

ရက်စွဲ

- -

ပို့

ဓမ္မဒါနပြုအပ်ပါသည်။

၂၆

**သက္ကပဉ္စဝတ္ထုတွင် မြတ်စွာဘုရားက သိကြားမင်းအား
ဟောကြားတော်မူခဲ့သည့် ဂါထာတော်**

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊
သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။
သဗ္ဗရတီ ဓမ္မရတီ ဇိနာတိ၊
တဏှာက္ခယော သဗ္ဗဒုက္ခံ ဇိနာတိ။

တရားအလှူသည် အလှူအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။
တရားအရသာသည် အရသာအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။
တရား၌ မွေ့လျော်ခြင်းသည် မွေ့လျော်ခြင်းအားလုံးကို အောင်နိုင်၏။
တဏှာကုန်ရာ အရဟတ္တဖိုလ်သည် အလုံးစုံဆင်းရဲကို အောင်နိုင်၏။

(ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်၊ နှာ-၆၄။ ခုဒ္ဒကပါဌပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ-၆၀)



**အိန္ဒိယနိုင်ငံမှလာ၍ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံတွင် အဋ္ဌကထာကျမ်းမြတ်ကြီး
ကျမ်းပြုတော်မူသော အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသ၏ သြဝါဒမြွက်ကြားချက်**

“စကြဝဠာအပြည့် ထိုင်နေတော်မူသော ဘုရား၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ၊ ရဟန္တာ
တို့အား ပစ္စည်းလေးပါး ဒါယကာအဖြစ် ကပ်လှူပူဇော်ရခြင်းထက် ၄-ပါးမျှ
ရှိသော ဗုဒ္ဓ၏တရားတော်မြတ် တစ်ကြောင်း၊ တစ်ဂါထာ၊ တစ်ပိုဒ်ကို သင်အံ၊
လေ့ကျက်၊ ပို့ချ၊ ဆွေးနွေး၊ ဟောပြော၊ ဖြန့်ဝေခြင်းက ပို၍မြတ်၏”ဟု
အရှင်မဟာဗုဒ္ဓဃောသသည် “သက္ကပဉ္စဝတ္ထု”တွင် ဖွင့်ဆိုမိန့်ကြားတော်မူခဲ့
ပါသည်။

(ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ၊ ဒုတိယတွဲ၊ နှာ-၃၅၂)

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန

အာဇာနည်ယသုတ်

(ပါဠိ - မြန်မာပြန်)



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ
သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန
ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်၌ ရိုက်နှိပ်သည်။

စာအုပ်တန်ဖိုး - ၁၇၀၀ ကျပ်



သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန
သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ကမ္ဘာ့အေးစာပုံနှိပ်တိုက်၊ ရန်ကင်းမြို့၌
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးနိုင်အောင်မိုး
မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၀၀၁၀၄/၀၀၂၃၀)က
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

အာဇာနည်ဌာနဌာနသုတ်

မာတိကာ



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	နိဒါန်း	[၈]
၂။	စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်	၁
၃။	ငါးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ခြင်း	၃
၄။	နတ်ဖိတ်အမွှန်း	၅
၅။	အာဇာနည်ဌာနသုတ် ပါဠိ-မြန်မာပြန်	၇
၆။	မေတ္တာပွားနည်း (၁၁) နည်း	၁၉
၇။	အမျှဝေ	၂၁
၈။	ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ	၂၂
၉။	နတ်ဗြဟ္မာများအားပြန်ပို့ရန်ဂါထာ	၂၃
၁၀။	နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ	၂၅

နိဒါန်း

အာဇာနည်နာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်သည် ပါထိကဝဂ္ဂပါဠိတော် (ဒီ၊ ၃၊ ၁၅၈) တွင် ပါရှိသော မဟာအာဇာနည်နာဠိယသုတ်တော်ကို ဂါထာများဖြင့် အနှစ်ချုပ်ထားသော ပရိတ်တော်ဖြစ်ပါသည်။

အာဇာနည်နာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်ဖြစ်ပေါ်လာပုံ

မြတ်စွာဘုရားရှင် ရာဇဂြိုဟ်ပြည်၊ ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်၊ တောကျောင်း၌ များစွာ သော ရဟန်းသံဃာတော်အပေါင်းနှင့် သီတင်းသုံးနေတော်မူစဉ် နတ်ဘီလူးစစ် သည် ကုဋေတစ်သိန်းရှိသော ဝေဿဝဏ်နတ်မင်း၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်စစ်သည် ကုဋေ တစ်သိန်းရှိသော ဓတရဋ္ဌနတ်မင်း၊ ကုမ္ဘဏ်နတ်စစ်သည် ကုဋေတစ်သိန်းရှိသော ဝိရူဠကနတ်မင်း၊ နတ်နဂါးစစ်သည် ကုဋေတစ်သိန်းရှိသော ဝိရူပက္ခနတ်မင်း၊ ဤစတုမဟာရာဇ် နတ်မင်းကြီးလေးပါးတို့သည် မိမိတို့အခြွေအရံ နတ်စစ်သည် ကုဋေတစ်သိန်းစီနှင့်တကွ သန်းခေါင်ယံအချိန်တွင် မြတ်စွာဘုရားထံသို့ လာ ရောက်၍ ဆည်းကပ်ခစားကြလေသည်။

ထိုအခါ ဝေဿဝဏ်နတ်မင်းကြီးသည် မြတ်စွာဘုရားကို ရိုသေစွာ ရှိခိုး၍ “အရှင်ဘုရား... ရတနာသုံးပါးကို မကြည်ညိုသော၊ ငါးပါးသီလကို မစောင့် သော နတ်ဘီလူးတို့က များကြ၍ ရတနာသုံးပါးကို ကြည်ညိုသော၊ ငါးပါးသီလကို စောင့်သော နတ်ဘီလူးတို့က နည်းပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ သစ်ပင်ရင်း၊ ဝါးပင်ရင်း၊ တောတောင် လျှိုမြောင် ချောက်ကမ်းပါး လိုက်ဂူများ၌ သူတော်ကောင်းတရား ပွားများအားထုတ်နေကြသော မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သား သံဃာတော်များအား မကြည်ညိုသော နတ်ဘီလူးကြမ်းတို့ မညှဉ်းဆဲစေခြင်းငှာ၊ စောင့်ရှောက်ကြ စေခြင်းငှာ အာဇာနည်နာဠိယပရိတ်တော်ကို သရဇ္ဈာယ်တော်မူပါစေဘုရား” ဟု ဤသို့ လျှောက်၏။

ဤသို့ လျှောက်ထားတောင်းပန်သည်ကို မြတ်စွာဘုရားလက်ခံတော်မူ ကြောင်း သိသောအခါ ဝေဿဝဏ်နတ်မင်းကြီးသည် “ဝိပဿိဿ စ နမတ္ထု” အစရှိသော အာဇာနည်နာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုလျှောက်ထားခဲ့ပါသည်။

အာဠာနာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်

အာဠာနာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်တွင် အမွန်းဂါထာများ အပါအဝင် ဂါထာပေါင်း (၃၀) ပါရှိပါသည်။ ယင်းဂါထာများအနက် ဂါထာနံပါတ် ၁-၂ တို့သည် ပရိတ်တော်၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် တိုက်တွန်းချက်ကို ဖော်ပြသည့် အမွန်းဂါထာများ ဖြစ်ပြီး ကျန်ဂါထာပိုဒ်များဖြင့် ဝိပဿီအစရှိသော ဘုရားခုနစ်ဆူတို့၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို ရှိခိုးခြင်းနှင့် ဓတရဋ္ဌအစရှိသော နတ်မင်းကြီးတို့က စောင့်ရှောက်ရန် အာသီသပြုထားသော ဂါထာများဖြစ်ပါသည်။

အာဠာနာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်ဂုဏ်ရည်

အာဠာနာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပွားများပါက ရရှိနိုင်သော အကျိုးတရားများနှင့်ပတ်သက်၍ ဝေဿဝဏ်နတ်မင်းကြီးက မြတ်စွာဘုရားရှင်အား- “အရှင်ဘုရား ဤအာဠာနာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်ကို အမြဲရွတ်ဖတ် ပွားများလေ့ရှိသူအား ဘီလူး၊ ဂန္ဓဗ္ဗနတ်၊ ကုမ္ဘဏ်၊ နဂါးတို့က ဖမ်းစားနှိပ်စက်သည်ရှိသော် ထိုဘီလူးစသူတို့သည် ရွာ၊ နိဂုံးတို့၌ အရိုအသေပြုခြင်း မခံရပါ။ အာဠာကမန္ဒာမင်းနေပြည်၌ ဗိမာန်အိမ်ရာနှင့် အမြဲနေခွင့်ကို မရပါ။ ဘီလူးတို့၏ အစည်းအဝေးကို တက်ခွင့်မရပါ။ ထိုဘီလူးကို အခြားဘီလူးတို့က သမီးဆောင်ယူကာ လက်ထပ်ခြင်း၊ သမီးပေး၍ လက်ထပ်ခြင်း မပြုကြပါ။ ဆဲရေးပြစ်တင်ကြသည့်အပြင် ထိုဘီလူး၏ ဦးခေါင်းကိုလည်း ခုနစ်စိတ် ခွဲကုန်၏” ဟု အာဠာနာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်ကို အမြဲရွတ်ဖတ် ပွားများလေ့ရှိသူကို ပြစ်မှားနှောင့်ယှက်သည့် ဘီလူးတို့ ပြစ်ဒဏ်ခံရပုံကို လျှောက်ထားခဲ့ဖူးရာ အာဠာနာဠိယသုတ်ပရိတ်တော်ကို အမြဲရွတ်ဆိုပွားများပါက နတ်များချစ်ခင်ကာ စောင့်ရှောက်သဖြင့် ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝစေနိုင်ပါသည်။

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်များအစွမ်း

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ အစွမ်းသတ္တိနှင့်ပတ်သက်၍ မိလိန္ဒပဉ္စပါဠိတော်(မြန်မာပြန်) စာအုပ်တွင် အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထားပါသည်—

သာသနာတော်နှစ် (၅၀၀)၊ ဘီစီ (၁၅၅-၁၃၀)ခန့်က ပေါ်ထွန်းခဲ့သော မိလိန္ဒမင်းကြီးသည် ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ အစွမ်းသတ္တိနှင့်ပတ်သက်၍ မေးမြန်းရာ အရှင်နာဂသေနက “မင်းမြတ်... ပရိတ်‘အရံအတား’ ပြုထားသော ယောက်ျားကို ကိုက်လိုသော မြွေသည် မကိုက်ဝံ့၊ ဟင်းလင်းပွင့်သော မြွေခံတွင်း သည် ပိတ်၏။ ခိုးသူတို့၏ မြောက်ချီရွယ်မိုးထားသော တင်းပုတ်သည်လည်း (ရိုက်ပုတ်ရန်) မဖြစ်မြောက်နိုင်၊ ထိုတင်းပုတ်ကိုင်သူတို့သည် တင်းပုတ်ကို လွှတ်ချကုန်ပြီးလျှင် ချစ်ခင်ကြကုန်၏။ အမျက်ထွက်သော ဆင်ပြောင်ကြီး သည်လည်း (ထိုးအံ့သောငှာ) လာပြီး၍ ကြဉ်ဖဲလေ၏။ ပြောင်ပြောင်တောက်သော မီးပုံကြီးသည်လည်း အနီးသို့ ရောက်လာ၍ ငြိမ်း၏။ ခဲစားအပ်သော လတ်တလော သေစေတတ်သော အဆိပ်အတောက်သည်လည်း ဆေးဖြစ်၍ အာဟာရအကျိုးငှာ ပျံ့နှံ့၏။ သူသတ်တို့သည် သတ်လိုကုန်သည်ဖြစ်၍ အနီးသို့ ရောက်လာသော် ကျွန်အဖြစ်သို့ ကပ်ရောက် ကုန်၏။ နင်းမိသော ကျော့ကွင်းသည်လည်း မဖွဲ့မိ” စသည်ဖြင့် ဖြေကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (မိလိန္ဒပဉ္စပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ-၁၆၅)

ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့သည် လူတိုင်းကို စောင့်ရှောက်ပါသလော ဟူသော မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ အရှင်နာဂသေနက “မင်းမြတ်... ပဉ္စာနန္ဒရိယ ကံက တားမြစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဟူသော ကိလေသာက တားမြစ်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကာကွယ်လိမ့်မည်ဟု မယုံကြည်သဖြင့်လည်းကောင်း ဤအကြောင်းသုံးပါးတို့ဖြင့် ပရိတ်‘အရံအတား’သည် မစောင့်ရှောက်”ဟု အစချီကာ ဥပမာနှင့်တကွ အကျယ်တဝင့် မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ (မိလိန္ဒပဉ္စပါဠိတော်မြန်မာပြန်၊ နှာ-၁၆၇)

သို့ဖြစ်၍ ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်တို့၏ စောင့်ရှောက်မှုကို ခံယူရရှိ လိုပါက အမိသတ်ခြင်းစသော ပဉ္စာနန္ဒရိယကံ ကျူးလွန်သူ မဖြစ်ရန်နှင့် မှားယွင်းသော အယူရှိသူ မဖြစ်ရန် လိုအပ်သကဲ့သို့ ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန် တော်တို့၏ အစွမ်းကို ယုံကြည်ရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ပြင် တတ်စွမ်းသမျှ ဒါနပြုခြင်း၊ သီလဆောက်တည်ခြင်း၊ ဘာဝနာပွားများခြင်းစသည့် ကုသိုလ်များ

[၈]

နိဒါန်း

ကို ပြုလုပ်၍ ပရိတ်တော်၊ ဂါထာမန္တန်တော်များကို ရွတ်ပွားပူဇော်ပါက ကုသိုလ် အကျိုးဖြင့် အစွမ်းသတ္တိ ပိုမိုရရှိနိုင်ပေရာ အာဇာနည်ဦးပုဂ္ဂိုလ်တော်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ပွားများခြင်းဖြင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကြည်လင်ခြင်း၊ နတ်များစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများ ပြည့်ဝခြင်းစသော အကျိုးများ ရရှိနိုင်မည်ဟု ယုံကြည်စွာဖြင့် ဤ“**အာဇာနည်ဦးပုဂ္ဂိုလ် ပါဠိ-မြန်မာပြန်**”ကို ပုံနှိပ် ထုတ်ဝေအပ်ပါသည်။

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

အာဇာနည်သုတ် (ပါဠိ-မြန်မာပြန်)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

စိန်ရောင်ခြည်ဘုရားပင့်

အင်္ဂါရသဿ ဥဏ္ဍာယ၊

ဒါဠာဟိ သေတရံသိယော။

ဝဇီရာဝ ဝိရောစန္ဒိ၊

ဇိနော မေ ဌာတု သီသကော။

အင်္ဂါရသဿ၊ အယုတ် အလတ် အမြတ်ပိုင်းခြား လွန်ကြီးမား၍ သုံးပါးဆယ်လီ ပါရမီတော်အဟုန် စာဂီတော်ဂုဏ်တို့ကြောင့် ခြောက်ရောင်စုံ ကွန့်မြူးလျက် ‘အင်္ဂါရသ’ ဆိုတဲ့ ဘွဲ့ထူးကို အံ့ကျူးခံနိုင် ဖက်မပြိုင်နိုင်အောင် လက်ကိုင်ရရှိတော်မူ သော ဘုရားရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး၏။

ဘမုကန္တရေ၊ မျက်ခုံးတော်နှစ်သွယ် အလယ်ဗဟိုတည့်တည့်၍။

သဗ္ဗာတာယ၊ နုဖြူထွားထွား ကောင်းစွာပေါက်ပွား ဖြစ်ပေါ်၍ လာတော်မူသော။

ဥဏ္ဍာယစ၊ ဆွဲလို့ဆန့်လျှင် နှစ်တောင်ခန့် ရှည်လျားသဖြင့် စိန်သားနှစ်အသွင် ငွေရောင်ချည်အမျှင်ကဲ့သို့ ဖြူစင်ဝင်းသစ် လက်ယာရစ်ခွေရုံ စိန်ကြယ်ပွင့်အနေပုံလို ဥဏ္ဍာလုံခေါ် မွေးရှင်တော်ဓာတ် လွန်ထူးမြတ်သည့် အရပ်တော်မှလည်းကောင်း။

