



ဗုဒ္ဓါဘိသေကမင်္ဂလာ
ဘုရားအနေကဇာတင်



အနတ္တလက္ခဏသုတ် ပါဠိတော်



အဘိဓမ္မာသင်ယူသူများအဖွဲ့
(သြစတြေးလျ)

မှ

ဓမ္မဒါနအဖြစ် ထုတ်ဝေပါသည်။

အနေကဇာတင် ဂါထာတော်ပါဠိတော်

၁။ အနေက ဇာတိ သံသာရုံ၊
သန္တာဝိဿံ အနိဗ္ဗိသံ၊
ဂဟကာရံ ဂဝေသန္တော၊
ဒုက္ခာ ဇာတိ ပုနပျုနံ။

၂။ ဂဟကာရက ဒိဋ္ဌေသိ၊
ပုန ဂေဟံ န ကာဟသိ၊
သဗ္ဗာ တေ ဖာသုကာ ဘဂ္ဂိ၊
ဂဟကုဋ်ဉ္စ ဝိသင်္ခတံ၊
ဝိသင်္ခါရံဂတံ စိတ္တံ၊
တဏှာနံ ခယမဇ္ဈဂါ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် အနုလုံပါဠိတော်

၃။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယာ သင်္ခါရာ၊ သင်္ခါရပစ္စယာ ဝိညာဏံ၊ ဝိညာဏပစ္စယာ နာမရူပံ၊
နာမရူပပစ္စယာ သဠာ ယတနံ၊ သဠာယတန ပစ္စယာ ဖဿော၊ ဖဿပစ္စယာ
ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာပစ္စယာ တဏှာ၊ တဏှာပစ္စယာ ဥပါဒါနံ၊ ဥပါဒါန ပစ္စယာ
ဘဝေါ၊ ဘဝပစ္စယာ ဇာတိ၊ ဇာတိပစ္စယာ ဇရာ မရဏ သောကပရိဒေဝ
ဒုက္ခဒေါမနဿု ပါယာသာ သမ္ဘဝန္တိ၊ ဧဝမေတဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ
သမုဒယော ဟောတိ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလုံပါဠိတော်

- ၄။ အဝိဇ္ဇာယ တွေဝအသေသဝိရာဂနိရောဓာ သင်္ခါရနိရောဓော၊ သင်္ခါရနိရောဓာ
ဝိညာဏနိရောဓော၊ ဝိညာဏနိရောဓာ နာမရူပနိရောဓော၊ နာမရူပနိရောဓာ
သဗ္ဗာယတနနိရောဓော၊ သဗ္ဗာယတနနိရောဓာ ဖဿနိရောဓော၊ ဖဿ
နိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓော၊ ဝေဒနာနိရောဓာ တဏှာနိရောဓော၊ တဏှာ
နိရောဓာ ဥပဒါနနိရောဓော။ ဥပဒါနနိရောဓာ ဘဝနိရောဓော၊ ဘဝနိရောဓာ
ဇာတိနိရောဓော။ ဇာတိနိရောဓာ ဇရာမဏ သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿု
ပါယာသာ နိရုဇ္ဈန္တိ၊ ဧဝမေတဿ ကေဝလဿ ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ နိရောဓော
ဟောတိ။

ပဋ္ဌာန်း ၂၄ ပစ္စည်းပါဠိတော်

- ၅။ ဟေတုပစ္စယော၊ အာရမ္မဏပစ္စယော၊ အဓိပတိပစ္စယော၊ အနန္တရပစ္စယော၊
သမနန္တရပစ္စယော၊ သဟဇာတပစ္စယော၊ အညမညပစ္စယော၊ နိဿယ
ပစ္စယော၊ ဥပနိဿယပစ္စယော၊ ပုရေဇာတပစ္စယော၊ ပစ္ဆိမဇာတပစ္စယော၊
အာသေဝနပစ္စယော၊ ကမ္မပစ္စယော၊ ဝိပါကပစ္စယော၊ အာဟာရပစ္စယော၊
ဣန္ဒြိယပစ္စယော၊ ဈာနပစ္စယော၊ မဂ္ဂပစ္စယော၊ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော၊ ဝိပုယုတ္တ
ပစ္စယော၊ အတ္ထိပစ္စယော၊ နတ္ထိပစ္စယော၊ ဝိဂတပစ္စယော၊ အဝိဂတ
ပစ္စယောတိ။

ဥဋ္ဌာန်းကျူးဂါထာ ပါဠိတော်

- ၆။ ယဒါ ဟဝေ ပါတု ဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြဟ္မဏဿ။
အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊
ယတော ပဇာနာတိ သဟေတု ဓမ္မံ။

၇။ ယဒါဟဝေ ပါတု ဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြဟ္မဏဿ။
အထဿ ကင်္ခါ ဝပယန္တိ သဗ္ဗာ၊
ယတော ခယံ ပစ္စယာနံ အဝေဒိ။

၈။ ယဒါဟဝေ ပါတု ဘဝန္တိ ဓမ္မာ၊
အာတာပိနော ဈာယတော ဗြဟ္မဏဿ။
ဝိဇ္ဇပယံ တိဋ္ဌတိ မာရသေနံ၊
သုရိယောဝ ဩဘာသယ မန္တလိက္ခံ။

