ဘုံလယ်တီစာစဉ်(၅)

မေတ္တာရေစင်ဆရာတော်

အရှင်ဝိမလပါလ

(ဘုံလယ်တီတောရ)

ကလေးတရားစခန်းမှ

ယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာများ

GRAPHIC
NAY WINN AUNG
0973108398

ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

ပြည်ထောင်စု မပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်မှု မပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
အချုပ်အခြာအာဏာ တည်တံ့ခိုင်မြဲရေး ဒို့အရေး

ပြည်သူ့သဘောထား

ပြည်ပအားကိုး ပုဆိန်ရိုး အဆိုးမြင်ဝါဒီများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်ရေးချမ်းရေးနှင့် နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးကို နှောင့်ယှက်ဖျက်ဆီးသူများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
နိုင်ငံတော်၏ပြည်တွင်းရေးကို ဝင်ရောက်စွက်ဖက်နှောင့်ယှက်သော ပြည်ပနိုင်ငံများအား ဆန့်ကျင်ကြ။
ပြည်တွင်းပြည်ပ အဖျက်သမားများအား ဘုံရန်သူအဖြစ် သတ်မှတ်ချေမှုန်းကြ။

နိုင်ငံရေးဦးတည်ချက် (၄)ရပ်

နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေး၊ ရပ်ရွာအေးချမ်းသာယာရေးနှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး။
အမျိုးသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုခိုင်မာရေး။
စည်းကမ်းပြည့်ဝသော ဒီမိုကရေစီစနစ် ရှင်သန်ခိုင်မာအောင် တည်ဆောက်ရေး။
ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေနှင့်အညီ ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော နိုင်ငံတော်သစ် တည်ဆောက်ရေး။

စီးပွားရေးဦးတည်ချက် (၄)ရပ်

စိုက်ပျိုးရေးကိုပိုမိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်ပြီး ခေတ်မီစက်မှုနိုင်ငံထူထောင်ရေးနှင့် အခြားစီးပွားရေး ကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ်ပီပြင်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာရေး။
ပြည်တွင်းပြည်ပမှ အတတ်ပညာနှင့် အရင်းအနှီးများဖိတ်ခေါ်၍ စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
နိုင်ငံတော်၏စီးပွားရေးတစ်ရပ်လုံးကို ဖန်တီးနိုင်မှုစွမ်းအားသည် နိုင်ငံတော်နှင့်တိုင်းရင်းသား ပြည်သူတို့၏ လက်ဝယ်တွင်ရှိရေး။

လူမှုရေးဦးတည်ချက် (၄)ရပ်

တစ်မျိုးသားလုံး၏ စိတ်ဓာတ်နှင့် အကျင့်စာရိတ္တမြင့်မားရေး။
အမျိုးဂုဏ်၊ ဇာတိဂုဏ်မြင့်မားရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ်များ အမျိုးသားရေး လက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး။
စစ်မှန်သောမျိုးချစ်စိတ်ဓာတ်ပြဋ္ဌာန်းသည့် ပြည်ထောင်စုစိတ်ဓာတ် ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး။
တစ်မျိုးသားလုံး ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးနှင့် ပညာရည်မြင့်မားရေး။

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

ထုတ်ဝေသူ - နေမျိုးစာပေဒေသာ
ပုံနှိပ်သူ - ဝေယျာဦး(ဝေယျာအောင်)
ဖုန်း - ၅၆၃၆၈၅
၀၉ ၇၃၂၂ ၅၇၁၇
စီစဉ်သူ - ဦးသန်းမြင့်
အဖုံးဒီဇိုင်း - နေဝင်းအောင်
စာအုပ်ချုပ် - ကိုညီညီ
အုပ်ရေ - ၁၀၀၀
တန်ဘိုး -
အတွင်းဖလင် - Perfect Film

အရှင်ဓမ္မပါလ(ဘုံလယ်တီတောရ) ၈၉၄. ၉၄
ကလေးတရားစခန်းမှယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာများ
အရှင်ဓမ္မပါလ(ဘုံလယ်တီတောရ) - ရန်ကုန်၊
နေမျိုးစာပေဒေသာ၊ ၂၀၁၂။
၁၇၁-စာ၊ ၁၃. ၂၁×၂၀. ၈၃ စင်တီ။
(၁) ကလေးတရားစခန်းမှယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာများ

မိဘတိုင်းမှ သားသမီးတိုင်းအတွက်
လက်စွဲစာအုပ်

ကလေးတရားစခန်းမှ ယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာများ

မေတ္တာရေစင်အရှင်စန္ဒပါလ
(ဘုံလယ်တီတောရ)

ကလေးတရားစခန်းမှ
ယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာများ

မာတိကာ

နိဒါန်းစကားဦး

အခန်း (၁)

၁။ ကလေးတရားစခန်း အခြေခံဘုရားရှိခိုး ၁

အခန်း (၂)

၂။ (၃၈)ဖြာမင်္ဂလာသံပေါက်လင်္ကာများ ၁၉

အခန်း(၃)

၃။ ကလေးတရားစခန်းမှ ယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာများ ၂၇

အခန်း(၁)

ကလေးတရားစခန်း အခြေခံဘုရားရှိခိုး ရတနာသုံးပါးပူဇော်ရန်

ဗုဒ္ဓံပူဇေမိ။ ဗုဒ္ဓံ- မြတ်စွာဘုရားကို၊ ပူဇေမိ-ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(တစ်ကြိမ်ဦးချပါ)

ဓမ္မံပူဇေမိ။ ဓမ္မံ- တရားတော်မြတ်ကို၊ ပူဇေမိ-ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

(တစ်ကြိမ်ဦးချပါ)

သံဃံပူဇေမိ။ သံဃံ- သံဃာတော်မြတ်ကို၊ပူဇေမိ -ပူဇော်ပါ၏အရှင်ဘုရား။

(တစ်ကြိမ်ဦးချပါ)

နမော တဿ ဘုရားရှိခိုး

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ (သုံးခေါက်)

အရဟတော- ဆိတ်ကွယ်ရာလည်း မကောင်းမှုမပါ ကိလေသာကင်း ဝင်းဝင်းဖိတ်ဖိတ် ရွှေစိတ်ပျံသင်း လွန်သန့်ရှင်းလျက် လူမင်းနတ်မင်း ဗြဟ္မာမင်းတို့၏ ဝပ်စင်းကော်ရော် အလှူတော်

မှန် အပူဇော်ခံတော်မူထိုက်ထသော၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓသ- တရား အပေါင်းတို့ကို ဆရာမကူ သယမ္ဘူဉာဏ်ဖြင့် အလိုလိုလျှင် ထိုထွင်း၍ပင် သိမြင်တော်မူပေထသော၊ ဘဂဝတော-ဘုန်းတော် ခြောက်စုံ တန်ခိုးဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံဖြိုးကြွယ် အံ့သြစဖွယ် တန်ခိုး ဆန်းကြယ်တော်မူသော၊ တဿ-ထိုဂုဏ်တော်အပေါင်းရှင် မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးအား၊ နမော-ရိုသေ မြတ်နိုး လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ ၏ အရှင်ဘုရား။

ဆွမ်း၊ ပန်း၊ ရေချမ်း၊ ဆီးမီးများ ကပ်လှူပူဇော်ရန်

အရဟာတာဒိ နဝဂုဏောပေတံ-အရဟံ အစရှိသော ကိုးပါး သော ဂုဏ်တော်တို့နှင့်၊ သမ္ပန္နာဂတံ-ပြည့်စုံတော်မူသော၊ နာထံ- လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာဖြစ်တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ-သက်တော်ထင် ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဒိဿ-ရည်မှတ်၍၊ စေတိ ယဿ-ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဒိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂစေတီ တော်မြတ်အား၊ ဝဏ္ဏ ဂန္ဓ ရသ သမ္ပန္နံ-အဆင်းအနံ့ အရသာနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော၊ (ဣမံ ပိဏ္ဍပါတံ-ဤဆွမ်းခဲဘွယ်ဘောဇဉ် ကို၊ ဣမံ ပုပ္ဖံ-ဤပန်းကို၊ ဣမံဥဒကံ-ဤသောက်တော်ရေကို၊ ဣမံဒီပဓာလံ-ဤရောင်ဝါထိန်ပြီး မြတ်ဆီမီးနှင့်အမွှေးတိုင်ကို)

ဒေမိ-သဒ္ဓါကြည်ဖြူ ကပ်လှူပူဇော်ပါ၏အရှင်ဘုရား။ မေ-တပည့်တော်၏၊ ဣဒံပုညံ-ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ-အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန်ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု- စင်စစ်မသွေ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၁။ **ဆွမ်းလှူရခြင်း အကျိုး(၅)ပါး**

အသက်ရှည်ရ၊ ဆင်းလှမှန်စွာ၊
ချမ်းသာကြီးမား၊ ခွန်အားကသာ၊
ပညာပြည့်ဖြိုး၊ ငါးမျိုးမှန်စွာ၊
ဆွမ်းလှူကျိုး၊ ရရိုးဧကန်သာ။

၂။ **ပန်းလှူရခြင်း အကျိုး(၃)ပါး**

ပန်းလိုလှပ၊ ဘဝရပ်ရှည်၊
ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၊ သန့်ရှင်းပေသည်၊
နံ့စော်ကင်းလို့၊ ခံတွင်းမွှေးကြည်၊
ပန်းလှူကျိုး၊ သုံးမျိုးရနိုင်သည်။

၃။ **ရေလှူရခြင်း အကျိုး(၁၀)ပါး**

လျှင်မြန်သန့်ရှင်း၊ စင်ကြယ်ခြင်းမှန်၊
ဆာလောင်ကင်းလို့၊ များခြင်းခွေရုံ၊
သက်ရှည်ဆင်းလှ၊ သုခဗလံ၊
ပညာများ၊ ဆယ်ပါးရေကျိုးမှန်။

၄။ **ဆီမီးလှူရခြင်း အကျိုး(၂)ပါး**

ဘုရားရှင်အား၊ စိတ်ထားကြည်ဖြူ၊
ဆီမီးလျှပ်ပန်း၊ လှူဒါန်းသောသူ၊
စက္ခုမံသ၊ ဉာဏနှစ်ဆူ၊
ကြည်လင်၏၊ ဖြစ်ဘိဉာဏ်ကြီးသူ။

ဩကာသ ကန်တော့ချိုး

ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ဩကာသ၊ ကာယကံ၊ ဝစီကံ၊ မနောကံ၊ သဗ္ဗဒေါသ၊ ခပ်သိမ်းသောအပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင် ဘုရားရတနာ၊ တရားရတနာ၊ သံဃာရတနာ ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့ကို အရိုအသေ အလေးအမြတ် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ဘုရား။

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့် အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏အရှင်ဘုရား။

အဟံဘန္တေ တိသရဏေနသဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ အနုဂ္ဂ ဟံကတွာ သီလံ ဒေထ မေဘန္တေ၊ ဒုတိယမ္ပိ…။ တတိယမ္ပိ…။ နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။ (သုံးခေါက်ဆို)

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ သံဃံသရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ ဒုတိယမ္ပိ…။ တတိယမ္ပိ…။

ဘုရားရတနာ၊ ကိုးကွယ်ရာ၊ မြဲစွာဆည်းကပ်မည်။
တရားရတနာ၊ ကိုးကွယ်ရာ၊ မြဲစွာဆည်းကပ်မည်။
သံဃာရတနာ၊ ကိုးကွယ်ရာ၊ မြဲစွာဆည်းကပ်မည်။

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
သူ့အသက်လဲ၊ မသတ်ဘဲ၊ အမြဲဆောင်ကြဉ်မည်။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
သူ့ဥစ္စာလဲ၊ မခိုးဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
သူ့အိမ်ရာလဲ၊ မမှားဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။
လိမ်ညာ၍လည်း၊ မပြောဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။
၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇ ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏီ သိက္ခာပဒံ သမာဒိ ယာမိ။
သေအရက်လည်း၊ မသောက်ဘဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

ငါးပါးသီလ အကျိုးအပြစ်များ

၁။ ပါဏာတိပါတ်၊ သူ့သက်သတ်က၊ ချို့လတ်အင်္ဂါ၊ မွဲပြာရုပ်သွင်၊ အင်အားယိုယွင်း၊ လျင်ခြင်းလည်းဝေး၊ ဘေးကိုကြောက်တယ်၊ အသတ်ခံရာ၊ အနာများလျက် ခြွေရံပျက်၍၊ အသက်တိုလျှ၊ ပြစ်များစွသည်၊ ရှောင်ခါအပြန် အကျိုးတည်း။
၂။ အဒိန္နာဒါ၊ ခိုးမိပါမူ၊ ဥစ္စာနည်းမွဲ၊ ဆင်းရဲငတ်ဘိ၊ လိုရှိမရ၊ ဘောဂပျက်စီး၊ ရေမီးသူခိုး၊ မွေခံဆိုးနှင့်၊ မင်းဆိုးအပြား၊ ရန်မျိုးငါးကြောင့်၊ ပျက်ပြားဥစ္စာ၊ ပြစ်များစွာသည်၊ ရှောင်ခါအပြန် အကျိုးတည်း။
၃။ မိစ္ဆာစာရ၊ ကျူးလွန်ကလည်း၊ မုန်းကြသူများ၊ ရန်သူပွားး၍၊ ရှားပါးလာဘ်တိတ်၊ ချမ်းသာဆိတ်၏၊ ဣတ္ထိပဏ္ဍုက်၊ မျိုးယုတ်ခါခါ၊ မျက်နှာမလှ၊ အရှက်ရလျက်၊ ရူပက္ခန္ဓေ၊ ယွင်းသွေချို့သိမ်၊ စိုးရိမ်များစွာ၊ ချစ်သူကွာသည်၊ ရှောင်ခါအပြန် အကျိုးတည်း။

၄။ မုသားစကား၊ ပြောဆိုကြွားမှု၊ စကားမပီ၊ သွားမညီတည်း၊ ပုပ်ညှီပါးစပ်၊ ခြောက်ကပ်ကိုယ်ရေ၊ ဣန္ဒြေယွင်းနှောက်၊ ရုပ်ဆင်းဖောက်၏၊ မရောက်ဩဇာ၊ နှုတ်လျှာကြမ်းထော်၊ လျှပ်ပေါ်လော်လည်၊ စိတ်မတည်သည်၊ ရှောင်ခါအပြန် အကျိုးတည်း။

၅။ သေရည်သောက်လင့်၊ သင့် မသင့်ဌ၊ ရေးခွင့်မသိ၊ ပျင်းရိမေ့ရူး၊ ကျေးဇူးမဆပ်၊ ဟိရောတ္တပ်ကင်း၊ ခပင်းများထို၊ အကုသိုလ်ကို၊ မငြိုလွယ်စွာ၊ ပြုကျင့်ရာသည်၊ ရှောင်ခါ အပြန် အကျိုးတည်း။

ရတနာသုံးပါး ဂုဏ်တော်များ

ဘုရား- ဣတိပိ သောဘဂဝါ၊ အရဟံ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ၊ ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နော၊ သုဂတော၊ လောကဝိဒူ၊ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ၊ သတ္ထာ ဒေဝမနုဿာနံ၊ ဗုဒ္ဓေါ၊ ဘဂဝါ။

တရား - သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော၊သန္ဒိဋ္ဌိကော၊ အကာလိကော၊ ဧဟိပဿိကော၊ ဩပနေယျိကော၊ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ။

သံဃာ - သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊

သာမိစိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ ယဒိဒံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌပုရိသပုဂ္ဂလာ ဧသ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော၊ အာဟုနေယျော၊ ပါဟုဏေယျော၊ ဒက္ခိဏေယျော၊ အဉ္ဇလိကရဏီယော၊ အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။

ဘုရားဂုဏ်တော် သချာမှတ်ဖို့ ကဗျာစပ်လို့ ဆိုကြမယ်

၁။ ကိလေသာတွေ ကင်းစင်ပြတ်လို့၊ လူနတ်ဗြဟ္မာ ပူဇော်တယ်။
၂။ အရာအလုံးစုံ ကိုယ်တိုင်သိလို့၊ ဆရာမရှိသူ ဖြစ်ပါတယ်။
၃။ ထူးတဲ့အသိဉာဏ် အကျင့်မှန်များလည်း၊ ကောင်းစွာထင်ရှား ပြည့်စုံတယ်။
၄။ ကောင်းသောစကားကို မိန့်ဆိုတတ်လို့၊ နိဗ္ဗာန်မြတ်သို့ ကြွသွားတယ်။
၅။ သတ္တသင်္ခါ ဩကာသတဲ့၊ လောကသုံးပါး သိမြင်တယ်။
၆။ မယဉ်ကျေးသူ ယဉ်အောင်ပြုတဲ့၊ ဆုံးမမှုမှာ သာလွန်တယ်။
၇။ လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါများရဲ့၊ ဆရာထင်ရှားဖြစ်ပါတယ်။
၈။ လေးဖြာသစ္စာ စိတ်ဖြာသိတဲ့၊ ဉာဏ်မြင်ရှိသူဖြစ်ပါတယ်။
၉။ ဘုန်းတော်ခြောက်စုံ ဂုဏ်တော်မြတ်နှင့်၊ တစ်စမလပ်ပြည့်စုံတယ်။

ဘုရားဂုဏ်တော်ကိုးဖြာပဲကွဲ၊ အသည်းစွဲအောင် မှတ်ကြကွယ်။

တရားဂုဏ်တော် သချာမှတ်ဖို့ ကဗျာစပ်လို့ ဆိုကြမယ်

၁။ ဘုရားကောင်းစွာ ဟောညွှန်အပ်လို့၊ တရားတော်မြတ် ခိုင်မာတယ်။

၂။ ကိုယ်တိုင်ကျင့်ရင် ကိုယ်တိုင်သိလို့၊ မိမိရရ သချာတယ်။

၃။ အခုကျင့်ရင် အခုထူးလို့၊ အကျိုးကျေးဇူး မြန်ဆန်တယ်။

၄။ လာပါ ကျင့်ပါ ဖိတ်ခေါ်အပ်လို့၊ စမ်းသပ်ခံကြောင်း၊ ကြေညာတယ်။

၅။ ကိုယ်နှင့်စိတ်မှာ မြဲဆောင်အပ်လို့၊ ထက်ကြပ်မကွာ အားထားဖွယ်။

၆။ အရိယာဆို ကိုယ်စီသိလို့၊ ထိထိမိမိခံစားတယ်။

တရားဂုဏ်တော် ခြောက်ဖြာပဲကွဲ့၊ အသည်းစွဲအောင် မှတ်ကြကွယ်။

သံဃာ့ဂုဏ်တော် သချာမှတ်ဖို့ ကဗျာစပ်လို့ ဆိုကြမယ်

၁။ ကောင်းကောင်းမြတ်မြတ် ကျင့်ကြံတတ်တဲ့၊ ဘုရားသားတော်ဖြစ်ပါတယ်။

၂။ ဖြောင့်ဖြောင့်မတ်မတ် ကျင့်ကြံတတ်တဲ့၊ ဘုရားသားတော်ဖြစ်ပါတယ်။

၃။ နိဗ္ဗာန်ရည်သန် ကျင့်ကြံတတ်တဲ့၊ ဘုရားသားတော်ဖြစ်ပါတယ်။

၄။ ရှိသေထိုက်ရန် ကျင့်ကြံတတ်တဲ့၊ ဘုရားသားတော်ဖြစ်ပါတယ်။

၅။ ရပ်ဝေးသယ်လာ ဥစ္စာများကို၊ ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။

၆။ ဧည့်သည်ဖို့ရာ ဥစ္စာများကို၊ ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။

၇။ နောင်ဖို့လှူရာ ဥစ္စာများကို၊ ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။

၈။ လက်အုပ်ချီမိုး ရှိခိုးခြင်းကို၊ ဦးဦးဖျားဖျား ခံထိုက်တယ်။

၉။ လူနတ်ပြဟ္မာ ကောင်းမှုမျိုးကို၊ အပျိုးတိုက်ဆုံး ယာမြေလယ်။ သံဃာ့ဂုဏ်တော် ကိုးဖြာပဲကွဲ့၊ အသည်းစွဲအောင် မှတ်ကြကွယ်။

အန္တရာယ်ကင်း ကပ်ကျော် သမ္ဗုဒ္ဓေဘုရားရှိခိုး

၁။ သမ္ဗုဒ္ဓေ အဋ္ဌဝီသဉ္စ၊ ဒွါဒသဉ္စ သဟဿကေ။
သဉ္စသတ သဟဿနိ၊ နမာမိ သိရသာ မဟံ။

၂။ အပ္ပကာ ဝါဠုကာ ဂင်္ဂါ၊ အနန္တာ နိဗ္ဗုတာ ဇိနာ။
တေသံ ဓမ္မဉ္စ သံဃဉ္စ၊ အာဒရေန နမာမဟံ။

၃။ နမက္ကာရာနုဘာဝေန၊ ဟိတွာ သဗ္ဗေ ဥပဒ္ဒဝေ။
အနေကာ အန္တရာယာပိ၊ ဝိနဿန္တု အသေသတော။

ပဋ္ဌာန်းဘုရားရှိခိုး

ဟေတုပစ္စယော၊ အာရမ္မဏပစ္စယော၊ အဓိပတိပစ္စယော၊ အနန္တရပစ္စယော၊ သမနန္တရပစ္စယော၊ သဟဇာတပစ္စယော၊ အညမညပစ္စယော၊ နိဿယပစ္စယော၊ ဥပနိဿယ ပစ္စယော၊ ပုရေဇာတပစ္စယော၊ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော၊ အာသေဝနပစ္စယော၊ ကမ္မပစ္စယော၊ ဝိပါကပစ္စယော၊ အာဟာရပစ္စယော၊ ဣန္ဒြိယ ပစ္စယော၊ ဈာနပစ္စယော၊ မဂ္ဂပစ္စယော၊ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော၊ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယော၊ အတ္ထိပစ္စယော၊ နတ္ထိပစ္စယော၊ ဝိဂတပစ္စယော၊ အဝိဂတပစ္စယော။

အနန္တငါးပါးဘုရားရှိခိုး

၁။ ဗုဒ္ဓဂုဏော၊ အနန္တောဟု၊ ကျော်ဇောထင်ရှား၊ သုံးပါးရပ်သူ၊ နတ်လူဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါကို၊ ခေမာသာခေါင်၊ နိဗ္ဗာန်သောင်သို့၊ ရွှေဖောင်မဂ္ဂင်၊ သင်္ဘောယာဉ်ဖြင့်၊ ကယ်တင်ဆောင်ယူ၊ ပို့တော်မူသည့်၊ နတ်လူတို့ထိပ်ပန်း၊ ရဟန်းတို့ဆရာ၊ အစိန္တေယျာဟု၊ အနန္တဂုဏ်အင်၊ ကျေးဇူးရှင်ကို၊ အဟံ - အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ-ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၂။ ဓမ္မဂုဏော၊ အနန္တောဟု တည်သောကမ္ဘာ၊ သတ္တဝါလူနတ်၊ အထပ်ထပ်ကို၊ လေးမြတ်ကြင်နာ၊ အဝိဇ္ဇာဖြင့်၊ တဏှာသံယော၊ ကိလေသောမှ၊ ဆေးကြောသုတ်သင်၊ မြူမတင်အောင်၊

ရှောင်ကြဉ်ပေတတ်၊ တရားမြတ်ကို၊ အဟံ-အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ- ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၃။ သံဃဂုဏော၊ အနန္တောဟု၊ လောဘဒေါသ၊ မောဟ ကင်းကွာ၊ တဏှာကာမ၊ ကိလေသနှင့်၊ ရာဂအမိုက်မှ၊ နှစ်မြိုက် မပျော်၊ မမွေ့လျော်ဘဲ ရှင်တော်ဟောကြား၊ မြတ်တရားကို မှတ်သားကြည်ညို၊ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်၊ ရောက်ကြောင်းမှန်သည်။ မြတ်မွန်ထေရ်ကျော်၊ သံဃာတော်တို့၊ ဂုဏ်တော်ကြီးစွ၊ အနန္တကို၊ အဟံ-အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ- ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၄။ မာတာပိတုဂုဏော၊ အနန္တောဟု၊ အပြောကျယ်စွာ၊ သံသရာ ဝယ်၊ မာတာပိတ၊ မိနှင့်ဖတို့၊ ရေကြည်ကလလ၊ တည်ဦးစက၊ ချို့ချဉ်ပူစပ်၊ ရှင်းရှင်းပြတ်အောင်၊ မပြတ်ယုယ၊ မိဘတို့မှာ၊ စိုးရိမ်စွာဖြင့်၊ အစာဆိမ့်အေး၊ နို့ချိုပေး၍၊ မွေးသည့်မိခင်၊ ကျေးဖခင်ကို၊ အဟံ-အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ- ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

၅။ အာစရိယဂုဏော၊ အနန္တောဟု၊ မိန့်ဟောအရ၊ ကောက်ယူပြ သော်၊ နယနည်းနာ၊ အဖြာဖြာကို၊ လိမ္မာစေကြောင်း၊ မေတ္တာလောင်း၍၊ မကောင်းကိုကြဉ်၊ ကောင်းရာယှဉ်လျက်၊ နူတ်မြွက်သံချို၊ ဆုံးမ ဆိုသား၊ အဟိုများစွာ၊ သံသရာဝယ်၊ သုံးသွယ်သောကပ်၊ လေးရပ် အပါယ်၊ ရှစ်သွယ်ရပ်ပြစ်၊

ဆိုးညစ်ယုတ်မာ၊ အဖြာဖြာကို၊ ခေမာ ဘုမ္မိ၊ ဘေးမရှိအောင်၊ ရောက်အောင်ညွှန့်ပြ၊ သွန်သင်ပေတတ်၊ ဆရာမြတ်ကို၊ အဟံ-အကျွန်ုပ်သည်၊ ဝန္ဒေဝန္ဒာမိ-ရှိခိုး၏ အရှင်ဘုရား။

ဗုဒ္ဓဝင်ခုနစ်နေ့ ဘုရားရှိခိုး

၁။ သုံးလူ့ရှင်ပင်၊ ကျွန့်ထိပ်တင်၊ သောင်းခွင်စကြဝဠာ၊ နတ်ပြဟ္မာတို့၊ ညီညာရုံးစု၊ တောင်းပန်မှုကြောင့်၊ ရတုနဂို၊ ရွှန်းရွှန်းစိုသည်၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ ကြွက်မင်းနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ကြည်ဖြူ၊ သန္ဓေယူသည်၊ နတ်လူငြိမ်းဖို့ ကိန်းပါကို။

၂။ သန္ဓေယူကာ၊ ဆယ်လကြာသော်၊ မဟာသက္ကရာဇ်၊ ခြောက်ဆယ့်ရှစ်ကြုံ၊ ကဆုန်လပြည့်၊ သောကြာနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့စုံညီ၊ လုမ္ဗိနီဉ်၊ မဟီလှိုက်ဆူ၊ ဖွားတော်မူသည်၊ နတ်လူအောင်မြို့ လမ်းပါကို။

၃။ ဖွားမြင်မြောက်သော်၊ ဆယ့်ခြောက်နှစ်ဝယ်၊ ပျိုနုနယ်ဉ်၊ သုံးသွယ်ရွှေနန်း၊ သိမ်းမြန်းပြီးလစ်၊ ဆယ့်သုံးနှစ်လျှင်၊ ဘုန်းသစ်လျှံလူ၊ စံတော်မူ၍၊ ရွယ်မှုနုဖြိုး၊ နှစ်ဆယ့်ကိုးဝယ်၊ လေးမျိုးနိမိတ်၊ နတ်ပြဟိတ်ကြောင့်၊ ရွှေစိတ်ငြင်ငြို၊ သံဝေပိုကာ၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ ကျားမင်းနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့ရဂုံ၊ တောရပ်လှုံသည်၊ စုံမြိုင်ပင်ရိပ် ခန်းမှာကို။

၄။ တောရပ်မြိုင်ပေါ်၊ ခြောက်နှစ်ပျော်၍၊ ခါတော်တစ်ဖုံ၊ ပွင့်ချိန်ကြုံက၊ ကဆုန်လပြည့်၊ ဆင်မင်းနေ့ဝယ်၊ မြေ့ပရမေ၊ ပလ္လင်ဗွေထက်၊ ရွှေညောင်တော်ကြီး၊ ဗိတာန်ထီးနှင့်၊ မငြီးကြည်ဖြူ၊ နေတော်မူ လျက်၊ ရန်မြူခပင်း၊ အမိုက်သင်းကို၊ အရှင်းပယ်ဖျောက်၊ အလင်း ပေါက်က၊ ထွန်းတောက်ဘုန်းတော်၊ သောင်းလုံးကျော်သည်၊ သုံးဘော်လူတို့ ငြိမ်းမှာကို။

၅။ ဘုရားဖြစ်ခါ၊ မိဂဒါသို့၊ စကြာရွှေဘွား၊ ဖြန့်ချီသွား၍၊ ငါးပါး ဝဂ္ဂီ၊ စုံအညီနှင့်၊ မဟီတစ်သောင်း၊ တိုက်အပေါင်းမှ၊ ခညောင်း ကပ်လာ၊ နတ်ဗြဟ္မာအား၊ ဝါဆိုလပြည့်၊ စနေနေ့ဝယ်၊ ကြွေ့ကြွေ့ လျှံတက်၊ ဓမ္မစက်ကို၊ မိန့်မြွက်ထွေပြား၊ ဟောဖော်ကြားသည်၊ တရားနတ်စည် ရွမ်းတယ်ကို။

၆။ တရားနတ်စည်၊ ဆော်ရွမ်းလည်က၊ သုံးမည်ဘုံသိုက်၊ တစ်သောင်းထိုက်ဝယ်၊ ကျွတ်တိုက်သသူ၊ နတ်လူဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါကို၊ ခေမာသောင်သို့၊ ဖောင်ကူးတို့ဖြင့်၊ ဆောင်ပို့ပြီးခါ၊ ဝါလေးဆယ့်ငါး၊ သက်ကားရှစ်ဆယ်၊ စုံပြည့်ကြွယ်က၊ ရာလေးဆယ့်ရှစ်၊ သက္ကရာဇ်ဝယ်၊ နယ်မလ္လာတိုင်း၊ စံနိုင်းမယှတ်၊ ကုသိန္နာရုံ၊ အင်ကြင်းစုံ၌၊ ကဆုန်လပြည့်၊ အင်္ဂါနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့နိဗ္ဗူ၊ စံတော်မူသည်၊ ဝှန်းဆူသောင်းလုံး ကျော်တယ်ကို။

၇။ နိဗ္ဗူစံပြီ၊ ရှုမအီသား၊ သင်္ဂီရွှေလှော်၊ အလောင်းတော်ကို၊ ထိုရော်ကဆုန်၊ လဆုတ်ကြုံ၍၊ ဂဠုန်နေ့ဝယ်၊ ခိုးငွေ့မနော၊ ဓာတ်

တေဇောလျှင်၊ ရှင်စောဉာဏ်စက်၊ ခိဋ္ဌာန်ချက်ဖြင့်၊ လျှံတက်ကော်ရော်၊ မီးပူဇော်သည်၊ မွေတော်ရှစ်စိတ် ကြွင်းတယ်ကို။

ထိုခုနစ်နေ့၊ သာချမ်းမြေ့ကို၊ ဆွေ့ဆွေ့ကြည်ဖြူ၊ အာရုံယူလျက်၊ သုံးလူတို့နတ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သား၊ အထွဋ်ခေါင်ဖျား၊ ကိုယ်တော်ဘုရားကို၊ သုံးပါးမှန်စွာ၊ ဝန္ဒနာဖြင့်၊ သဒ္ဒါဖြိုးဖြိုး၊ ကျွန်ရှိခိုးသည်၊ ကောင်းကျိုးခပ်သိမ်း ကြွယ်စေသော်။

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ မေတ္တာပို့(အကျဉ်း)

ဒသဒိသာယ သဗ္ဗေသတ္တာ၊ အဝေရာဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဈာဟောန္တု၊ အနီဃာဟောယန္တု၊ သုခီအတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

အရပ်ဆယ်မျက်နှာ၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ၊ အနန္တသတ္တဝါတို့

ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။

ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။

ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။

နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

မေတ္တာသုတ်လာ မေတ္တာပွားများနည်း

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

၂။ ကြောက်တတ်၊ မကြောက်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာသတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

၃။ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၄။ ဝေးနေ နီးနေ၊ နှစ်ထွေများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

၅။ ဘဝဇာတ်ဆုံး၊ မဆုံးများစွာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၆။ ရှည် တို အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

၇။ ကြီးငယ်အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၈။ ဆူကြုံအလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊ ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။

ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၉။ လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၀။အထင်သေးခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၁။ဆင်းရဲလိုခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

ကရုဏာပွားနည်းများ

ဒုက္ခပ္ပတ္တာစ နိဒ္ဒုက္ခာ၊ ဘယပ္ပတ္တာ နိဗ္ဘယာ၊
သောကပ္ပတ္တာစ နိသောကာ၊ ဟောန္တု သဗ္ဗေပိ ပါဏိနော။

၁။ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်ကြသူတွေ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခကင်းကြပါစေ။

အေးစေကြောင်း၊ ဆုတောင်းမေတ္တာဝေ။

၂။ ဘေးရန်ဒုက္ခရောက်ကြသူတွေ၊ ဘေးရန်ဒုက္ခကင်းကြပါစေ။

အေးစေကြောင်း၊ ဆုတောင်းမေတ္တာဝေ။

၃။ စိုးရိမ်သောက ရောက်ကြသူတွေ၊ စိုးရိမ်သောက ကင်းကြပါစေ။

အေးစေကြောင်း ဆုတောင်းမေတ္တာဝေ။

ဆုတောင်း

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကြောင့်၊ ချမ်းမှုအေးကြည်၊ ဘေးမဲ့မည်သည်၊ ရွှေပြည်ထုတ်ချောက်၊ လမ်းမကောက်ဘဲ၊ ရောက်ရပါလို၊ တောင်းဆုဆို၏။ ထိုထိုဘဝ၊ ကျင်လည်ရလည်း၊ ဒုက္ခဘေးဒဏ်၊ ရန်မာန်အပေါင်း၊ မကောင်းဟူသမျှ၊ မတွေ့ရဘဲ၊ သဗ္ဗညုတ်ဉာဏ်၊ မင်္ဂလာကို၊ ရွှယ်ကာ တ,တိုင်းရစေသော်။

အမျှဝေ

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကို၊ ကြီးထမြင့်ခေါင်၊ မြင့်မိုရ်တောင်ဦး၊ မကကြူးသား၊ ကျေးဇူးအရှင်၊ မွေးမိခင်နှင့်၊ ဖခင်တို့အား၊ ရငြားပါစေ၊ အမျှဝေ၏။ မသွေနိစ္စ၊ ဤကာယကို၊ စောင့်ထပေတတ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်လည်း၊ မလပ်စေရ၊ ပေးဝေငှ၏။ မိတ္တာဆွေညာ၊ ဆရာသမား၊ ဘိုးဘွားကစ၊ ယမရာဇာ၊ ဒေဝါယက္ခ၊ ဣန္ဒဘုမ္မာ၊ အာကာသနတ်၊ အထူးမှတ်၍၊ မပြတ်ပုည၊ ကုသလကို၊ ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။ သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာလောက၊ အနန္တတွင်၊ မပြတ်စင်ကာ၊ သတ္တာဝါသ၊ ဘုံကိုးဝနှင့်၊ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ၊ တည်ရှိခုနစ်ပါး၊ များစွာလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျအား၊ အမျှကုသိုလ်၊ ပေးဝေလို၏။ ထိုကုသလ၊ ဤပုညကို၊ အမျှရကြသည်ဖြစ်စေသော်၊ ဝသုန္ဒရေ၊ ဤမြေပံသု၊ သိလာထုလည်း၊ သက်သေအမှုတည်စေသော်၊ အမျှ…အမျှ…အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။ (သာဓု၊ သာဓု၊ သာဓု)

အခန်း(၂)

(၃၈)ဖြာ မင်္ဂလာသံပေါက်လင်္ကာများ

၁။ အသေဝနာစ ဗာလာနံ - လူမိုက်ကိုများ၊ ပယ်ရှောင်ရှား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(Not to associate with fools)

၂။ ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ - ပညာရှိများ၊ မှီဝဲငြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To associate with wise)

၃။ ပူဇာစ ပူဇနေယျာနံ - ပူဇော်ထိုက်သူ၊ ပူဇော်မှု၊ မှတ်ယူမင်္ဂလာ။
(To honour those-worthy of honour)

၄။ ပတိရူပ ဒေသဝါသောစ - သင့်တော်ဒေသ၊ နေထိုင်ကြ၊ မှတ်ကြမင်္ဂလာ။
(To live in suitable region)

၅။ ပုဗ္ဗေစ ကတပုညတာ - ရှေးကပြုခြား၊ ကုသိုလ်များ၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To have accumulated merits of the past)

၆။ အတ္တသမ္မာပဏိဓိစ - ကိုယ်စိတ်နှစ်ပါး၊ စောင့်ထိန်းခြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To be rightly concen tirated on onesely)

၇။ ဗာဟုသစ္စဉ္စ - အကြားအမြင်၊ များမြောက်လျှင်၊ မှတ်ပင်မင်္ဂလာ။
(To have immensity of knowledge)

၈။ သိပ္ပဉ္စ - အတတ်ပညာ၊ သင်ကြားပါ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။
(To acquire skill in sciences)

၉။ ဝိနယောစ သုသိက္ခိတော	- လူကျင့်ဝတ်များ၊ သင်ကာထား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။ (To be well-trained in discipline)
၁၀။ သုဘာသိတာစ ယာဝါစာ	- ယဉ်ကျေးချိုသာ၊ ပြောဆိုပါ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။ (To have pleasant speech)
၁၁။ မာတာပိတု ဥပဋ္ဌာနံ	- မိဘနှစ်ပါး၊ လုပ်ကျွေးပြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။ (To serve one's actions)
၁၂။ ပုတ္တဒါရဿ သင်္ဂဟော	- သားမယားများ၊ ထောက်ပံ့ပြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။ (To look after one's family)
၁၃။ အနာကုလာစ ကမ္မန္တာ	- အလုပ်ဝတ္တရား၊ ရှိသေပြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။ (To be paceful in one's action)

၁၄။ ဒါနဉ္စ - စေတနာထွေးဖြူ ပေးကာလှူ၊ မှတ်ယူမင်္ဂလာ။
(To donate generously)

၁၅။ ဓမ္မစရိယာစ - သုစရိုက်တရား၊ ကျင့်ကားထား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To live the life of Dhamma)

၁၆။ ဉာတကာနဉ္စ သင်္ဂဟော - ဆွေမျိုးများအား၊ ထောက်ပံ့ငြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To help one's relations)

၁၇။ အနဝဇ္ဇာနိ ကမ္မာနိ - အပြစ်ကင်းငြား၊ အလုပ်များ၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To abstain from immoral livelihood.)

၁၈။ အာရတီ - စိတ်ဖြင့် အမှု၊ မကောင်းမှု၊ မပြုမင်္ဂလာ။
(To abstain from evil (mental).)

၁၉။ ဝိရတီပါပါ - ကိုယ်မှု၊ နှုတ်မှုမကောင်းမှု၊ မပြုမင်္ဂလာ။
(To abstain from evil (physical)

၂၀။ မဇ္ဇပါနာစ သံယမော - မူးယစ်သေစာ၊ ရှောင်ကြဉ်တာ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။
(To abstain from intoxicants.)

၂၁။ အပ္ပမာဒေါစ ဓမ္မေသု - ကုသိုလ်တရား၊ မမေ့ပြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To practice Dhamma deligently.)

၂၂။ ဂါရဝေါစ - ရှိသေထိုက်သူ၊ ရှိသေမှု၊ မှတ်ယူမင်္ဂလာ။
(To be respectful.)

၂၃။ နိဝါတောစ - ကိုယ့်ကိုယ်နှိမ်ချ၊ မာန်မကြွ၊ မှတ်ကြမင်္ဂလာ။
(To be humble.)

