ဒေါက်တာအရှင်စကြာဝဠာ (ဘဂမိုင်တောရ) ၏

ဂုဏ်တော်ပွားနှင့် မေတ္တာပို့

ပဉ္စမအကြိမ် ထပ်မံဖြည့်စွက် ပြင်ဆင်ထားသည်

ခေါင်းစဉ်

ရှေးဦးသိဖွယ် ၁

မေတ္တာပို့သပုံ (၃) နည်း ၃

ပါဠိဖတ်နည်း ၅

ဩကာသကန်တော့ခန်း ၇

သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်ငါးပါးသီလခံယူခြင်း ၇

ဘုရားတရားသံဃာ ဂုဏ်တော်ပွား ၈

- ဘုရားဂုဏ်တော် ၈
- တရားဂုဏ်တော် ၁၄
- သံဃာ့ဂုဏ်တော် ၁၆

မေတ္တာပို့ ၁၉

- လူပုဂ္ဂိုလ်ဆိုင်ရာ ၁၉
- မိမိ၏ပတ်ဝန်းကျင် ၁၉
- သာသနာ့ပတ်ဝန်းကျင် ၂၄

နတ်ဒေဝါဆိုင်ရာ ၂၇

- မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင် ၂၇
- သာသနာ့ပတ်ဝန်းကျင် ၃၀
- မဟာသမယသုတ်တော်လာနတ်ဗြဟ္မာအချို့ ၃၃
- နဂါးအပေါင်း ၃၆
- အချို့သော ယုံကြည်ရာ ၃၈

အမျှဝေ ၄၀

ဂုဏ်တော်အဖွင့် မှတ်ချက်များ ၄၂

ရှေးဦးသိဖွယ်

၁။ စီစဉ်ထားပုံ။ ။မေတ္တာဝါသီ (မေတ္တာစိတ်ဖြင့်နေလေ့ရှိသူ) အတွက် မေတ္တာစွမ်းအား မြင့်မားစေဖို့ ဂုဏ်တော်များနှင့် တွဲဖက် ရွတ်ဖတ်နိုင်ရန် စီစဉ်ထားပါသည်။

၂။ ဂုဏ်တော်ပွား။ ။ဂုဏ်တော်များကို ရွတ်ဖတ်သည့်အခါ မိမိ၏ အာရုံထဲတွင် ပုံတော်မှာ ဂုဏ်တော်ကို အာရုံပြုကာ လေးနက်စွာ ရွတ်ဆို ပွားများမှသာလျှင် တကယ်အကျိုး သက်ရောက်နိုင်ပါမည်။

ယောဂီသည် အချိန်မရလျှင် 'ဘုရား တရား သံဃာ' ဂုဏ်တော် သုံးခုရှိသည့်အနက် ဘုရားဂုဏ်တော် တစ်ခုကိုသာ ရွတ်ဆိုနိုင်၏။ ထို့နောက်... ထိုဂုဏ်တော်များ၏ အစွမ်းကြောင့် ကျန်းမာပါစေ ချမ်းသာပါစေဟု သစ္စာဆိုပြီး မေတ္တာပို့သနိုင်ပါက မေတ္တာစွမ်းအား ပို၍ မြင့်မားစေပါမည်။

၃။ မေတ္တာပို့။ ။ယောဂီ၏ မေတ္တာအစွမ်း ပို၍ကြီးမားစေဖို့ လိုအပ်သော အင်္ဂါရပ်များမှာ–

၁။ သတ္တဝါတို့ကို မိမိ၏ သားသမီး၊ မိဘကဲ့သို့ အာရုံပြုခြင်း၊

၂။ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ထားခြင်း၊

၁။ အတိတ်ကို ကြည့်သော် 'သံသရာတွင် မိဘ သားသမီး မတော်စပ်ဘူးသူဟူ၍မရှိ' ဟုနလုံးသွင်းကြည့်ပါ။ တွေ့မြင်နေရသော (သတ္တဝါတိုင်း) လူသားတိုင်းတို့သည် သံသရာတွင်

မခွဲချင် မစွန့်လွှတ်ချင်ဘဲ စွန့်လွှတ်ခဲ့ကြရသော တစ်ဦးတည်းသော မိဘ၊ သားသမီးများပင် ဖြစ်ကြ၏။ ထိုသဘောကို စိတ်ထဲ့တွင် လေ့ကျင့်ကြည့်ပါ။

၂။ မိမိကိုယ်ကို 'အဘယ်မျှ ကျန်းမာချင်ပါသလဲ၊ အဘယ်မျှ ချမ်းသာချင်ပါသလဲ' တွေးကြည့်ပါ။ ထိုကဲ့သို့ သူတစ်ပါးလည်း ကျန်းမာ ချမ်းသာချင်ကြောင်း ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ကို လေ့ကျင့်ယူပါ။

မေတ္တာပို့သပုံ (၃) နည်း

မေတ္တာပို့သသည့်အခါ အောက်ပါနည်း (၃)နည်းတွင် မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာ နည်းတစ်ခုခုဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ပထမနည်း

အကျွန်ုပ်သည် –

- ကျန်းမာပါစေ၊
- ချမ်းသာပါစေ၊
- သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

ဒုတိယနည်း

အကျွန်ုပ်၏ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးတို့သည်–

- ကိုယ်ကျန်းမာပါစေ။
- စိတ်ချမ်းသာပါစေ။
- ရောဂါတွေ ကင်းဝေးပါစေ။
- စီးပွားတွေ တိုးတက်ပါစေ။
- ရာထူးတွေ တိုးတက်ပါစေ။
- ဘုန်းကံတွေ ကြီးမားပါစေ။
- သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

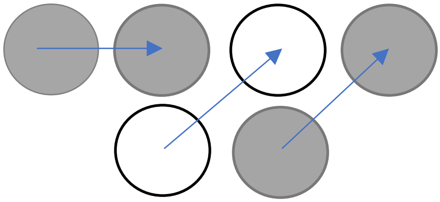
တတိယနည်း

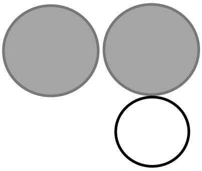
အကျွန်ုပ်၏–

- မျက်စိစသော အကြည်ခြောက်စုံသည် တွေ့ထိတိုင်း ချမ်းသာပါစေ။
- ခါတ်လေးပါး ဖောက်ပြန်မှုသည် ကျန်းမာပါစေ။
- ချမ်းသာ/ဆင်းရဲ ခံစားမှုဝေဒနာသည် ချမ်းသာပါစေ။
- နိမိတ်သဏ္ဌာန် မှတ်သားမှုသညာသည် မှန်ကန်စွာ မှတ်သားနိုင်ပါစေ။
- ဝေဖန်သုံးသပ်မှု သင်္ခါရသည် မှန်ကန်စွာ သုံးသပ်နိုင်ပါစေ။
- သိမှုဝိညာဏ်သည် ရေကြည်ရသာပမာ ဟိတ်ကင်းနိုင်ပါစေ။

