

# Sasana Gonyi Kyaung Chanting Book for Kids

## Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammā Sambuddhassa

Buddhaṃ pūjemi  
I pay homage to the Buddha.

Dhammaṃ pūjemi  
I pay homage to the Dhamma.

Samghaṃ pūjemi  
I pay homage to the Sangha.

### READER -1

#### ဩကာသ ကန်တော့ချိုး - OKĀSA-wKarTha (Salutation)

ဩကာသ ဩကာသ ဩကာသ ကာယကံ ဝစီကံ မနောကံ တည်းဟူသော အပြစ်ခပ်သိမ်း ပပျောက် ငြိမ်း၍ အသက်ရှည်စွာ အနာမဲ့ရေး ရန်ဘေးကင်းကြောင်း ကောင်းမှုမင်္ဂလာ ဖြစ်ပါစေခြင်း အကျိုးငှာ ဘုရားရတနာ တရားရတနာ သံဃာရတနာ တည်းဟူသော ရတနာမြတ်သုံးပါး ဆရာသမားတို့ကို အရို အသေ လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော် ဖူးမြော်မာန်လျှော့ ကန်တော့ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

*Aw.Kar.Thā - Aw.kar.Thā - Aw.Kar.Thā, Kar.Ya.Kan, Wa.Zi.Kan Ma.Naw.Kan Dee.Hu.Thaw, Apyit.Khat.Thein, Pa.Pyauk.Nyein.Wwe, That.Chay.Swar, Anar.Mia.Yay, Yan.Bay.Kin.Gyaung, Kaung.Hmu.Min.Ga.Lar, Phyt.Par-Say.Gyin Akyo.Hngar, Pha.Yar Ya.Da.Nar, Ta.Yar Ya.Da.Nar, Than.Gar Ya.Da.Nar Dee.Hu.Thaw, Ya.Da.Nar Myat.Thone.Par, Sa.Yar.Thā.Mar Doh.Ko, Ayo.AThey , Let.Aoke Mo.Ywe, Shi.Kho Pu.Zaw, Phu.Hmyaw Man.Syaw, Ga.Daw Par.Aee Ash-in.BaYar.*

Venerable Sir, please give me permission (3x). For the sake of absolving from all consequences of misconduct, by body, speech and mind, of being from disease and disaster, for the sake of longevity, and blessings, I humbly pay homage by bowing down with my hands above my head to the Triple Gems, namely the Buddha, the Dhamma and Sangha (together with my teachers).

(ဆုပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်ရှိလျှင်ဤမှာရပ်ပါ။ဆုပေးမည့်ပုဂ္ဂိုလ်မရှိလျှင်အောက်ပါဆုတောင်းကိုဆက်ဆို၍ဆုတောင်းပါ)

ကန်တော့ရသော ဤကောင်းမှုကံ စေတနာတို့ကြောင့် အပါယ်လေးပါး၊ ကပ်သုံးပါး၊ ရပ်ပြစ်ရှစ်ပါး။ ရန်သူမျိုး ငါးပါး၊ ဝိပုတ္တိတရားလေးပါး၊ ဗျာသနတရားငါးပါး၊ အနာမျိုး ကိုးဆယ့်ခြောက်ပါး၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ခြောက်ဆယ့်နှစ်ပါးတို့မှ အခါခပ်သိမ်း ကင်းလွတ်ငြိမ်းသည်သာ ဖြစ်၍ မဂ်တရား၊ ဖိုလ်တရား၊ နိဗ္ဗာန် တရားတော်မြတ်ကို လျင်မြန်စွာ

ရပါလို၏ အရှင်ဘုရား။

*Ga.Daw.Ya.Thaw, Ai.Kaung.Hmu.Kan Say.Da.Nar.Do.Kyaug, Apai.Lay.Bar, Kat.Thone.Bar, Yat.Pyat Shi.tBar, Yan.Thu.Myo Ngar.Bar, WiPatti.Ta.yar Lay.Bar, Bya.Tha.NaTa.Yar Ngar.Bar AN-ar.Myo Koe.Sai Chauk.Bar, Make.Sar .Dake.Hti Chauk.Sai Hna.Bar Do.Hma, Akhar.Khat.Thein Kin.Lwat Nyein.Thee.Thar Phyt.Ywe, Met.Ta.Yar, Pho.Ta.Yar, Nate.Ban Ta.Yar.Daw.Myat.Ko, Lyin.Myan.Swar, Ya.Par.Lo.Aee AShin.Pha.Yar.*

(stop here if there is somebody to answer the wish. If not, continue with the following wish.)

By virtue of this wholesome volitional homage, may I forever be free from the four Apāya (states of loss), the three Kappa, the eight wrongful locations, the five adversaries, the four deficiencies (Vipatti), the five misfortunes (Vyasana), the ninety-six kinds of maladies, sixty-two kinds of wrong views (Micchādittḥi), and attain Magga-Phala-Nibbāna without delay.

## READER -2

### ငါးပါးသီလ တောင်းခံခြင်း- ASKING FOR THE FIVE PRECEPTS

အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတ္တာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

*Ahan ban tay/ ti tha ra nay na/ tha ha/ pin sa/ thi lan/dham mam/ yar sar mi/ a noke ga han/ kat twar/ thi lan day hta/ may/ ban tay.*

Ahaṃ bhaṇ.te, tisaṛaṇe.na saha, pañca-sīlaṃ, dhammaṃ yā.cā.mi, anug.gahaṃ katvā, sīlaṃ detha, me bhante.

Venerable Sir, I humbly request for the Five Precepts, together with the Three Refuges, i.e. Buddha, Dhamma and Sangha. Please have compassion for me and grant me the way to undertake the precepts.

အရှင်ဘုရား သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ အင်္ဂါငါးပါးရှိသော သီလတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့်တော်အား ပေးသနားတော်မူပါရန် တောင်းခံပါ၏ ဘုရား။

ဒုတိယမ္ပိ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတ္တာ သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

*Du ti yan pi-Ahan ban tay/ ti tha ra nay na/tha ha/ pin sa thi lan/dham mam yar sar mi/ a noke ga*

*han/ kat twar/ thi lan day hta/ may/ ban tay.*

Dutiyampi, Ahaṃ bhan.te, tisaṛaṇe.na saha, pañca-sīlaṃ, dhammaṃ yā.cā.mi, anug.gahaṃ katvā, sīlaṃ detha, me bhante.

For the second time, Venerable Sir, I humbly request for the Five Precepts, together with the Three Refuges, i.e. Buddha, Dhamma and Sangha. Please have compassion for me and grant me the way to undertake the precepts.

အရှင်ဘုရား နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ အင်္ဂါငါးပါးရှိသော သီလတော်မြတ်ကို ဘုရားတပည့် တော်အား ပေးသနားတော်မူပါရန် တောင်းခံပါ၏ဘုရား။

တတိယမို့ အဟံ ဘန္တေ တိသရဏေန သဟ ပဉ္စသီလံ ဓမ္မံ ယာစာမိ၊ အနုဂ္ဂဟံ ကတ္တု သီလံ ဒေထ မေ ဘန္တေ။

*Ta ti yan pi-Ahaṃ bhan.te, tisaṛaṇe.na saha, pañca-sīlaṃ, dhammaṃ yā.cā.mi, anug.gahaṃ katvā, sīlaṃ detha, me bhante.*

Tatīyampi, Ahaṃ bhan.te, tisaṛaṇe.na saha, pañca-sīlaṃ, dhammaṃ yā.cā.mi, anug.gahaṃ katvā, sīlaṃ detha, me bhante.

For the third time, Venerable Sir, I humbly request for the Five Precepts, together with the Three Refuges, i.e. Buddha, Dhamma and Sangha. Please have compassion for me and grant me the way to undertake the precepts.

အရှင်ဘုရား သုံးကြိမ်မြောက်လည်း သရဏဂုံသုံးပါးနှင့်တကွ အင်္ဂါငါးပါးရှိသော သီလတော်မြတ်ကို ဘုရား တပည့်တော်အား ပေးသနားတော်မူ ပါရန် တောင်းခံပါ၏ဘုရား။

အာမ ဘန္တေ။                      *Arma Ban Tay*  
Āma Bhante.                      Yes, Venerable sir.                      မှန်ပါ၊ အရှင်ဘုရား။

**READER - 3**

**ဘုရားရှိခိုးခြင်း - Paying Homage to the Buddha**

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။ (သုံးကြိမ်)

*Na maw/ tat tha/ ba ga wa taw/ ara ha taw/ than mar tham budd dat tha. ( Three times)*

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa (3X)

Homage to Him, the Blessed One, the Exalted One, the Full Enlightened One.

ဘုန်းတော်ခြောက်ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာ၊ သတ္တဝါ၊ အနန္တ မှန်သမျှတို့၏ ပူဇော် အထူးကို ခံယူ တော်မူထိုက်ပါသော သစ္စာလေးတန် တရားအမှန်ကို ဆရာ မကူ မိမိအလိုလိုသိတော် မူသော ထိုမြတ်စွာဘုရားအား ရှိခိုးပါ၏အရှင်ဘုရား။

**သရဏဂုံသုံးပါ ဆောက်တည်ခြင်း - Taking the Three Refuges**

ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Bud dham/ Tha ra nam/ git sar mi.*

Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

I take the Buddha as my refuge.

မြတ်စွာဘုရားကို၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Dham mam/ tha ra nam/ git sar mi.*

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

I take the Dhamma as my refuge.

တရားတော်ကို၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Than gan/ tha ra nam/ git sar mi.*

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

I take the Sangha as my refuge.

သံဃာတော်ကို၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

ဒုတိယမိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Du ti yam pi / Bud dham/ Tha ra nam/ git sar mi.*

Dutiyampi Buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

For the second time, I take the Buddha as my refuge.

နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း၊ မြတ်စွာဘုရားကို၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

ဒုတိယမိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Du ti yam pi / Dham mam/ tha ra nam/ git sar mi.*

Dutiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

For the second time, I take the Dhamma as my refuge.

နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်း၊ တရားတော်ကို၊ ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

ဒုတိယမိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Du ti yam pi / Than gan / tha ra nam/ git sar mi.*

Dutiyampi Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

For the second time, I take the Sangha as my refuge.

နှစ်ကြိမ်မြောက်လည်းသံဃာတော်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

တတိယမိ ဗုဒ္ဓံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Ta ti yan pi/ Bud dham/ Tha ra nam/ git sar mi.*

Tatiyampi Buddhamaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

For the third time, I take the Buddha as my refuge.

သုံးကြိမ်မြောက်လည်းမြတ်စွာဘုရားကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

တတိယမိ ဓမ္မံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Ta ti yan pi/ Dham mam/ tha ra nam/ git sar mi.*

Tatiyampi Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

For the third time, I take the Dhamma as my refuge.

သုံးကြိမ်မြောက်လည်းတရားတော်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

တတိယမိ သံဃံ သရဏံ ဂစ္ဆာမိ။ *Ta ti yan pi/ Than gan / tha ra nam/ git sar mi.*

Tatiyampi Saṃghaṃ saraṇaṃ gacchāmi.

For the third time, I take the Sangha as my refuge.

သုံးကြိမ်မြောက်လည်းသံဃာတော်ကို ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဆည်းကပ်ပါ၏။

အာမ ဘန္တေ။ *Arma Ban Tay*

Áma Bhante. Yes, Venerable sir. မှန်ပါ၊ အရှင်ဘုရား။

READER -4

ငါးပါးသီလ ဆောက်တည်ခြင်း - Five Precepts

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

1.Par nar ti par tar/ way ra ma ni/ thek khar pa dam/ tha mar di yar mi.

1.Pānātipātā ve.ra.ma.ṇi sik.khā pa.daṃ sa.mā.di.yā.mi.

1.I take the precept to abstain from killing living beings.

၁။ သူတစ်ပါး၏ အသက်ကိုသတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း သိက္ခာပုဒ်ကို ဆောက်တည်ပါ၏။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

2.Aa dain nar dar nar/ way ra ma ni/ thek khar pa dam/ tha mar di yar mi.

2.Adīn.nā.dānā ve.ra.ma.ṇi sik.khā pa.daṃ sa.mā.di.yā.mi.

2. I take the precept to abstain from taking what is not freely given.

၂။သူတစ်ပါး၏ဥစ္စာကို ခိုးယူခြင်း(မတရားယူခြင်း)မှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း သိက္ခာပုဒ်ကို ဆောက်တည်ပါ၏။

၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

3. Kar may thu/ mate sar/ sar rar/ way ra ma ni/ thek khar pa dam/ tha mar di yar mi.

3. Kā.me.su.mic.chā.cā.rā ve.ra.ma.ṇi sik.khā pa.daṃ sa.mā.di.yā.mi.

3. I take the precept to abstain from committing sexual misconduct.

၃။ သူတစ်ပါးသားမယား (လင်သား)ကို ပြစ်မှားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း သိက္ခာပုဒ် ကို ဆောက်တည်ပါ၏။

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

4. Mu thar war dar/ way ra ma ni/ thek khar pa dam/ tha mar di yar mi.

4. Musā.vādā ve.ra.ma.ṇi sik.khā pa.daṃ sa.mā.di.yā.mi.

4. I take the precept to abstain from telling lies.

၄။ လိမ်ညာပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း သိက္ခာပုဒ်ကို ဆောက်တည်ပါ၏။

၅။ သုရာမေရယ မဇ္ဇပ္ပမာဒဋ္ဌာနာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

5. Thurar may ra ya/misza pa mar/dat htar nar/way ra ma ni/thek khar padam/tha mar di yar mi.

5. Surā -me.raya-majja-pamā.daṭ.ṭhānā ve.ra.ma.ṇi sik.khā pa.daṃ sa.mā.di.yā.mi.

5. I take the precept to abstain from intoxicating drinks and drugs that cause heedlessness.

၅။ အရက်သေစာ မူးယစ်ဆေးဝါး သောက်စား သုံးစွဲခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း သိက္ခာပုဒ်ကို ဆောက်တည်ပါ၏။

အာမ ဘန္တေ။

Arma Ban Tay

Āma Bhante.

Yes, Venerable sir.

မှန်ပါ! အရှင်ဘုရား။

READER -5

ဘုရားဂုဏ်တော် (၉)-ပါး - Nine Virtues of the Buddha

ကုတိပိ သော ဘဂဝါ

Iti/ pi / thaw / ba ga war...

၁။ အရဟံ

(1) Ara ham

၂။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ

(2) Than mar/ tham budd dhaw

၃။ ဝိဇ္ဇာစရဏ သမ္ပန္နော

(3) Wait zar/sa ra na/ than pan naw

၄။ သုဂတော

(4) Thu ga taw

၅။ လောကဝိဒူ

(5) Law ka wi du

၆။ အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ

(6) Anote taraw/puritha/Dhamma tharra hti

၇။ သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ

(7) That htar/ day wa/ ma note thar nan

၈။ ဗုဒ္ဓေါ

(8) Buddhho

၉။ ဘဂဝါ။

(9) Ba ga war

Itipi so bhagava

1. araham,
2. sammā sambuddho,
3. Vij.jā ca.ra.ṇa sam.pan.no,
4. sugato,
5. Loka.vidū,
6. Anut.taro pū.ri.sa dhamma sā.ra.thi,
7. Sat.thā deva manus.sā naṃ,
8. buddho,
9. bhagavā.

1. The Blessed One is known as Arahāṃ because he is worthy of special veneration by all men, devas and brahmas.
2. The Blessed One is known as Sammā-sambuddho because he has fully realized all that should be known by himself.
3. The Blessed One is known as Vijjā caraṇa sampanno because he is proficient in supreme knowledge and in the practice of morality.
4. The Blessed One is known as Sugato because he speaks only what is true and beneficial.
5. The Blessed One is known as Lokavidū because he knows all the three Lokas, namely the world of living beings, the world of conditioned things, and the planes of existences.
6. The Blessed One is known as Anuttaro pūrisadhamma sārathi because he is the incomparable charioteer who is adept in taming those who deserve to be tamed.
7. The Blessed One is known as Satthā deva manussānaṃ because he is the guiding teacher of all devas and men.
8. The Blessed One is known as Buddho because he himself is the Enlightened One, and he can enlighten others.
9. The Blessed One is known as Bhagavā because he is the most exalted and most glorious One.

အမှန်စင်စစ်အားဖြင့် ထိုမြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးသည်....