* * *

ဗုဒ္ဓါဘိသေကဂါထာ ပါဠိတော်

၉။ ဇယန္တော ဗောဓိယာ မူလေ၊
သကျာနံ နန္ဒိဝမုနော၊
ဧဝမေဝ ဇယော ဟောတု၊
ဇယဿု ဇယမင်္ဂလေ။

၁၀။ အပရာဇိတ ပလ္လင်္ကေ၊
သီသေပုထု ဝိပုက္ခလေ၊
အဘိသေကေ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ၊
အဂ္ဂပ္ပတ္တော ပမောဒဝိ။ ။

အနုကဇာတင်ဂါထာတော်နိဿယ

- ၁။ ဂဟကာရ-အတ္တဘောတည်းဟူသော ခန္ဓာအိမ်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ခါခါမလပ် ပြုလုပ်တတ်သော ဟယ်-တဏှာယောက်ျား လက်သမား။ ဂဝေသန္တော-ပညာ စက္ခု ဉာဏ်မျက်စိရှုဖြင့် စေ့ငု သေချာ ရှာဖွေသော ငါသည်။ အနိဗ္ဗိသံ အဝိဒ္ဓန္တော-သင့်ကို မြင်နိုင် ဉာဏ်မဏ္ဍိုင်ကို လက်ဝယ်ပိုင်ပိုင် မရနိုင်သေးသည် ဖြစ်၍။ အနေက ဇာတိ သံသာရုံ-အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ခန္ဓာဇာတ်တို့ ဖြစ်လတ်မှန်စွာ သံသရာသို့။ သန္တာဝိဿံ သံသရုံ-ဘဝထိုက်၍ အလီလီသို့ ကျင်လည်များပြား ပြေးသွားရလှလေပြီ။ ပုနပျုနံ-ထပ်မံမစဲ အဖန် တလဲလဲ။ ဇာတိ-စွဲကပ်မသွေ ပဋိသန္ဓေ နေရခြင်းသည်။ ဒုက္ခာ-မုချမသွေ ဆင်းရဲ လှပေ၏။
- ၂။ ဂဟကာရ - အတ္တဘောတည်းဟူသော ခန္ဓာအိမ်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ခါခါ မလပ် ပြုလုပ်တတ်သော ဟယ်-တဏှာယောက်ျား လက်သမား။ တွံ-တဏှာ ယောက်ျား သင်လက်သမားကို။ ဒိဋ္ဌော-ပညာစက္ခု သဗ္ဗညုဖြင့် ယခုထင်ထင် ငါမြင်အပ်သည်။ အသိ-ဖြစ်လေပြီ။ ပုန-တစ်ဖန်။ ဂေဟံ-အတ္တဘောတည်း ဟူသော ခန္ဓာအိမ်ကို။ န ကာဟသိ-သင်ပြုခွင့် မရှိတော့ပြီ။ တေ-တဏှာ ယောက်ျား သင်လက်သမား၏။ ဖာသုကာ-အတ္တဘောတည်းဟူသော ခန္ဓာ အိမ်၏ ကိလေသာတည်းဟူသော ထုပ်, လျောက်, အခြင်တို့ကို။ ဘဂ္ဂါ-ရ စရာဟူ မြူမျှမရှိစိစိညက်ကြေ ငါချိုးဖျက် အပ်လေပြီ။ ဂဟကူဋံ-အတ္တဘော တည်းဟူသော ခန္ဓာအိမ်၏ အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော စုလစ်မွမ်းချွန် အထွတ် မှန်ကင်းကို။ ဝိသင်္ခတံ-ထူးစွာခွဲနှက် မှုန့်ကြေညက်အောင် ငါဖျက်ဆီး အပ်လေပြီ။ (မမ - ဗောဓိမဏ္ဍိုင် ခန်းဝါပိုင်ငြား ငါဘုရား၏။ ။ ထည့်။) စိတ္တံ- ဒသကိလေ ကင်းပေချေးညှော် မြတ်စိတ်တော်သည်။ ဝိသင်္ခါရဂတံ-ကံ, စိတ်, ဥ, ဟာ လေးဖြာကြောင်းရင်း ပြုပြင်ခြင်းကင်းသော နိဗ္ဗာန်သို့ အာရုံ ပြုသောအားဖြင့် ဆိုက်ရောက်ပေပြီ။ တဏှာနံ-တဏှာတို့၏။ ခယံ-ကုန်ရာ

ကုန်ကြောင်းဖြစ်သော အရဟတ္တဖိုလ်မှန် ဗောဓိဉာဏ်ကို။ အဇ္ဈဂါ-ထင်ထင်
မျက်မှောက် ခရီးပေါက်၍ ငါရောက်အပ်ပေပြီ။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်အနုလုံဂါထာတော်နိဿယ

