



**ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ**

# မာတိကာ

- ၁။ ဂူဏ်တော် ၉-ပါး တူရားရှိခိုး
- ၂။ ဂူဏ်တော် ၆-ပါး တူရားရှိခိုး
- ၃။ ဂူဏ်တော် ၉-ပါး သံဃာတော်ရှိခိုး
- ၄။ ဉာဏ်စဉ် ၁၆-ပါး တူရားရှိခိုး
- ၅။ ကထိန်ခေါ်ခြင်းအကြောင်း ဆောင်ပုဒ်
- ၆။ သက္ကပဉ္စသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၇။ ကာမသုတ္တန်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၈။ မေ့စကြာတရားတော်
- ၉။ သီလဝန္တတရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၀။ ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင်နိဗ္ဗာန်ဝင် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
- ၁၁။ သာရဏီယတရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၂။ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၃။ တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၄။ မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၅။ သြဝါဒမေ့အမေ့ ဆောင်ပုဒ်
- ၁၆။ စူဠဝေဒလ္လသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၇။ မေ့ဒါယာဒသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၈။ ဗုဒ္ဓသာသနာ့အန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၁၉။ ၃၁-ကြိမ်မြောက် သင်းလုံးကျွတ် အစည်းအဝေး သြဝါဒမိန့်ခွန်းတော်
- ၂၀။ မေ့စကြာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၂၁။ အာသိဝိသောပမသုတ် တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်
- ၂၂။ ဥဒ္ဓေသဝိဘင်္ဂသုတ် မိန့်ခွန်းတော်
- ၂၃။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ဝန်ခံချက် မိန့်ခွန်းတော်
- ၂၄။ မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော်
- ၂၅။ ဝမ္မိကသုတ် တရားတော်ကြီး
- ၂၆။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်
- ၂၇။ ဝိပဿနာရှုနည်း
- ၂၈။ ဝိပဿနာအခြေခံတရားတော်ဆောင်ပုဒ်
- ၂၉။ သမ္မဇဉ်ခေါ်တဲ့ အသိဉာဏ် ၄-ပါး
- ၃၀။ စိတ္တာနုပဿနာ ဆောင်ပုဒ်များ
- ၃၁။ အရိယာဝါသ တရားတော်
- ၃၂။ မရူပိဏ္ဍိကသုတ်တရားတော်
- ၃၃။ ဘဝတန်ဖိုး တရားတော်
- ၃၄။ စူဠတဏှာသင်္ခယသုတ် တရားတော်
- ၃၅။ ပောမဝတသုတ္တန် တရားတော်ကြီး
- ၃၆။ သလ္လေခသုတ် တရားတော်
- ၃၇။ ရဋ္ဌပါလသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
- ၃၈။ ဥပါဒါပရိတဿနသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်
- ၃၉။ လက္ခဏာ၊ ရဿ၊ ပစ္စုပ္ပန်ဆောင်ပုဒ်
- ၄၀။ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကြီးဆောင်ပုဒ်များ
- ၄၁။ သြကာသမ္မုပ္ဖန် ကန်တော့ခန်း
- ၄၂။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်-မြန်မာပြန်
- ၄၃။ အနုတ္တလက္ခဏသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၄၄။ အဘိဓမ္မာတရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ
- ၄၅။ ဘာရသုတ္တန်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ

- ၄၆။ နှလဝေဒဏ္ဍသုတ်တရားတော်ဆောင်ပုဒ်များ
- ၄၇။ မွေဒါယာဒသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၄၈။ မဟာသမယသုံးသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၄၉။ သီလဝဋ္ဌသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၅၀။ တူဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၅၁။ သံယောဇဉ် ၁၀-ပါးတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၅၂။ လောကဓံတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၅၃။ ဗြဟ္မဝိဟာရတရားတော်မေတ္တာအကျိုးတော် ဆောင်ပုဒ်
- ၅၄။ ကျောင်းအနွှဲမောဒနာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ
- ၅၅။ ငွေရတူတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ

### အမှာစကား

ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီးသည် ရန်ကုန်မြို့သာသနာ့ရိပ်သာ၌ ဝိပဿနာတရား ဟောကြားပြသ သည့်အချိန်မှစ၍ အခါကာလအားလျော်စွာ တရားပွဲများ၌ တရားဆောင်ပုဒ်များကို ပို့ချသင်ကြား ပေးသနားတော်မူလေ့ ရှိခဲ့ပါ သည်။

၎င်းတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များကို တရားပွဲအလိုက် စရွက်စာတမ်းများ ရိုက်နှိပ်ကာ ဝေငှခဲ့သော်လည်း တစ်လုံးတစ် စည်းတည်း စုဆောင်းပြီးဟူ၍ မရှိခဲ့ပါ။

ဆရာတော်၏တပည့်များဖြစ်ကြသော ရဟန်းယောဂီဟောင်း၊ လူ၊ သီလရှင်ယောဂီဟောင်းတို့က ၎င်းတရားဆောင်ပုဒ် ကလေးများကို စုဆောင်း၍ စာအုပ်ငယ်တစ်အုပ် ပြုလုပ်ဝေငှရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ကြသည့်အတွက် ကျွန်ုပ်၌ စုဆောင်းခဲ့ သော တရားဆောင်ပုဒ်များနှင့် သင်္ကန်းကျွန်း ဦးဖေသင် (ရိက္ခာတော်ရ) စုဆောင်းခဲ့သော တရားဆောင်ပုဒ်ကလေးများတို့ကို စုပေါင်းကာ ပြန်လည်တည်းဖြတ်၍ “မဟာစည် ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ”အမည်ဖြင့် ၁၃၁၅-ခုနှစ်မှစ၍ ၃-ကြိမ်တိုင်တိုင် ပုံနှိပ်ခဲ့ပါပြီ။ ယခု စတုတ္ထအကြိမ်၌ နောက်ထပ်ရသော ဆောင်ပုဒ်အသစ်များကိုလည်း ဖြည့်စွက်၍ ပုံနှိပ်ပါသည်။

ဩကာသမူမှန် ဘုရားရှိခိုး ကန်တော့ခန်းကိုပါ တပါတည်း ထည့်သွင်းပုံနှိပ်ထားပါသည်။

မင်္ဂလာ-ဦးအောင်မြင့်  
တော်တလင်းလဆုတ် ၁၂-ရက်  
၁၃၂၅-ခုနှစ်

**မဟာစည် ဓမ္မဒေသနာဆောင်ပုဒ်များ**  
**ကျေးဇူးတော်ရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး**  
**နေ့စဉ်ရှိခိုးသော ဂုဏ်တော်ဘုရားရှိခိုး**

**ဂုဏ်တော် ၉-ပါးဘုရားရှိခိုး**

အစိန္တေယျ၊ အစိန္တေယျ၊ အပ္ပမေယျ၊ အပ္ပမေယျ၊ မကြိဆ မနှိုင်းယှဉ်ကောင်းသော ဂုဏ်တော်အပေါင်း အနန္တနှင့် လုံးဝ ဥဿုံ ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

- ၁။(က) အရဟံ၊ လွန်ကဲထူးမြတ်သောသီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ် ပညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿန ဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာသတ္တဝါအပေါင်းတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံတော်မူထိုက်ပေသောမြတ်စွာဘုရား။
- ၂။(ခ) အရဟံ-ဝါသနာနှင့်တကွ တစ်ထောင့်ငါးရာ ကိလေသာအညစ်အကြေးတို့မှ ကင်းဝေးစင်ကြယ် တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
  - (ဂ) အရဟံ-လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟအစရှိသော ကိလေသာရန်သူတို့ကို ပယ်သတ်တော်မူပြီး သော မြတ်စွာဘုရား။
  - (ဃ) အရ ဟံ-သံသရာစက် ထောက်အကန့်တို့ကို ချိုးဖျက်တော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား။
  - (င) အရဟံ-မျက်မှောက်မျက်ကွယ် အချင်းခပ်သိမ်းစင်ကြယ်၍ ဆိတ်ကွယ်ရာမရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၂။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ-သစ္စာလေးပါး ခပ်သိမ်းသောတရားတို့ကို သူတစ်ပါးထံနည်းမခံပဲ ကိုယ်တိုင်ဉာဏ် အဟုန်စွမ်းဖြင့် စူးစမ်းရှာဖွေကာ မှန်ကန်စွာသိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော-ဝိဇ္ဇာမည်သော ဉာဏ်ထူး ၃-ပါး ဉာဏ်ထူး ၈-ပါး စရဏမည်သောအခြေခံ အကျင့်တရား ၁၅-ပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၄။(က) သုဂတော -သတ္တဝါတို့အား အကျိုးများကြောင်း ဟုတ်မှန်သော စကားကောင်းကိုသာ မြွက်ဆို တော်မူတတ်ပေသော မြတ်စွာဘုရား။
  - (ခ) သုဂတော-မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ တင့်တယ်သောအမူအရာဖြင့် ကောင်းစွာသွားခြင်း၊ ကောင်းစွာဖြစ် ခြင်း ရှိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၅။ လောကဝိဒု-လောက၏ အကြောင်းအရာအလုံးစုံကို အကုန်အစင် သိမြင်တော်မူပေသော မြတ်စွာ ဘုရား။
- ၆။(က) အနတ္တရော- အမြင့်အမြတ်ဆုံးဖြစ်သော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိ ဉာဏဒဿနဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသောကြောင့် လောကဓာတ်အလုံး၌ အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ် တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
  - (ခ) ပုရိသ ဒမ္မသာရထိ- ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာအသိ မရှိကြသေး မပြည့်ဝသေး၍ ဆုံးမပေးထိုက် သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ယဉ်ကျေးလိမ္မာ ပညာပြည့်ဝအချိုးကျအောင် ဆုံးမသွန်သင်တော်မူတတ်

ပေသော မြတ်စွာဘုရား။

- (ဂ) အနတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ-ဆုံးမထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ညွှန်ကြားသွန်သင် ပဲ့ပြင် ဆုံးမမှု၌ အတုမရှိ အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၇။ သတ္တာဒေဝ မနုဿာနံ-ချမ်းသာကြောင်း လမ်းကောင်းညွှန်ပြဆုံးမတော်မူတတ်၍ လူ၊ နတ်တို့၏ ဆရာမြတ်အစစ် ဖြစ်တော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၈။ ဗုဒ္ဓေါ-တရားအလုံးစုံကို အကုန် သိတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။
- ၉။ ဘဂဝါ-ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တတို့နှင့် လုံးဝဥသံ့ ပြည့်စုံတော်မူပေသော မြတ်စွာဘုရား။

အရဟံအစရှိသော ကိုးပါးသောဂုဏ်တော်၊ ဆယ်ပါးသော ဂုဏ်တော်၊ အနန္တဂုဏ်တော်၊ ကျေးဇူးတော်အပေါင်းတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော သက်တော်ထင်ရှား၊ သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

**ဂုဏ်တော် ၆-ပါး တရားရှိခိုး**

- ဘဂဝတာ-မြတ်စွာဘုရားသည်၊ အက္ခာတော-ဟောကြားအပ်သော၊ ဓမ္မော-တရားတော်သည်။
- ၁။ သုက္ခာတော-ကိလေသာငြိမ်းကြောင်း ကောင်းမွန်မှန်ကန်စွာဟောအပ်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၂။ သန္တိဋ္ဌိကော-ကျင့်ကြံအားထုတ်လျှင် မျက်မှောက်ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၃။ အကာလိကော-အချိန်အခွင့် မဆိုင်းလင့်ပဲ အသင့်လက်ငင်း ချက်ချင်းအကျိုးပေးတတ်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၄။ ဧဟိပဿိကော-လာပါ၊ ကြည့်လှည့်ပါဟု ကျင့်ကြံအားထုတ်ရန်ဖိတ်မန်တိုက်တွန်းထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၅။ ဩပနေယျိကော-မိမိသန္တန်၌ တည်အောင်ကျင့် ဆောင်ထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၆။ ပစ္စတ္တိဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ-တရားသိမြင်သည့် ပညာရှိရစ်ပါး အရိယာများသာလျှင် ကိုယ်တရားနှင့်ကိုယ် အသီးသီး သိမြင်ခံစားရသော တရားတော်မြတ်ပါပေတကား။

သွာက္ခာတ-အစရှိသော ဤဂုဏ်တော် ၆-ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဂ်လေးပါး၊ ဖိုလ်လေးပါး၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပရိယတ်အားဖြင့် ဆယ်ပါးသောတရားတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုးလက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမျှော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ ဘုရား။

**ဂုဏ်တော် ၆-ပါး တရားရှိခိုးပြီး၏။**

**ဂုဏ်တော် ၉-ပါး သံဃာတော်ရှိခိုး**

- ဘဂဝတော-မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝကသံဃော-တပည့်သားအပေါင်း သံဃာတော်သည်။
- ၁။ သုပ္ပဋိပန္နော-လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟကင်းကြောင်း (သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာအကျင့်ကောင်းကို) ကောင်းစွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

- ၂။ ဥဇုပုဋိပန္နော-ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထား အကောက်သုံးပါးကင်းရန် ဖြောင့်မှန်စွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၃။ ဉာယပုဋိပန္နော-ဆင်းရဲငြိမ်းရန် နိဗ္ဗာန်အလိုငှာ သင့်လျော်စွာ ကျင့်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၄။ သာမိစိပုဋိပန္နော-သူများကပြုသည့် ရိုသေမှုနှင့် သင့်တင့်ထိုက်တန်အောင် ကျင့်ကြံတော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၅။ အာဟုနေယျော-အရပ်ဝေးမှသော်လည်း ဆောင်လာ၍ ပေးလှူပူဇော်ထိုက်၊ ပေးလှူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၆။ ပါဟုနေယျော-ချစ်မြတ်နိုးအပ်သည့် ဧည့်သည်များအတွက် အထူးပြုပြင်ထားသော စားကောင်းသောက်ဖွယ် ကိုသော်လည်း ပေးလှူပူဇော်ထိုက်၊ ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၇။ ဒက္ခိနေယျော-နောင်တမလွန်လောက၌ ကောင်းကျိုးရမည်ဟုယုံကြည်၍ ပေးလှူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၈။ အဇ္ဈလီကရဏီယော-ကောင်းကျိုးချမ်းသာ မှန်စွာရမည်ဟု ယုံကြည်မျှော်ကိုးလျက် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးထိုက်သော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။
- ၉။ အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ-ကောင်းမှုမျိုးကို စိုက်ပျိုးရန်အလိုငှာ သတ္တဝါအပေါင်း၏ အကောင်းဆုံး လယ်ယာမြေ ဖြစ်တော်မူသော သံဃာတော်မြတ်ပါပေတကား။

သုပုဋိပန္န-အစရှိသော ဤကိုးပါးသော ဂုဏ်တော်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မဂ္ဂဋ္ဌာန်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါး၊ ဖလဋ္ဌာန်ပုဂ္ဂိုလ်လေးပါးအားဖြင့် ရှစ်ပါးသော အရိယာပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း သံဃာတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်သည် ရိုသေမြတ်နိုး လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ပူးမျှော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

**ဂုဏ်တော် ၉-ပါး သံဃာရှိခိုးပြီး၏။**

**ကျေးဇူးတော်ရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဉာဏ်စဉ် ၁၆-ပါးဘုရားရှိခိုး။**

- ၁။ နာမရူပံ- ပရိစ္ဆေဒံ၊ တပုစ္စယ ပရိဂ္ဂဟံ။  
တံ သမ္မသနံ ဥဒယ-ဗ္ဗယဉာဏဉ္စ ဘင်္ဂင်္ဂံ။
- ၂။ ဘယဉာဏံ အာဒိနဝ-ဉာဏဉ္စ နိဗ္ဗိဒံ အထ၊  
မုဉ္ဇိတုကမျတံ ပဋိ-သင်္ခံ သခါရပေက္ခကံ။
- ၃။ အနုလေမဉ္စ ဂေါတြဘုံ၊ မဂ္ဂဉာဏံ ဖလံ တထာ၊  
ပစ္စဝေက္ခဏ ဉာဏန္တိ၊ တိလောကမိပိ ကေနစိ။
- ၄။ အဒေသိယေ သာသနိကေ၊  
ဉာဏိမေ သောဠ သုတ္တရေ။  
ဒေသေတာရံ ပဝတ္တာရံ၊  
ဗုဒ္ဓံ တိဟာဒရံ နမေ။
- (၁) နာမရူပံ ပရိစ္ဆေဒံ-နာမ်ရုပ်တရားတို့ကို ပိုင်းခြား၍ သိသော နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ် ၎င်း။

- (၂) တပစ္စယပရိဂ္ဂဟံ-ထို နာမ်ရုပ်တို့၏ အကြောင်းတရားတို့ကို ပိုင်းခြား၍သိသော ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်၎င်း။
- ၃။ တံ သမ္မသနံ-ထို နာမ်ရုပ်တို့ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တအားဖြင့် သုံးသပ်ဆင်ခြင်၍ သိမြင်သော သမ္မသနဉာဏ်၎င်း။
- ၄။ ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏဉ္စ-နာမ်ရုပ်တို့၏ အသစ်သစ် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း ဖြစ်ပေါ်ပြီးလျှင် တစ်ခဏချင်း ပျက်စီးသွားခြင်းကို ရှုမှတ်ထင်ထင် သိမြင်သောဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်၎င်း။
- ၅။ ဘင်္ဂင်္ဂ-နာမ်ရုပ်တို့၏ ပျက်စီးခြင်းကိုသာ ရှုမှတ်ထင်ထင် သိမြင်သော ဘင်္ဂဉာဏ်၎င်း။
- ၆။ ဘယဉာဏဉ္စ-နာမ်ရုပ်တို့၏ ပျက်စီးခြင်းကို သိမြင်သဖြင့် ကြောက်လန့်ဖွယ် ဘေးကြီးအဖြစ်ဖြင့် ထင်မြင်သော ဘယဉာဏ်၎င်း။
- ၇။ အာဒီနဝဉာဏဉ္စ-နာမ်ရုပ်သင်္ခါရတို့၌ ကိုးကွယ်ရာမထင် အပြစ်မြင်သော အာဒီနဝဉာဏ်၎င်း။
- ၈။ နိဗ္ဗိဒံ-နာမ်ရုပ်သင်္ခါရတို့၌ မပျော်မမွေ့ ငြီးငွေ့သော နိဗ္ဗိဒါဉာဏ်၎င်း။  
 အထ-အနက်သဘောတူသော ရှေ့ဉာဏ်သုံးခုမှ တစ်ပါးအနက် သဘောတူသော နောက်ဉာဏ်သုံးခုကား။
- ၉။ မုဉ္ဇိတုကမျတံ-နာမ်ရုပ်သင်္ခါရတို့မှ အလွန်အမင်း လွတ်ကင်း ထွက်မြောက်လိုသော မုဉ္ဇိတုကမျတာဉာဏ်၎င်း။
- ၁၀။ ပဋိသင်္ခံ-အလွန်အမင်းလွတ်ကင်း ထွက်မြောက်လိုလှသဖြင့် ထိုနာမ်ရုပ်နှစ်ပါးကိုပင် အနိစ္စစသော လေးဆယ်သော အခြင်းအရာတို့ဖြင့် တွင်တွင်အားထုတ်၍ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ အနေအားဖြင့် ကောင်းကောင်းကြီးထင်မြင်သော ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၎င်း။
- ၁၁။ သင်္ခါရပေက္ခကံ-အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တအနေအားဖြင့် ကောင်းကောင်းထင်မြင်၍ လွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်းကိုရသဖြင့် အလွန်ပြင်းထန်သော လုံ့လကို လည်းမပြု၊ ထိုရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၌ ကြောက်လန့်ခြင်း၊ နှစ်သက်ခြင်း နှစ်ပါးကို လည်း ပယ်စွန့်၍ သိရုံသိရုံသာ အညီအမျှရှုသော သင်္ခါရပေက္ခဉာဏ်၎င်း။
- ၁၂။ အနုလောမဉ္စ-အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတို့တွင် တစ်ပါးပါးကိုအာရုံပြု၍ ဥဒယဗ္ဗယ စသော ရှေးဉာဏ်ရစ်ပါး နောက်မဂ္ဂသစ္စာအားလျော်သော ဂေါတြဘူ၏ ရှေးအခြားမှ ဌ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်ဖြစ်သော အနုလောမဉာဏ်၎င်း။
- ၁၃။ ဂေါတြဘုံ-ပုထုဇဉ်အနွယ်ကို ဖြတ်၍ အရိယာအနွယ်ဇာတ်သို့ ရောက်စေလျက် နိဗ္ဗာန်ကိုအာရုံပြု၍ မဂ်၏ ရှေးအဖို့၌ တစ်ကြိမ်မျှသာဖြစ်သော ဂေါတြဘူဉာဏ်၎င်း။
- ၁၄။ မဂ္ဂဉာဏ်-နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုလျက် သစ္စာလေးပါးကို တပြိုင်နက်သိသော မဂ်ဉာဏ်၎င်း။
- ၁၅။ ဖလံ-မဂ်ဉာဏ်ကဲ့သို့ပင် နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုလျက် ဖြစ်သော ဖိုလ်ဉာဏ်၎င်း။
- ၁၆။ တထာ-ထိုမှတစ်ပါး၊ ပစ္စဝေက္ခဏဉာဏ်- မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ပယ်ပြီးသော ကိလေသာ၊ မပယ်ရသေးသော ကိလေသာအားဖြင့် ပြန်လှည့်၍ ဆင်ခြင်သောပစ္စ ဝေက္ခဏာဉာဏ်၎င်း။



ဣတိ-ဤသို့၊ တိလောကမိ-ကာမ၊ ရူပ၊ အရူပဟု လောကသုံးဖြာ စကြာဝဠာရှိသမျှ အနန္တမဆုံး-လောကကြီး တစ်ခုလုံး၌၊ ကေနစိပိ-နတ်၊ လူ၊ ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ တစ်ဦးတစ်ယောက် မျှသော်လည်း၊ အဒေသိယေ-မကြား၊ မနာ ကြံစည်ကာဖြင့် အမှန်အကန်ကျအောင် ဟောပြခြင်းငှာ မစွမ်းနိုင်ရာကောင်းကုန်သော၊ သာသနိကေ-ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာတော်ကြီး အတွင်း၌ သာလျှင် ပေါ်လင်းဖြစ်ထွန်း နိုင်ကောင်းကုန်သော၊ ဥတ္တရေ-လေကီပညာ အရပ်ရပ်တို့ထက် ထူးကဲမြင့်မြတ်ကုန်သော၊ ဣတိ သောဠသညဏေ၊ ဤ (၁၆)ပါးသောညဏ်တို့ကို၊ ဒေသေတာရုံ-မိမိကိုယ်တော်တိုင် ပိုင်ပိုင်လှလှ အမှန်တကယ်သိရ၍ လှစ်ဟထုတ်ဖော် ဟောကြားတော်မူတတ်သော၊ ပဝတ္တာရုံ-မိမိကိုယ်တော်တိုင် ပိုင်နိုင်ပြီးစီး စေပြီးမှ ခိုမှီကပ်လာ ဗြဟ္မာ၊ နတ်လူ ကျွတ်ထိုက်သူ မှန်သမျှ ကလျာဏပုထုဇဉ် အရိယာသခင်တို့၏ ကြည်လင် သောစိတ်သန္တာန်ဝယ် အဖန်ဖန်အားဖြင့် ဖြစ်ပွားစေတော်မူတတ်ပေထသော၊ ဗုဒ္ဓံ-သဗ္ဗညုတညဏ်တော်ရှင် မြတ်စွာဘုရားသခင်ကို၊ အဟံ၊ တပည့်တော်သည် တီဟိ-ကာယညွတ်ချီ ဝစီမန သုံးဒွါရတို့ဖြင့်၊ အာဒရုံ-ရိသေစွာ၊ နမေနမာမိ-ကြည်ညိုမြတ်နိုး-လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပါ၏ မြတ်စွာဘုရား။

**ညဏ်စဉ် ၁၆-ပါး ဘုရားရှိခိုးပြီး၏။**

**မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ကထိန်ခေါ်ခြင်း အကြောင်း ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ ကထိန်ခေတ်ခါ၊ ခိုင်စေတာ စွဲကာကထိန်မည်။
- ၂။ ကထိန်ဘောင်ကြီး၊ ခင်းဟန်ပြီး တစ်နည်းကထိန်မည်။
- ၃။ ကထိန်ခင်းက၊ ကျိုးငါးဝ၊ ငါးလတိုင်ရသည်။

**ရဟန်းများရနိုင်သော အကျိုးငါးပါး**

- ၁။ မပန်မကြား၊ လိုရာသွား၊ ပြစ်များမသင့်ပြီ။
- ၂။ သုံးထည်ထဲမှာ၊ ထားလိုရာ၊ ထားကာသွားနိုင်သည်။
- ၃။ လေးပါးတူပင်၊ ဂုဏ်းဘောဇဉ်၊ စားလျှင်စားနိုင်သည်။
- ၄။ သင်္ကန်းများစွာ၊ ငါးလမှာ၊ သိမ်းကာထားနိုင်သည်။
- ၅။ သံဃာလှူငြား၊ သင်္ကန်းများ၊ သူအားသာဖြစ်သည်။

**ကထိန်ဒကာမှာ ရသောအကျိုးငါးပါး**

- ၁။ လူသူမှာလဲ၊ နည်းတူပဲ၊ ရမြဲကျိုးငါးမည်။
- ၂။ တားဆီးကင်းကွာ လွတ်လပ်စွာ လိုရာသွားနိုင်သည်။
- ၃။ တာဝန်ကိစ္စ မလေးရ ပေါ့ပါးလေတော့သည်။
- ၄။ စားလိုရာများ စားသော်ငြား ဘေးကားမဖြစ်ပြီ။
- ၅။ ပစ္စည်းအများ၊ သိမ်းပိုက်ထား၊ ဘေးကားမရှိပြီ။
- ၆။ ကိုယ့်ပစ္စည်းများ၊ သူတစ်ပါး၊ ယူသွားကင်းပသည်။
- ၇။ ကထိန်ဒကာ၊ ကျိုးငါးဖြာ၊ ကောင်းစွာရနိုင်သည်။

**သက္ကပဉ္စသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်**

ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် သက္ကပဉ္စသုတ်တရားတော်ကို သက္ကရာဇ် ၁၃၂၆-ခုနှစ် ပြာသိုလကွယ်နေ့ကစ၍ သင့်လျော်သော ဥပုသ်နေ့များတွင် ကရုဏာရှေ့ဟောတော်မူခဲ့လေသည်။ ယင်းစာမူကို အထပ်ထပ်အခါခါ ကိုယ်တော်တိုင် ကြည့်ရှုပြင်ဆင်တော်မူပြီး ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေတော်မူခဲ့ရာ သက္ကပဉ္စသုတ်တရား ကျမ်းတော်ကြီးအဖြစ် ထင်ရှားလေသည်။ ယင်းတရားကျမ်းတော်ကြီး၌

ကာမဘုံသား၊ နတ်လူများတို့၊ ကောင်းစားပြည့်ဝ၊ ဘေးရန်ပလျှက်၊ အေးမြချမ်းသာ၊ နေလိုပါလဲ၊ ဣဿာ မစ္ဆေ၊ သူရှုပ်ပွေ၍၊ ထင်ခြေမကျ၊ ဆင်းရဲရတည့်၊ မူလဇစ်မြစ်၊ ဖြစ်ကြောင်းစစ်သော်၊ မုန်းချစ်အပ်သား၊ အာရုံများနှင့်၊ လိုလားတစ်လီ၊

ကြံစည်တတန်၊ ချဲ့ရန်မှတ်စွဲ၊ ခြေတည်လွဲ၍၊ ဆင့်ကဲဆင့်ကာ၊ ဖြစ်ရိုးပါတဉ့်၊ ခြောက်ဖြာဒွါရ၊ ထင်သမျှကို၊ မှတ်ကြသဖြင့်၊ မမှီသင့်ရှောင်၊ မှီသင့်ဆောင်၍၊ မှန်အောင်မြင်က၊ လမ်းမှန်ရသည်၊ မုချ ချမ်းသာရေးပေတည်း။

၁။ ဣဿာခေါ်ဆို၊ မနာလို၊ ဝန်တိုမစ္ဆေရ။

၂။ ရှာရသုံးစင်၊ သိမ်းပေးချင်၊ ငါးအင်လိုဆန္ဒ။

၃။ ဒိဋ္ဌိတဏှာ၊ မာနပါ၊ သုံးဖြာပပဉ္စ။

၄။ ချဲ့နိုင်အောင်၊ မှတ်စွဲထားမိ၍၊ ကြံစည်နိုင်သည်။ ကြံစည်မိ၍၊ လိုလားနှစ်သက်သည်။ လိုလားနှစ်သက်၍ ချစ်စရာ၊ မုန်းတီးစရာရှိသည်။ ချစ်စရာ၊ မုန်းတီးစရာတွေရှိနေ၍ မနာလိုမှု၊ ဝန်တိုမှု၊ ဖြစ်သည်။ မနာလိုမှု၊ ဝန်တိုမှုများရှိနေ၍ ဘေးရန်မကင်းပဲ ဆင်းရဲ ဒုက္ခ ရောက်နေကြရသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆင်းရဲဒုက္ခ မုချကင်းလိုလျှင် ချဲ့နိုင်အောင် စွဲမှု (ပပဉ္စသညာ) ချုပ်ငြိမ်းသွားအောင် ကျင့်ရမည်။

၅။ ဘယ်လိုကျင့်က၊ ပပဉ္စ၊ လုံးဝချုပ်သနည်း။

၆။ မှီဝဲသင့်တာ၊ မသင့်တာ၊ ဝမ်းသာနှစ်မျိုးတည်း။

၇။ နှလုံးမသာ၊ ဥပေက္ခာ၊ ခွဲပါနည်းတူတည်း။

၈။ အကုသိုလ်များ ပယ်ရှောင်ရှား ကုပွားမှီဖို့တည်း။

၉။ ဤသို့ကျင့်က၊ ပပဉ္စ၊ လုံးဝချုပ်သတည်း။

၁၀။ ပါတိမောက္ခ၊ သံဝရ၊ ကျင့်ရဘယ်သို့နည်း။

၁၁။ မှီသင့်တစ်ခု၊ မသင့်ဟု၊ ကိုယ်မှုနှစ်မျိုးတည်း။

၁၂။ နှုတ်မှုထို့တူ၊ သက်မွေးမြူ၊ နည်းတူနှစ်မျိုးတည်း။

၁၃။ မမှီသင့်ပယ်၊ သီလနယ်၊ စင်ကြယ်ပါသတည်း။

၁၄။ ဣန္ဒြိယ-သံဝရ၊ သူကဘယ်သို့နည်း။

၁၅။ အာရုံခြောက်ရပ်၊ မှီဝဲအပ်၊ မအပ်ကွဲသတည်း။

၁၆။ အကုသိုလ်များ၊ ပယ်ရှောင်ရှား၊ ကုပွားမှီဖို့တည်း။

၁၇။ သင့်ရာမှီတွယ်၊ မသင့်ပယ်၊ စောင့်ဘွယ်ကိစ္စပြီး။

**ကာမသုတ္တန် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်**

ကျေးဇူးတော်ရှင်အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် သုတ္တန်ပါတ် ပါဠိတော်ကာမသုတ္တန်ကို သက္ကရာဇ် ၁၃၂၈-ခုနှစ် ပြာသိုလ်လပြည့်ကျော် ၈-ရက်နေ့တွင် သာသနာ့ရိပ်သာ ဖလံယဉ်ဓမ္မာရုံကြီး၌ ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့၌ တွယ်တာတပ်မက်မှုမရှိ လျော့ပါးရန် ရည်သန်တော်မူ၍ များစွာသော ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူ ပရိသတ်အား ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည် ယင်း ကာမသုတ္တန်တရားတော်ကြီးကို-

