

ဒိဋ္ဌေဒိဋ္ဌမတ္တံတရားတော် (သံသဠုပါ၊ ၂၉၄)၄၃

မာလုကျပုတ္တရဟန်းလျှောက်ထားချက်-၁

သာဓု မေ ဘန္တေ ဘဂဝါ သံခိတ္တေန ဓမ္မံ ဒေသေတု၊ ယမဟံ ဘဂဝတော ဓမ္မံ သုတ္တာ ဧကော ဝုပကဋ္ဌော အပ္ပမတ္တော အာတာပိ ပဟိတတ္တော ဝိဟရေယံ။

Venerable Sir! Please teach me the Dhamma in brief. Hearing such Dhamma from the Buddha, I should live alone, remote, earnest, ardent and aspiring.

အိုမြတ်စွာဘုရား-အရှင်ဘုရားသည် ကျွန်ုပ်အား တရားအကျဉ်းမျှဟောပေးရန် တောင်းပန်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်သည် အရှင်ဘုရားတရားကို နာယူမှတ်သားပြီး တရောက်ထည်း ဆိတ်ငြိမ်ရာမှာ နိဗ္ဗာန်မှန်းလျှက် မမေ့မလျော့ ကြိုးစား၍ နေထိုင်လိုပါသည်ဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားမိန့်ကြားချက်-၁

ဧတ္ထ ဒါနိ မာလုကျပုတ္တ ကိံ ဒဟရေ ဘိက္ခု၊ ဝက္ခာမ! ယတြ ဟိ နာမ တံ ဘိက္ခု ဇိဏ္ဏော ဝုဒ္ဓေါ မဟလ္လကော အဒ္ဓဂတော ဝယောအနုပ္ပတ္တော သံခိတ္တေန ဩဝါဒိ ယာစသီတိ။

မာလုကျပုတ္တ-သင်က ရင့်ရော်အိုမင်း၍အရွယ်လွန်နေပါလျက် တရားအကျဉ်းမျှ ဟောပြုပေးရန် တောင်းပန်တော့ ငါဘုရား ရဟန်းငယ်များကို တရားဘယ်လို ဟောပြုရမှာလဲ ရဟန်းကြီး။

Malukyaputta! Now what shall I say to the younger Bhikkhus If you are old man, aged, far gone in years, who come to life's end, ask for instruction in brief!

မာလုကျပုတ္တရဟန်းလျှောက်ထားချက်- ၂

ကိစ္ဆာပါဟံ ဘန္တေ ဇိဏ္ဏော ဝုဒ္ဓေါ မဟလ္လကော အဒ္ဓဂတော ဝယောအနုပ္ပတ္တော။ ဒေသေတု မေ ဘန္တေ ဘဂဝါ သံခိတ္တေန ဓမ္မံ ဒေသေတု သုဂတော သံခိတ္တေန ဓမ္မံ။

အပွေဝ နာမာဟံ ဘဂဝတော ဘာသိတဿ အတ္ထံ အာဇာနေယျံ။ အပွေဝ နာမာဟံ ဘဂဝတော ဘာသိတဿ ဒါယာဒေါ အဿ”န္တိ။

အိုမြတ်စွာဘုရား-တပည့်တော် အိုမင်းရင့်ရော် အရွယ်လွန်နေပါသော်လည်း မြတ်စွာဘုရားတရားကို သိမြင်နိုင်တရားအမွေခံယူနိုင် ကောင်းပါသေးသည်ဘုရား။

Venerable Sir! Although I am old man, aged, far gone in years, who come to life's end, Venerable Sir, let the Buddha teach me the Dhamma in brief. Surely I could understand the meaning of the Buddha's word. Surely I should become an heir to the Buddha's word.

မြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်-၂

တံ ကိံ မညသိ၊ မာလုကျပုတ္တ ယေ တေ စက္ခုဝိညေယျာ ရူပါ အဒိဋ္ဌာ အဒိဋ္ဌပုဗ္ဗာ၊ န စ ပဿသိ၊ န စ တေ ဟောတိ ပဿေယန္တိ? အတ္ထိ တေ တတ္ထ ဆန္ဒော ဝါ ရာဂေါ ဝါ ပေမံ ဝါ။

မာလုကျပုတ္တ- ငါဘုရားမေးတာကို သင်နားလည်သလိုဖြေပါ။ မျက်စိဖြင့်မြင်တဲ့ အဆင်းအာရုံများကို အရင်ကလည်းမမြင်ဘူးသေး၊ ရှေးဘဝကလည်းမမြင်ဘူးခဲ၊ လောလောဆယ်လည်း မမြင်၊ စိတ်ဖြင့်ပင် မကူးမိသေးဘူး။ ယင်းအဆင်းအာရုံ- များကို နှစ်သက်ခြင်း၊ စွဲလန်းခြင်း၊ ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

Malukyaputta! How do you understand this? There are certain objects cognizable by the eye, not yet seen, never seen before, which you see not now nor wish to see, have you desire, lust and affection of such objects?