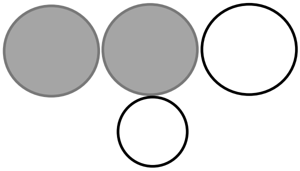
ပါဠိဖတ်နည်း

ဃေဘုဃျသဘောတရား

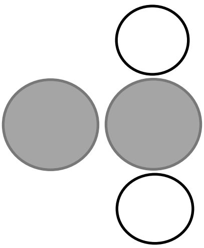




သစ္စ(သစ်စ)

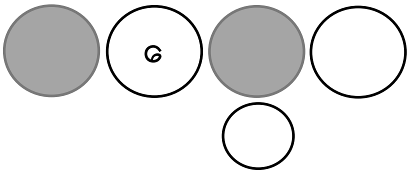


သစ္စာ(သစ်စာ)

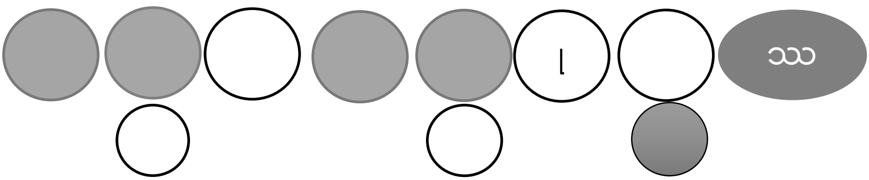


သန္တိ(သန်တိ)

(သဝေထိုးပါရင် ကျော်ယူပါ)



သန္တော (သန်တော)



သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ (သမ်မာ သမ်ဗုဒ်ဓဿ)

ဘုရားရှင်ကို စိတ်ထဲ့တွင် ပုံဖေါ်ပြီး
ဂုဏ်တော်များ ထည့်သွင်းပါ။

ဂုဏ်တော်ဖြင့် သစ္စာဆိုကာ
လေးလေးနက်နက် မေတ္တာပို့သပါ။

ကုသိုလ်များတိုးပွားကာ
သင်၏အလိုဆန္ဒများ ပြည့်ဝလာပါလိမ့်မည်။
စိတ်၏ အေးချမ်းမှုကို လက်တွေ့ ခံစားရပါလိမ့်မည်။

ဘဝမိုင်တာရ သြကာသ ကန်တော့ခန်း

❁ သြကာသ ကြကာသ ကြကာသ (အခွင့်ပေးတော်မူပါ)
ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား ....
တပည့်တော်တို့သည် သံသရာအဆက်ဆက်မှ ယခုအချိန်ထိ

- လောဘတရား နှိပ်စက်သည့်အလျောက်
- ဒေါသတရား နှိပ်စက်သည့်အလျောက်
- မောဟတရား နှိပ်စက်သည့် အလျောက်

❁ ဘုရား တရား သံဃာ ရတနာမြတ်သုံးပါးနှင့် မိဘဆရာသမား ကျေးဇူးရှင်များတို့အပေါ်၌ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သဗ္ဗဒေါသ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ ရှိကြပါကုန်၏။

❁ ထိုအပြစ်တို့သည် မကောင်းကျိုးကိုသာ ဆောင်တတ်ပါပေ၏။

❁ ထိုအပြစ်တို့ကို နောင်အခါ စောင့်စည်းရန်အလို့ငှါ သည်းခံခွင့်လွှတ်ကြပါရန် တောင်းပန်ဝန်ချ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

သရဏဂုံသုံးပါးနှင့် ငါးပါးသီလခံယူခြင်း

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေနသဟ ပဉ္စသီလံ သမာဒိယာမိ။
အရှင်ဘုရား တပည့်တော်သည် သရဏဂုံ သုံးပါးဟုဆိုအပ်သော–

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ၊

ဤသရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ အသက်သတ်ခြင်း၊ ခိုးယူခြင်း၊ သူတစ်ပါးသားမယား အားပြစ်မှားခြင်း၊ လိမ်လည်ခြင်း၊ အရက်သေစာသောက်စားခြင်း ဟူသော ငါးပါးသော သီလတော်မြတ်ကို ခံယူကျင့်သုံး ဆောက်တည်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ဤသီလသည် မဂ်ဖိုလ်၏ အားကြီးသော အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေဘုရား။

သာဓု သာဓု သာဓု။

ဘုရားဂုဏ်တော်ပွား

- ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော ဝိပဿီမြတ်စွာဘုရား၊
- ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော သိခီမြတ်စွာဘုရား၊
- ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော ဝေဿဘူမြတ်စွာဘုရား၊
- ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော ကကုသန်မြတ်စွာဘုရား၊
- ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော ကောဏာဂုံမြတ်စွာဘုရား၊
- ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော ကဿပမြတ်စွာဘုရား၊
- ဘုန်းတော်ကြီးတော်မူသော ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားရှင်တို့နှင့်တကွ၊
- ပွင့်တော်မူပြီးဖြစ်ကြကုန်သော ဘုရားရှင်အဆူဆူတို့သည်

ပါရမီတို့ကို ဖြည့်ကျင့်တော်မူပြီး၊ မာရ်မင်းကိုအောင်တော်မူကာ၊ ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူ၏။
ထိုထိုဘုရားရှင်တို့တွင် ရအပ်ပြီးသော ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ်၊ ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်၊ အာသဝက္ခယဉာဏ်သည် ရှိ၏။

ထိုဉာဏ်တို့ဖြင့် –

- သတ္တဝါတို့အား ချမ်းသာကိုပေး၏။
- စိုးရိမ် ပူဆွေး၊ ငိုကြွေးခြင်းတို့ကို ငြိမ်းစေ၏။
- သစ္စာလေးပါးကို ပြသတော်မူ၏။

အကျင့်စရဏနှင့် ပြည့်စုံခြင်း ဂုဏ်တော်များ –

- အသိ – ဝိဇ္ဇာ၊ အကျင့် – စရဏနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- မြိုးမြံသောအကျင့် ရှိတော်မူ၏။
- စွဲမြဲသော လုံ့လဝီရိယ ရှိတော်မူ၏။
- ဝသီဘော် ငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- ဆိတ်ကွယ်ရာ၌ပင် မကောင်းမှုကို ပြုတော်မမူတတ်။
- လက္ခဏာငယ်(၈၀)၊လက္ခဏာကြီး(၃၂)ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- ဟုတ်မှန် ကျိုးကြောင်း စကားကောင်းကိုသာ ဆိုတော်မူ၏။
- ကုန်းတိုက်သော စကားကို ဆိုတော်မမူတတ်။
- ခြသေ့်မင်းကဲ့သို့ ရဲရင့်သော စကားကိုသာ ဆိုတော်မူ၏။
- နိဗ္ဗာန်သို့ ဖြောင့်ဖြောင့် သွားတော်မူတတ်၏။

ကိလေသာလုံးစုံ ကုန်ခမ်းခြင်း ဂုဏ်တော်များ –

- ကိလေသာမြူ ကင်းတော်မူ၏။
- ကိလေသာမှန်သမျှကို ပယ်တော်မူ၏။
- အာသဝေါ ကုန်ခမ်းပြီး ဖြစ်တော်မူ၏။
- သံသရာစက်အဝန်းကို ဖျက်စီးတော်မူ၏။
- မကောင်းမှုကို သုတ်သင်ပြီး ဖြစ်တော်မူ၏။
- အတွင်းရန် အပြင်ရန်တို့ကို အောင်တော်မူ၏။