၁။ ကာမဂုဏ်လိုခြင်၊ ပြည့်စုံလျှင်၊ ကြည်ရွှင်ဝမ်းမြောက် လေတော့သည်။

- ၂။ နှစ်သက်နေတုံး၊ ပျက်ဆုံးရှုံး၊ နှစ်လုံး ဖောက်ပြန် တတ်လေသည်။
- ၃။ မြေရှောင်သည့်နှယ်၊ ကာမပယ် ငြိတွယ်လွန်မြောက် လေတော့သည်။
- ၄။ ကာမဂုဏ်မှာ၊ မြေပမာ၊ ကြောက်ကာ ရှောင်ကြင်နေသူသည်။ လောဘပြတ်လတ်၊ တဏှာ  
ငတ်၊ ရှုမှတ်လွန်မြောက်နိုင်ပေသည်။
- ၅။ ကာမဂုဏ်တပ်မက်၊ နိုင်အထက် နှိပ်စက်ခံရလေတော့သည်။
- ၆။ လှေကွဲရေဝင်၊ ပုံအသွင်၊ အစဉ်ဒုက္ခလိုက်နေသည်။
- ၇။ ရိုးသားနှစ်နည်း မြတ်မီးစည်း၊ မီးကျီးအိပ်မက် တူပေသည်။
- ၈။ ငှားရန်းသစ်သီး၊ ဓားစဉ်းနှီး၊ တစ်နည်းလှန်တံကျင် တူပေသည်။
- ၉။ မြေခေါင်းမီးလျှံ၊ ဆယ့်တစ်တန်၊ တူဟန်ရှု၍ ပယ်ရမည်။
- ၁၀။ ရှုမှတ်အစဉ်၊ ကာမကြည့်၊ ရေလျှင်လွန်မြောက်လေတော့သည်။
- ၁၁။ လှေမှရေပက်၊ ပေါ့ပါးလျှက်၊ ဟိုဘက်နိဗ္ဗာန်ရောက်လေသည်။

**ဓမ္မစကြာ တရားတော်ကြီး**

ဆရာတော်ကြီးသည် ဓမ္မစကြာတရားတော် ကျမ်းကြီးကို သာသနာတော်၌ ထွန်းပြောင်ထိန်ကြည် တည်ရစ်ရန် ရည်ရွယ်တော်မူ၍ ၁၃၂၄-ခုနှစ်၊ တော်သလင်းလကွယ်နေ့မှစ၍ အခွင့်သင့်သော သီတင်းနေ့များတွင် ဟောကြားတော်မူရာ တန်ကူးလပြည့်နေ့အထိ ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ ဖလံယဉ်ဓမ္မာရုံကြီး၌ ရှစ်ကြိမ်တိုင် ဓမ္မစကြာတရားတော်ကြီးကို ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။

**(ဒုတိယအကြိမ်ဟောခြင်း)**

**ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ဓမ္မစကြာတရားတော်ကြီး  
ဆောင်ပုဒ်**

ကာမချမ်းသာ၊ သုံးဆောင်တာ၊ ပယ်ခွါရှောင်ရမည်။  
 မသုံးဆောင်ပဲ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ ဒါလဲရှောင်ရမည်။  
 စိတ်အလိုကျ၊ လွှတ်ထားက၊ ကာမသုခါ၊ နုယောဂါ။  
 ပင်ပန်းရုံမျှ၊ အားထုတ်က၊ အတ္တကိလမထာ၊ နုယောဂါ။  
 သစ္စာမမြင်၊ မဂ္ဂင်မပါ၊ လှေကျင့်ကာဖြင့်၊ ချမ်းသာမြဲမည်၊  
 ယုံကြည်ဆုံးဖြတ်၊ ယူဆမှတ်၊ သီလဗ္ဗတပင်။  
 အစွန်းနှစ်သွယ်၊ လမ်းမှားပယ်၊ အလယ်လမ်းမှန်ဖြစ်ပေသည်။  
 လမ်းမှန်ကိုလျှောက်၊ ဉာဏ်မြင်ပေါက်၊ ဆိုက်ရောက်နိဗ္ဗာန်ပြည်။

ကိုယ်အမူရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။  
 စိတ်အမူရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။  
 ကောင်းဆိုးလတ်ပါ၊ ဝေဒနာ၊ မှန်စွာသိရမည်။  
 သဘောတရား၊ ထင်ပေါ်ငြား၊ ပိုင်းခြားသိရမည်။

\* (ပထမအကြိမ်ဟောခြင်းကား ၁၃၁၁-ခုနှစ်၊ နတ္ထော်လပြည့်နေ့) \* စ၍ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

**သီလဝန္တ သုတ္တန်တရားတော်  
ဆောင်ပုဒ်**

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် သီလဝန္တသုတ္တန်တရားတော်ကြီးကို ၁၃၂၈-ခု တပို့တွဲလကွယ်နေ့မှစ၍ သင့်  
လျှော်သည့် သီတင်းနေ့များတွင် ဟောတော်မူရာ ၁၃၂၉-ခုနှစ် တန်ဆောင်မုန်း လပြည့်နေ့တွင် အပြီးသတ်သည်။ ဟောကြား  
တော်မူသည့် အကြိမ်ပေါင်း ၁၆-ကြိမ်ရှိသည်ဟုသိရသည်။

- (က) ၁။ သီလသုတာ၊ စုံသူမှာ၊ ဘယ်ဟာရှုအပ်ပါသနည်း။  
၂။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ မှန်စွာရှုအပ်ပါသတည်း။  
၃။ မမြဲဆင်းရဲ ရောဂါစွဲ၊ ပေါက်ကွဲအိုင်းတူသည်။  
၄။ ငြောင့်မကောင်းမှု၊ ဖျားနာဟု မှတ်ရှု သူစိမ်းမည်။  
၅။ ပျက်စီးသည်၊ အနတ္တ၊ ရှုရဆယ့်တစ်မည်။  
၆။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သောတာပန်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။
- (ခ) ၁။ သောတာပန်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။  
၂။ သောတာပန်လဲ၊ ခန္ဓာပဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။  
၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။
- (ဂ) ၁။ သကဒါဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။  
၂။ သကဒါဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာပဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။  
၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ အနာဂါမ်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။
- (ဃ) ၁။ အနာဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။  
၂။ အနာဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာပဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။  
၃။ သို့ရှုမြင်သန်၊ အရဟံ၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။
- (င) ၁။ ရဟန္တာကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။  
၂။ ရဟန္တာလဲ၊ ခန္ဓာပဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။  
၃။ သို့ရှုသော်ငြား၊ သစ်ဟောင်းကား တိုးပွားမရှိပြီ။  
၄။ သတိသမ္ပဇော်၊ ရှုတိုင်းယှဉ် မျက်မြင်ချမ်းသာသည်။

**ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင် နိဗ္ဗာန်ဝင်တရားတော်  
ဆောင်ပုဒ်**

ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင်နိဗ္ဗာန်ဝင် တရားတော်ကြီးကို ၁၃၃၃-ခုနှစ် တော်သလင်းလဆန်း ၂-ရက်  
တနင်္ဂနွေနေ့ နေ့လည် ၂-နာရီခန့်အချိန်တွင် ရန်ကုန်မြို့ မိုးကောင်းဘုရားအနီး ဓမ္မာရုံကြီး၌ စတင် ဟောတော်မူခဲ့လေသည်။  
၎င်းနောက် ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ ဖလံယဉ်ဓမ္မာရုံ ခြောက်ထပ်ကြီး ဘုရားကြီးတိုက်သိမ်တော်ကြီး ဖ၊ဆ၊ပ၊လ ရပ်ကွက်  
စသောဌာနများ မန္တလေး- စစ်ကိုင်း- ရွှေဘို- ချောက်- ရေနံချောင်း၊ မကွေး၊ မင်းလှ၊ သရက်၊ အောင်လံ၊ ပြည်၊ စသော  
အနယ်နယ် အရပ်ရပ် အမြို့မြို့ အရွာရွာတို့၌လည်း ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။ ယင်းသို့ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပြီးမှ ဆရာ-  
ဒကာနှစ်ဦးလုံး ကြီးပမ်းမှုကြောင့် မန္တလေးမြို့ ပြည်ညွန့်ပုံနိပတိုက်မှ ရိုက်နှိပ်သဖြင့် ၁၃၃၉-ခုနှစ်တွင် “ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင် နိဗ္ဗာန်ဝင်  
တရားတော်” ကျမ်းစာကြီးအဖြစ်သို့ရောက်ခဲ့လေသည်။ ယင်း ရှစ်ဖြာမဂ္ဂင် နိဗ္ဗာန်ဝင် တရားတော်ကျမ်းစာ၌-

မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ၊ မရှိရာ၊ ကိလေသာငြိမ်းသူမရှိချေ။  
မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ၊ ရှိရာမှာ၊ ကိလေသာငြိမ်းသူ၊ ရှိနိုင်ပေ။  
မူလ၊ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝမဂ္ဂင်မြတ်။  
ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။  
ဖြစ်ပျက်မြင်မှ၊ အနိစ္စ၊ ဒိဋ္ဌသိနိုင်သည်။

စသည့် အကျဉ်းချုပ် မှတ်ဖွယ် ကျင့်ဖွယ် ဆောင်ပုဒ်များ ပါရှိလေသည်။

**သာရဏီယ တရားတော်  
ဆောင်ပုဒ်**

မဇ္ဈိမနိကာယ် မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော် ကောသမ္ဗိယသုတ် သာရဏီယသုတ္တန်လာ သာရဏီယသုတ် တရားတော်ကြီးကို ရန်ကုန်မြို့ ကမာရွတ် မရမ်းတပည်ရပ်ကွက်၌ ၁၃၁၄-ခု နှစ်ဦး တန်ကူးလပြည့်ကျော် ၁၂-ရက်၊ ၁၃-ရက်နေ့ ညများက ဟောကြားတော်မူခဲ့သည်။

ယင်း သာရဏီယ တရားတော်ကြီး၌-

\* မေတ္တာရှေ့သွား၊ ကံသုံးပါးနှင့် တစ်ခြားသုံးဝ၊ စာဂ  
သီလာ၊ မြတ်ပညာသည်၊ မှတ်ပါ သာရဏီယတရားတည်း။

\* မေတ္တာရှေ့ရှု၊ ကိုယ်မှုထင်လျှင်၊  
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်။  
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊  
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထားစဉ်။

\* မေတ္တာရှေ့သွား၊ စကားချိုလျှင်။  
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်။  
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊  
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထားစဉ်။

\* မေတ္တာရှေ့ထား၊ စိတ်ထားဖြူလျှင်၊  
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်။  
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊  
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထားစဉ်။

\* ဝေဘန်ပေးစွန့်၊ မတွန့်တိုလျှင်၊  
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်။  
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊  
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထားစဉ်။

\* အရိယာနှင့်၊ ကိုယ်ကျင့်တူလျှင်၊  
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်။  
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊  
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထားစဉ်။

\* အရိယာနှင့်၊ ဉာဏ်ဖြင့်တူလျှင်၊  
သူ့ဂုဏ်အောက်မေ့၊ ညဉ့်နေ့အစဉ်။  
ရိုသေလေးစား၊ သနားခင်မင်၊  
ညီညွတ်ရေး၊ အားပေးထားစဉ်။

အစရှိသော ကျင့်ကြံလိုက်နာဖွယ် ဆောင်ပုဒ်၊ ကဗျာများပါရှိလေသည်။

**မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ တရားတော်  
ဆောင်ပုဒ်**

မဇ္ဈိမနိကာယ် မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော် ကောသမ္ဗိယသုတ္တန်လာ မဟာပစ္စဝေက္ခဏာ တရားတော်ကြီးကိုလည်း သာရဏီယ တရားတော်ဟောပြီး ၃-လဆက်တိုက် ဟောတော်မူခဲ့လေသည်။

ယင်း မဟာပစ္စဝေက္ခဏာတရားတော်၌-

- \* ဆိတ်ငြိမ်ရာတွင်၊ ချဉ်းကပ်ဝင်၍၊ ဆင်ခြင်ရှုကြည့် ဖြစ်ပျက်မိ  
အသိရှင်းသည်သာ။  
ယထာဘူတ၊ မသီရအောင်၊ ထကြွလွှမ်းမိုး၊ ကိလေဆိုး၊ ဖြစ်ရိုးမရှိပါ။  
ဤသို့သိရ ပထမ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- \* မဂ်သိပြီဟန်၊ ဝိပဿညဏ်၊ ဖန်ဖန်မှီဝဲကာ၊  
အကြမ်းအနု၊ ကိလေစု၊ ငြိမ်းမှုထင်ရှားရာ၊  
ဤသို့သိရ ဒုတိယ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- \* ရှုမှတ်သိရ၊ ဤလမ်းမှ၊ ပြင်ပတခြားမှာ၊  
ကိလေသာငြိမ်းတိ၊ မြတ်အရိ၊ မရှိဆုံဖြတ်ရာ၊  
ဤသို့သိရ တတိယ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- \* ကုစားနိုင်ကောင်း အာပတ်ပေါင်း  
တိမ်းစောင်းရောက်သေးရာ၊  
မဖုံးကွယ်ပဲ၊ ကုစားမြဲ၊ နောက်လဲစောင့်ရိုးပါ၊  
ဤသို့သိရ စတုတ္ထ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- \* ရှောင်လွှဲမရ၊ မှုကိစ္စ၊ ပြုရလေသောအခါ၊  
သိက္ခာသုံးပါး ကျင့်ရန်ကား စိတ်အားသန်မြဲသာ၊  
ဤသို့သိရ ပဉ္စမ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- \* ဗုဒ္ဓဟောထား မြတ်တရား ဟောကြားရသောခါ၊  
လုံးစုံမကြွင်း နှစ်လုံးသွင်း နာခြင်းအားကောင်းစွာ၊  
ဤသို့သိရ ဆဋ္ဌမ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- \* ဗုဒ္ဓဟောထား မြတ်တရား နာကြားရသောခါ၊  
အနက်သိမြင် စိတ်ကြည်ရှင် ကိုယ်တွင်သိမ့်သိမ့်ဖြာ။  
ဤသို့သိရ သတ္တမ ပစ္စဝေက္ခဏာ။  
ပစ္စဝေက္ခဏာ ခုနစ်ဖြာ ညီစွာဖြစ်ပါမူ၊  
အရိယာမှန် သောတာပန် ဧကန်ဆုံးဖြတ်ယူ။

ဟူသော သောတာပန်ပြည့်စုံရမည့် မဟာပစ္စဝေက္ခဏာကို ဘုရားမြတ်စွာ အလိုတော်ကျ ဖော်ကြားထားတော် မူခဲ့လေသည်။

**တက္ကသိုလ်ဝိပဿနာ တရားတော် ဆောင်ပုဒ်**

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ၁၃၃၆-ခုနှစ် ကဆုန်လဆန်း ၄-ရက်နေ့တွင် ရန်ကုန်မြို့ တက္ကသိုလ်ဓမ္မာရုံ၌ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ပယ်ရန်နှင့် သတိပဋ္ဌာန်ပွားများ ရှုမှတ်ရန် နည်းနာနယတို့ကို ကျနစွာ ဟောကြားတော်မူခဲ့လေသည်။

- ၁။ မူလ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝမဂ္ဂင်မြတ်။
- ၂။ ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။
- ၃။ စိတ်အညစ်ကြေးကို၊ ကင်းစေလို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်?။  
စိတ်အညစ်ကြေးကို၊ ကင်းစေလို၊ သတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
- ၄။ စိုးရိမ်မှုကို၊ လွန်မြောက်လို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်-?။  
စိုးရိမ်မှုကို၊ လွန်မြောက်လို၊ သတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
- ၅။ ငိုကြွေးမှုကို လွန်မြောက်လို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်-?။

- ငိုကြွေးမှုကို လွန်မြောက်လို၊ သတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
- ၆။ ကိုယ်ဆင်းရဲကို၊ ငြိမ်းစေလို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်- ?။  
ကိုယ်ဆင်းရဲကို၊ ငြိမ်းစေလို၊ သတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
- ၇။ စိတ်ဆင်းရဲကို၊ ငြိမ်းစေလို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်- ?။  
စိတ်ဆင်းရဲကို၊ ငြိမ်းစေလို၊ သတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။
- ၈။ နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်၊ ရရောက်လို၊ ဘယ်လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်- ?။  
နိဗ္ဗာန်မဂ်ဖိုလ်၊ ရရောက်လို၊ သတိပဋ္ဌာန် လမ်းစဉ်ကို လိုက်ရမယ်။

**မာလုကျပုတ္တသုတ် တရားတော်  
ဆောင်ပုဒ်**

ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် မာလုကျပုတ္တသုတ် တရားတော်ကို ရှေးကအကြိမ်များစွာ ဟောတော်မူခဲ့သည် ၁၃၃၈-ခုနှစ်ကစပြီး စာအုပ်ရိုက်နှိပ်စေရန်ဟူသော ရည်ရွယ်ချက် နာယူလိုသူများ တိတ်ကြီးခွေဖွင့် နာယူနိုင်ရန် ဟူသောရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ၁၃၃၈-ခု ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် ၈-ရက်နေ့ကစ၍ သင့်လျော်သော သတင်းနေ့များ၌ ဟောတော်မူခဲ့လေသည်။

- ၁။ မမြင်ရရာ ကိလေသာ သူ့ဟာသူငြိမ်းသည်။
- ၂။ မြင်ရရာမှာ ကိလေသာ ကိန်းကာ ဖြစ်နိုင်သည်။
- ၃။ မြင်တိုင်းမှတ်ရှု ကိလေစု ကိန်းမှုပယ်သင့်သည်။
- ၄။ မေးခွန်းနှင့်ပင် လုပ်ငန်းစဉ် ပေါ်လွင်စေခဲ့သည်။
- ၅။ အဆင်းမြင်လျှင် ချစ်ဖွယ်ထင် ထိုတွင်မေ့လေသည်။
- ၆။ သာယာတပ်စွဲ ခံစားမြဲ စိတ်ထဲသိမ်းလျက်တည်း။
- ၇။ အဆင်းဆိုင်ရာ ဝေဒနာ များစွာပွားတော့သည်။
- ၈။ လောဘစည်ကား၊ ဒေါသပွား၊ ဗျာများ စိတ်ပန်းသည်။
- ၉။ ဤနည်းဖြင့်ပဲ မပြောင်းလဲ ဆင်းရဲရှာသူမည်။
- ၁၀။ ဆင်းရဲကိုသာ ရှာသူမှာ ဝေးစွာ နိဗ္ဗာန်ပြည်။
- ၁၁။ အဆင်းမြင်က အမှတ်ရ ရာဂကင်းတော့သည်။
- ၁၂။ မတတ်မက်ပဲ ခံစားမြဲ စိတ်ထဲမသိမ်းပြီ။
- ၁၃။ မှတ်သိလျက်ပင် မြင်လဲမြင် ထို့ပြင်ခံစားသည်။
- ၁၄။ သို့ပါသော်လဲ ဝဋ်ဆင်းရဲ ကုန်မြဲကုန်ခန်းသည်။
- ၁၅။ ဤနည်းဖြင့်သာ ယောဂီမှာ မှတ်ကာကျင့်ရသည်။
- ၁၆။ မြင်တိုင်း ရှုမှတ် ဆင်းရဲသတ် နီးကပ်နိဗ္ဗာန်ပြည်။

ဟူသော လိုရင်းအချုပ် ဆောင်ပုဒ်များပါရှိလေသည်။

**ဩဝါဒ ဓမ္မအဓမ္မ  
ဆောင်ပုဒ်**

ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် မိမိသက်တော်ထင်ရှားရှိစဉ်တွင်လည်းကောင်း မိမိမရှိသည့်နောက်တွင်လည်းကောင်း ရဟန်း ရှင်၊ လူမည်သူမဆို လိုက်နာကျင့်ကြံ ကြီးကုတ်အားထုတ်နိုင်ရန် ကြီးမားသော ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဩဝါဒကထာများကို မိန့်ကြားတော်မူခဲ့လေသည်။

- ၁။ မနာလိုကင်း ဝန်တိုရှင်း လက်ငင်းချမ်းသာကြရမည်။
- ၂။ အကုသိုလ်များ၊ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊  
ကုသိုလ်တရား၊ ဖြစ်ပွားစုံစေ၊  
မိမိစိတ်ဓာတ်၊ ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊  
ဤသုံးပါး၊ ဘုရားဆုံးမပေ။

၃။ အပါယ်တေး ငြိမ်းခွင့်ဉာဏ်အဆင့်-  
 အသင့် ရောက်ပါစေ၊  
 ထိုဉာဏ်ဖြင့်လဲ မတော်ပဲ ဆင်းရဲငြိမ်းပါစေ၊  
 ဖြစ်ပေါ်လာငြား စိတ်ကြမ်းများ ပယ်ရှားနိုင်ပါစေ။

၄။ ရာဂ ဒေါသ မောဟ တစ်ဖြာ၊  
 ဖြစ်အိုသေရေး ပူဆွေးငိုတာ၊  
 ကိုယ်စိတ်ဒုက္ခ ပူရပြင်းစွာ၊  
 မြင်ကြားသိတိုင်း မဆိုင်းမှတ်ပါ၊  
 ရုပ်နာမ်မမြဲ ဆင်းရဲချမ်းသာ၊  
 ငါကောင်လဲပျောက် မျက်မှောက်မြင်ကာ၊  
 ဆယ့်တစ်သီး ဤမီးငြိမ်းစေရာ။

ဟူသော ဩဝါဒတော်များပါရှိလေသည်။

**စူဠဝေဒလ္လသုတ် တရားတော်  
 ဆောင်ပုဒ်**

မစ္စိမနိကာယ် မူလပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်လာ စူဠဝေဒလ္လသုတ် တရားတော်ကို ၁၃၂၆-ခုနှစ် ပထမဝါဆိုလဆန်း ၈-ရက်နေ့ကစ၍ အခွင့်သင့်သော သတင်းနေ့များတွင် ဟောတော်မူခဲ့ရာ ဝါခေါင်လကွယ်နေ့တွင် ၁၁-ကြိမ်မြောက် ဟောလက်စသတ်ခဲ့လေသည်။

ကာမတဏှာ ကောင်းနိုးရာ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။  
 ဘဝတဏှာ သဿတာ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။  
 ဝိဘဝမှာ ဥစ္ဆေဒါ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။  
 သက္ကာယဖြစ်ရန် အကြောင်းမှန် သုံးတန်တဏှာစု။  
 တဏှာချုပ်က သက္ကာယ ဒုက္ခအငြိမ်းမှန်။  
 မူလ ပုဗ္ဗ, အရိယ, သုံးဝမဂ္ဂင်မြတ်။  
 ဖြစ်ပွားစေလျှင်, ဤမဂ္ဂင်, ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။  
 ဖြစ်ဖြစ်သမျှ သင်္ခါရ, ဒုက္ခသစ္စာတည်း။  
 သင်္ခါရတွင် အကောင်းထင် ခင်မင်သမုတည်း။  
 ရုပ်နာမ်အားလုံး ဖြစ်ပျက်သုံး ချုပ်ဆုံးနိဗ္ဗာန်တည်း။  
 ဆင်းရဲငြိမ်းရာ ဆိုက်ရောက်တာ သစ္စာမဂ္ဂင်တည်း။  
 ကြံစည်စဉ်းစား နှစ်သိမ့်ပွား ကောင်းစားချမ်းသာတည်း။  
 ရှုရာရာတွင် စူးစိုက်ဝင် ငါးအင်ပဈာန်မည်။  
 နှစ်သိမ့်ချမ်းသာ စူးစိုက်ကာ သုံးဖြာဒုဈာန်မည်။  
 ချမ်းသာမှုနှင့် စူးစိုက်လင့် သုံးဆင့်ဈာန်ခေါ်သည်။  
 ဥပေက္ခာနှင့် စူးစိုက်လင့် လေးဆင့်ဈာန်ခေါ်သည်။

စသည့် တရားအနှစ်ချုပ်ဆောင်ပုဒ် လင်္ကာများဖြင့်လည်း ကောင်းမွန်လှပေ၏။

**ဓမ္မဒါယာဒသုတ် တရားတော်  
 ဆောင်ပုဒ်**

ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ၁၃၃၂-ခုနှစ် ၂၁-ကြိမ်မြောက် ဩဝါဒခံယူ ပူဇော်ပွဲကြီးတွင် များလှစွာသော ရဟန်း, ရှင်, လူ ပရိသတ်ကြီးအား မစ္စိမနိကာယ် မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်လာ ဓမ္မဒါယာဒသုတ် တရားတော်ကြီးကို နိဒါနဝဂ္ဂ ပါပဘိက္ခုသုတ်နှင့် သုတ္တန်ပါဠိ အဋ္ဌကထာဒုတိယအုပ် စာမျက်နှာ ၄၂-လာ ကပိလဝတ္ထုသွင်းညှပ်၍ ဟောတော်မူခဲ့ရာ ထင်ရှားသည့် မြန်မာစကားပြေ တရားတော် စာပေကြီးဖြစ်လာခဲ့ပေသည်။



ဓမ္မဒါယာ သုတ်မြတ်မှာ မြတ်စွာဟောမိန့်သည်။  
 ငါ့တပည့်တွေ တရားအမွေ ခံစေခြင်လှသည်။  
 အာမိသမ္မေ ပစ္စည်းတွေ ပယ်စေခြင်လှသည်။  
 တရားအမွေ အစစ်ပေ ကိုးထွေလောကုတ်မည်။  
 စစ်တုန့်ထွေ တရားမွေ ခံစေလိုလှသည်။  
 အာမိသအမွေ အစစ်ပေ လေးထွေးပစ္စည်းပါ။  
 လူ၊ နတ်သုခ ရည်သန်က ဒါန သီလဘာ။  
 အာမိသမ္မေ အတုတွေ မှတ်လေမွေည့်သာ။  
 ပစ္စည်းမွေမျှ ခံယူကာ ဒုက္ခမကင်းပါ။  
 အိုနာမစဲ သေမစဲ ဆင်းရဲနေကြမှာ။  
 အပါယ်မှာလဲ မလွတ်ပဲ ကျမြကျနေမှာ။  
 သို့ဖြစ်မည်များ ငါမြစ်တား သနားနေပါသည်။  
 ငါ့တပည့်တွေ တရားအမွေ ခံစေခြင်လှသည်။  
 အာမိသမ္မေ ပစ္စည်းတွေ ပယ်စေခြင်လှသည်။

ဟူသော ဓမ္မဒါယာဒသုတ် အနှစ်ချုပ် သံပေါက်လင်္ကာများ ပါရှိလေသည်။

**ဗုဒ္ဓသာသနာ့အန္တရာယ်  
 ကာကွယ်ရေး တရားတော်**

ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ရန်ကုန်မြို့ ဘုရားကြီးတိုက် ခြောက်ထပ်ကြီး ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်ပူဇော်ပွဲကြီးကို အကြောင်း ပြုပြီး ကျင်းပပြုလုပ်သည့် ပဋ္ဌာန်းပူဇော်ပွဲတွင် ၁၀-ကြိမ်မြောက် တရားတော်ကို ဟောတော်မူခဲ့လေသည်။

ယင်း ဗုဒ္ဓသာသနာ့ အန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး တရားတော်ကြီး၌

အကုသိုလ်များ၊ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊  
 ကုသိုလ်တရား၊ ဖြစ်ပွားစုံစေ၊  
 မိမိစိတ်ဓာတ်၊ ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊  
 ဤသုံးပါး၊ ဘုရားဆုံးမပေ။

ပေါ်တိုင်းမပြတ်၊ ရှုမှတ်နေလျှင်၊  
 ရုပ်နာမ်နှစ်မျိုး၊ ကြောင်းကျိုးသိမြင်၊  
 မမြဲဆင်းရဲ၊ ဉာဏ်ထဲပေါ်လွင်၊  
 အနတ္တ၊ သိရန်ဗွာန်ဝင်။

အစရှိသော တရားဆောင်ပုဒ်များ ပါရှိလေသည်။

**၃၁-ကြိမ်မြောက် သင်းလုံးကျွတ် အစည်းအဝေး  
 သြဝါဒမိန့်ခွန်းတော်**

ဤ “၃၁-ကြိမ်မြောက် သင်းလုံးကျွတ် အစည်းအဝေး သြဝါဒမိန့်ခွန်းတော်”ဟူသော နာမည်အပြည့်အစုံမှာ “ဗုဒ္ဓသာသနာနဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ် ၃၁-ကြိမ်မြောက် သင်းလုံးကျွတ် နှစ်ပတ်လည် အစည်းအဝေးတွင် ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသော သြဝါဒမိန့်ခွန်းတော်”ဟူ၍ ဖြစ်လေသည်။ ယင်းသြဝါဒတရားတော် ကြီး၌-

ချမ်းသာအပေါင်း ရကြောင်းမှန်စွာ၊  
 စည်းစိမ်ဘောဂ မြစ်မတည်ရာ။  
 အောက်တန်းမကျ ကယ်မသူမှာ၊  
 မြတ်ဒါန စိတ်ချ ကိုးကွယ်ရာ။

ကောင်းမြတ်လှစွာ လူ့ဥစ္စာ ဘယ်အရာပေနည်း၊  
 ကောင်းမြတ်လှစွာ လူ့ဥစ္စာ သဒ္ဓါတရားတည်း။  
 ဤလောကမှ ပြောင်းသွားရ ကင်းပစိုးရိမ်ဘယ်သို့နည်း၊  
 လုံးလသစ္စာ ပေးလှူတာ ပညာဤလေးမည်။  
 ပြည့်စုံပါလျှင် သဒ္ဓါရှင် နောင်တွင်စိုးရိမ် ကင်းဝေးသည်။ ။

ဟူသည့် ဒါန သဒ္ဓါနှင့် ပြည့်စုံရမည့် တရားလေးပါး အချုပ်ပြဆောင်ပုဒ်များ ပါရှိလေသည်။

**ဓမ္မစကြာတရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ**

**၁-အစွန်းပယ် အလယ်သွား**

- ၁။ ကာမချမ်းသာ သုံးဆောင်တာ ပယ်ခွာရှောင်ရမည်၊
- ၂။ မသုံးဆောင်ပဲ ကိုယ်ညှင်းဆဲ ဒါလဲရှောင်ရမည်၊
- ၃။ အစွန်း ၂-သွယ်၊ လမ်းမှားပယ်၊ အလယ်လမ်းမှန်သည်၊
- ၄။ လမ်းမှန်ကိုလျှောက်၊ ဉာဏ်မြင်ပေါက် ဆိုက်ရောက်နိဗ္ဗာန်ပြည်၊

**၂-မဂ္ဂင်ရှစ်တန် လမ်းမှန်၏ သရုပ်**

- မှန်စွာမြင်သိ၊ ကြံမိမှန်ကန်၊ (ပညက္ခန္ဓာ ၂-ပါး)
- မှန်စွာပြော-ပြု၊ ရှာမှုလမ်းမှန်၊ (သီလက္ခန္ဓာ ၃-ပါး)
- မှန်စွာကြောင့်ကြ၊ မှတ်ရမှန်ကန်၊(သမာဓိက္ခန္ဓာ-၃-ပါး)
- စူးစိုက်ကပ်၊ ရှစ်ရပ်မဂ်လမ်းမှန်။)

**အနု၊ အလတ်၊ အရင့်၊ မဂ္ဂင် ၃-မျိုး**

မူလ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝမဂ္ဂင်မြတ်။  
 (မူလမဂ္ဂင်၊ ပုဗ္ဗဘာဂမဂ္ဂင် ဝိပဿနာမဂ္ဂင် အရိယာမဂ္ဂင်)  
 ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။

**၄-သန္တာလေးတန် အမှန်လေးပါး**

- ၁။ ဒုက္ခသစ္စာ ဆင်းရဲစစ်အမှန်။
- ၂။ သမုဒယသစ္စာ ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အစစ်အမှန်။
- ၃။ နိရောဓသစ္စာ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ အစစ်အမှန်။
- ၄။ မဂ္ဂသစ္စာ ဆင်းရဲငြိမ်းရာ ဆိုက်ရောက်ကြောင်း အကျင့်လမ်းကောင်း အစစ်အမှန်။

**၅-ဒုက္ခသန္တာ**

- ၁။ ဖြစ်အိုသေရေး စိုးရိမ်ဆွေး ငိုကြွေးကိုယ်နာကျင်။
- ၂။ နှလုံးမသာ စိတ်ပြင်းစွာ ပူတာဆင်းရဲပင်။
- ၃။ မုန်းသူနှင့်တွဲ ချစ်သူကွဲ ဆင်းရဲအမှန်ပင်။

- ၄။ မရတာလို ဒုက္ခဆို တိုတိုပြောရလျှင်။
- ၅။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ ငါးခန္ဓာ သစ္စာဒုက္ခပင်။

**၆-ဥပါဒါန်နှင့် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ**

- ၁။ ထင်လွဲသာယာ စွဲလမ်းတာ ၂-ဖြာဥပါဒါန်။
- ၂။ ငါငါ့ဥစ္စာ စွဲနိုင်တာ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ။
- ၃။ ရုပ် ဝေ သညာ, သင်္ခါရာ ဝိညာ ဤငါးတန်။

