

ဆဋ္ဌသံဂါယနာမူ  
မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်  
ပါဠိတော် မြန်မာပြန်

ALOTAWPYIE BODHISUKHA  
BUDDHIST SOCIETY OF AMERICA

1102 KELVIN ROAD  
EL SOBRANTE CA, 94803-1013  
PHONE:(510) 223-8853

“နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန်သတိပဋ္ဌာန်”

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်  
မာတိကာ

- ၁။ ကိလေသာစင်ကြောင်း နည်းကောင်းအမှန်၊  
ဟောဒီမှာကြည့် သတိပဋ္ဌာန်၊  
ဝန်ခံချက်နှင့် မိန့်မြွက်လေပြန်၊  
ကျင့်ကြံသုံး လမ်းဆုံး ပြည်နိဗ္ဗာန်။
- ၂။ စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးလွတ်ရန်၊  
ဟောဒီမှာကြည့် သတိပဋ္ဌာန်၊  
ဝန်ခံချက်နှင့် မိန့်မြွက်လေပြန်၊  
ကျင့်ကြံသုံး လမ်းဆုံး ပြည်နိဗ္ဗာန်။
- ၃။ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲ ချုပ်မြဲအမှန်၊  
ဟောဒီမှာကြည့် သတိပဋ္ဌာန်၊  
ဝန်ခံချက်နှင့် မိန့်မြွက်လေပြန်၊  
ကျင့်ကြံသုံး လမ်းဆုံး ပြည်နိဗ္ဗာန်။
- ၄။ အရိယာမဂ် လှမ်းတက်ဖို့ရန်  
ဟောဒီမှာကြည့် သတိပဋ္ဌာန်၊  
ဝန်ခံချက်နှင့် မိန့်မြွက်လေပြန်၊  
ကျင့်ကြံသုံး လမ်းဆုံး ပြည်နိဗ္ဗာန်။
- ၅။ နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက် ဆိုက်ရောက်ဖို့ရန်၊  
ဟောဒီမှာကြည့် သတိပဋ္ဌာန်၊  
ဝန်ခံချက်နှင့် မိန့်မြွက်လေပြန်၊  
ကျင့်ကြံသုံး လမ်းဆုံး ပြည်နိဗ္ဗာန်။

ပါဠိတော်	စာမျက်နှာ
ဥဒ္ဓေသ	၁
ကာယာနုပဿနာ အာနာပါနုပဗ္ဗ	၂
ကာယာနုပဿနာ ဣရိယာပထပဗ္ဗ	၄
ကာယာနုပဿနာ သမ္မဇာနုပဗ္ဗ	၅
ကာယာနုပဿ ပဋိကူလမနသိကာရပဗ္ဗ	၆
ကာယာနုပဿနာ ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗ	၈
ကာယာနုပဿနာ နဝသိဝထိကပဗ္ဗ	၉
ဝေဒနာနုပဿနာ	၁၄
စိတ္တာနုပဿနာ	၁၅
ဓမ္မာနုပဿနာ နိဝရဏပဗ္ဗ	၁၇
ဓမ္မာနုပဿနာ ခန္ဓပဗ္ဗ	၁၉
ဓမ္မာနုပဿနာ အာယတနပဗ္ဗ	၂၁
ဓမ္မာနုပဿနာ ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗ	၂၄
ဓမ္မာနုပဿနာ သစ္စပဗ္ဗ	၂၇
ဒုက္ခသစ္စနိဒ္ဓေသ	၂၈
သမုဒယသစ္စနိဒ္ဓေသ	၃၂
နိရောဓသစ္စနိဒ္ဓေသ	၃၆
မဂ္ဂသစ္စနိဒ္ဓေသ	၃၉

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်  
မာတိကာ

မြန်မာပြန်				စာမျက်နှာ
မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် အကျဉ်းချုပ်	--	--		၄၅
၁။ ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်				
(၁) ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ရှုဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း				၄၇
(၂) ဣရိယာပုတ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း	--			၅၀
(၃) သတိသမ္ပဇော်ဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း	--			၅၁
(၄) စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း	--			၅၃
(၅) ဓါတ်အားဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း	--			၅၆
(၆) သူသေကောင်ကိုးမျိုးကို နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း				၅၇
၂။ ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်				
ဝေဒနာကိုဆင်ခြင်ခြင်းကိုးပါး	--	--		၆၆
၃။ စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်				
စိတ်ကိုဆင်ခြင်ခြင်း တစ်ဆယ့်ခြောက်ပါး	--			၆၈
၄။ ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်				
သဘောတရားကို ဆင်ခြင်ခြင်းငါးပါး	--			၇၁
(၁) နီဝရဏတရားငါးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း				၇၁
(၂) ခန္ဓာငါးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း	--			၇၄
(၃) အာယတနတစ်ဆယ့်နှစ်ပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း				၇၇
(၄) ဗောဇ္ဈင်ခုနှစ်ပါး ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း	--			၈၀
(၅) သစ္စာလေးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း	--			၈၅
ဒုက္ခအရိယသစ္စာ	--	--	--	၈၆
ဒုက္ခသမုဒယ အရိယသစ္စာ	--	--	--	၉၂
ဒုက္ခနိရောဓ အရိယသစ္စာ	--	--	--	၁၀၅
ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ အရိယသစ္စာ	--			၁၁၀

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

# မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ္တ

၃၇၂။ ဧဝံ မေ သုတံ- ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ကုရုသု ဝိဟရတိ ကမ္မာသဓမ္မံ နာမ ကုရုနံ နိဂမော။ တတြ ခေါ ဘဂဝါ ဘိက္ခု အာမန္တေသိ “ဘိက္ခုဝေါ”တိ။ “ဘဒ္ဒန္တေ”တိ တေ ဘိက္ခု ဘဂဝတော ပစ္စယောသုံ။ ဘဂဝါ ဧတဒဝေါစ-

ဥဒ္ဒေသ

၃၇၃။ ဧကာယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမာယ ဉာယဿ အဓိဂမာယ နိဗ္ဗာနဿ သစ္စိကိရိယာယ၊ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ။

ကတမေ စတ္တာရော။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ

အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ။

ဥဒ္ဒေသော နိဋ္ဌိတော။

- - -

ကာယာနုပဿနာ အာနာပါနုပဗ္ဗ

၃၇၄။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အရညဂတော ဝါ ရုက္ခမူလဂတော ဝါ သုညာဂါရဂတော ဝါ နိသီဒတိ ပလ္လင်္ကံ အာဘုဇိတ္တာ ဥဇုံ ကာယံ ပဏိဓာယ ပရိမုခံ သတိ ဥပဋ္ဌပေတွာ။ သော သတောဝ အဿသတိ၊ သတောဝ ပဿသတိ။ ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော “ဒီဃံ အဿသာမိ”တိ ပဇာနာတိ၊ ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္တော “ဒီဃံ ပဿသာမိ”တိ ပဇာနာတိ၊ ရဿံ ဝါ အဿသန္တော “ရဿံ အဿသာမိ”တိ ပဇာနာတိ၊ ရဿံ ဝါ ပဿသန္တော “ရဿံ ပဿသာမိ”တိ ပဇာနာတိ။ “သဗ္ဗကာယ-ပဋိသံဝေဒီ အဿသိသာမိ”တိ သိက္ခတိ။ “သဗ္ဗ-

ကာယပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာမီ”တိ သိက္ခတိ၊  
“ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿသိဿာမီ”တိ  
သိက္ခတိ၊ “ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ ပဿသိဿာမီ”  
တိ သိက္ခတိ။

သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဒက္ခော ဘမကာရော  
ဝါ ဘမကာရန္တေဝါသီ ဝါ ဒီဃံ ဝါ အဉ္စန္တော  
“ဒီဃံ အည္ဈမီ”တိ ပဇာနာတိ၊ ရဿံ ဝါ အဉ္စန္တော  
“ရဿံ အည္ဈမီ”တိ ပဇာနာတိ၊ ဧဝမေဝ ခေါ  
ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဒီဃံ ဝါ အဿသန္တော “ဒီဃံ  
အဿသာမီ”တိ ပဇာနာတိ၊ ဒီဃံ ဝါ ပဿသန္တော  
“ဒီဃံ ပဿသာမီ”တိ ပဇာနာတိ၊ ရဿံ ဝါ  
အဿသန္တော “ရဿံ အဿသာမီ”တိ ပဇာနာတိ၊  
ရဿံ ဝါ ပဿသန္တော “ရဿံ ပဿသာမီ”တိ  
ပဇာနာတိ၊ “သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ အဿသိဿာမီ”  
တိ သိက္ခတိ၊ “သဗ္ဗကာယပဋိသံဝေဒီ ပဿသိဿာ-  
မီ”တိ သိက္ခတိ၊ “ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ အဿ-  
သိဿာမီ”တိ သိက္ခတိ၊ “ပဿမ္ဘယံ ကာယသင်္ခါရံ  
ပဿသိဿာမီ”တိ သိက္ခတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ

ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊  
သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။  
“အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ  
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ  
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ  
ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ  
ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

အာနာပါနပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ကာယာနုပဿနာ ဣရိယာပထပဗ္ဗ

၃၇၅။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဂစ္ဆန္တော ဝါ  
“ဂစ္ဆာမီ”တိ ပဇာနာတိ၊ ဌိတောဝါ “ဌိတောမီ”တိ  
ပဇာနာတိ၊ နိသိန္နော ဝါ “နိသိန္နောမီ”တိ ပဇာနာ-  
တိ၊ သယာနော ဝါ “သယာနောမီ”တိ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ ယထာ ဝါ ပနဿ ကာယော ပဏိဟိတော  
ဟောတိ၊ တထာ တထာ နံ ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာ-  
နုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ

ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊  
သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။  
“အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ  
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာ-  
ယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ  
လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဣရိယာပထပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ကာယာနုပဿနာ သမ္ပဇာနပဗ္ဗ

၃၇၆။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အဘိက္ကန္တေ  
ပဋိက္ကန္တေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ အာလောကိတေ  
ဝိလောကိတေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ သမိဉ္စိတေ  
ပသာရိတေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ သင်္ခါပုတ္တ-  
စိဝရဓာရဏေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ အသိတေ  
ဝိတေ ခါယိတေ သာယိတေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊  
ဥစ္စာရပဿာဝကမ္ပေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ၊ ဂတေ  
ဌိတေ နိဿိန္တေ သုတ္တေ ဇာဂရိတေ ဘာသိတေ  
တုဏှိဘာဝေ သမ္ပဇာနကာရီ ဟောတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာ-  
နုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယ-  
သ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ  
ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ  
ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ  
ပစ္စုပ္ပန်တာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ  
ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န  
စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ  
ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

သမ္ပဇာနပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ကာယာနုပဿနာ ပဋိကူလမနသိကာရပဗ္ဗ

၃၇၇။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဣမမေဝ  
ကာယံ ဥဒ္ဓံ ပါဒတလာ အမော ကေသမတ္ထကာ  
တစပရိယန္တံ ပူရံ နာနပ္ပကာရဿ အသုစိနော  
ပစ္စဝေက္ခတိ “အတ္ထိ ဣမသမိ” ကာယေ ကေသာ  
လောမာ နခါ ဒန္တာ တစော၊ မံသ နှာရ အဋ္ဌိ  
အဋ္ဌိမိဉ္စိ ဝက္ကံ၊ ဟဒယံ ယကနံ ကိလောကမံ ပိဟကံ

ပပွါသံ၊ အန္တံအန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ ကရိသံ၊ ပိတ္တံ သေမှံ ပုဗ္ဗော လောဟိတံ သေဒေါ မေဒေါ၊ အဿု ဝသာ ခေဋ္ဌော သိဃံာဏိကာ လသိကာ မုတ္တန္တိ။

သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဥဘတောမုခါ ပုတောဋ္ဌိ ပူရာ နာနာဝိဟိတဿ ခညဿ။ သေယျထိဒံ၊ သာလိနံ ဝိဟိနံ မုဂ္ဂါနံ မာသာနံ တိလာနံ တဏှုလာနံ။ တမေနံ စက္ခုမာ ပုရိသော မုဉ္ဇိတွာ ပစ္စဝေက္ခေယျ “ဣမေ သာလီ ဣမေ ဝိဟီ ဣမေ မုဂ္ဂါ ဣမေ မာသာ ဣမေ တိလာ ဣမေ တဏှုလာ”တိ။ ဧဝမေဝ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဣမမေဝ ကာယံ ဥဒ္ဓံ ပါဒတလာ အဓော ကေသမတ္တကာ တစပရိယန္တံ ပူရံ နာနပ္ပကာရဿ အသုစိနော ပစ္စဝေက္ခတိ “အတ္ထိ ဣမသမိံ ကာယေ ကေသာ လောမာ နခါ ဒန္တာ တစော၊ မံသ နှာရု အဋ္ဌိ အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ ဝက္ကံ၊ ဟဒယံ ယကနံ ကိလောကမံ ပိဟကံ ပပွါသံ၊ အန္တံအန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ ကရိသံ၊ ပိတ္တံ သေမှံ ပုဗ္ဗော လောဟိတံ သေဒေါ မေဒေါ၊ အဿု ဝသာ ခေဋ္ဌော သိဃံာဏိကာ လသိကာ မုတ္တန္တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာ-နုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ

ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပဋိကူလမနသိကာရပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ကာယာနုပဿနာ ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗ

၃၇၈။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဣမမေဝ ကာယံ ယထာဋ္ဌိတံ ယထာပဏိဟိတံ ဓာတုသော ပစ္စဝေက္ခတိ “အတ္ထိ ဣမသ္မိံ ကာယေ ပထဝီဓာတု အာပေါဓာတု တေဇောဓာတု ဝါယောဓာတူ”တိ။

သေယျထာပိ ဘိက္ခဝေ ဒက္ခော ဂေါဃာတ-ကော ဝါ ဂေါဃာတကန္တေဝါသီ ဝါ ဂါဝိံ ဝဓိတွာ စတုမဟာပထေ ဗိလသော ဝိဘဇိတွာ နိသိန္နော အဿ။ ဧဝမေဝ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဣမမေဝ ကာယံ ယထာဋ္ဌိတံ ယထာပဏိဟိတံ ဓာတုသော

ပစ္စဝေက္ခတိ “အတ္ထိ ဣမသ္မိံ ကာယေ ပထဝီဓာတု အာပေါဓာတု တေဇောဓာတု ဝါယောဓာတူ”တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တော ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဓာတုမနသိကာရပဗ္ဗ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ကာယာနုပဿနာ နဝသိဝထိကပဗ္ဗ

၃၇၉။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပဿေယျ သရိရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ ဧကာဟ-မတံ ဝါ ဒ္ဓိဟမတံ ဝါ တိဟမတံ ဝါ ဥဒ္ဓါမာတကံ ဝိနီလကံ ဝိပုဗ္ဗကဇာတံ၊ သော ဣမမေဝ ကာယံ

ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တော ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ ပဿေယျ သရိရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ ကာကေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ကုလလေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ဂိဇ္ဈေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ကင်္ကေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ သုနခေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ဗျဠေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ဒီပီဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ သိင်္ဂီလေဟိ ဝါ ခဇ္ဇမာနံ ဝိဝိဒေဟိ ဝါ ပါဏက-ဇာတေဟိ ခဇ္ဇမာနံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”တိ။



ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
 ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
 ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
 ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ  
 ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊  
 သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။  
 “အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ  
 ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-  
 မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စ  
 လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
 ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ  
 ပဿေယျ သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ အဋ္ဌိက-  
 သင်္ခလိကံ သမံသလောဟိတံ နှာရသမ္ပန္နံ။ သော  
 ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ ခေါ  
 ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”တိ။  
 အဋ္ဌိကသင်္ခလိကံ နိမံသလောဟိတမက္ခိတံ နှာရသမ္ပန္နံ  
 သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ  
 ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”  
 တိ။ အဋ္ဌိကသင်္ခလိကံ အပဂတမံသလောဟိတံ  
 နှာရသမ္ပန္နံ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ  
 “အယမ္ပိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ

ဧဝံအနတိတော”တိ။ အဋ္ဌိကာနိ အပဂတသမ္ပန္နာနိ  
 ဒိသာ ဝိဒိသာ ဝိခိတ္တာနိ၊ အညေန ဟတ္ထဋ္ဌိကံ  
 အညေန ပါဒဋ္ဌိကံ အညေန ဂေါပကဋ္ဌိကံ အညေန  
 ဇယ်ဋ္ဌိကံ အညေန ဦရုဋ္ဌိကံ အညေန ကဋ္ဌိဋ္ဌိကံ  
 အညေန ဖာသုကဋ္ဌိကံ အညေန ပိဋ္ဌိဋ္ဌိကံ အညေန  
 ခန္တဋ္ဌိကံ အညေန ဂီဝဋ္ဌိကံ အညေန ဟနကဋ္ဌိကံ  
 အညေန ဒန္တဋ္ဌိကံ အညေန သီသကဋ္ဌာဟံ။ သော  
 ဣမမေဝ ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ ခေါ  
 ကာယော ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
 ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
 ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
 ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ  
 ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊  
 သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။  
 “အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ  
 ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-  
 မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စ  
 လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
 ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သေယျထာပိ  
 ပဿေယျ သရီရံ သိဝထိကာယ ဆဒ္ဓိတံ အဋ္ဌိကာနိ

သေတာနိ သင်္ခံဝဏ္ဏပဋိဘာဂါနိ။ သော ဣမမေဝ  
ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ ခေါ ကာယော  
ဧဝံဓမ္မောဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”တိ။ အဋ္ဌိကာနိ  
ပုဉ္ဇကိတာနိ တေရောဝဿိကာနိ။ သော ဣမမေဝ  
ကာယံ ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ ခေါ ကာယော  
ဧဝံဓမ္မော ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”တိ။ အဋ္ဌိကာနိ  
ပူတီနိ စုဏ္ဏကဇာတာနိ။ သော ဣမမေဝ ကာယံ  
ဥပသံဟရတိ “အယမ္ပိ ခေါ ကာယော ဧဝံဓမ္မော  
ဧဝံဘာဝီ ဧဝံအနတိတော”တိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ကာယေ ကာယာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ  
ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ၊  
သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ကာယသ္မိံ ဝိဟရတိ။  
“အတ္ထိ ကာယော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋိတာ  
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-  
မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ  
လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

နဝသိဝထိကပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။  
စုဒ္ဒသ ကာယာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။

ဝေဒနာနုပဿနာ

၃၈၀။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဝေဒနာသု  
ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဒ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
သုခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော “သုခံ ဝေဒနံ  
ဝေဒယာမိ”တိ ပဇာနာတိ။ ဒုက္ခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒ-  
ယမာနော “ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိ”တိ ပဇာနာတိ။  
အဒုက္ခမသုခံ ဝါ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော “အဒုက္ခမသုခံ  
ဝေဒနံ ဝေဒယာမိ”တိ ပဇာနာတိ။ သာမိသံ ဝါ  
သုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော “သာမိသံ သုခံ ဝေဒနံ  
ဝေဒယာမိ”တိ ပဇာနာတိ။ နိရုမိသံ ဝါ သုခံ  
ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော “နိရုမိသံ သုခံ ဝေဒနံ  
ဝေဒယာမိ”တိ ပဇာနာတိ။ သာမိသံ ဝါ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ  
ဝေဒယမာနော “သာမိသံ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိ”တိ  
ပဇာနာတိ။ နိရုမိသံ ဝါ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော  
“နိရုမိသံ ဒုက္ခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိ”တိ ပဇာနာတိ။  
သာမိသံ ဝါ အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယမာနော  
“သာမိသံ အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ ဝေဒယာမိ”တိ  
ပဇာနာတိ။ နိရုမိသံ ဝါ အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ  
ဝေဒယမာနော “နိရုမိသံ အဒုက္ခမသုခံ ဝေဒနံ  
ဝေဒယာမိ”တိ ပဇာနာတိ။ ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ  
ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ  
ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ

