

မဟာစည် နာယကကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ  
သဒ္ဓမ္မရုံသီရိဝိသာသရာဇတော်  
အရှင်ကုဏ္ဍလာဘိဝံသ

*Pasigayahan*  
*San Jose Calicut*  
ရေးသားစီရင်အပ်သော

အမှန်တရားမြင်ရေးထောက်ပံ့ပေး  
ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်းလေ့  
တရားတော်



သာသနာ ၂၅၂၇

ဓမ္မဒါန

ကောဇာ-၁၃၄၅



မဟာစည် နာယက ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ

သဒ္ဓမ္မရံသီရိပိသာဆရာတော်

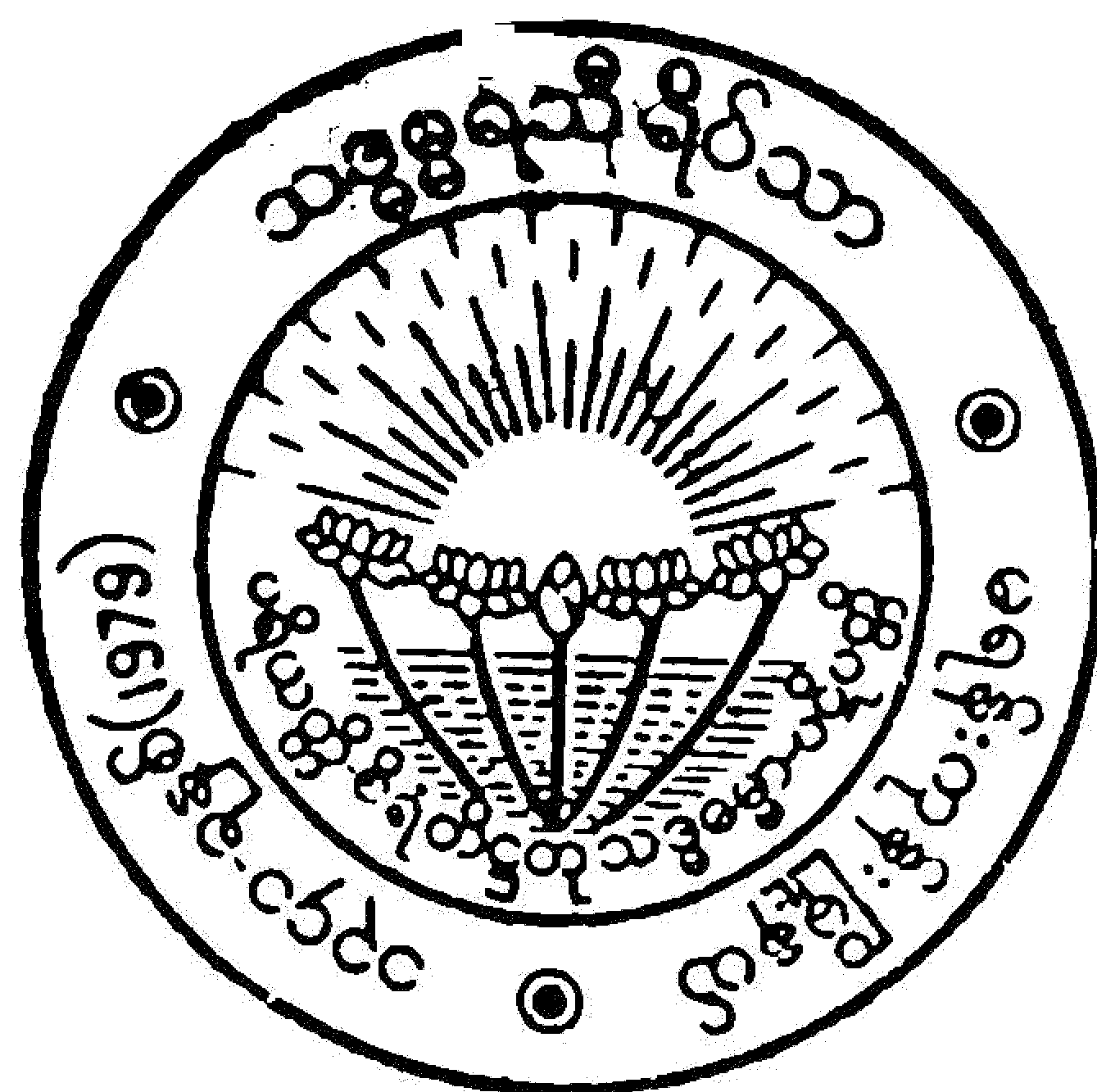
**အရှင်ကုဏ္ဍလာဘိဝံသ**

ရေးသား စီရင်အပ်သော

**အမှန်တရားမြင်ရေး ထောက်ပံ့ပေး**

**ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်း**

**၉-ပါး တရားတော်**



သာသနာ-၂၅၂၇

ကောဇာ-၁၃၄၅

ဣန္ဒြေစွမ်းအင်-က

ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာပေပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့် အမှတ် (၆၆၃)

မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက် အမှတ် (၁၅၆)