**၇-သမုဒယသစ္စာ**

- ၁။ ကာမတဏှာ ကောင်းနိုးရာ သာယာနှစ်သက်မှု။
- ၂။ ဘဝတဏှာ သဿတာ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။
- ၃။ ဝိဘဝမှာ ဥစ္စေဒါ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။
- ၄။ ဆင်းရဲပွားရန် လမ်းကြောင်းမှန် သုံးတန်တဏှာစု။

**၈-နိရောဓသစ္စာနှင့် မဂ္ဂသစ္စာ**

- ၁။ တဏှာချုပ်က နိရောဓ ဒုက္ခအငြိမ်းမှန်။
- ၂။ ငြိမ်းရာကိုပင် ဆိုက်ရောက်မြင် မဂ္ဂအကျင့်မှန်။

**၉-ဉာဏ် ၃-ပါးနှင့် ၎င်းတို့၏ဖြစ်ရာကာလ**

- ၁။ ရှေး နောက်ကာလ, မဂ်ခဏမှာ လေးသစ္စာ သိတာ သစ္စဉာဏ်။
- ၂။ သိသင့် ပယ်သင့် ဆိုက်ပွားသင့်, သိနှင့်ကိစ္စဉာဏ်။
- ၃။ ကိစ္စပြီးလျှင် ပြီးကြောင်းမြင် ခေါ်တွင်, ကတဉာဏ်။

**၁၀-သစ္စဉာဏ်၏ ကိစ္စလေးပါး**

- ၁။ ဒုက္ခသစ္စာကိုပိုင်းခြား၍သိရသည် ဤသို့သိတာကို **ပရိညာပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
- ၂။ သမုဒယသစ္စာကိုပယ်ရသည် ဤသို့ပယ်တာကိုပင် **ပဟာနပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
- ၃။ နိရောဓသစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုရသည် ဤသို့မျက်မှောက်ပြုတာကို **သစ္စိကိရိယာပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
- ၄။ မဂ္ဂသစ္စာကို မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပွားစေရသည် ဤသို့ ဖြစ်ပွားစေတာကိုပင် **ဘာဝနာပဋိဝေဓ** ခေါ်သည်။
- ၅။ လေးသစ္စာမှ တစ်ပါးမျှ မဂ်ကသိမြင်လျှင်။
- ၆။ ပဋိဝေဓ, လေးကိစ္စ, ပြီးကြအားလုံးပင်။

**၂။ သဗ္ဗာယတန ဝဂ္ဂသံယုတ်**

**အာသိဝိသောပမသုတ် တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်**

မြွေလေးကောင်ကား၊	လေးပါးဘုတ်ဓာတ်၊
သူသတ်ငါးဖြာ၊	ငါးခန္ဓာနှင့်၊
မိတ်ညာရန်ဘက်၊	တပ်စွဲချက်ကြောင့်၊
ရွာပျက်သုည၊	ခြောက်ဒွါရသို့၊
ရောက်ကတဖုံ၊	ခြောက်အာရုံဟု၊
သုံးစုံဒမြ၊	ဝင်လာကြ၍၊

ဩဃလေးသွယ်၊	မြစ်ပင်လယ်၏၊
ဤဝယ်ကမ်းစ၊	သက္ကာယမှ၊
ခေမနိဗ္ဗာန်၊	ဟိုကမ်းဌာန်သို့၊
ရှစ်တန်မဂ္ဂင်၊	ဖောင်ဖွဲ့ဆင်၍၊
အတွင်ကူးယက်၊	အားထုတ်ချက်ဖြင့်၊
ဟိုဘက်အရောက်၊	ကူးမြောက်သူမှာ ရဟန္တာတည်း၊
ကောင်းစွာညွှန်ကြား၊	ကယ်သူကား ဘုရားမြတ်ပေတည်း။

ခက်မာကြမ်းတမ်းတာ နူးညံ့တာက ပထဝီဓာတ်၊ ယိုစီးဖွဲ့စည်းတာက အာပေါဓာတ်၊ ပူတာ နွေးတာ အေးတာက တေဇောဓာတ်၊ ထောက်ကန် တောင့်တင်း လှုပ်ရှားတာက ဝါယောဓာတ်။

(၁)

ကြမ်းတမ်းမာခက်၊ ချောညက်တမည်။  
တည်ရာကိစ္စ၊ သူကပြုသည်။  
ခံလင့်ဆောင်ရေး၊ ပေါ့လေး ထင်သည်။  
ပထဝီဓာတ် သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

(၂)

အရေတနည်း၊ ယိုစီးတမည်။  
စိုထိုင်းဖွံ့ထွား၊ တိုးပွားစေသည်။  
စေးကပ်ပူးတွဲ၊ လုံးခဲထင်သည်။  
လေးလျက်ကျသွား၊ ဉာဏ်အားထင်သည်။  
အာပေါဓာတ်သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

(၃)

အပူအနွေး၊ အအေးတမည်။  
ပူငွေ့ ပေးလျက်၊ ရင့်ကျက်စေသည်။  
နူးညံ့ပျော့ပျောင်း၊ ဆင့်လောင်းပေးသည်။  
ပေါ့လျက်ပေါ့လျက်၊ ကြွတက်ထင်သည်။  
တေဇောဓာတ်သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

(၄)

ထောက်ကန် တောင့်တင်း လျော့ခြင်းတမည်၊ (လက္ခဏာ)  
ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှား ရွေ့သွားတတ်သည်။  
သူလိုရာဘက် တွန်းလျက် ဆောင်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)  
ဝါယောဓာတ် သိမှတ်မြတ်ယောဂီ။

ထင်လွဲ၊ သာယာ၊ စွဲလမ်းတာ၊ နှစ်ဖြာဥပါဒါန်။  
ငါငါ့ဥစ္စာ၊ စွဲနိုင်တာ၊ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ။  
ရုပ်နာမ်အစု၊ ငါကောင်ဟု၊ ထင်မှုမရှိပါ။  
ရုပ်၊ ဝေ၊ သညာ၊ သင်္ခါရာ၊ ဝိညာဏ်ငါးတန်။

စက္ခု သောတ ဃာန ဇိဝှာ၊ ကာယ၊ မနော မှတ်လောခြောက်ဒွါ။  
ရူပ သဒ္ဓ ဂန္ဓ ရသ ဖောဋ္ဌဗ္ဗ ဓမ္မ အာရုံပါ။

အဆင်းထင်ကြောင်း၊ ကောင်းကောင်း သူကြည်။  
အဆင်းဆီသို့၊ ဆောင်ပို့ပေးသည်။  
သူ့ဌာနက၊ မြင်ရပေသည်။  
မျက်စိ၌၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။

အသံထင်ကြောင်း၊ ကောင်းကောင်း သူကြည်။  
အသံဆီသို့၊ ဆောင်ပို့ပေးသည်။  
နားကိုမှီပြု၊ ကြားမှုဖြစ်သည်။  
နားရပ်၌၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။

အတွေ့ထင်ကြောင်း၊ ကောင်းကောင်း သူကြည်။  
အတွေ့ဆီသို့၊ ဆောင်ပို့ပေးသည်။

ကိုယ်ရပ်မှီပြု၊ ထိမှုဖြစ်သည်။  
ကိုယ်ရပ်၌၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။

ကာမ-ဘဝ၊ ဒိဋ္ဌောယ၊ မောဟ၊ အဝိဇ္ဇာ။  
နှစ်မြုပ်သတ်တယ်၊ ရေစီးနယ်၊ လေးသွယ်ဩဃပါ။

ထင်ရှားရှိနေ၊ ရုပ်နာမ်တွေ မှတ်လေသက္ကာယာ။

မှန်စွာမြင်သိ၊ ကြံမိမှန်ကန်။  
မှန်စွာပြော ပြု၊ ရှာမှုလမ်းမှန်။  
မှန်စွာကြောင်းကြ၊ မှတ်ရမှန်ကန်။  
စူးစိုက်တပ်၊ ရှစ်ရပ်မဂ်လမ်းမှန်။

**၃။ ဥပရိပဏ္ဍာသ-ဥဒ္ဓေသဝိဘင်္ဂီသုတ်  
မိန့်ခွန်းတော်**

စိတ်ဓာတ်ဝိညာဉ်၊ အပြင်မထွက်၊ အတွင်းဘက်လဲ ရပ်လျက် မတည် စွဲမှီလွတ်ကင်း ဆာလောင်ရှင်းအောင် ရှုမှတ် ဆောင်သော် နောက်နောင်ဖြစ်ရေး အို သေဘေးနှင့် ဝန်လေးစွာလှ ဒုက္ခခပင်း လုံးဝကင်းသည်-ဝိဘင်္ဂီဥဒ္ဓေသ မိန့်ခွန်းတည်း။

**အကျယ် ဝေဘန်ချက်ဆိုင်ရာ  
ဆောင်ပုဒ်များ**

(က) မြင်ပြီးရာတွင် လိုက်-ကြံလျှင်၊ အပြင်ထွက်သည်မည်။  
ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ သိပြီးရာတွင်၊ လိုက်-ကြံလျှင်၊ အပြင်ထွက်သည်မည်။

မြင်ဆဲမှာပင်၊ သိမှတ်လျှင်၊ အပြင်မထွက်ပြီး။  
ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ သိဆဲမှာပင်၊ မှတ်သိလျှင်၊ အပြင်မထွက်ပြီ။

စူးစိုက်သမှု၊ ကပ်၍ရှု၊ ဈာန်ဟု ခေါ်ဝေါ်သည်။  
သမထဈာန်၊ ဝိပသ်ဈာန်၊ ၂-တန်ကွဲပြားသည်။  
တည်ငြိမ်ရုံမျှ၊ ရှုနေက၊ သမထဈာန်ခေါ်သည်။ (အာရမ္မဏူပနိစ္စာန်)။  
လက္ခဏာသုံးရပ် ရှုသိမှတ် ဝိပသ်ဈာန်ခေါ်သည်။ (လက္ခဏူပနိစ္စာန်)။

- ၁။ ကြံစည်စဉ်းစား၊ နှစ်သိမ့်ပွား၊ ကောင်းစားချမ်းသာသည်။
- ၂။ ရှုရာရာတွင် စူးစိုက်ဝင်၊ ငါးအင် ပ-ဈာန်မည်။  
(သမ္မသနအထိ အထူးထင်ရှားသည်)
- ၃။ ချမ်းသာမှုနှင့် စူးစိုက်လင်း၊ သုံးဆင့်ဈာန်ခေါ်သည်။  
(ဥဒယဗ္ဗဘယအနုပိုင်း၌ အထူးထင်ရှားသည်)
- ၄။ ဥပေက္ခာနှင့် စူးစိုက်လင်း၊ ၄-ဆင့်ဈာန်ခေါ်သည်။  
(သင်္ခါရပေက္ခာ၌ အထူးထင်ရှားသည်)
- (ခ) ရှုမှတ်ကောင်းဆဲ၊ သာယာစွဲ၊ အထဲရပ်နေသည်။  
သာယာပယ်ဖြတ်၊ ပေါ်တိုင်းမှတ်၊ မရပ်တိုးတက်သည်။
- (ဂ) ရုပ်နာမ်ကိုပင်၊ ငါကောင်ထင်၊ စွဲလျှင်ဆာလောင်သည်။  
ရုပ်နာမ်ပေါ်ဆဲ၊ ရှုမှတ်ခွဲ၊ မစွဲ မဆာပြီ။

**ဈာန်။** စူးစိုက်သမှု၊ ကပ်၍ရှု၊ ဈာန်ဟုခေါ်ဝေါ်သည်။

(စူးစူးစိုက်စိုက်ကပ်၍ရှုတာ)

ဈာန်နှစ်မျိုး။ သမထဈာန်၊ ဝိပဿဈာန်၊ နှစ်တန်ကွဲပြားသည်။

သမထဈာန်။ တည်ငြိမ်ရုံမျှ၊ ရှုသိမှတ်၊ သမထဈာန်ခေါ်သည်။

ဝိပဿဈာန်။ လက္ခဏာသုံးရပ် ရှုနေက၊ ဝိပဿဈာန်ခေါ်သည်။

ပထမဈာန်။ ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ပထမဈာန်စု ငါးပါး။

ဒုတိယဈာန်။ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ဒုတိယဈာန်စု သုံးပါး။

တတိယဈာန်။ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ တတိယဈာန်စု နှစ်ပါး။

စတုတ္ထဈာန်။ ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ စတုတ္ထဈာန်စု နှစ်ပါး။

### ဈာန်အင်္ဂါစု

၁။ အာရုံကို ရှာကြံတာက ဝိတက်။

၂။ အာရုံကို စဉ်းစားတာက ဝိစာရ။

၃။ အာရုံ၌ နှစ်သက် အားရတာက ပီတိ။

၄။ ဝမ်းသာလျှက် ကောင်းနေတာက သုခ။

၅။ ဝမ်းမသာပဲငြိမ်ငြိမ်သက်သက် ကောင်းနေတာက ဥပေက္ခာ။

၆။ အာရုံ၌ စူးစူးစိုက်စိုက် ကပ်သွားတာက ဧကဂ္ဂတာ။

### ၄။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် (ဝန်ခံချက်မိန့်ခွန်းတော်)

သတိပဋ္ဌာန် ဓမ္မစက်ကို ဝန်ခံချက်နှင့် တို့မြတ်စွာ။

ဟောမိန့်ပုံမှာ---ထိုတရားကို ဖြစ်ပွားစေတဲ့ရှင်လူမှာ။

အလွန်ကြာလျှင် ၇-နှစ်နဲ့ ရဟန္တာအစစ် ဖြစ်နိုင်ပါ။

စွဲမှုကျန်တောင် နာဂါမ်လောက်တော့ ဆိုက်ရောက်မယ်တဲ့ ဧကန်ပါ။

မြန်သူဆိုလျှင် ၇-ရက်နဲ့ ထိုဖိုလ်မဂ်ကို ရနိုင်ပါ။

ရဲရင့်ခိုင်မှာ၊ ဝန်ခံချက်နှင့် ဓမ္မစက်ကို ဟောခဲ့ပါ။

နိဗ္ဗာန်လိုသူ မယုံမှားနဲ့ မြတ်ဘုရားကို ယုံကြည်ကာ။

သိတပဋ္ဌာန်၊ ကိုယ်းသန္တာန်၊ အမြန်ပွားစေရာ။

သို့ပွားစေမှ၊ နိဗ္ဗာန်ရ၊ မုချငြိမ်းအေးမှာ။

**၅။ သံယုတ္တနိကာယံ  
မာလုကျပုတ္တသုတ်တရားတော်**

**မေးခွန်းတော်။** ။ဒါကို သင်ဘယ်လိုထင်သလဲ မာလုကျပုတ္တ စဉ်းစားကြည့်စမ်း၊ မျက်စိဖြင့်မြင်နိုင်တဲ့ အကြင်အဆင်းတွေကို သင်ဟာ ရှေးကလဲ မမြင်ရသေးဘူး ယခုလဲမြင်နေတာမဟုတ်ဘူး နောင်လဲဒါမျိုးကို မြင်ရလိမ့်မယ်လို့တောင် မစဉ်းစားမိသေးဘူးဆိုပါတော့ အဲဒီလိုအဆင်းတွေကို တပ်မက်ချစ်ခင် လိုခြင်မှုများ သင့်မှာဖြစ်နိုင်ပါမည်လား။

ဖြေ။ ။မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။

(အသံ၊ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့၊ သဘောအာရုံတို့၌လဲ-မေးပုံ ဖြေပုံမှာ နည်းတူပင်)။

- ၁။ မမြင်ရရာ၊ ကိလေသာ၊ သူ့ဟာသူ ငြိမ်းသည်။
- ၂။ မြင်ရရာမှာ၊ ကိလေသာ၊ ကိန်းကာဖြစ်နိုင်သည်။
- ၃။ မြင်တိုင်းမှတ်ရှု ကိလေစု ကိန်းမှုပယ်သင့်သည်။
- ၄။ မေးခွန်းဖြင့်ပင် လုပ်ငန်းစဉ် ပေါ်လွင်စေခဲ့သည်။

**သုတ်ရင်း၏-ဘာသာပြန်**

(က) အို-မာလုကျပုတ္တ (လုံးဝမသိရတဲ့ အာရုံမှာ ကိလေသာ မဖြစ်နိုင်တာလိုပင်၊ ထင်ရှားသိရတဲ့ အာရုံတွေမှာလဲ ကိလေသာမဖြစ်နိုင်အောင် အားထုတ်ဖို့လိုသည်။ ဒါကြောင့်) သင့်မှာ မြင်ရ၊ ကြားရ၊ ရောက်ရ၊ သိရတဲ့ ဒီအာရုံတွေထဲကလဲ မြင်ရာ မှာ-မြင်ရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ ကြားရာမှာ ကြားရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ နံ့၊ စား၊ ထိ၊ လျက် ရောက်ရာမှာ ရောက်ရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်၊ သိရာမှာ သိရုံမျှသာ ဖြစ်ရမည်။

(ခ) ဒီအတိုင်းဖြစ်လျှင် သင်ဟာ ထင်ရှားသိရတဲ့။ အဲဒီအာရုံတွေနှင့် သာယာမုန်းထား သိမှားတဲ့အလိုအားဖြင့် မစပ်ဆိုင်တော့ပြီ။

(ဂ) မစပ်ဆိုင်လျှင် သင်ဟာ အဲဒီအာရုံတွေထဲမှာ စွဲ၍ မတည်တော့ပြီ။

(ဃ) စွဲ၍ မတည်လျှင် ဒီလောကထဲမှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ၊ ဟိုလောကထဲမှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ တစ်ခြားမှာလဲဒီလို စွဲလမ်းတဲ့ သင်မရှိတာသည်ပင်လျှင် ဆင်းရဲဆိုးရာ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း။

အညေဝါဒအလို။ (ဃ) စွဲ၍မတည်လျှင် ဒွါရခြောက်ပါးဆိုတဲ့ ဒီအတွင်းဘက်မှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ၊ အာရုံ ၆-ပါးဆိုတဲ့ ဟိုအပြင်ဘက်မှာလဲ သင်မရှိတော့ပြီ စိတ်စေတသိက်ဆိုတဲ့ သိမှုထဲမှာလဲ။ သင်မရှိတော့ပြီ၊ ဒီလို သင်မရှိတာ သင်ချုပ်ပျောက်သွားတာသည်ပင်လျှင် ဆင်းရဲဆိုးရာ နိဗ္ဗာန်ပေတည်း။

**နိဗ္ဗာန်နှင့် ဝေးပုံ**

အဆင်းမြင်လျှင်၊ ချစ်ဖွယ်ထင်၊ ထိုတွင်မေ့လေသည်။

သာယာတပ်စွဲ၊ ခံစားမြဲ၊ စိတ်ထဲ သိမ်းလျက်တည်။

အဆင်းဆိုင်ရာ၊ စေဒနာ၊ များစွာ မှားတော့သည်။

လောဘစည်ကား ဒေါသပွား၊ ဗျာများစိတ်ပန်းသည်။

ဤနည်းဖြင့်ပဲ၊ မပြောင်းလဲ၊ ဆင်းရဲရှာသူမည်။

ဆင်းရဲကိုသာ ရှုသူမှာ၊ ဝေးစွာနိဗ္ဗာန်ပြည်။

**နိဗ္ဗာန်နှင့် နီးပုံ**

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

**၇။ မဇ္ဈိမနိကာယ် ဝမ္ဘိကသုတ် တရားတော်ကြီး  
ဆောင်ပုဒ်များ**

မီးခိုးညှို့ခါ၊ နေ့မှာမီးပျို၊ တောင်ပိုမြင်လတ်၊ ဆရာမြတ်က၊ တပည့်လှအား၊ ပေါက်တူးသွားဖြင့်၊ ခွဲခြားစေရာ၊ ပေါ်လာမင်းတုတ်၊ ဖားပြုတ်တွေ့ရ၊ လမ်းနှစ်ခွမှာ၊ ဆပ်ပြာရေစစ်၊ လိပ်ညစ်တစ်လီ၊ ဓားစဉ်းတီးနှင့်၊ ဆွေပြီအသား၊ နတ်နဂါး၊ ဆယ့်ငါးဂှက်စာအစဉ်တည်း။

**အဖြေဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ တောင်ပို့ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
ဤရုပ်ကိုယ်ကြီးပဲ။
- ၂။ မီးခိုးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
ညမှာကြံတွေ့နေတာပဲ။
- ၃။ မီးလျှံဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
နေ့ခင်းကျတော့ ပြုတာပဲ။
- ၄။ ဆရာဆိုတာ ဘယ်သူလဲ၊  
ငါတို့ မြတ်စွာဘုရားပဲ။
- ၅။ တပည့်ဆိုတာ ဘယ်သူလဲ၊  
ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီပဲ။
- ၆။ ပေါက်တူးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
မှတ်သိနေတဲ့ ပညာပဲ။
- ၇။ တူးတယ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
ကြောင့်ကြံစိုက်တဲ့ လုံးလပဲ။
- ၈။ မင်းတုတ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
ရှုမှတ်နည်းကို မသိတာပဲ။
- ၉။ ဖားပြုတ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
စိတ်ဆိုးတတ်တဲ့ ဒေါသပဲ။
- ၁၀။ လမ်းခွဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
ဝေဖန်စဉ်းစား ယုံမှားပဲ။
- ၁၁။ ရေစစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
နီဝရဏငါးပါး တရားပဲ။
- ၁၂။ လိပ်ညစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
ခန္ဓာငါးပါး တရားပဲ။
- ၁၃။ စဉ်းတီးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ပဲ။



၁၄။ သားတစ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
 နှစ်သက်တပ်စွဲ ရာဂပဲ။  
 ၁၅။ နဂါးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ၊  
 အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာပဲ။

**၇။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်ဆောင်ပုဒ်**

အမှန်မသွား၊ အမှားမြင်ကာ၊ အဝိဇ္ဇာကြောင့်၊ ချမ်းသာလိမ့်နိုး၊ ရည်မျှော်ကိုးလျက်၊ သုံးမျိုးမှုကံ၊ ပြုစီမံ၍၊ ဝိညာဏ်  
 တွယ်စပ်၊ နာမ်ရုပ်ကပ်လျက်၊ ခြောက်ရပ် အာယတန၊ ဖဿ ခြောက်ဖြာ၊ ဝေဒနာကြောင့်၊ တဏှာခြောက်တန်၊ ဥပါဒါန်နှင့်၊  
 ဖြစ်ရန်အကြောင်း၊ ကံဆင့်လောင်း၍၊ ဆိုးကောင်းဘဝ၊ ဖြစ်ရပြန်ရာ၊ အိုကာသေရေး၊ ပူအဆွေးနှင့်၊ ငိုကြွေးကိုယ်နှမ်း၊ စိတ်  
 မချမ်းမျှ၊ ပူပန်ရသည်။ လုံးဝ ဆင်းရဲစုသာတည်း။

**အတိတ်အကြောင်းကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးပေါ်ပုံ**

အမှန်မသွား၊ အမှားသိမြင်၊  
 အဝိဇ္ဇာဖုံး၊ ကောင်းလုံးမှတ်ထင်၊  
 စိတ်၊ ကိုယ်၊ နှုတ်မှု၊ ကြံပြုပြောလျှင်၊  
 ဝိညာဏ်စပ်၊ နောက်ထပ်သန္ဓေရှင်။

**ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးငါးပါးပေါ်လာပုံ**

ဝိညာဏ်မျိုးစေ့၊ စ၍ဖြစ်လျှင်၊  
 နာမ်နှင့်ရုပ်လဲ၊ ပူးတွဲပါဝင်၊  
 အာယတန၊ ဖဿပေါ်ထင်၊  
 ကောင်းဆိုးများ၊ ခံစားမိရိုးပင်။

**ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးမှ အကြောင်းအသစ်ပေါ်၍  
 ထို့အကြောင်းကြောင့် အနာဂတ်အကျိုးပေါ်ပုံ။**

ခံစားသည့်တွက်၊ တပ်မက်ခင်မင်၊  
 မည်သို့ပြုငြား၊ ကောင်းစားမည်ထင်၊  
 ဝင်စားစွဲလမ်း၊ ရော်ရမ်းပြုလျှင်၊  
 နောင်ဘဝ၊ ဖြစ်ရဇာတိပင်။

**အနာဂတ်အကျိုးငါးပါးပေါ်လာပုံ။**

ဘဝဇာတိ၊ သူရှိပြန်လျှင်၊  
 အိုသေ ပူဆွေး၊ ငိုကြွေးထို့ပြင်၊  
 ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ၊ ထန်သဲပူပင်၊  
 သို့ဖြစ်ရ၊ လုံးဝ ဆင်းရဲပင်။

**၈။ ဝိပဿနာရှုနည်း မှုသေစဉ်း**

မေး။ ။ဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်ဆိုတာ၊ ဘယ်ဟာရှု၍ဖြစ်သနည်း။  
 ဖြေ။ ။မြဲတယ်၊ ချမ်းသာ၊ ငါစွဲရာ၊ ခန္ဓာ ရှုရမြဲ။  
 မေး။ ။ဘယ်အကျိုးငှါ၊ ဘယ်အခိုက်မှာ၊ ခန္ဓာ ရှုသလဲ။  
 ဖြေ။ ။မစွဲဖို့ရာ၊ ဖြစ်ဆဲမှာ၊ မှန်စွာ ရှုရမြဲ။

အကျိုး။ ။ပေါ်ခိုက်မရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုဝင်ရောက်သည်။  
 ပေါ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။  
 စွဲမှုကင်းလျှင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင်ဆိုက်ရောက်သည်။  
 ဝိပဿနာရှုနည်း၊ မူသေစည်း၊ သိမ်းဆည်းထားရမည်။

**၉။ ဝိပဿနာ အခြေခံတရားတော် ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ ဝိပဿနာ၊ ဉာဏ်ဆိုတာ၊ ဘယ်ဟာရှု၍ဖြစ်သနည်း။
- ၂။ စွဲလမ်းနိုင်ရာ ငါးခန္ဓာ၊ မှန်စွာရှု၍ဖြစ်သတည်း။
- ၃။ ဘယ်အကျိုးငှာ၊ ထိုခန္ဓာ၊ ဘယ်ဟာရှုရပါသနည်း။
- ၄။ မစွဲဘို့ရာ၊ ဖြစ်ဆဲမှာ၊ မှန်စွာရှုရပါသတည်း။
- ၅။ ဖြစ်ခိုက်မရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုဝင်ရောက်သည်။
- ၆။ မြဲတယ် ကောင်းတယ်၊ ငါကောင်နယ်၊ တကယ်ထင်တတ်သည်။
- ၇။ ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ စွဲမှုကင်းပျောက်သည်။
- ၈။ မမြဲဆင်းရဲ၊ သဘောပဲ၊ ဉာဏ်ထင်ရှင်းတော့သည်။
- ၉။ စွဲမှုကင်းပျောက်၊ မဂ်လမ်းပေါက်၊ ဆိုက်ရောက် နိဗ္ဗာန်ပြည်။
- ၁၀။ ဝိပဿနာရှုနည်း၊ မူသေစည်း၊ သိမ်းဆည်းထားရမည်။

**၁၀။ သမ္မဇဉ်ခေါ်တဲ့ အသိဉာဏ်တရား ၄-ပါး**

- ၁။ သာတ္တကသမ္မဇဉ်။ ။ကျိုးရှိသလား၊ မရှိလား စဉ်းစားတာက သာတ္တက။
- ၂။ သပ္ပာယသမ္မဇဉ်။ ။သင့်တော်ရဲ့လား၊ မတော်လား၊ စဉ်းစားတာက သပ္ပာယ။
- ၃။ ဂေါစရသမ္မဇဉ်။ ။ရုပ်ဓာတ်၊ နာမ်ဓာတ်၊ စဉ်မပြတ် ရှုမှတ်တာက ဂေါစရ။
- ၄။ အသမ္မောဟသမ္မဇဉ်။ ။မမြဲဆင်းရဲ၊ ရုပ်နာမ်ပဲ အသိကွဲတာက အသမ္မောဟ။

**၁၁။ ခိတ္တာနူပဿနာဆောင်ပုဒ်များ**

နှိမ်နိုင်ခဲစွာ၊ လျှင်မြန်လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ်ပါသည်၊ ဝိညာဏ်သွမ်း၊ စိတ်သရမ်းကို၊ စောင့်ဖမ်းရှုရေး၊ ဆုံးမပေး၍၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ သူဖြစ်လာလျှင်၊ ချမ်းသာဆောင်ပေးတတ်သတည်း။

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

**၁၂။ အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်လာ အရိယာဝါသသုတ် တရားတော်**

- ၁။ ငါးအင်ပယ်လေ၊ ဂုဏ်ခြောက်ထွေ၊ စုံစေစောင့်တစ်ပါး။
- ၂။ လေးရပ်မှီကာ၊ ပယ်ရှင်းရာ၊ သစ္စာ သီးသန့်များ။
- ၃။ ရှာမှီးကင်းစင်၊ ကြံကြည်လင်၊ ထွက်ဝင်ငြိမ်းစေသား
- ၄။ စိတ်ကောင်းစွာလွတ်၊ ပညာလွတ်၊ မချွတ် ဂုဏ်ဆယ်ပါး။
- ၅။ အရိယဝါသ၊ ဟောဖော်ပြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်ဘုရား။

**အစောင့်တစ်ပါး**

ဖြစ်တိုင်းမှတ်ရှု၊ သတိပြု၊ စောင့်မှုအစဉ်ထား။

**မှီရာလေးပါး**

မှီဝဲ သည်းခံ၊ ရှောင်ပယ်လှန်၊ လေးတန်မှီရာများ။

**ပယ်ရန် အင်္ဂါငါးပါး**

- ၁။ နှစ်သက်လိုချင်၊ ကြွေးမြီတင်၊ အလျင်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၂။ စိတ်ပျက် စိတ်ဆိုး၊ ရောဂါမျိုး၊ နှိမ်ချိုးပယ်ဖျောက်လေ။
- ၃။ ထိုင်မှိုင်း ပျင်းရိ၊ ချုပ်နှောင်မိ၊ မှတ်သိ ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၄။ ပျံ့လွင့်ပူပန်၊ သူ့ကျွန်ခံ၊ အမြန်ပယ်ဖျောက်လေ။
- ၅။ ယုံမှားဒွိဟ၊ လမ်းနှစ်ခွ၊ တွေ့ကပယ်ဖျောက်လေ။

**ဝါယောဓာတ်၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်**

ထောက်ကန်တောင့်တင်း၊ လျော့ခြင်းတမည်၊ (လက္ခဏာ)  
 ယိမ်းယိုင်လှုပ်ရှား၊ ရွေ့သွားတတ်သည်၊ (ရသ)  
 သူလိုရာဘက်၊ တွန်းလျက်ဆောင်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)  
 ဝါယောဓာတ်၊ သိမှတ်မြတ်ယောဂီ။

**ဒုက္ခဝေဒနာ၏ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်**

အတွေ့ဆိုးများ၊ ခံစားတတ်သည်၊ (လက္ခဏာ)  
 စိတ်အားကုန်ခမ်း ညှိုးနွမ်းစေသည်၊ (ရသ)  
 ကိုယ်ထဲနှိပ်စက်၊ ခံခက်ထင်သည်၊ (ပစ္စုပဋ္ဌာန်)  
 ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ သိမြဲမြတ်ယောဂီ။

**စိတ်၏လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်**

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

**အနိစ္စာနုပဿနာ**

- ၁။ အနိစ္စကို သိရမည်၊ အနိစ္စလက္ခဏာကို သိရမည်၊ အနိစ္စာနုပဿနာကို သိရမည်။
- ၂။ ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက အနိစ္စတရား။
- ၃။ ဖြစ်ပေါ်ပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်သွားတာက အနိစ္စ လက္ခဏာ။
- ၄။ ရှုမှတ်ဆဲမှာ ကွယ်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရ၍ မမြဲဟု သိတာက အနိစ္စာနုပဿနာဉာဏ်။

**ဝိပဿနာ၏အကျိုးတရား**

အနိစ္စမြင်လျှင်၊ ဒုက္ခထင်သည်။  
 ဒုက္ခထင်တော့၊ အနတ္တမြင်သည်။  
 အနတ္တမြင်၊ နိဗ္ဗာန်ခွင်၊ ပြေးဝင်ဆိုက်ရောက်သည်။  
 နိဗ္ဗာန်မြင်က၊ အပါယ်မှ မုချလွတ်မြောက်သည်။

**ဂုဏ်မြောက်ထွေအရ ဆဋ္ဌင်္ဂိပေက္ခာ ၆-ပါး**

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

- ၂။ အသံကြားရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၃။ အနံ့နံ့ရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၄။ အရသာသိရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၅။ အတွေ့ထိရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။
- ၆။ သဘောသိရာ၊ ရှုမှတ်ကာ၊ မှန်စွာသိပါစေ။

