

အမရပူရမြို့

ကျော်အောင်စံထားကျောင်းတိုက်

သတ္တမမြောက်ကျော်အောင်စံထားဆရာတော်

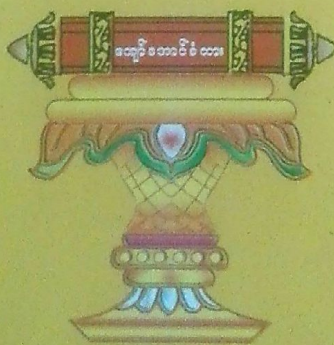
ဦးဝါယာမာဘိဝံသ

၏

အားလုံးသော အလိုဆန္ဒနှင့်

အလုံးစုံသော သိဒ္ဓိတို့ကို ရရှိနိုင်သော

မင်္ဂလာ ဂုဏ်တော် ပုတီးစိပ်နည်း



ကျော်အောင်စံထား၏ မေတ္တာ စေတနာ

၁၃၇၃ ခု နယုန်လ

ဇွန်လ ၂၀၁၁

အမရပူရမြို့

ကျော်အောင်စံထားကျောင်းတိုက်

သတ္တမမြောက်ကျော်အောင်စံထားဆရာတော်

ဦးဝါယာမာဘိဝံသ

၏

အားလုံးသော အလိုဆန္ဒနှင့်

အလုံးစုံသော သိဒ္ဓိတို့ကို ရရှိနိုင်သော

ပင်မ ဂုဏ်တော် ပုတီးစိပ်နည်း

ကျမ်းမြတ်အတွက်အမှာ ၉

- ◆ လှူပြည် နတ်ရွာလို့ ဆိုကြတယ်။
- ◆ လူ့လောကကို မနောမယ ပတ္တမြားနဲ့ နှိုင်းထားတယ်။
- ◆ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ပွင့်တော်မူရတဲ့ အနှစ်သာရအကျိုးအမြတ်ဟာ ဝိပဿနာဖြစ်တယ်။
- ◆ တစ်မက်တစ်ဖိုလ်ရအောင် ကြိုစားခြင်းဟာ လူ့ဘဝကို တန်ဖိုး အရှိဆုံး အကျိုးအမြတ် အများဆုံးရအောင် လုပ်ခြင်းပဲ။
- ◆ ဒါပေမဲ့ တိုတောင်းလှတဲ့ လူ့ဘဝသက်တမ်းအတွင်းမှာ ရနိုင်မလား၊ မရရင်ကော။
- ◆ ဝိပဿနာကိုပွားများဖို့ သမထမှတက်ရတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်း (၄၀) ထဲမှာ ဗုဒ္ဓနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းဟာ အမွန်မြတ်ဆုံး၊ အကျိုးအကြီးဆုံး၊ တန်ခိုးအကြီးဆုံးပဲ။
- ◆ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အခြေခံပွားများခဲ့လို့ ထွက်လမ်း အောင်မြင် ဆရာတော်အရှင်သူမြတ်များနှင့် ထွက်ရပ်ပေါက် ဘိုးတော်တွေ အထင်အရှားရှိနေတယ်ဆိုတာ သိတယ် မဟုတ် လား။
- ◆ ဒီလိုဆို မသေချာသောလမ်းကို သေချာအောင် လုပ်ကြစို့။

- ◆ ဒီကျမ်းမြတ်မှာပါတဲ့ အကျင့်မြတ်တွေကို ပီပီပြင်ပြင်ကျင့် ထွက်လမ်း အောင်ရန် ကြိုးစား။ ထွက်လမ်းမအောင်မြင်သေးခင်မှာလည်း လောကီ ကိစ္စအဝဝ အောင်မြင်စိတ်အေးချမ်းသာစွာနှင့် ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာများကို အားထုတ်နိုင်ကြမယ်။
- ◆ ထွက်လမ်းအောင်မြင်ပြီဆိုရင်တော့ သိတဲ့အတိုင်း တကယ့်လောက နိဗ္ဗာန်ဆိုပြီမို့ တစ်မက်တစ်ဖိုလ်ရရေး နှစ်သိန်းသန်းကုဋေချီ ကြာစဉ်းတော့ မရမချင်း သာသနာပြုရင်း ကြိုးစားနိုင်မည်ဖြစ်ပါ သည်။ ထွက်လမ်းအောင်မြင်ပြီဆိုလျှင် မဂ်လမ်းအောင်မြင်ပြီသာ မှတ်ပေလော့။
- ◆ ဤအကျင့်မြတ်များသည် ယခုတိုင် ထင်ထင်ရှားရှားရှိနေသော ထွက်ရပ်ပေါက် အရှင်မြတ်များနှင့် အဘဘိုးတော်ကြီးများ အောင်မြင်ခဲ့သော လက်တွေ့ကျင့်စဉ်များ ဖြစ်ပါသည်။ ကျေးဇူးရှင် ကျော်အောင်စံထားဆရာတော်ကြီးက တပည့်သားမြေးများ နောင်ရေးစိတ်အေးစေဖို့အတွက် သက်ဆိုင်ရာ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများထံမှ တောင်းခံပေးထားသော ကျင့်စဉ်မြတ် ကျင့်စဉ်မှန်များ ဖြစ်ပါသည်။
- ◆ ယုံယုံကြည်ကြည်နှင့် ပီပီပြင်ပြင် ကြိုးစားပါက သေချာပေါက် အောင်မြင်မည်မှာ ယုံမှားသံသယ ဖြစ်ရန်မရှိပါ။
- ◆ ဤနည်းများမှ နည်းတစ်နည်းသည်ပင် ပြည်တန်မနောမယ ပတ္တမြားထက် အဖိုးထိုက်တန်သောနည်းဖြစ်ပါသည်။

သင်ပါရမိရှိ၍ ယခုသိရပြီ

- ◆ အရှုံးလုံးဝမရှိသော လမ်းစဉ်ကို လက်တွေ့စမ်းသပ်မကြည့်ချင် ဘူးဆိုပါလျှင် သည်လောက်မိုက်သူ ရှိပါလိမ့်ဦးမလား။
- ◆ “နင်မဆုံးမ နင်တာပ၊ ဘယ်ကခံလိမ့်မည်” လို့ ထွင်ခေါင် ဆရာတော် ဆုံးမစာအတိုင်း သင်မယုံရင် သင့်ကို သင်္ချိုင်းက ကြိုဆိုနေပါတယ်။
- ◆ လောကမှာ တန်ခိုးအကြီးဆုံး၊ ကြောက်စရာအကောင်းဆုံးရန်သူ ဟာ သေမင်းပဲ။ သေမင်းကို အံတုရသည့်အလုပ်လောက် လောကမှာ ခက်ခဲတာရှိမလား။ လွယ်လွယ်ကူကူနိုင်ဖို့တော့ စိတ် မကူးနဲ့၊ နေက္ကထုံး နှလုံးမူ၍ ဇွဲမလျှော့တမ်းကြိုးစားမှ အောင်မြင် နိုင်မည်ကိုတော့ ပြောရန်လိုမည်မထင်။
- ◆ ပြောလိုသည်ကတော့ သင်္ချိုင်းစာမမိရအောင် အချိန်ရှိခိုက် လုံ့လစိုက်ပါလို့ပဲ မေတ္တာစေတနာ ကြီးမားစွာဖြင့် နှိုးဆော်လိုက် ရပါသည်။

(လုပ်နည်းအသေးစိတ်ကို သိလိုက ကျော်အောင်စံထား ဆရာတော်အား လျှောက်ပါ)

ပုဒိအာနှင့် ပြည့်စုံရပါလို၏။

သတ္တမမြောက်ကျော်အောင်ခံထားဆရာတော်
 အရှင်ဝါယာမာဘိဝံသ၏
 အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ခြင်းအကြောင်းရင်း
 သဘောတရား ဖော်ပြချက်

ငါတို့၏ယုံကြည်ချက်-သူယုတ်မာများနေသော နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ
 သည် ပျက်သော်လည်း ပျက်ရာ၏။ မပျက်သော်လည်း ကြီးပွားတိုးတက်
 ခြင်း မရှိနိုင်ဟူ၍ မမှိတ်မသုန်ယုံကြည်၏။ “လူက တရားစောင့်မှ
 တရားကလူကိုစောင့်မည်” (ဗုဒ္ဓဝစန)

ရည်ရွယ်ချက်- သာသနာတော်မြတ်ကြီးနှင့် လောက၏ အကျိုးကို
 ဦးဆွေးဆံမြည့် ထမ်းရွက်နိုင်သော သန်ရှင်းဖြောင့်မတ်သော လူတော်
 လူကောင်းများ ထွန်းကားလာရန် အဓိကရည်ရွယ်ချက်ကြီးဖြစ်သည်။

တာဝန်နှင့်ဝတ္တရား - ကတိသစ္စာတည်သောအခါ ဩဇာလေးနက်
 ပေါ်ဆီတက်၍ နွယ်မြက်သစ်ပင်ဆေးဖက်ဝင်၏။ ထို့ကြောင့် မိမိ
 ကတိသစ္စာပြုထားသော အဓိဋ္ဌာန်များကို ကျိုးပေါက်ခြင်းမရှိရလေအောင်
 စောင့်ထိန်းရန်သာ အဓိက တာဝန်ဝတ္တရားရှိသည်။

ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ရန် - နှစ်ဆန်းတစ်ရက် မင်္ဂလာအခါတော်နေ့၊
 ကဆုန်လပြည့် ဗုဒ္ဓနေ့၊ နယုန်လပြည့် မဟာသမယနေ့၊ ဝါဆိုလပြည့်
 ဓမ္မစကြာအခါတော်နေ့၊ ဝါခေါင်လပြည့် မေတ္တာနှင့်သင်္ဂါယနာအခါ

တော်နေ၊ သီတင်းကျွတ်လပြည့် အဘိဓမ္မာအခါတော်နေ တန်ဆောင်
 မုန်းလပြည့် ဆေးပေါင်းခနေ၊ နတ်တော်လပြည့် ကျမ်းပြုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ
 ပူဇော်သောနေ၊ ပြာသိုလပြည့် ရှင်တစ်ထောင်နေ၊ တပို့တွဲလပြည့်
 ပါဏိမောက်အခါတော်နေ၊ တပေါင်းလပြည့် ဗုဒ္ဓပူဇော်နေ ဤနေ့မြတ်
 ကြီးများတွင် အဓိဋ္ဌာန်နှင့်ပတ်သက်သော ဆွေးနွေးပွဲများ၊ အဓိဋ္ဌာန်
 အောင်မြင်သူစာရင်း ဖတ်ကြားခြင်းများ၊ ကျင့်တုန်းကျင့်ဆဲ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏
 စာရင်းများ၊ ဂိုဏ်းဂဏမရွေး ဤ (ပင်မဂုဏ်တော်) ကျင့်စဉ်စခန်း
 မြတ်၌ အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ရောက်နိုင်ကြောင်း စသည်များ အကြံကောင်းများ
 ပေးခြင်း၊ ဂါထာမန္တန် ပရိတ်တရားတော်များ ရွတ်ဖတ်ခြင်း၊ တရားနာခြင်း
 စသည့် အခါတော်နေ့ကြီးများ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ကြရန်။

မှတ်ချက် - အဓိဋ္ဌာန်ဝင်နေသူပေါင်း၊ အောင်မြင်သူပေါင်း၊ လှူဒါန်း
 ကြသူ အလှူရှင်စာရင်းများကို ဖတ်ကြားပြီးတိုင်း၊ သာဓုအနုမောဒနာ
 ခေါ်၍ မှတ်တမ်းတင်ရမည်။

မဟာသတိပဋ္ဌာန်လွှာ-ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊
 ဉာဏ်တော်အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော ဘုရား-
 တရား-သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့သည် တပည့်တော်တို့၏ ဦးခေါင်း
 ထက်၌ အမြဲတည်နေတော်မူပါစေသတည်း။ တပည့်တော်လက်ဝဲ-
 လက်ယာပခုံးထက်၌ ရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန် မထေရ်ကြီး
 နှစ်ပါး အမြဲတည်နေတော်မူပါစေသတည်း။ တပည့်တော်၏ လက်ရုံး

နှစ်ဖက်၌ ရှင်မဟာကဿပ၊ ရှင်သီဝလိ မထေရ်မြတ်ကြီးနှစ်ပါး ကိန်းဝပ်
 တော်မူပါစေသတည်း။ တပည့်တော်၏အသည်းနှလုံး၌ ရှင်အနုရုဒ္ဓါမထေရ်
 မြတ်ကြီး ကိန်းဝပ်တော်မူပါစေသတည်း။ တပည့်တော်၏ကျောဘက်၌
 အရှင်အာနန္ဒာမထေရ်မြတ်ကြီး ကိန်းဝပ်တော်မူပါစေသတည်း။ တပည့်
 တော်၏ရှေ့တည့်တည့်အရပ်၌ ရှင်ဥပဂုတ္တမထေရ်မြတ်ကြီး တည်နေတော်
 မူပါစေသတည်း။ တပည့်တော်၏ ဝဲယာဝန်းကျင်၌ သိကြား-ဗြဟ္မာ
 သာသနာတော်စောင့် သမ္မာဒေဝနတ်ကောင်း-နတ်မြတ် နတ်အပေါင်း
 တို့နှင့်တကွ အရှင်မြတ်ဘိုးတော် မယ်တော်တို့သည်လည်း အမြဲတည်နေ
 တော်မူပါစေသတည်း။ ဘုရား-တရား-သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးနှင့်တကွ
 သိကြား-ဗြဟ္မာ သမ္မာဒေဝ နတ်ကောင်း-နတ်မြတ် နတ်အပေါင်းတို့၏
 ရှေ့တော်၌လည်းကောင်း၊ အရှင်မြတ်တို့ ဘိုးတော်မယ်တော်တို့၏
 ရှေ့၌လည်းကောင်း အောက်ပါ (၁၈) ချက်တို့ဖြင့် လေးလေးနက်နက်
 တည်ကြည်ဖြောင့်မတ်စွာ အဓိဋ္ဌာန်ပြုပါ၏။

- (၁) အနန္တငါးပါးကို ကိုယ်နှုတ်စိတ်တို့ဖြင့် မကျူးလွန်သည့်အပြင်
 နေ့စဉ် သုံးကြိမ်ချ၍ လေးနက်စွာ ကန်တော့ခြင်းပြုပါမည်။
- (၂) ကံငါးပါး မကျိုးပေါက်ရအောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပါမည်
 (သို့မဟုတ်) အနည်းဆုံး နှစ်ပါးကိုထိန်းပါ။
- (၃) ကိုယ့်ထက် တစ်နေ့ တစ်ရက် တစ်မနက် ကြီးသောသူများကို
 ရိုသေလေးစားခြင်းကို ပြုပါမည်။

- (၄) ဂ ရက်ပြည့် လကွယ်ဥပုသ်နေ့များ၌ သက်သတ်လွတ်စားပြီး (ဂ)ပါး၊ (ဇ)ပါး သီလများကို အဓိဋ္ဌာန်ဝင်သမျှကာလပတ်လုံး စောင့်သုံးပါမည်။
- (၅) ဘုရားအနေကဇာတင်နှင့် ပရိတ်တော်များကို တတ်အားသမျှ ရွတ်၍ နေ့စဉ် မေတ္တာဘာဝနာပွားများပါမည်။
- (၆) အလောင်းအစား ကစားများကို အသက်ထက်ဆုံး ရှောင်ကြဉ်ပါမည်။
- (၇) တစ်ဆုပ်တစ်ခဲ နည်းများမဆို အလှူဒါနကို ကြိုးစားပြုလုပ်ပါမည်။
- (၈) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ရန်တိုက်ပေးခြင်း၊ (ပိသုဏ္ဍဝါစာ)များကိုလည်း ရှောင်ကြဉ်ပါမည်။
- (၉) ရန်ရင်းကြမ်းတမ်းသောစကား (ဖရသဝါစာ)များကို ရှောင်ကြဉ်ပါမည်။
- (၁၀) သိမ်ဖျင်းသော အကျိုးမရှိသောစကား (သမ္ပပ္ပလာပဝါစာ)များကို ရှောင်ကြဉ်ပါမည်။
- (၁၁) မိမိခံယူသော အဓိဋ္ဌာန်များထဲမှ တစ်ခုခုပျက်သွားလျှင် ပျက်ကွက်ကြောင်းကို အစည်းအဝေး သဘာပတိ၌ ထုတ်ဖော်ဝန်ခံပါမည်။
- (၁၂) အဓိဋ္ဌာန်ပျက်တိုင်း ဤပျက်ကွက်မှုကို ဆေးကြောသည်

အနေဖြင့် ဥပုသ်ရက်ရှည်စောင့်ခြင်း၊ ပုတီးပတ်ပိုစိပ်ခြင်း၊
ဒါနတစ်ခုခုပြုခြင်း၊ ဘုရားကျောင်းကန်များ ရှင်းလင်းခြင်းတို့ကို
ပြုလုပ်ပါမည်။

(၁၃) သင့်လျော်သော ပရိသတ်ရှေ့တွင် အောက်ပါအတိုင်း ဝန်ခံပါ
မည်ဟု ကတိပြုပါသည်။

တပည့်တော်သည် ရှေးအခါက ရှိခဲ့ဖူးသော ကိုယ်နှုတ်
အမှုအရာများကို စွန့်ပစ်ရန် အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီးဖြစ်ပါသဖြင့်
ယနေ့မှစ၍ လူသစ်တစ်ယောက်အဖြစ်ဟူ၍ မှတ်ယူပါရန်
လျှောက်ထားပါသည် အရှင်မြတ်တို့ဘုရား။ ဤပရိသတ်ထဲတွင်
သံဃာတော်များ၊ အသက်ဂုဏ် ကြီးမြတ်သူများကို လက်အုပ်
ချီ၍ ကန်တော့ပါ၏။

(၁၄) ယနေ့မှစ၍ ဝါစဉ်အရအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ သရဏဂုံအဆင့်
အားဖြင့်လည်းကောင်း၊ စေတီတည်သောအားဖြင့်လည်းကောင်း၊
ဓာတ်ကြီးလေးပါး စိပ်ခြင်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ရုပ်ပထမံ
နာမ်ပထမံနည်းအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ မေတ္တာနည်းအားဖြင့်
လည်းကောင်း တစ်နေ့လျှင် ပုတီး ()စိပ်ပါမည်
ဘုရား။

(၁၅) ဘုရားတပည့်တော်သည် အနိမ့်စား၊ အလတ်စား၊ အမြတ်စား၊
(ပုဒုံ၊ မဇ္ဈိ-ဥက္ကဋ္ဌင့်) ၃ ပါးတွင် ()အားဖြင့်

အားထုတ်ပါမည် ဘုရား (မှတ်ချက်) အနိမ့်စားမှာ ပုတီးထိုင်သော အတွင်းခန္ဓာကိုယ် ပြုပြင်နိုင်ခြင်း၊ ဣရိယာပုတ်လေးပါးတို့ ဖြာစိပ်နိုင်ခြင်း၊ အလတ်စားမှာ လျောင်းထိုင်ရပ်သွား ဣရိယာ ပုတ် လေးပါးတို့တွင် ကြိုက်နှစ်သက်ရာတစ်ခုဖြင့် စိပ်နိုင်ခြင်း၊ အမြတ်စားမှာ ထိုင် ဣရိယာပုတ်တစ်ခုတည်းဖြင့် စိပ်ရခြင်း၊ မပြုမပြင်ရခြင်း။

(၁၆) ပုတီးစိပ်နေသောအတွင်းမှာ စကားပြောခြင်း၊ လှည့်ကြည့်ခြင်း တို့ကို မပြုလုပ်ပါဘုရား။

(၁၇) ပုတီးစိပ်သောအခါတိုင်း ပရိကံ-ရိုးရိုးပြု၍ စိပ်ပါမည်ဘုရား၊ ပြီးသောအခါမှာ ပရိကံကြီးကိုရွတ်ဖတ်၍ မေတ္တာပို့ အမျှဝေပါ မည်ဘုရား။

(၁၈) ဤသစ္စာအဓိဋ္ဌာန်များသည် ပုတီးအဆင့် အဓိဋ္ဌာန်စိပ်နေသော အတွင်းမှာသာ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ပြုထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်ဘုရား။ ဤအဓိဋ္ဌာန် (၁၈)ချက်နှင့် ပြည့်စုံစွာအောင်မြင်ပါက ဘုရား တပည့်တော်သည် ဘေးရန်အပေါင်းမှကင်းပျောက်၍ ပြောသမျှ အဟုတ်၊ လုပ်သမျှမှန်ကန်၊ ကြံသမျှအောင်မြင်ပြီး သိဒ္ဓိရှင် တစ်ယောက်ဖြစ်မြောက်၍ ဘုရားသာသနာတော်မြတ်ကြီးကို ပြုစုစောင့်ရှောက်နိုင်သည့်ကိုယ်၊ ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်သည့် ကိုယ်၊ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ကို ရနိုင်

သည့်ကိုယ် ဖြစ်ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

အာသီသ - ပဠာနအဓိဋ္ဌာန်ကြီးများကို ပေါက်မြောက်အောင်မြင်ကြ၍
ဤကမ္ဘာလောကကြီးကို ဗုဒ္ဓသာသနာ လွှမ်းမိုးနိုင်ပါစေ
သတည်း။

သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်စံထားဆရာတော်
အရှင်ဝါယာမာဘိဝံသမဟာထေရ်
အမရပူရရွှေမြို့တော်

သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်ခံထားဆရာတော်
 အရှင်ဝါယာမာဘိဝံသ၏ ဓမ္မဒါန
 (သတိ)တရားအားထုတ်သူများကို အပြစ်မပြောမိစေရန်
 သတိပေးဆုံးမစာအလင်္ကာ

တရားမခင် အမှားမြင်သည့် ရှင်လူအပေါင်း သိစေကြောင်းဟု
 စိတ် ကောင်းဖြစ်ရေး သတိပေးမိန့် မြတ်လေးနှစ်သက် ဦးထိပ်ရွက်လော့။
 ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ မရှုပါပဲ တစ်ရာအသက်ရှည်သူထက်လျှင် တစ်ရက်ရှည်သူ
 မြတ်သောဟူ၍ ဆူဆူဘုရား ဟောဖော်ကြား၏။ မှတ်သားလိုက်နာ
 ရံခါတမျှ ထိုဓမ္မကို ရှုဆပွားများ မကျင့်ငြားဘဲ တရားမသက် အမှား
 ဖက်၍ နေ့ရက်ကိုလွန် တဏှာကျွန်ဟု သာမန်လူမျှ ဖြစ်ကုန်ကြလျက်
 နေ့ညမနား မြတ်တရားကို ပွားများသက်ဝင် သူတော်စင်အား အမြင်
 မှောက်မှား မထောက်ထားဘဲ ဘာလားညာလား ငရဲပွားအောင် ပြော
 ကြားရှုံ့မဲ့ မကဲ့ရဲနှင့် တကယ့်တရား တကယ်ပွား၍ ကြိုးစားသလောက်
 ပေါက်-မပေါက်နှင့် ပြီးမြောက်သူမှာ သူ့အကျိုးသာတည်း။ ပေါက်လာလျှင်
 ကျော်မပေါက်သော်လည်း လူငယ်လူစွာ သင့်ထက်သာ၏။ အရိယာစစ်
 ထိုသူဖြစ်မှု အပြစ်မသေး လွန်ကြီးလေးလိမ့် ကြံတွေးမျှော်သိ
 ကျောက်မထိကား ပွန်းငြိအနာ ရှိတုံငြားလည်း လမ်းမှာခင်းကျောက်
 ဓားသွေးကျောက်ထက် မြင့်မောက်မျိုးမှန် အဖိုးတန်၏။ ဝေဖန်ပညာ
 နှိုင်းချိန်ကာလျှင် အခါကိုလင့် အခွင့်ကိုစောင့် ဖြောင့် မဖြောင့်ကြည့်

ကျမ်းစုံညှိလျက် ဖြောင့်၏မှန်၏ ကိုယ်တိုင်သိက မိမိတွက်သာ
ကြိုးစားရာသည် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ ကိုးရာတည်း။

တရားကျင့်ကြံသော ယောဂီသို့မြတ်တို့
လေးနက်စွာလှိုက်နာကျင့်သုံးအပ်သော
သတိပေးဆုံးမစာလင်္ကာ

တရားကျင့်လတ် ယောဂီမြတ်တို့ သိမှတ်စရာ အချက်မှာကား
မြတ်စွာ ဗုဒ္ဓ သုံးလူဘ၏ ဓမ္မရတနာ မြိုက်ရသာသည် လွန်စွာကျိုးမှန်
အဖိုးတန်၏။ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်သို့ အမြန်ရောက်လို
ယောဂီပျိုတို့ ဝန်တိုနည်းပါး သဒ္ဓါများလျက် စကားမပေါ ဂါရဝေါနှင့်
သဘောစင်ဖြူ ခန္တီကူလျက် ငြူစုကင်းကွာ အဘိဇ္ဈာဖြင့် မဝါမကြွား
မပလ္လွားဘဲ တရားသက်ဝင် အပြစ်စင်အောင် ဆင်ခြင်တိုင်းထွာ
နေကြရာ၏။ လေ့လာတရား လူများရှေ့မှာ ပါပိစ္ဆာဖြင့် ကြွားဝါလေမြင့်
နှုတ်ကဖွင့်၍ ဘာဆင့်ညာဆင့် အသံလွှင့်လျက် လာဘ်ပွင့်စေ ကြောင်း
မပြောကောင်းရှင့် ကံဟောင်းကူမ လုံ့လထောက်ပင့် ပါရမီရင့်၍
ထိုက်သင့်သလောက် ဉာဏ်မြင့်ပေါက်လည်း စိန်ကျောက်ပမာ လျှိုဝှက်
စွာလျက် ပြောရာပြောသင့် ခါအခွင့်၌ ပြောသင့်သူသာ ပြောကြရာ၏။
မြတ်စွာသေဌ်နင်း တရားမင်းက သားရင်းတို့ကို သနားပို၍ မဂ်ဖိုလ်အနီး
အထင်ကြီးအောင် ရိုးတီးယားတား ငါ့ချစ်သားတို့ ဝါကြွားလာဘ်ခြေ

မပြောလေနှင့် စိန္တေပုဒ္ဒ စက်ဆုပ်လှဟု ဝိနယ-ပညတ် သိမှတ်စေရန်
မိန့်တော်ပြန်သည် ဝေဖန်အကျယ် သိလေသတည်း။

သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်ခံထားဆရာတော်
အရှင်ဝါယာမာဘိဝံသ၏

၁၃၃၈-ခုနှစ်၊ နှစ်ဆန်း (၁)ရက်

မင်္ဂလာအခါတော်နေ့တွင် အထူးဆုံးမတော်မူသော
သဗ္ဗမံသ ပဟာနုကာထာ ဒေသနာတရားတော်

သုမေဓော တေမိယော ကဏှော၊ အင်္ဂိတ္တိ တာပဿဒယော။

သဗ္ဗမံသံ ဝိဝဇ္ဇေတွာ၊ ပူရေသုံ ဗောဓိ ဟေတဝေ။

သုမေဓော - သုမေဓာခေါ်မှတ် ရသေ့မြတ်သည်လည်းကောင်း၊

ကဏှော - ကဏှာခေါ်မှတ် ရသေ့မြတ်သည်လည်းကောင်း၊ အင်္ဂိတ္တိ

တာပဿ ဒယော - အင်္ဂိတ္တ ရသေ့ စသော ဘုရားအလောင်းတော်

ရသေ့မြတ်တို့သည် လည်းကောင်း၊ သဗ္ဗမံသံ - ဘဲ ကြက် ဝက် နွား

ငါး စသော သတ္တဝါများတို့ ၏ အသားခပ်သိမ်းကို၊ ဝိဝဇ္ဇေတွာ -

မေတ္တာစိတ်ယှဉ် ရှောင်ကြဉ်ကြကုန်၍၊ ဗောဓိဟေတဝေ - သဗ္ဗညုတ

ညောင်တော်၏ အကြောင်းရင်းဖြစ်ကုန်သော ပါရမီ အဆောက်အဦတို့ကို၊

ပူရေသုံ - ဖြည့်ကျင့်တော်မူကြကုန်ပြီ။

တဿာ ဘလ္လေခိတာ ပေါသော၊ သံပဿ အတ္ထမတ္ထေနော။

သဗ္ဗမံသံ ဝိဝဇ္ဇေယျ၊ ယောဂက္ခေ မဿ ပတ္တိယာ။

တသ္မာ - ထိုသို့ ဘဲ ကြက် ဝက် ငါး စသော သတ္တဝါအပေါင်း
 တို့၏အသားတို့ကို ရှောင်ကြဉ်ကြကုန်၍ သဗ္ဗညုတဉာဏ်၏ အကြောင်း
 ရင်းဖြစ်ကုန်သော ပါရမီအဆောက်အဦတို့ကို ဖြည့်ကျင့်ပါကုန်သော
 ကြောင့်၊ ဘလ္လေခိတော - ကိလေသာဓာတ် မပတ်အရှင် ခေါင်းပါးစွာ
 ကျင့်လေ့ရှိသော၊ အတ္တနော - မိမိ၏ အကျိုးစီးပွားကို၊ သံပဿံ -
 သံပဿန္တော ကောင်းစွာမြင်သော၊ ပေါသော - ပညာရှိလူအပေါင်းသည်၊
 ယောဂက္ခေ-ပဿ - ယောဂလေးပါးတို့၏ ကုန်ရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သို့၊
 ပတ္တိယာ - ရောက်စေခြင်းငှာ (ဝါ) ရောက်ရလေအောင်၊ သဗ္ဗမံသံ
 - အလုံးစုံသောသတ္တဝါတို့၏ အသွေးအသား အညှီအဟောက်များတို့ကို၊
 ဝိဝဇ္ဇေယျ - ကရုဏာဖက်ယှဉ် အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ကာ ရှောင်ကြဉ်ကြရာ
 ပေသတည်း။

ဤသို့ သုတ်တော်လာဒေသနာ ဓမ္မသဘောတရားနှင့်အညီ
 သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား မေတ္တာဖက်ယှဉ် ရသာအာရုံ သားမျိုးစုံကို
 တွယ်တာကပ်ငြိသော လောဘတဏှာကင်းကွာခြင်းငှာ နှလုံးသွင်း၍
 ဘုရားအလောင်း ရှေးသူတော်ကောင်းတို့၏ ထုံးဟောင်း၊ တန္တုပုံစံကို
 ရှုကြပြီးလျှင် (သဗ္ဗမံသံ ပရိဝဇ္ဇေမိ)၊ အဟံ - အကျွန်ုပ်သည်၊ သဗ္ဗမံသံ
 - သတ္တဝါတို့၏ အသွေးအသား ဟူသမျှကို၊ ပရိဝဇ္ဇေမိ - မစားအလျဉ်း
 ရှောင်ကွင်းပါ၏ (ဝါ) ရှောင်မည်ဟူ၍ တစ်စတစ်စ ခြိုးခြံကြစေကုန်
 သတည်း။

ဆုတောင်းပတ္တနာ

- (၁) မြေပေါ်မြေအောက်ရှိ သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ အသွေးအသားများကို မစားမသောက် မေတ္တာရောက်၍ ရှောင်ကြဉ်ကြရသော စေတနာကြောင့် မြေထုကဲ့သို့ ကြီးကျယ်သော ခွန်အားဗလဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။
- (၂) ရေ၌ကျက်စား သွားလာနေထိုင်ကြကုန်သော ငါး အစရှိသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ အသွေးအသားကို မစားမသောက် မေတ္တာရောက်၍ ရှောင်ကြဉ်ရသောစေတနာကြောင့် ဗိုလ်လူအပေါင်းတို့၏ သောက်ချိုး၍မကုန်ခန်းနိုင်သော ရေထုရေပြင် တသွင်သွင်ကဲ့သို့ တရားမိုးကြီး သွန်းဖြူးရွာစေနိုင်ပါစေသတည်း။
- (၃) ကောင်းကင်၌ ပျံသန်းသွားလာနေကြကုန်သော ငှက်သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ အသွေးအသားကို မစားမသောက် မေတ္တာရောက်၍ ရှောင်ကြဉ်ရသောစေတနာကြောင့် ကောင်းကင်တဝန်းကဲ့သို့ ပိတ်ပင်ဟားဆီးခြင်းကင်းသော ဝိဇ္ဇာအလင်းဓာတ်ကိုရ၍ သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားတို့ကို ထိုးထွင်းသိမြင်နိုင်ရပါစေသတည်း။
- (၄) သတ္တဝါအများ ချမ်းသာပွားအောင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်ရသော ကောင်းမှုကြောင့် ဘဝဆက်ကာ ဗြဟ္မာ နတ် လူ သတ္တဝါ

အပေါင်းတို့၏အလယ်၌ ပညာရောင် ဉာဏ်ရောင် တန်ခိုးရောင်
 တူဖြင့် ထွန်းလင်းတောက်ပနိုင်ပါစေသတည်း။ ဥစ္စာအားဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ ပညာအားဖြင့်လည်းကောင်း သတ္တဝါအပေါင်း
 တို့၏ အားထားမှီခိုရာ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်ပါစေသတည်း။
 သဗ္ဗညုတဉာဏ်နှင့် နိဗ္ဗာန်၏ရည်ရွယ်တောင့်တသော စိတ်အလို
 ဆန္ဒကို ဘဝတက်ကာ ပြည့်စုံရပါစေသတည်း။

ကျော်အောင်စံထား ဆရာတော်ဘုရား၏ သြဝါဒ

- (၁) မကျင့်ဘဲနှင့် မမြတ်ချင်နဲ့
- (၂) မသင်ဘဲနှင့် မတတ်ချင်နဲ့
- (၃) မလုပ်ဘဲနှင့် မရချင်နဲ့
- (၄) မဟုတ်ဘဲနှင့် မဟာချင်နဲ့
- (၅) မဆင်ဘဲနှင့် မလှချင်နဲ့
- (၆) မကြင်ဘဲနှင့် မရချင်နဲ့
- (၇) မရှိဘဲနှင့် မကြွားချင်နဲ့
- (၈) မသိဘဲနှင့် မစားချင်နဲ့
- (၉) မခေါ်ဘဲနှင့် မလည်ချင်နဲ့
- (၁၀) မတော်ဘဲနှင့် မဝယ်ချင်နဲ့
- (၁၁) ဘုန်းကြီးနဲ့လူ တူလာပြီ
- (၁၂) ကျောင်းနှင့်အိမ် တူလာပြီ

(၁၃) မြို့ဈေး တောဈေး တူလာပြီ

(၁၄) ယောက်ျား မိန်းမ တူလာပြီ

တူကြီးလေးဖြာ ညီသောအခါ ကမ္ဘာဤတွင် ပျက်လတ္တံ့!

ဤသည်မှတ်တမ်း စကားပုံကျမ်းများကို မှတ်သားလိုက်နာ

ကျင့်ရှောင်ရာသည် သတ္တဝါများစွာ ဝေနေယျာတို့-



ဇိန သာသနံ စိရံ တိဋ္ဌတု၊ ဇိနော မယံ ဇယံ ဒေတု။

သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်ခံထားဆရာတော်

အရှင်ဝါယာမာဘိဝံသ၏

အားလုံးသော အလိုဆန္ဒနှင့် အလုံးစုံသော သိဒ္ဓိတို့ကို

ရရှိင်သော

ပင်မဂုဏ်တော် ပုတီးခိပ်နည်း

ပထမအဆင့်

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

သရဏဂုံ သုံးဆယ်ကို တစ်ပါးလျှင် ပုတီးတစ်ပတ်၊ သရဏဂုံ

သုံးဆယ် ဖြစ်၍ ပုတီးအပတ် သုံးဆယ်ရ၏။ တစ်နေ့လျှင် နံနက်

နေ့ည သုံးချိန်စီပင်၊ ပုတီးအပတ် (၉၀) ရ၏။

သရဏာဂုံ သုံးဆယ်ကား

- (၁) ဇာတိပရိယန္တံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၂) ဘောဂပရိယန္တံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၃) ဇီဝိတပရိယန္တံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၄) ယာဝဇီဝံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၅) မရဏကာလံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၆) မရဏကာလပရိယန္တံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၇) အရဟတ္တကာလံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၈) အရဟတ္တကာလပရိယန္တံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၉) နိဗ္ဗာနကာလံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။
- (၁၀) နိဗ္ဗာနကာလပရိယန္တံ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

(ပေါင်း သရဏာဂုံ သုံးဆယ်ရ၏)

မှတ်ချက် - ဤဆယ်မျိုးကို ဗုဒ္ဓံချည်း နံနက် ၃၀ ပတ်၊ ဓမ္မံချည်း နေ့ ၃၀ ပတ်၊ သံဃံချည်း ည ၃၀ ပတ်စိပ်၊ ပုတီးပတ် (၉၀) ရ၏။ ဒုတိယမို့ တတိယမို့တွဲ၍ ရက် (၉၀)စိပ်၊ ဗုဒ္ဓံ ဓမ္မံ သံဃံချည်း ရက် ၃၀၊ ဒုတိယမို့နှင့် တွဲ၍ ရက် ၃၀၊ တတိယမို့နှင့်တွဲ၍ ရက် ၃၀၊ ပေါင်း (ရက် ၉၀) ရ၏။

ဤကဲ့သို့ စိပ်ပြီးလျှင် ပထမဆင့်ပြီးမြောက်၏။

ဒုတိယအဆင့်

သရဏဂုံ ၃၀ ကို ဒု-တ-ခံ၍စိပ်သော် သရဏဂုံ ၉၀ ရ၏။
ထို ၉၀ ကို တစ်ကြိမ်ထိုင်လျှင် ၉၀ လုံးပြီးအောင်စိပ်၊ တစ်နေ့လျှင်
နံနက်၊ နေ့၊ ည ၃ ကြိမ်စိပ်၊ ရက်ပေါင်း ၉၀ စိပ်ရမည်။ ရက်ပေါင်း
၉၀ ကို မပျက်မကွက်စိပ် ပြီးက ဒုတိယအဆင့် အောင်မြင်၏။

(ပျက်က အစကပြန်စိပ်)

ဒုတိယအဆင့် ပြီး၏။

တတိယအဆင့်

သရဏဂုံကြီးလေးပါးကို တစ်ပါးလျှင် ပုတီးတစ်ပတ် တစ်ခါထိုင်
ပုတီး ၂၇ ပတ်စိပ်၊ ၄ ကြိမ်ထိုင် ရက်ပေါင်း (၁၀၈)ရက် စိပ်ပါ။

(၁) ပါဏိပါတ သရဏဂုံ

၁။ နမော ဗုဒ္ဓဿ၊ နမော ဓမ္မဿ၊ နမော သံဃဿ၊ (တစ်လုံးချ)

၂။ ဗုဒ္ဓဂုဏော အနန္တော၊ ဓမ္မဂုဏော အနန္တော၊ သံဃဂုဏော

အနန္တော၊ မာတာပိတုဂုဏော အနန္တော၊ အာစရိယဂုဏော

အနန္တော၊ တေ အဟံ ဝန္ဓာမိ သဗ္ဗဒါ။ (တစ်လုံးချ)

(ပါဏိပါတ သရဏဂုံ ပြီး၏)

(၂) တပ္ပရာယန သရဏဂုံ

၃။ ဗုဒ္ဓေါ မေ သရဏံ ဘဝ၊ ဓမ္မော မေ သရဏံ ဘဝ၊ သံဃော

မေ သရဏံ ဘဝ၊ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊

သံဃံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ (တစ်လုံးချ)

- ၄။ ဗုဒ္ဓေါ မေ နာထော၊ ဓမ္မော မေ နာထော၊ သံယော မေ နာထော (တစ်လုံးချ)
- ၅။ ဗုဒ္ဓေါ မေ သရဏံ အညံနတ္ထိ၊ ဓမ္မော မေ သရဏံ အညံ နတ္ထိ၊ သံယော မေ သရဏံ အညံ နတ္ထိ၊ (တစ်လုံးချ)။
(အပ္ပရာယန သရဏဂုံ ပြီး၏)
(၃) အတ္တနိယျာတန သရဏဂုံ
- ၆။ အဇ္ဇောဒိံ ကတွာ ယာဝဇီဝံ အဟံ အတ္တာနံ ဗုဒ္ဓဿ နိယျာတေမိ (တစ်လုံးချ)
- ၇။ အဇ္ဇောဒိံ ကတွာ ယာဝဇီဝံ အဟံ အတ္တာနံ ဓမ္မဿ နိယျာတေမိ (တစ်လုံးချ)
- ၈။ အဇ္ဇောဒိံ ကတွာ ယာဝဇီဝံ အဟံ အတ္တာနံ သံဃဿ နိယျာတေမိ (တစ်လုံးချ)
- ၉။ အဇ္ဇောဒိံ ကတွာ ယာဝဇီဝံ အဟံ အတ္တာနံ ဗုဒ္ဓဿ ပရိစ္စဇာမိ (တစ်လုံးချ)
- ၁၀။ အဇ္ဇောဒိံ ကတွာ ယာဝဇီဝံ အဟံ အတ္တာနံ ဓမ္မဿ ပရိစ္စဇာမိ (တစ်လုံးချ)
- ၁၁။ အဇ္ဇောဒိံ ကတွာ ယာဝဇီဝံ အဟံ အတ္တာနံ သံဃဿ ပရိစ္စဇာမိ (တစ်လုံးချ)
- ၁၂။ အဇ္ဇောဒိံ ကတွာ ယာဝဇီဝံ အဟံ ဇီဝိတံ ဗုဒ္ဓဿ နိယျာတေမိ (တစ်လုံးချ)

၁၃။ အဇ္ဈာဒိံ ကတွာ ယာဝဇိဝံ အဟံ ဇိဝိတံ ဓမ္မဿ နိယျာတေမိ
(တစ်လုံးချ)

၁၄။ အဇ္ဈာဒိံ ကတွာ ယာဝဇိဝံ အဟံ ဇိဝိတံ သံဃဿ နိယျာတေမိ
(တစ်လုံးချ)