၂၄။ သန္တုဋ္ဌိစ - လောဘနည်းပါး၊ ရောင့်ရဲ ငြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။ (To be content.)

၂၅။ ကတညုတာ - ကျေးဇူးသိကာ၊ ပြန်ဆပ်ပါ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။ (To be grateful.)

၂၆။ ကာလေန ဓမ္မဿဝနံ - သင့်လျော်ချိန်မှာ၊ တရားနာ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။ (To listen Dhamma at appropriate time.)

၂၇။ ခန္တီစ - စိတ်ကိုထိန်းကာ၊ သည်းခံပါ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။ (To be tolerant.)

၂၈။ သောဝစဿတာ - ဆုံးမစကား၊ နာလွယ်ငြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။ (To be obedient.)

၂၉။ သမဏာနဉ္စ ဒဿနံ - ရဟန်းသံဃာ၊ ဖူးမြော်ပါ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။ (To see saintly people.)

၃၀။ ကာလေန ဓမ္မသာကစ္ဆာ - တရားဓမ္မ၊ ဆွေးနွေးကြ၊ မှတ်ကြမင်္ဂလာ။
(To discuss Dhamma at appropriate times.)

၃၁။ တပေါ စ - ခြိုးခြံချွေတာ၊ နေထိုင်ပါ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။
(To have asectic practices.)

၃၂။ ဗြဟ္မစရိယဉ္စ - မြင့်မြတ်တရား၊ ကျင့်သုံးငြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To observe celibacy.)

၃၃။ အရိယာသစ္စာန ဒဿနံ - သစ္စာလေးပါး၊ သိရှိငြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To observe Noble Truths.)

၃၄။ နိဗ္ဗာနသစ္ဆိကိရိယာ စ - တရားကျင့်က၊ နိဗ္ဗာန်ရ၊ မှတ်ကြမင်္ဂလာ။
(To realize Nibbana.)

၃၅။ ဖုဋ္ဌဿ လောကဓမ္မေဟိ - လောကဓံတရား၊ ခံနိုင်ငြား၊ မှတ်သားမင်္ဂလာ။
(To remain equanimous while coming in contant with visicitrdes of life.)

၃၆။ အသောကံ - စိုးရိမ်သောက၊ ထိန်းသိမ်းကြ၊ မှတ်ကြမင်္ဂလာ။
(To remain free from sorrow.)

၃၇။ ဝိရဇံ - ကိလေသာမြူ၊ ကင်းစင်သူ၊ မှတ်ယူမင်္ဂလာ။
(To remain free from impurity.)

၃၈။ ခေမံ - ဘေးရန်ကင်းရာ၊ နိဗ္ဗာန်ပါ၊ မှတ်ပါမင်္ဂလာ။
(To remain free from insecurity.)

အခန်း(၃)

ကလေးတရားစခန်းမှ
ယဉ်ကျေးလိမ္မာဆုံးမစာများ

ယုတ်မြတ်နှစ်ပါးကံတရား

၁။ (ကမ္မဿကာ) ကံလျှင် ဥစ္စာ၊ သတ္တဝါ၊ သူငါရှိကြသည်။

၂။ (ကမ္မဒါယာဒါ) ကံလျှင်အမွေ၊ ခံစံပေ၊ ခွဲဝေယူရသည်။

၃။ (ကမ္မယောနိ) ကံလျှင်အကြောင်း၊ ဆိုးအကောင်း၊ အပေါင်း မှန်လှသည်။

၄။ (ကမ္မဗန္ဓု) ကံလျှင်ဆွေမျိုး၊ ကောင်းအဆိုး၊ ကြောင်းကျိုး မှန်လှသည်။

၅။ (ကမ္မပဋိသရဏာ) ကောင်းဆိုး ကံသာ၊ ကိုးကွယ်ရာ၊ သေချာမှန်လှသည်။

၆။ (ကမ္မံ သတ္တေ ဝိဘဇတိ ယဒိဒံ ဟီနပ္ပဏီတတာယ) ယုတ်မြတ် နှစ်ပါး၊ ကံတရား၊ ခွဲခြားကျိုးပေးသည်။

ကံ၊ ကံ၏အကျိုးများ

သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ သက်တိုတတ်၊ မသတ်အသက်ရှည်။
ညှဉ်းဆဲသူများ၊ အနာများ၊ သနားကျန်းမာမည်။
ဒေါသမီးလျှံ၊ အကျည်းတန်၊ သည်းခံလှပမည်။
မနာလိုပြန်၊ ခြွေရံကွာ၊ ကြည်သာ ခြွေရံစည်။
မပေးလှူကာ၊ မွဲပြာကျ၊ လှူမှပေါများမည်။
မရိုမသေ၊ မျိုးယုတ်ချေ၊ ရိုသေမျိုးမြတ်မည်။
မမေးမမြန်း၊ ဉာဏ်မြင်ကန်း၊ စုံစမ်းဉာဏ်ကြီးမည်။
ဆိုးတာပြုက၊ ဆိုးတာရ၊ ကောင်းမှကောင်းစားမည်။

(မဟာစည်ဆရာတော်)

ကံဆိုး၊ ကံကောင်း ကွဲပြားကြောင်း

၁။	အသက်တိုတာ ဘာကြောင့်လဲ	- သူ့သက်သတ်လို့ပဲ။
၂။	အသက်ရှည်တာ ဘာကြောင့်လဲ	- သတ်မှုကင်းလို့ပဲ။
၃။	ရောဂါများတာဘာကြောင့်လဲ	- ညှဉ်းဆဲတတ်လို့ပဲ။
၄။	ရောဂါနည်းတာဘာကြောင့်လဲ	- ညှဉ်းဆဲကင်းလို့ပဲ။
၅။	ရုပ်ရည်မလှတာဘာကြောင့်လဲ	- ဒေါသကြီးလို့ပဲ။
၆။	ရုပ်ရည်လှတာဘာကြောင့်လဲ	- ဒေါသကင်းလို့ပဲ။
၇။	ခြွေရံနည်းတာဘာကြောင့်လဲ	- ငြူစူတတ်လို့ပဲ။
၈။	ခြွေရံများတာဘာကြောင့်လဲ	- ငြူစူကင်းလို့ပဲ။
၉။	ဥစ္စာမွဲတာဘာကြောင့်လဲ	- မပေးလှူလို့ပဲ။

၁၀။ ဥစ္စာပေါတာဘာကြောင့်လဲ - ပေးလှူတတ်လို့ပဲ။
၁၁။ အမျိုးယုတ်တာဘာကြောင့်လဲ - မာနကြီးလို့ပဲ။
၁၂။ အမျိုးမြတ်တာဘာကြောင့်လဲ - မာနကင်းလို့ပဲ။
၁၃။ ပညာမဲ့တာဘာကြောင့်လဲ - မသင်ယူလို့ပဲ။
၁၄။ ပညာရှိတာ ဘာကြောင့်လဲ - သင်ယူတတ်လို့ပဲ။
၁၅။ လူချင်းမတူတာဘာကြောင့်လဲ -ကံချင်းမတူလို့ပဲ။

အရှင်ဥတ္တမကျော်

ဗြဟ္မစိုရ်တရား(၄)ပါး

၁။ တန်းတူတွေ့လျှင်၊ မေတ္တာဝင်၊မဝင်နိုင်က ပြိုင်တတ်တယ်။
ပြိုင်မည့်အစား၊ မေတ္တာပွား၊ စိတ်ထားပြုပြင်ပြောင်းပါ့မယ်။
၂။ နိမ့်သူတွေ့လျှင်၊ ကရုဏာဝင်၊ မဝင်နိုင်က နှိုင်တတ်တယ်။
နှိုင်မည့်အစား၊ ကရုဏာပွား၊ စိတ်ထားပြုပြင်ပြောင်းပါ့မယ်။
၃။ မြင့်သူတွေ့လျှင်၊ မုဒိတာဝင်၊ မဝင်နိုင်က ရှု့တတ်တယ်။
ရှု့မည့်အစား၊ မုဒိတာပွား၊ စိတ်ထားပြုပြင်ပြောင်းပါ့မယ်။
၄။ မိုက်သူတွေ့လျှင်၊ ဥပေက္ခာဝင်၊ မဝင်နိုင်က မဲ့တတ်တယ်။
မဲ့မည့်အစား၊ ဥပေက္ခာပွား၊ စိတ်ထားပြုပြင်ပြောင်းပါ့မယ်။
စိတ်ကိုလည်းပြင်၊ ရုပ်လည်းပြင်၊ပြင်ဆင်တိုင်းရ၊ပြုတိုင်းလှ
သုခနိဗ္ဗာန်တိုင်လိမ့်မယ်။

(မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်)

ကိုယ်ချင်းစာတရားထားပါ

၁။ ကိုယ်ကို ထိလျှင်၊ မခံချင်၊ သူ့တွင်မထိနှင့်။

၂။ ကိုယ်ကို စော်ကား၊ ကြိုက်သလား၊ သူ့အား မကျူးသင့်။

၃။ သူကိုမညှာ၊ ကိုယ်သာရစေ၊ မတွေးလေနှင့်။

၄။ ကိုယ်ဖို့ သာကြည့်၊ ကျိုးမရှိ၊ သူ့ကျိုးကြည့်ပါလေ။ ။

မိဘကျေးဇူးဆပ်ကြပါ

မိဘကိုပင်၊ ဦးထိပ်တင်၊ ကံကောင်းဝင်လိမ့်မည်။

မိဘရှိခိုး၊ ကုသိုလ်တိုး၊ ကောင်းကျိုးပြည့်ဝမည်။

မိဘရိုသေ၊ အသက်ရှည်၊ ရုပ်ရည်လှပမည်။

မိဘလုပ်ကျွေး၊ ဘေးရန်ဝေး၊ ကောင်းကျိုးပေးလိမ့်မည်။

မိဘကိုသာ၊ ပြုစုပါ၊ မုန်စွာကြီးပွားမည်။

အနန္တငါးဖြာ ရှိခိုးပါ

၁။ ဘုရား တရား၊ မြတ်သံဃာ

မိဘဆရာပါ။

၂။ ငါးဖြာအနန္တ၊ ရိုသေကြ၊

ညစဉ်ဦးနှိမ်ချ။

၃။ ဦးနှိမ်ချလို့ ကန်တော့လျှင်
ဘေးရန်ကင်းလို့ စိတ်ကြည်လင်။
၄။ လူတိုင်းချစ်ခင် ကြင်နာထား
ဉာဏ်ပညာတွေ လွန်တိုးပွား။

သူတော်ကောင်းလက္ခဏာ ဆုံးမစာ

၁။ ရိုးသားဖြောင့်မတ်၊ ကြင်နာတတ်၊ သူတော်ကောင်းဓာတ်ရှိပါစေ။
၂။ နဂိုစိတ်ဓာတ်၊ ကောင်းမွန်မြတ်၊ သူတော်ကောင်းဓာတ်ရှိပါစေ။
၃။ ကျေးဇူးသိတတ်၊ ကျေးဇူးဆပ်၊ သူတော်ကောင်းဓာတ်ရှိပါစေ။
၄။ မိတ်ကောင်းမိတ်မြတ်၊ မြဲဆည်းကပ်၊ သူတော်ကောင်းဓာတ်ရှိပါစေ။
၅။ ဒုက္ခရောက်သူ၊ ကြုံတွေ့မူ၊ ကြည်ဖြူယုယပြုစုလေ။
သူမကောင်းလည်း၊ ကိုယ်ကောင်းမြဲ၊ အမြဲ စိတ်ကောင်းမွေးရမည်။
သူတော်ကောင်းလက္ခဏာ၊ ဤငါးဖြာ၊ ကိုယ်မှာပြည့်ဝဖြည့်ရမည်။

(ဘုံလယ်တီ)

သူတော်ကောင်းကျင့်ဝတ်

၁။ ပြောတဲ့အတိုင်းကျင့်၊ ကျင့်တဲ့အတိုင်းပြော။

၂။ ရိုးရိုးကျင့်၊ မြင့်မြင့်ကြံ၊ မှန်မှန်လုပ်၊ ကုပ်ကုပ်နေ။

၃။ ကောင်းတာကြံ၊ မှန်တာလုပ်၊ ဟုတ်တာပြော၊ လူရောနတ်ရော ကြည်ညိုတယ်။

လူကောင်းလူတော်အကျင့်(၁၀)ပါး

၁။ စိတ် - ပထမမှာ၊ စိတ်ကောင်းရှိဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါ့မယ်။

၂။ စည်း - ဒုတိယမှာ၊ စည်းကမ်းရှိဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါ့မယ်။

၃။ ကျန်း - တတိယမှာ၊ ကျန်းမာနေဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါ့မယ်။

၄။ သန့် - စတုတ္ထမှာ၊ သန့်ရှင်းနေဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါ့မယ်။

၅။ စား - ပဉ္စမမှာ၊ စားသောက်တတ်ဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါ့မယ်။

၆။ ဝတ် - ဆဋ္ဌမမှာ၊ ဝတ်စားတတ်ဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါ့မယ်။

၇။ နေ - သတ္တမမှာ၊ နေထိုင်တတ်ဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါ့မယ်။

၈။ သွား - အဋ္ဌမမှာ၊ သွားလာတတ်ဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါမယ်။

၉။ စကား - နဝမမှာ၊ စကားလိမ္မာဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါမယ်။

၁၀။ စာ - ဒသမမှာ၊ စာပေတတ်ဖို့၊ ဦးစားပေးလို့ ကျင့်ပါမယ်။

(တောင်မြို့ အရှင်ဇနကာဘိဝံသ…မှ မိုငြိမ်းရေး)

လူတိုင်းချစ်ခင်ကြောင်း(၄)ပါး

၁။ ပေးကမ်းစွန့်ကြဲ၊ အမြဲပြုသူ၊ ထိုထိုလူ၊ လူတိုင်းချစ်ခင်မည်။

၂။ ချိုသာစွာပြော၊ သဘောကောင်းသူ၊ ထိုထိုလူ လူတိုင်းချစ်ခင်မည်။

၃။ သူတစ်ပါးအလုပ်၊ ကူညီလုပ်သူ၊ ထိုထိုလူ၊ လူတိုင်းချစ်ခင်မည်။

၄။ ကိုယ်နှင့်နှိုင်းစာ၊ ကြင်နာပေးသူ၊ ထိုထိုလူ၊ လူတိုင်းချစ်ခင်မည်။

(ဘုံလယ်တီ)

ချမ်းသာလေးဝ ပြည့်စုံကြောင်း

လျှဒါန်း ကြွယ်ဝ၊ စောင့်စည်းက၊ ရပ်လှသက်ရှည်မှာ။
သမထပွားလျှင်၊ ကိလေစင်၊ စိတ်စဉ်လွန်ချမ်းသာ။

ဝိပဿနာပွားလျှင်၊ နိဗ္ဗာန်ဝင်၊ အစဉ်ချမ်းမြေ့မှာ။
ချမ်းသာလေးဝ၊ ပြည့်စုံမှ၊ ဘဝပြည့်စုံမည်။

(ချမ်းမြေ့ဆရာတော်)

လောကီကြီးပွားကြောင်း သမ္ပဒါတရား(၄)ပါး

၁။ ဥဋ္ဌာနသမ္ပဒါ - အလုပ်ဆိုင်ရာ၊ ကျွမ်းကျင်စွာဘိ၊ ပညာရှိ၍၊ ဝီရိယစွဲ၊ သတ္တိခဲနှင့်၊ ကိုယ်လဲလုပ်တတ်၊ စီမံတတ်မှ၊ ဥဋ္ဌာန၊ မည်ရသမ္ပဒါ။

၂။ အာရက္ခသမ္ပဒါ - ရေမီးသူခိုး၊ မွေခံဆိုးနှင့်၊မင်းဆိုးအပြား၊ ရန်မျိုးငါးကြောင့်၊ မပျက်ပြားလတ်၊ စောင့်ရှောက်တတ်မှ၊ အာရက္ခ မည်ရသမ္ပဒါ။

၃။ ကလျာဏမိတ္တသမ္ပဒါ - သဒ္ဓါသီလ၊ စာဂ၊ ပညာ၊ လေးဖြာ စုံတောင်း၊ မိတ်ဆွေကောင်းနှင့်၊ ပေါင်း၍အတု၊ ကိုယ်လည်း ပြုမှ၊ ကလျာဏ၊ မိတ္တပြည့်စုံမည်။

၄။ သမဇီဝိတသမ္ပဒါ - စားဝတ်နေပုံ၊ နေ့စဉ်ခြိုးလျက်၊ အကုန်အရ၊ နှိုင်းချိန်ဆသော်၊ အရဘက်က၊ သာစေမှ၊ သမဇီဝိတခေါ်။

လောကီကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း(၄)ပါး

၁။ ချမ်းသာချင်ရင် အလွယ်လေးကွဲ့၊ လုံ့လကိုထုတ်၊ ကြိုးစားလုပ်၊ မုချကြီးပွားမည်။

F-4(B)

၂။ ချမ်းသာချင်ရင် အလွယ်လေးကွဲ့၊ စုဆောင်းမပျင်း၊ ထိန်းသိမ်းခြင်း၊ လက်ငင်းကြီးပွားမည်။

၃။ ချမ်းသာချင်ရင် အလွယ်လေးကွဲ့ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း၊ ပေါင်းများကြောင်း၊ ကောင်းကောင်းကြီးပွားမည်။

၄။ ချမ်းသာချင်ရင် အလွယ်လေးကွဲ့၊ မျှတသက်မွေး၊ ကြိုးစားပေး၊ မနေးကြီးပွားမည်

(ဘုံလယ်တီ)

တမလွန်ကြီးပွားချမ်းသာကြောင်း(၄)ပါး

၁။ သဒ္ဓါသမ္ပဒါ-သဒ္ဓါနှင့်သာ၊ ပြည့်စုံပါ၊ မုန်ပါကြီးပွားမည်။

၂။ သီလသမ္ပဒါ-သီလနှင့်သာ၊ ပြည့်စုံပါ၊ မုန်ပါကြီးပွားမည်။

၃။ စာဂသမ္ပဒါ-စာဂနှင့်သာ၊ ပြည့်စုံပါ၊ မုန်ပါကြီးပွားမည်။

၄။ ပညာသမ္ပဒါ-ပညာနှင့်သာ၊ ပြည့်စုံပါ၊ မုန်ပါကြီးပွားမည်။

စည်းစိမ်ဥစ္စာ စီမံသုံးစွဲရာ(၄)မျိုး

ရလာဥစ္စာ၊ လေးပုံပါ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ဟောကြားသည်။
တစ်ပုံကိုသာ၊ စားသုံးပါ၊ ခြိုးခြံချွေတာနေရမည်။
နှစ်ပုံကိုသာ၊ ရင်းနှီးပါ၊ မုန်စွာ ကြွယ်ဝချမ်းသာမည်။
အမှုကြီးငယ်၊ ရှိခါဝယ်၊ သုံးဘွယ်တစ်ပုံစုရမည်။

စားဖို့ထဲမှ၊ ခွဲလှူကြ၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဟောကြားသည်။
ဗုဒ္ဓဟောကြား၊ နားထောင်ငြား၊ လောကီလောကုတ်ကောင်း စားမည်။

(ဘုံလယ်တီ)

အဖြုန်းနှင့်အသုံး

တစ်ပြားကိုပင်၊ လွယ်လွယ်ဖြုန်းက၊ ပြုတ်ပြုတ်ပြုန်းလိမ့် ကိုသူကြွယ်။
ထိုက်ရာတန်ရာ၊ ရာထောင် သုံးလဲ၊ အရှုံးမဘက် ကြီးပွား မယ်။
အဖြုန်းရယ် အသုံးရယ်၊ နှစ်ကန့်ထားလို့၊ ခွဲခြားစိစစ် ဝေဖန် ကွယ်။
အဲဒါမှ ဒီရေအလား စီးပွားတိုးပေမယ်။

ပေါက်လွှတ်ပဲစား

၁။ အမိယုတ်ရင်၊ သားနဲ့သမီးမှာ၊ နှုတ်သီးကောင်းလို့ စွာ ကျယ်ကျယ်။
၂။ အဖယုတ်ရင်၊ သားနဲ့သမီးမှာ၊ ကိုယ်လက်ရမ်းကား စိတ် ကြမ်းတယ်။
၃။ မိရောဖပါ၊ စည်းဝါးလွှတ်တော့၊ပေါက်လွှတ်ပဲစား ကလေး ရယ်။

၄။ မိသားစုတွေ မင်္ဂလာရှိဖို့၊ လောကနီတိ ညွှန်ပြတယ်။ ဖတ်ကွယ်၊ မှတ်ကွယ်။

ကျောင်းသားကောင်း

၁။ အတူကစားရင် ရန်မဖြစ်နဲ့၊ ချစ်ချစ်ခင်ခင် ကစားပါ။

၂။ အနိုင်ကျင့်တာ ရှက်စရာပဲကွဲ့၊ ဆိုတာ ဆဲတာ ရိုင်းလှစွာ။

၃။ ကျောင်းသားပီပီ အကူအညီပေးလို့၊ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး ဆက်ဆံပါ။

၄။ ဆရာပြောတာ မြေဝယ်မကျအောင်၊ နားထောင်ပါမှ လူလိမ္မာ။

၅။ စည်းကမ်းကိုသာ ရိုသေကြရင်၊ ပညာမုချ တတ်မြောက်မှာ။ တတ်မှာတတ်မှာ။

သွေးမကောင်းလို့ မှာပါရစေ...

ငါတို့မြန်မာ အမျိုးသမီးများတို့
သွေးချင်းနီးလို့ မှာလိုက်မလေ။
စိန်ရွှေ ဥစ္စာ ဒေါ်လာစွဲလို့
အယူလွဲနောက် လိုက်သူတွေ။
လူမျိုးမတူ ဘာသာခြားကို
ထိမ်းမြားလက်ထပ် ကင်းပါစေ။

ကိုယ့်လက်ထက်မှာ အမျိုးဖျက်ရင်
ဆိုးချက်ကတော့ ကမ္ဘာ့မကြေ။
လူမျိုးဘာသာ စဉ်လာမပျက်ဖို့
တိုးတက်ကြဖို့ ချစ်တတ်စေ။
အိမ်ထောင်ပြုကြွား ဘာသာခြား၊
ရှောင်ရှားကြပါလေ။

ကြိုးစားကြပါ တို့မြန်မာ

တို့တိုင်းတို့ပြည် တို့လူမျိုးကို
ဂုဏ်မညှိုးအောင် ထိန်းသိမ်းလေ။
လောကီဥစ္စာ စီးပွားတိုးအောင်
နိုးကြား ရိုးသား ကြိုးစားလေ။
ကိစ္စတိုင်းမှာ သိညာဏ်ထားလို့
ကိုယ်ကျင့်တရားလည်း ခိုင်မြဲစေ။
လူမျိုးဘာသာ အောက်မကျဖို့
ထောက်ပံ့ကြစို့ တို့တစ်တွေ။
အဲဒါကြောင့် ငါတို့လူမျိုး
မြန်မာမျိုး မညှိုးဂုဏ်တင့်ဝေ။

အရက်သေစာ ရှောင်ကြဉ်ရေးကဗျာ

ဘေးကိုဖျက်တော့ ဝါးအမျက်ပေါ့
လူကိုဖျက်တော့ အရက်ကွယ်။
သောက်လေ မူးလေ ထူးထွေချက်က၊
အရူး ဆက်ဆက် ဖြစ်တတ်တယ်။
လမ်းဘေးအိပ်ကာ လူညွန့်တုံးလျက်
အသက်ပါဆုံး ပျက်စီးမယ်။
သေတဲ့နောက်မှာ အပါယ်ကျလို့
ငါးရာဘဝ ရူးလိမ့်မယ်။
ရှောင်ကြဉ်ကြရင် ရောဂါကင်းလို့
လောကအတွင်း ထင်လင်းမယ်။
အရက်မသောက်ရင် လူအပေါင်းက
သူတော်ကောင်းလို့ ဆိုကြမယ်။
အသိတရား စိတ်မှာထား
ရှောင်ရှားသင့်ပါတယ်။
အဲဒါကြောင့် ရှောင်ကြပါတော့
ဘဝရကောင်းအောင်ကွယ်။

သေရည်သေရက်ကို ရှောင်ကြဉ်ရခြင်း၏ အကျိုးများ

အရက်သေစာ၊ ရှောင်ကြဉ်ပါမူ၊ ရောဂါလည်းကင်း၊ ခိုက်ရန်ရှင်း၍၊ သတင်းကောင်းပြေး၊ ရပ်တိုင်းမွှေး၏၊ လုပ်ရေးဆောင်တာ၊ ရှိသောခါလည်း၊ မကွာသတိ၊ လုပ်ဆောင်ဘိ၏၊ ဖွားဘိလေပြား၊ သမီးသားလည်း၊ စိတ်ထားတည်ကြည်၊ ဟိရီသြတ္တပ်၊ အစဉ်ကပ်လျက်၊ မြဲချပ်သတိ၊ သူ့မှာရှိသည်၊ ဂတိဖြောင့်တန်း၊ ထက်သို့လှမ်း၏။

(ချမ်းမြေ့ဆရာတော်)

သီလ၏ အဓိပ္ပာယ်

သီလဆိုတာ ကိုယ်နှုတ်များကို၊ ကောင်းစွာထားဖို့ စောင့်ရသလေ။

ကိုယ်နှုတ်လုံလျှင် လူယဉ်ကျေးကွဲ့၊ ကောင်းကျိုးပေးမြဲအမှန်ပေ။

စိတ်ပါလုံလျှင် ပိုလို့ကောင်းသကွဲ့၊ ကောင်းသထက်ကောင်းအောင် ကြိုးစားလေ။

စိတ်ပါလုံအောင် ဘာဝနာပွားဖို့ မြတ်ဘုရားက မိန့်ခဲ့ပေ။

ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထား၊ ဤသုံးပါး လုံပြား ချမ်းသာပေ။

(ချမ်းမြေ့ ဆရာတော်)

ကာယဂတာသတိ ဂန္ဓယ သံဝရသီလ စောင့်ထိန်းနည်း

၁။ အကုသိုလ်ဝင်ရာ မျက်စိမှာ၊ လုံ့လွှာစောင့်ကြပ်ထိန်းပါ့မယ်။
၂။ အကုသိုလ်ဝင်ရာ နားဝမှာ၊ လုံ့လွှာစောင့်ကြပ်ထိန်းပါ့မယ်။
၃။ အကုသိုလ်ဝင်ရာ နှာခေါင်းမှာ၊ လုံ့လွှာစောင့်ကြပ်ထိန်းပါ့မယ်။
၄။ အကုသိုလ်ဝင်ရာ လျှာလယ်မှာ၊ လုံ့လွှာစောင့်ကြပ်ထိန်းပါ့မယ်။
၅။ အကုသိုလ်ဝင်ရာ ရုပ်ကိုယ်မှာ၊ လုံ့လွှာစောင့်ကြပ်ထိန်းပါ့မယ်။
၆။ အကုသိုလ်ဝင်ရာ စိတ်ထဲမှာ၊ လုံ့လွှာစောင့်ကြပ်ထိန်းပါ့မယ်။
အာရုံခြောက်ပါး စောင့်ထိန်းထား၊ သတိတရားနှင့်နေပါ့မယ်။
အကုသိုလ်မှန် တို့တွန်းလှန်၊ သတိပဋ္ဌာန်နှင့်ထိန်းပါ့မယ်။

(ဘုံလယ်တီ)

သီလ၏အကျိုး

ကောင်းဆိုးနှစ်တန် ကံတရားနှင့် သုံးပါးရတနာ ယုံလျှင်လေ။
ဆိုးကံပြုရန် ရှက်ကြောက်များလို့၊ သီလတရား လုံခြုံပေ။
သီလလုံလျှင် ကြည်ရွှင်လန်းလို့၊ ဝမ်းသာအားရ နှစ်သိမ့်ပေ။
နှစ်သိမ့်သောအခါ ကိုယ်စိတ်ငြိမ်းလို့၊ ငြိမ်းအေးချမ်းသာ ရသလေ။
ချမ်းသာလေဘိ၊ သမာဓိ၊ ရ၏ဉာဏ်မြင်တွေ့။

(ချမ်းမြေ့ဆရာတော်)

ကိုယ်နှုတ်ယဉ်ကျေးမယ်

ချိုချိုလေး သုံးပါလို့
ပြုံးပြုံးလေး နေကြမယ်။
ကြမ်းတမ်းစွာ ဆိုစကားကို
တို့များ ရှောင်ဖယ်။
ကိုယ် နှုတ်နဲ့ မှုရာဝယ်
လွန်စွာကွယ် ယဉ်ကျေး
သည်းခံကာ ဒေါသဝေးအောင်
နေကြမယ်လေး။

ဗုဒ္ဓဘာသာ ဂုဏ်ယူပါ

၁။ တို့ကိုးကွယ်ကြ၊ မြတ်ဗုဒ္ဓ၊ ဖြည့်ရပါရမီ။
၂။ လေးသင်္ချေကိန်း၊ ကပ်တစ်သိန်း၊ ထိန်းသိမ်းကြာခဲ့သည်။
၃။ အချိန်ကာလ၊ လွန်ကြာမှ၊ ဘုရားဖြစ်လေသည်။
၄။ ဘုရားရှိမှ၊ သာဝက၊ ဖြစ်ရပေါ်ရသည်။
၅။ သာဝကလဲ၊ လွန်ဖြစ်ခဲ၊ ရခဲလှပေသည်။
၆။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓ၊ သာဝက၊ ဖြစ်ရဂုဏ်ရှိသည်။
၇။ ဗုဒ္ဓသားတော်၊ သမီးတော်၊ ဂုဏ်ဖော်ထိုက်လှသည်။

ကုသိုလ်စုဘူး

မင်္ဂလာမောင်မယ် တို့လူငယ်၊ ကုသိုလ် စုကြကွယ်။
ပိုက်ဆံစုရင် ခုဘဝ၊ အတွက်လောက်ပဲ ကောင်းကျိုးရ။
ကုသိုလ်စုက ယခု နောင်၊ နိဗ္ဗာန်အထိ ကောင်းကျိုးဆောင်။
ပိုက်ဆံလုံအောင် ထားသော်လဲ၊ သူခိုး ခိုးရင်ကုန်တာပဲ။
ကုသိုလ်အမြဲ စုထားပါ၊ ဘယ်လူမျိုးမှ မခိုးနိုင်ပါ။
မစုသူမှာ ဆင်းရဲရ၊ စုသူတွေမှာ ချမ်းသာကြ။
ယခုဘဝ ကောင်းလိုလျှင်၊ ပိုက်ဆံများများ စုသလိုပင်။

မင်္ဂလာရှိသော ဥပုသ်နေ့

မင်္ဂလာမောင်မယ် သူငယ်ချင်းတို့၊ ကျောင်းတော်ဝင်းသို့ လာကြကွယ်။
သောက်ရေသုံးရေ ပြည့်အောင်ထည့်လို့၊ တံမြက်စည်းလဲ လှည်းကြမယ်။
အိုးခွက်ပန်းကန် ဖြူအောင်တိုက်လို့၊ စီစဉ်အလိုက် ထားလို့ရယ်။
ကျန်းမာသန့်ရှင်း ရောဂါကင်းဖို့၊ သန့်ရှင်းရေးလည်း လုပ်စို့ကွယ်။
လုပ်ကိုင်ပြီးရင် ညီညာတကွ၊ ဥပုသ်သီလ စောင့်ထိန်းမယ်။
(ထိန်းမယ်)၂။

ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး

ညီမလေးငယ် ညီလေးငယ်၊ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုသာ အားကိုးကြွယ်။
ကိုယ့်ကိုယ်သာ ကိုယ်အားကိုး၊ အစဉ်အမြဲ ကောင်းကျိုးတိုး။
ကောင်းကျိုး-မကောင်းကျိုးရတာဟာ၊ သူတစ်ပါးနဲ့မဆိုင်ပါ။
ကိုယ်ကကောင်းတာ ပြုလုပ်က၊ ပြုတဲ့ ကိုယ့်မှာ ကောင်းကျိုးရ။
ကိုယ်ကမကောင်း ပြုလုပ်လျှင်၊ ပြုတဲ့ကိုယ့်မှာ ဆိုးကျိုးဝင်။
ဤသို့ အမြင် ပြတ်သားမှ၊ ဗုဒ္ဓနည်းလမ်း ကျမည်ပ။
အဲဒါကြောင့် ညီငယ် ညီမငယ်တို့ရေ…၊ ဘိုးတော် မယ်တော် ဂိုဏ်းထွေထွေ။
နတ်တေလေတွေ မကိုးနဲ့၊ကိုယ့်အားကိုယ်သာ ကိုးပါကွဲ့။

တရားဓမ္မ လေ့လာကြ

တရားဆိုတာ ရိုင်းစိုင်းမှုကို၊ ယဉ်ကျေးစေတဲ့ အရာပါ။
တရားမဲ့လျှင် လူမိုက်ကြီးပေါ့၊ တရားရှိမှ လူလိမ္မာ။
အသားတိုးကာ အသိမတိုးက၊ နွားနှင့်လုံးဝ တူပေတာ။
အသိတိုးရန် မြတ်တရားကို၊ သူ ငါအများ သင်သင့်တာ။
အဲဒါကြောင့် ဓမ္မတရား ကြိုးစားလေ့လာပါ။

တိုင်းပြည်လှကြောင်း ဆုံးမစာကဗျာများ

၁။ စည်းကမ်းရှိတဲ့လူမျိုးမှာ–တာဝန်ယူတတ်ပါ။
အမှိုက်တွေ့ရင်ရှောင်မသွား–ကောက်ပြီးထည့်ပါလား။
၂။ စားပြီးအိပ်ခွံ ဟိုဒီမပစ် – အမှိုက်ပုံးမှာပစ်။
လမ်းလယ်ကောင်မှာဆူးခက်များ–ဖယ်ပစ်ခဲ့ရဲ့လား။
၃။ အများတည်းတဲ့ဇရပ်သစ်ပင်–ရုပ်ထွေးအမှိုက်များမြင်၊
သန့်ရှင်းဖို့ပင် ဝန်မလေး–နတ်ပြည်ရောက်တဲ့ဆေး။
၄။ ခရီးလမ်းကရေချမ်းစင်–ရေသောက်မလို့ဝင်၊
မသန့်ရှင်းလျှင် ပြုပြင်ထား–သာဓုခေါ်လို့မေတ္တာပွား။
၅။ အများသုံးတဲ့ရေတွင်းရေကန်–တုတ်ခဲမချရန်၊
အမှိုက်ချရန် ရှောင်ကာရှား–ထွေးနဲ့တံတွေးများ။
၆။ တန်ဆောင်းပြာသာဒ်ဇရပ်ရေကန်–ဘုရားကျောင်းမကျန်
ညစ်ကြေးပေရန် မင်ခဲများ–မဆွဲပါနဲ့လား။
၇။ ကျောင်းမှာထိုင်တဲ့တန်းလျားခုံ–စားပွဲစသည်စုံ၊
ကမြင်းဆော့ခုန်နှဲ့ကစား–မလုပ်အပ်လေငြား။
၈။ မြို့ရွာနယ်ရွာရွာမကျန်–သန့်ရှင်းစည်းကမ်းကျစေရန်၊
ဝိုင်းဝန်းညီညာ ဆောင်ရွက်ကြ–ဒါမှတိုင်းပြည်လှ။

(ရွှေသုဝဏ်)

ပစ္ဆိမာရုံကျောင်းတိုက် ယဉ်ကျေးမှုကဗျာများ

၁။ ယဉ်ကျေးမှုကို ဘယ်လိုလုပ်ပြီး
အဟုတ်တို့များ ကျင့်ရမယ်။
ကိုယ်ကာယတွင် မကြမ်းတမ်းလို့
ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေး လုပ်ရမယ်။
ဝစီကံတွေ မကြမ်းတမ်းလို့
ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးပြောရမယ်။
မနောကံတွေ မကြမ်းတမ်းလို့
ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးတွေးရမယ်။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓအလိုကျ စံပြဖြစ်နိုင်တယ်။

၂။ ရဟန်းသံဃာ လမ်းမှာတွေ့က
တို့များဘာလုပ်ကြရမယ်။
ဖိနပ်ချွတ်ကာ လက်အုပ်မိုးလို့
ဦးခေါင်းညွတ်ကျိုး ရှိခိုးမယ်။
ဘယ်ကကြွလာ နှုတ်ခွန်းဆက်လို့
အရှိအသေလည်း ပေးပါ့မယ်။
လမ်းဘေးရပ်ကာ အရိပ်တို့ရှောင်လို့
ရဲမကြီးအောင် နေပါ့မယ်။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓအလိုကျ စံပြဖြစ်နိုင်မယ်။

၃။ ရဟန်းသံဃာ အိမ်မှာကြွက
တို့များဘာလုပ်ကြရမယ်။
ကြွတော်မူပါ နှုတ်ကပင့်လို့
အလိုက်သင့်စွာ ကြိုရမယ်။
ဖိနပ်ချွတ်မှာ ခြေတော်သုတ်လို့
ထီးကိုရုပ်ပြီးယူရမယ်။
အိမ်ဦးခန်းမှာ နေရာခင်းလို့
ဦးခေါင်းဝပ်စင်းရှိခိုးမယ်။
လှူစရာများ လှူကာထား
တို့များဒါနပြုပါ့မယ်။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓအလိုကျ စံပြဖြစ်နိုင်တယ်။
၄။ ရဟန်းသံဃာ ဆွမ်းတော်ကပ်က
တို့များဘာလုပ်ကြရမယ်။
ဆွမ်းကပ်တဲ့အခါ နှစ်တောင့်ထွာအတွင်း
ဝပ်စင်းဝင်ရောက်ကပ်ပါ့မယ်။
ဆွမ်းကပ်ပြီးလျှင် ယပ်တောင်ခပ်လို့
လိုအပ်တာများ ကြည့်ထားမယ်။
ကပ်ပြီးတဲ့အခါ ထပ်လိုသေးက
မေးကာလျှောက်ထား ထည့်ပါ့မယ်။

သံဃာဂုဏ်တော် ရည်မျှော်မှန်းလို့
တို့များဒါနပြုပါမယ်။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓအလိုကျ စံပြဖြစ်နိုင်တယ်။

၅။ ညဘက်အခါ စာကျက်ပြီးက
တို့များ ဘာလုပ်ကြရမယ်။
ဆီမီးထွန်းကာ ပန်းတွေကပ်လို့
ဘုရားရှိခိုး အိပ်ပါ့မယ်။
မိဘဘိုးဘွား ကြီးသူများ
လေးစားရှိခိုး အိပ်ရမယ်။
အိပ်ရာထသော် စာကိုကျက်လို့
မိဘအလုပ် ကူလုပ်မယ်။
မွေးချင်းတွေအပေါ် မေတ္တာထားလို့
ပျားကောင်များလို စည်းလုံးမယ်။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓအလိုကျ စံပြဖြစ်နိုင်တယ်။

၆။ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ သင်တန်းတက်လို့
တို့အတွက် ဘာများထူးခြားမယ်။
ဘုရားတရားကို ရိုသေတတ်လို့
မပြတ်ကုသိုလ် တိုးလိမ့်မယ်။
မိဘဆရာ ကျင့်ဝတ်များနဲ့

ဗဟုသုတများလည်း ရလိမ့်မယ်။
လောကီလောကုတ္တရာ ကြီးပွားရေးနဲ့
လူမှုရေးလည်း နားလည်မယ်။
သားသမီးနောင်ရေး စိတ်မှာအေး
လူယဉ်ကျေးတွေ ဖြစ်လိမ့်မယ်။
အဲဒါကြောင့် ဗုဒ္ဓဝါဒ သင်ကြားကြပါမယ်။

ပစ္စည်းရှိသူ သုခ(၄)ပါး

တို့မျိုးဘာသာ မောင်မယ်များတို့
ဥစ္စာစီးပွား ကြိုးစားရှာ။
စီးပွားဥစ္စာ ပြည့်စုံရှိတော့
တွေးမိတိုင်းပေါ့ စိတ်ချမ်းသာ။ (အတ္ထိသုခ)
ရှိသည့်ဥစ္စာ အသုံးချလို့
ခံစားရတော့ စိတ်ချမ်းသာ။ (ဘောဂသုခ)
ဥစ္စာပြည့်စုံ ကြွေးမြီးကင်းတော့
တွေးမိရင်းပေါ့ စိတ်ချမ်းသာ။ (အဏဏသုခ)
ပြောဆိုလုပ်ကိုင် ကိစ္စခပင်း၌
အပြစ်ကင်းလို့ စိတ်ချမ်းသာ။ (အနဝဇ္ဇသုခ)