**သီးသန့်သစ္စာများ**

- ၁။ လောက အမြဲတည်နေသည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၂။ လောက ပြတ်စဲသည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၃။ လောက အဆုံးအပိုင်းအခြားရှိသည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၄။ လောက အဆုံးအပိုင်းအခြားမရှိဟု ယူဆခြင်း။
- ၅။ အသက်နှင့်ကိုယ် အတူတူဟု ယူဆခြင်း။
- ၆။ အသက်တစ်ခြား ကိုယ်တစ်ခြားဟု ယူဆခြင်း။
- ၇။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ ရှိမြဲရှိသည်ဟု ယူဆခြင်း။
- ၈။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ မရှိတော့ဟု ယူဆခြင်း။
- ၉။ သေပြီးနောက် သတ္တဝါ ရှိသည်လဲမဟုတ်၊ မရှိသည်လဲမဟုတ်ဟု ယူဆခြင်း။

**မဇ္ဇိမိဋ္ဌိကသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်**

မက်မောထောင်လွှား၊ အမြင်မှားလျက်၊ ချဲ့ပွားတတ်စွာ၊ ပပဉ္စာဟု၊ သညာသုံးမျိုး၊ တရားဆိုးတို့၊ လွှမ်းမိုးတတ်ရာ၊ ခြောက်ဋ္ဌာနာဝယ်၊ မှန်စွာရှုလျက်၊ သိမြင်ချက်ကြောင့်၊ နှစ်သက်ခင်တွယ်၊ ချီးမွမ်းဘွယ်တို့၊ ပျောက်ကွယ်ကင်းရှင်း၊ မရှိခြင်းပင်၊ မူရင်းမြစ်မ၊ နုသယနှင့်၊ ပါပအားလုံး၊ ချုပ်ပြတ်သုံးသည့်၊ နယ်ဆုံးကန့်သတ်၊ မိန့်တော်မှတ်သည်၊ သုတ်မြတ် မဇ္ဇိမိဋ္ဌိတည်း။

စက္ခုရူပ၊ တကွဆုံလျှင်၊ မြင်ကာတွေ့သွား၊ ခံစားမှုထင်၊  
မြဲစွာမှတ်သား၊ ကြံမှားလေလျှင်၊ ပပဉ္စ မုချချဲ့ရိုးပင်။  
စက္ခုရူပ၊ ဆုံကမြင်စဉ်၊ တွေ့လျက်ခံစား၊ ပိုင်းခြား သိလျှင်၊ မြဲစွာမှတ်သား၊ ကြံမှားကင်းစင်၊  
ပပဉ္စ၊ လုံးဝ ချုပ်ရိုးပင်။

**၁၆။ ဘဝတန်ဖိုးတရားတော်**

(၁၆-၉-၅၄ နေ့ ယောဂီထောက်ပံ့ရေးအဖွဲ့ခွဲ ၂-နှစ်မြောက် အစည်းအဝေးတွင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူသည်။)

ဖြစ်ပျက်နှစ်ဖြာ၊ မမြင်ပါပဲ၊ တစ်ရာအသက်၊ ရှည်သည်ထက်လည်း၊ ဖြစ်ပျက်နေဟန်၊ ရုပ်နှင့်နာမ်ကို၊ အမှန်မြင်လျက်၊ ဉာဏ်စဉ်တက်၍၊ တစ်ရက်တာမျှ၊ သက်ရှည်ရသော်၊ လောက လူ့ရွာ၊ ကောင်းမြတ်သာသည် မြတ်စွာဗုဒ္ဓ မိန့်ခွန်းတည်း။

**ဓမ္မပဒပါဠိတော်**

ယောစ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ။  
ဧကာဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊ ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။

ယောစ၊ အကြင်သူသည်ကား။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ အဖြစ်အပျက်ကို၊ အပဿံ၊ မမြင်ပါပဲ၊ ဝဿသတံ၊ အနှစ်တစ်ရာ တစ်သက်တာပတ်လုံး၊ ဇီဝေ၊ ပကတိအတိုင်းသာ အသက်ရှင်လျက်နေရ၏၊ တဿ၊ ထိုသူ၏၊ တတော-ထိုအနှစ်တစ်ရာပတ် လုံး အသက်ရှင်ရသည်ထက်၊ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ အဖြစ်အပျက်ကို၊ ပဿတော၊ မြင်သောသူ၏၊ ဧကာဟံဇီဝိတံ၊ တစ်နေ့တစ်ရက်မျှ အသက်ရှင်ရခြင်းသည်၊ သေယျော-သာ၍ကောင်းမြတ်ပေ၏။

၁၇-မဇ္ဈိမနိကာယ်မူလပဏ္ဍာသ  
စူဠတဏှာသင်္ခယသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်

- ၁။ လုံးစုံဓမ္မ၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခအနတ္တာ၊ ကုဓဘိက္ခုနော သုတံ
- ၂။ ဤ၍၊ ဤမျှ၊ ကြားဘူးက၊ သုတလုံလောက်ပါ။ ဟောတိ “သဗ္ဗဓမ္မာ နာလံ အဘိနိဝေသာယာ”တိ။
- ၃။ ဉာဏ်ဖြင့်ရှေ့ရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ မှတ်ပြုသိလေရာ။ သော သဗ္ဗံ ဓမ္မံ အဘိဇာနာတိ။
- ၄။ မမြဲဆင်းရဲ၊ သဘောပဲ၊ သိမြဲပိုင်းခြားကာ။ သဗ္ဗံ ဓမ္မံ ပရိဇါနာတိ။
- ၅။ ကောင်းဆိုးလတ်စု၊ ခံစားမှု၊ မှတ်ရှုအနိစ္စာ။ တာသု ဝေဒနာသု အနိစ္စာနုပဿီ။
- ၆။ ပျက်ပြယ်သွားမှု၊ ချုပ်ငြိမ်းမှု၊ မှတ်ရှုနေပြန်ရာ။ ဝိရာဂါနုပဿီ နိရောဓါနုပဿီ။
- ၇။ စွန့်လွှတ်တစ်ဖန်၊ စွန့်လွှတ်ပြန်၊ ထပ်မံရှုမှတ်ရာ။ ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿီဝိဟရတိ။
- ၈။ သို့ရှုသူဟာ လောကမှာ၊ စွဲဆာကင်းလေသည်။ န ဥပါဒီယတိ၊ န ပရိတဿတိ။
- ၉။ ဆာလောင်ကင်းက ကိုယ်တိုင်မျှ လုံးဝငြိမ်းအေးသည်။ ပစ္စတ္တညေဝ ပရိနိဗ္ဗာယတိ။
- ၁၀။ ဤမျှဖြင့်ပင် တဏှာစင်၊ ကျင့်စင်ပြီးဆုံးသည်။ ဧတ္ထဝတာ ခေါ တဏှာ သင်္ခယ ဝိမုတ္တော ဟောတိ
- ၁၁။ စူလတဏှာ၊ သင်္ခယာ မြတ်စွာဟောမိန့်သည်။ အနိစ္စန္တနိဋ္ဌော သေဋ္ဌောဒေဝ မနုဿာနံ။

ခက်ဆန်မှတ်ဖွယ်

- ၅။ (က) ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ်ခန္ဓာက၊ အနိစ္စ။  
 (ခ) ပေါ်လာပြီးနောက် ကွယ်ပျောက်တာက၊ အနိစ္စလက္ခဏာ။  
 (ဂ) ရှုမှတ်ဆဲမှာ၊ ကွယ်ပျောက်သွားတာကို တွေ့ရ၍ မမြဲဟု သိတာက၊ အနိစ္စာနုပဿနာ။  
 (ဃ) မှတ်တိုင်း မှတ်တိုင်း၊ မမြဲဟု သိသူသည် အနိစ္စာနုပဿီမည်၏။
- ၆။ (က) အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်၊ ပျက်ပြယ်သွားတာက၊ ခယဝိရာဂ။  
 (ခ) အလုံးစုံသော သင်္ခါရ၊ လုံးဝမပေါ်လာပဲ ကင်းတာက၊ အစ္စန္တဝိရာဂ။  
 (ဂ) ဤဝိရာဂ -၂-မျိုးကို၊ မှတ်လျက် ရောက်လျက်တွေ့မြင်တာက၊ ဝိရာဂနုပဿနာ။  
 (ဃ) အာရုံနှင့် မှတ်စိတ်၊ ချုပ်ဆုံးသွားတာက၊ ခယနိရောဓ။  
 (င) အလုံးစုံသော သင်္ခါရ၊ လုံးဝမပေါ်လာပဲ ငြိမ်းတာက၊ အစ္စန္တနိရောဓ။  
 (စ) ဤနိရောဓ -၂-မျိုးကို၊ မှတ်လျက် ရောက်လျက်တွေ့မြင်တာက၊ နိရောဓနုပဿနာ။
- ၇။ (က) မရှုမိတဲ့အာရုံ၌ ဖြစ်နိုင်သည့် ကိလေသာခန္ဓာတွေကို စွန့်လွှတ်သော ရှုမှတ်မှုက၊ ပရိစ္ဆာဂ-  
 ပဋိနိဿဂ္ဂ။  
 (ခ) နိဗ္ဗာန်အာရုံထဲကို ပြေးဝင်သွားသလို ဖြစ်သောမဂ်က၊ ပက္ခန္ဓာနုပဋိနိဿဂ္ဂ။  
 (ဂ) ဤပဋိနိဿဂ္ဂ -၂-ပါးကိုပင်၊ ပဋိနိဿဂ္ဂါနုပဿနာခေါ်သည်။

၁၉။ နှစ်ပတ်လည်ပူဇော်ကန်တော့ပွဲတွင်  
မဟာစည်ဆရာတော် ဟောကြားတော်မူသော  
ဘုရားရှင်တို့၏ ဩဝါဒပါတိမောက် တရားတော်

၁။ ခန္တီ ပရမံ တပေါ တိတိက္ခာ၊  
နိဗ္ဗာနံ ပရမံ ဝဒန္တိ ဗုဒ္ဓါ။  
န ဟိ ပဗ္ဗဇိတော ပရူပဃာတီ။  
န သမဏော ဟောတိ ပရံ ဝိဟေဠယန္တော။

သည်းခံ ကျင့်သုံး၊ အမြတ်ဆုံးပေ၊  
နိဗ္ဗာန်မြတ်လှ၊ ဗုဒ္ဓမိန့်ပေ။  
ရဟန်းမှန်လျှင်၊ မညှင်းတတ်ပေ၊  
ညှင်းဆဲက၊ သမဏ မဟုတ်ပေ။

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

မကောင်းမှုများ၊ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊  
ကောင်းမှုတရား၊ ဖြစ်ပွားစုံစေ၊  
မိမိစိတ်ဓာတ်၊ ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊  
ဤသုံးပါး၊ ဘုရားဆုံးမပေ။

၃။ အနုပဝါဒေါ အနုပဃာတော၊  
ပါတိမောက္ခေစ သံဝရော။  
မတ္တညူတာစ ဘတ္တသ္မိံ။  
ပန္နဉ္စသယနာသနံ။  
အမိစိတ္တေစ အာယောဂေါ၊  
ဧတံ ဗုဒ္ဓါန သာသနံ။

သူကိုစွပ်စွဲ၊ ညှင်းဆဲကင်းစေ၊  
ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ လုံးဝလုံစေ။  
အစာဗွဲလဲ၊ သိမြဲတိုင်းရည်၊  
လူသူဆိတ်တောင်း၊ တောကျောင်းမှာနေ။  
စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း၊ ကြိုးပမ်းပါလေ၊  
ဤခြောက်ပါး၊ ဘုရားဆုံးမပေ။

ဓမ္မပဒဂါထာ

ကုမ္ဘူပမံ ကာယမိခံ ဝိဒိတွာ၊  
နာဂရူပမံ စိတ္တမိဒံ ဌပေတွာ။  
ယောဓေထ မာရံ ပညာဝုဓေန၊  
ဇိတဉ္စ ရက္ခေ အနိဝေသနော သိယာ။

၁။ မြေအိုးသဖွယ် ရုပ်ကိုယ်ဝယ်၊ ပျက်လွယ်သိပါလေ။  
၂။ ရှုမှတ်စိတ်မှာ မြို့ပမာ၊ ခိုင်စွာတည်ရှိစေ။  
၃။ ဉာဏ်ပုံးဖြင့်ခွင်း မာန်သေမင်း နှိမ်နှင်းတိုက်ဖျက်လေ။  
၄။ အောင်ပြီးစောင့် မြဲမရပ်ပဲ တိုက်ပွဲပြီးဆုံးစေ။

### အကျဉ်းချုပ် ကြိဝါဒ

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

### ၁၉။ ဟေမဝတသုတ္တန် တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်

၁။ လပြည့်စက်ဝန်း၊ တက်ထွန်းစင်ကြယ်၊ (သာတာဂီရိ)  
 ပန်းစုံဖူးပွင့်၊ နတ်ညဉ့်ပျော်ပွယ်၊  
 အရှင်ဂေါတမ၊ မည်ရမျိုးနွယ်၊  
 တို့ဘုရား၊ ခုသွားဖူးစို့ကွယ်။

၂။ ငါတို့ဘုရား၊ စိတ်ထားကောင်းစွာ၊ (သာ)  
 သူခပ်သိမ်းအား၊ သနားညီညွှာ၊  
 အာရုံကောင်းဆိုး၊ ကြံမျိုးသုံးဖြာ၊  
 လိုရှိတိုင်း၊ မဆိုင်းပြုနိုင်ပါ။

၃။ မပေးဝတ္ထု၊ ယူမှုကင်းကွာ၊ (သာ)  
 ညှင်းဆဲသတ်မှု၊ မပြုသည်သာ၊  
 မေ့လျော့ရေးမှ၊ ဝေးလှပေစွာ၊  
 တို့ဘုရား၊ ဈာန်ပွားမဆိတ်ပါ။

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

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

၆။ ဝိဇ္ဇာဉာဏ်များ၊ သုံးပါးရှစ်သွယ်၊ (သာ)  
 စရဏဆယ့်ငါး၊ ကျင့်အားစုံတယ်။  
 အာသဝေါခပ်သိမ်း၊ ကုန်ငြိမ်းစင်ကြယ်၊  
 တရားမင်း၊ ကင်းရှင်းနောင်ဖြစ်ဖွယ်။

(က) သုံးပါးဝိဇ္ဇာ၊ ပု၊ ဒိ၊ အာ၊ ပညာဉာဏ်မျက်စိ။

(ခ) ရှစ်ပါးအရ ထည့်သွင်းကြ၊ ဝိ-မ-စေ-ဣ-ဒိ။  
 (ဝိပဿနာ၊ မနောမယိဒ္ဓိ၊ စေတောပရိယ၊ ဣဒ္ဓိဝိဓ၊  
 ဒိဗ္ဗသောတာ၊ ပုဗ္ဗေနိဝါသ၊ ဒိဗ္ဗစက္ခု၊ အာသဝက္ခယ၊  
 ဝိဇ္ဇာရှစ်ပါး။

(ဂ) သီ-ဣန်-ဘော-ဇာ၊ ဈာန်လေးဖြာ သဒ္ဓါဝီရိယ။

(ဃ) သတိပညာ-ဟိ-ဩ-ဗာ၊ မှတ်ပါစရဏ။  
 (သီ-ပါ တိမောက္ခသီလ၊ ဣန်-ဣန္ဒြိယသံဝရ-ဘော-ဘောဇနေ မတ္တညူတော၊ ဇာ-ဇာဂရိယ၊  
 ဟိ-ဟိရိ၊

ဩ-ဩတပွ၊ ဗာ-ဗာဟုသစ္စ။

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

၈။ ခြောက်ပါးရှိက၊ လောကဖြစ်သည်၊ (ဘုရား)  
ခြောက်ပါးမှာခြင်း၊ ပေါင်းသင်းနေသည်။  
ခြောက်ပါးကိုစွဲ၊ လှုပ်ခေါ်သည်၊  
ခြောက်ပါး၌၊ အားစိုက်ပင်ပန်းသည်။

၉။ ငါးဖြာကာမ၊ ဆဋ္ဌစိတ်တွင်၊ (ဘုရား)  
ငါ့ဟာငါပဲ၊ ယူစွဲထင်မြင်။  
ထိုမှာဖြစ်ထိုက်၊ နှစ်ခြိုက်ပယ်လျှင်၊  
ဆင်းရဲမှ၊ လွတ်ရယောဂီရှင်။

၁၀။ သီလသန့်ရှင်း၊ အတွင်းမှာပင်၊ (ဘုရား)  
ကြံရှုမှုရှိ၊ သတိထင်လျှင်။  
စိတ်တည်ကြည်ရင်း၊ ဉာဏ်လင်းသိမြင်၊  
ဩဇာနက်၊ ကူးထွက်ယောဂီရှင်။

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

၁၂။ ဘုရား တရား ဂုဏ်များချိုကာ၊ (ဘုရား)  
တစ်ရွာမှသွား၊ တစ်ခြားမြို့ရွာ။  
တောတောင်သစ်ဟောင်း၊ ရွှေပြောင်းသွားလာ၊  
ငါတို့များ၊ လှည့်သွားနေတော့မှာ။

**၂၁။ (က) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်  
သလ္လေခသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်**

ဝိဟိံ သာ၊ ပါတ၊ အဒိန္နနှင့်၊ အဗြဟ္မစရိယာ၊ မုသာပိသု၊ ဖရ၊ သမ္မာ၊ အဘိဇ၊ ဗျာနှင့်၊ ဆယ်ဖြာမိစ္ဆတ္တ၊ စဉ်တိုင်းပြု၍  
ထိန၊ ဥဒ္ဓစ္စာ၊ ဝိစိကိစ္ဆာနှင့်၊ ကောဓာ၊ ပနာဟ၊ မက္ခ၊ ပဠာ၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆေ၊ သာဠေ၊ မာယာ၊ အတိမာ၊ ထမ္မ၊ ဒုဗ္ဗစနှင့်၊ ပ  
အတိမာ၊ ထမ္မ၊ ဒုဗ္ဗစနှင့်၊ ပါပမိတ္တော၊ ပမာဒေါတစ်ဖြာ၊ သဒ္ဓါမရှိ၊ အဟိရိက၊ နောတ္တပ္ပနှင့်၊ သုတနည်းဘိ၊ ပျင်းရိတရပ်၊  
မုဋ္ဌသစ္စ၊ ဒုပ္ပညတာ၊ ယူသည်းစွာဟု၊ ကိလေသာဘေး၊ လေးဆယ့်လေးကို၊ ဝေးဝေးစွန့်စေ၊ ညွှန်ပြပေသည်၊ သလ္လေခသုတ်  
မိန့်ခွန်းတည်း။

**ကိလေသာ ၄၄-ပါး ပေါ်ပြေချက်**

- ၁။ ဝိဟိံသာ-ညှင်းဆဲခြင်း။
- ၂။ ပါဏာတိပါတ-သတ္တဝါကိုသတ်ခြင်း။
- ၃။ အဒိန္နဒါန-သူ့ဥစ္စာကို လုယက်ခိုးယူခြင်း။
- ၄။ အဗြဟ္မစရိယ-မေထုန်မှုကိုပြုခြင်း။
- ၅။ မုသာဝါဒ-လိမ်လည်ပြောခြင်း။
- ၆။ ပိသုနဝါစာ-ကုံးတိုက်ခြင်း။



- ၇။ ဖရသဝါစာ-ဆဲဆိုခြင်း။
- ၈။ သမ္ပပလာပ-အနုစိမ္မံ စကားပြောခြင်း။
- ၉။ အဘိဇ္ဈာ-သူ့ဥစ္စာကို ရရန်ကြံစည်ခြင်း။
- ၁၀။ ဗျာပါဒ-သူတစ်ပါး သေပျက်စီးရန် ကြံစည်ခြင်း။
- ၁၁။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ-မှားစွာယူခြင်း။
- ၁၂။ မိစ္ဆာသင်္ကပ္ပ-မှားစွာကြံခြင်း။
- ၁၃။ မိစ္ဆာဝါစာ-မှားစွာပြောခြင်း။
- ၁၄။ မိစ္ဆာကမ္မန္တ-မှားစွာပြုခြင်း။
- ၁၅။ မိစ္ဆာအာဇီဝ-မှားစွာအသက်မွေးခြင်း။
- ၁၆။ မိစ္ဆာဝါယာမ-မှားစွာအားထုတ်ခြင်း။
- ၁၇။ မိစ္ဆာသတိ-မှားစွာအမှတ်ရခြင်း။
- ၁၈။ မိစ္ဆာသမာဓိ-မှားစွာစိတ်တည်ခြင်း။
- ၁၉။ မိစ္ဆာဉာဏ-မှားစွာဆင်ခြင်ခြင်း။
- ၂၀။ မိစ္ဆာဝိမုတ္တိ-မှားစွာလွတ်ခြင်း။
- ၂၁။ ထိန်မိဒ္ဓ-စိတ်ထိုင်မှိုင်းခြင်း။
- ၂၂။ ဥဒ္ဓစ္စ-စိတ်ပျံလွင့်ခြင်း။
- ၂၃။ ဝိစိကိစ္ဆာ-ယုံမှားခြင်း။
- ၂၄။ ကောဓ-အမျက်ထွက်ခြင်း။
- ၂၅။ ဥပနာဟ-ရန်ငြိုးဖွဲ့ခြင်း။
- ၂၆။ မက္ခ-သူ့ကျေးဇူးကို ချေဖျက်ခြင်း။
- ၂၇။ ပဋ္ဌာသ- သူ့ဂုဏ်ပျက်အောင် ဖက်ပြိုင်ပြောခြင်း။
- ၂၈။ ဣဿာ-မနာလိုခြင်း။
- ၂၉။ မစ္ဆရိယ-ဝန်တိုခြင်း။
- ၃၀။ မာယာ-မိမိအပြစ် မပေါ်အောင် လှည့်ပတ်ခြင်း။
- ၃၁။ သာဠေယျ-ဟန်ဆောင်ပလွားခြင်း။
- ၃၂။ အတိမာန-အလွန်အထင်ကြီးခြင်း။
- ၃၃။ ထမ္မ-အရိုအသေ မပြုနိုင်ခြင်း။
- ၃၄။ ဒုဗ္ဗစတာ-ဆိုဆုံးမခက်ခြင်း။
- ၃၅။ ပါပမိတ္တတာ-မိတ်ဆွေညံ့နှင့် ပေါင်းခြင်း။
- ၃၆။ ပမာဒ-ကုသိုလ်ရေး၌ မေ့လျော့ခြင်း။
- ၃၇။ အသဒ္ဓတာ-သဒ္ဓါတရားမရှိခြင်း။
- ၃၈။ အဟိရိက-အကုသိုလ်မှ မရက်ခြင်း။
- ၃၉။ အနောတ္တပ္ပ-အကုသိုလ်မှ မကြောက်ခြင်း။
- ၄၀။ အပ္ပဿတတာ-အကြားအမြင်နည်းခြင်း။
- ၄၁။ ကောသဇ္ဇ-ပျင်းရိခြင်း။
- ၄၂။ မုဋ္ဌသစ္စ-သတိလွတ်ခြင်း။
- ၄၃။ ဒုပ္ပညတာ-ဝိပဿနာပညာမဲ့ခြင်း။
- ၄၄။ သန္နိဋ္ဌိပရာမာသ-အယူသည်းခြင်း။

**(ခ) မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်**  
**သလ္လေခသ္မုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်**  
**အသေးစိတ်ဆောင်ပုဒ်**

ခေါင်းပေါင်းကိလေ၊ စိတ်ဖြစ်စေ၊ ရှောင်သွေထက်ဆင့်၊ ငြိမ်းအောင်ကျင့်။

၁။ သူများတွေက ညှင်းဆဲကြမည့်နေရာမှာ ငါတို့ကတော့ ညှင်းဆဲမှုကင်းစေမည်။ ကိလေသာပါးစေတဲ့ အကျင့်ကို ကျင့်မည်။ ဒီလိုစိတ်မျိုးကို ဖြစ်စေရမည်။ ညှင်းဆဲမှုကို မညှင်းဆဲမှုနှင့် ရှောင်လွှဲရမည်။ မညှင်းဆဲမှုနှင့် အဆင့်အတန်းတက်မည်။ ညှင်းဆဲမှုကိလေသာမီးကို မညှင်းမှုနှင့် ငြိမ်းသတ်မည်။

(က) ညှင်းဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနားကျန်းမာသည်။ (မ ၃၊ ၂၄၅)

၂။ သူများတွေက သတ်ဖြတ်ကြမည့်နေရာမှာ ငါတို့ကတော့ သတ်ဖြတ်မှုကင်းစေရမည်။ ကိလေသာပါးစေတဲ့ အကျင့်ကိုကျင့်ရမည်။ ဒီလိုစိတ်မျိုးကို ဖြစ်စေရမည်။ သတ်ဖြတ်မှုကို မသတ်မှုနှင့် ရှောင်လွှဲရမည်။ မသတ်မှုနှင့် အဆင့်အတန်းတက်မည်။ သတ်ဖြတ်မှုကိလေသာမီးကို မသတ်မှုနှင့် ငြိမ်းသတ်မည်။ (ခိုးမှုစသော ကျန် ၄၂-ပါးတို့၌လည်း နည်းတူပင် ငါး ဝါရစီဆိုလေ)

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

(ခ) လှပ သက်ရှည်၊ ကျန်းမာသည်၊ ချစ်ကြည် ခြွေရံများ၊ သောကကင်းလတ်၊ မကွဲတတ်၊ သက်သတ်ရှောင်ကျိုးများ။ (ခု ၅၊ ၂၃)

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

(ခ) ဥစ္စာပေါသည်၊ ရခိုင်တည်၊ ကင်းပြီးရန်သူငါး၊ ကြီးကဲဖြစ်ရ၊ အေးချမ်းစွာ၊ အဒိန္န ရှောင်ကျိုးများ။ (ခု ၅၊ ၂၃)

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

(ခ) ရန်ဘေးကင်းပ၊ ချစ်ခင်ကြ၊ ပေါလှသုံးဖွယ်များ။ ရုပ်အင်စုံစွာ၊ မကွဲကွာ၊ ချမ်းသာမရွံ့ရှား။ မိစ္ဆာရှောင်နှင့်၊ မြတ်သောကျင့်၊ ရသင့်အကျိုးများ။ (ခု ၅၊ ၂၄)

၅။ လိမ်လျှင်ပယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ခံရစွတ်စွဲများ။ (အံ ၃၊ ၇၈)

(ခ) ခံတွင်းမွှေးစွာ၊ သွားညီညာ၊ လိုက်နာသူ့စကား။ လုံးရပ်ညီညာ၊ ပြောချိုစွာ၊ မုသားရှောင်ကျိုးများ။

၆။ ကုံးချောပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ကွဲရ မိတ်ဆွေများ။ (အံ ၃၊ ၇၈)

၇။ ဆဲဆိုပါယ်ကျ၊ လူဖြစ်က၊ ကြားရ အသံအဆိုးများ။ (အံ ၃၊ ၇၈)

၈။ နှစ်မဲ့ပြောမှာ၊ ပါယ်လားကာ၊ မနာ သူ့စကား။ (အံ ၃၊ ၇၈)

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

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

၂၉။ မပေးလိုက၊ မွဲပြာကျ၊ လူမှပေါကြွယ်သည်။ (၃၊ ၂၄၅)

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

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

**၂၁။ သူတ္တနိပါတ် ပါဠိတော် ပါရာယဏဝဂ်  
အဓိကသုတ်တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ**

(က) ဦးခေါင်းဆိုတာ၊ ဘယ်အရာ၊ ခေါင်းပြတ်တာက၊ အဘယ်နည်း။

(ခ) လေးပါးသစ္စာ၊ မသိတာ၊ အဝိဇ္ဇာဦးခေါင်းမှတ်။ သဒ္ဓါဆန္ဒ၊ ဝီရိယနှင့်၊ မှတ်ရ-သတိ၊ သမာဓိယှဉ်၊ ဉာဏ်သိမြင်၊ ဝဋ်စဉ်ဦးခေါင်းပြတ်။

- ၁။ ဘယ်သင်းကဖုံး၊ လောကလုံး၊ ဉာဏ်တုံးရသနည်း။
- ၂။ အဝိဇ္ဇာဖုံး၊ လောကလုံး၊ ဉာဏ်တုံးရသတည်း။
- ၃။ ဘယ့်ကြောင့်လူရှင်၊ မပေါ်ထင်၊ ဂုဏ်အင်ညံ့သနည်း။
- ၄။ ဝန်တိုမေ့လျှင်၊ မပေါ်ထင်၊ ဂုဏ်အင်ညံ့သတည်း။
- ၅။ မျောက်နဲ့စေးနှယ်၊ လောကဝယ်၊ ငြိတွယ်ဘယ်သင်းနည်း။
- ၆။ မျောက်နဲ့စေးနှယ်၊ လောကဝယ်၊ ငြိတွယ်တဏှာတည်း။
- ၇။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းစွာ၊ ဘေးကြီးမှာ၊ ဘယ်ဟာခေါ်သနည်း။
- ၈။ ကြောက်ဖွယ်ကောင်းစွာ၊ ဘေးကြီးမှာ၊ မှတ်ပါဆင်းရဲတည်း။
- ၉။ နေရာတိုင်းတွင်၊ စီးသွင်သွင်၊ ရေယဉ်များလှသည်။  
ဘယ်ဖြင့်ဆီးတား၊ ရေယဉ်များ၊ ခေါင်းပါးပါသနည်း။  
ဘယ်ဖြင့်ပိတ်လျှင်၊ ထိုရေယဉ်၊ အစဉ်ပြတ်သနည်း။
- ၁၀။ ရေယဉ်တူစွာ၊ ကိလေသာ၊ လူ့ရွာစီးနေသည်။  
သတိဖြင့်တား၊ ရေယဉ်များ၊ ခေါင်းပါးလေတော့သည်။  
ဉာဏ်ဖြင့်ပိတ်လျှင်၊ ထိုရေယဉ်၊ အစဉ်ပြတ်တော့သည်။
- ၁၁။ သတိပညာ၊ နာမ်ရုပ်မှာ၊ ရှိရသေးသတည်း။
- ၁၂။ အကြင်နိဗ္ဗာန်၊ ရောက်ရိုးမှန်၊ ရုပ်နာမ်အကုန်ချုပ်။  
ကံဝိညာဏ်တုံး၊ စုတိဆုံး၊ အားလုံးထိုမှာချုပ်။
- ၁၃။ ကျင့်ပြီးတစ်ဖြာ၊ ကျင့်ဆဲပါ၊ အရိယာနှစ်မျိုးကွဲ။  
သူတို့စိတ်ထား၊ အကျင့်ကား၊ အလားဘယ်သို့လဲ။
- ၁၄။ ကာမဂုဏ်ထဲ၊ မတပ်စွဲ၊ စိတ်လဲကြည်လတ် ကျင့်ဆဲမှတ်။  
တရားတိုင်းတွင်၊ ဉာဏ်သက်ဝင်၊ ကျွမ်းကျင်သိတတ်၊ ကျင့်ပြီးမှတ်။

**၂၂။ သုတ္တန်ပါတ် ပါဠိတော် ပါရာယဏဝဂ်  
ဟေမကသုတ်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ**

ဟေမကအမေး-

- ၁။ ဘုရားဆုံးမ၊ အပြင်မှ၊ ရှေးကဟောကြတာ။
  - ၂။ ဖြစ်ခဲ့ပြီတဲ့၊ ဖြစ်မည်တဲ့၊ တတဲ့နှင့်ချည်းသာ။
  - ၃။ ကြံဆတိုးပွား၊ ထိုတရား၊ ကျွန်ကားမကြိုက်ပါ။
  - ၄။ တဏှာပယ်ရှား၊ မြတ်တရား၊ ဟောကြားညွှန်ပြပါ။
  - ၅။ မှတ်ပြုကျင့်ငြား၊ အကြင်တရား၊ ထင်ရှားသိသူမှာ။
  - ၆။ လောကငြိဆဲ၊ ကျော်လွန်မြဲ၊ ထိုပဲဟောပြပါ။
- ဘုရားအဖြေ-
- ၁။ မြင်-ကြား-ရောက်တယ်၊ သိတာရယ်၊ ချစ်ဖွယ်လေးမျိုးမှာ။
  - ၂။ လိုလား၊ နှစ်ချိုက်၊ ပယ်ဖျောက်လိုက်၊ အမြိုက်နိဗ္ဗာန်ပါ။
  - ၃။ နိဗ္ဗာန်သိ၍၊ တရားတွေ့၊ မှတ်လေ့ရှိသူမှာ။
  - ၄။ ငြိမ်းအေးအမြဲ၊ လောကထဲ၊ ငြိစွဲလွန်မြောက်ပါ။