- ၁။ သီလအစင်ကြယ်ဆုံး ဖြစ်ပါပေ၏။
- ၂။ သိဖွယ်ရာ တရားအလုံးစုံကို ကိုယ်တော်တိုင် သိမြင်တော်မူပါပေ၏။
- ၃။ အသိဉာဏ် ဝိဇ္ဇာ၊ အကျင့်သိက္ခာစရုဏတို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူ၏။
- ၄။ မှန်ကန်၍ အကျိုးရှိရာကိုသာ ပြောဆိုတော်မူ၏။
- ၅။ လောကသုံးပါး(သတ္တလောက၊ သင်္ခါရလောက၊ သြကာသလောက)တို့ကို သိတော်မူပါပေ၏။

- ၆။ ရိုင်းစိုင်းနေသူမှန်သမျှကို ဆုံးမတော်မူသည့်နေရာတွင် အတော်ဆုံးဖြစ်ပါပေ၏။
- ၇။ လူနတ်ဗြဟ္မာတို့၏ ဆရာသခင်ဖြစ်တော်မူပါပေ၏။
- ၈။ အရိယာသစ္စာ(၄)ပါးကို ကိုယ်တော်တိုင် ထိုးထွင်းသိမြင်တော်မူ၍ သတ္တဝါ အနန္တတို့ကိုလည်း သိစေတော်မူပါပေ၏။
- ၉။ ဘုန်းတော်(၆)ပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။

**READER -6**

ယေ စ ဗုဒ္ဓါ အတီတာ စ၊  
 ယေ စ ဗုဒ္ဓါ အနာဂတာ။  
 ပစ္စုပ္ပန္နာ စ ယေ ဗုဒ္ဓါ၊  
 အဟံ ဝန္ဓာမိ သဗ္ဗဒါ။

*Yay sa Buddhar Atitar sa.*  
*Yay sa Buddhar Anar Gatar.*  
*Pissout Pannar sa Yay Buddhar.*  
*Aham Wandarmi That Badar.*

Ye ca Buddhā atī.tā ca,  
 Ye ca Buddhā anā.gatā,  
 Pac.cup.pannā ca ye Buddhā,  
 Aham van.dāmi Sab.bhadā.

To the Buddhas of the past,  
 To the Buddhas of the future,  
 To the Buddhas of the present,  
 I offer my reverence always.

ရှေးလွန်လေပြီးသော မြတ်စွာဘုရားတို့အားလည်းကောင်း၊ နောင်ပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက်တော်မူလာမည့် မြတ်စွာဘုရားတို့အားလည်းကောင်း၊ ယခုမျက်မှောက်ကာလ၌ ပွင့်တော်မူကြကုန်သော မြတ်စွာဘုရား တို့အားလည်း ကောင်း၊ အမြဲမပြတ် အခါခါသိမ်း တပည့်တော် ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

နတ္ထိမေ သရဏံ အညံ၊  
 ဗုဒ္ဓေါမေ သရဏံ ဝရံ။  
 ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊  
 ဟောတုမေ ဇယမင်္ဂလံ။

*Nat thi may tha ra nam an nam,*  
*Buddhaw may tha ra nam wa ram,*  
*A tay na thit sa wat zay na,*  
*Haw tu may za ya man ga lan.*

Nat.thi me sara.ṇaṃ aññāṃ,  
 Buddhho me sara.ṇaṃ varam,  
 E.tena sac.ca vaj.jena,  
 Hotu me jaya.maṃ.galaṃ.

For me there is no other refuge,  
 The Buddha is my matchless refuge,  
 By these words of truth,  
 May joyous victory be mine.

ငါ့အား ရတနာသုံးပါးမှတစ်ပါး ကိုးကွယ်ရာသည်မရှိ၊ သဗ္ဗညုဘုရားသည် ငါ၏ မြတ်သောကိုးကွယ်ရာ တည်း၊ ဤမှန်ကန်သော သစ္စာစကားကြောင့် ငါ့အား အောင်မြင်ခြင်း မင်္ဂလာသည် ဖြစ်ပါစေသတည်း။



ဥတ္တမင်္ဂေန ဝန္ဓေဟံ၊  
ပါဒပံသု ဝရုတ္တမံ။  
ဗုဒ္ဓိယော ခလိတော ဒေါသော၊  
ဗုဒ္ဓေါ ခမတု တံ မမံ။

*Out ta man gay na wan day ham,  
Par da pan thu wa yut ta man,  
Buddhi yaw Kha li taw daw thaw,  
Buddhaw kha ma tu tan ma man.*

Ut.ta.maṃ.gena van.de haṃ,  
Pāda paṃ.su varut.ta.maṃ,  
Buddhi.yo kha.li.to do.so,  
Buddho kha.matu taṃ ma.maṃ.

With my forehead I pay reverence,  
To the dust at His feet,  
If I have done wrong to the Buddha,  
May the Buddha please forgive me.

လွန်ကဲထူးမြတ်သော ဘုန်းလက္ခဏာတော်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၏ ခြေတော်အစုံ ကြာပန်တို့ကို တပည့်တော်၏ ဦးခေါင်း ရတနာ မြတ်အင်္ဂါဖြင့် ရိုသေစွာ ရှိခိုးပါ၏။ မြတ်စွာဘုရားအား အကယ်၍ များ ပြစ်မှား မိသည်ရှိသော် ထိုအပြစ်တို့မှ သည်းခံတော်မူပါအရှင်ဘုရား။

**READER -7**

**တရားဂုဏ်တော် (၆) ပါး - The Six Virtues of the Dhamma**

- ၁။ သွာက္ခာတော ဘဂဝတာ ဓမ္မော
- ၂။ သန္တိဋ္ဌိကော
- ၃။ အကာလိကော
- ၄။ ဧဟိပဿိကော
- ၅။ ဩပနေယျိကော
- ၆။ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗော ဝိညူဟိ။

- (1) *Thwat khartaw/ba gawa tar/Dham maw*
- (2) *Than date hti kaw*
- (3) *A kar li kaw*
- (4) *Aye hi pat thi kaw*
- (5) *Aw pa/ nay yi kaw*
- (6) *Pit sat tan/ way di tat baw/ wiain nyu hi.*

- 1. Svāk.khā to bhagava.tā dhammo,
- 2. San.dit.thiko,
- 3. a. kā li.ko,
- 4. Ehi.pas.si.ko,
- 5. o.pa.ne.yi.ko,
- 6. Pac.catam vedi.tab.bo viñ.ñū.hi.

- 1. The Dhamma comprising the four Maggas, the four Phalas, the Nibbana and the Buddhist scriptures is well expounded by the Exalted One.
- 2. It can be seen and realized vividly by oneself if one practises the Dhamma.

- 3. It yields immediate results to those who practise the Dhamma and the Fruition-consciousness follows the Path-consciousness without delay.
- 4. It is so distinct and pure that it is worthy of inviting others to come and see it.
- 5. It is worthy of being perpetually borne in mind.
- 6. It can be experienced by the wise individually.

၁။ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားတော်မြတ်သည် စ လယ် ဆုံး သုံးပါး လုံး  
ကောင်းမွန်ပါပေ၏။

၂။ ကိုယ်တိုင်အားထုတ်မှ သိမြင်နိုင်၏။

၃။ အချိန်မဆိုင်းပဲ ချက်ချင်း အကျိုးပေး၏။

၄။ လာပါ၊ ကြည့်ရှုပါ၊ ကျင့်ကြံပါဟု ဖိတ်ခေါ်ထိုက်သော တရားဖြစ်ပါပေ၏။

၅။ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်သို့ ဖြောင့်တန်းစွာ ဆိုက်ရောက်စေနိုင်ပါပေ၏။

၆။ ပညာဉာဏ်ကြီးမားသူများနှင့် အရိယာများသာ ကိုယ်တိုင်သိမြင်ခံစားရသော တရားတော်မြတ်  
ဖြစ်ပါပေ၏။

READER - 8

ယေ စ ဓမ္မာ အတိတာ စ၊  
ယေ စ ဓမ္မာ အနာဂတာ။  
ပစ္စုပ္ပန္နာ စ ယေ ဓမ္မာ၊  
အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ။

*Yay sa Dhammar Atitar sa.*  
*Yay sa Dhammar Anar Gatar.*  
*Pissout Pannar sa Yay Dhammar.*  
*Aham Wandarmi That Badar.*

Ye ca Dhammā atī.tā ca,  
Ye ca Dhammā anā.gatā,  
Pac.cup.pan.nāca ye Dhammā,  
Aham van.dāmi Sab.bha.dā.

To the Dhammas of the past,  
To the Dhammas of the future,  
To the Dhammas of the present,  
I offer my reverence always.

ရှေးအတိတ်ကာလ၌ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော တရားတော်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ နောင်အနာဂတ်ကာလ၌ဖြစ် ပေါ်လာမည့် တရားတော်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ ယခုပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်ဆဲဖြစ်သော တရားတော်တို့ကိုလည်းကောင်း၊ အမြဲ မပြတ် အခါခပ်သိမ်း တပည့်တော် ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

နတ္ထိမေ သရဏံ အညံ၊  
ဓမ္မောမေ သရဏံ ဝရံ။  
ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊

*Nat thi may tha ra nam an nam,*  
*Dhammaw may tha ra nam wa ram,*  
*A tay na thit sa wat zay na,*

ဟောတုမေ ဇယမင်္ဂလံ။

*Haw tu may za ya man ga lan.*

Nat.thi me sara.ṇaṃ aññiṃ,  
Dhammo me sara.ṇaṃ varam,  
E.tena sac.ca vaj.jena,  
Hotu me jaya.maṃ.galaṃ.

For me there is no other refuge,  
The Dhamma is my matchless refuge,  
By these words of truth,  
May joyous victory be mine.

ငါ့အား ရတနာသုံးပါးမှတစ်ပါး ကိုးကွယ်ရာသည် မရှိ၊ တရားတော်သည် ငါ၏ မြတ်သော ကိုးကွယ်ရာတည်း၊ ဤမှန်ကန်သော သစ္စာစကားကြောင့် ငါ့အား အောင်မြင်ခြင်း မင်္ဂလာသည် ဖြစ်ပါစေသတည်း။

ဥတ္တမင်္ဂေန ဝန္ဒေဟံ၊  
ဓမ္မဉ္စ တိဝိမံ ဝရံ။  
ဓမ္မိယော ခလိတော ဒေါသော၊  
ဓမ္မော ခမတု တံ မမံ။

*Out ta man gay na wan day ham,  
Dhan sa ti wi dhan wa ram,  
Dhammi yaw Kha li taw daw thaw,  
Dhammaw kha ma tu tan ma man.*

Ut.ta.maṃ.gena vande haṃ,  
Dhammañ ca tivi.dhaṃ varam,  
Dhammi yo kha.li.to doso,  
Dhammo kha.matu taṃ ma.maṃ.

With my forehead I pay reverence,  
To the matchless threefold Dhamma,  
If I have done wrong to the Dhamma,  
May the Dhamma please forgive me.

မြင့်မြတ်သော သုံးပါးအပြားရှိသော တရားတော်မြတ်ကို တပည့်တော်၏ ဦးခေါင်း ရတနာ မြတ်အင်္ဂါဖြင့် ရိုသေစွာ ရှိခိုးပါ၏။ တရားတော်မြတ်အား ပြစ်မှားမိသည်ရှိသော် ထိုအပြစ်တို့မှ တပည့်တော်အား သည်းခံခွင့် လွှတ်တော် မူပါအရှင်ဘုရား။

**READER -9**

**သံဃာ့ဂုဏ်တော် (၉) ပါး - The Nine Virtues of the Samgha**

- ၁။ သုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
- ၂။ ဥဇုပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
- ၃။ ဉာယပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
- ၄။ သာမိဗ္ဗိပ္ပဋိပန္နော ဘဂဝတော သာဝကသံဃော ယဒိံ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ အဋ္ဌပုရိသပုဂ္ဂလာ  
သေ ဘဂဝတော သာဝကသံဃော
- ၅။ အာဟုနေယျော
- ၆။ ပါဟုနေယျော

၇။ ဒက္ခိဏေယျော

၈။ အဗ္ဗလိကရဏိယော

၉။ အနုတ္တရံ ပုညက္ခေတ္တံ လောကဿ။

(1) *Thote pa ti/ pan naw/ ba ga wa taw/ thar wa ka than gaw*

(2) *Oo zote pa ti pan naw/ba ga wa taw/ thar wa ka than gaw*

(3) *Nyar yat pa ti pan naw/ ba ga wa taw/thar wa ka than gaw*

(4) *Tharmi/sate pa ti pannaw/ba ga wa taw/thar wa ka than gaw/ya di dan/sat tar ri/puri tha/ya gar ni/at hta pu ri tha/poke ga lar/aye tha ba ga wa taw/thar wa ka than gaw.*

(5) *Ar hu/ nay yaw*

(6) *Par hu/ nay yaw*

(7) *Dat khi /nay yaw*

(8) *In za li/ ka ra ni yaw*

(9) *A not/ ta ran/ pon nyat/ khit tan/ law kat tha.*

1. Sup.pati.pan.no bhagava.to sã.vaka saṃ.gho,

2. Ujup.pati.pan.no bhagava.to sã.vaka saṃ.gho,

3. Nãyp.pati.pan.no bhagava.to sã.vaka saṃ.gho,

4. Sãmicip.pati.pann.o bhagava.to sã.vaka saṃ.gho, yadi.daṃ cat.tãri purisa.yu.gãni at..tha.puri.sa pug.gha.lã esã bhagava.to sã.vaka saṃ.gho,

5. Āhu.neyo,

6. Pãhu.neyo,

7. Dakkhi.neyo,

8. Añ.jali.karanī.yo

9. Anut.ta.raṃ puñ.ñak.khet.taṃ lo.kas.sa.

1. The disciples of the Exalted One practise well the threefold training of morality, concentration and wisdom.

2. The disciples of the Exalted One practise righteously the threefold training.

3. The disciples of the Exalted One practise to realize the Nibbãna. They are endowed with righteous conduct leading to the Nibbana.

- 4. The disciples of the Exalted One practise to be worthy of veneration. The disciples of the Exalted One practise numbering four pairs of ariyas or eight noble persons are:
- 5. worthy of receiving offerings brought even from afar;
- 6. worthy of receiving offerings specially set aside for guests;
- 7. worthy of receiving offerings offered with the belief that the offering will bear fruits in future existences;
- 8. worthy of receiving reverential salutation of men, devas and brahmas;
- 9. the peerless fertile field for planting the seeds of merit.

- ၁။ မြတ်စွာဘုရား၏တပည့်သား အရိယာသံဃာတော်အပေါင်းသည် ကိလေသာငြိမ်းကြောင်း အကျင့် ကောင်းတို့ကို ကောင်းမွန်စွာ ကျင့်တော်မူကြပါပေ၏။
- ၂။ (သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ) သိက္ခာသုံးရပ်ကို မဖောက်မပြန် ဖြောင့်မှန်စွာ ကျင့်တော်မူကြပါပေ၏။
- ၃။ နိဗ္ဗာန်အလို့ငှါ ဝီရိယရှိစွာ ကျင့်တော်မူကြသည်။
- ၄။ (လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာတို့၏) ရိုသေပူဇော်မှုကို ခံယူထိုက်အောင် ကျင့်တော်မူကြပါပေ၏။ ထို မဂ္ဂဋ္ဌာန်လေးပါး၊ ဖလဋ္ဌာန်လေးပါးတည်းဟူသော ရှစ်ပါးသော အရိယာသံဃာတော်မြတ်အပေါင်းသည်-
- ၅။ ပစ္စည်းလေးပါးကို ခံယူတော်မူထိုက်ပါပေ၏။
- ၆။ ပူဇော်အထူးကို ခံယူတော်မူထိုက်ပါပေ၏။
- ၇။ နောင်တမလွန်ကောင်းကျိုးအတွက် ယုံကြည်၍ ပေးလှူသည်ကို ခံယူတော်မူထိုက်ပါပေ၏။
- ၈။ လက်စုံမိုး၍ ရှိခိုးပူဇော်မှုကို ခံယူတော်မူထိုက်ပါပေ၏။
- ၉။ ကုသိုလ်မျိုးစေ့ စိုက်ပျိုးကြံ့ချရာ လယ်ယာမြေသဖွယ် ဖြစ်ပါပေ၏။

**READER - 10**

ယေ စ သံဃာ အတိတာ စ၊  
 ယေ စ သံဃာ အနာဂတာ။  
 ပစ္စုပ္ပန္နာ စ ယေ သံဃာ၊  
 အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ။

*Yay sa than gar Atitar sa.*  
*Yay sa than gar Anar Gatar.*  
*Pissout Pannar sa Yay Than gar.*  
*Aham Wandarmi That Badar.*

Ye ca Sanghā atī.tā ca,  
 Ye ca Sanghā anā.gatā,  
 Pac.cup.pan.nā ca ye Sanghā,  
 Aham vandā.mi Sab.bha.dā.