ဒါဠာဟိစ၊ ပတ္တမြားခေါင်ရန်း နှင်းဆီပန်းကဲ့သို့ နီမြန်းသော နှုတ်ခမ်းတော်တို့ဖြင့် မပေါ်အောင်ဖုံးပိတ်၍ ထားအပ်သော သွားတော်လေးဆယ် စွယ်တော်လေးဆူ ဖြူရာရာဓာတ်တော်ထူးတို့မှလည်းကောင်း။

သေတရံသိယော၊ ပုလဲအနှစ် စိန်စစ်နမူ ဘော်ဖြူငွေရွက် ဖြန့်ကြက်စီခြယ်
ငွေကြယ်ရောင်သန်း ကေလာသငွေတောင်ကို နေအရောင်လွှမ်းဘိသကဲ့သို့
မြတ်လေးပန်းစပယ်ငုံ ကြာဖြူပွင့်ဝတ်မှုန်လို ပုံပမာကပ် စိန်တောင်ကို တိမ်ရောင်
ဟပ်ဘိသကဲ့သို့ တလျှပ်လျှပ် တဖိတ်ဖိတ် တရိပ်ရိပ် တလည်လည် ထိန်ပြောင်
ကြည်တဲ့ စိန်ရောင်ခြည်ဓာတ် ဖြူဖွေးသော အဆင်းတော်မြတ်တို့သည်။

ဝဇီရာဝ၊ စိန်နှစ်စိန်သွေး ဖြူဖွေးတောက်ပြောင် စိန်သားတောင်ကြီးကဲ့သို့။

ဝိရောစန္ဒြိ၊ ဖူးမြင်ရသူတို့၏ စိတ်ဝယ်အထူး ဘဝင်မှာကြည်နူးလောက်အောင်
ရွှင်မြူးတက်ကြွ ဘက်မမျှသဖြင့် လှပဆန်းကြယ် တင့်တယ်တော်မူကြပါပေ
ကုန်၏။

သော ဇိနော၊ ထူးထွေဆန်းလည် စိန်ရောင်ခြည်တို့ကြောင့် အင်္ဂါရသံ ဘွဲ့ထူးခံ
သည့် ငါးမာရ်အောင်ပြီး ထိုဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်။

မေ မမ၊ ရုပ်နှင့်နာမ်သာ ထိုနှစ်ဖြာကို သက္ကာယစွဲ အထင်လွဲ၍ ငါပဲသမုတ်
အကျွန်ုပ်၏။

သီသကော၊ ဦးခေါင်းရတနာ မြတ်ရာထားတင် ဦးထိပ်ပြင်၌။

ဌာတု၊ ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းစေမှု မေတ္တာပြု၍ ကြည့်ရှုကိုယ်တိုင်
ခိုင်ခိုင်မတ်မတ် တန်ရပ်တည်နေတော်မူလှည့်ပါ့ စိန်ရောင်ခြည် နေတနွန်းကဲ့သို့
ရွှေဘုန်းတော်သခင် အရှင်မြတ်ကြီးဘုရား။

(လယ်တီပဏ္ဍိတ-ဦးမောင်ကြီး)

ဩကာသကန်တော့ချိုး

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ သဗ္ဗဒေါသ ခပ်သိမ်းသော အပြစ်တို့ကို ပျောက်ပါစေခြင်းအကျိုးငှာ ပထမ ဒုတိယ တတိယ တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မြောက်အောင် ဘုရားရတနာ တရားရတနာ သံဃာ ရတနာ ရတနာမြတ်သုံးပါးတို့ကို အရိုအသေ အလေးအမြတ် လက်အုပ်မိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

ကန်တော့ရသော အကျိုးအားကြောင့် အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ် ရှစ်ပါး၊ ရန်သူမျိုးငါးပါး၊ ဝိပတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျာသနတရားငါးပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်ဖြစ်၍ မဂ်တရား ဖိုလ်တရား နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

- အပါယ်လေးပါး** = ငရဲဘုံ၊ တိရစ္ဆာန်ဘုံ၊ ပြိတ္တာဘုံ၊ အသူရကာယ်ဘုံ။
- ကပ်သုံးပါး** = ဒုဗ္ဗိက္ခန္ဓရကပ်၊ သတ္တန္ဓရကပ်၊ ရောဂန္ဓရကပ်။
- ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး** = ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသညသတ်ဘုံနှင့် အရူပ-
ဗြဟ္မာဘုံ၊ ပစ္စန္ဓရစ်အရပ်(ဘုရားမပွင့်ရာအရပ်)၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ၊
ဉာဏ်ပညာမရှိသူ၊ ဘုရားမပွင့်ရာအခါ၌ လူဖြစ်ရခြင်း။
- ရန်သူမျိုးငါးပါး** = ရေ၊ မီး၊ မင်း၊ ခိုးသူ၊ မချစ်မနှစ်သက်သောသူ။
- ဝိပတ္တိတရားလေးပါး** = အပါယ်ဘုံ၌ဖြစ်ရခြင်း၊ ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါချို့တဲ့ခြင်း၊ တရား
မစောင့်သူတို့၏ လက်ထက်၌ဖြစ်ရခြင်း၊ အကုသိုလ်
ကိုသာ အားထုတ်၍ အကျင့်ပျက်စီးခြင်း။
- ဗျာသနတရားငါးပါး** = ဆွေမျိုးပျက်စီးခြင်း၊ စည်းစိမ်ပျက်စီးခြင်း၊ ရောဂါနှိပ်စက်၍
ပျက်စီးခြင်း၊ အယူဝါဒလွဲမှားပျက်စီးခြင်း၊ အကျင့်သီလ
ပျက်စီးခြင်း။



ငါးပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ခြင်း

အဟံ ဘန္ဓေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ
ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္ဓေ ။
ဒုတိယမ္ပိ - အဟံ ဘန္ဓေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊
အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္ဓေ။

တတိယမိ - အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊
အနုဂ္ဂဟံ ကတွာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ ။

အာမ ဘန္တေ။



နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

(သုံးကြိမ်)

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

ဒုတိယမိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

တတိယမိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။

အာမ ဘန္တေ။



၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သူတစ်ပါး၏ အသက်ကို သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သူတစ်ပါး၏ ပစ္စည်းဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၃။ ကာမေသု မိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သူတစ်ပါး၏ သားမယားကို ပြစ်မှားကျူးလွန်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(မဟုတ်မမှန် မုသားပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

၅။ သုရာမေရယမဇ္ဇပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

(သေရည်သေရက်ကို သောက်စားမှုးယစ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။)

အာမ ဘန္တေ။



အာဠာနာဠိယသုတ်တော်မရွတ်မီ ရှေးဦးစွာ နတ်များကို ဖိတ်မန္တကပြုခြင်း

သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ အတြာ'ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ။
သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဇဿ၊ သုဏန္တု သဂ္ဂမောက္ခဒံ။
(ဓမ္မဿဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။)⁹