မာလုကျပုတ္တရဟန်းဖြေကြားချက်-၃

နော ဟောတံ ဘန္တေ၊ မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။ Certainly not, venerable Sir.

မြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်-၃

ယေ တေ သောတဝိညေယျာ သဒ္ဓါ အဿုတာ အဿုတပုဗ္ဗာ၊ န စ သုဏာသိ၊ န စ တေ ဟောတိ သုဏေယျန္တိ? အတ္ထိ တေ တတ္ထ ဆန္ဒော ဝါ ရာဂေါ ဝါ ပေမံ ဝါ။

နားဖြင့်ကြားတဲ့ အသံအာရုံများကို အရင်ကလည်းမကြားဘူးသေး၊ ရှေးဘဝကလည်း မကြားဘူးခဲ၊ လောလောဆယ်လည်း မကြား၊ စိတ်ဖြင့်ပင်မကူးမိသေးဘူး။ ယင်းအသံအာရုံများကို နှစ်သက်ခြင်း စွဲလန်းခြင်း ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

Malukyaputta! How do you understand this? There are certain sounds cognizable by the ear, not yet heard, never heard before, which you hear not now nor wish to hear, have you desire, lust and affection of such sounds?

မာလုကျပုတ္တရဟန်းဖြေကြားချက်-၄

နော ဟေတံ ဘန္တေ။ မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်-၄

ယေ တေ ဃာနဝိညေယျာ ဂန္ဓာ အဃာယိတာ အဃာယိတပုဗ္ဗာ၊ န စ ဃာယသိ၊ န စ တေ ဟောတိ ဃာယေယျန္တိ? အတ္ထိ တေ တတ္ထ ဆန္ဒော ဝါ ရာဂေါ ဝါ ပေမံ ဝါ။

နှာခေါင်းဖြင့်နံတဲ့ အနံ့အာရုံများကို အရင်ကလည်းမနံဘူးသေး၊ ရှေးဘဝကလည်း မနံဘူးခဲ၊ လောလောဆယ်လည်း မနံ၊ စိတ်ဖြင့်ပင်မကူးမိသေးဘူး။ ယင်းအနံ့အာရုံများကို နှစ်သက်ခြင်း စွဲလန်းခြင်း ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်- ပါသလား။

Malukyaputta! How do you understand this? There are certain scents cognizable by the nose, not yet smelled, never smelled before, which you smell not now nor wish to smell, have you desire, lust and affection of such objects?

မာလုကျပုတ္တရဟန်းဖြေကြားချက်-၅

နော ဟေတံ ဘန္တေ။ မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်-၅

ယေ တေ ဇိဝှိဝိညေယျာ ရသာ အသာယိတာ အသာယိတပုဗ္ဗာ၊ န စ သာယသိ၊ န စ တေ ဟောတိ သာယေယျန္တိ? အတ္ထိ တေ တတ္ထ ဆန္ဒော ဝါ ရာဂေါ ဝါ ပေမံ ဝါ။

လျှာဖြင့်လျက်တဲ့ ရသာအာရုံများကို အရင်ကလည်းမလျက်ဘူးသေး၊ ရှေးဘဝကလည်း မလျက်ဘူးခဲ၊ လောလောဆယ်လည်းမလျက်ရ၊ စိတ်ဖြင့်ပင်မကူးမိသေးဘူး။ ယင်းလျက်ဖွယ်အာရုံများကို နှစ်သက်ခြင်း စွဲလန်းခြင်း ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

Malukyaputta! How do you understand this? There are certain savours cognizable by the tongue, not yet tasted, never tasted before, which you taste not now nor wish to taste, have you desire, lust and affection of such objects?