To the Sanghas of the past,  
 To the Sanghas of the future,  
 To the Sanghas of the present,  
 I offer my reverence always.

ရှေးအတိတ်ကာလ၌ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော သံဃာတော်အပေါင်းကိုလည်းကောင်း၊ နောင်အနာဂတ်ကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်လာမည့် သံဃာတော်အပေါင်းကိုလည်းကောင်း၊ ယခုပစ္စုပ္ပန်ကာလ၌ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ရှိကြကုန်သော သံဃာတော် အပေါင်းကိုလည်းကောင်း၊ အမြဲမပြတ် အခါခပ်သိမ်း တပည့်တော် ရှိခိုးပါ၏ အရှင်ဘုရား။

နတ္ထိမေ သရဏံ အညံ၊  
သံဃောမေ သရဏံ ဝရံ။  
ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊  
ဟောတုမေ ဇယမင်္ဂလံ။

*Nat thi may tha ra nam an nam,  
Than ghaw may tha ra nam wa ram,  
A tay na thit sa wat zay na,  
Haw tu may za ya man ga lan.*

Nat.thi me sara.ṇaṃ añ.ñāṃ,  
Sangho me sara.ṇaṃ varam,  
E.tena sac.ca vaj.jena,  
Hotu me jaya.maṃ.galaṃ.

For me there is no other refuge,  
The Sangha is my matchless refuge,  
By these words of truth,  
May joyous victory be mine.

ငါ့အား ရတနာသုံးပါးမှတစ်ပါး ကိုးကွယ်ရာသည် မရှိ၊ ပရမတ္ထသံဃာတော်သည် ငါ၏ မြတ်သော ကိုးကွယ်ရာတည်း၊ ဤမှန်ကန်သော သစ္စာစကားကြောင့် ငါ့အား အောင်မြင်ခြင်း မင်္ဂလာသည် ဖြစ်ပါစေ သတည်း။

ဥတ္တမင်္ဂေန ဝန္ဒေဟံ၊  
သံဃဉ္စ ဒုဝိဓံ ဝရံ။  
သံဃိယော ခလိတော ဒေါသော၊  
သံဃော ခမတု တံ မမံ။

*Out ta man gay na wan day ham,  
Than ghan sa du wi dhan wa ram,  
Than gyi yaw Kha li taw daw thaw,  
Than ghaw kha ma tu tan ma man.*

Ut.ta.maṃ.gena vande haṃ,  
Sanghañ ca duvi.dhaṃ va.raṃ,  
Sanghi yo kha.li.to doso,  
Sangho kha.matu taṃ ma.maṃ.

With my forehead I pay reverence,  
To the matchless twofold Sanghas,  
If I have done wrong to the Sanghas,  
May the Sangha please forgive me.

မြင့်မြတ်သော နှစ်မျိုးနှစ်စားအပြားရှိသော သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းကို တပည့်တော်၏ ဦးခေါင်း ရတနာ မြတ်အင်္ဂါဖြင့် ရှိသေစွာ ရှိခိုးပါ၏။ သံဃာတော်အပေါင်းအား ပြစ်မှားမိသည်ရှိသော် ထိုအပြစ်တို့မှ တပည့် တော်အား သည်းခံခွင့်လွှတ်တော်မူပါအရှင်ဘုရား။

**READER - 1 1**

**မေတ္တာပို့သခြင်း - Loving-kindness**

၁။ အဟံ အဝေရော ဟောမိ၊ အဗျာပဇ္ဇော ဟောမိ၊ အနိယော ဟောမိ၊ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရာမိ၊

Ahaṃ Avero homi, abyā.paj.jho homi, anī.gho homi, sukhī attā.naṃ pari.harā.mi.

May I be free from enmity and danger. May I be free from mental suffering.  
May I be free from physical suffering. May I take care of myself happily.

အကျွန်ုပ်သည် ဘေးရန်ကင်းကွာချမ်းသာရပါလို၏။ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းရပါလို၏။ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းရပါ  
လို၏။ ကိုယ့်ဝန် ကိုယ့်တာ ကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာ မွေးမြူနိုင်ရပါလို၏။

၂။ မမ မာတာပိတု၊ အာစရိယာ စ၊ ဉာတိမိတ္တာ စ၊ သဗြဟ္မစာရိယော စ၊ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနိဃာ  
ဟောန္တု၊ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

Mama mātā.pitu, āca.riyā ca, Ñati mit.tā ca, sa.brah.ma.cārīno ca, averā hontu, abyā.paj.jā hontu,  
anī.ghā hontu, su.khī attā.naṃ pari.haran.tu.

May my parents, teachers, Relatives and friends, fellow dhamma farers,  
May they be free from enmity and danger. May they be free from mental suffering.  
May they be free from physical suffering. May they take care of themselves happily.

အကျွန်ုပ်၏ မိဘနှစ်ပါး၊ ဆရာသမား အားလုံး၊ ဉာတကာ မိတ်ဆွေ အားလုံး၊ တရားကျင့်ဖော်များ အားလုံး၊ ဘေးရန်  
ကင်းကွာ ချမ်းသာကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ့်ဝန် ကိုယ့်တာ  
ကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာ မွေးမြူနိုင်ကြပါစေ။

**READER - 12**

၃။ ဣမသ္မိ အာရာမေ သဗ္ဗေ ယောဂီနော အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနိဃာ ဟောန္တု၊ သုခိ အတ္တာနံ  
ပရိဟရန္တု။

Ima.smim ārā.me sab.be yogi.no, ave.rā hontu, abyā.paj.jā hontu, anī.ghā hontu, su.khī attā.naṃ  
pari.haran.tu.

May all yogis in this compound be free from enmity and danger, be free from mental suffering, be free  
from physical suffering, may they take care of themselves happily.

ဤအရံအတွင်းမှာမှီတင်းနေထိုင်ကြကုန်သောယောဂီသူတော်စင်အားလုံးဘေးရန်ကင်းကွာချမ်းသာကြပါစေ၊စိတ်ဆင်း  
ရဲခြင်းကင်းကြပါစေ၊ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ့်ဝန်ကိုယ့်တာကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာမွေးမြူနိုင်ကြ ပါစေ။

၄။ ဣမသ္မိ အာရာမေ သဗ္ဗေ ဘိက္ခု၊ သာမဏေရာ စ၊ ဥပါသကာ ဥပါသိကာယော စ၊ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ  
ဟောန္တု၊ အနိဃာ ဟောန္တု၊ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

Ima.smim̄ ārā.me Sab.be bhik.khū, sāmāne rā ca, upā saka upā sika yo ca, ave rā hontu, abyā paj jā hontu, anī ghā hontu, su khī attā nam̄ pari haran tu.

May all the monks in this compound novice monks, Laymen and laywomen disciples, May they be free from enmity and danger. May they be free from mental suffering. May they be free from physical suffering. May they take care of themselves happily.

ဤအရံအတွင်းမှာ မှီတင်းနေထိုင်ကြကုန်သော ရဟန်း သာမဏေ အားလုံး၊ သူတော်စင် အမျိုးသား၊ သူတော်စင် အမျိုးသမီး အားလုံး၊ ဘေးရန်ကင်းကွာ ချမ်းသာကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ့်ဝန် ကိုယ့်တာ ကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာ မွေးမြူနိုင်ကြပါစေ။

READER - 13

၅။ အမှာကံ စတုပစ္စယ ဒါယကာ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနိဃာ ဟောန္တု၊ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

Amhā.kam̄ catu.pac.caya dā.yākā, ave.rā hontu, abyā.paj.jā hontu, anī.ghā hontu, su.khī attā.nam̄ pari.haran.tu.

May our donors of the four supports: clothing, food, medicine & lodging be free from enmity and danger, be free from mental suffering, be free from physical suffering, May they take care of themselves happily.

အကျွန်ုပ်၏ ပစ္စည်းလေးပါး၊ အလှူဒါယကာ၊ အလှူဒါယိကာမ အားလုံး ဘေးရန်ကင်းကွာ ချမ်းသာကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ့်ဝန် ကိုယ့်တာ ကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာ မွေးမြူနိုင်ကြပါစေ။

၆။ အမှာကံ အာရက္ခ ဒေဝတာ ဣမသ္မိံ ဝိဟာရေ၊ ဣမသ္မိံ အာဝါသေ၊ ဣမသ္မိံ အာရာမေ၊ အာရက္ခ ဒေဝတာ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနိဃာ ဟောန္တု၊ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။

Amhā.kam̄ ārak.kha deva.ta, ima.smim̄ vi.hāre, ima.smim̄ āvā.se, ima.smim̄ ārā.me, ārak.kha deva.ta, ave.rā hontu, abyā.paj.jā hontu, anī.ghā hontu, su.khī attā.nam̄ pari.haran.tu.

May our guardian devas, in this monastery, in this dwelling, in this compound, may the guardian devas be free from enmity and danger, be free from mental suffering, Be free from physical suffering, may they take care of themselves happily.



အကျွန်ုပ်၏ ကိုယ်စောင့်နတ်အပေါင်း၊ ဤကျောင်းတိုက်အတွင်း၌၎င်း၊ ဤအိမ်အတွင်း၌၎င်း၊ ဤအရံ အတွင်း၌၎င်း၊ စောင့်ရှောက်ကြကုန်သော ဒေဝတာနတ်အပေါင်း၊ ဘေးရန်ကင်းကွာ ချမ်းသာ ကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ့်ဝန် ကိုယ့်တာ ကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာ မွေးမြူနိုင်ကြပါစေ။

**READER - 14**

၇။ သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ သဗ္ဗေ ပါဏာ၊ သဗ္ဗေ ဘူတာ၊ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ၊ သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝပရိယာပန္နာ၊ သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ သဗ္ဗေ ပုရိသာ၊ သဗ္ဗေ အရိယာ၊ သဗ္ဗေ အနရိယာ၊ သဗ္ဗေ ဒေဝါ၊ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊ သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ၊ အဝေရာ ဟောန္တု၊ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု၊ အနိယာ ဟောန္တု၊ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။ ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တု၊ ယထာလဒ္ဓ သမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု၊ ကမ္မဿကာ။

Sab.be sattā, sab.be pāṇā, sab.be bhū.tā, sab.be pug.galā, sab.be atta.bhāva-pari.yā.pannā, sab.bā it.thi.yo, sab.be puri.sā, sab.be ari.yā, sab.be ana.riyā, sab.be deva, sab.be manus.sā, sab.be vini.pātikā, ave.rā hontu, abyā.paj.jhā hon.tu, anī.ghā hontu, su.khī attā.naṃ pari.harant.u. Duk.khā muc.cantu, Yathā Lad.dha-sam.patti.to mā vi.gac.chan.tu, Kammas.sakā.

May all beings, all breathing beings, all creatures, all individuals, all personalities, all females, all males, all noble ones, all worldings, all deities, all humans, all those in the four woeful planes, may they be free from enmity and dangers, may they be free from mental suffering, may they be free from physical suffering, may they take care of themselves happily. May all beings be free from suffering. May whatever they have gained not be lost. All beings are owners of their own kamma.

သက်ရှိ ကျား-မ မဟူ သတ္တဝါအပေါင်း၊ ဝင်သက် ထွက်သက် ရှိကြကုန်သော သတ္တဝါအပေါင်း၊ အာလုံးသော သတ္တဝါ အပေါင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးရှိကြကုန်သော သတ္တဝါအပေါင်း၊ အမျိုးသမီးအပေါင်း၊ အမျိုးသားအပေါင်း၊ အရိယာသူတော်စင်အပေါင်း၊ အရိယာမဖြစ်သေးကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း၊ နတ်ဗြဟ္မာအပေါင်း၊ လူသားအပေါင်း၊ အပါယ်ဘုံသားအပေါင်း၊ ဘေးရန်ကင်းကွာ ချမ်းသာကြပါစေ၊ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ့်ဝန် ကိုယ့်တာ ကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာ မွေးမြူနိုင်ကြပါစေ၊ ကိုယ်စိတ်ဆင်းရဲခြင်းမှ ကင်းလွတ်ကြ ပါစေ၊ ရပြီးသော ဂုဏ်သိရ် စည်းစိမ်ဥစ္စာများလည်း မယုတ်လျော့ကြပါစေသတည်း၊ ကိုယ်ပြုသောအမှုအတိုင်း ခံစား စံစားရသူချည်းပါတကား။

**READER - 15**

၈။ ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ၊ ပစ္ဆိမာယ ဒိသာယ၊ ဥတ္တရာယ ဒိသာယ၊ ဒက္ခိဏာယ ဒိသာယ၊ ပုရတ္ထိမာယ အနုဒိသာယ၊

ပစ္ဆိမာယ အနုဒိသာယ၊ ဥတ္တရာယ အနုဒိသာယ၊ ဒက္ခိဏာယ အနုဒိသာယ၊ ဟေဋ္ဌိမာယ ဒိသာယ၊ ဥပရိမာယ ဒိသာယ-  
 သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ သဗ္ဗေ ပါဏာ၊ သဗ္ဗေ ဘူတာ၊ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ၊ သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝပရိယာပန္နာ၊ သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ သဗ္ဗေ  
 ပုရိသာ၊ သဗ္ဗေ အရိယာ၊ သဗ္ဗေ အနရိယာ၊ သဗ္ဗေ ဒေဝါ၊ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊ သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ၊ အဝေရာ ဟောန္တု။  
 အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တု။ အနိယာ ဟောန္တု။ သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တု။ ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တု၊ ယထာလဒ္ဓ သမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု၊  
 ကမ္မဿကာ။

Purathi.māya di.sāya, pac.chi.māya di.sāya, ut.tarāya di.sāya, dak.khi.nāya di.sāya, purathi.māya  
 anu.disā.ya, pac.chi.māya anu.disā.ya, ut.tarā.ya anu.di.sāya, dak.khi.nāya anu.di.sāya,  
 het.thi.māya di.sāya, upari.māya di.sāya, sab.be sattā, sab.be pāṇā, sab.be bhūtā, sab.be pug.galā,  
 sab.be atta.bhāva-pari.yā.pannā, sab.bā it.thi.yo, sab.be puri.sā, sab.be ari.yā, sab.be ana.riyā,  
 sab.be deva, sab.be manus.sā, sab.be vini.pāti.kā, ave.rā hontu, abyā.paj.jā hontu, anī.ghā hontu,  
 su.khī attā.naṃ pari.haran.tu. Duk.khā muc.cantu, yathā Laddha-sam.pat.tito mā vi.gac.chantu,  
 kammās.sakā.

In the eastern direction, in the western direction, in the northern direction, in the southern direction,  
 in the southeast direction, in the northwest direction, in the northeast direction, in the southwest di-  
 rection, in the direction below, in the direction above, may all beings, all breathing beings, all crea-  
 tures, all individuals, all personalities, all females, all males, all noble ones, all worldings, all deities,  
 all humans, all those in the four woeful planes, may they be free from enmity and danger, may they  
 be free from mental suffering, may they be free from physical suffering, may they take care of them-  
 selves happily. May all beings be free from suffering. May whatever they have gained not be lost. all  
 beings are owners of their own kamma.