\* မာလုကျပုတ္တသုတ်မှ စာမျက်နှာ ၁၃-ဂါထာ ဆောင်ပုဒ်များနှင့် တွဲ၍ဟောသည်။

**၂၃။ သုတ္တန်ပါတ် ပါဠိတော်  
ပူရာဘေဒသုတ် တရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ ဘယ်သို့သိမြင်၊ လေ့ကျင့်လျှင်၊ မည်တွင်သန္တခေါ်သနည်း။ (၁-ဂါထာ)
- ၂။ မသေပျက်ခင်၊ တဏှာစင်၍၊ ရှေးတွင်မမှီ၊ နောက်ဆီ မမျှော်၊ မခေါ်ဝေါ်ရ၊ လယ်ဌာန၊ သန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။ (၂-ဂါထာ)

- ၃။ အမျက်မပွား၊ မလန့်ငြားတည်း၊ မကြွားဝါခြင်း၊ ကုက္ကုတ်ကင်း၍၊ ဆိုလျှင်းချိန်ချင့် မပျံ့လွင့်၊ ခြောက်ဆင့် သူ့ဂုဏ်ရည်။ (၃-ဂါထာ)
- ၄။ တွန့်ဆုတ်သရောင်၊ ဟန်ဆောင်မပြ၊ မတောင်းတလျှင်း၊ ဝန်တိုကင်း၍ ကြမ်းခြင်းရွံ့ဘွယ်၊ အရှင်းပါယ်လျှက်၊ ချစ်ပြယ်စကား၊ မပြောကြား၊ ခုနှစ်ပါး သူ့ဂုဏ်ရည်။ (၅-ဂါထာ)
- ၅။ သာယာဖွယ်အတွင်း၊ မစီးဆင်းတည့်၊ မာန်ကင်းသိမ်မွေ့၊ ထင်ဉာဏ်တွေ့လျှက်၊ ယုံလှေကင်းကာ၊ တပ်မက်ကွာ၊ ခြောက်ဖြာ သူ့ဂုဏ်ရည်။ (၆-ဂါထာ)
- ၆။ ရှုမှတ်အစဉ်၊ လျစ်လျူထင်၍၊ သုံးအင်မာန၊ ပယ်နိုင်မှ၊ သန္တပုဂ္ဂိုလ်မည်။ (၈-ဂါထာ)

(၁၃၂၂-ခု ဝါဆိုလကွယ်နေ့ဟောသည်)

**၂၄။ အာဒိတ္တသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်**

ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟတစ်ဖြာ၊  
ဖြစ်၊ အို၊ သေ၊ ရေး၊ ပူဆွေးငိုတာ။  
ကိုယ်၊ စိတ်ဒုက္ခ၊ ပူရပြင်းစွာ၊  
ကိုယ်တွင်းမီး၊ ထိန်ငြီးဆယ့်တစ်ဖြာ။

မြင်ကြားသိတိုင်း၊ မဆိုင်းမှတ်ပါ၊  
ရုပ်နာမ်မမြဲ၊ ဆင်းရဲချည်းသာ။  
ငါကောင်လဲပျောက်၊ မျက်မောက်မြင်ကာ၊  
ဆယ့်တစ်သီး၊ ဤမီးငြိမ်းစေရာ။

**၂၅။ ဧဇ္ဈကမ္မဓိဘင်္ဂီသုတ် တရားတော်ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၊ မသတ်အသက်ရှည်။
- ၂။ ညဉ့်ဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနားကျန်းမာသည်။
- ၃။ ဒေါသမီးလျှံ၊ အကျည်းတန်၊ သည်းခံလှပသည်။
- ၄။ မနာလိုမှာ၊ ခြွေရုံကွာ၊ ကြည်သာ ခြွေရုံစည်။
- ၅။ မပေးလှူက၊ မွဲပြာကျ၊ လှူမှ ပေါကြွယ်သည်။
- ၆။ မရိုမသေ၊ မျိုးယုတ်ချေ၊ ရိုသေ မျိုးမြတ်သည်။
- ၇။ မမေးမမြန်း၊ ဉာဏ်မြင်ကန်း၊ စုံစမ်းဉာဏ်ကြီးသည်။
- ၈။ ဆိုးတာပြုက၊ ဆိုးတာရ၊ ကောင်းမှ ကောင်းစားသည်။
- ၉။ ဆိုးကောင်းနှစ်တန်၊ ကံစီမံ၊ ခံ-စံကြရသည်။

**၂၆။ ကောင်းခြင်းလေးဖြာ မင်္ဂလာတရားတော်**

- ၁။ အိုသည်တိုင်အောင်-ကောင်းတာဘယ်ဟာလဲ- ?  
အိုသည်တိုင်အောင်-ကောင်းတာကိုယ်ကျင့်သီလပဲ။
- ၂။ ခိုင်မြဲတည်တံ့လျှင်-ကောင်းတာဘယ်ဟာလဲ- ?  
ခိုင်မြဲတည်တံ့လျှင်-ကောင်းတာသဒ္ဓါတရားပဲ။
- ၃။ လူ့ရတနာဟာ-ဘယ်ဟာလဲ- ?  
လူ့ရတနာဟာ-အသိလိမ္မာ ပညာပဲ။
- ၄။ မခိုးနိုင်တာ-ဘယ်ဟာလဲ- ?  
မခိုးနိုင်တာ-ကုသိုလ်ကောင်းမှုပဲ။

**နတ်ပြည်မှ မှာတမ်း စကားသုံးခွန်း**

- ၁။ သုဂတိသို့ ရောက်ပါစေ။
- ၂။ ကောင်းသောရခြင်း ရပါစေ။
- ၃။ ကောင်းကောင်း ခိုင်မြဲတည်တံ့ပါစေ။

**သုမနာထေရီဖြစ်စဉ် ဆောင်ပုဒ်**

လူ၊ ကြက်မကြီး၊ မင်းသမီးတစ်ဖြာ၊ ဗြဟ္မာ သူဌေး၊  
ဝက်ကလေး ဖြစ်ရ၊ သုဝဏ္ဏ ဗာရာ၊ ဝနဝါနှင့်၊  
သုပ္ပါရက၊ ကာဝီရမှ၊ သီဟဋ္ဌနရာ၊ ဘောဏ္ဏန်ရွာဟု၊  
ဖြစ်ရာပေါင်းစု၊ ဆယ့်သုံးခုသည်၊ မယ်သုမနာဖြစ်စဉ်တည်း။

**၂၇။ အနုပဒသုတ် ကောက်နုတ်ချက် ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ သမထယာဉ်၊ ဈာန်ပြီးလျှင်၊ ဈာန်ပင်ပြန်ရှုသည်။
- ၂။ ဝိပဿနာ၊ ယာနိကာ၊ တူစွာရှုရသည်။
- ၃။ မြင်ကြားတွေ့ရာ၊ ပေါ်တိုင်းသာ၊ လိုက်ကာရှုရသည်။

- ၁။ ဈာန်မှာထင်ရှား၊ ဆယ့်ခြောက်ပါး၊ ပိုင်းခြားရှုလေသည်။
- ၂။ မထင်မရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ စဉ်းစားမရှုပြီ။
- ၃။ ထိုနည်းတူစွာ၊ ထင်ရှားရာ၊ မှတ်ကာရှုရသည်။
- ၄။ မျက်မှောက်မမြင်၊ တွေးဆင်ခြင်၊ ရှုလျှင်အတုမည်။

- ၁။ နေဝသညာ သိမ်မွေ့စွာ၊ ခွဲကာမရှုပြီ။
- ၂။ ရှေးဈာန်နှင့်မှီး၊ ကလာပ်နည်း၊ ပေါင်းစည်းရှုလေသည်။
- ၃။ မထင်ရှားရာ၊ ထိုနည်းသာ၊ နှိုင်းကာရှုရသည်။

- ၁။ ကိုယ်တွင်းထင်ရှား၊ ရုပ်နာမ်များ၊ ပိုင်းခြားရှုရသည်။
- ၂။ အပြင်ပန်ချက်၊ မခွဲထိုက်၊ ပေါင်းလိုက်ရှုရသည်။
- ၃။ သာဝကသာ၊ ဤမျှသာ၊ ရှုရာ တရားမည်။

**ပကတိလူတို့အား မြင်ဆဲ၌ ဖြစ်ရှိုးဖြစ်စဉ်**

ထင်ဆဲ ဆင်းဓာတ်၊ မြင်လတ် စစွာ၊  
မြင်ပြီးတရား၊ စဉ်းစားပြန်ရာ။  
သဏ္ဍာန်ဒြပ်၊ ပညတ်ပေါ်ကာ၊  
မည်နာမ၊ သိရနောက်ဆုံးပါ။

**ဝိပဿနာယောဂီတို့အား မြင်ဆဲ၌ ဖြစ်ရှိုးဖြစ်စဉ်**

မြင်လျှင်မြင်ချင်း၊ လက်ငင်းမှတ်လျှင်၊  
မြင်ရုံတွင်ပဲ၊ ရပ်စဲ စိတ်စဉ်။  
ရုပ်နာမ်ကွဲလျက်၊ ဖြစ်ပျက်သိမြင်၊  
အနိစ္စ ဒုက္ခ သဘောပင်။

### မြင်ဆဲ၌ ရုပ်နာမ် ဒုက္ခသစ္စာခွဲပုံ

မျက်စိ+မြင်ရ၊ ရုပ်ကနစ်ဖြာ၊  
မြင်+တွေ့+ခံစား၊ နာမ်ကားသုံးဖြာ။  
မြင်စဉ်တွေ့ရ၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊  
မြင်တယ်ဟု၊ မှတ်ရှုသိရပါ။

(ကြားဆဲစသည်၌လည်း နည်းတူပင်သိပါ)

### သစ္စာလေးပါးဆောင်ပုဒ်

- ၁။ ထိုမှု သိမှု၊ ကြားမှုစသော ဖြစ်ပျက်သမျှ ရုပ်နာမ် အပေါင်းက ဒုက္ခသစ္စာ။
- ၂။ နှစ်သက်သာယာ တောင်းတလိုခြင်တာက သမုဒယသစ္စာ။
- ၃။ ဖြစ်ပျက်မှုဟူသမျှ ချုပ်ငြိမ်းကင်းပြတ်ရာ သဘောက နိရောဓ သစ္စာ။
- ၄။ ထိုချုပ်ငြိမ်းရာကို ဆိုက်ရောက်၍ မျက်မှောက် သိမြင်တာက မဂ္ဂသစ္စာ။

### သစ္စာလေးပါးကို တပြိုင်နက်သိပုံ

- ၁။ မဂ်ဓဏ၌ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်သိသဖြင့်၊ ကြွင်းသော သစ္စာ ၃-ပါးတို့၌လည်း သိခြင်းကိစ္စ ပြီးသည်။
- ၂။ ဝိပဿနာရှုခိုက်၌ ဒုက္ခသစ္စာကိုသိသဖြင့် ကြွင်းသော သစ္စာ ၃-ပါးတို့၌လည်း သိခြင်းကိစ္စ ပြီးသည်။

### အနန္တသယ နှစ်မျိုးဆောင်ပုဒ်

- ၁။ သတ္တဝါတစ်ဦး၏ သန္တာန်၌ အရိယာမဂ်ဖြင့် မပယ်ရသေးသောကြောင့် အကြောင်းညီညွတ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ကိလေသာကို **သန္တာနာနုသယ**-ဟုခေါ်သည်။
- ၂။ ထင်ရှားသိရသော အာရုံဟူသမျှ၌ ဝိပဿနာဖြင့် အမှန်အတိုင်းမသိလျှင် အကြောင်းညီညွတ်တိုင်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ကိလေသာကို **အာရမ္မဏာနုသယ**-ဟုခေါ်သည်။

### ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း ၉-ပါးဆောင်ပုဒ်

- ၁။ ဣန္ဒြေငါးပါး၊ ထက်ကြောင်းများ၊ ၉-ပါးရှိလေသည်။
- ၂။ ဖြစ်တိုင်းရုပ်နာမ်၊ ဖြစ်ပျက်ဟန်၊ ဧကန်ရှုရမည်။ (၁)
- ၃။ ရှုမှတ်မှုမှာ၊ ရိုသေကာ၊ ကောင်းစွာပြုရမည်။ (၂)
- ၄။ မနားမရပ်၊ ခြားမပြတ်၊ ရှုမှတ်မြဲရမည်။ (၃)
- ၅။ သင့်လျော်လှစွာ၊ ခုနှစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာမှီရမည်။ (၄)
- ၆။ စိတ်တည်ကြည်ကြောင်း၊ နိမိတ်ဟောင်း၊ ကောင်းကောင်းမှတ်ရမည်။ (၅)
- ၇။ သင့်တော်လျှောက်ပတ်၊ ဗောဇ္ဈင်မြတ်၊ မပြတ်ပွားရမည်။ (၆)
- ၈။ ကိုယ်နှင့်အသက်၊ မငဲ့ကွက်၊ ရက်စက်နိုင်ရမည်။ (၇)
- ၉။ ရှုစဉ်ပေါ်ရိုး၊ ဆင်းရဲမျိုး၊ လွှမ်းမိုးပယ်ရမည်။ (၈)
- ၁၀။ လမ်းဆုံးမရောက်၊ လက်မမြောက်၊ တောက်လျှောက်သွားရမည်။ (၉)
- ၁၁။ ဉာဏ်နဲ့သောအခါ၊ ဤကိုးဖြာ၊ ဆိုင်ရာပွားရမည်။

### ၃၀။ သမ္မဇဉ် ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်

### သတ္တကသမ္မဇဉ်

- ၁။ ကျိုးရှိသလား၊ မရှိလား၊ စဉ်းစားတာက၊ သာတ္တက။

**သပ္ပာယ်သမ္ပုဇဉ်**

၂။ သင့်တော်ရဲ့လား၊ မတော်လား၊ စဉ်းစားတာက သပ္ပာယ်။

**ဂေါစရသမ္ပုဇဉ်**

၃။ ရုပ်ဓာတ် နာမ်ဓာတ် စဉ်မပြတ်၊ ရှုမှတ်တာက ဂေါစရ။

**အသမ္မောဟသမ္ပုဇဉ်**

၄။ မမြဲဆင်းရဲ၊ ရုပ်နာမ်ပဲ၊ အသိကွဲတာက အသမ္မောဟ။  
(ဓာတုမနသီကာရအတွက် ဆောင်ပုဒ်များကို ဝိပဿနာအခြေခံတရားတော် စာအုပ်၌ကြည့်ပါ။)

**၃၁။ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်-နိဝရဏပိုင်း  
ဆောင်ပုဒ်များ**

**၁-ကာမစ္ဆန္ဒ**

- ၁။ တင့်တယ်ဟန်အား၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွားကာမစ္ဆန္ဒ။
- ၂။ မတင့်တယ်အား၊ ရှုစဉ်းစား၊ ပယ်ရှားကာမစ္ဆန္ဒ။
- ၃။ မမြဲတာကို၊ မြဲသည်ဟု ရှုတာက အယောနိသော မနသီကာရ။
- ၄။ မမြဲတာကို၊ မမြဲဟု ရှုတာက ယောနိသော မနသီကာရ။
- ၅။ ဆင်းရဲကို ချမ်းသာဟု ရှုတာက အယောနိသော မနသီကာရ။
- ၆။ ဆင်းရဲကို ဆင်းရဲဟု ရှုတာက ယောနိသော မနသီကာရ။
- ၇။ ငါကောင်မဟုတ်တာကို၊ ငါကောင်ဟုရှုတာက အယောနိသော မနသီကာရ။
- ၈။ ငါကောင်မဟုတ်တာကို၊ ငါကောင်မဟုတ်တာဟု ရှုတာက ယောနိသော မနသီကာရ။
- ၉။ မတင့်တယ်တာကို၊ တင့်တယ်သည်ဟု ရှုတာက အယောနိသော မနသီကာရ။
- ၁၀။ မတင့်တယ်တာကို၊ မတင့်တယ်သည်ဟု ရှုတာက ယောနိသော မနသီကာရ။
- ၁၁။ ရွံဖွယ်ထင်စေ၊ ပွားလျက်နေ၊ ဣန္ဒြေစောင့်စည်းရာ။
- ၁၂။ စားသောက်တိုင်းရည်၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
- ၁၃။ ကာမစ္ဆန္ဒ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

**၂-ဗျာပါဒ**

- ၁။ စိတ်ဆိုးဖွယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ဗျာပါဒ။
- ၂။ မေတ္တာတရား၊ ရှေးရှုပွား၊ ပယ်ရှား ဗျာပါဒ။
- ၃။ မေတ္တာထင်စေ၊ ပွားလျက်နေ၊ ရှုလေ ကံဥစ္စာ။
- ၄။ ဆင်ခြင်များစေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေသင့်လျော်သာ။
- ၅။ ဗျာပါဒေါသ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

**၃-ထိနမိဒ္ဓ**

- ၁။ ပျင်းရိဖွယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ထိုင်းမှိုင်းမှု။
- ၂။ လုံးလသုံးပါး၊ နှစ်လုံးထား၊ ပယ်ရှား ထိုင်းမှိုင်းမှု။
- ၃။ အစားလွန်ကြည့်၊ နေထိုင်ပြင်၊ ဆင်ခြင် ရောင်လင်းမှာ။
- ၄။ လွင်ပြင်မှာနေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေသင့်လျော်သာ။
- ၅။ ထိနမိဒ္ဓ၊ ပယ်ကြောင်းပြ၊ ခြောက်ဝ အဋ္ဌကထာ။

**၄-ဥဒ္ဓစ္စက္ခန္ဓာ**

- ၁။ ပူပန်ဖွယ်များ၊ ရှုစဉ်းစား၊ ဖြစ်ပွား ပျံ့-ပူပန်။
- ၂။ ငြိမ်းအေးတရား၊ ရှုပွားများ၊ ပယ်ရှား ပျံ့-ပူပန်။
- ၃။ များစွာ ကြားမြင်၊ မေးမြန်းလျှင်၊ ကျွမ်းကျင် ဝိနည်းမှာ။
- ၄။ ကြီးသူမှီနေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေ သင့်လျော်သာ။
- ၅။ ပျံ့လွင့်ပူပန် ပယ်ကြောင်းမှန်၊ ခြောက်တန်ဋ္ဌ-မိန့်မှာ။

**၅-ဝိစိကိစ္ဆာ**

- ၁။ မယုံဖွယ်များ၊ တွေးစဉ်းစား၊ ယုံမှားဖြစ်တတ်သည်။
- ၂။ ကုသိုလ်စသား၊ ရှုပိုင်းခြား၊ ယုံမှား ကင်းပျောက်သည်။
- ၃။ များစွာ ကြားမြင်၊ မေးမြန်းလျှင်၊ ကျွမ်းကျင် ဝိနည်းမှာ။
- ၄။ ဆုံးဖြတ်များပေ၊ မိတ်ကောင်းစေ၊ ပြောလေသင့်လျော်သာ။
- ၅။ ယုံမှားပယ်ရန်၊ ကြောင်းခြောက်တန်၊ ထုတ်ပြန်အဋ္ဌကထာ။

(ခန္ဓာဓမ္မာနုပဿနာအတွက် ဆောင်ပုဒ်များကို ဝိပဿနာ အခြေခံတရားတော်စာအုပ်၌ ကြည့်ပါ။)

**၃၂။ အာယတန ဓမ္မာနုပဿနာ ဆောင်ပုဒ်များ**

မျက်စိကိုလည်း သိရမည်၊ အဆင်းကိုလည်း သိရမည်။ ထိုနှစ်မျိုးကိုမှီ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော သံယောဇဉ်ကိုလည်း သိရမည် သံယောဇဉ် ဖြစ်ပေါ်ကြောင်းတရားကိုလည်း သိရမည်၊ သံယောဇဉ် ငြိမ်းကြောင်းတရားကိုလည်း သိရမည်။

- ၁။ အာရုံငါးဝ၊ တပ်စွဲက၊ ကာမသံယောဇဉ်။
- ၂။ သုံးပါးဘဝ၊ တပ်စွဲက၊ ဘဝသံယောဇဉ်။
- ၃။ အမျက်ဒေါသ၊ စိတ်ဆိုးက၊ ပဋိဇာသံယောဇဉ်။
- ၄။ ကိုယ်သာတော်လှ၊ ထင်မှတ်က၊ မာနသံယောဇဉ်။
- ၅။ ရုပ်နာမ်ကိုပဲ၊ ငါကောင်စွဲ၊ ယူလွဲဒိဋ္ဌိပင်။
- ၆။ တရားမှန်တွင်၊ မယုံချင်၍၊ ဆင်ခြင်နှိုင်းညှိ၊ ဝေဖန်ကြည့်၊ ဝိစိကိစ္ဆာပင်။
- ၇။ နွားခွေးတူစွာ၊ ကျင့်တာကောင်းမြတ်၊ ယူစွဲမှတ်၊ သီလဗ္ဗတပင်။
- ၈။ ကိုယ့်ထက်သူများ၊ ကောင်းစားသည်ကို၊ မနာလို၊ ခေါ်ဆို ကုသုသာပင်။
- ၉။ ကိုယ်လိုသူများ ကောင်းစားမည်မှ၊ ဝန်တိုက၊ မစ္ဆရိယပင်။
- ၁၀။ သစ္စာလေးတန်၊ ပြောင်းပြန်ထင်ကာ၊ မသိတာ၊ အဝိဇ္ဇာသံယောဇဉ်။
- ၁၁။ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ၊ မလွတ်ရအောင်၊ ချည်နှောင်တတ်စွာ၊ ဤဆယ်ဖြာ၊ အဘိဓမ္မာသံယောဇဉ်။

**အရိယာ အသီးသီးတို့မှာ ကင်းငြိမ်းသော သံယောဇဉ်များ**

- ၁။ ဒိ-ဝိ-သီ-ဣ၊ မစ္ဆရိ၊ ကင်း၏ သောတာပန်။
- ၂။ ကာမရာဂ၊ ပဋိဇာ၊ ကင်းပ အနာဂါမ်။
- ၃။ ဘဝ၊ မာနာ၊ အဝိဇ္ဇာ၊ ကင်းကွာ အရဟံ။

**၃၃။ ဓမ္မာနုပဿနာ ဆောင်ပုဒ်များ**

- (က) သစ္စာ ၄-ပါး သိမှုတို့၏ အကြောင်းအင်္ဂါကို ဗောဇ္ဈင်ဟု ခေါ်သည်။
- (ခ) သစ္စာ ၄-ပါးကိုသိမှု၏ အစိတ်အပိုင်းကိုလည်း -- ဗောဇ္ဈင်ဟု ခေါ်သည်။



၁။ အပိလာပနနလက္ခဏာ သတိ၊ အသမ္မောဟ ရသော၊ အာရက္ခပစ္စုပ္ပန်နာ၊ ဝိသယာဘိမုခဘာဝ  
ပစ္စုပ္ပန်နာဝါ။

၁။ မလ္လတံစတမ်း၊ စောင့်ဖမ်းနေသည်။ (လက္ခဏာ)  
ဖြစ်ပျက်သရွေ့၊ မမေ့စေပြီ။ (ရသ)  
အာရုံရှေးရှု၊ စောင့်မှုထင်သည်။ (ပစ္စုပ္ပန်)  
မြတ်သတိ၊ မှတ်သိ ဗောဇ္ဈင်မည်။

- (က) သတိသမ္ပဇဉ်၊ အမြဲယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
- (ခ) မေ့သူရှောင်လွှဲ၊ သတိမြဲ၊ မှီဝဲဆည်းကပ်ပါ။
- (ဂ) သတိပွားရေး၊ အကြောင်းလေး၊ ညွှန်လေးအဋ္ဌကထာ။

၁။ ပဝိစိနလက္ခဏော ဓမ္မဝိစယော၊ ဝိသယောဘာသန ရသော အသမ္မောဟ ပစ္စုပ္ပန်နာ။

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

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

၃။ ဥဿာဟလက္ခဏံ ဝီရိယံ၊ ဥပတ္တမ္ဘနရသံ၊ အသံသီဒန ဘာဝပစ္စုပ္ပန်နံ။

၃။ ကြောင်းကြပြုလုပ်၊ အားထုတ်တတ်သည်။  
စိတ်အားတက်ရေး၊ အားပေးတတ်သည်။  
မဆုတ်နစ်ပဲ၊ စိတ်ခွဲသန်သည်။  
ဝီရိယ၊ မှတ်ကြ ဗောဇ္ဈင်မည်။

- (က) အပါယ်ဘေးဆင်ခြင်၊ အာနိသင်၊ လမ်းစဉ်ရှိသေပါ။
- (ခ) ဆွမ်းကျိုးတုံ့ပြန်၊ မြတ်မွေခံ၊ ရှုရန်မြတ်ဆရာ။
- (ဂ) သာကီမျိုးတော်၊ ကျင့်သုံးတော်၊ ရှုမျှော်ဆင်ခြင်ပါ။
- (ဃ) ပျင်းသူကိုကြဉ်၊ ဇွဲကောင်းယှဉ်၊ ထိုတွင်စိတ်ညွတ်ရာ။
- (င) ဝီရိပွားရန်၊ ဆယ့်တစ်တန်၊ ထုတ်ပြန် အဋ္ဌကထာ။

၄။ သမ္ပိယာယနလက္ခဏာ ပီတိ၊ ဖရဏရသာ ဩဒဂျ ပစ္စုပ္ပန်နာ။

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

- (က) ရတနာသုံးစုံ၊ သီလဂုဏ်၊ စွန့်ပုံအောင်းမေ့ပါ။
- (ခ) နတ်ဖြစ်ဖွယ်စု၊ ငြိမ်းအေးမှု၊ တွေးရှုအောင်းမေ့ပါ။
- (ဂ) မွဲခြောက်သူကြဉ်၊ စိုပြေယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
- (ဃ) ကြည်ညိုဖွယ်ညွှန်ကြား၊ သုတ္တန်များ၊ စဉ်းစားဆင်ခြင်ပါ။
- (င) ပီတိပွားရန်၊ ဆယ့်တစ်တန်၊ ထုတ်ပြန် အဋ္ဌကထာ။

၅။ ကာယစိတ္တံ ဒရထ ဂူပသမလက္ခဏာပဿဒ္ဓိ၊  
ကာယစိတ္တံ ဒရထ နိမ္မိဒ္ဓနရသာ၊ ကာယစိတ္တာနံ  
အပရိပ္ပန္နသီတိ ဘာဝ ပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

၅။ ကြောင်းကြပူရေး၊ ငြိမ်းအေးနေသည်။  
ကြောင်းကြပူခြင်း၊ နိမ်နင်းပယ်သည်။  
လှုပ်ရှားမှုကင်း၊ အေးခြင်းထင်သည်။  
ပဿဒ္ဓိ၊ မှတ်သိ ဗောဇ္ဈင်မည်။

- (က) ဘောဇဉ်ဥတု၊ နေထိုင်မှု၊ မှီပြုသင့်မြတ်ရာ၊
- (ခ) မလွန်မယုတ်၊ လုံးလထုတ်၊ ကြမ်းကြုတ်သူရှောင်ပါ။
- (ဂ) ငြိမ်းအေးသူတွင်၊ မှီဝဲယှဉ်၊ ထိုတွင် စိတ်ညွတ်ရာ။
- (ဃ) ပဿဒ္ဓိပွား၊ ခုနှစ်ပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။

၆။ အဝိက္ခေပလက္ခဏော သမာဓိ၊ သဟဇာတဓမ္မာနံ  
သမ္ပိဏ္ဏနရသော၊ ဥပသမပစ္စုပဋ္ဌာနော။

၆။ ပျံ့လွင့်မထွက်၊ ကပ်လျက်တည်သည်။  
တစ်အာရုံတည်း၊ ပေါင်းစည်းစေသည်။  
ငြိမ်သက်သည်ဟု၊ ရှေးရှုထင်သည်။  
သမာဓိ၊ မှတ်သိ ဗောဇ္ဈင်မည်။

- (က) ဝတ္ထုသန့်စင်၊ ညီမျှယှဉ်၊ ကျွမ်းကျင်နိမိတ်မှာ။
- (ခ) ကြွလျင်နှိမ်လင့်၊ ကျလျင်ပင့်၊ ရွှင်သင့်ရွှင်စေရာ။
- (ဂ) ညီမျှနေလျှင်၊ ရှုမြဲပင်၊ ထိုတွင်စိတ်ညွတ်ရာ။
- (ဃ) ပျံ့လွင့်သူကြည့်၊ တည်သူယှဉ်၊ ဆင်ခြင်စာန်မောက္ခာ။
- (င) သမာဓိပွား၊ ဆယ့်တစ်ပါး၊ ညွှန်ကြား အဋ္ဌကထာ။

၇။ သမဝါဟိတလက္ခဏာ ဥပေက္ခာ၊ ပက္ခပါတုပစ္ဆေဒ  
ရသာ မဇ္ဈတ္တဘာဝ ပစ္စုပဋ္ဌာနာ၊ သမပဝတ္တာနံ  
အဇ္ဈုပေက္ခဏ သာရထိ ဝိယ ဒဋ္ဌဗ္ဗာ။

၇။ ဥပေက္ခာက၊ ညီမျှစေသည်။  
တစ်ဖက်လိုက်ခြင်း၊ ပယ်ခွင်းတည်သည်။  
လယ်ဗဟိုမျှ၊ ချိန်ကျနေသည်။  
နွားစုံကောင်း၊ နှင်မောင်းတုပေသည်။

- (က) ပုဂ္ဂိုလ်ဝတ္ထု၊ လစ်လျူရှု၊ ညွှတ်မှုထိုတွင်သာ။
- (ခ) ယုယသူအား၊ ပယ်ရှောင်ရှား၊ စိတ်ထားမျှသူ မှီဝဲပါ။
- (ဂ) ဥပေက္ခာပွား၊ ကြောင်းငါးပါး၊ ညွှန်ကြားအဋ္ဌကထာ။

**၃၄။ မဂ်ဝိထိစိတ် ဖြစ်စဉ်တရားတော်  
ဆောင်ပုဒ်များ**

၁။ ဝိပဿနာရှုဆဲ ယောဂီအား အရိယာမဂ်ဉာဏ်ဖြစ်လိုလတ်သော် ထိုအခိုက် ထင်ရှားသော အာရုံတစ်ခုခုကို နှစ်လုံးသွင်း  
လျက် မနောဒွါရဝဇ္ဇန်းစိတ် ရှေးဦးစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

၂။ ထိုနောင် ထိုအာရုံကိုပင် မမြဲဟူ၍ သော်လည်းကောင်း သိလျက် ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံဟုခေါ်သော ဇောစိတ်သုံးကြိမ်  
အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ရသည်။

၃။ ထိုနောင် ဖြစ်ပျက်မှုသင်္ခါရအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းရာနိဗ္ဗာန်သို့ ကျရောက်သွားသော ဂေါတြဘူဇောစိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်။

၄။ ထိုနောင် ထိုချုပ်ငြိမ်းရာ-နိဗ္ဗာန်၌ပင် သက်ဝင်တည်နေလျက် မဂ်ဇော တစ်ကြိမ်၊ ဖိုလ်ဇော နှစ်ကြိမ်၊ အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြသည်။

၅။ ထိုနောင် ပဋိသန္ဓေက ရခဲ့သည့်အာရုံ၌ ဖြစ်နေကြဖြစ်သော ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားကြသည်။

၆။ ထိုနောင် တွေ့သိပြီးခါစဖြစ်သော မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တို့ကို ပြန်လှန်၍ဆင်ခြင်လျက် မနောဒွါရဝဇ္ဇန်း တစ်ကြိမ်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဇော ၇-ကြိမ် အစဉ်အတိုင်း ဖြစ်ပေါ်ကြပြီးလျှင် ဘဝင်စိတ်များ ဖြစ်ပေါ်သွားသည်။ ဤသည်ကား အရိယာမဂ် ဝီထိစိတ် အစဉ်ဖြစ်ပုံပေတည်း။

**မဂ်ဝင်ပုံဥပမာ**

၁။ မြောင်း ခုန်လိုငြား၊ ယောက်ျားဇာနည်၊  
ရှစ်လှမ်းပြေးသွား၊ ခုန်အားယူပြီ။  
နွယ်ကြိုးကိုင်ဆွဲ၊ ခုန်လွှဲလေသည်။  
ဟိုဘက်ကျ၊ လွတ်ချကြံ့ကြံ့တည်။