မာလုကျပုတ္တရဟန်းဖြေကြားချက်-၆

နော ဟေတံ ဘန္တေ။ မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်-၆

ယေ တေ ကာယဝိညေယျာ ဖောဋ္ဌဗ္ဗာ အသမ္မုဋ္ဌာ အသမ္မုဋ္ဌပုဗ္ဗာ၊ န စ ဖုသသိ၊ န စ တေ ဟောတိ ဖုသေယျန္တိ? အတ္ထိ တေ တတ္ထ ဆန္ဒော ဝါ ရာဂေါ ဝါ ပေမံ ဝါ။

ကိုယ်ဖြင့်ထိတွေ့တဲ့ အတွေ့အထိအာရုံများကို အရင်ကလည်း မထိတွေ့ဘူးသေး၊ ရှေးဘဝကလည်း မထိတွေ့ဘူးခဲ၊ လောလောဆယ်လည်း မထိတွေ့ရ၊ စိတ်ဖြင့်ပင် မကူးမိသေးဘူး။ ယင်းအတွေ့အထိအာရုံများကို နှစ်သက်ခြင်း စွဲလန်းခြင်း ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

Malukyaputta! How do you understand this? There are certain tangibles cognizable by the body, not yet touched, never touched before, which you

touch not now nor wish to touch, have you desire, lust and affection of such objects?

မာလုကျပုတ္တရဟန်းဖြေကြားချက်-ရ

နော ဟေတံ ဘန္တေ။ မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားမေးမြန်းချက်-ရ

ယေ တေ မနောဝိညေယျာ ဓမ္မာ အဝိညာတာ အဝိညာတပုဗ္ဗာ၊ န စ ဝိဇာနာသိ၊ န စ တေ ဟောတိ ဝိဇာနေယျန္တိ? အတ္ထိ တေ တတ္ထ ဆန္ဓော ဝါ ရာဂေါ ဝါ ပေမံ ဝါ။

စိတ်ဖြင့်သိတဲ့ ဓမ္မာရုံများကို အရင်ကလည်းမသိဘူးသေး၊ ရှေးဘဝကလည်း မသိဘူးခဲ၊ လောလောဆယ်လည်း မသိ၊ စိတ်ဖြင့်ပင် မကူးမိသေးဘူး။ ယင်းဓမ္မာရုံကို နှစ်သက်ခြင်း၊ စွဲလန်းခြင်း၊ ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း သင့်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါသလား။

Malukyaputta! How do you understand this? There are certain mind-states cognizable by the mind, not yet cognized, never cognized before, which you cognize not now nor wish to cognize, have you desire, lust and affection of such objects?

မာလုကျပုတ္တရဟန်းဖြေကြားချက်-ဂ

နော ဟေတံ ဘန္တေ။ မဖြစ်နိုင်ပါဘုရား။

မြတ်စွာဘုရားမိန့်ကြားချက်-ဂ

ဧတ္ထ စ တေ မာလုကျပုတ္တ ဒိဋ္ဌသုတမုတဝိညာတဗ္ဗေသု ဓမ္မေသု ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ သုတေ သုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ မုတေ မုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ ဝိညာတေ ဝိညာတမတ္တံ ဘဝိဿတိ။

မြင်ရ ကြားရ တွေ့ရောက်ရ သိရသောအာရုံများထဲမှာ မြင်သောအာရုံမှာ မြင်ရုံပဲ၊ ကြားသောအာရုံမှာ ကြားရုံပဲ၊ နံသိ စားသိ ထိသိလျက်တွေ့ရောက်သော အာရုံမှာ ရောက်ရုံပဲ၊ သိသောအာရုံမှာ သိရုံပဲ၊ ဖြစ်ရမည်။

Malukyaputta! Of those objects which are seen, heard, thought , known,- in object which is seen, there would be just seeing. In object which is heard, there would be just hearing. In object which is thought, there would be just thinking. In object which is known ,there would be just knowing .

မြတ်စွာဘုရားမိန့်ကြားချက်-၉

ယတော ခေါ တေ မာလုကျပုတ္တ ဒိဋ္ဌသုတမုတဝိညာတဗ္ဗေသု ဓမ္မေသု ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ သုတေ သုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ မုတေ မုတမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ ဝိညာတေ ဝိညာတမတ္တံ ဘဝိဿတိ၊ တတော တံ မာလုကျပုတ္တ န တေန။

မြင်သောအရုံမှာ မြင်ရုံပဲ၊ ကြားသောအရုံမှာ ကြားရုံပဲ၊ နံသိ စားသိ ထိသိလျက် တွေ့ရောက်သောအရုံမှာ ရောက်ရုံပဲ၊ သိသောအရုံမှာ သိရုံပဲဖြစ်လျှင် သင်သည် အဆင်းစသောအရုံများနဲ့ မဆက်သွယ် မပတ်သက်တော့ပေ။

Malukyaputta! Of those objects which are seen, heard, thought , known,- in object which is seen , there would be just seeing. In object which is heard, there would be just hearing. In object which is thought, there would be just thinking. In object is known, there would be just knowing. Thus you have no thereby.

