့နှင့်တူပြီ။)

၁၀။ ပုရေဇာတ ပစ္စယော၊ရှေးဦးစွာဖြစ်၍နှင့်၍ကျေးဇူးပြုသော တရား။

(၁၂) မျက်စိစသောမှီရာရုပ်၆-ပါးက ဝတ္ထုပုရေဇာတ ပစ္စည်း၊ မြင်မှုစသောရုပ်နာမ် ၆-ပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၃) အဆင်းစသော အာရုံ ၅-ပါးက အာရမ္မဏ ပုရေဇာတပစ္စည်း၊မြင်မှုစသောစိတ်နာမ်၅-ပါးကပစ္စယုပ္ပန်။

၁၁။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော၊နောက်မှဖြစ်၍ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၄) နောက်မှ ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်နာမ်များက ပစ္ဆာဇာတပစ္စည်း၊ ရှေးကဖြစ်နှင့်သော ထကိုယ်လုံးရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၂။ အာသေဝနပစ္စယော၊ အထုံပါစေ၍ ကျေးဇူးပြုသော တရား

(၁၅) ရှေးရှေးဇောက အာသေဝန ပစ္စည်း၊ ဇိုလ်မှ တပါး နောက်နောက်ဇောက ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၃။ ကမ္မပစ္စယော၊ ပြုမှုဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၆) စေတနာက ကမ္မပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇ ရုပ်, ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၇) ကုသိုလ်, အကုသိုလ် စေတနာက ခဏကွဲ ကမ္မ ပစ္စည်း၊ အကျိုးဝိပါက်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(ဆင့်မ)

www.dhammaransi.com

၁၄။ ဝိပါကပစ္စယော၊ အကျိုးဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၈) ဝိပါက်စိတ်နာမ်က ဝိပါကပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၅။ အာဟာရပစ္စယော၊ အားသစ်ပေး၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၉) ဩဇာရုပ်က အာဟာရပစ္စည်း၊ တကိုယ်လုံးရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၀) ဖဿ, စေတနာ, ဝိညာဉ်က အာဟာရပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စယော၊ အုပ်စိုး၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၁) မျက်စိ, နား, နှာ, လျှာ, ကိုယ်၊ ဤရုပ်ငါးပါးက ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ မြင်မှုစသော စိတ်နာမ်ငါးပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၂) ဇီဝိတ ခေါ် အသက်ရုပ်က ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ တွဲဘက် ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၃) ဇီဝိတခေါ်အသက်နာမ်နှင့် စိတ်, ဝေဒနာ, သဒ္ဓါ, ဝီရိယ, သတိ, သမာဓိ, ပညာ, ဤရှစ်ပါးက ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၇။ ဈာနပစ္စယော၊ ရှု၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၄) ဝိတက်, ဝိစာရ, ပီတိ, ဝေဒနာ, ဧကဂ္ဂတာ၊ ဤဈာနင် ငါးပါးက ဈာနပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၈။ မဂ္ဂပစ္စယော၊ ရောက်စေ၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(ဆက်ရန်)

www.dhammaransi.com

(၂၅) မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ, သမ္မာဒိဋ္ဌိ စသော မဂ္ဂင်တရားကိုယ် ၉-ပါးက မဂ္ဂပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေ, ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော၊ ယှဉ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၆) စိတ် စေတသိက် အချင်းချင်း သမ္ပယုတ္တပစ္စည်း ပစ္စယုပ္ပန်။

၂၀။ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယော၊ မယှဉ်ဘဲ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၇) စိတ်နာမ်များက ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စည်း၊ စိတ္တဇရုပ်, ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၈) ပုရေဇာတဝိပ္ပယုတ်မှာ ဝတ္ထု ပုရေဇာတနှင့်တူပြီ၊ ပစ္ဆာဇာတ ဝိပ္ပယုတ်မှာ ပစ္ဆာဇာတနှင့် တူပြီ။