- မာရ်ငါပါးကို အောင်တော်မူ၏။
- ကြောက်ရွံ့ခြင်း ကင်းတော်မူ၏။

ဝိဇ္ဇာအသိရှိခြင်း ဂုဏ်တော်များ–

- ထက်မြက်သောပညာ ရှိတော်မူ၏။
- ဟုတ်မှန်စွာ သိတော်မူ၏။
- သတ္တလောက၊ သင်္ခါရလောက၊ ဩကာသလောကဟူသော လောကသုံးပါးကို သိတော်မူ၏။
- သစ္စာလေးပါးကို ကိုယ်တော်တိုင် သိတော်မူ၏။
- အလုံးစုံကို သိတော်မူ၏။
- သဗ္ဗညုတဉာဏ်ကိုရကြောင်း ဝန်ခံတော်မူ၏။
- မြတ်သော အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ရှိတော်မူ၏။

သတ္တဝါအကျိုး သယ်ပိုးခြင်း ဂုဏ်တော်များ–

- ကြီးမြတ်သော မဟာကရုဏာရှိတော်မူ၏။
- ဆင်းရဲမှပယ်သောတရားကို ဟောတော်မူ၏။
- နိဗ္ဗာန်ကို ပို့စေတတ်သော တရားကို ဟောတော်မူ၏။
- မြတ်သော အကျိုးစီးပွားအလို့ငှါ တရားဟောတော်မူ၏။
- ချမ်းသာကို ပေးတော်မူတတ်၏။
- ချမ်းသာအောင် အမြဲစောင့်ရှောက်တော်မူ၏။

- ကိလေသာတို့ကို ငြိမ်းအေးအောင် ပြုတော်မူ၏။
- လူတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ပေးတော်မူ၏။
- သတ္တဝါတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ရှာကြံလေ့ ရှိတော်မူ၏။
- သတ္တဝါတို့ကို အစဉ်စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။
- သတ္တဝါတို့၏ ကောင်းကျိုးကို ဆောင်တော်မူ၏။
- ဝဋ်ဆင်းရဲမှ စောင့်ရှောက်တော်မူ၏။
- ဆင်းရဲကို ဖျက်စီးတတ်၏။
- သစ္စာလေးပါးကို သတ္တဝါတို့အား သိစေတော်မူ၏။

ကိုးကွယ် ဆည်းကပ်ရာအစစ် ဖြစ်ခြင်း ဂုဏ်တော်များ—

- ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်၏။
- ပစ္စည်းလေးပါးကို ခံယူတော်မူထိုက်၏။
- နတ်လူတို့၏ ဆရာအစစ် ဖြစ်တော်မူ၏။
- မှီခိုရာ ကျွန်းသဖွယ် ဖြစ်တော်မူ၏။
- ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ရာ ဖြစ်တော်မူ၏။
- တည်ရာ ဖြစ်တော်မူ၏။
- သွားရောက်ဆည်းကပ်သင့်သူ ဖြစ်တော်မူ၏။
- ဘေးအန္တရာယ်မှ ပုန်းကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူ၏။
- ဆွေမျိုးသဖွယ် ဖြစ်တော်မူ၏။
- လူနတ်ပြဟ္မာတို့၏ လုံလျောင်းမှီခိုရာ ဖြစ်တော်မူ၏။

လောကတွင် သာသူမရှိ ထူးမြတ်ခြင်း ဂုဏ်တော်များ–

- လောကတွင် အတုရှိတော်မမူ။
- လူ့ပြည် နတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်တို့တွင် ဘုရားရှင်နှင့်တူသူ ရှိတော်မမူ။
- လောကတွင် တစ်စုံတစ်ဦးနှင့်မျှ မနှိုင်းယှဉ်အပ်။
- အတုမရှိအောင် ဆုံးမတော်မူတတ်၏
- ကိုးကွယ်ရာအစစ် ဖြစ်တော်မူ၏။
- ယောကျ်ားဟူသမျှတို့ထက် သာလွန်တော်မူ၏။
- ရဟန်းတို့ဟူသမျှထက် ကြီးတော်မူ၏။
- လောကထက် ကြီးလည်း ကြီးမြတ်တော်မူ၏။
- လေးသမားကြီးနှင့် တူတော်မူ၏။
- ဘယ်သူမှ မလည်စေနိုင်သော ဓမ္မစကြာကို လည်စေတော်မူ၏။
- မြတ်သော ယောကျ်ားဉသဘဖြစ်တော်မူ၏။
- လူ့ပြည်၊ နတ်ပြည်၊ နဂါးပြည်တို့၌ရှိသော ရတနာထက် ဘုရားရတနာသည် သာလွန်တော်မူ၏။

ထူးကဲလွန်မြတ် တန်ခိုးဓာတ်ရှိခြင်း ဂုဏ်တော်များ–

- အရောင်အဝါ ကွန့်မြူးတော်မူ၏။
- များမြတ်သော ရောင်ခြည်တော် ရှိတော်မူ၏။

- ကြီးသောတန်ခိုး ရှိတော်မူ၏။
- စကြာ္ဝဠာပါးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- ရဲရင့်ခြင်းအတိ ရှိတော်မူ၏။
- ကျေးဇူးတရား ၁၈ ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- တန်ခိုးဗျာဒိဟာနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- တန်ခိုးဣဒ္ဓိပါဒ် ကြီးတော်မူ၏။ (အိပ်ဓိပါဒ်)
- အားတော် (၁၀) ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- ဘုန်းကျက်သရေနှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- တင့်တယ် လှပတော်မူ၏။
- တစ်လံမျှလောက် ရောင်ခြည်တော် ထွက်တော်မူ၏။
- ပရိတ်သတ်အလယ်၌ လွန်စွာရဲရင့်တော်မူ၏။
- ထိုထိုဘုရားရှင်တို့သည် လူနတ်ပြဟ္မာတို့ကို အမှန်ထင်သစ္စာမြင်စေရာ၌ အမြတ်ဆုံးအသာဆုံးသော ဆရာတစ်ဆူ ဖြစ်တော်မူ၏။

'အံ့သြ ဝမ်းမြောက်ဖွယ် ရှိလှပါပေစွ တကား'