၁၅။ အဇ္ဈာဒိံ ကတွာ ယာဝဇိဝံ အဟံ ဇိဝိတံ ဗုဒ္ဓဿ ပရိစ္စလာမိ
(တစ်လုံးချ)

၁၆။ အဇ္ဈာဒိံ ကတွာ ယာဝဇိဝံ အဟံ ဇိဝိတံ ဓမ္မဿ ပရိစ္စလာမိ
(တစ်လုံးချ)

၁၇။ အဇ္ဈာဒိံ ကတွာ ယာဝဇိဝံ အဟံ ဇိဝိတံ သံဃဿ ပရိစ္စလာမိ
(တစ်လုံးချ)

(အတ္တနိယျာတန သရဏဂုံပြီး၏)

(၄) သိဿဘာဂုပဂမန သရဏဂုံ

၁၈။ ဗုဒ္ဓေါ မေ အာစရိယော ဘဝ၊ ဓမ္မော မေ အာစရိယော
ဘဝ၊ သံဃော မေ အာစရိယော ဘဝ။ (တစ်လုံးချ)

ဗုဒ္ဓေါ မေ အာစရိယော ဘဝ၊ ဗုဒ္ဓေါ မေ အာစရိယော။

ဓမ္မော မေ အာစရိယော ဘဝ၊ ဓမ္မော မေ အာစရိယော။

သံဃော မေ အာစရိယော ဘဝ၊ သံဃော မေ အာစရိယော။

(ဤသို့လည်း စိပ်နိုင်သည်)

ဗုဒ္ဓေါ မေ အာစရိယော၊ ဓမ္မော မေ အာစရိယော၊ သံယော
မေ အာစရိယော

(ဤနှစ်ပုဒ်ကို တစ်လုံးစီချ)

၁၉။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ ဗုဒ္ဓေါ မံ ပရာယနောတိ ဓာရေထ။

၂၀။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ ဓမ္မော မံ ပရာယနောတိ ဓာရေထ။

၂၁။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ သံယော မံ ပရာယနောတိ ဓာရေထ။

(ဤသုံးပုဒ်ကို တစ်လုံးချ)

၂၂။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ ဗုဒ္ဓေါ မံ ဥပါသကောတိ ဓာရေထ။

၂၃။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ ဓမ္မော မံ ဥပါသကောတိ ဓာရေထ။

၂၄။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ သံယော မံ ဥပါသကောတိ ဓာရေထ။

(ဤသုံးပုဒ်ကို တစ်လုံးချ)

၂၅။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ ဗုဒ္ဓေါမေ မံ အန္ဓေဝါသိကောတိ
ဓာရေထ။

၂၆။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ ဓမ္မောမေ မံ အန္ဓေဝါသိကောတိ
ဓာရေထ။

၂၇။ အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏုပေတံ သံယောမေ မံ အန္ဓေဝါသိကောတိ
ဓာရေထ။

(သိသာဘာဂုပဂမန သရဏဂုံပြီး၏)

မှတ်ချက် ဤ ၂၇ ပုဒ်ကို တစ်ပုဒ်လျှင် ပုတီးတစ်ပတ်စိပ်က ၂၇ ပတ် ရ၏။ အရက်တစ်ကြိမ်၊ နံနက် ၉ နာရီအတွင်း တစ်ကြိမ်၊ နေ့တစ်ကြိမ်၊ ညတစ်ကြိမ် ပေါင်း ၄ ကြိမ်ထိုင် ၁၀၈ ပတ်ရ၏။ ၁၀၈ ရက် မပျက်မကွက် စိပ်ပြီးလျှင် တတိယဆင့်ပြီး၏ဟု မှတ်လေ။

(ဤသရဏဂုံများအနက်ကို ငါတို့ရေးသော သိဒ္ဓိဇေယျာမောဋ္ဌိကျမ်းတွင် ကြည့်ပါလေ)

(တတိယဆင့်ပြီး၏)

ရက်ပေါင်း (၂၈၈) ရက်ရဲ့လျှင် သရဏဂုံကဏ္ဍ အခြေခံစခန်း အောင်မြင်ပြီးမြောက်၏။ ပုတီးစိပ်တိုင်းစိပ်တိုင်း အဓိဋ္ဌာန်ငါးပါးသီလခံ၊ ဘုန်းကြီး ဖြစ်လျှင် ဂရုကအာပတ်စင်အောင် ပြုလုပ်ပြီးနောက် ပရိကံယူ၍ စိပ်ပါလေ။

သရဏဂုံ ကဏ္ဍပြီး၏။

ပရိကံယူပုံ

မြတ်စွာဘုရား၊ တပည့်တော်၏ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို ယခုတရားအားထုတ်နေဆဲအခါ၌ မြတ်စွာဘုရားအား နိဗ္ဗာန်ကိုရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ အရိယာသံဃာတော် ဖြစ်တော်မူကြသော အရှင် မဟာသာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်၊ အရှင်မဟာကဿပ

အစရှိသော များစွာသော အရိယာသံဃာတော်အရှင်မြတ်တို့ဘုရား၊
 ဘုရားတပည့်တော်၏ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို ယခု တရားအားထုတ်
 နေဆဲအခါ၌ အရှင်မြတ်တို့အား နိဗ္ဗာန်ကိုရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းပါ၏
 အရှင်ဘုရား၊ သမ္မုတိသံဃာဖြစ်တော်မူကြသော အရှင်မဟာဗုဒ္ဓယောသ၊
 အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဒတ္တ၊ ရှင်သောဏ၊ ရှင်ဥတ္တရ၊ ရှင်အရဟံ၊ ကျော်အောင်
 စံထားဆရာတော်၊ ရွှေအုန်းပင်ဆရာတော်၊ ညောင်ကန်ဆရာတော်၊
 ဝါးချက်ဆရာတော်၊ မင်းကွန်းဆရာတော်၊ တောင်လေးလုံးဆရာတော်၊
 လယ်တီ ဆရာတော်၊ မာန်လည်ဆရာတော် အစရှိသော များစွာသော
 သမ္မုတိသံဃာတော် အရှင်မြတ်တို့ဘုရား . . . ဘုရားတပည့်တော်၏
 ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို ယခုတရားအားထုတ်ဆဲအခါ၌ အရှင်မြတ်
 တို့အား နိဗ္ဗာန်ကိုရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းပါ၏အရှင်ဘုရား၊ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ
 ၌ ကျင်လည်ကြကုန်သော ဝေနေယျ သုခိတ ဒုက္ခိတ သတ္တဝါအပေါင်း
 တို့နှင့်တကွ မိဘဆရာသမားများ၊ ရေမြေရှင် မင်းတရားတို့အား
 လည်းကောင်း၊ သိကြား၊ ဗြဟ္မာ၊ နတ်ဒေဝါအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊
 ယမမင်းတို့အားလည်းကောင်း၊ အရှင်မြတ်တို့အားလည်းကောင်း၊
 ဘိုးတော်တို့အားလည်းကောင်း၊ နတ်ဒေဝါတို့အားလည်းကောင်း၊
 ကျွန်ုပ်က အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အမျှ အမျှ အမျှ ချမ်းသာကြပါစေ၊
 ကျန်းမာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ အောင်မြင်ပြီးမြောက်
 ခရီးရောက်ကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာအေးမြ၍ လိုရာဆန္ဒ

ပြည့်ဝကြပါစေ။ အကျွန်ုပ်ကိုလည်း တရားထူး တရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ် အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံကြပါစေ။ အကျွန်ုပ်ကိုလည်း တရားထူး တရားမြတ် သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံအောင် မစကြည့်ရှု စောင့်ရှောက်ကြပါစေ။ အောင်ဆုကိုလည်း ပေးသနားကြပါစေ။ သူတော် ကောင်း သူတော်မြတ်လောင်းတို့၏ ပို့သသောမေတ္တာ၊ ပေးဝေသော ကုသိုလ်အဖို့တို့ကိုလည်း ကျွန်ုပ်က ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာခံယူပါ၏။

သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု။

အခြေခံပထမအဆင့် ၁-၂-၃ အောင်မြင်ပြီးနောက် ဒုတိယ

အဆင့် ဂုဏ်တော်ကိုဆက်၍ ပုတီးစိပ်ရန်မှာ-

၁။ တစ်ခါထိုင်လျှင် (အရဟံသိဒ္ဓိ) ဂုဏ်တော် ၉ ပတ်၊ တစ်နေ့လျှင်

၅ ကြိမ်ထက်မနည်း အဓိဋ္ဌာန်ပြု၍ ၉ ရက်စိပ်။

၂။ ၁၈ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၁၈ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၃။ ၂၇ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၂၇ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၄။ ၃၆ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၃၆ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၅။ ၄၅ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၄၅ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၆။ ၅၄ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၅၄ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၇။ ၆၃ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၆၃ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၈။ ၇၂ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၇၂ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၉။ ၈၁ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၈၁ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၁၀။ ၉၀ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၉၀ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၁၁။ ၉၉ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၉၉ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

၁၂။ ၁၀၀ ပတ် တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် ၁၀၀ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုစိပ်

မှတ်ချက် - မေတ္တာကို ရှေ့ထားပြီး သားကြီး၊ ငါးကြီးများ မစားဘဲ
 ရှောင်၍ စိပ်က သန့်ရှင်းစွာ အကျိုးပေး၏။ ထို့ထက်
 သက်သတ်လွတ်စား၍ စိပ်ပါက အထူးအကျိုးပေးစွမ်း
 နိုင်၏။ အရဟံနောက်က သိဒ္ဓိတင်ပြီး စိပ်သကဲ့သို့
 ဂုဏ်တော် (၁၁) ပါးနောက်က သိဒ္ဓိတင်ပြီး စိပ်ရမည်။
 ဂုဏ်တော် (၁၁) ပါးပြီးမှ ဒုတိယအလုပ် စခန်းအဆင့်ကြီး
 အောင်မြင်ပြီးသည်ဟု မှတ်ပါလေ။
 သိဒ္ဓိကဏ္ဍပြီး၏။

ဂုဏ်တော် (၁၁) ပါးကား

- | | |
|-----------------------|-----------------------------|
| ၁။ အရဟံ | ၇။ လောကဝိဒူ |
| ၂။ အ ရဟံ | ၈။ အနတ္တရော ပုရိသ ဒဗ္ဗသာရထိ |
| ၃။ အရ ဟံ | ၉။ သတ္တာဒေဝ မနုဿာနံ |
| ၄။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ | ၁၀။ ဗုဒ္ဓေါ |
| ၅။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော | ၁၁။ ဘဂဝါ |
| ၆။ သုဂတော | |

သုဂတော (၅) ချက်ဂါထာ

သုဂတော သုဂတဌာနံ၊ သုဂတော သုန္ဒရံပိစ။

သုဂတော နိဗ္ဗာနံ ယာတိ၊ သုဂတော တေ နမော နမာ။

သုဂတော-ကောင်းသော သွားခြင်းရှိသော မြတ်စွာဘုရားသခင်
 သည်၊ သုဂတဌာနံ-ကောင်းသောအလာရှိသော သူတော်ကောင်းတရား၌
 တည်တော်မူပါပေ၏။ သုဂတော-ကောင်းမကောင်းမှန် ခွန်းခြောက်တန်
 တွင် နှစ်တန်စကားကိုသာ ဆိုတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသခင်သည်၊
 သုန္ဒရံပိစ-သူတော်ကောင်းတို့ စက်ဆုပ်ဖွယ်မှုကင်းသော ကာယိန္ဒြေ
 မနိန္ဒြေရှိတော်မူသဖြင့် လည်းကောင်း မြတ်လည်းမြတ်တော် မူပါပေ၏။
 သုဂတော-ကောင်းသောစကားကို ဆိုတော်မူပေသော
 မြတ်စွာဘုရားသခင်သည်၊ နိဗ္ဗာနံ-နိဗ္ဗာန်သို့ယာတိ- ကြွသွားတော်မူပါ
 ပေ၏။ သုဂတော-ကောင်းသောကြွသွားခြင်း ရှိတော်မူသော
 မြတ်စွာဘုရား၊ တေ-အရှင်ဘုရားအား၊ နမော-ဦးညွတ်ရှိုင်းလျက်၊ နမော-
 ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

မှတ်ချက် - တတိယမြောက် ဓာတ်ကြီးလေးပါး ကဏ္ဍအဆင့်မှာ
 ဂုဏ်တော် (၁၂) ပါး ရှိသည်။ ဂုဏ်တော်ဖွဲ့ဂါထာများဖြင့်
 မွန်းမလွဲမိစိပ်၊ မွန်းလွဲပြီးနောက် ဂုဏ်တော်အတိုင်း
 စိပ်ပါလေ။

ညွှန်ကြားချက်စည်းမျဉ်း

- ၁။ ပန်းရေချမ်း အမွှေးတိုင် ရွှေတိုင် နံ့သာတိုင်တို့ဖြင့် ရှင်တော် ဘုရားအား ပုတီးစိပ်သောအခါတိုင်း တင်လှူပူဇော်ပြီးလျှင် သိကြားမင်း၊ သာသနာစောင့် နတ်မင်းကြီးလေးပါး၊ သူရဿတီ မယ်တော်ကြီး၊ အရှင်မြတ်တို့ ဘိုးတော်တို့ကိုလည်း တစ်တိုင်စီ ပေးပါလေ။
- ၂။ အဓိဋ္ဌာန်ငါးပါးသီလ ခံယူပြီးနောက် မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို ရတနာ သုံးပါးအား စွန့်လှူထားရခြင်း၊ ငါးပါးသီလကို အမြဲမပြတ် လုံခြုံစွာ ကျင့်သုံးရခြင်း။
- ၃။ ရသမှုဂါထာများ၊ ပရိတ်တော်များ၊ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ပြီးလျှင် ထိုကောင်းမှုများကို ကိုယ်စောင့်နတ်မှစ၍ သိကြား ဗြဟ္မာ နတ်ဒေဝါအပေါင်းတို့နှင့် အရှင်မြတ်တို့ ဘိုးတော်တို့ကို အမှူး ထား၍ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံသားတို့အား မေတ္တာပို့အမှုပေးဝေ၊ မိမိကလည်း မေတ္တာခံယူရခြင်း။
- ၄။ မိမိစိပ်နိုင်မည့် ပုတီးပတ်အရေအတွက်ကို အဓိဋ္ဌာန်ရခြင်း၊ အဓိဋ္ဌာန်သည့်အတိုင်း နေ့စဉ်မပျက်မကွက်စိပ်ရခြင်း၊ အဓိဋ္ဌာန် ပျက်လျှင် စိပ်ပြီးသောပုတီးပတ်ကို တရားဝင်အရေအတွက်မှ ပယ်၍ အစက ပြန်စိပ်ရခြင်း။

မှတ်ချက် - အဓိဋ္ဌာန်ပုတီးပတ်မှာ ၉ ပတ်၊ ၁၈ ပတ်၊ ၂၇ ပတ်၊ ၃၆ ပတ်၊ ၄၅ ပတ်၊ ၅၄ ပတ်၊ ၆၃ ပတ်၊ ၇၂ ပတ်၊ ၈၁ ပတ်၊ ၉၀ ပတ်၊ ၉၉ ပတ်၊ ၁၀၈ ပတ်၊ စသည်ဖြင့် ကိုးနဝင်းကျေအောင် ခိဋ္ဌာန်ပါ။ အနည်းဆုံး ၉ ပတ်တော့ အဓိဋ္ဌာန်ဖြင့် စိပ်ရမည်။ ၉ ပတ်ထက် လျော့မစိပ်ရ။

၅။ ပုတီးစိပ်နေသောအတွင်းမှာ ကိုယ်နှုတ်ကြမ်းတမ်းမှုမပြုရ၊ လက်ရောက် ကျူးလွန်မှု မပြုရသည့်ပြင် ၈ ရက်၊ လပြည့်လကွယ် ဥပုသ်နေ့များ တွင် နဝင်္ဂဥပုသ်ဆောက်တည်၍ အသက်သတ်လွတ်စားခြင်း၊ မီးလွတ်စားခြင်း၊ သစ်သီးဆွမ်း စားခြင်း၊ ဝစီပိတ်နေခြင်းတို့ကို အစဉ်အတိုင်း ကျင့်သုံးရမည်။ သံဃာတော်များမှာ ခုတင် (၁၃) ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါး ကြိုက်နှစ်သက်ရာဆောင်ရခြင်း၊ အနည်းဆုံး ပတ္တပိုက်ခုတင် ကို ကျင့်ဆောင်ပါလေ။ သိဒ္ဓိစခန်းတက်စဉ် အဆင့်အတန်း တရားဝင် ပုတီးပတ်အရေအတွက်များ။

ပထမအဆင့် ဓမ္မက္ခန္ဓာ (၈၄၀၀၀) ရည်၍ ပုတီးပတ် ၁၅၆ ပတ်၊

ဒုတိယအဆင့်(၂၄၀၀၀၀) ထု မြေဓာတ်ကိုရည်၍ ပုတီးပတ် ၄၄၅ ပတ်။

တတိယအဆင့် ရေဓာတ်ယူနေ (၄၇၀၀၀၀) ထုကိုရည်၍

ပုတီးပတ် ၇၉၁ ပတ်

စတုတ္ထအဆင့် လေဓာတ်ယူနေ (၉၆၀၀၀၀) ထုကိုရည်၍

ပုတီးပတ် ၁၇၇၀ ပတ်

ပဉ္စမအဆင့် မီးဓာတ်ယူနေ (၁၉၂၀၀၀၀) ထုကိုရည်၍

ပုတီးပတ် ၃၅၆၀ ပတ်

သိန္နီတင်သောအနေဖြင့် သိန္နီဂါထာ ပုတီးပတ်ပေါင်းလုံးရေ

တစ်သိန်းစိပ်၍ အလုပ်စခန်း တတိယအဆင့်ကြီး ဂုဏ်တော်

တစ်ပါးပြီးမြောက်တော့သည်။ သိသာရန်၊ ပထမအဆင့်

အခြေစခန်းမှာဖြစ်စေ၊ ဒုတိယအဆင့် အလုပ်စခန်းမှာဖြစ်စေ၊

တတိယအဆင့် ဓာတ်လေးပါးစခန်းမှာဖြစ်စေ ပါရမီအနုအရင့်

အလိုက် အောင်မြင်နိုင်၏။

သိန္နီဂါထာ

ဣတိပိသော ဝိသေသေ ဣ၊ ဣသေသေ ပဋ္ဌာနာမိဣ။

ဣမိနာ ဘုမ္မိ တံ သော ဣ၊ ဣသောတံ ဗုဒ္ဓံပိတိဣ။

သိန္နီတေဇာ သိန္နီဝရာ၊ သိန္နီဇေယျာ သိန္နီကမ္မံ။

သတ္တုပူဇာ လာဘာဝရာ၊ သဗ္ဗေပိယံ ဘဝတုမံ။

(ဤဂါထာကို ပုတီးပတ် ၁၁၇ ပတ်စိပ်လျှင် သိန္နီတစ်သိန်း

ပြည့်တော့၏)

အကျယ်ကို (ငါတို့ရေးသော ပုတီးစိပ်ကျမ်း)တွင် ကြည့်လေ။

အထူးမှတ်ချက် သုဂတော (၅) ချက် ပုတီးစိပ်သည်အတိုင်း
ဂုဏ်တော် (၁၂) ပါးကို စိပ်လေ၊ ဂုဏ်တော် (၁၂) ပါးကား
သုဂတော (၅) ချက်၊ အရဟံ၊ အ ရဟံ၊ အရ ဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ၊
ဝိဇ္ဇာစရဏ သမ္ဗန္ဓော၊ သုဂတော (၉) ချက်၊ လောကဝိဒ္ဓါ၊ အနတ္တရော
ပုရိသ ဒမ္မဿရထိ၊ သတ္တာဒေဝ မနုဿနံ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊ ဤဂုဏ်တော်
(၁၂)ပါးကို သုဂတော (၅) ချက်အတိုင်းတက်၍ စိပ်ရမည်ဟု အထူး
မှတ်လေ။

အထူးသတိပေးချက်

- တစ်ဆင့်ပြီးတိုင်း တစ်ဆင့်ပြီးတိုင်း ကန်တော့ပွဲ ပန်း ရေချမ်း
ဆွမ်းတော်ပွဲ အမွှေးတိုင်တို့ဖြင့် တတ်အားသမျှ မြတ်စွာဘုရားကို
တင်လှူ ပူဇော်၍ နောက်တစ်ဆင့်တက်လေ။

မသိနားမလည်တာ ရှိသေးပါက သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်
စံထားဆရာတော် အရှင်ဝါယာမာဘိဝံသမထေရ်ထံ လာရောက်မေးမြန်း
လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။

- ဂရဟာစ ပသံသာစ၊ အနိစ္စ တာဝ ကာလိကာ။
- အပ္ပကာစေကဒေသာဝ၊ န တာဏှက္ခေယျံ ပဏ္ဍိတာ။
- ဓမ္မာ ဓမ္မံ ဣက္ခေယျ၊ အတ္တာ နတ္ထံ ဟိဘာတိကံ။
- ဂရဟာစ-ကဲ့ရဲ့ရှုံ့ချခြင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ ပသံသာစ-

ချီးမွမ်း တင်မြှောက်ခြင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ အနိစ္စ-အမြဲမရှိကြကုန်၊
 တာဝ ကာလိကာ-အခိုက်အတန့်ခဏကလေးသာ တည်ကြကုန်၏။
 အပ္ပကာစ-အနည်းအကျဉ်းသာ ဖြစ်ကြကုန်၏။ ဧကဒေသာစ-လူအားလုံး
 တို့နှင့်မဆိုင်၊ တစ်စိတ်တစ်ဒေသသာ ဖြစ်ကုန်၏။ ပဏ္ဍိတော-တရား
 မြင်သိ ပညာရှိသည်၊ တာ-ထိုကဲ့ရဲ့ခြင်း ချီးမွမ်းခြင်းတို့ကို၊ နက္ကက္ခေယျ-
 မကြည့်ရှုရာ၊ ဓမ္မာဓမ္မဝ-တရားလမ်း ကျသည် မကျသည်ကိုသာလျှင်
 အတ္တာနတ္တံ၊ အကျိုးရှိသည်မရှိသည်ကိုသာလျှင်၊ ဟိတံဟိတာဝ-
 အစီးအပွားဖြစ်သည် မဖြစ်သည်သာလျှင်၊ ဣက္ကက္ခေယျ-ပညာမျက်စိဖြင့်
 ကြည့်ရှုရာ၏။

(ဤမိန့်ခွန်းတော်ကို သတိပြုလေ)

မဂ်လမ်း ကိုဖြစ်စေ၊ ထွက်လမ်းကိုဖြစ်စေ၊

ထွက်လမ်းမှ မဂ်လမ်းကိုဖြစ်စေ၊

လမ်းသုံးသွယ်ကို သွားနိုင်သော သင်္ခေပ ပုတီးစိပ်နည်းပြီး၏။

ဤကောင်းမှုကြောင့် ပုဒိအာနှင့် ပြည့်စုံရပါလိမ့်။



ပူတီးခိပ်ရန် ဂုဏ်တော် (၁၂) ပါး ဂါထာတော်များ

အရဟံ (ဂ) ချက် တန်ခိုးကြီးသော ဂါထာ

- (၁) အရဟော နာမသမ္ပုဒ္ဓေါ အရဟော ဂုဏလာဘိကော။
 အရဟော ပကတော လောကေ၊ အရဟော မာရဝိဇ္ဇယော။
 အရဟောတိ နာမေနပိ၊ အရဟော ပါပံ နကာရယိ။
 အရဟတ္ထဖလံ ပတ္ထော၊ အရဟော နာမ တေ နမော။

အ ရဟံ (ဂ) ချက် ပယောဂဟူသမျှနိုင်သော ဂါထာ

- (၂) အရဟော နာမ သမ္ပုဒ္ဓေါ၊ အရဟော ဂုဏလာဘိကော။
 အရဟော ပကတော လောကေ၊ အရဟော မာရဝိဇ္ဇယော။
 အရဟောတိ နာမေနပိ၊ အရဟော ပါပံ နကာရယိ။
 အရဟတ္ထဖလံ ပတ္ထော၊ အရဟောနာမ တေ နမော။

အရ ဟံ (ဂ) ချက် ဘေးရန် ကာကွယ်နိုင်သော ဂါထာ

- (၃) အရဟော နာမ သမ္ပုဒ္ဓေါ၊ အရဟော ဂုဏလာဘိကော။
 အရဟော ပကတော လောကေ၊ အရဟော မာရဝိဇ္ဇယော။
 အရဟောတိ နာမေနပိ အရဟော ပါပံ နကာရယိ။
 အရဟတ္ထဖလံ ပတ္ထော၊ အရဟော နာမ တေ နမော။

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ(ဂ)ချက် ပညာရှိသောဂါထာ

(၄) သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓေါ သဗ္ဗညု၊ သမ္မာ လောကုတ္တရာ နဝ။
 သမ္မာခိဏာ သဝေါဟံသာ၊ သမ္မာစမာရ ဝိဇ္ဇယော။
 သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဉ ဣဏေန သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ ဒေသကော။
 သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ လောကသ္မိ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ တေ နမော။

ဝိဇ္ဇာစရဏ(ရ)ချက် ကောင်းမကောင်းဆင်ခြင်နိုင်သောဂါထာ

(၅) ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗုဒ္ဓော၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသာကရော။
 ဝိဇ္ဇာတနေကောသဗ္ဗညု၊ ဝိဇ္ဇာစ မာရဝိဇ္ဇယော။
 ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗုဒ္ဓော၊ တိသောဝိဇ္ဇာ ပကာသိတာ။
 ကာလတယ သမ္ဗုပ္ပန္နာ၊ ဝိဇ္ဇာစရဏ တေ နမော။

သုဂတော(ဇ)ချက် ဘေးရန်ကင်း၍ချမ်းသာခြင်းနှင့် ပြည်စုံနိုင်သောဂါထာ

(၆) သုဂတော နိဗ္ဗာ နံယာတိ၊ သုဂတော လောကနာယကော။
 သုဂတော လောကသာမိကော၊ သုဂတော မာရဝိဇ္ဇယော။
 သုဂတော သုဂတဌာနံ၊ သုဂတော သုန္ဓရံဝိစ။
 သုဂတော နိဗ္ဗာနံယာတိ၊ သုဂတော တေ နမော နမော။

လောကဝိဒ္ဓ (၈) ချက် အကျိုးပြီးသောဂါထာ

(၇) လောကဝိဒ္ဓ တိလောကဿ၊ လောကသိဒ္ဓိ ပဘာဝိတော။
လောကဂုဏောမဟာဝိရော၊ လောကဂ္ဂေါ မာရဝိဇ္ဇယော။
လောကဝိဒ္ဓတိ နာမေန၊ အပ္ပဋိဟတဉာဏတော။
သင်္ခါရ သတ္တမောကာသံ၊ လောကဝိဒ္ဓတိ တေနမော။

ပုရိသ (၃) ချက်၊ ဒမ္မသာရထိ(၄)ချက် အလိုခပ်သိမ်း
ပြည့်စုံနိုင်သော ဂါထာ

(၈) ပုရိသေဖရသေဗာလေ၊ ပုရိသဒမ္မသာရထိ။
ပုရိသောစ ဓမ္မောကာသေ၊ ဓမ္မေန မာရဝိဇ္ဇယော။
သာရထိကေ မေကဿ၊ သာရထိန သမောဇိန။
သာရတိသဗ္ဗလောကဿ၊ သာရထိနာမ တေ နမော။

သတ္တာ(၈) ချက် သောကကင်း၍ စိတ်ကောင်းရရှိသောဂါထာ

(၉) သတ္တာဒေဝ မနုဿနံ၊ သတ္တာဒေဝ တြိဘူဝနံ။
သတ္တာဒေဝ မုနိနာမ၊ သတ္တာစ မာရဝိဇ္ဇယော။
သတ္တာဒေဝ မနုဿာနံ၊ သတ္တာဟောတိ စ သောမုနိ။
သတ္တာစရိ ပုမညာနံ၊ သတ္တာဒေဝ စ တေ နမော။

ဗုဒ္ဓေါ(၈)ချက် ဖေါက်ပြန်ပျက်စီးခြင်းငှာမစွမ်းနိုင်သောဂါထာ

(၁၀) ဗုဒ္ဓေါ သဗ္ဗေပိ တေ ဓမ္မေ ဗုဒ္ဓေါ ဉာဏဿ သမ္ပုဒ္ဓေါ။
ဗုဒ္ဓေါနာမ တိလောကသ္မိ၊ ဗုဒ္ဓေါ စ မာရ ဝိဇ္ဇယော။

ဗုဒ္ဓေါ ဗုဒ္ဓေါတိ သစ္စာနိ၊ စတုသစ္စေ ပကာသိတော။

သစ္စံ ဗုဒ္ဓေနဿဉာဏော၊ ဗုဒ္ဓေါစ နာမ တေ နမော။

ဘဂဝါ(၉)ချက်ဆင်းရဲကင်း၍ဘုန်းကျက်သရေနှင့်ပြည့်စုံသောဂါထာ

(၁၁) ဘဂ္ဂသဝေါ သမ္မာဒက္ခေ၊ ဘဂ္ဂရာဂေါ သမ္မတတ္ထော။

ဘဂ္ဂပါပေါစ ကုသလော၊ ဘဂ္ဂဝါ မာရ ဝိဇ္ဇယော။

ဘဂ္ဂရာဂေါ ဘဂ္ဂဒေါသော၊ ဘဂ္ဂမောဟော အနာသဝေါ။

ဘဂ္ဂသံသာရ မဂ္ဂကော၊ ဘဂ္ဂဝါ နာမ တေ နမော။

ဤဂုဏ်တော်(၁၁)ပါး ဂါထာများနှင့် သုဂတော(၅)ချက် ဂါထာကိုပေါင်းသော် ဂုဏ်တော်(၁၂)ပါး ဖြစ်၏။ ပုတီးရေတွက်ပုံမှာ အရဟံ(၈)ချက် ဂါထာတစ်ပုဒ်ဆုံးလျှင် တစ်လုံးချစိပ်။ ပုတီး တစ်ပတ်ရသော် အရဟံ(၈)ပတ် စိတ်ပြီးသား ဖြစ်ပါသည်။ ဤနည်းအတိုင်း ကျန်ဂါထာများကိုလည်း မှတ်ပါလေ။

သိဒ္ဓိတင်သောအနေဖြင့် သိဒ္ဓိဂါထာ ပုတီးပတ်လုံးရေ တစ်သိန်းစိပ်၍ အလုပ်စခန်း တတိယအဆင့်ကြီး ဂုဏ်တော်တစ်ပါးပြီး၏။ အထူးသိသာရန် - ဤ (၁၂) ပါး ဂုဏ်တော်ဂါထာများသည် နှစ်ပေါင်း ၃၅၀ ကျော်လောက်က ရေးသားထားခဲ့ခြင်းကြောင့် အဆင့်ဆင့် ပေစာများ ကူးရေးရာတွင် ချွတ်ယွင်းလာကြ၍ ကျွန်ုပ်သည် တတ်စွမ်းသမျှ သဒ္ဓါ အလင်္ကာ ဆန်းနည်းတို့ဖြင့် သုတ်သင်စိစစ်ပြီး စက်တင်ပုံနှိပ်ကြောင်း သိစေအပ်ပါသည်။

အထူးတိုက်တွန်းချက်

ကျော်ကြားနေသော ပုဂ္ဂိုလ်အသီးသီးတို့ထံ ဆည်းကပ်၍ ဘေးအန္တရာယ်များကင်းငြိမ်းစေရန် မေတ္တာခံယူခြင်းသည် ကောင်းမြတ်ပါ၏။ ထို့ထက် မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာ ဘာဝနာကို မိမိကိုယ်တိုင် ပွားများအားထုတ်ပါက အထူးကောင်းမြတ်ပေ၏။ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ သင်ရလိုက်တာကို ရ ရပေ၏။ မမြင်ဖူး၊ မကြားဖူး၊ မတွေ့ဖူး၊ မခံစားဖူးသော တရားထူးများကို ရ ရမည် ကေန့်ဖြစ်သောကြောင့် သူများထံ လက်ခံတောင်းနေမည့်အစား မိမိကိုယ်တိုင် ကြိုးစားအားထုတ်ရန် အထူးတိုက်တွန်းရပေသည်။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့်

ပဓာနိယင်္ဂ်တရား ငါးပါးတို့ကို သမထစခန်း၊ ဝိပဿနာစခန်းတို့ဖြင့် ကြိုးပမ်းပွားများ အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သော့ချက်တရားကြီးကို သိစေလိုသည်။

- (၁) သဒ္ဓါ = ယုံကြည်မှု
- (၂) အပ္ပဗာဓာ = အနာရောဂါကင်းစင်မှု
- (၃) အသဌတာ = စိတ်ထားဖြောင့်စင်းမှု
- (၄) အာရဒ္ဓဝီရိယတာ = ကြိုးကြိုးစားစားအားထုတ်မှု
- (၅) ဥဒယတ္ထဂါမိနိပညာ = ဖြစ်ပျက်မှုသို့ဆိုက်အောင် ရှုမြင်နိုင်သောပညာ

(၁) ယုံကြည်မှုဆိုသည်မှာ ရတနာသုံးပါး၌ မဆုတ်မနစ်ဘဲ တကယ် မွန်မြတ်သောစိတ်ထားဖြင့် ကြည်ညိုမှုသဒ္ဓါကို ဆိုလိုသည်။ ဆုတ်နစ်သောသဒ္ဓါကို လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက ယခုကာလ သူသူငါငါ ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ စသော အလုပ် များသည် ဟန်သာများတတ်၏။ တကယ် သဒ္ဓါရှားပါး၏။ ဒါနပြုလုပ်သောအခါ၌ သူတစ်ပါးချီးမွမ်းအောင်၊ ဂုဏ်ရှိအောင် ပြုလုပ်သည်လည်း ရှိတတ်၏။ မလွှဲသာ၍ ပြုလုပ်သည်လည်း ရှိတတ်၏။ ဤဒါနမျိုးကို ဟန်ဒါနဟုခေါ်သည်။ သီလဆောက် တည်သောအခါလည်း လူရိုသေအောင်၊ လူချီးမွမ်းအောင် ဆောက်တည်သည်လည်းရှိ၏။ လပြည့်လကွယ် သီတင်းနေ ကြိုလျှင် အခြားလူများက အုတ်အော်သောင်းတင်းထွက်၍ ဥပုသ်စောင့်ဖြစ်သောကြောင့် ယောင်၍ စောင့်သည်လည်းရှိ၏။ ထိုသီလမျိုးကို ဟန်သီလဟု ခေါ်သည်။ သီလယောင်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ သီလကြောင်ဟူ၍လည်းကောင်း ခေါ်ကြသေး ၏။ ဘာဝနာပွားသောအခါ၌လည်းကောင်း ထိုသူသည် အလွန်တရာကို အားထုတ်ပေ၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာများနှင့် မွေ့လျော်၏ဟူ၍ ကျော်စောသတင်းကိုလည်း ပြုတတ်၏။ သူများ ဘာဝနာပွားများနေသည်ကို မြင်ဖူးသဖြင့် ဣန္ဒြေရစွာ ဟန်ပန်ကောင်းကောင်းနှင့်ထိုင်ပြီးလျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ

စီးဖြန်းသည့်ဟန်လည်း ပြုတတ်၏။ မိမိစိတ်ကဖြင့် ဘယ်သို့
လေလွင့်သည်မဆို၊ ဤသို့ပွားများသော ဘာဝနာသည်
ဟန်ဘာဝနာ မည်၏။ အကယ်သိသိ သဒ္ဓါရှိလို့မဟုတ်ဟု
မိန့်မြွက်တော်မူသည်ကို သတိပြုကြပါ။

(၂) အနာရောဂါကင်းရှင်းမှုဆိုသည်မှာ အားထုတ်စဉ် လစ်ဟင်းမှု
မရှိအောင် ဣရိယပုတ်လေးပါး ညီမျှစွာနှင့် စားသောက်သမျှ
တို့ကို ကျေချက်နိုင်အောင် ပါစကတေတေနှင့် ပြည့်စုံနိုင်မှု။

(၃) စိတ်ထားဖြောင့်စင်းမှုဆိုသည်မှာ မိမိအပြစ်ရှိလျှင် အပြစ်အား
လျော်စွာ မကွယ်မဝှက် ဖြောင့်ချက်ပေး ဝန်ခံမှု။

(၄) ကြီးကြီးစားစား အားထုတ်မှုဆိုသည်မှာ အသွေးအသားကုန်ခန်း
သွားပါစေ၊ အသက်သေပါစေ၊ မပေါက်ရောက်သမျှ မနေဟု
တကယ့်ဝီရိယဖြင့် ထက်သန်ကြီးစား အားထုတ်မှု။

(၅) ဆရာပြုသည့်အတိုင်း ဉာဏ်စူးစိုက်၍ ရုပ်တရားဉာဏ်တရားတို့၏
ဖြစ်ပျက်ကုန်ခြင်းတိုင်အောင် မိမိရေမြင်နိုင်မှု၊ ဤငါးပါးကို
လယ်တီဆရာတော်ဘုရားက လင်္ကာရေးသားထားတော်မူ
သည်မှာ-

ယုံကြည်ကျန်းမာစိတ်ဖြောင့်စွာဖြင့် ဥဿတမူပညာရှုသည်
ငါးခုပစာ နိယာဂ်တည်း။ (လယ်တီဆရာတော်)

မိုးကုတ်ဆရာတော် ဦးဝိမလ ကလည်း
တရားနှင့်ဝေးကြောင်း ငါးပါးကို မိန့်ထားပြန်သည်မှာ

မစွန့်ကာမ၊ ဆရာမရှိ၊ ဝီရိယလျော့၊ အင်အားပျော့ခါ၊
လွန်စွာယူမှား ဤငါးပါးသည် တရားမဂ်ဖိုလ်ဝေးကြောင်းတည်း။

ကျော်အောင်စံထား ဆဋ္ဌမမြောက် ဆရာတော်ဘုရားကလည်း

ဝိပဿနာအပြောသမားတို့ကို သဘောတရားဖြင့် ဆုံးမတော်
မူပြန်သည်မှာ ဆေးစား၍ အစာမရှောင်၊ အမှားကောင်နှင့်အစွဲ၊
ဝိပဿနာနှင့် တွဲပါသော်လည်း၊ ဒါနကမ္မဲ သီလကမမြဲ၊ သမထကမစွဲ၊
ထိုအကြောင်းခံ လွဲသောကြောင့် ဆင်းရဲပင်ပန်းကြီးစွာ ထဘီခြံခွာဖို့
လွန်ခက်ခဲ၊ ထဘီခြံထဲက ဝိပဿနာ နိဗ္ဗာန်နှင့်အလွန်ဝေးကွာ၊
မဂ်ယောင်ယောင် ဖိုလ်ယောင်ယောင်စကား၊ ကြွားဝါ၍ပြောဆိုတာ
နိမ့်သော နောင်မှသိမှာ သေလျှင်စိတ်ချ ဒိဋ္ဌအဝီစိသွားရမှာ။

နိဂုံးချုပ်စကား

“ဘာဝေသိ ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာနံ အနတ္တရံ၊ အမြတ်ဆုံး
ဖြစ်သော ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းကို သင်နန္ဒရသေ့သည်
ပွားများပါလော” အပါဒါန်ကျမ်း၌ ရှင်တော်မြတ်စွာဘုရားသည်
ကိုယ်တော်တိုင် အမိန့်ရှိထားသည်ကိုလည်းကောင်း၊ အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော
ဗုဒ္ဓါနုဿတိဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နေရာမရွေး ပွားများနိုင်ကြောင်း

အင်္ဂုတ္တပါဠိတော်၌ ဟောတော်မူသည်မှာ ဣဒံခေါ မဟာနာမ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ
 ဂစ္ဆန္တော ဘာဝေယျာဘိ။ ဌိတောပိ ဘာဝေယျာသိ။ နိသိန္ဓောပိ
 ဘာဝေယျာသိ၊ ဘယာနော ဘာဝေယျာသိ၊ ယံကမ္မ တံ အဓိဌ ဟန္တေပိ
 ဘာဝေယျာသိ။ မဟာနမ်၊ သင်သည် ကေနစင်စစ် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ
 ကမ္မဋ္ဌာန်းကို သွားရင်းလာရင်းသော်လည်းကောင်း ပွားများရာ၏။ ရပ်နေ
 ရင်းသော်လည်းကောင်း ပွားများရာ၏။ ထိုင်နေရင်းသော်လည်းကောင်း
 ပွားများရာ၏။ အိပ်နေရင်းသော်လည်းကောင်း ပွားများရာ၏။ မည်သည့်
 ကိစ္စကိုမဆိုပြုလုပ်ရင်း ဆောင်ရွက်ရင်း ပွားများရာ၏ဟု မိန့်တော်မူ
 သည်မှာ ထောက်ထား၍သော်လည်းကောင်း၊ အချိန်မရွေး နေရာမရွေး
 ဘုရားကို အာရုံပြု၍ ပွားများသည်ရှိသော် တစ်ခုခုကြည့်လိုမြင်
 ပရိကမ္မနိမိတ်ပင် ဆိုသည့်အတိုင်း ဘုရားပုံတော်မြင်လာလျှင် ပရိကမ္မ
 နိမိတ်ဟုမှတ်၊ စိတ်ထဲရင်ထဲ ဝင်အောင်စွဲ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ပဲဟု ဆိုသည့်
 အတိုင်း စိတ်ထဲမှာစွဲစွဲမြဲမြဲမြင်လာလျှင် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ဟုမှတ်၊ စွဲသည်
 ထက်စွဲ ဝင်အောင်စွဲ ပဋိဘာဂနိမိတ်ပဲ ဟူသော စကားအရ ပဋိဘာဂ
 နိမိတ်ပေါ်လာလိမ့်မည်။ ထိုနိမိတ်သည် တဖြည်းဖြည်း လင်းသည်ထက်
 လင်းပြီး ပညာမျက်စိဖြင့်ပေါ်လာနိုင်ရိုး အမှန်ကေနက်ပင် ဖြစ်ပေသည်။
 သြဘာသပိတိ စသော ညစ်ညူးကြောင်း၊ ၁၀ ပါးသို့မလိုက်ဘဲ
 ဥပါဒ်ဖြစ်ဆဲခဏ၊ ဌိတည်ဆဲ ခဏ၊ ဘင်ပျက်ဆဲခဏမျှဟုသာရှုပါ။
 ဤသို့ရှုလျှင် ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်လေသည်။

ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် လောကီလောကုတ္တရာ အကျိုးနှစ်ဖြာကို ပြီးစီးနိုင်ကြောင်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၌ ဟောပြထားသည်မှာ

- ၁။ န ကိလေသ ပရိဟုဠံ၊ စိတ္တံ ဥဇ္ဇက မေ ဝစ
ဗုဒ္ဓေသ ဂါရဝေါ ဟောတိ၊ သဒ္ဓါဒိ ဝိပုလော ဘဝေ။
- ၂။ ပိတိပါမောဇ္ဇ ဗဟုလော၊ ဒုက္ခံ သဟတိ ဘောရဝံ။
စေတိယ ဃရသဒိသော၊ သဟဝါသောစ သတ္ထုနာ။
- ၃။ ဟိရောတ္ထပ္ပ မုပဋ္ဌာတိ၊ နမ တေ ဗုဒ္ဓဘူမိယံ။
ဥဒ္ဓမ္မပ္ပင်္ဂဝိဇ္ဈန္တော၊ သော သုဂတိ ပရာယနော။

- (၁) ကိလေသာတို့ ထိုးကျင့်နှိပ်စက်အပ်သောစိတ် မရှိခြင်း။
- (၂) ဖြောင့်မတ်သောစိတ် ရှိခြင်း။
- (၃) မြတ်စွာဘုရားအပေါ်၌ ရိုသေကျိုးနွံခြင်း။
- (၄) သဒ္ဓါတရား ပြန့်ပြောခြင်း။
- (၅) သတိ၏ ပြန့်ပြောခြင်း။
- (၆) ပညာ၏ ပြန့်ပြောခြင်း။
- (၇) ကောင်းမှု၏ ပြန့်ပြောခြင်း။
- (၈) များစွာ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ခြင်း။
- (၉) ဆင်းရဲဟူသမျှကိုလည်းကောင်း၊ ကြောက်မက်ဖွယ်ရာဘေး ဟူသမျှကိုလည်းကောင်း သည်းခံနိုင်ခြင်း။
- (၁၀) စေတီအိမ်ကဲ့သို့ လူ နတ် ဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ ပူဇော်ခြင်းတို့ ထိုက်ခြင်း။

(၁၁) မြတ်စွာဘုရားနှင့် အတူနေရ၏ဟူသော အမှတ်သညာကို ရခြင်း။

(၁၂) မသင့်တင့် မလျောက်ပတ်သော ဝိတိက္ကမ ဝိရမိတဗ္ဗဝတ္ထုကို ကျူးလွန်မည်ပြုလိုက်လျှင် မြတ်စွာဘုရား၏ ရှေ့တော်မှောက် ကဲ့သို့ ရှက်ခြင်း၊ ကြောက်ခြင်း၊ နှစ်ပါးထင်လာရခြင်း။

(၁၃) မြတ်စွာဘုရားအပေါ်၌ စိတ်ညွတ်ခြင်း။

(၁၄) သစ္စာလေးပါးတရားကို မသေမီအတွင်း ထွင်းဖောက်၍ မရသေးသည် ရှိသော် သုဂတိဘုံသို့ ရောက်ရခြင်းဟူသော လောကီအကျိုးကို လည်းကောင်း။

သောတာပတ္တိ မဂ္ဂံ ဒေတီ၊ သောတာပတ္တိ ဖလံ ဒေတီ။

သကဒါဂါမိ မဂ္ဂံ ဒေတီ၊ သကဒါဂါမိ ဖလံ ဒေတီ။

အနာဂါမိ မဂ္ဂံ ဒေတီ၊ အနာဂါမိ ဖလံ ဒေတီ။

အရဟတ္တ မဂ္ဂံ ဒေတီ၊ အရဟတ္တ ဖလံ ဒေတီ။

ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းမည်သည် သောတာပတ္တိမဂ်တည်း

ဟူသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကိုလည်းကောင်း။ သောတာပတ္တိဖိုလ်တည်းဟူသော

ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကိုလည်းကောင်း ပေးစွမ်းနိုင်၏။ သကဒါဂါမိမဂ်တည်း

ဟူသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို ပေးစွမ်းနိုင်၏။ သကဒါဂါမိဖိုလ်တည်းဟူသော

ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို ပေးစွမ်းနိုင်၏။ အနာဂါမိမဂ်တည်းဟူသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို

ပေးစွမ်းနိုင်၏။ အနာဂါမိဖိုလ်တည်းဟူသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို ပေးစွမ်းနိုင်၏။

အရဟတ္တမဂ်တည်းဟူသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို ပေးစွမ်းနိုင်၏။ အရဟတ္တ

ဖိုလ်တည်းဟူသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ကို ပေးစွမ်းနိုင်၏ဟု ကေနိပါတ်အဋ္ဌကထာ
 လာသည်ကိုလည်းကောင်း၊ ထိုကေနိပါတ် အင်္ဂုတ္တိုရ် ပါဠိတော်၌ပင်
 ဧကော ဓမ္မော ဘိက္ခဝေ ဘာဝိကတော ဗဟုလီကတော။ ဧကန္တနိဗ္ဗဒါယ
 ဝိရာဂါယ နိရောဓာယ ဝုပသမာယ အဘိညာယ သမ္မောဓာယ
 နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္ထိတိ။ ကတမော ဧကော ဓမ္မော။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ။
 အယံ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဧကောဓမ္မော ဘာဝိတော ဗဟုလီကတော
 ဧကန္တနိဗ္ဗဒါယ ဝိရာဂါယ နိရောဓါယ ဝုပသမာယ အဘိညာယ
 သမ္မောဓာယ နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္ထိတိ။

ချစ်သား ချစ်သမီးတို့ . . . တစ်ပါးသောတရားကို နိဗ္ဗာန်ကို
 အာရုံထား၍ ပွားများစေအပ်သည်။ ကြိမ်ဖန်များစွာ အလေ့အလာ
 ပြုအပ်သည်ရှိသော် သံသရာ၌ စင်စစ်ငွေ့ရခြင်း၊ နိဗ္ဗဒါဉာဏ်အကျိုးငှာ
 လည်းကောင်း၊ ရာဂကင်းရ နိဗ္ဗာန်အကျိုးကိုလည်းကောင်း၊ ရာဂချုပ်ရာ
 နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ ကိလေသာ၏ ငြိမ်းအေးနိဗ္ဗာန် အကျိုးငှာ
 လည်းကောင်း၊ သစ္စာလေးပါးကိုသိတတ်သော မဂ်ဉာဏ်အကျိုးငှာ
 လည်းကောင်း၊ သံသရာ၌ အိပ်ပျော်ရာမှ ကောင်းစွာနိုးကြောင်းဖြစ်သော
 မဂ်ဉာဏ်အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ တဏှာမှ လွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်
 အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ ဖြစ်စေသော တစ်ပါးသောတရားဟူသည်
 အဘယ်တရားပေတည်း။ တစ်ပါးသောတရားဟူသည် မြတ်စွာ
 ဘုရား၏ဂုဏ်တော်ကို အဖန်ဖန်အောက်မေ့ခြင်းဟူသော ဗုဒ္ဓါနုဿတိ

ကမ္မဋ္ဌာန်းပေတည်း။ ချစ်သား ချစ်သမီးတို့ ဤတစ်ပါးသော ဗုဒ္ဓါနုဿတိ တရားသည်ပင်လျှင် နိဗ္ဗာန်ကိုအာရုံပြု၍ ပွားများအပ်စေသည်။ ကြိမ်ဖန်များစွာ အလေ့အလာ ပြုအပ်သည်ရှိသော် သံသရာ၌ စင်စစ် ငြီးငွေ့ခြင်း နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ ရာဂကင်းရာ ရာဂချုပ်ရာ ကိလေသာ၏ ငြိမ်းအေးရာ နိဗ္ဗာန် အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ သစ္စာလေးပါးကို သိသောမဂ်ဉာဏ်အကျိုးငှာလည်းကောင်း၊ သံသရာ၌ အိပ်ပျော်နေရာမှ ကောင်းစွာနိုးကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်အကျိုးငှာ လည်းကောင်း၊ တဏှာမှလွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်အကျိုးကိုလည်းကောင်း ဖြစ်ပေ၏။

တသ္မာ ဟဝေ အပ္ပမာဒံ၊ ကယိရာထ သုမေဓသော။

ဧဝံ မဟာနုဿဝါယ၊ ဗုဒ္ဓါနုဿတိယာ သဒါ။

ထိုသို့ လောကီ လောကုတ္တရာ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်အကျိုးတရားများကို ရနိုင်သည့်အဖြစ်ကြောင့် ကောင်းသော ပညာရှိသော အမျိုးသားသည် အမှန်စင်စစ် ဤသို့များလှစွာသော လောကီ လောကုတ္တရာ ဝိဇ္ဇာဉာဏ် အကျိုးတရားများကို ရနိုင်သော အစွမ်းသတ္တိရှိသော မြတ်စွာဘုရား ဂုဏ်တော်ကို အဖန်ဖန်အောက်မေ့ခြင်းဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်၌ အခါခပ်သိမ်း မမေ့မလျော့ မပေါ့ဆခြင်းကို အားသွန်ခွန်စိုက် ပြုလုပ် ကြရာသတည်း။

ထိုကဲ့သို့ မဟာအကျိုးအမြတ်ကြီး ရရှိလာပါရန် သိနိုင်သော

ပညာရအောင်ရှာပြီး သိအောင်လုပ်ပါ။ ရအောင်ကျင့်ပါ။ မြင်အောင်ပွားပါ။
ကြားအောင် ဆင်ခြင်ပါ။ အပြောမကြီးပါနှင့်။ အအိပ်မကြီးပါနှင့်။ အစား
မကြီးပါနှင့်။ အပြစ်တင် မစောပါနှင့်။ သဘောထားကြီးကြီးထားဟု
သတိပေး၍ အထူးနလုံးသွင်းစေလိုပါသည်။

- သတိ - သစ္စာလေးပါး တရားအဟုတ်သိမှ ဘုရားစစ်မှန်၏။
- ပရမတ္ထ သဘာဝကို တကယ်သိမှ တရားစစ်မှန်၏။
- ဓမ္မအမွေခံ ရဟန်းဖြစ်မှ သံဃာစစ်မှန်၏။
- သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ် တကယ်သိမှ အယူစစ်မှန်၏။
- ကလျာဏပုထုဋ္ဌေ အနည်းဆုံးဖြစ်မှ လူစစ်မှန်၏။

ဤကမ္ဘာလောကကြီး၌ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါဟူသည်

- လူချင်းတူသော် လည်း ဉာဏ်ချင်းမတူ၊
- ဉာဏ်ချင်းတူသော်လည်း ပါရမီချင်းမတူ၊
- ပါရမီချင်းတူသော်လည်း ဝီရိယချင်းမတူ၊
- ဝီရိယချင်းတူသော်လည်း သတိချင်းမတူ၊
- သတိချင်းတူသော်လည်း သမာဓိချင်းမတူ၊
- သမာဓိချင်းတူ သော်လည်း ပဋ္ဌာန်းဆက်ချင်းမတူ၊
- ပဋ္ဌာန်းဆက်ချင်းတူသော်လည်း ဆုတောင်းချင်းမတူ။

ထို့ကြောင့် အကျိုးပေး ဘုန်းကံချင်းမတူ။ အကျိုးပေး
ဘုန်းကံကြီးမြင့်လာစေရန် မဆုတ်မနစ်သော ပေးလှူမှုသဒ္ဓါ၊ မကျိုးပေါက်
သော စောင့်ထိန်းမှုသီလရှိလျှင် သမာဓိနိုင်ရာ၏။

- သမာဓိနိုင်မှ စိတ်ကိုပိုင်သည်။
- စိတ်ကိုပိုင်မှ နတ်ကိုနိုင်သည်။
- နတ်ကိုနိုင်မှ ဓာတ်ကိုပိုင်သည်။
- ဓာတ်ကိုပိုင်မှ မနောပေါက်သည်။
- မနောပေါက်မှ ပညာ ရောက်သည်။
- ပညာရောက်မှ ဝိဇ္ဇာဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် သိဒ္ဓိ ကမ္မဇသိဒ္ဓိ ပြည့်စုံရန်လိုသည်။
 ယင်းနှစ်ပါးပြည့်စုံအောင် ဣဒ္ဓိပါဒ် လေးပါး နေ့စဉ်ပွားများပါက
 ရနိုင်သည်။

ငါ၌ တရား ရှိ မရှိ

ငါသိက မှန် မမှန်

ငါကြံတာ ဟုတ် မဟုတ်

ငါလုပ်တာ လျော် မလျော်

ငါသူတော် ကောင်း မကောင်း

အကြောင်းနှင့်တကွ နေ့စဉ်နှင့် အမျှ စိစစ်ပါ။

ကျော်အောင်စံထား၏ မေတ္တာစေတနာ။



သိဒ္ဓိမဟိဒ္ဓိတန်ခိုး တိုးတက်အောင်မြင်စေနိုင်သော
မဟာပရိကံပြု ကန်တော့ကျိုးကြီး

ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တ၊ ပါရမီတော်
အနန္တ စကြာဝဠာ ကမ္ဘာမြေပိုး ဖြန်းဖြန်းကျိုးပျံ တန်ခိုးတော်အနန္တတို့နှင့်
ပြည့်စုံတော်မူသော ဘုရားတည်းဟူသော ရတနာ . . .

ထိုဘုရားတည်းဟူသော ရတနာသည် ဟောတော်မူအပ်သော
ဓမ္မဟု ဆိုအပ်သောအဖြစ်သဘော မမြဲအနိစ္စ၊ အပျက်သဘော မမြဲအနိစ္စ
ဖြစ်ပျက်၍နေသည်ကား ဒုက္ခ၊ ဖြစ်ပျက်၍နေသည်ကို အစိုးမရသည်
ကား အနတ္တ၊ ဤသို့ အားဖြင့် လက္ခဏာရေးသုံးပါးတို့ကို ဝိဇ္ဇာဉာဏ်ဖြင့်
ထင်လင်းစွာ ပိုင်းခြားသိမြင်ခြင်း ဒုက္ခသစ္စာတရား . . . ။

တွယ်တာကပ်ငြိမှု သမုဒယသစ္စာဟု ဆိုအပ်သော ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာ
သမ္မာယုတ်တရားတို့ကို သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့်ပယ်ခြင်း၊ ရာဂ ဒေါသ
မောဟ တို့ကို သကာဒါဂါမိမဂ်ဖြင့်ပယ်ခြင်း၊ ကာမရာဂ ဗျာပါဒတို့ကို
အနာဂါမိမဂ်ဖြင့် ပယ်ခြင်း၊ ရူပရာဂ အရူပရာဂတို့ကို အရဟတ္တမဂ်ဖြင့်
ပယ်ရန်သိခြင်း၊ သမုဒယ သစ္စာတရား။

ဒုက္ခသစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ နှစ်ပါးတို့၏ ချုပ်ရာ နိရောဓသစ္စာဟု
ဆိုအပ်သော တရားကိုယ်အားဖြင့်တစ်ပါး၊ သဥပါဒိသေသ အနုပါဒိ
သေသအားဖြင့် နှစ်ပါး သုညတ အနိမိတ်တ အပဏိဟိတအားဖြင့်
၃ ပါးအပြားရှိသော နိရောဓသစ္စာကို မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်

ပစ္စုကန္တဏှိယံ ဖြင့် မျက်မှောက်ပြု နိုင်ခြင်း နိရောဓ သစ္စာတရား။

ဒုက္ခ၏ချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်း အကျင့်မြတ်ဖြစ်သော
သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ၊ သမ္မာဝါစာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ၊
သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာတိ ဟုဆိုအပ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး
ပွားစေအပ်သော မဂ္ဂသစ္စာတရား။

ဤသို့အားဖြင့် မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ပရိယတ်ဟု
ဆိုအပ်သော ဆယ်ပါးသော တရားမြတ်တည်းဟူသော ရတနာ။

ထိုမြတ်စွာဘုရားသခင်၏ ရွှေရင်တော်အနှစ် သားတော်အစစ်
ဖြစ်တော်မူကြကုန်သော မဂ္ဂဋ္ဌာန် ဖလဋ္ဌာန် ရှစ်တန်ဂုဏ်မြတ် ပြည့်စုံ
အပ်သော သူမြတ်ရှစ်ဖော် အရိယသံဃာတော် အရှင်မြတ်တို့နှင့်တကွ
သီလဝန် ဂုဏ်ဝန် ပညာဝန် အရှင်မွန် အရှင်ကောင်း သမ္မုတိသံဃာ
တော် အပေါင်းတည်းဟူသော ရတနာ။

ဤသို့ပေါင်းအပ် ၃ ပါးသော ရတနာမြတ်ကို ဆည်းကပ်မြတ်နိုး
လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။
ကန်တော့ရသော အကျိုးအားဖြင့်

- ၁။ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသူရကာယ်၊ အပါယ်လေးပါး၊
လောဘ ပွားများ၍ ရှားပါးငတ်မွတ်ခြင်း၊ ဒုက္ခိက္ခန္ဓရကပ်။
- ၂။ ဒေါသမာန်တက်၍ လက်နက်၊ လှံ၊ ဓား၊ ထိပါးပျက်စီးခြင်း
သတ္တန္တရကပ်။

၃။ မောဟမြူးရစ်၍ ဟောင်းသစ်ဝေဒနာ လွန်စွာနှိပ်စက်ခြင်း
ရောဂါ ကန္တရကပ်တည်းဟူသော ကပ်သုံးပါး။

၁။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၊ ရတနာသုံးပါးဆင့် မပွင့်သော ဒေသ။

၂။ ရန်ရင်းကြမ်းတမ်းလှသော ပစ္စန္တရစ်အရပ်။

၃။ နာမ်သာရှိ၍ ရုပ်မရှိသော အရူပ လေးဘုံ။

၄။ ရုပ်သာရှိ၍ နာမ်မရှိသော အသညာသတ်ဘုံ။

၅။ အမိဝမ်းတွင်းက ကန်းခြင်း၊ ထိုင်းခြင်း၊ ဇစ္စန္ဓ ဇစ္စပဓိရာ
အင်္ဂါချို့ယွင်းခြင်း၊ ဝိကလင်္ဂ။

၆။ မှားသောအယူ ယူခြင်း မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ။

၇။ နိရယဂတိ တိရစ္ဆာန်ဂတိ ပေတဂတိ။

၈။ ဘုရားမပွင့်မီအခါ၌ တိဟိတ်ဖြစ်ခြင်း၊ ဗုဒ္ဓါနုပ္ပါဒ တိဟေတုက
ဟုဆိုအပ်သော ရပ်ပြစ်ရစ်ပါး။

၁။ ရေ ၂။ မီး ၃။ မင်း ၄။ ခိုးသူ ၅။ မချစ်မနှစ်သက်သောသူဟု
ဆိုအပ်သော ရန်သူမျိုးငါးပါး။

၁။ ဆင်းရဲယုတ်မာသော အမျိုး၌ဖြစ်ရခြင်း ဂတိဝိပတ္တိ။

၂။ အဆင်းသဏ္ဍာန် ကြန်အင်္ဂါချို့ယွင်းခြင်း ဥပဓိဝိပတ္တိ။

၃။ ဒုရာဇာ၊ ဒုဇနာ၊ ဒုမိတ္တာတို့နှင့် တွေ့ကြုံခြင်း ကာလဝိပတ္တိ။

၄။ မကောင်းသောလုံ့လဖြင့် ရှာကြံရခြင်း ပယောဂ ဝိပတ္တိဟု
ဆိုအပ်သော ဝိပတ္တိတရား လေးပါး။

- ၁။ ဆွေမျိုးတို့ပျက်စီးခြင်း ဥတိဗျသန။
- ၂။ စည်းစိမ်ဥစ္စာ အရာဌာန နိမ့်ကျပျက်စီးခြင်း ဘောဂဗျသန။
- ၃။ အနာရောဂါနှိပ်စက်ခြင်း ရောဂဗျသန။
- ၄။ အကျင့်သီလ ပျက်စီးခြင်း သီလဗျသန။
- ၅။ မကောင်းသောအယူ ဖောက်ပြန်ခြင်း ဒိဋ္ဌိဗျသနဟု ဆိုအပ်သော
ဗျသနတရား ငါးပါး။

အနာမျိုး ၉၆ ပါး၊ ဘေးဆယ်တန် ရန်ဆယ်ပါး၊ မကောင်းသော အနိဋ္ဌဖလဒုက္ခဝေဒနာ အပေါင်းတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည် ဖြစ်၍ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ မျက်မှောက်ပြုရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို လှူဒါန်းခြင်း

(မြတ်စွာဘုရား)၃ တရားတပည့်တော်၏ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ် နှစ်ပါးကို ယခုတရားအားထုတ်ဆဲအခါ၌ မြတ်စွာဘုရားအား နိဗ္ဗာန်ကို ရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား။

အရိယာသံဃာတော် ဖြစ်တော်မူ ကြကုန်သော အရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန်၊ ရှင်မဟာ ကဿပ အစရှိသော ရှစ်ဆယ်သောအရိယာသံဃာတော် အရှင်မြတ်တို့ ဘုရား။ ဘုရားတပည့်တော်၏ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို ယခုတရား

အားထုတ်ဆဲအခါ၌ အရှင်မြတ်တို့အား နိဗ္ဗာန်ကိုရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းပါ၏
အရှင်ဘုရား။

သမ္မုတိသံဃာတော်ဖြစ်တော်မူကြကုန်သော ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃေဿ၊
ရှင်မဟာဗုဒ္ဓတ္ထ၊ ရှင်ဗုဒ္ဓပီယ၊ ရှင်မဟာနန္ဒ၊ ရှင်အရဟံ၊ ရှင်ဓမ္မဒဿိ၊
ရွှေဥမင်ဆရာတော်၊ ညောင်ကန်ဆရာတော်၊ ဝါးချက်ဆရာတော်၊
မင်းကွန်းဆရာတော်၊ လယ်တီဆရာတော်၊ စွန်းလွန်းဆရာတော်၊
ဝေဘူဆရာတော်၊ ကျော်အောင်စံထားဆရာတော် အစရှိသော များစွာ
သော သမ္မုတိသံဃာတော် အရှင်သူမြတ်တို့ဘုရား၊ ဘုရားတပည့်တော်၏
ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးကို ယခုတရားအားထုတ်ဆဲအခါ၌ အရှင်
သူမြတ်တို့အား နိဗ္ဗာန်ကိုရည်မှန်း၍ လှူဒါန်းပါ၏။

မေတ္တာတော်ကို ခံယူခြင်း

ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မြတ်စွာဘုရား၏ မေတ္တာတော်
ကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ခံယူပါ၏။ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော
တရားတော်မြတ်၏ မေတ္တာတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည်
ခံယူပါ၏။ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော သံဃာတော်များ၏ မေတ္တာ
တော်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ခံယူပါ၏။ ကြည်လင်ချမ်းအေး
လှစွာသော ထွက်ရပ်ပေါက်ပုဂ္ဂိုလ် အရှင်သူမြတ်တို့၏ မေတ္တာတော်ကို
ဘုရားတပည့်တော်သည် ခံယူပါ၏။

မိဘတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်ခံယူပါ၏။ ဆရာသမားတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ ဗြဟ္မာမင်းတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ သိကြားမင်းတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ သာသနာစောင့်နတ်မင်းကြီးတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ ဝိဇ္ဇာဇော်ဂျီ တပည့်အပေါင်းတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။

စကြာဝဠာအနန္တ တည်ရှိကြကုန်သော ဘုမ္မစိုး၊ ရက္ခစိုး၊ အာကာကစိုး အစရှိကုန်သော နတ်မင်းများစွာ၊ နတ်ဒေဝါများ၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ သူရဿတီ စန္ဒီ စန္ဒာ အစရှိသော နတ်ဒေဝီတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ သုဇိတာ သုမာလာ အစရှိသော နတ်ဒေဝီတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေး လှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ ဘိုးဘိုးအောင်၊ ဘိုးမင်းခေါင် အစရှိသော ဘိုးတော်တို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာသော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။ အလုံးစုံသော သူတော်ကောင်း သူမြတ်လောင်းဖြစ်ကြကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့၏ ကြည်လင်ချမ်းအေးလှစွာ

သော မေတ္တာတော်ကို အကျွန်ုပ်သည် ခံယူပါ၏။

သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ၌ ကျင်လည်ကြကုန်သော ဝေနေယျ သုခိတ
ဒုက္ခိတ သတ္တဝါအပေါင်းနှင့်တကွ မွေးသမိခင်၊ မွေးသဖခင်၊ ဆရာသမား၊
ဆွေကြီး မျိုးကြီး၊ ဘိုးကြီး ဘွားကြီး၊ အရီး၊ အဒေါ်၊ ဦးကြီး ဦးလေး၊
ဘကြီး ဘထွေး၊ အစရှိကုန်သော ခုနစ်ရက်သားသမီး အပေါင်းတို့အား
လည်းကောင်း၊ ရေမြေသနင်း ပြည့်ရှင်မင်းတို့အားလည်းကောင်း၊
ငရဲသနင်း ယမမင်းတို့အားလည်းကောင်း၊ ဤနေရာ၊ ဤဌာန၊ ဤအရပ်၊
ဤမြို့၊ ဤပြည်၊ ဤစကြာဝဠာ အတွင်း၌ တည်ရှိကြကုန်သော
နတ်မင်းများစွာ နတ်တကာအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊ အကျွန်ုပ်
သည် ဘဝဘဝ သံသရာမှ ယနေ့ခုတိုင်အောင် ပြုလုပ်ခဲ့သော ဒါန၊
ဆောက်တည်ခဲ့သော သီလ၊ ပွားများခဲ့သော ဘာဝနာ ကုသိုလ်အဖို့များ
ကို အမှုပေးဝေပါ၏။ အမှု • • အမှု • • အမှု။

မေတ္တာပို့နှင့် အမှုဝေခြင်း

ကျန်းမာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းရှင်းကြပါစေ၊
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာအေးမြကြ၍ လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝကြပါစေ။
မရအပ်သေးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာအပေါင်းတို့ကို ရရှိကြပါစေ၊
ရအပ်ပြီးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာအပေါင်းတို့သည် အကျိတ်အခဲ
အမြဲတည်ရှိကြပါစေ၊ တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်း

တို့နှင့် ပြည့်စုံကြပါစေ၊ ကြံစည်အားထုတ်ပြုသမျှ အောင်မြင်ကြပါစေ၊
အကျွန်ုပ်ကိုလည်း တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်း
တို့နှင့် ပြည့်စုံအောင် မစကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြပါစေ၊ အောင်ဆုကို
လည်း ပေးသနားကြပါစေ။

သောင်းလောကဓာတ် အနန္တစကြဝဠာ အတွင်း၌
တည်ရှိနေကြကုန်သော ရုက္ခစိုး၊ ဘုမ္မစိုး၊ အာကာကစိုး၊ တောစောင့်နတ်၊
တောင်စောင့်နတ်၊ သမုဒ္ဒရာစောင့်နတ်၊ စကြဝဠာ စောင့်နတ်၊
ကမ္ဘာစောင့်နတ်၊ မြို့စောင့်နတ်၊ ပြည်စောင့်နတ်၊ နယ်စောင့် နတ်၊
ပယ်စောင့်နတ်၊ အရပ်စောင့်နတ်၊ ကျောင်းစောင့်နတ်၊ အိမ်စောင့် နတ်၊
ကိုယ်စောင့်နတ်၊ တစ်ကျိပ်နှစ်ပါးသော ကိုယ်စောင့်နတ်၊ သိကြားမင်း၊
ဗြဟ္မာမင်း၊ သနင်္ကမာရဗြဟ္မာမင်း၊ သဟမ္ပတိဗြဟ္မာမင်း၊ အလောင်းတော်
နတ်မင်း၊ သန္တသီတအမှူးရှိသော နတ်မင်းများ၊ သာတာဂီရိနတ်မင်း၊
ဟေမဝတနတ်မင်း၊ ဂေါရမနန္တနတ်မင်း၊ မဟာသီဝနတ်မင်း၊ မဟေသရ
နတ်မင်း၊ ဓတရဋ္ဌနတ်မင်း၊ ဝိရဋ္ဌကနတ်မင်း၊ ဝိရူပကနတ်မင်း၊ ကုဝေရ
နတ်မင်း၊ ဤသာသနနတ်မင်း၊ ဝရဏနတ်မင်း၊ ပဇာပတိနတ်မင်း၊
မာတလိနတ်မင်း၊ ဝိသင်္ကြံနတ်မင်း၊ မြေစောင့်နတ်မင်း၊ ရေစောင့်နတ်မင်း၊
လေစောင့်နတ်မင်း၊ မီးစောင့်နတ်မင်း၊ နေနတ်သား၊ လနတ်သား၊
မိုးနတ်သား၊ တိမ်နတ်သား၊ အမွှန်နတ်သား၊ ပဇ္ဇန်နတ်သား၊ ဝဋ္ဌာဟက
နတ်သား အစရှိသော နတ်မင်းများစွာ နတ်တကာအပေါင်းတို့အား

လည်းကောင်း၊ သုဇိတာ၊ သုမာလာ၊ သုမမ္မာ၊ သုနန္ဒာ၊ သုစိတ္တာ
 အစရှိသော များစွာသော နတ်ဒေဝီအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊
 စတုမဟာရာဇ်၊ တာဝတိံသာ၊ ယာမာ တုသိတာ၊ နိမ္မာနရတိ၊ ပရနိမ္မိတာ
 သဝတ္တိ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ်တည်ရှိကြကုန်သော၊ နတ်မင်း နတ်မိဖုရား၊
 နတ်သား၊ နတ်သမီးအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊ ဗြဟ္မာပြည် ၂၀
 ၌ တည်ရှိကုန်သော ဗြဟ္မာမင်းအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊ အကျွန်ုပ်
 သည် ဘဝဘဝါ သံသရာမှ ယနေ့ယခုတိုင်အောင် ပြုလုပ်ခဲ့သော
 ဒါန၊ ဆောက်တည်ခဲ့သော သီလ၊ ပွားများ ခဲ့သော ဘာဝနာ
 ကုသိုလ်အဖို့များကို အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ • • အမျှ • • အမျှ။

ချမ်းသာကြပါစေ၊ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းရှင်းကြပါစေ၊
 ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာအေးမြ၍ လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝကြပါစေ၊ မရအပ်
 သေးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာရတနာအပေါင်း ရရှိကြပါစေ၊ ရအပ်ပြီးသော
 စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာအပေါင်းတို့သည် အကျိတ်အခဲအမြဲတည်နေကြ
 ပါစေ၊ တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်းတို့နှင့်
 ပြည့်စုံကြပါစေ၊ ကြံစည်အားထုတ်ပြုလုပ်သမျှ အောင်မြင်ကြပါစေ၊
 အကျွန်ုပ်ကိုလည်း၊ တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်း
 တို့နှင့်ပြည့်စုံအောင် မစကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြပါစေ၊ အောင်ဆုကိုလည်း
 ပေးသနားကြပါစေ။

သူရဿတီမယ်တော်ကြီး၊ စန္ဒီနတ်သမီး၊ စန္ဒာနတ်သမီး၊ စိတ္တရာ

နတ်သမီး၊ ဂဟာပတာနီနတ်သမီး၊ ရုက္ခာဒေဝီနတ်သမီး၊
မိန္ဒရာဒေဝီနတ်သမီး၊ ဟီရီနတ်သမီး၊ သီရီ နတ်သမီး၊ ဗီရဏီနတ်သမီး၊
မဏိမေခလာနတ်သမီး အစရှိသော များစွာသော နတ်ဒေဝီအပေါင်း
တို့အား လည်းကောင်း အကျွန်ုပ်သည် ဘဝဘဝါ သံသရာမှ ယနေ့ယခု
တိုင်အောင်ပြုလုပ်ခဲ့သော ဒါန၊ ဆောက်တည်ခဲ့သောသီလ၊
ပွားများခဲ့သောဘာဝနာ ကုသိုလ်အဖို့ အများကို အမှုပေးပေးပါ၏။

အမှု • • အမှု • • အမှု။

ချမ်းသာကြပါစေ၊ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းရှင်းကြပါစေ၊
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာအေးမြ၍ လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝကြပါစေ၊ မရအပ်
သေးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာရတနာအပေါင်း ရရှိကြပါစေ၊ ရအပ်ပြီးသော
စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာအပေါင်းတို့သည် အကျိတ်အခဲအမြဲ တည်ရှိကြ
ပါစေ၊ တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံ
ကြပါစေ၊ ကြံစည်အားထုတ်ပြုလုပ်သမျှ အောင်မြင်ကြပါစေ၊ အကျွန်ုပ်
ကိုလည်း တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်းတို့နှင့်
ပြည့်စုံအောင် မစကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြပါစေ အောင်ဆုကိုလည်း
ပေးသနားကြပါစေ။

ဘိုးဘိုးအောင်၊ ဘိုးမင်းခေါင်၊ စကြာမင်း၊ ကျားရာခြံဘိုးဘိုးကြီး၊
ရွှေလက်ဝါးဘိုးဘိုးကြီး၊ ဘိုးတော်ပြု၊ ဘိုးတော်အေး၊ ဘိုးတော်ပွင့်၊
ဘိုးတော် အောင်သာ၊ ဘိုးတော်ဝင်း၊ ဘိုးတော်မင်း၊ ဘိုးတော်ဘိုး၊

ဘိုးတော်စိန်ဝင်း၊ ဘိုးတော်တင်၊ ဘိုးတော်ခင်၊ ဘိုးတော်ရှင်၊ ဘိုးတော်ဟန်
 အစရှိသော များစွာသော ဘိုးတော်တို့အားလည်းကောင်း၊ သံဝိဇ္ဇာ၊
 ဆေးဝိဇ္ဇာ၊ အင်းဝိဇ္ဇာ၊ မန္တန်ဝိဇ္ဇာ၊ စမဝိဇ္ဇာ၊ ဓာတ်ဝိဇ္ဇာ အစရှိသော
 များစွာသော ဝိဇ္ဇာဇော်ဂျီ၊ တပဿီအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊
 ဗားလေးဗား၊ အောင်လေးအောင်၊ ခေါင်လေးခေါင် အစရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့
 အားလည်းကောင်း၊ ထွက်ရပ်ပေါက်ဆရာ ၉၆ ယောက်တို့နှင့်တကွ
 တစ်ကျိပ်နှစ်ယောက်သော ဂိုဏ်းချုပ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့အားလည်းကောင်း၊
 ပထမံဆရာကြီးတို့အား လည်းကောင်း၊ အကျွန်ုပ်သည် ဘဝဘဝါ
 သံသရာမှ ယနေ့ယခုတိုင် အောင် ပြုလုပ်ခဲ့သော ဒါန၊
 ဆောက်တည်ခဲ့သော သီလ၊ ပွားများခဲ့သော ဘာဝနာ ကုသိုလ်အများကို
 အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ • • အမျှ • • အမျှ။

ကျန်းမာကြပါစေ၊ ချမ်းသာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းရှင်းကြပါစေ၊
 ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာအေးမြ၍ လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝကြပါစေ၊ မရအပ်
 သေးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာရတနာအပေါင်းတို့သည် ရရှိကြပါစေ၊ ရအပ်ပြီး
 သော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာအပေါင်းတို့သည် အကျိတ်အခဲ အမြဲတည်ရှိ
 ကြပါစေ၊ တရားထူး တရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်းတို့နှင့်
 ပြည့်စုံကြပါစေ၊ ကြံစည်အားထုတ်သမျှ အောင်မြင်ကြပါစေ၊ အကျွန်ုပ်ကို
 လည်း တရားထူး တရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ် အပေါင်းတို့နှင့်
 ပြည့်စုံအောင် မစကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြပါစေ၊ အောင်ဆုကိုလည်း

ပေးသနားကြပါစေ။

အရှင်ဦးဩဘာသ၊ အရှင်နာဂိဿရ၊ အရှင်နာဂဝံသ၊ အရှင်
 နာဂိန္ဒ၊ အရှင်တေဇိန္ဒ၊ အရှင်တေဇဝန္တ၊ အရှင်တိလောက၊ အရှင်သာဂရ၊
 အရှင်သုနန္ဒရ၊ အရှင်သုနန္ဒ၊ အရှင်သုမင်္ဂလ၊ အရှင်သုပညာ၊
 အရှင်သုစိတ္တ၊ အရှင်သုမိတ္တ၊ အရှင်သုမန၊ အရှင်ပညာဇောတ၊
 အရှင်ပညာသာမိ၊ အရှင်ပညာဗလ၊ အရှင် မေဓိယ၊ အရှင်မေဓာနန္ဒ၊
 အရှင်မုနိန္ဒ၊ အရှင်ဝါယာမ၊ အရှင်ဝိမလ၊ အရှင်လာဘ၊ အရှင်ယသ၊
 အရှင်ဝရသာမိ၊ အရှင်ဇီန၊ အရှင်ယေန္တ၊ အရှင်ဇိနောရသ၊ အရှင်
 ဉာဏိန္ဒ၊ အရှင်ဉာဏဝံသ၊ အရှင်ညေယျ၊ အရှင်ကိတ္တိ၊ အရှင်ကောဏ္ဍည၊
 အရှင်ခန္တိ၊ အရှင်ခေမာစာရ၊ အရှင်ခေမာနန္ဒ၊ အရှင်ခေမာ၊ အရှင်
 အာစာရ၊ အရှင်အာလောက၊ အရှင်အာစိတ္တ၊ အရှင်အဂ္ဂဝံသ၊
 အရှင်ဝိရိယာဝံသ၊ အရှင်အဇ္ဇဂေါဏ၊ ရှင်မထိး၊ ရှင်ကြီး၊ ရှင်ငယ်၊
 ရှင်သူငယ် အပေါင်းတို့နှင့်တကွ များလှစွာသော အရှင်တို့အား
 လည်းကောင်း၊ အကျွန်ုပ်သည် ဘဝဘဝါသံသရာမှ ယနေ့ယခုတိုင်
 အောင် ပြုလုပ်ခဲ့သော ဒါန၊ ဆောက်တည်ခဲ့သော သီလ၊ ပွားများခဲ့သော
 ဘာဝနာကုသိုလ်အဖို့များကို အမျှပေးဝေပါ၏။ အမျှ . . အမျှ . . အမျှ။

ချမ်းသာကြပါစေ၊ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းရှင်းကြပါစေ၊
 ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာအေးမြ၍ လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝကြပါစေ၊ မရအပ်
 သေးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာရတနာအပေါင်း ရရှိကြပါစေ၊ ရအပ်ပြီးသော

စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာအပေါင်းတို့သည် အကျိတ်အခဲအမြဲ တည်ကြပါစေ၊
တရားထူး တရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံကြပါစေ၊
ကြံစည်အားထုတ် ပြုလုပ်သမျှ အောင်မြင်ကြပါစေ၊ အကျွန်ုပ်ကိုလည်း
တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ် အပေါင်းတို့နှင့်ပြည့်စုံအောင်
မစကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြပါစေ အောင်ဆုကိုလည်း ပေးသနားကြပါစေ။

အပြင် (၃၇) မင်း၊ အတွင်း (၃၇) မင်း၊ အစရှိသော နတ်တို့
အားလည်းကောင်း၊ ရေငန်ပိုင် ဦးရှင်ကြီး၊ မောင်တာ၊ ဦးတိဏ္ဏ၊ မယ်ဥ၊
အမေရွှေ၊ ပေါက်ကတော်ဒေါ်ဆိပ်၊ မာတွတ်မယ်၊ ပခန်း၊ ပုဂံ၊ မြင်းဖြူရှင်၊
မယ်ဝဏ္ဏ၊ ရွှေဖျဉ်းညီနောင်၊ မောင်တင့်တယ်၊ မဒွေးဖြူ၊ မမြလှ၊ မနဲလေး၊
အမေရွှေနဘေ အစရှိသော များစွာသော နတ်တို့အားလည်းကောင်း၊
လက်ဝဲ ၉ သိန်း၊ လက်ယာ ၉ သိန်း စသော နတ်တို့အားလည်းကောင်း၊
နယ်တော်ရှင်၊ ပယ်တော်ရှင်၊ မယ်တော်ကြီး၊ ဘိုးတော်ကြီး အစရှိသော
နတ်တို့အားလည်းကောင်း၊ ဘဝဘဝါ သံသရာက မိဘဆွေမျိုးများ
ညာတိ၊ မိတ်သင်္ဂဟ တော်စပ်ဖူးကြကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့အား
လည်းကောင်း၊ ဝိရူပက္ခ၊ ဆဗျာပုတ္တ၊ ရောပထ၊ တဏှာ ဂေါတမ၊
နန္ဒောပနန္ဒ အစရှိသော နဂါး၊ ဂဠုန်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ ယက္ခ၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်
အသူရာတို့အားလည်းကောင်း၊ ကုန်းနေ ကိုးကုဋေ၊ ရေနေ ဆယ်ကုဋေ
အစရှိသော များစွာသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့အားလည်းကောင်း၊
သိုက်ချုပ်၊ သိုက်နန်းရှင်၊ သိုက်နန်းဒေဝီ၊ သိုက်နန်းသူဇာ အပေါင်းတို့အား

လည်းကောင်း၊ အကျွန်ုပ်သည် ဘဝဘဝသံသရာမှ ယနေ့ယခုတိုင်
အောင် ပြုလုပ်ခဲ့သော ဒါန၊ ဆောက်တည်ခဲ့သော သီလ၊
ပွားများခဲ့သော ဘာဝနာကုသိုလ်အဖို့များကို အမှုပေးဝေ ကုန်ပါ၏။
အမှု . . အမှု . . အမှု။