တို့မောင်မယ်များ အရကြိုးစား
လေးပါး ဉာဏ်ချမ်းသာ။
အဲဒါမှ ဗုဒ္ဓဝါဒ ဘဝလမ်းညွှန်ပါ။

(အရှင်ခေမာစာရ)

သူဌေးကလေး

မေမေပေးတဲ့ တစ်ရာငွေ
အစိတ်ကိုပဲ သုံးမယ်လေ။
ငါးဆယ်ကိုလေ လုပ်ငန်းထဲ
တိုးပွားအောင်သာ ရင်းနှီးမြဲ။
ကျန်တဲ့အစိတ် စုဘူးမှာ
အရေးပေါ်သုံးဖို့ စုမယ်ကွာ။
ဒါမှသာ တို့ကလေး
ကြီးလေ-ကြီးလေ-ငွေသူဌေး
ကြီးလေ-ကြီးလေ-ရွှေသူဌေး။

(ရွှေသုဝဏ်)

စားဝတ်နေရေး မဆင်းရဲနည်း

အစာတုံး အစာခဲ တွင်းထဲဆွဲ
ပုရွက်ဆိတ်ကလေးတွေဖွဲ့။
စားရေးအတွက်မဆင်းရဲ။

ဝတ်ရည်သယ်ဆောင် ပို့ပြည့်အောင်
ပျားကောင်တို့ရဲ့ခွဲ။
စားရေးအတွက်မဆင်းရဲ။
တောင်ပို့တည်ထောင် နန်းမြို့ယောင်
ခြကောင်တို့ရဲ့ခွဲ။
နေရေးအတွက်မဆင်းရဲ။
မိုးလေလုံအောင် အသိုက်ထောင်
စာကောင်လေးတို့ခွဲ။
နေရေးအတွက်မဆင်းရဲ။
သတ္တဝါလေးတွေ အတုယူလေ
ပစ္စည်းရှာဖွေ ကြိုးစားမြဲ
စားဝတ်နေရေးမဆင်းရဲ။

(ရွှေသုဝဏ်)

ကြီးပွားကြောင်း (၆)ပါး

ခုနစ်နှစ်အရွယ် ကလေးလေး
ကြီးပွားရေးအကြောင်း အဖေကိုမေး။
အဖြေမပေးတတ် အဖေခမျာ
ဗုဒ္ဓထံပါး ခေါ်သွားပါ။

ကျန်းမာစေကွာ သီလရှိ
ဆုံးမလေတိုင်း နာယူဘိ။
ကြားမြင်သုတ ရှိရမှာ
သိတဲ့အတိုင်း ကျင့်ဦးကွာ။
အပျင်းကြီးတာ ရှောင်ပါလေး။
ကြီးပွားချမ်းသာဆေး။
ဗုဒ္ဓမိန့်သေး...မိန့်ခဲ့သေး။

(ရွှေသုဝဏ်)

အနန္တငါးပါး ကျေးဇူးဂုဏ်

ကျေးဇူးဂုဏ် ကျေးဇူးဂုဏ်
ဆပ်လို့မကုန် ကျေးဇူးဂုဏ်
ဘုရားတရား သံဃာများ
ပိုင်းခြားမကုန် ကျေးဇူးဂုဏ်
ဆရာမိဘ အနန္တ
ငါးဝ ကျေးဇူးဂုဏ်
ကျေးဇူးဂုဏ် ကျေးဇူးဂုဏ်
အဆုံးမရှိကုန်။
ဟော့–ကျေးဇူးဂုဏ် ကျေးဇူးဂုဏ်
မဆုံးနိုင်ပါကုန်။

အနန္တငါးပါး အမြတ်ထား
ဝပ်တွား ကြလေကုန်။

(ရွှေသုဝဏ်)

ဖေဖေနဲ့မေမေ

အဝတ်ကိုဆင်ယင်ပေးတာလည်း
ဖေဖေနဲ့ မေမေ။
အစားကို ဂရုစိုက်ကျွေးတာလည်း
ဖေဖေနဲ့ မေမေ။
နေစရာ အိပ်ရာခင်းပေးတာလည်း
ဖေဖေနဲ့ မေမေ။
အတတ်ပညာ သင်ကာပေးတာလည်း
ဖေဖေနဲ့ မေမေ။
မကျန်းမာရင် ဆေးကုပေးတာလည်း
ဖေဖေနဲ့ မေမေ။
ကြင်နာစွာ ဂရုစိုက်တတ်တာလည်း
ဖေဖေနဲ့ မေမေ။
ကျေးဇူးရှင်မိဘများ နေ့စဉ်ပင် မေ့မထား
ဝပ်တွားကြပါလား။

နေ့စဉ်ပြုရမည့်ကျင့်ဝတ်

နေမင်းရီရီ ညနေစောင်းတော့
မြရေတကောင်း မလေးပြင်။
ပန်းပေါင်းစုံအောင် စိုက်ကာထားလို့
ရေချမ်းပန်းအိုး အမြဲတင်။
နေလုံးကြီးလေ ဝင်ကာသွားတော့
ဘုရားဆောင်ထဲ ငါတို့ဝင်။
ဆီမီးရောင်ရှိန် ထိန်ထိန်ကြွားဖို့
မောင်လေးသွားလို့ ထွန်းနှင့်ရှင်။
မောင်နှမတစ်တွေ ညီညာကြလို့
ရှိခိုးကြစို့ တို့ပျော်ရွှင်။
သီလယူတတ် ပန်းရေကပ်
မလပ်မီးပါတင်။
အမြဲပင် အမြဲပင်
နေ့စဉ်အမြဲပင်။

(ရွှေသုဝဏ်)

ဘုရားရှိခိုးခြင်း၏အကျိုး

၁။ ပညာကြီးရ၊ ရုပ်လည်းလှ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။
၂။ စိတ်တည်ကြည်ရ၊ ဉာဏ်ကောင်းရ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။

၃။ ကြီးကဲဖြစ်ရ၊ လိုတရ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။
၄။ အင်္ဂါစုံလှ၊ ပြောကောင်းရ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။
၅။ အာခံတွင်းမှ၊ မွှေးကြိုင်ရ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။
၆။ သူဋ္ဌေးဖြစ်ရ၊ မျိုးမြတ်ရ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။
၇။ ပူဇော်ခံရ၊ နတ်ဖြစ်ရ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။
၈။ ဘေးရန်ကင်းပ၊ မဂ်ဖိုလ်ရ၊ ဘုရားရှိခိုးသူ။

(ရွှေသုဝဏ်)

ငါတို့ဘုရား တို့ဘုရား

၁။ ကဆုန်လပြည့် နေ့သောကြာ
ဘုရားဖွားတဲ့ နေ့မြတ်ပါ။
သက္ကရာဇ်မှာ ခြောက်ဆယ့်ရှစ်
သုဒ္ဓေါ မင်းဖ-စစ်။
မာယာဒေဝီ မွေးမယ်တော်
ကပိလဝတ် နေပြည်တော်။
သာကီမျိုးနော် ထင်ရှားလှ
နွယ်တော် ဂေါတမ။
၂။ သိဒ္ဓတ္ထတဲ့ မည်နာမံ
ဆယ့်ခြောက်နှစ်မှာ ထီးနန်းစံ။

နှစ်ဆယ့်ကိုးမှန် တောထွက်သွား
ခြောက်နှစ်ကျင့်တရား။
သုံးဆယ့်ငါးနှစ် ပြည့်လေတုံ
တစ်ရာ့သုံးခုကြုံ။
လပြည့်ကဆုန် ဗုဒ္ဓဟူး
ဘုရားဖြစ်တဲ့ နေ့အထူး။

၃။ တရားဦးဟာ ဓမ္မစကြာ
ဝါဆိုလပြည့် စနေပါ။
သက်ရှစ်ဆယ်လေ တိုင်အောင်ထိ
သတ္တဝါအကျိုး သယ်ပိုး၏။
သောင်းတိုက်မှုးကြီး တို့မြတ်စွာ
ဘုံသုံးပါးလုံး ထင်ရှားပါ။
လူနတ်ဗြဟ္မာ လွန်ကျော်ကြား
ငါတို့ဘုရား တို့ဘုရား။

(ရွှေသုဝဏ်)

ဘုရား၏အဝိပ္ပာယ်

မောင်လေးရေ မောင်လေးရေ
ဘုရားဆိုတာ သိသလားလေ။
ရူပကာယ ရုပ်ဆင်းလှ

နာမကာယ ဉာဏ်ဝင်းပ။
သိစရာအထွေထွေ အကုန်သိပေ
ဘုရားဆိုတာ အမြတ်ဆုံးလေ။
မလေးရေ မလေးရေ
ဘုရားဆိုတာ သိသလားလေ။
ပါရမီကုံလုံ ဂုဏ်ကြွယ်ဝ
လက္ခဏာကြီးငယ် သပ္ပာယ်လှ။
ဉာဏ်တော်အဖုံဖုံ စုံပြည့်ဝ
တစ်စုံတစ်ရာမျှ မကျန်ရ။
သိစရာအထွေထွေ အကုန်သိပေ
ဘုရားဆိုတာ အမြတ်ဆုံးလေ။

(ရွှေသုဝဏ်)

တရား၏အဓိပ္ပာယ်

မောင်လေးရေ မောင်လေးရေ
တရားဆိုတာ သိသလားလေ။
ကြောက်ဖွယ်ကြီးလှ ပါယ်လေးဝ
အိုနာသေရ ဝဋ်ဒုက္ခ။
ဒုက္ခအထွေထွေ လွတ်မြောက်စေ
တရားဆိုတာ အမြတ်ဆုံးလေ။

မလေးရေ မလေးရေ
တရားဆိုတာ သိသလားလေ
ဗုဒ္ဓဟောကြား မိန့်စကား
မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ဒီကိုးပါး။
အားထုတ်သူတွေ ချမ်းသာစေ
တရားဆိုတာ အမြတ်ဆုံးလေ။

(အရှင်ခေမာစာရ)

သံဃာ၏အဓိပ္ပာယ်

မောင်လေးရေ မောင်လေးရေ
သံဃာဆိုတာ သိသလားလေ။
ဗုဒ္ဓဟောကြား မြတ်တရား
ကောင်းစွာကျင့်တဲ့ တပည့်သား။
ကိလေသာတွေ ပယ်သတ်ပေ
သံဃာဆိုတာ အမြတ်ဆုံးလေ။
မလေးရေ မလေးရေ
သံဃာဆိုတာ သိသလားလေ။
အကျင့်သီလ တူညီမျှ
ပညာဉာဏ မကွာကြ။
သာသနာ့တာဝန် ထမ်းလို့နေ
သံဃာဆိုတာ အမြတ်ဆုံးလေ။

(အရှင်ခေမာစာရ)

ထိန်းသိမ်းစရာငါးပါးသီလ

ငါတို့မှာ ထိန်းသိမ်းစရာ
ငါးပါးသီလ ရှိလေတာ။
ငါးပါးသီလ စောင့်ထိန်းပါ
ဒါမှလူဖြစ်မှာ။
မသတ်ပါ၊ မခိုးပါ
သူများမယား မမှားပါ။
လိမ်ခြင်းညာခြင်း သေသောက်ခြင်း
အလျှင်းပယ်ရှောင်ခွာ။
ငါတို့မှာထိန်းသိမ်းစရာ
ငါးပါးသီလ ရှိလေတာ။
ငါးပါးသီလ လုံခြုံပါ
ဒါမှ လူအစစ်ပါ။

သိကြားလောင်းကျင့်ဝတ် (၇)ပါး

မိဘနှစ်ဖြာ ပြုလုပ်ကျွေးလို့
ရှိသေလေးစား ကြီးသူကို။
သစ္စာရှိကာ ကုန်းမချော
အပြောမကြမ်း သာယာချို။

နမြောဝန်တို မစွေ့ကင်းလို့
အမျက်ထွက်ခြင်း မရှိသကို။
ဤခုနစ်ပါး ကျင့်ဝတ်များ
သိကြားဖြစ်ကြောင်းဆို
အဲဒါကြောင့် ကျင့်ကြပါလား
သိကြားဖြစ်စေလို။

(အရှင်ခေမာစာရ)

နာယက မတင်ထိုက်သူ (၆)ဦး

ကဏန်းကောင်လို လက်မထောင်
ပုတ်သင်ကောင်လို ခေါင်းညိတ်တတ်
နာယကမှာ မမြှောက်အပ်။
လေလာယိမ်းတတ် ကိုင်းပင်သဖွယ်
နွားသိုးကြီးနှယ် စိတ်တိုက
လူကြီးမတင်ရ။
ခွေးအကဲ့သို့ အစားကြီးဖိမ်ခံ
လူကြီးမထိုက်တန်
ကိုယ့်ဘက်အယက်သန် လိပ်လိုကျင့်
ကြီးကဲ မထားသင့်။

ဂဏန်းပုတ်သင် နွားသိုးကိုင်းပင်
ခွေးအ လိပ်သွင် လူခြောက်ရပ်
လူကြီးတင်လတ် ပျက်မည်မှတ်။

အသင်းအဖွဲ့ပျက်ကြောင်း (၆)ပါး

အမျက်ထွက်များ၊ ရန်ငြိုးထား၊ ကျေးဇူးမဲ့ကို
ဆိုလေသား။
ဂုဏ်တုဂုဏ်ပြိုင်၊ ငြူစူကာ၊ ဝန်တိုတတ်လေပါ။
သင်းဖွဲ့ပျက်သွား၊ ဤခြောက်ပါး၊ ငါတို့ရှောင်ရှား
တို့ရှောင်ရှား။

ဥပုသ်စောင့်ခြင်း၏အဓိပ္ပာယ်

မောင်လေးရေ မောင်လေးရေ
ဥပုသ်စောင့်တာ သိသလားလေ။
အိမ်လုပ်ငန်းမှာ ဖယ်ကာရှား
ရှစ်ပါးယူကာ စောင့်ထိန်းထား။
သီလလေးခု ပြည့်စုံငြား
ဥပုသ်စောင့်တယ် ခေါ်ထိုက်သား။
မလေးရေ မလေးရေ
ဥပုသ်စောင့်တာ သိသလားလေ။

စည်းစိမ်ဥစ္စာ ဖယ်ကာထား
မကောင်းမှုတွေ ရှောင်ကားရှား။
တရားအားထုတ်နေသူများ
ဥပုသ်စောင့်တယ် ခေါ်ထိုက်သား။

တရားဓမ္မ အားထုတ်ကြ

တရားဘာဝနာ အားထုတ်ထားက၊ စိတ်ဓာတ်မြင့်မြတ် သန့်ရှင်းမယ်။
စိုးရိမ်၊ ငိုကြွေး ကင်းစင်ဝေးလို့၊ ကိုယ့်-စိတ်ငြိမ်းအေးချမ်း သာမယ်။
သိဉာဏ်ထက်ကာ ကိုယ်ကျင့်တရား၊ အစဉ်မြင့်မား ဖွံ့ဖြိုးကြွယ်။
ဒုက္ခချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်တရားကို၊ ကေန်မျက်မှောက်ပြုရမယ်။
အဲဒါကြောင့် တရားဓမ္မ အားထုတ်ကြစို့ကွယ်။

နှုတ်ဆက်နည်း

လောဘကိုနုတ်မည်။
အလောဘနှင့် ဆက်မည်။
နုတ်မည် ဆက်မည်၊ နှုတ်ဆက်ပါသည်။
(ဒေါသ၊ အဒေါသ) (မောဟ၊ အမောဟ)

မဖြုန်းတီးနဲ့

(မဖြုန်းတီး)၂၊ အချိန်လေးတစ်စက္ကန့်····မဖြုန်းတီး၊ (ထမင်းဆန်လေးတစ်စေ့)·····မဖြုန်းတီး။

သတိလည်း····ကြီး၊ ဉာဏ်လည်း····ကြီး၊ မဖြုန်းတီး၊ မဖြုန်းတီး၊ မ····ဖြုန်း····တီး။

ဓာတ်ဆိုးနဲ့ဓာတ်ကောင်း

တဆိတ်ရှိ····စိတ်ဆိုးတာ၊ ထစ်ခနဲဆို····စိတ်ကောက်တာ။

ကျွန်တော်····မဟုတ်ပါ၊ ကျွန်မ····မဟုတ်ပါ၊

ဓာတ်နှောက်····ဓာတ်ညစ်····ဓာတ်ဆိုးပါ၊

ဘာမဆို····သည်းခံတာ၊ ဘယ်တော့မဆို····ခွင့်လွှတ်တာ၊

ကျွန်တော်····မဟုတ်ပါ၊ ကျွန်မ····မဟုတ်ပါ၊

ဓာတ်ကြည်····ဓာတ်သန့်····ဓာတ်ကောင်းပါ။

လူမိုက်နှင့်လူဆိုး

သူ့အပြစ်ကို စ-မပေးနဲ့၊ မမေးခင်က ပြောချင်ချင်။

ကိုယ့်ကျေးဇူးကို စ-မပေးနဲ့၊ မမေးခင်က ပြောချင်ချင်။

သူ့ကျေးဇူးကို ဘယ်လိုအစ်ထုတ်၊ အင်းမလုပ် အဲမလုပ် အင်တင်တင်။

ကိုယ့်အပြစ်ဆို ဘယ်လိုအစ်ထုတ်၊ အင်းမလုပ် အဲမလုပ် အင်တင်တင်။

၄-ချက်ကိုက်လျှင် အဖော်မလုပ်နဲ့၊ သူယုတ်သူညံ့ဝေးဝေး ကြဉ်(ဝေးဝေးကြဉ်)[၂]။

ဒေါသမဝင်အောင်နေနည်း

မိမိစိတ်တွင် ဒေါသဝင်က၊ ဝင်လာဒေါသ မဖြစ်ရအောင်၊ ဒေါသကင်းစင်၊ ဘုရားရှင်ကို၊ နေ့စဉ်မပြတ် ရှိခိုးမယ်၊ နေစဉ် မပြတ်ရှိ ခိုးမယ်။

(အရှင်ဆေကိန္ဒ)

ဉာဏ်ရှိအောင်၊ ကျန်းမာအောင်နေနည်း

၁။ မချမ်းသာလျှင်၊ ချမ်းသာချင်၊ ဘယ်လိုပြင်လို့နေပါ မယ်။

မချမ်းသာလျှင်၊ ချမ်းသာချင်၊ အလှူလျှင်ပေးတော့ မယ်။

၂။ မကျန်းမာလျှင်၊ ကျန်းမာချင်၊ ဘယ်လိုပြင်လို့နေပါ့မယ်။

မကျန်းမာလျှင်၊ ကျန်းမာချင်၊ သီလစင်အောင် နေပါ့မယ်။

၃။ ဉာဏ်မရှိလျှင်၊ ဉာဏ်ရှိချင်၊ ဘယ်လိုပြင်လို့နေပါ့မယ်။
ဉာဏ်မရှိလျှင်၊ ဉာဏ်ရှိချင်၊ ပညာသင်လို့နေပါ့မယ်။

(အရှင်ဆေကိန္ဒ)

ဘုရားပစ္စည်း အပြစ်ကြီး

ဘုရားပစ္စည်း၊ ငရဲမီး၊ သုံးနည်းအလွန်ခက်။
သံဃာ့ပစ္စည်း၊ အဆိပ်သီး၊ တစ်နည်းအလွန်ခက်။
စားသုံးမိလျှင်၊ တနင်နင်၊ သေလျှင်အလွန်ခက်။
ငရဲသို့ကျ၊ ဝဋ်ဒုက္ခ၊ လွတ်ပြန်ရဖို့ခက်။

ကြီးပွားဦးမည့် လူကလေးများ

၁။ လမ်းလျှောက်တာများ၊ ခြေသံမကြား၊ ကြီးပွားဦးမည့်လူကလေးများ။

၂။ ရေချိုးတာများ၊ ရေသံမကြား၊ ကြီးပွားဦးမည့်လူကလေးများ။

၃။ ထမင်းစားတာများ၊ (ပလပ်)[၂]သံမကြား၊ ကြီးပွားဦးမည့်လူကလေးများ။

၄။ ဟင်းချိုသောက်တာများ၊ ရှူးရှူးသံမကြား၊ ကြီးပွားဦးမည့်လူကလေးများ။

၅။ စားသောက်တာများ၊ ဖွန်းသံပန်းကန်သံမကြား၊ ကြီးပွား ဦးမည့် လူကလေးများ။
၆။ စကားပြောတာများ၊ ထော့သံငေါ့သံမကြား၊ ကြီးပွားဦး မည့်လူကလေးများ။
၇။ ကစားတာများ၊ ငြင်းသံ ခုံသံမကြား၊ ကြီးပွားဦးမည့် လူကလေးများ။
၈။ ရန်ဖြစ်တာများ၊ ငြိုးသံ တေးသံမကြား၊ ကြီးပွားဦးမည့် လူကလေးများ။
၉။ စာကျက်တာများ၊ ဆူသံညံသံမကြား၊ ကြီးပွားဦးမည့် လူကလေးများ။
၁၀။အလုပ်လုပ်တာများ၊ ညည်းသံညူသံမကြား၊ ကြီးပွား ဦးမည့်လူကလေးများ။

အကြိုက်မတူ

၁။ လောက်ကောင်ကြိုက်တာ ဘာပါလဲ။ လောက်ကောင် ကြိုက်တာ အပုပ်အဟောင်ပဲ။
၂။ လိပ်ပြာကြိုက်တာ ဘာပါလဲ။ လိပ်ပြာကြိုက်တာ··· အမွှေးအကြိုင်ပဲ။
၃။ သူယုတ်ကြိုက်တာ ဘာပါလဲ။ သူယုတ်ကြိုက်တာ··· ဆူဆူပွက်ပွက်ပဲ။

၄။ သူမြတ်ကြိုက်တာ ဘာပါလဲ။ သူမြတ်ကြိုက်တာ…
ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်ပဲ။

အန္တရာယ်ကင်းစွာ ဝတ်ဆင်ပါ

လှပနုနယ်ညီမငယ်၊ လုံလုံခြုံခြုံဝတ်ဆင်ကွယ်။
မလုံမခြုံဝတ်ဆင်က၊ ဘေးရန်ဒုက္ခ တွေ့တတ်လှ။
မိုးဦးကျတော့ ဖားငယ်ဟာ၊ သူ့သဘာဝ အော်တဲ့အခါ။
မြွေရောက်လာကာ အော်နေတဲ့၊ ဖားကိုကိုက်ကာ မျိုသကွဲ့။
လှပလို့တဲ့ ညီမငယ်၊ မလုံမခြုံဝတ်ရင်ကွယ်။
အန္တရာယ်ကို ကိုယ့်တည့်တည့်၊ ဖိတ်ခေါ်နေရာ
ရောက်သကွဲ့။
ဒါကြောင့်မို့ကွယ် ညီမငယ်၊ ဖားသူငယ်လို့
မဖြစ်ဖို့ကွယ်။
ကြိုတင်ကာကွယ် အနေနဲ့၊ လုံလုံခြုံခြုံဝတ်ဆင်ကွယ့်။

မေ့မေ့ကျေးဇူး

မေမေ့ကျေးဇူး မေ့ဘူးကွယ်၊ ငယ်ငယ်တည်းကသိရမယ်။
သားသမီးအပေါ်ဝယ်၊ မေတ္တာကြွယ်၊ ချစ်ခင်ကြင်နာ
လွန်းလှတယ်။
စကားမှာချိုချို ပျားသကာလို၊ အနားမှာဆိုဆို သင်လို့ရယ်၊
လိမ္မာစေချင် လွန်းလှတယ်။

မေမေမျက်နှာ အစဉ်ချိုပြုံး၊ မေ့မေ့မေတ္တာ အစင်ကြယ်ဆုံး။
သားသားအချစ်ဆုံး....၊ မီးမီး အချစ်ဆုံး....။

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ၏ အဓိပ္ပာယ်

ငါတို့မှာ တန်ခိုးကြီးတဲ့ ဘုရားရှိတယ်။
ဘုရားရှင်က မှန်ကန်တဲ့ တရားပေးတယ်။
တရားမပျောက်အောင် သံဃာတော်တွေက စောင့်ရှောက်တယ်။
(အရှင်ဆေကိန္ဒ)

ဘုရားရှိခိုး အိပ်ပါကွယ်

ညီမငယ်လေး ညီလေးငယ်
ဘုရားရှိခိုး အိပ်ပါကွယ်။
ဘုရားရှိခိုး မအိပ်တဲ့သူ ခွေးအိပ်ခြင်းနှင့်တူ။
ခွေးလိုလူ မဖြစ်ချင်က ဘုရားရှိခိုးကြ။
ညီမလေးငယ် ညီလေးငယ် မိဘရှိခိုးအိပ်ပါကွယ်
မိဘရှိခိုး မအိပ်တဲ့သူ ခွေးအိပ်ခြင်းနှင့်တူ။
ခွေးလို လူမဖြစ်ချင်က မိဘရှိခိုးကြ။

ရှိ+ခိုး၏အဓိပ္ပာယ်

ညီမလေးငယ်၊ ညီလေးငယ်၊ ဘုရားရှိခိုး အိပ်ပါကွယ်။
ဘုရားမှာ ဘာတွေရှိ၊ ဂုဏ်တော်(၉)ပါး (ရှိ)။

ဂုဏ်တွေရှိဖို့ တို့ဖုန်းကြွယ်၊ ဘာတွေဖြည့်ကျင့်တယ်။
စွန့်ခြင်း ၅-သွယ်၊ အကျင့် ၃-ပါး၊ ပါရမီတွေ ဖြည့်ကျင့်ပွား။
လောကသားတို့ အကျိုးငှာ၊ ဗုဒ္ဓလမ်းစဉ် အတု(ခိုး)ပါ။
ဂုဏ်(ရှိ)တာကို အတု(ခိုး)တော့၊ (ရှိ+ခိုး)တယ်လို့
ခေါ်တာပေါ့။

လိမ္မာဖို့ အရေးကြီး

ရတနာရွှေငွေ ဆန်ရေစပါးထက်၊ အလိမ္မာတရား
အရေးပါ။
မလိမ္မာလျှင် အပါယ်လားလို့၊ ဆင်းရဲနွမ်းပါးဖြစ်ရမှာ။
လိမ္မာစေရန် ဗုဒ္ဓတရားကို၊ ငါတို့ သင်ကြားကျင့်သုံးမှာ။
ဗုဒ္ဓတရားတော် သိပါလျက်နဲ့၊ အကျင့်ပျက်လို့မသင့်ပါ။

စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ

'စာအုပ်စာပေ လူ့မိတ်ဆွေ'၊ မောင်မယ်အများ အသိပေ။
'အလိမ္မာ စာမှာရှိ'၊ မင်္ဂလာမောင်မယ်အများသိ။
သိသည့်အတိုင်း မြတ်စာပေ၊ အားလပ်တိုင်းလည်း ဖတ်
ကြလေ။
စာအုပ်စာပေ စာကောင်းများ၊ ဆရာပမာ တန်းတူထား။
ဆရာသမားဆိုသည်မှာ၊ ရှိသေရမြဲ ထုံးစံပါ။

ရက်ရောခြင်းနှင့်ပြဿဒါး

ကောင်းတာကြံ၊ မှန်တာလုပ်၊ ဟုတ်တာပြောတဲ့အခါ 'ရက်ရာဇာ'။

မကောင်းတာကြံ၊ မမှန်တာလုပ်၊ မဟုတ်တာပြောတဲ့အခါ 'ပြဿဒါး'။

ကိုယ်ရဲ့ကံကောင်းမှု၊ မကောင်းမှုဟာ နေ့တွေရက်တွေနဲ့ မဆိုင်ပါ။

ကိုယ့်ရဲ့ပြုလုပ်-ပြောဆို-ကြံစည်မှု ကောင်းမကောင်းနဲ့သာ ဆိုင်တာပါ။

ကံကောင်းချင်ရင် ကောင်းတာကြံ၊ မှန်တာလုပ်၊ ဟုတ်တာ ပြော။

ကံဆိုးချင်ရင် မကောင်းတာကြံ၊ မမှန်တာလုပ်၊ မဟုတ်တာ ပြော။

မကြောက်နဲ့

ကြီးပွားအောင်မြင်ချင်ရင်.....

၁။ ကြိုးစားရမှာ.....မကြောက်နဲ့။

၂။ လူပင်ပန်းမှာ.....မကြောက်နဲ့။

၃။ အချိန်ကုန်မှာ.....မကြောက်နဲ့။

၄။ လူကဲ့ရဲ့မှာ·······မကြောက်နဲ့။
၅။ အခက်အခဲတွေ့မှာ···မကြောက်နဲ့။
မကြောက် ၅-ပါး၊ ကိုယ်မှာထား၊ ကြီးပွားချမ်းသာမည်။

သူတော်ကောင်း

သဒ္ဓါရှိမူ၊ စိတ်ကြည်ဖြူ၊ ကောင်းသူခေါ်ရပါ။
ပညာရှိမူ၊ စွမ်းအားယူ၊ တော်သူခေါ်ရပါ။
တော်လည်းတော်စေ၊ ကောင်းပါစေ၊ နှစ်ထွေညီမှသာ။
ကောင်းကျိုးသုခ၊ အစုံရ၊ မုချမြဲသေချာ။

မြတ်ဘုရားနှင့် လောကဓံ

မြတ်ဘုရားပင် လောကဓံတရားကို၊ ရှောင်ရှားမရ တွေ့ရတယ်။
ပဥ္စသာလမှာ ဆွမ်းခံမရလို့၊ ပီတိနဲ့သာ မျှတတယ်။
ဝေရဥ္ဇမှာ ဆွမ်းခံမရလို့၊ ဂျုံကြမ်းမှုန့်မျှတတယ်။
နာဂသမာလထေရ် လမ်းခွဲကြလို့၊ ဗုဒ္ဓတစ်ပါးတည်းရယ်။
မေဃိယထေရ် လမ်းခွဲကြလို့၊ ဗုဒ္ဓတစ်ပါးတည်းကျန်ဖူးတယ်။
ကောသမ္ဗီပြည်မှာ သံဃာကွဲလို့၊ ပလဲလဲတောမှာတစ်ပါးတည်းရယ်။

စိတ္တမှာ သုန္ဒရီ၊ မာဂဏ္ဍီတို့က၊ မုသားလုပ်ပြီးစွပ်စွဲတယ်။
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည်းခံလိုက်တော့၊ နိန္ဒလောကဓံ အောင်ခဲ့တယ်။
ကျောအောင့်၊ ခါးနာ ဘုရားမှာကပ်လို့၊ ဒေဝဒတ်ကြောင့် သွေးစိမ်းတည်။
ဝေဠုဝန်မှာ နေစဉ်အတွင်းက၊ ရောဂါထန်ပြင်း ဖြစ်သေးတယ်။
ပရိနိဗ္ဗာန် စံခါနီးမှာ၊ သွေးသွန်ယိုစီး ဝမ်းလားတယ်။
ထိုရောဂါများ ရှုမှတ်ပွား၊ ဘုရားသည်းခံ ပယ်ခဲ့တယ်။
အဲဒါကြောင့် နင်လားဟဲ့ လောကဓံ၊ အောင်ပွဲခံ အောင်လံလွှင့်၊စို့ကွယ်။

ဘုရားမကြိုက်တဲ့လူမိုက် (၁၀)ယောက်

၁။ သနားညှာတာ ကင်းမဲ့ကာ၊ သူ့သက်သတ်တာ လူမိုက် လူမိုက်။

၂။ လောဘတဏှာ များပြားကာ၊ သူ့ဟာခိုးတာ လူမိုက် လူမိုက်။

၃။ သူ့သားအိမ်ရာ၊ လွန်ကျူးကာ၊ ပြစ်မှားသူ့ဟာ လူမိုက် လူမိုက်။

လျှာအလိုလိုက်ကာ၊ ရက်သေစာ၊ သောက်စားသူဟာ၊ လူမိုက်လူမိုက်။

၄။ အမှန်ကင်းကွာ၊ အမှားပါ၊ လိမ်ညာပြောတာ လူမိုက် လူမိုက်။

၅။ နှစ်ဦးချစ်ရာ၊ ကွဲစေတာ၊ ကုန်းချောသူဟာ လူမိုက် လူမိုက်။

၆။ မချိုမသာ ကြမ်းတမ်းစွာ၊ ဆဲဆိုပြောတာ လူမိုက်လူမိုက်။

၇။ အနှစ်မပါ၊ အကျိုးမဲ့စွာ၊ အတင်းပြောတာ လူမိုက် လူမိုက်။

၈။ ဝိသမလောဘာ၊ များပြားကာ၊ မတရားလိုချင်တာ လူမိုက် လူမိုက်။

၉။ ဒေါသ၊ ဣဿာ၊ များပြားကာ၊ မကောင်းကြံတာ လူမိုက် လူမိုက်။

၁၀။ အမြင်မှဲ့ကာ၊ ဉာဏ်မပါ၊ အယူမှားတာ လူမိုက်လူမိုက်။

ဒုစရိုက်(၁၀)ဖြာ၊ လွန်ကျူးကာ၊ အပါယ်သွားတာ၊ လူမိုက်လူမိုက်။

ဆောင်ပုဒ်။ ။ သတ်၊ ခိုး၊ ကာမေ၊ လိမ်၊ ချော၊ ကြမ်း၊ သိမ်၊ စည်းစိမ်လိုလား၊ ပျက်စီးအား၊ ယူမှားဒုဆယ်တန်။ (ဒု=မကောင်းသော၊ စရိုက်=အကျင့်)

ကိုယ်ချင်းစာတရား (၇)ပါး

၁။ သူ့အသက်အား၊ သတ်လိုငြား၊ စဉ်းစားကိုယ်ချင်းစာ။
၂။ သူ့ဥစ္စာများ၊ ခိုးလိုငြား၊ စဉ်းစားကိုယ်ချင်းစာ။
၃။ သူ့သားမယား၊ မှားလိုငြား၊ စဉ်းစားကိုယ်ချင်းစာ။
၄။ လိမ်ညာစကား၊ ပြောလိုငြား၊ စဉ်းစားကိုယ်ချင်းစာ။
၅။ ကုန်းချောစကား၊ ပြောလိုငြား၊ စဉ်းစားကိုယ်ချင်းစာ။
၆။ ဆဲရေးစကား၊ ပြောလိုငြား၊ စဉ်းစားကိုယ်ချင်းစာ။
၇။ တင်းဖျင်းစကား၊ ပြောလိုငြား၊ စဉ်းစားကိုယ်ချင်းစာ။

ကိုယ်ချင်းစာတရား၊ ခုနစ်ပါး၊ ဟောကြားမြတ်ဗုဒ္ဓါ။
လိုက်နာကျင့်လျှင်၊ မျက်မှောက်တွင်၊ ပျော်ရွှင်ချမ်းသာရာ။
သေပြန်လျှင်လည်း၊ မုန်မလွဲ၊ ရမြဲနတ်ချမ်းသာ။
ချမ်းသာကိုရှာ၊ များသူငှာ၊ လိုက်နာကျင့်အပ်စွာ။
ကိုယ်ချင်းမစာလျှင်၊ လူ့ဘုံတွင်၊ လူစဉ်မမီပါ။

မိသားစုချမ်းသာဖို့

မိသားစုတွေ ကောင်းကျိုးဆိုက်ဖို့၊ မိဘအကြိုက်လိုက်ပါ့မယ်။
ညဏ်ရည်တက်ဖွယ် စာကြိုးစားလို့၊ ဘိုးဘွားဆရာ ရှိသေမယ်။
ကစားချိန်ကစား စားချိန်စားလို့၊ အသွားအလာဆင်ခြင်မယ်။

ဘိုးဘွားဖေဖေ မိဘများက၊ သားသမီးအကြိုက်လည်း လိုက်ပါကွယ်။
သူငါအကြိုက်သာ လိုက်လျောကြရင်၊ မနောချမ်းမြေ့ ပျော်ရွှင်ဖွယ်။
ကြိုက်တယ်....လိုက်မယ်....။

ကိုယ်ပေါင်းစိတ်ခွာ

ဆရာ = လူမိုက်ဆိုလျှင် အဖော်မလုပ်နဲ့၊ မင်္ဂလသုတ်က ဆုံးမတယ်။
တပည့် = မရှောင်သာလျှင် ဘယ့်နှယ်လုပ်ပ၊ စိတ်ရှုပ်စရာ ကောင်းလှတယ်။
ဆရာ = ကိုယ်ပေါင်းစိတ်ခွာ အလိုက်သင့်ပေါ့၊ အမိုက်ကျင့် မစွဲအောင် ရှောင်ရမယ်။
တပည့် = ရှောင်ပါ့မယ် ရှောင်ပါ့မယ်။

ကိုယ်လုံးလှနဲ့ နလုံးလှ

နှုတ်ခမ်းနီပါးနီ ဆံနွယ်သလို့၊ မျက်ခွံအလှ မိတ်ကပ်ခြယ်။
ကိုယ်လုံးလှအောင် ပြင်ဆင်ကြတော့၊ ကိုယ်လုံးကဖြင့် မက်စဖွယ်။
ကိုယ်လုံးမက်တာ တန်ဖိုးလားဟေ့၊ စဉ်းစားပါအေ့ လုံမငယ်။

နှလုံးလှတာ ရှာမှရှားကွဲ့၊ ဉာဏ်ကြီးရှင်များ ကြည်ညိုတယ် (မှတ်ကွယ်)၂

လူ ၂-စား

၁။ အိပ်လိုက်စားလိုက်၊ မေထုန်လိုက်၊ လူမိုက်တိရစ္ဆာန်။
၂။ ထိန်းတတ် တည်တတ်၊ သိမြင်တတ်၊ လူမြတ် ဆုထူးပန်။

အမြတ်ဆုံး

၁။ အလှူတကော့ အလှူ၊ ဘယ်အလှူ မြတ်တယ်မြတ်တယ်။
အလှူတကော့ အလှူ၊ တရားအလှူ မြတ်တယ်မြတ်တယ်။
၂။ ဝါသနာတကော့ ဝါသနာ၊ ဘယ်ဝါသနာ မြတ်တယ်မြတ်တယ်။
ဝါသနာတကော့ ဝါသနာ၊ တရားဝါသနာ မြတ်တယ် မြတ်တယ်။
၃။ အရသာတကော့ အရသာ၊ ဘယ်အရသာ မြတ်တယ်မြတ်တယ်။
အရသာတကော့ အရသာ၊ တရားအရသာ မြတ်တယ် မြတ်တယ်။
၄။ ချမ်းသာတကော့ ချမ်းသာ၊ ဘယ်ချမ်းသာ မြတ်တယ် မြတ်တယ်။
ချမ်းသာတကော့ ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ မြတ်တယ် မြတ်တယ်။

များရှစ်များ ရှောင်ပါ

အိပ်များ[၁]၊ စားများ[၂]၊ ပစ္စည်းများ[၃]၊ ရယ်များ[၄]၊ ပြောများ[၅]၊ ကိစ္စများ[၆]၊ လည်များ[၇]၊ ရောများ[၈]၊ များရှစ်-များ၊ ပျက်ပြားပါရမီ။

လူကြမ်းပိုး (၉)ယောက် (စာ ၂၃၂ မှာရှိ)

ဝတ်ကြမ်းစားကြမ်း၊ သွားထိုင်ကြမ်း
အိပ်ကြမ်းစားကြမ်း၊ ကိုယ်နှုတ်ကြမ်း
သင်ကြမ်း ကြမ်းကိုး၊ လူကြမ်းပိုး။