အရှေ့အရပ်၌ ရှိကြကုန်သော၊ အနောက်အရပ်၌ ရှိကြကုန်သော၊ မြောက်အရပ်၌ ရှိကြကုန်သော၊ တောင်အရပ်၌  
 ရှိကြကုန်သော၊ အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်၌ရှိကြကုန်သော၊ အနောက်မြောက်ထောင့် အရပ်၌ရှိကြကုန်သော၊ အရှေ့  
 မြောက်ထောင့်အရပ်၌ရှိကြကုန်သော၊ အနောက်တောင်ထောင့်အရပ်၌ရှိကြကုန်သော၊ အောက်အရပ်၌ ရှိကြကုန်  
 သော၊ အထက်အရပ်၌ ရှိကြကုန်သော၊ သက်ရှိ ကျား-မ မဟူ သတ္တဝါအပေါင်း၊ ဝင်သက် ထွက်သက် ရှိကြကုန်သော  
 သတ္တဝါအပေါင်း၊ အာလုံးသော သတ္တဝါအပေါင်း၊ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်း၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ပါးရှိကြကုန်သော သတ္တဝါအပေါင်း၊  
 အမျိုးသမီးအပေါင်း၊ အမျိုးသားအပေါင်း၊ အရိယာသူတော်စင်အပေါင်း၊ အရိယာမဖြစ်သေးကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်  
 အပေါင်း၊ နတ်ဗြဟ္မာ အပေါင်း၊ လူသားအပေါင်း၊ အပါယ်ဘုံသားအပေါင်း၊ ဘေးရန်ကင်းကွာ ချမ်းသာကြပါစေ၊  
 စိတ်ဆင်းရဲ ခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်း ကင်းကြပါစေ၊ ကိုယ့်ဝန် ကိုယ့်တာ ကိုယ့်ခန္ဓာ ချမ်းသာစွာ မွေးမြူ  
 နိုင်ကြပါစေ၊ ကိုယ်ဆင်းရဲခြင်းမှ ကင်းလွတ်ကြပါစေ၊ ရပြီးသော ဂုဏ်သိရ် စည်းစိမ်ဥစ္စာများလည်း မယုတ်လျော့ကြ  
 ပါစေသတည်း၊ ကိုယ်ပြုသောအမှုအတိုင်း ခံစား စံစားရသူချည်းပါတကား။

**READER -16**

ဇ။ ဥဒ္ဓံယာဝ ဘဝဂ္ဂါ စ၊ အဇောယာဝ အဝီစိတော။  
သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ ယေ သတ္တာ ပထဝီစရာ။  
အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာ စ၊ နိဒ္ဒါက္ခာ စ နုပဒ္ဒဝါ။

Ud.dham yava bha.vag.gā ca, adho yāva avīc.cito,  
Saman.tā cak.kavāl.esu, ye sat.tā pathavī.carā,  
Abyā.paj.jhā nive.rā ca, niduk.khā ca nupad.davā.

As far as the highest plane of existence, to as far down as the lowest plane,  
in the entire universe, whatever beings that move on earth,  
may they be free from mental suffering and enmity,  
may they be free from physical suffering and danger.

အထက်ဘဝဂ်၊ အောက်အဝီစိ၊ ရှိရှိသမျှ အနန္တစကြာဝဠာ၊ ကုန်းနေ သတ္တဝါအားလုံး ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး  
ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

**READER -17**

ဘဝ။ ဥဒ္ဓံယာဝ ဘဝဂ္ဂါ စ၊ အဇောယာဝ အဝီစိတော။  
သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ ယေ သတ္တာ ဥဒကေစရာ။  
အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာ စ၊ နိဒ္ဒါက္ခာ စ နုပဒ္ဒဝါ။

Ud.dham yāva bha.vag.gā ca, adho yāva avīc.cito,  
Saman.tā cak.kavāl.esu, ye sattā udae.carā,  
Abyā.paj.jhā niver.ā ca, niduk.khā ca nupad.davā

As far as the highest plane of existence, to as far down as the lowest plane,  
in the entire universe, whatever beings that move on water,  
may they be free from mental suffering and enmity.  
May they be free from physical suffering and danger.

အထက်ဘဝဂ်၊ အောက်အဝီစိ၊ ရှိရှိသမျှ အနန္တစကြာဝဠာ၊ ရေနေ သတ္တဝါအားလုံး၊ ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး  
ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

READER - 18

၁။ ဥဒ္ဓံယာဝ ဘဝဂ္ဂိ စ၊ အဓောယာဝ အဝီစိတော။  
သမန္တာ စက္ကဝါဠေသု၊ ယေ သတ္တာ အာကာသေစရာ။  
အဗျာပဇ္ဇာ နိဝေရာ စ၊ နိဒ္ဒါက္ခာ စ နုပဒ္ဒဝါ။

Ud.dham yāva bha.vag.gā ca, adho yāva avīc.cito,  
Saman.tā cak.kavā.lesu, ye sattā ākā.se.carā,  
Abyā.paj.jha nive.rā ca, niduk.khā ca nupad.davā.

As far as the highest plane of existence, to as far down as the lowest plane,  
in the entire universe, whatever beings that move in air,  
may they be free from mental suffering and enmity.  
May they be free from physical suffering and danger.

အထက်ဘဝဂ်၊ အောက်အဝီစိ၊ ရှိရှိသမျှ အနန္တစကြာဝဠာ၊ ကောင်းကင်နေ သတ္တဝါအားလုံး ဥပါဒ်ရန်ဘေး ကင်းစင်ဝေး  
ငြိမ်းအေးကြပါစေ။

READER - 19

သမ္ဗုဒ္ဓေဂါထာ (Homage to supreme Buddhas)

သမ္ဗုဒ္ဓေ အဋ္ဌဝီသဉ္စ  
ဒ္ဓါဒသဉ္စ သဟဿကေ၊  
ပဉ္စသတ သဟဿာနိ  
နမာမိ သိရသာမဟံ၊  
အပ္ပကာ ဝါဠုကာ ဂင်္ဂါ နိဗ္ဗုတာ ဇိနာ၊  
တေ သံ ဓမ္မဉ္စ သံဃဉ္စ  
အာဒရေန နမာမဟံ။  
နမက္ကာရာ နဘာဝေန  
ဟိတ္တာ၊ သဗ္ဗေ ဥပဒ္ဒဓေ  
အနေက အန္တရာယာပိ  
ဝိနယန္တု အသေ သတော။

Sam.buddhe aṭ.ṭha.vīsañ.ca,  
Dvā.da.sañ.ca sahas.sake,  
Pañ.ca.sata sahas.sāmi,  
Namā.mi sirasā.ma.ham,  
Appa.kā vā!u.kā gaṃgā nibbu.tā jinā,  
Te saṃ dhammañ.ca saṃ.ghañca,  
Ādare.na namā.maham,  
Namak.kārā nubhā.vena,  
Hitvā sab.be upad.dave,  
Aneka antarā.yāpi,  
Vinas.santu ase.sato.

Twenty-eight supreme Buddhas, and twelve thousand and five hundred thousand: Bowing my head,

I pay homage to them. Sands in the Ganges are but little, victors who entered Nibbana are innumerable, their teachings and communities I pay homage respectfully. By the power of my homage, getting rid of all calamities, may many a danger vanish totally!

**READER -20**

**အဋ္ဌနမေတံ - သစ္စာစကား**

အဋ္ဌနမေတံ ဘိက္ခဝေ အနဝကာသော၊  
ယံ ပရူပက္ကမေန တထာဂတံ၊  
ဇီဝိတာ ဝေါရောပေယျ။  
အနုပက္ကမေန ဘိက္ခဝေ  
တထာဂတာ ပရိနိဗ္ဗာယန္တိ။  
ဧတေန သစ္စဝဇ္ဇေန၊  
ဝိဂမေန္တု ဥပဒ္ဒဝါ။ ။

Aṭṭhā.na.me.taṃ bhik.kha.ve ana.va.kāso,  
Yaṃ parūpak.ka.mena tathā.gataṃ,  
Jīvi.tā voro.pe.ya,  
Anupak.kame.na bhik.kha.ve,  
tatha.gatā pari.nibbā.yan.ti,  
E.tena sac.ca.vaj.jena,  
Vi.gamen.tu u.pad.davā.

သူတစ်ပါးတို့လုံ့လပြု၍ မြတ်စွာဘုရားကို လုပ်ကြံသတ်ဖြတ်နိုင်ရန် လုံ့ဝ မဖြစ်နိုင်။ မြတ်စွာ ဘုရားများသည် သူတစ်ပါးတို့လုံ့လ မပါဘဲသာ ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုတော်မူကြ၏။ ဤသစ္စာ စကားကြောင့် ဘေးရန်ဟူသမျှ ကင်းရှင်းကြပါစေ။

It is not reason and it is impossible that one may take the Tathāgatā's life. Acually, the Tathāgatas enter into Parinibbāna without other's effort. By telling this truth. May the dangers disappear!

**READER -21**

**(၃၂) ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပုံ**

အတ္ထိ က္ကမသ္မိကာယေ-

ကေသာ လောမာ နခါ ဒန္တာ တစော၊ မံသံ နှာရု အဋ္ဌိ အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ ဝက္ကံ၊ ဟဒယံ ယကနံ ကိလောမကံ ပိဟကံ ပပ္ပါသံ၊ အန္တံ အန္တဂုဏံ ဥဒရိယံ ကရီသံ မတ္ထလုဂီ၊ ပိတ္တံ သေမံ ပုဗ္ဗော လောဟိတံ သေဒေါ မေဒေါ၊ အဿု ဝသာ ခေဋ္ဌော သိဃံာဏိကာ လသိကာ မုတ္တန္တိ။

( Pali ) Atthi imasmim kāye

'kesā lomā nakhā dantā taco, mam.sarṃ nhā.ru aṭ.ṭhi aṭ.ṭhi.min.jarṃ vak.karṃ, hada.yarṃ yakanarṃ kilo.makarṃ piha.karṃ pap.phā.sarṃ, an.taṃ anta.gu.ṇarṃ uda.ri.yarṃ kari.sarṃ mat.tha.lun.garṃ, pit.taṃ se.mharṃ pub.bo lohi.taṃ se.do me.do, as.su va.sā khe.lo sin.ghā.ṇikā la.sikā mut.taṃ' ti.

( မြန်မာ ) ဤငါ၏ ကိုယ်မှာ--

ဆံပင် မွေးညင်း ခြေသည်းလက်သည်း သွား အရေ၊ အသား အကြော အရိုး ရိုးတွင်းချဉ်ဆီ အညှို့၊ နှလုံး အသည်း အမြှေး အဖျဉ်း အဆုတ်၊ အူမ အူသိမ် အစာသစ် အစာဟောင်း ဦးနှောက်၊ သည်းခြေ သလိပ်၊ ပြည် သွေး ချွေး အဆီခဲ၊ မျက်ရည် ဆီကြည် တံတွေး နှပ် အစေး ကျင်ငယ်တို့သာ ရှိပါကုန်သည် တကား။

Reflection on the Parts of the Body

In this body there are hairs of the head, hairs of the skin, nails, teeth, skin, flesh, sinews, bones, bone-marrow, kidney, heart, liver, pleura(diaphragm), spleen, lungs, intestines, mesentery, stomach with its contents, feces, brain, bile, phlegm, pus, blood, sweat, fat, tears, grease, saliva, nasal mucus, synovial fluid and urine.

READER -22

၂၄ ပစ္စည်း (Twenty-Four Conditions)

- ၁။ ဟေတုပစ္စယော = *Hay tu/ pis sa yaw*
- ၂။ အာရမ္မဏပစ္စယော = *Ar ran/ ma na/ pis sa yaw*
- ၃။ အဓိပတိပစ္စယော = *A dhi pa ti/pis sa yaw*
- ၄။ အနန္တရပစ္စယော = *A nan ta ra/ pis sa yaw*
- ၅။ သမနန္တရပစ္စယော = *Tha ma nan ta ra/ pis sa yaw*
- ၆။ သဟဇာတပစ္စယော = *Tha ha zar ta/pis sa yaw*
- ၇။ အညမညပစ္စယော = *In nya/ min nya/ pis sa yaw*
- ၈။ နိဿယပစ္စယော = *Nite tha ya/pis sa yaw*
- ၉။ ဥပနိဿယပစ္စယော = *U pa nite tha ya/pis sa yaw*
- ၁၀။ ပုရေဇာတပစ္စယော = *Pu ray zar ta/pis sa yaw*
- ၁၁။ ပစ္ဆာဇာတပစ္စယော = *Pis sar zar ta/pis sa yaw*
- ၁၂။ အာသေဝနပစ္စယော = *Ar thay wa na/pis sa yaw*
- ၁၃။ ကမ္မပစ္စယော = *Kam ma/pis sa yaw*
- ၁၄။ ဝိပါကပစ္စယော = *Wi par ka/ pis sa yaw*
- ၁၅။ အာဟာရပစ္စယော = *Ar har ra/pis sa yaw*
- ၁၆။ ဣန္ဒြိယပစ္စယော = *Ein dri ya/pis sa yaw*
- ၁၇။ ဈာနပစ္စယော = *Zar na/pis sa yaw*
- ၁၈။ မဂ္ဂပစ္စယော = *Mat ga/ pis sa yaw*
- ၁၉။ သမ္ပယုတ္တပစ္စယော = *Than pa yut ta/ pis sa yaw*

၂၀။ ဝိပုယုတ္တပစ္စယော=

*Wait pa yut ta/pis sa yaw*

၂၁။ အတ္ထိပစ္စယော=

*At hti/ pis sa yaw*

၂၂။ နတ္ထိပစ္စယော=

*Nat hti/pis sa yaw*

၂၃။ ဝိဂတပစ္စယော=

*Wi ga ta/pis sa yaw*

၂၄။ အဝိဂတပစ္စယော=

*A wi ga ta/pis sa yaw*

1. Hetu pac.ca.yo
2. Ā ram.maṇa pac.ca.yo
3. Adhi.pati pac.ca.yo
4. Anan.tara pac.ca.yo
5. Sama.nan tara pac.ca.yo
6. Saha.jāta pac.ca.yo
7. Añ.ñā.mañ.ñā pac.ca.yo
8. Nis.saya pac.ca.yo
9. Upa.nis.saya pac.ca.yo
10. Pure.jāta pac.ca.yo
11. Pac.chā.jāta pac.ca.yo
12. Āse.vana pac.ca.yo
13. Kamma pac.ca.yo
14. Vipaka pac.ca.yo
15. Ā.hāra pac.ca.yo
16. In.dri.ya pac.ca.yo
17. Jhāna pac.ca.yo
18. Mag.ga pac.ca.yo
19. Sam.payut.ta pac.ca.yo
20. Vip.payut.ta pac.ca.yo
21. At.thi pac.ca.yo
22. Nat.thi pac.ca.yo
23. Vi.gata pac.ca.yo
24. Avi.gata pac.ca.yo

Root condition,  
 object condition,  
 predominance condition,  
 proximity condition,  
 contiguity condition,  
 co-nascence condition,  
 mutuality condition,  
 support condition,  
 decisive-support condition,  
 pre-nascence condition,  
 post-nascence condition,  
 frequency condition,  
 kamma condition,  
 resultant condition,  
 nutriment condition,  
 faculty condition,  
 jhana condition,  
 path condition,  
 association condition,  
 dissociation condition,  
 presence condition,  
 absence condition,  
 disappearance condition,  
 non-disappearance condition.

**READER - 23**

**ဆွမ်းတော်ကပ်နှင့် ဆုတောင်း**

အရဟတာဒိနဝဂုဏေဟိ-အရဟံအစရှိသော ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော် တို့နှင့်၊ သမန္တာဂတံ-

ပြည့်စုံတော်မူသော၊ နာထံ-လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူ သော၊ ဗုဒ္ဓံ-သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဓိဿ-ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ-ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂ စေတီတော်မြတ်အား၊ ဝဏ္ဏဂန္ဓရသ သမ္ဗန္ဓိ-အဆင်း၊ အနံ၊ အရသာနှင့် ပြည့်စုံ တော်မူသော၊ ဣမံ ပိဏ္ဏပါတဒနိယ ဘောဇနိယံ-ဤဆွမ်း၊ ခဲဖွယ်၊ ဘောဇဉ်၊ ချိုချဉ် အရသာကို၊ သက္ကစံ-ရိုသေ၊ ဒေမိ-နိဗ္ဗာန် ရည်မှန်း လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇော်မိ-နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

**Swan Taw Kat Hnint Su Taung ( Offering of Foods)**

*A ra ha/ tar di/ na wa/ gu nay hi/ ara han/ a sa/ shi thaw/ koe par/ thaw/ gone taw/ toe hnint/ tha man nar/ ga tan/ pyae sone taw/ mu thaw/ nar htan/ lu nat toe ei/ koe kwal yar/ phyt taw/ mu thaw/ buddham/ that taw/ htin shar/ that bin nyu/ myat swar/ pha yar ko/ out date tha/ yi hmat/ ywe/ say ti/ yat tha/ dar tu/ say ti/ dhamma say ti/ out date tha/ say ti/ pa ri/ baw ga/ say ti taw/ myat/ arr/ wun na/ gan da/ rat tha/ than pam nan/ a sinn/ a nant/ a ya thar hnint/ pyae sone taw mu thaw/ ei man/ pain da/ par ta/ khar da ni ya/ baw za ni yan/ eii swan/ khe fwal/ baw zin/ cho chin/ a ya thar ko/ that kit san/ yo yo thay thay/ day mi/ nate ban/ yi hmann/ hlu dann/ par ei/ ashin pha yarr/ pu zay mi/ nate ban/ ko myaw/ pu zaw par ei/ ashin pha yarr.*

**ဆုတောင်း**

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။  
 မေ-တပည့်တော်၏၊ ဣဒံ ပုညံ-ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာ ဝဟံ-အာသဝေါတရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်း ဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ကေန်ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေသတည်း။

**Su Taung**

*Ei dan/ may/ pon nyan/ ar tha wat/ kha yar/ wa han/ haw tu/ May/ ta pyi/ taw ei/ ei dan/ pon nyan/ eii / kaung hmu the/ arr tha wat kha yar/ wa han/ arr tha waw/ ta yar/ lay par/ toe ei/ kone yar/ kone kyaung/ phyt thaw/ mat nyan/ pho nyan/ myat/ nate ban ko/ aye kan/ yaut aung/ ywat saung/ naing the/ haw tu/ phit par say/ tha tee.*

**Offering of Foods**

O lord, Buddha Supreme! I offer this delicious food to the Buddha who endows with nine supreme attributes and deserves deep reverence of Human, Devous, Bramahs and Sentient beings. As the result of this meritorious deed, may I be mighty enough to definitely attain Nibbana where four kinds of Arthawas (Fluxions) permanetly disappear.