ချမ်းသာကြပါစေ၊ ကျန်းမာကြပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းရှင်းကြပါစေ၊
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာအေးမြ၍ လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝကြပါစေ၊ မရအပ်
သေးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာရတနာအပေါင်း ရရှိကြပါစေ၊ ရအပ်ပြီးသော
စည်းစိမ်ဥစ္စာ ရတနာအပေါင်းတို့သည် အကျိတ်အခဲအမြဲ တည်ရှိကြ
ပါစေ၊ တရားထူး တရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ်အပေါင်းတို့နှင့်
ပြည့်စုံကြပါစေ၊ ကြံစည်အားထုတ် ပြုလုပ်သမျှ အောင်မြင်ကြပါစေ၊
အကျွန်ုပ်ကိုလည်း တရားထူးတရားမြတ်၊ သိဒ္ဓိထူး သိဒ္ဓိမြတ် အပေါင်းတို့
နှင့် ပြည့်စုံအောင် မစကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ကြပါစေ။ အောင်ဆုကိုလည်း
ပေးသနားကြပါစေ။ သူတော်ကောင်း သူတော်မြတ်လောင်းတို့၏ ပို့
သသောမေတ္တာ၊ ပေးဝေသောမေတ္တာ ကုသိုလ်အဖို့ကိုလည်း အကျွန်ုပ်က
ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာ ခံယူပါ၏။ သာဓု . . သာဓု . . သာဓု။

သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်စံထားဆရာတော် အရှင်ဝါယာမာ
ဘိဝံသ မထေရ်မြတ်၏ အလုံးစုံသော သိဒ္ဓိမဟိဒ္ဓိတန်ခိုး ပြည့်ဝနိုင်သော
မေတ္တာပို့ကြီးပြီးပြီ။



မဟိဒ္ဓိဂိုဏ်းချုပ် ဦးဝါယာမ၏

မန္တန်ထွက်လမ်းလိုက်သူများအတွက် အထူးမှာ

မန္တန်ထွက်လမ်းလိုက်လိုသော ပုဂ္ဂိုလ်များသည် မူလအခြေခံ
ဖြစ်တဲ့ မြို့များ

(၁) ဇေယျာပူရစစ်ကိုင်း

(၂) ရတနာပူရအင်းဝ

(၃) အမရပူရ - တောင်မြို့

ဤ (၃) မြို့မှာရှိတဲ့ တန်ခိုးကြီးဘုရားများကို ၄၅ ပတ်
အနည်းဆုံး အဓိဋ္ဌာန်ပုတီးစိပ်ဖူးရမည်။

သိဒ္ဓိတင်တဲ့အနေနဲ့ နေထွက်သိမ်၊ မွန်းတည့်သိမ်၊ သန်းခေါင်သိမ်၊
နေဝင်သိမ်တို့ကိုသွားပြီး အနည်းဆုံး ဂုဏ်တော် (၂၇) ပတ်စိပ်ပါ။
သိဒ္ဓိတင်ပြီးစိပ်၊ ဆေးကောင်းမန္တန်ကောင်း၊ ဓာတ်လုံးကောင်းများ
ရရှိပါတယ်။

တန်ခိုးကြီးဘုရား ၄၅ ဆူ၊ သိမ်တော်ကြီး ၉ လုံး၊ တောင်ကြီး
၉ လုံးတို့ကိုသွားပြီး အနည်းဆုံး ၄၅ ပတ် အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပြီး စိပ်ပါ။
ထူးထူးခြားခြား သိဒ္ဓိတန်ခိုး၊ မဟိဒ္ဓိတန်ခိုးများတက်တတ်ပါတယ်။

ဤကဲ့သို့ ပြုလုပ်ရတဲ့အကြောင်းကတော့ ပုဂ္ဂိုလ်များနဲ့ အကျွမ်း
ဝင်ခြင်း၊ ဘုရားများ၏တန်ခိုးကိုခိုလှုံခြင်း၊ ဓာတ်ယူခြင်း၊ ကတိသစ္စာနှင့်
မေတ္တာကိုမူတည်ပြီး ကျင့်နေကြောင်း၊ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်အသီးသီးကိုမှ

အနှောင့်အယှက် မပေးလိုကြောင်း၊ ကတိသစ္စာနှင့်မေတ္တာတို့အခြေခံပြီး
လုပ်နေကြောင်း ကြေညာတဲ့သဘောပါပဲ။ အဲဒီလိုပြုလုပ်ရာတွင်
ပုဂ္ဂိုလ်များထံမှ အင်းကောင်း၊ ဆေးကောင်း၊ မန္တန်ကောင်း၊ ဓာတ်လုံး
ကောင်းများ ရရှိတတ်ပါတယ်။

အမရပူရတွင် ကြီးငါးကြီး

၁။ ပုထိုးတော်ကြီး ၂။ ရွှေဂူကြီး ၃။ ကြေးဘုရားကြီး
(ကျော်အောင် စံထားတိုက်ဝင်) ၄။ တောင်မင်းကြီး ၅။ ကျောက်တော်ကြီး

ဇေယျာပူရတွင်

၁။ ကောင်းမှုတော်ကြီး ၂။ ထူပါရုံ ၃။ ငါးထပ်ကြီး ဆင်များရှင်။

ရတနာပူရတွင်

၁။ မင်္ဂလာစေတီ ၂။ ရွှေစည်းခုံ ၃။ မဟာမြတ်မုနိ
၄။ ရတနာမာန်အောင် ၅။ လောကမာရ်အောင် ၆။ လောကသရဖူ
သမာဓိကို လာဘ်နှင့်သော်လည်းကောင်း၊ မ နှင့်သော်
လည်းကောင်း ပျက်တတ်၏။ မပျက်စီးစေနှင့်။ ပျက်စီးခဲ့ပါလျှင်
တစ်သက်လုံးမွေးထားသော ကြက်ကို တစ်မနက်တည်း ရိုက်သတ်စား
သကဲ့သို့ ဖြစ်မည်မှတ်။

ဒီလမ်းမကြီးကိုလိုက်ရင် အရက်နှင့်ကာမေသု လုံးဝရှောင်။
ဤလမ်းမကြီး၏အသက်ကား သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ မေတ္တာ၊
ကတိ၊ သစ္စာ၊ ခန္တီတို့ဖြစ်၏။

ဤလောကကြီး၌

အထက်မြက်ဆုံးသော လက်နက်သည် သစ္စာ။

အမွှေးကြိုင်ဆုံးပန်းသည် သီလ၊

အမွန်မြတ်ဆုံးသော တရားသည် ခန္တီ၊

အတောက်ပဆုံးသော တရားသည် ဘာဝနာ၊

အခိုင်ခံဆုံးသော တရားသည် သမာဓိ၊

အလုံခြုံဆုံးသော တရားသည် မေတ္တာ။

ဣဒ္ဓိပါဒ် လေးပါး

၁။ ဆန္ဒိဒ္ဓိပါဒ် ၂။ ဝီရိသိဒ္ဓိပါဒ် ၃။ စိတ္တိဒ္ဓိပါဒ် ၄။ ဝိမံသိဒ္ဓိပါဒ်။

မိမိကိုယ်ကို ချစ်အပ်၏ဟု သိပါမူ ထိုမိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာ
စောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် စောင့်ရှောက်ရာ၏။ (ဓမ္မပဒ)

မိမိသည်သာလျှင် မိမိကိုးကွယ်ရာဖြစ်၏။ တစ်ပါးသောသူသည်
အဘယ်မှာ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်နိုင်အံ့နည်း။ မိမိသည်သာလျှင် မိမိ
လဲလျောင်းရာဖြစ်၏။ မိမိကိုယ်ကို ကောင်းစွာစောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့်
ရခဲစွာသော ကိုးကွယ်ရာကို ရရှိပေ၏။ (ဓမ္မပဒ)

လူ့အဖြစ်ကိုရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။ သတ္တဝါတို့၏ အသက်ရှင်ခြင်း
သည် ခဲယဉ်း၏။ သူ့တော်ကောင်းတရားကို ကြားနာရခြင်းသည်
ခဲယဉ်း၏။ ဘုရားရှင်တို့ ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်လာရခြင်းသည် ခဲယဉ်း၏။
(ဓမ္မပဒ)

နှစ်ကျိပ်ရှစ်ဆူ ဂါထာတော်

သမေသဒ္ဓါ၊ ကောမံသုရေ၊ သော အပနာ
ပသုသုပိ၊ အဒိသိတိ၊ ဖုဝိသိဝေ
ကကောကဂေါ၊ နမာမဟံ

တစ်ပုဒ်ဆုံး ပုတီးတစ်လုံးချ၍ စိပ်ပါ။

နောင်ပွင့်တော်မူမည် ဗျာဒိတ်ရပြီး ဗုဒ္ဓမြတ်စွာများ

ဥတ္တမော အရိမေတ္တယျော ရာမော ပသေနဒီ ကောသလော၊
အဘိဘူဒီယ သောနီစ၊ စဏ္ဍာနီစသုတော တောဒေယျ ဗြာဟ္မဏော
နဠာဂီရိ ပလလေယျောဗောဓိသတ္တာ အနုက္ကမေန သမ္မောဓိ လာဘန္တိ
အနာဂတော။

ဤဘုရားဆယ်ဆူဂါထာကို တစ်ပုဒ်တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်
ပုတီး အဖွင့်အပိတ်မှာသုံး၊ အလွန်အကျိုးကြီး၏။

၁။ အရိမေတ္တယျ - အရိမေတ္တယျ

၂။ ရာမ - ရာမ

၃။ ပသေနဒီ - ဓမ္မရာဇာ

၄။ အဘိဘူနတ်မင်း - ဓမ္မသာမိ

၅။ စဏ္ဍာနီပုဏ္ဏား - နာရဒ

၆။ အသူရိန်နတ်မင်း - ရံသိမုနီ

၇။ သုတလုလင် - ဒေဝ ဒေဝ

၈။ တောဒေယျပုဏ္ဏား - နရသီဟ

၉။ နာဠာဂီရိဆင်မင်း - တိဿမုနီ

၁၀။ ပလလေယျဆင်မင်း - သုမင်္ဂလ။

ဂိုဏ်းချုပ်ဆရာကြီး အရှင်လာဘိသာရ၏
ပူ-ဒိ-အာ ဓားလမ်းနှင့် ထွက်လမ်းပူတီးခိပ်နည်း

- | | | | |
|-----|----|------------|---------|
| ၁။ | ဥံ | မအဥ | ပုဒိအာ |
| ၂။ | ဥံ | စဗဝ | ပုဒိအာ |
| ၃။ | ဥံ | ကလပစ | ပုဒိအာ |
| ၄။ | ဥံ | ဋသညက | ပုဒိအာ |
| ၅။ | ဥံ | သမနိ | ပုဒိအာ |
| ၆။ | ဥံ | ဒုနိမ | ပုဒိအာ |
| ၇။ | ဥံ | သမဒု | ပုဒိအာ |
| ၈။ | ဥံ | ဒုသနိမ | ပုဒိအာ |
| ၉။ | ဥံ | ဒုနိမသ | ပုဒိအာ |
| ၁၀။ | ဥံ | သိဒ္ဓိနမော | ပုဒ္ဓါယ |

ဆောင်ရွက်ရန် အဓိဋ္ဌာန်စည်းကမ်း

- ၁။ တစ်ဂါထာ အဓိဋ္ဌာန်စလျှင် ကျန်ဂါထာ ၉ ပုဒ်လည်း အဓိဋ္ဌာန် ဆုံးအောင်ဝင်ရမည်။ မဝင်က အဓိဋ္ဌာန်ပျက်၏။
- ၂။ တစ်နေ့ချင်းအပြီး အပတ် ၁၀၀၀ စိပ်ရမည်။ သက်သတ်လွတ် (သို့) မီးလွတ်စားရမည်။

- ၃။ ကိုးပါးသီလစောင့်ရမည်။ အပတ် ၁၀၀၀ မပြည့်မချင်း ဝစီပိတ် အဓိဋ္ဌာန်ဖြင့် စိပ်ရမည်။ ပုတီးစိပ်နေစဉ် စကားပြောခြင်း၊ အိပ်ခြင်း၊ လဲလျောင်းခြင်းမပြုရ၊ အရိယာပုတ် ၃ ပါးဖြင့်သာ ပြုလုပ်ရမည်။
- ၄။ တစ်ဂါထာကို အပတ် ၁၀၀၀ (၂၄) နာရီအတွင်း အပြီးစိပ် ရမည်။
- ၅။ တစ်ဂါထာကို ၁ ရက် ၉ ဂါထာကို ၉ ရက် သိဒ္ဓိတင်ဂါထာနှင့် ၁၀ ရက်ဖြစ်၏။ တစ်ရက်အတွင်း အပတ် ၁၀၀၀ ပြီးပါက တစ်နေ့ အဓိဋ္ဌာန်ပြီး၏။
- ၆။ ပုတီးပတ် ၁၀၀၀ စိပ်ချိန်အတွင်းသာ အဓိဋ္ဌာန်စည်းကမ်း အတိုင်းနေရန် လိုပါသည်။
- ၇။ အဓိဋ္ဌာန် ၁၀ ရက် ဆက်တိုက်စိပ်ပါ။
- ၈။ အဓိဋ္ဌာန်ရက် ဆက်တိုက်မဝင်ပါက ကိုယ့်မွေးနေ့မှာဖြစ်စေ၊ မိမိ နှစ်သက်ရာ တနင်္ဂနွေပတ် စနေပတ်စသည့် အဓိဋ္ဌာန်ဝင် နိုင်၏။
- ၉။ ၁၀ ဂါထာလုံးအတွက် ၁၀ ရက် အဓိဋ္ဌာန်မဝင်နိုင်ပါက အဓိဋ္ဌာန်ပျက်၏။ အဓိဋ္ဌာန် မပျက်ပါစေနှင့်။
- ၁၀။ အဓိဋ္ဌာန်အောင်မြင်ပါက ကိုယ့်ဆန္ဒအားလုံး အောင်မြင်ပြည့်ဝ မည်။

၁၁။ အကြိမ်ပေါင်း ၁၀၈ ကြိမ် အဓိဋ္ဌာန်အောင်မြင်ပါက သိဒ္ဓိ
ဆယ်ပါးရ၍ ပေါက်မြောက်တော့သည်။

အထက်ပါအတိုင်း မကျင့်နိုင်သေးပါက ကိုးတောင်ပြည့်စေတီ
တစ်ဆူတည်ပါ။ ဆယ်ဆူတည်ပြီးပါက လိုရာဆန္ဒပြည့်ဝစေပါသည်။

ပူ ဒိ အာ ဘိုးတော်ကြီး၏

သောဥတ္တိ ဆယ်ပါးပူတီးခိပ်နည်း

၁။	ဥံ	ဝသနမ	သောဥတ္တိ
၂။	ဥံ	ကစဿ	သောဥတ္တိ
၃။	ဥံ	သဝယန	သောဥတ္တိ
၄။	ဥံ	ဝနဒအ	သောဥတ္တိ
၅။	ဥံ	ကသစအ	သောဥတ္တိ
၆။	ဥံ	သောသအ	သောဥတ္တိ
၇။	ဥံ	စိဝေရ	သောဥတ္တိ
၈။	ဥံ	တိလောမာလောဇာ	သောဥတ္တိ
၉။	ဥံ	ဇာလောမာလောတိ	သောဥတ္တိ
၁၀။	ဥံ	မအဥဂစ္ဆ အမုံမိုဩကာသေတိဋ္ဌာတိ	သောဥတ္တိ

အကျိုးကား

ကာယသိဒ္ဓိ၊ ပီယသိဒ္ဓိ၊ ဓနသိဒ္ဓိ၊ တေဇသိဒ္ဓိ၊ ရာဇသိဒ္ဓိ -

သိဒ္ဓိငါးပါး ကော်ရပါသည်။

- ၁ - ကိုစိပ်က မည်သူကမျှ မကောင်းမကြံနိုင် ကာယသိဒ္ဓိ
- ၂ - ကိုစိပ်က လူနတ်ချစ်ခင် ဝိယသိဒ္ဓိ
- ၃ - ကိုစိပ်က ပစ္စည်းဥစ္စာပေါ၏။ ဓနသိဒ္ဓိ
- ၄ - ကိုစိပ်က ဘုန်းတန်ခိုးအာဏာကြီး၏
- ၅ - ကိုစိပ်က အကြံအစည်အောင်၏
- ၆ - ကိုစိပ်က ဘေးအန္တရာယ် လွတ်၏
- ၇ - ကိုစိပ်က အမုန်းပြေ၏ (ရန်ပြေ မာန်ပြေ)
- ၈ - ကိုစိပ်က နတ် လမိုင်း အနှောင့်အယှက်ကင်း၏။
- ၉ - ကိုစိပ်က လူ နတ် ပယောဂကို နိုင်၏
- ၁၀ - ကိုစိပ်က သဗ္ဗသိဒ္ဓိ အလုံးစုံသော သိဒ္ဓိတို့နှင့် ပြည့်စုံ၏။

သောဉတ္တိစိပ်ရန် စည်းကမ်း

- ၁။ အနန္တ ၅ ဖီး ပွဲထိုးပါ။
- ၂။ ကိုးပါးသီလစောင့် သက်သတ်လွတ်စား
- ၃။ ယောဂီ (သို့) ပိတ်ဖြူ နှစ်သက်ရာဝတ်၊ ဘုရားရှေ့မှာသာ စိပ်ရမည်။
- ၄။ လဆန်းမှ လပြည့်အတွင်း ကိုယ့်မွေးနေ့တွင် အဓိဋ္ဌာန်စပါ။
- ၅။ တစ်ထိုင်ကို အနည်းဆုံး ၈၁ ပတ်စိပ်ရမည်။ ထိုထက်ပိုစိပ်နိုင်က ကောင်း၏။

၆။ ၁၀ ရက် အဓိဋ္ဌာန်ဝင်၍ တစ်နေ့ပုတီးအပတ် ငါးရာရအောင် ပွားများ ရမည်။ တစ်ပုဒ်ကို အပတ် ၅၀ ဖြစ်ပါသည်။

၇။ ၁၀ ရက်နှင့် ပုတီးအပတ် ၅၀၀၀ ရအောင်ပွားရမည်။ သာသနာငါးထောင်ကို ရည်မှန်း၍ ပွားများရခြင်းဖြစ်သည်။

၈။ ပုတီးပတ် ငါးထောင်ပြည့်လျှင် တစ်ကြိမ်ပြီး၏။ ၁၀ ကြိမ်ကို တစ်ကဏ္ဍခေါ်၏။ တစ်ကဏ္ဍပြီးအောင်ပွားမှ အဓိဋ္ဌာန်အောင် သည်။ ပြည့်ပြည့်ဝဝ အကျိုးရသည်ဟု သတ်မှတ်ရမည်။

၉။ ၄၅ ကဏ္ဍပွားများနိုင်ပါက ဘိုးတော်များ အရှင်မြတ်များကို ပင့်လို ရပါသည်။ ဘိုးတော်စီး လမိုင်းစီး ခွဲခြားသိနိုင်၏။

၁၀။ ၈၀ ကဏ္ဍပြီးပါက အကြားအမြင်ရပါသည်။

၁၁။ ၉၀ ကဏ္ဍပြီးပါက မနောမယရပါသည်။

၁၂။ ၁၀၈ ကဏ္ဍပြီးပါက ပေါက်မြောက်ပါတော့သည်။

၁၃။ ခုန်ကျော်၍လိုရာအပုဒ်သာ အဓိဋ္ဌာန်စိပ်ခြင်းမပြုရပါ။ အစဉ် အတိုင်းသာ ပြုရ၏။

၁၄။ ပွားများပြီးတိုင်း မေတ္တသုတ် အနည်းဆုံး ၃ ခေါက်ရွတ်၍ အဓိဋ္ဌာန်သိမ်းရပါသည်။ မေတ္တသုတ်တော်ကို ၉၊ ၁၈၊ ၂၇၊ ၄၅၊ ၈၁၊ ၁၀၈၊ ကြွင်းကိုက် နဝင်းကိုက်ရွတ်ပါက ပိုကောင်း ပါသည်။

၁၅။ အဓိဋ္ဌာန်ရက်အတွင်း ကိုးပါးသီလ အမြဲတမ်းစောင့်ထိန်းရ

ပါသည်။ ကိုးပါးသီလ မလုံလျှင် အဓိဋ္ဌာန်ပျက်သည် မည်ပါ၏။

သို့သော် အဟောသိကံမဖြစ်ပါ ကုသိုလ်ရပါသည်။

၁၆။ ပုတီးစိပ်နေစဉ် ဝစီပိတ်နေရမည်။

၁၇။ တစ်နေ့တာအဖို့ ပုတီးအပတ် ၅၀၀ ပြီးပါက (သို့) ၈၀ ပတ်စိပ်ပြီးပါက အနားယူပါ။ စကားပြောနိုင်၏။



ဘိုးမေတ္တာနည်း

မေတ္တာသည်းခြေ ပုတီးခိပ်နည်း

- ၁။ မေတ္တသုတ် တစ်ပုဒ်ကို ပုတီးတစ်လုံးတစ်ပတ်စိပ်
- ၂။ မေတ္တသုတ် တစ်ပုဒ်ကို တစ်ပတ်စိပ်၊ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊
- ၃။ မေတ္တသုတ် ၁၂ ပုဒ် ၁၂ ပတ်စိပ်က တစ်ကြိမ်ပြီးသည်ဟု ခေါ်ပါသည်။

ပထမအဆင့်	၂၄	ကြိမ်
ဒုတိယအဆင့်	၃၇	ကြိမ်
တတိယအဆင့်	၄၅	ကြိမ်
စတုတ္ထအဆင့်	၈၁	ကြိမ်
ပဉ္စမအဆင့်	၁၀၈	ကြိမ်
ပေါင်း	၂၉၅	ကြိမ်

အကျိုးကား

ပဉ္စမအဆင့် အဓိဋ္ဌာန်အောင်မြင်ပါက အညှို့ဓာတ် အောင်မြင် တော့၏။ ကာယ ပီယ ဓန သိဒ္ဓိပြည့်စုံတော့၏။

ထွက်လမ်းသွားလိုက

မေတ္တသုတ်တော်ကို

နံနက် ၁၀၀ ခေါက်

နေ့လည် ၁၀၀ ခေါက်

ည ၁၀၀ ခေါက် နေ့စဉ်ရွတ်

ကိုးပါးသီလစောင့်၊ သက်သတ်လွတ်စား၊ ရက်ပေါင်း ၁၀၀

ဆိုလျှင် အဓိဋ္ဌာန်ပြီးမြောက်ပြီး ထွက်ရပ်ပေါက်တော့၏။

ဘိုးသစ္စာ (ပဲခူး)

ဓမ္မစကြာဖြင့် ထွက်လမ်းပူတီးခိပ်နည်း

၁။ ဓမ္မစကြာကို နေ့စဉ် ၁၀၀ ခေါက်ရွတ်။

၂။ ရက်ပေါင်း ၁၀၀၀ အဓိဋ္ဌာန်မပျက် ပွားများပါ။

၃။ သက်သတ်လွတ်စားပါ။

၄။ ၉ ပါးသီလ အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ ၅ ပါးသီလ မြဲပါစေ။

သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ရန်

ဘုရားတပည့်တော်သည် သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ပြုသည့်အတိုင်း ပြီးမြောက်အောင်မြင်ခြင်းသို့ ရောက်ခဲ့ပါပြီ။ ဤမှန်သောသစ္စာစကားကြောင့် ပြောသမျှအဟုတ် လုပ်သမျှမှန်ကန် ကြံသမျှအောင်မြင်ပြီး

သိန္နီရှင်တစ်ယောက် ဖြစ်ရပါလို၏ဘုရား။

- ဂုဏ်တော် ၉ ပါးကို တစ်ပါးလျှင် ၈၄၀၀၀ ပုတီးပတ်ရေ စိပ်ရမည်။
- သက်သတ်လွတ် စားရမည်။
- ၉ ပါးသီလ စောင့်ရမည်။
- ဘာလုပ်လုပ် အထက်ပါအတိုင်းသစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ဆို၍လုပ်ပါ။
- (၁၅ နှစ်စိပ်လျှင် အောင်မြင်ပါပြီ)

စတုဝိသတိပဋ္ဌာန်ဘိုးတော်ကြီးနည်း

မဟိန္ဒိတက်လမ်းပဋ္ဌာန်းစိပ်နည်း

အောက်ပါအစီအစဉ်အတိုင်း အဓိဋ္ဌာန်တက်ရမည်။

- ၁။ ကိုယ့်မွေးနေ့ကစ၍ အဓိဋ္ဌာန်စတက်ပါ။
- ၂။ အနန္တ ဘုရားအတွက် ၅ ဖီးပွဲတစ်ပွဲ၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာ ၃ ဖီးပွဲတစ်ပွဲ၊
- ၃။ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန် ရှင်မဟာကံဿပ၊ ရှင်ဥပဂုတ္တ ရှင်သီလ ဝလိ ၁။ သစ်သီး ၃ မျိုးစီ ၂။ လက်ဖက် ၃ ထုပ်စီ ၃။ ကွမ်းယာ ၃ ယာစီ ၄။ အလင်း ၃ တိုင်စီ ၅။ အမွှေးတိုင် ၃ တိုင်စီ ၆။ ပန်း ၃ ပွင့်စီ ၇။ ရေချမ်း ၃ ခွက်စီ၊
- ၄။ ဗြဟ္မာ၊ သိကြားမင်း၊ မယ်တော်မိနတ်သား၊ သူရဿတီမယ်တော်၊

အရှင်မြတ်များထွက်ရပ်ပေါက် မယ်တော်များပွဲများအတွက်
ကွမ်း ၂ ရာစီ၊ လက်ဖက် ၂ ထုပ်စီ၊ ပန်း ၂ ပွင့်စီ၊
အလင်းတိုင် ၂ တိုင်စီ၊ သစ်သီး ၂ မျိုးစီ၊ အမွှေးတိုင် ၂
တိုင်စီ၊ ရေချမ်း ၂ ခွက်စီ။

- မှတ်ချက် - ပထမစင် = ဘုရားစင် နှင့် ရဟန္တာကြီးများ။
- ဒုတိယစင် = ထွက်ရပ်ပေါက် ပုဂ္ဂိုလ်များ။
- တတိယစင် = သိကြား ဗြဟ္မာ ဒေဝီစင် ထားပါ။

ကျင့်ရန်နည်း

ပဋ္ဌာန်းဖြင့် ယောဂီကိစ္စအဝဝ အောင်မြင်လိုလျှင်

- ၁။ ပဋ္ဌာန်းကြီး ၁၅၂ ပုဒ် (ဟောတုပစ္စယောမှ အဝိဂတပစ္စယောထိ
ပဋ္ဌာန်းပစ္စယုဒ္ဓေသပါဠိ) ၁ ပိုဒ် စုစုပေါင်း ၁၅၃ ပုဒ်စီပါ။
- ၂။ တစ်ပိုဒ်ကို တစ်ခါဆို တစ်လုံးချ (၁၀၈ လုံး ပုတီးဖြင့်)
တစ်ပတ်စိပ်၊ ၁၅၃ ပိုဒ် ၁၅၃ ပတ်လုံးပြီးမှ တစ်ပြတ်ပြီးသည်
တစ်ကြိမ်ပြီးသည်။
- ၃။ တစ်ရက်တစ်ပြတ် (သို့) ၄ ရက် တစ်ပြတ်စိပ်ပါ။
- ၄။ တစ်ပြတ်ပြီးတိုင်း မေတ္တာသုတ် ၃၇ ခေါက်ရွတ်ပါ။

အောက်ပါ အဓိဋ္ဌာန်အတိုင်း ကျင့်ပါ

ပထမ	အဓိဋ္ဌာန်	၂၄	ကြိမ်
ဒုတိယ	အဓိဋ္ဌာန်	၃၇	ကြိမ်
တတိယ	အဓိဋ္ဌာန်	၆၃	ကြိမ်
စတုတ္ထ	အဓိဋ္ဌာန်	၉၀	ကြိမ်
ပဉ္စမ	အဓိဋ္ဌာန်	၁၀၈	ကြိမ်

ဘေးဆိုး ရန်ဆိုး ကြမ္မာဆိုးမဝင်နိုင်၊ အပြိုင်ဟူသမျှ အနိုင်ရ၏။
 အကြံအစည်အားလုံး အောင်၏။ သက်ရှိ၊ သက်မဲ့အားလုံး ခိုင်းနိုင်၏။
 အတိတ်ပါရမီ ပြန်ပေါ်၏။

ပဋ္ဌာန်းဖြင့် ထွက်နည်းလမ်း (ကျင့်စဉ်)

- ၁။ (၉) ပါးသီလစောင့်
- ၂။ သက်သတ်လွတ်စား
- ၃။ ပဋ္ဌာန်းကြီး ၁၅၂ ပုဒ်ကို တစ်ပိုဒ်လျှင် ပုတီးတစ်ပတ်ဖြင့်
 ၁၅၂ ပုဒ် စလုံးအတွက် ၁၅၂ ပတ် စိပ်ပါ။
- ၄။ နေ့ချင်းပြီး တစ်နေ့တစ်ပတ် (၁၅၂)ပတ်၊ ပြီးအောင်စိပ်၊ ပိတ်ဖြူ
 ဝတ်စိပ်။

အောက်ပါ အဓိပ္ပာယ်အတိုင်း ကျင့်ပါ။

ပထမ	ကဏ္ဍ	၂၄ ရက်
ဒုတိယ	ကဏ္ဍ	၄၀ ရက်
တတိယ	ကဏ္ဍ	၇၂ ရက်
စတုတ္ထ	ကဏ္ဍ	၉၆ ရက်
ပဉ္စမ	ကဏ္ဍ	၁၂၀ ရက်
ဆဋ္ဌမ	ကဏ္ဍ	၁၄၄ ရက်
သတ္တမ	ကဏ္ဍ	၁၆၈ ရက်
အဋ္ဌမ	ကဏ္ဍ	၁၉၂ ရက်
နဝမ	ကဏ္ဍ	၂၁၆ ရက်

အထက်ပါအတိုင်း ၂၄ ရက် တိုးတိုး၍စိပ်သွားပါက ၉ ကဏ္ဍပြီးသည့်အခါ အလွန်ထူးခြားလာမည်ဖြစ်ပြီး ၂၄ ကဏ္ဍပြီးလျှင် ထွက်လမ်းအောင်မြင်ပါပြီ။

ပိဋကတ် သည်းခြေဂါထာ

အနန္တသင်္ချေယျ သဗ္ဗသာဓာရဏ ဓာတုသဒ္ဓိ မဟာဂါထာ တော်ကြီး ဘိုးနရိန္ဒဘိဝံသ မန္တန်ဝိဇ္ဇာကြီးနည်း။

၁။ အာမ ဥမိ မဟိသုဒ္ဓံ သုန ဗုဒ္ဓံ သုအာ နအာ၊ ကောနော နောအာ၊
အဿု သာပါ ကာပု၊ မာတ ချာနာ မိစ မိသု ပုအိ
(ပုလ္လိင်ဂါထာတော်)။

၂။ ဥမ် အမ် ဖေဝ်ယုန္ဒံ သုနိ ပုန္ဒံ သုဒေ၊ နိဒေ၊ ကောနိ ဒိသု သိပါ
ကယု မာဝ် ချာနာ မိစ ပုသု ပုဒေ (ဣတ္ထိလိင်ဂါတာတော်)။

၃။ မ ဥမ် ဖေဝ်ယုန္ဒံ သုန ပုန္ဒံ သုဒေ နဒေ၊ အသု၊ သံဝါ၊ ကာပု
မာဝါ ချာနာ မိစ ပုသု ပုဒေ (နပုလ္လိင်ဂါတာတော်)။

လုပ်ထုံးလုပ်နည်း

၁။ ဂါထာကြီး ၃ ပုဒ်ကို တစ်ပုဒ်စီခွဲ၍ တစ်ပုဒ်ဆုံးလျှင်
ပုတီးတစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ ၃ ပုဒ်ကို ၃ ပတ်စိပ် ပြီးလျှင်
တစ်စုံပြီးဟုမှတ်ပါ။

၂။ လက္ခဏာတော်ကြီး ၃၂ ပါး၊ လက္ခဏာတော်ငယ် ၈၁ ပါးကို
ရည်ပြီး အစုံပေါင်း ၁၁၃ စုံ ရအောင် စိပ်ပါ။

(၅ ရက်နှင့် အပြတ်စိပ်)

၁၁၃ စုံရလျှင် တစ်ဝါရဟု ခေါ်၏။

၄၅ ဝါရကို တစ်ကဏ္ဍဟု ခေါ်၏။

၈၁ ကဏ္ဍကို တစ်ဗန္ဓုဟု ခေါ်၏။

၁၀၈ ဗန္ဓုကို မဟာကဏ္ဍကြီး တစ်ကဏ္ဍဟုခေါ်၏။

မဟာကဏ္ဍကြီး ၉ ကဏ္ဍပြီးပါက အသင်္ချေယျ သဗ္ဗဿရေဏ
ဓာတုသိဒ္ဓိရတော့၏။ ထွက်ရပ်မြန်းနိုင်တော့၏။

အထူးသတိပြုရန်

တစ်ဝါရလောက်စိပ်ပြီးပါလျှင် လောကီအကျိုး ပြီးစီးအောင်မြင်
၍ သာသနာပြုနိုင်ပါပြီ။

အဓိဋ္ဌာန်တက်သောအခါ ပုဗ္ဗကိစ္စပြုလုပ်ရန်

- ၁။ ဘုရားအတွက် အနန္တ ၅ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၂။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါအတွက် ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၃။ ရှင်သာရိပုတ္တရာ ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၄။ ရှင်မဟာမောဂ္ဂလာန် ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၅။ ရှင်မဟာကဿပ ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၆။ ရှင်အာနန္ဒာ ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၇။ ရှင်သီဝလိ ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၈။ ရှင်ဥပဂုတ္တ ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၉။ အရှင်မြတ်များအတွက် ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ
- ၁၀။ ဘိုးတော်ကြီးများအတွက် ၃ ဖီးဆိုင် တစ်ပွဲ

၁၁။ ဗြဟ္မာ၊ သိကြား၊ တိုင်းစောင့်နတ်၊ ပြည်စောင့်နတ်၊
မြို့စောင့်နတ်၊ အရပ်စောင့်နတ်၊ သာသနာစောင့်နတ်၊
သူရဿတီမယ်တော်၊ အိမ်စောင့်နတ်များအတွက်
သစ်သီး၊ ကွမ်း၊ လက်ဖက်၊ ပန်း၊ မုန့်၊ ရေ၊ အင်လူးတိုင်၊
အမွှေးတိုင် ၂ ခုစီ (၉ ပွဲ)။

မှတ်ချက် - ၁) ရာဇဝတ် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ၅ ဖီဆိုင်ဆိုလျှင်
အောက်ပါ ပစ္စည်းတစ်မျိုး ၅ ခု၊ ၂ ဖီဆိုင်ဆိုလျှင် တစ်မျိုး ၃ ခုစီလျှင်။

တံခွန်၊ ကုက္ကား၊ ကြက်လျှာ၊ ရွှေထီး၊ ကွမ်း၊ လက်ဖက်၊ ပန်း
ရေ အမွှေးတိုင် (၉) မျိုး။

၁၂။ မိမိမွေးနေ့ကစ၍ အဓိဋ္ဌာန်တက်ပြီး စိပ်ပါ။

လောကီကြီးပွားရေး (ဘားမဲ့ပေမူ)

ခားလမ်းပူတီးခိပ်နည်း

၉၊ ၈ ၈ ၈ သ သုဂတော သိဒ္ဓိ

ဤမန္တန်ကို လာဘ်နေဘက်မျက်နှာမူပြီး ကိုယ့်မွေးနေ့ကစ၍
အောက်ပါအဓိဋ္ဌာန်အတိုင်းစိပ်ပါ။

ပထမ တစ်နေ့ ၄၅ ပတ် ၄၅ ရက် ၁ နွေနေ့

အရှေ့မြောက်

ဒုတိယ တစ်နေ့ ၅၄ ပတ် ၅၄ ရက် ၆ ကြာ

မြောက်

တတိယ တစ်နေ့ ၆၃ ပတ် ၆၃ ရက် ၄ ဟူး

အနောက်မြောက်

စတုတ္ထ တစ်နေ့ ၇၂ ပတ် ၇၂ ရက် ၄ မွန်းလွဲ

အနောက်

ပဉ္စမ တစ်နေ့ ၈၁ ပတ် ၈၁ ရက် ၇ နေ့

အနောက်တောင်

ဆဋ္ဌမ တစ်နေ့ ၉၀ ပတ် ၉၀ ရက် ၂ လာ

တောင်

သတ္တမ တစ်နေ့ ၉၉ ပတ် ၉၉ ရက် ၃ ဂါ

အရှေ့တောင်

အဋ္ဌမ တစ်နေ့ ၁၀၈ ပတ် ၁၀၈ ရက် ၅ တေး

အရှေ့

အထက်ပါ မန္တန်တက်စဉ်အတိုင်း ဤ သ ဝ ယ န သုဂတော သိဒ္ဓိ အဓိဋ္ဌာန်ပိမ်း အကျိုးကား ဣန္ဒြေပိမ်း မပျက်မကွက် အောင်မြင်ပါ လျှင် မည်မျှလောက်ဆင်းရဲနေသူ၊ ဇီးပွားပျက်ဇီးနေသူပင်ဖြစ်စေကာမူ ချမ်းသာလာတော့၏။ ကံပေးသလောက်ချမ်းသာမည်မှတ်။

အဓိဋ္ဌာန်တက်ရန်မှာ-

၁။ ပိမိပွေးနေ့က စတက်ပါ။

၂။ ရှင်သီဝလိ ပွဲထိုးပါ (၃ ဇီးဆိုင်)

၃။ ပိဋကတ်မယ်တော်အား ပန်း၊ အမွှေးတိုင်၊ အလင်းတိုင် တင်သပါ။ (အဓိဋ္ဌာန်အတွင်း မညှိုးစေရပါ။)

၄။ ကိုယ် လက် ခံတွင်း သန့်ရှင်းပြီးစိပ်ပါ။

၅။ သက်သတ်လွတ်စားပါ။

၆။ ကာမေသုနှင့် သူရာ အရက်ရှောင်ပါ။

၇။ မည်သူ့အပေါ်မှ စီးပွားပျက်အောင် လိမ်လည်မှု
မပြုလုပ်မိရန် အဓိဋ္ဌာန်နှင့် ရှောင်ပါ။

၈။ လာဘ်နေဘက်ကို အမြဲတမ်း မျက်နှာမူထိုင်ပြီး စိပ်ရမည်။

လာဘ်နေဘက်

အသာဝင်ရာ၊ တစ်ခါညာဖြင့်၊

လာဘ်မင်းသွားရာ၊ မြဲမကွာ၊

ရှစ်မျက်နှာလာဘ်နေ။ (လာဘ်နေလင်္ကာ)

ဘိုးပြည့်စွံနည်း (စိန္တာမဏိဂါထာတော်ကြီး)

၁။ စိန္တာမဏိ အမမန္တန်ကို အရှေ့၊ တောင်၊ အနောက်၊ မြောက်
အရပ်လေးမျက်နှာလှည့်ပြီး အစအဆုံး (တစ်ခေါက်စီ ၄
ခေါက်ရွတ်)

စိန္တာမဏိ အဖိုဂါထာ မန္တန်ကို တနင်္ဂနွေထောင့်၊ အင်္ဂါထောင့်၊
စနေထောင့်၊ ရာဟုထောင့်လှည့်ပြီး အစအဆုံး (တစ်ခေါက်
စီ) ၄ ခေါက်ရွတ် နံနက်ခင်းတွင် ၈ ခေါက် အစုံရွတ်။

၂။ ညနေပိုင်းတွင် စိန္တာမဏိ အမမန္တန်ကို ထောင့် ၄ ထောင့်၊
၄ ခေါက်ရွတ် စိန္တာမဏိ အဖိုဂါထာကို အရပ် ၄ မျက်နှာလှည့်၍
ရှေ့နည်းအတိုင်း ၄ ခေါက်ရွတ်၊ ဤသို့ နံနက်၊ ည ၈

ခေါက်ရွတ်၊ ရက် ၃၀ တိုင်တိုင်ရွတ်ပါ။ ပြီးပါက ပထမကဏ္ဍ
အောင်မြင်ပြီဟုမှတ်။

၃။ ဒုတိယကဏ္ဍမှာ အမ မန္တန်ကို အရပ် ၄ မျက်နှာလှည့်ပြီး
၄ ကြိမ်ရွတ်၊ အဖုံးမန္တန်ကို ၄ ထောင့်လှည့်ပြီး ၄ ကြိမ်ရွတ်၊
ဤသို့ ၈ ကြိမ် ရွတ်ပြီးလျှင် တစ်ပြီး၏။ နံနက် ၃ စုံ၊
နေ့ခင်း ၃ စုံ၊ ည ၃ စုံ၊ ဤကဲ့သို့ ရက် ၉၀ တိုက်ရွတ်ပါ။
ပွားပြီလျှင် ဒုတိယကဏ္ဍ ပြီးပါတော့၏။

၄။ တတိယကဏ္ဍမှာ နေ့စဉ် အရက်တက် ၃ စုံ၊ နေ့မွန်းတည့်
၃ စုံ၊ နေဝင် ညသန်းခေါင် ၃ စုံ၊ ပေါင်း ၁၂ စုံ၊ ရက်ပေါင်း
၁၀၈ ရွတ်ပြီးပါက ကိုယ်လိုရာ ရတော့၏။

အဓိဋ္ဌာန်တက်ရန်မှာ

- ၁။ လဆန်းတစ်ရက် စပြီး အဓိဋ္ဌာန်တက်ပါ။
- ၂။ ဘုရားအနန္တပွဲ ၁ ပွဲ၊ မိဘ ၃ ဖီးဆိုင် ၁ ပွဲ၊ ဆရာကြီး ၃
ဖီးဆိုင် ၁ ပွဲ၊ ပေါင်း ၃ ပွဲအဓိဋ္ဌာန် မပြတ်အောင် ထိုးပါ။
- ၃။ သက်သတ်လွတ်စားပါ။
- ၄။ ဝတ်ဖြူစင်ကြယ်ဝတ်၍ ရွတ်ရမည်။