ကျေးဇူးရှင် ၂-မျိုး

မုန်းသူဆိုတာ ကျေးဇူးရှင်ပါ၊ ကိုယ့်ဆိုးကွက် သက်သက် ဖော်ထုတ်ရှာ။

ချစ်သူဆိုတာ ကျေးဇူးရှင်ပါ၊ ကိုယ်ကောင်းကွက် သက်သက် ဖော်ထုတ်ရှာ။

ဆိုးကွက်ဆိုတာ၊ ပယ်ကာစွန့်ကာ၊ မြူမှုန်မျှ တစ်စမချန်ပါ။

ကောင်းကွက်ကိုသာ၊ ပွားကာများကာ ၊ ရုပ်နာမ်လုံး ခြယ်မှုန်းမင်္ဂလာ။

ကိုယ့်နောက်ပါတာ

၁။ ဘာတွေ ဘယ့်နှယ် စားရစားရ၊ ဝမ်းတစ်ထွာ ပြည့်ရုံမျှ။

၂။ ဘာတွေ ဘယ့်နှယ် ဝတ်ရဝတ်ရ၊ ကိုယ်တစ်လံ ဖုံးရုံမျှ။

၂။ ဘာတွေ ဘယ့်နှယ် ဝတ်ရဝတ်ရ၊ ကိုယ်တစ်လုံး ဖုံးရုံမျှ။
၃။ ဘာတွေ ဘယ့်နှယ် စီးရစီးရ၊ ကိုယ်တစ်လုံး ရွေ့ရုံမျှ။
၄။ ဘာတွေ ဘယ့်နှယ်အိပ်ရအိပ်ရ၊ ကိုယ်တစ်လုံး လျောင်းရုံမျှ။
၅။ ဘာတွေ ဘယ့်နှယ် ပိုင်ရပိုင်ရ၊ မသေခင် သုံးရုံမျှ။
၆။ ပစ္စည်းမှန်သမျှ ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး ထားခဲ့ကြ ထားခဲ့ရ။
၇။ ကံမှန်သမျှ ကောင်းကောင်းဆိုးဆိုး လိုက်ပါကြ လိုက်ပါကြ။

အထွတ်အထိပ်

၁။ ကိုယ်ညံ့ ညံ့မှန်းသိ၊ လူညံ့ ပညာရှိ။
၂။ ကိုယ်တော် တော်မှန်းသိ၊ လူတော် ပညာရှိ။
၃။ ကိုယ်ဆိုး ဆိုးမှန်းသိ၊ လူဆိုး ပညာရှိ။
၄။ ကိုယ်ကောင်း ကောင်းမှန်းသိ၊ လူကောင်း ပညာရှိ။
၅။ ကိုယ်ယုတ် ယုတ်မှန်းသိ၊ သူယုတ် ပညာရှိ။
၆။ ကိုယ်မြတ် မြတ်မှန်းသိ၊ သူမြတ် ပညာရှိ။
၇။ ကိုယ်ညံ့ ညံ့မှန်းသိ၊ လူတော်ဖြစ်ဖို့ရှိ။
ညံ့ရက်ကယ်နဲ့ တော်တယ်ထင်၊ ညံ့မြဲ ညံ့မည်ပင်။
၈။ ကိုယ်ဆိုး ဆိုးမှန်းသိ၊ လူကောင်းဖြစ်ဖို့ရှိ။
ဆိုးရက်ကယ်နဲ့ ကောင်းတယ်ထင်၊ ဆိုးမြဲ ဆိုးမည်ပင်။
၉။ ကိုယ်ယုတ် ယုတ်မှန်းသိ၊ သူမြတ်ဖြစ်ဖို့ရှိ။
ယုတ်ရက်ကယ်နဲ့ မြတ်တယ်ထင်၊ ယုတ်မြဲ ယုတ်မည်ပင်။

ရတနာဆုတောင်း

၁။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာ၊ ရောင်ဝါနေသို့ လင်းစေသော်။

၂။ သူတော်ကောင်းဓာတ်၊ တရားမြတ်၊ လွှမ်းပတ်ကမ္ဘာ တည်စေသော်။

၃။ ဘုရားသားချစ်၊ သံဃာစစ်၊ မွေနှစ်ရိုက်ရာ ထိန်းစေသော်။

၄။ သာသနာ့ကိစ္စ တို့ကိစ္စ၊ သာသနာ့အရေး တို့အရေး၊ သာသနာ့တာဝန် တို့တာဝန်၊ ကျေပွန်အောင်သာထမ်းစေသော်။

သာသနာဆိုတာရတနာ

၁။ သာသနာဆိုတာ ဘုန်းမြင့်သူတို့ ရတနာ၊ ဘုန်းနိမ့်သူတို့ မသိနိုင်ပါ။

၂။ သာသနာဆိုတာ ကံကောင်းသူတို့ ရတနာ ကံဆိုးသူတို့ မသိနိုင်ပါ။

၃။ သာသနာဆိုတာ ပါရမီရင့်သူတို့ရတနာ ပါရမီနုသူတို့ မသိနိုင်ပါ။

အဲဒါကြောင့် မတန်မရာ ရှောင်ကာရှားကာ၊ တန်ရာတန်ရာ ရတနာမျှပါ - မျှပါ။

၄။ သာသနာဆိုတာ သီလရှိသူတို့ ရတနာ၊ သီလမဲ့သူတို့ မသိနိုင်ပါ။

၅။ သာသာနာဆိုတာ သမာဓိရှိသူတို့ ရတနာ၊ သမာဓိမဲ့သူတို့ မသိနိုင်ပါ။

၆။ သာသနာဆိုတာ ပညာရှိသူတို့ရတနာ ပညာမဲ့သူတို့ မသိနိုင်ပါ။

အဲဒါကြောင့် မတန်မရာ ရှောင်ကာရှားကာ တန်ရာတန်ရာ သာသနာ ပြုပါ-ပြုပါ။

ဒါမှသူတော်ကောင်း

သူတော်ကောင်း သူတော်ကောင်း၊ သူတော်လာအောင် ကိုယ်ကကောင်း…၊

သူမတော်လည်း ကိုယ်ကကောင်း၊ သူမကောင်းလည်း ကိုယ်ကကောင်း…၊ ဒါမှ သူတော်ကောင်း။

အယုံမလွယ်နဲ့

သူစိမ်းပြင်ပြင် တစ်ဖက်သားကို၊ အူယားဖားယား မခင်တွယ်။

စရိုက်ကျင့်ကြံ တကယ်ကောင်းမှ၊ အပေါင်းအသင်းလုပ် သင့်တယ်။

ကောင်း-မကောင်းဆို အတူနေပေါင်းကြည့်၊ အကြောင်းသိလို့ ရေလည်မယ်။

ကောင်းမကောင်းဆို ကြာရှည်ပေါင်းကြည့်၊ အကြောင်း သိလို့ ရေလည်မယ်။

ကောင်းမကောင်းဆို သတိယှဉ် ပေါင်းကြည့်၊ အကြောင်းသိ လို့ ရေလည်မယ်။
ကောင်းမကောင်းဆို ဉာဏ်ယှဉ် ပေါင်းကြည့်၊ အကြောင်း သိလို့ရေလည်မယ်။
မရေလည်ခင် မယုံလိုက်နဲ့၊ အငိုက်မိမှာ စိုးလှတယ်။ (သတိကွယ်)[၂]

ဒါမှလူလိမ္မာ

သူများတွေကို မထိပါးနဲ့၊ ကိုယ်လိုစိတ်ထား ကိုယ်ချင်းစာ။
ရွှေ ငွေ ဥစ္စာ ဆိုင်ရာများ၌၊ တရားသဖြင့် သန့်ရှင်းပါ။
နှုတ်စည်းစောင့်ကာ နေထိုင်တတ်လို့၊ ရိုးသားဖြောင့်မတ် တည်ကြည်ပါ။
ကိုယ့်ပမာဏ၊ ကိုယ်သိကြ၊ ငါးဝကျင့်သိက္ခာ။
အဖိုးတန်တဲ့၊ မြန်မာ့ဝါဒ၊ ဒါမှ လူလိမ္မာ။

သံဝေဂ ယူကြစို့

နုနယ်ရုပ်ဆင်း၊ ပျိုမျစ်ခြင်းကား၊ အိုးမင်းနောက်ဆုံးပါ တကား။
ဥစ္စာဆင်မြင်း၊ ပေါများခြင်းကား၊ ယိုယွင်းနောက်ဆုံးပါ တကား။
ချစ်ခင်ပေါင်းသင်း၊ ဆက်ဆံခြင်းကား၊ ကွေကွင်းနောက်ဆုံး ပါတကား။

ဝိညာဏ်ထင်လင်း၊သက်ရှည်ခြင်းကား၊ သေခြင်းနောက်ဆုံးပါတကား။

တက်ကြွားကြွကြွ၊ မြင့်သမျှကား၊ လျှောကျနောက်ဆုံးပါတကား။

ခုံမင် ခ-ယ၊ ချစ်သမျှကား၊ သောကနောက်ဆုံးပါတကား။

ပွဲလယ်ပြင်ပ၊ ချီးမွမ်းကြလည်း၊ ရှုတ်ချနောက်ဆုံးပါတကား။

ကြည်သာရွှင်ပျ၊ ချမ်းသာကြလည်း၊ ဒုက္ခနောက်ဆုံးပါတကား။

လျှာ ဓားမကြီး

ပါးစပ်မှာပေါက်၊ ကြောက်ဖွယ်အင်္ဂါ၊
လျှာဆိုသည့်ဓား၊ ထက်ငြားမှန်စွာ၊
မကောင်းစကား၊ ပြောကြားသည့်အခါ၊
ထိုသည့်ဓား၊ ကိုယ့်အားဖြတ်သည်သာ။

ဥစ္စာပျောက် ငရဲရောက်

ဥစ္စာပျောက်လျှင် ရမ်းမစွဲနဲ့၊ လူမုန်းများလို့ ဆင်းရဲမယ်။
မဟုတ်မမှန် စွပ်စွဲမိတော့၊ ဒေါသထွက်လို့ ရန်ဖြစ်လွယ်။
ကိုယ့်ပစ္စည်းကို သေချာသိမ်းလို့၊ စည်းကမ်းရှိဖို့လိုအပ်တယ်။
မဟုတ်မမှန်ဘဲ ရမ်းစွပ်စွဲ၊ ရန်ပဲဖြစ်ရမယ်။
အဲဒါကြောင့် သေချာကျနု၊ သိမ်းဆည်းကြပါကွယ်။

တောက်ခေါက်သံ(၁၀)ချက်

၁။ ငယ်စဉ်ကပင် ပညာသင်၊ မသင်နောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၂။ စီးပွားဥစ္စာ ရှာချိန်မှာ၊ မရှာနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၃။ နှစ်ဦးချစ်ခြင်း ဖြိုဖျက်ခွင်း၊ မယွင်းနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၄ သတ်ပုတ်ညှဉ်းဆဲ ထိုသူလဲ၊ မလွဲနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၅။ သူကြင်မယား လွန်ပြစ်မှား၊ ကြီးမားနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၆။ ဥစ္စာပေါသူ မပေးလှူ၊ ထိုသူနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၇။ မိဘကိုပင် မကျွေးချင်၊ သေလျှင်နောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၈။ သူကောင်းကျမ်းတတ်၊ မဆည်းကပ်၊ မှတ်လေနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၉။ အမြတ်တရား၊ မကျင့်ငြား၊ ကြီးမားနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

၁၀။ ကုသိုလ်ကောင်းမှု ဘာတစ်ခု၊ မပြုနောင်တ တောက်ခေါက်ရ။

မျက်မှောက်ပျက်စီးကြောင်းတရား(၄)ပါး

၁။ ဣတ္ထိစုတ္တ-မိန်းမပျက်မှာ၊ပျော်ပါးတာ၊ မှန်စွာ ပျက်စီးမည်။
၂။ သုရာစုတ္တ- အရက်သေစာ၊ သောက်စားတာ၊ မှန်စွာပျက်စီးမည်။
၃။ အက္ခစုတ္တ-လောင်းကစားမှာ၊ ပြုလုပ်တာ၊ မှန်စွာပျက်စီးမည်။
၄။ ပါပမိတ္တသဟာယ-မိတ်ဆွေယုတ်မှာ၊ ပေါင်းသင်းတာ၊ မှန်စွာပျက်စီးမည်။

(ဘုံလယ်တီ)

ဥစ္စာပျက်ကြောင်း (၆)ပါး

၁။ သေစာသောက်စား။ ၂။ လမ်းသွားခါမဲ့၊ ၃။ ရှုငဲ့သဘင်၊ ၄။ ပျော်ရွှင်အန်လောင်း၊ ၅။ မကောင်းမိတ်ဖွဲ့င်း၊ ၆။ ပျင်းရိခြင်းကား၊ ယိုယွင်းဥစ္စာ ပျက်ကြောင်းတည်း။

လင်္ကာ

၁။ သေရည်သောက်စား၊ ပြုသူများ၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၂။ ညဥ့်ခါပျော်ပါး၊ အသွားများ၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၃။ ပွဲလမ်းကြိုက်ငြား၊ အသွားများ၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၄။ ကစားလောင်းစား၊ ပြုသူများ၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၅။ လူမိုက်နှင့်ကား၊ ပေါင်းသင်းငြား၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။
၆။ ပျင်းရိလေငြား၊ ထိုသူအား၊ စီးပွားပျက်မည်မှတ်။

အရက်သောက်ခြင်း အပြစ် (၆)ပါး

၁။ ဥစ္စာယုတ်ခြင်း၊ ၂။ ငြင်းခုံများစွာ၊ ၃။ ရောဂါထူပြော၊ ၄။ ကျော်စောမဲ့တုံ၊ ၅။ မလုံအင်္ဂါ၊ ၆။ ပညာနည်းပါး၊ ဤခြောက်ပါး၊ သောက်စားသေစာ အပြစ်တည်း။

လင်္ကာ

၁။ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ ဆုတ်ယုတ်တာ၊ မှတ်ပါသေရည် အပြစ်တည်း။

၂။ ငြင်းခုံများစွာ၊ ရန်ပွားတာ၊ မှတ်ပါသေရည်အပြစ်တည်း။

၃။ ရောဂါထူကာ၊ ရှူးတတ်တာ၊ မှတ်ပါသေရည်အပြစ်တည်း။

၄။ ဂုဏ်သတင်းမှာ၊ ပျက်တတ်တာ၊ မှတ်ပါသေရည်အပြစ်တည်း။

၅။ မလုံအင်္ဂါ၊ ရှိတတ်တာ၊ မှတ်ပါသေရည်အပြစ်တည်း။

၆။ အသိပညာ၊ နည်းပါးတာ၊ မှတ်ပါသေရည်အပြစ်တည်း။

(ဘုံလယ်တီ)

အချိန်မဲ့သွားလာခြင်း အပြစ်(၆)ပါး

၁-၂၊ ကိုယ့်သားမယား ၃။ တခြားဥစ္စာ၊ လုံရာမဲ့ရှောင်း၊ ၄။ မကောင်းအရာ၊ ရွံ့ရှာလေအပ်၊ ၅။ ယိုးစွပ်ရောက်မှု၊ ၆။ ဆင်းရဲစုဟု၊ ခြောက်ခုခါမဲ့သွားပြစ်တည်း။

၁။ အိမ်လည်သူဟာ၊ မိမိမှာ၊ မှန်စွာ စောင့်ရှောက်ကင်းတတ်သည်။

၂။ သားမယားမှာ၊ အားကိုးရာ၊ မှန်စွာ စောင့်ရှောက်ကင်းတတ်သည်။

၃။ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ ထိန်းသိမ်းရာ၊ မှန်စွာ စောင့်ရှောက်ကင်းတတ်သည်။

၄။ သူများပြုဲ့ကြား၊ အပြစ်များ၊ ယိုးမှားခံရတတ်ပါသည်။

၅။ မဟုတ်မှန်ဘဲ၊ သူစွပ်စွဲ၊ ခံမြဲခံရတတ်ပါသည်။

၆။ ဆင်းရဲအစု၊ အိမ်လည်မှု၊ မပြုဝေးစွာ ရှောင်ရမည်။

(ဘုံလယ်တီ)

ပွဲသဘင်သွားခြင်း၏ အပြစ်(၆)ပါး

၁။ ကခြင်းတစ်လီ၊ ၂။ သီခြင်းတစ်သီး၊ ၃။ မှုတ်တီးသဘင်၊ ၄။ ပြိန်ဖျင်းတစ်အုပ်၊ ၅။ လက်ခုပ်တစ်တည်၊ ၆။ အိုးစည်တစ်ဖြာ၊ ရှိရာရှာဟု၊ ဥစ္စာပျက်မှု၊ ဤခြောက်ခုကား၊ ကြည့်ရှုသဘင် အပြစ်တည်း။

လက်ာ

၁။ ကပွဲ ရှိလား၊ မေးကာသွား၊ စီးပွားပျက်တတ်သည်။

၂။ သီချင်းရှိကြား၊ မေးကာသွား၊ စီးပွားပျက်တတ်သည်။

၃။ တီးမှုတ်ပွဲများ၊ မေးကာသွား၊ စီးပွားပျက်တတ်သည်။

၄။ စကားဝိုင်းများ၊ မေးကာသွား၊ စီးပွားပျက်တတ်သည်။

၅။ လက်ခုပ်လက်ဝါး၊ မေးကာသွား၊ စီးပွားပျက်တတ်သည်။
၆။ အိုးစည်ပွဲများ၊ မေးကာသွား၊ စီးပွားပျက်တတ်သည်။

(ဘုံလယ်တီ)

လောင်းကစားခြင်း အပြစ်(၆)ပါး

၁။ နိုင်သူရန်ပွား၊ ၂။ ရှုံးသားစိုးရိမ်၊ ၃။ စည်းစိမ်လျော့ပါး၊ ၄။ တရားသဘင်၊ မဝင်သက်သေ၊ ၅။ မိတ်ဆွေနှိပ်ဆို၊ ၆။ မလိုထိမ်းမြား၊ ဤခြောက်ပါး၊ လောင်းကစားမှုအပြစ်တည်း။

လင်္ကာ

၁။ နိုင်သောသူမှာ၊ ရန်ပွားတာ၊ မှတ်ပါလောင်းကစားအပြစ်တည်း။

၂။ ရှုံးသောသူမှာ၊ ပူပန်တာ၊ မှတ်ပါလောင်းကစား အပြစ်တည်း။

၃။ ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ ဆုတ်ယုတ်တာ၊ မှတ်ပါလောင်းကစားအပြစ်တည်း။

၄။ သက်သေအရာ၊ မယုံတာ၊ မှတ်ပါလောင်းကစားအပြစ်တည်း။

၅။ မိတ်ဆွေတို့မှာ၊ ကဲ့ရဲ့တာ၊ မှတ်ပါလောင်းကစားအပြစ်တည်း။

၆။ ထိမ်းမြားခြင်းငှာ၊မထိုက်တာ၊ မှတ်ပါလောင်းကစားအဖြစ်တည်း။

(ဘုံလယ်တီ)

အပေါင်းအသင်းမကောင်းခြင်း၏ အပြစ်(၆)ပါး

၁။ ကြွေအန်ကြူးထ၊ ၂။ မိန်းမကြူးထွေ၊ ၃။ သေစာကြူးမှု၊ ၄။ အတုပြုကြား၊ လှည့်စားတစ်ထောက်၊ ၅။ မျက်မှောက်လည်ချက်၊ ၆။ နိုင်ထက်လုယူ၊ ဤသူခြောက်ပါး၊ မိတ်ဖြစ်လားကြောင့်၊ ပျက်ပြားမိတ်ဆွေအပြစ်တည်း။

လင်္ကာ

၁။ လောင်းကစားရာ၊ ဖိတ်ခေါ်တာ၊ ယုတ်မာမိတ်ဆွေအပြစ်တည်း။

၂။ အပျော်ကြူးရာ၊ ဖိတ်ခေါ်တာ၊ ယုတ်မာမိတ်ဆွေအပြစ်တည်း။

၃။ သေရည်သောက်ရာ၊ ဖိတ်ခေါ်တာ၊ ယုတ်မာမိတ်ဆွေအပြစ်တည်း။

၄။ လှည့်စား၍သာ၊ ဆက်ဆံတာ၊ ယုတ်မာမိတ်ဆွေအပြစ်တည်း။

၅။ လိမ်ညာ၍သာ၊ ဖိတ်ခေါ်တာ၊ ယုတ်မာမိတ်ဆွေ အပြစ်တည်း။

၆။ အနိုင်ကျင့်ကာ၊ ဆက်ဆံတာ၊ယုတ်မာမိတ်ဆွေအပြစ်တည်း။

ပျင်းရိခြင်းအပြစ်(၆)ပါး

၁။ အချမ်းပြည့်ဝှန်၊ ၂။ အလွန်ပူနိုး၊ ၃။ မိုးချုပ်လှမော၊ ၄။ စောလွန်းလှယောင်၊ ၅။ ဆာလောင်ပြင်းလှ၊ ၆။ ဝမ်းဝလွန်းထွေ၊ နေကာဥစ္စာ၊ မပွားရာသည်၊ ခြောက်ဖြာ ပျင်းသူအပြစ်တည်း။

လင်္ကာ

၁။ အေးလွန်းလို့ပါ၊ ပျင်းရိတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။
၂။ ပူလွန်းလို့ပါ၊ ပျင်းရိတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။
၃။ မိုးချုပ်လို့ပါ၊ ပျင်းရိတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။
၄။ စောလွန်းလို့ပါ၊ ပျင်းရိတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။
၅။ ဆာလွန်းလို့ပါ၊ ပျင်းရိတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။
၆။ ဝလွန်းလို့ပါ၊ ပျင်းရိတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။

(ဘုံလယ်တီ)

မိတ်ဆွေတုများ

၁။ ကိုယ်ကျိုးကိုသာငဲ့သော အဆွေခင်ပွန်းတု လေးယောက် (လင်္ကာ)

လက်ချည်းလာ၍၊ ဥစ္စာဆောင်သယ်၊ နည်းငယ် ဖြင့်သာ၊ များစွာလိုရှိ၊ ဘေးထိရောက်ခါ၊ ပြုလာတုံဘိ၊မိမိ ကျိုးငှာ၊ မှီလာပေါင်းယှဉ်၊ လေးယောက်စဉ်ကား၊ အညဒတ္ထု ဟာရတည်း။

၁။ အယူသာရှိ၍ အပေးမရှိသူ။
၂။ နည်းနည်းပေးပြီး များများ ရလိုသူ။
၃။ ဘေးရန်ကြုံမှ လုပ်ကိုင်ပေးသူ။
၄။ ကိုယ်ကျိုးငဲ့၍ ပေါင်းသူ။

၂။ နှုတ်ဖြင့်သာ ဟန်ဆောင်သော အဆွေခင်ပွန်းတုလေးယောက် (လင်္ကာ)

ရှေးဖြစ်စေ့စပ်၊ တစ်ထပ်နောက်မှီး၊ ချည်း စည်းသင်္ဂြိုဟ်၊ ပေးလိုစဟန်၊ ပစ္စုပ္ပန်မူ၊ ပြည့်ွန်းပျက်ပြား၊ ဤလေးပါးကား၊ မှတ်သား ဝစီပရမတည်း။

၁။ လွန်ပြီးသားကို ပြော၍ လောကွတ်ပြုသူ။
၂။ အနာဂတ်ကို ပြော၍ လောကွတ်ပြုသူ။
၃။ ပစ္စည်းမပါ ဗလာချည်းနှီးဖြင့်သာ လောကွတ်ပြုသူ။
၄။ လောလောဆယ် ပျက်စီးမှုကို အကြောင်းပြသူ။

၃။ ချစ်ဖွယ်ကိုသာ ဆိုတတ်သော အဆွေခင်ပွန်းတုလေးယောက်

(လင်္ကာ)

မကောင်းခွင့်ပြု၊ ကောင်းမှုကိုလျှင်၊ ဆင်ခြင်မရှု၊ ခွင့်ပြုသည်ပင်၊ ရှေ့တွင်ချီးမွမ်း၊ ဖုံးလွှမ်းကွယ်လျှင်၊ ကဲ့ရဲ့ချင်သည်၊ လေးအင်ပိယဘာဏီတည်း။

၁။ မကောင်းရာကို ခွင့်ပြုသူ။
၂။ ကောင်းရာကိုလည်း ခွင့်ပြုသူ။
၃။ ရှေ့တွင်သာ ချီးမွမ်းသူ။
၄။ ကွယ်ရာ၌ ကဲ့ရဲ့သူ။

၄။ ပျက်စီးလွယ်သော အဆွေခင်ပွန်းတု လေးယောက် (လင်္ကာ)

သောက်ထုတ်သေရက်၊ ညဥ့်နက်လမ်းသွား၊ ရှုစားသဘင်၊ ပျော်ရွှင်အန်စာ၊ လေးရပ်မှာပင်၊ တကွတင်သည်၊ လေးအင်ပါယသဟဲတည်း။

၁။ အရက်သောက်ရာ၌ အဖော်လုပ်သူ။
၂။ အခါမဲ့သွားရာ၌ အဖော်လုပ်သူ။
၃။ ပွဲသဘင်သွားရာ၌ အဖော်လုပ်သူ။
၄။ လောင်းကစားရာ၌ အဖော်လုပ်သူ။

မိတ်ဆွေစစ်များ

၁။ ကျေးဇူးရှက်ဆောင်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ် လေးယောက် (လင်္ကာ)

မေ့လျော့စောင့်လာ၊ ဥစ္စာစောင့်ရှောက်၊ ဘေးရောက်ကိုးကွယ်၊ ပြုဖွယ်ရှိက၊ နှစ်ဆဥစ္စာ၊ ချေးပေးလာသည်။ လေးဖြာဥပကာရတည်း။

၁။ မေ့လျော့သော မိတ်ဆွေကို စောင့်ရှောက်သူ။

၂။ မေ့လျော့သော မိတ်ဆွေဥစ္စာကို စောင့်ရှောက်သူ။

၃။ ဘေးအန္တရာယ်ကြုံက အားကိုးရသူ။

၄။ အရေးကြုံက နှစ်ဆပေး၍ ကူညီသူ။

၂။ ဆင်းရဲမကွာ၊ ချမ်းသာမပစ်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ် လေးယောက်

(လင်္ကာ)

လျှို့ဝှက်စကား၊ ကြားစေ့တုံလျက်၊ တူလျှို့ဝှက်၍၊ ဘေးတွေ့မစွန့်၊ မတွန့်တိုပါ၊ သူ့ကိုညှာလျက်၊ ကိုယ့်သက်စွန့်မြောက်၊ ဤလေးယောက်ကား၊ မျှလောက် ချမ်းသာဆင်းရဲတည်း။ **(သမာနသုခဒုက္ခ)**

၁။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူအား လျှို့ဝှက်သောစကားကို ပြောကြားသူ။

၂။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူ၏ လျှို့ဝှက်သင့်သောကိစ္စကို လျှို့ဝှက်ထားသူ။

၃။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူ ဘေးအန္တရာယ် ကြုံတွေ့သော် မစွန့်သူ။

၄။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူ၏ အကျိုးငှာ အသက်ကို စွန့်သူ။

၃။ အကျိုးစွာပွားကို ပြောကြားတတ်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ် လေးယောက်

(လင်္ကာ)

မကောင်းမြစ်ထား၊ ကောင်းရာ သွင်းထား၊ မကြားစတောင်း၊ အကြောင်းကြားလာ၊ နတ်ရွာလမ်းပြ၊ ဤလေးဝကား၊ မည်ရ အတ္ထက္ခာယီတည်း။

၁။ မကောင်းရာကို တားမြစ်သူ။

၂။ ကောင်းရာကို သက်ဝင်စေသူ။

၃။ မကြားဖူးသေးသော ကုသိုလ်တရားကို ပြောကြားသူ။

၄။ နတ်ရွာနိဗ္ဗာန်ကို ညွှန်ပြသူ။

၄။ အစဉ်သနားတတ်သော အဆွေခင်ပွန်းစစ်လေးယောက်

(လင်္ကာ)

ဥစ္စာခမ်းနား၊ မပွားသမြို့၊ မနှစ်လို့ငြား၊ ပွားက ရွှင်မြူး၊ ကျေးဇူးမဲ့ကို၊ ဆိုသော်တားမြစ်၊ ကျေးဇူးဖြစ်ကို၊ ဆိုသော်ချီးမွမ်း၊ သူတို့တမ်းကား၊ မိတ်ကျွမ်းအနုကမ္ပတည်း။

၁။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူ ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးမည်ကို မလိုလားသူ။

၂။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူ တိုးတက်ကြီးပွားမည်ကို လိုလားသူ။

၃။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူ၏ ကျေးဇူးမဲ့ကို ပြောလာလျှင် တားမြစ်သူ။

၄။ မိတ်ဆွေဖြစ်သူ၏ ကျေးဇူးကို ပြောလာလျှင် ချီးမွမ်းသူ။

အနီးကပ် မပေါင်းအပ်သူ(၆)ဦး

၁။ ကောင်းရာ တိုင်ပင်၊ ဖျက်ဆီးလျှင်၊ရှောင်ကြဉ်မပေါင်းအပ်။

၂။ စကားပြောလျှင်၊ မဆင်ခြင်၊ ရှောင်ကြဉ်မပေါင်းအပ်။

၃။ နှုတ်မစောင့်လျှင်၊ ထိုသူတွင်၊ ရှောင်ကြဉ်မပေါင်းအပ်။

၄။ စဉ်းလဲတတ်လျှင်၊ ကောက်ကျစ်လျှင်၊ ရှောင်ကြဉ်မပေါင်း အပ်။

၅။ နှုတ်အာကြမ်းလျှင်၊ ရိုင်းပျလျှင်၊ ရှောင်ကြဉ်မပေါင်းအပ်။

၆။ ဒေါသကြီးလျှင်၊ မျက်မာန်ဝင်၊ ရှောင်ကြဉ်မပေါင်းအပ်။

(ဂ) မြတ်စွာဘုရား၏ သြဝါဒ ရှစ်လုံးဘွဲ့များ

သြဝါဒ ပါတိမောက်

၁။ အကုသိုလ်များ၊ ရှောင်ရှားခါခါ၊
ကုသိုလ်တရား၊ ကြိုးစားလုပ်ပါ၊
မိမိစိတ်ရင်း၊ ပွတ်ဝင်းဖြူပါ၊
ဤသုံးပါး၊ ဘုရား သာသနာ။

၂။ သတ်ဖြတ် ညှဉ်းဆဲ၊ စွပ်စွဲ ရှောင်လေ၊
ကိုယ်ကျင့်သီလ၊ ထိန်းကြပါလေ၊
စားသောက်နေတိုင်း၊ နှိုင်း နှိုင်း ချိန်နေ၊

ဆိတ်ငြိမ်အရပ်၊ ချဉ်းကပ် ကာလေ၊
သမာဓိတရား၊ တိုးပွားပါစေ၊
ဤသို့ကား၊ ဘုရား ဆုံးမပေ။

စိတ်ကိုထိန်းကြရန် သြဝါဒ

၃။ ဆုံးမရန်ခက်၊ လျင်မြန်လျက်ပင်၊
ကာမဂုဏ်လဲ၊ သူကစွဲထင်၊
စိတ်ကိုစောင့်ဘိ၊ ပညာရှိပင်၊
စောင့်ရှောက်က၊ မုချ ချမ်းသာဝင်။

ကြီးပွားကြောင်းတရား(၇)ပါး

၄။ လုံ့လသတိ၊ မြဲရှိစေကန်၊
စင်ကြယ်လုပ်ငန်း၊ စူးစမ်းလုပ်ပြန်၊
ကိုယ်နှုတ်စောင့်လျက်၊ မွေးသက်မှန်ကန်၊
မမေ့ငြား၊ ကြီးပွားချမ်းသာပြန်။

သမ္မဒါတရား(၄)ပါး

၅။ ထကြွသိမ်းဆည်း၊ သုံးစွဲချွေတာ၊
မိတ်ဆွေကောင်းနှင့်၊ ပေါင်းသင်းကြပါ၊
အင်္ဂါလေးပါး၊ ပြည့်ငြားသူမှာ၊
ဤဘဝ၊ မုချ ချမ်းသာရာ။

သင်္ဂဟတရား(၄)ပါး

၆။ ပေးကမ်းရက်ရော၊ အပြောချိုသာ၊
သူ့ကျိုးဆောင်ရွက်၊ မပျက်စေရာ၊
တန်းတူကိုယ်နှင့် ၊ အသင့်ထားပါ၊
စည်းလုံးမှု၊ လေးခုသင်္ဂဟာ။

ဒါန၏အကျိုး

၇။ ချမ်းသာအပေါင်း၊ ရကြောင်းမှန်စွာ၊
စည်းစိမ်ဘောဂ၊ မြစ်မတည်ရာ၊
အောက်တန်းမကျ၊ ကယ်မသူမှာ၊
မြတ်ဒါန၊ စိတ်ချကိုးကွယ်ရာ။

သီလ၏အကျိုး

၈။ သီလရနံ့၊ မွေးပျံ့ကြိုင်စွာ၊
သီလဆင်သိုင်း၊ ရှုတိုင်းလှပါ၊
သီလစောင့်ငြား၊ မလားပါယ်ရွာ၊
မြတ်သီလ၊ စိတ်ချ ကိုးကွယ်ရာ။

ဝိပဿနာ၏ အကျိုး

၉။ ဝိပဿနာပွား၊ ကျိုးသွားငါးဖြာ၊
ရုပ်ရည်ပဝင်း၊ ဉာဏ်ရင်း တိုးလာ၊
စည်းစိမ်အသက်၊ တိုးတက်ချမ်းသာ၊
အမှတ်ရှင်း၊ လက်ငင်းရမည်သာ။

သတိပဋ္ဌာန်၏အကျိုး

၁၀။ ရှုမှတ်ခါကြည့်၊ သတိပဋ္ဌာန်၊
ကိလေသာကင်း၊ သန့်ရှင်းအမှန်၊
စိုးရိမ်ပူဆွေး၊ ငိုကြွေးလွတ်ပြန်၊
မဂ်ဖိုလ်ရ၊ ရောက်ကြမြတ်နိဗ္ဗာန်။

၁။ လိုက်နာကျင့်သုံးရေးဆိုင်ရာ ဆုံးမစာများ

၁။ မကောင်းမှုကိုရှောင်၊ ကောင်းမှုဆောင်၊ ဖြူအောင်စိတ်ကို ထားပါ့မယ်။
၂။ သီလသမာဓိ၊ ပညာရှိ၊ အသိတရားနဲ့ နေပါ့မယ်။
၃။ ဒုစရိုက်တရား၊ ရှောင်ကြဉ်ငြား၊ အသိတရားနဲ့နေပါမယ့်။
၄။ ပြောပြုကြံလျှင်၊ သတိယှဉ်၊ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ရှေ့သွားပါ့မယ်။
၅။ စိတ်ထားဖြောင့်မှန်၊ ခွင့်လွှတ်ပြန်၊ သည်းခံမေတ္တာထားပါ့မယ်။
၆။ လုံ့လနှင့်ခွဲ၊ မလျှော့ဘဲ၊ အမြဲတင်းတင်းထားပါ့မယ်။
၇။ ဒါနသီလာ၊ ဘာဝနာ၊ ကောင်းစွာမသွေ ပြုပါ့မယ်။
၈။ ပုညကြိယာ၊ ဤဆယ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာမသွေ ပြုပါ့မယ်။
၉။ ကျေးဇူးကြီးမား၊ မိဘများ၊ ဝတ္တရားကျေအောင် ပြုပါ့မယ်။

၁၀။ အသက်ကြီးသူ၊ ဂုဏ်ကြီးသူ့၊ ပူဇော်ရှိသေပေးပါ့မယ်။
၁၁။ မလိမ်မညာ၊ ပြောချိုသာ၊ ကွယ်ရာသူ့အတင်း ရှောင်ပါ့မယ်။
၁၂။ ရတနာသုံးပါး၊ သားမယားနှင့်၊ ရင်းဖွားမျိုးဆွေ၊ ညှော့ မိတ်ဆွေ၊ မျှဝေပေးလှူသုံးပါ့မယ်။
၁၃။ ဒေါသအမျက်၊ ပြင်မထွက်၊ သိုဝှက်ဆင်ခြင် ထိန်းပါ့ မယ်။
၁၄။ လောဘစကား၊ ဒေါသစကား၊ မာနစကား၊ မီးတောက် လား၊ ဝေးစွာရှောင်ရှားနေပါ့မယ်။
၁၅။ ဗုဒ္ဓစကား၊ လိုက်နာပွား၊ စိတ်ထားပြုပြင် ပြောင်းပါ့ မယ်။

၂။ နေထိုင်ရေးဆိုင်ရာ ဆုံးမစာများ

၁။ အနန္တငါးပါး၊ ဦးထိပ်ထား၊ ညွတ်တွားပါကွဲ့ မမေ့နဲ့။
၂။ ဆရာမိဘ ဆိုဆုံးမ၊ လိုက်နာကြကွဲ့ မမေ့နဲ့။
၃။ ကိုယ့်ထက်ကြီးသူ၊ ပြောဆိုမူ၊ နင်ငါဟူ၍ မပြောနဲ့။
၄။ သူများကိုသာ၊ ရန်မရှာ၊ မခံချင်တာ မပြောနဲ့။
၅။ ယဉ်ကျေးအောင်သွား၊ ယဉ်အောင်စား၊ စကားပြော လည်း ယဉ်စေကွဲ့။
၆။ အိမ်ပေါ်ကျောင်းပေါ်၊ ဇရပ်ပေါ်၊ သွားသော်ခြေနင်း မပြင်းနဲ့။

၇။ ရဟန်းသံဃာ၊ ရှေ့မှောက်မှာ၊ ရိုသေစွာတဲ့ သွားပါကွဲ့။
၈။ လူကြီးသူမ၊ ရှေ့သို့ကျ၊ ကုန်းကွ၍တဲ့ သွားပါကွဲ့။
၉။ ဒူးထောင်ပေါင်ကား၊ မိဘနား၊ အလျားမှောက်၍ မနေနဲ့။
၁၀။ အိပ်ရာနေရာ၊ အိပ်ပြီးကာ၊ သိမ်းကြပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၁၁။ သောက်ရေ သုံးရေ၊ မရှိချေ၊ ရေကိုခပ်ကွဲ့ မပျင်းနဲ့။
၁၂။ ကျောင်းတွင်း အိမ်တွင်း၊ ရှုပ်နေလျှဉ်း၊ သန့်ရှင်းအောင်တဲ့ ပြုပါကွဲ့။
၁၃။ မျက်မှောက်တစ်သွယ်၊ မျက်ကွယ်တခြား၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၁၄။ အများပိုင်ကို၊ ကိုယ့်ဟာလို၊ ရိုသေကြကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၁၅။ ဝေယျာဝစ္စာ၊ ကျောင်းအိမ်မှာ၊ ကောင်းစွာ လုပ်ကွဲ့ မခိုနဲ့။
၁၆။ ဧည့်သည်အာဂန္တု၊ ရောက်လာမူ၊ ဆူညံပြု၍ မနေနဲ့။
၁၇။ လူရှုပ်လူပွေ၊ လူယုတ်တွေ၊ ရှောင်လေးရှားကွဲ့၊ ဝေးဝေးတဲ့။
၁၈။ ဘိန်းအရက်ကို၊ မရှုလို၊ မစင်လိုတဲ့ ရွံပါကွဲ့။
၁၉။ ကုန်းချောကြမ်းကြုတ်၊ အကျင့်ယုတ်၊ မဟုတ်စကား မပြောနဲ့။

၂၀။ ဘုရားပုထိုး၊ ဦးညွှတ်ကျိုး၊ ရှိခိုးအိပ်ကွဲ့ မမေ့နဲ့။
၂၁။ မိခင် ဖခင်၊ ဆရာရှင်၊ နေ့စဉ်မမေ့နဲ့ ရှိခိုးကွဲ့။
၂၂။ သူက ပြုဖူး၊ သူ့ကျေးဇူး၊ အထူးမမေ့နဲ့ ပြန်ဆပ်ကွဲ့။