**မဂ်ဝင်ပုံဥပမေယျ**

၂။ ဘဝဟိုကမ်း၊ မျှော်တမ်း ယောဂီ၊  
ဖြစ်ပျက်ဉာဏ်မှ၊ ပြေးစပြုသည်။  
ရုပ်နာမ်ကိုင်ဆွဲ၊ သူလဲခုန်သည်။  
နိဗ္ဗာန်တွေ့၊ လွတ်၍ ပြေးဝင်တည်။

**၃၅။ သောတာပတ္တိမဂ်၏ အကျိုးပြု ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ မပယ်ဘူးမြဲ၊ ကိလေခဲ၊ ဖောက်ခွဲပယ်ခွင်းသည်။
- ၂။ အစမထင်၊ ဝဋ်ရေယဉ်၊ ကင်းစင်ခြောက်စေသည်။
- ၃။ အပါယ်လေးပါး၊ လမ်းပေါက်များ၊ တံခါးပိတ်စေသည်။
- ၄။ အရိယာဥစ္စာ၊ ခုနှစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာ ရစေသည်။
- ၅။ အင်္ဂါရှစ်ပါး၊ မဂ်လမ်းမှား၊ ပယ်ရှားသုတ်သင်သည်။
- ၆။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ ရှောင်ခွာတိမ်း၊ ကင်းငြိမ်းစေပါသည်။
- ၇။ ဘုရားရင်နှစ်၊ သားတော်ဖြစ်၊ စင်စစ်ရောက်စေသည်။
- ၈။ ရာပေါင်းများလှ၊ ကျိုးဖလ၊ မဂ်ကပေးပါသည်။

(၁၃၁၉-ခု၊ ကဆုန်လဆန်း ၈-ရက် စ၍ဟောသည်။)

**၃၆။ မစ္ဆိမပဏ္ဍာသ ပါဠိတော် ရဋ္ဌပါလသုတ်လာ ဓမ္မဒေသ ၄-ပါး ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ ဥပနိယျတိ လောကော အဒ္ဓါပေါ။  
အိုနာသေသို့၊ မောင်းနှင်ပို့၊ လူတို့မမြဲပါတကား။
- ၂။ အတာဏော လောကော အနဘိဿရော။  
စောင့်ရှောက်သူမဲ့၊ ကိုးရာမဲ့၊ အားနွဲ့လှချေပါတကား။

၃။ အဿကော လောကော၊ သဗ္ဗံ ပဟာယ ဂမနိယံ။  
ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ၊ မရှိပါ၊ စွန့်ကာသွားရမည်တကား။

၄။ ဦးနှော လောကော အတိတ္ထော တဏှာဒါသော။  
လိုမပြည့်ဝ၊ အားမရ၊ တဏှာကျွန်ကြီးပါတကား။  
ဓမ္မဒွေသ၊ ဤလေးဝ၊ ဗုဒ္ဓဟောကြား သတိထား။

**၃၇။ ဓန္ဓဝဂ္ဂသံယုတ်ပါဠိတော်ဥပါဒါပရိတဿနသုတ်  
တရားတော်ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ စွဲလမ်းလျှင်၊ ဆာလောင်ပူပန်သည်။ မစွဲလမ်းလျှင် ဆာလောင် ပူပန်မှုကင်းလေတော့သည်။
- ၂။ တစ်စုံတစ်ခုသော ရုပ်နာမ်ကို ဆင်းရဲမထင်လျှင် ချမ်းသာသုခ ထင်တော့သည်။ ချမ်းသာသုခထင်လျှင် ငါ့ဥစ္စာအနေဖြင့် ထင်မြင် စွဲလမ်းလေတော့သည်။
- ၃။ တစ်စုံတစ်ခုသော ရုပ်နာမ်ကို မမြဲဟုမထင်လျှင် မြဲသည်ဟု ထင်တော့သည်။ မြဲသည်ဟုထင်လျှင် ငါ့ဟု ထင်လျက် မာန်တက်လေတော့သည်။
- ၄။ တစ်စုံတစ်ခုသော ရုပ်နာမ်ကို သဘောတရားများဟု မထင်လျှင် အတ္တကောင်ဟု ထင်တော့သည်။ အတ္တကောင်ဟု ထင်လျှင် ငါ၏အတ္တဟု ထင်မြင်စွဲလမ်းလေတော့သည်။

**၃၈။ လက္ခဏာ၊ ရသ၊ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ဆောင်ပုဒ်များ**

တေသံ တေသံ ဓမ္မာနံ သဘာဝေါ ဝါ သာမညံ ဝါ လက္ခဏံနာမ၊ ကိစ္စံဝါ သမ္ပတ္တိံဝါ ရသောနာမ၊ ဥပဋ္ဌာနာ ကာရော ဝါ ဖလံ ဝါ ပစ္စုပဋ္ဌာန်နာမ၊ အသန္နကာရဏံ ပဒဋ္ဌာနံ နာမ။ (အဋ္ဌသာလိနီ-၁၀၅)

(၆၃၃) သာမညံ ဝါ သဘာဝေါ ဝါ၊ ဓမ္မာဏံလက္ခဏမတံ။  
ကိစ္စံ ဝါ တဿ သမ္ပတ္တိံ၊ ရသောတိ ပရိဒီပိတော။

(၆၃၄) ဖလံ ဝါ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ၊ ဥပဋ္ဌာနေ နယောပိ ဝါ။  
အသန္နကာရဏံ ယံ တု၊ တံပဒဋ္ဌာနသညိတံ။ (အဘိဓမ္မာဝ တာရ)

(၆၇) သဘာဝေါ လက္ခဏံ နာမ၊ ကိစ္စသမ္ပန္နနာ ရသော။  
ဂယုကာရော ဥပဋ္ဌာနံ၊ ပဒဋ္ဌာနံ တုပစ္စယော။ (နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒ)

(က) **သဘာဝလက္ခဏာ** ဟူသည်မှာ ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ အထည်ကိုယ်ဟု ခေါ်ထိုက်သော ပင်ကိုယ်ရင်း သဘောပေတည်း။

(ခ) (ကိစ္စ) **ရသ** ဟူသည်မှာ ၎င်းရုပ်နာမ်တို့၏ အစွမ်းသတ္တိ ကိစ္စပေတည်း။

(ဂ) **ပစ္စုပဋ္ဌာန်** ဟူသည်မှာ ရှုမှတ်သောသူ၏ အသိဉာဏ်ထဲ၌ ၎င်းရုပ်နာမ်တို့၏ ထင်ပေါ်လာသော အမူအရာပေတည်း။

၁။ ကက္ခဋ္ဌတ္တလက္ခဏာ ပထဝီဓာတု၊ ပတိဋ္ဌာန ရသ၊ သမ္ပဋ္ဌိစ္ဆနပစ္စုပဋ္ဌာနာ။ (အဋ္ဌကထာ)  
ကြမ်းတမ်းမာခက်၊ ချောညက်တမည်။ (လက္ခဏာ)  
တည်ရာ-ကိစ္စ၊ သူကပြုသည်။ (ရသ)  
ခံလင့်ဆောင်ရေး၊ ပေါ့လေးထင်သည်။ (ပစ္စု)  
ပထဝီဓာတ်၊ သိမှတ်မြတ်ယောဂီ။

+ (ဓမ္မသင်္ဂဏီပါဠိနှင့် ၎င်း၏အဋ္ဌကထာတို့၌ ပထဝီကို ဂရုကံ လဟုကံ-ဟု ဝေဖန်ဖွင့်ပြသည်နှင့် အညီ ပေါ့ခြင်း၊ လေးခြင်းကို ၎င်း၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်၌ ထည့်သွင်း၍ ပြသည်။

၂။ ပဋ္ဌ ရုဏလက္ခဏာ အာပေါဓာတု ခြံဝလက္ခဏာ  
 ဝါ၊ ဗြူ ဟနရသာ၊ သင်္ဂဟပစ္စုပ္ပန်နာ၊  
 အရည် တစ်နည်း၊ ယိုစီး တမည်၊  
 စိုထိုင်း ဖွံ့ထွား၊ တိုးပွားစေသည်။  
 စေးကပ်ပူးတွဲ၊ လုံးခဲ ထင်သည်။  
**အာပေါဓာတ်**၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၃။ ဥဏှတ္တလက္ခဏာ တေဇောဓာတု၊ ပရိပါတန ရသာ။  
 မဒ္ဒဝါနုပဒါပစ္စုပ္ပန်နာ။  
 အပူ အနွေး၊ အအေး တစ်မည်၊  
 ပူငွေ့ ပေးလျက်၊ ရင့်ကျက်စေသည်။  
 နူးညံ့ပျော့ပျောင်း၊ ဆင့်လောင်းပေသည်။  
**တေဇောဓာတ်**၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၄။ ဝိတ္တမ္ပနလက္ခဏာ ဝါယောဓာတု၊ သမုဒီရဏ ရသာ၊  
 အဘိနိဟာရပစ္စုပ္ပန်နာ။  
 ထောင့်ကန်တောင့်တင်း၊ လျော့ခြင်းတမည်။

- \* ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှား၊ ရွေ့သွားတတ်သည်။
- + သူလိုရာဘက်၊ တွန်းလျက်ဆောင်သည်။  
 ဝါယောဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

**မှတ်ချက်။** ။ နာမရူပပရိစ္ဆေဒကျမ်း၌ **သမုဒီရဏရသာ** အရာတွင် **သမိရဏရသာ**-ဟုဆို၏။ အဘိဓမ္မာဝတာရဋီကာသစ်၌ **သမုဒီရဏသာတိ ကမ္မနရသာ**- ဖွင့်၏။ ထို့ကြောင့် သမုဒီရဏ သမိရဏ၊ ကမ္မန-ဟူသော သုံးပုဒ်တို့၌ သဒ္ဒါအနက်အားဖြင့် လှုပ်ရှားခြင်း လှုပ်ရှားစေခြင်း ဟူသော အနက်တို့ကိုရ၏။ ထိုတွင် လှုပ်ရှားစေခြင်းကိုယူ၍ မဟာဋီကာ၌ ပေလ္လန-တွန်းခြင်းဟု အဓိပ္ပာယ်ထုတ်ဖွင့်ပြ၏။ တွန်းခြင်းဟူသည်မှာ မိမိနှင့်တပေါင်းတည်း ဖြစ်သောရုပ်၊ တိုက်ခတ်မိသော ရုပ်တို့ကို အရပ်တစ်ပါး၌ ဖြစ်စေရန် တွန်းကန်သော သတ္တိပေတည်း။ ၎င်းမှာ လှုပ်ရှားမှုတိုင်း၌ ပါဝင်လျက်ရှိ၏။ သို့သော်လည်း လက်၊ခြေစသည် လှုပ်ရှားရာ၌ တွန်းသည်ဟု ပြောဆိုလေ့မရှိကြ။ လှုပ်ရှားသည်ဟူ၍သာ ပြောဆိုလေ့ရှိကြ၏။ ထိုပြင် အခြားရုပ်တို့ကို တွန်းကန်သော ဝါယောဓာတ်တို့မှာ လှုပ်ရှားခြင်းသဘောလည်းရှိ၏။ ဝါယောဓာတ်သည် မိမိလှုပ်ရှားတတ်သောကြောင့်ပင် သူတစ်ပါးအား လှုပ်ရှားစေတတ်၊ တွန်းကန်တတ်ပေသည်။ ဥပမာ လှုပ်ရှားတတ်သော နွားသည် လှည်းကို လှုပ်ရှားစေတတ်၊ တွန်းကန်တတ်သကဲ့သို့ပေတည်း။ ထိုကြောင့်တွန်းမှုသည် လှုပ်ရှားမှု၌ အတွင်းဝင်လျက်ရှိ၏။ လှုပ်ရှားမှုကိုသိလျှင် တွန်းမှုကိုလည်း သိတော့သည်သာတည်း။ သို့ဖြစ်၍ အထက်ပါဆောင်ပုဒ်၌ အများပြောဆိုလေ့ရှိ၍ နားလည်လွယ်သော လှုပ်ရှားမှုကိုသာ ပဓာနပြု၍ ဖော်ပြထားသည်။ အကယ်၍ မဟာဋီကာအဖွင့်နှင့် တိုက်ရိုက်ညီအောင် ဆိုလိုလျှင် “ယိမ်းယိုင် လှုပ်ရှား ရွေ့သွားစေသည်”ဟု ပြင်၍ဆိုရာ၏။

+အထက်ပါဆောင်ပုဒ်တွင် “သူလိုရာဘက် တွန်းလျက်ဆောင်သည်”ဟူသောအပိုဒ်၌ သူဟူသောနာမ်စားဖြင့် ဝါယောဓာတ်ကိုဆိုသည်။ လိုရာဘက်-ဟူသောစကားသည် တင်စား၍ ဆိုသော စကားဖြစ်သည်။ အဘိနိဟာရ-ရှေးရှုဆောင်သည်-ဟူရာ၌ ရှေးရှု-ဟူသောစကားသည် သုတနည်းသူတို့ နားမလည်နိုင်သော အသိခက်သော စကားဖြစ်သည်။ ၎င်းဖြင့် ဦးတမ်းခြင်း၊ ဦးတည်ခြင်းအနက်ကိုပြ၏။ ထိုဦးတမ်းခြင်း၊ ဦးတည်ခြင်းအနက်ကိုလည်း သုတနည်းသူတို့နားလည်နိုင်ရန် မလွယ်လှသေး။ ထို့ကြောင့် ရင်းရှေ့ဦးတမ်း-ဦးတည်ပုဒ်တို့၏အစား “သူလိုရာဘက်” ဟူ၍ ဆိုထားပါသည်။ ဝါယောဓာတ်ဆောင်သွားလိုရာဘက်-ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်-ဟူ၍ဆိုလို၏။ ထိုသို့ဆိုရာ၌ ဝါယောဓာတ်မှာ အလိုဟူ၍ မရှိငြားသော်လည်း မြန်မာတို့၏ ပြောရိုး ဆိုစဉ်အားဖြင့် “မိုးသည်ရွာလိုရာရွာ၏။ လေသည် သူတိုက်လိုရာတိုက်၏”ဟူသော ဥပမာစကားတို့ကို ဤ၌လည်း “သူလိုရာဘက်”ဟု တင်စား၍ဆိုထားသည်။

ဤတင်စားချက်မှာမူ ကလေးသူငယ်များ ဂေါ်လီလုံး လိမ့်၍ ကစားရာ၌ပင် “ဒီဂေါ်လီလုံးက ဒီဘက်ကိုမသွားချင်ဘူး။ ဟိုဘက်ကို သွားချင်နေတယ်”စသည်ဖြင့် ပြောဆိုလေ့ရှိသောကြောင့် “ဝါယောဓာတ်သည် သူလိုရာဘက်ကို တွန်းဆောင်သွားသည်”ဟု ဆိုလျှင် ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်သို့ တွန်းဆောင်သွားသည်”ဟု ဆိုလိုကြောင်း လွယ်ကူစွာပင် သိနားလည်နိုင်၏။

ပါဠိ၊ အဋ္ဌကထာ၊ ဋီကာတို့၌လည်း “စက္ခုအာဝိဇ္ဇာတိ မနာပိယေသု ရူပေသု(သံ ၂-၄၀၂)၊ စက္ခုပေတံဝိသမဇ္ဈာသယံ။ ပ။ ရူပစိတ္တ ပုပ္ဖလတာဒိဝိစိတ္တေသုယေဝ ပန အဘိရမတိ (သံဋ္ဌ ၂၁၁) ရူပေသု အာဝိဇ္ဇနရသံ (ဝိသုဒ္ဓိ ၂-၇၄) စက္ခုတိတိ ဝိညာဏာဒိဋ္ဌိတံ သမဝိသမံ အာစိက္ခန္တိဝိယ အဘိဗျတ္တံ ဝဒန္တိဝိယဟောတီတိ အတ္တော။ (မဟာဋီ ၂-၈၇)ဤသို့စသည်ဖြင့် တင်စား၍ ပြဆိုထားသော အရာတို့သည် ရာပေါင်းများစွာပင်ရှိကုန်၏။

ထိုပြင် အဘိနိဟာရ-ရှေးရှုဆောင်ခြင်းဟူသည်မှာ ဤအရာ၌ ရှေ့သွားရုံမျှကို ဆိုလိုသည်မဟုတ်ပေ။ ဘူတသဗ္ဗာ ဋဿ ဒေသန္တရပုတ္တိဟေတုဘာဝေါ-ဟူသော မဟာဋီကာနှင့်အညီ ဘူတရုပ်အပေါင်း၏ အရပ်တစ်ပါး၌ ဖြစ်ကြောင်းဖြစ်သော ဝါယော၏ တွန်းဆောင်မှုကိုသာ ဆိုလိုပေသည်။ ထိုကြောင့် “တွန်းလျက်”ဟူသောပုဒ်ပါထည့်၍ “တွန်းလျက်ဆောင်သည်”ဟု ဆိုထားသည်။

အထူးမှတ်ရန်မှာ-ဝါယောဓာတ်သည် ကမ္မဇ၊ စိတ္တဇေတုဇ အဟာရဇအားဖြင့် ၄-မျိုးရှိရာတွင် စိတ္တဇဝါယောဓာတ်၏ လိုရာဘက်-ရှေးရှုဦးတမ်းမိရာဘက်သည် ၎င်းဖြစ်စေသောဇနကစိတ်၏ အလိုရှိရာဘက်ပင်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ စသော စိတ္တဇရုပ်၏ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို ပြောသောအခါစိတ်၏ အလိုရှိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားပုံဖြင့် ရှင်းလင်းပြောလျှင် သိလွယ်၏။ ဝိပဿနာအရာ၌ ထိုဝါယော ၄-မျိုးတို့တွင် ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ လှုပ်ရှားခြင်း စသည်ဖြင့် ကိုယ်အမူအရာ စိတ္တဇဝါယောရုပ်ကို အများဆုံးရှုရ၏ ထိုကြောင့် ထိုစိတ္တဇဝါယော၏ ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကို ရှင်းပြလိုက်လျှင် ဖောင်းမှု၊ ပိန်မှု စသော အခြားဝါယောရုပ်တို့၏ (အပြင်ဘက်၊ အတွင်းဘက်စသော လိုရာဘက် ရှေးဦးတမ်းမိရာဘက်သို့ ဆောင်သွားခြင်းဟူသော) ပစ္စုပဋ္ဌာန်ကိုလည်း ထင်ရှားသိနိုင်တော့သည်သာ။

၅။ နမနလက္ခဏံ နာမ၊ သမ္ပယောဂရသံ၊ အဝိနိဗ္ဗောဂ ပစ္စုပဋ္ဌာန်။

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

၆။ ရုပ္နလက္ခဏံရူပံ၊ ဝိကရဏရသံ၊ အဗျာကတပစ္စုပဋ္ဌာန်။

ဖောက်ပြန်တနဲ့၊ ပြောင်းလဲတတ်သည်၊  
ကြေမွပြိုကွဲ၊ ပြန့်ကြဲတတ်သည်။  
အာရုံမပြု၊ သိမှုကင်းသည်၊  
ရုပ်တရား၊ ပိုင်းခြား မြတ်ယောဂီ။

၇။ အနုဘဝနလက္ခဏာ ဝေဒနာ၊ ဝိသယရသ သမ္မောဂ ရသာ၊ သုခဒုက္ခပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

အာရုံခြောက်ပါး၊ ခံစားတတ်သည်၊  
သူ့ရသာလဲ၊ သုံးစွဲတတ်သည်။  
ချမ်းသာဆင်းရဲ၊ ဉာဏ်ထဲထင်သည်၊  
ခံစားမှု၊ မှတ်ရှု မြတ်ယောဂီ။

၈။ သဉ္ဇာနနလက္ခဏာသညာ၊ တဒေဝေတန္တိပုနဉ္ဇာနန ပစ္စယနိမိတ္တကရဏရသာ၊ ယထာဂဟိတ နိမိတ္တ ဝသေန အဘိနိဝေသကရဏပစ္စုပဋ္ဌာနာ။

မမေ့စေကြောင်း၊ ကောင်းကောင်းမှတ်သည်၊  
မှတ်မိဖွယ်ဟိတ်၊ နိမိတ်ယူသည်။  
ယူထားတိုင်းပဲ၊ မှတ်စွဲနေသည်၊  
သညာဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၉။ အဘိသင်္ခရဏလက္ခဏာ သင်္ခါရာ၊ အာယူဟနရသာ၊ ဝိပ္ပာရပစ္စုပ္ပန်နာ။

ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်မှု၊ သူပြုတတ်သည်။  
လှုံ့ဆော် အုပ်ချုပ်၊ အားထုတ်တတ်သည်။  
လှုပ်လှုပ်ရွရွ၊ ကြောင့်ကြစိုက်သည်။  
သင်္ခါရာ၊ မှတ်ကြ မြတ်ယောဂီ။

၁၀။ စေတတယိတ လက္ခဏာ စေတနာ၊ အာယူဟနရသာ၊ သံဝိဒဟနပစ္စုပ္ပန်နာ။

အာရုံ၌ကပ်၊ စေတနိုးသည်။  
လှုံ့ဆော် အုပ်ချုပ်၊ အားထုတ်တတ်သည်။  
စိမ့်ခန့်ခွဲ၊ သူလဲလုပ်သည်။  
စေတော်မှု၊ မှတ်ရှု မြတ်ယောဂီ။

၁၁။ ဝိဇာနနလက္ခဏံ ဝိညာဏံ၊ ပုဗ္ဗင်္ဂမရသံ၊ ပဋိသန္ဓိ ပစ္စုပ္ပန်နံ။

အာရုံသိသော၊ သဘောရှိသည်။  
ခေါင်းဆောင်အလား၊ ရှေ့သွားတတ်သည်။  
ရှေ့စိတ်နှင့်စပ်၊ အထပ်ထပ်ဖြစ်သည်။  
ဝိညာဏ်ဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၁၂။ ရူပါဘိဗာတာရဟဘူတပသာဒလက္ခဏံ၊ စက္ခုရူပေသု အာဝိဇ္ဇနရသံ၊ စက္ခုဝိညာဏဿ အာဓာရဘာဝ ပစ္စုပ္ပန်နံ။

အဆင်းထင်ကြောင်း ကောင်းကောင်းကြည်သည်။  
အဆင်းဆီသို့ ဆောင်ပို့ပေးသည်။  
သူ့ကိုမှီပြု မြင်မှုဖြစ်သည်။  
မျက်စိနှိုက်၊ သိထိုက်ဤသုံးမည်။

၁၃။ စက္ခုပဋိဟနနလက္ခဏရူပံ၊ စက္ခုဝိညာဏဿ ဝိသယ ဘာဝရသံ၊ တဿေဝဂေါစရဘာဝပစ္စုပ္ပန်နံ။

မျက်စိထဲ၌၊ တိုက်ခိုက်ပေါ်သည်။  
မြင်သိခံရ၊ ကိစ္စရှိသည်။  
မြင်မှုရောက်သွား၊ ကျက်စားရာမည်။  
အဆင်းနှိုက်၊ သိထိုက်ဤသုံးမည်။

၁၄။ စက္ခုသန္ဓိသိတ ရူပဝိဇာနနလက္ခဏံ စက္ခုဝိညာဏံ ရူပမတ္တာရမ္မဏရသံ၊ ရူပါဘိဗုဒဘာဝပစ္စုပ္ပန်နံ။

မျက်စိမှီရင်း၊ အဆင်းမြင်သည်။  
အဆင်းကိုမှ၊ သူကသိသည်။  
အဆင်းဆီရောက်၊ သူပြုနေသည်။  
မြင်သိနှိုက်၊ သိထိုက်ဤသုံးမည်။

၁၅။ ဗုဒ္ဓနလက္ခဏော ဖဿော၊ သဗ္ဗိဋ္ဌနရသော၊ သန္ဓိပါတ ပစ္စုပ္ပန်နော။

စိတ်နှင့်အဆင်း၊ ထင်လင်းတွေ့သည်။  
စိတ်ကိုအဆင်း၌၊ ထိခိုက်စေသည်။  
မျက်စိအဆင်း၊ မြင်ခြင်းစုံညီ။

မြင်တွေ့နှိုက်၊ သိထိုက်ဤသုံးမည်။

၁၆။ ဣဋ္ဌဖောဋ္ဌဗ္ဗာနဘဝနလက္ခဏံသုခံ သမ္ပယုတ္တာနံ ဥပဗြူဟနရသံ၊ ကာယိကအဿာဒပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အတွေ့ကောင်းများ၊ ခံစားတတ်သည်၊  
စိတ်အဖော်များ၊ ရွှင်ပွားစေသည်။  
ကိုယ်ထဲကောင်းလျက်၊ နှစ်သက်ဖွယ်မည်၊  
ကာယိက၊ သုခထင်ရှားသည်။

၁၇။ အနိဋ္ဌဖောဋ္ဌဗ္ဗာနဘဝနလက္ခဏံ ဒုက္ခံ သမ္ပယုတ္တာနံ မိလာပနရသံ၊ ကာယိကာဗာဓ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အတွေ့ဆိုးများ၊ ခံစားတတ်သည်၊  
စိတ်အားကုန်ခန်း၊ ညှိုးနွမ်းတတ်သည်။  
ကိုယ်ထဲနှိပ်စက်၊ ခံခက်ထင်သည်၊  
ကာယိက၊ ဒုက္ခထင်ရှားသည်။

၁၈။ ဣဋ္ဌရမ္မဏာနဘဝနလက္ခဏံ သောမနသံ၊ ဣဋ္ဌာကာရသမ္မောဂရသံ (သမ္ပယုတ္တာနံ ဥပဗြူဟနရသံ မဟာဋီကာ)၊ စေတသိက အဿာဒပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အာရုံကောင်းများ၊ ခံစားတတ်သည်၊  
အကောင်းကိုပဲ၊ သုံးစွဲတတ်သည်။ (အဋ္ဌကထာ)  
စိတ်အဖော်များ၊ ရွှင်ပွားစေသည်။ (ဋီကာ)  
စိတ်ထဲကောင်းလျက်၊ နှစ်သက်ဖွယ်မည်၊  
စိတ်ထဲမှ၊ သုခ ထင်ရှားသည်။

၁၉။ အနိဋ္ဌာရမ္မဏာနဘဝန ဒေါမနသံ၊ အနိဋ္ဌာကာရ သမ္မောဂရသံ (သမ္ပယုတ္တာနံ မိလာပနရသံ မဟာဋီကာ)၊ စေတသိကာဗာဓ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

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

၂၀။ မဇ္ဈတ္တဝေဒယိတလက္ခဏာ ဥပေက္ခာ၊ သမ္ပယုတ္တာနံ နာတိဥပဗြူဟန မိလာပနရသံ၊ သန္တဘာဝ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

အလယ်လတ်များ၊ ခံစားတတ်သည်၊  
စိတ်ညှိုးရွှင်ပြု၊ ကင်းပစေသည်။  
ကောင်းဆိုးမဖက်၊ ငြိမ်သက်ပေသည်၊  
ဥပေက်ဓာတ်၊ သိမှတ် မြတ်ယောဂီ။

၂၁။ သန္တိလက္ခဏံ နိရောဓသစ္စံ၊ အစ္စုတိ ရသံ။ အနိမိတ္တ ပစ္စုပဋ္ဌာနံ။

ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်၊ ပြတ်လျက် ငြိမ်းသည်၊  
ရွေ့လျောသေခြင်း၊ ကင်းရှင်းပေသည်။  
သဏ္ဍာန်နိမိတ်၊ ကင်းဆိတ်ထင်သည်၊  
နိရောဓ၊ ရောက်က သိမြင်သည်။



၄၀။ ပဋ္ဌာန်းတရားတော်ကြီး ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ဟေတုပစ္စယော၊ အမြစ်မှဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁) လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ အလောဘ၊ အဒေါသ၊ အမောဟ၊ ဤဟိတ် ၆-ပါး ကဟေတုပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။ ပစ္စည်းဆိုတာက အကြောင်းတရား၊ ပစ္စယုပ္ပန်ဆိုတာက အကျိုးတရား။

၂။ အာရမ္မဏပစ္စယော၊ အာရုံဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

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

၃။ အဓိပတိပစ္စယော၊ အကြီးအကဲဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၃) လွန်ကဲသော ဆန္ဒ၊ ဝီရိယ၊ စိတ်၊ ပညာ၊ ဤလေးပါးတွင် တစ်ပါးပါးက အဓိပတိပစ္စည်း။ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့်စိတ္တဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၄) အလေးပြုခံရတဲ့အာရုံက အာရမ္မဏာဓိပတိပစ္စည်း။ အလေးပြုတဲ့ စိတ်နာမ်ကပစ္စယုပ္ပန်။

၄။ အနန္တရပစ္စယော၊ အခြားမဲ့ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၅။ သမနန္တရပစ္စယော၊ ကောင်းစွာအခြားမဲ့ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၅) ရှေးရှေး စိတ်နာမ်များက အနန္တရ၊ သမနန္တရ၊ နတ္ထိ၊ ဝိဂတပစ္စည်း၊ နောက်နောက် စိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

၆။ သဟဇာတပစ္စယော၊ ပြိုင်တူဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၇။ အညမညပစ္စယော၊ အပြန်အလှန်ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၈။ နိဿယပစ္စယော၊ မှီရာဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၆) နာမ်တရားများအချင်းချင်း၊ မဟာဘုတ် ၄-ပါးအချင်းချင်း၊ ပဋိသန္ဓေစိတ်နှင့် ဝတ္ထုရုပ်အချင်းချင်း၊ သဟဇာတ၊ အည မည၊ နိဿယပစ္စည်း၊ ပစ္စယုပ္ပန်။

(၇) စိတ်နာမ်များက သဟဇာတ၊ နိဿယပစ္စည်း၊ စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၈) မဟာဘုတ် ၄-ပါးက သဟဇာတ၊ နိဿယပစ္စည်း၊ ဥပါဒါရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

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

၉။ ဥပနိဿယပစ္စယော၊ အားကြီးသော အကြောင်းဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၀) စွဲမှီရာ ရှေးကာလစိတ်နာမ်များက ပကတူပနိဿယပစ္စည်း၊ စွဲမှီ၍ဖြစ်သော နောက်ကာလစိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၁) ဥတု၊ ဘောဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်၊ နေရာစသည်က ပကတူပနိ သာယပစ္စည်း၊ ၎င်းတို့ကိုစွဲမှီ၍  
ဖြစ်သော စိတ်နာမ်များက ပစ္စယုပ္ပန်၊ (အာရမ္မဏူပနိဿယ၊ အနန္တရူပနိဿယ  
တို့မှာ နံပါတ် (၄-၅) အပိုဒ်တို့နှင့်တူပြီ။)

၁၀။ ပုရေဇာတပစ္စယော၊ ရှေးဦးစွာ ဖြစ်နှင့်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၂) မျက်စိစသောမှီရာရုပ်-၆-ပါးက ဝတ္ထုပုရေဇာတ ပစ္စည်း။ မြင်မှုစသော ရုပ်နာမ်-၆  
-ပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၃) အဆင်းစသော အာရုံ ၅-ပါးက အာရမ္မဏပုရေဇာတပစ္စည်း၊ မြင်မှုစသော  
ရုပ်နာမ်-၅-ပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၁။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော၊ နောက်မှဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၄) နောက်မှ ဖြစ်ပေါ်လာသော စိတ်နာမ်များက သဟဇာတပစ္စည်း။ ရှေးကဖြစ်နှင့်  
သော တစ်ကိုယ်လုံးရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၂။ အာသေဝနပစ္စယော၊ အထုံပါစေ၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၅) ရှေးရှေးဇောက် အာသေဝနပစ္စည်း။ ဖိုလ်မှတပါး နောက်နောက်ဇောက် ပစ္စ  
ယုပ္ပန်။

၁၃။ ကမ္မပစ္စယော၊ ပြုမှုဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၆) စေတနာက ကမ္မပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က  
ပစ္စယုပ္ပန်။

(၁၇) ကုသိုလ်၊ အကုသိုလ်စေတနာက နာနက္ခဏိက ကမ္မပစ္စည်း၊ အကျိုးဝိပါက်က  
ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၄။ ဝိပါကပစ္စယော၊ အကျိုးဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၈) ဝိပါက်စိတ်နာမ်က ဝိပါကပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေ  
ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၅။ အာဟာရပစ္စယော၊ အားသစ်ပေး၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၁၉) ဩဇာရုပ်က အာဟာရပစ္စည်း၊ တစ်ကိုယ်လုံးရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