စိန္တာမဏိ အမဂါထာ

သြောင်း၊ နမော အနန္တကောဠိကပ္ပေါ၊ သဗ္ဗညုတဉာဏံ

စိန္နာတိစိန္နော၊ သဗ္ဗဒေဝါယ သင်္ဂမော၊ သောမနသော မနော ဟာရော
စိန္နော စိန္နာနံ၊ စိန္နာတိ စိန္နော။ (နမော သုံးပါးသောရတနာ ဆရာ
မိဘတို့အား ရှိခိုးခြင်းကို ကရောမိပ္ပုပါ၏) ဟုဆိုပြီး ၃-ကြိမ် ရှိခိုးကန်တော့။

ဘုမ္မိပဒေသ စိန္နာတိစိန္နော၊ ဤဘုမ္မိရတိ စိန္နာတိစိန္နော၊
သတ္တလောကံ စိန္နာတိစိန္နော၊ ဩကာသလောကံ စိန္နာတိစိန္နော၊
သင်္ခါရလောကံ စိန္နာတိစိန္နော၊ နာမရူပံ စိန္နာတိစိန္နော၊ ကုသလံ
အကုသလံ အဗျာကတံ စိန္နာတိစိန္နော၊ သုခံဒုက္ခံ အဒုက္ခမသုခံ
စိန္နာတိစိန္နော၊ စိတ္တံ စေတသိကံ ရူပံ နိဗ္ဗာနံ စိန္နာတိစိန္နော၊ မဂ္ဂ ပုဂ္ဂလ
ဖလံ စိန္နာတိစိန္နော။

ဈာနံ ဈာနင်္ဂံ စိန္နာတိစိန္နော၊ အရဟတ္တံ အရဟတ္ထမဂ္ဂံ
စိန္နာတိစိန္နော၊ နိရောဓံ နိရောဓသမာပန္နံ စိန္နာတိစိန္နော၊ သတ္တဓမ္မံ
သတ္တဗောဇ္ဈင်္ဂံ စိန္နာတိစိန္နော၊ အရိယံ အဋ္ဌင်္ဂီတံမဂ္ဂံ စိန္နာတိစိန္နော၊
စတုရောဓမ္မံ စတုရိ ကုဒ္ဓိပါဒါနိ စိန္နာတိစိန္နော၊ စတုရိ ပဋိသမ္ဘိဒါမဂ္ဂါနိ
စိန္နာတိစိန္နော၊ စတုရိ အရိယာသစ္စာနိ စိန္နာတိစိန္နော၊ အဝိဇ္ဇာသု
အဝိဇ္ဇာဘာဂိယေသု စိန္နာတိစိန္နော၊ ဝိမုတ္တိံ ဉာဏေသု စိန္နာတိစိန္နော။

ပုဗ္ဗေနိဝါသ ဒိဗ္ဗစက္ခု အာသဝက္ခယ ဉာဏေသု စိန္နာတိစိန္နော၊
လောကီယ လောကုတ္တရ ဉာဏေသု စိန္နာတိစိန္နော၊ ကဗဠိကာရာ
ဟာရေသု စိန္နာတိစိန္နော၊ သတ္တဓမ္မံ ပရမတ္ထံ ဓမ္မေသု စိန္နာတိစိန္နော၊
ဣတ္ထိဘာဝ ပုဏ္ဏဝေသု စိန္နာတိစိန္နော၊ ပဉ္စကာမ ဂုဏေသု စိန္နာတိစိန္နော။

အပ္ပကဗဟုကောသု စိန္တာတိစိန္တော၊ အတိတာ နာဂတ ပစ္စုပ္ပန္နေသု
စိန္တာတိစိန္တော၊ သဗ္ဗဇေန စိတ္တေသု စိန္တာတိစိန္တော၊ တေန မနောတရေန
ရတနံဝိယ သဗ္ဗကာမ ပူရဏော။

ဂုရု ဂါရဝါ ဒီပံ သဇ္ဈာ ယန္တာနံ၊ ပဝရော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေန
ဒေသိတော၊ အယံ မန္တော၊ စိန္တနတေန၊ စိန္တာမဏိယော၊ နာမတိ။
ဣန္ဒြိတံ၊ အာသနံ တိဋ္ဌတု တိဋ္ဌတု၊ ဒိပါယ ဒိပါယ၊ ဝသာယ ဝသာယ၊
ဒဒါတု ဒဒါတု၊ စိန္တာမဏိရတနံ မံ ပါလေတု ဟုလု ဟုလု၊
သွားတယျသွား ဟံဟံ။

စိန္တာမဏိ အပိုဂါထာ

သြောင်း နမော အနန္တကောဠိကပေါ သဗ္ဗညုတ ဉာဏော
သဗ္ဗဒေဝ ဂတော စိန္တာတိစိန္တော၊ စိန္တာမဏိယော မနောမယ
ပြိတိတောအတုလ ပဝရ ဂုဏ ဓမ္မော သဗ္ဗကာမ ရောဇိနော ပူရဏော
စိန္တာမဏိ ဗြဟ္မာသိဒ္ဓေါ ပဝရော။

တြိဘုဝနသွာရော သုဂတော သဗ္ဗဝေရီနံ နိဝါရဏော အကာလ
မရဏနိဝါရဏော မတု ဝဉ္ဇနာ ဒီယာယုကော သိဒ္ဓိကရော ပုညဝန္တော
မဟာတေဇေ မဟာယသော ဘဂျဝန္တော ဒိဋ္ဌဓမ္မ ဝေဒနိယ ဘူတော
အရိယ ဖလ ဝရ ဓမ္မော အနန္တ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိသုဒ္ဓိ ဒေဝေါ
နရာသဘော။ ပရမေသွာရော မဟာဒေဝေါ ဂဏပတ္တော ဣန္ဒြေဗြဟ္မာ

မဟေသွာရာ ဘုမ္မိဝသုရော မဇ္ဇူ သကော သိရိဝါသော မဏိမေခလာ
အာကာသဒေဝေါ ရက္ခဒေဝေါ နာဂေါ သုပဏ္ဍော ဂန္ဓဗ္ဗော
စတုလောကပါလာ သူရိယော စန္ဒိမာ နက္ခတ္တာရော ဟိမဝန္တော သိနေရ
ပဗ္ဗတော စက္ကဝါဠ သီလုစ္စယော သတ္တပဗ္ဗတော ဂင်္ဂါ ယမုနာ အစီရဝတီ၊
မဟိသရဘူ ဇေမ္မုရက္ခော ကဒမ္ဗော ကပ္ပရက္ခော၊ သိရိယော ပါဠိလိ
သိပ္ပလိ ပေါရိဆတ္ထကော ဆဒ္ဒန္တော ရောဝဏ္ဏော ဥသဘော တေ
ဒေဝေါ ကောပုတ္တံစ မံ သမ္မာလေန္တ။

သိရိဒေါ ဝေပုလ္လ ပဗ္ဗတ ပသော မနော ဟာရော
မဏိရတနံဝိယ သဗ္ဗကာမ ပူရဏော ဂုရု ဂါရဝါဒိ သဇ္ဈာယန္တာနံ
ပဝရော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေန ဒေသိတော အယံမန္တော . . . စိန္တနတေန
စိန္တာမဏိယော နာမတိ၊ ဣစ္ဆေတံ အာသနံ တိဋ္ဌတု တိဋ္ဌတု ဒိပါယ
ဒိပါယ ဝသာယ ဝသာယ ဒဒါတု ဒဒါတု စိန္တာမဏိ ရတနံ မံပါလေတု
ဟုလု ဟုလု သွာဟယျ သွားဟုံဟုံ။

- ပီယ၊ ကာယ၊ ဓန ရှိ ၃ ပါးရအောင် မန္တန်စိပ်နည်း (ပေမူ)
- ၁။ ရှင်သီဝလိ ၁၀ ဂါထာကို တစ်ဂါထာလျှင် တစ်ပုဒ်ဆုံး
တစ်လုံးချ၍ ၃၇ ပတ်စိပ်ပါ။ ၁၀ ဂါထာဖြစ်၍ အပတ်ပေါင်း
၃၇၀ ဖြစ်၏။
 - ၂။ တစ်နေ့တစ်ဂါထာကို ၃၇ ပတ်ရအောင်စိပ် ၁၀ ရက်စိပ်ပြီးပါက

အပတ်ပေါင်း ၃၇၀ ပြီး၏။ ၃၇၀ ပတ် ၁၀ ရက်ပြီးအောင်
လျှင်ပြီးက ပထမကဏ္ဍပြီး၏။

၃။ ဒုတိယကဏ္ဍ ၁၀ ပုဒ်ဂါထာကို တစ်ဂါထာလျှင် နံနက် ၃၇
ပတ်၊ ည ၃၇ ပတ်၊ ပေါင်း တစ်နေ့လျှင် ၇၄ ပတ် ၁၀
ရက် ၇၄၀ ပတ် ပြီးလျှင် ဒုတိယကဏ္ဍပြီး၏။

၄။ တတိယကဏ္ဍ ၁၀ ဂါထာလျှင် နံနက်၊ နေ့၊ ည ၃၇ ပတ်စီပ်
တစ်နေ့ ၁၁၁ ပတ် ပြီးအောင်စီပ်၊ ၁၀ ရက် ၁၀ ဂါထာပြီးလျှင်
၁၁၁၀ ပုဒ်းပတ်ရ၏။ တတိယကဏ္ဍပြီး၏။ တတိယကဏ္ဍ
ပြီးက တစ်ဝါရ၏။ ဝါရပေါင်း ၃၀ ရလျှင် တစ်ဗန္ဓု ရ၏။ ၁၀
ဗန္ဓုပြီးလျှင် ရှိ ၃ ပါး ကော်ရတော့၏။ ပိယသိဒ္ဓိ၊ ကာယသိဒ္ဓိ၊
နေသိဒ္ဓိ သိဒ္ဓိ ၃ ပါး ပြီး၏။
လပြည့်နေ့ကစ၍ အဓိဋ္ဌာန်တက်ရ၏။ ဘုရားတစ်ပွဲ ၃ ဖီးဆိုင်၊
ရှင်သီဝလိတစ်ပွဲ ၃ ဖီးဆိုင်ထိုးပါ။ (အဓိဋ္ဌာန်ရက်အတွင်း
ပွဲမညှိုး ပါစေနှင့်)

ရှင်သီဝလီ ၁၀ ဂါထာ (ပူဇော်စဉ်)

- ၁။ သီဝလီစ မဟာနာမံ
 သဗ္ဗလာဘံ ဘဝိဿတိ
 ထေရဿ ဧကနဘာဝေန
 သဗ္ဗေဟောန္တံ ပိယံမမ။
- ၂။ သီဝလီ စ မဟာဝီရော
 ယေ ယေ ပဿန္တံ ဝံ ပိယံ
 တေ တေ ပဿန္တံ ပရမံ
 ဇနပဒါ ပူဇယန္တ။
- ၃။ သီဝလီစ မဟာထေရော
 မမသီသေ ဋ္ဌပေတွာနံ
 ဇမ္ပုဒီပ မဏ္ဍလေန
 ဇယောမန္တော သုခါ ဝဟာ။
- ၄။ သီဝလီစ မဟာနာမံ
 ဣန္ဒြာဒေဝါ သဗြဟ္မကာ
 မနဿ ပုရိသော ဣတ္ထိ
 မဟာလာဘံ ဘဝိဿတိ။
- ၅။ သီဝလီစ မဟာလာဘံ
 နာနာဒေတိ ဝရံ ဝရံ

- ကုဒမ္ပိ ပူဇိထံ ဒေတီ
 မဟာသုခံ ဘဝိဿတိ။
 ၆။ ဝဏ္ဏံ ဒန္တံ သုခံ ကိတ္တိ
 အနာမယံ ဘဝေ ဘဝေ
 တဝရက္ခေ ဒေဝဒိတာ
 သဗ္ဗေကောဓံ ဝိနာသန္တ။
 ၇။ သီဝလိစ မဟာလာဘံ
 သဗ္ဗလာဘံ ဘဝိဿတိ
 ထေရဿ အာနဘာဝေန
 သဒါဟောန္တ ပိယာမမ။
 ၈။ သီဝလိစ မဟာထေရော
 ယေ ယေ ပဿန္တ မံပိယံ
 တေ တေ ပဿန္တ မံပိယံ
 ဇနပဒါ ပူဇဟန္တ။
 ၉။ သီဝလိစ မဟာထေရော
 မမသီသေ ဣပေတွာန
 မန္တိတေန ဇယောမန္တာ
 အဟံဝန္နာမိ သဗ္ဗဒါ။

၁၀။ သီဝလိစ မဟာထေရော
 ဒေဝမနဿ ပူဇိတော
 သောရဟော ပစ္စယာဒိနံ
 မဟာလာဘံ ကရောတုမေ။

ဗြဟ္မစိုက်ခင်း ချစ်မြေစေသော ဂါထာ

သုဂတော သုဂတာ ဌာနံ သုဂတော သုန္ဒရံပိစ
 သုဂတော နိဗ္ဗာနံယာတိ သုဂတော တေ နမောနမာ

ရာထူးကောင်း ရာထူးကြီးရလို့လျှင်

- ၁။ အထက်ပါဂါထာကို နံနက် ၅ ပတ်၊ ည ၅ ပတ်စိပ်
- ၂။ အဓိဋ္ဌာန်အတွင်း အနန္တ ၅ ဖီးပွဲထိုးပါ။ အဓိဋ္ဌာန်အတွင်း မညှိုးစေရ။ သားကြီးငါးကြီးရှောင်၊ သက်သတ်လွတ်စားနိုင် ပို၍ကောင်း၏။ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း အကျိုးပေး၏။
- ၃။ မွေးနေ့ကစ၍ အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။
- ၄။ အောက်ပါအတိုင်း အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။

ပထမအဓိဋ္ဌာန်	၄၅	ရက်
ဒုတိယအဓိဋ္ဌာန်	၈၁	ရက်
တတိယအဓိဋ္ဌာန်	၁၀၈	ရက်
- ရာထူးတိုးစေလိုလျှင် အထက်ပါအတိုင်း အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။

နှိုင်းခံခြားသွားလို့လျှင်

- ၁။ အထက်ပါအတိုင်း အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။
- ၂။ သုဂတောဂါထာကို တစ်ကြိမ်တည်း ၂၅ ပတ် (သို့) တစ်ခါစိပ် ၅ ပတ်၊ တစ်နေ့လျှင် ၅ ကြိမ် အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။

ကြံ့ခည်သမျှ အောင်မြင်စေလို့လျှင်

- ၁။ အထက်ပါအတိုင်း အနန္တ ၅ ဖီးပွဲထိုးပါ။
- ၂။ သားကြီး ငါးကြီးရှောင် သက်သတ်လွတ်စားနိုင်လျှင် ပိုကောင်း၏။
- ၃။ အောက်ပါအတိုင်း အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။

ပထမအကြိမ်	၈၀	ရက်
ဒုတိယအကြိမ်	၉၀	ရက်
တတိယအကြိမ်	၁၀၈	ရက်
- ၄။ နေ့စဉ် သုဂတောဂါထာ ၂၇ ပတ်စိပ်ပါ။

ဤအဓိဋ္ဌာန်အောင်မြင်ပါက ကိုယ်ဖြစ်ချင်တာကို ပြည့်ပြည့်ဝဝ ဖြစ်စေမည်မှာ မြေကြီးလက်ခတ်မလွဲပါ။

သုဂတော ၅ ချက် ဂါထာသည် -

အာယုသိဒ္ဓိ ဖိုမထိုးရဘဲနှင့် ပေါက်တယ်။ ရွှေငွေလည်း ဖြစ်တယ်။ နတ်လူအပေါ် ဩဇာလည်းကြီးတယ်။ အလွန်အကျိုးကြီးတယ်။

ရှိန်းပြီး၍ အဆာခံသောဂါထာ

- ၁။ ဥုံ ဗုဒ္ဓံတေဇေန ဗုဒ္ဓကမ္မံ နဝဂုဏံ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဗုဒ္ဓံ သွားဟ။
- ၂။ ဥုံ ဓမ္မံတေဇေန ဓမ္မကမ္မံ ဆဂုဏံ ဓမ္မံ သရဏံ ဓမ္မံ သွားဟ။
- ၃။ ဥုံ သံဃံတေဇေန သံဃကမ္မံ နဝဂုဏံ သံဃံ သရဏံ သံဃံ သွားဟ။

တောတောင်ခရီး အဓိဋ္ဌာန်ဝင်တဲ့အခါ၊ အခက်အခဲကြုံတွေ့တဲ့ အခါ၊ စားကောင်းသော သစ်ရွက်များကို မန်းစားလျှင် အဆာခံ၏။

ဤ ၃ ပုဒ်ကို တစ်ပုဒ်ဆုံးလျှင် တစ်လုံးချ၊ ၃ ပုဒ်ဆုံးလျှင် တစ်လုံးချပြီး ပုတီးတစ်ပတ်စိပ်၊ မန်းပြီး သစ်ရွက်ကိုဝါး၊ (၇) ရက် အစားအဆာခံနိုင်ပြီး နေ့တိုင်းစိပ်လျှင် ရှိန်းပြီး၏။



မန္တန် ဝိဇ္ဇာနည်း

ကျော်အောင်စံထားဆရာတော် သိန္နိ ၄ မျိုးအခြေခံပြီး

ဓမ္မက္ခန္ဓာကို အထွတ်တက်၍ ဓာတ်လေးပါးပွားနည်း

- ၁။ နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ တစ်လုံးချ
- ၂။ ကာယသိန္နိ တစ်လုံးချ
- ၃။ ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော တစ်လုံးချ
ဤသုံးပါး တစ်စုံ တစ်ပတ်စိပ်ပါ။
- ၁။ နမောတဿ (လ) သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ တစ်လုံးချ
- ၂။ အနန္တ ကာယသိန္နိ တစ်လုံးချ
- ၃။ ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော တစ်လုံးချ
ဤသုံးပါး တစ်စုံ တစ်ပတ်စိပ်ပါ။
- ၁။ နမောတဿ (လ) သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ တစ်လုံးချ
- ၂။ ဝိသုဒ္ဓိ ကာယသိန္နိ တစ်လုံးချ
- ၃။ ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော တစ်လုံးချ
ဤသုံးပါး တစ်စုံ တစ်ပတ်စိပ်ပါ။
- ၁။ နမောတဿ (လ) သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ တစ်လုံးချ
- ၂။ အနန္တဝိသုဒ္ဓိ ကာယသိန္နိ တစ်လုံးချ
- ၃။ ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော တစ်လုံးချ
ဤသုံးပါး တစ်စုံ တစ်ပတ်စိပ်ပါ။

မှတ်ချက် - သိဒ္ဓိ၊ အနန္တသိဒ္ဓိ၊ ဝိသုဒ္ဓိသိဒ္ဓိ၊ အနန္တဝိသိဒ္ဓိ သိဒ္ဓိ၊
 ဤလေးပါးကို သိဒ္ဓိ လေးပါးခေါ်သည်။ တိုလေးပါးနှင့်
 အောက်ပါသိဒ္ဓိမျိုး ၃၀ နှင့် အထက်နည်းအတိုင်း
 ပွားရမည်ဟုမှတ်။

- | | | | |
|--------------|--------|----------------------|--------|
| ၁။ ကာယ | သိဒ္ဓိ | ၁၆။ သဗ္ဗသာဓရဏ | သိဒ္ဓိ |
| ၂။ ဓန | သိဒ္ဓိ | ၁၇။ တိပိဋက | သိဒ္ဓိ |
| ၃။ ပီယ | သိဒ္ဓိ | ၁၈။ ဗေဒဝိဇ္ဇာဓရ | သိဒ္ဓိ |
| ၄။ အာဟာရ | သိဒ္ဓိ | ၁၉။ ဣဒ္ဓိဝိစ | သိဒ္ဓိ |
| ၅။ အာယု | သိဒ္ဓိ | ၂၀။ ဒိဗ္ဗစက္ခု | သိဒ္ဓိ |
| ၆။ ပထဝီ | သိဒ္ဓိ | ၂၁။ ဒိဗ္ဗသောတ | သိဒ္ဓိ |
| ၇။ ဥဒက | သိဒ္ဓိ | ၂၂။ စေတောပရိယ | သိဒ္ဓိ |
| ၈။ တေဇော | သိဒ္ဓိ | ၂၃။ ပုဗ္ဗနိဝါသ နုဿတိ | သိဒ္ဓိ |
| ၉။ ဝါယော | သိဒ္ဓိ | ၂၄။ ပရစိတ္တဝိဇာနနာ | သိဒ္ဓိ |
| ၁၀။ အာကာသ | သိဒ္ဓိ | ၂၅။ အနာဂတံသ | သိဒ္ဓိ |
| ၁၁။ အနုလောမ | သိဒ္ဓိ | ၂၆။ ယထာကမ္မူပဂ | သိဒ္ဓိ |
| ၁၂။ ပဋိလောမ | သိဒ္ဓိ | ၂၇။ အာသဝက္ခယ | သိဒ္ဓိ |
| ၁၃။ မနောမယ | သိဒ္ဓိ | ၂၈။ မဟာဝဇီရဉာဏ | သိဒ္ဓိ |
| ၁၄။ ဣစ္ဆာသယ | သိဒ္ဓိ | ၂၉။ အပ္ပဋိဟတဉာဏ | သိဒ္ဓိ |
| ၁၅။ စိန္တာမယ | သိဒ္ဓိ | ၃၀။ သဗ္ဗညုတဉာဏ | သိဒ္ဓိ |

ဤသိဒ္ဓိကြီး ၃၀ ကို တစ်ပါးလျှင် လေးမျိုးပွားရသောကြောင့် သိဒ္ဓိတရား နှစ်ဆယ်ရ၏။ ဤသိဒ္ဓိလေးပါးကို တစ်ပေါင်းတည်း စိပ်မည် ဆိုပါက ပုတီးလုံးရေ ၁၂၀ ပါသော ပုတီးဖြစ်လျှင် ကောင်း၏။ တစ်ပါးစီ ယခုပြသကဲ့သို့ အတိုင်းစိပ်က ၁၂၀ လုံးရပါသော် ပုတီးမလိုတော့ပေ။

ဤသိဒ္ဓိကြီး ၃၀ ကို ရှေ့က ပြောခဲ့သည့်အတိုင်းစိပ်ပါ။ ပြခဲ့သည့် အတိုင်း စိပ်ပြီးလျှင် အခြေခံရပါတော့သည်။ အရဟံဂုဏ်တော် အရဟံ ဂါထာကိုဖြစ်စေ၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာ ရှစ်သောင်းလေးထောင်ရည်စူးပြီး လုံးရေ ရှစ်သောင်းလေးထောင် ပြည့်အောင်စိပ်ပြီးလျှင် ထိုဂုဏ်တော်ပဲ မြေဓာတ် ကိုရည်စူးပြီး (၂၄၀၀၀၀) လုံးရေ ပြီးအောင်စိပ်၊ ထို့အတူ ရေဓာတ်ကို ရည်စူးပြီး (၄၈၀၀၀၀) လုံးရေ ပြီးအောင်စိပ်ပါ။

ထို့အတူ လေဓာတ်ကိုရည်စူး (၉၆၀၀၀၀) ပြီးအောင်စိပ်၊ ထို့အတူ မီးဓာတ်ကိုရည်စူးပြီး (၁၉၂၀၀၀) ပြည့်အောင်စိပ်၊ အားလုံးပြီး လျှင် သိဒ္ဓိတက်သောအနေဖြင့် ဤရှစ်ချက်ဂါထာကို လုံးရေ (၁၀၀၀၀၀) ပြည့်အောင်စိပ်ပါ။ ဤနည်းဟာ ပေါက်ရောက်တော့တာပါပဲ၊ ထိုနည်းတူ ဂုဏ်တော် ၁၂ ပါးကို ပွားများပါ။ မြေကြီးလက်ဝါးနှင့် ပုတ်လျှင်လွဲ မည်သာ၊ မပေါက်မြောက်မှာကတော့ မပူရတော့ဘူး။ သို့သော် အထူး သတိပေးချင်တာက ဘုန်းကြီးဆိုလျှင် (သံဃာ ဒီသိသ်၊ ပါရာဇိကဏ်) အနိယတ ဤသိက္ခာပုဒ်ကဏ္ဍကြီး ၃ ပါး လုံခြုံအောင် အဓိဋ္ဌာန်နှင့် စောင့်ရပါတယ်၊ လူဆိုရင် ငါးပါးသီလလုံခြုံအောင် စောင့်ရတယ်။

သီလရှင်ဆိုရင် ရှစ်ပါးသီလလုံခြုံအောင် စောင့်ရတယ်၊ သက်ဆိုင်ရာ သီလများ မလုံခြုံရင်တော့ အနှောင့်အယှက်များ တွေ့ကြုံပျက်မယ်သာ မှတ်တော့။

ရွှေအောင်ရေး ဆရာတော်

နမောတဿ ဂါထာပြန်ဖြင့် ထွက်လမ်းပူတီးခိပ်နည်း

နမောတဿဂါထာ၏ စာလုံးများကို ရေတွက်လိုက်လျှင် ၁၈ လုံးရှိ၍ နဝင်းကြေဖြစ်သည်။ နဝင်းကြေလျှင် ဆေးဖြစ်၏။ ၇ လုံးကို တစ်လုံးကောက် ၈၈ ခါပြန်လျှင် တစ်ကြောင်းရေး၊ ၎င်းအရပြန်၍ ကောက် ၃ ခါပြန်၍ ကောက်သော် (နမောတဿဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ)ဖြစ်၏။ ထို့အတူ ၅ လုံးကို တစ်လုံး ကောက် ၁၈၀ ပြန်၍ရေး၊ ၎င်းရသော ၁၈ လုံးကို တစ်ဖန် ၅ လုံး ကို တစ်ခါကောက် ထိုကဲ့သို့ ၆ ပြန်လျှင် (နမောတဿဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ) ပြန်၍ဖြစ်၏။

၂ လုံးတွဲ ပုတီးတစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ ၂ လုံးတွဲ ၉ ပုဒ် ရှိသောကြောင့် ဆုံးလျှင် ၉ ပတ်ရ၏။ ဒုတိယပုဒ်လည်း ထို့အတူစိပ်လျှင် ၉ ပတ် ရ၏။ ပေါင်း ၁၈ ပတ်ဖြစ်စေ၊ နမောတဿ ရိုးရိုးကလည်း ၂ လုံးတွဲနှင့်စိပ်သော် ၉ ပတ်ရ၏။ ပေါင်း ၉-၃ လီ ရ၍ သတ္တဝီသဖြစ်၏။ ၂၇ ပတ်ပေါင်း တစ်နေ့လျှင် ၅ ကြိမ် ပထမအဓိဋ္ဌာန်စိပ်၊ ဒုတိယ

အဓိဋ္ဌာန်က ၁၀၈ ပတ် တစ်ခါထိုင်၊ တစ်နေ့လျှင် ၁၀၈ ပတ်၊ ၅ ကြိမ်ထိုင်၊ တတိယအဓိဋ္ဌာန်က တစ်ပတ်စိပ်၊ ဒုတိယ ၇ လုံးကောက် လည်း တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ ပေါင်း ၃ ပတ်၊ ၎င်း ၃ ပတ်မှ တစ်စုံပေါ်၏။ တစ်နေ့ ၁၇ ပတ် အဓိဋ္ဌာန် (၇) ကိုလည်း ထို့အတူ ရက်နှင့်ပုတီးပတ်တိုင်အောင် အဓိဋ္ဌာန်ရသည်ချည်း မှတ်ပါ။ ဒုတိယ ၅၄ ပတ်၊ ပဉ္စမ ၃၂၄ ပတ် ဤအဆင့်မှာ ပေါက်မြောက်နိုင်၏။ ငါးပါးသီလလုံပါ။ သက်သတ်လွတ်စားပါ။ သိဒ္ဓါခန်း ဖြစ်တော့၏။

မဟိဒ္ဓိစခန်းအတွက် ၅ လုံးတွဲ စိပ်ပုံ

၇ လုံးကောက်ကဲ့သို့ ၂ လုံးတွဲမစိပ်ရ။ နမော (လ) ဇ္ဇဿ၊ တစ်လုံးချ၊ ဘရသမော (လ) သဿ တစ်လုံးချ၊ ဓမ္မာ (လ) ဟဿ တစ်လုံးချ၊ ဒွဘု (လ) နဿတစ်လုံးချ၊ သကောဝ (လ) သဿ တစ်လုံးချ၊ ဟသက္က (လ) တဿ တစ်လုံးချ၊ နမောတဿ (လ) သမ္မုဒ္ဓဿ တစ်လုံးချ၊ ပေါင်း ၇ ပုဒ် ၇ လုံးကောက်ကိုလည်း ဤနည်းကဲ့သို့ စိပ်မည်ဆိုလည်း စိပ်နိုင်ပါသည်။

နမောတဿဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ
ဝမ္မာ တရဒ္ဓ ဂသမော အမ္မု ဘတော နတော သဿ ဟဿ၊
(၇ လုံးကောက်)

သတော တမ္မု ဟဂ နမ္မာ အသဒ္ဓတော ဝမော သရ ဘဿ
နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

(ပုတီးစိပ်ရန် နမောပြန် ဂါထာ ၄ ပုဒ်)

ပထမ	၂၇ ပတ်	၂၇ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
ဒုတိယ	၃၆ ပတ်	၃၆ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
တတိယ	၄၅ ပတ်	၄၅ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
စတုတ္ထ	၅၄ ပတ်	၅၄ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
ပဉ္စမ	၆၃ ပတ်	၆၃ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
ဆဋ္ဌမ	၇၂ ပတ်	၇၂ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
သတ္တမ	၈၁ ပတ်	၈၁ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
အဋ္ဌမ	၉၀ ပတ်	၉၀ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်
နဝမ	၁၀၀ ပတ်	၁၀၀ ရက်	အဓိဋ္ဌာန်

နဝမအဆင့်ဆုံးလျှင် မဟိဒ္ဓိခန်းပြီး၏။ ဤမဟိဒ္ဓိစခန်းမှာလည်း သက်သတ်လွတ်စား မီးလွတ်စားပြီး ဝစီပိတ်နေပြီး ပွားများရမည်။

ဆံ့ရှည်ဆရာတော်နည်း

အရဟံမှ ဘဂဝါအဆုံး ဂုဏ်တော် ၉ ပါးလုံးဆိုပြီး တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ ဒုတိယအပတ်မှာ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါမှ ဗုဒ္ဓေါတိုင်အောင် ဂုဏ်တော် ၇ ပါးဆိုပြီး တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ တတိယအပတ်မှာ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗုဒ္ဓောမှ သတ္တာဒေဝ မနဿန တိုင်အောင် ဂုဏ်တော် ၅ ပါးဆိုပြီး တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ စတုတ္ထအပတ်မှာ သုဂတော အနတ္တရောပုရိသ ဓမ္မသာရထိ တိုင်အောင် ဂုဏ်တော်သုံးပါးဆိုပြီး

တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ ဤစတုတ္ထပြီးလျှင် ပလ္လင်အပေါ်တင်ပြီး၏။

အောက်ထပ် စိပ်ရန်မှာ ပဋိလုံပြန်၍ ဘဝသီမှ အရဟံတိုင် အောင် ဂုဏ်တော် ၉ ပါးဆိုပြီး တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ နုတိယအပတ် မှာ ဗုဒ္ဓေါမှ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါတိုင်အောင် ၇ ပါးဆိုပြီး တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိတ်၊ တတိယ အပတ်မှာ သတ္တာဒေဝမနုဿနံမှ ဝိဇ္ဇာစရန သမ္ပန္နောတိုင်အောင် ဂုဏ်တော် ၅ ပါးဆိုပြီး တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ စတုတ္ထအပတ်မှာ အနတ္တရောမှ သုဂတောတိုင်အောင် ဂုဏ်တော် ၃ ပါးဆိုပြီး တစ်လုံးချ တစ်ပတ်စိပ်၊ ပလ္လင်ကိုဌာပနာသွင်းသော အနေဖြင့် ပုဒိဏ အာဒိပုဆိုပြီးတစ်လုံးချတစ်ပတ်စိပ်၊ ဤ(၉)ပတ်ပြီးမှ ပလ္လင်တစ်လုံးပြီး၏။ တစ်နေ့ တစ်နေ့တွင် နံနက်ပလ္လင် ၉ လုံး၊ နေ့ပလ္လင် ၉ လုံး၊ ညပလ္လင် ၉ လုံးပေါင်း ပလ္လင် ၂၇ လုံး၊ ဤ ၂၇ လုံးပြီးက အစွန်အနေနှင့် တစ်လုံးအပိုထည့်ပြီး တစ်နေ့အဖို့ သိမ်းပါ။ ဆိုလိုရင်းမှာ တစ်နေ့ နှစ်ကျိပ်ရှစ်ဆူဘုရားများအတွက် ပလ္လင် ၂၈ လုံးတည်သည်ဟု ဆိုပါ သည်။ ပုံစံအပြည့်အစုံကို တစ်ဖက်တွင်ကြည့်ပါ။

ဤကဲ့သို့ ပလ္လင် ၂၈ လုံးတည်၍ ၂၇ မှ ၁၀၀ နှင်းပြီးအောင် စိပ်က တစ်ဝါရဖြစ်သည်။ ဝါရပေါင်း ၁၀ ကို တစ်ဗန္ဓုခေါ်ပါသည်။ ဗန္ဓုပေါင်း ၂၇ ဗန္ဓုပြီးလျှင် မန္တန်ဝိဇ္ဇာဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ရက်ကန်းစင်တောင် ဆရာတော်ဦးမြတ်ဘာသာနည်း

ရက်ကန်းစင်တောင်ဆရာတော် စိပ်သော ပုတီးကိုမေးသောအခါ
ပဋ္ဌာန်း ၂၄ ပစ္စည်းပါဠိတော်ကြီးကို တစ်ပါးလျှင် ၃ ပတ်ကျနှင့်
နံနက် ၇၂ ပတ်၊ နေ့ ၇၂ ပတ်၊ ည ၇၂ ပတ် စိပ်ကြောင်း
မိန့်ပါသည်။

ပထမံ ကျင့်စဉ်နည်း အတတ်တိုးတိုးအောင်

တိုးတိုးအောင် ရုပ်ပထမံ နာမ်ပထမံ စိပ်နည်းကို အသေးစိတ်
ဖော်ပြပါမည်။ ဂုဏ်တော် ၉ ပါးကို သိဒ္ဓိတင်၍ ဝါ အရဟံသိဒ္ဓိ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါသိဒ္ဓိ (လ) ဘဂဝါသိဒ္ဓိ ဤသို့ဆိုပြီး တစ်ပါးပါးလျှင်
ရုပ်ပထမံ ၂၇ ကြိမ်ပြီးလျှင် ပထမံအောင်ခြင်း၊ နာမ်ပထမံစိပ်ပုံမှာ
ဗုဒ္ဓဟူးအရပ်ကဝင်၍ လက်ယာရစ်တစ်ပတ် ဦးတိုက်လှည့်ပြီး တန်ခိုးကြီး
ဘုရားမှ ဗုဒ္ဓဟူးအရပ်မှနေထိုင်၍ ဘုရားသို့မျက်နှာမူပြီး ဗုဒ္ဓဟူးဂြိုဟ်
သက်အရ ၁၇ ပတ်စိပ်ရပါမည်။ ထို့နောက် လက်ယာရစ်တစ်ပတ်လှည့်
ပြီး ကုလားမိတ်ဖက်ဖြစ်သော တနင်္လာအရပ်ကနေ ဘုရားသို့ မျက်နှာမူ
ပြီး ၁၅ ပတ်စိပ်ရပါမည်။ ထို့နောက် လက်ယာရစ်တစ်ပတ်လှည့်ပြီး
အင်္ဂါအရပ်ကိုဝင်ပြီး ဘုရားဘက်မျက်နှာမူ၍ ရှစ်ပတ်စိပ်၊ လက်ယာရစ်
တစ်ပတ်လှည့် သောကြာအရပ်တွင် နှစ်ဆယ့်တစ်ပတ်စိပ်၊ လက်ယာရစ်
လှည့် စနေအရပ်ဝင် ၁၀ ပတ်စိပ်၊ လက်ယာရစ်လှည့် ရာဟုအရပ်ဝင်

၁၂ ပတ်စီမ်၊ လက်ယာရစ်တစ်ပတ်လှည့် တနင်္ဂနွေအရပ်ဝင် ၆ ပတ်စီမ်၊
 လက်ယာရစ်တစ်ပတ် ဦးတိုက်လှည့် ကြာသပတေးအရပ်ဝင် ၁၉
 ပတ်စီမ်၊ ဤကဲ့သို့ ကုလားဆွေသားမှ နောင်ရင်း၊ အောင်ပ မိတ်ဖက်
 အရပ်ရှစ်မျက်နှာက ၁၀၈ ပတ်စီမ်၊ ပြီးသွားလျှင် ကြာသပတေးအရပ်မှ
 လက်ယာရစ်လှည့်ပြီး ၅ တေး အရပ်ပြန်ဝင် ဘုရားဦးသုံးကြိမ်ချပြီး
 အလယ်တည့်တည့်ဝင် (ဂြိုဟ်ရှစ်ပါးတို့၏ အလယ်ကိုဆိုလိုသည်)
 အရှေ့အရပ်မျက်နှာမူ၍ တစ်ရာနှင့်ရှစ်ပတ် တစ်ရာရှစ် နဝင်းပြီးအောင်
 စီပ်၊ ဤကဲ့သို့စီပ်ပြီးလျှင် နာမ်ပထမံ တစ်ကြိမ်ပြီးတော့၏။ ထိုကဲ့သို့
 အကြိမ်ပေါင်း ၂၇ ကြိမ်စီပ်ပြီးလျှင် နာမ်ပထမံပြီးတော့၏။ (ကုလား
 ဆွေသားနောင်ရင်းအောင်ပ=ဦးသာစိန်ပန်းဒါန်းလှကိုရှာ ကြိုက်ရာစီပ်)
 ရုပ်ပထမံပြီးလျှင် နာမ်ပထမံကို စီပ်ရပါသည်။ ရုပ်စီပ်နည်းမှာ အန္တော၊
 ဂဗ္ဘေ၊ စရေ၊ ဝံသ ဤခါတ်ကြီးလေးပါးကို စီပ်ရပါသည်။ နာမ်ပထမံ
 ကဲ့သို့ပင် ဗုဒ္ဓဟူးအရပ်မှဝင်ပြီး လက်ယာရစ် ဦးတိုက်တစ်ပတ်လှည့်၊
 ဗုဒ္ဓဟူးအရပ်မှာထိုင်၍ ဘုရားဘက်မျက်နှာမူပြီး ဗုဒ္ဓဟူးဂြိုဟ်သက်အရ
 ၁၇ ပတ်စီမ်၊ လက်ယာရစ် တစ်ပတ်လှည့် သောကြာအရပ်ဝင် ၂၁
 ပတ်စီမ်၊ တစ်ပတ်လှည့် အင်္ဂါအရပ်ဝင် ၈ ပတ်စီမ်၊ တစ်ပတ်လှည့်
 ရာဟုအရပ်ဝင် ၁၂ ပတ်စီမ်၊ တစ်ပတ်လှည့် တနင်္လာအရပ်ဝင် ၁၅
 ပတ်စီမ်၊ တစ်ပတ်လှည့် ကြာသပတေးအရပ်ဝင် ၁၉ ပတ်စီမ်၊ လက်ယာ
 ရစ်တစ်ပတ်လှည့် တနင်္ဂနွေအရပ်ဝင် ၆ ပတ်စီမ်၊ လက်ယာရစ်

တစ်ပတ်လှည့် စနေအရပ်ဝင် ၁၀ ပတ်စိပ်၊ တစ်ပတ်လှည့် ဗုဒ္ဓဟူးအရပ်
ဝင်၍ အလယ်တည့်တည့် အရှေ့မျက်နှာမူထိုင်ပြီး တစ်ရာ့ရှစ်ပတ်စိပ်၊
ဤကဲ့စိပ်ပြီးက ရုပ်ပထမံအကြိမ်ပြီးတော့၏။

မှတ်ချက် - လက်ယာရစ်လှည့်တိုင်းလှည့်တိုင်း လက်အုပ်ချီဦးညွှတ်ပြီး
လှည့်ပါမည်။ ပုတီးစိပ်မည့် ဂြိုဟ်ခွင်အရပ်ရောက်ပါက ဦးသုံးကြိမ်ချ
စိပ်ပါမည်။ ပထမဦးစွာ ဗုဒ္ဓဟူးဂြိုဟ်ခွင်စိပ်မည့်အခါ ပရိကံအဓိဋ္ဌာန်
ပြုထားရပါမည်။ ဤကဲ့သို့ ရုပ်သက်သက် နာမ်သက်သက် ပထမနည်း
၂၇ ကြိမ် ပြီးစီးအောင်မြင်သွားပြီးနောက် ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးတွဲ၍ တစ်နေ့
တည်းပြီးအောင် စိပ်ရပါမည်။ အချိန်ယူပုံမှာ နံနက် အရက်ရုပ်
ပထမံစိပ်၊ ညနေဆည်းဆာ နာမ်ပထမံစိပ် ဤကဲ့သို့တွဲ၍ ၅ ကြိမ်
စိပ်ပါမည်။ ထို့နောက် ည လမွန်းတည့် ရုပ်ပထမံနေ့ နေမွန်းတည့်
နာမ်ပထမံ ဤအချိန်နှစ်ပါးတွဲ၍ ၂၇ ကြိမ်ပြီးအောင် တွဲရပါမည်။
ထို့နောက် နံနက် ၆ နာရီ ရုပ်ပထမံ၊ ည ၆ နာရီ နာမ်ပထမံ
ဤကဲ့သို့တွဲ၍ ဘုရားဝါတော် အရ ၅ ကြိမ်စိပ်ရပါမည်။ ကျန်အဆင့်မှာ
ထွက်ရမည့်အဆင့်ဖြစ်သည်။ သက်သတ်လွတ်စား၊ သစ်သီးစား၊ ၉ ပါး
သီလစောင့်ပြီး စိပ်ရပါမည်။ ပါရမီအလတ်စားရှိသူတို့ ဤအဆင့်နှင့်ပင်
ထွက်နိုင်ပါသည်။ ပါရမီထက်သူတို့မှာ ရှေ့အချိန် ၂ ပါးပြီးလျှင်
ထွက်နိုင်ပါမည်။ ပါရမီမှန်မှန်ရှိသူတို့မှာ ဘုရားသက်တော်အရ ၈၀
အကြိမ်ထက်တိုး၍ ရုပ်ပထမံ နာမ်ပထမံတွဲပြီး စိပ်ပါက ပေါက်မြောက်နိုင်