တရားဝုဏ်တော်ပွား

- ကောင်းစွာ ဟောကြားတော်မူအပ်သော ဘုရားရှင်၏တရားတော် -
- ယခုပင် ကောင်းကျိုးကို ပေးတော်မူ၏။
- အခါမလင့် အကျိုးပေးတော်မူ၏။
- "လာပါ ရှုပါ ကျင့်ပါ"ဟု ခေါ်ဆောင် တိုက်တွန်းခြင်းငှါ ထိုက်တော်မူ၏။
- သတ္တဝါတို့အား နိဗ္ဗာန်သို့ ပို့ဆောင်တော်မူ၏။
- ပညာရှိတို့သည် စိတ်မှာကပ်၍ ဆောင်ထားထိုက်၏။
- တည်ကြည်သောစိတ်ရှိသော ဘုရားရှင်သည် ကိလေသာကုန်၊ ရာဂကင်း၊ သေခြင်းလည်းကင်းသော မြတ်သောနိဗ္ဗာန်ကို ရတော်မူ၏။ ထိုနိဗ္ဗာန်နှင့်တူသော တရားရတနာသည် ရှိတော်မမူ။
- "အရဟတ္တမဂ်သမာဓိကိုစင်ကြယ်၏"ဟု ဘုရားရှင်တို့သည် ချီးမွမ်းတော်မူကုန်၏။ ထိုသမာဓိနှင့် တူသော သမာဓိသည် ရှိတော်မမူ။
- သောတာပတ္တိ မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ်၊ သကဒါဂါမိ မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ်၊ အနာဂါမိ မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ်၊ အရဟတ္တ မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ်တို့သည်၊ သတ္တဝါတို့၏စိတ်ကို ညစ်နွမ်းစေတတ်

သော ကိလေသာတို့ကို၊ ခါထုတ်လွှင့်ပစ် ဖျက်စီးတော်မူ တတ်၏။

သံဃာ့ဂုဏ်တော်ပွား

အရှင်မဟာကဿပ အမှူးပြုသော ပဋိပဝေဓဝန်ဆောင်၊ ပဋိပတ္တိဝန်ဆောင်၊ ပရိယတ္တိဝန်ဆောင် သံဃာတော် အရှင်သူမြတ်တို့သည် -

- နိဗ္ဗာန်အကျိုးငှါ ကောင်းစွာ ကျင့်တော်မူ၏။
- ဖြောင့်မတ် မှန်ကန်သော အကျင့်ကိုသာ ကျင့်တော်မူ၏။
- သင့်လျော်လျောက်ပတ်သော အကျင့်ကိုသာ ကျင့်တော်မူ၏။
- အရိုအသေခံထိုက်အောင် ကျင့်တော်မူ၏။
- အဝေးမှဆောင်၍ ပူဇော်ခြင်းငှါ ထိုက်တော်မူ၏။
- ဧည့်သည်အလို့ငှါ ထားအပ်သောပစ္စည်းကို ပူဇော်ခြင်းငှါ ထိုက်တော်မူ၏။
- မြတ်သောအလှူကို ခံယူတော်မူထိုက်၏။
- နတ်လူတို့၏ ရှိခိုးခြင်းကို ခံယူတော်မူထိုက်၏။
- ကောင်းမှုမျိုးစေ့ကို စိုက်ပျိုးရာ လယ်ကောင်းသဖွယ်လည်း ဖြစ်တော်မူ၏။
- သံဃာသည် ပဉ္စာနန္တရိယကံနှင့် နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိမရှိလတ်သော် အပ္ပါယ်လေးပါးမှ လွတ်အောင် ပြုလုပ်ပေးတော်မူနိုင်၏။

- အရိယာတို့အား ပေးလှူခြင်းသည် များသောအကျိုးရှိ၏။
- မြေ၌ကောင်းစွာ စိုက်ထူထားသောတိုင်သည် လေကြောင့် မတုန်လှုပ်နိုင်သကဲ့သို့၊ သောတာပန်ပုဂ္ဂိုလ်သည် တုန်လှုပ်ခြင်း ရှိတော်မမူ။
- သောတာပန်သည် ကိလေသာရှိသေးသော်လည်း၊ သက္ကာယဒိဋ္ဌိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ၊ သီလဗ္ဗတပရာမာသ တရားသုံးပါး ရှိတော်မမူ။
- သောတာပန်သည် အရိယသစ္စာကို ပညာဖြင့် မြင်တော်မူ၏။
- သတ္တက္ခတ္တုံပရမ သောတာပန်သည် ပြင်းစွာမေ့လျော့၍ နေကာမူ၊ (၈)ခုမြောက်သောဘဝကို ယူတော်မမူ။
- သောတာပန်သည် "ကိုယ် နှုတ် စိတ်" သုံးပါးကို ကျူးလွန်မိသော်လည်း မဖုံးလွှမ်းတတ်။
- ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် ခိုင်မြဲသောစိတ်ဖြင့် အားထုတ်သောကြောင့် ကိလေသာမှ လွတ်မြောက်တော်မူ၏။
- ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် ကိလေသာမရှိသဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ကို ခံစားတော်မူ၏။
- ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည် တပ်မက်ခြင်းကင်းသော စိတ်ရှိသောကြောင့် နောက်ဘဝ၌ ကံဟောင်းကုန်ပြီ၊ ကံသစ်လည်း မရှိတော့ချေ၊ ပဋိသန္ဓေမျိုးစေ့ကုန်သည်ဖြစ်၍ ပြန့်ပွားလို

သော ဆန္ဒမရှိကုန်။ ဆီမီးငြိမ်းသကဲ့သို့ ငြိမ်းအေးတော်မူကုန်၏။

မေတ္တာဆက်ပို့ရန် –

မေတ္တာပို့

လူပုဂ္ဂိုလ်ဆိုင်ရာ

မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်

ဤကဲ့သို့

မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော် တို့ကြောင့်–

☸ အကျွန်ုပ်၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊
ချမ်းသာပါစေ၊
သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်၏ မိဘနှစ်ပါး ဘိုးဘွားတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊
ချမ်းသာပါစေ၊
သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်၏ မိသားစုဝင်တို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်၏ ဆွေမျိုး မိတ်သင်္ဂဟတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်၏ ဆရာသမားတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်နှင့် အတူတကွ စီးပွားလုပ်ကိုင်နေကြကုန်သော သူတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ အကျွန်ုပ်နှင့် ဆက်စပ် ပတ်သက်သမျှသော သူတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ရပ်ကွက်သူ ရပ်ကွက်သား တို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ မြို့သူ မြို့သားတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ တိုင်းသူ တိုင်းသားတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ နိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသားတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ နိုင်ငံတော်ကို အုပ်ချုပ်နေကြကုန်သော မင်းအပေါင်းတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ခုနစ်ရက်သားသမီး အပေါင်းတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးခေါ်ဆို ထိုထိုသူတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဆင်းရဲ၊ ချမ်းသာ သတ္တဝါတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ပညာမဲ့၊ ပညာတတ် လူနစ်ဝတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ရောဂါရှိသူ၊ မရှိသူ ထိုထိုလူတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ရာထူးအာဏာရှိသူ၊ မရှိသူ ထိုထိုလူတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဂုဏ်ရှိသူ၊ မရှိသူ ထိုထိုလူတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အသက်ကြီးသူ၊ မကြီးသူ ထိုထိုလူတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အယူတူသူ၊ မတူသူ ထိုထိုလူတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ မြို့နေ၊ တောနေ ထိုနှစ်ထွေတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ မြေအောက် ရေအောက်၊ မြေပြင် လေပြင်၌ ရှိနေကြကုန်သောသူတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ တွင်းအောင်းတိရစ္ဆာန်၊ ရေတိရစ္ဆာန်၊ မြေပေါ်တိရစ္ဆာန်တို့နှင့်တကွ၊ လေပေါ်ကျက်စား တိရစ္ဆာန်များတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ပြိတ္တာဘုံဘဝသို့ ရောက်ရှိနေကြကုန်သော သူတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အသူရကာယ်ဘုံဘဝသို့ရောက်ရှိနေကြကုန်သောသူတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ငရဲဘုံဘဝသို့ ရောက်ရှိနေကြကုန်သော သူတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ငရဲသနင်း ယမမင်းကြီးသည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့၏အပေါ်၌ မကောင်းဖြစ်ခြင်းကို အလိုရှိကြကုန်သော၊ ဆင်းရဲခြင်းကို တောင့်တနေကြကုန်သော ရန်သူအပေါင်းတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

သာသနာ့ ပတ်ဝန်းကျင်

ဤကဲ့သို့

- ☸ မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
- ☸ တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
- ☸ သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော် တို့ကြောင့် ....