- သမန္တာ - ဝန်းကျင်ပတ်ချာ ရပ်ဆယ်မျက်နှာမှ။
- စက္ကဝါဠေသု - ရှစ်သောင်းနှစ်ထောင် အမြင့်ဆောင်သည့် စကြဝဠာ တောင်ရစ်ဝိုက် တစ်သောင်းသော လောကဓာတ်တိုက် တိုင်း။
- ဝသန္တာ - ကြည်သာချမ်းမြေ နေထိုင်ကြကုန်သော။
- ဒေဝတာ - ရောင်ဝါတန်ခိုး ကဲမိုးကြီးမား နတ်အများတို့သည်။
- အတြ - အာဠာနာဠိယသုတ်တော်မြတ် ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်ရာ ဤနေရာဌာနသို့။
- အာဂစ္ဆန္တု - ညီညာဖြဖြ စည်းဝေးလာရောက်ကြကုန်လော့။
- မုနိရာဇဿ - သုံးတိုက်ထွတ်တင် ဘုရင်ဥက္ကဋ္ဌ ရဟန်းမင်းကြီး ဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏။
- သဂ္ဂမောက္ခဒံ - နတ်ရွာနိဗ္ဗာန် ကျိုးနှစ်တန်ကို ကေန်ဆတ်ဆတ် ပေးဝေတတ်သည့်။
- သဒ္ဓမ္မံ - ချီးမွမ်းအံ့အား ပြောဆို၍ မကုန်နိုင်သော အာဠာနာဠိယ သုတ်တော် သူတော်ကောင်းတရားကို။
- သုဏန္တု - ရိုသေတုပံကွ နာလှည့်ကြကုန်လော့။

အာဇာနည်သုတ်

- [ဘဒ္ဒန္တ - ညီညာဖြူ စည်းဝေးလာရောက်ကြသည့်
 ဓမ္မမာမက အိုနတ်များတို့။
- အယံ ကာလော - ဤသည့်ကာလ ခါသမယသည်ကား။
- ဓမ္မဿဝန - သုံးခွင်ထွတ်ထား ရှင်တော်ဘုရား၏ အာဇာနည်
 ကာလော သုတ်တော် နာကြားရမည့် အခါပေတည်း။
 (၃-ခေါက်)]

အာဇာနည်ယသုတ် ပါဠိ-မြန်မာပြန်

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

အာဇာနည်ယသုတ်

အာဇာနည်ယသုတ္တပါဠိ

- ၁။ အပ္ပသန္ဓေဟိ နာထဿ၊
သာသနေ သာဓုသမ္ပတေ။
အမနုဿေဟိ စဏ္ဍေဟိ၊
သဒါ ကိဗ္ဗိသကာရိဘိ။
- ၂။ ပရိသာနံ စတဿန္တံ၊
အဟိသာယ စ ဂုတ္တိယာ။
ယံ ဒေသေသိ မဟာဝီရော၊
ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမ ဟေ။

အာဇာနည်ယသုတ်မြန်မာပြန်

၁-၂။ သူတော်ကောင်းတို့က အကောင်းဆုံးဟု သမုတ်အပ်သော မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်၌ မကြည်ညိုကုန်သော၊ ကြမ်းကြုတ်ကုန်သော၊ အခါခပ်သိမ်း မကောင်းမှုကို ပြုလေ့ရှိကုန်သော မိစ္ဆာဝင်ပူးနတ်ဘီလူးတို့က ပရိသတ်လေးပါးတို့ကို မညှဉ်းဆဲခြင်းငှာလည်းကောင်း၊ စောင့်ရှောက်ခြင်းငှာလည်းကောင်း၊ မြတ်စွာဘုရားသည် အကြင်အာဇာနည်ယသုတ်တော်ကို ဟောတော်မူပြီ။ အို သူတော်ကောင်းတို့၊ ထိုအာဇာနည်ယသုတ်တော်ကို အကျွန်ုပ်တို့ ရွတ်ဖတ်ကြပါကုန်စို့။

အာဇာနည်ယသုတ်

၃။ *ဝိပဿိဿ စ နမတ္ထု၊
စက္ခုမန္တဿ သိရီမတော။
သိခိဿပိ စ နမတ္ထု၊
သဗ္ဗဘူတာနုကမ္ပိနော။

၃။ စက္ခုငါးပါးရှိတော်မူသော၊ ဘုန်း
ကျက်သရေနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော
ဝိပဿီ မြတ်စွာဘုရားအား အကျွန်ုပ်
ရှိခိုးပါ၏။ သတ္တဝါအားလုံးကို သနား
တော်မူတတ်သော သိခိမြတ်စွာဘုရား
အားလည်း အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏။

၄။ *ဝေဿဘုဿ စ နမတ္ထု၊
နာတကဿ တပဿိနော။
နမတ္ထု ကကုသန္ဓဿ၊
မာရသေနာပမဒ္ဒိနော။

၄။ ကိလေသာကို စင်ကြယ်စေပြီး
ခြိုးခြံသော အကျင့်ရှိတော်မူသော
ဝေဿဘူ မြတ်စွာဘုရားအား
အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏။ မာရ်စစ်သည်ကို
ဖျက်ဆီးတတ်သော ကကုသန်မြတ်စွာ
ဘုရားအားလည်း အကျွန်ုပ် ရှိခိုး
ပါ၏။

၅။ *ကောဏာဂမနဿ နမတ္ထု၊
ဗြာဟ္မဏဿ ဝုသီမတော။
ကဿပဿ စ နမတ္ထု၊
ဝိပ္ပမုတ္တဿ သဗ္ဗမိ။

၅။ မကောင်းမှုကို ပယ်တော်မူပြီး
သော မဂ္ဂဗြဟ္မစရိယကို ကျင့်သုံး
ပြီးသော ကောဏာဂုံ မြတ်စွာဘုရား
အား အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏။ အခါ
ခပ်သိမ်း ဝိမုတ္တိငါးပါး၏ အစွမ်းဖြင့်
ကိလေသာတို့မှ လွတ်တော်မူပြီး
သော ကဿပမြတ်စွာဘုရားအား
လည်း အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏။

*ဒီဃနိကာယေ ပါထိကဝဂ္ဂေ-၁၅၉-ပိဋ္ဌေ။

၁-ဝိပဿိဿ နမတ္ထု (ဗဟူသု)
၃-ဝေဿဘုဿ နမတ္ထု (ဗဟူသု)

၂-သိခိဿပိ နမတ္ထု (ဗဟူသု)
၄-ကဿပဿ နမတ္ထု (ဗဟူသု)

၆။ *အင်္ဂါရသဿ နမတ္ထု၊
သကျပုတ္တဿ သိရိမတော။
ယော ဣမံ ဓမ္မံ ဒေသေသီ၊
သဗ္ဗဒုက္ခာပနုဒနံ။

၆။ အကြင်သာကီဝင်မင်းသား ဖြစ်
တော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည်
ဆင်းရဲအားလုံးကို ပယ်ဖျောက်တော်
မူတတ်သော ဤအာဇာနည်ယ
ပရိတ်တော်ကို ဟောတော်မူပြီ၊
ကိုယ်တော်မှထွက်သော ရောင်ခြည်
တော်ရှိတော်မူသော၊ ဘုန်းကျက်
သရေနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော
သာကီဝင်မင်းသား ဖြစ်တော်မူသော
ထို (ဂေါတမ) မြတ်စွာဘုရားအား
အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏။

၇။ *ယေ စာပိ နိဗ္ဗုတာ လောကေ၊
ယထာဘူတံ ဝိပဿိသုံ။
တေ ဇနာ အပိသုဏာ'ထ၊
မဟန္တာ ဝိတသာရဒါ။

၇။ လောက၌ ကိလေသာငြိမ်းတော်
မူကုန်ပြီးသော အကြင် (ဝိပဿီ-
စသော) ဘုရားတို့သည် (အလုံးစုံ
သော တရားတို့ကို) ဟုတ်တိုင်းမှန်
စွာ သိတော်မူကုန်၏။ ထိုမြတ်စွာ
ဘုရားတို့သည် ကုန်းစကားကို မဆို
ကုန်၊ ကြီးမြတ်တော်မူကုန်၏။ ကြောက်
ရွံ့ခြင်း ကင်းတော်မူကုန်၏။

* ဒီဃနိကာယေ ပါထိကဝဂ္ဂေ-၁၅၉-ပိဋ္ဌေ။

၁-ဓမ္မဒေသေသိ (သီ၊သျှ၊ဣ)၊ဓမ္မံ ဒေသေတိ (?)