READER -24

ရေတော်ကပ် နှင့် ဆုတောင်း

အရဟတာဒိနဝဂုဏေဟိ-အရဟံအစရှိသော ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော် တို့နှင့်၊ သမန္ဓာဂတံ- ပြည့်စုံတော် မူသော၊ နာထံ-လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ-သက်တော် ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဓိဿ -ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ-ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂ စေတီတော်မြတ်အား၊ သုဒ္ဓသီတလ ပသန္တံ-သန်ရှင်းအေးမြ ကြည်လင်လှသော၊ ဣမံ ပါနီယဘောဇနီယံ-ဤသောက်တော်ရေး၊ သုံးဆောင်တော်ရေးကို၊ သက္ကစ္စံ-ရိုရိုသေသေ၊ ဒေမိ-နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇော်မိ-နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

Yay Taw/ Kat Hnint/ Su Taung( Offering of Water)

A ra ha/ tar di/ na wa/ gu nay hi/ ara han/ a sa/ shi thaw/ koe par/ thaw/ gone taw/ toe hnint/ than man nar/ ga tan/ pyae sone taw/ mu thaw/ nar htan/ lu nat toe ei/ koe kwal yar/ phyt taw/ mu thaw/ buddham/ that taw/ htin shar/ that bin nyu/ myat swar/ pha yar ko/ oat date tha/ yi hmat/ ywe/ say ti/ yat tha/ dar tu/ say ti/ dhamma say ti/oat date tha/ say ti/ pa ri/ baw ga/ say ti taw/ myat/ arr/ thout da/ thi ta la/ pa than nan/ thant shin/ aye mya/ kyi lin/ hla thaw/ ei man/ par ni ya/ baw za ni yan/ eii thout taw yay/ thone saung taw/ yay ko/ that kit san/ yo yo thay thay/ day mi/ nate ban/ yi hmann/ hlu dann/ par ei/ Ashin pha yarr/ pu zay mi/ nate ban/ ko myaw/ pu zaw par ei/ ashin pha yarr.

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

မေ-တပည့်တော်၏၊ ဣဒံ ပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ-အာသဝေါ တရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာ ကုန်ကြောင်း ဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ဧကန်ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု -ဖြစ်ပါစေသတည်း

Su Taung

Ei dan/ may/ pon nyan/ ar tha wat/ kha yar/ wa han/ haw tu/ May/ ta pyi/ taw ei/ ei dan/ pon nyan/ eii / kaung hmu the/ arr tha wat kha yar/ wa han/ arr tha waw/ ta yar/ lay par/ toe ei/ kone yar/ kon kyaung/ phyt thaw/ mat nyan/ pho nyan/ myat/ nate ban ko/ aye kan/ yaut aung/ ywat saung/ naing the/ haw tu/ phyt par say/ tha tee.

Offering of Water

O my lord, Thou art the worthy of worship who has eradicated all sins and free from all defilements; may I offer this water for cleaning and to drink. As the benefit of this good deed may I be pu-

rified and liberated from the sufferings in the cycles of rebirth; and attain Nibbana.

READER -25

ပန်းတော်ကပ်နှင့်ဆုတောင်း

အရဟတာဒိနဝဂုဏေဟိ-အရဟံအစရှိသော ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော် တို့နှင့်၊ သမန္တာ ဂတံ- ပြည့်စုံတော် မှုသော၊ နာထံ-လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ-သက်တော် ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဓိဿ -ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ-ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂ စေတီတော်မြတ်အား၊ ဝဏ္ဏဂန္ဓသမ္ပန္နံ- အဆင်း၊ အနံနှင့် ပြည့်စုံတော်မူသော၊ ဣမံ ပုပ္ဖံ- ဤပန်းကို၊ သက္ကစ္စံ-ရိုရိုသေသေ၊ ဒေမိ-နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇော်မိ-နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

Pann Taw/ Kat Hnint/ Su taung( Offering of Flowers)

A ra ha/ tar di/ na wa/ gu nay hi/ ara han/ a sa/ shi thaw/ koe par/ thaw/ gon taw/ toe hnint/ than man nar/ ga tan/ pyae sone taw/ mu thaw/ nar htan/ lu nat toe ei/ koe kwal yar/ phyt taw/ mu thaw/ buddham/ that taw/ htin shar/ that bin nyu/ myat swar/ pha yar ko/ oat date tha/ yi hmat/ ywe/ say ti/ yat tha/ dar tu/ say ti/ dhamma say ti/ oat date tha/ say ti/ pa ri/ baw ga/ say ti taw/ myat/ arr/ wun na/ gan dha/ than pam nan/ a sin/ a nant/ hnint/ pyae sone thaw/ ei man/ pot fan/ eii pann ko/ that kit san/ yo yo thay thay/ day mi/ nate ban/ yi hmann/ hlu dann/ par ei/ ashin pha yarr/ pu zay mi/ nate ban/ ko myaw/ pu zaw par ei/ ashin pha yarr.

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။

မေ-တပည့်တော်၏။ ဣဒံ ပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ-အာသဝေါ တရား လေးပါးတို့၏ ကုန်ရာကုန်ကြောင်း ဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ကော် ရောက်အောင် ရှုက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု -ဖြစ်ပါစေသတည်း။

Su Taung

Ei dan/ may/ pon nyan/ ar tha wa/ kha yar/ wa han/ haw tu/ May/ ta pyi/ taw ei/ ei dan/ pon nyan/ eii / kaung hmu the/ arr tha wat kha yar/ wa han/ arr tha waw/ ta yar/ lay par/ toe ei/ kone yar/ kone kyaung/ phyt thaw/ mat nyan/ pho nyan/ myat/ nate ban ko/ aye kan/ yaut aung/ ywet saung/ naing the/ haw tu/ phyt par say/ tha tee.

Offering of Flowers

O my lord, Thou art the Glorious One; may I offer these fragrant and beautiful flowers to dec-

orate the sacred abode. As the benefit of this good deed may I be blissful and be liberated from the sufferings in the cycles of rebirth; and attain Nibbana.

READER -26

ဆီမီးတော်ကပ်နှင့်ဆုတောင်း

အရဟတာဒိနဝဂုဏေဟိ-အရဟံအစရှိသော ကိုးပါးသော ဂုဏ်တော် တို့နှင့်၊ သမန္ဓာဂတံ- ပြည့်စုံတော် မူသော၊ နာထံ-လူနတ်တို့၏ ကိုးကွယ်ရာ ဖြစ်တော်မူသော၊ ဗုဒ္ဓံ-သက်တော်ထင်ရှား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားကို၊ ဥဒ္ဓိဿ -ရည်မှတ်၍၊ စေတိယဿ-ဓာတုစေတီ၊ ဓမ္မစေတီ၊ ဥဒ္ဓိဿစေတီ၊ ပရိဘောဂ စေတီတော်မြတ်အား၊ ပဘာဝဏ္ဏေဟိ- အရောင်အဆင်း တို့ဖြင့်၊ အန္ဓကာရံ-အမိုက်မှောင်ကို၊ ဝိနာသကံ-ပယ်ဖျောက်တတ်သော၊ ဣမံ ဒီပဇာလံ-ဤဆီမီး လျှံကို၊ သက္ကစ္စံ-ရိုရိုသေသေ၊ ဒေမိ-နိဗ္ဗာန်ရည်မှန်း လှူဒါန်းပါ၏ အရှင်ဘုရား၊ ပူဇေမိ-နိဗ္ဗာန်ကိုမျှော် ပူဇော်ပါ၏ အရှင်ဘုရား။

Se Mee Taw/ Kat Hnint/ Su Taung ( Offering of lights)

A ra ha/ tar di/ na wa/ gu nay hi/ ara han/ a sa/ shi thaw/ koe par/ thaw/ gon taw/ toe hnin/ than man nar/ ga tan/ pyae sone taw/ mu thaw/ nar htan/ lu nat toe ei/ koe kwal yar/ phyt taw/ mu thaw/ buddham/ that taw/ htin shar/ that bin nyu/ myat swar/ pha yar ko/ aut date tha/ yi hmat/ ywe/ say ti/ yat tha/ dar tu/ say ti/ dhamma say ti/ aut date tha/ say ti/ pa ri/ baw ga/ say ti taw/ myat/ arr/ pa bar/ wun nay hi/ a young/ a sinn/ toe phyint/ an da kar ran/ a mite/ hmaung ko/ wi nar/ tha kan/ pal phyauk/ tat thaw/ ei man/ de pa/ zar lan/ eii se mee hlyan ko/ that kis san/ yo yo thay thay/ day mi/ nate ban/ yi hmann/ hlu dann/ par ei/ pha yarr/ pu zay mi/ nate ban/ yi myaw/ pu zaw par ei/ ashin pha yarr.

ဆုတောင်း

ဣဒံ မေ ပုညံ အာသဝက္ခယာဝဟံ ဟောတု။  
မေ-တပည့်တော်၏၊ ဣဒံ ပုညံ - ဤကောင်းမှုသည်၊ အာသဝက္ခယာဝဟံ-အာသဝေါ တရား လေး ပါးတို့၏ကုန်ရာကုန်ကြောင်း ဖြစ်သော မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို ကေန် ရောက်အောင် ရွက်ဆောင်နိုင်သည်၊ ဟောတု-ဖြစ်ပါစေသတည်း။

Su Taung

Ei dan/ may/ pon nyan/ ar tha wat/ kha yar/ wa han/ haw tu/ May/ ta pyi/ taw ei/ ei dan/ pon nyan/ eii / kaung hmu the/ arr tha wat kha yar/ wa han/ arr tha waw/ ta yar/ lay par/ toe ei/ kone yar/ kon kyaung/ phyt thaw/ mat nyan/ pho nyan/ myat/ nate ban ei/ aye kan/ yaut aung/ ywet saung/ naing the/ haw tu/ phit par say/ tha tee/

Offering of Lights

O my lord, Thou art the Blessed One and the Conqueror of all evil forces; may I offer these lights of candles, lamps, lanterns and joss sticks to illuminate the sacred chamber and to eradicate the darkness. As the benefit of this good deed may I be enlightened and be liberated from the sufferings in the cycles of rebirth; and attain Nibbana.

READER -27

ခုနစ်နေ့ ဘုရားရှိခိုး - Seven Auspicious Days of Buddha

ကြာသပတေးနေ့-ပဋိသန္ဓေယူ

သုံးလူရှင်ပင် ၊ ကျွန်ုပ်ထိပ်တင်၊  
သောင်းခွင်စကြာဝဠာ၊ နတ်ဗြဟ္မာတို့၊  
ညီညာရုံးစု၊ တောင်းပန်မှုကြောင့်၊  
ရတုနဂိုရ်၊ ရွန်းရွန်းစိုသည်၊  
ဝါဆိုလပြည့်၊ ကြွက်မင်းနေဝယ်၊  
ချမ်းမြေ့ကြည်ဖြူ၊ သန္ဓေယူသည်၊  
နတ်လူငြိမ်းဖို့၊ ကိန်းပါကို။

Thursday: the Day He was conceived

*Thone-lu-shin-pin/ kyun-htait-tin/  
thaung-khwin-satkyar-wa-lar/ nat-byamar-doet/  
nyinyaryone-su/ taung-pan-hmu-kyaungt/  
yadu-nago/ shwun-shwun-so-thi/  
war-hso-la-pyi/ kywatminn-nayt-wel/  
chann-myayt.kyi-phyu/ than-dhay-yu-thi/  
nat-lu-nyeinn-bo/ keinn-par-ko.*

Translation

Being implored in union by the devas and brahmas  
Of the ten thousand universes,  
Lord of the three worlds, object of my adoration,  
Descended (from Tusita Deva realm)

Into his royal mother's womb  
On Thursday, the full moon day of Asalha  
An occasion promising the peace for Devas and Men.

READER -28

သောကြာနေ့-ဖွားမြင်

သန္ဓေယူခါ ၊ ဆယ်လကြာသော်၊  
မဟာသက္ကရာဇ်၊ ခြောက်ဆယ့်ရှစ်ကြိ၊  
ကဆုန်လပြည့်၊ သောကြာနေ့ဝယ်၊  
ချမ်းမြေ့စုံစီ၊ လုမ္ဗိနိဉ် ၊  
မဟီလှိုက်ဆူ၊ ဖွားတော်မူသည်၊  
နတ်လူအောင်မြို့လမ်းပါကို။

Friday: the Day of His Birth

*Than-dhay-yu-gar/ hse-la-kyar-thaw/  
ma-har-thak-ka-rit/ chaut-hse-shit-kyone/  
ka-hsun-lapyi/thaout-kyar-nayt-wel/  
chann-myayt-son-si/ lum-bi-ni-hnite/  
ma-hi-hlight-hsu/ phwardaw-mu-thi/  
nat-lu-aung-myo/lann-par-ko.*

Translation

Ten months after conception,  
On Friday, the full moon day of Vesakha,  
In the sixty-eight year of the great era,  
The Lord was born in the cool shade of Lumbini Park  
When the great earth quaked  
To honour the auspicious event  
That laid out the road  
To the City of Nibbana for Devas and Men.

READER -29

တနင်္လာနေ့ - တောထွက်

ဖွားမြင်မြောက်သော်၊ ဆယ့်ခြောက်နှစ်ရွယ်၊

ပျိုနုနယ်၌၊ သုံးသွယ်ရွှေနန်း၊  
 သိမ်းမြန်းပြီးလစ်၊ ဆယ့်သုံးနှစ်လျှင်၊  
 ဘုန်းသစ်လျှံလူ၊ စံတော်မူ၍၊  
 ရွယ်မူနုဖြိုး၊ နှစ်ဆယ့်ကိုးဝယ်၊  
 လေးမျိုးနိမိတ်၊ နတ်ပြဟိတ်ကြောင့်၊  
 ရွှေစိတ်ငြင်ငြို၊ သံဝေပိုက၊  
 ဝါဆိုလပြည့်၊ ကျားမင်းနေဝယ်၊  
 ချမ်းမြေ့ရုံ၊ တောရိပ်လှူသည်၊  
 စုံမြိုင်ပင်ရိပ်၊ ခမ်းမှာကို။

### **Monday: the Day He renounced the World**

*Phwar-myin-myauk-thaw/ sat-chaut-hnit-ywel/  
 pyo-nu-nel-hnite/thone-thwe-shwe-nann/  
 theinn-myann-pyi-lit/ sat-thone-hnit-hlin/  
 bone-thit-lyan-lu/ san-daw-mu-ywayt/  
 ywe-mu-nuphyo/na-sat-ko-wel/  
 lay-myo-na-meit/ nat-pya-heit-kyauk/  
 shwe-seit-nyin-nyo/ than-way-poka/  
 war-so-la-pyi/ kyar-minn-nayt-wel/  
 chann-myayt-ya-gon/ tau-yat-hlone-thi/  
 son-myaingpin-yeit/ khan-hmar-ko.*

### **Translation**

At the young age of sixteen being provided with three princely  
 palaces (as seasonable /residences)  
 He lived in regal splendour for thirteen years.  
 Then at the youthful age of twenty-nine,  
 Being overcome by the religious emotional awakening  
 On seeing the four prophecies conjured up by the devas,  
 He went forth into a humble life  
 In the quiet seclusion of the forest.  
 That was on a Monday, the full moon of Asalha.