၃။ စားသောက်ရေးဆိုင်ရာ ဆုံးမစာများ

၁။ မိဦး ဖဦး၊ ဆရာဦးကို၊ ချူး၍နော်ကွဲ့ မစားနဲ့။
၂။ ပရမ်းပတာ၊ သူ့ထက်ငါ၊ လုယက်ကာကွဲ့ မစားနဲ့။
၃။ ထမင်းစားရာ၊ အစားစာ၊ များစွာ စကားမပြောနဲ့။
၄။ ငြိမ်သက်သားနား၊ သတိထား၊ ကောင်းကောင်းစားကွဲ့ မဖိတ်စေနဲ့။
၅။ စားပြီးသောအခါ၊ စင်ကြယ်စွာ၊ ဆေးကြောပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၆။ လက်ကိုလျက်ကာ၊ မစားရာ၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၇။ နှုတ်ခမ်းပါးနား၊ လျက်ကာစား၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၈။ လျှာကိုထုတ်ကာ၊ မစားရာ၊ ရှောင်ရှားပါကွဲ့ ကောင်းကောင်းတဲ့။
၉။ ဟင်းရည် သောက်ပြန်၊ ရှူးရှူးသံ၊ ကေန်မပြုနဲ့။
၁၀။ ထမင်းဟင်းပေလျက်၊ သောက်ရေခွက်၊ လက်နဲ့ မကိုင်နဲ့။

၄။ ပညာရေးဆိုင်ရာ ဆုံးမစာများ

၁။ ပြောဆိုလိမ္မာ၊ ချိုသာစွာ၊ လိုရာ ပြည့်စုံမှာ။
၂။ ကျောင်းတက်နေ့ရက်၊ ချိန်မပျက်၊ ဆက်ဆက် ကြီးပွားရာ။
၃။ ပညာသင်တုန်း၊ ချိန်မဖြုန်း၊ သက်လုံးဂုဏ်ဝေဖြာ။
၄။ နေရာတိုင်းမှာ၊ အချိန်သာ၊ လွန်စွာ အရေးကြီးပါ။
၅။ ပညာရှိမှ၊ ဥစ္စာရ၊ မှတ်ကြများသူငါ။
၆။ လုံ့လရှေ့သွား၊ ဉာဏ်ဝင်စား၊ မမှား မှုကြောင်းရာ။
၇။ ပြုဖွယ်ကိစ္စ၊ အဝဝ၊ လုံ့လစိုက်ထုတ်ပါ။
၈။ ပျော်ပါးမဖက်၊ စာကိုကျက်၊ ကိုယ့်တွက်ကျိုးများရာ။
၉။ ငယ်ရွယ်စဉ်က၊ လိမ္မာမှ၊ ကြီးက ကျိုးရှိမည်။
၁၀။ ငယ်စဉ်အခါ၊ ပညာရှာ၊ ကြီးခါကောင်းစားမည်။
၁၁။ ပညာရင်းခံ၊ လုံ့လဖန်၊ အမှန်ကြီးပွားမည်။
၁၂။ ကုသိုလ်စီမံ၊ ထိုသူကံ၊ အမြန်ကြီးပွားမည်။
၁၃။ ထကြွလုံ့လ၊ လုပ်သူမှ၊ ကံက ကူညီမည်။
၁၄။ အချိန်ကိုဖြုန်း၊ အပိုသုံး၊ လုံးလုံး ရှောင်ရမည်။
၁၅။ သုံးစွဲတိုင်းထွာ၊ အရာရာ၊ ချွေတာကြရမည်။
၁၆။ မသုံးတန်ဘဲ၊ သေးအဖွဲ့၊ ရွေးပဲရှောင်ရမည်။
၁၇။ တကယ်သုံးလို၊ ငွေကြေးကို၊ တွန့်တိုကင်းရမည်။
၁၈။ စီးပွားလည်းရှာ၊ ကုသိုလ်မှာ၊ မကွာပြုရမည်။

၁၉။ အမျိုးဘာသာ၊သာသနာ၊ရှည်စွာ တည်အောင်ထိန်းသိမ်းမည်။

၂၀။ မြန်မာ့ခလေ့၊ တို့မမေ့၊ တို့ခလေ့ကို မြတ်နိုးမည်။

၂၁။ ရေခြားမြေခြား၊ ဘာသာခြား၊ ကပြားခလေ့ ရှောင်ရမည်။

၂၂။ ယဉ်ကျေးမှုသုဉ်း၊ လူမျိုးသုဉ်း၊ အသုဉ်းမခံ တော်လှန်မည်။

၂၃။ သာသနာအတွက်၊ သွေးတစ်စက်၊ အသက်ရင်း၍ ကြိုးစားမည်။

၂၄။ အများအကျိုး၊ ရပ်ရွာကျိုး၊ သယ်ပိုးနိုင်အောင် ကြိုးစားမည်။

၅။ ရဟန်းသံဃာတော် ဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ဆုံးမစာများ

၁။ အမျိုးဘာသာမပျောက်ဖို့၊ ငါတို့တစ်တွေ ထိန်းသိမ်းစို့။

၂။ ဘုန်းကြီးကျောင်းကို သွားသောအခါ၊ ယဉ်ယဉ် ကျေးကျေးဝတ်ဆင်ပါ။

၃။ တဘက်ကလေးပခုံးတင်၊ အပြောအဆိုလွှန်ဆင်ခြင်။

၄။ ရဟန်းသံဃာ လူမျိုးခြား၊ လက်ထပ်ခြင်းမှာ ရှောင်ကာရှား။

၅။ ဆရာတော်ထံပါး သွားသောအခါ၊ လက်အုပ်ချီကာ ဦးညွှတ်ပါ။

၆။ ဆရာတော်ရှေ့မှာ ထိုင်သောအခါ၊ နီးဝေးမြင့်မောက်၊ ရှေ့နောက်ဘယ်ညာ၊ မနေရာ၊ ကောင်းစွာရွေး၍ ထိုင်လိုက်ပါ။

၇။ ထိုင်သောအခါ ငြိမ်ငြိမ်ပါ၊ လက်အုပ်ချီကာ ပြောဆိုပါ။

၈။ ဆရာတော်ကခေါ် ဘယ်လိုထူး၊ ဘုရားလို့သာထူး။

၉။ စကားစကား ပြောသောအခါ၊ နောက်မှာဘုရားထည့်ပြောပါ။

၁၀။ ကပ်စရာပါ လက်နှစ်ဘက်၊ ကောင်းစွာရိုသေကပ်တတ်လျက်။

၁၁။ ဆရာတော်လက်က ပြန်ပေးမူ၊ လက်နှစ်ဘက်နှင့် ကောင်းစွာယူ။

၁၂။ ပြန်သောအခါ ခွင့်တောင်းပါ၊ လက်အုပ်ချီကာ နောက်ဆုတ်ပါ။

၁၃။ လမ်းခရီးမှာ ထေရ်သံဃာ၊ ကျုံ့ကျုံ့ထိုင်ကာ ရှိခိုးပါ။

၁၄။ အခွင့်မသာ မထိုင်ပါ၊ မတ်တတ်ရပ်ကာ ရှိခိုးပါ။

၁၅။ ရှိခိုးပြီးခါ ရှောင်သောအခါ၊ လေညာရပ်က ရှောင်လိုက်ပါ။

၁၆။ မမေ့လေနဲ့ အရိပ်ကို၊ မနင်းမိအောင် သတိပို။

၁၇။ သံဃာတော်နား ဖြတ်သောအခါ၊ လက်အုပ်ချီကာ ဦးညွတ်ပါ။

၁၈။ သံဃာတော်နား ရပ်သောအခါ၊ လက်အုပ်ချီကာ ဦးညွှတ်ပါ။

၁၉။ အိမ်ကိုကြွလာ ထေရ်သံဃာ၊ ခြေသုတ်ပေးပါ ရှိခိုးပါ။

၂၀။ နေရာခင်းပေး အကြောင်းမေး၊ လေးလေးစားစား ရှိသေပါ။

၂၁။ မိမိရပ်ရွာ ထေရ်သံဃာ၊ အပြစ်စကား မပြောရာ။

၂၂။ မလေးမစား ပြောမိလျှင်၊ အကုသိုလ်ကြွေးလိုလိုတင်။

၂၃။ သံဃာ့ဂုဏ်မြင် ကြည်ညိုပွား၊ ကောင်းကျိုးတရား အလွှန်များ။

၂၄။ ရဟန်းသံဃာ ဆက်ဆံရာ၊ သေချာဂရုစိုက် လိုက်နာပါ။

၂၅။ လူယဉ်ကျေးတွေ ကျင့်ကြံဖို့၊ ဘုရားအဆုံးအမ လိုက်နာစို့။

၆။ ယဉ်ကျေးမှုကျင့်ဝတ်ဆိုင်ရာ ဆုံးမစာများ

က။ ကာယကံယဉ်ကျေးမှု (ကိုယ်အမူအရာ ယဉ်ကျေးခြင်း)

(၁) ဘုရားဆင်းတုတော်ပုံတော်၊ ဓမ္မကျမ်းဂန်များကို မြင့်မြတ်သောနေရာ၌ ထား၍ကိုင်တွယ်လိုလျှင် လက်အုပ်ချီပြီးမှ ကိုင်တွယ်ရမည်။ ကြမ်းပြင်မှာ ချထားခြင်း၊ ချိုင်းကြားညှပ်ယူခြင်း စသည်ဖြင့် မရိုမသေမပြုရ။

(၂) တရားဓမ္မနာယူသောအခါ ဓမ္မကထိကကိုသာမက တရားတော်ကိုပါ အလေးဂရုပြုသောအားဖြင့် ဦးထုပ်ချွတ်ရမည်။ ခေါင်းပေါင်းဖြစ်လျှင် ဆံစဖော်ရမည်။ တရားအသံသွင်းကြိုးခွေကို အမြင့်၌ထား၍ ဖွင့်ရမည်။ ဒူးတုပ်လျက်ဖြစ်စေ၊ လက်အုပ်ချီလျက်ဖြစ်စေ၊ တရားရှုမှတ်သည့် ပုံစံဖြင့်ဖြစ်စေ အရိုအသေပြု၍ နာယူရမည်။

(၃) ရဟန်းသံဃာ သီလသိက္ခာရှိသူ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူများ အနီး၌နေထိုင်သောအခါ ဝေးလွန်း၊ နီးလွန်း၊ ရှေ့တည့်တည့်၊ နောက်တည့်တည့်၊မြင့်သောနေရာနှင့် လေညာလေတင်နေရာများ၌ မနေထိုင်ရပါ။

(၄) ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘ အသက်အရွယ်ကြီးသောသူတို့အနီး၌ ထိုင်သောအခါ မြင့်သောနေရာ၊ မြတ်သောနေရာ၊ ခေါင်းရင်းနေရာတို့၌ မထိုင်ရပါ။

(၅) ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘများအားရှိခိုးရာတွင် ခြေဒူးနှစ်ဘက်၊ လက်နှစ်ဘက်၊ နဖူးတို့ကိုမြေ၌ (သို့မဟုတ်) ကြမ်းပြင်၌ထိ၍ ရှိခိုးရမည်။

(၆) ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူတို့အနီးမှ ပြန်လည်ထွက်ခွာလာသောအခါ လက်အုပ်ချီကာ ကိုယ်ကိုညွှတ်လျက် လေးငါးလှမ်း နောက်ဆုတ်

ပြန်ပြီးမှ လိုရာအရပ်သို့သွားရမည်။ ချက်ချင်းနောက်ကျောပေး မပြန်ရ။

(၇) ခရီးလမ်းမပေါ်၌ ရဟန်းသံဃာနှင့် တွေ့သောအခါ ဦးထုပ်၊ ဖိနပ်တို့ကိုချွတ်၍ ထီးကိုရုပ်ကာ လက်အုပ်ကို နဖူးပြင်အထိ မြှောက်တင်လျက် ခြေစုံရပ်တန့်ပြီး ရှိခိုးရမည်။

(၈) ပစ္စည်းဝတ္ထု တစ်စုံတစ်ခုပေးသောအခါ၊ ယူသောအခါတို့၌ အလွန်သေးသော အရာကိုပင်ဖြစ်စေကာမူ လက်နှစ်ဘက်ဖြင့်ပေးရ၊ ယူရမည်။

(၉) ရဟန်းသံဃာ၊ သီလသိက္ခာရှိသူ အသက်အရွယ်ကြီးသူများအနီးမှ ဖြတ်သန်းသွားသောအခါနှင့် ပရိသတ်အတွင်းသွားလာသောအခါတို့၌ ခါးကိုကုန်း၍ ခါးကိုညွတ်ကာ သွားလာရမည်။

(၁၀) လမ်းခရီးသွားလာရာတွင် ကျဉ်းကျပ်သောနေရာများ၌ ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘ အသက်အရွယ်ကြီးသူတို့အား ခြေစုံရပ်တန့်၍ ဘေးဖယ်ရမည်။ တိုးဝှေ့ကျော်တက်၍ မသွားရ။

(၁၁) မီးရထား၊ ကား၊ သင်္ဘောများပေါ်တွင် ရဟန်းသံဃာနှင့်အိုမင်းမစွမ်းသော ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ သာသနာ့နွယ်ဝင်သီလရှင်များအား နေရာပေးလှူရမည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့်နေရာလုယက်၍မထိုင်ရ။

(၁၂) ခရီးသွားလာရာတွင် ရဟန်းသံဃာများ၊ သာသနာ့ နွယ်ဝင်သီလရှင်များ၊ အိုမင်းမစွမ်းသော ပုဂ္ဂိုလ်များ အားလိုအပ်လျှင် ဖေးမတွဲထူခြင်း၊ အထုပ်အပိုး သယ်ယူပေးခြင်းဖြင့် ဖေးမကူညီရမည်။

(၁၃) ရဟန်းသံဃာနှင့်သာသနာ့ နွယ်ဝင်သီလရှင်များအား လက်ဆွဲနှုတ်ဆက်ခြင်း၊ ဆလံပေးခြင်း၊ လက်ယပ် ခေါ်ခြင်းဖြင့် မဆက်ဆံရ၊ လက်အုပ်ချီ အရိုအသေပြု ၍ ဆက်ဆံရမည်။

(၁၄) ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘတို့ ကျိန်းစက်အိပ်ပျော်နေ သည့်အခါ ထိုသူတို့၏အနီး၌ ခြေသံမကြားအောင် ခြေကိုဖော့လျက်သွားရမည်။

(၁၅) ရဟန်းသံဃာ၊ ဆရာမိဘ၊ အသက်အရွယ်ကြီးသူများ ထံသို့ ချဉ်းကပ်သောအခါ မကောင်းသောကိုယ်နံ့များ ရှိပါက ဆေးကြောသုတ်သင်ပြီးမှ ချဉ်းကပ်ရမည်။

(၁၆) လမ်းတွင်တွေ့၍ နှုတ်ဆက်ရာ၌ ချစ်ခင်လေးစား သော အမူအရာဖြင့် 'လက်အုပ်ကြာငံ့ ရင်မှာထားပြီး' နှုတ်ဆက်သင့်သူကို လက်အုပ်ရင်မှာထားလျက်၊ 'ဦးညွှတ် နှုတ်ဆက်သင့်သူကို ဦးညွှတ်လျက်၊ 'ပြုံးပြနှုတ်ဆက်သင့်သူ' ကိုပြုံးပြလျက် နှုတ်ဆက်ရ မည်။

(၁၇) အမျိုးသမီးများသည် ရဟန်းသံဃာတော်များ၊ သီလသိက္ခာရှိသူများ၊ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူများ ရှေ့မှောက်တွင် ကိုယ်ဝတ်ထဘီပြင်ဝတ်ခြင်း၊ အလှအပ ပြင်ဆင်ခြင်း မပြုလုပ်ရ။

(၁၈) အမျိုးသမီးများသည် မလုံမခြုံ မယဉ်မကျေးဝတ်စား ဆင်ယင်မှုဖြင့် ဝတ်စားဆင်ယင်၍ ရဟန်းသံဃာတော်များ၊ လူကြီးသူမများထံသို့ သွားလာဝင်ထွက်ခြင်း မပြုရ။

(၁၉) မမြင်ဆိတ်ကွယ်ရာအရပ်ရှိ ရဟန်းတော်ထံ အမျိုးသမီး တစ်ဦးတည်း မချဉ်းကပ်ရ။

(၂၀) အမျိုးသမီးတစ်ဦးတည်း ရဟန်းတော်တစ်ပါးပါးနှင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးခြင်းပြုလိုပါက သိကြားနားလည်သော အမျိုးသားတစ်ဦးကို ခေါ်သွားရမည်။

(၂၁) အမျိုးသမီးများသည် ရဟန်းသံဃာတော်များအား ဆံပင်ဖြန့်ခင်း၍ဖြစ်စေ၊ လက်စသည်ဖြင့် ကိုင်တွယ်ထိတွေ့၍ဖြစ်စေ ရှိမခိုးရ၊ အရိုအသေမပြုရ။

(၂၂) ဘုရားရင်ပြင်၊ ကျောင်းဝင်း၊ ဆေးရုံ၊ စာသင်ကျောင်း စသော လူများစုဝေးရာ နေရာဌာနများ၌ ကွမ်းတံတွေးထွေးခြင်း၊ ချွဲ၊ နှပ် စသောအညစ်အကြေးစွန့်ခြင်း မပြုရ။

(၂၃) တစ်စုံတစ်ဦးဘုဉ်းပေး၊ စားသောက်နေစဉ် ကြား လောက်မြင်လောက်သော နေရာ၌ချွဲဟက်ခြင်း၊ နှပ်ညှစ်ခြင်းစသည် မပြုရ။

(၂၄) ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ချေဆတ်ခြင်းကို တစ်စုံတစ်ဦးဘက် လှည့်၍ မပြုလုပ်ရ၊ လူသူမရှိရာသို့ဖြစ်စေ၊ အခြားနေရာ သို့ထသွား၍ ဖြစ်စေ၊ လက်ကိုင်ပဝါဖြင့် အုပ်၍ ဖြစ်စေ ပြုလုပ်ရမည်။ လေလည်လိုလျှင် လူများ မရှိရာနေရာသို့ ထသွားရမည်။

ခ။ ဝစီကံယဉ်ကျေးမှု (အပြောအဆိုယဉ်ကျေးခြင်း)

(၁) စကားပြောဆိုရာတွင် လိမ်ညာသောစကား၊ ကုန်းတိုက် သောစကား၊ ကြမ်းတမ်းသောစကား၊ အနှစ်မဲ့သိမ်ဖျင်း သောစကား ပြောဆိုခြင်းမပြုဘဲ မှန်ကန်သောစကား၊ ကောင်းမွန်သောစကား၊ ချိုသာသောစကား၊ တရား စကားများကို ပြောဆိုရမည်။

(၂) လောဘစကား၊ ဒေါသစကား၊ မာနစကား၊ သူတစ်ဖက်သားအား စိတ်အနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေ သောစကားများ၊ သူတစ်ဖက်သားအား မခံချင်အောင် ရန်ရှာသော စကားများကို ရှောင်ရှား၍ ပြောဆိုရမည်။

(၃) ရပ်ရွာထဲတွင် အော်ကြီးဟစ်ကျယ်ပြောဆိုခြင်း၊ ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်းပြောဆိုခြင်း၊ ငါ့စကားနွားရပြောဆို

ခြင်း၊ လူကြီးမိဘများအားပြန်ပြောခြင်းများကို ရှောင်ကြဉ်၍ ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့စွာ ပြောဆိုရမည်။ အထူးအားဖြင့် ရဟန်းသံဃာတော်များ၊ လူကြီးမိဘများနှင့် ပြောဆိုရာတွင် စကားလုံးဝေါဟာရများကို အထူးရွေးချယ်၍ ယဉ်ယဉ်ကျေးကျေးပြောဆိုရမည်။

(၄) ရဟန်းသံဃာတော်များ၊ သာမဏေများကခေါ်လျှင် 'ဘုရား''အရှင်ဘုရား'ဟု ထူးရမည်။ စကားပြောတိုင်းနောက်မှာ ဘုရားထည့်ပြောရမည်။ 'ဘုရားတပည့်တော်''ဘုရားတပည့်တော်မ'ဟု ပြောဆိုရမည်။ ရိုသေလေးစားထိုက်သူတို့က ခေါ်လျှင် 'ခင်ဗျာ' 'ရှင်'ဟု ထူးရမည်။ ဟုတ်ကဲ့ဟု ပြောဆိုရမည်။ ကျွန်တော်ကျွန်မ ဟု ပြောဆိုရမည်။

(၅) ရဟန်းတော်များကို ထေရ်ဝါကြီးလျှင် 'ဆရာတော်ဘုရား' 'ဘုန်းတော်ကြီးဘုရား'ဟု လျှောက်ထားပြောဆိုရမည်။ ထေရ်ဝါငယ်လျှင် 'ဦးပဉ္စင်းဘုရား' သာမဏေများကို 'ကိုရင်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရား'ဟု ပြောဆိုရမည်။ ဘုန်းဘုန်း၊ ဘဘုန်း၊ ဘဘုရား၊ ကိုယ်တော်စသည် မခေါ်ဝေါ် မပြောဆိုရ။

(၆) မြတ်စွာဘုရား၊ ရဟန်းသာမဏေများ၏ ဖခင်အား 'ခမည်းတော်'၊ မိခင်အား 'မယ်တော်'၊ အစ်ကိုအား 'အစ်ကိုတော်'၊ 'နောင်တော်'၊ အစ်မအား

'အစ်မတော်' ညီ၊ ညီမအား 'ညီတော်'၊ 'ညီမတော်'၊ ဆွေမျိုးများအား 'ဆွေတော်၊ မျိုးတော်'၊ ရဟန်းသံဃာတော်များ နေထိုင်သည်ကို 'သီတင်းသုံးသည်'။ အိပ်စက်နေသည်ကို 'ကျိန်းစက်နေသည်'၊ ရေချိုးနေသည်ကို 'ရေသပ္ပာယ်'သည်၊ အိမ်သာကို 'ကုဋီ' ဟု ပြောဆိုရမည်။

(၇) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တွေ့ဆုံလျှင် 'အရှင်ဘုရားကျန်းမာပါရဲ့လား'၊ 'ဦးလေးကျန်းမာပါရဲ့လား၊'၊ 'မင်္ဂလာပါခင်ဗျာ'၊ 'မင်္ဂလာပါရှင်' စသည်ဖြင့် နှုတ်ဆက်ရမည်။

(၈) တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ခွဲခွာလျှင်လည်း 'အရှင်ဘုရားတပည့်တော်၊ တပည့်တော်မကို ပြန်ခွင့်ပြုပါဦးဘုရား' 'ကျွန်တော်(ကျွန်မ) ပြန်ပါဦးမယ်။ ခွင့်ပြုပါဦး' စသည်ဖြင့် လေးလေးစားစား ရည်မွန်ဖော်ရွေစွာ ပြောဆိုရမည်။

(၉) တစ်ဦးတစ်ယောက် မတော်တဆ ထိခိုက်မိ၍ဖြစ်စေ၊ အခြားကိစ္စအတွက်ဖြစ်စေ တောင်းပန်ရန်ရှိလျှင် 'ခွင့်လွှတ်ပါခင်ဗျာ၊ ကန်တော့၊ ကန်တော့ပါ၊ သည်းခံပါ' စသောသင့်လျော်ရာ စကားအသုံးအနှုန်းတို့ဖြင့် ယဉ်ကျေးစွာ ပြန်လည်ပြောဆိုရမည်။

(ဂ) မနောကံယဉ်ကျေးမှု (စိတ်နေစိတ်ထား ယဉ်ကျေးမှု)

(၁) သူတစ်ပါးပစ္စည်းဥစ္စာကို မတရားလိုချင်သော စိတ်မထားရ။

(၂) သူတစ်ပါး၏ အိုးအိမ်၊ စည်းစိမ်ဂုဏ်သိမ်ကို ဖျက်ဆီးလိုသော စိတ်မထားရ။

(၃) ကြီးသူနှင့်ဖြစ်စေ၊ ငယ်သူနှင့်ဖြစ်စေ တွေ့ဆုံသောအခါ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့အား 'ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ' ဟု မေတ္တာပွားရမည်။

(၄) ကံ၊ ကံ၏အကျိုးကို ယုံကြည်၍ ကိုယ်ချင်းစာနာသည့် စိတ်ကောင်းစိတ်မြတ်ကို မွေးမြူရမည်။

(၅) ကိုယ်ထက်သာသူကို မနာလိုသော စိတ်ထားမျိုး၊ ကိုယ်အောက်နိမ့်သူကို နှိမ့်ချလိုသောစိတ်မျိုး၊ ကိုယ်နှင့်တန်းတူသူကို ပြိုင်လိုသောစိတ်ထားမျိုးနှင့် မဆက်ဆံရ။ ကြီးသူကိုရိုသေ၊ ငယ်သူကိုသနား၊ တန်းတူကိုမေတ္တာထားသော စိတ်မျိုးနှင့်ဆက်ဆံရမည်။

(ဃ) ရဟန်းသံဃာဆက်ဆံရာယဉ်ကျေးမှု

(၁) ရဟန်းသံဃာများသည် 'ထမင်းစားကြွပါ၊ မုန့်ဟင်းခါး၊ ခေါက်ဆွဲ၊ ငါး၊ အမဲစားကြွပါ'ဟု လူတို့ဝေါဟာရဖြင့် သုံးစွဲပြီး ပင့်ဖိတ်သည်ကို ကြွရောက်စားသောက်က ဝိနည်းဒေသနာအရ အပြစ်သင့်လေသည်။ ရဟန်း

သံဃာများနှင့် ပတ်သက်လျှင် လူတို့ဝေါဟာရအစား သာသနာသုံးဝေါဟာရဖြင့် 'ဆွမ်းဘုဉ်းပေးကြွပါ'၊ 'မုန့်ဟင်းခါးဆွမ်း၊ ခေါက်ဆွဲဆွမ်း ဘုဉ်းပေးကြွပါ' စသည်ဖြင့် ပြောဆိုပင့်လျှောက်ရမည်။

(၂) ရဟန်းသံဃာများသည် ရေနှင့်ဒန်ပူ(သွားပွတ်တံ) မှ တစ်ပါးအခြားဘုဉ်းပေးမည့် စားသောက်ဖွယ်ရာများကို လူ၊ သာမဏေတို့က ကိုယ်ထိလက်ရောက်ကပ်မှသာ ဘုဉ်းပေးတော်မူကြရသည်။ ထိုသို့ပေးကပ်သည်ကို 'ကပ်တယ်၊ ဆွမ်းကပ်တယ်'၊ 'လက်ဖက်ရည်ကပ် တယ်' စသည်ဖြင့် ပြောဆိုရမည်။

(၃) ရဟန်းသံဃာများအား ကပ်လှူမည့်ဆွမ်းပွဲ၊ လက်ဖက် ရည်ပွဲသည် အင်အားအလယ်အလတ်ရှိ ယောကျ်ား တစ်ဦးဖြစ်စေ၊ နှစ်ဦး သုံးဦးချီမြှောက်၍ ဖြစ်စေ ကပ်ကောင်းသည်။ ထို့ထက်ကြီးသော ဆွမ်းပွဲ၊ လက်ဖက်ရည်ပွဲဖြစ်လျှင် တစ်ပန်းကန်စီကပ်ရမည်။

(၄) ဆွမ်းကပ်ရာ၌ အကပ်မခံရသော ရဟန်းတစ်ပါးပါးနှင့် ကပ်လှူသူတစ်ဦးဦးသည် နှစ်တောင့်ထွာနေရာအတွင်း မှာ ရှိရသည်။ နှစ်တောင့်ထွာထက်ဝေးလျှင် အကပ် မမြောက်၍ဘုဉ်းပေးသောရဟန်းမှာ အာပတ်သင့်လေ သည်။ နှစ်တောင့်ထွာအတိုင်းအတာကို အကပ်ခံသော

ရဟန်းနှင့်ကပ်လျှသူတို့၏ အပြင်ဘက် တင်ပါး စွန်းဖျားမှစ၍ ခန့်မှန်းတိုင်းတာရမည်။

(၅) အပင်ပေါက်စေနိုင်သည့် အသီး၊ အရွက်၊ ပင်စည် စသည်စသည်တို့ကို ဆက်ကပ်သောအခါ ရဟန်းတော် များသည် ဝိနည်းပညတ်ချက်အရ မဖျက်ဆီးရသဖြင့် ကပ္ပိရသည်။ ကပ္ပိပုံမှာ ရဟန်းတော်က 'ကပ္ပိယံ ကရောဟိ' ဟုဆိုလျှင် မိမိက 'ကပ္ပိယံ ဘန္တေ' ဟုဆိုလျက် ထိုမျိုးစေ့ရှိရာ အသီးအရွက်ကို လက်သည်းဖြင့်ဆိတ်လိုက်ရသည်။ (သို့မဟုတ်) ဓားဖြင့် လှီးဖြတ်လိုက်ရသည်။ ဤသို့ပြုလုပ်သည်ကို 'ကပ္ပိသည်'(အပ်အောင် ပြုလုပ်သည်)ဟုခေါ်သည်။

(၆) ဆွမ်းစသည်ကပ်သောအခါ အကွဲ အအက်ပါသော ပန်းကန်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ နှီးခွက်၊ သစ်သားခွက်၊ ယွန်းခွက်တို့ဖြင့်လည်းကောင်း ထည့်၍မကပ်ရ။

(၇) ရဟန်းသံဃာများသည် ဝိနည်းဒေသနာအရ အကပ်ခံ ပြီးမှသာ ဘုဉ်းပေးခွင့်ရှိသဖြင့် ရဟန်းသံဃာများ ဘုဉ်းပေးနေစဉ် ကြိုတင်အသိမပေးဘဲ ဆွမ်း၊ ဆွမ်းဟင်းအခြားတစ်စုံတစ်ခုကို ပန်းကန်တွင်မထည့်ရ 'အကပ်ခံတော်မူပါဘုရား' 'အလှူခံတော်မူပါဘုရား'

ဟုပြောပြီး ရဟန်းသံဃာများက အလှူခံမှ ထည့်ပေးရမည်။

(၈) ရဟန်းသံဃာတော်များအား ကပ်ထားသော စားဖွယ်သောက်ဖွယ်များကို မစွန့်လွှတ်သေးသမျှ၊ မပြီးသေးသမျှ လူဒါယကာ ဒါယိကာမများ သွားရောက် ကိုင်သော်လည်း အကပ်မပျက်။ သို့သော်လည်း အလေးဂရုထားသောအားဖြင့် မကိုင်ရပါ။

(၉) တစ်စုံတစ်ခုသော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်ကို ကပ်သောအခါ ရဟန်းတော်က 'ပြည့်စုံပြီး' ဟုဆိုလျှင် ထပ်မကပ်ရ ရဟန်းတော်အား 'ဝပြီလားဘုရား'၊ 'တော်ပြီလားဘုရား' ဟုမမေးရ၊ 'ပြည့်စုံပြီလားဘုရား' ဟု မေးလျှောက်ရမည်။

(၁၀) ဆွမ်းဘုဉ်းပေးချိန်၌ ခရီးသွား၊ ရဟန်းသာမဏေများကို ဖူးတွေ့ရလျှင် 'ဆွမ်းကိစ္စပြီးပါပြီလားဘုရား'၊ 'ဆွမ်းကပ်ပါမယ်ဘုရား' ဟု လျှောက်ထား၍ မပြီးသေးလျှင် ဆွမ်းကပ်ဟုသိလ်ယူသင့်သည်။

(၁၁) ရဟန်းသံဃာတော်များသည် ရွှေငွေစသည့် ရတနာပစ္စည်းများကို ရဟန်းတော်များအား လှူလိုသည့်အခါ 'ဘုရားတပည့်တော်(တပည့်တော်မ)သည် အရှင်ဘုရားများ၏ နဝကမ္မ(အမှုကိစ္စအစုစု)အတွက်

ငွေတစ်ရာ ကျပ်တန်ပစ္စည်းလေးပါးကို လှူဒါန်းလိုပါသည်။ ကပ္ပိယညွှန်တော်မူပါဘုရား’ဟု လျှောက်ထားရသည်။ ရဟန်းသံဃာက ကပ္ပိယညွှန်သည့်အခါ ထိုကပ္ပိယံထံ၌ ငွေကိုအပ်နှံလိုက်ရမည်။ ဝတ္ထုငွေများကို တိုက်ရိုက်လှူဒါန်းလျှင် ရဟန်းတော်များမှာ မိမိကြောင့် အာပတ်သင့်ရပါသည်။

၉။ သင်္ဂါလောဝါဒသုတ်လာ ကျင့်ဝတ်ဆုံးမစာများ

၁။ သားသမီးကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

ကျွေးမွေးမပျက်၊ ဆောင်ရွက် စီမံ၊ မွေခံထိုက်စေ၊ လှူမှုဝေ၍၊ စောင့်လေမျိုးနွယ်၊ ဝတ်ငါးသွယ်၊ ကျင့်ဖွယ်သားတို့တာ။

၂။ မိဘကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

မကောင်းမြစ်ထာ၊ ကောင်းရာညွှန်လတ်၊ အတတ်သင်စေ၊ ပေးဝေရင်းနှီး၊ ထိမ်းမြားခြင်းလျှင်၊ ဝတ်ငါးအင်၊ ဖခင်မယ်တို့တာ။

၃။ ဆရာ့ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

အတတ်လည်းသင်၊ ပဲ့ပြင်ဆုံးမ၊ သိပ္ပမချန်၊ ဘေးရန်ဆီးကာ၊ သင့်ရာအပ်ပို့၊ ဆရာတို့ ကျင့်ဖို့ဝတ် ငါးဖြာ။

၄။ တပည့်ကျင့်ဝတ် (၅)ပါး

(၁) ဆရာသင်ကြားဆုံးမသမျှကို လေးစားစွာ ဂရုတစိုက် နာခံမှတ်သားရခြင်း၊

(၂) ဆရာလာသောအခါ ညီညာစွာ မတ်တတ်ရပ်လျက် ခရီးဦးကြိုဆိုရခြင်း၊

(၃) ဆရာထံပါး ဆည်းကပ်ခစားရခြင်း၊

(၄) ဆရာ့ထံပါးဝယ် ပြုဖွယ်ကိစ္စများကို ပြုလုပ်ပေးရခြင်း၊

(၅) ဆရာသင်ပြီးသော သင်ခန်းစာများကို လေးစားစွာ တွေးတော ကြံစည်သင်အံလေ့ကျက် နှုတ်တက် ရွတ်ဆိုရခြင်း။

(လင်္ကာ)

ညီညာထကြွ၊ ဆုံးမနာယူ၊ လာမူကြိုဆီး၊ ထံနီး
လုပ်ကျွေး၊ သင်တွေးအံရွတ်၊ တပည့်ဝတ်၊ မချွတ်ငါးခုသာ။

ညီညာကြကာ၊ လုံ့လများနှင့်
ဆုံးမစကားကို၊ နာယူစေ။
ဆရာလာရင်၊ ကြိုကာဆီးလို့
ထံနီးမှာတဲ့၊ လုပ်ကျွေးနေ။
သင်တဲ့စာတွေ၊ အံကာမေးတော့
ကြံကာတွေးလို့၊ ရွတ်ပါလေ။
တပည့်အများ၊ ဝတ်ငါးပါး၊ မမှားပြည့်စုံစေ။
အဲဒါက 'ကျမ်းသိင်္ဂါလ' ဘဝေါ့ ဘုရားအမိန့်တော်တွေ။

၅။ လင်ကျင့်ဝတ် ၅-ပါး

(၁) မိမိမယားအား မထီလေးစား မပြုလုပ်ရခြင်း၊
(၂) မိမိရှာဖွေရသမျှ ဥစ္စာများကို အပ်နှံရခြင်း၊
(၃) အခြားမိန်းမများနှင့် ဖောက်ပြားကျူးလွန်မှုမရှိရခြင်း၊
(၄) အဝတ်အစားများကို ဆင်ယင်ပေးရခြင်း၊
(၅) မြတ်နိုးကြင်နာစွာ ဆက်ဆံရခြင်း။

(လင်္ကာ)

မထီမဲ့ကင်း၊ အပ်နှင်းဥစ္စာ၊ မိစ္ဆာမမှား၊
ဝတ်စားဆင်ယင်၊ မြတ်နိုးကြင်၊ ငါးအင် လင်ကျင့်ရာ။
မထီမဲ့ကင်း၊ မပြုလျှင်းနဲ့
အပ်နှင်းပါကွဲ့၊ ဥစ္စာတွေ။
ကာမမိစ္ဆာ၊ ရှောင်ကာရှားလို့
ဝတ်စားကိုလဲ၊ ဆင်ပါလေ။
မြတ်နိုးကြင်နာ၊ မေတ္တာပွားလို
ချစ်ခင်သနား၊ နေ့စဉ်ပေ။
လင်ဆိုသူများ၊ ဝတ်ငါးပါး၊ မမှားပြည့်စုံစေ။
အဲဒါက 'ကျမ်းသိင်္ဂါလ' ဘဂဝါ ဘုရားအမိန့်တော်တွေ။

၆။ မယားကျင့်ဝတ် ၅-ပါး

(၁)အိမ်တွင်းမှုလုပ်ငန်းကိစ္စကို အဆင်ပြေရန် စီမံပြုလုပ်ရခြင်း၊
(၂)မိမိလင်ယောကျ်ားအပ်နှံလာသော ပစ္စည်းဥစ္စာများကို
စနစ်တကျသိမ်းဆည်း ထိန်းသိမ်းထားရခြင်း၊

(၃)မိမိယောကျ်ားမှ တစ်ပါးသော ယောကျ်ားတို့နှင့် မမှားမယွင်း မဖောက်ပြန်ရခြင်း၊

(၄)မိမိဘက်ဆွေမျိုး၊ လင်ဘက်ဆွေမျိုးတို့၌ မျှမျှတတပေးကမ်းရခြင်း၊

(၅)လုပ်ငန်းကိစ္စအဝဝ၌ ပျင်းရိခြင်းကင်း၍ ကျွမ်းကျင်ရခြင်း။

(လင်္ကာ)

အိမ်တွင်းမှုလုပ်၊ သိမ်းထုပ်သေချာ၊ မိတ္တာကြဉ်ရှောင်၊ လျှော်အောင်ဖြန့်ချိ၊ ပျင်းရိမမူ၊ ဝတ်ငါးဆူ၊ အိမ်သူ ကျင့်အပ်စွာ။

အိမ်မှုကိစ္စ၊ မှန်မှန်လုပ်လို့
သိမ်းထုပ်ကျန၊ သေချာစေ။
မိတ္တာလင်မြှောင်၊ ရှောင်ကာကွင်းလို့
ပြစ်ကင်းအောင်ပ၊ ဖြန့်ချိဝေ။
ပျင်းတယ်ဆိုတာ၊ စိတ်မှာမထားနဲ့၊
လင်သားကိုလဲ၊ ရိုသေလေ။
အိမ်သူမယား၊ ဝတ်ငါးပါး၊ မမှားကျင့်ပါလေ။
အဲဒါက 'ကျမ်းသိင်္ဂါလ'ဘဂဝါ့ ဘုရားအမိန့်တော်တွေ။

၇။ မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ၅-ပါး

(၁)မိမိတတ်နိုင်သလောက် ပေးကမ်းချီးမြှင့်ခြင်း၊

(၂)ကိုယ့်အောက်သို့ မနှိမ့်ချမူ၍ ကိုယ်နှင့်တန်းတူထားကာ ဆက်ဆံခြင်း၊

(၃)နှစ်ဦးနှစ်ဝ ကြီးပွားရန်အတွက် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊

(၄)ပြောဆိုဆက်ဆံရာ၌ စကားအရာ ပြေပြစ်ချိုသာစွာ ပြောဆိုရခြင်း၊

(၅)စီးပွားရေးလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်ရာတွင် သစ္စာဖောက်ဖျက်မှု မရှိဘဲ မှန်ကန်တိကျခြင်း။

(လင်္ကာ)

ပေးကမ်းချီးမြှင့်၊ ကိုယ်နှင့်ယှဉ်ထား၊ စီးပွား ဆောင်ရွက်၊ နှုတ်မြွက်ချိုသာ၊ သစ္စာမှန်စေ၊ ဝတ်ငါးထွေ၊ ကျင့်လေ မိတ်သဟာ။