၂-အပိသုဏာ (သီ၊သျှ၊ဣ)

၈။ * ဟိတံ ဒေဝမနုဿာနံ၊
 ယံ နမဿန္တိ ဂေါတမံ။
 ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နံ၊
 မဟန္တံ ဝိတသာရဒံ။

၈။ နတ်လူတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ဆောင်တော်မူတတ်သော၊ အသိ ဉာဏ်ဝိဇ္ဇာ အကျင့်စရဏနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော၊ ကြီးမြတ်တော်မူသော ကြောက်ရွံ့ခြင်း ကင်းတော်မူသော၊ အကြင်ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားကို (နတ်လူတို့သည်) ရှိခိုးကြကုန်၏။ (ထိုဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားအားလည်းကောင်း၊ ထိုဝိပဿီစသော မြတ်စွာဘုရားတို့အားလည်းကောင်း အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏)

၉။ ဧတေ စညေ စ သမ္ပဒ္ဒါ၊
 အနေကသတကောဋီယော။
 သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ သမသမာ၊
 သဗ္ဗေ ဗုဒ္ဓါ မဟိဒ္ဓိကာ။

၉။ ထိုသို့ဆိုအပ်ပြီးသော ဘုရား(၇)ဆူတို့သည်လည်းကောင်း၊ ဘုရား(၇)ဆူမှ တစ်ပါးကုန်သော ကုဋေအရာမက များလှကုန်သော ဘုရားရှင်တို့သည်လည်းကောင်း၊ ဘုရားရှင်အားလုံးတို့သည် အတုမရှိသော ဘုရားနှင့်သာ တူတော်မူကုန်၏။ တန်ခိုးကြီးတော်မူကုန်၏။

* ဒီဃနိကာယေ ပါထိကဝဂ္ဂေ-၁၅၉-ပိဋကေ။

၁၀။ သဗ္ဗေ ဒသဗလူပေတာ၊
ဝေသာရဇ္ဇေဟု'ပါဂတာ။
သဗ္ဗေ တေ ပဋိဇာနန္တိ၊
အာသဘံ ဌာန'မုတ္တမံ။

၁၀။ ဘုရားရှင် အားလုံးတို့သည်
ကိုယ်တော်အား ဆယ်ပါး၊ ဉာဏ်
တော်အား ဆယ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်
မူကုန်၏။ ဝေသာရဇ္ဇဉာဏ်တော်
လေးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူကုန်၏။
ယောက်ျားမြတ်ဖြစ်ကြောင်း သဗ္ဗ-
ညုတဉာဏ်ကို ဝန်ခံတော်မူကုန်၏။

၁၁။ သီဟနာဒံ နဒန္တေ'တေ၊
ပရိသာသု ဝိသာရဒါ။
ဗြဟ္မစက္ကံ ပဝတ္တန္တိ၊
လောကေ အပ္ပဋိဝတ္တိယံ။

၁၁။ ပရိသတ်လေးပါး ပရိသတ်
ရှစ်ပါးတို့၌ ရွံရှာခြင်းကင်း ရဲတင်း
တော်မူကုန်သည်ဖြစ်၍ ထိုမြတ်စွာ
ဘုရားတို့သည် ခြင်္သေ့မင်းကဲ့သို့
ရဲတင်းသော စကားတော်ကို မြွက်ဆို
တော်မူကုန်၏။ လောက၌ တစ်စုံ
တစ်ယောက်သောသူသည် ဟောခြင်း
ငှာ မစွမ်းနိုင်သော ဓမ္မစကြာတရား
တော်မြတ်ကို ဟောတော်မူကုန်၏။

၁၂။ ဥပေတာ ဗုဒ္ဓဓမ္မေဟိ၊
အဋ္ဌာရသဟိ နာယကာ။
ဗာတ္ထိသလက္ခဏူပေတာ၊
သီတာနုဗျဉ္ဇနာဓရာ။

၁၂။ (ထိုမြတ်စွာဘုရားတို့သည်)
ဘုရားတို့သာ ရရာပိုင်ရာ အာဝေဏိ
ကဂုဏ် တစ်ဆယ့်ရှစ်ပါးတို့နှင့် ပြည့်
စုံတော်မူကြကုန်၏။ ၃၂-ပါးသော
ယောက်ျားမြတ်တို့၏ လက္ခဏာ
တော်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူကြပါပေ
ကုန်၏။ ရှစ်ဆယ်သော လက္ခဏာ
ငယ်တို့ကို ဆောင်တော်မူကြပါပေ
ကုန်၏။

၁၃။ ဗျာမပ္ပဘာယ သုပ္ပဘာ၊
သဗ္ဗေ တေ မုနိကုဉ္ဇရာ။
ဗုဒ္ဓါ သပ္ပညုနော ဇေတေ၊
သဗ္ဗေ ခီဏာသဝါ ဇိနာ။

၁၃။ ခပ်သိမ်းသော ထိုမြတ်စွာဘုရား
တို့သည် တစ်လံမျှလောက်သော
ရောင်ခြည်တော်ဖြင့် ကောင်းစွာ
ထွန်းလင်းတောက်ပတော်မူကုန်၏။
မုနိတကာတို့ထက် မြတ်တော်မူကုန်၊
ခပ်သိမ်းသော ဧညျာဓိတရား ငါးပါး
တို့ကို သိတော်မူကုန်၏။ အာသဝ
ကင်းတော်မူကုန်၏။ မာရ်ငါးပါးကို
အောင်တော်မူကုန်၏။

၁၄။ မဟာပဘာ မဟာတေဇာ၊
မဟာပညာ မဟာဗ္ဗလာ။
မဟာကာရုဏိကာ ဝီရာ၊
သဗ္ဗေသာနံ သုခါဝဟာ။

၁၄။ (ထိုဘုရားရှင်တို့သည်) ကြီးမြတ်
သော ကိုယ်တော်ရောင် ဉာဏ်တော်
ရောင် ရှိတော်မူကုန်၏။ ကြီးမြတ်
သော တန်ခိုးရှိတော်မူကုန်၏။ ကြီး
မြတ်သော ပညာရှိတော်မူကုန်၏။
ကြီးမြတ်သော ကိုယ်တော်အား
ဆယ်ပါး ဉာဏ်တော်အားဆယ်ပါး
ရှိတော်မူကုန်၏။ ကြီးမြတ်သော
ကရုဏာရှိတော်မူကုန်၏။ ကြီး
မြတ်သောသမာဓိ ရှိတော်မူကုန်၏။
သတ္တဝါအားလုံးတို့၏ မျက်မှောက်
တမလွန် နှစ်တန်သောအကျိုးကို
ဆောင်တော်မူတတ်ကုန်၏။

၁၅။ ဒီပါ နာထာ ပတိဋ္ဌာ စ၊
တာဏာ လောဏာ စ ပါဏိနံ။
ဂတိ ဗန္ဓု မဟေဿာသာ၊
သရဏာ စ ဟိတေသိနော။

၁၅။ (ထိုဘုရားရှင်တို့သည်) သတ္တဝါ
တို့ အားထားမှီခိုရာ ကျွန်းသဖွယ်
လည်း ဖြစ်တော်မူကုန်၏။ ကိုးကွယ်
ရာလည်း ဖြစ်တော်မူကုန်၏။ တည်
ရာလည်း ဖြစ်တော်မူကုန်၏။ သံသရာ
ဝဋ်ဆင်းရဲမှလည်း စောင့်ရှောက်
တော်မူတတ်ကုန်၏။ ပုန်းအောင်း
ရာလည်း ဖြစ်တော်မူကုန်၏။ ဆည်း
ကပ်ရာလည်း ဖြစ်တော်မူကုန်၏။
အဆွေအမျိုးလည်း ဖြစ်တော်မူ
ကုန်၏။ လေးသမားကြီးတို့နှင့်လည်း
တူတော်မူကုန်၏။ သတ္တဝါတို့၏
ဆင်းရဲကိုလည်း ဖျက်ဆီးတော်မူ
တတ်ကုန်၏။ သတ္တဝါတို့၏ အကျိုး
စီးပွားကိုလည်း ရှားမိုးတော်မူတတ်
ကုန်၏။