ဝါ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။  
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ။  
ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ။  
သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဝေဒနာသု ဝိဟရတိ။  
“အတ္ထိ ဝေဒနာ”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ  
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-  
မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ။ န စ ကိဉ္စိ  
လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ ဝိဟရတိ။

ဝေဒနာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။

- - -

စိတ္တာနုပဿနာ

၃၈၁။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု စိတ္တေ  
စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
သရာဂံ ဝါ စိတ္တံ “သရာဂံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
ဝိတရာဂံ ဝါ စိတ္တံ “ဝိတရာဂံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
သဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ “သဒေါသံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
ဝိတဒေါသံ ဝါ စိတ္တံ “ဝိတဒေါသံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
သမောဟံ ဝါ စိတ္တံ “သမောဟံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
ဝိတမောဟံ ဝါ စိတ္တံ “ဝိတမောဟံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။

သံခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ “သံခိတ္တံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
ဝိက္ခိတ္တံ ဝါ စိတ္တံ “ဝိက္ခိတ္တံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
မဟဂ္ဂတ္တံ ဝါ စိတ္တံ “မဟဂ္ဂတ္တံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
အမဟဂ္ဂတ္တံ ဝါ စိတ္တံ “အမဟဂ္ဂတ္တံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
သဥတ္တရံ ဝါ စိတ္တံ “သဥတ္တရံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
အနုတ္တရံ ဝါ စိတ္တံ “အနုတ္တရံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
သမာဟိတံ ဝါ စိတ္တံ “သမာဟိတံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
အသမာဟိတံ ဝါ စိတ္တံ “အသမာဟိတံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
ဝိမုတ္တံ ဝါ စိတ္တံ “ဝိမုတ္တံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။  
အဝိမုတ္တံ ဝါ စိတ္တံ “အဝိမုတ္တံ စိတ္တံ” ဝိတ္ထိ ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ။ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ။ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိ  
ဝိဟရတိ။ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိ ဝိဟရတိ။  
သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ စိတ္တသ္မိ ဝိဟရတိ။  
“အတ္ထိ စိတ္တ”န္တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ  
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-  
မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ။ န စ ကိဉ္စိ  
လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ ဝိဟရတိ

စိတ္တာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။

ဓမ္မာနုပဿနာ နိဝရဏပဗ္ဗ

၃၈၂။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု  
ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသု နိဝရဏေသု။  
ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ ပဉ္စသု နိဝရဏေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ  
ကာမတ္တန္တံ “အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ကာမတ္တန္တော”တိ  
ပဇာနာတိ။ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ကာမတ္တန္တံ “နတ္ထိ  
မေ အဇ္ဈတ္တံ ကာမတ္တန္တော”တိ ပဇာနာတိ။ ယထာ စ  
အနုပ္ပန္နဿ ကာမတ္တန္တဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ။ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ကာမတ္တန္တဿ ပဟာနံ  
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။ ယထာ စ ပဟီနဿ  
ကာမတ္တန္တဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဗျာပါဒံ “အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ  
ဗျာပါဒေါ”တိ ပဇာနာတိ။ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ  
ဗျာပါဒံ “နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဗျာပါဒေါ”တိ ပဇာနာတိ။  
ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ ဗျာပါဒဿ ဥပ္ပါဒေါ  
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ  
ဗျာပါဒဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။  
ယထာ စ ပဟီနဿ ဗျာပါဒဿ အာယတိံ

အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ထိနမိဒ္ဓံ “အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ  
ထိနမိဒ္ဓံ”တိ ပဇာနာတိ။ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ထိနမိဒ္ဓံ  
“နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ထိနမိဒ္ဓံ”တိ ပဇာနာတိ။ ယထာ  
စ အနုပ္ပန္နဿ ထိနမိဒ္ဓဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ။ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ထိနမိဒ္ဓဿ ပဟာနံ  
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။ ယထာ စ ပဟီနဿ  
ထိနမိဒ္ဓဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဥဒ္ဒစ္စကုက္ကုစ္စံ “အတ္ထိ မေ  
အဇ္ဈတ္တံ ဥဒ္ဒစ္စကုက္ကုစ္စံ”တိ ပဇာနာတိ။ အသန္တံ ဝါ  
အဇ္ဈတ္တံ ဥဒ္ဒစ္စကုက္ကုစ္စံ “နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဥဒ္ဒစ္စ-  
ကုက္ကုစ္စံ”တိ ပဇာနာတိ။ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ ဥဒ္ဒစ္စ-  
ကုက္ကုစ္စဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။ ယထာ  
စ ဥပ္ပန္နဿ ဥဒ္ဒစ္စကုက္ကုစ္စဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ။ ယထာ စ ပဟီနဿ ဥဒ္ဒစ္စကုက္ကုစ္စဿ  
အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဝိစိကိစ္ဆာံ “အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ  
ဝိစိကိစ္ဆာံ”တိ ပဇာနာတိ။ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဝိစိကိစ္ဆာံ  
“နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဝိစိကိစ္ဆာံ”တိ ပဇာနာတိ။ ယထာ  
စ အနုပ္ပန္နဿ ဝိစိကိစ္ဆာယ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ။ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ဝိစိကိစ္ဆာယ ပဟာနံ

ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနာယ  
ဝိစိကိစ္ဆာယ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊  
အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။  
သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယ-  
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယ-  
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ ဓမ္မာ”တိ  
ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ  
ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိဿိတော စ  
ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။  
ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ ပဉ္စသု နိဝရဏေသု။

နိဝရဏပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ဓမ္မာနုပဿနာ ခန္ဓပဗ္ဗ

၃၈၃။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာ-  
နုပဿီ ဝိဟရတိ ပဉ္စသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု။ ကထဉ္စ  
ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ

ပဉ္စသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
ဣတိ ရူပံ၊ ဣတိ ရူပဿ သမုဒယော၊ ဣတိ  
ရူပဿ အတ္ထင်္ဂမော။ ဣတိ ဝေဒနာ၊ ဣတိ ဝေဒ-  
နာယ သမုဒယော၊ ဣတိ ဝေဒနာယ အတ္ထင်္ဂမော။  
ဣတိ သညာ၊ ဣတိ သညာယ သမုဒယော၊ ဣတိ  
သညာယ အတ္ထင်္ဂမော။ ဣတိ သင်္ခါရာ၊ ဣတိ  
သင်္ခါရာနံ သမုဒယော၊ ဣတိ သင်္ခါရာနံ အတ္ထင်္ဂမော။  
ဣတိ ဝိညာဏံ၊ ဣတိ ဝိညာဏဿ သမုဒယော၊  
ဣတိ ဝိညာဏဿ အတ္ထင်္ဂမောတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊  
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တ-  
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယ-  
ဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ  
ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ  
ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ ဓမ္မာ”တိ ဝါ ပနဿ  
သတိ ပစ္စုပ္ပိတာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ  
ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န  
စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ  
ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ  
ပဉ္စသု ဥပါဒါနက္ခန္ဓေသု။

ခန္ဓပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ဓမ္မာနုပဿနာ အာယတနပဗ္ဗ

၃၈၄။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု  
ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ဆသု အဇ္ဈတ္တိကဗဟိရေသု  
အာယတနေသု။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ဆသု အဇ္ဈတ္တိက-  
ဗဟိရေသု အာယတနေသု။

ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု စက္ခုပဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ရူပေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ  
သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ  
သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ  
တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ သံယောဇ-  
နဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သောတဉ္စ ပဇာနာတိ၊ သဒ္ဓေ စ ပဇာနာတိ၊  
ယဉ္စ တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ  
ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ  
ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ  
ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ သံယောဇနဿ  
အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

ဃာနဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ဂန္ဓေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ  
တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊

ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ  
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ  
သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ စ ပဟိနဿ သံယောဇနဿ အာယတိံ  
အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

ဇိဝှဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ရသေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ  
တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ  
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ  
သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ စ ပဟိနဿ သံယောဇနဿ အာယတိံ  
အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

ကာယဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ဖောဋ္ဌဗ္ဗေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ  
တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ  
ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ  
သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ စ ပဟိနဿ သံယောဇနဿ အာယတိံ  
အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

မနဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ဓမ္မေ စ ပဇာနာတိ၊ ယဉ္စ  
တဒုဘယံ ပဋိစ္စ ဥပ္ပဇ္ဇတိ သံယောဇနံ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊  
ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ဥပ္ပါဒေါ

ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သံယောဇနဿ ပဟာနံ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ပဟိနဿ သံယောဇနဿ အာယတိံ အနုပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊ သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ ဓမ္မာ”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန္တာ ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိမတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ ဆသု အဇ္ဈတ္တိကဗဟိရေသု အာယတနေသု။

အာယတနပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

ဓမ္မာနုပဿနာ ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗ

၃၈၅။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ သတ္တသု ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။ ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ သတ္တသု ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။

ဣစ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ သတိ- သမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ၊ “အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂေ” တိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ “နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂေ”တိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ သတိသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။

သန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ၊ “အတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂေ”တိ ပဇာနာတိ၊ အသန္တံ ဝါ အဇ္ဈတ္တံ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂံ “နတ္ထိ မေ အဇ္ဈတ္တံ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂေ”တိ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ အနုပ္ပန္နဿ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဥပ္ပါဒေါ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ၊ ယထာ စ ဥပ္ပန္နဿ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်္ဂဿ ဘာဝနာယ ပါရိပူရိ ဟောတိ တဉ္စ ပဇာနာတိ။





ဝယမ္မောနုပဿီ ဝါ မေဓေသု ဝိဟရတိ။ “အတ္ထိ  
မ္မော”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပဋ္ဌိတာ ဟောတိ  
ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋ္ဌိဿတိမတ္တာယ။  
အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ လောကေ  
ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု မေဓေသု  
မ္မောနုပဿီ ဝိဟရတိ သတ္တသု ဗောဇ္ဈင်္ဂေသု။

ဗောဇ္ဈင်္ဂပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။

- - -

မ္မောနုပဿနာ သစ္စပဗ္ဗ

၃၈၆။ ပုန စပရံ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု မေဓေသု  
မ္မောနုပဿီ ဝိဟရတိ စတုသု အရိယသစ္စေသု။  
ကထဉ္စ ပန ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု မေဓေသု မ္မောနုပဿီ  
ဝိဟရတိ စတုသု အရိယသစ္စေသု။ ဣဓ ဘိက္ခဝေ  
ဘိက္ခု “ဣဒံ ဒုက္ခန္တိ” ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ၊  
“အယံ ဒုက္ခသမုဒယော”တိ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ၊  
“အယံ ဒုက္ခနိရောဓော”တိ ယထာဘူတံ ပဇာနာတိ၊  
“အယံ ဒုက္ခနိရောဂေါမိနိပဋိပဒါ”တိ ယထာဘူတံ  
ပဇာနာတိ။

ပဌမဘာဏဝါရော နိဋ္ဌိတော။

ဒုက္ခသစ္စနိဒ္ဒေသ

၃၈၇။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ။  
ဇာတိပိ ဒုက္ခာ၊ ဇရာပိ ဒုက္ခာ၊ မရဏမ္ပိ ဒုက္ခံ၊  
သောကပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာပိ ဒုက္ခာ၊  
အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါပိ ဒုက္ခော၊ ပိယေဟိ  
ဝိပ္ပယောဂေါပိ ဒုက္ခော၊ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ  
ဒုက္ခံ၊ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ။

၃၈၈။ ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ ဇာတိ။ ယာ တေသံ  
တေသံ သတ္တာနံ တမိ တမိ သတ္တနိကာယေ ဇာတိ  
သဉ္ဇာတိ ဩက္ကန္တိ အဘိနိဗ္ဗတ္တိ ခန္ဓာနံ ပါတုဘာဝေါ  
အာယတနာနံ ပဋိလာဘော။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ  
ဇာတိ။

၃၈၉။ ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ ဇရာ။ ယာ တေသံ  
တေသံ သတ္တာနံ တမိ တမိ သတ္တနိကာယေ ဇရာ  
ဇီရဏတာ ခဏ္ဍိစ္စံ ပါလိစ္စံ ဝလိတ္တစတာ အာယုနော  
သံဟာနိ ဣန္ဒြိယာနံ ပရိပါကော။ အယံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ ဇရာ။

၃၉၀။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ မရဏံ။ ယံ တေသံ  
တေသံ သတ္တာနံ တမှာ တမှာ သတ္တနိကာယာ စုတိ  
စဝနတာ ဘေဒေါ အန္တရဓာနံ မစ္စု မရဏံ ကာလကိ-  
ရိယာ ခန္ဓာနံ ဘေဒေါ ကဠေဝရဿ နိက္ခေပေါ  
ဇီဝိတိန္ဒြိယသုပစ္စေဒေါ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ မရဏံ။

၃၉၁။ ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သောကော။ ယော  
ခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန  
သမန္နာဂတဿ အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန  
ဖုဋ္ဌဿ သောကော သောစနာ သောစိတတ္ထံ အန္တော-  
သောကော အန္တောပရိသောကော။ အယံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ သောကော။

၃၉၂။ ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ပရိဒေဝေါ။ ယော  
ခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန  
သမန္နာဂတဿ အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန  
ဖုဋ္ဌဿ အာဒေဝေါ ပရိဒေဝေါ အာဒေဝနာ ပရိဒေဝနာ  
အာဒေဝိတတ္ထံ ပရိဒေဝိတတ္ထံ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ  
ပရိဒေဝေါ။

၃၉၃။ ။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။ ယံ ခေါ  
ဘိက္ခဝေ ကာယိကံ ဒုက္ခံ ကာယိကံ အသာတံ  
ကာယသမ္ပဿဇံ ဒုက္ခံ အသာတံ ဝေဒယိတံ။  
ဣဒံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ။

၃၉၄။ ။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒေါမနဿံ။ ယံ ခေါ  
ဘိက္ခဝေ စေတသိကံ ဒုက္ခံ စေတသိကံ အသာတံ  
မနောသမ္ပဿဇံ ဒုက္ခံ အသာတံ ဝေဒယိတံ။ ဣဒံ  
ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒေါမနဿံ။

၃၉၅။ ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ဥပါယာသော။  
ယော ခေါ ဘိက္ခဝေ အညတရညတရေန ဗျသနေန

သမန္နာဂတဿ အညတရညတရေန ဒုက္ခဓမ္မေန  
ဖုဋ္ဌဿ အာယာသော ဥပါယာသော အာယာသိတတ္ထံ  
ဥပါယာသိတတ္ထံ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဥပါ-  
ယာသော။

၃၉၆။ ကတမော စ ဘိက္ခဝေ အပ္ပိယေဟိ  
သမ္ပယောဂေါဒုက္ခော။ ဣဓ ယဿ တေ ဟောန္တိ  
အနိဋ္ဌာ အကန္တာ အမနာပါ ရူပါ သဒ္ဓါ ဂန္ဓာ  
ရသာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ ဓမ္မာ၊ ယေ ဝါ ပနဿ တေ  
ဟောန္တိ အနတ္ထကာမာ အဟိတကာမာ အဖာသုက-  
ကာမာ အယောဂက္ခေမကာမာ၊ ယာ တေဟိ သဒ္ဓိံ  
သင်္ဂတိံ သမာဂမော သမောဓာနံ မိဿိဘာဝေါ။  
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ အပ္ပိယေဟိ သမ္ပယောဂေါ  
ဒုက္ခော။

၃၉၇။ ကတမော စ ဘိက္ခဝေ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယော-  
ဂေါဒုက္ခော။ ဣဓ ယဿ တေ ဟောန္တိ ဣဋ္ဌာ  
ကန္တာ မနာပါ ရူပါ သဒ္ဓါ ဂန္ဓာ ရသာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ  
ဓမ္မာ၊ ယေ ဝါ ပနဿ တေ ဟောန္တိ အတ္ထကာမာ  
ဟိတကာမာ ဖာသုကကာမာ ယောဂက္ခေမကာမာ  
မာတာ ဝါ ပိတာ ဝါ ဘာတာ ဝါ ဘဂိနီ ဝါ  
မိတ္တာ ဝါ အမစ္စာ ဝါ ဉှတိသာလောဟိတာ ဝါ၊  
ယာ တေဟိ သဒ္ဓိံ အသင်္ဂတိံ အသမာဂမော  
အသမောဓာနံ အမိဿိဘာဝေါ။ အယံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ ပိယေဟိ ဝိပ္ပယောဂေါ ဒုက္ခော။

၃၉၈။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ  
 ဒုက္ခံ။ ဇာတိဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ  
 ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော ဝတ မယံ န ဇာတိဓမ္မာ  
 အဿာမ၊ န စ ဝတ နော ဇာတိ အာဂစ္ဆေယျာ”  
 တိ။ န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တဗ္ဗံ၊ ဣဒမ္ပိ  
 ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။ ဇရာဓမ္မာနံ  
 ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော  
 ဝတ မယံ န ဇရာဓမ္မာ အဿာမ၊ န စ ဝတ  
 နော ဇရာ အာဂစ္ဆေယျာ”တိ။ န ခေါ ပနေတံ  
 ဣစ္ဆာယ ပတ္တဗ္ဗံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ  
 ဒုက္ခံ။ ဗျာဓိဓမ္မာနံ ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ  
 ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော ဝတ မယံ န ဗျာဓိဓမ္မာ  
 အဿာမ၊ န စ ဝတ နော ဗျာဓိ အာဂစ္ဆေယျာ”  
 တိ။ န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တဗ္ဗံ၊ ဣဒမ္ပိ  
 ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။ မရဏဓမ္မာနံ  
 ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော  
 ဝတ မယံ န မရဏဓမ္မာ အဿာမ၊ န စ ဝတ  
 နော မရဏံ အာဂစ္ဆေယျာ”တိ။ န ခေါ ပနေတံ  
 ဣစ္ဆာယ ပတ္တဗ္ဗံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န လဘတိ တမ္ပိ  
 ဒုက္ခံ။ သောကပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသဓမ္မာနံ  
 ဘိက္ခဝေ သတ္တာနံ ဧဝံ ဣစ္ဆာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ “အဟော  
 ဝတ မယံ န သောကပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါ-