မြတ်စွာဘုရားမိန့်ကြားချက်-၁၀

ယတော တံ မာလုကျပုတ္တ န တေန၊ တတော တံ မာလုကျပုတ္တ၊ န တတ္ထ။
မာလုကျပုတ္တ-သင်္ဂမှာ အဆင်းစသောအရုံများနဲ့ ဆက်သွယ်ခြင်းမရှိလျှင် အဆင်း- စသောအရုံများရှိတဲ့လောကမှာ မဖြစ်တော့ပေ။ (အာရုံများကို ငါပဲ ငါ့ဥစ္စာပဲ ငါ့အတ္တပဲ လို့မစွဲလမ်းတော့ပေ။)

Malukyaputta! As you have no thereby, you are not therein.

မြတ်စွာဘုရားမိန့်ကြားချက်-၁၁

ယတော တံ မာလုကျပုတ္တ၊ န တတ္ထ၊ တတော တံ မာလုကျပုတ္တ၊ နေဝိဓ၊ န ဟုရံ၊ န ဥဘယမန္တရေန။ ဧသေဝန္တော ဒုက္ခဿ။

မာလုကျပုတ္တ-သင်သည် အဆင်းစတဲ့အာရုံများရှိတဲ့လောကမှာ မဖြစ်လျှင် (အာရုံများကို ငါပဲ ငါ့ဥစ္စာပဲ ငါ့အတ္တပဲလို့ မစွဲလမ်းလျှင်) သင်သည် သို့မဟုတ် ရုပ်နာမ်သည် လူလောက နတ်လောက တစ်ခြားဘယ်လောကမှာမှ မဖြစ်နိုင်တော့ပေ။ ရုပ်နာမ်မဖြစ်ခြင်းသည် နိဗ္ဗာန်(ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်း)ပင် ဖြစ်ပေသည်။

Malukyaputta! As you are not therein, you would not be here or beyond or between both of which. This is the end of suffering.

မာလုကျပုတ္တရဟန်း တရားအဓိပ္ပါယ်အကျယ်တဝင့်နားလည်ပုံလျှောက်ထားချက်-၉

ဣမဿ ခွါဟံ ဘန္တေ ဘဂဝတာ သံခိတ္တေန ဘာသိတဿ ဝိတ္တာရေန အတ္ထံ အာဇာနာမိ-

မြတ်စွာဘုရား-အရှင်ဘုရား အကျဉ်းချုပ်တရားကို တပည့်တော်(မာလုကျပုတ္တ) အောက်ပါအတိုင်း အကျယ်တဝင့် နားလည်သဘောပေါက်ပါသည်ဘုရား။ Venerable Sir! I understand in full the meaning of what the Buddha has spoken in brief.

ရူပါရုံ

- ၁။ ရူပံ ဒိသွာ သတိ မုဋ္ဌာ၊ ပိယံ နိမိတ္တံ မနသိ ကရောတော။
သာရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ အဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
- ၂။ တဿ ဝမန္နိ ဝေဒနာ၊ အနေ'ကာ ရူပသမ္ဘဝိ။
အဘိဇ္ဈာ စ ဝိဟေသာ စ၊ စိတ္တ'မဿူ'ပဟညတိ။
ဧဝံ အာစိနတော ဒုက္ခံ၊ အာရာ နိဗ္ဗာန'မုစ္စတိ။

၁။ အဆင်းအာရုံကိုမြင်၍ ချစ်ခင်မြတ်နိုးဖွယ်ဟု-နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မိသူမှာ သတိ-
လွတ်ကာ မြင်ခဲ့တဲ့အာရုံကို တပ်မက်စိတ်ဖြင့် သာယာလျက် တစွဲလမ်းလမ်း ဖြစ်နေ၏။

၂။ စွဲလမ်းသူမှာ အဆင်းနဲ့ပတ်သက်၍ အကောင်းအဆိုးခံစားခြင်း(ဝေဒနာ) အမျိုးမျိုး
ဖြစ်ပွားလာ၏။ ရလိုခြင်း (လောဘ)နှင့် မရ၍စိတ်ဆိုးခြင်း (ဒေါသ) တို့ပါ
နောက်ဆက်တွဲဖြစ်ပေါ်လာ၍ စိတ်ဆင်းရဲရ၏။ ဆင်းရဲရှာဖွေ လက်ခံထား (ဆင်းရဲ)သူမှာ
နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေး၏။