ပါသည်။ “ ယောက်ျားဝီရိယ ဇနက္ကသို့ ” ဆိုသည့်အတိုင်း မရမနေ
ကြိုးစားကြပါကုန်လော့။

- ၁။ ရုပ်သက်သက် ၂၇ ကြိမ်
နာမ်သက်သက် ၂၇ ကြိမ်
- ၂။ ရုပ်နာမ်တွဲ၍ ၅၄ ကြိမ် (အချိန်ပိုင်းမရှိ)
- ၃။ နံနက် အရုဏ်မှ ၁၂ အတွင်း ရုပ် ဂာ ကြိမ်
ည ၆ နာရီမှ ည ၁၂ တွင် နာမ် ဂာ ကြိမ်
- ၄။ ရုပ်နာမ်တွဲပြီး နံနက် ဂာ ကြိမ်၊ ည ဂာ ကြိမ်၊
- ၅။ လ နေ မွန်းတည့် ရုပ် နာမ် ဂာ ကြိမ်စီ
- ၆။ အရုဏ်ဆည်းဆာ ရုပ်နာမ် ဂာ ကြိမ်စီ
- ၇။ သန်းခေါင် ရုပ်နာမ် ၄၅ ကြိမ်စီ
- ၈။ ဘုရားတန်ခိုးကြီးများ ရုပ်နာမ် ဂာ ကြိမ်စီ
- ၉။ အောင်ပါသော ဘုရားတွင် ၁၀၈ ကြိမ်စီ ပြီး၏။



ဂူဏ်တော်စက်ဝိုင်းစိပ်နည်း
(အမေကင်းနည်း)

စက်ဝိုင်းစိပ်နည်း ဆိုသည်မှာ -

ပထမ - အရဟံ၊ သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊ လောက၊ အနတ္တရ
သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊ အရဟံ။ ၁၀ ပတ်

ဒုတိယ - သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊ လောက၊ အနတ္တရ၊ သတ္တာ၊
ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊ အရဟံ၊ သမ္မာ။ ၁၀ ပတ်

တတိယ - ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊ လောက၊ အနတ္တရ၊ သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊
ဘဂဝါ၊ အရဟံ၊ သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ။ ၁၀ ပတ်

စတုတ္ထ - သုဂ၊ လောက၊ အနတ္တရ၊ သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊
အရဟံ၊ သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ။ ၁၀ ပတ်

ပဉ္စမ - လောက၊ အနတ္တရ၊ သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊ အရဟံ၊
သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊ လောက။ ၁၀ ပတ်

ဆဋ္ဌမ - အနတ္တရ၊ သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊ အရဟံ၊ သမ္မာ၊
ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊ လောက၊ အနတ္တရ။ ၁၀ ပတ်

သတ္တမ - သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊ အရဟံ၊ သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊
လောက၊ အနတ္တရ၊ သတ္တာ။ ၁၀ ပတ်

အဋ္ဌမ - ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ၊ အရဟံ၊ သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊ လောက၊

အနတ္တရ၊ သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ၊ ဘဂဝါ။ ၁၀ ပတ်
 နဝမ - ဘဂဝါ အရဟံ၊ သမ္မာ၊ ဝိဇ္ဇာ၊ သုဂ၊ လောက၊ အနတ္တရံ၊
 သတ္တာ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ ၁၀ ပတ်

ဤကဲ့သို့ အရဟံစ အရဟံဆုံး၊ သမ်စ သမ်ဆုံး၊ ဝိစ ဝိဆုံး၊ သုစ
 သုဆုံး၊ လောစ လောဆုံး၊ အနတ္တရစ အနတ္တရဆုံး၊ သတ္တာစ
 သတ္တာဆုံး၊ ဗုစ ဗုဆုံး၊ ဘစ ဘဆုံး ဂုဏ်တော်(၉)ပါးလုံးကို စိပ်ပါ
 သည်ဟု ပြောပြပါသည်။

၁။ ဂုဏ်တော် ၉ ပါး စက်လှည့်သွားလျှင် ဘဂဝါဂုဏ်တော်
 အဆုံးတိုင် စိပ်သွားပါက ပုတီးပတ် ၉၀ ရပါသည်။ ထို ၉၀
 သည် တစ်ဝါဖြစ်ရပါသည်။

၂။ တစ်ရာရှစ်ဝါရသည် တစ်ဗန္ဓုဖြစ်ပါသည်။

၃။ တစ်ရာရှစ်ဗန္ဓုသည် မဟာစက်ကြီး ရတနာဖြစ်ပါသည်။
 မဟာစက် ရတနာ တစ်စင်းဖြစ်ပါသည်။ မဟာစက်ရတနာကြီး
 ၉ စင်း ရပြီးစီးအောင်မြင်ပါက စကြာရတနာကြီး တစ်ခုခုရတာ
 နှင့် ညီတူသည်ဖြစ်ပါ၍ လိုရာခရီးကို တစ်မုဟုတ်ခြင်း
 ရောက်နိုင်ပါတော့သည်။ ဤကဲ့သို့ စကြာရတနာကြီး ၉ စင်း
 ရပါက ရအောင်စိပ်ပါက အမြင်တစ်ထောင်ဆောင်သော
 သိကြားမင်းကဲ့သို့ တန်ခိုးဣဒ္ဓိတုမရှိအောင် ဖြစ်လာပြီးမြောက်
 ပါတော့သည်။

ဘိုးမင်းခေါင် ပုထိုးခိပ်နည်း

(ဂုဏ်တော်)

- ၁။ အရဟံ အရဟံ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ
- ၂။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ အရဟံ အရဟံ
- ၃။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော အရဟံ
- ၄။ အရဟံ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ
- ၅။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သုဂတော အရဟံ
- ၆။ အရဟံ သုဂတော ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ
- ၇။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သုဂတော
လောကဝိဒ္ဓ အရဟံ (အလုံး ၂၀)
- ၈။ အရဟံ လောကဝိဒ္ဓ သုဂတော ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ
- ၉။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သုဂတော
လောကဝိဒ္ဓ အနတ္တရောပုရိသ ဓမ္မသာရထိ အရဟံ
- ၁၀။ အရဟံ အနတ္တရောပုရိသ ဓမ္မသာရထိ လောကဝိဒ္ဓ သုဂတော
ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ (အလုံး ၂၀)
- ၁၁။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သုဂတော
လောကဝိဒ္ဓ အနတ္တရောပုရိသ ဓမ္မသာရထိ သတ္တာဒေဝ
မနဿနံ အရဟံ

၁၂။ အရဟံ သတ္တာဒေဝမနဿနံ အနတ္တရောပုရိသ ဓမ္မသာရထိ
လောကဝိဒ္ဓ သုဂတော ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ
အရဟံ

၁၃။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သုဂတော
လောကဝိဒ္ဓ အနတ္တရောပုရိသ ဓမ္မသာရထိ သတ္တာဒေဝ
မနဿနံ ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ

၁၄။ အရဟံ ဗုဒ္ဓေါ သတ္တာဒေဝမနဿနံ အနတ္တရောပုရိသ
ဓမ္မသာရထိ လောကဝိဒ္ဓ သုဂတော ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ (၃၅ လုံး)

၁၅။ အရဟံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော သုဂတော
လောကဝိဒ္ဓ အနတ္တရောပုရိသ ဓမ္မသာရထိ သတ္တာဒေဝ
မနဿနံ ဗုဒ္ဓေါ ဘဂဝါ အရဟံ (၁၀ လုံး)

၁၆။ အရဟံ ဘဂဝါ ဗုဒ္ဓေါ သတ္တာဒေဝမနဿနံ အနတ္တရောပုရိသ
ဓမ္မသာရထိ လောကဝိဒ္ဓ သုဂတော ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ အရဟံ (၁၀ လုံး)

ဤကဲ့သို့ အစုန်အဆန်စိပ်သွားပါလျှင် ဆုံးသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက်
တစ်ရာနှင့် ရှစ်လုံးကိုက်ညီရပါသည်။ အကယ်၍ မကိုက်ညီက
မမှန်ကန်ပါ။ ရှေ့ထက်နည်းမှာ ဤကဲ့သို့ အစုန်အဆန် ပုတီးပတ်
တစ်ခါထိုင်လျှင် ၉ ပတ်စိပ်ရပါသည်။ ၉ ရက် အဓိဋ္ဌာန်စိပ်ပါ။ ထိုအတူ

၁၈ ရက်၊ ၁၈ ပတ်၊ ၂၇ ရက်၊ ၂၇ ပတ်၊ ၃၆ ရက်၊ ၃၆ ပတ်၊ ၄၅ ရက်၊ ၄၅ ပတ်၊ ဤနေရာမှာ ဘုရားဝါတော်ပြည့်သဖြင့် တစ်ဝါရလို့ ခေါ်ရပါသည်။ ၄၅ ဝါနေတော်မူသည်ကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

ထိုဝါရပေါင်း ၁၀၈-ဝါရပြည့်လျှင် တစ်ဗန္ဓုခေါ်ရပါသည်။ ဗန္ဓုပေါင်း ၈၁ ဗန္ဓု ဘုရားသက်တော်ပြည့်ပါလျှင် ပေါက်မြောက်ပါ တော့မည်။

သင်္ဂီဇာဆရာတော် ပုတီးခိပ်နည်း
(ဓာရဏပရိတ်)

ဓာရဏပရိတ် စိပ်နေပုံမှာ

- ၁။ ပုဒ္ဓါနံ ဇီဝိတဿ နာသက္ကာကေနစိ အန္တရာယော
ကာတုံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၂။ ပုဒ္ဓါနံ သဗ္ဗညုတ ဉာဏဿ နာသက္ကာကေနစိ
အန္တရာယော ကာတုံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၃။ ပုဒ္ဓါနံအဘိ ကဇ္ဇာနံ စတုန္တံ ပစ္စယာနံ နသက္ကာ ကေနစိ
အန္တရာယော ကာတုံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၄။ ပုဒ္ဓါနံ အသီတိယာ အနဗျဉ္ဇနာနံ ဗျာမပ္ပ ဘာယဝါ
နာသက္ကာကေနစိ အန္တရာယော ကာတုံ တထာမေ
ဟောတု တစ်လုံးချ

- ၅။ အတီတံသေ ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော အပ္ပဋိဟတံ
ဉာဏံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၆။ အနာဂတံသေ ဗုဒ္ဓဿဘဂဝတော အပ္ပဋိဟတံ
ဉာဏံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၇။ ပစ္စုပ္ပန်သေ ဗုဒ္ဓဿဘဂဝတော အပ္ပဋိဟတံ
ဉာဏံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၈။ ဣမေဟိ တီဟိ ဓမ္မေဟိ သမ္မဇ္ဇာဂတဿ ဗုဒ္ဓဿ
ဘဂဝတော သဗ္ဗိကာယကမ္မံ အပ္ပဋိဟတံ ဉာဏံ
ပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဉာဏာနုပရိဝတ္တံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၉။ သဗ္ဗံ ဝဇီကမ္မံ ဉာဏပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဉာဏာနုပရိဝတ္တံ
တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၁၀။ သဗ္ဗံ မနောကမ္မံ ဉာဏပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဉာဏာနုပရိဝတ္တံ
တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၁၁။ ဣမေဟိ ဓမ္မေဟိ သမ္မဇ္ဇာဂတဿ ဘဂဝတော
နတ္ထိ ဆန္ဒဿဟာနိ တစ်လုံးချ
- ၁၂။ နတ္ထိ ဓမ္မဒေသနာယဟာနိ တစ်လုံးချ
- ၁၃။ နတ္ထိ ဝီရိယဿဟာနိ တစ်လုံးချ
- ၁၄။ နတ္ထိ ဝိပဿနာယဟာနိ တစ်လုံးချ
- ၁၅။ နတ္ထိ သမာဓိဿဟာနိ တစ်လုံးချ

- ၁၆။ နတ္ထိ ဝိမုတ္တိယာဟာနိ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၁၇။ ဣမေဟိ ဒွါဒသဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတဿ
ဗုဒ္ဓဿဘဂဝတော နတ္ထိဒဝါ တစ်လုံးချ
- ၁၈။ နတ္ထိ ရဝါ တစ်လုံးချ
- ၁၉။ နတ္ထိ အပ္ပုဋ် တစ်လုံးချ
- ၂၀။ နတ္ထိ ဝေဂါယိ တတ္ထံ တစ်လုံးချ
- ၂၁။ နတ္ထိ အဗျာဝဋ်မနော တစ်လုံးချ
- ၂၂။ နတ္ထိ အပ္ပဋိသင်္ခါနပေက္ခာ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၂၃။ ဣမေဟိ အဋ္ဌာရဿဟိ ဓမ္မေဟိ သမန္နာဂတဿ
ဗုဒ္ဓဿ ဘဂဝတော နမောသတ္တနံ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓါနံ တစ်လုံးချ
- ၂၄။ နတ္ထိ တထာဂတဿ ကာယဒုစ္စရိတံ တထာမေ
ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၂၅။ နတ္ထိ တထာဂတဿ ဝစီဒုစ္စရိတံ တထာမေ
ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၂၆။ နတ္ထိ တထာဂတဿ မနောဒုစ္စရိတံ တစ်လုံးချ
- ၂၇။ နတ္ထိ အတိတံသေ ဗုဒ္ဓဿဘဂဝတော ပဋိဟတံဉာဏံ
တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ
- ၂၈။ နတ္ထိ အနာဂတံသေ ဗုဒ္ဓဿဘဂဝတော ပဋိဟတံ
ဉာဏံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ

၂၉။ နတ္ထိ ပစ္စုပ္ပန်သေ ဗုဒ္ဓသာဘဂဝတော ပဋိဟတံ
ဉာဏံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ

၃၀။ နတ္ထိသဗ္ဗံ ကာယကမ္မံ ဉာဏာပုဗ္ဗင်္ဂမံ နာနပရိဝတ္တံ
တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ

၃၁။ နတ္ထိ သဗ္ဗံ ဝစီကမ္မံ ဉာဏာပုဗ္ဗင်္ဂမံ
ဉာဏံ နာနပရိဝတ္တံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ

၃၂။ နတ္ထိ သဗ္ဗံ မနောကမ္မံ ဉာဏာပုဗ္ဗင်္ဂမံ ဉာဏံ
နာနပရိဝတ္တံ တထာမေ ဟောတု တစ်လုံးချ

မှတ်ချက် - ၃၂ ထိ တစ်လုံးတည်း (သို့) ဤကဲ့သို့လည်း ခွဲ၍စိပ်နိုင်
ကြောင်း ပြောပြ၏။



ဘိုးတော်ဘိုးနည်း (ဓမ္မစကြာ)

ဦးဘိုးကြီး ခေါ် ဘိုးတော်ဘိုးကို မေးသောအခါ ဓမ္မစကြာကို ၂၇လုံး ကိုက်အောင် သတ္တာဗိသချေ၍ နေ့စဉ် နံနက် ၉ ပတ်၊ နေ့ ၉ ပတ်၊ ပွားများစိပ်ကြောင်း ပြောပါသည်။ စိပ်နည်းအသေးစိတ် ပြောပြသည်မှာ-

- ၁။ ဝေံမေသုတံ (လ) ဘိက္ခု အာမန္တေသိ တစ်လုံးချ
- ၂။ ဒွေ မေ ဘိက္ခဝေ (လ) အနတ္တသံဟိတော ။
- ၃။ ယော စာယံ (လ) အနတ္တသံဟိတော ။
- ၄။ တေ ခေါ ဘိက္ခဝေ (လ) နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ တစ်လုံးချ
- ၅။ ကတမာ စ သာ (လ) နိဗ္ဗာနာယ သံဝတ္တတိ ။
- ၆။ အယ မေဝ (လ) သမ္မာသမာဓိ ။
- ၇။ အယံ ခေါ သာ ဘိက္ခဝေ (လ) သံဝတ္တတိ ။
- ၈။ ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ (လ) ပဉ္စပါဒါနက္ခန္ဓာဒုက္ခာ ။
- ၉။ ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ (လ) ဝိဘဝတဏှာ ။
- ၁၀။ ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ (လ) မုတ္တိအနာလယော ။
- ၁၁။ ဣဒံ ခေါ ပန ဘိက္ခဝေ (လ) သမ္မာ သမာဓိ ။
- ၁၂။ ဣဒံ ဒုက္ခံ (လ) အာလောကော ဥဒပါဒိ ။
- ၁၃။ တံခေါပနိဒံ (လ) ပရိညေယန္တိမေ (ပ) အာလောကော ။
- ၁၄။ တံခေါပနိဒံ (လ) ပရိညာတန္တိမေ (ပ) ။

၁၅။ ကုဋ္ဌံ ဒုက္ခံ သမုဒယံ (လ) အာလောကော ဥဒပါဒိ ။

၁၆။ တံခေါပနိဒံ (လ) ပဟာတဗ္ဗန္တိ မေ (ပ) အာလောကော
ဥဒပါဒိ ။

၁၇။ တံခေါပနိဒံ (လ) ပတိနန္တိ မေ (ပ) အာလောကော
ဥဒပါဒိ ။

၁၈။ ကုဒံ ဒုက္ခနိရောဓံ (လ) အာလောကော ဥဒပါဒိ ။

၁၉။ တံခေါပနိဒံ (လ) သစ္စိကာတဗ္ဗန္တိ မေ (ပ)
အာလောကော ဥဒပါဒိ ။

၂၀။ တံခေါပနိဒံ (လ) သစ္စိကာတန္တိ မေ (ပ)
အာလောကော ဥဒပါဒိ တစ်လုံးချ

၂၁။ ကုဒံ ဒုက္ခံ နိရောဓဂါမိနိ (လ) အာလောကော ဥဒပါဒိ ။

၂၂။ တံခေါပနိဒံ (လ) ဘာဝေတဗ္ဗန္တိ မေ (ပ)
အာလောကော ဥဒပါဒိ ။

၂၃။ တံခေါပနိဒံ (လ) ဘာဝိတန္တိ မေ (ပ)
အာလောကော ဥဒပါဒိ ။

၂၄။ ယာဝကိဝ္ဗ မေ (လ) န သုဝိသုဒ္ဓံ အဟောတိ ။

၂၅။ နေဝ တာဝါ ဟံ ဘိက္ခဝေ (လ) ပစ္စညာတိ ။

၂၆။ ယတော စ ခေါ ဘိက္ခဝေ (လ) သုဝိသုဒ္ဓံ အဟောတိ ။

၂၇။ အထာဟံ ဘိက္ခဝေ (လ) နတ္ထိဒါနိ ပုနုဗ္ဗဝေတိ ။

မှတ်ချက် - ဤ ၂၇ ပုဒ်ကိုတစ်ပုဒ်၊ တစ်ပုဒ်လျှင် ၉ ပတ်စီ စိပ်ပြီးနောက် သိဒ္ဓိတင်သောအနေဖြင့် အောက်ပါ ၃ ပုဒ်ကို စိပ်ရမည်။

၁။ အထခေါ ဘဂဝါ ဣမံ ဥဒါနံ ဥဒါနေသီ (လ) အညာသိ ကောဏ္ဍညော တွေဝနာမံ အဟောတိ

၂။ အထခေါ အညာသိ ကောဏ္ဍညော (လ) လဘေယံ၊ ဥပသမ္ပဒန္တိ၊

၃။ ဖေါ ဘိက္ခုတိ ဘဂဝါ အဝေါစ (လ) ဥပသမ္ပဒါ အဟောသိတိ။

ဤ ၃ ပုဒ်ကို သိဒ္ဓိတင်သောအနေဖြင့် ၃ ပတ်စီ စိပ်ရမည်။

သိဒ္ဓိဝရ ဣစ္ဆိတ ကိုယ်လို့သလိုရတဲ့ ဂါထာများ

ဘိုးဘိုးအောင်၏ ဝ ခြော ဂါထာတော်

ဝရ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဝရ ဓမ္မော၊ ဝရ သံဃော၊

ဝရိဿရော၊ ဝရစေတော၊ ဝရံ ဒေတု၊

ဝရဟိမေ၊ ဝရံ ဝရံ။

ဤဂါထာတော်သည် ဘိုးတော်ဦးဝိုင်းကို ရေးပြစဉ် အဘ

ဘိုးဘိုးအောင်ရွတ်၍ ရေးသောဂါထာဖြစ်၏။

ရသေ့ကြီးဦးစန္ဒီ၏ ဣစ္ဆာသယ ဂါထာတော်

တုမေ စိတ္တံ စ ကာယောစ

သဗ္ဗေ ဒေဝါ မနုဿာစ

သီတ ဥဒကံ ဣစ္ဆိတံ

ပတ္တိတံ ဟောန္တု မေ မေတ္တံ။

ဘိုးဘိုးအောင် မဟိဒ္ဓိစခန်း

သရဗ္ဗဆောင်းရန် ပုတီးခိပ်နည်း

၁။ နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာ
သမ္ဗုဒ္ဓါဿ တစ်လုံးချ

၂။ အရဟံသိဒ္ဓိ။ ။

၃။ ဝမ္မာ တရဒ္ဓ ဂသမော အမ္မုဘတော နမော
သဿ ဟဿ တစ်လုံးချ

၄။ အရဟံသိဒ္ဓိ။ ။

၅။ သတော တမ္ပုဟဂနမ္မာ အသဒ္ဓတော ပမော
သရ ဘဿ ။

၆။ အရဟံသိဒ္ဓိ။ ။

ဤသို့ ခြောက်ခါစိပ်ပြီး အစကပြန် ပုတီး ၉ ပတ်ရအောင်စိပ်
အဲဒါဟာ စေပိုင်အာဏာပိုင်ရပြီး ပေါက်မြောက်ပါတော့၏။
ဓာတ်ပုတီးပြီးမှ စိပ်လျှင်ပိုကောင်း၏။

ရှင်အရိယာဝံသ

သုဂတော ဂုဏ်တော် ၆ ဆင့်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါးနှင့် စိပ်ပြီးသော အခါ ထီးတင်သောအနေဖြင့် ဂုဏ်တော် ၂၀ ပါးကို ဓာတ်ကြီးလေးပါး နှင့်တွဲစိပ်၊ မကိုဋ်သရဖူဆောင်းသောအနေဖြင့် ဂုဏ်တော် ၂ ပါးကိုပဲစိပ်၊ အောင်ဘိသိက် သွန်းသောအနေဖြင့် ဂုဏ်တော် ၂ ပါးကို ဓာတ်လေးပါး ဖြင့်စိပ်၊ စိန်ဖူးအထွတ်တင်သောအနေဖြင့် ဂုဏ်တော် ၂ ပါးကို ၂ ကြိမ်စိပ်ပါ။ ဤသို့စိပ်သွားပါက အလွန်ခိုင်မြဲပြီး မဟိဒ္ဓိရှင်ကြီးဖြစ်၍ မည်သူမျှ မနေနိုင်တော့ပြီမှတ်ပါ။

မန္တန်ဝိဇ္ဇာလမ်းကြီး

(စောဘုရားဝင်း ကြေးပုရပိုက်မူရင်း)

နမောဗုဒ္ဓဿ၊ နမောဓမ္မဿ၊ နမောသံဃဿ ဤဂါထာ မန္တန် ဝိဇ္ဇာလမ်းမကြီးကို သရဏဂုံမြဲသောသူ၊ ငါးပါးသီလမြဲသောသူ၊ သားစား ငါးစားရှောင်ကြဉ်သူ၊ ဘာဘုရားသာသနာတော်ကြီးကို စည်ပင်ပြန့်ပွား တိုးတက်အောင် ပြုလုပ်မည့်သူတို့တွေ့၍ ကျင့်ကြံအားထုတ် ပေါက် မြောက်နိုင်ကြပါစေသတည်း။

လက်မွန်မဆွ ရှေးဦးအစ ရတနာသုံးပါး ဆရာသမားတို့ကို သုဘဝန္တနာ ဘုရားရှိခိုးခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ အတွင်းအောင်ခြင်း၊ အပြင်အောင်ခြင်း၊ ရတနာရွှေချိုင့်မက္ကာရဘုရားရှိခိုးတို့ဖြင့်လည်းကောင်း။

ဆရာဆရာများ ရေးသားပြုစုသော ဝတ်ရွတ်စဉ်တို့အားဖြင့်လည်ကောင်း၊
ပရိတ်တော် ဂါထာတော်တို့ဖြင့် ရှိခိုးပြီး ၅၂၈ သွယ် မေတ္တာပို့၍
အမျှဝေမေတ္တာခံယူပြီး ပရိကံပြု၍ မန္တန်ကိုစိပ်ရမည်။

ဘုရားရှိခိုး၊ မေတ္တာပို့၊ ပရိကံမပြုမီ ကန်တော့ပွဲ၊ ဆီမီး၊ ပန်းမန်း
အမွှေးအကြိုင်၊ ဆွမ်းခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ဖြင့် ပူဇော်လှူဒါန်းထားပါ။
ကန်တော့ပွဲထိုးရန်

၁။ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးအတွက် ၅ ဖီးဆိုင်
ကန်တော့ပွဲ တစ်ပွဲ

၂။ မိဘဆရာသမားများအတွက် ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

၃။ သိကြား ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

၄။ ဗြဟ္မာ ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

၅။ သာသနာစောင့် နတ်မင်းကြီးလေးပါး ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

၆။ အရှင်မြတ်တို့ ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

၇။ ဘိုးတော်တို့ ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

၈။ သူရဿတီမယ်တော် ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

၉။ အလောင်းတော်နတ်သား ၃ ဖီးဆိုင်တစ်ပွဲ

မီးခြစ်ထုပ်၊ ဖယောင်းတိုင်၊ ကွမ်း၊ ကွမ်းသီး၊ ထုံး၊ ရှားစေး
စမုန်ငါးပါးထည့်၍ ထိုးထားပါ။

ဘုရားကန်တော့ပွဲကို ထီးဖြူ ၁၊ တံခွန် ၅၊ ကုက္ကား ၅၊ ပန်း

၉ မျိုး၊ ၅ ညွန့်စီ ထိုးစိုက်လှူထားပါ။ ကျန်ပွဲများမှာ တံခွန်၊ ကုက္ကာ၊ ၃ ခုစီထိုးထားပါလေ၊ တစ်ပွဲတစ်ပွဲ ငွေ ၉ မတ်၊ ၉ ကျပ်၊ ၉၀၀ စသည်တို့ ထည့်ထားပါ။ အမွှေးနံ့သာတိုင်များလည်း လှူဒါန်းထားပါ။

ဤကဲ့သို့ တင်လှူပူဇော်ပြီး အောက်ပါဂါထာ (၃) ပုဒ်တို့တွင် မိမိ နှစ်သက်ရာ တစ်ဂါထာဖြစ်စေ၊ ၃ ဂါထာလုံးဖြစ်စေ၊ ပုတီးစိပ်နိုင်၏။ စိပ်သောအခါတွင် ကိုယ့်အရွယ်လောက် ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်ကို ရှေ့ကထား သို့မဟုတ် ဗုဒ္ဓပုံတော်ကို ရှေ့ကထားပါ။ ပန်း၊ ရေ၊ မီးတို့ဖြင့် နေ့စဉ် တင်လှူပြီး အောက်ပါနည်းအတိုင်းစိပ်ပါ။

သုဂတော ၉ ချက်ဂါထာ

- ၁။ သုဂတော နိဗ္ဗာန် ယာတိ
- သုဂတော လောက နာယကော
- သုဂတော လောက သာမိကော
- သုဂတော မာရဝိဇ္ဇယော
- သုဂတော သုဂတဌာနံ
- သုဂတော သုန္ဒရံပိစ
- သုဂတော နိဗ္ဗာန် ယာတိ
- သုဂတော နာမ တေ နမော။

သုဂတော ၅ ချက်ဂါထာ

၂။ သုဂတော သုဂတဌာရံ
 သုဂတော သုန္ဒရံပိစ
 သုဂတော နိဗ္ဗာနံ ယန္တိ
 သုဂတော နာမ တေ နမောနမာ။

သုဂတော ၅ ချက်ဂါထာ

၃။ သုဂတော သုဂတဌာရံ
 သုဂတော သုန္ဒရံ ဝစော
 သုဂတော နိက္ခမံဂန္တု
 သုဂတံ တံ နမာမဟံ။

ဤသုဂတော ၉ ချက်ဂါထာ၊ ၅ ချက်ဂါထာများကို ကြိုက်
 နှစ်သက်ရာ တစ်ဂါထာကို ပုတီးတစ်ပတ်စိပ်ပါ။ တစ်ဂါထာဆုံးမှ
 တစ်လုံးချပါ။ ၁၀၈ လုံး ပုတီး တစ်ပတ်ရလျှင် သုဂတော ၉ ချက်
 ဂါထာဖြစ်က ၉၇၂ ရ၏။ ၅ ချက် ဂါထာဖြစ်က ၅၄၀ ရ၏။

ပထမဆင့်အနေဖြင့် ဓမ္မက္ခန္ဓာပေါင်း ၈၄၀၀၀ ကို ရည်စူးပြီး
 ပုတီးပတ် ၁၅၀ ပြီးလျှင် ရှေ့နည်းအတိုင်း ကန်တော့ပွဲ၊ ဆွမ်း၊ ပန်း၊
 အမွှေးတိုင် ရွှေတို့ဖြင့် ပူဇော်လှူဒါန်း၍ ဒုတိယအဆင့်တက်ပါ။ စိပ်ပါ။
 ဒုတိယအဆင့် ရည်ညွှန်းချက် သမ္မုဒ္ဓေဘုရားငါးဆူအရ (၅၃၅၀၂၀)
 ကုန်သော ဘုရားရှင်တို့ကိုရည်စူးပြီး ပုတီးအပတ်ပေါင်း ၅၅၀ ရအောင်
 စိပ်ပါ။

ရှေ့နည်းအတူ ပူဇော်လှူဒါန်းပြီး တတိယအဆင့်တက်ပါ။
ရည်ညွှန်းချက်ဟာ သိဒ္ဓိကိုရည်ညွှန်း၍ အောက်ပါအတိုင်း သိဒ္ဓိတက်ပြီး
စိပ်ပါ။

၁။ (၁) နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ တစ်လုံးချ

(၂) ကာယသိဒ္ဓိ ။

(၃) ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော ။

ဤသုံးပါး (၃) လုံးတစ်စုံ တစ်ပတ်စိပ်ပါ။

၂။ ထိုအတူ နမောတဿ (လ) အဝိဂတပစ္စယော ။

အနန္တကာယသိဒ္ဓိ တစ်လုံးချ

ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော ။

၃။ နမောတဿ (လ) သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ ။

ဝိသုဒ္ဓိကာယသိဒ္ဓိ ။

ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော ။

ဤသုံးလုံး တစ်စုံ တစ်ပတ်စိပ်။

၄။ နမောတဿ (လ) သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ ။

အနန္တ ဝိသုဒ္ဓိကာယသိဒ္ဓိ ။

ဟေတုပစ္စယော (လ) အဝိဂတပစ္စယော ။

ဤသုံးလုံးတစ်စုံ တစ်ပတ်စိပ်။

ဤလေးပါးစိပ်ပြီးပါက တစ်ဝါရ၏မှတ်၊ ထို့အတူ ဤနည်းအတိုင်း သိဒ္ဓိသုံးဆယ်ဖြစ်၍ ဝါရသုံးဆယ် ရ၏။ ဝါရသုံးဆယ်ရလျှင် တစ်ဗန္ဓုပြီးမြောက်သည်မှတ်၊ ထိုဗန္ဓုပေါင်းတစ်ထောင်ပြီးလျှင် တစ်ဆင့်အောင်ပြီးမှတ်ပါ။ ဤနည်းအတိုင်း အစကပြန်၍ ဗန္ဓုပေါင်း ကိုးထောင်ပြီးမြောက်လျှင် မန္တန်ဝိဇ္ဇာဖြစ်တော့၏။ ပြောသမျှဟုတ်၊ လုပ်သမျှ မှန်ကန်၊ ကြံသမျှအောင်ပြီး မန္တန်ဝိဇ္ဇာ သိဒ္ဓိရှင်ကြီး ဖြစ်တော့၏။

ဝါရ ၃၀ တစ်ဗန္ဓု ၁ လ (၁ ရက်)၊ ဗန္ဓု ၃ ထောင်၊

(ရက် ၁၀၀၀)

ဗန္ဓု ၃ ထောင်၊ (၉၀၀၀) ၃ နှစ်။

မန္တန်ဝိဇ္ဇာလမ်းကြီး လိုက်သူများလိုက်နာရန်

(၁) နေ့စဉ် ဓမ္မစကြာ ပဋ္ဌာန်း ပစ္စယုဒ္ဓေသ မေတ္တာသုတ် အနေကဇာတင် ဂါထာများရွတ်ပါ။ အကာအကွယ်အဖြစ် . . . ပုဗ္ဗဏှသုတ် ဓာရဏပရိတ် ဆဒိသ သုတ်ရွတ်ပါ။

ပဋ္ဌာန်းနေ့စဉ်ရွတ်လျှင် တန်ခိုးသတ္တိ အလွန်ထူးသည်။ နတ်များလည်း ချစ်သည်။ ဘေးအန္တရာယ်လည်းကင်းသည်။ အတိတ်က ဝင့်ကြွေးရှိလျှင် ကင်းနိုင်သည်။ အတိတ်က ပါရမီပြန်ကောင်းနိုင်သည်။ (မေတ္တာသုတ်နှင့် တွဲ၍ရွတ်ပါ။)

(၂) အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ရန် တောင်ကြီး ၅ တောင်

မန္တလေးတောင်၊ ရန်ကင်းတောင်၊ စစ်ကိုင်းတောင်၊ ရေတံခွန်
တောင်၊ ရက်ကန်းစင်တောင်။

(၃) ရဟန္တာသမုတ်ခဲ့သော သိမ်ကြီး ၂၇ သိမ်

၁။ ပဲခူးမှာ ၃ သိမ်

(ကလျာဏီစသော ၃ သိမ်)

၂။ ရန်ကုန်မှာ ၃ သိမ်

ရွှေတိဂုံတောင်ဘက်မှန် ရှင်ယဘာသိမ်၊ ဒေဝသာဂရသိမ်

၃။ ပုဂံမှာ ၂ သိမ်

(ဥပါလိသိမ်၊ ရှင်အရဟံသိမ်)

၄။ အမရပူရမှာ ၃ သိမ်

(သိမ်ကြီးဈေးသိမ်၊ တောင်လေးလုံးသိမ်၊ ကျော်အောင်
စံထားသိမ်)

၅။ မန္တလေးမှာ ၃ သိမ်

(နေဝင်နေထွက် မွန်းတည့်သိမ်)

၆။ စစ်ကိုင်းမှာ ၃ သိမ်

(ပုဂ္ဂိုလ် ၄ ပါးသမုတ်သော ဥမင်သုံးဆယ်၊ နာဂသိမ်
သိမ်တော်ကြီး၊ ကောင်းမှုတော်သိမ်)

ပေါင်း ပဲခူး ၃ သိမ်၊ ပုဂံ ၂ သိမ်၊ အင်းဝ ၃ သိမ်၊ ရန်ကုန်

၃သိမ်၊ အမရပူရ ၃ သိမ်၊ မန္တလေး ၃ သိမ်၊ တောင်ငူ ၂ သိမ်။

ပြည်-မြင်းဟာဟုသိမ်၊ ရွှေဆံတော်သိမ်၊ ဖိုးဦးတောင်သိမ်၊ သထုံနေမိနွသိမ်၊
ရေကြည်ရေနောက်သိမ် ၄ သိမ်။

- (၄) ရှောင်ရန်ကြီး (၅) ကြီး
 - ၁- အပြောမကြီးနှင့်
 - ၂- အစားမကြီးနှင့်
 - ၃- အအိပ်မကြီးနှင့်
 - ၄- လောဘမကြီးနှင့်
 - ၅- ဒေါသမကြီးနှင့်

- (၅) ဆောင်ရန်ကြီး (၅) ကြီး
 - ၁- ပုထိုးတော်ကြီး
 - ၂- ရွှေဂူကြီး
 - ၃- ကြေးဘုရားကြီး
 - (ကျော်အောင်စံထားတိုက်ဝင်)
 - ၄- တောင်မင်းကြီး
 - ၅- ကျောက်တော်ကြီး

(၆) အရက်နှင့် ကာမေသုလုံးဝရှောင်
ပုတီးသမားတို့မှာ မ-ခွာနိုင်မှ သိဒ္ဓိတက်မည်။

သိဒ္ဓိ ၁၀ မျိုးရရန် ထွက်ရပ်ပေါက် ဝါးချက်မင်းကျောင်း ဆရာတော်

မှာကြားချက်။

ရတနာသုံးပါး မပါလျှင် ဘယ်ဂါထာမှ မကျက်နဲ့။

ရတနာသုံးပါး မပါလျှင် ဘယ်မန္တန်မှ မရွတ်နဲ့။

ဂုဏ်တော်ထက် ကောင်းသောဂါထာ ဘယ်မန္တန်မှ

မရှိပါဘူး။

မီး ၈၄၀၀၀၊ ပန်း ၈၄၀၀၀၊ ရေ ၈၄၀၀၀ လှူ။

ဘုရား ၁၀၈ ဆူတွင် ပုတီး ၄၅ ပတ် အနည်းဆုံးစိပ်၊
ပရိတ်တော် ၁၁ သုတ်ကို ၁ သုတ်လျှင် ၁၀၈ ခေါက်ရွတ်။

ဤသို့ ရွတ်ပွားများ လှူဒါန်းပူဇော်ပါလျှင် သိဒ္ဓိ ၁၀ မျိုး
အစိုးရသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်မည်။

လိုတာရ၍ ဘဝပဋ္ဌာန်းဆက် သိလိုလျှင်

ဦးဝိလာဘ(စစ်ကိုင်းတောင် ယုံဖြူချောင်းဆရာတော်ကြီး) ၏

ပုတီးစိပ်ကို ပွားများပါ။

အရဟံ ဝတ သော ဘဂဝါ

အရဟံ ဟေတု ပစ္စယ သမ္ပန္နော

အဇ္ဇတဂ္ဂေ ပါဏာပေတံ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ

ဧဝံ အစိန္တိယာဗုဒ္ဓါ ဗုဒ္ဓဂုဏာ အစိန္တိယာ

အစိန္တေယေ ပသန္နာနံ ဝိပါကော

ဟောတု အစိန္တေယော။

တစ်ပုဒ်ဆုံး တစ်လုံးချ နေ့စဉ် ၄၉ ပတ်၊ ၄၉ ရက်
အဓိဋ္ဌာန်စိပ်။

ပဋ္ဌာန်း ၂၄ ပစ္စည်း စဆုံးစိပ်၊ ၄၉ ရက် အကြိမ်ပေါင်း
၁၀၈ ကြိမ်စိပ်ပါ။

နိဂုံးအမှာ

သိဒ္ဓိလိုချင်သူတို့ လိုက်နာရန် ဆောင်ပုဒ်

လိုက်သူများ စိုက်သူသွား

ယုံသူရွှေ မယုံသူလေ

ယုံကြည်သော်လည်း ကျင့်မှုရ

ကျင့်သော်လည်း မကျိုးပေါက်ပါမှ

ဝါကြွားပလွှား သတိထား ကျင့်အား ပျက်တတ်သည်

သတ် နိုး ကျူး သောက် ကံငါးပါး မဖောက်ပါမှ အောင်မြင်ရသည်။

သတိကြပ်ကြပ် စွဲ၍မှတ်။

ခိန္တေမယဘိုးတော်ကြီးနည်း

(ပဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်)

တရားဂုဏ်တော်ဂါထာပြန်

- (၁) သွာက္ခာတော ဣတိမေတေသွာ သွာတေမေ သုတုနာမှသွာ သွာမှနာ ဥတ္တ တေသွာ သွာတေ မေ ဓမ္မတော သုတ္တာ။ တစ်ပုဒ်ဆုံး တစ်လုံးချ အပတ်ကိုးထောင်ပြည့်အောင်စိပ်၊ ကိုးထောင်ပြည့်စေတီပြီးလျှင် ထီးတင်သောအနေဖြင့် အနေကဇာ ၁၈ ဂါထာ ၁၈ ပတ်စိပ်၊ ၆ ဆူပြည့်အောင်တည်ပါ။

သံဃာ့ဂုဏ်တော်ဂါထာပြန်

- (၂) သုပ္ပဋိပန္နော အာဟုသု သုဟုအာနေ ဝရံဝေသု သုဝေရံဟန္တော ဝေရီသု သုရီဝေ သံဃဋီပ္ပသု၊ တစ်ပုဒ်ဆုံးက တစ်လုံးချ ၉၀၀၀ ပြည့်စေတီ ၉ ဆူပြည့်အောင်တည်၊ ထီးတင်ပူဇော်ပွဲ အထက်အတိုင်း ဘုရားဂုဏ်တော်ကွန်ချာ တရားဂုဏ်တော်ပြန် သံဃာ့ဂုဏ်တော်ပြန် ၈ ဆူ၊ ၆ ဆူ၊ ၉ ဆူပေါင်း ၂၃ ဆူ ပဋ္ဌာန်းစေတီပေါင်း ၂၄ ဆူပြီးပါက ရန်အပေါင်းအောင်ပြီး သိဒ္ဓိပေါက်မြောက်ပါ၏။ သစ္စာတိုင် ဆုတောင်းပါ။

