

♥ ကြွဒံ မေ ပုညံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

♥ ကြွမံ နော ပုညဘာဂံ သဗ္ဗသတ္တာနံ ဒေမ။

### ➤ သုတောင်း အမျှဝေ ◀

ဤသို့ပြုရ၊ မြတ်ပုညကြောင်း၊ ချမ်းမြအေးကြည့်၊ ဘေးမဲ့  
မည်သည့်၊ ရွှေပြည် ထုတ်ချောက်၊ လမ်း မကောက်ပဲ၊  
ရောက်ရမိလို၊ ထိုထို ဘဝ၊ ကျင်လည် ရလည်၊ နုကွဲ ဘေး  
ခက်၊ ရန်မန်အပေါင်း၊ မကောင်းဟူသမျှ၊ မတွေ့ရမဲ့၊ သဗ္ဗ  
က္ခန္ဓာ၊ မင်္ဂလာ ကို၊ ရွယ်ကာတ ဝိုင်း ရစေသောင့်။

ယနေ့ယခု၊ ပြုပြုသမျှ၊ မြတ်ဘာဂကို၊ မိဘ ဆရာ၊ မျိုး  
သယာနှင့်၊ ကိုယ်မှာ ခောင်းကြမ်း၊ ကိုယ်ခောင်း နတ်က၊ အရင်း  
ခဏ္ဍါ၊ ရှိသမျှအလုံးစုံ၊ ဘုံသုံးဆယ်တစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်သမျှ၊ ဝေနေယျ  
တို့၊ ကြပါစေ၊ ပေးငှဝေသည့်၊ များတွေ သာရခေါ်စေသောင့်။

သာဓု သာဓု သာဓု

XXXXX

## မေတ္တာ အခါတော်နေ့ ။ ၎တ်ဖတ် ပူဇော်ပွဲ

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

၁။ သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ အတြာ ဂစ္ဆန္တု ဒေဝတာ။  
သဒ္ဓမ္မံ မုနိရာဇဿ၊ သုဏန္တု၊ သဂ္ဂမောက္ခဒံ။

၂။ ဓမ္မဿ ဝနကာလော အယံ ဘဒန္တာ။

၃။ နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

၄။ ယေသန္တာသန္တစိတ္တာ တိသရဏသရဏာ ဧတ္ထ လောကန္တရေဝါ။  
ဘုမ္မာ ဘုမ္မာ စ ဒေဝါ ဂုဏ ဂဏ ဂဟဏ ဗျာဝဠာ သဗ္ဗကာလံ။ ဧတေ  
အာ ယန္တု ဒေဝါ ဝရ ကနက မယေ မေရ ရာဇေ ဝသန္တော။ သန္တော သန္တောသ  
ဟေတု မုနိဝရဝစနံ သောတု မဂ္ဂံ သမဂ္ဂါ။

၅။ သဗ္ဗေသု စက္ကဝါဠေသု၊ ယက္ခာ ဒေဝါစ ဗြဟ္မနော။  
ယံ အမေဟိ ကတံ ပုညံ၊ သဗ္ဗသမ္ပတ္တိသာဓကံ။

၆။ သဗ္ဗေ တံ အနမောဒိတွာ၊ သမဂ္ဂါ သာသနေ ရတာ။  
ပမာဒ ရဟိတာ ဟောန္တု၊ အာရက္ခာသု ဝိသေသတော။

၇။ သာသနဿ စ လောကဿ၊ ဝုဓိ ဘဝတု သဗ္ဗဒါ။  
သာသနဓိ စ လောကဉ္စ၊ ဒေဝါ ရက္ခန္တု သဗ္ဗဒါ။

၈။ သဒ္ဓိံ ဟောန္တု သုခိ သဗ္ဗေ၊ ပရိဝါရေဟိ အတ္တနော။  
အနိဃာ သုမနာ ဟောန္တု၊ သဟ သဗ္ဗေဟိ ဉာတိဘိ။

၉။ ရာဇတော ဝါ စောရတော ဝါ မနုဿ တော ဝါ အမနုဿတော ဝါ အဂ္ဂိ တော ဝါ ဥဒကတော ဝါ ပိသာစတော ဝါ ခါဏုကတော ဝါ ကဏုကတော ဝါ နက္ခတ္တတော ဝါ ဇနပဒရောဂတော ဝါ အသဒ္ဓမ္မတော ဝါ အသန္နိဋ္ဌိတော ဝါ အသပ္ပရိသတော ဝါ စဏ္ဍ ဟတ္ထိ အဿ မိဂ ဂေါဏ ကုက္ကုရ အဟိ ဝိစ္ဆိက မဏိသပ္ပ ဒီပိ အစ္စ တရစ္စ သူကရ မဟိံသ ယက္ခ ရက္ခသာဒီဟိ နာနာဘယတော ဝါ နာနာရောဂတော ဝါ နာနာဥပဒ္ဒဝတော ဝါ အာရက္ခံ ဂဏန္တု။

**မေတ္တာသတ္တ**

၄၆။ ယဿာ နုဘာဝတော ယက္ခာ၊ နေဝ ဒဿေန္တိ ဘိသနံ။  
ယမှိ စေဝါနယုဉ္ဇန္တော၊ ရတ္တိန္တိဝ မတန္တိတော။

၄၇။ သုခံ သုပတိ သုတ္တော စ၊ ပါပံ ကိဉ္စိ န ပဿတိ။  
ဝေမာဒိဂုဏုပေတံ၊ ပရိတ္တံ တံ ဘဏာမဟေ။