Sight of fare shape bewildering lucid thought,
If one but heed the image sweet and dear,
The heart inflamed in feeling doth o'erflow,
And clinging stayeth. Thus in him do grow
Divers emotions rooted in the sight,
Greed and aversion and the heart of him
Doth suffer grievously. Of him we say-
Thus heaping store of pain and suffering-"Far from Nibbana"

၃။ န သော ရဇ္ဇတိ ရူပေသု၊ ရူပံ ဒိသ္မာ ပဋိဿတော။
ဝိရတ္တစိတ္တာ ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ နာ'ဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။

၄။ ယထာ'ဿ ပဿတော ရူပံ၊ သေဝတော စာပိ ဝေဒနံ။
ခိယတိ နော'ပစိယတိ၊ ဧဝံ သော စရတိ သတော။
ဧဝံ အပစိနတော ဒုက္ခံ၊ သန္တိကေ နိဗ္ဗာန'မုစ္စတိ။

၃။ အဆင်းအာရုံကိုမြင်၍ ထိုအဆင်းအာရုံကို မမေ့အောင်ကြိုးစား၍ သိ-သိ နေ
သူသည် မြင်ခဲ့သောအဆင်းအာရုံကို မတပ်မက်၊ တပ်မက်စိတ်ဖြင့် မသာယာ။
ယင်းအာရုံ- ကိုလည်း တစွဲလမ်းလမ်းမဖြစ်တော့ပေ။

၄။ မြင်တဲ့အဆင်းအာရုံနှင့် အဆင်းအာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသောဝေဒနာ
(ခံစားခြင်း)ကို မမေ့အောင်ကြိုးစား၍ သိမြင်နေသူမှာ မဆင်းရဲတော့ပေ။
ဤအတိုင်းကျင့်၍ မဆင်းရဲသူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီး၏။

He who for things he see no passion breeds,
 But mindful, clear of head, can suffer sense,
 With uninflamed heart, nor staying clings:
 And as he sees, normally he feels:-
 For him no heaping up, but minishing.
 Thus doth he heedfully pursue his way.
 Of him, building no store of ill, we say-"near is Nibbana."

သဒ္ဓါရုံ

- ၁။ သဒ္ဓိံ သုတွာ သတိ မုဋ္ဌာ၊ ပိယံ နိမိတ္တံ မနသိ ကရောတော။
 သာရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ အဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
- ၂။ တဿ ဝမန္တိ ဝေဒနာ၊ အနေကာ သဒ္ဓသမ္ဘဝါ။
 အဘိဇ္ဈာ စ ဝိဟေသာ စ၊ စိတ္တမဿူပဟညတိ။
 ဧဝံ အာစိနတော ဒုက္ခံ၊ အာရာ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၁။ အသံကြား၍ ချစ်ခင်မြတ်နိုးဖွယ်ဟု-နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မိသူမှာ သတိလွတ်ကာ ကြားခဲ့တဲ့အာရုံကို တပ်မက်စိတ်ဖြင့်သာယာလျက် တစွဲလမ်းလမ်းဖြစ်နေ၏။

၂။ စွဲလမ်းသူမှာ အသံအာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ အကောင်းအဆိုးခံစားခြင်း(ဝေဒနာ) အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပွားလာ၏။ ရလိုခြင်း(လောဘ)နှင့် မရ၍စိတ်ဆိုးခြင်း(ဒေါသ) တို့ပါ နောက်ဆက်တွဲ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ စိတ်ဆင်းရဲရ၏။ ဆင်းရဲရှာဖွေ လက်ခံထား (ဆင်းရဲ)သူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေး၏။

ဂန္ဓာရုံ

- ၁။ ဂန္ဓံ ယတွာ သတိ မုဋ္ဌာ၊ ပိယံ နိမိတ္တံ မနသိ ကရောတော။
 သာရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ အဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
- ၂။ တဿ ဝမန္တိ ဝေဒနာ၊ အနေကာ ဂန္ဓသမ္ဘဝါ။
 အဘိဇ္ဈာ စ ဝိဟေသာ စ၊ စိတ္တမဿူပဟညတိ။
 ဧဝံ အာစိနတော ဒုက္ခံ၊ အာရာ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၁။ အနံ့နံ့၍ ချစ်ခင်မြတ်နိုးဖွယ်ဟု- နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်မိသူမှာ သတိလွတ်ကာ နံ့ခဲတဲ- အာရုံကို တပ်မက်စိတ်ဖြင့်သာယာလျက် တစွဲလမ်းလမ်းဖြစ်နေ၏။