၁၆။ သဒေဝကဿ လောကဿ၊
သဗ္ဗေ ဧတေ ပရာယဏာ။
တေသာ'ဟံ သိရသာ ပါဒေ၊
ဝန္ဓာမိ ပုရိသုတ္တမေ။

၁၆။ ခပ်သိမ်းကုန်သော ထိုမြတ်စွာ
ဘုရားတို့သည် နတ်နှင့်တကွသော
လူအပေါင်း၏ မှီခိုလဲလျောင်းရာ
လည်း ဖြစ်တော်မူကုန်၏။ ယောက်ျား
မြတ် ဖြစ်တော်မူကုန်သော ထို
မြတ်စွာဘုရားတို့၏ ခြေတော်အစုံ
တို့ကို ဦးခေါင်းရတနာ မြတ်အင်္ဂါဖြင့်
အကျွန်ုပ် ရှိခိုးပါ၏။

၁၇။ ဝစသာ မနသာ စေဝ၊
ဝန္ဓာမေ'တေ တထာဂတေ။
သယနေ အာသနေ ဌာနေ၊
ဂမနေ စာပိ သဗ္ဗဒါ။

၁၇။ အကျွန်ုပ်သည် ထိုမြတ်စွာ
ဘုရားတို့ကို နှုတ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊
စိတ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အိပ်သော
အခါ၌ဖြစ်စေ၊ ထိုင်သောအခါ၌ဖြစ်
စေ၊ ရပ်သောအခါ၌ဖြစ်စေ၊ သွား
သောအခါ၌ဖြစ်စေ အခါခပ်သိမ်း
ရှိခိုးပါ၏။

၁၈။ သဒါ သုခေန ရက္ခန္တု၊
ဗုဒ္ဓါ သန္တိကရာ တုဝံ။
တေဟိ တံ ရက္ခိတော သန္တော၊
မုတ္တော သဗ္ဗဘယေဟိ စ။

၁၈။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ငြိမ်းချမ်း
အောင်ပြုနိုင်သော ဘုရားရှင်တို့က
သင့်ကို ချမ်းသာသဖြင့် အမြဲစောင့်မ
ပါစေ၊ ထိုဘုရားရှင်တို့ စောင့်ရှောက်
ခြင်းခံရသော သင်သည်လည်း ငြိမ်း
ချမ်းပါစေ၊ ဘေးရန်အားလုံးတို့မှ
ကင်းလွတ်ပါစေ။

၁၉။ သဗ္ဗရောဂါ ဝိနိမုတ္တော၊
သဗ္ဗသန္တာပ ဝဇ္ဇိတော။
သဗ္ဗဝေရ' မတိက္ကန္တော၊
နိဗ္ဗုတော စ တုဝံ ဘဝ။

၁၉။ သင်သည် အနာရောဂါအားလုံး
တို့မှ ကင်းလွတ်ပါစေ၊ အတွင်းရန်
အပြင်ရန် အားလုံးကို လွတ်မြောက်
ပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ငြိမ်းချမ်း
ပါစေ။

၂၀။ တေသံ သစ္စေန သီလေန၊
ခန္တိမေတ္တာဗလေန စ။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တိ။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၀။ ထိုမြတ်စွာဘုရားတို့၏ သစ္စာ၊
သီလ၊ ခန္တိ၊ မေတ္တာ အာနုဘော်
ကြောင့် ထိုမြတ်စွာဘုရားတို့က
အကျွန်ုပ်တို့ကို ရောဂါကင်းအောင်၊
ချမ်းသာအောင် အစဉ်စောင့်ရှောက်
ပါစေ။ (သူတစ်ပါးအတွက်ဖြစ်လျှင်
အမေ့နေရာ၌ တုမေ့-ဟု ပြောင်း
ရွတ်ပါ)

၂၁။ ပုရတ္ထိမသ္မိ ဒိသာဘာဂေ၊
သန္တိ ဘူတာ မဟိဒ္ဓိကာ။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တိ။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၁။ အရှေ့မျက်နှာအရပ်၌ တန်ခိုး
ကြီးသော ဂန္ဓဗ္ဗနတ်တို့သည် ရှိကုန်
၏။ ထိုဂန္ဓဗ္ဗနတ်တို့က အကျွန်ုပ်
တို့ကို ရောဂါကင်းအောင်၊ ချမ်းသာ
အောင် အစဉ်စောင့်ရှောက်ပါစေ။

၂၂။ ဒက္ခိဏသ္မိ ဒိသာဘာဂေ၊
သန္တိ ဒေဝါ မဟိဒ္ဓိကာ။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တိ။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၂။ တောင်မျက်နှာအရပ်၌ တန်ခိုး
ကြီးသော ကုမ္ဘဏ်နတ်တို့သည် ရှိကုန်
၏။ ထိုကုမ္ဘဏ်နတ်တို့က အကျွန်ုပ်
တို့ကို ရောဂါကင်းအောင်၊ ချမ်းသာ
အောင် အစဉ်စောင့်ရှောက်ပါစေ။

၂၃။ ပစ္စိမသ္မိ ဒိသာဘာဂေ၊
သန္တိ နာဂါ မဟိဒ္ဓိကာ။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တိ။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၃။ အနောက်မျက်နှာအရပ်၌
တန်ခိုးကြီးသော နတ်နဂါးတို့သည်
ရှိကုန်၏။ ထိုနတ်နဂါးတို့က အကျွန်ုပ်
တို့ကို ရောဂါကင်းအောင် ချမ်းသာ
အောင် အစဉ်စောင့်ရှောက်ပါစေ။

၂၄။ ဥတ္တရသ္မိံ ဒိသာဘာဂေ၊
သန္တိ ယက္ခာ မဟိဒ္ဓိကာ။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၄။ မြောက်မျက်နှာအရပ်၌ တန်ခိုး
ကြီးသော နတ်ဘီလူးတို့သည် ရှိကုန်
၏။ ထိုနတ်ဘီလူးတို့က အကျွန်ုပ်
တို့ကို ရောဂါကင်းအောင်၊ ချမ်းသာ
အောင် အစဉ်စောင့်ရှောက်ပါစေ။

၂၅။ ပုရတ္ထိမေန တေရဋ္ဌော၊
ဒက္ခိဏေန ဝိရုဋ္ဌကော။
ပစ္ဆိမေန ဝိရူပက္ခော၊
ကုဝေရော ဥတ္တရံ ဒိသံ။

၂၅။ မြင်းမိုရ်တောင်မှ အရှေ့
မျက်နှာအရပ်၌ တေရဋ္ဌ နတ်မင်း
သည် နေ၏။ တောင်မျက်နှာအရပ်၌
ဝိရုဋ္ဌကနတ်မင်းသည် နေ၏။
အနောက်မျက်နှာအရပ်၌ ဝိရူပက္ခ
နတ်မင်းသည် နေ၏။ မြောက်မျက်
နှာ အရပ်၌ ကုဝေရနတ်မင်းသည်
နေ၏။ ထိုနတ်မင်းကြီးလေးယောက်
တို့က အကျွန်ုပ်တို့ကို ရောဂါကင်း
အောင်၊ ချမ်းသာအောင် အစဉ်စောင့်
ရှောက်ပါစေ။

၂၆။ စတ္တာရော တေ မဟာရာဇာ၊
လောကပါလာ ယသသိနော။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၆။ ထိုစတုမဟာရာဇ် နတ်မင်းကြီး
လေးယောက်တို့သည် လူတို့ကို
စောင့်ရှောက်တတ်ကုန်၏။ အခြွေ
အရံ များကုန်၏။ ထိုနတ်မင်းကြီး
လေးယောက်တို့က အကျွန်ုပ်တို့ကို
ရောဂါကင်းအောင်၊ ချမ်းသာအောင်
အစဉ်စောင့်ရှောက်ကြပါစေ။

၂၇။ အာကာသဋ္ဌာ စ ဘူမဋ္ဌာ၊
ဒေဝါ နာဂါ မဟိဒ္ဓိကာ။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၇။ ကောင်းကင်၌ တည်သော၊
မြေ၌တည်သော နတ်နှင့် နဂါးတို့
သည် တန်ခိုးကြီးကုန်၏။ ထိုနတ်နှင့်
နဂါးတို့က အကျွန်ုပ်တို့ကို ရောဂါ
ကင်းအောင် ချမ်းသာအောင် အစဉ်
စောင့်ရှောက်ပါစေ။

