ဗုဒ္ဓတရား ဓမ္မမထားနှင့်

၁ ပျက်စီးတိုင်းလျှင်၊ မပူပင်နှင့် . . .
မပျက်စီးကာ၊ နိုင်မြဲပါက၊ ဘယ်မှာ **အနိစ္စ** ရှိမည်နည်း။

၂ ဆင်းရဲကြုံမူ၊ မညည်းညူနှင့် . . .
ချမ်းသာချည်းသာ၊ ကြုံနေပါက၊ ဘယ်မှာ **ဒုက္ခ** ရှိမည်နည်း။

၃ လုပ်တိုင်းမဖြစ်၊ စိတ်မညစ်နှင့် . . .
ကိုယ်လုပ်တိုင်းသာ၊ ဖြစ်နေပါက၊ ဘယ်မှာ **အနတ္တ** ရှိမည်နည်း။

၄ ပြောတိုင်းမရ၊ ဒေါမထနှင့် . . .
ကိုယ်ပြောတိုင်းသာ၊ ရနေပါက၊ ဘယ်မှာ **အနတ္တ** ရှိမည်နည်း။

၅ ကြံတိုင်းမမြောက်၊ စိတ်မဖောက်နှင့် . . .
ကိုယ်ကြံတိုင်းသာ၊ ပြီးမြောက်ပါက၊ ဘယ်မှာ **အနတ္တ** ရှိမည်နည်း။

၆ အာရုံဟူသမျှ၊ မတောင့်တနှင့် . . .
အာရုံတိုင်းသာ၊ တောင့်တပါက၊ ဘယ်မှာ **လောဘ** ဆုံးမည်နည်း။

၇ အရာရာမျိုး၊ စိတ်မဆိုးနှင့် . . .
အရာရာမှာ၊ စိတ်ဆိုးပါက၊ ဘယ်မှာ **ဒေါသ** ဆုံးမည်နည်း။

၈ သိဉာဏ်မလိုက်၊ သင်မမိုက်နှင့် . . .
သိဉာဏ်မပါ၊ မိုက်နေပါက၊ ဘယ်မှာ **မောဟ** ဆုံးမည်နည်း။

၉ ဗုဒ္ဓတရား၊ မေ့မထားနှင့် . . .
ဆုံးမတိုင်းသာ၊ ကျင့်ကြံပါက၊ ဘယ်မှာ **နိဗ္ဗာန်** ဝေးမည်နည်း။

❖❖❖ မေတ္တာပို့ ❖❖❖

နတ် လူ သတ္တဝါအားလုံး ဘေးရန်ကြောင့်ကြ၊ ဆင်းရဲကင်း၍
ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ၊ ကျန်းမာ ချမ်းသာ ကြပါစေ။
ကောင်းကျိုးလိုရာဆန္ဒ ပြည့်ဝကြပါစေ။