၂၁။ အတ္ထိပစ္စယော၊ ရှိဆဲဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၂။ နတ္ထိပစ္စယော၊ မရှိမှု၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၃။ ဝိဂတပစ္စယော၊ ချုပ်ကင်း၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၄။ အဝိဂတပစ္စယော၊ မချုပ်ကင်းမှု၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၉) အတ္ထိ, အဝိဂတတို့မှာ သဟဇာတ, ပုရေဇာတ, ပစ္ဆာဇာတ,ရုပ်အာဟာရ ရုပ်ဇီဝိတိန္ဒြိယတို့နှင့် တူပြီ။

(၃၀) နတ္ထိ,ဝိဂတတို့မှာ အနန္တရနှင့် တူပြီ။

(၁၃၂၁-ခုနှစ် ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံးဟောသည်၊အချို့ ဆောင်ပုဒ်၌ သုတနည်းသူတို့ သိလွယ်မှတ်လွယ်ရုံမျှ ပြထားသည်၊အတိအကျ အပြည့်အစုံကား မဟုတ်)။

(ဆ၀မ)

www.dhammaransi.com

ဩကာသမူမှန် ကန်တော့ခန်း

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ တည်းဟူသော၊ အပြစ်ခပ်သိမ်း၊ ပပျောက်ငြိမ်း၍၊ အသက်ရှည်စွာ၊ အနာ မဲ့ရေး၊ ရန်ဘေး ကင်းကြောင်း၊ ကောင်းမှုမင်္ဂလာ၊ဖြစ်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ၊ ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ တည်းဟူသော၊ ရတနာမြတ် သုံးပါး၊ (ဆရာသမား)တို့ကို၊ အရိုအသေ၊ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုး ပူဇော်၊ ဖူးမြော် မာန်လျှော့၊ ကန်တော့ပါ၏ (အရှင်ဘုရား)။

(ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင် ဤတွင်ရပ်ပါ)

(ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်မရှိလျှင် အောက်ပါ ဆုတောင်းကို ဆက်တောင်းပါ)

ကန်တော့ရသော၊ ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့်၊ အပါယ် (၄) ပါး၊ ကပ်(၃) ပါး၊ ရပ်ပြစ် (၈) ပါး၊ ရန်သူမျိုး (၅) ပါး၊ ဝိပတ္တိတရား (၄)ပါး၊ ဗျသနတရား (၅)ပါး၊ အနာမျိုး (၉၆)ပါး၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (၆၂)ပါး တို့မှ၊ အခါခပ်သိမ်း၊ ကင်းလွတ် ငြိမ်းသည်သာဖြစ်၍၊ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို၊ လျင်မြန်စွာ၊ ရပါလို၏ (အရှင်ဘုရား)။

မှတ်ချက်။ ။ဤကန်တော့ခန်း၌ (ဆရာသမား) ဟူသော ဤစကားမှာ၊ ဆရာသမားတို့ကို ကန်တော့

(ဆ၁၅မ)

www.dhammaransi.com

သောအခါ၌ ထည့်ဆိုရန်ဖြစ်သည်။မိခင်,ဘခင်, စသည်တို့ကို ကန်တော့သော အခါများ၌ မူကား၊ မိခင်,ဘခင်၊ အဘိုး,အဘွား၊ ဦးကြီး, အရီး၊ အဒေါ် စသည်ဖြင့် ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာတို့ကို လဲလှယ်ထည့်သွင်း၍ ဆိုရမည်။

(အရှင်ဘုရား) ဟူသော စကား မှာလည်း ရတနာ (၃) ပါး, ရဟန်း သံဃာ တို့ကို ကန်တော့သော အခါ၌သာ ဆိုရန်ဖြစ်သည်။

www.dhammaransi.com

ရန်ကုန်မြို့

ဗုဒ္ဓသာသနာနုဂ္ဂဟ