READER -30

ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ - ဘုရားဖြစ်

တောရိပ်မြိုင်ပေါ်၊ ခြောက်နှစ်ပျော်၍၊  
 ခါတော်တပုံ၊ ပွင့်ချိန်ကြိုက၊  
 ကဆုန်လပြည့်၊ ဆင်မင်းနေ့ဝယ်၊  
 မြေပရမေ၊ပလ္လင်ဗွေထက်၊  
 ရွှေညောင်တော်ကြီး၊ ဗိတန်ထီးနှင့် ၊  
 မငြီးကြည်ဖြူ၊ နေတော်မူလျက်၊  
 ရန်မြူခပင်း၊ အမိုက်သင်းကို၊  
 အရှင်းပယ်ဖျောက်၊ အလင်းပေါက်က၊  
 ထွန်းတောက်ဘုန်းတော်၊ သောင်းလုံးကျော်သည်၊  
 သုံးဖော်လူတို့ ငြိမ်းပါကို။

Wednesday: the Day He attained Perfect Enlightenment

*Tau-yat-myaing-paw/ chout-hnit-pyaw-ywayt/  
 khar-daw-ta-phone/ pwint-chain-kyone-ka/  
 kasone-la-pyi/ hsin-minn-nayt-we/  
 myayt-pa-ra-may/ pa-lin-bwe-htet/  
 shwe-nyaung-daw-gyi/vi-tan-htee-hnit/  
 ma-nyee-kyi-phyu/ nay-taw-mu-hlyet/  
 yan-mu-kha-pinn/ amite-thinn-ko/  
 ashinn-pe-phyauk/ alinn-pauk-ka/  
 htun-taut-bone-taw/ thaung-lone-kyaw-thi/  
 thone-phawlu-toe- nyeinn-par-ko.*

Translation

After six years of seclusion in the forest,  
 Came the time for Perfect Enlightenment.  
 On a Wednesday, the full moon of Vesakha,  
 Sitting on the Throne of Victory,  
 With the Tree of Enlightenment as a majestic canopy,  
 He vanquished the vexatious hordes (of Mara).  
 Ten thousand universes cheered the arising of the Exalted One,

The Great event went heralded spiritually security  
For denizens of the three worlds.

READER -31

စနေနေ့ - ဓမ္မစကြာဟော

ဘုရားဖြစ်ခါ၊ မိဂါဒါသို့၊  
စကြာရွှေဖွား၊ ဖြန့်ချိသွား၍၊  
ငါးပါးဝဂ္ဂီ၊ စုံအညီနှင့်၊  
မဟီတစ်သောင်း၊ တိုက်အပေါင်းမှ၊  
ခညောင်းကပ်လာ၊ နတ်ဗြဟ္မာအား၊  
ဝါဆိုလပြည့်၊ စနေနေ့ဝယ်၊  
ကြွေကြွေလှုံတက်၊ ဓမ္မစက်ကို၊  
မိန့်မြှောက်ထွေပြား၊ ဟောဖော်ကြားသည်၊  
တရားနတ်စည် ရွမ်းတယ်ကို။

**Saturday: the Day He delivered the first Sermon  
“The Dhammacakkapavattana Sutta”**

*Pha-yar:-phyit-khar/ mi-ga-dar-thoe/  
sat-kyar-shwe-phwar:- phyant-chi-thwar:-ywayt/  
ngar:-par:-waggi/ son-anyi-hnint/  
mahi-ta-thaung/ tike-apaung-hma/  
kha-nyaung-kat-lar/ natbyamar-arr:/  
warso-la-pyae/ sanay-nayt-wel/  
kwayt-kwayt-hlyan-tet/ damasat-ko/  
meintmyet-htwe-pyar:/haw-phaw-kyar:-thi/  
ta-yar- nat-si/ ywann-te-ko.*

**Translation**

Making his way to Migadavana Park,  
The Buddha expounded the Doctrine,  
The Dhammacakkapavattana Sutta.,  
To the group of Five Ascetics  
And an assemblage of devas and brahmas  
Coming from ten thousand universes.



That was a Saturday, the full moon day of Asalha  
When the great drum of Dhamma was first sounded.

READER -32

အင်္ဂါနေ့ - ပရိနိဗ္ဗာန်စံ

တရားနတ်စည်၊ ဆော်ရွမ်းလည်က၊  
သုံးမည်ဘုံသိုက်၊ တစ်သောင်းတိုက်ဝယ်၊  
ကျွတ်ထိုက်သည့်သူ၊ နတ်လူမြဟ္မာ၊  
သတ္တဝါကို၊ ခေမာသောင်သို့၊  
ဖောင်ကုတို့ဖြင့်၊ ဆောင်ပို့ပြီးခါ၊  
ဝါလေးဆယ့်ငါး၊ သက်ကားရှစ်ဆယ်၊  
စုံပြည့်ကြွယ်က၊ ရာလေးဆယ့်ရှစ်၊  
သက္ကရာဇ်ဝယ်၊ နယ်မလ္လာတိုင်း၊  
စံနှိုင်းမယုတ်၊ ကုသိန္ဒာရုံ၊  
အင်ကြင်းစံ၌၊ ကဆုန်လပြည့်၊  
အင်္ဂါနေ့ဝယ်၊ ချမ်းမြေ့နိဗ္ဗာန်၊  
စံတော်မူသည်၊ ဝုန်းဆူသောင်းလုံးကျော်တယ်ကို။

Tuesday: the Day He realized the Ultimate Cessation

Tayar:-nat-si/ hsaw-ywann-li-ka/  
thone-mi-bone-thaik/ ta-thaung-tike-wel/  
kyut-htikethathu/nat-lu-byamar/  
that-ta-war-ko/ khay-mar-thaung-thoe/  
phaung-khado-phyint/ saungpo-pyi-khar/  
war-lay-ze-ngar:/ that-kar:-shit-sel/  
son-pyi-kywel-ka/ yar-lay-ze-shit/  
tha-karitwel/nel-man-lar-tine/  
san-hnine-mayote/ ku-thi-nar-yone/  
in-gyinn-son-hnite/ ka-son-la-pyi/  
ingar-nayt-wel/ chann-myayt-neik-bu/  
san-daw-mu-thi/ whann-su-thaung-lone-kyaw-de-ko.

Translation

Then for forty-five years the Buddha, by the Dhamma,

ferried across to the yonder shore of safety  
 the multitudes of three worlds belonging to ten thousand universes.  
 And at the ripe age of eighty, in the year one hundred  
 and forty-eight, on a Tuesday, the full moon day of Vesakha,  
 Under the Province of Mallas,  
 The Buddha realized the ultimate Cessation,  
 That cast gloom on the ten thousand universes.

## READER -33

### တနင်္ဂနွေနေ့ - တေဇောဓာတ်လောင်

နိဗ္ဗာန်ပြီ၊ ရှုမအိသား၊  
 သိင်္ဂီရွှေလှော်၊ အလောင်းတော်ကို၊  
 ထိုရော်ကဆုန်၊ လဆုတ်ကြို၍၊  
 ဂဠုန်နေဝယ်၊ ခိုးငွေ့မနှော၊  
 ဓာတ်တေဇော်လျှင်၊ ရှင်စောဉာဏ်စက်၊  
 ဓိဋ္ဌာန်ချက်ဖြင့်၊ လျှံတက်ကော်ရော်၊  
 မီးပူဇော်သည်၊ မေ့တော်ရှစ်စိတ် ကြွင်းတယ်ကို။

### Sunday: the Day His body was consumed by the Element of Heat

*Neik-bu-san-pyi/ shu-ma-eii-thar:/  
 theingi-shwe-hlaw/ alaung-taw-ko/  
 hto-yaw-kason/ lazote-kyon-ywayt/  
 ga-lon-nayt-wel/ khoe-ngwayt-ma-hnaw/  
 dhat-tay-zaw-hlin/ shin-sawnyan-sat/  
 deit-htan-gyet-phyint/ hlyan-tet-kaw-yaw/  
 mee-pu-zaw-thi/ mway-daw-shit-seitkwyinn-del-ko.*

### Translation

The remains of the Buddha, a wondrous golden corpse,  
 Burned by itself,  
 Thanks to the prior resolution of the Bhagavā  
 Leaving for posterity eight portions of relics  
 That was a Sunday  
 In the Waxing moon of Vesakha.

READER -34

ထိုခုနှစ်နေ့၊ သာချမ်းမြေ့ကို၊  
 ဆွေ့ဆွေ့ကြည်ဖြူ၊ အာရုံယူလျက်၊  
 သုံးလူတို့နတ်၊ မြတ်ထက်မြတ်သား၊  
 ကိုယ်တော်ဖျားကို၊ သုံးပါးမွန်စွာ၊  
 ဝန္တနာဖြင့်၊ သဒ္ဓါဖြိုးဖြိုး၊  
 ကျွန်ရှိခိုးသည်၊ ကောင်းကျိုးခပ်သိမ်း ကြွယ်စေသော်

*Hto-khun-na-nayt/ thar-chann-myayt-ko/  
 swayt-swayt-kyi-phyu/ anyone-yu-hlyat/  
 thone-ludo-nat/ myat-htet-myat-thar:/  
 ko-taw-phyar:-ko/ thone-par:-mon-swar/  
 wun-da-nar-phyint/thadar-phyo-phyo/  
 kyun-shi-khoe-thi/ kaung-kyoe:-khat-theinn:/ kywe-say-thaw.*

Translation

Reflecting on the seven memorable days connected with the Buddha,  
 The most Exalted One amongst the Exalted,  
 Lord of the Three Worlds,  
 I pray my deepest devotion by deed, word  
 and thought to the Great Master.  
 And for the good deed, may every blessing come showering on me.

၃၈-ဖြာမင်္ဂလာတရားတော် - Thirty - Eight Kinds of Blessings

READER -35

၁။ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးမင်္ဂလာ(၃)ပါး - For Dealings

အသေဝနာ စ ဗာလာနံ၊	Ase.vanā ca bā.lā.naṃ.
ပဏ္ဍိတာနဉ္စ သေဝနာ၊	Paṇ.ḍitā.nañ ca se.vanā.
ပူဇာ စ ပူဇနေယျာနံ၊	Pūjā ca pū.ja.ney.yā.naṃ,
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။	E.taṃ maṅ.gala-mut.ta.maṃ.

- 1. Not to associate with fools,
  - 2. To associate with the wise,
  - 3. To honour those who are worth of honour,
- This is the highest blessing

၁။ လူဆိုးလူမိုက်ကို မမှီဝဲ မပေါင်းသင်းခြင်း၊  
 ၂။ ပညာရှိ လူလိမ္မာကို မှီဝဲ ပေါင်းသင်းခြင်း၊  
 ၃။ ပူဇော်ထိုက်သောသူတို့ကို ပူဇော်ခြင်း၊  
 ဤသုံးပါးသည်ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

**မင်္ဂလာ ကဗျာ - (Mingalar Poem)**

*Lu Mite So Hlyin/ Shaung Thway Lwal Lo'/ Ma Mhi Wel Ne' Kinn Aung Nay/  
 Pyinnar Shi' Ko/ A Shay Twal Lo'/ Mhi Wal Sii Kat/ Nii Yu Say/  
 Thone Par Yadanar/ Mi Ba Myar Hnit/ Sayar Tha Mar Ko Pu Zaw Lay/  
 Chann Thar Ko Pay/ Sat San Yay/ Mhyaw Tway Thone Chat Pay/  
 Ae Dar Mha/ ... / Buddha War Da/ Ka Bar' Mingalar Tway.*

လူမိုက်ဆိုလျှင် ရှောင်သွေလွှဲလို့၊ မမှီဝဲနဲ့ ကင်းအောင်နေ၊  
 ပညာရှိကို အရှည်တွဲလို့၊ မှီဝဲဆည်းကပ် နည်းယူစေ၊  
 သုံးပါရတနာ မိဘများနှင့်၊ ဆရာသမားကို ပူဇော်လေ၊  
 ချမ်းသာကိုပေး ဆက်ဆံရေး၊ မျှော်တွေး သုံးချက်ပေ၊  
 အဲဒါမှ ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

**READER -36**

**၂။ နေရေးထိုင်ရေး မင်္ဂလာ(၃)ပါး - For Accommodations**

ပတိရူပဒေသဝါသော စ၊  
 ပုဗ္ဗေ စ ကတပုညတာ။  
 အတ္တသမ္မာပဏိမိ စ၊  
 ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

Pati.rūpa.desa.vāso ca,  
 Pub.be ca kata. Pun.ñatā,  
 At.ta.sam.mā paṇī.dhi ca,  
 E.taṃ maṅ.gala-mut.ta.maṃ

- 4. To live in a suitable place,
  - 5. To have done meritorious deeds in the past,
  - 6. To keep one's mind and body in a proper way,
- This is the highest blessing.

၄။ သင့်လျော်သောအရပ်၌ နေခြင်း။  
 ၅။ ရှေး၌ ပြုဖူးသော ကောင်းမှုအထူးရှိခြင်း။  
 ၆။ မိမိ၏ကိုယ်နှင့်စိတ်ကိုကောင်းမွန်အောင်စောင့်  
 ထိန်းခြင်း၊  
 ဤသုံးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*Ku Tho/Pyinnyar/Oat Sar/Ya Pho'/ Thint Yar Day Tha/A Myal Nay/*

Shay Ka Tin Kyo/ Pyu Khe' Phuu Thi'/ Kaung Mhu A Htoo Shi' Par Say/  
Mi Mi Ko Ko/ Kaung Aung Htein Lo'/Ma Tein Say Ne'/ Saut Ti Lay/  
Oat Sar Ko Pay/Nay Htine Yay/ Mhyaw Tway/ Thone Chat Pay/  
Ae Dar Mha/.../Buddha War Da/Ka Ba' Mingalar Tway.

ကုသိုလ် ပညာ ဥစ္စာ ရရှိ၊ သင့်ရာဒေသ အမြဲနေ၊  
ရှေးကတင်ကြို ပြုခဲ့ဖူးသည့်၊ ကောင်းမှုအထူး ရှိပါစေ၊  
မိမိကိုယ်ကို ကောင်းအောင်ထိန်းလို့၊ မတိမ်းစေနဲ့ ဆောက်တည်လေ၊  
ဥစ္စာကိုပေး နေထိုင်ရေး၊ မျှော်တွေး သုံးချက်ပေ၊  
အဲဒါမှ ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာမင်္ဂလာတွေ။

READER -37

၃။ သင်ကြားရေးမင်္ဂလာ(၄)ပါး - For Learning

ဗာဟုသစ္စဉ္စ သိပ္ပဉ္စ၊	Bāhu.sac.cañ ca sip.pañ ca,
ဝိနယော စ သုသိက္ခိတော။	Vi.nayo ca su.sik.khito,
သုဘာသိတာ စ ယာ ဝါစာ၊	Subhāsītā ca yā vācā.,
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။	E.tañ mañ.gala-mut.ta.mañ

- |  |  |
|--|--|
| 7.To have much learning,                 | ၇။ လောကီ လောကုတ် အကြားအမြင်များခြင်း။                            |
| 8.To be skilled in crafts,               | ၈။ စက်မှုလက်မှု အတတ်တို့ကို တတ်ရခြင်း။                           |
| 9.To be well – trained in moral conduct, | ၉။ လူနှင့်ဆိုင်ရာကျင့်ဝတ်များကိုကောင်းစွာသင်ကြား<br>နားလည်ခြင်း။ |
| 10.To have speech that is well-spoken,   | ၁၀။ အပြောအဆို ချိုသာယဉ်ကျေးခြင်း။                                |
| This is the highest blessing.            | ဤလေးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။                            |

Tat Kaung Tat Yar/ Hu Tha Mhya Ko/ Kyarr Myin Thu Ta/ Shi Par Say/  
Ooe Ain Tie Htaung/ Wan Sar Yay Ne/ A Thet Mway Pho/ A Tat Thin Lay/  
Lu Hnit Sine Yar/Kyint Wut Myar Ko/ Kaung Swar/ Thin Kyar/ Narr Lal Say/  
Mhan Kan/ Yin Kyay/ Yin Kyay/ Cho Thar Aye/ So Yay Tat Par Say/  
Ae Dar Mha/ .../ Buddha War Da/ Ka Ba Mingalar Tway.