- (၃) ဗုဒ္ဓဿ ဇီဝိတန္တရာယော ဗျာမပဘာန္တရာယော လာဘန္တရာယော သဗ္ဗညုတ ဉာဏန္တရာယော နသက္ကာ ကေနစိ အန္တရာယောကာတုံ တဒေဝ ဝစနံ သစ္စံ ဝန္နေဟံလောက နာယကကံ တေန သစ္စေန ပုညေန ဟောတုမေ ဇယမင်္ဂလံ။

(၄) ဗုဒ္ဓသင်္ဂါယနာ အဓိဋ္ဌာန်ရာယော ဥဒိဿန္တရာယော ဥပေက္ခာ
ဋ္ဌာန်ရာယော နသက္ကာ ကေနစိ အန္တရာယော ကာတုံ တဒေဝ
ဝစနံ သစ္စံ ဝန္ဓေဟံ လောကနာယကံ တေနသစ္စေန ပုညေန
ဟောတု မေ ဇယမင်္ဂလံ။

(၅) (က) ပဒုမုတ္တရောစ ပြုဗ္ဗာသံ အဂ္ဂိဏေ ယဉ္စ ရေဝတော
ဒက္ခိဏေ ကဿပေါ ဗုဒ္ဓေါ နရတိစ သုမင်္ဂလော။

(ခ) ပစ္ဆိမေ သိခိ သေဠောစ ပါယပေစ မေဓင်္ဂရော
ဥတ္တရော သကျမုနိစ သေန္ဓေစ ဒီပင်္ဂရာ။

(ဂ) ပထဝီက္ကု သဏ္ဍောစ အာကာသေစ သရဏင်္ဂတော
ဣမေ ဒဿ ဒိသာ ဗုဒ္ဓေါ အဟံဝန္ဓာမိ သဗ္ဗဒါ။
ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန သောတ္တိံ မေ ဟောတု သဗ္ဗဒါ။

(၆) ပုတီးစိပ်ရန် တစ်နည်းအညွှန်း (ရှင်ဝသိဒ္ဓိနည်း)

(က) အထက် တရားဂုဏ်တော်ပြန်ဂါထာနှင့် သံဃာ့ဂုဏ်တော်ပြန်
၂ ပုဒ်ကို ပုတီးစိပ်ရန် ဖြစ်သည်။

(ခ) တရားဂုဏ်တော်ဂါထာပြန်ကို တရားဂုဏ်တော် ၆ ပါးကို
ရည်စူး၍ ပုတီးအပတ် ၆ ထောင် စိပ်ရမည်။

(ဂ) သံဃာ့ဂုဏ်တော်ပြန်ဂါထာကို သံဃာ့ဂုဏ်တော် ၉ ပါးကို
ရည်စူး၍ ပုတီးအပတ်ရေ ၉ ထောင်စိပ်ရမည်။

- (ဃ) တရားဂုဏ်တော်စိပ်သောအခါ အနည်းဆုံး ၆ ပတ်မှ ၁၅ ၂၄၊ ၃၃၊ ၄၂၊ ၅၁၊ ၆၀၊ ၆၉၊ ၇၈၊ ၉၆၊ ၁၀၅ ပတ်ကဲ့သို့ ဤကဲ့သို့ ၆ ကြွင်းသော အပတ်ရေများတွင်ဖြတ်၍ အဓိဋ္ဌာန် ဝင်ရမည်။
- (င) အဓိဋ္ဌာန်ပုတီးပတ်ရေ စိပ်ပြီးတိုင်း အောက်ပါ ၃၊ ၄၊ ၅ နံပါတ်ဂါထာ ၃ ပုဒ်ကို ရှိခိုးရွတ်ဆိုပြီးမှ အဓိဋ္ဌာန်ချရမည်။
- (စ) သံဃာ့ဂုဏ်တော်ပြန်ဂါထာကိုလည်း ရှေ့နည်းတူ သံဃာ့ဂုဏ် တော် ၉ ပါးအာရုံပြု၍ ၉၊ ၁၈၊ ၂၇၊ ၃၆၊ ၄၅၊ ၅၄၊ ၆၃၊ ၇၂၊ ၈၁၊ ၉၀၊ ၉၉၊ ၁၀၈ စသည်ဖြင့် ၉ ဖြင့်ကြွင်းသော အပတ် ရေမှာဖြတ်၍ တစ်နေ့တာ အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပြီး စိပ်ရမည်။
- (ဆ) တစ်နေ့တာအပတ်ရေပြီးတိုင်း ၃၊ ၄၊ ၅ သစ္စာတိုင် ဆုတောင်းဂါထာ ၃ ပုဒ်ကို အဓိကထား ရွတ်ဖတ်ပြီးမှ တစ်နေ့တာ အဓိဋ္ဌာန်ချပါ။ ပြီးမှ ကျန်ကိုယ်လိုရာ ရွတ်ပွားပါ။ အကျိုးကား သဗ္ဗစိန္တာမယသိဒ္ဓိနှင့် ပြည့်စုံပါသည်။
- (ဇ) တရားဂုဏ်တော်ကို ၆ ကြိမ်အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။
- (ဈ) သံဃာ့ဂုဏ်တော်ကို ၅ ကြိမ်အဓိဋ္ဌာန်ဝင်ပါ။ ကေနံမုချ စိန္တာမယသိဒ္ဓိရမည်မှာ ပစ်မလွဲဖြစ်သည်။

အထူးအခမဲ့ ဂြိုဟ်စီးဂြိုဟ်နင်း ကံဇာတာညံ့ဖျင်းသောအခါ များတွင် အထက်က ပုဒ်စဉ်နံပါတ် ၅ ကို အောက်ပါဘုရားကိုးဆူ ဂါထာနှင့်ပေါင်း၍ ပုတီးစိပ်ပါ။

၁။ ဗုဒ္ဓေါစ မဇ္ဈိမ သေဠော၊ သာရိပုတ္တေစ ဒက္ခိဏေ ပစ္ဆိမေနစ
အာနဝန္ဓာ၊ ဥတ္တရာရေဝ မောဂ္ဂလာနော။

၂။ ကောဏ္ဍညော ပြုဗ္ဗဘာဝသ္မိံ ပါယပေစ ဂဝံပတိ၊ ဥပါလိ
နရတိစေဝ၊ အဂ္ဂိဏော ယဉ္ဇ ရေဝတော ရာဟုလော စေဝ
သေန္ဓေ၊ တေသံ ဝန္ဓာမိ သဗ္ဗဒါ။

ဂြိုဟ်အစီးအနင်းမကောင်းသောအခါ နံပါတ် ၂ မှ ပုဒ်ရေ
က ၁ ၈ ၃ ခုနှင့် ဘုရားကိုးဆူဂါထာ ၂ ခုပေါင်း ၅ ခုကို ပုတီး
တစ်ပတ်စိပ်ပါ။ ကိုယ့်မွေးနံပန်းနှင့် သပြေ မီး ရေ အမွှေးတိုင် သက်စေ့
ကပ်လှူပြီးစိပ်ပါ။ စနေစီးလျှင် ၁၀ လ အဓိဋ္ဌာန်စိပ်ရာဟုဖြစ်လျှင်
၈ လ အဓိဋ္ဌာန်စိပ်ပါ။ ဤကဲ့သို့ စိပ်သွားရုံမျှဖြင့် ဂြိုဟ်ဆိုးအစီးအနင်း
ကေန်လွတ်မြောက်ပြီး ချမ်းသာသုခရောက်ရမည်။

(၇) ဂိုဏ်းချုပ်ကြီး၏ အထူးအမှာ

အရှင်တော်မြတ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူသော “သဗ္ဗာ
သစ” သုတ္တန်ဒေသနာတော်အတိုင်းကျင့်လျှင် မဟိဒ္ဓိစခန်း သွက်ရပ်
လမ်းမှာ အလွန်အရေးပါ အရာရောက်တယ်၊ သိဒ္ဓိမဟိဒ္ဓိတို့ အမြဲ

ရပ်တည်နိုင်ရန် ဂုဏ်တော် ပဋ္ဌာန်းတွဲပြီး ပွားများပါ။ ပဋ္ဌာန်းပစ္စယုဒ္ဓေသ
နှင့် ၂၄ ပစ္စည်း ပညာဝါရကို နေ့စဉ် အခါကြီးနေ့ကြီးတွေမှာ အထူးရွတ်ပါ။
သဗ္ဗာသဝသုတ္တန်၊ မဇ္ဈိမ နိကာယ်ဝင် သုတ္တန် ပဋိကတ်
“မူလ ပဏ္ဍာ သ ပါဠိတော်” မြန်မာပြန် စာမျက်နှာ ၁၀ တွင်
ကြည့်ပါ။

(ဂ) ကြီး ၉ ကြီးဘုရား

- ၁။ မဟာမြတ်မုနိဘုရားကြီး (မန္တလေး)
- ၂။ ရွှေဂူကြီး (ပုဂံ)
- ၃။ ကောင်းမှုတော်ကြီး (စစ်ကိုင်း)
- ၄။ ငါးထပ်ကြီး (စစ်ကိုင်း)
- ၅။ ကျောက်တော်ကြီး (မန္တလေး)
- ၆။ ဗျာဒိတ်ပေး ကိုယ်တော်ကြီး (မန္တလေးတောင်)
- ၇။ ကြေး ဘုရားကြီး (စစ်ကိုင်း)
- ၈။ ၉ ထပ်ကြီး (ရန်ကုန်)
- ၉။ ၁၀ ထပ်ကြီး (ပြည်မြို့)

ဤဘုရားကြီး ၉ ဆူတွင် ပုတီး ၁၀၈ ပတ်စီ ဂုဏ်တော်ကိုးပါး
ကို သိဒ္ဓိတင်ပြီးစိပ်ပါ။ အဲဒီကရသောပစ္စည်းကို သိဒ္ဓိအမွေအနှစ်များ
အဖြစ် ဆောင်ထားပါ။ မည်သည့်မျှအန္တရာယ် မပြုလုပ်နိုင်တော့ပါ။

(၉) စည်း၊ ၃ စည်းချ

၁။ ရွှေစည်းခုံ (ညောင်ဦး)

၂။ အတွင်း ရွှေစည်းခုံ (ပုဂံ)

၃။ အပြင် ရွှေစည်းခုံ (ပင်တယ)

(၁၀) မဟာဂန္ဓာရီ မန္တန်လမ်း

ဒါန၊ သီလ ဂုဏ်တော်ပြည့်စုံ၍ ဓာတ်လေးပါးဖြင့် ပြီးမြောက်
အောင် ပွားသောအခါ အောက်ပါအင်္ဂါရပ်များနှင့်ပြည့်စုံပြီး ထွက်ရပ်
အောင်မြင်တော့၏။

၁။ ကာယ၊ ဓန၊ ပီယသျှီ ၃ ပါးရခြင်း

၂။ အကြားအမြင် ရရှိခြင်း

၃။ မနောမယ သိဒ္ဓိနှင့် ပြည်စုံခြင်း

၄။ ထွက်ရပ်လမ်းမှန်ရောက်ခြင်း

(၁၁) အကြားအမြင်ရအောင် အောက်ပါဂါထာကိုစိပ်ပါ။

ဥုံ... ဣဒ္ဓိဝိဓ။ ပရစိတ္တာ၊ ဝိဇာန နာ၊ ပုဗ္ဗေနိဝါသာ နုဿတိ
ဒိဗ္ဗစက္ခု။ ဒိဗ္ဗသောတ၊ အာသဝက္ခယ ဉ ဣ အဟံ
မမဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနိယကံ ဣဟွတ် ဣဟွတ်။

(၁၂) အကြားအမြင် မြန်မြန်ရလိုလျှင် (ဘိုးသူရနည်း)

ဣမာယ ဓမ္မန ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံပူဇေမိ

တစ်လုံးချတစ်ပတ်စိပ်

ဣမာယ ဓမ္မန ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံပူဇေမိ ဓမ္မံပူဇေမိ။
ဣမာယ ဓမ္မန ဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံပူဇေမိ သံဃံပူဇေမိ။
နံနက် ၄၅ ပတ်၊ ည ၄၅ ပတ်

(၁၃) အကာအကွယ် မန္တန်။

ဥုံ... ဣတိပိ သုဂတော မတောယတာ နိယပုတ္တံ သောဉာတ္တိ
ဧဝ မေတံ ဓာရယာမိတံ ဂစ္ဆအရမိ ဩကာသေ တိဋ္ဌတံ
အရဟံ ပုဒိအာ

ပန်း သစ်ရွက်ကို ရေ ထပ်ဆေးပြီး ၁၀၈ အုပ် မန်းပါ။
ဆောင်ထားပါ။ အမြောက်သေနတ်ကျည်လွဲပါသည်။ ရန်သူ
လည်း လွဲပါသည်။ အပတ် ၉၀၀၀ ပြည့်အောင်စိပ်က
မိမိဆန္ဒအားလုံး ပြည့်ဝတော့၏။ ဣတ္ထသယ ရသေ့ကြီးနည်း။

(၁၄) စည်းချမန္တန်

ဥုံ... ကိစ္စိ ကိစ္စိ စလံပတ္တော သတ္တသီဟော တယောနာဂေါ
အဇ္ဇမေစလံပတ္တော ကိန္နဘက္ခောဘဝိဿတိ။

(တစ်နေ့ ပုတီး ၃ ပတ်စိပ်က အန္တရာယ်ဆိုးများမတွေ့တော့ပါ)

မိမိနေရာ ရပ်ရွာ၊ အိမ်၊ ကျောင်း၊ ဇရပ်၊ တော၊ တောင်၊
လမ်းခရီး စသော နေရာများမှာ တနင်္ဂနွေထောင့်ကစ၍ လက်ညှိုးညွှန်ပြီး
စည်းချပါ။ အရပ်ရစ်မျက်နှာစေ့လျှင် နောက်ဆုံးတနင်္ဂနွေထောင့်
ပြန်ရပ်ပါ။ ရန်မျိုးအပေါင်း မဝင်ရောက်နိုင်ပါ။

၇။ ကုသလ ဥဿဟ သိဒ္ဓိ ။

၈။ ကုသလ ဘာဝေတဗ္ဗံ သိဒ္ဓိ ။

ဣဒ္ဓိပါဒ် လေးပါး

၉။ ဆဒ္ဓိဒ္ဓိပါဒ် သိဒ္ဓိ ။

၁၀။ ဝိရိယသိဒ္ဓိပါဒ် သိဒ္ဓိ ။

၁၁။ စိတ္တိဒ္ဓိပါဒ် သိဒ္ဓိ ။

၁၂။ ဝိမံသိဒ္ဓိပါဒ် သိဒ္ဓိ ။

ဣန္ဒြေငါးပါး

၁၃။ သိဒ္ဓိန္ဒြေ သိဒ္ဓိ တစ်လုံးချ
တစ်ပတ်စိပ်

၁၄။ ဝိရိယန္ဒြေ သိဒ္ဓိ ။

၁၅။ သတိန္ဒြေ သိဒ္ဓိ ။

၁၆။ သမာဓိန္ဒြေ သိဒ္ဓိ ။

၁၇။ ပညိန္ဒြေ သိဒ္ဓိ ။

ဖိုလ် ၅ ပါး

၁၈။ ၁၈ မှ ၂၂ ရှေ့နည်းအတိုင်း ဆိုပြီးစိပ်ပါ။
ဖိုလ်ထည်ဘာသာထူး၏။ တစ်ပတ်စိပ်

ဇောဋ္ဌင် ၇-ပါး

၁၉။ ၂ မှ ၂၉ ထိ တစ်ပတ်စိပ်

မဂ္ဂင် ဂ-ပါး

၂၀။ ၃၀ မှ ၃၇ ထိ တစ်ပတ်စိပ်
 ဗောဓိပက္ခိယ တရား ၃၇ ပါးကို ဂုဏ်တော် ၁၀ ပါးစီဖြင့်
 စိပ်။ (၃၇×၃၀=၄၀၇ ပတ်) တစ်ဝါရ ရသည်။
 ဝါရပေါင်း ၁၀၀ ရအောင်စိပ် (၄၀၇၀၀) ပတ် တစ်ကဏ္ဍပြီး၏။
 ၉ ကဏ္ဍပြီးလျှင် ဓနသိဒ္ဓိအောင်ပြီး (၃၆၆၃၀၀) ပတ်ရေ။

ပိယသိဒ္ဓိကျင့်စဉ်

၁။ ဘုန်းတော် ၆-ပါး ၃။ အားတော် ၁၀-တန်
 ၂။ ဘုန်းတော် ၈-ပါး ၄။ ဉာဏ်တော် ၁၀-ပါး
 တို့ကို ဓနသိဒ္ဓိကဲ့သို့ပင် ၁၁ ပါးနှင့်တွဲ၍စိပ်ပါ။ ၉ ကဏ္ဍပြီးလျှင်
 ပိယသိဒ္ဓိ အောင်မြင်ပါသည်။

ဘုန်းတော် ၆-ပါး

- | | | |
|-----------|---------|----------|
| ၁။ ကုဿရိယ | ၃။ ယသ | ၅။ ကာမ |
| ၂။ ဓမ္မ | ၄။ သီရိ | ၆။ ပယတ္ထ |

ဘုန်းတော် ၈-ပါး

- | | |
|---------------------|----------------------------------|
| ၁။ အဏိမာဘုန်းတော် | ၅။ ပါကမ္မဘုန်းတော် |
| ၂။ လဃိမာဘုန်းတော် | ၆။ ဣသိတာဘုန်းတော် |
| ၃။ မဟိမာဘုန်းတော် | ၇။ ဝသိတာဘုန်းတော် |
| ၄။ ပတ္တိမာဘုန်းတော် | ၈။ ပတ္တ ကာမ ဝသာ
ယိတာဘုန်းတော် |

ဉာဏ်တော် ၁၀-ပါး

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| ၁။ ပုဗ္ဗေနိ ဝါသာနုဿတိဉာဏ် | ၆။ အာသဝက္ခယဉာဏ် |
| ၂။ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ် | ၇။ ဣဒ္ဓိဝိဉာဏ် |
| ၃။ စူတူပ ပါဘဉာဏ် | ၈။ ဒိဗ္ဗသောတဉာဏ် |
| ၄။ ယထာကမ္မူပဉာဏ် | ၉။ စေတောပရိယဉာဏ် |
| ၅။ အာနာဂတံသဉာဏ် | ၁၀။ မနောမယသိဒ္ဓိဉာဏ် |

အားတော် ၁၀-တန်

ဉာဏာဗလအားတော်

- | | |
|-----------------------|----------------------------|
| ၁။ ဌာနဌာန ကောသလ္လဉာဏ် | ၆။ ဣန္ဒြိယ ပရောပရိယတ္တဉာဏ် |
| ၂။ ဝိပါကဉာဏ် | ၇။ စျာနာဒိသံကိလေသဉာဏ် |
| ၃။ သဗ္ဗတ္တဂါမိနိဉာဏ် | ၈။ ပုဗ္ဗေနိဝါသဉာဏ် |
| ၄။ နာနာဓာတုဉာဏ် | ၉။ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ် |
| ၅။ အမှိတ္တဉာဏ် | ၁၀။ အာသဝက္ခယဉာဏ် |

ပဠာန်းကွန်ချာကြီး

- ၁။ ဟေ အ စွ ဇာ နိ စွ တ မ္မ ရ န ထွ ထိ ပ
- ၂။ တု ဓိ ယော တ သာ ယော ပ ပ ပ ပ ပ ပ စွ
- ၃။ ပ ပ သ ပ ယ ပု စွ စွ စွ စွ စွ ယော
- ၄။ စွ တိ မ စွ ပ ရေ ယော ယော ယော ယော ယော အ
- ၅။ ယော ပ န ယော စွ ဇာ အာ ဝိ ဣ မ္မ ဝိ န ဝိ
- ၆။ အာ စွ န္တ အ ယော တ သေ ပါ ဒ ဂ္ဂ ပ္ပ ထိ ဂ
- ၇။ ရ ယော ရ ည ဥ ပ ဝ က ရိ ပ ယု ပ တ
- ၈။ မ္မ အ ပ မ ပ စွ န ပ ယ စွ ထွ စွ ပ
- ၉။ ဣ န စွ ည နိ ယော ပ စွ ပ ယော ပ ယော စွ
- ၁၀။ ပ န္တ ယော ပ သာ ပ စွ ယော စွ သ စွ ဝိ ယော
- ၁၁။ မ္မ ရ သ စွ ယ စွ ယော အာ ယော မ္မ ယော ဂ တာ
- ၁၂။ ယော ပ ဟ ယော ပ ဇာ က ဟာ စှာ ယု အ တ တိ

ပဠာန်းကွန်ချာကြီး အကျိုးပြုလက်ာ

- ၁။ ဟေ စ ပ ဆုံး ဆယ်သုံးလုံးရှိ သိဒ္ဓိကာယ ပြည့်စုံလှ၏။
- ၂။ တု စ စွ ဆုံး မှုန်းမရှိ သိဒ္ဓိ ပိယ ပြည့်စုံရ၏။
- ၃။ ယော အဆုံး ပ အစ ဓန သိဒ္ဓိ ပြည့်စုံဘိ၏။
- ၄။ စွ စ အဆုံး ဆယ်သုံးလုံး အက္ခရာ အာဟာရသိဒ္ဓိ မြောက်တုံဘိ၏။
- ၅။ ယော အစ ဝိ အဆုံး အသုံးအာယ သိဒ္ဓိမူက ပြီးကုန်ကြ၏။

- ၆။ အာ အစ ဂ အဆုံး အသုံးအာယ ကာယသိဒ္ဓိရ၏။
- ၇။ က အဆုံး ရစ ဓာတ်ရ ပထဝီ သိဒ္ဓိမီ၏။
- ၈။ မ္မ အစ ပ အဆုံး ဆယ့်သုံးလုံး ဝဏ္ဏဥဒကသိဒ္ဓိ ပေါက်တုံဘိ၏။
- ၉။ ကာ အစ စ အဆုံး ဆယ့်သုံးလုံး သဘော တေဇောသိဒ္ဓိ ပေါက်တုံ၏။
- ၁၀။ ပ အစ ယော အဆုံး ၁၃လုံး သဘော ဝါယော သိဒ္ဓိမြောက်တုံ၏။
- ၁၁။ ယော အဆုံး စ အစ မနောမယသိဒ္ဓိ ပေါက်တုံ၏။
- ၁၂။ ယော အစ တီ အဆုံး ၁၃လုံး အက္ခရာ ထိုရွှေစာသည် စိန္တာမယသိဒ္ဓိ ရတုံဘိ၏။

အသိကျယ်ပြန့်၊ ဉာဏ်လည်းဆန့်မှာ၊ ရကြလေရာ၊ မျိုးလေဖြာတို့
 သေချာမှတ်သား၊ အမြွက်ထားအံ့၊ ဗုဒ္ဓကွန်ချာ၊ ရှစ်ကြောင်းစာကို၊
 ရှစ်ပုဒ်ဆို၍၊ ထိုရှစ်ပုဒ်တွက်၊ တစ်ပုဒ်လျှင်ကို၊ ဗုဒ္ဓရှင်ဘုရား၊ အာရုံထား၍၊
 မမှားစေတီ၊ ကိုးထောင်တည်ပွား၊ ရပြားပုတီးပတ်၊ ပြည့်လတ်ကိုးထောင်၊
 စေ့အောင်ပွားသော်၊ စေတီပေါ်၏။ ထိုရော်စေတီ၊ တင်ချီနေကဇာ၊
 ကိုးပုဒ်စာကို၊ လုံးဖြာဖတ်ရ၏။ စိပ်ပုတီး၊ တင်ပြီးအနေကဇာ၊ မှတ်တုံ
 ပါလော့၊ တစ်ဖြာထို့အတူ၊ ပွားမူနောက်တစ်ပါး၊ ဤသို့အားဖြင့်
 ဘုရားကွန်ချာ၊ ရှစ်ဆူသာတည်း၊ တရားမှာမူ၊ ခြောက်ဆူရေတွက်၊
 ဤသို့တက်လော့၊ တစ်ချက်သံဃာ၊ ဆယ့်နှစ်ဖြာဆူဝေ၊ ကွန်ချာပေတည်း၊
 တက်လေရှေ့တူ၊ ဆယ့်နှစ်ဆူရ၊ တင်ကအနေကဇာ၊ ပြီးတုံပါက။

တက်ရပစ္စည်း၊ ကွန်ချာလမ်းကို၊ ထက်ငြမ်းကိုမို့၊ ပွားသည်ရှိသော်၊
 ထိုပေါ်လိမ့်၊ တောင်တော် ၉ လုံး၊ ဓိတ္တန်သုံးရန်၊ မနောသန်လျက်၊
 သုံးနှောင်းသက်ဖြင့်၊ နေထွက်နေဝင်၊ မွန်းတည့်ယှဉ်၊ သိမ်လျှင် ၉ လုံး
 ဂူ ၉လုံးနှင့်၊ ပေါင်းရုံအညီ၊ စေတီပုထိုး ၉၉ တည်း၊ သာမဏိဆင်ခြင်၊
 ဓိတ္တန်ဝင်ခါ၊ ငါးဖြာ ရှစ်ဖြာ၊ ကိုးဖြာသီလ၊ လုံအောင်ရလော့၊ ဝတတလီ၊
 ဝစီနှုတ်ပိတ်၊ နေဆိပ်မှန်မှန်၊ ဘာဝနာသံဖြင့်၊ နိယံမပြတ်၊ ပွားများ
 လတ်သော်၊ သိဒ္ဓိပေါ်လာ၊ တန်ခိုးဖြာ၏၊ လူငြိမ်းအရာ၊ မဟုတ်စွာကြောင်း၊
 ဖညာရှိများ၊ သတိထား၍၊ နည်းအားမှန်စွာ၊ ပွားများပါလျှင်၊ လူတွင်မက၊
 နတ်မမျှသား၊ ဗြဟ္မာလားသို့၊ သတိအားထား၊ ကောင်းစွာပွားကာ
 နေတုံပါလျှင် ဘယ်မှာဘုရား လွယ်ချိမ့်တည်း။

ကပ်ကြီးသုံးပါးကျော်လွန်နိုင်ရန်

ခုနစ်ရက်သားသမီး နေ့သားအလိုက် ပုတီးစိပ်နည်း

- ၁။ နွေ သား သမီး အရဟံသိဒ္ဓိ
- ၂။ လာ သား သမီး သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါသိဒ္ဓိ
- ၃။ ကီ သား သမီး ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ဗန္ဓောသိဒ္ဓိ
- ၄။ ဟူး သား သမီး သုဂတော သိဒ္ဓိ
- ၅။ တေး သား သမီး လောကဝိဒ္ဓုသိဒ္ဓိ
- ၆။ ကြာ သား သမီး အနတ္တရောပုရိသ ဒမ္မဿာရထိသိဒ္ဓိ

၇။ နေ သား သမီး သတ္တာဒေဝမနဿာနံ သိဒ္ဓိ

၈။ ရာဟု သား သမီး ဗုဒ္ဓေါသိဒ္ဓိ

၉။ ကိတ် သား သမီး ဘဂဝါသိဒ္ဓိ

မှတ်ချက် - ဗုဒ္ဓဟူး မွန်းလွဲဖွားလျှင် ရာဟုသား၊ တနင်္လာနေ့ မွန်းလွဲဖွားလျှင် ကိတ်သားဖြစ်၏။ ကိုယ့်မွေးနေ့ကစ၍ အဓိတ္တန်ပြီး ၉ ပတ်၊ ၉ ရက်၊ ၁၈ ပတ်၊ ၁၈ ရက်၊ ၂၇ ပတ်၊ ၂၇ ရက်၊ ၃၆ ပတ်၊ ၃၆ ရက်၊ ၄၅ ပတ်၊ ၄၅ ရက်၊ ၅၄ ပတ်၊ ၅၄ ရက်၊ ၆၃ ပတ်၊ ၆၃ ရက်၊ ၇၂ ပတ်၊ ၇၂ ရက်၊ ၈၁ ပတ်၊ ၈၁ ရက်၊ ၉၀ ပတ်၊ ၉၀ ရက်၊ ၉၉ ပတ်၊ ၉၉ ရက်၊ ၁၀၈ ပတ်၊ ၁၀၈ ရက်၊ ၄၅ ရက်မှာ တစ်ဝါရမတ်၊ ၈၁ ရက်မှာ တစ်ဝါရမတ်၊ ဘုရားဝါတော်နှင့်ပြည့်ခြင်းကြောင့် တစ်ရာရှစ်မှာ တစ်ဗန္ဓု၊ တစ်ရာရှစ်ကွက် စက်လက္ခဏာနှင့် ပြည့်စုံခြင်းကြောင့် တစ်ဗန္ဓုရောက်လျှင် ပုတီးအဖွဲ့အစည်းတစ်ခု အောင်မြင်သွားပြီမှတ်ပါ။ ပွားနိုင်ကြပါစေ။

၁။ အသိတရားရှိလာလျှင် အကျင့်တရား ပါပါစေ။

၂။ အတုယူရာ၌လည်း အားကျခြင်းသည် သခင်ဖြစ်လိုသော စိတ်ဖြစ်၍ အားကိုးခြင်းသည် ကျွန်ဖြစ်လိုသော စိတ်ဖြစ်သောကြောင့် အားကိုးခြင်းကိုစွန့်ပစ်၊ အားကျခြင်းဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ထိုကဲ့သို့ဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပါ။

၃။ သင်၏ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်ကို မကောင်းရာ၌ မပြုလုပ်မိပါစေနှင့်။

ပြောသလိုလုပ်ပါ။ လုပ်သလိုပြောပါ။ ဤနည်းအတိုင်းပြုလုပ်
ပါက လူကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်၏။

၄။ သင်၏ ယခုလက်ရှိဘဝသည် ကောင်းသောလမ်း မကောင်း
သောလမ်း လမ်းနှစ်သွယ်ကို သွားနိုင်သောဘဝဖြစ်၍ သွားလို
သောလမ်းသို့ ရောက်ရမည်ကေနိဖြစ်၏။

၅။ လုပ်ရမည့်အလုပ်တစ်ခုကို ရပ်မပြောပါနှင့်၊ အချိန်ပိုင်းလောက်
ရွှေ့ဆိုင်း လိုက်ခြင်းသည် သင်၏ အောင်မြင်ရေးလမ်းတွင်
ကျဆုံးသွားသည် မည်၏။

၆။ ခေတ်ကာ သင့်ကိုဘာမျှမလုပ်၊ သင်ကသာ ခေတ်ကိုကောင်းစေ၊
ဆိုးစေလေသည်။ ထို့ကြောင့် လူအာဇာနည်တို့မှာ ခေတ်ဆိုး
မရှိနိုင်၊ လူညံ့တို့မှာလည်း ခေတ်ကောင်းမတွေ့ရပေ။

၇။ သင်လိုတာ သင်လုပ်တာဖြစ်၏။ ကောင်းချင်လျှင် ကောင်း
တာလုပ်ပါ။ မကောင်းချင်လျှင် မကောင်းတာလုပ်ပါ။ အကျိုး
တရားသည် အကြောင်းတရား၏ အသီးအပွင့်ဖြစ်၏။

(အခြေအခံအောက်)

ကျော်အောင်ခံထားဆရာတော်၏ သြဝါဒ

အထူးအမှာ - တရားမတိုင် ပုတီးမစိပ်ခင် ပရိကံပြုရာ၌

- ၁။ ဘုရားရှိခိုး
- ၂။ သီလယူ
- ၃။ ခန္ဓာကိုယ်လှူ
- ၄။ သစ္စာအဓိဋ္ဌာန်ပြု (ပုတီးပတ်ရေ)
- ၅။ မေတ္တာပို့

အဓိဋ္ဌာန်ပြုရန် (လမိုင်း၊ နတ်၊ မိစ္ဆာ၊ မနှောင့်ယှက်နိုင်အောင်)

ဘုရားတပည့်တော်သည် ယခုအဓိဋ္ဌာန်ပြုထားသော ပုတီးပတ်များအတွင်း လမိုင်းများနှင့်အတူ မည်သို့သောသူ မည်သို့သော အန္တရာယ်မှ ဘုရားတန်ခိုး တရားတန်ခိုး သံဃာ့တန်ခိုး သိကြားဗြဟ္မာ နတ်ဒေဝီနှင့် အရှင်မြတ်များ၊ ဘိုးတော်များ၏တန်ခိုးကြောင့် မနှောင့်ယှက်မဖျက်ဆီးကြ ပါစေသတည်း။ ထို့ပြင် ဘုရားတပည့်တော်သည် (မည်သည့်) အချိန်အခါမှစ၍ ယနေ့ယခုတိုင်အောင် ပြုလုပ်ခဲ့သော ဒါန၊ ဆောက်တည်ခဲ့သော သီလ၊ ပွားများခဲ့သော ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ဘာဝနာကုသိုလ်ကံကြောင့် လမိုင်းနတ်မှစ၍ မည်သို့သောလူ မည်သို့သောအန္တရာယ်မှ မနှောင့်ယှက် မဖျက်ဆီးနိုင်ပါစေသတည်း။

(ဘိုးတော်စိန်ဝင်း သြဝါဒ)

အထူးအမှာ - ဤနည်းကောင်းနည်းမြတ်တို့သည် ကျေးဇူးရှင် ကျော်
အောင်စံထား ဆရာတော်ကိုယ်တိုင် အနှစ် ၅၀ ကျော် ကျင့်ကြံပေါက်
မြောက်စေခဲ့သော နည်းကောင်းလမ်းမှန်များ ဖြစ်ပါသည်။ စာရေးသူပင်
၁၀ နှစ်ကျော်မျှ ဆရာတော်ထံ တောင်းခံယူခဲ့သောနည်းများဖြစ်သည်။

တစ်ကြိမ်တည်း တစ်ခါတည်းဖြင့် ပြည့်ပြည့်စုံစုံရခဲ့ခြင်းမဟုတ်၊
ဆရာတော်အား အထက်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများက ချီးမြှင့်သည့်အခါမှ စာရေးသူ
သိရှိခဲ့ရပါသည်။ ယခု ဓမ္မမိတ်ဆွေကံတောင်း၍ တစ်ကြိမ်တည်းနှင့်
ပြည့်ပြည့်စုံစုံ သိရုံသာမက အနှောင့်အယှက်အခက်အခဲမရှိ ကျင့်ကြံနိုင်
ရန် နည်းလမ်းများပါ အပြည့်အစုံပေးထားပြီးဖြစ်၍ ဒါမှလက်တွေ့
စမ်းသပ်မကြည့်ချင်ဘူးဆိုလျှင် လောက၌ သင့်လောက်မိုက်သူ
ရှိပါဦးမည်လားလို့ပဲ မေးခဲ့ချင်ပါတော့သည်။

ဥစ္စာအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပညာအားဖြင့်လည်းကောင်း၊
သတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ အားထားမှီခိုရာ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

သဗ္ဗညုတဉာဏ်နှင့် နိဗ္ဗာန်ကို ရည်ရွယ်တောင့်တသော
စိတ်အလို ဆန္ဒကို ဘဝဆက်ခါ ပြည့်စုံနိုင်ရပါစေသတည်း။

ကျမ်းပြုသူအမှာစာ

- ◆ ရောဂါရှိသော သတ္တဝါတို့၏အသားကို စားရလျှင် ရောဂါကူး တတ်သည်ကို သိတယ်မဟုတ်လား။
- ◆ ရက်ရက်စက်စက် အသတ်ခံရ၍ သေခါနီး စိတ်ဓာတ်ပျက်စီး သွားရသော သတ္တဝါတို့သည် စိတ်ပျက်လျှင် ရုပ်ပျက်တတ်သည့် မေ့တာမို့ ဓာတ်ပျက်သောအသားကိုစား၍ သွေးသားဆောက် တည်ရသော သင်၏အသားသည်လည်း ဒီအစာဓာတ်ပျက် ကူးစက်သွားမည်မှာ ပြောရန်လိုမည်မထင်ပါ။
- ◆ သမထတရားကို ကျင့်ကြံသည့်အခါ ထိထိရောက်ရောက် သန့်သန့် ရှင်းရှင်း အကျိုးပေးစေလိုလျှင် ပထမအဆင့် ဝက်၊ အမဲ၊ ကျွဲသား ရှောင်ပါ။

ဒုတိယအဆင့် ကုန်းသတ္တဝါရှောင်ပါ။ တတိယအဆင့် ရေသတ္တဝါ ရှောင်ပါ။ အထူးသဖြင့် အဓိဋ္ဌာန်ဝင်သည့်အခါ သက်သတ် လွတ်စား၍ဝင်ပါ။ အကျိုးကြီးကြောင်း လက်တွေ့သိလာပါလိမ့်မည်။

ပင်မဂုဏ်တော်ကျမ်းနိဂုံး

၁။ ဤဘဒ္ဒကမ္ဘာတွင် လေးဆူမြောက် ပွင့်တော်မူသော ဂေါတမ ဘုရားအလောင်းတော်သည် နိယတဗျာဒိတ်ပန်းကို ဆင်မြန်းတော်မူပြီး သည်မှ လေးသင်္ချေနှင့် ကမ္ဘာတစ်သိန်းအတွင်း၌ ဘုရားရှင်တို့ထံတွင် ဗျာဒိတ်ပန်း ဆင်မြန်းတော်မူ၍ အနုငါးရာ၊ ရင့်မှာတစ်ကျိပ်၊ ပါရမီစခန်း၊ ကျင့်ခန်းတော်ကြီး ပြီးမြောက်ပြီးနောက် သေတကောတု နတ်သားအဖြစ်မှ စုတေ၍ ဥက္ကဋ္ဌဘုန်းမော် ကျွန်းလုံးကျော်သတိ သုဒ္ဓေါသနင်းသကျမင်း၏ အပ်နှင်းတောင်ညာ မယ်မာယာ ဝမ်းကြာတိုက်ခန်းမှကြွမြန်း သားမြတ် လောင်းသိဒ္ဓိတ္တသည် မဟာသက္ကရာဇ် တစ်ရာသုံးခု၊ ကဆုန်လပြည့် ဆင်မင်းနေ့အကုန် နေ့အရက်အကြွတွင် စတုဝေသာရဇ္ဇ ဆဒ္ဒာသာ ဓာရဏ သတ္တဗောဇ္ဈင် မဂ္ဂင်ရှစ်ဖော် ဂုဏ်တော်ကိုးတန် ဉာဏ်တော် ဆယ်ပါး စသောအားဖြင့် မြားမြောက်လှစွာ မင်္ဂလာအောင်ပီတိတ် သဗ္ဗညုက္ခိတ်ဆိပ်ကို ခပ်နိပ်ခံယူ သိမ်းပိုက်တော်မူသည်မှအစ လောက သုံးပါးတွင် ဘုရားရတနာတည်းဟူသော အလင်းရောင်ကြီးသည် ထွန်းပြောင်လင်းဖြာ လရောင်တို့ထက် ဝင့်ဝါပေါ်ထွက်ခဲ့သည်ဖြစ်ပေ၏။

၂။ ထိုကဲ့သို့ ဘုရားရတနာအလင်းရောင်ဖြာပြီးသည့်နောက် သက္ကရာဇ် တစ်ရာသုံးခု ရာသီကရကဋ် ပညတ်ခေါ်ကြ ပုဏ္ဏဝါဆို နေညိုတစ်ခြမ်း စံမြန်း တွဲပစန်းလသော်တာ ပေါ်လာတစ်ဝက် စနေနေ့ညဘက်တွင် ပဉ္စဝဂ္ဂိ မထေရ်ငါးဦးတို့အား (ဓွေမေဘိက္ခဝေ

အန္တရာပဗ္ဗဋိတေန နသေဝိတဗ္ဗာ) အစပြာသော ဒေသနာဓမ္မစကြာသုတ်
ခံတွင်းသော်ရွှေကြာ ကမုခံမှ မိန့်ခွန်းတော်ခြွေသည်မှ စ၍
လောကသုံးပါးတွင် တရားရတနာတည်းဟူသော အလင်းရောင်သည်
ထွန်းပြောင်ဝင်းဝါခဲ့သည် ဖြစ်ပါသည်။

၃။ ထိုကဲ့သို့ ဘုရားရတနာ ထိန်ထိန်ဖြာပြီးသည့်နောက် သက္ကရာဇ်
တစ်ရာသုံးတွင် ဝါဆိုလသက်၊ ငါးရက်ကျော်၊ ကြွက်မင်းနေအပေါ်တွင်
ထေရ်မော်စလီ ပဗ္ဗဝဂ္ဂီရှင်တို့အား ဓမ္မစကြာအနတ္တ လက္ခဏာသုတ်စဉ်
ပြု၍ မိန့်ဟဟောကြားတော်မူသောအခန်း၌ ဖော်တိက္ခ။ ရဟန်းအဖြစ်သို့
ရောက်ရသည်မှစ၍ လောကသုံးပါးတွင် သံဃာ့ရတနာတည်းဟူသော
အလင်းရောင်သည် ထွန်းပြောင်စေပြာခဲ့သည် ဖြစ်ပါသည်။

၄။ ထိုကဲ့သို့ ရွှေလက်တော်ဆန်တန်း၍ လာလှည့်ရဟန်းဟု မိန့်ခွန်း
တော်မြန်းသဖြင့် ဖော်တိက္ခ။ ရဟန္တာများဖြစ်ကြကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း
မည်မျှဟု စာပြရလျှင်

၁။ ပဗ္ဗဝဂ္ဂီငါးပါး

၂။ ရှင်ယဿအမှူးရှိသော ရဟန္တာငါးကျိပ်လေးပါး

၃။ တဒ္ဒဝဂ္ဂီညီနောင် ရဟန္တာသုံးကျိပ်

၄။ ပုရာဏ ဝဋီလဖြစ်သော ရဟန္တာတစ်ထောင်

၅။ ရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ရှင်မောဂ္ဂလာန် အမှူးရှိသော ရဟန္တာ
ငါးကျိပ်

- ၆။ အင်္ဂုလိမာလ ရဟန္တာမထေရ်မြတ်အားဖြင့် (၁၃၄၀) ပါး
- ၇။ ထိုမှတစ်တန် သုံးရာ အခြံအရံရှိသော သေလဗြဟ္မဏ အမှူး ရှိသော ရဟန္တာများ
- ၈။ မဟာကပ္ပိန္နဲမထေရ်အမှူးရှိသော ရဟန္တာတစ်ထောင်
- ၉။ တစ်သောင်းသော ကပ္ပိလဝတ်ပြည်သာ။ ရဟန္တာများ။
- ၁၀။ တစ်သောင်းခြောက်ထောင်သော ပါရာဃနိယ ဗြဟ္မဏ အမှူးရှိသော ရဟန္တာများ။