☸ အကျွန်ုပ်တို့ကဲ့သို့ သာသနာတော်ကြီးကို ကိုးကွယ်ဆည်းကပ် ကြည်ညိုနေကြကုန်သော သူတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ သာသနာတော်ကြီးအတွင်း၌ လှူဒါန်းမှုဒါန၊ ဆောက်တည်မှုသီလ၊ ကျင့်ကြံမှုဘာဝနာတရားတို့ကို အားထုတ်နေကြကုန်သော သူတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ သာသနာတော်ကြီးကို ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လှူဒါန်းထောက်ပံ့ နေကြကုန်သော သူတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လှူဒါန်းထောက်ပံ့ဖြစ်အောင် နှိုးဆော်တိုက်တွန်းနေကြကုန်သော သူတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ သစ္စာသိရေး မျှော်ထောက်တွေး၍ သာသနာပြုနေကြကုန်သော သံဃာတော်များ၊ ဆရာလေးများ၊ လူပုဂ္ဂိုလ်များတို့သည် - ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ သာသနာတော်ကြီးအတွင်း၌ ဘုရားဝေယျာဝစ္စ၊ တရားဝေယျာဝစ္စ၊ သံဃာ့ဝေယျာဝစ္စ ပြုလုပ်နေကြကုန်သော သူတို့သည် - ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

ရဟန်း၊ ကိုရင်၊ သီလရှင်နှင့် သာသနာပြုများအတွက်...

☸ အကျွန်ုပ်တို့ကို ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လှူဒါန်းထောက်ပံ့ နေကြ ကုန်သော သူတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဤ (၁၈မိုင်တောရ)အတွင်း၌ ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လှူဒါန်း ထောက်ပံ့နေကြကုန်သော သူတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဤ (၁၈မိုင်တောရ)အတွင်း၌ ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လှူဒါန်း ထောက်ပံ့ဖြစ်အောင် နှိုးဆော်တိုက်တွန်းကြကုန်သော သူတို့သည် - **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ သာသနာတော်ကြီး၏ ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့် လှူဒါန်း ထောက်ပံ့နေကြကုန်သော သူတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့ကဲ့သို့ သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရှင် ရဟန်း သီလရှင် လူပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

နတ်ဒေဝါဆိုင်ရာ

မိမိ၏ ပတ်ဝန်းကျင်

ဤကဲ့သို့

မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော် တို့ကြောင့်–

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ အိမ်(ကျောင်း / တော)အတွင်း၌ ရှိကြ ကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်အတွင်း၌ ရှိကြကုန် သော နတ်ဒေဝါတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ရပ်ကွက်အတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ မြို့အတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နတ် ဒေဝါတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ မြို့နယ်အတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ တိုင်း(ပြည်နယ်)အတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ နိုင်ငံအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ကမ္ဘာအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ မြို့ရွာအနီးအနား၌ ရှိကြကုန်သော တောစောင့်နတ် တောင်စောင့်နတ် အပေါင်းတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နှင့် ရှေးရှေးဘဝ၌ မိဘဘိုးဘွား ဆွေမျိုးများ တော်စပ်ခဲ့ကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နှင့် ရှေးရှေးဘဝ၌ ဆရာသမားများ တော်စပ်ခဲ့ကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နှင့် ရှေးရှေးဘဝ၌ မိတ်သင်္ဂဟများ တော်စပ်ခဲ့ကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ လောကကြီးကို အစဉ်စောင့်ရှောက်နေကြကုန်သော လောကစောင့်နတ်တို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ မြေ၌ရှိကြကုန်သော မြေစောင့်နတ်၊ ရေ၌ရှိကြကုန်သော ရေစောင့်နတ်၊ သစ်ပင်အပေါင်း၌ရှိကြကုန်သော ရုက္ခစိုးနတ်၊ အာကာသဝေဟာပြင်၌ ရှိကြကုန်သော အကာသစိုးနတ်အပေါင်းတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ နေကို အစိုးရသော နေစောင့်နတ်၊ လကို အစိုးရသော လစောင့်နတ်၊ မိုးကိုအစိုးရသော မိုးစောင့်နတ်တို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သတ္တဝါတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

သာသနာ့ ပတ်ဝန်းကျင်

ဤကဲ့သို့

မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်
သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော် တို့ကြောင့် .....

☸ ပြဟ္မာ့ပြည်၌ရှိကြကုန်သော ပြဟ္မာမင်းအပေါင်းတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဘိုးတော်သိကြားမင်းနှင့်တကွ ခြွေရံများစွာ နတ်ဒေဝါတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ အရှေ့အရပ်ကို အုပ်စိုးသော ဓတရဋ္ဌနတ်မင်းကြီးသည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ တောင်အရပ်ကို အုပ်စိုးသော ဝိရူဠှကနတ်မင်းကြီးသည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အနောက်အရပ်ကို အုပ်စိုးသော ဝိရူပက္ခနတ်မင်းကြီးသည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ မြောက်အရပ်ကို အုပ်စိုးသော ကုဝေရနတ်မင်းကြီးသည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဂန္ဓဗ္ဗအမျိုးအနွယ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် -
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ကုမ္ဘဏ်အမျိုးအနွယ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော နတ်ဒေဝါ
တို့သည် - **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ နာဂအမျိုးအနွယ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် -
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ယက္ခအမျိုးအနွယ်၌ဖြစ်ကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် -
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဓတရဋ္ဌနတ်မင်းကြီး၏ ဣန္ဒ(အိမ်ဓ)မည်သောသားတော်
တို့သည် - **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ ဝိရူဠှကနတ်မင်းကြီး၏ ဣန္ဒမည်သော သားတော်
တို့သည် - **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ ဝိရူပက္ခနတ်မင်းကြီး၏ ဣန္ဒမည်သော
သားတော်တို့သည် - **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ ကုဝေရနတ်မင်းကြီး၏ ဣန္ဒမည်သော
သားတော်တို့သည် - **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ သာသနာတော်ကြီးကို စောင့်ရှောက်နေကြကုန်သော သာသနာစောင့်နတ်တို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဘုရား စေတီပုထိုး၊ ကျောင်းကန် ဇရပ်နှင့်၊ သာသနာတော်နှင့်ဆက်စပ်သော အဆောက်အဦးတို့ကို စောင့်ရှောက်နေကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ သာသနာတော်နှင့်ဆက်စပ်သော ပစ္စည်းဉစ္စာ ရတနာတို့ကို စောင့်ရှောက်နေကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

မဟာသမယသုတ်တော်လာ နတ်ပြဟ္မာအချို့

ဤကဲ့သို့

မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်

တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်

သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော် တို့ကြောင့် .....