ပထမအကြိမ်

အုပ်စု-၂၀၀၀

၁၉၈၃-ခုနှစ်

စက်တင်ဘာလ

အဖုံးပန်းချီ-ဦးမြင့်မောင်

အဖုံး- အောင်သာ

စာအုပ်ချုပ်- အေးမိသားစု

ဓမ္မဒါန

ဒု-မိုလ်မှူးကြီး တင်အောင် ( ကင်းလွတ်ခွင့် အမှတ် ၆၄ )  
အမှတ် (၃)၊ ယိုးဒယားလမ်း၊ ၉-မိုင်၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်မြို့က  
ထုတ်ဝေ၍၊ ဦးတင်မောင် (၀၂၅၆-မြ) စာပေပေါင်းကူးပုံနှိပ်တိုက်၊  
အမှတ်- ၉၀၊ အေ၊ ဘီ၊ ဝေဇယန္တာလမ်း၊ (၈) - ရပ်ကွက်၊  
တောင်ဥက္ကလာပမြို့၊ ရန်ကုန်က ပုံနှိပ်သည်။

ဖုန်း-၅၅၉၁၅။





သဒ္ဓမ္မရသီပသဘာဆရာတော်  
အရှင်ကုဏ္ဍလဘိဝံသ



# မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	ပထမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း ....	၁-၁၂
၁။	ဘာဝနာအရာ ခက်ခဲပါ ....	၂
၂။	ဣန္ဒြေငါးပါး စွမ်းအင်များ ....	၄
၃။	ထက်သန်ညီလျှင် တရားမြင် ....	၆
၄။	ဣန္ဒြေငါးဖြာ ညှိဖွယ်ရာ ....	၇
	ဒုတိယ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်း	၁၃-၃၂
၅။	သွားခြင်း၌ ရိရိသေသေ ရှုမှတ်ပုံ ....	၁၉
၆။	ထိုင်ခြင်း၊ ထခြင်း၌ ရိရိသေသေ ရှုမှတ်ပုံ ....	၂၁
၇။	ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၌ ရိရိသေသေ ရှုမှတ်ပုံ ....	၂၂
၈။	ဖောင်းခြင်း၊ ပိန်ခြင်း၌ ရိရိသေသေ ရှုမှတ်ပုံ ....	၂၄
၉။	ရိရိသေသေပြုက တရားအမြန်ရ ....	၂၅
	တတိယ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်း	၃၃-၆၀
၁၀။	အာဇီဝဌမကသီလနှင့် ငါးပါးသီလ ထူးပုံ တူပုံ ....	၅၄-၅
၁၁။	မျက်စိမစောင့်က ကြောက်လန့်ဖွယ် ....	၅၆
၁၂။	အမျိုးသမီးကြီးငယ် ဆက်ဆံဖွယ် ....	၅၉



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၃။	တရားရကြောင်း အခွင့်ကောင်း (၄)မျိုး ....	၆၆
	စတုတ္ထ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း	၆၉-၁၁၇
၁၄။	မှီဝဲသင့်သော ကျောင်း ရိပ်သာ အင်္ဂါ(၅)ပါး ....	၇၀
၁၅။	ဆည်းကပ်သင့်ရာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ	၇၂
၁၆။	ပြောဆိုသင့်သော စကား(၁၀)ခွန်း	၇၅
၁၇။	ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း(၃)မျိုး	၇၈
၁၈။	အပေါင်းအဖော်(၂)မျိုး	၈၆
၁၉။	ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း (၃)မျိုး	၈၈
၂၀။	လုံ့လဝီရိယ (၂)မျိုး	၈၉
၂၁။	သီလအကျိုး (၅)ပါး	၉၁
၂၂။	အတူနေသင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်	၉၅
၂၃။	မှီဝဲသင့်သောဘောဇဉ်	၉၆
၂၄။	အစားကြီးက ဆင်းရဲရ	၉၇
၂၅။	အတိုင်းအရှည်သိက အကျိုးရ	၁၀၁
၂၆။	စားသောက်ရာဝယ် လိုက်နာဖွယ်	၁၀၃
၂၇။	အာဟာရပြည့်စုံမှ တရားရ	၁၀၅



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၂၈။	မှီဝဲသင့်သောဥတု	.... ၁၁၂
၂၉။	မှီဝဲသင့်သော လူရိယာပုထ်	.... ၁၁၄
၃၀။	စကြိုအကျိုး (၅)ပါး	.... ၁၁၅
	ပဉ္စမ လူန္ဒစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း	၁၁၈-၁၂၁
၃၁။	တရားတွေ့မြင်ပုံ လေးမျိုး	.... ၁၁၉
	ဆဋ္ဌ လူန္ဒစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း	၁၂၂-၁၄၈
၃၂။	တက်ကြွလွန်းသော စိတ်ကိုပြုပြင်ပုံ	.... ၁၂၃
၃၃။	ကျဆင်းလွန်းသောစိတ်ကို ပြုပြင်ပုံ	.... ၁၂၄
၃၄။	ပျင်းရိပါက ဆုတ်ယုတ်ရ	.... ၁၂၅
၃၅။	ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်ဖြစ်ဖွယ်ရာ နှလုံးသွင်းပါ....	၁၂၇
၃၆။	အားမထုတ်က ပူပန်ရမည်	.... ၁၂၉
၃၇။	ပီတိသမ္ပောဇ္ဈင် ဖြစ်ဖွယ်ရာနှလုံးသွင်းပါ	.... ၁၃၇
၃၈။	ပီတိ (၅)မျိုး	.... ၁၃၉
၃၉။	မျက်ရည် (၂)မျိုး	.... ၁၄၀
၄၀။	ဓမ္မဝိစယ သမ္ပောဇ္ဈင်ဖြစ်ဖွယ်ရာ နှလုံးသွင်းပါ	.... ၁၄၅
	သတ္တမ လူန္ဒစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း	၁၄၉-၁၅၂
၄၁။	ကိုယ်နှင့် အသက်ကို ငဲ့တတ်ပုံများ	.... ၁၅၀



