ඒ ඒ අවස්ථාවන්හි දී භාවිතා කළ හැකි බෞද්ධ ආදර්ශ පාඨ

01 "උක්කාධාරෝ මනුස්සානං නිච්චං අපචිතෝ මයා"
(මිනිසුන්ට ආලෝකය දෙන්නා නිතර බුහුමනට ලක්වෙයි)

02 "පරත්ථං පටිපජ්ජථ"
(පරාර්ථයෙහි යෙදෙවු)

03 "මං නිස්සාය අඤ්ඤෙස්සං කිලමනකිච්චං නත්ථි"
(මා නිසා අනෙකා අපහසුතාවට පත් නොවේවා)

04 "දජ්ජාපස්මිං'පි යාචිතෝ"
(ඉල්ලූපසු සුළු දෙයක් හෝ දෙන්න)

05 "නත්ථි ලෝකේ අනින්දිතෝ"
(ලෝකයේ නින්දා නොලැබූවෙක් නැත)

06 "ඒකන්තං නින්දිතෝ පෝසෝ ඒකන්තං වා පසංසිතෝ"
(ලෝකයේ නින්දා හා ප්‍රශංසා පමණක් ලැබූවෙක් නැත)

07 "දින්නං හොති මහප්ඵලං"
(දුන් දේ මහත්ඵල වේ)

08 "අදස්සනේන බාලානං"
(අනුවණයන් කිසිවිටක දක්නට නොලැබේවා)

09 "දුක්ඛෝ බාලේහි සංවාසෝ"
(අනුවණයන් සමග විසීම දුකකි)

10 "අත්තානමේ ව පඨමං"
(තමා පළමුව සුදුස්සේකු විය යුතුය)

11 "අත්තාහි කිර දුද්දමෝ"
(තමා දමනය කර ගැනීම දුෂ්කරය)

12 "අත්ථදත්ථං පරත්ථේන බහුනාපි න හාපයේ"
(බොහෝ පරාර්ථ වෙනුවෙන් ආත්මාර්ථය කෙලෙසා නොගත යුතුය)

13 "තුම්හේහි කිච්චං ආතප්පං"
(කටයුත්ත කළ යුත්තේ නුඹලා විසින්මය)

14 "මත්තාසුඛ පරිච්චාගා පස්සේ චේ විපුලං සුඛං"
(අනාගත සැප වෙනුවෙන් මේ මොහොතේ සුළු සැප අත්හැරිය යුතුය)

15 "දූරේ සන්තෝ පකාසෙන්ති හිමවන්තෝව පබ්බතෝ"
(සත්පුරුෂයා දුර සිටියත් හිමාල පර්වතය සේ ප්‍රකටය)

16 "සෝ කරරෝහි දීපමත්තනෝ"
(තමා තමාට පහනක් විය යුතුය)

17 "සුදස්සං වජ්ජං අඤ්ඤේසං අත්තනෝ පන දුද්දසං"
(අන්වරද දැකිය හැකිය තම වරද නොදැකිය හැකිය)

18 "අසාධුං සාධුනා ජිනේ"
(අසත්පුරුෂකම සත්පුරුෂ කමින් දිනිය යුතුය)

19 "සච්චේනාලිකවාදිනං"
(බොරුව සත්‍යයෙන් දිනිය යුතුය)

20 "අත්තනෝ කිච්චකාරිස්ස නච කිඤ්චි විහේඨයේ"
(තමාගේ කටයුතු කරගන්නා අනෙකා පීඩාවට පත් නොකරයි)

21 "කාලේ නික්ඛමනා සාධූ නාකාලේ සාධූ නික්ඛමො"
(නුසුදුසු කල්හි නොව සුදුසු කල්හි නික්මිය යුතුය)

22 "තුණ්හී සීහා සමච්ඡරේ"
(සිංහයා සැමවිට නිහඬව හැසිරෙයි)

23 "සුඛෝ හවේ සප්පුරිසේන සංගමෝ"
(සත්පුරුෂ ඇසුර සැපයකි)

24 "සච්චවාදිම්හි ලෝකස්මිං පසංසන්ති'ධ පණ්ඩිතා"
(නුවණැත්තෝ සත්‍යයටම ප්‍රශංසා කරයි)

25 "සුනාථ ධාර්ථ චරාථ"
(අසවු දරවු හැසිරෙවු)

26 "සංගාමේ මේ මතං සෙයෝ යෝච ජීවේ පරාජිතෝ"
(පරාද වී ජීවත්වනවාට වඩා සංග්‍රාමයේදී මියයෑම උතුම්ය)

27 "පඤ්ඤා නරානං රතනං"
(ප්‍රඥාව මිනිසුන්ට ආභරණයකි)

28 "අපදාන සෝභිනි පඤ්ඤා"
(ප්‍රඥාව චරිතයෙන් ඉස්මතු වේ)

29 "සබ්බත්ථ සමමානසෝ"
(සියලුදෙනාට සමානව සළකන්න)

30 "පඤ්ඤාය ච අලාභේන විත්තවා පි න ජීවති"
(ධනය ඇතත් නුවණ නැත්නම් ඔහු ජීවත් නොවේ)

31 "නේව බාලෝ සරීරවා"
(ශරීරයෙන් බාලයෙක් හෝ පණ්ඩිතයෙක් නොවේ)

32 "බහුජන හිතාය බහුජන සුඛාය"
(බොහෝ දෙනාට හිත සැප පිණිස හැසිරෙන්න)

33 "අත්තාහි අත්තනෝ නාථෝ"
(තමාගේ පිහිට තමාමය)

34 "මා නිවත්ථ අභික්කම"
(නොනැවතී ඉදිරියටම)

35 "අත්තානං දමයන්ති පණ්ඩිතා"
(නුවණැත්තා තමා දමනය කරයි)

36 "අධම්මෝ නිරයං නේති"
(අධර්මය නිරයට පමුණුවයි)

37 "විස්සාසා පරමා ඤාති"
(විශ්වාසය උතුම් නෑයාය)

38 "මිත්තදුබ්භොහි පාපකෝ"
(මිත්‍රද්‍රෝහියා පවිටෙකි)

39 "අති චිරං නිවාසේන පියෝ භවති අප්පියෝ"
(බෝහෝ ඇසුරු කිරීමෙන් ප්‍රියයා වුවද අප්‍රිය වේ)

40 "අත්ථෝ අත්ථස්ස නක්ඛත්තං"
(බලාපෝරොත්තු ඉටුවීම යනු නැකතයි)