၃။ အဝိဇ္ဇာပစ္စယော-အဝိဇ္ဇာဟူသော မောဟကြောင့်။ သင်္ခါရာ-ကုသိုလ်
အကုသိုလ် သင်္ခါရတရားတို့သည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်ကုန်၏။ သင်္ခါရပစ္စယာ-
သင်္ခါရဟူသော အကြောင်းကြောင့်။ ဝိညာဏံ-ပဋိသန္ဓေဝိညာဏ် ပဝတ္တိ
ဝိညာဏ်သည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ ဝိညာဏပစ္စယာ-ဝိညာဏ်ဟူသော
အကြောင်းကြောင့်။ နာမရူပံ-နာမ်ရုပ်သည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ နာမရူပပစ္စယာ
-နာမ်ရုပ်ဟူသော အကြောင်းကြောင့်။ သဠာယတနံ -သဠာယတနသည်။
သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ သဠာယတနပစ္စယာ-သဠာယတနဟူသော အကြောင်းကြောင့်။
ဖဿော-တွေ့ထိမှု ဖဿသည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ ဖဿပစ္စယာ-ဖဿဟူသော
အကြောင်းကြောင့်။ ဝေဒနာ-ခံစားမှုဝေဒနာသည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ ဝေဒနာ
ပစ္စယာ-ဝေဒနာဟူသော အကြောင်းကြောင့်။ တဏှာ-နှစ်သက်မှုတဏှာ
သည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ တဏှာပစ္စယာ-တဏှာဟူသော အကြောင်းကြောင့်။
ဥပါဒါနံ-စွဲလမ်းမှု ဥပါဒါန်သည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ ဥပါဒါနပစ္စယာ-ဥပါဒါန်
ဟူသော အကြောင်းကြောင့်။ ဘဝေါ-ကမ္မဘဝ ဥပပတ္တိဘဝသည်။ သမ္ဘဝန္တိ-
ဖြစ်၏။ ဘဝပစ္စယာ-ကမ္မဘဝဟူသော အကြောင်းကြောင့်။ ဇာတိ-ပဋိသန္ဓေ
နေရခြင်းသည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်၏။ ဇာတိပစ္စယာ-ဇာတိဟူသော အကြောင်း
ကြောင့်။ ဇရာမရဏ သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာ - အိုခြင်း၊
သေခြင်း၊ ပူဆွေးခြင်း၊ ငိုကြွေးခြင်း၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း၊
ပြင်းစွာ ပင်ပန်းခြင်းတို့သည်။ သမ္ဘဝန္တိ-ဖြစ်ကြကုန်၏။ ဧဝံ-ဤသို့။ ကေဝ
လဿ-အလုံးစုံသော။ ဧတဿ ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ-ဤဒုက္ခအစု၏။ သမုဒယော-
ဖြစ်ခြင်းသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ပဋိလုံဂါထာတော်နိဿယ

- ၄။ အဝိဇ္ဇာယ တွေဝ-အဝိဇ္ဇာ၏သာလျှင်၊ အသေသဝိရာဂ နိရောဓာ - “ဝိရာဂ” မည်သော အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ် ဝိဇ္ဇာဖြင့် အကြွင်းမဲ့ချုပ်ခြင်းကြောင့်။ သံခါရ နိရောဓာ-သင်္ခါရချုပ်၏။ သင်္ခါရနိရောဓာ ဝိညာဏနိရောဓာ-သင်္ခါရ ချုပ်ခြင်းကြောင့် ဝိညာဏချုပ်၏။ ဝိညာဏနိရောဓာ နာမရူပနိရောဓာ- ဝိညာဏချုပ်ခြင်းကြောင့် နာမ်ရုပ်ချုပ်၏။ နာမရူပနိရောဓာ သဠာယတန နိရောဓာ-နာမ်ချုပ်ခြင်းကြောင့် သဠာယတနချုပ်၏။ သဠာယတနနိရောဓာ ဖဿနိရောဓာ-သဠာယတန ချုပ်ခြင်းကြောင့် ဖဿချုပ်၏။ ဖဿနိရောဓာ ဝေဒနာနိရောဓာ-ဖဿချုပ်ခြင်းကြောင့် ဝေဒနာချုပ်၏။ ဝေဒနာနိရောဓာ- တဏှာနိရောဓာ-ဝေဒနာချုပ်ခြင်းကြောင့် တဏှာချုပ်၏။ တဏှာနိရောဓာ ဥပါဒါန နိရောဓာ-တဏှာချုပ်ခြင်းကြောင့် ဥပါဒါနချုပ်၏။ ဥပါဒါန နိရောဓာ ဘဝနိရောဓာ-ဥပါဒါနချုပ်ခြင်းကြောင့် ဘဝချုပ်၏။ ဘဝနိရောဓာ ဇာတိ နိရောဓာ-ဘဝချုပ်ခြင်းကြောင့် ဇာတိချုပ်၏။ ဇာတိနိရောဓာ ဇရာမရဏ သောကပရိဒေဝ ဒုက္ခဒေါမနဿုပါယာသာ နိရုဇ္ဈန္တိ-ဇာတိချုပ်ခြင်းကြောင့် အိုခြင်း၊ သေခြင်း၊ ပူဆွေးခြင်း၊ ငိုကြွေးခြင်း၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း၊ စိတ် ဆင်းရဲခြင်း၊ ပြင်းစွာ ပင်ပန်းခြင်း တို့သည် ချုပ်ကုန်၏။ ဧဝံ-ဤသို့။ ကေဝလဿ-အလုံးစုံသော။ ဧတဿ ဒုက္ခက္ခန္ဓဿ-ဤဒုက္ခအစု၏။ နိရောဓာ-ချုပ်ခြင်းသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။