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	အဋ္ဌမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း	၁၅၃-၁၅၆
၄၂။	လွှမ်းမိုးနိုင်ပါ မှတ်ဖွယ်ရာ	.... ၁၅၃
	နဝမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း	၁၅၇-၁၇၉
၄၃။	စာသင်နေယင်းက တရားထူးရ	.... ၁၅၈
၄၄။	ချမ်းသာဆင်းရဲတိုင် သစ္စာလေးပါး ပါဝင်	.... ၁၆၂
၄၅။	ဟောကျွင့်ပြည့်စုံမှ တရားရ	.... ၁၆၆
၄၆။	ကျင့်မှုမရှိက တရားမရ	.... ၁၆၇
၄၇။	နာမူမပြည့်က တရားမရ	.... ၁၇၀
၄၈။	တရားမရခြင်း အကြောင်း(၂)ပါး	.... ၁၇၁
၄၉။	ဟောမှုမပြည့်စုံက တရားမရ	.... ၁၇၂



## နိဒါန်း

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင် အပေါင်းတို့သည် ရှေးကုသိုလ် ကံကောင်းများ ထောက်ပံ့ကြ၍ အလွန်ရခဲသော ဒုလ္လဘတရား ငါးပါးတို့တွင် ဗုဒ္ဓပုဂ္ဂိုလ်တို့ ဆိုအပ်သော မြတ်စွာ ဘုရား၏ သာသနာတော်နှင့်လည်း တွေ့ကြုံ နေကြရပါသည်။ မနုဿတ္တ ဘာဝဟုဆိုအပ်သော လူ့အဖြစ်ကိုလည်း ရရှိ နေကြပါသည်။ သဒ္ဓမ္မသဝနာဟု ဆိုအပ်သော သူတော်ကောင်းတရားကိုလည်း နာ ကြားနေကြရပါသည်။ သဒ္ဓါသမ္ပတ္တိဟု ဆိုအပ်သော သဒ္ဓါတရား နှင့်လည်း ထိုက်သည်အားလျော်စွာ ပြည့်စုံနေကြပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ရခဲကြုံခံစွာသော ဒုလ္လဘတရားတွေကို ရရှိနေခိုက်မှာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်သူတော်စင် ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့၏ ဘဝလွတ် မြောက်ရေးအတွက် အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းစသော ဘေး ဒုက္ခအပေါင်းတို့မှ ကင်းဝေးလွတ်မြောက်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရည်သန် တောင့်တ၍ ဆိတ်ငြိမ်ရာ တောစခမ်း တောင်စခမ်း ကျောင်းသခမ်းရိပ်သာအသီးသီးသို့ သွားရောက်ကြ၍ ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို သက်ဆိုင်ရာ ဆရာသမားများထံမှ နည်းခံ၍ ကျင့်သုံးအားထုတ်လျက်ရှိကြပေသည်။ မိမိတို့အတွက် အကောင်း ဆုံး အလုပ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့အားထုတ်ကြသော ယောဂီသူတော်စင်အပေါင်းတို့တွင် အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ရက်—လ အနည်းငယ်အတွင်း



မှာပင် တရားသဘောများကို တွေ့သိ သွားကြတာလည်း ရှိကြပေသည်။ အချို့သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ရက်ပေါင်း-လပေါင်းများစွာ အားထုတ်ပါသော်လည်း တရား သဘောကို ထင်ထင်ရှားရှား မတွေ့ကြရသဖြင့် စိတ်ပျက် လက်လျော့ကာ နောက်ဆုတ်သွားကြတာလည်း ရှိကြပေမည်။

ရက်-လကြာမြင့်စွာ အားမထုတ်ရပါပဲ။ ရက်-လ အနည်းငယ်မျှ အားထုတ်ခြင်းဖြင့် တရားသဘောများကို တွေ့သိနိုင်ဖို့ရာမှာ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သန္တာန်၌ သဒ္ဓါန္တရသော ဣန္ဒြေငါးပါး ညီမျှထက်သန်မှသာ တွေ့သိနိုင်ကြပါသည်။ ဣန္ဒြေငါးပါး ညီမျှထက်သန် ဖို့ရာမှာလည်း ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့၏ ကုန်ပျက်မှုများကိုသိနိုင်လောက်အောင် ရှိရှိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ခြင်းအစရှိသော ဣန္ဒြေထက်မြက်ကြောင်း တရား(၉)ပါး တို့ကိုလိုက်နာကျင့်ကြံမှသာ ညီမျှထက်သန်ကြပါမည်။

ဣန္ဒြေထက်မြက်ကြောင်းတရား(၉)ပါးတို့ကို လိုက်နာ ကျင့်ကြံအားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား သဒ္ဓါန္တရသော ဣန္ဒြေငါးပါးလည်း ညီမျှ ထက်သန်လာကြပါသည်။ ဣန္ဒြေငါးပါး ညီမျှထက်သန်လာသောအခါ သမာဓိဉာဏ်များ အားရှိထက်သန်လာသောကြောင့် တရားသဘောများကို အမြန်တွေ့သိနိုင်ကြပါသည်။

တရားအားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်များ ဣန္ဒြေငါးပါး ညီမျှထက်သန်မှသာ တရားသဘောများ အမြန်တွေ့သိနိုင်ကြသည်ကို တရားလာအားထုတ်ကြသော ယောဂီများ၏ လျှောက်ထား



ချက်အတွေ့အကြုံများကို လေ့လာ ထောက်ထား၍ လက်တွေ့ ကျကျ တွေ့သိရသော ကျေးဇူးရှင် သဒ္ဓမ္မရံသီ ရိပ်သာ ဆရာ တော်ဘုရားသည် သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာသို့ လာရောက်၍ တရားအား ထုတ်ကြကုန်သော တပည့်ရဟန်းရှင်လူ အပေါင်းတို့အား တရား အမြန်တွေ့စေလိုသော ဆန္ဒနှင့် မေတ္တာ စေတနာများကို အရင်း ခံထားကာ ပင်ပန်းမှုကို ပဓာနမထားပဲ နေ့စဉ် နေ့တိုင်းလိုပင် ဣန္ဒြေထက်မြက်ကြောင်း တရားများကို ရှုမှတ်ပုံ ရှုမှတ်နည်းနှင့် တကွ အသေးစိတ်ရှင်းလင်းဟောကြား လေ့ရှိပါသည်။

ထိုသို့ ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်ဘုရား ဟောကြားပြသတော်မူ သောဣန္ဒြေထက်မြက်ကြောင်း တရားများကို နာကြားရသော တပည့်ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်အပေါင်းတို့သည် အလွန်ပင် နှစ်သက် သဘောကျလျက် ရှိကြပါသည်။ တကယ်လက်တွေ့ လိုက်နာ ကျင့်ကြံ အားထုတ်ကြည့်သော အခါမှာလဲ ထူးထူးခြားခြား သမာဓိဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ် လာကြသည်ကို တွေ့ကြရသော ကြောင့် ဣန္ဒြေထက်မြက်ကြောင်း တရား(၉)ပါးကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ လိုက်နာကျင့်ကြံဖို့ရာကို အထူးပင် စိတ်ဝင်စားလျက် ရှိကြ ပါသည်။

ဣန္ဒြေ ထက်မြက်ကြောင်း တရား (၉) ပါးကို လိုက်နာ ကျင့်ကြံ၍ တရားသဘောများကို ထူးထူးခြားခြား တွေ့သိကြ သော အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့က “ဒီတရားမျိုးကြားနာ ရတာ နောက်ကျလေခြင်း” ဟု တရားမနာရမီက အားထုတ်ခဲ့ သောအချိန်များကို ပြန်၍နှမြော တ-သမိကြပါသည်။



အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့ကလည်း ထပ်ကာထပ်ကာ ကြည့်ရှု မှတ်သားလိုကြ၍ မှတ်စုစာအုပ်ငယ်များဖြင့် ကူးယူ မှတ်သားထားကြသည်။ အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ကလည်း မိမိနာကြားရသလို မနာကြားရသော အခြားသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်များအား နာကြားစေလိုသော ဆန္ဒရှိသည်ဖြစ်၍ ကက် ဆက် (အသံဖမ်းစက်) ဖြင့် အသံဖမ်းကာ တဆင့်နာကြားစေကြ ပါသည်။

အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ကလည်း ဤဣန္ဒြေထက်မြက် ကြောင်း တရားများကို စာအုပ်အဖြစ်ဖြင့် ရိုက်နှိပ်၍ ဓမ္မဒါန ပြုရလျှင် အခြားတရားဌာန အသီးသီးတို့၌ ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်နေကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များလည်း ဣန္ဒြေထက်မြက် ကြောင်း တရားများကို ဖတ်ရှုလိုက်နာကြရသဖြင့် “တရား သဘောများကို အမြန်တွေ့ကြ၍ အကျိုးများဖွယ် ဖြစ်ပေလိမ့် မည်” ဟု ယုံကြည်ကာ ဣန္ဒြေထက်မြက်ကြောင်း တရားများကို တရားစာအုပ် အဖြစ်ဖြင့် ရေးသား ချီးမြှင့်ပေးပါရန် သဒ္ဓမ္မရံသီ ရိပ်သာ ဆရာတော်ဘုရားအား လျှောက်ထား တောင်းပန်ကြ ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ တပည့်ယောဂီများက လျှောက်ထား တောင်းပန် ကြသောကြောင့် ကျေးဇူးရှင် သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ ဆရာတော် ဘုရားသည် အသစ်တည်ထောင်လျက်ရှိသော သဒ္ဓမ္မရံသီရိပ်သာ၏ အဖက်ဖက်မှ ပြည့်စုံရေးကိစ္စ တရားဟော တရားပြကိစ္စတို့ဖြင့် မအားမလပ်သည့် ကြားမှပင် ပင်ပန်းမှုကို ပခာနာ မထားပဲ၊



ဤ အမှန်တရားမြင်ရေး ထောက်ပံ့ပေး လှူဒါန်းစွမ်းအင်ထက်မြက်  
ကြောင်း တရား(၉)ပါးတရားတော် စာအုပ်ကို မေတ္တာစေတနာ  
ရွှေသွားပြုကာ ရေးသား ချီးမြှင့်ပေးသဖြင့် တရားစာအုပ်အဖြစ်  
သို့ ရောက်ရှိလာရပါသည်။

ဦးဥက္ကံသ (ဓမ္မာစရိယ)