၂။ စွဲလမ်းသူမှာ အနံ့နဲ့ပတ်သက်၍ အကောင်းအဆိုး ခံစားခြင်း(ဝေဒနာ)အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပွားလာ၏။ ရလို့ခြင်း (လောဘ)နှင့် မရ၍စိတ်ဆိုးခြင်း (ဒေါသ) တို့ပါ နောက်ဆက်တွဲ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ စိတ်ဆင်းရဲရ၏။ ဆင်းရဲရှာဖွေ လက်ခံထား (ဆင်းရဲ) သူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေး၏။

ရသာရုံ

- ၁။ ရသံ ဘောတွာ သတိ မုဋ္ဌာ၊ ပိယံ နိမိတ္တံ မနသိ ကရောတော။
သာရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ အဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
- ၂။ တဿ ဝမုန္တိ ဝေဒနာ၊ အနေကာ ရသသမ္ဘဝိ။
အဘိဇ္ဈာ စ ဝိဟေသာ စ၊ စိတ္တမဿူပဟညတိ။
ဧဝံ အာစိနတော ဒုက္ခံ၊ အာရာ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၁။ ရသာကိုစား၍ ချစ်ခင်မြတ်နိုးဖွယ်ဟု- နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်မိသူမှာ သတိလွတ်ကာ စားခဲတဲအာရုံကို တပ်မက်စိတ်ဖြင့်သာယာလျက် တစွဲလမ်းလမ်းဖြစ်နေ၏။

၂။ စွဲလမ်းသူမှာ ရသာနဲ့ပတ်သက်၍ အကောင်းအဆိုးခံစားခြင်း(ဝေဒနာ)အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပွားလာ၏။ ရလို့ခြင်း (လောဘ)နှင့် မရ၍စိတ်ဆိုးခြင်း (ဒေါသ)တို့ပါ နောက်ဆက်တွဲ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ စိတ်ဆင်းရဲရ၏။ ဆင်းရဲရှာဖွေလက်ခံထား (ဆင်းရဲ)သူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေး၏။

ဖေါဋ္ဌဗ္ဗာရုံ

- ၁။ ဖဿံ ဖုဿ သတိ မုဋ္ဌာ၊ ပိယံ နိမိတ္တံ မနသိ ကရောတော။
သာရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ အဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
- ၂။ တဿ ဝမုန္တိ ဝေဒနာ၊ အနေကာ ဖဿသမ္ဘဝိ။
အဘိဇ္ဈာ စ ဝိဟေသာ စ၊ စိတ္တမဿူပဟညတိ။

ဧဝံ အာစိနတော ဒုက္ခံ၊ အာရာ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၁။ အတွေ့အထိကို တွေ့ထိ၍ ချစ်ခင်မြတ်နိုးဖွယ်ဟု-နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မိသူမှာ သတိ-
လွတ်ကာ တွေ့ထိခဲ့တဲ့အာရုံကို တပ်မက်စိတ်ဖြင့် သာယာလျက် တစွဲလမ်းလမ်း-
ဖြစ်နေ၏။

၂။ စွဲလမ်းသူမှာ အတွေ့အထိအာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ အကောင်းအဆိုးခံစားခြင်း
(ဝေဒနာ)အမျိုးမျိုး ဖြစ်ပွားလာ၏။ ရလို့ခြင်း (လောဘ)နှင့် မရ၍စိတ်ဆိုးခြင်း (ဒေါသ)
တို့ပါ နောက်ဆက်တွဲဖြစ်ပေါ်လာ၍ စိတ်ဆင်းရဲရ၏။ ဆင်းရဲရှာဖွေ လက်ခံထား
(ဆင်းရဲ)သူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေး၏။

ဓမ္မာရုံ

၁။ ဓမ္မံ ဥ တွာ သတိ မုဋ္ဌာ၊ ပိယံ နိမိတ္တံ မနသိ ကရောတော။
သာရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ အဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။