တတ်ကောင်းတတ်ရာ ဟူသမျှကို၊ ကြားမြင်သုတ ရှိပါစေ၊  
အိုးအိမ်တည်ထောင် ဝမ်းစာရေးနဲ့၊ အသက်မွေးဖို့ အတတ်သင်လေ၊

လူနှင့်ဆိုင်ရာ ကျင့်ဝတ်များကို၊ ကောင်းစွာသင်ကြား နားလည်စေ၊  
 မှန်ကန်ယဉ်ကျေး ချိုသာအေး၊ ဆိုရေးတတ်ပါစေ၊  
 အဲဒါမှ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာမင်္ဂလာတွေ။

READER - 38

၄။ ပြုစုရေး မင်္ဂလာ(၃)ပါး - For Taking Care

မာတာပိတု ဥပဋ္ဌာနံ၊	Mātā.pitu-upaṭ.ṭhā.naṃ,
ပုတ္တဒါရဿ သင်္ဂဟော။	Put.tadāras.sa saṅ.gaho,
အနာကုလာ စ ကမ္မန္တာ၊	Anā.kulā ca kam.man.tā,
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။	E.taṃ maṅ.gala-mut.ta.maṃ

- 11.Caring for one’s mother and father,      ၁။ မိဘနှစ်ပါးကို လုပ်ကျွေးပြုစုခြင်း။
- 12.Supporting one’s spouse and children,၁၂။ သားမယားတို့ကို တရားနှင့်အညီ လုပ်ကျွေးခြင်း။
- 13.Having Peaceful occupations,            ၁၃။ အနှောင့်အယှက်ကင်းသောအလုပ်ကိုလုပ်ကိုင်ခြင်း။
- This is the highest blessing.                ဤသုံးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*Myint Mo Shwe Taung/ Mi Ba Kyway Ko/Kaung Swar Sat Pay/Wut Kyay Kyay/  
 Kyway Thit Cha Kar/ Thar Hnit Ma Yarr/ Mhyauk Sarr Chii Mhyint/ Wut Kone Say/  
 A Lote Tar Wun/ Ma Lit Hin Hnint/A Pyit Kinn Aung/ Lote Par Lay/  
 Sii Sein Ko Pay/ Phyu Su Yay/Mhyaw Tway Thone Chat Pay/  
 Ae Dar Mha/.../ Buddha War Da/Ka Ba' Mingalar Tway.*

မြင်းမိုရ်ရွှေတောင် မိဘကြွေးကို၊ ကောင်းစွာဆပ်ပေး ဝတ်ကျေကျေ၊  
 ကြွေးသစ်ချကာ သားနှင့် မယား၊ မြောက်စားချီးမြှင့် ဝတ်ကုန်စေ၊  
 အလုပ်တာဝန် မလစ်ဟင်းနှင့်၊ အပြစ်ကင်းအောင် လုပ်ပါလေ၊  
 စည်းစိမ်ကိုပေး ပြုစုရေး၊ မျှော်တွေး သုံးချက်ပေ၊  
 အဲဒါမှ ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာမင်္ဂလာတွေ။

READER - 39

၅။ လိုက်နာကျင့်သုံးရေး မင်္ဂလာ(၄)ပါး - For Courtesy and Social

ဒါနဉ္စ ဓမ္မစရိယာ စ၊	Dā.naṃ ca dhamma.cari.yā ca,
---------------------	------------------------------

ဉာဏာနန္ဒ သင်္ဂဟော၊	Ñā.takā.nañ ca sañ.gaho,
အနဝဇ္ဇာနိ ကမ္မာနိ၊	Ana.vaj.jāni kammā.ni,
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။	E.taṃ mañ.gala-mut.ta.maṃ

- 14. Giving, ၁၄။ စွန့်ကြဲပေးကမ်း လှူဒါန်းခြင်း။
- 15. Practising of what is good, ၁၅။ သုစရိုက်တရားကို ကျင့်ခြင်း။
- 16. Supporting of one's relatives, ၁၆။ ဆွေမျိုးတို့အား ထောက်ပံ့ကူညီခြင်း။
- 17. Performing guiltless actions, ၁၇။ အပြစ်ကင်းသောအမှုတို့ကို ပြုရခြင်း။
- This is the highest blessing. ဤလေးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*Thone Tan Say Ta Nar/Phyu Sin Lann Lo'/Pay Kann Wai Mhya/ Hlu Naing Say/  
 Ko Hnote Sate Kyan/Ma Mite Mharr Ne'/Thu Sa Yite Ta Yarr Ko Kyint Par Lay/  
 Sway Myo Tway Ko/ Pyin Pa/ Ma Htarr Ne'/Thin Ga Ha Ta Yarr Ne'/ Chee Myaunk Lay/  
 Thant Sin Pyit Myo/ Lu Du Akyo/ Thal Poe Saung ywet say/  
 Ae Dar Mha/.../ Buddha War Da/ Ka Ba' Mingalar Tway.*

သုံးတန်စေတနာ ဖြူစင်လန်းလို့ ပေးကမ်းဝေမျှ လှူနိုင်စေ၊  
 ကိုယ်နှုတ်စိတ်ကြံ မမိုက်မှားနဲ့၊ သုစရိုက်တရားကို ကျင့်ပါလေ၊  
 ဆွေမျိုးတွေကို ပြင်ပမထားနဲ့၊ သင်္ဂဟတရားနှင့် ချီးမြှောက်လေ၊  
 သန့်စင်ပြစ်မျိုး လူထုကျိုး၊ သည်ပိုးဆောင်ရွက်စေ၊  
 အဲဒါမှ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

**READER -40**

**၆။ ရှောင်ကြဉ်ရေး မင်္ဂလာ(၄)ပါး - For Total Abstinence**

အာရတီ ဝိရတီ ပါပါ၊	Ā.ratī vi.ratī pā.pā,
မဇ္ဇပါနာ စ သံယမော။	Maj.ja.pānā ca saṃ.yamo,
အပ္ပမာဒေါ စ ဓမ္မေသု၊	Ap.pamā.do ca dhamme.su,
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။	E.taṃ mañ.gala-mut.ta.maṃ

- 18. Abstention from evil in mind, ၁၈။ မကောင်းမှု မဖြစ်အောင် စိတ်ဖြင့်ရှောင်ခြင်း၊
- 19. Abstention from evil in body and speech, ၁၉။ မကောင်းမှုမဖြစ်အောင် ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် ရှောင်ခြင်း၊
- 20. Abstention from intoxicants, ၂၀။ မူးယစ်သေစာ မသောက်စားခြင်း၊

21. Non-negligence in meritorious acts,  
This is the highest blessing.

၂၁။ ကုသိုလ်တရားတို့၌ မမေ့မလျော့ခြင်း၊  
ဤလေးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*Ma Kaung Mhu Tway/ Hu Tha Mhya Ko/ Ma Twayt Khin Ka/ Shaung Kyin Lay/  
Twayt Kyon Lar Hlyin/ Ma Kyuu Lon Ne' A Htoo Tha Phyint/Saunt Sii Nay/  
A Yat They Sar/ Ma Thout Sarr Ne' Mhauk Mharr Tat Te'/A Yar Pay/  
Lote Kine Pyaw Kyarr/ Tha Ti Htarr/ Tayarr Ma Mayt Say/  
Ae Dar Mha/.../ Buddha War Da/ Ka Ba' Mingalar Tway.*

မကောင်းမှုတွေ ဟူသမျှကို၊ မတွေ့ခင်က ရှောင်ကြဉ်လေ၊  
တွေ့ကြိုလာလျှင် မလွန်ကျူးနဲ့၊ အထူးသဖြင့် စောင့်စည်းနေ၊  
အရက်သေစာ မသောက်စားနဲ့၊ မှောက်မှားတတ်တဲ့ အရာပေ၊  
လုပ်ကိုင်ပြောကြား သတိထား၊ တရား မမေ့စေ၊  
အဲဒါမှ ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာမင်္ဂလာတွေ။

**READER -41**

**၇။ စိတ်ထားရေး မင်္ဂလာ(၅)ပါး - For Noble Purification**

ဂါရဝေါ စ နိဝါတော စ၊  
သန္တဠိ စ ကတညုတာ၊  
ကာလေန ဓမ္မဿဝနံ၊  
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

Gā.ravo ca ni.vāto ca,  
San.tuṭ.ṭhi ca katañ.ñutā,  
Kā.lena Dhammas.sava.naṃ.  
E.taṃ mañ.gala-mut.ta.maṃ

22. Respectfulness,  
23. Humbleness,  
24. Contentment,  
25. Gratitude,  
26. Listening to the Dhamma on suitable occasions,  
This is the highest blessing.

၂၂။ ရိုသေထိုက်သော သူတို့ကို ရိုသေခြင်း။  
၂၃။ မိမိကိုယ်ကို နှိမ့်ချခြင်း၊  
၂၄။ ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း၊(လောကအပို အလိုမလိုက်ခြင်း)  
၂၅။ သူတစ်ပါးကျေးဇူးကို သိခြင်း၊  
၂၆။ သင့်လျော်သောအခါ တရားနာခြင်း၊  
ဤငါးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*A Thet Gone Wah/Ko' Htet Kyii Ka/ Sii Kat Kha Sarr/Yo They Lay/  
Mar Na Ta Goun/ Gon Ma Kywa Ne'/Ko' Ko Hnein Cha A Myal Nay/  
Law Ba A Po/A Lo Ma Lite Ne' Ko Htike Tar Ne' Kyay Nat Lay/  
Ko' Paw Pyu Phoo/ Thu' Kyay Zuu/ A Htoo Thi' Tat Say/*



*Kaung Kyo Sint Pwarr/ Myat Ta Yarr/ Nar Kyarr Ma Pyat Pay/  
Ae Dar Mha/.../ Buddha War Da/ Ka Ba' Mingalar Tway.*

အသက်ဂုဏ်ဝါ ကိုယ့်ထက်ကြီးက၊ ဆည်းကပ်ခစား ရှိသေလေ၊  
မာနတံခွန် ဂုဏ်မကြွနဲ့၊ ကိုယ့်ကိုယ်နှိမ့်ချ အမြဲနေ၊  
လောဘအပို လိုမလိုက်နဲ့၊ ကိုယ်ထိုက်တာနဲ့ ကျေနပ်လေ၊  
ကိုယ့်ပေါ်ပြုဖူး သူ့ကျေးဇူး၊ အထူးသိတတ်စေ၊  
ကောင်းကျိုးဆင့်ပွား မြတ်တရား၊ နာကြားမပြတ်ပေ၊  
အဲဒါမှ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

**READER -42**

**၈။ သည်းခံရေး မင်္ဂလာ(၄)ပါး - For the Patience etc.**

ခန္တီ စ သောဝစသတာ၊  
သမဏာနဉ္စ ဒဿနံ၊  
ကာလေန ဓမ္မသာကတ္ထ၊  
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

Khan.tī ca so.vacas.satā,  
Sa.maṇā.nañ ca das.sa.nañ,  
Kā.lena Dhamma.sākac.chā,  
E.taṁ maṅ.gala-mut.ta.maṁ.

27. Being patient,

၂၇။ သည်းခံခြင်း။

28. Being easily disciplined,

၂၈။ ဆုံးမလွယ်ခြင်း။

29. Meeting those who have calmed the mental defilements,

၂၉။ ရဟန်းသံဃာတို့အားဖူးမြော်ခြင်း။

30. Discussing the Dhamma on suitable occasions.

၃၀။ သင့်လျော်သောအခါတရားစကား ဆွေးနွေးခြင်း။

This is the highest blessing.

ဤလေးပါးသည်ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*Wut/Sarr/Nay Htaing/ Yan Khat Thein/ Sate Ko Chote Htein/ Thee Khan Lay/  
Kyo Kyaung Pya Nhyun/ Sone Ma Sa Karr Ko/ Pyaw Kyarr Lar Ka/ Narr Lwal Say/  
Thu Myat Pote Go/ Hu Tha Mhya/ Ma Kyar Kha Na/ Twayt Son Lay/  
Tha Bar Wa Tway/ Mhan Kan Yay/ Sway Nway Ma Pyat Pay/  
Ae Dar Mha/.../ Buddha War Da/ Ka Ba' Mingalar Tway.*

ဝတ် စား နေထိုင်၊ ရန်ခပ်သိမ်း၊ စိတ်ကိုချုပ်ထိန်း သည်းခံလေ၊  
ကျိုးကြောင်းပြညွှန် ဆုံးမစကားကို၊ ပြောကြားလာက နာလွယ်စေ၊

သူမြတ်ပုဂ္ဂိုလ်ဟူသမျှ၊ မကြာခဏ တွေ့ဆုံလေ၊  
သဘာဝတွေး မှန်ကန်ရေး၊ ဆွေးနွေးမပြတ်ပေ၊  
အဲဒါမှ ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့ မင်္ဂလာတွေ။

**READER -43**

**၉။ ခြိုးခြံရေး မင်္ဂလာ (၄)ပါး - For Asceticism etc.**

တပေါ စ ဗြဟ္မစရိယဉ္စ၊  
အရိယသစ္စာန ဒဿနံ၊  
နိဗ္ဗာနသစ္စိကိရိယာ စ၊  
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

Tapo ca brha.ma.cari.yañ ca,  
Ariya.sac.cāna das.sa.naṃ,  
Nib.bāna-sac.chi.kiri.yā ca,  
E.taṃ maṅ.gala-mut.ta.maṃ.

- 31. The practice of self – denial,
  - 32. Leading a noble life,
  - 33. Seeing the Noble Truth,
  - 34. Realization of Nibbana,
- This is the highest blessing.

- ၃၁။ ခြိုးခြံချွေတာခြင်း။
  - ၃၂။ မြတ်သောအကျင့်ကိုကျင့်ခြင်း(မေထုန်မှ ရှောင်ခြင်း)
  - ၃၃။ သစ္စာလေးပါးကို သိခြင်း၊
  - ၃၄။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်း။
- ဤလေးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*Law Kie Ar Yon/Zit Yit Muu Lo’A Pyaw/ Ma Kyuu Ne’/ Choe Chan Lay/  
Myit Tar Bya Ma So/ Lat Kine Thone Lo’/Thu Myat Kyint Htone/ Ywin Ma Tway/  
Lay Parr Thit Sar/ Nyan Myin Kyi’ Lo’/ A Mhan Thi’ Aung/ Kyo Sarr Lay/  
Dukkha Lut Kinn/ Nait Ban Chinn/ A Linn Pauk Naing Say/*

လောကီအာရုံ ဇိမ်ယစ်မှုးလို့၊ အပျော်မကြူးနဲ့ ခြိုးခြံလေ၊  
မေတ္တာဗြဟ္မာစိုရ် လက်ကိုင်သုံးလို့၊ သူမြတ်ကျင့်ထုံး ယွင်းမသွေ၊  
လေးပါးသစ္စာ ဉာဏ်မြင်ကြည့်လို့၊ အမှန်သိအောင် ကြိုးစားလေ၊  
ဒုက္ခလွတ်ကင်း နိဗ္ဗာန်ချဉ်း၊ အလင်းပေါက်နိုင်စေ၊  
အဲဒါမှ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာ့မင်္ဂလာတွေ။

**READER -44**

**၁၀။ စိတ်ဓာတ်ခိုင်ခံ့ရေး မင်္ဂလာ(၄)ပါး - For Noble Strength**

ဖုဋ္ဌဿ လောကဓမ္မေဟိ၊

Phuṭ.ṭhas.sa loka.dhamme.hi,

စိတ္တံ ယဿ န ကမ္မတိ၊  
အသောကံ ဝိရဇံ ခေမံ၊  
ဧတံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

Cit.taṃ yas.sa na kam.pati,  
Aso.kam vira.jam khe.mam,  
E.taṃ maṅ.gala-mut.ta.mam.