ဂန္ဓာရုံကျောင်းတိုက်၊ ကျိုက်ဝိုင်း၊

ရန်ကုန်မြို့။



ဤ အမှန်တရားမြင်ရေး ထောက်ပံ့ပေး တရားတော်စာအုပ်၌  
အခန်း ၁၀-ခန်းတို့ဖြင့် ပိုင်းခြား၍ ဖော်ပြထားပါသည်။

- ၁။ ဣန္ဒြေငါးပါး စွမ်းအင်များကို ပြခန်း
- ၂။ ပထမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၃။ ဒုတိယ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၄။ တတိယ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၅။ စတုတ္ထ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၆။ ပဉ္စမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၇။ ဆဋ္ဌမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၈။ သတ္တမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၉။ အဋ္ဌမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း
- ၁၀။ နဝမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်းကိုပြခန်း  
တို့ဖြင့် ဖော်ပြထားပါသည်။



အမှန်တရားမြင်ရေး ထောက်ပံ့ပေး

ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

၉-ပါး တရားတော်

---

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

ပထမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

အသိဉာဏ် ပြည့်ဝကြသော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ပုဂ္ဂိုလ်မှန်သမျှ  
တို့သည် ယခုမျက်မှောက်ဘဝနှင့် နောင်ဘဝများ အတွက်ပါ  
အားကိုးအားထား ဖြစ်ဖွယ်ရာဖြစ်သော ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း  
ဒါနကိုလဲ တတ်နိုင်သမျှ ပြုလုပ်လှူဒါန်း နေကြရပါသည်။

သူ့အသက်သတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ သူတပါးဥစ္စာခိုး  
ယူခြင်းမှရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ သူတပါး သားမယား သားသမီးများ  
ကို ဖျက်ဆီးခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း၊ လိမ်ညာပြောခြင်းမှ ရှောင်  
ကြဉ်ခြင်း၊ သေအရက် သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်း  
ဟူသော ကိုယ်နှုတ်တို့ကို စောင့်စည်းခြင်း သိလက်လဲ တတ်နိုင်  
သမျှ ဆောက်တည်စောင့်ထိန်းကြရပါသည်။

ဣန္ဒြေစွမ်းအင်-၁



ဘုရားဂုဏ်တော် ပွားများ၍ ပုတီးစိပ်ခြင်းစသော သမထ ကိုလဲ တတ်နိုင်သမျှ အားထုတ်ကြရပါသည်။ နာမ်ရုပ်စသော တရား သဘောများကို ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် တွေ့သိရအောင် ဝိပဿနာတရားကိုလဲ တတ်နိုင်သမျှ အားထုတ်ကြရပါသည်။

ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း ဒါနကိုပြုရခြင်းသည် ပေးလှူလိုသော စိတ်ဆန္ဒရှိသောအခါ မိမိကိုယ်ပိုင် ပစ္စည်းကို မိမိပေးလှူလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ဌာနများသို့ ကိုယ်ဖြင့်ဖြစ်စေ နှုတ်ဖြင့် ဖြစ်စေ ပေးကမ်း လှူဒါန်းလိုက်ပါလျှင် ဒါနကုသိုလ် ပြုလုပ်ရခြင်းကိစ္စ ပြီးမြောက်သွားပါသည်။ ပြုရလွယ်ကူပါသည်။

ကိုယ်နှင့်နှုတ်ကို စောင့်စည်းရခြင်းဟူသော သီလကိုဆောက် တည် စောင့်ထိန်းရခြင်း သည်လည်း သူ့အသက်သတ်ဖွယ်၊ သူတပါး ပစ္စည်းခိုးယူဖွယ်၊ လိမ်ညာ ပြောဖွယ် စသည်တို့ကို တွေ့ကြုံလာသောအခါ ကိုယ်ဖြင့်မသတ်မိ မခိုးမိအောင် ရှောင် ကြဉ်ခြင်း၊ နှုတ်ဖြင့်လိမ်မပြောမိအောင် ရှောင်ကြဉ်ခြင်းတို့ဖြင့် သီလစောင့်ထိန်းခြင်းကိစ္စ ပြီးမြောက် သွားပါသည်။ လွယ်ကူ ပါသည်။

### ဘာဝနာအရာခက်ခဲပါ

သမထ ဝိပဿနာ ဘာဝနာတရားကို အားထုတ်ကြသော အခါ ကိုယ်နှုတ်တို့ဖြင့် ပြုလုပ်အားထုတ်၍ မရကြပေ။ စိတ်ဖြင့် သာ ပြုလုပ်အားထုတ်ကြရပေသည်။ စိတ်ဖြင့်ပြုလုပ် အားထုတ်ရ



သော အလုပ်သည် နက်နဲခက်ခဲလှပေသည်။ ရည်မှန်းသည့် အတိုင်း ပြီးမြောက် အောင်မြင်ခြင်းသို့ ရောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အလွန်နည်းပါး ကြပါသည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့် စိတ်ဖြင့်သာ ပြုလုပ်ရသော သမထ ဝိပဿနာဘာဝနာတရားတို့ကို အားထုတ်ကြသောပုဂ္ဂိုလ်တို့အား တရားသဘောကို တွေ့မြင်ခြင်းမှစ၍ တရားထူးတရားမြတ်များ ရသွားသည်အထိ အောင်မြင်သွားကြစေရန် မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုကိုသိကြသော အဋ္ဌကထာ ဆရာတို့သည် ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း (၉) ပါးကို ဖွင့်ပြထားကြ ပါသည်။

ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်သူ မှန်သမျှတို့ သည်လည်း မိမိတို့သန္တာန်မှာ တရားသဘောများကို မြန်မြန်တွေ့လိုကြပါ သည်။ တရားသဘောများကို တွေ့ပြီးသောအခါ၌လည်း တရား တွေ့ မြန်မြန်တက်လို ကြပါသည်။ တရားထူး တရားမြတ်များ မြန်မြန်ရလိုကြပါသည်။

ဤကဲ့သို့ တရားမြန်မြန် တွေ့ဖို့ရာ တရားမြန်မြန် တက်ဖို့ရာ တရားထူးတရားမြတ်များ မြန်မြန်ရဖို့ရာမှာလည်း ဣန္ဒြေ ၅-ပါး ထက်သန်ညီမျှမှုသာ တရားတွေ့နိုင် တက်နိုင် ရနိုင်ကြပါမည်။ သို့ဖြစ်သောကြောင့်လည်း အဋ္ဌကထာ ဆရာများ ဖွင့်ပြထား သောအတိုင်း ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း (၉) ပါးတို့ကို လိုက်နာကျင့်ကြံ နေကြရပါသည်။



## ဣန္ဒြေ ၅-ပါး စွမ်းအင်များ

ဣန္ဒြေ ၅-ပါးဟူသည်—

- (၁) သဒ္ဓိန္ဒြိယ—ယုံကြည်မှုအားကောင်းခြင်း၊
- (၂) ဝီရိယိန္ဒြိယ — လုံ့လပြု ကြောင့်ကြ စိုက်မှု အားကောင်းခြင်း၊
- (၃) သတိန္ဒြိယ — အမှတ်သတိရမှု အားကောင်းခြင်း၊
- (၄) သမာဓိန္ဒြိယ — စိတ်၏တည်ငြိမ်မှုအားကောင်းခြင်း၊
- (၅) ပညိန္ဒြိယ — အသိဉာဏ်ဖြစ်မှု အားကောင်းခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

ယင်းကဲ့သို့ အားကောင်းမှုကို အကြောင်းပြု၍ ထိုတရားငါးပါးကိုပင် ဗိုလ်ငါးပါးဟူ၍လဲ ထိုထိုကျမ်းဂန် ဒေသနာတော်များ၌ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ပါဠိဘာသာ မလေ့လာဘူးသူများ အတွက် သဘောပေါက် နားလည်လွယ်ရအောင် သဒ္ဓိန္ဒြိယ စသည်တို့၌ သဒ္ဓါ+ဣန္ဒြိယ စသည်ဖြင့် နှစ်ပုဒ်ခွဲ၍ ဣန္ဒြိယ-ဟူသော ပုဒ်၏အနက်ကို “အားကောင်းမှု” ဟု မြန်မာပြန်ဆို လိုက်ရပါသည်။ ဣန္ဒြိယ-ဟူသောပုဒ်၏ မူချတိုက်ရိုက် အနက်မှာ လွှမ်းမိုးခြင်း အစိုးရခြင်းဖြစ်ပါသည်။



(၁) သဒ္ဓိန္ဒြိယ-၌ သဒ္ဓါတစ်ပုဒ် + ဣန္ဒြိယတစ်ပုဒ်၊ သဒ္ဓါ-  
ယုံကြည်မှု အားကောင်းခြင်းကြောင့် + ဣန္ဒြိယ- မယုံကြည်ခြင်း  
(အသဒ္ဓိယ) ကိုလည်း လွှမ်းမိုးပယ်ဖျောက်နိုင်သည်။ မိမိ(သဒ္ဓါ)  
နှင့် အတူတကွ ဖြစ်ကြသော ကုသိုလ်တရား တို့ကိုလည်း မိမိ  
နောက်သို့ လိုက်စေသောအားဖြင့် အစိုးရသည်။

(၂) ဝီရိယိန္ဒြိယ-၌ ဝီရိယ တစ်ပုဒ် + ဣန္ဒြိယ တစ်ပုဒ်၊ ဝီရိယ  
လုံ့လပြု ကြောင့်ကြစိုက်မှု အားကောင်းခြင်းကြောင့် + ဣန္ဒြိယ-  
ပျင်းရိခြင်း(ကောသဇ္ဇ) ကိုလည်း လွှမ်းမိုးပယ်ဖျောက် နိုင်သည်။  
မိမိ(ဝီရိယ)နှင့် အတူတကွ ဖြစ်ကြသော ကုသိုလ်တရား တို့ကို  
လည်း မိမိနောက်သို့ လိုက်စေသောအားဖြင့် အစိုးရသည်။

(၃) သတိန္ဒြိယ-၌ သတိတစ်ပုဒ် + ဣန္ဒြိယတစ်ပုဒ်၊ သတိ-အမှတ်  
သတိရမှု အားကောင်းခြင်းကြောင့် + ဣန္ဒြိယ- သတိမေ့လျော့  
ခြင်း (မုဋ္ဌဿတိ) ကိုလည်း လွှမ်းမိုးပယ်ဖျောက် နိုင်သည်။ မိမိ  
(သတိ)နှင့် အတူတကွဖြစ်ကြသော ကုသိုလ်တရားတို့ကိုလည်း  
မိမိနောက်သို့လိုက်စေသောအားဖြင့် အစိုးရသည်။

