အပ္ပမာဒေန သမ္ပာဒေထ

ရဟန်းတို့. . .
မိန်းမသားတို့၏ အဆင်းရူပကာလောက်
ယောကျ်ားသားတို့၏စိတ်ကို
စွဲမက်စေတတ်သော၊
နှစ်သက်စေတတ်သော၊
ယစ်မူးစေတတ်သော၊
နှောင်ဖွဲ့စေတတ်သော၊
တွေဝေစေတတ်သော၊
နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေးအတွက်
အနှောင့်အယှက်ပေးတတ်သော
အခြားတစ်စုံတစ်ခုသော အဆင်းကိုမျှ
ငါဘုရား မြင်တော်မမူ။

ပဉ္စကအင်္ဂုတ္တိုရ်၊ မာတာပုတ္တသုတ္တ။

ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ

သေမင်းနှိပ်စက်၍
လူ့ဘဝကို စွန့်သွားရသောသူအတွက်
သူ၏ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာကား
သူမသေခင်က သူပြုသွားခဲ့သည့်
ကောင်းမှု, မကောင်းမှုပင်ဖြစ်သည်။
ထိုကောင်းမှု, မကောင်းမှုကို
ယူဆောင်၍ သွားရ၏။
သူပြုခဲ့သည့်
ကောင်းမှု, မကောင်းမှုတို့သည်
သူသွားရာသို့
အရိပ်ပမာ ပါသွားမြဲဖြစ်၏။

သဂါထာဝဂ္ဂသံယုတ်၊