ပဋ္ဌာန်း ၂၄ ပစ္စည်း ပါဠိတော်နိဿယ

- ၅။ ဟေတုပစ္စယော-ဟိတ် ၆-ပါးဖြစ်၍ ပစ္စယုပ္ပန်တရားတို့အား အမြစ်တဖွယ် ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ အာရမ္မဏပစ္စယော-အာရုံ ၆-ပါးဖြစ်၍ ကျေး ဇူးပြုတတ်သောတရား။ အဓိပတိပစ္စယော-အကြီးအမှူးဖြစ်၍ ကျေးဇူး ပြုတတ်သောတရား။ အနန္တရပစ္စယော-အခြားမဲ့ (တစ်ဆက်တည်း၊ အကြား မရှိ) ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ သမနန္တရပစ္စယော-ကောင်းစွာ

အခြားအခြားမရှိ (တစ်ဆက်တည်း အကြားမရှိ) ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ သဟဇာတပစ္စယော-အတူတကွဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ အညမညပစ္စယော-အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ နိဿယပစ္စယော-မှီရာတည်ရာဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ဥပနိဿယပစ္စယော-အားကြီးသောအကြောင်းဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ပုရေဇာတပစ္စယော-ရှေး၌ဖြစ်နှင့်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော-နောက်မှဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ အာသေဝနပစ္စယော-အဖန်တလဲလဲ မှီဝဲထုံအပ်သည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ကမ္မပစ္စယော-စီရင်ခြင်း သံဝိဓာနကိစ္စနှင့် မျိုးစေ့ဖြစ်စေခြင်း ဗီဇဓာနကိစ္စဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ဝိပါကပစ္စယော-အကျိုးဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ အာဟာရပစ္စယော-ထောက်ပံ့ ခိုင်ခံ့စေတတ်သည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ဣန္ဒြိယပစ္စယော-အစိုးရသည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ဈာနပစ္စယော-ကပ်၍ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုတတ်သည်၏ အဖြစ်ဖြင့် ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ မဂ္ဂပစ္စယော-ထွက်မြောက်ကြောင်း နည်းလမ်းဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော-ယှဉ်သည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ဝိပ္ပယုတ္တပစ္စယော-မယှဉ်သည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ အတ္ထိပစ္စယော-ပစ္စုပ္ပန်၌ ထင်ရှားဆဲဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ နတ္ထိပစ္စယော-မရှိသည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ ဝိဂတပစ္စယော-ကင်းမဲ့ချုပ်ပျောက်သည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။ အဝိဂတပစ္စယော-မကင်းသည်ဖြစ်၍ ကျေးဇူးပြုတတ်သောတရား။

ဥဒါန်းကျူးဂါထာတော်နိဿယ

- ၆။ အာတာပိနော-ကိလေသာစု မာရ်ညစ်ကြုကို တစ်ခုမှမကျန် ပယ်လှန်သတ်ဖြတ် ပူပန်စေတတ်သော လုံ့လဥဿဟ ရှိထသော။ ဈာယတော-မကောင်းထိုထို အကုသိုလ်ကို သင်္ဂြိုဟ်မြှိုက်သတ် လောင်ကျွမ်းတတ်သော။ ဗြဟ္မ

ဏဿ-မကောင်းမှုကို အပပြုအပ် ယောက်ျားမြတ်အား။ ယဒါ ယသ္မိံ
ကာလေ-ကြောင်း၊ ကျိုး၊ နှစ်ရပ် ပြည့်လတ်ညီလာ အကြင်အခါ၌။ ဓမ္မာ-
သပစ္စယ ဓမ္မတွင်မည် နှစ်လီပိုင်းခြား ရုပ်၊ နာမ်တရားတို့သည်။ ဟဝေ-
ဧကန္တေန၊ စင်စစ် အားဖြင့်။ ပါတု ဘဝန္တိ-ထင်ရှားမှန်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်၏။
အထ-ထိုသို့ ထင်ရှားမှန်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော အခါ၌။ အဿ ဗြာဟ္မဏဿ-
မကောင်းမှုကို အပပြုအပ် ထိုယောက်ျားမြတ်အား။ သဗ္ဗာ-အလုံးစုံ
ကုန်သော။ ကင်္ခါ-တစ်ဆယ့်ခြောက်ပါး ယုံမှားတတ်စွာ ကင်္ခါခေါ်ငြား
ဝိစိကိစ္ဆာ တရားတို့သည်။ ဝပယန္တိ-နေရောင်တွေ့ထိ နှင်းပျောက်ဘိသို့ မှတ်သိ
မသွေ ပျောက်ပျက်လေကုန်၏။ ယတော-အကြင်ကြောင့်။ သဟေတု ဓမ္မ-
အကြောင်းဆက်စပ် မနားမရပ် ပြုပြင်အပ်ဘိ သဘောရှိစွာ သဟေတု
ဓမ္မကို။ ပဇာနာတိ-အပြားအားဖြင့် သိ၏။