၂။ တဿ ဝဇ္ဇန္တိ ဝေဒနာ၊ အနေကာ ဓမ္မသမ္ဘဝါ။
အဘိဇ္ဈာ စ ဝိဟေသာ စ၊ စိတ္တမဿူပဟညတိ။
ဧဝံ အာစိနတော ဒုက္ခံ၊ အာရာ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၁။ ဓမ္မာရုံကိုသိ၍ ချစ်ခင်မြတ်နိုးဖွယ်ဟု-နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်မိသူမှာ သတိလွတ်ကာ
သိခဲ့တဲ့အာရုံကို တပ်မက်စိတ်ဖြင့် သာယာလျက် တစွဲလမ်းလမ်းဖြစ်နေ၏။

၂။ စွဲလမ်းသူမှာ ဓမ္မာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ အကောင်းအဆိုးခံစားခြင်း(ဝေဒနာ) အမျိုးမျိုး
ဖြစ်ပွားလာ၏။ ရလို့ခြင်း (လောဘ)နှင့် မရ၍စိတ်ဆိုးခြင်း (ဒေါသ) တို့ပါ
နောက်ဆက်တွဲ ဖြစ်ပေါ်လာ၍ စိတ်ဆင်းရဲရ၏။ ဆင်းရဲခြင်းရှာဖွေ လက်ခံထား
(ဆင်းရဲ)သူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ ဝေး၏။

Sound,smell,taste, touch,bewildering lucid thought,
If one but heed the image sweet and dear,
The heart inflamed in feeling doth o'erflow,
And clinging stayeth. Thus in him do grow
Divers emotions rooted in the sight,
Greed and aversion and the heart of him

Doth suffer grievously. Of him we say-
Thus heaping store of pain and suffering-"Far from Nibbana"

သဒ္ဓါရုံ

၃။ န သော ရဇ္ဇတိ သဒ္ဓေသု၊ သဒ္ဓံ သုတွာ ပဋိဿတော။

ဝိရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ နာဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။

၄။ ယထာဿ သုဏတော သဒ္ဓံ၊ သေဝတော စာပိ ဝေဒနံ။

ဒီယတိ နောပစီယတိ၊ ဧဝံ သော စရတီ သတော။

ဧဝံ အပစိနတော ဒုက္ခံ၊ သန္တိကေ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၃။ အသံကြား၍ ထိုအသံကိုမမေ့အောင်ကြိုးစား၍သိမြင်သူသည် ကြားခဲ့သောအသံ-
အာရုံကို မတပ်မက်၊ တပ်မက်စိတ်ဖြင့် မသာယာ။ ယင်းအာရုံကိုလည်း တစွဲလမ်းလမ်း
မဖြစ်တော့ပေ။

၄။ ကြားတဲ့အသံအာရုံနှင့် အသံအာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာ
(ခံစားခြင်း)ကို မမေ့အောင် ကြိုးစား၍ သိမြင်နေသူမှာ မဆင်းရဲတော့ပေ။
ဤအတိုင်းကျင့်၍ မဆင်းရဲသူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီး၏။

ဂန္ဓာရုံ

၃။ န သော ရဇ္ဇတိ ဂန္ဓေသု၊ ဂန္ဓံ ယတွာ ပဋိဿတော။

ဝိရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ နာဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။

၄။ ယထာဿ ယာယတော ဂန္ဓံ၊ သေဝတော စာပိ ဝေဒနံ။

ဒီယတိ နောပစီယတိ၊ ဧဝံ သော စရတီ သတော။

ဧဝံ အပစိနတော ဒုက္ခံ၊ သန္တိကေ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၃။ အနံနံ၍ ထိုအနံကိုမမေ့အောင် ကြိုးစားသိမြင်နေသူသည် နံခဲ့သောအနံ အာရုံကို
မတပ်မက်၊ တပ်မက်စိတ်ဖြင့် မသာယာ။ ယင်းအာရုံကိုလည်း တစွဲလမ်းလမ်း
မဖြစ်တော့ပေ။

၄။ ကြားရတဲ့အနံ့အာရုံနှင့် အနံ့အာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသောဝေဒနာ (ခံစားခြင်း)ကို မမေ့အောင်ကြိုးစား၍သိမြင်သူမှာ မဆင်းရဲတော့ပေ။ ဤအတိုင်း- ကျင့်၍ မဆင်းရဲသူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီး၏။