❁ မန္ဒ(မန်ဒ)ဝလာဟကနတ်၊ သဟာဘူနတ်၊ အရိဋ္ဌနတ်
အပေါင်းတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ ရောဇနတ်၊ ဝရုဏနတ်၊ သဟဓမ္မနတ် အပေါင်းတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ အစ္စုတ(အစ်စုတ)နတ်၊ အနေ–ဇကနတ်၊ သုလေယျနတ်
အပေါင်းတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ ရုစိရနတ်၊ ဝါသဝနေသီနတ်၊ သမာနနတ်
အပေါင်းတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ မဟာသမာနနတ်၊ မာနုသနတ်၊ မာနုသုတ္တမ(သုတ်တမ)
နတ် အပေါင်းတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ ခိဍ္ဍာပဒေါသိကနတ်၊ မနောပဒေါသိကနတ်၊ ဟရိနတ်
အပေါင်းတို့သည် – ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ ဗလာဟိတဝါသီနတ်၊ ပါရဂနတ်၊ မဟာပါရဂနတ်
အပေါင်းတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

❁ သုက္က(သုက်က)နတ်၊ ကရမ္ဘ(ကရမ်ဘ)နတ်၊ အရုဏနတ်
အပေါင်းတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

❁ ပါမောက္ခနတ်၊ ဝိစက္ခဏ(ဝိစက်ခဏ)နတ်၊
သဒါမတ္တ(သဒါမတ်တ)နတ် အပေါင်းတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ ဟာရဂဇနတ်၊ မိဿကနတ်၊ ပဇ္ဇုန္နနတ် အပေါင်းတို့သည် –
ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

❁ ခေမိယနတ်၊ ကဋ္ဌကနတ်၊ လမ္ဗီ(လမ်ဗီ)တကနတ်
အပေါင်းတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

❁ လာမသေဋ္ဌနတ်၊ အာသဝနတ်၊ ဇောတိကနတ်
အပေါင်းတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

❁ စတုမဟာရာဇ်နတ်ပြည်၌ရှိကြကုန်သော နတ်အပေါင်း
တို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

❁ တာဝတိံသာနတ်ပြည်၌ရှိကြကုန်သော နတ်အပေါင်း
တို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ ယာမာနတ်ပြည်၌ရှိကြကုန်သော နတ်အပေါင်းတို့သည် -
ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ တုသိတာနတ်ပြည်၌ရှိကြကုန်သော နတ်အပေါင်း
တို့သည် - ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ နိမ္မာနရတိနတ်ပြည်၌ရှိကြကုန်သော နတ်အပေါင်း
တို့သည် - ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တီနတ်ပြည်၌ရှိကြကုန်သော နတ်
အပေါင်းတို့သည် - ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ သုဗြဟ္မာနှင့် ပရမတ္ထဗြဟ္မာတို့သည် -
ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ သနင်္ကုမာရဗြဟ္မာနှင့် တိဿဗြဟ္မာတို့သည် -
ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ မဟာဗြဟ္မာကြီးသည် -
ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဗြဟ္မပြည် (၂၀)အတွင်း ရှိကြကုန်သော ဗြဟ္မာအပေါင်း
တို့သည် - ကျွန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

နဂါးအပေါင်း

ဤကဲ့သို့

☸ မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်

☸ တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်

☸ သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော် တို့ကြောင့် .....

☸ ဘောဂဝတီ နဂါးပြည်၌ အစိုးတရ တန်ခိုးပြ၍ နဂါးအပေါင်းတို့ကို အုပ်ချုပ်လျက် ရှိကြကုန်သော အာကာရဋ္ဌနဂါးမင်းကြီး၊ ဇေယျသေနနဂါးမင်းကြီးတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဘောဂဝတီ နဂါးပြည်၌ စံပျော်နေကြကုန်သော နဂါး အပေါင်းတို့သည် - ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ကေတုမတီ နဂါးပြည်၌ ပစ္စည်းသိုက် ရတနာသိုက် ဓာတ်သိုက်တို့ကို စောင့်ရှောက်နေကြကုန်သော နဂါး အပေါင်းတို့သည် - ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ အိမ်ယာ(ကျောင်း / တော) အတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နဂါးအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ မြို့-ရွာ-တော-တောင်အတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နဂါးအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ တိုင်း(ပြည်နယ်) အတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နဂါးအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ နိုင်ငံအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နဂါးအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်ရာ ကမ္ဘာအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နဂါးအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

အချို့သော ယုံကြည်ရာ

ဤကဲ့သို့

- ☸ **မြတ်စွာဘုရားရှင်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်**
- ☸ **တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော်**
- ☸ **သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော် တန်ခိုးတော် တို့ကြောင့် .....**

☸ ဘိုးဘိုးအောင်၊ ဘိုးမင်းခေါင်၊ ယက်ကန်းစင်တောင် စသော သာသနာပြုဝိဇ္ဇာဓိုရ်တို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ဆေးအတတ်ပညာကို တတ်စွမ်းကြကုန်သော ဇော်ဂျီ အပေါင်းတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ အင်းဝိဇ္ဇာ၊ ပြဒါးဝိဇ္ဇာ၊ သံဝိဇ္ဇာ၊ ဆေးဝိဇ္ဇာ၊ မန္တာဝိဇ္ဇာ၊ စမဝိဇ္ဇာ၊ ဓမ္မဝိဇ္ဇာဓိုရ်တို့သည် –

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ ထွက်ရပ်ပေါက် ဘိုးဘိုးကြီးများ မယ်တော်ကြီးများတို့သည်

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ လူသားအပေါင်းကို အစဉ်တစ်စိုက် ကူညီစောင့်ရှောက် တတ်သော ကွမ်ရင်မယ်တော်ကြီးနှင့်တကွ ခြွေရံများစွာ နတ်ဒေဝါတို့သည် – **ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။**

☸ အကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်အတွင်း၌ရှိကြကုန်သော ယက္ခအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ မြို့ တိုင်း ပြည်နယ် အတွင်း၌ရှိကြကုန်သော ယက္ခအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ နိုင်ငံ ကမ္ဘာအတွင်း၌ရှိကြကုန်သော ယက္ခအပေါင်းတို့သည် -

ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ သစ္စာတွေ သိမြင်နိုင်ပါစေ။

☸ အရိယာ၊ သူတော်ကောင်းတို့ ပို့သအပ်သော မေတ္တာကိုလည်း အကျွန်ုပ်သည် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာဖြင့် ခံယူပါကုန်၏။ အားလုံးကျန်းမာလို့ ချမ်းသာကြပါစေကုန်သတည်း။