ယာသာ အဿာမ၊ န စ ဝတ နော သောက-  
 ပရိဒေဝဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသဓမ္မာ အာဂစ္ဆေယျူ”န္တိ။  
 န ခေါ ပနေတံ ဣစ္ဆာယ ပတ္တဗ္ဗံ၊ ဣဒမ္ပိ ယမ္ပိစ္ဆံ န  
 လဘတိ တမ္ပိ ဒုက္ခံ။  
 ၃၉၉။ ကတမေ စ ဘိက္ခဝေ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါ-  
 နက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ။ သေယျထိဒံ၊ ရူပပါဒါနက္ခန္ဓော။  
 ဝေဒနပါဒါနက္ခန္ဓော။ သညုပါဒါနက္ခန္ဓော။ သင်္ခါရ-  
 ပါဒါနက္ခန္ဓော။ ဝိညာဏုပါဒါနက္ခန္ဓော။ ဣမေ ဝုစ္စန္တိ  
 ဘိက္ခဝေ သံခိတ္တေန ပဉ္စုပါဒါနက္ခန္ဓာ ဒုက္ခာ။ ဣဒံ  
 ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ အရိယသစ္စံ။

သမုဒယသစ္စနိဒ္ဒေသ

၄၀၀။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ။  
 ယာယံ တဏှာ ပေါနေဗ္ဗဝိကာ နန္တိရာဂသဟဂတာ  
 တတြတတြာဘိနန္တိနိ။ သေယျထိဒံ၊ ကာမတဏှာ  
 ဘဝတဏှာ ဝိဘဝတဏှာ။  
 သာ ခေါ ပနေသာ ဘိက္ခဝေ တဏှာ ကတ္ထ  
 ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ကတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။  
 ယံ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
 တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ  
 နိဝိသတိ။

ကိစ္စ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ စက္ခု  
 လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ  
 ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။  
 သောတံ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
 တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ  
 နိဝိသတိ။ ဃာနံ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊  
 ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ  
 နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။ ဇိဝှါ လောကေ ပိယရူပံ  
 သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊  
 ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။ ကာယော လောကေ  
 ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ  
 ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။ မနော  
 လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ  
 ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပါ လောကေ။ သဒ္ဓါ လောကေ။ ဂန္ဓာ  
 လောကေ။ ရသာ လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ လောကေ။  
 ဓမ္မာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
 တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ  
 နိဝိသတိ။

စက္ခုဝိညာဏံ လောကေ။ သောတဝိညာဏံ  
 လောကေ။ ဃာနဝိညာဏံ လောကေ။ ဇိဝှါဝိညာဏံ  
 လောကေ။ ကာယဝိညာဏံ လောကေ။ မနောဝိညာဏံ

လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ  
 ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

စက္ခုသမ္မုဿော လောကေ။ သောတသမ္မုဿော  
 လောကေ။ ဃာနသမ္မုဿော လောကေ။ ဇိဝှါ-  
 သမ္မုဿော လောကေ။ ကာယ သမ္မုဿော  
 လောကေ။ မနောသမ္မုဿော လောကေ ပိယရူပံ  
 သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊  
 ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

စက္ခုသမ္မုဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ သောတ-  
 သမ္မုဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ ဃာနသမ္မုဿဇာ  
 ဝေဒနာ လောကေ။ ဇိဝှါသမ္မုဿဇာ ဝေဒနာ  
 လောကေ။ ကာယသမ္မုဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။  
 မနောသမ္မုဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ ပိယရူပံ  
 သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊  
 ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပသညာ လောကေ။ သဒ္ဓသညာ လောကေ။  
 ဂန္ဓသညာ လောကေ။ ရသသညာ လောကေ။  
 ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ လောကေ။ ဓမ္မသညာ လောကေ  
 ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ  
 ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပသဉ္စေတနာ လောကေ။ သဒ္ဓသဉ္စေတနာ  
 လောကေ။ ဂန္ဓသဉ္စေတနာ လောကေ။ ရသသဉ္စေတနာ

လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗသဉ္ဇေတနာ လောကေ။ ဓမ္မ-  
သဉ္ဇေတနာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ  
နိဝိသတိ။

ရူပတဏှာ လောကေ။ သဒ္ဓတဏှာ လောကေ။  
ဂန္ဓတဏှာ လောကေ။ ရသတဏှာ လောကေ။  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာ လောကေ။ ဓမ္မတဏှာ လောကေ  
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ  
ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပဝိတက္ကော လောကေ။ သဒ္ဓဝိတက္ကော  
လောကေ။ ဂန္ဓဝိတက္ကော လောကေ။ ရသဝိတက္ကော  
လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိတက္ကော လောကေ။ ဓမ္မဝိတက္ကော  
လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ  
ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။

ရူပဝိစာရော လောကေ။ သဒ္ဓဝိစာရော လောကေ။  
ဂန္ဓဝိစာရော လောကေ။ ရသဝိစာရော လောကေ။  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရော လောကေ။ ဓမ္မဝိစာရော လောကေ  
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ဥပ္ပဇ္ဇမာနာ  
ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဧတ္ထ နိဝိသမာနာ နိဝိသတိ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခသမုဒယံ အရိယသစ္စံ။

နိရောဓသစ္စနိဒ္ဒေသ

၄၀၁။ ကတမဇ္ဇ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ။  
ယော တဿာယေဝ တဏှာယ အသေသဝိရာဂနိ-  
ရောဓော စာဂေါ ပဋိနိဿဂ္ဂေါ မုတ္တိ အနာလယော။

သာခေါ ပနေသာ ဘိက္ခဝေ တဏှာ ကတ္ထ  
ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ကတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။  
ယံ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ  
ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ကိဉ္စ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ စက္ခု လောကေ  
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ  
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။ သောတံ  
လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ  
ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ဃာနံ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ  
နိရုဇ္ဈတိ။ ဇိဝှါ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊  
ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ  
နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ကာယော လောကေ ပိယရူပံ  
သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယ-  
တိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။ မနော လောကေ  
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ  
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

မနော လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ  
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပါ လောကေ။ သဒ္ဓါ လောကေ။ ဂန္ဓာ  
လောကေ။ ရသာ လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ လောကေ။  
ဓမ္မာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ  
နိရုဇ္ဈတိ။

စက္ခုဝိညာဏံ လောကေ။ သောတဝိညာဏံ  
လောကေ။ ဃာနဝိညာဏံ လောကေ။ ဇိဝှိဝိညာဏံ  
လောကေ။ ကာယဝိညာဏံ လောကေ။ မနောဝိညာဏံ  
လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ  
ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

စက္ခုသမ္ပဿော လောကေ။ သောတသမ္ပဿော  
လောကေ။ ဃာနသမ္ပဿော လောကေ။ ဇိဝှိ-  
သမ္ပဿော လောကေ။ ကာယသမ္ပဿော လောကေ။  
မနောသမ္ပဿော လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊  
ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ  
နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

စက္ခုသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ သောတ-  
သမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ ဃာနသမ္ပဿဇာ  
ဝေဒနာ လောကေ။ ဇိဝှိသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာလောကေ။  
ကာယသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ။ မနော-  
သမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊  
ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ  
နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပသညာ လောကေ။ သဒ္ဓသညာ လောကေ။  
ဂန္ဓသညာ လောကေ။ ရသသညာ လောကေ။  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ လောကေ။ ဓမ္မသညာ လောကေ  
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ  
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပသဉ္စေတနာ လောကေ။ သဒ္ဓသဉ္စေတနာ  
လောကေ။ ဂန္ဓသဉ္စေတနာ လောကေ။ ရသသဉ္စေတနာ  
လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗသဉ္စေတနာ လောကေ။ ဓမ္မသဉ္စေ-  
တနာ လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ  
နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပတဏှာ လောကေ။ သဒ္ဓတဏှာ လောကေ။  
ဂန္ဓတဏှာ လောကေ။ ရသတဏှာ လောကေ။  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာ လောကေ။ ဓမ္မတဏှာ လောကေ  
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယ-  
မာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပဝိတက္ကော လောကေ။ သဒ္ဓဝိတက္ကော  
လောကေ။ ဂန္ဓဝိတက္ကော လောကေ။ ရသဝိတက္ကော  
လောကေ။ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိတက္ကော လောကေ။ ဓမ္မ-  
ဝိတက္ကော လောကေ ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ  
တဏှာ ပဟိယမာနာ ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ  
နိရုဇ္ဈတိ။

ရူပဝိစာရော လောကေ။ သဒ္ဓဝိစာရော လောကေ။  
ဂန္ဓဝိစာရော လောကေ။ ရသဝိစာရော လောကေ။  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရော လောကေ။ ဓမ္မဝိစာရော လောကေ။  
ပိယရူပံ သာတရူပံ၊ ဧတ္ထေသာ တဏှာ ပဟိယမာနာ  
ပဟိယတိ၊ ဧတ္ထ နိရုဇ္ဈမာနာ နိရုဇ္ဈတိ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓံ အရိယသစ္စံ။

မဂ္ဂသစ္စနိဒ္ဒေသ

၄၀၂။ ကတမဉ္စ ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိ  
ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ။ အယမေဝ အရိယော အဋ္ဌင်္ဂိ-  
ကော မဂ္ဂေါ။ သေယျထိဒံ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ  
သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တော သမ္မာအာဇီဝေါ သမ္မာဝါ-  
ယာမော သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိ။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒိဋ္ဌိ။ ယံ ခေါ  
ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခေ ဉာဏံ ဒုက္ခသမုဒယေ ဉာဏံ  
ဒုက္ခနိရောဓေ ဉာဏံ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိယာ ပဋိပဒါယ  
ဉာဏံ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဒိဋ္ဌိ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ။  
နေက္ခမသင်္ကပ္ပေါ အဗျာပါဒသင်္ကပ္ပေါ အဝိဟိသာ-  
သင်္ကပ္ပေါ။ အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသင်္ကပ္ပေါ။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါစာ။ မုသာဝါဒါ  
ဝေရမဏီ ပိသုဏာယ ဝါစာယ ဝေရမဏီ ဖရသာယ

ဝါစာယ ဝေရမဏီ သမ္ပပ္ပလာပါ ဝေရမဏီ။ အယံ  
ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါစာ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာကမ္မန္တော။  
ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏီ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏီ  
ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏီ။ အယံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ သမ္မာကမ္မန္တော။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာအာဇီဝေါ။ ဣဓ  
ဘိက္ခဝေ အရိယသာဝကော မိစ္ဆာအာဇီဝံ ပဟာယ  
သမ္မာအာဇီဝေန ဇီဝိတံ ကပ္ပေတိ။ အယံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ သမ္မာအာဇီဝေါ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါယာမော။  
ဣဓ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အနုပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ  
အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ အနုပ္ပါဒါယ ဆန္ဒံ ဇနေတိ  
ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ  
ပဒဟတိ၊ ဥပ္ပန္နာနံ ပါပကာနံ အကုသလာနံ ဓမ္မာနံ  
ပဟာနာယ ဆန္ဒံ ဇနေတိ ဝါယမတိ ဝီရိယံ  
အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ၊ အနုပ္ပန္နာနံ  
ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဥပ္ပါဒါယ ဆန္ဒံ ဇနေတိ  
ဝါယမတိ ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ  
ပဒဟတိ၊ ဥပ္ပန္နာနံ ကုသလာနံ ဓမ္မာနံ ဌိတိယာ  
အသမ္မောသာယ ဘိယျောဘာဝါယ ဝေပုလ္လာယ  
ဘာဝနာယ ပါရိပူရိယာ ဆန္ဒံ ဇနေတိ ဝါယမတိ

ဝီရိယံ အာရဘတိ စိတ္တံ ပဂ္ဂဏှာတိ ပဒဟတိ၊  
အယံ ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာဝါယာမော။

ကတမာ စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသတိ။ ဣဓ  
ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ကာယေ ကာယာနုပဿီ ဝိဟရတိ  
အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ လောကေ  
အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဝေဒနာသု ဝေဒနာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ  
လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ စိတ္တေ စိတ္တာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ  
လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ၊ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ အာတာပီ သမ္မဇာနော သတိမာ ဝိနေယျ  
လောကေ အဘိဇ္ဈာဒေါမနဿံ။ အယံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ သမ္မာသတိ။

ကတမော စ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသမာဓိ။ ဣဓ  
ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု ဝိဝိစ္စေ ကာမေဟိ ဝိဝိစ္စ  
အကုသလေဟိ ဓမ္မေဟိ သဝိတက္ကံ သဝိစာရံ  
ဝိဝေကဇံ ပီတိသုခံ ပဌမံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇေ ဝိဟရတိ။  
ဝိတက္ကဝိစာရာနံ ဂူပသမာ အဇ္ဈတ္တံ သမ္မသာဒနံ  
စေတသော ဧကောဒိဘာဝံ အဝိတက္ကံ အဝိစာရံ  
သမာဓိဇံ ပီတိသုခံ ဒုတိယံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇေ  
ဝိဟရတိ။ ပီတိယာ စ ဝိရာဂါ ဥပေက္ခကော စ  
ဝိဟရတိ၊ သတော စ သမ္မဇာနော၊ သုခဉ္စ

ကာယေန ပဋိသံဝေဒေတိ၊ ယံ တံ အရိယာ  
အာစိက္ခန္တိ “ဥပေက္ခကော သတိမာ သုခဝိဟာရီ”တိ၊  
တတိယံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇေ ဝိဟရတိ။ သုခဿ စ  
ပဟာနာ ဒုက္ခဿ စ ပဟာနာ ပုဗ္ဗေဝ သောမနဿ-  
ဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမာ အဒုက္ခမသုခံ ဥပေက္ခာပါရိ-  
သုဒ္ဓိံ စတုတ္ထံ ဈာနံ ဥပသမ္ပဇ္ဇေ ဝိဟရတိ။ အယံ  
ဝုစ္စတိ ဘိက္ခဝေ သမ္မာသမာဓိ။ ဣဒံ ဝုစ္စတိ  
ဘိက္ခဝေ ဒုက္ခနိရောဂေါမိနိ ပဋိပဒါ အရိယသစ္စံ။  
၄၀၃။ ဣတိ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ၊ အဇ္ဈတ္တဗဟိဒ္ဓါ ဝါ ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ  
ဝိဟရတိ။ သမုဒယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု  
ဝိဟရတိ၊ ဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ၊  
သမုဒယဝယဓမ္မာနုပဿီ ဝါ ဓမ္မေသု ဝိဟရတိ။  
“အတ္ထိ ဓမ္မာ”တိ ဝါ ပနဿ သတိ ပစ္စုပ္ပန်တာ  
ဟောတိ ယာဝဒေဝ ဉာဏမတ္တာယ ပဋိဿတိ-  
မတ္တာယ။ အနိဿိတော စ ဝိဟရတိ၊ န စ ကိဉ္စိ  
လောကေ ဥပါဒိယတိ။ ဧဝမ္ပိ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု  
ဓမ္မေသု ဓမ္မာနုပဿီ ဝိဟရတိ စတုသု အရိယ-  
သစ္စေသု။

သစ္စပဗ္ဗံ နိဋ္ဌိတံ။  
ဓမ္မာနုပဿနာ နိဋ္ဌိတာ။



၄၀၄။ ယောဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တဝံဿာနိ၊ တဿ ဒွိန္ဒံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကံခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ။

တိဋ္ဌန္တု ဘိက္ခဝေ သတ္တဝံဿာနိ။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ ဆ ဝဿာနိ။ တဿ ဒွိန္ဒံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကံခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ။ ပဉ္စ ဝဿာနိ။ စတ္တာရိ ဝဿာနိ။ တိနိ ဝဿာနိ။ ဒွေ ဝဿာနိ။ ဧကံ ဝဿံ။ တိဋ္ဌတု ဘိက္ခဝေ ဧကံ ဝဿံ။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တမာသာနိ။ တဿ ဒွိန္ဒံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကံခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ။

တိဋ္ဌန္တု ဘိက္ခဝေ သတ္တ မာသာနိ။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ ဆ မာသာနိ။ တဿ ဒွိန္ဒံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကံခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာ။ ပဉ္စ မာသာနိ။ စတ္တာရိ မာသာနိ။ တိနိ မာသာနိ။ ဒွေ

မာသာနိ။ ဧကံ မာသံ။ အမုမာသံ။ တိဋ္ဌန္တု ဘိက္ခဝေ အမုမာသော။ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခဝေ ဣမေ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနေ ဧဝံ ဘာဝေယျ သတ္တာဟံ။ တဿ ဒွိန္ဒံ ဖလာနံ အညတရံ ဖလံ ပါဠိကံခံ ဒိဋ္ဌေဝ ဓမ္မေ အညာ သတိ ဝါ ဥပါဒိသေသေ အနာဂါမိတာတိ။

၄၀၅။ “ဧကာယနော အယံ ဘိက္ခဝေ မဂ္ဂေါ သတ္တာနံ ဝိသုဒ္ဓိယာ သောကပရိဒေဝါနံ သမတိက္ကမာယ ဒုက္ခဒေါမနဿာနံ အတ္တင်္ဂမာယ ဉာယဿ အဓိဂမာယ နိဗ္ဗာနဿ သစ္စိကိရိယာယ ယဒိဒံ စတ္တာရော သတိပဋ္ဌာနာ”တိ ဣတိ ယံ တံ ဝုတ္တံ၊ ဣဒမေတံ ပဋိစ္စ ဝုတ္တန္တိ။ ဣဒမေဝေစ ဘဂဝါ။ အတ္တမနာ တေ ဘိက္ခူ ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒန္တိ။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

# မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် မြန်မာပြန်

၃၇၂။ အကျွန်ုပ်သည် ဤသို့ ကြားနာခဲ့ရပါသည်-  
အခါတပါး၌ မြတ်စွာဘုရားသည် ကုရုတိုင်း  
ကမ္မာသမ္မုမည်သောနိဂုံး၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။  
ထိုအခါ မြတ်စွာဘုရားသည် ရဟန်းတို့ကို “ရဟန်း  
တို့”ဟု ခေါ်တော်မူ၏။ ရဟန်းတို့သည် မြတ်စွာဘု  
ရားအား “အသျှင်ဘုရား”ဟု ပြန်လျှောက်ကြကုန်၏။  
မြတ်စွာဘုရားသည် ဤတရားကို ဟောတော်မူ၏။

အကျဉ်းချုပ်

၃၇၃။ ရဟန်းတို့ ဤခရီးလမ်းသည် သတ္တဝါတို့၏  
စိတ်စင်ကြယ်ရန် စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း ငိုကြွေးခြင်းတို့ကို  
လွန်မြောက်ရန် ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲတို့ ချုပ်  
ငြိမ်းရန် အရိယမဂ်ကိုရရန် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြု  
ရန် တကြောင်းတည်းသောခရီးလမ်းဖြစ်ပေ၏။ ယင်း  
သည့် ခရီးလမ်းကား ဤသတိပဋ္ဌာန် လေးပါးတို့ပေ  
တည်း။

အဘယ်လေးပါးတို့နည်းဟူမူ-

ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်  
ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍ သမ္မဇဉ်

ဉာဏ် ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌  
အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကို ပယ်ဖြောက်၍ ရုပ်အပေါင်း  
၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍  
နေ၏။

ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည် ဖြစ်၍  
သမ္မဇဉ်ဉာဏ်ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ လော  
က၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကိုပယ်ဖြောက်၍ ဝေဒနာ  
တို့၌ ဝေဒနာတို့ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍  
နေ၏။

ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည် ဖြစ်၍  
သမ္မဇဉ်ဉာဏ်ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ လော  
က၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကို ပယ်ဖြောက်၍ စိတ်၌  
စိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည် ဖြစ်၍  
သမ္မဇဉ်ဉာဏ်ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ လော  
က၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကိုပယ်ဖြောက်၍ သဘော  
တရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့  
ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

အကျဉ်းချုပ်ပြီး၏။

- - -

သတိ= အောက်မေ့ခြင်း။ လောက= ဥပါဒါနက္ခန္ဓာလောကကိုဆိုသည်။  
အဘိဇ္ဈာ= လိုချင်တပ်မက်ခြင်း။ ဒေါမနဿ= နှလုံးမသာခြင်း။

ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ရှုဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၇၄။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် တောသို့ သွားရောက်၍ဖြစ်စေ သစ်ပင်ရင်းသို့ သွားရောက်၍ဖြစ်စေ ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ သွားရောက်၍ဖြစ်စေ တင်ပလွင်ခွေပြီးလျှင် ကိုယ်ကို ဖြောင့်မတ်စွာထား၍ သတိကို(ကမ္မဋ္ဌာန်းသို့) ရှေ့ရှု ဖြစ်စေလျက်ထိုင်၏။ ထိုရဟန်းသည် သတိရှိလျက် သာလျှင် ထွက်သက်လေကို ရှု၏။ သတိရှိလျက် သာလျှင် ဝင်သက်လေကို ရှု၏။ ရှည်ရှည်ရှိုက်လျှင်လည်း “ရှည်ရှည်ရှိုက်သည်”ဟု သိ၏။ ရှည်ရှည်ရှုလျှင်လည်း “ရှည်ရှည်ရှုသည်”ဟု သိ၏။ တိုတိုရှိုက်လျှင်လည်း “တိုတိုရှိုက်သည်”ဟု သိ၏။ တိုတိုရှုလျှင်လည်း “တိုတိုရှုသည်”ဟု သိ၏။ (ထွက်သက်လေ၏) “အစ အလယ် အဆုံး အလုံးစုံသော ရုပ်အပေါင်းကို ထင်ရှားသိလျက်ရှိက်မည်”ဟု ကျင့်၏။ (ဝင်သက်လေ၏) “အစ အလယ် အဆုံး အလုံးစုံသော ရုပ်အပေါင်းကို ထင်ရှားသိလျက်ရှိမည်”ဟု ကျင့်၏။ “ရုန့်ရင်းသော ထွက်သက်ကို ငြိမ်းစေလျက်ရှိက်မည်”ဟု ကျင့်၏။ “ရုန့်ရင်းသော ဝင်သက်ကို ငြိမ်းစေလျက်ရှိမည်”ဟု ကျင့်၏။

ရဟန်းတို့ ဥပမာသော်ကား ကျွမ်းကျင်သော ပွတ်သမားသည် လည်းကောင်း ပွတ်သမား၏ တပည့်သည်လည်းကောင်း (ပွတ်ကြိုးကို) ရှည်ရှည်ဆွဲငင်လျှင်လည်း “ရှည်ရှည်ဆွဲငင်သည်”ဟု သိ၏။ (ပွတ်ကြိုးကို) တိုတိုဆွဲငင်လျှင်လည်း “တိုတိုဆွဲငင်သည်”ဟု သိ၏။ ရဟန်းတို့ ဤအတူပင် ရဟန်းသည် ရှည်ရှည်ရှိုက်လျှင်လည်း “ရှည်ရှည်ရှိုက်သည်”ဟု သိ၏။ ရှည်ရှည်ရှုလျှင်လည်း “ရှည်ရှည်ရှုသည်”ဟု သိ၏။ တိုတိုရှိုက်လျှင်လည်း “တိုတိုရှိုက်သည်”ဟု သိ၏။ တိုတိုရှုလျှင်လည်း “တိုတိုရှုသည်”ဟု သိ၏။ (ထွက်သက်လေ၏) “အစ အလယ် အဆုံး အလုံးစုံသော ရုပ်အပေါင်းကို ထင်ရှားသိလျက်ရှိက်မည်”ဟု ကျင့်၏။ (ဝင်သက်လေ၏) “အစ အလယ် အဆုံး အလုံးစုံသော ရုပ်အပေါင်းကို ထင်ရှားသိလျက်ရှိမည်”ဟု ကျင့်၏။ “ရုန့်ရင်းသော ထွက်သက်ကို ငြိမ်းစေလျက်ရှိက်မည်”ဟု ကျင့်၏။ “ရုန့်ရင်းသော ဝင်သက်ကို ငြိမ်းစေလျက်ရှိမည်”ဟု ကျင့်၏။ ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု အကြိမ်

ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ် ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ် အပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘော ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်း တရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “ရုပ် အပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့် ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့် ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထို ရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည်ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်း ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ရှုဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

ဣရိယာပုတ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၇၅။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် သွားလျှင်လည်း “သွားသည်”ဟု သိ၏။ ရုပ်လျှင် လည်း “ရုပ်သည်”ဟု သိ၏။ ထိုင်လျှင်လည်း “ထိုင်သည်”ဟုသိ၏။ လျောင်းလျှင်လည်း “လျောင်း သည်”ဟု သိ၏။ ထိုရဟန်း၏ ရုပ်အပေါင်းသည် အကြင်အကြင် အမူအရာအားဖြင့် တည်နေ၏။ ထိုရုပ်အပေါင်းကို ထိုထိုအမူအရာအားဖြင့် သိ၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အ ပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး ၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု အကြိမ် ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ် ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အ ပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘော ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိ သည်ဖြစ်၍မူလည်းနေ၏။ ထို့ပြင်“ရုပ်အပေါင်းသည် သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည်

ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိ  
ဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိ  
တဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည်  
တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။  
လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု)  
စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်း  
သည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ်  
ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ဣရိယာပုတ်ကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

သတိသမ္ပဇ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၇၆။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည်  
ရှေ့သို့တိုးရာ နောက်သို့ဆုတ်ရာ၌ သိလျက် ပြုလေ့  
ရှိ၏။ တူရုကြည့်ရာ တစောင်းကြည့်ရာ၌ သိလျက်  
ပြုလေ့ရှိ၏။ ကွေးရာဆန့်ရာ၌ သိလျက်ပြုလေ့ရှိ၏။  
ဒုကုဋ် သပိတ် သင်္ကန်းကို ဆောင်ရာ၌ သိလျက်ပြု  
လေ့ရှိ၏။ စားရာ သောက်ရာ ခဲရာ လျက်ရာ၌  
သိလျက်ပြုလေ့ရှိ၏။ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် စွန့်ရာ၌  
သိလျက်ပြုလေ့ရှိ၏။ သွားရာ ရပ်ရာ ထိုင်ရာ  
အိပ်ရာ နိုးရာ ပြောရာ ဆိတ်ဆိတ်နေရာ၌ သိလျက်

ပြုလေ့ရှိ၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အ  
ပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။  
သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို  
အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ မိမိ  
သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု  
အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း  
၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အ  
ကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။  
ရုပ်အပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသ  
ဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း  
နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်း  
တရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ်  
ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “ရုပ်  
အပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား  
သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်  
ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်  
ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထို  
ရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း  
နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏  
ဥစ္စာဟု) စွဲလည်းမစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း  
ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်

ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

သတိသမ္ပဇော်ဖြင့် ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း

၃၇၇။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် ခြေဖဝါးမှအထက် ဆံပင်ဖြားမှအောက် ထက်ဝန်းကျင် အရေပါးအဆုံးရှိသော မစင်ကြယ်သည့် အရာအမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ပြည့်လျက်ရှိသော ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် စူးစိုက်ဆင်ခြင်၏။ “ဤရုပ်အပေါင်း၌ ဆံပင်အမွှေး ခြေသည်းလက်သည်း သွား အရေ၊ အသား အကြော အရိုး ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ အညှို့၊ နှလုံးအသည်း အမြှေး အဖျဉ်း အဆုပ်၊ အူမ အူသိမ် အစာသစ် အစာဟောင်း ဦးနှောက်၊ သည်းခြေ သလိပ် ပြည် သွေး ချွေး အဆီခဲ၊ မျက်ရည် ဆီကြည် တံထွေး နှပ် အစေး ကျင်ငယ်သည် ရှိ၏”ဟု စူးစိုက်ဆင်ခြင်၏။

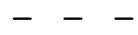
ရဟန်းတို့ ဥပမာသော်ကား နှစ်ဖက်မျက်နှာဝှံရှိသောအိတ်သည် စပါးအမျိုးမျိုးဖြင့် ပြည့်လျက်ရှိရာ၏။ အဘယ်စပါးတို့နည်းဟူမူ သလေးစပါး ကောက်ကြီးစပါး ပဲနောက် ပဲကြီး နှမ်း ဆန်တို့တည်း။

မျက်စိအမြင်ရှိသော ယောက်ျားသည် ထိုအိတ်ကိုဖြေ၍ “ဤသည်တို့ကား သလေးစပါးတို့တည်း ဤသည်တို့ကား ပဲနောက်တို့တည်း ဤသည်တို့ကား ပဲကြီးတို့တည်း ဤသည်တို့ကား နှမ်းတို့တည်း ဤသည်တို့ကား ဆန်တို့တည်း”ဟု စူးစိုက်ဆင်ခြင်ရာသကဲ့သို့ ရဟန်းတို့ ဤအတူပင် ရဟန်းသည် ခြေဖဝါးမှအထက် ဆံပင်ဖြားမှအောက် ထက်ဝန်းကျင် အရေပါးအဆုံးရှိသော မစင်ကြယ်သည့် အရာအမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ပြည့်လျက်ရှိသော ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် စူးစိုက်ဆင်ခြင်၏။ “ဤရုပ်အပေါင်း၌ ဆံပင်အမွှေး ခြေသည်းလက်သည်း သွား အရေ၊ အသား အကြော အရိုး ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ အညှို့၊ နှလုံးအသည်း အမြှေး အဖျဉ်း အဆုပ်၊ အူမ အူသိမ် အစာသစ် အစာဟောင်း ဦးနှောက်၊ သည်းခြေ သလိပ် ပြည် သွေး ချွေး အဆီခဲ၊ မျက်ရည် ဆီကြည် တံထွေး နှပ် အစေး ကျင်ငယ်သည် ရှိ၏”ဟု (စူးစိုက်ဆင်ခြင်၏)။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု

အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း  
 ၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အ  
 ကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။  
 ရုပ်အပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်း  
 သဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍  
 မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်း  
 ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို  
 အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။  
 ထို့ပြင် “ရုပ်အပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထို  
 ရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိ  
 သည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်  
 ၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ  
 ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီ  
 မတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာ  
 ကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။  
 ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌  
 ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍  
 နေ၏။

စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။



ခါတ်အားဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း

၃၇၈။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း “ဤရုပ်  
 အပေါင်း၌ မြေဓာတ် ရေဓာတ် မီးဓာတ် လေဓာတ်  
 သည်ရှိ၏”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကို တည်မြဲတိုင်း  
 ထားမြဲတိုင်းပင် ဓာတ်အားဖြင့် စူးစိုက်ဆင်ခြင်၏။

ရဟန်းတို့ ဥပမာသော်ကား ကျွမ်းကျင်သော  
 နွားသတ်သမားသည်လည်းကောင်း နွားသတ်သမား  
 ၏တပည့်သည် လည်းကောင်း နွားကိုသတ်၍  
 လမ်းလေးခွဆုံရာ၌ အစုအပုံအားဖြင့် ခွဲခြားလျက်  
 ထိုင်နေရာသကဲ့သို့ ရဟန်းတို့ ဤအတူပင် ရဟန်း  
 သည် “ဤရုပ်အပေါင်း၌ မြေဓာတ် ရေဓာတ်  
 မီးဓာတ် လေဓာတ်သည်ရှိ၏”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကို  
 တည်မြဲတိုင်း ထားမြဲတိုင်းပင် ဓာတ်အားဖြင့် စူးစိုက်  
 ဆင်ခြင်၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အ  
 ပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။  
 သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို  
 အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ မိမိသူ  
 တပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု  
 အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း  
 ၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို  
 အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။

ရုပ်အပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍ မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်းနေ၏။ ထို့ပြင် “ရုပ်အပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်” ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ ဥစ္စာဟု) စွဲလည်းမစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ခါတ်အားဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

သူသေကောင်ကိုးမျိုးကို နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း

၃၇၉။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် သေ၍ တစ်ရက်ရှိသော သူသေကောင်၊ သေ၍ နှစ်ရက်ရှိသော သူသေကောင်၊ သေ၍ သုံးရက်ရှိသော

သူသေကောင်၊ ဖူးရောင်နေသော သူသေကောင်၊ ရုပ်ဆင်းပျက်လျက် ညိုမဲနေသော သူသေကောင်၊ ပြည်ကဲ့သို့ စက်ဆုပ်ဖွယ် အပုပ်ရည် ယိုစီးသော သင်္ချိုင်း၌ စွန့်ပစ်ထားသော သူသေကောင်ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ထိုရဟန်းသည် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း ဤသို့သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သော သဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။ ဤသို့သော သဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်” ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ရှု၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “ရုပ်အ



ပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိ တဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်းနေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ရဟန်းတို့ ထို့ပြင်လည်းရဟန်းသည် ကျီးတို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော စွန်ရဲတို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော လင်းတတို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော ဘုံမတီးငှက်တို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော ခွေးတို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်း ဖြစ်သော ကျားတို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော သစ်တို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော မြေခွေးတို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော ပိုးအမျိုးမျိုးတို့ ခဲစားအပ်သည်မူလည်းဖြစ်သော သင်္ချိုင်း၌ စွန့်ပစ်ထားသော သူသေကောင်ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း ဤသို့သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သောသဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။ ဤသို့သော သဘောကို

မလွန်ဆန်နိုင်”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ ရှု၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်း တရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “ရုပ်အပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိ တဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်းနေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်း

သည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် အသားသွေးရှိသေးသော အကြောတို့ဖြင့် ဖွဲ့ထားသော အရိုးဆက်လျက်ရှိသေးသော သင်္ချိုင်း၌ စွန့်ပစ်အပ်သော သူသေကောင်ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း ဤသို့သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သောသဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။ ဤသို့သော သဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ရှု၏။

အသားကင်း၍ သွေးတို့ဖြင့် ပေကျံလျက် အကြောတို့ဖြင့် ဖွဲ့လျက်သော အရိုးဆက်လျက်ရှိသေးသော သင်္ချိုင်း၌ စွန့်ပစ်အပ်သော သူသေကောင်ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း ဤသို့သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သောသဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။ ဤသို့သော သဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ရှု၏။

အသားအသွေးကင်းလျက် အကြောတို့ဖြင့် ဖွဲ့ထားသော အရိုးစုဖြစ်သော သင်္ချိုင်း၌ စွန့်ပစ်အပ်သော သူသေကောင်ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း

ဤသို့သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သောသဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။ ဤသို့သော သဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ရှု၏။

တနေရာ၌လက်ရိုး တနေရာ၌ခြေရိုး တနေရာ၌ခြေဖျက်ရိုး တနေရာ၌မြင်းခေါင်းရိုး တနေရာ၌ပေါင်ရိုး တနေရာ၌ခါးရိုး တနေရာ၌နံရိုး တနေရာ၌ကျောက်ကုန်းရိုး တနေရာ၌ပခုံးရိုး တနေရာ၌လည်ပင်းရိုး တနေရာ၌မေးရိုး တနေရာ၌သွားရိုး တနေရာ၌ဦးခေါင်းခွံအားဖြင့် ဖွဲ့ခြင်းကင်းကုန်လျက် ထိုထိုအရပ်တို့၌ ကြံပြန့်နေကုန်သော သင်္ချိုင်း၌ စွန့်ပစ်အပ်သော အရိုးစု သူသေကောင်တို့ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ထိုရဟန်းသည် ဤကိုယ်ကိုသာလျှင် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း ဤသို့သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သောသဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။ ဤသို့သောသဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ရှု၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌

ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်  
ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အ  
ပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘော  
ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ  
၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရား  
နှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှု  
လေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “ရုပ်အ  
ပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သ  
တိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့်  
အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သ  
တိ တဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်း  
သည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်းနေ၏။  
လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု)  
စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်း  
သည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ်  
ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည်  
ခရုသင်းအဆင်းနှင့် တူသော ဖြူဖွေးနေကုန်သော  
သင်္ချိုင်း၌စွန့်ပစ်အပ်ကုန်သော အရိုးစု သူသေကောင်  
တို့ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင် “ဤ  
ငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း ဤသို့သောသဘောရှိ  
၏။ ဤသို့သောသဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။

ဤသို့သော သဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်”ဟု ဤ  
ရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ရှု၏။ နှစ်လွန်လျက်  
စုပုံနေသော သင်္ချိုင်း၌စွန့်ပစ်အပ်ကုန်သော အရိုးစု  
သူသေကောင်တို့ကို မြင်ရာသကဲ့သို့ ဤကိုယ်ကိုသာ  
လျှင် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်းသည်လည်း ဤသို့  
သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သောသဘော ဖြစ်လိမ့်  
မည်သာတည်း။ ဤသို့သော သဘောကို မလွန်ဆန်  
နိုင်”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင် နှိုင်းစာ၍ရှု၏။ ဆွေး  
မြေ့လျက် အမှုန့်ဖြစ်ကုန်သော သင်္ချိုင်း၌စွန့်ပစ်အပ်  
ကုန်သော အရိုးစု သူသေကောင်တို့ကို မြင်ရာသကဲ့  
သို့ ဤကိုယ်ကိုသာလျှင် “ဤငါ၏ ရုပ်အပေါင်း  
သည်လည်း ဤသို့သော သဘောရှိ၏။ ဤသို့သော  
သဘော ဖြစ်လိမ့်မည်သာတည်း။ ဤသို့သော  
သဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်”ဟု ဤရုပ်အပေါင်းကိုပင်  
နှိုင်းစာ၍ရှု၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အ  
ပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။  
သူတပါး၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းကို  
အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး  
၏ ရုပ်အပေါင်း၌မူလည်း ရုပ်အပေါင်းဟု အကြိမ်  
ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌  
ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်

ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်းနေ၏။ ရုပ်အပေါင်း၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “ရုပ်အပေါင်းသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

သူသေကောင်ကိုးမျိုးကို နှလုံးသွင်းခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

ရုပ်အပေါင်းကို ဆင်ခြင်ခြင်း တစ်ဆယ့်လေးပါး ပြီး၏။



ဝေဒနာကိုဆင်ခြင်ခြင်းကိုးပါး

၃၈၀။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် ဝေဒနာတို့၌ ဝေဒနာတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် သုခဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “သုခဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟု သိ၏။ ဒုက္ခဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “ဒုက္ခဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟု သိ၏။ အဒုက္ခမသုခဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “အဒုက္ခမသုခဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟု သိ၏။

ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ချမ်းသာသော ဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ချမ်းသာသော ဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟု သိ၏။ ကာမဂုဏ်နှင့်မစပ်သော ချမ်းသာသော ဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “ကာမဂုဏ်နှင့်မစပ်သော ချမ်းသာသော ဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟု သိ၏။ ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ဆင်းရဲသော ဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ဆင်းရဲသော ဝေဒနာကို



ဝေဒနာ= ခံစားခြင်း။ သုခဝေဒနာ= ချမ်းသာသောခံစားခြင်း။  
ဒုက္ခဝေဒနာ= ဆင်းရဲသောခံစားခြင်း။  
အဒုက္ခမသုခဝေဒနာ= ဆင်းရဲမဟုတ် ချမ်းသာမဟုတ်သောခံစားခြင်း။

ခံစားသည်”ဟု သိ၏။ ကာမဂုဏ်နှင့်မစပ်သော ဆင်းရဲသော ဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “ကာမဂုဏ်နှင့်မစပ်သော ဆင်းရဲသော ဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟုသိ၏။ ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ဆင်းရဲမဟုတ် ချမ်းသာမဟုတ်သော ဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “ကာမဂုဏ်နှင့်စပ်သော ဆင်းရဲမဟုတ် ချမ်းသာမဟုတ်သော ဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟု သိ၏။ ကာမဂုဏ်နှင့်မစပ်သော ဆင်းရဲမဟုတ် ချမ်းသာမဟုတ်သော ဝေဒနာကို ခံစားလျှင်လည်း “ကာမဂုဏ်နှင့်မစပ်သော ဆင်းရဲမဟုတ် ချမ်းသာမဟုတ်သော ဝေဒနာကို ခံစားသည်”ဟု သိ၏။

ဤသို့(မိမိ၏) ဝေဒနာတို့၌မူလည်း ဝေဒနာတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ ဝေဒနာတို့၌မူလည်း ဝေဒနာတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ ဝေဒနာတို့၌မူလည်း ဝေဒနာတို့ဟု အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ ဝေဒနာတို့၌ ဖြစ်ကြောင်း တရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ဝေဒနာတို့၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ဝေဒနာတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း

သဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “ဝေဒနာသည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းငှါသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ဝေဒနာတို့၌ ဝေဒနာတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ဝေဒနာကိုဆင်ခြင်ခြင်းကိုးပါး ပြီး၏။

- - -

စိတ်ကိုဆင်ခြင်ခြင်း တစ်ဆယ့်ခြောက်ပါး

၃၈၁။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် စိတ်၌ စိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် ရာဂနှင့်တကွသောစိတ်ကိုလည်း “ရာဂနှင့်တကွသောစိတ်”ဟု သိ၏။ ရာဂကင်းသောစိတ်ကိုလည်း “ရာဂကင်းသောစိတ်”ဟု သိ၏။ ဒေါသနှင့်တကွသောစိတ်ကိုလည်း “ဒေါသနှင့်တကွသောစိတ်”

ဟု သိ၏။ ဒေါသကင်းသောစိတ်ကိုလည်း “ဒေါသ  
ကင်းသောစိတ်”ဟု သိ၏။ မောဟနှင့်တကွသော  
စိတ်ကိုလည်း “မောဟနှင့်တကွသောစိတ်”ဟု သိ၏။  
မောဟကင်းသောစိတ်ကိုလည်း “မောဟကင်းသော  
စိတ်”ဟုသိ၏။ သံခိတ္တစိတ်ကိုလည်း “သံခိတ္တစိတ်”  
ဟု သိ၏။ ဝိက္ခိတ္တစိတ်ကိုလည်း “ဝိက္ခိတ္တစိတ်”ဟု  
သိ၏။ မဟဂ္ဂုတ်စိတ်ကိုလည်း “မဟဂ္ဂုတ်စိတ်”ဟု  
သိ၏။ အမဟဂ္ဂုတ်စိတ်ကိုလည်း “အမဟဂ္ဂုတ်စိတ်”  
ဟု သိ၏။ သဥတ္တရစိတ်ကိုလည်း “သဥတ္တရစိတ်”  
ဟု သိ၏။ အနုတ္တရစိတ်ကိုလည်း “အနုတ္တရစိတ်”  
ဟု သိ၏။ သမာဟိတစိတ်ကိုလည်း “သမာဟိတ  
စိတ်”ဟု သိ၏။ အသမာဟိတစိတ်ကိုလည်း “အသ  
မာဟိတစိတ်”ဟုသိ၏။ ဝိမုတ္တစိတ်ကိုလည်း “ဝိမုတ္တ  
စိတ်”ဟု သိ၏။ အဝိမုတ္တစိတ်ကိုလည်း “အဝိမုတ္တ  
စိတ်”ဟု သိ၏။

- - -

သံခိတ္တစိတ်= ကျုံ့သောစိတ်။ ဝိက္ခိတ္တစိတ်= ပျံ့သောစိတ်။  
မဟဂ္ဂုတ်စိတ် = ရူပအရူပစိတ်။ အမဟဂ္ဂုတ်စိတ်= ကာမဝစရစိတ်။  
သဥတ္တရစိတ်= ကာမာဝစရစိတ်။ အနုတ္တရစိတ်= ရူပအရူပစိတ်။  
သမာဟိတစိတ်= အပ္ပမာသမာဓိ ဥပစာရသမာဓိရှိသော တည်ကြည်သောစိတ်။  
အပ္ပမာသမာဓိ= ဥပစာရသမာဓိရှိသော တည်ကြည်သောစိတ်။  
အသမာဟိတစိတ်= သမာဓိနစ်ပါးကင်းသော မတည်ကြည်သောစိတ်။  
ဝိမုတ္တစိတ်= လွတ်မြောက်သောစိတ်။  
အဝိမုတ္တစိတ်= မလွတ်မြောက်သောစိတ်။

ဤသို့(မိမိ၏) စိတ်၌မူလည်း စိတ်ကို အ  
ကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏  
စိတ်၌မူလည်း စိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်  
ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ စိတ်၌မူလည်း စိတ်ကို  
အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ စိတ်၌  
ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်  
ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ စိတ်၌  
ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်  
ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ စိတ်၌  
ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း  
သဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း  
နေ၏။ ထို့ပြင် “စိတ်သည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထို  
ရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိ  
သည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းငှါသာ  
ဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှါသာ  
ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီ  
မတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကို  
မျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။  
ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် စိတ်၌  
စိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

စိတ်ကိုဆင်ခြင်ခြင်း တစ်ဆယ့်ခြောက်ပါး ပြီး၏။

- - -

သဘောတရားကို ဆင်ခြင်ခြင်းငါးပါး

နိဝရဏတရားငါးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၈၂။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် နိဝရဏငါးပါး သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် နိဝရဏငါးပါး သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် အတွင်းသန္တာန်၌ ကာမစွန္ဒရှိလျှင်လည်း “ငါ၏အတွင်းသန္တာန်၌ ကာမစွန္ဒရှိသည်” ဟုသိ၏။ အတွင်းသန္တာန်၌ ကာမစွန္ဒမရှိလျှင်လည်း “ငါ၏အတွင်းသန္တာန်၌ ကာမစွန္ဒမရှိ” ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ကာမစွန္ဒ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ကာမစွန္ဒ ပယ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော ကာ-

- - -

နိဝရဏ= အပိတ်အပင်တရား။ ကာမစွန္ဒ= ကာမဂုဏ်အလို။

မစွန္ဒ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ပေါ်ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ဗျာပါဒရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဗျာပါဒရှိသည်” ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ဗျာပါဒမရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဗျာပါဒမရှိ” ဟုသိ၏။ မဖြစ်သေးသော ဗျာပါဒ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ဗျာပါဒ၏ ပယ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော ဗျာပါဒ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ပေါ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ ထိနမိဒ္ဓရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ထိနမိဒ္ဓရှိသည်” ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ထိနမိဒ္ဓမရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ထိနမိဒ္ဓမရှိ” ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ထိနမိဒ္ဓ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ထိနမိဒ္ဓ၏ ပယ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော ထိနမိဒ္ဓ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ပေါ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စရှိသည်” ဟုသိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စမရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဥဒ္ဓစ္စ

- - -

ဗျာပါဒ= သူတပါးကိုပျက်စီးစေလိုခြင်းသဘော။

ထိနမိဒ္ဓ= လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်း။

ဥဒ္ဓစ္စ= ပျံ့လွင့်ခြင်း။ ကုက္ကုစ္စ= နှလုံးမသာခြင်း။

ကုက္ကုစ္စမရှိ”ဟုသိ၏။ မဖြစ်သေးသော ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ၏ ပယ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီး သော ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ပေါ် ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ ဝိစိကိစ္ဆာရှိလျှင်လည်း “ငါ၏ သန္တာန်၌ ဝိစိကိစ္ဆာရှိသည်”ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ဝိစိကိစ္ဆာမရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဝိစိကိစ္ဆာ မရှိ”ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ဝိစိကိစ္ဆာ ဖြစ် ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ဝိစိကိစ္ဆာ၏ ပယ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော ဝိစိကိစ္ဆာ ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ပေါ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

ဤသို့ မိမိ၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း သ ဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ် ၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ် ၍ နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းတရား နှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ပျက်

- - -

ဝိစိကိစ္ဆာ= မဝေခွဲနိုင်ခြင်း။

ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘောတရား တို့၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်း ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “သဘောတရားတို့ သည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိ ဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိ တဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်း သည် သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားဟု အ ကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

နိဝရဏတရားငါးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

ခန္ဓာငါးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၈၃။ ရဟန်းတို့ တဖန်ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး သဘောတရားတို့၌ သဘော တရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသည်။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည်



ဥပါဒါနက္ခန္ဓာငါးပါး သဘောတရားတို့၌ သဘော  
 တရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသ  
 နည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်  
 ဤကားရုပ်တည်း၊ ဤကား ရုပ်၏ဖြစ်ကြောင်း  
 တည်း၊ ဤကားရုပ်၏ချုပ်ရာတည်း၊ ဤကားဝေဒနာ  
 တည်း၊ ဤကား ဝေဒနာ၏ဖြစ်ကြောင်းတည်း၊  
 ဤကား ဝေဒနာ၏ချုပ်ရာတည်း၊ ဤကား သညာ  
 တည်း၊ ဤကား သညာ၏ဖြစ်ကြောင်းတည်း၊ ဤ  
 ကား သညာ၏ချုပ်ရာတည်း၊ ဤသည်တို့ကား  
 သင်္ခါရတို့တည်း၊ ဤသည်တို့ကား သင်္ခါရတို့၏ဖြစ်  
 ကြောင်းတည်း၊ ဤသည်တို့ကား သင်္ခါရတို့၏ချုပ်  
 ရာတည်း၊ ဤကား ဝိညာဏ်တည်း၊ ဤကား  
 ဝိညာဏ်၏ဖြစ်ကြောင်းတည်း၊ ဤကား ဝိညာဏ်၏  
 ချုပ်ရာတည်းဟု ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ဤသို့(မိမိ၏) သဘောတရားတို့၌မူလည်း သ  
 ဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍  
 နေ၏။ သူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း  
 သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်  
 ၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း  
 သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်  
 ၍နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့်  
 ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍

မူလည်း နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ပျက်ကြောင်း  
 တရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့  
 ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘောတရားတို့၌  
 ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်း  
 သဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း  
 နေ၏။ ထို့ပြင် “သဘောတရားတို့သည်သာလျှင် ရှိ  
 သည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။  
 (ထိုသတိသည်)အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်း  
 သာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာ  
 သာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်)  
 မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာ  
 ကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု) စွဲလည်း မစွဲလမ်း။  
 ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် သဘော  
 တရားတို့၌ သဘောတရားဟု အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိ  
 သည်ဖြစ်၍ နေ၏။

ခန္ဓာငါးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

သညာ= မှတ်သိခြင်း။  
 သင်္ခါရ= ပြုပြင်စီရင်မှု အားထုတ်မှု။  
 ဝိညာဏ်= အထူးသိမှု။

အာယတနတစ်ဆယ့်နှစ်ပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၈၄။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် ခြောက်ပါးသော အတွင်းအပ အာယတန သဘော တရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသည်။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် ခြောက်ပါးသော အတွင်းအပ အာယ တန သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အ ကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။

ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် မျက်စိကိုလည်း သိ၏။ အဆင်းတို့ကိုလည်း သိ၏။ ထိုနှစ်ပါးစုံကိုစွဲ၍ သံယောဇဉ်ဖြစ်ခြင်းကိုလည်းသိ၏။ မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ်၏ ဖြစ်ကြောင်းကို လည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်၏ ပယ် ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ပယ်ပြီးသော သံယောဇဉ်၏ နောင်အခါ မဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

နားကိုလည်းသိ၏။ အသံတို့ကိုလည်း သိ၏။ ထိုနှစ်ပါးစုံကိုစွဲ၍ သံယောဇဉ်ဖြစ်ခြင်းကိုလည်းသိ၏။ မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ်၏ ဖြစ်ကြောင်းကို လည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်၏ ပယ် ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော သံယောဇဉ် ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

- - -

အာယတန= ဖြစ်ရာဖြစ်ကြောင်း။

နာခေါင်းကိုလည်းသိ၏။ အနံ့တို့ကိုလည်း သိ ၏။ ထိုနှစ်ပါးစုံကိုစွဲ၍ သံယောဇဉ်ဖြစ်ခြင်းကိုလည်း သိ၏။ မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ်၏ ဖြစ်ကြောင်း ကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်၏ ပယ် ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော သံယောဇဉ် ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

လျှာကိုလည်းသိ၏။ အရသာတို့ကိုလည်း သိ ၏။ ထိုနှစ်ပါးစုံကိုစွဲ၍ သံယောဇဉ်ဖြစ်ခြင်းကိုလည်း သိ၏။ မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ်၏ ဖြစ်ကြောင်း ကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်၏ ပယ် ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော သံယောဇဉ် ၏ နောင်အခါ မဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

ကိုယ်ကိုလည်းသိ၏။ အတွေ့အထိတို့ကိုလည်း သိ၏။ ထိုနှစ်ပါးစုံကိုစွဲ၍ သံယောဇဉ်ဖြစ်ခြင်းကို လည်း သိ၏။ မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ်၏ ဖြစ် ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်၏ ပယ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော သံယော ဇဉ်၏ နောင်အခါ မဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

စိတ်ကိုလည်း သိ၏။ သဘောတရားတို့ကို လည်းသိ၏။ ထိုနှစ်ပါးစုံကိုစွဲ၍ သံယောဇဉ်ဖြစ်ခြင်း ကိုလည်း သိ၏။ မဖြစ်သေးသော သံယောဇဉ်၏ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သံယောဇဉ်

၏ ပယ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ပယ်ပြီးသော သံယောဇဉ်၏ နောင်အခါမဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။

ဤသို့(မိမိ၏) သဘောတရားတို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “သဘောတရားတို့သည် သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု)

စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် ခြောက်ပါးသော အတွင်းအပ အာယတန သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားဟု အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။

အာယတနတစ်ဆယ့်နှစ်ပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

ဗောဇ္ဈင်ခုနှစ်ပါး ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၈၅။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် ဗောဇ္ဈင်ခုနှစ်ပါး သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍ နေသည်။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် ဗောဇ္ဈင်ခုနှစ်ပါး သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။

ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် မိမိသန္တာန်၌ သတိသမ္မောဇ္ဈင် ရှိလျှင်လည်း “ငါ၏ သန္တာန်၌ သတိသမ္မောဇ္ဈင်ရှိသည်”ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ သတိသမ္မောဇ္ဈင် မရှိလျှင်လည်း “ငါ၏

- - -

ဗောဇ္ဈင်= သစ္စာတို့ကိုသိကြောင်း။

သန္တာန်၌ သတိသမ္မောဇ္ဈင်မရှိ”ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော သတိသမ္မောဇ္ဈင်၏ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းငှာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင် ရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ရှိသည်” ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင် မရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်မရှိ” ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်၏ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းငှာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင် ရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ရှိသည်”ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင် မရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်မရှိ”ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်၏ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းငှာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

- - -

သတိသမ္မောဇ္ဈင်= မဂ်ဉာဏ်၏အကြောင်းဖြစ်သော အောက်မေ့ခြင်း။

ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်= မဂ်ဉာဏ်၏အကြောင်းဖြစ်သော သဘောတရားကို စူးစမ်းဆင်ခြင်ခြင်း။

ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင်= မဂ်ဉာဏ်၏အကြောင်းဖြစ်သော အားထုတ်ခြင်း။

မိမိသန္တာန်၌ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင် ရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ရှိသည်”ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင် မရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်မရှိ”ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်၏ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းငှာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင် ရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်ရှိသည်”ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင် မရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်မရှိ”ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်၏ ဖြစ်ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းငှာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင် ရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်ရှိသည်”ဟု သိ၏။ မိမိသန္တာန်၌ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင် မရှိလျှင်လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်မရှိ”ဟု သိ၏။ မဖြစ်သေးသော သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်၏ ဖြစ်ကြောင်းကို

- - -

ပီတိသမ္မောဇ္ဈင်= မဂ်ဉာဏ်၏အကြောင်းဖြစ်သော နှစ်သိမ့်ခြင်း။

ပဿဒ္ဓိသမ္မောဇ္ဈင်= မဂ်ဉာဏ်၏အကြောင်းဖြစ်သော ကိုယ်စိတ်၏ ငြိမ်းချမ်းခြင်း။

သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်= မဂ်ဉာဏ်၏အကြောင်းဖြစ်သော တည်ကြည်ခြင်း။

လည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော သမာဓိသမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွား  
စေခြင်းငှာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အကြောင်းကိုလည်းသိ၏။

မိမိသန္တာန်၌ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင် ရှိလျှင်လည်း  
“ငါ၏သန္တာန်၌ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်ရှိသည်” ဟု သိ  
၏။ မိမိသန္တာန်၌ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင် မရှိလျှင်  
လည်း “ငါ၏သန္တာန်၌ ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်မရှိ” ဟု  
သိ၏။ မဖြစ်သေးသော ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်၏ ဖြစ်  
ကြောင်းကိုလည်းသိ၏။ ဖြစ်ပြီးသော ဥပေက္ခာ  
သမ္မောဇ္ဈင်ကို ပွားစေခြင်းငှာ ပြည့်စုံခြင်း၏ အ  
ကြောင်းကိုလည်း သိ၏။

ဤသို့(မိမိ၏) သဘောတရားတို့၌မူလည်း သ  
ဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍  
နေ၏။ သူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း သ  
ဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍  
နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း  
သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်  
ဖြစ်၍ နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်း  
တရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့  
ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘောတရားတို့၌  
ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်

- - -

ဥပေက္ခာသမ္မောဇ္ဈင်= မဂ်ဉာဏ်၏အကြောင်းဖြစ်သော အညီအမျှခြင်း။

ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘော  
တရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်  
ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်  
ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင် “သဘောတရားတို့  
သည်သာလျှင်ရှိသည်” ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည်  
ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့်ဆင့် အသိ  
ဉာဏ် တိုးပွားခြင်းသာဖြစ်၏။ အဆင့်ဆင့် သတိ  
တဖန် တိုးပွားခြင်းငှာသာ ဖြစ်၏။ (ထိုရဟန်းသည်  
တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။  
လောက၌ တစ်စုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု)  
စွဲလည်း မစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်း  
သည် ဗောဇ္ဈင်ခုနှစ်ပါး သဘောတရားတို့၌ သဘော  
တရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍  
နေ၏။