- ၇။ အာတာပိနော-ကိလေသာစုမာရ်ညစ်ကြုကို တစ်ခုမကျန် ပယ်လှန်သတ်ဖြတ်
ပူပန်စေတတ်သော လုံ့လဥဿဟ ရှိထသော။ ဈာယတော-မကောင်းထိုထို
အကုသိုလ်ကို သင်္ဂြိုဟ်မြှိုက်သတ် လောင်ကျွမ်းတတ်သော။ ဗြာဟ္မဏဿ-
မကောင်းမှုကို အပပြုအပ် ယောက်ျားမြတ်အား။ ယဒါ ယသ္မိံကာလေ-
ကြောင်း၊ ကျိုးနှစ်ရပ် ပြည့်လတ်ညီညာ အကြင်အခါ၌။ ဓမ္မာ-သပစ္စယ
ဓမ္မတွင်မည် နှစ်လီပိုင်းခြား ရုပ်၊ နာမ်တရားတို့သည်။ ဟဝေ ဧကန္တေန-
စင်စစ်အားဖြင့်။ ပါတုဘဝန္တိ-ထင်ရှားမှန်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်၏။ အထ-ထိုသို့
ထင်ရှားမှန်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော အခါ၌။ အဿ ဗြာဟ္မဏဿ-မကောင်းမှုကို
အပပြုအပ် ထိုယောက်ျားမြတ်အား။ သဗ္ဗာ-အလုံးစုံကုန်သော။ ကင်္ခါ-
တစ်ဆယ့်ခြောက်ပါး ယုံမှားတတ်စွာ-ကင်္ခါ ခေါ်ငြား ဝိစိကိစ္ဆာတရားတို့သည်။
ဝပယန္တိ-နေရောင်တွေ့ထိ နှင်းပျောက်ဘိသို့ မှတ်သိမသွေ ပျောက်ကင်း
လေကုန်၏။ ယတော-အကြင်ကြောင့်။ ပစ္စယာနံ-အဝိဇ္ဇာအစရှိသော
အကြောင်းတရားတို့၏။ ခယံ-ကုန်ရာဌာန နိရောဓမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို။
အဝေဒိ-ဉာဏ်အထွတ်ရောက် မျက်မှောက်မသွေ သိမြင်ရပေပြီ။

၈။ အာတာပိနော-ကိလေသာစု မာရ်ညစ်ကြုကို တစ်ခုမကျန် ပယ်လှန် သတ်ဖြတ် ပူပန်စေတတ်သော လုံ့လဥဿဟ ရှိထသော။ စျာယတော-မကောင်းထိုထို အကုသိုလ်ကို သင်္ဂြိုဟ်မြှိုက်သတ် လောင်ကျွမ်းတတ်သော။ ဗြာဟ္မဏဿ-မကောင်းမှုကို အပပြုအပ် ယောက်ျားမြတ်အား။ ယဒါယသ္မိကာလေ-ကြောင်း၊ ကျိုး နှစ်ရပ် ပြည့်လတ်ညီညာ အကြင်အခါ၌။ ဓမ္မသင်္ခတာ-သင်္ခတ ဓမ္မအပြား ဥေယျဓမ်တရားတို့သည်။ ဟဝေ-ဧကန္တေန၊ စင်စစ်အားဖြင့်။ ပါတု ဘဝန္တိ-ထင်ရှားမှန်စွာ ဖြစ်ပေါ်လာကုန်၏။ သောဗြဟ္မဏော၊ မကောင်းမှုကို အပပြုအပ် ထိုယောက်ျားမြတ်သည်။ အန္တလိက္ခံ-ရေးခြစ်မထင် ထက်ကောင်းကင်အလုံးကို။ သြဘာသယံ-သြဘာသယန္တော-မိုက်မှောင်တစ်သင်း လွင့်ပျောက်ကင်းအောင် ထွန်းလင်းအသရေ တောက်ပစေလျက်။ တိဋ္ဌန္တော-အလျှံထွန်းလှစ် တက်သစ်သော။ သူရိယောဝရောင်ခြည်တစ်ထောင် အလင်းဆောင်သည့် ရောင်ဝါထွန်းလင်း ရှင်နေမင်းကဲ့သို့။ မာရသေနံ-မာရ်စစ်သည် အပေါင်းတို့ကို။ ဝိဓူပယံ-ဝိဓူပယန္တော-အရဟတ္တမဂ် ဉာဏ်သံလျက်ဖြင့် တိုက်ဖျက်မသွေ ပျောက်ပျက်စေလျက်။ လောကဓာတုံ-လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ သုံးဖြာသတ်မှတ် လောကဓာတ်ကို။ သြဘာသယံ သြဘာသယန္တော-ရှိန်စော်တန်ခိုး ရောင်ဝါတိုး၍ တင့်ဖြိုးကျက်သရေ ထွန်းလင်းတောက်ပစေသည်ဖြစ်၍။ တိဋ္ဌတိ၊ ခြပ်အထည် မပြတ် တည်ပါပေ၏။