ပေးကမ်းကာသာ၊ ချီးမြှင့်ငြားလို့
ကိုယ်နှင့်ယှဉ်ထား၊ စီးပွားတွေ။
တိုးအောင်ပွားအောင်၊ ကြံဆောင်ရွက်တော့၊
နှုတ်ခွန်းမြွက်ဟ၊ ချိုသာစေ။
သစ္စာဆိုကာ၊ မှန်စွာသုံးလို့
သူမြတ်ကျင့်ထုံး၊ မှန်ပါစေ။
မိတ်ဆွေအများ၊ ဝတ်ငါးပါး၊ မမှားပြည့်စုံစေ။
အဲဒါက 'ကျမ်းသိင်္ဂါလ' ဘဂဝါ့ ဘုရားအမိန့်တော်တွေ။

ဂ။ ရဟန်းကျင့်ဝတ် ၆-ပါး

(၁)မကောင်းမှု မပြုလုပ်ရန် တားမြစ် ဟောပြောရခြင်း၊

(၂)ကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုလုပ်ရန်အတွက် ညွှန်ပြဟောပြရခြင်း၊

(၃)ထူးခြားသော တရားအသစ်များကို ဟောကြားရခြင်း၊
(၄)နာဖူးသောတရားများကို ထပ်မံ၍ဟောကြားရခြင်း၊
(၅)နတ်ပြည်သို့ ရောက်ဖို့နည်းလမ်းကို ညွှန်ကြားဟောပြရခြင်း။
(၆)ဒကာ၊ ဒကာမတို့အား စေတနာ၊ မေတ္တာထား၍ ဆုံးမဟောကြားရခြင်း၊

(လင်္ကာ)

မကောင်းမြစ်ထာ၊ ကောင်းရာညွှန်လစ်၊ အသစ်ဟောကျူး၊
နာဖူးထပ်မံ၊ နတ်ထံတင်ရာ၊ မေတ္တာလည်းပြု၊ ရဟန်းမှု၊
ခြောက်ခုလွှန်သချာ။

မကောင်းရာကို၊ ပယ်ကာမြစ်လို့
ကောင်းရာညွှန်လစ်၊ နေ့စဉ်ပေ။
တရားသစ်ကို၊ ဟောဖော်ကျူးလို့
နာဖူးကိုလဲ၊ ထပ်မံစေ။
နတ်ထံတင်ရာ၊ လမ်းစဉ်ပြလို့
မေတ္တာမျှတ၊ အမြဲနေ။
ရဟန်းတော်များ၊ ဝတ်ခြောက်ပါး၊ မမှားပြည့်စုံစေ။
အဲဒါက 'ကျမ်းသိင်္ဂါလ' ဘဂဝါ ဘုရားအမိန့်တော်တွေ။

၉။ ဒါယကာကျင့်ဝတ် ၅-ပါး

(၁) ရဟန်းသံဃာတို့အပေါ်၌ မေတ္တာစိတ် ရှေ့ထားရခြင်း၊
(၂) ရဟန်းသံဃာတော်တို့အတွက် ဆောင်ရွက်စရာများကို ချစ်ခင်လေးစား စေတနာထား၍ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊
(၃) ခင်ခင်မင်မင် လေးလေးစားစား နှုတ်ချိုကြည်သာစွာ ပြောဆိုရခြင်း၊
(၄) အလိုရှိသော အရာများကို တောင်းပါဟု ဖိတ်ထားရခြင်း၊
(၅) တတ်နိုင်သမျှ လှူဒါန်းရခြင်း၊

(လင်္ကာ)

မေတ္တာစိတ်သက်၊ ဆောင်ရွက်ချစ်ခင်၊
ခင်မင်နှုတ်ချို၊ လိုလျှင်ဖိတ်ထား၊ တတ်အားလှူစေ၊
ဝတ်ငါးထွေ၊ ပြလေ ဒါယကာ။
မေတ္တာရေစင်၊ စိတ်တွင်မျှလို့
ဆောင်ရွက်ကိစ္စ၊ ချစ်ကြင်လေ။
ခင်မင်နှုတ်ချို၊ ဆိုစကားနှင့်
ဖိတ်ထားပါတော့၊ လိုရာတွေ။
တတ်နိုင်တာကို၊ လှူကြပါတော့
ဒကာ ဒကာမတို့၊ ကျင့်ဝတ်ပေ။
လှူဒကာများ၊ ဝတ်ငါးပါး၊ မမှားပြည့်စုံစေ။
အဲဒါက 'ကျမ်းသိင်္ဂါလ' ဘဂဝါ ဘုရားအမိန့်တော်တွေ။

၁၀။ နာယကကျင့်ဝတ် ၆-ပါး

(၁) သူများထက်လုံ့လရှိရခြင်း၊

(၂) သူများကို မိမိက ရှေ့ဆောင်ပြုလုပ်နိုင်အောင် နိုးကြားတက်ကြွခြင်း၊

(၃) မိမိလက်အောက်ငယ်သားများကို သနားကြင်နာခြင်း၊

(၄) သည်းခံခွင့်လွှတ်တတ်ခြင်း၊

(၅) အရာရာကိုချင့်ချိန် ဝေဖန်ထောက်ဆ၍ ပြုလုပ်ရခြင်း၊

(၆) အရာရာမှာ ဉာဏ်ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်ကြည့်ရှုခြင်း။

(လင်္ကာ)

ထကြွ၊ နိုးကြား၊ သနားသည်းခံ၊ ဝေဖန်ကြည့်ရှု၊
ဤခြောက်ခု ကြီးသူကျင့်ရာတည်း။

နိုးကြားထကာ၊ လုံ့လများနှင့်
သနားတတ်သိ၊ သည်းခံလေ။
ဝေဖန်စရာ၊ ဝေဖန်သိလို့
ကြည့်ရှုစောင်မ၊ ရှိပါစေ။
ဤခြောက်ထွေကို၊ မပြတ်သုံးလို့
ရပ်မမုန်းဖို့၊ ဆုံးမနေ။
လူကြီးသူမ၊ နာယက၊ ပြည့်ဝဂုဏ်ခြောက်ထွေ။
အဲဒါက 'ကျမ်းသိင်္ဂါလ' ဘဂဝါ ဘုရားအမိန့်တော်တွေ။

၁၁။ ကျေးငှက်တို့ ပြန်သူ မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ်ငါးပါး

မေ့လျော့စောင့်လာ၊ ဥစ္စာစောင့်ရှောက်၊ ကြောက်လန့်ပယ်လေ့၊ ဘေးတွေ့မစွန့်၊ ဆက်ညွှန်သားမြေး၊ မြတ်လေးပူဇော်၊ ဤငါးဖော်ကား၊ ညီလျော်တို့လမ်း- ကျင့်ဝတ်တည်း။

၁၂။ သခင်ကျင့်ဝတ်ငါးပါး

ဝစ္စာကျွေးမွေး၊ ပြုရေးစီရင်၊ နာလျှင်ကုစေ၊ ငွေဝေရသာ၊ အခါကိုလွှတ်၊ အရှင့်ဝတ်၊ မချွတ်ငါးခုသာ။

၁၃။ ကျွန်ကျင့်ဝတ်ငါးပါး

အိပ်သော် နောက်ကျ၊ ထသော်ကားရှေး၊ ပေးမှယူအပ်၊ စေ့စပ်ဆောင်ရွက်၊ ကျေးဇူးမြွက်၊ ငါးချက်ကျွန်ကျင့်ရာ။

၁၀။ ပရာဘဝသုတ်လာ ပျက်စီးကြောင်း တရား(၁၂)ပါး

၁။ **ဒုစရိုက်ဆယ်ဖြာ၊ ပြုကျင့်တာ၊ မှတ်ပါ ပျက်စီးကြောင်း။**
ဒုစရိုက်တရားဆယ်ပါးကို ပြုကျင့်ခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သည်။

၂။ **အယူမှားမှာ၊ နှစ်သက်တာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။**
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူမှားရှိသူများနှင့် သူယုတ်မာတို့ကို ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံခြင်း၊ သူတော်ကောင်းတို့နှင့် မပေါင်းသင်း မဆက်ဆံခြင်း၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိများနှင့် သူယုတ်မာတို့၏တရားနှင့် အယူဝါဒများကို နှစ်သက်

ခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်း ဖြစ်၏။

၃။ **အချိန်ဖြုန်းကာ၊ ပျင်းရိကာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။**
အလွန်အကျွံအိပ်ခြင်း၊ အပေါင်းအဖော်၌ မွေ့လျော်ပြီး အချိန်ဖြုန်းတီးနေခြင်း၊ ထကြွလုံ့လမရှိခြင်း၊ အလွန် ပျင်းရိခြင်းနှင့် အမျက်ဒေါသကြီးခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ် ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၄။ **ဖိတ်ကြားပြီးကာ၊ မလှူပါ၊ မှတ်ပါ ပျက်စီးကြောင်း။**
ရဟန်းစသော သူတော်စင် အလှူခံများနှင့် သူတောင်းစားတို့ကို ပေးလှူမည်ဟု ဖိတ်ကြား ဝန်ခံထားပြီး မလှူဒါန်း မပေးမကမ်းခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၅။ **မိဘနှစ်ဖြာ၊ မကျွေးပါ၊ မှတ်ပါ ပျက်စီးကြောင်း။**
မိဘတို့ကို ကျွေးမွေးပြုစုနိုင်ပါလျက် မကျွေးမွေး မပြုစုခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်း ဖြစ်၏။

၆။ **ဥစ္စာပေါကာ၊ မလှူပါ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။**
ပစ္စည်းဥစ္စာပေါများသူ ဖြစ်ပါလျက် အခြားသူများကို မလှူဒါန်း မဝေငှဘဲ မိမိတစ်ဦးတည်း သုံးဆောင်ခံစား ခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်း ဖြစ်၏။

၇။ **မာနထောင်ကာ၊ မောက်မာတာ၊ မှတ်ပါ ပျက်စီးကြောင်း။**

မာန်မာန တက်ကြွမောက်မာခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၈။ **အရက်သေစာ၊ ပျော်ပါးတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။**

ကာမဂုဏ် အပျော်အပါးလိုက်စားခြင်း၊ အရက်သေစာမူးယစ်ဆေးဝါးသောက်စား မှီဝဲခြင်းနှင့် လောင်းကစားခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၉။ **ကာမဂုဏ်မှာ၊ မှားယွင်းတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။**

ပြည့်တန်ဆာမနှင့် သူတစ်ပါးမယားတို့၌ ပြစ်မှားလွန်ကျူးခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၁၀။ **အိမ်ထောင်ပြုမှာ၊ မှားယွင်းတာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။**

အသက်ကြီး ရွယ်လွန်သူဖြစ်ပါလျက် ငယ်ရွယ်သူအမျိုးသမီးနှင့် အိမ်ထောင်ပြုခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၁၁။ **အဝတ်အစားမှာ၊ မက်မောတာ၊ မှတ်ပါ့ပျက်စီးကြောင်း။**

အဝတ်အစားမက်မောလွန်းသူ၊ အသုံးအစွဲမတတ်သူကို အကြီးအကဲအရာ၌ ခန့်ထားခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၁၂။ **မတန်သောအရာ၊ လိုချင်တာ၊ မှတ်ပါပျက်စီးကြောင်း။**
မိမိနှင့် မတန်သော အရာကို အလို ရှိခြင်းသည် ဆုတ်ယုတ်ပျက်စီးခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်၏။

၁၁။ ဝသလ သုတ်လာ သူယုတ်မာဖြစ်ကြောင်းတရား(၂၀)ပါး

၁။ **ရန်ငြိုးဖွဲ့ကာ၊ ဂုဏ်ဖျက်တာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
အမျက်ကြီးသူ၊ ရန်ငြိုးဖွဲ့သူ၊ သူတစ်ပါး ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ချေဖျက်သူ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အယူရှိသူ။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိအယူသို့ ကူးပြောင်းသူနှင့် မိမိအပြစ်ဖုံးလွှမ်း၍ လှည့်စားတတ်သူတို့သည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၂။ **မညှာမတာ၊ သတ်ဖြတ်တာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
သတ္တဝါတို့အား သနားကြင်နာမှုမရှိဘဲ သတ်ဖြတ်သူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၃။ **ရပ်ကွက်မြို့ရွာ၊ ဖျက်ဆီးတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
မြို့ရွာတို့ကို ထိခိုက်ဖျက်ဆီးသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၄။ **အကြွေးယူကာ၊ မပေးတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
သူတစ်ပါးအကြွေးကို ပြန်မပေးသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၅။ **သူများဥစ္စာ၊ ခိုးယူတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
သူတစ်ပါးပစ္စည်းခိုးယူသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၆။ **လူသတ်၍သာ၊ လုယူတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
လူသတ်၍ပစ္စည်းယူသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၇။ **မတရားလိုက်ကာ၊ ထွက်ဆိုတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
မတရား သက်သေထွက်ဆိုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၈။ **သူတစ်ပါးအိမ်ရာ၊ ပြစ်မှားတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
သူတစ်ပါးသားမယားကို ပြစ်မှားကျူးလွန်သူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၉။ **မိဘနှစ်ဖြာ၊ မကျွေးတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
အမိအဖကို မကျွေးမွေး၊ မပြုစုသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၁၀။ **ဆွေမျိုးများမှာ၊ ညှဉ်းဆဲတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
မိဘညီအစ်ကိုမောင်နှမ ယောက္ခမတို့ကို ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲနေသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၁၁။ **နည်းကောင်းကိုသာ၊ မပြောတာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
သူတစ်ပါးက အကျိုးစီးပွားရှိရာ ရှိကြောင်းကို မေးပါလျက် အကျိုးမဲ့ကိုပြောသူနှင့် အကျိုးစီးပွားရှိကြောင်းနည်းလမ်းကို မေးပါသော်လည်း မေးသူမသိနိုင်အောင်ပြောသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

၁၂။ **အပြစ်ကိုသာ၊ ဖုံးကွယ်တာ၊ မှတ်ပါသူယုတ်မာ။**
မိမိပြုလုပ်ထားသော မကောင်းသောအမှုများကို တစ်ပါးသူမသိအောင် ဖုံးကွယ်ထားသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။စန္ဒကူးမှာ၊ ခြောက်သွေ့ပါ၊ မွှေးရနံ့ကိုမစွန့်ပါ။ ဆင်ပြောင်ကြီးဟာ၊ စစ်မြေပြင်မှာ၊ တင့်တယ်ခြင်းကို မစွန့်ပါ။ ကြံဟူသည်မှာ၊ စက်ဝမှာ၊ ချိုမြိန်တာကို မစွန့်ပါ။ သူတော်ကောင်းမှာ၊ ဆင်းရဲပါ၊ တရားကိုသာ မစွန့်ပါ။

(သုဓန-၅)

၂၃။ သူတော်ကောင်းစကား အချမ်းမြေ့ဆုံး

စန္ဒနံ သီတလံ လောကေ၊ တတော စန္ဒံ ဝ သီတလံ။
စန္ဒ စန္ဒန သီတမှာ၊ သာဓုဝါကျံ သုဘာသိတံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။လောက၌စန္ဒကူးသည် ချမ်းမြေ့၏၊ ထိုစန္ဒကူးထက် လရောင်သည် ပို၍ချမ်းမြေ့၏။ လနှင့်စန္ဒကူးတို့ ချမ်းမြေ့သည်ထက် ကောင်းစွာဆိုအပ်သော သူတော်ကောင်းတို့၏ စကားသည် ပို၍ချမ်းမြေ့၏။

(လင်္ကာ)။ ။ စန္ဒကူးဟာ၊ လောကမှာ၊ မုန်စွာ ချမ်းမြေ့၏။ စန္ဒကူးမှာ၊ လက-သာ၊ ပိုကာချမ်းမြေ့၏။ လမင်းထက်သာ၊ စကားမှာ၊ ပိုကာချမ်းမြေ့၏။ သူတော်ကောင်းများ၊ ဆိုစကား၊ အားလုံးချမ်းမြေ့၏။

(သုဓန-၈)

၂၄။ တရားရိပ်က အအေးမြဆုံး

သုခါ ရုက္ခဿ ဆာယာစ၊ တတော ဉာတိ မာတာ ပိတု။ တတော အာစရိယော ရညော၊ တတော ဗုဒ္ဓဿ နေကဓာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။လောက၌သစ်ပင်ရိပ်သည် ချမ်းသာ၏။ ထိုသစ်ပင်ရိပ်ထက် ဆွေမျိုးမိဘတို့၏အရိပ်သည် ပို၍ချမ်းသာ၏။ ထိုဆွေမျိုးမိဘတို့၏ အရိပ်ထက် ဆရာသမားတို့၏အရိပ်သည် ပို၍ချမ်းသာ၏။ ထိုဆရာသမား၏အရိပ်ထက် မင်း၏အရိပ်သည် ပို၍ချမ်းသာ၏။ ထိုမင်း၏အရိပ်ထက် မြတ်စွာဘုရား၏ အရိပ်ဟုဆိုအပ်သော တရားတော်သည် များသောအပြားအားဖြင့် ပို၍ချမ်းသာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။သစ်ပင်ရိပ်မှာ၊ လွန်ချမ်းသာ၊ မှန်စွာအေးမြ၏။ သစ်ပင်ထက်သာ၊ ဆွေမျိုးမှာ၊ ပိုကာအေးမြ၏။ ဆွေမျိုးထက်သာ၊ မိဘမှာ၊ ပိုကာအေးမြ၏။ မိဘထက်သာ၊ တရားမှာ၊ ပိုကာအေးမြ၏။ တရားရိပ်သာ၊ လောကမှာ၊ အအေးဆုံးသာဖြစ်ပါ၏။

(သုဇနေ-၁၀)

၂၅။ ပျားလိုလူနှင့် ယင်လိုလူ

ဘမရာ ပုပ္ဖမိစ္ဆန္တိ၊ ဂုဏာ မိစ္ဆန္တိ သဇ္ဇနာ။
မက္ခိကာ ပုတိမိစ္ဆန္တိ၊ ဒေါသမိစ္ဆန္တိ ဒုဇ္ဇနာ။

မြန်မာပြန်။ ။ ပျားပိတုန်းတို့သည် ပန်းကို အလိုရှိကြကုန်၏။ သူတော်ကောင်းတို့သည် ဂုဏ်ကျေးဇူးကို အလိုရှိကုန်၏။ ယင်တို့သည် အပုပ်ကို အလိုရှိကုန်၏။ သူယုတ်တို့သည် အမျက်ကို အလိုရှိကုန်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ဘုရားပိတုန်းတို့မှာ၊ ပန်းကိုသာ၊ မှန်စွာအလိုရှိ။ သူတော်ကောင်းမှာ၊ ဂုဏ်ကိုသာ၊ မှန်စွာ အလိုရှိ။ ယင်ကောင်တို့မှာ၊ အပုပ်သာ၊ မှန်စွာအလိုရှိ။ သူယုတ်တို့မှာ၊ အပြစ်သာ၊ မှန်စွာ အလိုရှိ။

(သုဇန-၁၁)

၂၆။ မိဘနှစ်ပါးယုတ်ညံ့လျှင်

မာတာဟီနဿ ဒုဗ္ဘာသာ၊ ပိတာဟီနဿ ဒုက္ကိရိယာ။

ဥဘော မာတာပိတာ ဟီနာ၊ ဒုဗ္ဘာသာစ ဒုက္ကိရိယာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ အမိယုတ်သောသူအား မကောင်းသော စကားရှိ၏။ အဖယုတ်သောသူအား မကောင်းသော အမူအကျင့်ရှိ၏။ မိဘနှစ်ပါးစုံယုတ်မူ မကောင်းသော စကားလည်းရှိ၏။ မကောင်းသောအမူ အကျင့်လည်းရှိ၏။

မာတာသေဋ္ဌဿ သုဘာသာ၊ ပိတာသေဋ္ဌဿ သုကိရိယာ။ ဥဘော မာတာပိတာ သေဋ္ဌာ၊ သုဘာသာစ သုကိရိယာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အမိမြတ်သောသူအား ကောင်းသောစကားရှိ၏။
အဖမြတ်သောသူအား ကောင်းသောစကားရှိ၏။
မိဘနှစ်ပါးစုံမြတ်မူ ကောင်းသော စကားရှိ၏။
ကောင်းသော အမူအကျင့်လည်းရှိ၏။

(လင်္ကာ)။ ။အမိယုတ်လျှင်၊ စကားပင်၊ မှန်ပင်ကြမ်းတမ်း

၏။ အဖယုတ်လျှင်၊ လက်ခြေပင်၊ မှန်ပင် ကြမ်းတမ်း၏။ မိဘနှစ်ပါး၊ ယုတ်ညံ့ငြား၊ ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထား ကြမ်းတမ်း၏။ အမိမြတ်လျှင်၊ စကားပင်၊ မှန်ပင်နူးညံ့၏။ အဖမြတ်လျှင်၊ လက်ခြေပင်၊ မှန်ပင်နူးညံ့၏။ မိဘနှစ်ပါး၊ မြင့်မြတ်ငြား၊ ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထားနူးညံ့၏။

(သုဇန-၁၂/၁၃)

၂၇။ ဘုရားချီးမွမ်းကြောင်း အကျင့်

ကောဓံ ဝဓိတွာ န ကဒါစိ သောစတိ၊
မက္ခပ္ပဟာနံ ဣသယော ဝဏ္ဏယန္တိ။
သဗ္ဗေသံ ဝုတ္တံ ဖရုသံ ခမေထ၊
ဧတံ ခန္တိ ဥတ္တမ မာဟု သန္တော။

မြန်မာပြန်။ ။အမျက်ကို ဖျောက်နိုင်မှု တစ်ရံတစ်ဆစ်မျှ မစိုးရိမ်ရ။ သူ့ကျေးဇူးကို သိတတ်သောသူကို ဘုရားစသော သူတော်ကောင်းတို့ ချီးမွမ်းကုန်၏။ ခပ်သိမ်းသော သူတို့၏ ကြမ်းကြုတ်သော စကားကိုသည်းခံရာ၏။ ဤသို့ သည်းခံခြင်း ကိုမြတ်၏ ဟူ၍ ဘုရားစသော သူတော်ကောင်းတို့ ဆိုကြကုန်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ဒေါသတရား၊ ပယ်နိုင်ငြား၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။ ကျေးဇူးတရား၊ သိတတ်ငြား၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။ ကြမ်းတမ်းစကား၊

သည်းခံခြင်း၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။မြင့်မြတ်စိတ်ထား၊ ပြည့်ဝခြင်း၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။

(သုဇနေ-၁၇)

၂၈။ ဆုံးမစကား လိုက်နာပါ

ဩဝဒေယျာနုသာသေယျ၊ အသဗ္ဘာစ နိဝါရယေ။
သတံဟိ သော ပိယောဟောတိ၊ အသတံ ဟောတိ
အပ္ပိယော။

(မြန်မာပြန်)။ ။ဆုံးမသင့်သောအရာ၌ ဆုံးမရာ၏။ မပြတ်ဆုံးမရာ၏။ ယုတ်မာလှသော အကျင့်မှလည်း တားမြစ်ရာ၏။ ဆုံးမတတ်သောသူကို သူတော်ကောင်းတို့သည် ချစ်ခင်၏။ သူတော်မဟုတ် သူယုတ်မာတို့ကား မချစ်အပ်။

(လင်္ကာ)။ ။ မကောင်းကျင့်ကြံ၊ ဆုံးမပြန်၊ မှန်စွာ လိုက်နာသင့်ပါ၏။ မိဘဆရာ၊ ဆုံးမပါ၊ မှန်စွာလိုက်နာသင့်ပါ၏။ ဆုံးမတတ်သူ၊ ချစ်ခင်မှု၊ သူတော်ကောင်းပင် ဖြစ်ပါ၏။ ဆုံးမတတ်သူ၊ မချစ်မှု၊ သူယုတ်မာပင် ဖြစ်ပါ၏။

(သုဇနေ-၁၈)

၂၉။ အောင်မြင်ကြောင်း တရား

ဥတ္တမတ္တနိဝါတေန၊ သူရံ ဘေဒေန နိဇ္ဈယေ။
နီစံ အပ္ပကဒါနေန၊ ဝါယမေန သမံ ဇယေ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ကိုယ့်ထက်မြတ်သောသူကို ကိုယ့်ကိုနှိမ့်ချသဖြင့်အောင်ရာ၏။ ရဲရင့်သူကို စည်းလုံးမှု ပျက်စီးအောင်ပြုသဖြင့် အောင်ရာ၏။ ကိုယ့်အောက်နိမ့်သူကို တစိုးတစိပေးသဖြင့် အောင်ရာ၏။ ကိုယ်နှင့်တူသောသူကို လုံ့လပြု သဖြင့်အောင်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မြင့်မြတ်သူမှာ၊ နှိမ့်ချပါ၊ မုန်စွာအောင်ရာ၏။ ရဲရင့်သူမှာ၊ သင်းခွဲပါ၊ မုန်စွာ အောင်ရာ၏။ နိမ့်ကျသူမှာ၊ ပေးကမ်းပါ၊ မုန်စွာ အောင်ရာ၏။ တန်းတူသူမှာ၊ ကြိုးစားပါ၊ မုန်စွာအောင်ရာ၏။

(သုဇန -၂၀)

၃၀။ သံဃာ့ပစ္စည်း အဆိပ်သီး

န ဝိသံ ဝိသမိစ္စာဟု၊ ဓနံ သံဃဿ ဥစ္စတေ။
ဝိသံ ဧကံဝ ဟနတိ၊ သဗ္ဗံ သံဃဿ ဟနတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။လောက၌ ပကတိအဆိပ်ကို အဆိပ်ဟူ၍မဆိုကုန်။ သံဃာ၏ဥစ္စာကိုသာ အဆိပ်ဟု ဆိုအပ်၏။ အဆိပ်ကားတစ်ကြိမ်တစ်ခါ တစ်ဘဝသာ သတ်တတ်၏။ သံဃာ၏ ဥစ္စာပစ္စည်းကား အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် သတ်သတ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ လောကကြီးမှာ၊ အဆိပ်ဟာ၊ အဆိပ်မမည်ပါ။ သံဃာပိုင်မှာ၊ မြတ်ဥစ္စာ၊ မုန်စွာအဆိပ်ပါ။ အဆိပ်ကိုသာ၊

စားသုံးပါ၊ တစ်ဘဝသာ သေရမှာ။ သံဃာ့ပစ္စည်း၊ အဆိပ်သီး၊ အပြီးရှောင်ကြပါ။

(သုဓနေ-၂၁)

၃၁။ တွင်းရေပမာ ကျိုးများပါစေ

ခနမပ္ပမ္ပိ သာဓူနံ၊ ကူပေ ဝါရိဝ နိဿယော။

ဗဟုံ အပိ အသာဓူနံ၊ နစ ဝါရိဝ အဏ္ဏဝေ။

(မြန်မာပြန်)။ ။သူတော်ကောင်းတို့၏ဥစ္စာသည် အနည်းငယ်ဖြစ်သော်လည်း တွင်း၌ရေချိုကဲ့သို့ သူတစ်ပါး တို့ မှီခိုရာရ၏။ သူတော်မဟုတ် သူယုတ်တို့၏ ဥစ္စာသည် များသော်လည်း သမုဒ္ဒရာ၌ ဆားငန်ရည်ကဲ့သို့ သူတစ်ပါးတို့မှီရာမရ။

(လင်္ကာ)။ ။ သူတော်ကောင်းဥစ္စာ၊ အနည်းပါ၊ မှီခိုခြင်းငှာ ဖြစ်ပါ၏။ တွင်းရေပမာ၊ လူများစွာ၊ မှီခိုခြင်းငှာ ဖြစ်ပါ၏။ သူယုတ်ဥစ္စာ၊ များပြားပါ၊ မှီခိုခြင်းငှာ မဖြစ်ပါ။ သမုဒ္ဒရာ၊ ရေများပါ၊ မှီခိုခြင်းငှာ မဖြစ်ပါ။

(သုဓနေ -၂၃)

၃၂။ သူတော်ကောင်းဥစ္စာ အများချမ်းသာ

အာပံ ပိဝန္တိ နော နဇ္ဇာ၊ ရုက္ခာ ခါဒန္တိ နောဖလံ။

ဝဿန္တိ ကွစိ နော မေဃာ၊ ပရတ္ထာယ သတံ ဓနံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။မြစ်တို့သည် ရေကိုမသောက်ကုန်။ သစ်ပင်တို့သည် အသီးကိုမစားကုန်။ မိုးတို့သည် အချို့သော အရပ်၌သာ

ကွက်၍မရှာကုန်။ သူတော်ကောင်းတို့၏ ဥစ္စာသည် သူတစ်ပါး အကျိုးငှာသာဖြစ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မြစ်ချောင်းတို့မှာ၊ ရေကိုသာ၊ ပြန်ကာမသောက်ကုန်။ သစ်ပင်တို့မှာ၊ သစ်သီးသာ၊ ပြန်ကာမစားကုန်။ မိုးရေတို့မှာ၊ ရွာချတာ၊ အများချမ်းသာကုန်။ သူတော်ကောင်းဥစ္စာ၊ ပိုင်ဆိုင်တာ၊ အများ ချမ်းသာကုန်။

(သုဇနေ -၂၄)

၃၃။ မိုက်မှန်း မသိတာလူမိုက်ပါ

ယောဗာလော မညတိ ဗာလျံ၊ ပဏ္ဍိတော ဝါပိ တေန သော။

ဗာလောစ ပဏ္ဍိတမာနီ၊ သဝေ ဗာလောတိ ဝုစ္စတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အကြင်သူမိုက်သည် မိမိမိုက်သော အဖြစ်ကို သိ၏။ ထိုသို့ သိမြင်ခြင်းကြောင့် ထိုသူမိုက်သည် ပညာရှိမည် သေး၏။ အကြင်သူမိုက်သည်ကား မိုက်သူသာဖြစ်ပါလျက် မိမိကိုယ်ကို ပညာရှိဟု ထင်၏။ ထိုသူမိုက်ကို သာလျှင် စင်စစ်အားဖြင့် သူမိုက်ဟုဆိုအပ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မိမိမိုက်လျှင်၊ မိုက်မှန်းပင်၊ မှန်ပင်သိရမည်။ မိုက်မှန်းသိက၊ ပြင်နိုင်ကြ၊ ပညာရှိဟု ခေါ်ရ မည်။ မိမိမိုက်လျှင်၊

မိုက်မှန်းပင်၊ မှန်ပင်မသိပြီ။ မိမိမိုက်တာ၊ မသိပါ၊ မှတ်ပါ သူမိုက်မည်။

(ဗာလဒွန္နေ-၃)

၃၄။ တရားမသိ သံသရာရှည်

ဒီဃာ ဇာဂရတော ရတ္တိ၊ ဒီဃံ သန္တဿ ယောဇနံ။

ဒီဃော ဗာလာနံ သံသာရော၊ သဒ္ဓမ္မံ အဝိဇာနတံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။နိုးကြားသောသူအား ညဥ့်သည်ရှည်၏။ ခရီးပန်းသောသူအား တစ်ယူဇနာ ခရီးသည်ရှည်၏။ သူတော်ကောင်းတရားကို မသိကုန်သော သူမိုက်တို့အား သံသရာသည် ရှည်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ အိပ်မပျော်ရှာ၊ ထိုသူမှာ၊ ညဥ့်တာရှည်လှပါ။ ပင်ပန်းသူမှာ၊ ခရီးတာ၊ လွန်စွာ ရှည်လှပါ။ သူတော်ကောင်းတရား၊ မသိငြား၊ ရှည်လျား သံသရာ။တရားမသိငြား၊ လူမိုက်များ၊ ရှည်လျားသံသရာ။

(ဗာလဒွန္နေ -၇)

၃၅။ ကိုယ့်အပြစ်ကိုယ်မမြင်တာ သူယုတ်မာ

တိလမတ္တံ ပရေသံ၀၊ အပ္ပဒေါသဥ္စ ပဿတိ။

နာဠိကေရမ္ပိ သဒေါသံ၊ ခလ ဇာတော န ပဿတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ယုတ်မာသော စိတ်သဘောရှိသူသည် သူတစ်ပါး၏ နှမ်းစေ့သဖွယ် သေးငယ်သော အပြစ်ကိုပင်

မြင်တတ်၏။ မိမိအပြစ်ကိုမူကား အုန်းသီးသဖွယ် ကြီးကျယ်သော်လည်း မမြင်တတ်။

(လင်္ကာ)။ ။ယုတ်မာသူများ၊ သူတစ်ပါး၊ အပြစ်များများ မြင်တတ်၏။ နှမ်းစေ့ပမာ၊ အပြစ်သာ၊ ဖွေရှာမြင်တတ်၏။ ကိုယ့်အပြစ်လျှင်၊ အုန်းသီးပင်၊ မှန်ပင်မမြင် ဖြစ်တတ်၏။

(ဗာလဒုန္ဓနှ-၈)

၃၆။ အောင်မြင်အောင် စည်းရုံးနည်း

လုဒ္ဓံ အတ္ထေန ဂဏှေယျ၊ ထဒ္ဓံ အဉ္ဇလိကမ္မုနာ။
ဆန္ဒာနုဝတ္တိယာ မူဠံ၊ ယထာဘူတေန ပဏ္ဍိတံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အလိုကြီးသောသူကို တံစိုးလက်ဆောင်ပေးခြင်းဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။ ခက်ထန်သောသူကို လက်အုပ်ချီခြင်းဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။ သူမိုက်ကိုကား အလိုလိုက်သဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။ ပညာရှိကိုမူ အဟုတ်အမှန်တိုင်း ပြုခြင်းဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။လိုချင်သူမှာ၊ လက်ဆောင်သာ၊ ပေးကမ်း၍သာ စည်းရုံးပါ။ မာန်ကြီးသူမှာ၊ လက်အုပ်သာ၊ နှိမ့်ချ၍သာ စည်းရုံးပါ။ မိုက်မဲသူမှာ၊ အကြိုက်သာ၊ လိုက်လျော၍သာ စည်းရုံးပါ။ ပညာရှိမှာ၊ ဟုတ်မှန်တာ၊ ပြောပြကြကာ စည်းရုံးပါ။

(ဗာလဒုန္ဓနှ-၁၁)

၃၇။ အကျိုးဆောင်လျှင် မိတ်ဆွေပင်

ဟိတကာရော ပရော ဗန္ဓု၊ ဗန္ဓုပိ အဟိတော ပရော။
အဟိတော ဒေဟဇော ဗျာဓိ၊ ဟိတံ အာရညမောသဓံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက်သည်ရှိသော် ရန်သူသည်လည်းမိတ်ဆွေမည်၏။ အကျိုးစီးပွားကို မဆောင်မူ မိတ်ဆွေသည်လည်း ရန်သူမည်၏။ အနာရောဂါသည် ခန္ဓာကိုယ်၌ ဖြစ်လျက် အကျိုးမဲ့ကို ပြုတတ်၏။ ဆေးကား တော၌ ဖြစ်လျက် လူ၏အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ အကျိုးဆောင်လျှင်၊ ရန်သူပင်၊ မှန်ပင် မိတ်ဆွေပါ။ အကျိုးမဆောင်လျှင်၊ မိတ်ဆွေပင်၊ မှန်ပင် ရန်သူပါ။ ကိုယ်မှာ ဖြစ်ငြား၊ အနာများ၊ စီးပွားမဆောင်ပါ။ တောမှာ ဖြစ်ငြား၊ ထိုဆေးဝါး၊ စီးပွားဆောင်လှပါ။

(မိတ္တ-၁)

၃၈။ စိတ်ဓာတ်ကို သိနိုင်ပုံ

ဇာနေယျ ပေသေန ဘစ္စံ၊ ဗန္ဓဝမ္ပိ ဘယာ ဂတေ။
အပ္ပကာသု တထာ မိတ္တံ၊ ဒါရဉ္စ ဝိဘဝက္ခယေ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ ကျွန်သူခစားကို ခိုင်းကြည့်မှသာလျှင် ကောင်း မကောင်းကို သိရာ၏။ ဆွေမျိုးကိုလည်း ဘေး ရောက်သောအခါ၌ ကောင်းမကောင်းကို၊ ခင်ပွန်းကိုလည်း

ဥစ္စာနည်းသောအခါတို့၌ ကောင်းမကောင်းသိရာ၏။ မယားကို လည်း စည်းစိမ်ကုန်မှကောင်းမကောင်း သိရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ခိုင်းကြည့်သောအခါ၊ လက်အောက်မှာ၊ စိတ်ဓာတ်ကိုသာ သိရာ၏။ ဘေးရောက်သောအခါ၊ ဆွေမျိုးမှာ၊ စိတ်ဓာတ်ကိုသာ သိရာ၏။ ပျက်စီးသောအခါ၊ မိတ်ဆွေမှာ၊ စိတ်ဓာတ်ကို သာသိရာ၏။ ဥစ္စာ ကုန်ခါ၊ မယားမှာ၊ စိတ် ဓာတ်ကိုသာ သိရာ၏။

(မိတ္တ-၄)

၃၉။ ချစ်လျှင်မိတ်ဆွေ မုန်းလျှင်ရန်သူ

နဝိဿသေ အမိတ္တဿ၊ မိတ္တဿာပိ န ဝိဿသေ။
ကဒါစိ ကုပိတော မိတ္တော၊ သဗ္ဗဒေါသံ ပကာသတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ရန်သူကို အကျွမ်းမဝင်ရာ။ မိတ်ဆွေကိုလည်း အလွန်အမင်းအကျွမ်းမဝင်ရာ။ တစ်ရံတစ်ခါ မိတ်ဆွေသည် အမျက်ထွက်လတ်သော် ခပ်သိမ်းသော အပြစ်ကို ထုတ်ဖော် ပြတတ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ရန်သူ၌တွင်၊ အလျှင်းပင်၊ အကျွမ်းမဝင်ရာ။ မိတ်ဆွေကိုပင်၊ အလွန်ပင်၊ အကျွမ်းမဝင်ရာ။ ချစ်သောအခါ၊ မိတ်ဆွေပါ၊ မုန်းခါ ရန်သူပါ။ ဒေါသထွက်ခါ၊ မိတ်ဆွေမှာ၊ အပြစ်ပြောတတ်ပါ။

(မိတ္တ-၆)

၄၀။ စိတ်နှလုံးပုပ်သူ ရှောင်ကြဉ်ပါ

ပဒုမံဝ မုခံ ယဿ၊ ဝါစာ စန္ဒန သီတလာ။
တာဒိသံ နောပသေဝယျ၊ ဟဒယေတု ဟလာဟလံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ အကြင်သူ၏ မျက်နှာကား ပဒုမ္မာကြာကဲ့သို့ ရွှင်လန်း၏။ ဆိုသော စကားသည် စန္ဒကူးကဲ့သို့ ချမ်းအေး၏။ စိတ်နှလုံးမှာမူကား လျင်စွာ သေစေတတ်သော အဆိပ်နှင့်တူ၏။ ထိုသို့ သဘောထားရှိသူကို မပေါင်းသင်းရာ။

(လင်္ကာ)။ ။ ကြာပန်းပမာ၊မျက်နှာမှာ၊ ကောင်းစွာလှပ၏။ စန္ဒကူးပမာ၊ စကားမှာ၊ ကောင်းစွာ အေးချမ်း၏။ နှလုံးသားမှာ၊ မကောင်းပါ။ အဆိပ်ပမာရှိပါ၏။ အပြင်ကယုတ်၊ အတွင်းပုပ်၊ ပေါင်းဖော်မလုပ် ရှောင်ရာ၏။

(မိတ္တ-၁၀)

၄၁။ လူမိုက်ကိုရှောင်ပါ

သိင်္ဂီ ပညာသဟတ္တေန၊ သတေန ဝါဇိနံ ဝဇ္ဇေ။
ဟတ္ထိံ ဒန္တိံ သဟဿေန၊ ဒေသစာဂေန ဒုဇ္ဇနံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ ဦးချိုရှိသော သတ္တဝါကို အတောင်ငါးဆယ် ဝေးသော အရပ်မှရှောင်ရာ၏။ မြင်းကိုကား အတောင်တစ်ရာ ဝေးကွာသော အရပ်မှရှောင်ရာ၏။ အစွယ်ရှိသော ဆင်ကိုမူ