ဗောဇ္ဈင်ခုနှစ်ပါး ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း ပြီး၏။

- - -

သစ္စာလေးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းအပိုင်း

၃၈၆။ ရဟန်းတို့ တဖန် ထို့ပြင်လည်း ရဟန်းသည် အရိယသစ္စာလေးပါး သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍နေ၏။ ရဟန်းတို့ အဘယ်သို့လျှင် ရဟန်းသည် အရိယသစ္စာလေးပါး သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေသနည်း။  
ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် “ဤကား ဒုက္ခတည်း” ဟု ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း သိ၏။ “ဤကား ဒုက္ခဖြစ်ကြောင်းတည်း” ဟု ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း သိ၏။ “ဤကား ဒုက္ခချုပ်ရာတည်း” ဟု ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း သိ၏။ “ဤကား ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါတည်း” ဟု ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း သိ၏။

ပဌမအခဏ်း ပြီး၏။

- - -

ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ= ဆင်းရဲချုပ်ရာသို့ ရောက်ကြောင်းအကျင့်။

ဒုက္ခအရိယသစ္စာ

၃၈၇။ ရဟန်းတို့ ဒုက္ခသစ္စာဟူသည် အဘယ်နည်း။ ဇာတိသည်လည်း ဒုက္ခတည်း။ ဇရာသည်လည်း ဒုက္ခတည်း။ မရဏသည်လည်း ဒုက္ခတည်း။ သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿ ဥပါယာသတို့သည်လည်း ဒုက္ခတည်း။ မချစ်ခင် မနှစ်သက်ဖွယ်တို့နှင့် တွေ့ဆုံပေါင်းသင်းရခြင်းသည်လည်း ဒုက္ခတည်း။ ချစ်နှစ်လိုဖွယ်တို့နှင့် ကွဲကွာ ကွေကွင်း ရခြင်းသည်လည်း ဒုက္ခတည်း။ အလိုရှိသည်ကို မရခြင်းသည်လည်း ဒုက္ခတည်း။ အကျဉ်းအားဖြင့် ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးတို့သည် ဒုက္ခတည်း။  
၃၈၈။ ရဟန်းတို့ ဇာတိသည် အဘယ်နည်း။ ထိုထိုသတ္တဝါတို့၏ ထိုထိုသတ္တဝါအပေါင်း၌ ရှေးဦးစွာဖြစ်ခြင်း (အမိဝမ်းတွင်း ဥခွံတွင်းသို့) သက်ဝင်ခြင်း ကိုယ်ထင်ရှားဖြစ်ခြင်း ခန္ဓာကိုယ်၏ထင်ရှားဖြစ်ခြင်း အာယတနတို့ကိုရခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသဘောတရားကို ဇာတိဟူ၍ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
၃၈၉။ ရဟန်းတို့ ဇရာသည် အဘယ်နည်း။ ထိုထိုသတ္တဝါတို့၏ ထိုထိုသတ္တဝါအပေါင်း၌ အိုခြင်း အိုသောအခြင်းအရာ သွားကျိုးခြင်း ဆံဖြူခြင်း အရေတွန့်ရှုံ့ခြင်း ရုပ်အသက်ဆုတ်ယုတ်ခြင်း (မျက်စိစသော) ဣန္ဒြေတို့၏ ရင့်ခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့

ဤသဘောတရားကို ဇရာဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
 ၃၉၀။ ရဟန်းတို့ မရဏသည် အဘယ်နည်း။ ထို  
 ထိုသတ္တဝါတို့၏ ထိုထိုသတ္တဝါအပေါင်းမှ ရွေ့လျော  
 ခြင်း၊ ရွေ့လျောသောအခြင်းအရာ ပျက်စီးခြင်း၊ ကွယ်  
 ပျောက်ခြင်း၊ သက်ပြတ်သေဆုံးခြင်း၊ ကွယ်လွန်ခြင်း၊  
 ခန္ဓာတို့၏ပျက်စီးခြင်း၊ ကိုယ်ကိုပစ်ချခြင်း၊ ဇီဝိတိန္ဒြေ  
 ၏ပြတ်စဲခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသဘောတရား  
 ကို မရဏဟူ၍ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
 ၃၉၁။ ရဟန်းတို့ သောကသည် အဘယ်နည်း။  
 ရဟန်းတို့ တမျိုးမျိုးသော ပျက်စီးခြင်းနှင့် မလွတ်  
 ကင်းသော တမျိုးမျိုးသော ဆင်းရဲကြောင်းနှင့် တွေ  
 သောသတ္တဝါ၏ စိုးရိမ်ခြင်း၊ စိုးရိမ်သောအခြင်းအ  
 ရာ၊ စိုးရိမ်သည်၏အဖြစ်၊ အတွင်း၌ စိုးရိမ်ခြင်း၊  
 အတွင်း၌ ပြင်းစွာစိုးရိမ်ခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့  
 ဤသဘောတရားကို သောကဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
 ၃၉၂။ ရဟန်းတို့ ပရိဒေဝသည် အဘယ်နည်း။  
 ရဟန်းတို့ တမျိုးမျိုးသော ပျက်စီးခြင်းနှင့် မလွတ်  
 ကင်းသော တမျိုးမျိုးသော ဆင်းရဲကြောင်းနှင့် တွေ  
 သော သတ္တဝါ၏ ငိုကြွေးခြင်း၊ ပြင်းစွာငိုကြွေးခြင်း၊  
 ငိုကြွေးသောအခြင်းအရာ၊ ပြင်းစွာငိုကြွေးသောအခြင်း  
 အရာ၊ ငိုကြွေးသည်၏အဖြစ်၊ ပြင်းစွာငိုကြွေးသည်  
 ၏ အဖြစ်တည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသဘောတရားကို

ပရိဒေဝဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
 ၃၉၃။ ရဟန်းတို့ ဒုက္ခသည် အဘယ်နည်း။ ရဟန်း  
 တို့ ကိုယ်၌ဖြစ်သောဆင်းရဲ၊ ကိုယ်၌ဖြစ်သောမသာ  
 ယာခြင်း၊ ကိုယ်တွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောဆင်းရဲ မသာ  
 ယာသော ခံစားခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသဘော  
 တရားကို ဒုက္ခဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
 ၃၉၄။ ရဟန်းတို့ ဒေါမနဿသည် အဘယ်နည်း။  
 ရဟန်းတို့ စိတ်၌ဖြစ်သောဆင်းရဲ၊ စိတ်၌ဖြစ်သော  
 မသာယာခြင်း၊ စိတ်အတွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောဆင်းရဲ၊  
 မသာယာသော ခံစားခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤ  
 သဘောတရားကို ဒေါမနဿဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
 ၃၉၅။ ရဟန်းတို့ ဥပါယာသသည် အဘယ်နည်း။  
 ရဟန်းတို့ တမျိုးမျိုးသော ပျက်စီးခြင်းနှင့် မလွတ်  
 ကင်းသော တမျိုးမျိုးသော ဆင်းရဲခြင်း၏အကြောင်း  
 နှင့်တွေ့ကြုံသော သတ္တဝါ၏ ပင်ပန်းခြင်း၊ ပင်ပန်း  
 သည်၏အဖြစ်၊ ပြင်းစွာပင်ပန်းသည်၏အဖြစ်တည်း။  
 ရဟန်းတို့ ဤသဘောတရားကို ဥပါယာသဟူ၍  
 ခေါ်ဆိုအပ်၏။  
 ၃၉၆။ ရဟန်းတို့ မချစ်မနှစ်လိုဖွယ်တို့နှင့် တွေ့ဆုံ  
 ပေါင်းသင်းရခြင်း ဆင်းရဲသည် အဘယ်နည်း။ ဤ  
 လောက၌ မလိုလား မနှစ်သက် မမြတ်နိုးအပ်ကုန်  
 သော အဆင်း အသံ အနံ့ အရသာ အတွေ့အထိ

သဘောတရားတို့သော်လည်းကောင်း အကျိုးမဲ့ခြင်း အစီးအပွားမဲ့ခြင်း မချမ်းသာခြင်း ဘေးမငြိမ်းခြင်းကို လိုလားကုန်သော သူတို့သော်လည်းကောင်း ထိုသူအား ရှိကုန်၏။ ထို(အာရုံသတ္တဝါ)တို့နှင့်တကွ တွေ့ရခြင်း ဆုံရခြင်း ပေါင်းဖော်ရခြင်း ရောနှောရခြင်း တည်း။ ရဟန်းတို့ ဤတရားသဘောကို မချစ်မနှစ်လိုဖွယ်တို့နှင့် တွေ့ဆုံပေါင်းသင်းရခြင်း ဆင်းရဲဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။

၃၉၇။ ရဟန်းတို့ ချစ်နှစ်လိုဖွယ်တို့နှင့် ကွဲကွာ ကွေကွင်းရခြင်း ဆင်းရဲသည် အဘယ်နည်း။ ဤလောက၌ လိုလားနှစ်သက် မြတ်နိုးအပ်ကုန်သော အဆင်း အသံ အနံ့ အရသာ အတွေ့အထိ သဘောတရားတို့သော်လည်းကောင်း အကျိုးစီးပွား ချမ်းသာခြင်း ဘေးကင်းခြင်းကို လိုလားကုန်သော အမိအဖ ညီအကို မောင်နှစ်မ မိတ်ဆွေ အပေါင်း အဖော် ဆွေမျိုးသားခြင်းတို့သော်လည်းကောင်း ထိုသူအားရှိကုန်၏။ ထို (အာရုံသတ္တဝါ) တို့နှင့်တကွ မတွေ့ရခြင်း မဆုံရခြင်း မပေါင်းဖော်ရခြင်း မရောနှောရခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤသဘောတရားကို ချစ်နှစ်လိုဖွယ်တို့နှင့် ကွဲကွာ ကွေကွင်းရခြင်းဆင်းရဲဟူ၍ ခေါ်ဆိုအပ်၏။

၃၉၈။ ရဟန်းတို့ အလိုရှိသည်ကို မရခြင်း ဆင်းရဲသည် အဘယ်နည်း။ ရဟန်းတို့ ဇာတိသဘော ရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့အား “ငါတို့သည် ဇာတိသဘော မရှိကြကုန်မူ ကောင်းလေစွ၊ ဇာတိသည် ငါ့ထံသို့ မလာမူကား ကောင်းလေစွ”ဟု ဤသို့သော တောင့်တခြင်းသည် ဖြစ်ပေါ်၏။ ယင်းသို့ တောင့်တသော်လည်း ဤ(ဇာတိမလာခြင်း)ကို တောင့်တခြင်းဖြင့်မရအပ်။ ဤသည်လည်း အလိုရှိသည်ကို မရခြင်း ဆင်းရဲမည်၏။ ရဟန်းတို့ ဇရာသဘောရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့အား “ငါတို့သည် ဇရာသဘော မရှိကြကုန်မူ ကောင်းလေစွ၊ ဇရာသည် ငါ့ထံသို့ မလာမူကား ကောင်းလေစွ”ဟု ဤသို့သော တောင့်တခြင်းသည် ဖြစ်ပေါ်၏။ ယင်းသို့ တောင့်တသော်လည်း ဤ (ဇရာမလာခြင်း)ကို တောင့်တခြင်းဖြင့် မရအပ်။ ဤသည်လည်း အလိုရှိသည်ကို မရခြင်း ဆင်းရဲမည်၏။ ရဟန်းတို့ ဗျာဓိသဘောရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့အား “ငါတို့သည် ဗျာဓိသဘော မရှိကြကုန်မူ ကောင်းလေစွ၊ ဗျာဓိသည် ငါ့ထံသို့ မလာမူကား ကောင်းလေစွ”ဟု ဤသို့သော တောင့်တခြင်းသည် ဖြစ်ပေါ်၏။

— — —  
ဇာတိ= ပဋိသန္ဓေတည်နေခြင်း။ ဇရာ= အိုခြင်း။  
မရဏ= သေခြင်း။ ဗျာဓိ= နာခြင်း။



ယင်းသို့တောင့်တသော်လည်း ဤ (ဗျာဓိမလာခြင်း) ကို တောင့်တခြင်းဖြင့် မရအပ်။ ဤသည်လည်း အလိုရှိ သည်ကို မရခြင်းဆင်းရဲမည်၏။ ရဟန်းတို့ မရဏသဘောရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့အား “ငါတို့ သည် မရဏသဘော မရှိကြကုန်မူ ကောင်းလေစွ၊ မရဏသည် ငါ့ထံသို့ မလာမူကား ကောင်းလေစွ” ဟု ဤသို့သော တောင့်တခြင်းသည် ဖြစ်ပေါ်၏။ ယင်းသို့တောင့်တသော်လည်း ဤ မရဏမလာခြင်း ကို တောင့်တခြင်းဖြင့် မရအပ်။ ဤသည်လည်း အလိုရှိသည်ကို မရခြင်း ဆင်းရဲမည်၏။ ရဟန်း တို့ သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿ ဥပါယာသ သဘောရှိကုန်သော သတ္တဝါတို့အား “ငါတို့သည် သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿ ဥပါယာသ သဘော မရှိကြကုန်မူ ကောင်းလေစွ၊ သောက ပရိဒေဝ ဒုက္ခ ဒေါမနဿ ဥပါယာသ သဘော တို့သည် ငါ့ထံသို့ မလာမူကား ကောင်းလေစွ”ဟု ဤသို့သော တောင့်တခြင်းသည် ဖြစ်ပေါ်၏။ ယင်းသို့တောင့်တသော်လည်း ဤသောကစသည်တို့ မလာခြင်းကို တောင့်တခြင်းဖြင့် မရအပ်။ ဤသည် လည်း အလိုရှိသည်ကို မရခြင်း ဆင်းရဲမည်၏။

သောက= စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း။ ပရိဒေဝ= ငိုကြွေးခြင်း။  
ဒုက္ခ= ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း။ ဒေါမနဿ= စိတ်ဆင်းရဲခြင်း။  
ဥပါယာသ= ပြင်းစွာပူပန်ခြင်း။

၃၉၉။ ရဟန်းတို့ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ငါးပါးသော ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ဆင်းရဲတို့ဟူသည် အဘယ်နည်း။ ငါးပါးသော ဥပါဒါနက္ခန္ဓာတို့ဟူသည် ရုပ် ဥပါဒါ နက္ခန္ဓာ၊ ဝေဒနာ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ၊ သညာ ဥပါဒါ နက္ခန္ဓာ၊ သင်္ခါရ ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ၊ ဝိညာဏ် ဥပါဒါ နက္ခန္ဓာတို့ပေတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ငါးပါးတို့ကို အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ငါးပါးသော ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ ဆင်းရဲတို့ဟူ၍ ဆိုအပ်ကုန်၏။

ရဟန်းတို့ ဤသဘောတရားကို ဒုက္ခအရိယ သစ္စာဟု ဆိုအပ်၏။

ဒုက္ခအရိယသစ္စာ ပြီး၏။  
- - -

ဒုက္ခသမုဒယ အရိယသစ္စာ

၄၀၀။ ရဟန်းတို့ ဒုက္ခ သမုဒယ အရိယသစ္စာသည် အဘယ်နည်း။ တဖန် ဘဝသစ်ကို ဖြစ်စေတတ် သော နှစ်သက် တပ်မက်ခြင်းနှင့် တကွ ဖြစ်သော ထိုထို ဘဝအာရုံ၌ အလွန်နှစ်သက်ခြင်းရှိသော တဏှာတည်း။ ထိုတဏှာသည် အဘယ်နည်း။ ကာမတဏှာ ဘဝတဏှာ ဝိဘဝတဏှာတို့တည်း။

ဥပါဒါနက္ခန္ဓာ= ဥပါဒါန်၏ အာရုံတရားစု။

ရဟန်းတို့ ထိုတဏှာဖြစ်သည်ရှိသော် အဘယ်  
 ဌ ဖြစ်သနည်း၊ တည်သည်ရှိသော အဘယ်၌ တည်  
 သနည်း၊ လောက၌ချစ်ခင်ဖွယ် သဘောသည်ရှိ၏။  
 ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤချစ်ခင်ဖွယ်  
 သာယာဖွယ် အာရုံ၌ ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော်  
 ဤ(ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် အာရုံ)၌ တည်၏။  
 လောက၌ ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောသည်  
 အဘယ်နည်း။ လောက၌မျက်စိသည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
 သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည်  
 ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤမျက်စိ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
 သော် ဤမျက်စိ၌ တည်၏။ လောက၌ နားသည်  
 ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ  
 သည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤနား၌ဖြစ်၏။ တည်  
 သည်ရှိသော် ဤနား၌ တည်၏။ လောက၌ နှာ  
 ခေါင်းသည် ချစ်ခင်ဖွယ်သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။  
 ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤနှာခေါင်း၌ဖြစ်  
 ၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤနှာခေါင်း၌ တည်၏။  
 လောက၌ လျှာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်  
 သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော်

- - -

တဏှာ= တပ်မက်ခြင်း။ ကာမတဏှာ= ကာမဘုံ၌ တပ်မက်ခြင်း။  
 ဘဝတဏှာ= ရူပအရူပဘုံတို့၌ တပ်မက်ခြင်း။  
 ဝိဘဝတဏှာ= ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိနှင့်တကွဖြစ်သော တပ်မက်ခြင်း။

ဤလျှာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤလျှာ၌  
 တည်၏။ လောက၌ ကိုယ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ  
 ယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိ  
 သော် ဤကိုယ်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤ  
 ကိုယ်၌ တည်၏။ လောက၌စိတ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
 သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်  
 သည်ရှိသော် ဤစိတ်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော်  
 ဤစိတ်၌ တည်၏။

လောက၌ ရူပါရုံတို့သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ  
 ယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်  
 ရှိသော် ဤရူပါရုံတို့၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော်  
 ဤရူပါရုံတို့၌ တည်၏။ လောက၌ သဒ္ဓါရုံတို့သည်  
 ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ  
 သည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓါရုံတို့၌ဖြစ်၏။  
 တည်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓါရုံတို့၌ တည်၏။ လော  
 က၌ ဂန္ဓာရုံတို့သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်  
 သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော်  
 ဤဂန္ဓာရုံတို့၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓာရုံ  
 တို့၌ တည်၏။ လောက၌ ရသာရုံတို့သည် ချစ်ခင်  
 ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည်  
 ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရသာရုံတို့၌ဖြစ်၏။ တည်သည်