သာဓု သာဓု သာဓု။

အမျှဝေ

ယနေ့ယခု–

ပြုပြုသမျှ ဒါနကုသိုလ်၊ (သေချာအာရုံပြုပါရန်)

ဆောက်တည်သမျှ သီလကုသိုလ်၊ (သေချာအာရုံပြုပါရန်)

ပွားများ အားထုတ်သမျှ သမထ၊ ဝိပဿနာကုသိုလ် (သေချာအာရုံပြုပါရန်)

☸ ထိုကုသိုလ်ကောင်းမှု အစုစုတို့ကို အကျွန်ုပ်နှင့် ထပ်တူထပ်မျှ အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ ယခုဘဝတော်စပ်ခဲ့ကြကုန်သော မိဘ–ဘိုးဘွား ဆွေမျိုးတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ ရှေးရှေးဘဝ တော်စပ်ခဲ့ကြကုန်သော မိဘ–ဘိုးဘွား ဆွေမျိုးတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ အကျွန်ုပ်နှင့် ဆက်စပ်ပတ်သက်သမျှသော နတ်ဒေဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ အကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ အိမ်(ကျောင်း/တောရ)အတွင်း၊ မြို့အတွင်း၊ တိုင်း(ပြည်နယ်)အတွင်း၊ နိုင်ငံအတွင်း၊ ကမ္ဘာအတွင်း၌ ရှိကြကုန်သော နတ်ဒေဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ ဘိုးတော်သိကြားမင်းနှင့်တကွ ခြွေရံများစွာ နတ်ဒေဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ ဓတရဋ္ဌ၊ ဝိရူဠ္ဟက၊ ဝိရူပက္ခ၊ ကုဝေရ ဟူသော နတ်မင်းကြီး လေးဦးနှင့်တကွ ခြွေရံများစွာ နတ်ဒေဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ သာသနာတော်ကို စောင့်ရှောက်နေကြကုန်သော သာသနာစောင့်နတ်တို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ လောကကြီးကို စောင့်ရှောက်နေကြကုန်သော လောကစောင့်နတ်တို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ မြေစောင့်နတ် ရေစောင့်နတ် အာကာသစိုး ရုက္ခစိုးနတ်တို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ လောကီ ဝိဇ္ဇာ၊ ဇော်ဂျီ၊ တပသီအပေါင်း၊ နဂါးအပေါင်း၊ ယက္ခအပေါင်းတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ ငရဲသနင်း ယမမင်းကြီးအား အမျှပေးဝေပါ၏။

☸ ၃၁-ဘုံ ကျင်လည်နေကြကုန်သော ရှိရှိသမျှ ကြားကြားသမျှသော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့အား အမျှပေးဝေပါ၏။

အမျှရကြသည် ဖြစ်ပါစေသား အရှင်ဘုရား ...

- ကုသိုလ် အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့ ...

သာဓု သာဓု သာဓု။ (၃-ကြိမ်)

- အကျွန်ုပ်သည် အရိယာသူတော်ကောင်းများ ပေးဝေအပ်သောအမျှနှင့်၊ မေတ္တာဓာတ်ကိုလည်း ခံယူပါကုန်၏။

သာဓု သာဓု သာဓု။

ဂုဏ်တော်အဖွင့် မှတ်ချက်များ

ဝိဇ္ဇာ–အသိဉာဏ်

- **ဝိပဿနာဉာဏ်–** ရုပ်နာမ်ဓမ္မသင်္ခါရတို့၏ သဘောမှန်ကို သိသော အသိဉာဏ်။
- **မနောမယိဒ္ဓိဉာဏ်–** စိတ်ဖြင့်ပြီးသောတန်ခိုး အသိဉာဏ်။
- **ဣဒ္ဓိဝိဓဉာဏ်–** တန်ခိုးအမျိုးမျိုး၌ဖြစ်သော အသိဉာဏ်။
- **ဒိဗ္ဗသောတဉာဏ်–** နတ်နားနှင့်တူသော အသိဉာဏ်။
- **ပရစိတ္တဝိဇာနဉာဏ်–** (စေတောပရိယဉာဏ်) သတ္တဝါတို့၏ စိတ်အကြံကို သိနိုင်ခြင်း အသိဉာဏ်။
- **ပုဗ္ဗေနိဝါသာနုဿတိဉာဏ်–** ရှေး၌ဖြစ်ဘူးသောဘဝကို အောက်မေ့နိုင်သော အသိဉာဏ်။
- **ဒိဗ္ဗစက္ခုဉာဏ်–** နတ်မျက်စိနှင့်တူသော အသိဉာဏ်။
- **အာသဝက္ခယဉာဏ်–** အာသဝေါကုန်ရာ အရဟတ္တမဂ်၌ ဖြစ်သော အသိဉာဏ်။
- **စုတူပပါတဉာဏ်–** သတ္တဝါတို့၏ သေခြင်းနှင့်ဖြစ်ပေါ်ခြင်းကို သိသော အသိဉာဏ်။

စရဏ–အကျင့်

- ☸ သီလကိုစောင့်ထိန်းခြင်း
- ☸ ဣန္ဒြေတို့၌ လုံခြုံအောင် ပိတ်ပင်ခြင်း
- ☸ အစာစားရာ၌ အတိုင်းအရှည်ကို သိခြင်း
- ☸ နိုးကြားထကြွမှု ရှိခြင်း
- ☸ သဒ္ဓါရှိခြင်း
- ☸ သီလရှိခြင်း
- ☸ မကောင်းမှုကို ပြုခြင်းမှ ရှက်ခြင်း
- ☸ မကောင်းမှုကို ပြုခြင်းမှ ကြောက်ခြင်း
- ☸ အကြားအမြင်ရှိခြင်း
- ☸ စွန့်ကြဲပေးကမ်းခြင်း
- ☸ ပညာရှိခြင်း
- ☸ ရူပဈာန်များနှင့် ပြည့်စုံခြင်း

ဝသီတော် – အလေ့အကျင့်

- ☸ ဆင်ခြင်ခြင်း အလေ့အကျင့်
- ☸ ဝင်စားခြင်း အလေ့အကျင့်
- ☸ ဆောက်တည်ခြင်း အလေ့အကျင့်
- ☸ ထခြင်း အလေ့အကျင့်