၄၈။ ကရဏီယမတ္တ ကုသလေန၊  
ယန္တ သန္တံ ပဒံ အဘိသမေစ္စ။  
သက္ကော ဥဇ္ဇ စ သုဟုဇ္ဇ စ၊  
သုဝစော စဿ မုဒု အနတီမာနိ။

၄၉။ သန္တုဿကော စ သုဘရော စ၊  
အပ္ပကိစ္စော စ သလ္လဟုကဂုတ္တိ။  
သန္တိန္ဒြိယော စ နိပကော စ၊  
အပ္ပဂဗ္ဘော ကုလေသ္မ နနဂိဒ္ဓေါ။

၅၀။ န စ ခုဒ္ဒမာစရေ ကိဉ္စိ၊  
ယေန ဝိညူ ပရေ ဥပဝဒေယျံ။  
သုခိနောဝ ခေမိနော ဟောန္တု၊  
သဗ္ဗသတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။

➤အရှေ့တောင်အရပ်ကအားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်း  
ကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

➤အနောက်မြောက်အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေဘေးရန်  
ကင်းကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

➤အရှေ့မြောက်အရပ်ကအားလုံးသတ္တဝါတွေဘေးရန်ကင်း  
ကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

➤အနောက်တောင်အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်  
ကင်းကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

➤အောက် အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်း  
ကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

➤အထက်အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်း  
ကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

♥ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဗုဒ္ဓံ ပူဇေမိ။

♥ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ ဓမ္မံ ပူဇေမိ။

♥ဣမာယ ဓမ္မာနုဓမ္မပဋိပတ္တိယာ သံဃံ ပူဇေမိ။

♥အဒ္ဓါ ဣမာယ ပဋိပဒါယ ဇရာမရဏမှာ  
ပရိမုစ္စိဿာမိ။

♥ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကိုရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

➤အားလုံး လူတွေ ဘေးရန် ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်း ကြ ပါ စေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်း ကြ ပါ စေ။ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကိုရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

➤အားလုံး အပါယ်ဘုံသူ အပါယ်ဘုံသားတွေ ဘေးရန် ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်း ကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြ ပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့မိမိတို့ခန္ဓာ-ဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

➤အရှေ့အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်းကြ ပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ချမ်း သာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကိုရွက် ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

➤အနောက်အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်း ကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

➤မြောက်အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်း ကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

➤တောင်အရပ်က အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်း ကြပါစေ၊(နည်းတူ ၄၈-ပါးဘဲ။)

၅၁။ ယေ ကေစိ ပါဏဘူတတ္ထိ၊  
တသာ ဝါ ထာဝရာ ဝ နဝသေသာ။  
ဒီဃာ ဝါ ယေ ဝ မဟန္တာ၊  
မဇ္ဈိမာ ရဿကာ အဏုကထူလာ။

၅၂။ ဒိဋ္ဌာ ဝါ ယေ ဝ အဒိဋ္ဌာ၊  
ယေ ဝ ဒူရေ ဝသန္တိ အဝိဒူရေ။  
ဘူတာ ဝ သမ္ဘဝေသီ ဝ၊  
သဗ္ဗ သတ္တာ ဘဝန္တု သုခိတတ္တာ။

၅၃။ န ပရော ပရံ နိကုဗ္ဗေထ၊  
နာတိမညေထ ကတ္တစိ န ကဋ္ဌိ။  
ဗျာရောသနာ ပဋိဃသည၊  
နာညမညဿ ဒုက္ခမိစ္ဆေယျ။

၅၄။ မာတာ ယထာ နိယံ ပုတ္တ-  
မာယုသာ ဧကပုတ္တ မနုရက္ခေ။  
ဧဝမ္ပိ သဗ္ဗဘူတေသု၊  
မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။

၅၅။ မေတ္တဉ္စ သဗ္ဗလောကသ္မိ၊  
မာနသံ ဘာဝယေ အပရိမာဏံ။  
ဥဒ္ဓံ အဓော စ တိရိယဉ္စ၊  
အသမ္မာခံ အဝေရ မ သပတ္တံ။

၅၆။ တိဋ္ဌံ စရံ နိသိန္နော ဝ။  
သယာနော ယာဝတာဿ ဝိတမိဒ္ဓေါ။  
ဧတံ သတိံ အမိဋ္ဌေယျ၊  
ဗြဟ္မ မေတံ ဝိဟာရ မိဓ မာဟု။

၅၇။ ဝိဠိန္ဒ အနုပဂ္ဂမ္မ၊  
 သီလဝါ ဒဿနေန သမ္ပန္နော။  
 ကာမေသု ဝိနေယျ ဂေမံ၊  
 န ဟိ ဇာတု ဂုဗ္ဘသေယျ ပုန ရေတိ။

## ၅၂၈-သွယ် မေတ္တာပို့

- အားလုံးသတ္တဝါတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး အသက်ရှိသူတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး အသက်ရှိသူတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး ထင်ရှားဖြစ်သူတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး ပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဘေးရန် ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။

- အားလုံး ခန္ဓာကိုယ်အတ္တဘောရှိသူတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး အမျိုးသမီးတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး အမျိုးသားတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး ပုထုဇဉ်တွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့ မိမိတို့ ခန္ဓာဝန်ကို ရွက်ဆောင်နိုင်ကြပါစေ။
- အားလုံး နတ်ဗြဟ္မာတွေ ဘေးရန်ကင်းကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲ ကင်းကြပါစေ၊ ချမ်းသာစွာနဲ့