(၄) သမာဓိန္ဒြိယ- ၌ သမာဓိတစ်ပုဒ် + ဣန္ဒြိယတစ်ပုဒ်၊  
သမာဓိ-စိတ်တည်ငြိမ်မှု အားကောင်းခြင်းကြောင့် + ဣန္ဒြိယ-  
စိတ်ပျံ့လွင့်မှု (ဥဒ္ဓစ္စ) ကိုလည်း လွှမ်းမိုး ပယ်ဖျောက်နိုင်သည်။  
မိမိ(သမာဓိ)နှင့် အတူတကွဖြစ်ကြသော ကုသိုလ်တရားတို့ကို  
လည်း မိမိနောက်သို့ လိုက်စေသောအားဖြင့် အစိုးရသည်။



(၅) ပညိန္ဒိယ-၌ ပညာတစ်ပုဒ် + ဣန္ဒိယတစ်ပုဒ်၊ ပညာ-  
အသိဉာဏ် အားကောင်းမှုကြောင့် + ဣန္ဒိယ မသိတွေဝေခြင်း  
(မောဟ)ကိုလည်း လွှမ်းမိုးပယ်ဖျောက်နိုင်သည်။ မိမိ(ပညာ)  
နှင့် အတူတကွဖြစ်ကြသော ကုသိုလ်တရားတို့ကိုလည်း မိမိ  
နောက်သို့ လိုက်စေသောအားဖြင့် အစိုးရသည်။

ဤပြဆိုခဲ့ပြီးသော ဣန္ဒြေ ၅-ပါး မထက်သန် မညီမျှသော  
ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားသဘောများ မတွေ့နိုင်ခြင်း၊  
တရားသဘောများ အသင့်အတင့် တွေ့ထားပြီးကြသော်လည်း  
တရားမတက်နိုင်ခြင်း၊ တရားထူး တရားမြတ်များ မရနိုင်ခြင်းတို့  
ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။

### ထက်သန်ညီလျှင် တရားမြင်

ဤသို့ပြဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော ဣန္ဒြေ ၅-ပါး ထက်သန်ညီမျှ  
လာသောအခါ တရားသဘောများ မတွေ့မြင် သေးသော  
ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း တရားသဘောများကို တွေ့မြင်  
သွားတတ်ကြပါသည်။ တရားသဘောများကို အသင့်အတင့်  
တွေ့မြင်ပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း တရားတွေ အမြန်  
တက်သွားတတ်ကြပါသည်။ တရားထူး တရားမြတ်များ အမြန်  
ရသွားတတ်ကြပါသည်။

ဥပမာ- လူငါးယောက်ချီမမှ လိုရာအကျိုးရှိရာ - အရပ်သို့  
ပြောင်းရွှေ့နိုင်သော ကျောက်ဖျာကြီးတချပ်ကို လူငါးယောက်  
ချီမကြသောအခါ တယောက်ယောက်က ချီမခြင်း မပြုခဲ့သော်



ထိုကျောက်ဖျာကြီးကို ကျန်လေးယောက်တို့လဲ ချီမ၍ မနိုင်ကြ သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ချီမစဉ်က အညီအမျှ ချီမကြ၍ ယူသွား ကြပြီး လမ်းခုလတ်ကျမှ တစ်ယောက်ယောက်က အားလျော့ ကာ ချီမခြင်း မရှိတော့ပါလျှင် ကျန်လေးယောက်တို့လည်း ချီမ၍ မနိုင်ကြတော့မပါပဲ လွှတ်ချလိုက်ကြသဖြင့် ကျောက် ဖျာကြီး လိုရာအကျိုးရှိရာအရပ်သို့ ရောက်အောင် မယူနိုင်ခြင်း၊ ကျောက်ဖျာကြီး ကဲ့အက်ပျက်စီးသွားနိုင်ခြင်းများ ဖြစ်သကဲ့သို့ လည်းကောင်း တရားမတွေ့ တရားမတက် တရားမရပဲ ဖြစ်နေ တတ်ကြပါသည်။

ဣန္ဒြေငါးပါး မထက်သန် မညီမျှသေးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့သည် ကျောက်ဖျာကြီးကို ချီမ၍ မနိုင်ကြသကဲ့သို့ တရား သဘောများကို မတွေ့မြင်နိုင်ခြင်းများ ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။ တရားသဘောများ အသင့်အတင့် တွေ့မြင်ကြပြီးသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း လမ်းခုလတ်မှာ ကျောက်ဖျာကြီး လွှတ် ကျကာ လိုရာအကျိုးရှိရာအရပ်သို့ မရောက်သကဲ့သို့ တရားမတက် ခြင်း၊ တရားထူး တရားမြတ်များ မရနိုင်ခြင်းတို့ ဖြစ်နေတတ်ကြ ပါသည်။

ကျောက်ဖျာကြီးကို လူငါးယောက်တို့ စိတ်အား ထက် သန်စွာ အညီအမျှ ချီမ၍ အလိုရှိရာ အကျိုးရှိရာ အရပ်သို့ ရောက်အောင် ယူဆောင်သွားကြပါလျှင် အလိုရှိရာ အရပ်သို့ ကောင်းမွန်စွာ ရောက်ရှိကာ အသုံးပြုရ၍ အကျိုးများကြ သကဲ့သို့ ဣန္ဒြေ ငါးပါး ထက်သန်ညီမျှလာသောအခါ တရား