35.The mind of a person (an Arahant) when confronted with worldly conditions, does not flut-  
ter,

- 36. Sorrowless,
  - 37. Stainless,
  - 38. Secure
- This is the highest blessing

- ၃၅။ လောကဓံတရားနှင့် တွေ့ကြုံသောအခါ စိတ်ဓာတ် မတုန်လှုပ်ခြင်း၊
  - ၃၆။ မစိုးရိမ်ခြင်း၊
  - ၃၇။ ကိလေသာမြှူကင်းခြင်း၊
  - ၃၈။ ဘေးကင်းခြင်း၊
- ဤလေးပါးသည် ကောင်းမြတ်သော မင်္ဂလာမည်၏။

*Sinn Yal Chann Thar/ Tha Bar Wa/ Twayt Kyone Nay Kya/ Lu Tine Pay/  
Kaung Soe Hna Tan/ A son Twal Lo'/ Ta Hle' Si Hle'/ A Myal Nay/  
Law Ka Dan Kyon/ Ma Phyon Tann Pot/ Ma Ton San Ne'/ Stae Khine Say/  
Thaw Ka Ko Htein/ Ya Met Thein/ Aye Nyein Chann Thar Nay/  
Ae Dar Mha/.../Buddha War Da/ Ka Ba' Mingalar Tway.*

ဆင်းရဲချမ်းသာ သဘာဝ၊ တွေ့ကြုံနေကျ လူတိုင်းပေ၊  
ကောင်းဆိုးနှစ်တန် အစုံတွဲလို့၊ တစ်လွဲစီလှည့် အမြဲနေ၊  
လောကဓံကြုံ မဖြူတမ်းပေ၊ မတုန်စမ်းနဲ့ စိတ်ခိုင်စေ၊  
သောကကိုထိန်း ရမ္မက်သိမ်း၊ အေးငြိမ်းချမ်းသာနေ၊  
အဲဒါမှ ... ဗုဒ္ဓဝါဒ ကမ္ဘာမင်္ဂလာတွေ။

**READER -45**

**မင်္ဂလာအကျိုးပြု နိဂုံး - Mangala Sutta's Conclusion**

ဧတာဒိဿနိ ကတွနာ၊  
သဗ္ဗတ္ထ မပရာဇိတာ၊  
သဗ္ဗတ္ထ သောတ္ထိံ ဂစ္ဆန္တိ၊  
တံ တေသံ မင်္ဂလမုတ္တမံ။

Etā.disā.ni katvā.na,  
Sab.bat.tha ma.parā.jitā,  
Sab.bat.tha sot.thim̃ gac.chan.ti,  
Taṃ te.sam̃ maṅ.gala-mut.ta.mam̃.

When one puts these blessings into practice, three will be no enemy over whom one will not be victorious. In all matters, one will be well and peaceful. These 38 blessings that one may possess are noble blessing.

ဤသုံးဆယ့်ရှစ်ပါးသော မင်္ဂလာတရားတို့ကို လိုက်နာပြုကျင့်သောကြောင့် ရန်သူမှန်သမျှ အနိုင်မခံရ၊ အရပ်ဒေသအားလုံးတို့၌ ကြီးပွားချမ်းသာခြင်းသို့ ရောက်နိုင်၏။ ၃၈-ဖြာ မင်္ဂလာတရားသည် နတ်လူတို့အတွက် အမြတ်ဆုံးသော မင်္ဂလာမည်၏။

*Thone Se' Shi' Phyar/ Mingalar Kone Ko/Lite Nar Kyint Thone/ Pan Thu Tway/  
Sii Pwarr Chann Thar/ Kyat Tha Yay/ Toe Lo'/ Kaung Kyo Si Pwint/ Ta Wai Wai/  
Bay Kinn Yan Kwar/Chit Thu Paw Lo'/Sate Yaw/ Ko Yaw/ Chan Thar Ma Lay/  
Pyaw So Kyan Sa/ Saung Tha Mhya/ Aung Ya Myi/ Kaine They/  
Ae Dar Kyaunt/ Pan Kya/ Sin Kya/ Mingalar'/Pann Khine Tway.*

သုံးဆယ့်ရှစ်ဖြာ မင်္ဂလာကုံးကို၊ လိုက်နာကျင့်သုံး ပန်သူတွေ၊  
စီးပွားချမ်းသာ ကျက်သရေတိုးလို့၊ ကောင်းကျိုးစည်ပွင့် တဝေဝေ၊  
ဘေးကင်းရန်ကွာ ချစ်သူပေါလို့၊ စိတ်ရော ကိုယ်ရော ချမ်းသာမလေ၊  
ပြောဆိုကြံဆ ဆောင်သမျှ၊ အောင်ရမည် ကိန်းသေ၊  
အဲဒါကြောင့် ပန်ကြ ဆင်ကြ မင်္ဂလာပန်းခိုင်တွေ။

**READER -46**

**Mangala Sutta's Conclusion**

After the Venerable Buddha spoke the Mangala Sutta, the celestial being who had requested the Buddha to teach it, taught the Sutta to the Venerable Ānanda the next day. The Celestial beings told the Venerable Ānanda to later teach the Sutta to the Sangha. In accordance with this command, the Venerable Ānanda taught it to the Sangha. And in this way, one teacher after another transmitted the Mangala Sutta so that today it remains distinguished throughout the entire world.

May the 38 Mangala Dhamma develop and spread with each passing day.

**Mangala-suttam Nitthitam  
End of Mangala Sutta**

လောကလူသားများ၏ ကျင့်ဝတ်များ - NOBLE DUTIES OF HUMAN BEINGS

READER -47

THE FIVE DUTIES OF CHILDREN TO MINISTER TO THEIR PARENTS

- 1. By supporting them
- 2. By performing his or her duties owing to them
- 3. By preserving the family lineage
- 4. By being worthily of his or her inheritance
- 5. By offering alms in honour of his or her departed parents

သားသမီးကျင့်ဝတ် ငါးပါး

ကျွေးမွေးမပျက်၊ ဆောင်ရွက်စီမံ၊  
 မွေခံထိုင်စေ၊ လှူမျှဝေ၍၊  
 စောင့်လေမျိုးနွယ်၊ဝတ်ငါးသွယ်၊  
 ကျင့်ဖွယ်သား သမီး တို့တာ။

Thar Thamee Kyint Wut Poem

*Kyway Mway Ma Pyat/ Saung Ywat Si Man/  
 Mway Khan Htike Say/Hlu Mhya Wai Yway'/  
 Saunt Lay Myo Nwal/Wut Ngar Twal/  
 Kyint Phwal Thar Thamee To' Tar.*

READER -48

THE FIVE DUTIES OF PARENTS TO THEIR CHILDREN

- 1. To dissuade them from evil
- 2. To persuade them to do good
- 3. To let them learn in arts and science
- 4. To give them in marriage to a suitable wife or husband
- 5. To hand over to them their inheritance at the proper time

မိဘကျင့်ဝတ် ငါးပါး

မကောင်းမြစ်ခါ၊ ကောင်းရာညွှန်လတ်၊  
 အတတ်သင်စေ၊ ပေးဝေနီးရင်း၊  
 ထိန်းမြားခြင်းလျှင်၊ ဝတ်ငါးအင်၊  
 ဖခင်မယ်တို့တာ။

Mi Ba Kyint Wut Poem

*Ma Kaung Myit Tar/Kaung Yar Nhyun Latt/  
 A Tat Thin Say/Pay Way Nhii Yinn/  
 Hteinn Myarr Chinn Hlyin/Wut Ngarr In/  
 Pha Khin Mel To' Tar.*

READER -49

THE FIVE DUTIES OF PUPILS TO THEIR TEACHERS

- 1. By rising up when the teacher approaches
- 2. By attending upon him
- 3. By obeying him attentively
- 4. By giving him personal service
- 5. By respectfully receiving instructions

**တပည့်ကျင့်ဝတ် ငါးပါး**

ညီညာထကြွ၊ ဆုံးမနာယူ၊  
လာမှုကြိုဆီး၊ ထိန်းလုပ်ကျွေး၊  
သင်တွေးအံ့ရွတ်၊ တပည့်ဝတ်၊  
မချွတ်ငါးခုသာ။

**Ta Pyae Kyint Wut Poem**

*Nyi Nyar Hta Kywa/Sone Ma Nar Yu/  
Lar Mu Kyo Sii/Htan Nii Lote Kyway/  
Thin Tway An Yut/Ta Pyae Wut/  
Ma Chut Nhar Khu Thar.*

**READER -50**

**THE FIVE DUTIES OF TEACHERS TO THEIR PUPILS**

1. To train them in the best discipline
2. To impart instruction which is esteemed by them
3. To teach them every suitable arts and science
4. To introduce them to their friends and associates
5. To provide for their safety in every way

**ဆရာကျင့်ဝတ် ငါးပါး**

အတတ်လည်းသင်၊ ပဲ့ပြင်ဆုံးမ၊  
သိပ္ပံမချန်၊ ဘေးရန်ဆီးကာ၊  
သင့်ရာအပ်ပို့၊ ဆရာတို့၊  
ကျင့်ဖို့ဝတ်ငါးဖြာ။

**Sayar Kyint Wut Poem**

*A Tat Lal Thin/Pe' Pin Sone Ma/  
Thate Pa Ma Chan/Bay Yan Sii Kar/  
Thint Yar At Po'/Sayar To',/  
Kyint Pho' Wut Ngar Phyar.*

**READER -51**

**THE FIVE DUTIES OF HUSBANDS TO THEIR WIVES**

1. To deal with courtesy
2. Not to despise her
3. To treat her with faithfulness
4. To hand over due authority to her
5. To provide her with suitable ornaments

**လင်ကျင့်ဝတ် ငါးပါး**

မထီမဲ့ကင်း၊ အပ်နှင်းဥစ္စာ၊  
မိစ္ဆာမမှား၊ ဝတ်စားဆင်ယင်၊  
မြတ်နိုးကြင်၊  
ငါးအင် လင်ကျင့်ရာ။

**Lint Kyint Wut Poem**

*Ma Htay Me' Kin/At Hnin Oat Sar/  
Mate Sar Ma Mhar/Wut Sarr Sin Yin/  
Myat Noe Kyin/  
Ngar In Lint Kyint Yar.*

READER -52

THE FIVE DUTIES OF WIVES TO THEIR HUSBANDS

- 1. To perform her duties in perfect order
- 2. To be hospitable to the people of the neighbourhood
- 3. She must not be unfaithful
- 4. To protect his possessions
- 5. She should be industrious and not lazy in discharging her duties.

မယားကျင့်ဝတ် ငါးပါး

အိမ်တွင်းမှုလုပ်၊ သိမ်းထုပ်သေချာ၊  
 မိစ္ဆာကြင်ရှောင်၊ လျော်အောင်ဖြန့်ချိ၊  
 ပျင်းရိမမှု၊ ဝတ်ငါးဆူ၊  
 အိမ်သူကျင့်အပ်စွာ။

Ma Yarr Kyint Wut Poem

*Ain Twin Mhu Lote/Thein Htote They Char/  
 Mate Sar Kyin Shaung/Lhyaw Aung Phyant Chi/  
 Pyin Yi Ma Mu/Wut Ngar Su/  
 Ain Thu Kyint At Swar.*

READER -53

THE FIVE DUTIES OF A MAN TOWARDS HIS FRIENDS AND COMPANIONS

- 1. By generosity, or gifts,
- 2. By kindly words,
- 3. By benevolence (desire to good), or by looking after their welfare,
- 4. By equality (treating them like himself), and
- 5. By keeping his word.

မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါး

ပေးကမ်းချီးမြှင့်၊ ကိုယ်နှင့်ယှဉ်ထား၊  
 စီးပွားဆောင်ရွက်၊ နှုတ်မြွက်ချိုသာ၊  
 သစ္စာမှန်စေ၊ ဝတ်ငါးထွေ၊  
 ကျင့်လေမိတ်သဟာ။

Mate Sway Kyint Wut Poem

*Payy Kam Chee Hmyint/ Ko Hnint Hyin Htarr/  
 Sii Pwarr Saung rwat/Hnuat Mywat Cho Thar/  
 This Sarr Hman Say/Wut Ngar Htway/  
 Kyint Lay Mate Tha Har.*

READER -54

THE FIVE DUTIES OF FRIENDS AND COMPANIONS TOWARDS THEIR MAN

- 1. By looking after him when he is inattentive,
- 2. By looking after his property when he is inattentive,
- 3. By being a refuge when he is afraid,
- 4. By not deserting him when he is in trouble, and
- 5. By showing concern for his children, or by taking care of his children.

ကျေးဇူးခံ မိတ်ဆွေကျင့်ဝတ် ငါးပါး

မေ့လျော့စောင့်လာ၊ ဥစ္စာစောင့်ရှောက်၊

Kyway Zuu Khan Mate Sway Kyint Wut Poem

*Mae Lyawt Saunt Lar/ Oat Sar Saunt Shout/*

သားမြစ်စဉ်ဆက်၊ မပျက်ချီးပင့်၊  
ဝတ်ငါးဆင့်၊ ပြုကျင့် မိတ်ဆွေများ။

*Tharr Myit Sin Sat/Ma Pyet Chee Pint/  
Wut Ngar Sint/Pyu Kyint Mate Sway Myarr.*

**READER -55**

**THE FIVE DUTIES OF A MASTER TOWARDS HIS SERVANTS AND WORKPEOPLE (EMPLOYEES)**

1. By arranging their work according to their capacity and strength,
2. By supplying them with food and wages,
3. By looking after them in sickness (or by looking after them when they are ill),
4. By sharing special delicacies with them, and
5. By letting them off work and giving them gifts at suitable times.

**အိမ်ရှင်ကျင့်ဝတ် ငါးပါး**

ဝစ္စာကျွေးမွေး၊ ပြုရေးစီရင်၊  
အခါကိုလွတ်၊ အိမ်ရှင်ဝတ်၊  
မချွတ်ငါးခုသာ။

**Ein Shint Kyint Wut Poem**

*Wa Swar Kyway Mway/Pyu Yay Si Yin/  
A Khar Ko lwhut , Ein Shint Wut/  
Ma Chwut Ngar Khu Thar.*

**READER -56**

**THE FIVE DUTIES OF SERVANTS AND WORKPEOPLE TOWARDS THEIR MASTER**

1. By getting up before him,
2. By going to bed after him,
3. By taking only what they are given,
4. By doing their work well, and
5. By being bearers of his praise and good repute, or by speaking well of him and giving him a good reputation.

**အိမ်ဖော်ကျင့်ဝတ် ငါးပါး**

အိပ်သော်နောက်ကျ၊ ထသော်ကားရှေး၊  
ပေးမှယူအပ်၊ စေ့စပ်ဆောင်ရွက်၊  
ကျေးဇူးမြတ်၊ ငါးချက်ပြုကျင့်ရာ။

**Ein Phaw Kyint Wut Poem**

*Aiut Thaw Nout Kya/Hta Thaw Karr Shay/  
Payy Hma Yuu Aut/Sae Saut Saung Ywat/  
Kyay Zuu Mywat , Ngar Chet Pyu Kyint Yar.*

**READER -57**

**THE SIX DUTIES OF ASCETICS AND BRAHMINS TOWARDS THEIR LAYPERSON**

1. By restraining him from evil,
2. By encouraging him to do good,
3. By being benevolently compassionate to him,
4. By teaching him what he has not heard (learned),
5. By correcting and refining what he has heard (learned), and
6. By pointing out to him the way to heaven.



**ရဟန်းကျင့်ဝတ် ငါးပါး**

မကောင်းမြစ်ခါ၊ ကောင်းရာညွှန်လစ်၊  
အသစ်ဟောကျူး၊ နာဘူးထပ်မံ၊  
နတ်ထံတင်ရာ၊ မေတ္တာလဲပြု၊  
ရဟန်းမှု၊ ခြောက်ခုလွန်သေချာ။

**Ya Han Kyint Wut Poem**

*Ma Kaung Myit Khar/Kaung Yar Nyun Lit/  
Athit Haw kyu/Nar bu That Man/  
Nut Htan Tin Yar/Myittar lel Pyu/  
Ya Han Hmu/Chout Kku Lwan Thay Char.*

**READER -58**

**THE FIVE DUTIES OF LAYPERSON TOWARDS ASCETICS (MONKS) AND BRAHMINS**

1. By kindness in bodily actions (affectionate acts),
2. By kindness in verbal actions (affectionate words),
3. By kindness in mental actions (affectionate thoughts),
4. By keeping open house for them, and
5. By supplying them with their worldly needs.

**ဒါယကာကျင့်ဝတ် ငါးပါး**

မေတ္တာစိတ်သက်၊ ဆောင်ရွက်ချစ်ကြင်  
ခင်မင်နှုတ်ချို၊ လိုလျှင်ဖိတ်ထား၊  
တတ်အားလှစေ၊ ဝတ်ငါးထွေ၊  
ပြုလေဒါယကာ။

**Daryakar Kyint Wut Poem**

*Myittar Sate Thet/ Saung Ywat Chit Kyin/  
Khin Min Hnuat Cheo/Lo Lyin Phate Htar/  
Tut Arr Hluu Say/Wut Ngar Htway/  
Pyu Lay Daryakar.*

(ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၊ သာသနာ၊ ကမ္ဘာအနှံ့ပြန့်ပါစေ)

အရှင်တောသန (USA)  
သာသနာ့ဂုဏ်ရည် ဆရာတော်  
သာသနတက္ကသိုလ် ဓမ္မာစရိယ၊ B. A (Buddhism), B. A (Hons) (London)  
မဟာစည် ပြည်တွင်း ပြည်ပ နာယက  
စုစည်း ရေးသားသည်။  
(၀၉၊ ၀၅၊ ၂၀၂၀) စနေနေ့