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

၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စယော၊ အုပ်စိုး၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၁) မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ ဤကိုယ်ငါးပါးက ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ မြင်မှု  
သော စိတ်နာမ်ငါးပါးက ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၂) ဇီဝိတခေါ် အသက်ရုပ်က ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ တွဲဘက်ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၃) ဇီဝိတခေါ် အသက်နာမ်နှင့်စိတ်၊ ဝေဒနာ၊ သဒ္ဓါ၊ ဝီရိယ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဤရှစ်ပါးက ဣန္ဒြိယပစ္စည်း၊ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇ ရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၇။ ဈာနပစ္စယော၊ ရှု၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၄) ဝိတက်၊ ဝိစာရ၊ ပီတိ၊ သုခ၊ ဧကဂ္ဂတာ၊ ဤဈာနငါးပါးက ဈာနပစ္စည်း။ ယှဉ်ဘက်နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေ ကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၈။ မဂ္ဂပစ္စယော၊ ရောက်စေ၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၅) မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မဒိဋ္ဌိစသော မဂ္ဂင်တရားကိုယ် ၉-ပါးက မဂ္ဂပစ္စည်း။ ယှဉ်ဘက် နာမ်နှင့် စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော၊ ယှဉ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၆) စိတ်စေတသိက် အချင်းချင်း သမ္ပယုတ္တပစ္စည်း၊ ပစ္စယုပ္ပန်။

၂၀။ ဝိပယုတ္တပစ္စယော၊ မယှဉ်ပဲကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၇) စိတ်နာမ်များက ဝိပယုတ္တပစ္စည်း၊ စိတ္တဇရုပ်၊ ပဋိသန္ဓေကမ္မဇရုပ်က ပစ္စယုပ္ပန်။

(၂၈) ပုရေဇာတဝိပယုတ်မှာ ဝတ္ထုပုရေဇာတနှင့်တူပြီး၊ ပစ္ဆာဇာတဝိပယုတ်မှာ ပစ္ဆာ ဇာတနှင့်တူပြီး။

၂၁။ အတ္ထိပစ္စယော၊ ရှိဆဲဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၂။ နတ္ထိပစ္စယော၊ မရှိမူ၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၃။ ဝိဂတပစ္စယော၊ ချုပ်ကင်း၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

၂၄။ အဝိဂတပစ္စယော၊ မချုပ်ကင်းမူ၍ ကျေးဇူးပြုသောတရား။

(၂၉) အတ္ထိ၊ အဝိဂတတို့မှာ သဟဇာတ၊ ပုရေဇာတ ပစ္ဆာဇာတ၊ ရုပ်အာဟာရ ရုပ် ဇီဝိတိန္ဒြိယတို့နှင့် တူပြီး။

(၃၀) နတ္ထိ၊ ဝိဂတတို့မှာ အနန္တရနှင့်တူပြီး။

(၁၃၂၁-ခု ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံးဟောသည်။ အချို့ဆောင်ပုဒ်၌ သုတနည်းသူတို့ သိလွယ်၊ မှတ်လွယ်ရုံမျှ ပြထား သည်။ အတိအကျ အပြည့်အစုံကားမဟုတ်။)

### ဩကာသမ္မုမှန် ကန်တော့ခန်း

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံတည်းဟူသော အပြစ်ခပ်သိမ်း ပပျောက်ငြိမ်း၍ အသက်ရှည်စွာ အနာမဲ့ရေး ရန်ဘေးကင်းကြောင်း ကောင်းမှုမဂ်လာ ဖြစ်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာတည်းဟူသော ရတနာမြတ်သုံးပါး၊ (ဆရာသမား)တို့ကို အရိုအသေ လက်အုပ်မိုး၍၊ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန် လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ (အရှင်ဘုရား)။

(ဆုပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင် ဤတွင်ရပ်ပါ)

**ဆူပေးမည့် ပုဂ္ဂိုလ်မရှိလျှင် အောက်ပါဆူတောင်းကို  
ဆက်တောင်းပါ**

ကန်တော့ရသော ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့် အပါယ် ၄-ပါး၊ ကပ် ၃-ပါး၊ ရပ်ပြစ် ၈-ပါး၊ ရန်သူမျိုး ၅-  
ပါး၊ ဝိပတ္တိတရား ၄-ပါး၊ ဗျာသနတရား ၅-ပါး၊ အနာမျိုး ၉၆-ပါး၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ၆၂-ပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်  
သာဖြစ်၍ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ ရလိုပါ၏ (အရှင်ဘုရား)။

မှတ်ချက်။ ။ ဤကန်တော့ခန်း၌ (ဆရာသမား) ဟူသော ဤစကားမှာ ဆရာသမားတို့ကို ကန်တော့သောအခါ၌ ထည့်ဆိုရန်  
ဖြစ်သည်။ မိခင်၊ ဖခင်စသည်တို့ကို ကန်တော့သော အခါများ၌မူကား မိခင် ဖခင်၊ အဘိုး၊ အဘွား၊ ဦးကြီး၊ အရီး၊ အဒေါ်  
စသည်ဖြင့် ဆိုင်ရာ၊ ဆိုင်ရာတို့ကို လဲလှယ်၍ ထည့်သွင်း၍ ဆိုရမည်။

(အရှင်ဘုရား) ဟူသော စကားမှာလည်း ရတနာသုံးပါး ရဟန်းသံဃာတို့ကို ကန်တော့သော အခါ၌သာ ဆိုရန်ဖြစ်  
သည်။

**၁။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်-မြန်မာပြန်  
(က) မဟာစည်ဆရာတော်**

မဟာစည်ခေါ်၊ ဆရာတော်၊ ထွန်းပေါ်ထင်ရှားသည်။  
သတိပဋ္ဌာန်၊ ကျင့်လမ်းမှန်၊ ထုတ်ပြန်ဟောကြားသည်။  
ကျမ်းပေါင်းများစွာ၊ စီရင်ကာ၊ သာသနာပြုနေသည်။  
ဆဋ္ဌသင်္ဂါ၊ တင်စဉ်မှာ၊ ဩသာဝန်ဆောင်သည်။  
ပါဠိမေးကာ၊ ဋ္ဌကထာ၊ ဋီကာစီစစ်သည်။  
အရှင်သောဘန၊ ပဏ္ဍိတ၊ အဂ္ဂမဟာထေရ်။  
ဝိသုဒ္ဓိမြန်မာ၊ ကျမ်းရွှေစာ၊ ချောစွာရေးခဲ့သည်။  
တစ်ထောင့်သုံးရာ၊ သုံးခြောက်မှာ၊ ပ-ဝါကွယ်တိတိ။  
ဘေးရန်ကင်းကွာ၊ ဤကျမ်းစာ၊ ကောင်းစွာပြီးမြောက်သည်  
ထိုနည်းတူစွာ၊ များသတ္တာ၊ ဘေးကွာရန်ကင်းကြပါစေ။  
အပြစ်ကင်းပ၊ ကြံသမျှ၊ ပြည့်ဝအောင်မြင်ကြပါစေ။  
မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ပွားကာချမ်းသာကြပါစေ။  
ထူးသူတွေမှာ၊ ဤကျမ်းစာ၊ ဖတ်ကာနားလည်ကြပါစေ။  
နားလည်ပြီးပြန်၊ ကျင့်လမ်းမှန်၊ ကျင့်ကြံပေါက်ရောက်ကြပါစေ။  
မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ချမ်းသာမှန်၊ အမြန်သိမြင်ကြပါစေ။  
သို့နှင့်မြတ်စွာ၊ သာသနာ၊ ရောင်နေဝါသို့ထွန်းစေသော်။

**(ခ) ကျမ်းဦးစကား**

- ၁။ ဘုရားတရား၊ သံဃာအား၊ ညွတ်တွားရှိဦးတင်။
- ၂။ ထိုခိုက်ဖြစ်လတ်၊ ရုပ်နာမ်ဓာတ်၊ ရှုမှတ်သိမြင်လျှင်။
- ၃။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ္ဂါ၊ မြတ်ကျမ်းစာ၊ မြန်မာပြန်စီရင်။
- ၄။ ကျိုက်ထိုဆရာ၊ ပြုခဲ့ပါ၊ မြန်မာဝိသုဒ္ဓိကျမ်း။
- ၅။ မြန်စာတတ်က၊ ကြည့်ခွင့်ရ၊ ကောင်းစွာထိုသည့်ကျမ်း။
- ၆။ သို့သော်နိဿ၊ အတိုင်းပြု၊ ဝါကျမဖြောင့်တန်း။
- ၇။ နိဿဆောင်နက်၊ ရောထွေးယှက်၊ သိခက်မူရင်းကျမ်း။
- ၈။ ပါဠိမတတ်၊ ယင်းကျမ်းဖတ်၊ ခက်လတ်အခန်းခန်း။
- ၉။ ထိုကျမ်းရှုသူ၊ အများလူ၊ ညည်းညူမရွှင်လန်း။
- ၁၀။ ထို့ကြောင့်လွယ်စွာ၊ သိစိမ့်ငါ၊ မြန်မာပြန်သစ်ကျမ်း။
- ၁၁။ မူရင်းတိကျ၊ ဋီလည်းပြု၊ ရှင်းစွာ၊ မရောပြွမ်း။
- ၁၂။ ရေးစီရင်လတ်၊ လူတိုင်းဖတ်၊ စိတ်ဓာတ်ကြည်ရွှင်လန်း။
- ၁၃။ သဘောဉာဏ်ပေါက်၊ လမ်းမှန်လျှောက်၊ ဆိုက်ရောက်၊ နိဗ္ဗာန်နန်း။

၂။ အနတ္တလက္ခဏာသုတ်တရားတော်  
ဆောင်ပုဒ်များ

၁။ ရူပံဤရုပ်၊ ရေမြုတ်သဏ္ဍာန်၊ အနိစ္စပဲ မမြဲအမှန်။  
ဖြစ်ပျက်မစဲ၊ ဆင်းရဲပူပန်၊ အနတ္တ မှတ်ကြဇဝကန်။

၂။ ဝေဒနာစက်၊ ရေပွက်သဏ္ဍာန်၊ အနိစ္စပဲ မမြဲအမှန်။  
ဖြစ်ပျက်မစဲ၊ ဆင်းရဲပူပန်၊ အနတ္တ မှတ်ကြဇဝကန်။

၃။ သညာအမှတ်၊ တံလှုပ်ပုံဟန်၊ အနိစ္စပဲ မမြဲအမှန်။  
ဖြစ်ပျက်မစဲ၊ ဆင်းရဲပူပန်၊ အနတ္တ မှတ်ကြဇဝကန်။

၄။ ငှက်ပျောတူစွာ၊ သင်္ခါရက္ခန္ဓာ၊ အနိစ္စပဲ မမြဲအမှန်။  
ဖြစ်ပျက်မစဲ၊ ဆင်းရဲပူပန်၊ အနတ္တ မှတ်ကြဇဝကန်။

၅။ ဘဝင်ဆင်ခြင်၊ မြင်ပြီးလျှင်၊ ထို့ပြင်လက်ခံတုံ။

၆။ စုံစမ်းဆုံးဖြတ်၊ ဇောစိတ်-သတ်၊ ၂-ရပ်တဒါရုံ။

၇။ အဆင်းမြင်လျှင်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်။

၈။ ဆင်ခြင်ပြီးခါ၊ ဇောတဒါ၊ ကြံရာစိတ်ဖြစ်ပုံ။

၉။ ကြား၊ နံ၊ စား၊ ထိ၊ မြင်တူ၏၊ မှတ်ဘိစိတ်ဖြစ်ပုံ။

၁၀။ မြင်လျှင်မြင်ခြင်း၊ လက်ငင်းမှတ်လျှင်၊  
မြင်ရုံတွင်ပဲ၊ ပြတ်စဲစိတ်စဉ်၊  
ရုပ်နာမ်ကွဲလျှက်၊ ဖြစ်ပျက်သိမြင်၊  
အနိစ္စ၊ ဒုက္ခသဘောထင်။

၁၁။ မျက်လှည့်အလား၊ သိမှားဝိညာဏ်၊  
အနိစ္စပဲ၊ မမြဲအမှန်၊  
ဖြစ်ပျက်မစဲ၊ ဆင်းရဲပူပန်၊  
အနတ္တ၊ မှတ်ကြဇဝကန်။

၁၂။ ချမ်းသာဆင်းရဲ၊ ရှုမြဲတူညီ၊  
ကြောင့်ကြမပြု၊ မှတ်ရှုလွယ်သည်၊  
သင်္ခါရ၊ ညီမှု ဂုဏ်သုံးမည်။

၁၄။ ကြာရှည်စွာလဲ၊ တည်မြဲသူတည်။  
ကြာလေသာ၍၊ သိမ်မွေ့လေသည်။  
အာရုံတစ်ခြား၊ ပြန့်သွားကင်းသည်။  
သင်္ခါရ၊ ထူးမှု ဂုဏ်သုံးမည်။

၃။ အဘိဓမ္မာတရားတော်ကြီး  
ဓမ္မဒေသနာ ဆောင်ပုဒ်များ  
နိဒါန်းဆောင်ပုဒ်

ပရိယတ် ပဋိပတ်၊ နှစ်ရပ်စုံညီ၊  
မဟာစည်နည်း၊ သိပ်သည်းခိုင်တည်။  
သတိပဋ္ဌာန်နည်းကျ၊ ညွှန်ပြကျမ်းညီ။  
ပညာရှိ၊ ကဝိလက်ခံသည်။

၁။ သင်္ချေလေးရပ်၊ သိန်းကပ်ကြာရှည်၊  
သတ္တဝါများ၊ စီးပွားမျှော်ရည်။  
ပြုနိုင်ခဲစွာ၊ ပြုရလေပြီ၊  
အလွန်သနားတဲ့၊ ဘုရားရှိခိုးသည်။

၂။ သတ္တဝါများ၊ သနားသလိုပင်၊  
ဧညတရား၊ သိသွားညဏ်မြင်။  
ကရုဏာပန်း၊ ညဏ်စွမ်းမှီယှဉ်၊  
ဘိဓမ္မ၊ သုံးလလုံးလုံးပင်။

၃။ ထီးတခွန်လဲ၊ လွန်ကဲထူးလျှင်၊  
အဘိဓမ္မာ၊ ခေခေါ်တွင်။  
တရားတော်လဲ၊ လွန်ကဲထူးလျှင်၊  
အဘိဓမ္မာ၊ ခေါ်ရနည်းတူပင်။  
မူလ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ သုံးဝမဂ္ဂင်မြတ်၊  
ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ထိုမဂ္ဂင် ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။

၄။ “သစ္စာမမြင်၊ မဂ္ဂင်မပါ၊  
လေ့ကျင့်ကာဖြင့်၊ ချမ်းသာမြဲမည်။  
ယုံကြည်စွဲမှတ်၊ ယူဆလတ်-သီလဗ္ဗတပင်။”

၅။ “မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ၊ မရှိရာ၊ ကိလေသာငြိမ်းသူမရှိချေ။  
“မဂ္ဂင်ရှစ်ဖြာ၊ ရှိရာမှာ၊ ကိလေသာငြိမ်းသူရှိနိုင်ပေ။

၆။ မျက်စိမှီယင်း၊ အဆင်းမြင်သည်၊  
မြင်သိရုံမျှ၊ ကိစ္စရှိသည်။  
အဆင်းဆီရေးရှု၊ သူပြုနေသည်၊  
မြင်သိ၌၊ သိထိုက် ဤသုံးမည်။

၇။ ဘဝင်ဆင်ခြင်၊ မြင်ပြီးလျှင်၊ ထိုပြင်၊ လက်ခံတုံ။  
စုံစမ်းဆုံးဖြတ်၊ ဇောစိတ်သတ်၊ နှစ်ရပ်တဒါရုံ၊  
အဆင်းမြင်လျှင်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်။  
ဆင်ခြင်ပြီးခါ၊ ဇောတဒါ၊ ကြံရာစိတ်ဖြစ်ပုံ၊  
ထင်ဆဲဆင်းဓာတ်၊ မြင်လတ်ဦးစွာ၊ မြင်ပြီးတရား  
စဉ်းစားပြန်ရာ၊ သန္တန်ဒြပ်၊ ပညတ်ပေါ်လာ၊  
မည်နာမ၊ သိရ နောက်ဆုံးမှာ။

၈။ ဘဝင် ဆင်ခြင်၊ မြင်သိလျှင်၊ ထို့ပြင်လက်ခံတုံ၊  
ဘဝင် ဆင်ခြင်၊ ကြားသိလျှင်၊ ထို့ပြင်လက်ခံတုံ၊  
ဘဝင် ဆင်ခြင်၊ နံသိလျှင်၊ ထို့ပြင်လက်ခံတုံ၊

ဘဝင် ဆင်ခြင်၊ စားသိလျှင်၊ ထိုပြင်လက်ခံတုံ၊  
ဘဝင် ဆင်ခြင်၊ တွေ့သိလျှင်၊ ထိုပြင်လက်ခံတုံ၊  
စုံစမ်းဆုံးဖြတ်၊ ဇောစိတ်သတ်၊ နှစ်ရပ်တဒါရုံ။

- ၉။ (က) မြင်သိစိတ်စဉ်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်
- (ခ) ကြားသိစိတ်စဉ်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်
- (ဂ) နံသိစိတ်စဉ်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်
- (ဃ) စားသိစိတ်စဉ်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်
- (င) တွေ့သိစိတ်စဉ်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်

၁၀။ “ထင်ဆဲစဉ်းစား၊ မြင်ကြားစစ္စာ”  
“တရပ်မြင်ငြား၊ စဉ်းစားပြန်ရာ”  
“ဆင်ခြင်ပြီးကာ၊ ဇောတဒါ၊ သိလာစိတ်ဖြစ်ပုံ။

၁၁။ ဘဝင်ဆင်ခြင်၊ မြင်ပြီးလျှင်၊ ထိုပြင်၊ လက်ခံတုံ။  
စုံစမ်းဆုံးဖြတ်၊ ဇောစိတ်သတ်၊ နှစ်ရပ်တဒါရုံ။  
အဆင်းမြင်လျှင်၊ ဖြစ်ရိုးပင်၊ စိတ်စဉ်မှတ်ပါကုန်။  
ဆင်ခြင်ပြီးခါ၊ ဇောတဒါ၊ ကြံရာစိတ်ဖြစ်ပုံ။  
ထင်ဆဲဆင်းဓာတ်၊ မြင်လတ်ဦးစွာ၊ မြင်ပြီးတရား  
စဉ်းစားပြန်ရာ၊ သန္တန်ဒြပ်၊ ပညတ်ပေါ်လာ။  
မည်နာမ၊ သိရ နောက်ဆုံးမှာ။

၁၂။ ဘဝင်ဆင်ခြင်၊ ကြားပြီးလျှင်၊ ထိုပြင်၊ လက်ခံတုံ။  
ဘဝင်ဆင်ခြင်၊ နံပြီးလျှင်၊ ထိုပြင်၊ လက်ခံတုံ။  
ဘဝင်ဆင်ခြင်၊ စားပြီးလျှင်၊ ထိုပြင်၊ လက်ခံတုံ။  
ဘဝင်ဆင်ခြင်၊ တွေ့ပြီးလျှင်၊ ထိုပြင်၊ လက်ခံတုံ။  
စုံစမ်းဆုံးဖြတ်၊ ဇောစိတ်သတ်၊ နှစ်ရပ်တဒါရုံ။  
ကြား၊ နံ၊ စား၊ သိ၊ မြင်တူ၏၊ မှတ်သိစိတ်ဖြစ်ပုံ။  
ဆင်ခြင်ပြီးခါ၊ ဇောတဒါ၊ ကြံရာစိတ်ဖြစ်ပုံ။

၁၃။ မြင်လျှင်မြင်ခြင်း၊ လက်ငင်းမှတ်လျှင်၊  
မြင်ရုံတွင်ပဲ၊ ပြတ်စဲစိတ်စဉ်၊  
ရုပ်နာမ်ကွဲလျက်၊ ဖြစ်ပျက်သိမြင်၊  
အနိစ္စ၊ ဒုက္ခသဘောထင်။

**ရှုပက္ခန္ဓာ-ရုပ်အစု**

- (၁) ပ၊ အာ၊ တေ၊ ဝါ၊ ရုပ်လေးဖြာ၊ မှတ်ပါမဟာဘုတ်။
- (၂) မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ ကိုယ်၊ လျှာ၊ ငါးဖြာအကြည် ရုပ်။
- (၃) ဆင်း၊ သံ၊ နံ့မှာ အရသာ တွေ့တာအာရုံရုပ်။
- (၄) အတွေ့ဆိုတာ ပ၊တေ၊ဝါ၊ သုံးဖြာမဟာဘုတ်။
- (၅) ဖိုမဖြစ်စေ-ရုပ်နှစ်ထွေ၊ မှတ်လေဘာဝရုပ်။
- (၆) အသက်-အာဟာရ ဟဒယ၊ သုံးဝသီးခြားရုပ်။
- (၇) ဘုတ်လေး ကြည်ငါး၊ အာရုံငါး နှစ်ပါးဘာဝရုပ်။
- (၈) သီးခြားသုံးပါး၊ ဆယ့်ရှစ်ပါး သဘာဝရုပ်မည်။
- (၉) သဘာဝရုပ်ဓာတ် ပရမတ် ဝိပဿ်ရှုရမည်။
- (၁၀) ကြွင်းရုပ်ဆယ်ဖြာ ပညတ်သာ၊ ရှုစရာမလိုပြီ။
- (၁၁) အာကာသဓာတ် နှစ်ဝိညတ်၊ ပေါ့လတ်နုခံသည်။
- (၁၂) ဖြစ်ပွားရင့်လတ်၊ သေပျက်မှတ်၊ ပညတ်ရုပ်ဆယ်မည်။
- (၁၃) ဆင်း နဲ့ ရသာ၊ ဘုတ်လေးဖြာ ဩဇာဋ္ဌကလာပ်။

- (၁၄) အသက်နှင့်တကွ-ထိုအဋ္ဌ-နဝရုပ်ကလာပ်။
- (၁၅) အကြည်ဘာဝ, ဟဒယ, ဒသရုပ်ကလာပ်။
- (၁၆) အသံနှင့်တကွ, ထိုအဋ္ဌ-နဝရုပ်ကလာပ်။
- (၁၇) ထိုရှစ်ကိုးမှာ, ဝိညတ်ပါ, ကိုးဖြာဆယ်ကလာပ်။
- (၁၈) ပေါ့ နှ ခံ ပါ, ပါဝင်ရာ, ဆယ့်တစ်ဖြာ-စသည်မှတ်။
- (၁၉) “ကမ္မဇကိုး, စိတ်ခြောက်မျိုးနှင့်, လေးမျိုးဥတု, နှစ်ခုအာဟာ, ပေါင်းယူရာ, ကလာပ်နှစ်ဆယ့်တစ်, ဝိညတ်ဆိုင်ရာ, ကလာပ်မှာ, စိတ်သာဖြစ်ကြောင်းမှတ်, ပေါ့ နှ ခံ သာ, ဝိညတ်ပါ, ကြွင်းမှာမရှိပါ, ဂစ္ဆသေယျာ, သန္ဓေမှာ, ကာ, ဘာဝတ်သုံးမည်, သံသေဩပ ပတ်, ပြည့်စုံလတ် ကလာပ်ခုနှစ်မည်။”

**၄။ ဘာရသုတ္တန် တရားတော်ကြီး  
ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ ငါ ငါ့ဥစ္စာ, စွဲနိုင်တာ, ဥပါဒါနက္ခန္ဓ်။  
ရုပ် ဝေ သညာ, သင်္ခါရာ, ဝိညာဏှါငါးတန်။
- ၂။ ထင်လွဲသာယာ, စွဲလမ်းတာ, နှစ်ဖြာ ဥပါဒန်။  
ရုပ် ဝေ သညာ, သင်္ခါရာ, ဝိညာဏှါငါးတန်။
- ၃။ ဈာန်ရလူလေ, အကျိုးတွေ, ကုဋေတစ်သိန်းဆို။  
သောတာလောင်းပင်, လူလေလျှင်, များဖြင့် အသချေဆို။  
နောက်ကိုးပါးဝယ်, ကျိုးများတယ်, ပြောဖွယ်မရှိဆို။
- ၄။ မာနကြီးက မျိုးညံ့ရ, နိမ့်ချ မျိုးမြတ်သည်။
- ၅။ ကာမတဏှာ, ကောင်းနိုးရာ, သာယာနှစ်သက်မှု။
- ၆။ ဝိဘဝမှာ, ဥစ္ဆေဒါ, ထင်ကာနှစ်သက်မှု။
- ၇။ ရုပ်နာမ်အစု, ငါကောင်ဟု, ထင်မှုမရှိပါ။
- ၈။ ဘုရားတရား, သံဃာအား, ယုံမှားမရှိပါ။
- ၉။ ဝန်ထုတ်ကို, ခံယူတယ်ဆိုတာ, ဘယ်ဟာလဲ?  
နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ တဏှာပဲ။
- ၁၀။ ဝန်ထုတ်ကို ပစ်ချတယ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ?  
နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ တဏှာကိုပယ်တာပဲ။
- ၁၁။ ဝန်ထုတ်ဆိုတဲ့, ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ, ငါးပါးကဒုက္ခသစ္စာ။
- ၁၂။ ဝန်ထုတ်ကို ခံယူတယ်ဆိုတဲ့, တဏှာက သမုဒယသစ္စာ။
- ၁၃။ ဝန်ထုတ်ကို ပယ်ချတယ်ဆိုတဲ့, တဏှာချုပ်ငြိမ်းတာက နိရောဓသစ္စာ။
- ၁၄။ တဏှာချုပ်ငြိမ်းကြောင်း အကျင့်ဖြစ်တဲ့ ဝိပဿနာနှင့် မဂ်လေးပါးက မဂ္ဂသစ္စာ။
- ၁၅။ ဝန်ထုတ်ဆိုတာ, ငါးခန္ဓာ, လွန်စွာလေးလှသည်။
- ၁၆။ ဝန်ထမ်းခေါ်လတ်, ပုဂ္ဂိုလ်မှတ်, ပညတ်သာဖြစ်သည်။



၁၇။ ဝန်ကိုယူက၊ ဆင်းရဲစွ၊ ပယ်ချချမ်းသာသည်။

၁၈။ မြစ်ရင်းပါဖျက်၊ တပ်မက်ပယ်လျှင်၊ ဆာလောင်တောင်းတ၊ လုံးဝကင်းစင်။

၁၉။ ဝန်ဟောင်းစွန့်ပစ်၊ ဝန်သစ်မတင်၊ ပူခပ်သိမ်း  
 အေးငြိမ်း နိဗ္ဗာန်ဝင်။  
 လေးလံတဲ့ ဝန်ထုတ်ဝန်ပိုးဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ ?  
 ငါ ငါ့ဥစ္စာလို့ ထင်ရတဲ့ ခန္ဓာငါးပါးတရားပဲ။  
 ဝန်ထမ်းသမားဆိုတာ ဘယ်သူလဲ ?  
 ခန္ဓာငါးပါးရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ။  
 ဝန်ထုတ်ကို ခံယူတယ်ဆိုတာ ဘယ်သူလဲ ?  
 နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ တဏှာပဲ။  
 ဝန်ထုတ်ကိုပစ်ချတယ်ဆိုတာ ဘယ်ဟာလဲ ?  
 နှစ်သက်လိုချင်တဲ့ တဏှာကိုပယ်တာပဲ။  
 ဝန်ထုတ်ဆိုတာ ငါးခန္ဓာ၊ လွန်စွာလေးလှသည်။  
 ဝန်ထမ်းခေါ်လတ်၊ ပုဂ္ဂိုလ်မှတ်၊ ပညတ်သာဖြစ်သည်။  
 ဝန်ကိုယူက၊ ဆင်းရဲစွ၊ ပယ်ချချမ်းသာသည်။  
 မြစ်ရင်းပါဖျက်၊ တပ်မက်ပယ်လျှင်၊  
 ဆာလောင် တောင်းတ၊ လုံးဝကင်းစင်။  
 ဝန်ဟောင်းစွန့်ပစ်၊ ဝန်သစ်မတင်၊  
 ပူခပ်သိမ်း အေးငြိမ်း နိဗ္ဗာန်ဝင်။

**၅။ ခုဋ္ဌဝေဒလ္လသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ**

ကာမတဏှာ ကောင်းနိုးရာ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။  
 ဘဝတဏှာ သဿတာ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။  
 ဝိဘဝမှာ ဥစ္ဆေဒါ ထင်ကာနှစ်သက်မှု။  
 သက္ကာယဖြစ်ရန် အကြောင်းမှန် သုံးတန်တဏှာစု။  
 တဏှာချုပ်က သက္ကာယ ဒုက္ခအငြိမ်းမှန်။  
 မူလ ပုဗ္ဗ၊ အရိယ၊ သုံးဝမဂ္ဂင်မြတ်။  
 ဖြစ်ပွားစေလျှင်၊ ဤမဂ္ဂင်၊ ပြေးဝင်နိဗ္ဗာန်ဓာတ်။  
 ဖြစ်ဖြစ်သမျှ သင်္ခါရ ဒုက္ခသစ္စာတည်း။  
 သင်္ခါရတွင် အကောင်းထင် ခင်မင်သမုတည်း။  
 ရုပ်နာမ်အားလုံး ဖြစ်ပျက်သုံး ချုပ်ဆုံးနိဗ္ဗာန်တည်း။  
 ဆင်းရဲငြိမ်းရာ ဆိုက်ရောက်တာ သစ္စမဂ္ဂင်တည်း။  
 ကြံစည်စဉ်းစား နှစ်သိမ့်ပွား ကောင်းစားချမ်းသာတည်း။  
 ရှုရာရာတွင် စူးစိုက်ဝင် ငါးအင်ပဈာန်မည်။  
 နှစ်သိမ့်ချမ်းသာ စူးစိုက်ကာ သုံးဖြာဒုဈာန်မည်။  
 ချမ်းသာမှုနှင့် စူးစိုက်လင့် သုံးဆင့်ဈာန်ခေါ်သည်။  
 ဥပေက္ခာနှင့် စူးစိုက်လင့် လေးဆင့်ဈာန်ခေါ်သည်။-

စသည်-တရားအနှစ်ချုပ် ဆောင်ပုဒ်လင်္ကာများဖြင့်လည်း ကောင်းမွန်လှပေ၏။

**ဓမ္မဒါယာဒသုတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ ဓမ္မဒါယာ သုတ်မြတ်မှာ မြတ်စွာဟောမိန့်သည်။
- ၂။ ငါ့တပည့်တွေ တရားအမွေ ခံစေခြင်လှသည်။
- ၃။ အာမိသမ္မေ ပစ္စည်းတွေ ပယ်စေခြင်လှသည်။

- ၄။ တရားအမွေ အစစ်ပေ ကိုးထွေလောကုတ်ပါ။
- ၅။ နိဗ္ဗာန်ရည်ငြား၊ ကုသိုလ်များ၊ တရားမွေတုပါ။
- ၆။ စစ်တုနုစိထွေ တရားမွေ ခံစေလိုလှသည်။
- ၇။ အာမိသအမွေ အစစ်ပေ လေးထွေပစ္စည်းပါ။
- ၈။ လူ၊ နတ်သုခ ရည်သန်က ဒါန သီလပါ။
- ၉။ အာမိသမွေ အတုတွေ မှတ်လေမွေညံ့သာ။
- ၁၀။ ပစ္စည်းမွေမျှ ခံယူက ဒုက္ခမကင်းပါ။
- ၁၁။ ထပ်တလဲလဲ၊ အိုမစဲ၊ ဆင်းရဲနေကြမှာ။
- ၁၂။ ထပ်တလဲလဲ၊ နာမစဲ၊ ဆင်းရဲနေကြမှာ။
- ၁၃။ ထပ်တလဲလဲ၊ သေမစဲ၊ ဆင်းရဲနေကြမှာ။
- ၁၄။ ထပ်တလဲလဲ၊ ပါယ်ငရဲ၊ ကျမြနေကြမှာ။
- ၁၅။ သင်တို့နှောင်ရေး၊ ငါမျှော်တွေး၊ ဝန်လေးသနားပါ။
- ၁၆။ ထို့ကြောင့်အများ၊ တပည့်သား၊ ဘုရားတောင်းပန်သည်။
- ၁၇။ ငါ့တပည့်တွေ တရားအမွေ ခံစေခြင်လှသည်။
- ၁၈။ အာမိသမွေ ပစ္စည်းတွေ ပယ်စေခြင်လှသည်။