ဤသို့အားဖြင့် ဖော်ဘိက္ခု ရဟန္တာအပေါင်း နှစ်သောင်း ရှစ်ထောင် ခြောက်ရာလေးဆယ့်တစ်ပါး ထင်ရှားပေါ်ပေါက်လာသည် မှစ၍ သာသနာတော်မြေကြီး အလင်းရောင်ထွန်းပြောင် ပေါ်ထွက်လာ သည်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့ ဘုရား တရား သံဃာ တည်းဟူသော ရတနာမြတ် တို့ကို ကျင့်ပွားပြုစုနိုင်စွမ်းရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ

- ၁။ အဇာတသတ်မင်းကြီး
- ၂။ ဒေဝါနံပီယတိဿမင်းကြီး
- ၃။ သီရိဓမ္မာသောကမင်းကြီး
- ၄။ အနော်ရထာမင်းကြီး
- ၅။ မင်းတုန်းမင်းကြီးတို့သည် သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ်တို့ ဖြစ် ကြသည်။

အကျင့်မြတ်ဖြင့် သာသနာပြုသွားကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ပေါက်ပြည် နော်ရထာလက်ထက် ဦးခေမာဝံသသည် ဓာတ်ဘက်မှ ဂုဏ်တော်ဘက်ကူးပြီး အရဟံဂုဏ်တော်ကို

သံ၊ ဂုံ၊ ပ၊ မ၊ ယျ ဘုရားငါးဆူကို အာရုံပြုပြီး တစ်ဆူလျှင် (အရဟံ သိဒ္ဓိ) ဂုဏ်တော် ၁၀၈ ပတ်ဖြင့် ပူဇော်၏။ ၅ ဆူကို ၁၀၈ ပတ်၊ ၅ ကြိမ် တစ်နေ့အတွင်းပြီးအောင် ပွားများရ၏။ ဘုရား တရား သံဃာဂုဏ်တော် အပေါင်း ၂၄ ပါးဖြစ်လာ၍ လပေါင်း ၂၄ လ ဓိတ္တန်၍ ပွားများလေ၏။ ထိုအတွင်း အားလပ်ချိန် ဓာတ်ထည့်ကစား၏။ ဂုဏ်တော်၏အာနိသင်ကြောင့် အလွယ်တကူနှင့် ဓာတ်အောင်မြင်သွားလေ၏။ သူ၏ကျောင်းဒါယကာ၊ ဒါယိကာမ နှစ်ယောက်ကိုလည်း ထိုနည်းပေး၍ ပွားများခိုင်းရာ ၂ နှစ်အတွင်း အောင်မြင်သွားကြ၏။ ထိုကဲ့သို့ပြန်ပွားလာခဲ့ရာ ယနေ့တိုင်ဖြစ်၏။ ပုဂံဦး ခေမာဝံသတို့ ထွက်ရပ်ပေါက်အဖွဲ့ ၁၈၀၀၀ ရှိ၏ဟု သိရ၏။

ထို့အပြင် မိဖုရားစောလုံသည် ၇ ရက်ပတ်လုံး ဂုဏ်တော်ကို မနားမနေပွားများခြင်းကြောင့် မိဖုရားစောလုံကို သံလှောင်အိမ်အတွင်း ထည့်၍ ဖိုကျင် ၁၁၁ တို့ဖြင့်ထိုး၍ မီးရှို့ကြသော်လည်း ၃ ကြိမ်တိုင် မီးငြိမ်း၍ သွားလေသည်။ မီးပူသည် မည်ကဲ့သို့မျှမခံစားရ၊ ရင်ဘုရင်က ဤအဖြစ်ကိုမြင်တွေ့၍ ဝန်ချပါလို့ ဆိုသော်လည်း ဝန်မချဘဲ ဆုပန်၍ တစ်မဟုတ်ခြင်း ပြာဖြစ်အောင်အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီး ဘဝနိဂုံးချုပ်သွားလေ၏။ ရင်ဘုရင်မှာလည်း ရူးကျန်ရစ်၏။

ထိုခေတ်က စောလုံကဲ့သို့ ကျင့်ကြံသူ သိန်းကျော်၏။

မင်းတုန်းမင်းခေတ်တွင် ပရိတ်ဒကာ ဖိုးမြတ်သာလည်း တရုတ်
မြို့ရိုးကြီးအတွင်းစီရင်၍ ပစ်ချလိုက်သော်လည်း ပရိတ်တန်ခိုးကြောင့်
မသေဘဲ မိုးကုတ်ရောက်၍ မန္တလေးပြန်လာပြီး သာသနာပြု၍
ထွက်သွားတော့၏။ သူ့နောက်မှ တစ်ထောင်ကျော်ပါသွား၏။

အင်္ဂလိပ်ခေတ်တွင် ဦးခန္တီသည် ဂုဏ်တော်နှင့် မေတ္တာတန်ခိုး
ကြောင့် သာသနာပြုအပြီး ထွက်သွားတော့၏။

မြန်မာ့ခေတ်တွင် မိုးညှင်းဆရာတော်၊ ဝေဘူဆရာတော်၊
တောင်ပုလုဆရာတော်တို့သည် အကျင့်မြတ်ဖြင့် သာသနာပြုသွား
ကြသည်။

ဤကဲ့သို့သော သဘောတရားများကို လိုက်နာကြပြီး အဇာ
တသတ်မင်း၊ ဓမ္မသောကမင်း၊ မင်းတုန်းမင်းကဲ့သို့ သာသနာပြုပြီး
သင်္ဂါယနာတင်ချင်ပါရဲ့ ဘုန်းတန်ခိုးမရှိ၍သာ နေရသည်ဟူသောအကြံကို
ရိုးမယ်ဖွဲ့၍နေခြင်းထက် ပိဋိကတ်သုံးပုံ တစ်စောင်တစ်ဖွဲ့ ပြန်ဆိုနိုင်သော
ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ယောက် ငွေတစ်ကျပ်၊ တစ်ဆယ်တန်လောက် ခိုးဖြင့်လှူဒါန်း
လိုက်ခြင်းက ကျေးဇူးများ၏။

ရွှေတိဂုံ၊ ရွှေမော်ဇော၊ ကောင်းမှုတော်ကြီး၊ မဟာမြတ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကဲ့သို့
စေတီကြီးတစ်ဆူတည်ချင်ပါရဲ့ သူ့ငွေမဖြစ်လို့ဟု အပိုစကားပြောနေ
ခြင်းထက် သူတစ်ပါးတည်နေသောစေတီအတွင်း အုတ်တစ်ချပ်၊

သံတစ်တောင်း၊ ထုံးတစ်ပုံး လှူဒါန်းခြင်းက ကျေးဇူးများလှပေသည်။
ဓမ္မသမ္ဘာ အရပ်ရပ်တို့ကို ပံ့ပိုး၍လှူဒါန်းချင်ပါရဲ့ မချမ်းသာ
သေးလို့ဟု မရှိကောင်းပြောနေခြင်းထက် သူတစ်ပါးပံ့ပိုးသော ကျမ်း
စာအုပ်အတွင်းသို့ စာအုပ်တစ်အုပ်ပါဝင်လှူဒါန်းပါလျှင် ဓမ္မစေတီဒကာ
ဖြစ်၍ ကျေးဇူးများလှသည်။

ဤကဲ့သို့ ကိုယ်တိုင်မလုပ်နိုင်ကောင်းလားဟု စိတ်ဓာတ်ကို
စွန့်ပယ်၍ ကိုယ်လုပ်နိုင်သလောက် လုပ်နေခြင်းသည် အလွန်ကောင်း
မြတ်သော စိတ်ဓာတ်ဖြစ်ပေ၏။ ကောင်းမြတ်သော စိတ်ဓာတ်များ
ပေါ်ပေါက်လာစေရန်၊ အားတက်လာစေရန်၊ ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်စေရန်
ရည်သန်ပြီး ဤပင်မဂုဏ်တော် ပုတီးစိပ်ကျမ်းမြတ်ကို ထုတ်ဝေဖြန့်ချိ
လိုက်ပေသတည်း။ သူတော်ကောင်းတို့ အပြစ်မမြင်ဘဲ အနှစ်ထင်၍
ကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ကြပါစေသတည်းဟု ဆုတောင်းပြီး နိဂုံးချုပ်လိုက်
ပေ၏။

သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်စံထားဆရာတော်
အရှင်ဝါယာမဘိဝံသ



သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်စံထားဆရာတော်ဘုရားကြီး

မွေးနေ့မွေ့ခါနဲ့

၁၉၉၃-ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၁၃) ရက်

သတိ-မြင့်မြတ်သောပုဂ္ဂိုလ်ဆိုတာ

(၁) ကိုယ်ကျိုးအတွက် စွန့်လွှတ်နိုင်ရတယ်။

(၂) သည်းခံမှု အပြည့်အဝရှိရတယ်။

(၃) သဘောထားကြီးရတယ်။

(၄) အရာရာမှာ စွန့်လွှတ်နိုင်ရတယ်။

(၅) ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်းရတယ်။

(၆) အများအတွက် အနစ်နာခံရတယ်။

(၇) ရတနာသုံးပါးကို အထူးလေးစားရတယ်။

(၈) ဘိုးဘွားပိဘာများကို ပြုစုလုပ်ကျွေးရတယ်။

(၉) ဆရာသမားများကို ရိုသေကျိုးနွံရတယ်။

ဤ (၉) ချက်နှင့်ပြည့်စုံပါက မြင့်မြတ်သောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်၍

အပါယ်လေးပါးမှလွတ်ပြီး နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်လမ်းမကြီး ပွင့်ပေတော့၏။

သတ္တမမြောက် ကျော်အောင်စံထား

အပရပူရ

ကျမ်းမြတ်အတွက်အမှာ

“စိတ္တုပ္ပါဒ မံတမ္ဗိခေါ အဟံ စုန္တ ကုသလေသု ဓမ္မေသု
ဗဟူပကာရံ ဝဒါမိ”

ချစ်သားစုန္တ ကောင်းမှုကုသိုလ်အကျိုးငှာ သရုပ်သကောင်
ပေါ်အောင် ဆောင်ရွက်ဖို့ဆိုတာ မဆိုထားနှင့်၊ အသိစိတ်ဖြစ်ရုံမျှ
သော်လည်း အသိစိတ်ဖြစ်ရင်ကိုပဲ အလွန်ကျေးဇူးများလှသည်ကို
ငါဘုရားဟောတော်မူ၏။ အလွန်ကျေးဇူးများလှပါတယ်၊ ကျေးဇူးအလွန်
များတယ်လို့ ငါဘုရားဟောပါတယ်။

(သလ္လေခသုတ်)

ယေကေစိ ကုသလာဓမ္မာ၊ သဗ္ဗေ တေ ယောနိသော
မနသိကာရမူလကာ၊ ယေကေစိ အကုသလာဓမ္မာ
သဗ္ဗေ တေ အယောနိသော၊ မနသိကာရမူလကာ။

(ဝိဘင်း)

ဝပ္ပ မထေရ်မြတ်၏ ဥဒါန်း
ပဿတိ ပယော ပဿန္တံ၊ အပဿန္တံ ပဿတိ၊
အပဿန္တော အပဿန္တံ၊ ပဿန္တံ နပဿတိ၊
သိမှသိ မသိကိုသိသည် မသိကသိ မသိကိုမသိ
ဘာမှန်းမှ မသိပါပြီတကားဟု
ဝပ္ပမထေရ် ဥဒါန်းကျိုး မိန့်တော်မူ၏။

ငါဘုရားလိုပြောတာတောင် ပရမတ်အစစ် မသိကြ၍ မယုံကြဲ
မွေ့ကြောအနတ္တလက္ခဏာ သုတ်တော်များ ပရမတ်သားဟောတော့မှ
ဘုရားမှန်း သိလာကြ၏။

ထိုအခါမှ ဝပ္ပမထေရ်က အထက်ပါ ဥဒါန်းကျော်တော်မူ၏
ထို့ကြောင့်

မသိလျှင်တွယ်၊ သိလျှင်ပြယ်သည်၊ တွယ်လျှင်လည်းဘေး၊
ပြယ်လျှင် အေးသည် မသိအစ၊ သိကအဆုံး၊ ကိစ္စတုံးသည်၊
ယူကြုံးမှတ်ကြရာ၏။

သိညာဏ်က လောကကြီးအားလုံးတွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။
အရာရာမှ ကျေးဇူးများလှပေ၏။ မသိခြင်းကား ယုတ်မာဆိုးဝါး
အရာရာမှာ အပြစ်များလှပေ၏။

“ဝိရတ္တ၊ ဝတ ရေ အညာဏံ” အချင်းတို့ မသိတတ်ခြင်းသည်
စင်စစ် စက်ဆုပ်ဖွယ်ဖြစ်ပေ၏။

(ဝိနည်းအဋ္ဌကထာ)

မိတ်ဆွေ အတုအစစ် ခွဲခြားနိုင်ရန်

- ၁။ အညဒတ္တုတရ = ရရသမျှကိုသာယူပြီး သူ့အကျိုးသက်သက်ကိုသာ ကြည့်သောမိတ်ဆွေ။
- ၂။ ဝစီပရမ = အပြောနှင့်သာပေါင်း အရေးကြီးနေတာကို မတူညီဘဲ အတိတ်ကိုညွှန်ပြ၊ အနာဂတ်ကိုညွှန်ပြ၊ ပစ္စုပ္ပန်ကိုညွှန်ပြပြီး ငြင်းပယ်နေသော မိတ်ဆွေ။
- ၃။ အနုပီယဘာကီ = အလိုလိုက် အကြိုက်ပြောပြီး ရှေ့တွင်ချီးမွမ်းကွယ်ရာတွင် နိမ့်ချတတ်သော မိတ်ဆွေ။
- ၄။ အပါယသဟာယ = ပျက်ရာပျက်ကြောင်း မကောင်းမှုများကိုသာ အားပေးတတ်သော မိတ်ဆွေ။
- ၅။ ဥပကာရ = ကိုယ့်မိတ်ဆွေ မေ့လျော့မှုကိုလည်း စောင့်ရှောက်၊ ဥစ္စာကိုလည်းစောင့်ရှောက်၊ ဒုက္ခဖြစ်သောအခါ အားပေးချီးမြှောက်၊ အကူအညီတောင်းလျှင် နှစ်ဆထက်ကူညီစောင့်ရှောက်တတ်သော မိတ်ဆွေ။
- ၆။ သမာနသုခဒုက္ခ = လျှို့ဝှက်စကားကိုလည်းတိုင်ပင်၊ ကိစ္စအဝဝကိုလည်း မပေါက်မကြားအောင်စောင့်ရှောက်၊ ဘေးရန်နှင့် တွေ့ကြုံသော်မရောင်၊ ကူညီအသက်စွန့် ဆောင်ရွက်တတ်သော မိတ်ဆွေ။

၇။ အသက္ခာယီ - မကောင်းမှုကိုတာ၊ ကောင်းမှုကိုညွှန်ကြား။
မကြားဖူး၊ ထူးမြတ်သောစကားကိုပြောကြား။
သုဂတိလမ်းကိုသာ ညွှန်ပြတတ်သောမိတ်ဆွေ။

၈။ အနုကမ္မက - မိတ်ဆွေ၏အကျိုးယုတ်မှုကို ဘယ်တော့မှ
မလုပ်၊ ကြီးပွားတိုးတက်မှုကိုသာ လုပ်ဆောင်
ပေး။ ကိုယ့်မိတ်ဆွေ မကောင်းသတင်းကို
တားမြစ်၊ ချီးမွမ်းစကားပြောခြင်းကိုသာဝမ်းသာ၊
မိမိပါ ချီးမွမ်းစကား ပြောကြားတတ်သော
မိတ်ဆွေ။

(သိင်္ဂီလသုတ်တွင် ဘုရားဟောတော်မူသည်)

မှတ်ချက် - တစ် နှစ် သုံး လေး ရှောင်ပါလေ၊
ငါး ခြောက် ခုနှစ် ရှစ် လိုက်နာပေ၊
တု စစ် မိတ်ဆွေ ခွဲခြားနေ
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ မိန့်မှာခြွေ
သာသနာဆုံးမ တည်ကြလေ
ကျော်အောင်စံထား၏ မေတ္တာစေတနာတွေ။

ဝိပဿနာ တရား၏ သဘောအနှစ်ချုပ်

ဖြစ်အောင်လည်း မပြုနှင့်၊ ပျက်အောင်လည်း မပြုနှင့်၊ ဖြစ်တာ ပျက်တာသိပါစေ၊ ဖြစ်အောင်ပြုတော့ လောဘ၊ ပျက်အောင်ပြုတော့ ဒေါသ၊ ဖြစ်တာပျက်တာကိုမသိတော့ မောဟ၊ ရုပ်ကိုသုံးသပ်လျှင် နာမ်လည်း သူ့အလိုလို ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာ၏။ သတိပြုကြည့်ရှုဆင်ခြင် ယောဂီသူတော်စင် အပေါင်းတို့။

(ကျော်အောင်စံထား၏ မေတ္တာစေတနာ)



ဆရာတော်ဘုရားကြီးများခြံဝါခ

- ၁။ ရတနာသုံးဆိုင် ငုံ့ကြာခိုင် ဆုံပြိုင်ဝန္တာ၊
- ၂။ နှစ်ဆီသာရ မြတ်ဓမ္မ မှတ်ကြစဉ်အလာ၊
- ၃။ ပရိနိဗ္ဗာန် မြတ်ဗုဒ္ဓ မိန့်ထ ညောင်စောင်းမှာ၊
နိဗ္ဗာန်လိုက သင်္ခါရ နေ့ ည မမေ့ရာ၊
- ၄။ ပုတ္တရမည်ရှိ ရှင်သာရိ၊ အန္တိမိန့်ခဲ့ရာ၊
နိဗ္ဗာန်လိုလား သဒ္ဓါပွား မခြား နေ့ညဉ့်သာ၊
- ၅။ ညောင်ကန်ဆရာတော် ဦးဗုဓ် ခေါ် ထုတ်ဖော်မိန့်ခဲ့ရာ၊
နတ်လူမြဟ္မာ ကဲ့ရဲ့မှာ ဆိတ်စာမကြောက်ရာ၊ ဘုရားကဲ့ရဲ့၊
ကြောက်သူကွယ် ရောက်မယ့်နိဗ္ဗူတာ။
- ၆။ ငန့်ကဝိ မြတ်ဗောဓိ ဟော၏ သည်အမှာ၊ စိတ်ဆိုး စိတ်ညစ်
ကိုယ်ကြောင့်ဖြစ် ပယ်လစ် လူတကာ၊ စိတ်ညစ်ပယ်ချိုး
စိတ်မဆိုး ရောက်ရိုးနိဗ္ဗူတာ၊
- ၇။ ဆရာတော် ရေငုံ၊ ကျင့်အတုံ မှာပုံသင့်လှပါ၊ နိဗ္ဗာန်လိုက
လိုသမျှ ပြုကြအရာရာ။
- ၈။ နေသာအရိ သာမနိ၊ ထားသည့် သည်အမှာ၊ နိဗ္ဗာန်လိုကြ
ကိုယ်ကေ၊ နေထ သင့်မြတ်စွာ။
- ၉။ မကျိုးတောခေါ်ဆရာတော် အာဘော်မှတ်စရာ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုရည်
ကုတ်နှင့်ကိ ကြောက်သည်မရှိရာ။

- ၁၀။ ကျင့်ကျော် ထွင်ခေါင် နှုတ်တော်ဆောင် သိအောင်မိန့်ခဲ့ရာ၊
နိဗ္ဗာန်ကိုလို သူ့အတင်းဆို ဝယ်ဖြိုးချိုးဖျက်ပါ။
- ၁၁။ ရွှေရင့်မာရှင် ဆရာပင် မှာစဉ်သိစရာ၊ ဟောတိုင်း ပြောတိုင်း
ချင့်၍နှိုင်း ရေးတိုင်းမယုံရာ၊ နိဗ္ဗာန်လိုက ဝိရာဂ မိန့်မှယုံသင့်ပါ။
- ၁၂။ မြင်းဝန်မထေရ် ကျင့်ဝသီ မြင့်ရှည်မှတ်စရာ၊ နိဗ္ဗာန်လိုသစ်
မှန်းအချစ်၊ ဆုံးပစ်ပယ်ချပါ။
- ၁၃။ ဝိနည်းကျော်လှ ဗန်းမော်က ဖော်ပြမိန့်ခဲ့ရာ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုမက်
ကိုယ့်အသက် ငဲ့ကွက်မပြုရာ။
- ၁၄။ လှေသင်းမင်းကျောင်း နေတ္တိကောင်း သိကြောင်းအစဉ်မှာ၊
နိဗ္ဗာန်လိုက သည်းခံကြ တွင်းပအရာရာ။

အထူး - ပထမ ဝါးချက်မင်းကျောင်း ရေဦးတိုက်၏။ ဒုတိယ မြဝတီ
ရေဦးတိုက်၏။ တတိယ ရေဦးတိုက်ကျောင်း ရေဦးတိုက်၏။
ရေဦးမလာ၍ အင်္ဂလိပ်ခေတ်ဦး သောင်ပြင်ကို ၉ တောင်ပြည့်
သဲပုံစေတီ လောကမကိုဋ်ဆရာတော်သည် ည ၆ နာရီမှ
၁၀ နာရီတွင်ပြီး၍ ထီးတော်တင်၏။ စေတီက ရောင်ခြည်တော်
များလွှတ်၏။ ရဟန်းရှင်လူ ဖူးရ၏။ များမကြာမီ ရေဦးပေါက်
လာ၏။ (ဆရာတော်ကြီးများ၏ သီလ သမာဓိတော်တို့သည်
အံ့မကုန်နိုင်ပေ)

ယခုတော့ ရေဦးလည်း မတိုက်၊ ရေလာလည်း မမှန်တော့။

၁၅။ ဆဋ္ဌမကျော်အောင်စံထားဆရာတော်က ဝိပဿနာ အပြော
 သမားတို့ကို သဘောတရားဖြင့် ဆုံးမတော်မူသည်မှာ-
 ဆေးစား၍ အစားမရောင် အမှားကောင်းနှင့်အဖွဲ့ ဝိပဿနာနှင့်
 တွဲသော်လည်း ဒါနကမဲ့ သီလက မမြဲ၊ သမထက မစွဲ၊ ထိုအကြောင်းခံ
 လွဲသောကြောင့် ဆင်းရဲခြင်းပင်ပန်းစွာ ထဘီခြံခွာဖို့ အလွန်ခက်ခဲ၊
 ထဘီခြံထဲက ဝိပဿနာ နိဗ္ဗာန်နှင့် အလွန်ဝေးကွာ မဂ်ယောင်ယောင်၊
 ဖိုလ်ယောင်စကား ဝါကြွား၍ပြောဆိုတာ နိမ့်သောင် နောင်မှ၏သိလျှင်
 စိတ်ချ ဒိဋ္ဌ အဝိစိ သွားရမှာ။

ဒုလ္လဘတရားငါးပါး ဒေသနာတော်

မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည် နေ့စဉ်ဆွမ်းခံပြန်
 ချိန် ခြေဆေးအင်းပျဉ် ခြေဆေးခံနေတော်မူရာတွင် အကြိမ်ပေါင်း
 တစ်သောင်းခြောက်ထောင် သုံးရာသုံးဆယ့်ငါးကြိမ်တိတိ ဟောကြား
 သတိပေးဆုံးမတော်မူခဲ့သော ဒုလ္လဘတရားငါးပါး ဒေသနာတော်၏
 အပွမာဒေန ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒေထ ဗုဒ္ဓုပ္ပာဒေါ ဒုလ္လဘော။
 လောကသ္မိ ဒုလ္လဘာ သဒ္ဓါသမ္ပတ္တိ ပဗ္ဗဇ္ဇိတာဘာဝေါ ဒုလ္လဘော။
 သဒ္ဓမ္မဿဝန် အဘိ ဒုလ္လဘံ ဧဝံ ဒီဝသေ ဒီဝသေ သြဝဒီ။
 ၁။ ချစ်သားရဟန်းတို့ မမေ့မလျော့သော သတိတရားဖြင့် ပြည့်စုံကြ
 ကုန်လော့။ လောကကြီး၌ ဘုရားပွင့်တော်မူလာရခြင်းကို
 ရခဲလှပေ၏။

- ၂။ လူဖြစ်ခြင်းကိုလည်း ရခဲလှပေ၏။
- ၃။ ရတနာသုံးတန် ကံ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်မှုနှင့် ပြည့်စုံခြင်းကို လည်း ရခဲလှပေ၏။
- ၄။ ရသေ့ရဟန်းတစ်ပါးပါး၏ အဖြစ်ကိုလည်း ရခဲလှပေ၏။
- ၅။ သူတော်ကောင်းတရား နာရခြင်းကိုလည်း အလွန်ရခဲလှပေ၏။
ဤသို့ မြတ်စွာဘုရားသခင်သည် နေ့စဉ်နေ့တိုင်း “၁၆၃၃၅”
ကြိမ်တိုင်တိုင် ဟောကြားဆုံးမတော်မူသည်။

သတိ မောဟရှိသူတိုင်း မှားကြ၏။ သူမှားလျှင်လည်းပြင်၊
ကိုယ်မှားလည်း အပြင်ခံ၊ အမှားထောက်ပြသူမှာ ဆရာမည်၏။
သူ့အကျိုးလိုမှ ကိုယ့်အကျိုးလည်းပြီးမည်၊ ကိုယ့်တာဝန်ကိုယ်သိ၊
သူ့တာဝန် ကိုယ်ကျေ၊ ကိုယ့်အလိုလိုက်သူ ရန်သူမှတ်၊ ဒုက္ခနှင့်ရင်းနှီးမှ
သုခရမည်။ ရသည့်သုခကို စွန့်နိုင်စေ၊ ကိုယ်လုပ်သောကုသိုလ်
အကုသိုလ် ကိုယ့်ဆီသာ ပြန်လာရမြဲဖြစ်၏။ မိမိက ဘုရားဟောကို
တကယ်ယုံကြည်ပြီး ငွေနှင့်လုပ်ဖို့သာလို၏။ ဘုရားရှင်က “ပတာတဗ္ဗနှင့်
ဘာဝေတဗ္ဗ” ပယ်ရမည့်တရားနှင့် လိုက်နာပွားများကျင့်ရမည့် တရား
နှစ်မျိုးတည်းသာ ဟောထား၏။ ပယ်ဆိုတာပယ်၊ ပွားများဆိုတာပွားများ။
ကိုယ့်ရှေ့မရောက်သေးဘဲနှင့် သူများကိုငဲ့ပြီး ခေါ်ချင်တာမျိုး မလုပ်ရဘူး။
ကိုယ့်ကိုယ်ကောင်းအောင်လုပ်နေရင်း (အတ္တနံရက္ခန္ဓောပရံရက္ခတိ)
အရင် မိမိဘာဝနာပွားများနေရာ သတ္တဝါတွေ စောင့်ရှောက်တယ်မှတ်။

(ပရံရက္ခန္ဓော အတ္တာနံရက္ခဝါ) အရ မေက္ခာ-ကရုဏာ-ပိတော-သန္တိ
ကျင့်သုံးနေခြင်းသည် မိမိနှင့် သူတစ်ပါးကို မတိရုဏ်သည်မည်၏။
ကိုယ်အကျိုးရော သူများအကျိုးပါဆောင်နိုင်ကာ ဒိဘာဝမှာအလုပ်ပါ
သံသရာက အကုသိုလ်ကြွေးတွေရှင်းနိုင်ကာ ဤဘာဝမှာကမ္မတ္တန်း
အလုပ်ပဲမှတ်။

- ၁။ ငါ့ကိုယ်ကိုပင်လျှင် သနားလျှင် ငါပင် ကောင်းအောင်ကျင့်
ရမည်။
- ၂။ ဘယ်သူမပြု မိမိမူ ငါပြုငါသာခံရမည်။
- ၃။ ညာဉ်ဆိုး အကျင့်ဆိုး ဝသီဆိုး ဒိဘာဝမျိုး၌ ပယ်ရမည်။
- ၄။ ဒိဘာဝမျိုးမှ နင်မပယ်က လူ့ဘဝကွယ် ဝေးတော့မည်။
- ၅။ လူ့ဘဝအောက် ငရဲတိရစ္ဆာန်ရောက် ထွက်ပေါက်ဘယ်မှာ
ရှိတော့မယ်

စစ်ကိုင်းတောင်ရှိုးတွင် သီတင်းသုံးတော်မူသော
ထွဋ်ခေါင်ဆရာတော်တို့ရားကြီး၏
သံဝေဂ-သံပေါက်အပွင့် ဆုံးမစာ
နင်မဆုံးမ နင့်ဒုက္ခ၊ ဘယ်က ခံလိမ့်မည်၊ နင်မပြုက နင့်ဒုက္ခ၊
မှချွန်တွေမည်။
နင့်ကို နင့်အား နင် မသနား။ နင် မှားရှာတော့မည်၊ နင့်သမီး

နှင့်သား နင့်မယား လားလား မဆိုင်ပြီ။

နှင့်ဝင်း နင့်ခြံ နင့်အိမ်ရာ အမှန်မဆိုင်ပြီ။ ရွှေ ငွေ ရတနာ
လယ်မြေယာ ဘယ်မှာဆိုင်တော့မည်။

ဆင် မြင်း ကျွဲ နွား နင့်စီးပွား လားလား မဆိုင်ပြီ။ နင့်ဆွေ
နှင့်ညာ နင့်သဟာ ဘယ်မှာ ဆိုင်တော့မည်။

နှင့် ယနေ့သေ နင်တစ်ယောက်ပေ နင်လေသွားရမည်။ သေမင်း
ရောက်လာ ဖော်မပါ။ နင်သာလိုက်ရမည်။

နှင့်သမီး နင့်သား၊ နင့်မယား လိုက်သွားမရှိပြီ။ နင့်ဝင်း နင့်ခြံ
နှင့်အိမ်ရာ အမှန်မလိုက်ပြီ။

နှင့်ရွှေ နင့်ငွေ နင့်လယ်မြေ၊ နင်သေ နေရစ်မည်။ ဆင်
မြင်း ကျွဲ နွား နင့်စီးပွား သေသွားမလိုက်ပြီ။

နှင့်နှင့်သက်ဆိုင် နင်ပိုင်ဥစ္စာ နင့်ရတနာ ဆိုစရာမရှိပြီ။
မသေခင်သာ ဟုတ်နိုးရာ၊ ထင်ကာ နင်ပြုသည်။

နှင့်နှင့် နင့်ကံ နင်သာခံ အမှန်နှင့်ဖြစ်မည်။ နင့်ကို နင်သာ
နှင်ဆရာ၊ နင်ဟာ သိထိုက်ပြီ။

နှင့်ကိုယ် နင့်အား နင်သနား၊ တရားရှာရမည်။ မရှာပါဘဲ
နှင်ရှောင်လွှဲ၊ ပူပွဲနှင်တွေ့မည်။

သားမယားတွက် နင်ငဲ့ကွက် မှားချက်နှင်များပြီ။ လင်သား
အတွက် နင်ငဲ့ကွက် မှားချက်နှင်များပြီ။

ပစ္စည်းအတွက် နင်ငဲ့ကွက်၊ မှားချက် နင်များပြီ၊ သားမယား
တွက်ဟာ ပါယ်လေးရွာ၊ ကျတာ နင်များပြီ။

လင်သားတွက်တာ ပါယ်လေးရွာ၊ ကျတာ နင်များပြီ၊ ပစ္စည်း
တွက်တာ ပါယ်လေးရွာ၊ ကျတာ နင်များပြီ။

ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ ငါ့ဥစ္စာ၊ ထင်တာနင်များပြီ၊ ငါ့သား၊ ငါ့မယား
အထင်မှား နင်ကားများလှပြီ။

မှားလေသမျှ ပါယ်လေးဝ၊ မုချ နင်ကျမည်၊ ဘဝမျိုးစုံ အဖုံဖုံ
ဇာတ်စုံနင်ခင်း သိမ်းမှ နင်တော်မည်။

ခင်းလေသမျှ ဝင့်ဒုက္ခ မုချနင်တွေ့မည်။ တဏှာ လောဘ
သည်ကာမ သိမ်းမှ နင်တော်မည်။

လောဘ သိမ်းရန် တရားသံ၊ ဖန်ဖန် နင်ကြားပြီ၊ မသိမ်းပါဘဲ
နင်ရှောင်လွှဲ ပူပွဲနင်တွေ့မည်။

သေမင်း လက်နက် လွန်ရက်စက်၊ နေ့ရက် မရွေးပြီ၊
ယနေ့ရောက်လာ ယနေ့သာ နင်ဟာလိုက်ရမည်။

နင့်ထက်ကြီးသူ နင့်အောက်လူ၊ ရွယ်တူ သေလှပြီ၊
သေခြင်းတရား နင်စဉ်းစား တရားယူသင့်ပြီ။

သုံးဆယ့်တစ်ဘုံ အလုံးစုံ၊ အကုန်ဒုက္ခသည်၊ အိုကြ နာကြ
သေကြရ၊ ဘဝမအေးပြီ။

စိုးရိမ်ငိုကြွေး ပူဆွေးဒုက္ခ မအေးရ၊ မုချ တွေ့ရမည်။

နိဗ္ဗာန်ရောက်မှ ဘေးဘဝ မချန်အေးမည်။

တရားယူမှ နိဗ္ဗာန် မချန်ရောက်မည်၊ ကုသိုလ်ပြုမှ အတော်ရ၊
သုခတွေ့ရမည်။

ကုသိုလ်မပါ ပါယ်လေးရွာ၊ မှန်စွာ နင်ကျမည်၊ အပါယ်
တစ်ခေါက် နင်ပြန်ရောက် ထွက်ပေါက်ခဲယဉ်းမည်။

ရိက္ခာအလား ကုသိုလ်များ နင်ကားပြုသင့်ပြီ၊ သတိပဋ္ဌာန်
တရား လက်ကိုင်ထား နင်ကားပွားသင့်ပြီ။

အားကိုးတရား လက်ကိုင်ထား နင်ကားရှိရမည်။ သုံးဆယ့်
တစ်ဝ ဘုံဌာန ဖြစ်လျှင်ပျက်ရမည်။

သင်္ခါရကို နေ့ညမကွာ၊ အောက်မေ့ရာသည်၊ ဩော်နိဗ္ဗာန်
ရောက်မှ နင်အေးမည်။

နပရောပရံ နိကုဗ္ဗေထ၊ နာတိမညေထ၊ ကတ္တစိနက္ကိဉ္စိ
ဗျာရောသနာ ပဋိပသညာ၊ နာညမညဿ ဒုက္ခမိစ္ဆေယျ။

ပရော-တစ်ပါးသောသူသည် (ဝါ) တစ်ယောက်သောသူသည်
ပရံ တစ်ပါးသောသူကို (ဝါ) တစ်ယောက်သော သူကို နနိကုဗ္ဗေထ

ရန်မီးစနက် မာန်ကြီးတက်၍ အမျက်ပွားကာ မထွက်မှားပါစေသတည်း။
(ဝါ) အတွင်းတစ်မျိုး အပြင်တစ်မျိုးနှင့် မရိုးမသား၊ ဆန်းပြား ဥပါယ်

ပရိယာယ်နှင့် လည်ဆယ်လှည့်ဖျားခြင်း မပြုပါစေသတည်း။
ကတ္တစိ-တစ်စုံတစ်ခုသောအမှုကိစ္စ၊ အမှတ်မရှိသော အရာဌာန၌ (ဝါ)

ဘယ်နေရာ ဘယ်ဌာန ဘယ်ကိစ္စမှာမှ၊ နံ-ထိုသူတစ်ပါးကို၊ ကဉ္စိ-
 ဦးစဉ်းမတ္တ၊ အနည်းငယ်မျှမှ (ဝါ) ကိစ္စ နံ-ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်ကိုမျှ နာတိ
 မညေထ-ကြိုကြိုတင်တင် အထင်သေးအမြင်သေးမပြုပါစေသတည်း။
 ဗျာရောသနာ-လွန်စွာဆင်းရဲအောင် ညှဉ်းဆဲချုပ်ချယ်သော ကိုယ်နှုတ်
 တို့ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပဋိယသညာ- ခိုက်ရန်တိုးပွား အငြိုးထားသော
 စိတ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ (ဝါ) ဗျာရောသနာ-ဗျာရောသနာယ-ကိုယ်စိတ်
 နှစ်ပါး စော်ကားရိုင်းပြမှုအားဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပဋိယသညာ-ပဋိယ
 သညာယ-ရန်ငြိုးဖွဲ့ခွေနေနှင့်ဦး ဟူသော အတေးအမှတ်အားဖြင့်
 လည်းကောင်း၊ နာတိမညေထ-လေးမြတ်ထိုက်သူ မဟုတ်ဟူ၍ မကြည်ဖြူ
 မရှိသေမထေမဲ့မြင် မပြုပါစေသတည်း။ အညမညသာ-ရောထွေး
 ယှက်တင် ထွက်ဝင်ပေါင်းသင်း အချင်းချင်း၏ ဒုက္ခ- ဆင်းရဲရောက်ရှိ
 မည်ကို နကုစ္ဆယျ-အလိုမရှိပါစေသတည်း။ (ဝါ) အညမညသာ -
 အချင်းချင်း (ဝါ) လူ-လူချင်း၊ နတ်-နတ်ချင်း၊ တိရစ္ဆာန်-တိရစ္ဆာန်ချင်း၊
 နဒုက္ခ မိစ္ဆယျ-ဒုက္ခမရှာကြပါစေသတည်း။

၁။ တစ်ယောက်တစ်ယောက် ကောက်ကောက်ကျစ်ကျစ် ညစ်ပတ်
 လည်ဆယ် ပရိယာယ်လုပ်ခြင်း ကင်းကြပါစေ။

၂။ ဌာနေသွယ်သွယ် ဘယ်ဘယ်ကိစ္စ ဘယ်သူကမှ တွေ့ရပုဂ္ဂိုလ်
 ဘယ်သူကိုမှ ကြိုကြိုတင်တင် အထင်မသေး အတေးအသွင်း
 အဝင့် အပေး ရွေးနိုင်ပါစေ။

၃။ မကြေနိုင်သေး၊ အတေးအပြုံး ရန်သွေးထိုး၍ ဆိုးကွက်ဆိုရာ
နှုတ်လျှာ သရမ်း ကိုယ်မှုကြမ်းနှင့် မချမ်းသာမှု ချင်းချင်းပြုလျက်
ပြစ်ရှုရှုတ်ချ သမုတ်ကြ ဒုက္ခဝေးခြင်းကင်းပါစေ။



ပုညာဘာဂမိမံစည်

သမံဒဒါမ ကာရိတံ

အနမောဒန္တတံ သဗ္ဗေ

မေဒိနိ ဌာတု သက္ခိကေ

အမေဟိ၊ အကျွန်ုပ်တို့သည် ကာရိတံ၊ စေတနာကွန့်မြူး
 သဒ္ဓါထူးဖြင့် ဆည်းပူးပြုလုပ်သော ဣမဉ္ဇပုညဘာဂတံ၊ သုတ် ပါဠိတော်
 ပရိတ်တရားတို့ကို ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်၍ မြတ်စွာဘုရားအား လေးစား
 ကော်ရော် ပူဇော်ခြင်းဟူသော ဤကုသိုလ်ကောင်းမှု အစုစုကို
 လည်းကောင်း၊ အညဉ္ဇပုညဘာဂံ၊ ထိုမှတစ်ဖြာ သင့်လျော်သောအခါ၌
 ကောင်းမှုပြုစုကုသိုလ်ကောင်း၏ အဖို့အစုံကိုလည်းကောင်း၊ သဗ္ဗေယံ၊
 လူနတ်ဗြဟ္မာသ၊ မကြွင်းခောင်းဥသယံ အလုံးစုံတို့အား သမံဒဒါမ
 အညီအမျှရကြစေငှာ ပေးဝေငှပါ၏။ သဗ္ဗေလူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ
 မကြွင်း ခပင်းဥသယံ အလုံးစုံတို့သည် တပုညတ အကျွန်ုပ်တို့ပေးဝေအပ်
 သော ထိုကုသိုလ်ကောင်းမှု အဖို့အစုကို၊ အနမောဒန္တ မြောက်နမော်
 သာရခေါ်နိုင်ကြ ပါစေသတည်း။ မေဒိနိ၊ ယူဇနာ နှစ်သိန်းလေးသောင်း
 အထုရှိသော မဟာပထဝီမြေကြီးသည် အမှာကံ အကျွန်ုပ်တို့၏၊
 သက္ခိဏေ ကာယာရည်လျား မေ့လျော့ငြားလည်း ပြောကြားပါစေ
 သက်သေအရာ၌၊ ဌာတု အေးယဉ်ခက် အိုးထိန်းစက်သို့ သွက်သွက်
 လှုပ်ခါ ထံခွင်သာဝယ် တည်လာရပ်တန့်ပါစေသတည်း။

ကျော်အောင်စံထား၏ မေတ္တာစေတနာ



သာသနာပြုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတို့၏ ဆောင်ပုဒ်

- (၁) စိတ်ရှည်ခွဲသန်-သည်းညည်းခံ ပြုရန်သာသနာ။
- (၂) ဝေဖန်သမား ပြောဆိုခြား နောက်ကားမဆုတ်ရာ။
- (၃) ကိုယ်အလုပ်မှာ ပြီးအောင်သာ လုပ်ရန်ခွဲရှိပါ။
- (၄) အပြီးတိုင်မြောက် ဘုံနန်းပေါက် ထွက်မြောက်ပြည်ခေဟ။
- (၅) ဒါ သီ ဘာ သတိ သမာဓိ ပညာ ခန္တီ သစ္စာ မေတ္တာ
ဤကိုးဖြာ အောင်မြင်ပြီမှတ်ပါ။

စိစဉ်သူ- ဦးသန့်ငင်