ရသာရုံ

၃။ န သော ရဇ္ဇတိ ရသေသု၊ ရသံ ဘောတွာ ပဋိဿတော။
ဝိရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ နာဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
၄။ ယထာဿ သာယတော ရသံ၊ သေဝတော စာပိ ဝေဒနံ။
ဒီယတိ နောပစီယတိ၊ ဧဝံ သော စရတီ သတော။
ဧဝံ အပစိနတော ဒုက္ခံ၊ သန္တိကေ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၃။ ရသာကိုစား၍ ထိုရသာကို မမေ့အောင်ကြိုးစား၍သိမြင်နေသူသည် စားခဲ့သော ရသာရုံကို မတပ်မက်၊ တပ်မက်စိတ်ဖြင့် မသာယာ။ ယင်းအာရုံကိုလည်း တစွဲလမ်းလမ်း မဖြစ်တော့ပေ။

၄။ စားခဲ့တဲ့ရသာရုံနှင့် ရသာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာ(ခံစားခြင်း)ကို မမေ့အောင်ကြိုးစား၍ သိမြင်နေသူမှာ မဆင်းရဲတော့ပေ။ ဤအတိုင်းကျင့်၍ မဆင်းရဲသူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီး၏။

ဖေါဋ္ဌဗ္ဗာရုံ

၃။ န သော ရဇ္ဇတိ ဖဿေသု၊ ဖဿံ ဖုဿ ပဋိဿတော။
ဝိရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ နာဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
၄။ ယထာဿ ဖုသတော ဖဿံ၊ သေဝတော စာပိ ဝေဒနံ။
ဒီယတိ နောပစီယတိ၊ ဧဝံ သော စရတီ သတော။
ဧဝံ အပစိနတော ဒုက္ခံ၊ သန္တိကေ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ။

၃။ အတွေ့အထိကိုထိတွေ့၍ ထိုအာရုံကို မမေ့အောင်ကြိုးစားသိမြင်သူသည် ထိတွေ့ခဲ့ရသော အတွေ့အထိ အာရုံကို မတပ်မက်၊ တပ်မက်စိတ်ဖြင့် မသာယာ။ ယင်းအာရုံကို လည်း တစွဲလမ်းလမ်း မဖြစ်တော့ပေ။

၄။ ထိတွေ့ခဲ့တဲ့အတွေ့အထိအာရုံနှင့် အတွေ့အထိအာရုံနဲ့ပတ်သက်၍
 ဖြစ်ပေါ်လာသောဝေဒနာ (ခံစားခြင်း)ကို မမေ့အောင်ကြိုးစား၍ သိမြင်သူမှာ
 မဆင်းရဲတော့ပေ။ ဤအတိုင်းကျင့်၍ မဆင်းရဲသူမှာ နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီး၏။

ဓမ္မာရုံ

၃။ န သော ရဇ္ဇတိ ဓမ္မေသု၊ ဓမ္မံ ဥ တွာ ပဋိဿတော။
 ဝိရတ္တစိတ္တော ဝေဒေတိ၊ တဉ္စ နာဇ္ဈောသ တိဋ္ဌတိ။
 ၄။ ယထာဿ ဇာနတော ဓမ္မံ၊ သေဝတော စာပိ ဝေဒနံ။
 ဒီယတိ နောပစီယတိ၊ ဧဝံ သော စရတိ သတော။
 ဧဝံ အပစိနတော ဒုက္ခံ၊ သန္တိကေ နိဗ္ဗာနမုစ္စတိ”တိ။

၃။ ဓမ္မာရုံကိုသိ၍ထို ဓမ္မာရုံကို မမေ့အောင်ကြိုးစားသိမြင်သူသည် သိခဲ့တဲ့ဓမ္မာရုံကို
 မတပ်မက်၊ တပ်မက်စိတ်ဖြင့် မသာယာ။ ယင်းအာရုံကိုလည်း တစွဲလမ်းလမ်း
 မဖြစ်တော့ပေ။

၄။ သိခဲ့တဲ့ဓမ္မာရုံနှင့် ဓမ္မာရုံနဲ့ပတ်သက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာသောဝေဒနာ (ခံစားခြင်း) ကို
 မမေ့အောင်ကြိုးစား၍သိမြင်သူမှာ မဆင်းရဲတော့ပေ။ ဤအတိုင်းကျင့်၍ မဆင်းရဲသူမှာ
 နိဗ္ဗာန်နဲ့ နီး၏။

He who for things he hears, or smells, or tastes,
 Of things touched and felt no passion breeds,
 But mindful, clear of head, can suffer sense,
 With uninflamed heart, nor staying clings:
 And as he sees, normally he feels:-
 Of doth perceive, so normally he feels:-
 For him no heaping up, but minishing.
 Thus doth he heedfully pursue his way.
 Of him, building no store of ill, we say-"near to Nibbana."