**ပစ္စည်းအမွေ**

- ၁၉။ ပစ္စည်းမျှပင်၊ ခံယူလျှင်၊ လူရှင်ဆိုကြမှာ။
- ၂၀။ ဘုရားသားတွေ၊ ပစ္စည်းမွေ၊ ခံနေရုံမျှသာ။
- ၂၁။ ဆွမ်းဘုန်းပြီးခါ၊ ဘုရားမှာ၊ များစွာဆွမ်းကျန်သည်။
- ၂၂။ ရဟန်း ၂-ပါး၊ ဆာလောင်များ၊ ဘုရားထံရောက်သည်။
- ၂၃။ ဘုရားဆွမ်းကျန်၊ သုံးဆောင်ရန်၊ ဖိတ်မန်ခွင့်ပြုသည်။
- ၂၄။ တစ်ပါးသာစား၊ ကျန်တစ်ပါး၊ ပယ်ရှားကျင့်သုံးသည်။
- ၂၅။ ပယ်ရှားသူသာ၊ ကျိုးများမှာ၊ မြတ်စွာချီးကြူးသည်။
- ၂၆။ ဤသို့မြတ်စွာ၊ ပုံဆောင်ကာ၊ သာယာဆုံးမသည်။
- ၂၇။ ဘုရားစကား၊ တို့အများ၊ လေးစားကျင့်ထိုက်သည်။
- ၂၈။ လေးစားသူမှာ၊ ဆင်းရဲကွာ၊ ချမ်းသာရပေသည်။

**ဝိဝေကသုံးပါး-အကျင့်ပျက်**

- ၁။ ဆိတ်ငြိမ်တရား၊ မြတ်ဘုရား၊ ပွားများထာဝစဉ်။
- ၂။ တပည့်တို့အား၊ ထိုတရား၊ မပွားလိုက်လျှင်။
- ၃။ ပယ်ရန်ညွှန်ကြား၊ တရားများ၊ ပယ်ရှားမပြုလျှင်။
- ၄။ ပစ္စည်းများရေး၊ အလေးပေး၊ ကျင့်ရေးလျော့ပျော့လျှင်။
- ၅။ ဆုတ်ရန်ရှေ့သွား၊ ကျင့်ရန်ကား၊ ချထားဝန်ရှိလျှင်။
- ၆။ ထေရ်ကြီး၊ လတ်၊ ငယ်၊ ကဲ့ရဲ့ဖွယ်၊ သုံးစွယ်ငြိစွန်းသည်။
- ၇။ ဆိတ်ငြိမ်တရား၊ တပည့်များ၊ ကျင့်ပွားနေကျလျှင်။
- ၈။ ပယ်ရန်ညွှန်ကြား၊ တရားများ၊ ပယ်ရှားကြလေလျှင်။
- ၉။ ပစ္စည်းများရန်၊ မရည်သန်၊ ကျင့်ရန် မလျော့လျှင်။
- ၁၀။ ဆိတ်ငြိမ်ကျင့်ရေး၊ ရှေ့ဆောင်ပေး၊ ဆုတ်ရေးပယ်ရှားလျှင်။
- ၁၁။ ထေရ်ကြီး လတ် ငယ်၊ ချီးမွမ်းဖွယ်၊ သုံးသွယ်ပြည့်စုံသည်။

**မဒတရား ၂၇-ပါး**

- ၁။ မျိုးနွယ်နာကင်း၊ ပျိုနုခြင်း၊ လွန်မင်းသက်ရှည်စွာ၊ စွဲမှီပြုလျှင်း၊ မာန်ယစ်ခြင်း၊ မယွင်းဖြစ် တတ်ပါ။

- ၂။ လာဘ်သက္ကာရ၊ လေးပြုကြ၊ ဖြစ်ရရှေ့ဆောင်ပါစွဲမှီပြုလျှင်း၊ မာန်ယစ်ခြင်း၊ မယွင်းဖြစ်တတ်ပါ။
- ၃။ ခြွေရုံဘောဂ၊ ရုပ်ဆင်းလှ၊ သုတ ပဋိဘာ၊စွဲမှီပြုလျှင်း၊ မာန်ယစ်ခြင်း၊ မယွင်းဖြစ်တတ်ပါ။
- ၄။ သက်ကြီးပိဏ္ဏ၊ ယာပထ၊ ယသ ပြီးမြောက်တာ၊စွဲမှီပြုလျှင်း၊ မာန်ယစ်ခြင်း၊ မယွင်းဖြစ်တတ်ပါ။
- ၅။ သီလဈာန၊ တတ်သိပ္ပံ၊ ညီမျှသုံးရပ်ပါစွဲမှီပြုလျှင်း၊ မာန်ယစ်ခြင်း၊ မယွင်းဖြစ်တတ်ပါ။

**ပမာဒ-မေ့လျော့ခြင်း**

- ၁။ ဒုစရိုက်သုံးပါး၊ ကာမငါး၊ စိတ်သွားစေဖို့ လွှတ်ထားလျှင်၊ သွားလာသောက်စား၊ ပျော်နေငြား၊ သူအား မေ့လျော့ ခေါ်သည်ပင်။
- ၂။ ကုသိုလ်တရား၊ ပွားဖို့ကား၊ လေးစား ကောင်းစွာ မပြုလျှင်၊ သွားလာသောက်စား၊ ပျော်နေငြား၊ သူအား မေ့လျော့ ခေါ်သည်ပင်။
- ၃။ မပြတ်မပွား၊ စိတ်လျော့ငြား၊ လိုလားစုရ ချထားလျှင်၊ သွားလာသောက်စား၊ ပျော်နေငြား၊ သူအား မေ့လျော့ ခေါ်သည်ပင်။
- ၄။ မမှီဝဲငြား၊ မပွားများ၊ အားပါးမထုတ် နေခဲ့လျှင်၊ သွားလာသောက်စား၊ ပျော်နေငြား၊ သူအား မေ့လျော့ ခေါ်သည်ပင်။

**၇။ မဟာသမယသုံးသွတ် တရားတော်မှ ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ ချစ်ဖွယ်လောဘ၊ ထိုနှစ်ဝါဆန္ဒ လိုချင်မှုကြောင့်ပင်။
- ၂။ လူ၏မှီရာ၊ အကျိုးမှာအာသာပြီးကြောင်း ၎င်းပင်။
- ၃။ သာယာစဖွယ်၊ ရွံ့မုန်းဖွယ်၊မှီတွယ်ဆန္ဒ၊ ဖြစ်ပေါ်သည်။
- ၄။ ရုပ်ဝတ္ထုတွင်၊ ဖြစ်ပျက်မြင်၊လိုချင်စွဲမှတ်၊ ဆုံးဖြတ်သည်။
- ၅။ သာယာမုန်းဖွယ်၊ ထိုနှစ်သွယ်၊ဖြစ်တယ်၊ ဖဿကြောင့်ပေတည်း။
- ၆။ တည်မြဲပြတ်စဲ၊ ယူဆစွဲ၊ဒါလဲ ဖဿကြောင့်ပေတည်း။
- ၇။ ရုပ်နာမ်နှစ်ခု၊ စွဲမှီပြု၊တွေ့မှု ဖဿဖြစ်ပေါ်သည်။
- ၈။ လိုချင်တဏှာ၊ စွဲမှီကာ၊ငါ့ဟာဟူ၍ သိမ်းပိုက်သည်။
- ၉။ လိုချင်ကင်းလျှင်၊ ငါ့ဟာပင်၊ထင်မြင် သိမ်းပိုက် ကင်းလေသည်။
- ၁၀။ ရုပ်နာမ်မရှိငြား၊ ဖဿငါး၊ထိပါးမရှိ ကင်းလေသည်။
- ၁၁။ အယူမှားဆုံးဖြတ်၊ အရပ်ရပ်၊ပယ်လတ်အားလုံး ကင်းစေသည်။
- ၁၂။ သို့ဖြစ်သူဟာ၊ လောကမှာ၊ ငြင်းကာမရှိ၊ ကင်းရသည်။

- ၁၃။ မြင် ကြား တွေ့ရ ကြံသိရ၊ ဓမ္မအားလုံးမှာ။
- ၁၄။ သေမင်းစစ်သည်၊ ကင်းလေပြီ၊ မုနိရဟန္တာ။
- ၁၅။ ဝန်ထုတ်ကင်းပ၊ ကိလေမှ၊ လွတ်ရကင်းရှင်းစွာ။
- ၁၆။ ကြံစည်တောင်းတ၊ ပျော်မှုမှ၊ လုံးဝကင်းရှင်းပါ။
- ၁၇။ “ပေါ်တိုင်းမပြတ် ရှုမှတ်နေလျှင်၊  
ရုပ်နာမ်နှစ်မျိုး၊ ကြောင်းကျိုးသိမြင်၊  
မမြဲဆင်းရဲ၊ ဉာဏ်ထဲပေါ်လွင်၊  
အနတ္တ၊ သိရဒိဋ္ဌိစင်။”

**၈။ သီလဝန္တသုတ္တန်တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ သီလသုတာ၊ စုံသူမှာ၊ ဘယ်ဟာ ရှုအပ်ပါသနည်း  
စွဲလမ်းနိုင်ရာ၊ ငါးခန္ဓာ၊ မှန်စွာရှုအပ်ပါသတည်း။
- ၂။ ဘယ်အကျိုးငှာ၊ ထိုခန္ဓာ၊ ဘယ်ခါရှုအပ်ပါသနည်း
- ၃။ လုံးစုံဓမ္မ၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခအနတ္တ။
- ၄။ ဤ၍၍မျှ၊ ကြားဘူးက၊ သုတလုံလောက်ပါ။
- ၅။ ဉာဏ်ဖြင့်ရေးရှု၊ ရုပ်နာမ်စု၊ မှတ်ပြုသိလေရာ။
- ၆။ မမြဲဆင်းရဲ၊ သဘောပဲ၊ သိမြဲပိုင်းခြားကာ။
- ၇။ မမြဲဆင်းရဲ ရောဂါစွဲ၊ ပေါက်ကွဲအိုင်းတူသည်။
- ၈။ ငြောင့်မကောင်းမှု၊ ဖျားနာဟု မှတ်ရှု သူစိမ်းမည်။
- ၉။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သောတာပန်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။
- ၁၀။ ဖြစ်ခိုက်ရုံမှ၊ သဘာဝ၊ မချ သိနိုင်သည်။
- ၁၁။ သဘောသိမှ၊ ဥဒယ၊ ဝယ မြင်နိုင်သည်။
- ၁၂။ **သန္တတိ ဃန** (က) ရှေးနောက်တရား ခဏပြားလျက်၊ ပိုင်းခြားမပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊  
ခေါ်လတ်၊ သန္တတိ ဃနတည်း။

**သမူဟ ဃန** (ခ) ရုပ်နာမ်အများ၊ သဘောပြားလျက် ပိုင်းခြား မပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်  
ခေါ်လတ် ကိစ္စ ဃနတည်း။

**အာရမ္မဏ ဃန** (ဃ) နာမ်သဘောများ၊ အာရုံပြားလျက်၊ ပိုင်းခြား မပြတ်၊ ငါကောင်မှတ်၊  
ခေါ်လတ် အာရမ္မဏ ဃနတည်း။

- ၁၃။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ မပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ထင်ပေါ်က၊ အတ္တစွဲလမ်းသည်။
- ၁၄။ ဖြစ်ခိုက်တရား၊ ရှုပိုင်းခြား၍၊ လေးပါးဃန၊ ကြေပျက်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ဖြစ်သည်။
- ၁၅။ ဉာဏ်မှန်အနတ္တ၊ ပြည့်စုံမှ၊ အရိယမဂ်ဉာဏ်ဆိုက်ရောက်သည်။
- ၁၆။ ပညတ်အနိစ္စ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တ ဉာဏ်မပိုင်။
- ၁၇။ ပညတ်ဒုက္ခ၊ သိရုံမျှ၊ အနတ္တ ဉာဏ်မပိုင်။
- ၁၈။ ပရမတ်အနိစ္စ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တ ဉာဏ်ပိုင်သည်။
- ၁၉။ ပရမတ်ဒုက္ခ၊ သိမြင်မှ၊ အနတ္တဉာဏ်ပိုင်သည်။
- ၂၀။ လက္ခဏာစစ်တွင်၊ တစ်ခုမြင်၊ အကုန်သိတော့သည်။
- ၂၁။ ပျက်စီးသုည၊ အနတ္တ၊ ရှုရဆယ့်တစ်မည်။
- ၂၂။ သို့ရှုမြင်သန်၊ သောတာပန်၊ အမှန်ဖြစ်နိုင်သည်။
- ၂၃။ သောတာမဂ်ဉာဏ်၊ ထူးခြားဟန်၊ ထုတ်ပြန် ဤသို့ ဖော်ပြသည်။
- ၂၄။ မပယ်ဘူးမြဲ၊ ကိလေခဲ၊ ဖောက်ခွဲ ပယ်ခွင်းသည်။
- ၂၅။ ရုပ်နာမ်အစု၊ ငါကောင်ဟု၊ ထင်မှုမရှိပါ။
- ၂၆။ ရတနာသုံးပါး၊ သိက္ခာအား၊ ယုံမှားမရှိပါ။
- ၂၇။ သစ္စာမမြင်၊ မဂ္ဂင်မပါ၊ လေ့ကျင့်ကာဖြင့်၊ ချမ်းသာမြဲမည်၊ မယုံကြည်၊ ကန်ပြီ

သီလဗ္ဗတာ။

- ၂၈။ အဆုံးမထင်၊ ဝဋ်ရေယဉ်၊ ကင်းစင်ခြောက်စေသည်။
- ၂၉။ အပါယ်လေးပါး၊ လမ်းပေါက်များ၊ တံခါး ပိတ်စေသည်။
- ၃၀။ ဗုဒ္ဓစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ။
- ၃၁။ ဓမ္မစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ။
- ၃၂။ သံဃစွမ်းရည်၊ တွေ့မြင်ပြီး၊ ယုံကြည်မြဲလှစွာ။
- ၃၃။ အရိယာကန္တ၊ ငါးသီလ၊ လုံးဝ ပြည့်စုံရာ။
- ၃၄။ မြတ်သောတာပန်၊ တရားမှန်၊ လေးတန်စုံလင်ရာ။
- ၃၅။ ကိုယ့်ဉာဏ်အဆင့်၊ ကိုယ်တိုင်ချင့်၊ အသင့်ဆုံးဖြတ်ရာ
- ၃၆။ အရိယာဥစ္စာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာရစေသည်။
- ၃၇။ အင်္ဂါရှစ်ပါး၊ မဂ်လမ်းမှား၊ ပယ်ရှားသုတ်သင်သည်။
- ၃၈။ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း၊ ရှောင်ခွာတိမ်း၊ ကင်းငြိမ်းစေပါသည်။
- ၃၉။ ရွှေရင်တော်နှစ်၊ သားတော်ဖြစ်၊ စင်စစ်ရောက်စေသည်။
- ၄၀။ ရာပေါင်းများစွာ၊ နိသံသာ၊ သောတာမဂ်က ပေးပါသည်။
- ၄၁။ (က) ဆိတ်ငြိမ်ရာတွင်၊ ချဉ်းကပ်ဝင်၍၊ ဆင်ခြင်ရှုကြည့် ဖြစ်ပျက်မိ၊  
အသိရှင်းသည်သာ။
  - (ခ) ယထာဘူတ၊ မသိရအောင်၊ ထကြံလွှမ်းမိုး၊ ကိလေဆိုး ဖြစ်ရိုးမရှိပါ။
  - (ဂ) ဤသို့သိရ ပထမ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
  - (ဃ) မဂ်သိပြီဟန်၊ ဝိပဿ်ဉာဏ်၊ ဖန်ဖန်မှီဝဲကာ၊
  - (င) အကြမ်းအနု၊ ကိလေစု၊ ငြိမ်းမှုထင်ရှားရာ။
- (က) ရှုမှတ်သိရ၊ ဤလမ်းမှ၊ ပြင်ပတခြားမှာ၊
- (ခ) ကိလေသာငြိမ်းဘိ၊ မြတ်အရိ၊ မရှိဆုံးဖြတ်ရာ၊
- ၄၃။ (က) ကုစားနိုင်ကောင်း အာပတ်ပေါင်း၊ တိမ်းစောင်းရောက်သေးရာ၊
- (ခ) မဖုံးကွယ်ပဲ၊ ကုစားမြဲ၊ နောက်လဲစောင့်ရိုးပါ။
- ၄၄။ (က) ရှောင်လွှဲမရ၊ မှုကိစ္စ၊ ပြုရလေသောအခါ၊
- (ခ) သိက္ခာသုံးပါး ကျင့်ရန်ကား စိတ်အား သန်မြဲသာ။
- ၄၅။ (က) ဗုဒ္ဓဟောထား မြတ်တရား ဟောကြားရသောအခါ၊
- (ခ) လုံးစုံမကြွင်း၊ နှစ်လုံးသွင်း၊ နာခြင်း အားကောင်းစွာ။
- ၄၆။ (က) ဗုဒ္ဓဟောကြား မြတ်တရား ဟောကြားရသောအခါ၊
- (ခ) အနက်သိမြင်၊ စိတ်ကြည်ရွှင်၊ ကိုယ်တွင် သိမ့်သိမ့်ဖြာ။
- (ဂ) ဤသို့သိရ သတ္တမ ပစ္စဝေက္ခဏာ။
- ၄၇။ (က) ပစ္စဝေက္ခဏာ ခုနစ်ဖြာ ညီစွာဖြစ်ပါမူ၊
- (ခ) အရိယာမှန် သောတာပန် ဧကန်ဆုံးဖြတ်ယူ။
- ၄၈။ (၁) သောတာပန်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
- (၂) သောတာပန်လဲ၊ ခန္ဓာပဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
- (၃) သို့ရှုမြင်သန်၊ သကဒါဂါမ်၊ အမှန် ဖြစ်နိုင်သည်။
- ၄၉။ (၁) သကဒါဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
- (၂) သကဒါဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာပဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။
- (၃) သို့ရှုမြင်သန်၊ အနာဂါမ်၊ အမှန် ဖြစ်နိုင်သည်။
- ၅၀။ (၁) အနာဂါမ်ကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။
- (၂) အနာဂါမ်လဲ၊ ခန္ဓာပဲ၊ ရှုမြဲနည်းတူသည်။

(၃) သို့ရှုမြင်သန်, အရဟံ, အမှန် ဖြစ်နိုင်သည်။

၅၁။ (၁) ရဟန္တာကား၊ ဘယ်တရား၊ ရှုပွားအပ်သနည်း။

(၂) ရဟန္တာလဲ, ခန္ဓာပဲ, ရှုမြဲနည်းတူသည်။

(၃) သို့ရှုသော်ငြား, သစ်ဟောင်းကား, တိုးပွား မရှိပြီ။

**၉။ တူဝဋ္ဋကသ္မတ် တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ**

၁။ ဆိတ်ငြိမ်တခို, ငြိမ်းရာကို၊  
ဘယ်ကိုမြင်၍, ငြိမ်းသနည်း။

၂။ အကျယ်ချဲ့လစ်, သူ့အမြစ်နှင့်, ငါဖြစ်သည့်သွင်,  
စိတ်ကြီးဝင်, သိမြင်လျက် ငြိမ်းစေသည်။

၃။ ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ, ဂုဏ်အရ, မာနမကြီးရာ။  
သူတော်ကောင်းမှန်, ထိုသည့်မာန်, နိဗ္ဗာန် အငြိမ်းမဆိုပါ။

၄။ မြတ် ယုတ် တန်းတူ, ဖြစ်သည်ဟူ, မာန်မူမပြု ကင်းစေရာ။  
ကောင်းဆိုးများစွာ, တွေ့ကြိုကာ, ငါငါဟူ၍ မစွဲရာ။

၅။ ကိုယ်တွင်း၌သာ, ငြိမ်းစေရာ, ပြင်မှာမရှာသင့်သည်ရာ။  
ကိုယ်ထဲငြိမ်းက, မြဲအတ္တ, ကင်းပ ပြတ်အတ္တာ။

၆။ သမုဒ်လယ်တွင်, လှိုင်းကင်းစင်, ရေပင်တည်သည့်, ပုံပမာ။  
တဏှာကင်းစင်, တည်သည့်ပြင်, စည်ပင်ပွားများ, ကင်းစေရာ။

၇။ မျက်မှောက်တရား, ဘေးပယ်ရှား, ဟောကြားခဲ့ပေပြီ၊  
ပါတိမောက်နှင့်, စိတ်တည်လင့်, အကျင့် ဟောစေချင်ပါသည်။

၈။ မျက်စိကစား, ရွာစကား, ရှောင်ရှား ကျင့်ရမည်။  
ရသာမမက်, လောဘဘက်, နှစ်သက်မြတ်နိုး ပယ်ရမည်။

၉။ အတွေ့ဆိုးများ, နှိပ်စက်ငြား, ညည်းတွား မြည်တန်း မပြုရာ။

၁၀။ စားသောက်ဖွယ်များ, ဝတ်အစား, သိမ်းထားမပြုရာ။

၁၁။ ဈာန်ကိုဝင်စား, လမ်းမများ, လှုပ်ရှားကုက္ကုစံ ကင်းရမည်။

၁၂။ အိပ်မှုနည်းပါး, နိုးမှုများ, ကြိုးစားထက်သန်စေရမည်။

၁၃။ အာတဗ္ဗဏာ, အိပ်မက်တာ,  
လက္ခဏာဟော, ကင်းရမည်။  
နက္ခတ်ယှဉ်ဟန်, သားငှက်သံ,  
ကြိဖန်ဟောပြော, ကင်းရမည်။  
ကိုယ်ဝန်တည်မှု, ဆေးဝါးကု,  
မပြု ကင်းရှင်းစေရမည်။

၁၄။ ကဲ့ရဲ့သော်လဲ၊ မလှုပ်ပဲ၊  
မြောက်လဲမမြောက် တည်ငြိမ်ရာ။  
လောဘ ကောဓ၊ မစ္ဆေရ၊  
ဘေဒ-ကုန်းချောကင်းစေရာ။

၁၅။ အရောင်းအဝယ်၊ စွပ်စွဲဖွယ်၊  
ငြိတွယ်ရွာ၌ မပြုရာ။  
လာဘ်ရစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်၊  
ဟန်ပန်ဆောင်၍ မပြောရာ။

၁၆။ ဝါကြွား ကိုယ်ကြမ်း၊ နှုတ်စိတ်ရမ်း၊  
ဆိုးသွမ်းငြင်းခုံ မပြုရာ။

၁၇။ ကောက်ကျစ် ကင်းပ၊ မလိမ်ရ၊  
နှိမ်ချ အထင်မသေးရာ။

၁၈။ စွပ်စွဲခံရ၊ ကြားလတ်က၊  
ချေပ ကြမ်းကြုတ်-မပြုရာ။  
ကိလေငြိမ်းလျှင်၊ တုံ့ပြန်ချင်၊  
စိတ်ပင်မဖြစ်၊ ငြိမ်းသည်သာ။

၁၉။ ဤတရားသိလျှင်၊ ရှုဆင်ခြင်၊  
အစဉ်မှတ်ဆက်၊ ကျင့်ရာသည်။  
ကိလေသာ ငြိမ်းတာ၊ သန္တိပါ၊  
သိကာမမေ့ ရှိရာသည်။

၂၀။ နိုင်သာ နိုင်ပေ၊ မရှုံးပေ၊  
မြင်လေမျက်မှောက် တရားတော်။  
ထို့ကြောင့်အမြဲ၊ မမေ့ပဲ၊  
ရှိလဲခိုးလျှက်ကျင့်ရာသော်။

**မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ပါဠိနိဿယ ဓမ္မဒေသနာ  
သံယောဇဉ် ၁၀-ပါး ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ အာရုံငါးဝ၊ တပ်စွဲက၊ ကာမသံယောဇဉ်။
- ၂။ သုံးပါးဘဝ၊ တပ်စွဲက၊ ဘဝသံယောဇဉ်။
- ၃။ အမျက်ဒေါသ၊ စိတ်ဆိုးက၊ ပဋိဿသံယောဇဉ်။
- ၄။ ကိုယ်သာတော်လှ၊ ထင်မှတ်က၊ မာနသံယောဇဉ်။
- ၅။ ရုပ်နာမ်ကိုပဲ၊ ငါကောင်စွဲ၊ ယူလွဲဒိဋ္ဌိပင်။
- ၆။ တရားမှန်တွင်၊ မယုံချင်၍၊ ဆင်ခြင်နိုင်ညှိ၊ ဝေဖန်ကြည့်၊ ဝိစိကိစ္ဆာပင်။
- ၇။ နွားခွေးတူစွာ၊ ကျင့်တာကောင်းမြတ်၊ ယူစွဲမှတ်၊ သီလဗ္ဗတပင်။
- ၈။ ကိုယ့်ထက်သူများ၊ ကောင်းစားသည်ကို၊ မနာလို၊ ခေါ်ဆို ကုဿာပင်။
- ၉။ ကိုယ်လိုသူများ၊ ကောင်းစားမည်မှ၊ ဝန်တိုက၊ မစ္ဆရိယပင်။
- ၁၀။ သစ္စာလေးတန်၊ ပြောင်းပြန်ထင်ကာ၊ မသိတာ၊ အဝိဇ္ဇာသံယောဇဉ်။
- ၁၁။ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ၊ မလွတ်ရအောင်၊ ချည်နှောင်တတ်စွာ၊ ဤဆယ်ဖြာ၊ အဘိဓမ္မာသံယောဇဉ်။

**၁၁။ လောကဓံ တရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ လာဘ်ခြွေရုံရ၊ ချီးမွမ်းကြ၊ သုခ ဝမ်းသာမြဲ။
- ၂။ ထိုလေးမျိုးမှ၊ ပြောင်းပြန်ကျ၊ လောကဝမ်းနည်းမြဲ။
- ၃။ လောကဓမ္မ၊ ရှောင်မရ၊ မုချတွေ့စမြဲ။

**ဇုတ္တသောတာပန်**

- ၁။ ရုပ်နာမ်နှစ်ဝ၊ ကြောင်းကြီးမျှ၊ သိကစူသောတာ။
- ၂။ ဂတိမြဲရ၊ ပါယ်မကျ၊ မိန့်ဟ ဝိသုခမှာ။

**ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ် စသည်ဖြစ်ပုံ**

- ၁။ ကြောင်းကျိုးနှစ်ဝ၊ သိရုံမျှ၊ အားရမနေရာ။
- ၂။ ဆက်လက်ရှုက၊ ဖြစ်ပျက်မျှ၊ မုချသိနိုင်ပါ။
- ၃။ သိလျှင်သိလျှင်၊ မသိစင်၊ သိမြင် နိဗ္ဗူတာ။
- ၄။ နိဗ္ဗာန်မြင်က အပါယ်မှ၊ လုံးဝ လွတ်မြောက်ရာ။
- ၅။ ကိလေကုန်ခန်း၊ နိဗ္ဗာန်နန်း၊ စံမြန်းနောက်ဆုံးမှာ။

**မြဟ္မာဝိဟာရ တရားတော်  
မေတ္တာအကျိုးဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ တစ်နေ့ သုံးခါ၊ အိုးတစ်ရာဖြင့်၊ ချက်ခါထမင်း၊ ကျွေးလှူခြင်းထက်၊ မယွင်းစင်စစ်၊ နို့တညစ်စာ၊ ကြိမ်သုံးခါမျှ၊ မေတ္တာပွားများ၊ ကျိုးကြီးမားသည်၊ ဘုရားမြတ်စွာ မိန့်ခွန်းတည်း။
- ၂။ အိပ်နိုး၊ ချမ်းသာ၊ ကောင်းစွာ အိပ်မက်၊ ချစ်လျက် လူနတ်၊ စောင့်လတ် နတ်များ၊ မီးဆိပ်-ဓားတို့၊ ရှောင်ရှားကိုယ်မှာ၊ လျင်စွာစိတ်တည်၊ ရွှင်ကြည်မျက်နှာ၊ သေကာမတွေ့၊ လားလေမြဟ္မာ၊ ဆယ့်တစ်ဖြာသည်၊ မေတ္တာပွားမှု အကျိုးတည်း။

**ကံနှင့် ကံ၏အကျိုး ဝေပန်ချက်**

- ၁။ သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၊ မသတ်အသက်ရှည်။
- ၂။ ညှဉ်းဆဲသူကား၊ အနာများ၊ သနားကျန်းမာသည်။
- ၃။ ဒေါသမီးလျှံ၊ အကျည်းတန်၊ သည်းခံ လှပသည်။
- ၄။ မနာလိုမှာ၊ ခြွေရုံကွာ၊ ကြည်သာ ခြွေရုံစည်။
- ၅။ မပေးလှူက၊ ဓွဲပြာကျ၊ လှူမှ ပေါကြွယ်သည်။
- ၆။ မရိုမသေ၊ မျိုးယုတ်ချေ၊ ရိုသေမျိုးမြတ်သည်။
- ၇။ မမေးမမြန်း၊ ဉာဏ်မြင်ကန်း၊ စုံစမ်းဉာဏ်ကြီးသည်။
- ၈။ ဆိုးတာပြုက၊ ဆိုးတာရ၊ ကောင်းမှကောင်းစားသည်။
- ၉။ ဆိုးကောင်းနှစ်တန်၊ ကံစည်မံ၊ ခံ စံကြရသည်။

**၁၃။ ကျောင်းအလှူ အနုမောဒနာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်**

- ၁။ ကိန်းအောင်းနေရန်၊ ချမ်းသာရန်၊ အမှန်ဖြစ်ပေသည်။
- ၂။ ဈာန်ဝင်စားရန်၊ ရှုမှတ်ရန်၊ ဧကန် သင့်ပေသည်။



- ၃။ ကျောင်းလှူသူဟာ၊ လုံးစုံပါ၊  
လှူရာ ရောက်ပေသည်။
- ၄။ နေ့ညဉ့်မခြား၊ ကုသိုလ်များ၊  
ဖြစ်ပွား လေတော့သည်။
- ၅။ ကျောင်းအလှူရှင်၊ တရားမြင်  
ခုပင် ငြိမ်းနိုင်သည်။
- ၆။ ခုနစ်နှစ်-ခုနှစ်လ၊ ဝေလာမ၊  
ကြီးစွာ ပေးလှူသည်။
- ၇။ ဆယ့်နှစ်ယူဇနာ၊ ကျယ်ပြန့်စွာ၊  
ချက်ကာ ကျွေးမွေးသည်။
- ၈။ ရှစ်သောင်း လေးထောင်စီ၊ ဝတ်ကိုးမည်၊  
လှူသည် ရက်ရောစွာ။
- ၉။ ရွှေခွက် ငွေခွက်၊ ကြေးစင်ခွက်၊  
ဆင်နက်ရထားပါ။
- ၁၀။ နို့စားနွားမ၊ ပလ္လင်က၊  
ကည ဝတ်ထည်ပါ။
- ၁၁။ ထိုတွင်ဝတ်ထည်၊ ကုဋေချီ၊  
လှူသည် များလှစွာ။
- ၁၂။ သောတာပန်တစ်ပါး၊ ကျွေးလှူငြား၊  
ကျိုးများ ထိုထက်သာ။

**၁၄။ ငွေရတနာတရားတော် ဆောင်ပုဒ်များ**

- ၁။ သည်းခံကျင့်သုံး၊ အမြတ်ဆုံးပေ၊  
နိဗ္ဗာန်မြတ်လှ၊ ဗုဒ္ဓမိန့်ပေ။  
ရဟန်းမှန်လျှင်၊ မညှင်းတတ်ပေ၊  
ရဟန်းမှန်လတ်၊ မသတ်တတ်ပေ။  
ညှဉ်းဆဲက၊ သမဏ မဟုတ်ချေ။
- ၂။ သက်သတ်ခိုးလု၊ ကာမေသု၊  
ကိုယ်မှုသုံးပါး၊ ကြဉ်ရှောင်ပါ။
- ၃။ လိမ်လည်ကုံးချော၊ နှစ်မဲ့ပြော၊  
ကြမ်းသောစကား ကြဉ်ရှောင်ပါ။
- ၄။ မကောင်းမှုများ၊ ရှောင်ရှားပယ်လေ၊  
ကုသိုလ်တရား၊ ဖြစ်ပွားစုံစေ။  
မိမိစိတ်ဓာတ်၊ ဆွတ်ဆွတ်ဖြူစေ၊  
ဤသုံးပါး၊ ဘုရားဆုံးမပေ။

၅။ သူ့ကိုယ်စွတ်စွဲ၊ ညည်းဆဲကင်းစေ၊  
ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ လုံးဝလုံစေ။  
အစဉ်လဲ၊ သိမြဲတိုင်းရှည်၊  
လူသူဆိတ်တောင်း၊ တောကျောင်းမှာနေ၊  
စိတ်မြတ်လုပ်ငန်း၊ ကြီးပမ်းပါလေ၊  
ဤ ၆-ပါး၊ ဘုရားဆုံးမပေ။