ကိုယ့်တွက်ကိုယ်တာ ကျင့်ကြံပါ

လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး

ဆိုပိန့်ဟုတ်ရာ၊ စဉ်းစားပါလော့… ၊ ခန္ဓာဘာရ၊ ပဥ္စကကား (= ခန္ဓာငါးပါးတည်းဟူသော ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးကြီးကား) ယုယခင်မင်၊ စိန်ရွှေဆင်၍၊ ပြုပြင်ပိုက်ထွေး၊ နင်ကျွေးမွေးလည်း၊ အရေးမရောက်၊ သဲရေမျောက်သို့၊ နင့်နောက်မပါ၊ နင်လိုရာကို၊ ဘယ်ခါမလိုက်၊ နင့်အကြိုက်နှင့်၊ တိုက်ရိုက်ဖီလာ၊ ဆန့်ကျင်ပါခဲ့။

ရုပ်ဝါနုနယ်၊ ရှုစဖွယ်နှင့်၊ တင့်တယ်ရှန်းစို၊ နင်လှလိုလည်း၊ အအိုစာရင်း၊ သူကသွင်း၏။

ဘေးကင်းရန်ကွာ၊ လွန်ချမ်းသာ၍၊ မနာရလို၊ တောင်းဆုဆိုလည်း၊ နင့်ကိုမညှာ၊ ဘေးရောဂါနှင့်၊ ခါခါမငဲ့၊ မိတ်ဆွေဖွဲ့၏။

နင်နဲ့တူညီ၊ ချစ်ကြိုးသီသား၊ ပလီပလာ၊ အပြစ်ကွာသည့်၊ ချစ်စွာမယား၊ သမီးသားနှင့်၊ စီးပွားဥစ္စာ၊ဉာတကာကို၊ ဘယ်ခါမကွဲ၊ အတူတွဲ၍၊ အမြဲပြုံးချို၊ နေရလိုလည်း၊ နင့်ကိုမထောက်၊ နင့်နောက်မလိုက်၊ အပူတိုက်၍၊ နင်ဟိုက်နင်ခွေ၊ နင့်ကိုသေအောင်၊ ကျားမြွေခံတွင်း၊ အစာသွင်းသို့၊ သေမင်းသူ့လက်၊ ပဏ္ဏာဆက်၏။

လ-ရက်-နှစ်တွေ၊ အသင်္ချေနှင့်၊လွန်လေဘဝ၊ အနန္တက၊ ဆုံးစမပိုင်၊ ယခုတိုင်အောင်၊ နိုင်နိုင်နင်းနင်း၊ ဉာဏ်မသွင်း၍၊ သေမင်းသူလျှို၊ ခန္ဓာကိုယ်ကို၊ မငြိုငြင်ရက်၊ စွဲလမ်းချက်ဖြင့်၊

မြိုင်နက်စွန်ဖျား၊ တောသစ်ကျားကို၊ မယ်ဘွားမိခင်၊ နွားငယ်ထင်သို့၊ အမြင်မဖြောင့်၊ ဝိပလ်မှောင့်၍၊ တကြောင့်ကြကြ၊ ပြုခဲ့လှပြီ။

ဘုရားသာသနာ၊ ခုအခါ၌၊ ပညာစက္ခု၊ ဖန်ဖန်ရှုလော့၊...

ဥတုဂိမှန်၊ အချိန်တန်သော်၊ သူရကန်ဝှေ့၊ အပူငွေ့ကြောင့်၊ ရေသွေ့ခန်းဌား၊ အိုင်ပက္ကားဝယ်၊ ကျက်စား-နေကြ၊ ငါးမစ္ဆတို့၊ ရေကလည်းနဲ၊ သိန်းစွန်ဝဲ၍၊ ပျော်ပွဲမြူးမျှ၊ ရှာမရဘဲ၊သေကြဖို့သာ၊ နီးကပ်လာသို့။

သူ့ငါကစ၊ ရှိသမျှလည်း၊ နေ့ညဉ့်မလပ်၊ အစဉ်စပ်လျက်၊ ဥပါဒ်-ဒီ-ဘင်၊ မပြတ်နှင်လျက်၊ ပျော်ရွှင်စရာ၊ မရှိပါဘဲ၊ ဖျားနာကိုက်ခဲ၊ ရောဂါစွဲ၍၊ သေပွဲသေတမ်း၊ သေစခန်းနှင့်၊ သေလမ်းသို့သာ၊ နီးကပ်လာ၏။

ငါငါတက်ကြွ၊ မာန်မာနနှင့်၊ လောဘဒေါသာ၊ အစဖြာသား၊ ယုတ်မာစွာလှ၊ အဓမ္မကို၊ ဝေးကမလာ၊ ကင်းရှင်းကွာအောင်၊ ခါခါမပွား၊ အပျင်းများမှု၊ လေးပါးပါယ်ရွာ၊ နင့်အိမ်သာဟု၊ စိတ်မှာစွဲကပ်၊ သတိချပ်လော့။

လူ့ရပ်နတ်ရွာ၊ ထက်ဗြဟ္မာနှင့်၊ မဟာသုခ၊ နိဗ္ဗာနသို့၊ ရှစ်ဝမဂ္ဂင်၊ သင်္ဘောယာဉ်ဖြင့်၊ ဆောလျင်ကပ်ခို၊ ရောက်ရလိုမူ၊ ထိုထိုပုည၊ ကုသလကို၊ နေ့ညမစဲ၊ လုံ့လသဲလော့။

ကြံ့ခြဲလှစွာ၊ သာသနာနှင့်၊ နင့်မှာမရွှေ့၊ ယခုတွေ့ပြီ၊ မေ့မေ့မူးမူး၊ နင်မရှူးနှင့်၊ ဆီဦးထောပတ်၊ ရသဓာတ်ကို၊ အမြတ်တစ်ခု၊ မှတ်မရှုဘဲ၊ ရွာသူ့ ဝက်မိုက်၊ မစင်ကြိုက်သို့၊ အမြိုက်တရား၊ နင်ရှောင်ရှား၍၊ ငါးပါးအာရုံ၊ မစင်ပုံကို၊ စုံစုံမက်မက်၊ မနှစ်သက်နှင့်၊ထက်မြက်အဖျား၊ သင်တုန်းသွားဝယ်၊ ပျားသဖွယ်ဟု၊ ဉာဏ်ကျယ်သလောက်၊ အပြစ်ကောက်၍၊ တောင်ချောက်မြိုင်ကြား၊ သမင်များကို၊ သစ်ကျားပုန်းအောင်း၊ အရချောင်းသို့၊ တောင်ခေါင်းရိပ်မြှောင်၊ သခ်မ်းချောင်ဝယ်၊ တိမ်းရှောင်တစ်ကိုယ်၊ **တော-တော**ဆို၍၊ မဂ်ဖိုလ်မနှောင်း၊ အရချောင်းမှ၊ အပေါင်းဒုက္ခ၊ ကင်းလွတ်ရဟု၊ ဗုဒ္ဓရွှေနှုတ်၊ ကြာကမုခ်မှ၊ လှစ်ထုတ်မြွက်ကြား၊ မိန့်တော်ထားသည်၊ နင်ကားနှင့်တွက် ကျင့်တော့တည်း။

~ဖားအောက်တောရဆရာတော်ရေးသားထားသော နိဗ္ဗာနဂါမိနိပဋိပဒါ ပဋ္ဌမတွဲ စာအုပ် စာမျက်နှာ ၁၀၀-၁၀၁မှ ယူထားပါသည်။