၂၈။ ဣဒ္ဓိမန္တော စ ယေ ဒေဝါ၊
ဝသန္တာ ဣဓ သာသနေ။
တေပိ အမေ'နုရက္ခန္တု။
အရောဂေန သုခေန စ။

၂၈။ ဤဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား
သာသနာတော် (သြဝါဒ) ဘောင်
အတွင်း၌ ကျင့်ကြံနေထိုင်ကြကုန်
သော တန်ခိုးကြီးသော နတ်တို့သည်
ရှိကုန်၏။ ထိုတန်ခိုးကြီးသော နတ်
တို့က အကျွန်ုပ်တို့ကို ရောဂါကင်း
အောင်၊ ချမ်းသာအောင် အစဉ်စောင့်
ရှောက်ပါစေ။

၂၉။ သဗ္ဗိ'တိယော ဝိဝဇ္ဇန္တု။
သောကော ရောဂေါ ဝိနဿတု။
မာ တေ ဘဝန္တ'န္တရာယာ၊
သုခီ ဒီဃာယုကော ဘဝ။

၂၉။ သင့်အား ဘေးရန်ဥပဒ်တို့
ကင်းဝေးပါစေ၊ စိုးရိမ်သောက ပျောက်
ကင်းပါစေ၊ အနာရောဂါပျောက်ကင်း
ပါစေ၊ ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ အန္တရာယ်
ကင်းပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာ
ပါစေ၊ အသက်ရှည်ပါစေ။

[ဤ မေတ္တာပို့မှာ အခြားသူ
တစ်ယောက်အတွက် ရည်ညွှန်း
ပို့သခြင်း ဖြစ်ပါသည်။]

၂၉။ သဗ္ဗိ'တိယော ဝိဝဇ္ဇန္တိ။
သောကော ရောဂေါ ဝိနဿတု။
မာ ဝေါ ဘဝန္န'န္တရာယာ၊
သုခီ ဒီဃာယုကော ဘဝ။

၂၉။ အများအတွက် မေတ္တာပို့
လိုသော်“မာ တေ ဘဝန္နန္တရာယာ”
နေရာ၌ “မာ ဝေါ ဘဝန္နန္တရာယာ”
ဟု ပြောင်း၍ဆိုပါ။

၂၉။ သဗ္ဗိ'တိယော ဝိဝဇ္ဇန္တိ။
သောကော ရောဂေါ ဝိနဿတု။
မာ မေ ဘဝန္န'န္တရာယာ၊
သုခီ ဒီဃာယုကော ဘဝ။

၂၉။ မိမိအတွက် မေတ္တာပို့လိုသော်
“မာ တေ ဘဝန္နန္တရာယာ” နေရာ၌
“မာ မေ ဘဝန္နန္တရာယာ”ဟု ပြောင်း
၍ ဆိုပါ။

၂၉။ သဗ္ဗိ'တိယော ဝိဝဇ္ဇန္တိ။
သောကော ရောဂေါ ဝိနဿတု။
မာ နော ဘဝန္န'န္တရာယာ၊
သုခီ ဒီဃာယုကော ဘဝ။

၂၉။ မိသားစုအတွက် မေတ္တာပို့လို
သော် “မာ တေ ဘဝန္နန္တရာယာ”
နေရာ၌ “မာ နော ဘဝန္နန္တရာယာ”
ဟု ပြောင်း၍ဆိုပါ။

၂၉။*အဘိဝါဒနသီလိဿ၊
နိစ္စံ ဝုဗ္ဗာပစာယိနော။
စတ္တာရော ဓမ္မာ ဝပုန္တိ၊
အာယု ဝဏ္ဏော သုခံ ဗလံ။

၂၉။ အသက်ကြီးသောသူ ဂုဏ်ကြီး
သောသူတို့ကို အမြဲမပြတ် အရို
အသေပြုလေ့ရှိသော ရိုခိုးလေ့ရှိ
သောသူအား အသက်ရှည်ခြင်း၊
အဆင်းလှခြင်း၊ ချမ်းသာကြီးခြင်း၊
ကိုယ်အားဉာဏ်အား ကြီးမားခြင်း
ဤအကျိုးတရား လေးပါးတို့သည်
တစ်နေ့တခြား တိုးပွားကုန်၏။

အာဇာနည်ယသုတ္တံ နိဋ္ဌိတံ။

အာဇာနည်ယသုတ်မြန်မာပြန်
ပြီး၏။

* ခုဒ္ဒကနိကာယေ ဓမ္မ ပဒပါဠိယံ-၂၉-ပိဋေ-၁၀၉-ဂါထာ ၁-ဝဒ္ဓါပစာယိနော (သီ၊ဣ)

မင်းကွန်းတိပိဋကဆရာတော်ကြီး၏
မေတ္တသုတ်တော်လာ မေတ္တာပွားနည်း (၁၁)နည်း
(အားလုံးသံပြိုင်ရွတ်ဆိုရန်)

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

၂။ ကြောက်တတ်၊ မကြောက်တတ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၃။ မြင်အပ်၊ မမြင်အပ်၊ နှစ်ရပ်များစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၄။ ဝေးနေ၊ နီးနေ၊ နှစ်ထွေများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၅။ ဘဝဇာတ်ဆုံး၊ မဆုံးများစွာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၆။ ရှည်-တို-အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၇။ ကြီး-ငယ်-အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
 ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
 ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၈။ ဆူ-ကြုံ-အလတ်၊ သုံးရပ်ခန္ဓာ၊ သတ္တဝါ၊
 ချမ်းသာကိုယ်စိတ်မြဲပါစေ။
 ဥပဒ်ရန်ဘေး၊ ကင်းစင်ဝေး၊ ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

၉။ လူအချင်းချင်း၊ လှည့်ပတ်ခြင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၀။ အထင်သေးခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

၁၁။ ဆင်းရဲလိုခြင်း၊ အချင်းချင်း၊ ကင်းရှင်းကြပါစေ။



အမျှဝေ

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကို၊ ကြီးထမြင့်ခေါင်၊ မြင်းမိုရ်တောင်ဦး၊ မကကျူး-
သား၊ ကျေးဇူးအရင်၊ မွေးမိခင်နှင့်၊ ဖခင်တို့အား၊ ရငြားပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

မသွေနှိစွ၊ ဤကာယကို၊ စောင့်ထပေတတ်၊ ကိုယ်စောင့်နတ်လည်း၊
မလပ်စေရ၊ ပေးဝေငှ၏။

မိတ္တဆွေညာ၊ ဆရာသမား၊ ဘိုးဘွားကစ၊ ယမရာဇာ၊ ဒေဝိယက္ခ၊
ဣန္ဒာဗုဒ္ဓ၊ အာကာသနတ်၊ အထူးမှတ်၍၊ အမြတ်ပုည၊ ကုသလကို၊
ရကြပါစေ၊ အမျှဝေ၏။

သဗ္ဗေသတ္တာ၊ သတ္တဝါဟု၊ နာနာလောက၊ အနန္တတွင်၊ မပြတ်စဉ်-
ကာ၊ သတ္တာဝါသ၊ ဘုံကိုးဝနှင့်၊ ဝိညာဏဋ္ဌိတိ၊ တည်ရှိခုနစ်ပါး၊ များစွာလုံးစုံ၊
ဘုံသုံးဆယ့်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျအား၊ အမျှကုသိုလ်၊ ပေးဝေလို၏။
ထိုကုသလ၊ ဤပုညကို၊ အမျှရကြသည်ဖြစ်စေသော်။

ဝသုန္ဒရေ၊ ဤမြေပံသု၊ သိလာထုလည်း၊ သက်သေအမှု တည်စေသော်။

ကုသိုလ်- အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
 သာဓု သာဓု သာဓု

ကုသိုလ်- အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
 သာဓု သာဓု သာဓု

ကုသိုလ်- အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။
 သာဓု သာဓု သာဓု



ဆုတောင်းပါဠိနှင့်နိဿယ

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယံ ဝဟံ ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ ဗောဓိဉာဏဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဣဒံ မေ ပုညံ နဝလောကုတ္တရဿ ဓမ္မဿ ပစ္စယော ဟောတု။