- - -

ရူပါရုံ= အဆင်း။ သဒ္ဓါရုံ= အသံ။ ဂန္ဓာရုံ= အနံ့။ ရသာရုံ= အရသာ။

ရှိသော် ဤရသာရုံတို့၌ တည်၏။ လောက၌ ဖော-  
ဋ္ဌဗ္ဗာရုံတို့သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤ  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံတို့၌ ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤ  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံတို့၌ တည်၏။ လောက၌ တရားသဘော  
တို့သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။  
ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤတရားတို့၌  
ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤတရားတို့၌ တည်၏။  
လောက၌ စက္ခုဝိညာဏ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်  
သည်ရှိသော် ဤစက္ခုဝိညာဏ်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
သော် ဤစက္ခုဝိညာဏ်၌ တည်၏။ လောက၌  
သောတဝိညာဏ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်  
သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော်  
ဤသောတဝိညာဏ်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤ  
သောတဝိညာဏ်၌ တည်၏။ လောက၌ ဃာန  
ဝိညာဏ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဃာန  
ဝိညာဏ်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဃာန

— — —  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ= အတွေ့အထိ။ စက္ခုဝိညာဏ်= မျက်စိ၌မှီသောစိတ်။  
သောတဝိညာဏ်= နား၌မှီသောစိတ်။  
ဃာနဝိညာဏ်= နှာခေါင်း၌မှီသောစိတ်။

ဝိညာဏ်၌ တည်၏။ လောက၌ ဇိဝှါဝိညာဏ်သည်  
ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ  
သည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဇိဝှါဝိညာဏ်၌ဖြစ်၏။  
တည်သည်ရှိသော် ဤဇိဝှါဝိညာဏ်၌ တည်၏။  
လောက၌ ကာယဝိညာဏ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ  
ယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်  
ရှိသော် ဤကာယဝိညာဏ်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
သော် ဤကာယဝိညာဏ်၌ တည်၏။ လောက၌  
မနောဝိညာဏ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သ  
ဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤ  
မနောဝိညာဏ်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤမနော  
ဝိညာဏ်၌ တည်၏။

လောက၌ စက္ခုသမ္ပဿသည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်  
သည်ရှိသော် ဤစက္ခုသမ္ပဿ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
သော် ဤစက္ခုသမ္ပဿ၌ တည်၏။ လောက၌  
သောတသမ္ပဿသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သ  
ဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤ  
သောတသမ္ပဿ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤ

— — —  
ဇိဝှါဝိညာဏ်= လျှာ၌မှီသောစိတ်။ ကာယဝိညာဏ်= ကိုယ်၌မှီသောစိတ်။  
မနောဝိညာဏ်= မနော၌မှီသောစိတ်။ စက္ခုသမ္ပဿ= မျက်စိအတွေ့။  
သောတသမ္ပဿ= နားအတွေ့။

သောတသမ္မဿ၌ တည်၏။ လောက၌ ဃာန  
သမ္မဿသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဃာန  
သမ္မဿ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဃာန  
သမ္မဿ၌ တည်၏။ လောက၌ ဇိဝှါသမ္မဿသည်  
ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ  
သည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဇိဝှါသမ္မဿ၌ဖြစ်၏။  
တည်သည်ရှိသော် ဤဇိဝှါသမ္မဿ၌ တည်၏။  
လောက၌ ကာယသမ္မဿသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ  
ယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်  
ရှိသော် ဤကာယသမ္မဿ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
သော် ဤကာယသမ္မဿ၌ တည်၏။ လောက၌  
မနောသမ္မဿသည် ချစ်ခင်ဖွယ်သာယာဖွယ် သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤမနော  
သမ္မဿ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤမနော  
သမ္မဿ၌ တည်၏။

လောက၌ စက္ခုသမ္မဿဇာ ဝေဒနာသည် ချစ်  
ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ  
သည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤစက္ခုသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ

- - -  
ဃာနသမ္မဿ= နှာခေါင်းအတွေ့။ ဇိဝှါသမ္မဿ= လျှာအတွေ့။  
ကာယသမ္မဿ= ကိုယ်အတွေ့။ မနောသမ္မဿ= မနောအတွေ့။  
စက္ခုသမ္မဿဇာဝေဒနာ= မျက်စိအတွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောခံစားခြင်း။

၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤစက္ခုသမ္မဿဇာ  
ဝေဒနာ၌ တည်၏။ လောက၌ သောတသမ္မဿဇာ  
ဝေဒနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်  
၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤသောတ  
သမ္မဿဇာ ဝေဒနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤ  
သောတသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ၌ တည်၏။ လောက၌  
ဃာနသမ္မဿဇာ ဝေဒနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာ  
ဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိ  
သော် ဤဃာနသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ၌ဖြစ်၏။ တည်  
သည်ရှိသော် ဤဃာနသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ၌တည်၏။  
လောက၌ ဇိဝှါသမ္မဿဇာ ဝေဒနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်  
သည်ရှိသော် ဤဇိဝှါသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ၌ဖြစ်၏။  
တည်သည်ရှိသော် ဤဇိဝှါသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ၌  
တည်၏။ လောက၌ ကာယသမ္မဿဇာ ဝေဒနာ  
သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။  
ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤကာယသမ္မဿ  
ဇာ ဝေဒနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤကာယ  
သမ္မဿဇာ ဝေဒနာ၌ တည်၏။ လောက၌ မနော

- - -  
သောတသမ္မဿဇာဝေဒနာ= နားအတွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောခံစားခြင်း။  
ဃာနသမ္မဿဇာဝေဒနာ= နှာခေါင်းအတွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောခံစားခြင်း။  
ဇိဝှါသမ္မဿဇာဝေဒနာ= လျှာအတွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောခံစားခြင်း။  
ကာယသမ္မဿဇာဝေဒနာ= ကိုယ်အတွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောခံစားခြင်း။

သမ္မုဿဇာ ဝေဒနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤမနောသမ္မုဿဇာ ဝေဒနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤမနောသမ္မုဿဇာ ဝေဒနာ၌ တည်၏။

လောက၌ ရူပသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရူပသညာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤရူပသညာ၌ တည်၏။ လောက၌ သဒ္ဓသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓသညာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓသညာ၌တည်၏။ လောက၌ ဂန္ဓသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓသညာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓသညာ၌ တည်၏။ လောက၌ ရသသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရသသညာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤရသသညာ၌ တည်၏။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်

သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ၌ တည်၏။ လောက၌ ဓမ္မသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မသညာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မသညာ၌ တည်၏။

လောက၌ ရူပသဇ္ဇေတနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရူပသဇ္ဇေတနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤရူပသဇ္ဇေတနာ၌ တည်၏။ လောက၌ သဒ္ဓသဇ္ဇေတနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓသဇ္ဇေတနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓသဇ္ဇေတနာ၌ တည်၏။ လောက၌ ဂန္ဓသဇ္ဇေတနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓသဇ္ဇေတနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓသဇ္ဇေတနာ၌ တည်၏။ လောက၌ ရသသဇ္ဇေတနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရသသဇ္ဇေတနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤရသသဇ္ဇေတနာ၌ တည်၏။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်

— — —  
မနောသမ္မုဿဇာဝေဒနာ= မနောအတွေ့ကြောင့်ဖြစ်သောခံစားခြင်း။  
ရူပသညာ= ရူပါရုံ၌မှတ်သားခြင်း။ သဒ္ဓသညာ= သဒ္ဓါရုံ၌မှတ်သားခြင်း။  
ဂန္ဓသညာ= ဂန္ဓာရုံ၌မှတ်သားခြင်း။ ရသသညာ=ရသာရုံ၌မှတ်သားခြင်း။

— — —  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗသညာ= ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၌မှတ်သားခြင်း။  
ဓမ္မသညာ= ဓမ္မာရုံ၌မှတ်သားခြင်း။  
ရူပသဇ္ဇေတနာ= ရူပါရုံ၌စေ့ဆော်ခြင်း။  
သဒ္ဓသဇ္ဇေတနာ= သဒ္ဓါရုံ၌စေ့ဆော်ခြင်း။  
ဂန္ဓသဇ္ဇေတနာ= ဂန္ဓာရုံ၌စေ့ဆော်ခြင်း။

ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရသသဇ္ဇေတနာ၌ဖြစ်၏။ တည်  
သည်ရှိသော် ဤရသသဇ္ဇေတနာ၌ တည်၏။ လော  
က၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗသဇ္ဇေတနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာ  
ဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိ  
သော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗသဇ္ဇေတနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
သော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗသဇ္ဇေတနာ၌ တည်၏။ လောက၌  
ဓမ္မသဇ္ဇေတနာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သ  
ဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤ  
ဓမ္မသဇ္ဇေတနာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မ  
သဇ္ဇေတနာ၌ တည်၏။

လောက၌ ရူပတဏှာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ  
ယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်  
ရှိသော် ဤရူပတဏှာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော်  
ဤရူပတဏှာ၌ တည်၏။ လောက၌ သဒ္ဒတဏှာ  
သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။  
ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဒတဏှာ၌  
ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဒတဏှာ၌ တည်  
၏။ လောက၌ ဂန္ဓတဏှာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ

- - -

ရသသဇ္ဇေတနာ= ရသာရုံ၌ စေ့ဆော်ခြင်း။  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗသဇ္ဇေတနာ= ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၌ စေ့ဆော်ခြင်း။  
ဓမ္မသဇ္ဇေတနာ= ဓမ္မာရုံ၌ စေ့ဆော်ခြင်း။  
ရူပတဏှာ= ရူပါရုံ၌ တပ်မက်ခြင်း။  
သဒ္ဒတဏှာ= သဒ္ဒာရုံ၌ တပ်မက်ခြင်း။

ယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်  
ရှိသော် ဤဂန္ဓတဏှာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော်  
ဤဂန္ဓတဏှာ၌ တည်၏။ လောက၌ ရသတဏှာ  
သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။  
ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရသတဏှာ၌  
ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤရသတဏှာ၌ တည်  
၏။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာသည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်  
သည်ရှိသော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်  
ရှိသော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာ၌ တည်၏။ လောက၌  
ဓမ္မတဏှာသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မ  
တဏှာ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မတဏှာ၌  
တည်၏။

လောက၌ ရူပဝိတက်သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ  
ယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်  
ရှိသော် ဤရူပဝိတက်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော်  
ဤရူပဝိတက်၌ တည်၏။ လောက၌ သဒ္ဒဝိတက်

- - -

ဂန္ဓတဏှာ= ဂန္ဓာရုံ၌ တပ်မက်ခြင်း။  
ရသတဏှာ= ရသာရုံ၌ တပ်မက်ခြင်း။  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာ= ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံ၌ တပ်မက်ခြင်း။  
ဓမ္မတဏှာ= ဓမ္မာရုံ၌ တပ်မက်ခြင်း။  
ရူပဝိတက်= ရူပါရုံ၌ ကြံစည်ခြင်း။

သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။ ထို  
တဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓဝိတက်၌ဖြစ်  
၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓဝိတက်၌ တည်၏။  
လောက၌ ဂန္ဓဝိတက်သည် ချစ်ခင်ဖွယ်သာယာဖွယ်  
သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော်  
ဤဂန္ဓဝိတက်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓ  
ဝိတက်၌တည်၏။ လောက၌ ရသဝိတက်သည် ချစ်  
ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည်  
ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရသဝိတက်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်  
ရှိသော် ဤရသဝိတက်၌ တည်၏။ လောက၌  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိတက်သည် ချစ်ခင်ဖွယ်သာယာဖွယ်သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဖော  
ဋ္ဌဗ္ဗဝိတက်၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗ  
ဝိတက်၌ တည်၏။ လောက၌ ဓမ္မဝိတက်သည်  
ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ  
သည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မဝိတက်၌ဖြစ်၏။  
တည်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မဝိတက်၌ တည်၏။

လောက၌ ရူပဝိစာရသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာ  
ယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်

- - -

- သဒ္ဓဝိတက်= သဒ္ဓရုံ၌ ကြံစည်ခြင်း။
- ဂန္ဓဝိတက်= ဂန္ဓရုံ၌ ကြံစည်ခြင်း။ ရသဝိတက်= ရသရုံ၌ ကြံစည်ခြင်း။
- ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိတက်= ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုံ၌ ကြံစည်ခြင်း။
- ဓမ္မဝိတက်= ဓမ္မာရုံ၌ ကြံစည်ခြင်း။

ရှိသော် ဤရူပဝိစာရ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော်  
ဤရူပဝိစာရ၌တည်၏။ လောက၌ သဒ္ဓဝိစာရသည်  
ချစ်ခင်ဖွယ်သာယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည်  
ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤသဒ္ဓဝိစာရ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
သော် ဤသဒ္ဓဝိစာရ၌တည်၏။ လောက၌ ဂန္ဓဝိစာရ  
သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။ ထို  
တဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓဝိစာရ၌ဖြစ်၏။  
တည်သည်ရှိသော် ဤဂန္ဓဝိစာရ၌ တည်၏။ လောက  
၌ ရသဝိစာရသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤရသ  
ဝိစာရ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤရသဝိစာရ၌  
တည်၏။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရသည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ် သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာသည် ဖြစ်  
သည်ရှိသော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရ၌ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိ  
သော် ဤဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရ၌တည်၏။ လောက၌ ဓမ္မ  
ဝိစာရသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။  
ထိုတဏှာသည် ဖြစ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မဝိစာရ၌  
ဖြစ်၏။ တည်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မဝိစာရ၌ တည်၏။  
ရဟန်းတို့ ဤတရားသဘောကို အရိယာတို့ သိအပ်  
သော ဒုက္ခ သမုဒယ အရိယသစ္စာဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ဒုက္ခသမုဒယ အရိယသစ္စာ ပြီး၏။

- ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရ= ဖောဋ္ဌဗ္ဗရုံ၌ သုံးသပ်ဆင်ခြင်ခြင်း။
- ဓမ္မဝိစာရ= ဓမ္မာရုံ၌ သုံးသပ်ဆင်ခြင်ခြင်း။
- အရိယသစ္စာ= ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း အရိယာတို့ သိအပ်သောအမှန်တရား။

ဒုက္ခနိရောဓ အရိယသစ္စာ

၄၀၁။ ရဟန်းတို့ ဒုက္ခနိရောဓသစ္စာသည် အဘယ်နည်း။ ထိုတဏှာ၏သာလျှင် အကြွင်းမရှိ ကင်းချုပ်ရာ တဏှာကိုစွန့်ရာ တဏှာကိုဝေးစွာစွန့်ရာ တဏှာမှလွတ်မြောက်ရာ တဏှာဖြင့်မကပ်ငြိရာနိဗ္ဗာန်တည်း။

ရဟန်းတို့ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် အဘယ်၌ပယ်အပ်သနည်း၊ ချုပ်သည်ရှိသော် အဘယ်၌ချုပ်သနည်း။ လောက၌ ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောသည် ရှိ၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘော၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘော၌ ချုပ်၏။

လောက၌ ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘောသည် အဘယ်နည်း။ လောက၌ မျက်စိသည် ချစ်ခင်ဖွယ်သဘော သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤမျက်စိ၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤမျက်စိ၌ချုပ်၏။ လောက၌ နားသည် ချစ်ခင်ဖွယ်သဘော သာယာဖွယ် သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤနား၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤ နား၌ ချုပ်၏။ လောက၌ နှာခေါင်းသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သဘော သာယာဖွယ်သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို

ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤနှာခေါင်း၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤနှာခေါင်း၌ ချုပ်၏။ လောက၌ လျှာသည် ချစ်ခင်ဖွယ်သဘော သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤလျှာ၌ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤလျှာ၌ ချုပ်၏။ လောက၌ ကိုယ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ်သဘော သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤကိုယ်၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤကိုယ်၌ ချုပ်၏။ လောက၌ စိတ်သည် ချစ်ခင်ဖွယ်သဘော သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤစိတ်၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤစိတ်၌ ချုပ်၏။

လောက၌ ရူပါရုံတို့သည်။ လောက၌ သဒ္ဓါရုံတို့သည်။ လောက၌ ဂန္ဓာရုံတို့သည်။ လောက၌ ရသာရုံတို့သည်။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာရုံတို့သည်။ လောက၌ ဓမ္မာရုံတို့သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ် သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤတရား၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤတရားတို့၌ ချုပ်၏။

လောက၌ စက္ခုဝိညာဏ်သည်။ လောက၌ သောတဝိညာဏ်သည်။ လောက၌ ဃာနဝိညာဏ်သည်။ လောက၌ ဇိဝှာဝိညာဏ်သည်။ လောက၌



ကာယဝိညာဏ်သည်။ လောက၌ မနောဝိညာဏ်သည်  
ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏ ထိုတဏှာ  
ကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤမနောဝိညာဏ်၌ ပယ်  
အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤမနောဝိညာဏ်၌ချုပ်၏။

လောက၌ စက္ခုသမ္ပဿသည်။ လောက၌  
သောတသမ္ပဿသည်။ လောက၌ ဃာနသမ္ပဿ  
သည်။ လောက၌ ဇိဝှါသမ္ပဿသည်။ လောက၌  
ကာယသမ္ပဿသည်။ လောက၌ မနောသမ္ပဿသည်  
ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာ  
ကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤမနောသမ္ပဿ၌ ပယ်  
အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤမနောသမ္ပဿတို့၌  
ချုပ်၏။

လောက၌ စက္ခုသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာသည်။  
လောက၌ သောတသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာသည်။ လော  
က၌ ဃာနသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာသည်။ လောက၌  
ဇိဝှါသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာသည်။ လောက၌ ကာယ  
သမ္ပဿဇာ ဝေဒနာသည်။ လောက၌ မနောသမ္ပဿ  
ဇာ ဝေဒနာသည်။ ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘော  
ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤမနော  
သမ္ပဿဇာ ဝေဒနာ၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော်  
ဤမနောသမ္ပဿဇာ ဝေဒနာတို့၌ ချုပ်၏။

လောက၌ စက္ခုသညာသည်။ လောက၌ သောတ  
သညာသည်။ လောက၌ ဃာနသညာသည်။ လော  
က၌ ဇိဝှါသညာသည်။ လောက၌ ကာယသညာ  
သည်။ လောက၌ မနောသညာသည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်  
သည်ရှိသော် ဤဓမ္မသညာ၌ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိ  
သော် ဤဓမ္မသညာတို့၌ ချုပ်၏။

လောက၌ ရူပသဇ္ဇေတနာသည်။ လောက၌  
သဒ္ဒသဇ္ဇေတနာသည်။ လောက၌ ဂန္ဓသဇ္ဇေတနာ  
သည်။ လောက၌ ရသသဇ္ဇေတနာသည်။ လောက၌  
ဖောဋ္ဌဗ္ဗသဇ္ဇေတနာသည်။ လောက၌ ဓမ္မသဇ္ဇေတနာ  
သည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။  
ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မသဇ္ဇေတ  
နာ၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မသဇ္ဇေတ  
နာ၌ ချုပ်၏။

လောက၌ ရူပတဏှာသည်။ လောက၌ သဒ္ဒ  
တဏှာသည်။ လောက၌ ဂန္ဓတဏှာသည်။ လောက  
၌ ရသတဏှာသည်။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗတဏှာ  
သည်။ လောက၌ ဓမ္မတဏှာသည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်  
အပ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မတဏှာ၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်  
သည်ရှိသော် ဤဓမ္မတဏှာ၌ ချုပ်၏။