ဗုဒ္ဓါဘိသေက ဂါထာတော် နိဿယ

၉။ သကျာနံ-သာကီဝင်မင်းတို့၏။ နန္ဒိဝဗုနော-နှစ်သက်ခြင်းကို ပွားစေသော ဘုရားအလောင်းတော်သည်။ ဗောဓိယာ-ဗောဓိညောင်ပင်၏။ မူလေ-အရင်း ဖြစ်သော အပရာဇိတပလ္လင်တော်၌၊ ဇယန္တော-မာရ်ငါးပါးကို အောင်မြင်တော်မူလေ၏။ ဧဝမေဝ-ဤအတူသာလျှင်။ ဘဝမ္ဗိ-ဥဒ္ဒိဿစေတီဟု ဆိုအပ်သော အရှင်ဘုရားသည်လည်း။ ဇယော-အောင်ခြင်းသည်။ ဟောတု-ဖြစ်

ပါစေသတည်း။ ဇယမင်္ဂလေ-အောင်အပ်သော မင်္ဂလာအပေါင်း၌၊ ဇယဿု-
အောင်တော်မူပါစေသတည်း။

၁၀။ သဗ္ဗဗုဒ္ဓါနံ-ခပ်သိမ်းသော ဘုရားရှင်တို့၏၊ အဘိသေကေ-အဘိသိက်ခံတော်
မူရာဖြစ်သော။ ပုထုဝိ-ပုက္ခလေ-သန့်ရှင်းစင်ကြယ်သော မြေအပြင် ဖြစ်
သော။ သီသေ-ဦးခေါင်းသဖွယ် အထွတ်အထိပ်ဖြစ်သော။ အပရာဇိတ
ပလ္လင်္ကေ၊ အပရာဇိတ ပလ္လင်တော်၌။ အဂ္ဂပ္ပတ္တော-အမြတ်ဆုံးအဖြစ်သို့
ရောက်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်။ ပမောဒတိ-ဝမ်းမြောက်တော်မူ၏။
ပမောဒတိ-လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါတို့ကို ငါကယ်ရတော့မည် စိတ်က
ရည်၍ အတုမရှိ ဝမ်းမြောက်တော်မူလေ၏။

ဧဝမေဝ-ဤအတူသာလျှင်။ ဘဝမ္ဗိ-ဥဒ္ဓိဿစေတီဟု ဆိုအပ်သော
အရှင်ဘုရားသည်လည်း။ ပမောဒတု-သက်တော်ထင်ရှား မြတ်စွာဘုရား
ကဲ့သို့ ဝမ်းအမြောက်ကြီး ဝမ်းမြောက်တော်မူပါစေသတည်း။ (ဝါ)
ဝမ်းမြောက်တော်မူ ပါဘုရား။

မှတ်ချက်။ ။ အဆုံး၌ “တံ ဗုဒ္ဓံ အဟံ ဝန္တာမိ သက္ကစ္စံ” ဆို၍ ရှိခိုးလိုက်လျှင်
အနေကဇာတင် ဗုဒ္ဓါ ဘိသေက ဘုရားရှိခိုးကြီး ဖြစ်သွားပါလေတော့သည်။

ဗုဒ္ဓါဘိသေက မင်္ဂလာ
အနေကဇာတင် ပါဌ်အနက်ပြီး၏။



အနတ္တလက္ခဏသုတ်ပါဠိတော်

🙏နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ🙏

အနတ္တလက္ခဏသုတ်အမွှန်း

- (က) ဓမ္မစက္ကံ ပဝတ္တေတွာ၊
အာသာဠိယံ ဟိ ပုဏ္ဏမေ။
နဂရေ ဗာရာဏသိယံ၊
ဣသိပတနဂုယေ ဝနေ။
- (ခ) ပါပေတွာဒိဖလံ နေသံ၊
အနုက္ကမေန ဒေသယိ။
ယံ တံ ပက္ခဿ ပဉ္စမျံ၊
ဝိမုတ္တတ္ထံ ဘဏာမ ဟေ။

(၁) အနတ္တလက္ခဏသုတ် နိဒါန်း

ဧဝံ မေ သုတံ-
ဧကံ သမယံ ဘဂဝါ ဗာရာဏသိယံ ဝိဟရတိ ဣသိပတနေ မိဂဒါယေ။
တတြ ခေါ ဘဂဝါ ပဉ္စဝဂ္ဂိယေ ဘိက္ခု အာမန္တေသိ “ဘိက္ခဝေါ”တိ။
“ဘဒ္ဒန္တေ” တိ တေ ဘိက္ခု ဘဂဝတော ပစ္စသောသုံ။ ဘဂဝါ ဧတ ဒဝေါစ-

(၂) ရူပက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

ရူပံ ဘိက္ခဝေ အနတ္တာ။
ရူပဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တေယျ။
လဗ္ဘေထ စ ရူပေ “ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ” တိ။
ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ရူပံ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ရူပံ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။
န စ လဗ္ဘတိ ရူပေ “ဧဝံ မေ ရူပံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ရူပံ မာ အဟောသီ” တိ။

(၃) ဝေဒနာက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

ဝေဒနာ အနတ္တာ။

ဝေဒနာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။

လဗ္ဘေထ စ ဝေဒနာယ “ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ” တိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝေဒနာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ဝေဒနာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

