ဗုဒ္ဓလက်ထက်တော်၌ တရားတောင်းနည်း

သာဓု မေ ဘန္တေ ဘဂဝါ သံခိတ္တေန ဓမ္မံ ဒေသေတု၊
ယမဟံ ဘဂဝတော ဓမ္မံ သုတ္ဝာ
ဧကော ဝူပကဋ္ဌော အပ္ပမတ္တော အာတာပီ ပဟိတတ္တော ဝိဟရေယျ။

မြတ်စွာဘုရား တောင်းပန်လျှောက်ထားပါ၏၊
မြတ်စွာဘုရားသည် တပည့်တော်အား အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် တရားတော်ကို ဟောတော်မူပါ၊ တပည့်တော်သည် မြတ်စွာဘုရား၏ ယင်းတရားတော်ကို နာယူပြီးလျှင် တစ်ယောက်တည်း
ဝတ္ထုကာမ၊ ကိလေသာကာမတို့မှ ကိုယ်စိတ်တို့ဖြင့် ကင်း၍ ဆိတ်ငြိမ်ရာသို့ ကပ်လျက် ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ သတိမလွတ်သည်ဖြစ်၍
ကာယိကဝိရိယ၊ စေတသိကဝိရိယ(သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လဝိရိယ)ရှိသည်ဖြစ်၍
နိဗ္ဗာန်သို့ စေလွှတ်အပ်သောစိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ နေလိုပါ၏အရှင်ဘုရား။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ အင်္ဂါ(၅)ပါး

၁။ **ဧကော** = တစ်ယောက်တည်း နေရခြင်း
၂။ **ဝူပကဋ္ဌော** = ဝတ္ထုကာမ (အာရုံငါးပါး)၊ ကိလေသာကာမ (ကိလေသာအာရုံအတွေး)
တို့မှ ကိုယ်စိတ်တို့ဖြင့် ကင်းပြီး ဆိတ်ငြိမ်သည့်နေရာသို့ နေရခြင်း။
၃။ **အပ္ပမတ္တော** =ရှူသိနေသည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ၌ သတိမလွတ်ရခြင်း။
၄။ **အာတာပီ** = ကိလေသာကို ပူလောင်သွေ့ခြောက် ကင်းပျောက်စေနိုင်သော
ပြင်းထန်စွာ အားထုတ်မှု သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လဝိရိယရှိရခြင်း၊
၅။ **ပဟိတတ္တော** = နိဗ္ဗာန်ကို ဦးတည်ချက်ထားရခြင်း။
မာလုက္ကျပုတ္တသုတ်၊ သဠာယတနဝဂ္ဂသံယုတ်(သံ၊ ၂၊ ၂၉၄)