☸ တစ်ဖန်ရှုခြင်း အလေ့အကျင့်

မာရ်

☸ **ကိလေသမာရ်–** ကိလေသာ ၁၀ပါးမာရ်။

☸ ခန္ဓမာရ်– ကိုယ်ကာယကြီး အားကောင်းခိုင်မာသေး၏ ဟူသည့်မာရ်။

☸ **အဘိသင်္ခါရမာရ်–** ဘဝသစ်ကိုထူထောင်နိုင်သည့် ကု/အကုသိုလ် ကံရှိသည်ဟူသည့်မာရ်။

☸ **ဒေဝပုတ္တမာရ်–** အနှောက်အယှက်ပေးသူ မာရ်နတ်သား။

☸ **မစ္စုမာရ်–** မသေသေးဘူးဟူသည့်မာရ်။

အတွင်းရန်

☸ လိုချင်မှု– လောဘ

☸ မကြိုက်မှု– ဒေါသ

☸ မသိမှု– မောဟ

သစ္စာ လေးပါး

☸ ခန္ဓာသည် ဆင်းရဲခြင်းအမှန်– **ဒုက္ခသစ္စာ**

☸ ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်းအမှန်– **သမုဒယသစ္စာ**

❁ ဆင်းရဲချုပ်ရာအမှန်– **နိရောဓသစ္စာ**

❁ ဆင်းရဲချုပ်ရာသို့ရောက်ကြောင်း လမ်းစဉ်အမှန်– **မဂ္ဂသစ္စာ**

ပစ္စည်းလေးပါး

❁ စားစရာ ဆွမ်း

❁ ဝတ်စရာ သင်္ကန်း

❁ နေစရာ ကျောင်း

❁ မှီဝဲကုသစရာ ဆေး

စက္ခု ၅–ပါး

❁ ပကတိမျက်စိ

❁ နတ်မျက်စိ

❁ ပညာမျက်စိ

❁ ဘုရားမျက်စိ

❁ အလုံးစုံကိုသိသော သဗ္ဗညုတဉာဏ်မျက်စိ

ကျေးဇူးတရား ၁၈–ပါး (ဘုရားရှင်၏ဂုဏ်ကျေးဇူး)

❁ ဘုရားရှင်အား ကာယဒုစ္စရိုက်သည် မရှိ

❁ ဘုရားရှင်အား ဝစီဒုစ္စရိုက်သည် မရှိ

- ဘုရားရှင်အား မနောဒုစ္စရိုက်သည် မရှိ
- အတိတ်၌ ဘုရားရှင်အား အပိတ်အပင် အတားအဆီးမရှိသော ဉာဏ်တော်ရှိ၏
- အနာဂါတ်၌ ဘုရားရှင်အား အပိတ်အပင် အတားအဆီးမရှိသော ဉာဏ်တော်ရှိ၏
- ပစ္စုပ္ပန်၌ ဘုရားရှင်အား အပိတ်အပင် အတားအဆီးမရှိ သော ဉာဏ်တော်ရှိ၏
- ဘုရားရှင်၏အလုံးစုံသော ကာယကံသည် ဉာဏ်တော်သို့ အစဉ်လိုက်၏
- ဘုရားရှင်၏အလုံးစုံသော ဝစီကံသည် ဉာဏ်တော်သို့ အစဉ်လိုက်၏
- ဘုရားရှင်၏အလုံးစုံသော မနောကံသည် ဉာဏ်တော်သို့ အစဉ်လိုက်၏
- သတ္တဝါတို့၏အစီးအပွားကို အလိုရှိသောဆန္ဒ၏ ယုတ်လျော့ခြင်းသည် မရှိ
- ဘေးကင်းခြင်း ဆိတ်ငြိမ်ခြင်းကိုကြံသော ဝိတက်သို့ အစဉ်လိုက်သော ဝီရိယ၏ ယုတ်လျော့ခြင်းသည် မရှိ
- သတိ၏ ယုတ်လျော့ခြင်းသည် မရှိ
- ရယ်မြူးသဖြင့် ပြုခြင်းသည် မရှိ

❁ ချွတ်ချော်ခြင်းသည် မရှိ
❁ တုန်လှုပ်ခြင်းသည် မရှိ
❁ အဆောတလျင်ပြုခြင်းသည် မရှိ
❁ ကြောင့်ကြမဲ့စိတ်၊ အားမထုတ်သောစိတ်သည် မရှိ
❁ အကုသိုလ်စိတ်သည် မရှိ။

ဘုန်းတော် ၆–ပါး

❁ လောကီလူသားတို့ အမြတ်ဟူ၍ သမုတ်အပ်သော အလုံးစုံသော အခြင်းအရာနှင့် ပြည့်စုံသော ဣဿရိယဘုန်းတော်။
❁ လောကမှလွန်မြောက်သောတရား ၉–ပါးတည်းဟူသော ဓမ္မဘုန်းတော်။
❁ လောကသုံးပါးလုံးတို့၌ ပျံ့နှံ့လျက် ဟုတ်မှန်သော ဂုဏ်တော်တို့ကြောင့် ရအပ်သော လွန်လွန်ကဲကဲ ထက်ဝန်းကျင်စင်ကြယ်သော ယသဘုန်းတော်။
❁ ဘုရားရှင်အား ဖူးမြော်သော သူတို့၏ မျက်စိကို ကြည်လင်အေးချမ်း စေနိုင်စွမ်းသော အခြင်းအရာအားလုံးနှင့် ပြည့်စုံသော အင်္ဂါကြီးငယ်တို့၏ တင့်တယ်ခြင်း အသရေဟူသော သိရီဘုန်းတော်။

❁ အတ္တဟိတ ပရဟိတ အကျိုးစီးပွားမှန်သမျှ၌ အလိုရှိတိုင်း ပြီးစီးနိုင်ခြင်းဟူသော ကာမဘုန်းတော်။

❁ တစ်လောကလုံး လေးစားထိုက်သူ၏ အဖြစ်သို့ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော သမ္မာဝါယာမဟုဆိုအပ်သော ပယတ္တဘုန်းတော်။

အား ၁၀ ပါး (ဉာဏ်တော်စွမ်းအား ၁၀ ပါး)

❁ အကြောင်းဟုတ်သည် မဟုတ်သည်ကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

❁ အတိတ် အနာဂါတ် ပစ္စုပ္ပန်ဖြစ်သော ဆောက်တည်အပ်သော ကံတို့၏အကျိုးကို အကြောင်းအရာအားဖြင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

❁ ဂတိအမျိုးမျိုးသို့ ရောက်ကြောင်းအကျင့်ကို ဟုတ်တိုင်းမှန် စွာ သိသောဉာဏ်အား။

❁ အမျိုးမျိုးသောဓာတ်၊ အမျိုးမျိုးသော ဓာတ်ရှိသောလောကကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

❁ သတ္တဝါတို့၏ အမျိုးမျိုးသော နှလုံးသွင်းမှုကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

❁ တစ်ပါးသော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါတို့၏ ဣန္ဒြေအနုအရင့်ကို

ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

☸ ဈာန် ဝိမောက္ခ သမာဓိ သမာပတ္တိတို့၏ ညစ်နွမ်းခြင်း ဖြူစင်ခြင်း ထခြင်းကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

☸ ရှေး၌ နေခဲ့ဖူးသော ခန္ဓာအစဉ်ကို အောက်မေ့ခြင်းကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

☸ သတ္တဝါတို့၏ သေခြင်း မွေးခြင်းကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

☸ အာသဝေါတရားတို့၏ ကုန်ရာနိဗ္ဗာန်ကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ သိသောဉာဏ်အား။

- **ဤစာအုပ်ကို မည်သူမဆို ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းနိုင်ပါသည်။**
- **ယနေ့အချိန်ထိ အုပ်ရေပေါင်း သုံးသောင်းကျော် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်ပြီး ဖြစ်ပါသည်။**

ပဥ္စမအကြိမ် ပြင်ဆင်ပြည့်စွက် ထားပါသည်။

၆–ဒီဇင်ဘာလ–၂၀၂၃။