န စ လဗ္ဘတိ ဝေဒနာယ “ဧဝံ မေ ဝေဒနာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝေဒနာ မာ အဟောသီ” တိ။

(၄) သညာက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

သညာ အနတ္တာ။

သညာ စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္ထေယျ။

လဗ္ဘေထ စ သညာယ “ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ” တိ။

ယသ္မာ စ ခေါ ဘိက္ခဝေ သညာ အနတ္တာ၊ တသ္မာ သညာ အာဗာဓာယ သံဝတ္တတိ။

န စ လဗ္ဘတိ သညာယ “ဧဝံ မေ သညာ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ သညာ မာ အဟောသီ” တိ။

(၅) သင်္ခါရက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

သင်္ခါရ အနတ္တာ။

သင်္ခါရ ၈ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိသုံ၊ နယိဒံ သင်္ခါရ အာဗာဓယ သံဝတ္ထေယျုံ။

လဗ္ဘေထ ၈ သင်္ခါရေသု “ဧဝံ မေ သင်္ခါရ ဟောန္တု၊ ဧဝံ မေ သင်္ခါရ မာ အဟေသု” န္တိ။

ယသ္မာ ၈ ခေါ ဘိက္ခဝေ သင်္ခါရ အနတ္တာ၊ တသ္မာ သင်္ခါရ အာဗာဓယ သံဝတ္တန္တိ။

န ၈ လဗ္ဘတိ သင်္ခါရေသု “ဧဝံ မေ သင်္ခါရ ဟောန္တု၊ ဧဝံ မေ သင်္ခါရ မာ အဟေသု” န္တိ။

(၆) ဝိညာဏက္ခန္ဓာ အနတ္တဖြစ်ပုံ

ဝိညာဏံ အနတ္တာ။

ဝိညာဏဉ္စ ဟိဒံ ဘိက္ခဝေ အတ္တာ အဘဝိဿ၊ နယိဒံ ဝိညာဏံ အာဗာဓယ သံဝတ္ထေယျုံ။

လဗ္ဘေထ ၈ဝိညာဏေ “ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ” တိ။

ယသ္မာ ၈ ခေါ ဘိက္ခဝေ ဝိညာဏံ အနတ္တာ၊ တသ္မာ ဝိညာဏံ အာဗာဓယ သံဝတ္တတိ။

န ၈ လဗ္ဘတိ ဝိညာဏေ “ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ ဟောတု၊ ဧဝံ မေ ဝိညာဏံ မာ အဟောသီ” တိ။

(၇) ရူပက္ခန္ဓာ၌ လက္ခဏာရေးသုံးပါး

တံ ကိံ မညထ ဘိက္ခဝေ-
ရူပံ နိစ္စံ ဝါ အနိစ္စံ ဝါတိ။
အနိစ္စံ ဘန္တေ။
ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။
ဒုက္ခံ ဘန္တေ။
ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံနု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊
ဧသောဟ မသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ” တိ။
နော ဟေတံ ဘန္တေ။

(၈) နာမက္ခန္ဓာလေးပါး၌ လက္ခဏာရေးသုံးပါး

ဝေဒနာ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။
အနိစ္စာ ဘန္တေ။
ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။
ဒုက္ခံ ဘန္တေ။
ယံ မနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံနု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊
ဧသောဟ မသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ” တိ။
နော ဟေတံ ဘန္တေ။
သညာ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။
အနိစ္စာ ဘန္တေ။
ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။
ဒုက္ခံ ဘန္တေ။
ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံနု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊
ဧသောဟ မသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ” တိ။
နော ဟေတံ ဘန္တေ။

သင်္ခါရာ နိစ္စာ ဝါ နိစ္စာ ဝါတိ။

အနိစ္စာ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါ တံ သုခံ ဝါတိ။

ဒုက္ခံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံနု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊
ဧသောဟ မသ္မိ၊ ဧသော မေ အတ္တာ” တိ။

နော ဟေတံ ဘန္တေ။

ဝိညာဏံ နိစ္စာ ဝါ အနိစ္စာ ဝါတိ။

အနိစ္စာ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝါတံ သုခံ ဝါတိ။

ဒုက္ခံ ဘန္တေ။

ယံ ပနာနိစ္စံ၊ ဒုက္ခံ ဝိပရိဏာမဓမ္မံ၊ ကလ္လံနု တံ သမနုပဿိတုံ “ဧတံ မမ၊
ဧသောဟ မသ္မိ၊ ဧသောမေ အတ္တာ” တိ။

နော ဟေတံ ဘန္တေ။

(၉) ရုပ်တရားကို တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့် မရှုကြည့်အပ်ပုံ

တဿှာတိဟ ဘိက္ခဝေ ယံ ကိဉ္စိ ရူပံ အတီတာနာဂတပစ္စုပ္ပန် အဇ္ဈတ္တံ ဝါ၊
ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ၊ ဩဠာရိကံ ဝါ၊ သုခုမံ ဝါ၊ ဟိနံ ဝါ၊ ပဏီတံ ဝါ၊ ယံ ဒူရေ သန္တိကေ ဝါ၊ သဗ္ဗံ
ရူပံ “နေတံ မမ၊ နေသောဟ မသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ” တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ
သမ္မပ္ပညာယ ဒဠဗ္ဗံ။