၁။ မေ- ဘုရားတပည့်တော်၏။ ဣဒံပုညံ၊ ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ အာသဝက္ခယံ၊ ကာမာသဝ၊ ဘဝါသဝ၊ ဒိဋ္ဌာသဝ၊ အဝိဇ္ဇာသဝ၊ တည်းဟူသော အာသဝေါတရားလေးပါးတို့၏ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်ကို။ ဝဟံ-ဝဟန္တော၊ ရွက်ဆောင်နိုင်သည်။ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၂။ မေ- ဘုရားတပည့်တော်၏။ ဣဒံပုညံ၊ ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ နိဗ္ဗာနဿ၊ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာအမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်၏။ ပစ္စယော၊ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ပါရန်အကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၃။ မေ- ဘုရားတပည့်တော်၏။ ဣဒံပုညံ၊ ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ ဗောဓိဉာဏဿ၊ ဗောဓိဉာဏ်တော်မြတ်၏။ ပစ္စယော၊ ရရှိပါစေကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။

၄။ မေ- ဘုရားတပည့်တော်၏။ ဣဒံပုညံ၊ ဤယခုပြုလုပ်အပ်သော ကောင်းမှုသည်။ နဝ လောကုတ္တရဿ ဓမ္မဿ၊ မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာ တရားတို့အား။ ပစ္စယော၊ ရရှိရန်အကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်းသည်။ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါစေသတည်း။



နတ်ဗြဟ္မာများအား ပြန်ပို့ရန် ဂါထာ

တ္ထောဝတာ စ အမေဟိ၊ သမ္ဘတံ ပုညသမ္ပဒံ။
သဗ္ဗေ ဒေဝါ'နမောဒန္တု၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ။
ဒါနံ ဒဒန္တု သဒ္ဓါယ၊ သီလံ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။
ဘာဝနာဘိရတာ ဟောန္တု၊ ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာဂတာ။

တ္ထောဝတာ၊ ဤမျှကြိုးကုတ် စွမ်းအားထုတ်၍ မယုတ်စေရ ပြုလုပ်ရ သဖြင့်လည်း။ အမေဟိ၊ အာဇာနည်ဗုဒ္ဓိယသုတ်ပရိတ်တော် ရွတ်ပွားပူဇော် သူငါနှစ်မြို့ အကျွန်ုပ်တို့သည်။ သမ္ဘတံ၊ ယခုအေးမှု နောင်ကျွေးပြု၍ တွေးရှု ရည်စူး ဖြည့်ဆည်းအပ်သော။ ပုညသမ္ပဒံ၊ အပေါင်းစုမြုပ် ကောင်းမှုထုပ်၍ မယုတ်မယွင်း ပြည့်စုံခြင်းကို။ သဗ္ဗေ၊ ရှိန်ဝါတောက်လင်း နောက်ပါသင်းတို့နှင့် ခပင်းဥသို အလုံးစုံကုန်သော။ ဒေဝါ၊ စကြဝဠာသောင်းတိုက် ပေါင်းတိုက်မှ ရောက်ဆိုက် လာငြား နတ်ဗြဟ္မာအများတို့သည်။ အနမောဒန္တု၊ ကြည်လင်မနော ဘဝင်ဇော ဖြင့် လျင်ဆောဝမ်းမြောက်ကြပါစေကုန်သတည်း။

သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသိဒ္ဓိယာ၊ လူ နတ် နိဗ္ဗာန် အကျိုးမှန်ကို မျိုးခံနှိုးရင်း ပြီးစီးခြင်းငှာ။ သဒ္ဓါယ၊ ကံကြောင့်အကျိုး မထောင့်ညှိုးဟု ဖြောင့်ရိုးစွဲကပ် အမြဲ မှတ်သဖြင့်။ ဒါနံ၊ နည်းသည်များသည် ခြားမရည်ဘဲ ရွှင်ကြည်မြတ်နိုး ဒါနမျိုး တို့ကို။ ဒဒန္တု၊ သူတော်ရဟန်း ရည်မျှော်မှန်း၍ လှူဒါန်းတော်မူနိုင်ကြပါစေကုန် သတည်း။ သီလံ၊ ပဉ္စ အဋ္ဌ ဒသင်္ဂဟု ကိုယ်မှမချွတ် ကျင့်ခါးဝတ်ကို။ သဗ္ဗဒါ၊ နှစ်၊ လ၊ တွက်မှတ် ရက်မပြတ်အောင်။ ရက္ခန္တု၊ မကျားမပြောက် အမှားမရောက် အောင် စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ဘာဝနာဘိရတာ၊ သမထ ဝိပဿနာ ချက်နှစ်ဖြာကို ဆက်ကာနေ့ည မွေ့လျော်ကြကုန်သည်။ ဟောန္တု၊ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ အာဂတာ၊ အများညီညာ တရားနာဟု ထားကာစွဲစိတ် ခဲအကျိတ်နှင့် တွဲမိတ်စုဆုံ ရောက်လာကြကုန်သော။ ဒေဝတာ၊

အကြောင်းဆက်ကာ သောင်းစကြာက ရောက်လာကြညောင်း နတ်ဗြဟ္မာ
အပေါင်းတို့သည်။ **ဂစ္ဆန္တ**။ အာဇာနည်ဇာတ်တော်ရွတ်ပွဲ ပြီးကုန်စဲမို့ နေမြဲရပ်ဘုံ
ပြန်တော်မူကြပါကုန်လော့။



နှိုးဆော်ပန်ကြားလွှာ



ဤစာအုပ်ကို အများပြည်သူသို့ ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းလျက်ရှိပါသည်။ ဤသို့လှူဒါန်းရာတွင် ဖြန့်ဝေလှူဒါန်းနိုင်မှုအပေါ် မူတည်၍ ရွတ်ဆိုပူဇော်သူတို့ အရေအတွက် ပိုမိုများပြားလာပြီး ပိုမိုရွတ်ဆိုကြခြင်းအားဖြင့် အယူမှောက်မှား နတ်မိစ္ဆာဘီလူးများ၏ အန္တရာယ်မှကင်းခြင်း၊ နတ်များစောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ကောင်းကျိုးလိုအင်ဆန္ဒများပြည့်ဝခြင်းအတွက် အဆင်ပြေစေကြမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို မိမိကိုယ်တိုင် လှူဒါန်းလိုပါက လိုအပ်သော စာအုပ်အရေအတွက်ကို မှာကြားနိုင်ပါကြောင်းနှင့် မှာကြားသည့်အရေအတွက်များကို ထုတ်ဝေပေးမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤဝန်ကြီးဌာနမှတစ်ဆင့် လှူဒါန်းပေးစေလိုပါကလည်း သက်ဆိုင်ရာ လှူဒါန်းသင့်သည့်နေရာများသို့ ကူညီဖြန့်ဝေလှူဒါန်းပေးသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ပါဝင်လှူဒါန်းလိုသူများရှိပါက -

သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန

အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်

ဖုန်း-၀၆၇ ၃၄၀၆၅၀၆

၀၆၇ ၃၄၀၈၄၄၁

၀၉ ၅၁၀၆၂၇၄

ဒုတိယအမြဲတမ်းအတွင်းဝန်

ဖုန်း-၀၆၇ ၃၄၀၆၀၀၈

၀၉ ၄၄၀၇၉၂၃၉၉

သို့ ဆက်သွယ်လှူဒါန်းနိုင်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ကို အလွယ်တကူ ပြန်လည်ကူးယူနိုင်ရန်အတွက်-

www.mahana.org.mm,

www.mora.gov.mm,

www.dra.gov.mm,

www.dpps.gov.mm,

www.kbrl.gov.mm,

ww.itbmu.org.mm,

သာသနာရေးဆိုင်ရာ ဝဘ်ဆိုက်ခြောက်ခုတို့တွင်လည်း download ဖြင့် ကူးယူ၍ ပူဇော်ဖြန့်ဝေနိုင်ပါသည်။