လောက၌ ရူပဝိတက်သည်။ လောက၌ သဒ္ဓ  
ဝိတက်သည်။ လောက၌ ဂန္ဓဝိတက်သည်။ လောက  
၌ ရသဝိတက်သည်။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိတက်  
သည်။ လောက၌ ဓမ္မဝိတက်သည် ချစ်ခင်ဖွယ်  
သာယာဖွယ်သဘော ဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်  
အပ်သည်ရှိသော် ဤဓမ္မဝိတက်၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်  
သည်ရှိသော် ဤဓမ္မဝိတက်၌ ချုပ်၏။

လောက၌ ရူပဝိစာရသည်။ လောက၌ သဒ္ဓ  
ဝိစာရသည်။ လောက၌ ဂန္ဓဝိစာရသည်။ လောက၌  
ရသဝိစာရသည်။ လောက၌ ဖောဋ္ဌဗ္ဗဝိစာရသည်။  
လောက၌ ဓမ္မဝိစာရသည် ချစ်ခင်ဖွယ် သာယာဖွယ်  
သဘောဖြစ်၏။ ထိုတဏှာကို ပယ်အပ်သည်ရှိသော်  
ဤဓမ္မဝိစာရ၌ ပယ်အပ်၏။ ချုပ်သည်ရှိသော် ဤ  
ဓမ္မဝိစာရ၌ ချုပ်၏။

ရဟန်းတို့ ဤတရားသဘောကို ဒုက္ခနိရောဓ  
အရိယသစ္စာဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ဒုက္ခနိရောဓ အရိယသစ္စာ ပြီး၏။

- - -

ဒုက္ခနိရောဓ အရိယသစ္စာ= ဒုက္ခ၏ချုပ်ရာ အရိယာတို့သိအပ်သောတရား။

ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ အရိယသစ္စာ

၄၀၂။ ရဟန်းတို့ ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ အရိယ  
သစ္စာသည် အဘယ်နည်း။ မြတ်သော အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိ  
သော ဤမဂ်အကျင့်လမ်းတည်း။ ဤမဂ်အကျင့်လမ်း  
တို့သည် အဘယ်တို့နည်း။ သမ္မာဒိဋ္ဌိ သမ္မာသင်္ကပ္ပ  
သမ္မာဝါစာ သမ္မာကမ္မန္တ သမ္မာအာဇီဝ သမ္မာဝါယာမ  
သမ္မာသတိ သမ္မာသမာဓိတို့ပေတည်း။

ရဟန်းတို့ သမ္မာဒိဋ္ဌိသည် အဘယ်နည်း။

ဒုက္ခ၌ သိမြင်ခြင်း၊ ဒုက္ခ၏ဖြစ်ကြောင်း၌ သိ  
မြင်ခြင်း၊ ဒုက္ခ၏ ချုပ်ရာ(နိဗ္ဗာန်)၌ သိမြင်ခြင်း၊  
ဒုက္ခ၏ချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်းအကျင့်၌  
သိမြင်ခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤ(သိမြင်ခြင်း)ကို  
မှန်စွာ သိမြင်ခြင်း ‘သမ္မာဒိဋ္ဌိ’ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

- - -

ဒုက္ခနိရောဓဂါမိနိပဋိပဒါ အရိယသစ္စာ= ဆင်းရဲချုပ်ရာသို့ရောက်ကြောင်း  
အကျင့်ဟူသော အရိယာတို့သိအပ်သောအမှန်တရား။  
သမ္မာဒိဋ္ဌိ= မှန်စွာ သိမြင်ခြင်း။ သမ္မာသင်္ကပ္ပ= မှန်စွာ ကြံစည်ခြင်း။  
သမ္မာဝါစာ= မှန်စွာ ပြောဆိုခြင်း။ သမ္မာကမ္မန္တ= မှန်စွာ ပြုလုပ်ခြင်း။  
သမ္မာအာဇီဝ= မှန်စွာ အသက်မွေးခြင်း။  
သမ္မာဝါယာမ= မှန်စွာ အားထုတ်ခြင်း။  
သမ္မာသတိ= မှန်စွာ အောက်မေ့ခြင်း။  
သမ္မာသမာဓိ= မှန်စွာ တည်ကြည်ခြင်း။

ရဟန်းတို့ သမ္မာသင်္ကပ္ပသည် အဘယ်နည်း။  
(ကာမအာရုံမှ) လွတ်ကင်းသော ကြံစည်ခြင်း၊  
ဖျက်ဆီးခြင်းမှ လွတ်ကင်းသော ကြံစည်ခြင်း၊ ညှဉ်း  
ဆဲခြင်းမှ လွတ်ကင်းသော ကြံစည်ခြင်းတည်း။  
ရဟန်းတို့ ဤ(ကြံခြင်း)ကို မှန်စွာကြံခြင်း ‘သမ္မာ  
သင်္ကပ္ပ’ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ရဟန်းတို့ သမ္မာဝါစာသည် အဘယ်နည်း။  
မဟုတ်မမှန်ပြောခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်း၊ ဂုံး  
စကားမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်း၊ ရန်ကြမ်းသောစကားမှ  
ကြဉ်ရှောင်ခြင်း၊ ပြိန်ဖျင်းသောစကားမှ ကြဉ်ရှောင်  
ခြင်းတည်း။ ရဟန်းတို့ ဤကြဉ်ရှောင်ခြင်းကို မှန်စွာ  
ပြောဆိုခြင်း ‘သမ္မာဝါစာ’ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ရဟန်းတို့ သမ္မာကမ္မန္တသည် အဘယ်နည်း။  
အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်း၊  
မပေးသည်ကို ယူခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်း၊ ကာမဂုဏ်  
တို့၌ မှားယွင်းစွာ ကျင့်ခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်း  
တည်း။ ရဟန်းတို့ ဤကြဉ်ရှောင်ခြင်းကို မှန်စွာပြု  
လုပ်ခြင်း ‘သမ္မာကမ္မန္တ’ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ရဟန်းတို့ သမ္မာအာဇီဝသည် အဘယ်နည်း။  
ဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ အရိယာဖြစ်  
သော တပည့်သည် မှားယွင်းစွာ အသက်မွေးခြင်းကို  
ပယ်စွန့်၍၊ မှန်စွာ အသက်မွေးခြင်းဖြင့် အသက်မွေး

၏။ ရဟန်းတို့ ဤအသက်မွေးခြင်းကို မှန်စွာ  
အသက်မွေးခြင်း ‘သမ္မာအာဇီဝ’ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ရဟန်းတို့ သမ္မာဝါယာမသည် အဘယ်နည်း။  
ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်  
မဖြစ်သေးသော ယုတ်မာသော အကုသိုလ်တရား  
တို့ကို မဖြစ်ပေါ်စေရန် ဆန္ဒကို ဖြစ်စေ၏။ အား  
ထုတ်၏။ လုံ့လပြု၏။ စိတ်ကိုချီးမြှောက်၏။ ဆောက်  
တည်၏။ ဖြစ်ပြီးသော ယုတ်မာသော အကုသိုလ်  
တရားတို့ကိုပယ်ရန် ဆန္ဒကိုဖြစ်စေ၏။ အားထုတ်၏။  
လုံ့လပြု၏။ စိတ်ကိုချီးမြှောက်၏။ ဆောက်တည်၏။  
မဖြစ်သေးသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို ဖြစ်စေရန်  
ဆန္ဒကို ဖြစ်စေ၏။ အားထုတ်၏။ လုံ့လပြု၏။  
စိတ်ကိုချီးမြှောက်၏။ ဆောက်တည်၏။ ဖြစ်ပြီးသော  
ကုသိုလ်တရားတို့ တည်မြဲစေရန် မပျောက်ပျက်စေ  
ရန် တိုးတက်ဖြစ်ပွားစေရန် ပြန့်ပြောစေရန် ပွားများ  
မှု ပြည့်စုံစေရန် ဆန္ဒကို ဖြစ်စေ၏။ အားထုတ်၏။  
လုံ့လပြု၏။ စိတ်ကိုချီးမြှောက်၏။ ဆောက်တည်၏။  
ရဟန်းတို့ ဤ(အားထုတ်ခြင်း)ကို မှန်စွာအားထုတ်  
ခြင်း ‘သမ္မာဝါယာမ’ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ရဟန်းတို့ သမ္မာသတိသည် အဘယ်နည်း။  
ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်  
ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍ သမ္မဇဉ်

ဉာဏ်ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကိုပယ်ဖျောက်၍ ရုပ်အပေါင်း၌ ရုပ်အပေါင်းကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍နေ၏။ ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍ သမ္မဇဉ်ဉာဏ်ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကိုပယ်ဖျောက်၍ ဝေဒနာတို့၌ ဝေဒနာတို့ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍နေ၏။ ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍ သမ္မဇဉ်ဉာဏ်ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကိုပယ်ဖျောက်၍ စိတ်၌ စိတ်ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍နေ၏။ ပြင်းစွာအားထုတ်သော လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍ သမ္မဇဉ်ဉာဏ် ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိရှိသည်ဖြစ်၍ လောက၌ အဘိဇ္ဈာ ဒေါမနဿကို ပယ်ဖျောက်၍ သဘောတရားတို့၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ်ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍နေ၏။ ရဟန်းတို့၌(အောက်မေ့ခြင်း) သတိကို မှန်စွာအောက်မေ့ခြင်း ‘သမ္မာသတိ’ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

ရဟန်းတို့ သမ္မာသမာဓိသည် အဘယ်နည်း။  
ရဟန်းတို့ ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည် ကာမဂုဏ်တို့မှ ကင်း၍သာလျှင် ဖြစ်သော အကုသိုလ်တရားတို့မှ ကင်း၍သာလျှင် ဖြစ်သော ဝိတက်

နှင့်တကွဖြစ်သော ဝိစာရနှင့်တကွဖြစ်သော နိဝရဏကင်းခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည့် ပီတိသုခရှိသော ပဌမဈာန်သို့ ရောက်၍နေ၏။

ဝိတက် ဝိစာရငြိမ်းခြင်းကြောင့် မိမိသန္တာန်၌ စိတ်ကိုကြည်လင်စေတတ်သော သမာဓိကို ပွားစေတတ်သော ဝိတက်လည်းမရှိသော ဝိစာရလည်းမရှိသော သမာဓိကြောင့်ဖြစ်သည့် ပီတိသုခရှိသော ဒုတိယဈာန်သို့ ရောက်၍နေ၏။

ပီတိ၏လည်း ကင်းခြင်းကြောင့် အမျှရှုလျက် သတိရှိလျက် ဆင်ခြင်လျက်နေ၏။ သုခကိုလည်း ကိုယ်ဖြင့် ခံစား၏။ အကြင်(တတိယဈာန်)ကြောင့် ထိုသူကို “အမျှရှုသူ သတိရှိသူ ချမ်းသာစွာနေလေ့ရှိသူ” ဟု အရိယာ(ပုဂ္ဂိုလ်)တို့သည် ချီးမွမ်းပြောဆိုကုန်၏။ ထို တတိယဈာန်သို့ ရောက်၍နေ၏။

ချမ်းသာဆင်းရဲကို ပယ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ရှေးဦးကပင် ဝမ်းသာခြင်း နှလုံးမသာခြင်းတို့၏ ချုပ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ဆင်းရဲချမ်းသာကင်းသော(ဥပေက္ခာ)ကြောင့် သတိ၏ စင်ကြယ်ခြင်းရှိသော စတုတ္ထဈာန်သို့ ရောက်၍နေ၏။ ရဟန်းတို့ ဤသမာဓိကို မှန်စွာတည်ကြည်ခြင်း ‘သမ္မာသမာဓိ’ ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။ ရဟန်းတို့ ဤတရား သဘောကို ဒုက္ခနိရောဂေါမနိပဋိပဒါ အရိယသစ္စာဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

၄၀၃။ ဤသို့(မိမိ၏) သဘောတရားတို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍ နေ၏။ သူတပါး၏ သဘောတရားတို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိ သည်ဖြစ်၍ နေ၏။ မိမိသူတပါး၏ သဘောတရား တို့၌မူလည်း သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍ နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းတရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းသဘောကို အကြိမ် ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘော တရားတို့၌ ပျက်ကြောင်းတရားနှင့် ပျက်ခြင်းသ ဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ သဘောတရားတို့၌ ဖြစ်ကြောင်းပျက်ကြောင်း တရားနှင့် ဖြစ်ခြင်းပျက်ခြင်းသဘောကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍မူလည်း နေ၏။ ထို့ပြင်“သဘော တရားတို့သည်သာလျှင်ရှိသည်”ဟု ထိုရဟန်းအား သတိသည် ရှေးရှုထင်၏။ (ထိုသတိသည်) အဆင့် ဆင့် အသိဉာဏ် တိုးပွားခြင်းငှါသာဖြစ်၏။ အဆင့် ဆင့် သတိတဖန် တိုးပွားခြင်းငှါသာ ဖြစ်၏။ (ထို ရဟန်းသည် တဏှာဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်) မမှီမတွယ်မှု၍လည်း နေ၏။ လောက၌ တစုံတရာကိုမျှလည်း (ငါ ငါ၏ ဥစ္စာဟု) စွဲလည်းမစွဲလမ်း။ ရဟန်းတို့ ဤသို့လည်း ရဟန်းသည် အရိယသစ္စာလေးပါး သဘောတရားတို့

၌ သဘောတရားတို့ကို အကြိမ်ကြိမ် ရှုလေ့ရှိသည် ဖြစ်၍ နေ၏။

သစ္စာအပိုင်း ပြီး၏။  
သဘောတရားကို ဆင်ခြင်ခြင်း ပြီး၏။

- - -

၄၀၄။ ရဟန်းတို့ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ဤသတိ ပဋ္ဌာန်လေးပါးတို့ကို ခုနှစ်နှစ်တို့ပတ်လုံး ဤဟောပြ သောနည်းဖြင့် ပွားငြားအံ့။ ထိုပွားသောပုဂ္ဂိုလ်အား မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်စေ ဥပါဒါန် အကြွင်းရှိသေးလျှင် အနာဂါမိဖိုလ်ဖြစ်စေ ဤဖိုလ် နှစ်ပါးတို့တွင် တပါးပါးသောဖိုလ်ကို (အမှန်ရပေ မည်ဟု) အလိုရှိအပ်၏။

ရဟန်းတို့ ခုနှစ်နှစ်ကိုထားဘိဦး။ ရဟန်းတို့ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ဤသတိပဋ္ဌာန်လေးပါးတို့ကို ခြောက်နှစ်တို့ပတ်လုံး ဤဟောပြသောနည်းဖြင့် ပွား ငြားအံ့။ ထိုပွားသောပုဂ္ဂိုလ်အား မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်စေ ဥပါဒါန်အကြွင်းရှိသေးလျှင် အနာဂါမိဖိုလ်ဖြစ်စေ ဤဖိုလ်နှစ်ပါးတို့တွင် တပါး ပါးသောဖိုလ်ကို (အမှန်ရပေမည်ဟု) အလိုရှိအပ်၏။ ငါးနှစ်တို့ပတ်လုံး။ လေးနှစ်တို့ပတ်လုံး။ သုံးနှစ်တို့ ပတ်လုံး။ နှစ်နှစ်တို့ပတ်လုံး။ တနှစ်ပတ်လုံး။

ရဟန်းတို့ တနှစ်ကို ထားဘိဦး။ ရဟန်းတို့ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ဤသတိပဋ္ဌာန်လေးပါးတို့ကို ခုနှစ်လတို့ပတ်လုံး ဤဟောပြောသောနည်းဖြင့် ပွားငြားအံ့။ ထိုပွားသောပုဂ္ဂိုလ်အား မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်စေ ဥပါဒါန်အကြွင်းရှိသေးလျှင် အနာဂါမိဖိုလ်ဖြစ်စေ ဤဖိုလ်နှစ်ပါးတို့တွင် တပါးပါး သောဖိုလ်ကို (အမှန်ရပေမည်ဟု) အလိုရှိအပ်၏။

ရဟန်းတို့ ခုနှစ်လကို ထားဘိဦး။ ရဟန်းတို့ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ဤသတိပဋ္ဌာန်လေးပါးတို့ကို ခြောက်လတို့ပတ်လုံး ဤဟောပြောသောနည်းဖြင့် ပွားငြားအံ့။ ထိုပွားသောပုဂ္ဂိုလ်အား မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်စေ ဥပါဒါန်အကြွင်းရှိသေးလျှင် အနာဂါမိဖိုလ်ဖြစ်စေ ဤဖိုလ်နှစ်ပါးတို့တွင် တပါးပါး သောဖိုလ်ကို (အမှန်ရပေမည်ဟု) အလိုရှိအပ်၏။ ငါးလတို့ပတ်လုံး။ လေးလတို့ပတ်လုံး။ သုံးလတို့ပတ်လုံး။ နှစ်လတို့ပတ်လုံး။ တလပတ်လုံး။ လခွဲပတ်လုံး။

ရဟန်းတို့ လခွဲကို ထားဘိဦး။ ရဟန်းတို့ မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို ဤသတိပဋ္ဌာန်လေးပါးတို့ကို ခုနှစ်ရက်တို့ပတ်လုံး ဤဟောပြောသောနည်းဖြင့် ပွားငြားအံ့။ ထိုပွားသောပုဂ္ဂိုလ်အား မျက်မှောက်ဘဝ၌ပင် အရဟတ္တဖိုလ်ဖြစ်စေ ဥပါဒါန်အကြွင်းရှိသေးလျှင်

အနာဂါမိဖိုလ်ဖြစ်စေ ဤဖိုလ်နှစ်ပါးတို့တွင် တပါးပါး သောဖိုလ်ကို (အမှန်ရပေမည်ဟု) အလိုရှိအပ်၏။ ၄၀၅။ “ရဟန်းတို့ ဤခရီးလမ်းသည် သတ္တဝါတို့၏ စိတ်စင်ကြယ်ရန် စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်း ငိုကြွေးခြင်းတို့ကို လွန်မြောက်ရန် ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း စိတ်ဆင်းရဲခြင်းတို့ ချုပ်ငြိမ်းရန် အရိယမဂ်ကိုရရန် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုရန် တကြောင်းတည်းသော ခရီးလမ်းဖြစ်၏။ ယင်းသည့်ခရီးလမ်းကား ဤသတိပဋ္ဌာန်လေးပါးတို့ ပင်တည်း”ဟု ဤသို့ အကြင် သတိပဋ္ဌာန်တရား ကျေညာချက်ကို ငါဆိုခဲ့၏။ ဤကျေညာချက်ကို ဤ(အကျိုးနှစ်ပါးတို့တွင် တပါးပါး အမှန်ရရှိနိုင်ခြင်း)ကို ရည်ရွယ်၍ဆို၏ဟု မြတ်စွာဘုရားသည် ဤတရားတော်ကို ဟောတော်မူ၏။ ထိုရဟန်းတို့ သည် မြတ်စွာဘုရားဟောတော်မူသော တရားတော်ကို နှစ်လိုကုန်သည်ဖြစ်၍ ဝမ်းမြောက်စွာ ခံယူကြလေကုန်သတည်း။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် ပြီး၏။

မဟာဝဂ်ပါဠိတော် မြန်မာပြန်၊  
မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်၊ ၈၁-၂၅၉ မှ ၂၈၀။