(၁၀) ဝေဒနာတရားကို တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့် မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယာ ကာစိ ဝေဒနာ အတိတာနာဂတ-ပစ္စုပ္ပန္နာ အဇ္ဈတ္တံ ဝိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝိ၊
ဩဠာရိကာ ဝိ၊ သုခုမာ ဝိ၊ ဟိနာ ဝိ၊ ပဏီတာ ဝိ၊ ယာ ဒူရေ သန္တိကေ ဝိ၊ သဗ္ဗာ
ဝေဒနာ “နေတံ မမ၊ နေသောဟ မသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ” တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ
သမ္ပပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

(၁၁) သညာတရားကို တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့် မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယာ ကာစိ သညာ အတိတာနာဂတ-ပစ္စုပ္ပန္နာ အဇ္ဈတ္တံ ဝိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝိ၊
ဩဠာရိကာ ဝိ၊ သုခုမာ ဝိ၊ ဟိနာ ဝိ၊ ပဏီတာ ဝိ၊ ယာ ဒူရေ သန္တိကေ ဝိ၊ သဗ္ဗာ
သညာ “နေတံ မမ၊ နေသောဟ မသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ” တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ
သမ္ပပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

(၁၂) သင်္ခါရတရားကို တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့် မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယေ ကေစိ သင်္ခါရာ အတိတာနာဂတ-ပစ္စုပ္ပန္နာ အဇ္ဈတ္တံ ဝိ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝိ၊
ဩဠာရိကာ ဝိ၊ သုခုမာ ဝိ၊ ဟိနာ ဝိ၊ ပဏီတာ ဝိ၊ ယေ ဒူရေ သန္တိကေ ဝိ၊ သဗ္ဗေ
သင်္ခါရာ “နေတံ မမ၊ နေသောဟ မသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ” တိ ဧဝမေတံ
ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဋ္ဌဗ္ဗံ။

(၁၃) ဝိညာဉ်တရားကို တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိဂါဟတို့ဖြင့် မရှုကြည့်အပ်ပုံ

ယံ ကိဉ္စိ ဝိညာဏံ အတိတာနာဂတ ပစ္စုပ္ပန္တံ အဇ္ဈတ္တံ ဝါ၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ၊ ဩဠာရိကံ ဝါ၊ သုခုမံ ဝါ၊ ဟိနံ ဝါ၊ ပဏီတံ ဝါ၊ ယံ ဒုရေ သန္တိကေ ဝါ။ သဗ္ဗံ ဝိညာဏံ “နေတံ မမ၊ နေသောဟ မသ္မိ၊ န မေသော အတ္တာ” တိ ဧဝမေတံ ယထာဘူတံ သမ္ပပ္ပညာယ ဒဠ္ဗဗ္ဗံ။

(၁၄) နိဗ္ဗိန္ဒညဏ်မှစ၍ မဂ်ကိစ္စ တစ်ဆယ့်ခြောက်ချက် ဖြစ်ပုံ

ဧဝံ ပဿံ ဘိက္ခဝေ သုတဝါ အရိယ သာဝကော ရူပသ္မိမ္မိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝေဒနာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သညာယပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ သင်္ခါရေသုပိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ဝိညာဏသ္မိမ္မိ နိဗ္ဗိန္ဒတိ။

နိဗ္ဗိန္ဒံ ဝိရဇ္ဇတိ။

ဝိရာဂါ ဝိမုစ္စတိ။

ဝိမုတ္တသ္မိ ‘ဝိမုတ္တမိ’ တိညဏံ ဟောတိ။

ဒီဏာ ဇာတိ။

ဝုသိတံ ဗြဟ္မစရိယံ။

ကတံ ကရဏီယံ။

နာပရံ ကုတ္တတ္တာယာတိ ပဇာနာတိ။

(၁၅) ပဉ္စဝဂ္ဂီရဟန်းများ ရဟန္တာဖြစ်ပုံ

ဣဒ မဝေါစ ဘဂဝါ၊ အတ္တမနာ ပဉ္စ ဝဂ္ဂိယာ ဘိက္ခု။ ဘဂဝတော ဘာသိတံ အဘိနန္ဒု’န္တိ။

ဣမသ္မိံ စ ပန ဝေယျာကရဏသ္မိံ ဘည မာနေ ပဉ္စဝဂ္ဂိယာနံ ဘိက္ခုနံ အနုပါဒါယ အာသဝေဟိ စိတ္တာနိ ဝိမုစ္စိသ္မူ’တိ။

အနတ္တလက္ခဏသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။



ဓမ္မဒါနကုသိုလ်ရှင်



ဓမ္မအသိဉာဏ် ရင့်သန်စေဘို့
အဘိဓမ္မာစာမေးပွဲ ဖြေကြစို့။
(အဘိဓမ္မာသင်ယူသူများအဖွဲ့ သြစတြေးလျ)
Abhidhamma Learners Group Australia
~ALGA~

နတ်လူသာဓုခေါ်စေသော်