အတောင် တစ်ထောင်ဝေးသော အရပ်မှရှောင်ရာ၏။ သူယုတ်မာကိုကား အရပ်ဒေသကိုပင် စွန့်ခွာသဖြင့် ရှောင်ကြဉ်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ဦးချိုသတ္တဝါ၊ ငါးဆယ်မှာ၊ ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ပါ။ မြင်းသတ္တဝါ၊ တောင်တစ်ရာ၊ ဝေးစွာ ရှောင်ကြဉ်ပါ။ ဆင်သတ္တဝါ၊ တစ်ထောင်မှာ၊ ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ပါ။ မကောင်းသူမှာ၊ အရပ်သာ၊ စွန့်ခွာရှောင်ကြဉ်ပါ။

(မိတ္တ-၁၂)

၄၂။ မိတ်ဆွေကောင်းဆိုသည်မှာ

ရောဂါတုရေစ ဒုဗ္ဘိက္ခေ၊ ဗျသနေစ သတ္တုဂ္ဂဟေ။
ရာဇဒွါရေ သုသာနေ စ၊ ယေ တိဋ္ဌန္တိ သုမိတ္တကာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ အနာနှိပ်စက်သောအခါ၊ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးသောအခါ၊ စည်းစိမ်ပျက်သောအခါ၊ ရန်သူဖမ်းမိသောအခါ၊ မင်းအိမ်တံခါး(တရားရုံး)၌၊ အမှုဆိုင်ရသောအခါ၊ အကောင်ပုပ်ကို မြှုပ်နှံပြာချ သုသာန်ကိစ္စကြုံသောအခါတို့၌ ရပ်တည်ကူညီသောသူသည် မိတ်ဆွေကောင်းမည်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မကျန်းမာခါ၊ ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါ မိတ်ဆွေမည်။ ငတ်မွတ်သောအခါ၊ ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။ ဆင်းရဲသောအခါ၊ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။ အကျဉ်းကျခါ

ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။ နာရေးရှိခါ၊ ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။

(မိတ္တ-၁၄)

၄၃။ လမင်းလေးလို ကျင့်ကြံပါ

သီတဝါစော ဗဟုမိတ္တော၊ ဖရုသော အပ္ပမိတ္တကော။

ဥပမံ ဧတ္ထ ဉာတဗ္ဗံ၊ သူရိယစန္ဒရာဇူနံ

(မြန်မာပြန်)။ ။ နူတ်ချွန်းချိုသော စကားရှိသော သူသည် များသော အဆွေခင်ပွန်းရှိ၏။ ကြမ်းကြုတ်သောသူသည် နည်းသော အဆွေခင်ပွန်းရှိ၏။ နေမင်း၊ လမင်းတို့ ၏ ဥပမာကို ဤအရာ၌ သိအပ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ချိုသောစကား၊ ပြောသူများ၊ မိတ်ဆွေပေါများ၏။ ကြမ်းတမ်းစကား၊ ပြောသူများ၊ မိတ်ဆွေနည်းပါး၏။ လမင်းပမာ၊ အေးမြပါ၊ မှန်စွာ လူချစ်၏။ နေမင်းပမာ၊ ပူပြင်းပါ၊ မှန်စွာ လူမုန်း၏။

၄၄။ အလိုရှိရာ ကျင့်ကြံပါ

ဓနမိစ္ဆေယျ ဝါဏိဇ္ဇေ၊ ဝိဇ္ဇမိစ္ဆေ ဘဇေ သုတံ။

ပုတ္တ မိစ္ဆေ တရုဏိတ္ထိံ၊ ရာဇမစ္စံ ဝသံ ဂမေ။

မြန်မာပြန်။ ။လောက၌ဥစ္စာကို အလိုရှိမူ ကုန်သွယ်ရာ၏။ အတတ်ပညာကိုအလိုရှိမူ အကြားအမြင်များသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို

ဆည်းကပ်ရာ၏။ သားသမီးကို အလိုရှိမူ မိန်းမငယ်ကို ထိမ်းမြားပေါင်း သင်းနေရာ၏။ မင်းအမတ်ဖြစ်ခြင်းကို အလို ရှိမူ မင်းအလိုသို့ လိုက်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ချမ်းသာလိုလျှင်၊ ကုန်သည်ပင်၊ မှန်ပင်လုပ် ဆောင်ပါ။ အတတ်လိုလျှင်၊ တတ်သူပင်၊ မှန်ပင်ဆည်းကပ်ပါ။ သားကိုလိုလျှင်၊ မိန်းမပင်၊ မှန်ပင်ပေါင်းသင်းပါ။ ရာထူးလိုလျှင်၊ မင်းကိုပင်၊ မှန်ပင် ချဉ်းကပ်ပါ။

(ရာဇ-၅)

၄၅။ ပျက်စီးကြောင်း တရားများ

နဋ္ဌော ယတိ အသန္တုဋ္ဌော၊ မဟီပတိစ သန္တုဋ္ဌော။

နဋ္ဌာ လဇ္ဇာ စ ဂဏိကာ၊ နိလ္လဇ္ဇာ စ ကုလဓီတာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ ရဟန်းသည် မရောင့်ရဲမူ ပျက်စီးတတ်၏။ မင်းသည် ရောင့်ရဲမူပျက်စီးတတ်၏။ ပြည့်တန်ဆာမသည် ရှက်တတ်မူပျက်စီးတတ်၏။ အမျိုးကောင်းသမီးသည် မရှက် တတ်မူ ပျက်စီးတတ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ရဟန်းတို့မှာ၊ မရောင့်ရဲပါ၊မှန်စွာ ပျက်စီး၏။ ပြည့်ရှင်မင်းမှာ၊ ရောင့်ရဲပါ၊ မှန်စွာ ပျက်စီး၏။ ပြည့်တန်ဆာမှာ၊ ရှက်တတ်ပါ။ မှန်စွာ ပျက်စီး၏။ မိန်းမကောင်းမှာ၊ မရှက်ပါ။ မှန်စွာ ပျက်စီး၏။

(ရာဇ-၆)

(လင်္ကာ)။ ။စန္ဒကူးမှာ၊ ခြောက်သွေ့ပါ၊ မွှေးရနံ့ကိုမစွန့်ပါ။ ဆင်ပြောင်ကြီးဟာ၊ စစ်မြေပြင်မှာ၊ တင့်တယ်ခြင်းကို မစွန့်ပါ။ ကြံဟူသည်မှာ၊ စက်ဝမှာ၊ ချိုမြိန်တာကို မစွန့်ပါ။ သူတော်ကောင်းမှာ၊ ဆင်းရဲပါ၊ တရားကိုသာ မစွန့်ပါ။

(သုဓန-၅)

၂၃။ သူတော်ကောင်းစကား အချမ်းမြေ့ဆုံး

စန္ဒနံ သီတလံ လောကေ၊ တတော စန္ဒံ ဝ သီတလံ။
စန္ဒ စန္ဒန သီတမှာ၊ သာဓုဝါကျံ သုဘာသိတံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။လောက၌စန္ဒကူးသည် ချမ်းမြေ့၏၊ ထိုစန္ဒကူးထက် လရောင်သည် ပို၍ချမ်းမြေ့၏။ လနှင့်စန္ဒကူးတို့ချမ်းမြေ့သည်ထက် ကောင်းစွာဆိုအပ်သော သူတော်ကောင်းတို့၏စကားသည် ပို၍ချမ်းမြေ့၏။

(လင်္ကာ)။ ။ စန္ဒကူးဟာ၊ လောကမှာ၊ မှန်စွာ ချမ်းမြေ့၏။ စန္ဒကူးမှာ၊ လက-သာ၊ ပိုကာချမ်းမြေ့၏။ လမင်းထက်သာ၊ စကားမှာ၊ ပိုကာချမ်းမြေ့၏။ သူတော်ကောင်းများ၊ ဆိုစကား၊ အားလုံးချမ်းမြေ့၏။

(သုဓန-၈)

၂၄။ တရားရိပ်က အအေးမြဆုံး

သုခါ ရုက္ခဿ ဆာယာစ၊ တတော ဉာတိ မာတာ ပိတု။ တတော အာစရိယော ရညော၊ တတော ဗုဒ္ဓဿ နေကဓာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။လောက၌သစ်ပင်ရိပ်သည် ချမ်းသာ၏။ ထိုသစ်ပင်ရိပ်ထက် ဆွေမျိုးမိဘတို့၏အရိပ်သည် ပို၍ချမ်းသာ၏။ ထိုဆွေမျိုးမိဘတို့၏ အရိပ်ထက် ဆရာသမားတို့၏အရိပ်သည် ပို၍ချမ်းသာ၏။ ထိုဆရာသမား၏အရိပ်ထက် မင်း၏အရိပ်သည် ပို၍ချမ်းသာ၏။ ထိုမင်း၏အရိပ်ထက် မြတ်စွာဘုရား၏ အရိပ်ဟုဆိုအပ်သော တရားတော်သည် များသောအပြားအားဖြင့် ပို၍ချမ်းသာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။သစ်ပင်ရိပ်မှာ၊ လွန်ချမ်းသာ၊ မှန်စွာအေးမြ၏။ သစ်ပင်ထက်သာ၊ ဆွေမျိုးမှာ၊ ပိုကာအေးမြ၏။ ဆွေမျိုးထက်သာ၊ မိဘမှာ၊ ပိုကာအေးမြ၏။ မိဘထက်သာ၊ တရားမှာ၊ ပိုကာအေးမြ၏။ တရားရိပ်သာ၊ လောကမှာ၊ အအေးဆုံးသာဖြစ်ပါ၏။

(သုဓနေ-၁၀)

၂၅။ ပျားလိုလူနှင့် ယင်လိုလူ

ဘမရာ ပုပ္ဖမိစ္ဆန္တိ၊ ဂုဏာ မိစ္ဆန္တိ သဇ္ဇနာ။
မက္ခိကာ ပုတိမိစ္ဆန္တိ၊ ဒေါသမိစ္ဆန္တိ ဒုဇ္ဇနာ။

မြန်မာပြန်။ ။ ပျားပိတုန်းတို့သည် ပန်းကို အလိုရှိကြကုန်၏။ သူတော်ကောင်းတို့သည် ဂုဏ်ကျေးဇူးကို အလိုရှိကုန်၏။ ယင်တို့သည် အပုပ်ကို အလိုရှိကုန်၏။ သူယုတ်တို့သည် အမျက်ကို အလိုရှိကုန်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ပျားပိတုန်းတို့မှာ၊ ပန်းကိုသာ၊ မှန်စွာအလိုရှိ။ သူတော်ကောင်းမှာ၊ ဂုဏ်ကိုသာ၊ မှန်စွာ အလိုရှိ။ ယင်ကောင်တို့မှာ၊ အပုပ်သာ၊ မှန်စွာအလိုရှိ။ သူယုတ်တို့မှာ၊ အပြစ်သာ၊ မှန်စွာ အလိုရှိ။

(သုဓနေ-၁၁)

၂၆။ မိဘနှစ်ပါးယုတ်ညံ့လျှင်

မာတာဟီနဿ ဒုဗ္ဘာသာ၊ ပိတာဟီနဿ ဒုက္ကိရိယာ။
ဥဘော မာတာပိတာ ဟီနာ၊ ဒုဗ္ဘာသာစ ဒုက္ကိရိယာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ အမိယုတ်သောသူအား မကောင်းသော စကားရှိ၏။ အဖယုတ်သောသူအား မကောင်းသော အမူအကျင့်ရှိ၏။ မိဘနှစ်ပါးစုံယုတ်မူ မကောင်းသော စကားလည်းရှိ၏။ မကောင်းသောအမူ အကျင့်လည်းရှိ၏။

မာတာသေဋ္ဌဿ သုဘာသာ၊ ပိတာသေဋ္ဌဿ သုကိရိယာ။ ဥဘော မာတာပိတာ သေဋ္ဌာ၊ သုဘာသာစ သုကိရိယာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အမိမြတ်သောသူအား ကောင်းသောစကားရှိ၏။
အဖမြတ်သောသူအား ကောင်းသောစကားရှိ၏။
မိဘနှစ်ပါးစုံမြတ်မူ ကောင်းသော စကားရှိ၏။
ကောင်းသော အမူအကျင့်လည်းရှိ၏။

(လင်္ကာ)။ ။အမိယုတ်လျှင်၊ စကားပင်၊ မှန်ပင်ကြမ်းတမ်း

၏။ အဖယုတ်လျှင်၊ လက်ခြေပင်၊ မှန်ပင် ကြမ်းတမ်း၏။ မိဘနှစ်ပါး၊ ယုတ်ညံ့ငြား၊ ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထား ကြမ်းတမ်း၏။ အမိမြတ်လျှင်၊ စကားပင်၊ မှန်ပင်နူးညံ့၏။ အဖမြတ်လျှင်၊ လက်ခြေပင်၊ မှန်ပင်နူးညံ့၏။ မိဘနှစ်ပါး၊ မြင့်မြတ်ငြား၊ ကိုယ်နှုတ်စိတ်ထားနူးညံ့၏။

(သုဇန-၁၂/၁၃)

၂၇။ ဘုရားချီးမွမ်းကြောင်း အကျင့်

ကောခံ ဝဓိတ္ဝာ န ကဒါစိ သောစတိ၊
မက္ခပ္ပဟာနံ ဣသယော ဝဏ္ဏယန္တိ။
သဗ္ဗေသံ ဝုတ္တံ ဖရုသံ ခမေထ၊
ဧဝံ ခန္တိ ဥတ္တမ မာဟု သန္တော။

မြန်မာပြန်။ ။အမျက်ကို ဖျောက်နိုင်မှု တစ်ရံတစ်ဆစ်မျှ မစိုးရိမ်ရ။ သူ့ကျေးဇူးကို သိတတ်သောသူကို ဘုရားစသော သူတော်ကောင်းတို့ ချီးမွမ်းကုန်၏။ ခပ်သိမ်းသော သူတို့၏ ကြမ်းကြုတ်သော စကားကိုသည်းခံရာ၏။ ဤသို့ သည်းခံခြင်း ကိုမြတ်၏ ဟူ၍ ဘုရားစသော သူတော်ကောင်းတို့ ဆိုကြကုန်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ဒေါသတရား၊ ပယ်နိုင်ငြား၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။ ကျေးဇူးတရား၊ သိတတ်ငြား၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။ ကြမ်းတမ်းစကား၊

သည်းခံခြင်း၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။မြင့်မြတ်စိတ်ထား၊ ပြည့်ဝခြင်း၊ ဘုရားချီးမွမ်း၏။

(သုဇန-၁၇)

၂၈။ ဆုံးမစကား လိုက်နာပါ

ဩဝဒေယျာနုသာသေယျ၊ အသဗ္ဘာစ နိဝါရယေ။
သတံဟိ သော ပိယောဟောတိ၊ အသတံ ဟောတိ အပ္ပိယော။

(မြန်မာပြန်)။ ။ဆုံးမသင့်သောအရာ၌ ဆုံးမရာ၏။ မပြတ်ဆုံးမရာ၏။ ယုတ်မာလှသော အကျင့်မှလည်း တားမြစ်ရာ၏။ ဆုံးမတတ်သောသူကို သူတော်ကောင်းတို့သည် ချစ်ခင်၏။ သူတော်မဟုတ် သူယုတ်မာတို့ကား မချစ်အပ်။

(လင်္ကာ)။ ။ မကောင်းကျင့်ကြံ၊ ဆုံးမပြန်၊ မှန်စွာ လိုက်နာသင့်ပါ၏။ မိဘဆရာ၊ ဆုံးမပါ၊ မှန်စွာလိုက်နာသင့်ပါ၏။ ဆုံးမတတ်သူ၊ ချစ်ခင်မှု၊ သူတော်ကောင်းပင် ဖြစ်ပါ၏။ ဆုံးမတတ်သူ၊ မချစ်မှု၊ သူယုတ်မာပင် ဖြစ်ပါ၏။

(သုဇန-၁၉)

၂၉။ အောင်မြင်ကြောင်း တရား

ဥတ္တမတ္တနိဝါတေန၊ သူရံ ဘေဒေန နိဇ္ဇယေ။
နီစံ အပ္ပကဒါနေန၊ ဝါယမေန သမံ ဇယေ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ကိုယ့်ထက်မြတ်သောသူကို ကိုယ့်ကိုနှိမ့်ချသဖြင့်အောင်ရာ၏။ ရဲရင့်သူကို စည်းလုံးမှု ပျက်စီးအောင်ပြုသဖြင့် အောင်ရာ၏။ ကိုယ့်အောက်နိမ့်သူကို တစုံးတစိပေးသဖြင့် အောင်ရာ၏။ ကိုယ်နှင့်တူသောသူကို လုံ့လပြု သဖြင့်အောင်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မြင့်မြတ်သူမှာ၊ နှိမ့်ချပါ၊ မှန်စွာအောင်ရာ၏။ ရဲရင့်သူမှာ၊ သင်းခွဲပါ၊ မှန်စွာ အောင်ရာ၏။ နိမ့်ကျသူမှာ၊ ပေးကမ်းပါ၊ မှန်စွာ အောင်ရာ၏။ တန်းတူသူမှာ၊ ကြိုးစားပါ၊ မှန်စွာအောင်ရာ၏။

(သုဇန -၂၀)

၃၀။ သံဃာ့ပစ္စည်း အဆိပ်သီး

န ဝိသံ ဝိသမိစ္စာဟု၊ ဓနံ သံဃဿ ဥစ္စတေ။

ဝိသံ ဧကံဝ ဟနတိ၊ သဗ္ဗံ သံဃဿ ဟနတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။လောက၌ ပကတိအဆိပ်ကို အဆိပ်ဟူ၍ မဆိုကုန်။ သံဃာ၏ဥစ္စာကိုသာ အဆိပ်ဟု ဆိုအပ်၏။ အဆိပ်ကားတစ်ကြိမ်တစ်ခါ တစ်ဘဝသာ သတ်တတ်၏။ သံဃာ၏ ဥစ္စာပစ္စည်းကား အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် သတ်သတ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ လောကကြီးမှာ၊ အဆိပ်ဟာ၊ အဆိပ်မမည်ပါ။ သံဃာပိုင်မှာ၊ မြတ်ဥစ္စာ၊ မှန်စွာအဆိပ်ပါ။ အဆိပ်ကိုသာ၊

စားသုံးပါ၊ တစ်ဘဝသာ သေရမှာ။ သံဃာ့ပစ္စည်း၊ အဆိပ်သီး၊ အပြီးရှောင်ကြပါ။

(သုဇန-၂၁)

၃၁။ တွင်းရေပမာ ကျိုးများပါစေ

ခုနမပ္ပမ္ပိ သာရူနံ၊ ကူပေ ဝါရိဝ နိဿယော။

ဗဟုံ အပိ အသာရူနံ၊ နစ ဝါရိဝ အဏ္ဏဝေ။

(မြန်မာပြန်)။ ။သူတော်ကောင်းတို့၏ဥစ္စာသည် အနည်းငယ်ဖြစ်သော်လည်း တွင်း၌ရေချိုကဲ့သို့ သူတစ်ပါး တို့ မှီခိုရာရ၏။ သူတော်မဟုတ် သူယုတ်တို့၏ ဥစ္စာသည် များသော်လည်း သမုဒ္ဒရာ၌ ဆားငန်ရည်ကဲ့သို့ သူတစ်ပါးတို့မှီရာမရ။

(လင်္ကာ)။ ။ သူတော်ကောင်းဥစ္စာ၊ အနည်းပါ၊ မှီခိုခြင်းငှာ ဖြစ်ပါ၏။ တွင်းရေပမာ၊ လူများစွာ၊ မှီခိုခြင်းငှာ ဖြစ်ပါ၏။ သူယုတ်ဥစ္စာ၊ များပြားပါ၊ မှီခိုခြင်းငှာ မဖြစ်ပါ။ သမုဒ္ဒရာ၊ ရေများပါ၊ မှီခိုခြင်းငှာ မဖြစ်ပါ။

(သုဇန -၂၃)

၃၂။ သူတော်ကောင်းဥစ္စာ အများချမ်းသာ

အာပံ ပိဝန္တိ နော နဇ္ဇာ၊ ရက္ခာ ခါဒန္တိ နောဖလံ။

ဝဿန္တိ ကွစိ နော မေဃာ၊ ပရတ္ထာယ သတံ ဓနံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။မြစ်တို့သည် ရေကိုမသောက်ကုန်။ သစ်ပင်တို့သည် အသီးကိုမစားကုန်။ မိုးတို့သည် အချို့သော အရပ်၌သာ

ကွက်၍မရှာကုန်။ သူတော်ကောင်းတို့၏ ဥစ္စာသည် သူတစ်ပါး အကျိုးငှာသာဖြစ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မြစ်ချောင်းတို့မှာ၊ ရေကိုသာ၊ ပြန်ကာမသောက်ကုန်။ သစ်ပင်တို့မှာ၊ သစ်သီးသာ၊ ပြန်ကာမစားကုန်။ မိုးရေတို့မှာ၊ ရွာချတာ၊ အများချမ်းသာကုန်။ သူတော်ကောင်းဥစ္စာ၊ ပိုင်ဆိုင်တာ၊ အများ ချမ်းသာကုန်။

(သုဇနေ -၂၄)

၃၃။ မိုက်မှန်း မသိတာလူမိုက်ပါ

ယောဗာလော မညတိ ဗာလျံ၊ ပဏ္ဍိတော ဝါပိ တေန သော။

ဗာလောစ ပဏ္ဍိတမာနီ၊ သဝေ ဗာလောတိ ဝုစ္စတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အကြင်သူမိုက်သည် မိမိမိုက်သော အဖြစ်ကို သိ၏။ ထိုသို့ သိမြင်ခြင်းကြောင့် ထိုသူမိုက်သည် ပညာရှိမည်သေး၏။ အကြင်သူမိုက်သည်ကား မိုက်သူသာဖြစ်ပါလျက် မိမိကိုယ်ကို ပညာရှိဟုထင်၏။ ထိုသူမိုက်ကိုသာလျှင် စင်စစ်အားဖြင့် သူမိုက်ဟုဆိုအပ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မိမိမိုက်လျှင်၊ မိုက်မှန်းပင်၊ မှန်ပင်သိရမည်။ မိုက်မှန်းသိက၊ ပြင်နိုင်ကြ၊ ပညာရှိဟု ခေါ်ရ မည်။ မိမိမိုက်လျှင်၊

မိုက်မှန်းပင်၊ မှန်ပင်မသိပြီ။ မိမိမိုက်တာ၊ မသိပါ၊ မှတ်ပါ သူမိုက်မည်။

(ဗာလဒုန္နက-၃)

၃၄။ တရားမသိ သံသရာရှည်

ဒီဃာ ဇာဂရတော ရတ္တိ၊ ဒီဃံ သန္တဿ ယောဇနံ။
ဒီဃော ဗာလာနံ သံသာရော၊ သဒ္ဓမ္မံ အဝိဇာနတံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။နိုးကြားသောသူအား ညဥ့်သည်ရှည်၏။ ခရီးပန်းသောသူအား တစ်ယူဇနာ ခရီးသည်ရှည်၏။ သူတော်ကောင်းတရားကို မသိကုန်သော သူမိုက်တို့အား သံသရာသည် ရှည်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ အိပ်မပျော်ရှာ၊ ထိုသူမှာ၊ ညဥ့်တာရှည်လှပါ။ ပင်ပန်းသူမှာ၊ ခရီးတာ၊ လွန်စွာ ရှည်လှပါ။ သူတော်ကောင်းတရား၊ မသိငြား၊ ရှည်လျား သံသရာ။တရားမသိငြား၊ လူမိုက်များ၊ ရှည်လျားသံသရာ။

(ဗာလဒုန္နက -၇)

၃၅။ ကိုယ့်အပြစ်ကိုယ်မမြင်တာ သူယုတ်မာ

တိလမတ္တံ ပရေသံဝ၊ အပ္ပဒေါသဥ္စ ပဿတိ။
နာဠိကေရမ္ပိ သဒေါသံ၊ ခလ ဇာတော န ပဿတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ယုတ်မာသော စိတ်သဘောရှိသူသည် သူတစ်ပါး၏ နှမ်းစေ့သဖွယ် သေးငယ်သော အပြစ်ကိုပင်

မြင်တတ်၏။ မိမိအပြစ်ကိုမူကား အုန်းသီးသဖွယ် ကြီးကျယ်သော်လည်း မမြင်တတ်။

(လင်္ကာ)။ ။ယုတ်မာသူများ၊ သူတစ်ပါး၊ အပြစ်များများ မြင်တတ်၏။ နှမ်းစေ့ပမာ၊ အပြစ်သာ၊ ဖွေရှာမြင်တတ်၏။ ကိုယ့်အပြစ်လျှင်၊ အုန်းသီးပင်၊ မှန်ပင်မမြင် ဖြစ်တတ်၏။

(ဗာလဒုန္ဒနေ-၈)

၃၆။ အောင်မြင်အောင် စည်းရုံးနည်း

လုဒ္ဓံ အတ္ထေန ဂဏှေယျ၊ ထဒ္ဓံ အဉ္စလိကမ္မုနာ။

ဆန္ဒာနုဝတ္တိယာ မူဠ္ဟံ၊ ယထာဘူတေန ပဏ္ဍိတံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အလိုကြီးသောသူကို တံစိုးလက်ဆောင်ပေးခြင်းဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။ ခက်ထန်သောသူကို လက်အုပ်ချီခြင်းဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။ သူမိုက်ကိုကား အလိုလိုက်သဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။ ပညာရှိကိုမူ အဟုတ်အမှန်တိုင်း ပြုခြင်းဖြင့် သိမ်းပိုက်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။လိုချင်သူမှာ၊ လက်ဆောင်သာ၊ ပေးကမ်း၍သာ စည်းရုံးပါ။ မာန်ကြီးသူမှာ၊ လက်အုပ်သာ၊ နှိမ့်ချ၍သာ စည်းရုံးပါ။ မိုက်မဲသူမှာ၊ အကြိုက်သာ၊ လိုက်လျော၍သာ စည်းရုံးပါ။ ပညာရှိမှာ၊ ဟုတ်မှန်တာ၊ ပြောပြကြကာ စည်းရုံးပါ။

(ဗာလဒုန္ဒနေ-၁၁)

၃၇။ အကျိုးဆောင်လျှင် မိတ်ဆွေပင်

ဟိတကာရော ပရော ဗန္ဓု၊ ဗန္ဓုပိ အဟိတော ပရော။
အဟိတော ဒေဟဇော ဗျာဓိ၊ ဟိတံ အာရညမောသဓံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက်သည်ရှိသော် ရန်သူသည်လည်းမိတ်ဆွေမည်၏။ အကျိုးစီးပွားကို မဆောင်မူ မိတ်ဆွေသည်လည်း ရန်သူမည်၏။ အနာရောဂါသည် ခန္ဓာကိုယ်၌ ဖြစ်လျက် အကျိုးမဲ့ကို ပြုတတ်၏။ ဆေးကား တော၌ ဖြစ်လျက် လူ၏အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ အကျိုးဆောင်လျှင်၊ ရန်သူပင်၊ မှန်ပင် မိတ်ဆွေပါ။ အကျိုးမဆောင်လျှင်၊ မိတ်ဆွေပင်၊ မှန်ပင် ရန်သူပါ။ ကိုယ်မှာ ဖြစ်ငြား၊ အနာများ၊ စီးပွားမဆောင်ပါ။ တောမှာ ဖြစ်ငြား၊ ထိုဆေးဝါး၊ စီးပွားဆောင်လှပါ။

(မိတ္တ-၁)

၃၈။ စိတ်ဓာတ်ကို သိနိုင်ပုံ

ဇာနေယျ ပေသနေ ဘစ္စံ၊ ဗန္ဓဝမ္ပိ ဘယာ ဂတေ။
အပ္ပကာသု တထာ မိတ္တံ၊ ဒါရဉ္စ ဝိဘဝက္ခယေ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ ကျွန်သူခစားကို ခိုင်းကြည့်မှသာလျှင် ကောင်း မကောင်းကို သိရာ၏။ ဆွေမျိုးကိုလည်း ဘေး ရောက်သောအခါ၌ ကောင်းမကောင်းကို၊ ခင်ပွန်းကိုလည်း

ဥစ္စာနည်းသောအခါတို့၌ ကောင်းမကောင်းသိရာ၏။ မယားကို လည်း စည်းစိမ်ကုန်မှကောင်းမကောင်း သိရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ခိုင်းကြည့်သောအခါ၊ လက်အောက်မှာ၊ စိတ်ဓာတ်ကိုသာ သိရာ၏။ ဘေးရောက်သောအခါ၊ ဆွေမျိုးမှာ၊ စိတ်ဓာတ်ကိုသာ သိရာ၏။ ပျက်စီးသောအခါ၊ မိတ်ဆွေမှာ၊ စိတ်ဓာတ်ကို သာသိရာ၏။ ဥစ္စာ ကုန်ခါ၊ မယားမှာ၊ စိတ် ဓာတ်ကိုသာ သိရာ၏။

(မိတ္တ-၄)

၃၉။ ချစ်လျှင်မိတ်ဆွေ မုန်းလျှင်ရန်သူ

န ဝိဿသေ အမိတ္တဿ၊ မိတ္တဿာပိ န ဝိဿသေ။

ကဒါစိ ကုပိတော မိတ္တော၊ သဗ္ဗဒေါသံ ပကာသတိ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ရန်သူကို အကျွမ်းမဝင်ရာ။ မိတ်ဆွေကိုလည်း အလွန်အမင်းအကျွမ်းမဝင်ရာ။ တစ်ရံတစ်ခါ မိတ်ဆွေသည် အမျက်ထွက်လတ်သော် ခပ်သိမ်းသော အပြစ်ကို ထုတ်ဖော် ပြတတ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ရန်သူ၌တွင်၊ အလျှင်းပင်၊ အကျွမ်းမဝင်ရာ။ မိတ်ဆွေကိုပင်၊ အလွန်ပင်၊ အကျွမ်းမဝင်ရာ။ ချစ်သောအခါ၊ မိတ်ဆွေပါ၊ မုန်းခါ ရန်သူပါ။ ဒေါသထွက်ခါ၊ မိတ်ဆွေမှာ၊ အပြစ်ပြောတတ်ပါ။

(မိတ္တ-၆)

၄၀။ စိတ်နှလုံးပုပ်သူ ရှောင်ကြဉ်ပါ

ပဒုမံဝ မုခံ ယဿ၊ ဝါစာ စန္ဒန သီတလာ။
တာဒိသံ နောပသေဝယျ၊ ဟဒယေတု ဟလာဟလံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ အကြင်သူ၏ မျက်နှာကား ပဒုမ္မာကြာကဲ့သို့ ရွှင်လန်း၏။ ဆိုသော စကားသည် စန္ဒကူးကဲ့သို့ ချမ်းအေး၏။ စိတ်နှလုံးမှာမူကား လျှင်စွာ သေစေတတ်သော အဆိပ်နှင့်တူ၏။ ထိုသို့ သဘောထားရှိသူကို မပေါင်းသင်းရာ။

(လင်္ကာ)။ ။ ကြာပန်းပမာ၊မျက်နှာမှာ၊ ကောင်းစွာလှပ၏။ စန္ဒကူးပမာ၊ စကားမှာ၊ ကောင်းစွာ အေးချမ်း၏။ နှလုံးသားမှာ၊ မကောင်းပါ။ အဆိပ်ပမာရှိပါ၏။ အပြင်ကယုတ်၊ အတွင်းပုပ်၊ ပေါင်းဖော်မလုပ် ရှောင်ရာ၏။

(မိတ္တ-၁၀)

၄၁။ လူမိုက်ကိုရှောင်ပါ

သိင်္ဂီ ပညာသဟတ္တေန၊ သတေန ဝါဇိနံ ဝဇ္ဇေ။
ဟတ္ထိံ ဒန္တိံ သဟဿေန၊ ဒေသစာဂေန ဒုဇ္ဇနံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ ဦးချိုရှိသော သတ္တဝါကို အတောင်ငါးဆယ် ဝေးသော အရပ်မှရှောင်ရာ၏။ မြင်းကိုကား အတောင်တစ်ရာ ဝေးကွာသော အရပ်မှရှောင်ရာ၏။ အစွယ်ရှိသော ဆင်ကိုမူ

အတောင် တစ်ထောင်ဝေးသော အရပ်မှရှောင်ရာ၏။ သူယုတ်မာကိုကား အရပ်ဒေသကိုပင် စွန့်ခွာသဖြင့် ရှောင်ကြဉ်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ဦးချိုသတ္တဝါ၊ ငါးဆယ်မှာ၊ ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ပါ။ မြင်းသတ္တဝါ၊ တောင်တစ်ရာ၊ ဝေးစွာ ရှောင်ကြဉ်ပါ။ ဆင်သတ္တဝါ၊ တစ်ထောင်မှာ၊ ဝေးစွာရှောင်ကြဉ်ပါ။ မကောင်းသူမှာ၊ အရပ်သာ၊ စွန့်ခွာရှောင်ကြဉ်ပါ။

(မိတ္တ-၁၂)

၄၂။ မိတ်ဆွေကောင်းဆိုသည်မှာ

ရောဂါတုရေစ ဒုဗ္ဘိက္ခေ၊ ဗျသနေစ သတ္တုဂဟေ။
ရာဇဒွါရေ သုသာနေ စ၊ ယေ တိဋ္ဌန္တိ သုမိတ္တကာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ အနာနှိပ်စက်သောအခါ၊ ငတ်မွတ်ခေါင်းပါးသောအခါ၊ စည်းစိမ်ပျက်သောအခါ၊ ရန်သူဖမ်းမိသောအခါ၊ မင်းအိမ်တံခါး(တရားရုံး)၌၊ အမှုဆိုင်ရသောအခါ၊ အကောင်ပုပ်ကို မြှုပ်နှံပြာချ သုသာန်ကိစ္စကြုံသောအခါတို့၌ ရပ်တည်ကူညီသောသူသည် မိတ်ဆွေကောင်းမည်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ မကျန်းမာခါ၊ ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါ မိတ်ဆွေမည်။ ငတ်မွတ်သောအခါ၊ ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။ ဆင်းရဲသောအခါ၊ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။ အကျဉ်းကျခါ

ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။ နာရေးရှိခါ၊ ရပ်တည်ပါ၊ မှန်ပါမိတ်ဆွေမည်။

(မိတ္တ-၁၄)

၄၃။ လမင်းလေးလို ကျင့်ကြံပါ

သီတဝါစော ဖဟုမိတ္တော၊ ဖရုသော အပ္ပမိတ္တကော။

ဥပမံ ဧတ္ထ ဉာတဗ္ဗံ၊ သူရိယစန္ဒရာဇူနံ

(မြန်မာပြန်)။ ။ နူတ်ခွန်းချိုသော စကားရှိသော သူသည် များသော အဆွေခင်ပွန်းရှိ၏။ ကြမ်းကြုတ်သောသူသည် နည်းသော အဆွေခင်ပွန်းရှိ၏။ နေမင်း၊ လမင်းတို့ ၏ ဥပမာကို ဤအရာ၌ သိအပ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ချိုသောစကား၊ ပြောသူများ၊ မိတ်ဆွေပေါများ၏။ ကြမ်းတမ်းစကား၊ ပြောသူများ၊ မိတ်ဆွေနည်းပါး၏။ လမင်းပမာ၊ အေးမြပါ၊ မှန်စွာ လူချစ်၏။ နေမင်းပမာ၊ ပူပြင်းပါ၊ မှန်စွာ လူမုန်း၏။

၄၄။ အလိုရှိရာ ကျင့်ကြံပါ

ဓနမိစ္ဆေယျ ဝါဏိဇ္ဇေ၊ ဝိဇ္ဇမိစ္ဆေ ဘဇေ သုတံ။

ပုတ္တ မိစ္ဆေ တရုဏိတ္ထိံ၊ ရာဇမစ္စံ ဝသံ ဂမေ။

မြန်မာပြန်။ ။လောကဥစ္စာကို အလိုရှိမူ ကုန်သွယ်ရာ၏။ အတတ်ပညာကိုအလိုရှိမူ အကြားအမြင်များသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို

ဆည်းကပ်ရာ၏။ သားသမီးကို အလိုရှိမူ မိန်းမငယ်ကို ထိမ်းမြားပေါင်း သင်းနေရာ၏။ မင်းအမတ်ဖြစ်ခြင်းကို အလို ရှိမူ မင်းအလိုသို့ လိုက်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ချမ်းသာလိုလျှင်၊ ကုန်သည်ပင်၊ မှန်ပင်လုပ် ဆောင်ပါ။ အတတ်လိုလျှင်၊ တတ်သူပင်၊ မှန်ပင်ဆည်းကပ်ပါ။ သားကိုလိုလျှင်၊ မိန်းမပင်၊ မှန်ပင်ပေါင်းသင်းပါ။ ရာထူးလိုလျှင်၊ မင်းကိုပင်၊ မှန်ပင် ချဉ်းကပ်ပါ။

(ရာဇ-၅)

၄၅။ ပျက်စီးကြောင်း တရားများ

နဋ္ဌော ယတိ အသန္တုဋ္ဌော၊ မဟီပတိစ သန္တုဋ္ဌော။
နဋ္ဌာ လဇ္ဇာ စ ဂဏိကာ၊ နိလ္လဇ္ဇာ စ ကုလဓီတာ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ ရဟန်းသည် မရောင့်ရဲမူ ပျက်စီးတတ်၏။ မင်းသည် ရောင့်ရဲမူပျက်စီးတတ်၏။ ပြည့်တန်ဆာမသည် ရှက်တတ်မူပျက်စီးတတ်၏။ အမျိုးကောင်းသမီးသည် မရှက် တတ်မူ ပျက်စီးတတ်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ရဟန်းတို့မှာ၊ မရောင့်ရဲပါ၊မှန်စွာ ပျက်စီး၏။ ပြည့်ရှင်မင်းမှာ၊ ရောင့်ရဲပါ၊ မှန်စွာ ပျက်စီး၏။ ပြည့်တန်ဆာမှာ၊ ရှက်တတ်ပါ။ မှန်စွာ ပျက်စီး၏။ မိန်းမကောင်းမှာ၊ မရှက်ပါ။ မှန်စွာ ပျက်စီး၏။

(ရာဇ-၆)

၄၆။ မကောင်းသောအကျင့်များ

အလသော ဂိဟိ ကာမဘောဂီ နသာဓု။
အသညတော ပဗ္ဗဇိတော နသာဓု။
ရာဇာ အနိသမ္မကာရီ နသာဓု။
ပဏ္ဍိတော ကောဓနော တမ္ပိ နသာဓု။

(မြန်မာပြန်)။ ။ပျင်းရိသော အိမ်ရာထောင်သည် လူသည် မကောင်း၊ ကိုယ်နှုတ်၊ နှလုံး မစောင့်သုံးသော ရဟန်းသည် လည်းမကောင်း၊ မဆင်မခြင် ပြုလုပ်လေ့ရှိသော မင်းသည်လည်း မကောင်း။ အမျက်ထွက်တတ်သော ပညာရှိသည်လည်း မကောင်း။

(လင်္ကာ)။ ။ လူတို့ဘောင်တွင်၊ ပျင်းရိလျှင်၊ မှန်ပင် မကောင်းပါ။ ရဟန်းဘောင်တွင်၊ မထိန်းလျှင်၊ မှန်ပင် မကောင်းပါ။ ပြည့်ရှင်မင်းတွင်၊ ဉာဏ်နည်းလျှင်၊ မှန်ပင် မကောင်းပါ။ ပညာရှိတွင်၊ မျက်ထွက်လျှင်၊ မှန်ပင်မကောင်းပါ။

(ရာဇ-၁၀)

၄၇။ အောင်မြင်ကြောင်းတရားများ

အက္ကောဓေန ဇိနေ ကောဓံ၊ အသာဓုံ သာဓုနာ ဇိနေ။
ဇိနေ ကဒရိယံ ဒါနေန၊ သစ္စေနာ လိ ကဝါဒိနံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ မင်းမည်သည်ကား အမျက်မာန်စောင်ကြီးလှသောသူကို အမျက်မထား မေတ္တာပွားခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။

မတော်မှန်သောသူကို မိမိကတော်မှန် ကောင်းမွန်ခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။ နှမြောဝန်တိုသောသူကို ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။ စကားမမှန်သောသူကို အမှန်ဆိုခြင်းဖြင့် အောင်ရာ၏။

(လင်္ကာ)။ ။ စိတ်ဆိုးသူမှာ၊ မဆိုးရာ၊မှန်စွာ အောင်ရာ၏။ မမှန်သူမှာ၊ မှန်ကန်ရာ၊ မှန်စွာ အောင်ရာ၏။ နှမြောသူမှာ၊ ပေးကမ်းရာ၊ မှန်စွာ အောင်ရာ၏။ လိမ်ညာသူမှာ၊ မလိမ်ရာ၊ မှန်စွာအောင်ရာ၏။

၄၇။ ချစ်ဆေးနှင့်မုန်းဆေး

ဒါနံ သိနေဟဘေသဇ္ဇံ၊ မစ္ဆေရံ ဒေါသနောသဓံ။ ဒါနံ ယသဿိဘေသဇ္ဇံ၊ မစ္ဆေရံ ကပဏောသဓံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ လောက၌ ပေးကမ်းခြင်းသည် လူချစ်ဆေး မည်၏။ အခြွေအရံများသော ဆေးလည်းမည်၏။ နှမြောဝန်တို ခြင်းကား လူမုန်းဆေးမည်၏။ အထီးကျန်သော ဆေးလည်း မည်၏။

(လင်္ကာ)။ ။ ပေးကမ်းခြင်းမှာ၊ချစ်ဆေးပါ၊ မှန်စွာကျင့်သုံး ပေ။ နှမြောခြင်းမှာ၊ မုန်းဆေးပါ၊ မှန်စွာ ရှောင်ရှားပေ။ ပေးကမ်းသူမှာ၊ ပေါင်းဖော်ဟာ၊ မှန်စွာပေါများပေ။ နှမြောသူမှာ၊ ပေါင်းဖော်ဟာ၊ မှန်စွာ နည်းပါးပေ။

(ရာဇ-၂၀)

၄၉။ မိုက်မဲသူမှာ မရှိပါ

လုတ္တိမိသော ကုတော သီလံ၊ မံသဘက္ခော
ကုတောဒယာ။
သုရာပါနော ကုတောသစ္စံ၊ မဟာလောဘော
ကုတောလဇ္ဇာ။
မဟာတန္ဒော ကုတောသိပ္ပံ၊ မဟာကောဓော
ကုတောဓနံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။မိန်းမနှင့် ရောနှောသောရဟန်း သီလမရှိ၊ အသား စားကြူးသောသူ သနားခြင်းမရှိ။ သေသောက်ကြူးသောသူ စကားမမှန်။ ရမ္မက်လောဘကြီး သောသူ အရှက်မရှိ။ အပျင်းကြီးသောသူ အတတ်ပညာမရ။ အမျက်ကြီး သောသူ ဥစ္စာမရ။

(လင်္ကာ)။ ။ အရက်သောက်ရာ၊ ထိုသူမှာ၊ ဘယ်မှာစကား မှန်အံ့နည်း။ အသားစားကြူးရာ၊ ထိုသူမှာ၊ ဘယ်မှာသနားရှိ အံ့နည်း။ အပျင်းကြီးရာ၊ ထိုသူမှာ၊ ဘယ်မှာအတတ၊တတ်အံ့နည်း။ အမျက်ကြီးရာ၊ ထိုသူမှာ၊ ဘယ်မှာဥစ္စာရအံ့နည်း။

(ပကိဏ္ဏက-၁)

၅၀။ အပေါ့ဆုံး အရာများ

တူလံ သလ္လဟုကံ လောကေ၊ တတော စာပလ္လဇာတိကော။ တတော ဝုမမနောဝါဒေါ၊ ပမတ္တော ဗုဒ္ဓသာသနေ။

(မြန်မာပြန်)။ ။လောက၌ လဲဝါသည် ပေါ့ပါးသည်။ ထို့ထက် လျှပ်ပေါ်လောလီသောသူသည် ပေါ့၏။ ထို့ထက် ဆရာမိဘတို့၏ အဆုံးအမကို မခံသောသူသည်ပေါ့၏။ ထို့ထက် မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်၌ မေ့လျော့သောသူသည်ပေါ့၏။

(လင်္ကာ)။ ။ဝါဂွမ်းတို့ဟာ၊ လောကမှာ၊ မှန်စွာပေါ့ပါး၏။ စကားပြောရာ၊ လျှပ်ပေါ်တာ၊ ပိုကာပေါ့ပါ၏။ ဆုံးမသောအခါ၊ မလိုက်နာ၊ ပိုကာပေါ့ပါ၏။ သာသနာ၌သာ၊ မေ့သူမှာ၊ ပိုကာပေါ့ပါ၏။

(ပကိဏ္ဏက-၉)

၅၁။ အလေးဆုံးအရာများ

ပါသာဏဆတ္တံ ဂရုကံ၊ တတော ဒေဝါနာ စိက္ခဏံ။ တတော ဝုမ္မာန မောပါဒေါ၊ တတော ဗုဒ္ဓဿ သာသနံ။

(မြန်မာပြန်)။ ။ လောက၌ ကျောက်ထီးသည်လေး၏။ ထို့ထက် နတ်တို့၏ ပြောကြားခြင်းသည် လေး၏။ ထို့ထက်

ဆရာမိဘတို့၏ အဆုံးအမသည် လေး၏။ ထို့ထက်မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမ စကားတော်သည် လေး၏။

(လင်္ကာ)။ ။ လောကကြီးမှာ၊ကျောက်ထီးဟာ၊ မှန်စွာလေးပါ၏။ နတ်တို့ပြောရာ၊ စကားမှာ၊ ပိုကာလေးပါ၏။ မိဘဆရာ၊ ဆုံးမတာ၊ ပိုကာ လေးပါ၏။ ဘုရားမြတ်စွာ၊ ဆုံးမတာ၊ ပိုကာ လေးပါ၏။

(ပကိဏ္ဏက-၁၀)

မှတ်ချက်။ ။လောကနီတိ အကုန်မပါဘဲ ကလေးငယ်များအတွက် သင့်တော်ရုံသာ ထုတ်နုတ်၍ လင်္ကာစီကာ ရေးသားထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

၁၃။ ရှေးမြန်မာပညာရှိတို့၏ ဆုံးမစာများ

ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ၏ ဆုံးမစာများ

၁။ အစ်ကိုကြီးအား၊ ညီငယ်များလည်း၊ စကားနူတ်သက်၊ ဖက်၍မဆို၊ ရိုသေလှစေ၊ ကိုကြီး အစ်မ၊ သည်နှစ်ဝကို၊ မိဘကဲ့သို့ မှတ်ပါလေ။

၂။ သေတူရှင်ဖက်၊ ဆောင်ရွက်မကင်း၊ အချင်းချင်းတွင်၊ အခင်းကြီးငယ်၊ ရှိခါဝယ်လည်း၊ မဖယ်မသွေ၊ ညီညာကုန်း၍ ရုန်းကြလေ။

၃။ တစ်ယောက်စကား၊ တစ်ယောက်နားမှာ၊ မခါးရအောင်၊ သတိဆောင်၍၊ မောင်တို့ဆိုလေ၊ ပျားသကာသို့ ချိုလှစေ။

၄။ မတွေ့ခိုက်ရန်၊ မကျူးလွန်နှင့်၊ မျက်မာန်ဒေါသ၊ မထွက်ရအောင်၊ မာန်မာနကို ချုပ်ကြလေ။

၅။ သေနှင့်အရက်၊ စီးပွားပျက်ကို၊ တစ်စက်ကယ်မျှ၊ မသောက်ကြနှင့်၊ ရှောင်ကြပါလေ၊ ရှင်တော်ဟောသည့် အဆိပ်ရေ။

၆။ ကိုယ်နှင့်လည်းစာ၊ သတ္တဝါကို၊ ကြင်နာလှစေ၊ သူ့အသက်ကို ချစ်ပါလေ။

၇။ နှောင်သံသရာ၊ ရိက္ခာအတူ၊ ကံကျွေးဟူသည်၊ အလှူဆိုက၊ မဆုတ်ကြနှင့်၊ ရဲလှပါစေ၊ တံစက်အောက်တွင်၊ ခံသောက်အိုးတန်၊ ကျဖန်များက၊ ပြည့်ငြားသည်သာ၊ ထုံးဟောင်းစာကို ထောက်ပါလေ။

၈။ သူ၏ စီးပွား၊ ငါ့စီးပွားကို၊ ထောက်ထားမိစေ၊ ကြီးလောဘကို မျှတစေ။

၉။ ဟုတ်သော အကြံ၊ မှန်သော အကျင့်၊ သင့်သောအယူ၊ ဖြူသောနှလုံး၊ သူတော်ထုံးကို၊ စွဲသုံးသောထွေ မှန်လှစေ။

၁၀။ မှတ်ဖွယ်ရာရာ၊ ထိုထိုစာကို၊ ရှာ၍မပြတ်၊ အိမ်တွင်ဖတ်။

၁၁။ ဖတ်ပြန်သော်ကား၊ ဖတ်ဖန်များက၊ သားမယားပင်၊ သိမြင်ကင်းကွာ၊ မလိမ္မာလည်း၊ စာပေစကား၊ နေ့တိုင်းကြားက၊ ထူးခြားလိမ္မာ၊ ရှိသည်သာတည်း။

၁၂။ အသုံးအဆောင်၊ အိမ်ထောင်ခမ်းနား၊ အပါးပါးကို၊ ပြန့်ပွား
လေအောင်၊ ကြောင်ပုစွန်စား၊ ကြွပ်ကြွပ်ဝါးသို့၊ ယောက်ျား
ဝီထွေ၊ ဝီရိယနှင့်၊ လုံ့လကိုလည်း ရှိလှစေ။

ရှင်မဟာသီလဝံသ ဆုံးမစာများ

၁။ ရိုင်းစိုင်းနီးကပ်၊ မကိုင်းညွတ်ဘဲ၊ မတ်တတ်ထိုး၍ မသွား
နှင့်။

၂။ မိဦး ဖဦး၊ ဆရာဦးကို၊ ရှူး၍အလျင် မစားနှင့်။

၃။ မိဘဆရာ၊ ထားသည့်ဟာကို၊ မျက်နှာကွယ်လျှင်၊မယူငင်
နှင့်၊ လိုချင်သောအား၊ စားချင်ငြားက၊ ဝပ်တွားခယ
တောင်းပါကြ။

၄။ အသက်ကြီးငယ်၊ ဝါကြီးငယ်ကို၊ လွဲဖယ်မသွေ၊ နှိမ့်ချလေ။

၅။ ဗဟုသုတ၊ တတ်ပါချင်လျှင်၊ သင်သာခိုက်ကို၊ သင်လိုက်
ကြ။

၆။ ဝါယာ လုံ့လ၊ကြိုးပမ်းက၊ ရလိမ့်ဉာဏ်ပညာ။

၇။ လိမ္မာသိတတ်၊ လောကဓာတ်၊ တတ်လိမ့်များဂုဏ်အင်။

ညောင်ပင်သာ ဦးပုည ဆုံးမစာများ

၁။ သူတစ်ပါးကို၊ ကဲ့ရဲ့လို၊ ကိုယ်မှာ ရန်သူပေါ်တတ်သည်။

၂။ မော်မော်ကြွားကြွား၊ လူရမ်းကား၊ အများမချစ် မုန်းတတ်
သည်။

၃။ တောင်းတတ်သောသူ၊ တောင်းမှုမပေး၊ သည်နှစ်ရေး၊ မအေး စိတ်က၊ မုန်းတတ်သည်။
၄။ ဆိုခွင့်ပြုခွင့်၊ သင့်မသင့်၊ နှိုင်းချင့်အခါလင့်ရမည်။
၅။ အကျယ်အကျယ်၊ မငြိမ်းဖွယ်၊ မာန်စွယ် ချိုး၍ ကျဉ်းတတ်စေ။
၆။ တံတားအို၊ မှောင်ခိုမလျှောက်နှင့်၊ စကားဆို တောင်လိုမမောက်နှင့်၊ တံတားအို မှောင်ခိုလျှောက်က ကျိုးတတ်သည်။ စကားဆို တောင်လိုမောက်က ငြိုးတတ်သည်။

ဖိုးသူတော် ဦးနစကားပုံ ဆုံးမစာများ

၁။ သေရည်ကိုလည်း မသောက်နှင့်၊ ရေကြည်ကိုလည်း မနှောက်နှင့်။ သေရည်ကိုသောက်က အပါယ်ဘုံသို့ ကျတတ်သည်။ ရေကြည်ကိုနှောက်က အနည်မှုန်တို့ ထတတ်သည်။
၂။ ထင်တိုင်းလည်း နှိပ်၍မဆိုနှင့်၊ ဝင်တိုင်းလည်း သိပ်၍မမျိုနှင့်။ ထင်တိုင်းနှိပ်၍ ဆိုက ရန်အသွယ်သွယ် ပွားတတ်သည်၊ ဝင်တိုင်းသိပ်၍မျိုက အန္တရာယ်များတတ်သည်။
၃။ အဟုတ်အမှန်လည်းသိမှ အလုပ်အကြံလည်းရှိမှ၊ အဟုတ်အမှန်သိမှ သံသရာ ဘေးပ၍ အနေကြွယ်ဝမည်။ အလုပ်အကြံရှိမှ ဆန်ရှာရေးလှ၍ အခြေတည်ကြမည်။

တောင်ဖီလာ ဆရာတော်၏ ဆုံးမစာများ

၁။ ဓမ္မသတ်တရား၊ ရှိပါငြားလည်း၊ တိမ်းပါးငဲ့ကွက်၊ လက်ဆောင်ဖျက်သည်။

၂။ သုခမိန်ဟု၊ ကျော်ရှိန်နှံ့သိ၊ ပညာရှိလည်း၊ ကြီးဘိအမျက်၊ ဒေါသဖျက်သည်။

၃။ မင်းကောင်းပါလျက်၊ မင်းမြှောင်ဖျက်သည်။

၄။ သူကောင်းဖြစ်ငြား၊ မူထား ကောင်းလျက်၊ အပေါင်းဖျက်သည်။

ကျည်းကန်ရှင်ကြီး၏ ဆုံးမစာများ

၁။ ကံကြမ္မာမြှောက်စားမှ စီးပွားဖြစ်သည်။ အတတ်မျိုးစုံမှ ကံပေးသည်။

၂။ ပညာရှာ၊ မာန်သာ နှိမ့်ချထား။ သီလရှာ ကိုယ်သာ လွန်ကြိုးစား။ သုတရှာ ပမာသူဖုန်းစား။

၃။ ဉာဏ်ရှိမှ ဟုတ်ရာမြင်သည်။ ကံရှိမှ ဥစ္စာထင်သည်။

၄။ တရားကျမ်းလာတတ်ပါသော်လည်း အသာအယာ ပြောဆိုတတ်မှ ပညာရှိလက္ခဏာရောက်မည်။

၅။ ပညာရှိသော် ဂတိလေးပါးသို့မကပ်ဘဲ ဓမ္မသတ်နှင့် တည့်မတ်အောင်ဆုံးဖြတ်မှ လူနတ်သာခ ခေါ်မည်။

၆။ တည်ကြည်ဖြောင့်မတ်မှ မကောင်းမှုကင်းမည်။

ပေါက်ကုံမောင်ချိုစကားပုံ ဆုံးမစာများ

၁။ အသုံးကြီးသော် မပြီးစီး၊ စကားလုံးကြီးသော် အချည်းနှီး။

၂။ ငါးတစ်ကောင်ပုပ်သော် တစ်လှေလုံး ပုပ်သည်။
တစ်ယောက်မကောင်းသော် အားလုံးပျက်စီးသည်။
တစ်ယောက်ကောင်းသော် အပေါင်းချမ်းသာသည်။

၃။ တရားသိသော် အမှားကို မြင်နိုင်သည်။

၄။ ဥစ္စာရတနာ ကုံလုံကြွယ်ဝ ပြည့်စုံသည် မှန်စေ၊ လှူဒါန်း ပေးကမ်းစွန့်ကြဲခဲ့သည်။

၅။ ဒါန၊ သီလ အကျိုးအပြစ်ကို အသိအမြင် အသင်အကြား ရှိသည် မှန်စေ၊ ကျင့်ဆောင်နိုင်ခဲ့သည်။

၆။ ပညာကိုလိုသော် မပျင်းနှင့်။ ဥစ္စာကိုလိုသော် မငြင်းနှင့်။

၇။ အရပ်ကို ချစ်စေလိုသော် ပေးကမ်းပါ။

၁၄။ မဃဒေဝ လင်္ကာ ဆုံးမစာများ

(၁) ကံဟုမူလ၊ သမ္ဗုဒ္ဓတို့၊ ဟောပြသည်မှာ၊အရင်းသာရှင့်။
ဥစ္စာဘောဂ၊ ဓိဝိတနှင့်၊ သုခပွားရန်၊ ဤလူ့ထံ၌၊
ဉာဏ်ဝီရိယ၊ ပယောဂတည်း။

(၂) ကာလဒေသ၊ ပုဂ္ဂလကို၊ နှိုင်းဆအပ်တုံ၊ ကံကိုယုံ၍၊ မီးပုံအတွင်း၊ မဆင်းထိုက်စွာ၊ ကျားရဲရာလည်း၊ ကြမ္မာအကြောင်း၊ မယိုးကောင်းဟု၊ သူဟောင်းရှေးက၊ ဆိုကုန်ကြ၏။

(၃) လုံ့လမထူ၊ ဉာဏ်မကူဘဲ၊ အယူတစ်စောင်း၊ ကံတစ်ကြောင်းမျှ၊ မကောင်းလည်းကံ၊ ကောင်းလည်းကံဟု၊ ကံကိုချည်းသာ၊ မယိုးရာဘူး။

(၄) ပညာဉာဏ်ဖြင့်၊ သင့်မသင့်ကို၊ အခွင့်ရှု၍၊ အပြုလုံ့လ၊ ရှိအပ်စွတည့်၊ တံငါလက်တွင်း၊ ရောက်လျှဉ်းတုံငြား၊ သုံးကောင်ငါးသို့၊ မှတ်သားဝမ်းထဲ၊ နည်းယူစွဲလော့။

(၅) မင်းမှာ သစ္စာ၊ လူမှာကတိ၊ ဆိုရိုးရှိတိုင်း၊ မြဲဘိဘယ်ခါ၊ မချွတ်ရာဘူး၊ သစ္စာနှင့်ကြုံ၊ ရေစီးတုံဟု၊ လူပုံဆိုမူ၊ ဥဒါန်းပြုရှင့်၊ အကုသိုလ်မှာ၊ မုသာဝါဒ၊ ကုသိုလ်မှာကား၊ သစ္စ ဝါစာ၊ လေးစုံသာတည့်။

(၆) သူမြတ်ပဏ္ဍိ၊ ပညာရှိနှင့်၊ မညှိမဆ၊ ပြုသမျှကား၊ မလှစီးပွား၊ ရေနစ်ဆားသို့၊ ပျက်ပြားတတ်စွာ၊ မချမ်းသာဘူး၊ ဆရာမိဘ၊ သြဝါဒဖြင့်၊ ဆုံးမစကား၊ မလိုက်ငြားဘဲ၊ မြင်ကြား သုတ၊ မရနည်းနာ၊ ပညာမျက်စိ၊ မျှော်မရှိက၊ မိမိအတတ်၊ ကိုယ့်ကိုသတ်၏။

(၇) လူမိုက်ကံကောင်း၊ နစ်မွမ်းကြောင်းတည့်၊ တောင်ချောင်းရေကြီး၊ ကောက်ရိုးမီးသို့၊ ညီးညီးထိန်ပ၊ တရှိန်

ကြွဖြင့်၊ ခဏမျှသာ၊ မကြာမတည်၊ မရှည်အသက်၊ ပျက်လွယ်တတ်၏။

(၈) တရားမကြိုက်၊ လျှာစရိုက်နှင့်၊ လူမိုက်တစ်သောင်း၊ ချီးမွမ်းရှောင်းလည်း၊ သူကောင်းတစ်ယောက်၊ ပြစ်တင်ကြောက်လော့။

(၉) လောကနိုက်မှာ၊ လေးစွာကျောက်ထီး၊ ထိုကျောက်ထီးထက်၊ လူကြီးမိဘ၊ ဆရာစသား၊ ဆုံးမစကား၊ ထိုစကားထက်၊ ဘုရားနှုတ်နက်၊ ဓမ္မစက်အစစ်၊ လေးဆုံးဖြစ်၏။

(၁၀) အသိပညာ၊ မဲ့တို့မှာကား၊ ပြည်ရွာမနီး၊ ကြီးသည့်ကြက်လို၊ နေ့ညဉ့်ကိုလျှင်၊ ပဟိုရ်မသိ၊ တွန်မိတွန်ရာ၊ တွန်တတ်စွာသို့၊ အခါအရာ၊ မလိမ္မာတည့်။

(မဃဒေဝ-၂၁၇)

(၁၁) မိယုတ်နှုတ်ကြမ်း၊ ဘသရမ်းက၊ ညစ်ညမ်းမှုဆိုး၊ အမျိုးမမှန်၊ အကျင့်တန်၏။

(မဃဒေဝ-၂၂၃)

(၁၂) သီလရတနာ၊ မြတ်တန်ဆာလည်း၊ သတ္တဝါခပင်း၊ မင်း ဆင်းရဲသား၊ မပိုင်းခြားဘူး၊ လေးပါးမျိုးနွယ်၊ ကြီးငယ် မဆို၊ ရွယ်ပိုျရွယ်ရင့်၊ ဆင်တိုင်းတင့်၏။

(မဃဒေဝ-၂၃၀)

(၁၄) ဆန္ဒ ဒေါသ၊ ဘယမောဟ၊ လွန်ဆိုးစွာသော၊ လေးဖြာဂတိ၊ လိုက်မှားငြိက၊ သီရိနွမ်းညှိုး၊ ဘုန်းမတိုးဘူး၊ တန်ခိုးသိမ်ဖျင်း၊ သတင်းညံ့ယုတ်၊ လဆုတ်သဘော၊ ရွှေ့ရွှေ့လျော၍၊ နှစ်မျော ဘဝ၊ ပါယ်တွင်းကျရှင့်။

(မဃဒေဝ-၂၃၆)

(၁၅) ဝိညာဉ်မဲ့ဘိ၊ စိတ်ရှိသတ္တဝါ၊ မဟုတ်စွာသေး၊ တမာခွေးတောက်၊ မြစ်ရောက်ရေယုက်၊ တူနှောဘက်၍၊ သရက်ချိုမြ၊ ဘန္တရလျက်၊ ကွယ်ပအပြီး၊ အခါးသီး၏၊ မနီးစကောင်း၊ မပေါင်းစထိုက်၊ သူမိုက်ဟူသည်။

(မဃဒေဝ-၂၃၇)

(၁၆) သူပင်နာလို၊ မနာလိုဘိ၊ ကျိုးရှိဟုတ်မှန်၊ ကုန်နှစ်တန်သာ၊ သူမှန်သူထွက်၊ သူမြတ် ပညာဝါ၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ၊ သုဂတတို့၊ ပြောကြစရိုး၊ နည်းမှန်ခိုးလော့။

(မဃဒေဝ-၂၃၉)

(၁၇) ပျော်မှုလိုက်စား၊ မလိုလားနှင့်၊ မပွားသုတ၊ မရကောင်းမှု၊ မစုဥစ္စာ၊ နွားပမာလျှင်၊ ချမ်းသာနည်းပါး၊ မကောင်းစားဘူး။

(မဃဒေဝ-၂၄၂)

(၁၈) တရားမြင်သိ၊ ပညာရှိနှင့်၊ ကြိုက်ဘိကြုံတွေ့၊ တစ်နေ့ တစ်ရက်၊ တစ်နံနက်မျှ၊ ပေါင်းဘက်ရက၊ ဒေါသ မစွန်း၊ ကျေးဇူးထွန်း၏။

(မဃဒေဝ-၂၄၂)

(၁၉) လူ့ဘုံဌာန၊ ဤလောကဌ်၊ ဘကို လက်ျာ၊ မိမှာ လက်ဝဲ၊ အမြဲဆောင်ရွက်၊ ပခုံးထက်တွင်၊ တင်လျက် လုပ်ကျွေး၊ မပြတ်မွေးလည်း၊ ကျေးဇူးဂုဏ်စိုင်၊ မကုန် နိုင်ဘူး။ (မဃဒေဝ-၂၄၄)

(၂၀) ခွေးနှင့်သမျှ၊ ထိုဗာလတို့၊ မိဘနှစ်ပါး၊ ကြီးမား ဂုဏ်အင်၊ ကျေးဇူးရှင်ကို၊ ပြင်ပြင်မရှု၊ မပြုမမွေး၊ မလုပ်ကျွေးဘူး။

(မဃဒေဝ-၂၄၄)

(၂၁) ဗြဟ္မစိုရ် လေးဆူ၊ တရားဟူသည်၊ နတ်လူချစ်ဆေး၊ ရှုတိုင်းမွေးကို၊ မြတ်လေးဆောင်လွယ်၊ ကင်း မပယ်နှင့်၊ ဝမ်းဝယ်မပြတ်၊ ထားစေတတ်လော့။

(မဃဒေဝ-၃၁၈)

(၂၂) ပညာရှိပေါင်း၊ သူတော်ကောင်းနှင့်၊ အကြောင်း သင့်မျှ၊ ပေါင်းမိကြ၍၊ သဒ္ဓမ္မဿဝန၊ ကြားနာရမှ၊ ဝါဒသမ္ဘာ၊ တည်နိုင်စွာရှင့်၊ ကြားနာသုတ၊ မြတ် ဆန္ဒကို၊ သားလှရတနာ၊ မြဲမကွာနှင့်။

(မဃဒေဝ-၃၂၀)

(၂၃) ယုတ်မာဆိုးကောင်း၊ ကျင့်မကောင်းကို၊ မှားကြောင်းတစ်စိ၊ သိလျှင်သိချင်း၊ စွန့်ပယ်လျှင်းလော့၊ အတင်းယူစွဲ၊ ဖားမြွေခဲသို့၊ အမြဲမှတ်သို၊ မစွန့်လိုက၊ ဤကိုယ်သုခ၊ နောင်မရဘူး။

(မဃဒေဝ-၃၂၂)

(၂၄) ပညာရှိထံ၊ ရှိကျိုးနွံ၍၊ နည်းခံသင်မှ၊ ပညာရ၏၊ ထကြွ ဝီရိယ၊ ဉဋ္ဌာနဖြင့်၊ လုံ့လရှိမှ၊ ဥစ္စာရ၏။ မခွန့်တ်လျှာ၊ မှန်ကန်စွာလျှင်၊ သစ္စာတည်မှ၊ ကျော်စောရ၏။ ကိုယ်ကဥစ္စာ၊ စွန့်လွှတ်ကာလျှင်၊ မေတ္တာ ရှေး၍၊ ပေးကမ်းတတ်မှ၊ မိတ်ဆွေရ၏။

(၂၅) လိမ္မာယဉ်ကျေး၊ ဆေးလေးငြိမ်သက်၊ မာန်မတက်နှင့်၊ မွေးညက်နူတ်ချို၊ စကားဆိုလည်း၊ တောင်လိုဘယ်ခါ၊ မမောက်ရာဘူး။

(မဃဒေဝ-၃၆၆)

(၂၆) ဝစီဒုစရိုက်၊ လူမိုက်လျှာပါး၊ တဘွားဘွားနှင့်၊ စကားဖျင်ဖျင်၊ မင်းပွဲခွင်နှိုက်၊ ထင်ရာထင်တိုင်း၊ အရိုင်းဘာသာ၊ မပြောရာတည့်။

(မဃဒေဝ-၃၆၆)

(၂၇) အပြစ်အကျိုး၊ ကောင်းဆိုးယုတ်မြတ်၊ မသိတတ်က၊ လူ့ဗာလတည့်၊ သိမှပဏ္ဍိ၊ မည်တုံဘိရှင့်။

(မဃဒေဝ-၃၈၄)

(၂၈) လူပျင်းတို့သွေး၊ ကျင့်မှုရေးကား၊ အေးလည်းအေးဟူ၊ ပူလည်းပူစွ၊ ညလည်းညသော၊ စောလည်းစောစွ၊ ဆာလည်းဆာနှင့်၊ ဝပါတုံလျှင်း၊ ဝမ်းတောင့်တင်းဟု၊ အပျင်းဖို့ကာ၊ ယိုးမယ်ရှာ၍၊ လိုရာကိစ္စ၊ မပြုရဘူး။

(မဃဒေဝ-၄၃၂)

(၂၉) သူ့ကိုချီးမြှောက်၊ ကိုယ့်ဂုဏ်မြှောက်၏၊ ယွင်းဖောက်အလို၊ ဝန်မတိုနှင့်၊ သူ့ကို ဂုဏ်နှိမ့်၊ ကိုယ်ဂုဏ်နိမ့်၏။

(၃၀) ကာလဒေသ၊ ပုဂ္ဂလကို၊ နှိုင်းဆမရှိ၊ မသိတတ်သူ၊ လူမိုက်ဟူ၏၊ သိမှု ပဏ္ဍိ၊ ပညာရှိ၏၊ ပယောဂစက်၊ ပျက်သည့်သူအား၊ နတ်ကိုထား၍၊ ဘုရားသော်မှ၊ ကယ်မရဘူး။

(၃၁) ပေးကမ်းလှေ့ဟူ၊ မရှိသူတို့၊ နတ်လူနိဗ္ဗာန်၊ ချမ်းသာမွန်ကို၊ ဧကန်ဘယ်ခါ၊ မရရာတည်း၊ မပေးမလှူ၊ မှန်းဆေးဟူ၏၊ ပေးလှူတတ်သော်၊ ချစ်ဆေးကျော်တည်း။

(၃၂) လောဘအလို၊ လိုက်မပိုနှင့်၊ ကိုယ်မှာပျက်ပြား၊ ဘဝလားသော်၊ မယားမပါ၊ သားမပါဘူး။

(၃၃) အပ္ပမာဒ၊ ကုသလဉ္ဇ၊ စိတ်ကမြဲကြပ်၊ မမေ့အပ်ဘူး၊ စွန်းတပ်လောဘ၊ မိုက်မောဟနှင့်၊ ကိစ္စပြောထူ၊ လူတို့အလျောက်၊ စိတ်သာရောက်လည်း၊ ကိုယ်နောက်မပါ၊ ဖြစ်တတ်စွာ၏။

(မဃဒေဝ-၈၆)

ဗုဒ္ဓဓမ္မ၊ ကျင့်ကြံကြ၊ အေးချမ်းကြပါစေ...

မေတ္တာရေစင် အရှင်ဓမ္မပါလ

(ဘုံလယ်တီတောရ)

ဘုံလယ်တီတောရရိပ်သာနှင့် မေတ္တာရေစင်ဘိုးဘွားရိပ်သာ

လစဉ်တရားစခန်းနှင့် အမြဲတရားစခန်းဌာန

မြင်ကဝအုပ်စု၊ ဆိပ်ဖြူမြို့နယ်၊ မကွေးတိုင်း။

ဖုန်း-၀၉-၄၀၁ ၅၅၇ ၅၈၃

မှတ်ချက်။ ။ ဤစာအုပ်သည် မူလတန်းအဆင့် အငယ်တန်းအတွက် ဖြစ်ပါသည်။ အလယ်တန်းနှင့် အထက်တန်းအဆင့် အကြီးတန်းအတွက် ဗုဒ္ဓဝင်နှင့် အခြေခံအဘိဓမ္မာ ပါဝင်သော စာအုပ်ဆက်လက်ထွက်ရှိလာမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဝိပဿနာပြန့်ပွားရေး ဘုံလယ်တီစာစဉ်
ထာဝရငွေပဒေသာပင် ဓမ္မဒါန အလှူရှင်များစာရင်း

၁။	သာသနာအကျိုးဆောင်အဖွဲ့(ခေတ္တ-မလေးရှား)	
	မြင်ကဝရွာ၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။	၂၂၀၀၀၀ိ/-
၂။	ဦးသန်းငွေး+ဒေါ်ထားမိသားစု၊ ရန်ကုန်မြို့။	၂၀၀၀၀၀ိ/-
၃။	ဦးရဲထွဋ်+မသီတာထွေး	
	သား ဟိန်းထွဋ်အောင်၊ သမီး မေချမ်းမွန်၊	
	သိမ်ကုန်းဇီးပွဲရုံ၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။	၁၀၀၀၀၀ိ/-
၄။	မိခင်ကြီး ဒေါ်မြတုတ် အမှူးထား၍	
	ကိုမြလင်းအောင် မြင်ကဝရွာ၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။	၁၀၀၀၀၀ိ/-
၅။	ဦးကံညိမ်း အမှူးထား၍ ကိုကြည်ခိုင်	
	မြင်ကဝရွာ၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။	၁၀၀၀၀၀ိ/-
၆။	ဦးအောင်ငြိမ်း+ဒေါ်ချို မိသားစု (၇) လမ်း၊	
	(၁) ရပ်ကွက်၊ သမိုင်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၅၀၀၀၀ိ/-
၇။	ကိုကျော်ဇေယျ+မဇင်မျိုးထွေး	
	ရွှေဆိုင်၊ ချောက်မြို့။	၅၀၀၀၀ိ/-

၈။ ခမည်းတော်ကြီး(ဦးခင်မောင်မြင့်)အား
ရည်စူး၍ မယ်တော်ကြီး ဆရာမဒေါ်တင်ဝိုင်း
မိသားစု ကောင်းမှု၊ မြင်ကဝရွာ၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။ ၅၀၀၀ဝိ/-

၉။ ဦးတင်ဝင်းကြီး (သမီး) မလှဝင်းတင်၊
မလှငွေးတင်၊ မွေးချင်းတစ်စု မြို့လှရွာ
စလင်းမြို့နယ်၊ မကွေးတိုင်း။ ၅၀၀၀ဝိ/-

၁၀။ ကိုကျော်သူထွေး+မဆွေဆွေမာ မိသားစု
ချောက်မြို့။ ၂၀၀၀ဝိ/-

၁၁။ ကိုငယ်လေး+မမာမာမိသားစု၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။ ၂၀၀၀ဝိ/-

၁၂။ ကိုလှဆန်းဝင်း(ခ)ကိုပါလေး+ဒေါ်စန်းငွေး
မိသားစု၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။ ၂၀၀၀ဝိ/-

၁၃။ ဦးမောင်ဝင်း+ဒေါ်နုယဉ် မိသားစု၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။ ၂၀၀၀ဝိ/-

၁၄။ ဦးထင်အောင်ကျော် (၃၁) ဈေးလမ်း
ကျောက်မြောင်း။ ၂၀၀၀ဝိ/-

၁၅။ ဦးကြည်ဝင်း+ဒေါ်ခင်မြင့်ရီမိသားစု
ဆိပ်ဖြူမြို့။ ၁၂၀၀ဝိ/-

၁၆။ ဆရာမဒေါ်ငြိမ်းငြိမ်းအောင်(ငြိမ်း) မွေးချင်းတစ်စု
ကောင်းမှု၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။ ၁၁၁၁ဝိ/-

၁၇။	ဦးယုနိုင်+ဒေါ်စုစုကြည် မိသားစု၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၁၈။	ဦးတင်မောင်ကြည်+ဒေါ်ကြူကြူခိုင် မိသားစု ရန်ကုန်မြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၁၉။	ဦးဝင်းမြင့်+ဒေါ်ခင်ဝင်းမေ မိသားစု၊ မကွေးမြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၂၀။	ဦးတင်မောင်+ဒေါ်ဂျမ်း(အောင်ကမ္ဘာရောင်းဝယ်ရေး) မိသားစု၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၂၁။	ကွယ်လွန်သူမိခင်ကြီး(ဒေါ်ယဉ်)အား ရည်စူး၍ သမီးမလဲ့လဲ့ဝင်းမိသားစုကောင်းမှု၊ ချောက်မြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၂၂။	ဦးဂွမ်း+ဒေါ်လှထွေးမိသားစု၊ မြိတ်မြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၂၃။	ဗိုလ်မှူးကြီးဦးစိန်ဝင်း+ဒေါ်အေးအေးကြွယ် (မန်းသံပုရာကန်စက်ရုံမှူး) မိသားစု တာမွေမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၂၄။	ဒေါ်စိန်ကြည်မိသားတစ်စုကောင်းမှု မြင်ကဝရွာ၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၂၅။	မစန်းယုလွင် မွေးချင်းတစ်စုကောင်းမှု၊ ရွှေတောင်မြို့။	၁၀၀၀၀ိ/-
၂၆။	ဦးကြိုင်+ဒေါ်ခင်ရွှေမြင့် မိသားစု၊ ရန်ကုန်မြို့။	၅၀၀၀ိ/-

၂၇။ ဦးဇော်လင်း+ဒေါ်တင်တင်ချို မိသားစု
ရန်ကုန်မြို့။ ၅၀၀၀ိ/-

၂၈။ ဆရာမဒေါ်စန်းစန်းလွဲ (ကမ္ဘာ့ဗွာန်းနည်းပြ)
ဝါဇီစက်ရုံ။ ၅၀၀၀ိ/-

၂၉။ ဆရာမဒေါ်မြင့်မြင့်ခိုင် (ကမ္ဘာ့ဗွာန်းနည်းပြ)
ဝါဇီစက်ရုံ။ ၅၀၀၀ိ/-

၃၀။ ကိုဝင်းမင်းသိန်း+ မငုဝါကြည် မိသားစု
ဆိပ်ဖြူမြို့။ ၅၀၀၀ိ/-

၃၁။ မောင်ညီညီမောင်၊ မောင်စိုးသူ၊
မောင်ကျော်ဆန်းလင်း သူငယ်ချင်းတစ်စု ၅၀၀၀ိ/-

၃၂။ ဦးအေး+ဒေါ်ဝင်းမေ၊ အောက်ဆိပ်ရွာ။ ၅၀၀၀ိ/-

၃၃။ ဦးလှကြီး-ဒေါ်လုံမ၊ ဈေးအဖွဲ့၊ ချောက်။ ၂၀၀၀ိ/-

၃၄။ ဦးစန်ထွေး+ဒေါ်စိန်ငွေး၊ မြို့လှ။ ၅၀၀၀ိ/-

၃၅။ ဦးကြည်ဝင်း+ဒေါ်ခင်မြင့်ဆွေ၊ ချောက်။ ၅၀၀၀ိ/-

၃၆။ ဦးစိုးပိုင်+ဒေါ်သန္တာဖြူ၊ ရန်ကုန်။ ၁၀၀၀ိ/-

၃၇။ ဦးဇော်လင်း+ဒေါ်မြင့်စမ်းမိသားစု ၂၀၀၀၀ိ/-

၃၈။ ဦးရဲမြင့်+ဒေါ်စန်းနွဲ့ ၅၀၀၀ိ/-

ဗုဒ္ဓ ဓမ္မ၊ ကျင့်ကြံကြ၊ အေးချမ်းကြပါစေ

မေတ္တာရေစင် အရှင်ဓမ္မပါလ (ဘုံလယ်တီတောရ)
ဘုံလယ်တီတောရအမြဲစခန်းရိပ်သာ၊ မြင်ကဝအုပ်စု၊
ဆိပ်ဖြူ မြို့နယ်၊ မကွေးတိုင်း။

မှတ်ချက်။ ။ ၁၃၆၈-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလန်း(၈)ရက်၊ မကွေးတိုင်း၊ စလင်းမြို့နယ်၊ မြို့လှရွာ အလှူ့ဒါယိကာ ဦးဇော်ဝင်း+ အလှူ့ဒါယိကာမ ဒေါ်မြင့်စမ်းတို့၏ ရှင်ပြုနားသ အလှူတော် မင်္ဂလာ အထိမ်းအမှတ် ညအထူးတရားပွဲတွင် ဟောကြားခဲ့သော တရားတော်ကို ပြန်လည်ပြုပြင်ဖြည့်စွက်ရေးသားထားပါသည်။