သဘောများကို မတွေ့မြင်သေးသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လည်း တရားသဘောများကို တွေ့မြင် သွားနိုင်ကြပါသည်။ တရားသဘောများကို အသင့်အတင့် တွေ့မြင်ပြီးသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း တရားတွေ့အမြန်တက်၊ တရားထူး တရား မြတ်တွေ့ အမြန်ရရှိသွားနိုင်ကြပါသည်။

ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါမြွေက လွန်ကဲ၍ အမှန်သိမှု ပညာမြွေက အားနည်းနေပါလျှင် မယုံကြည်သင့်သော အရာများကို ယုံ ကြည်ကာ အလွဲအမှားများကို ပြုလုပ်နေတတ်သဖြင့် ဣန္ဒြေ မထက် တရားမတက် တရားမရပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ သိမှု ပညာမြွေက လွန်ကဲ၍ ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါမြွေက အားနည်းနေ ပါလျှင် “ပြုလုပ်သင့် အားထုတ်သင့်သော အရာများကို မပြု လုပ်တော့ပါပဲ သိယင်ပြီးတာပဲ” ဟု ယူဆကာ စိတ်ကူးယဉ်၍ ကောက်ကွေ့နေသဖြင့် ဣန္ဒြေမထက် တရားမတက် တရားမရပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—သဒ္ဓါလွန်ကဲ၊ ပညာနည်း၊ လွဲမှားနေတတ်သည်။  
ပညာလွန်ကဲ၊ သဒ္ဓါနည်း၊ စဉ်းလဲ ကောက်  
ကွေ့သည်။

ကြောင့်ကြစိုက်မှု ဝီရိယိမြွေက လွန်ကဲ၍ တည်ငြိမ်မှု သမာဓိမြွေက အားနည်းနေပါလျှင် စိတ်ပျံ့လွင့် နေသဖြင့် ဣန္ဒြေမထက် တရားမတက် တရားမရပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ တည်ငြိမ်မှု သမာဓိမြွေက လွန်ကဲ၍ ကြောင့်ကြစိုက်မှု ဝီရိယိမြွေ



က အားနည်းနေပါလျှင် ထိုင်းမှိုင်း ပျင်းရိနေသဖြင့် ဣန္ဒြေ  
မထက် တရားမတက် တရားမရပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ဝီရိယ လွန်ကဲ၊ သမာဓိနည်း၊ ပျံ့ကျဲ နေတတ်  
သည်။

သမာဓိလွန်ကဲ၊ ဝီရိယနည်း၊ ပျင်းတွဲ နေတတ်  
သည်။

အမှတ်ရမှု သတိဇ္ဇော လွန်ကဲသည်ဟူ၍ကား မရှိပေ၊ သတိဇ္ဇော  
လိုနေခြင်း အားနည်းနေခြင်းသာ ရှိတတ်ပေသည်။ ယုံကြည်မှု  
သဒ္ဓိဇ္ဇောနှင့် အမှန်သိမှု ပညိဇ္ဇော၊ ကြောင့်ကြစိုက်မှု ဝီရိယိဇ္ဇောနှင့်  
တည်ငြိမ်မှု သမာဓိဇ္ဇောတို့ ညီမျှ ထက်သန်သွားသောအခါ  
ဣန္ဒြေထက် တရားတက်၍ တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိသွား  
နိုင်ပါသည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့် ဣန္ဒြေငါးပါးထက်သန် ညီမျှစေခြင်းငှာ  
ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း(၉)ပါးကို လိုက်နာ ကျင့်ကြံကြရပါသည်။  
ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း (၉)ပါးကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်(၂-၂၄၈)၌ ဖွင့်ပြ  
ထားပါသည်။

နဝဟာကာရေဟိ ဣန္ဒြိယာနိ တိက္ခာနိ ဘဝန္တိ။

နဝဟာကာရေဟိ-နဝဟိ အာကာရေဟိ - ကိုးပါးကုန်သော  
အကြောင်းတို့ကြောင့်၊ ဣန္ဒြိယာနိ-ငါးပါးကုန်သော ဣန္ဒြေ  
တို့သည်၊ တိက္ခာနိ-ထက်သန်ကုန်သည်၊ ဘဝန္တိ-ဖြစ်ကုန်၏။



ကိုးပါးသော အကြောင်းတို့ကြောင့် ဣန္ဒြေ ငါးပါးတို့ ထက်သန်ကြကုန်၏။

ဆောင်ပုဒ်—ဣန္ဒြေငါးပါး၊ ထက်ကြောင်းများ၊ ကိုးပါး ရှိလေသည်။ (စည်)

(၁) ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နာနံ သင်္ခါရာနံ ခယမေဝ ပဿတိ၊

ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နာနံ-ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းကုန်သော၊ သင်္ခါရာနံ-ရုပ်နာမ် နှစ်ပါး သင်္ခါရတရားတို့၏၊ ခယမေဝ-ကုန်ခြင်းပျက်ခြင်းကို သာလျှင်၊ ပဿတိ-ရှု၏။

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိ၏ ခန္ဓာ ကိုယ်၌ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားအားလုံးတို့သည် ဖြစ်ပေါ် လာပြီးလျှင် အလျင်အမြန် ခဏခြင်း ကုန်ဆုံး ပျောက်-ပျက် သွားကြကုန်၏ ဟူ၍ စိတ်ကိုညွတ်ထား၍ ရှုမှတ် ပွားများခြင်း သည် ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း တရား တပါးဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ဖြစ်တိုင်းရုပ်နာမ်၊ ချုပ်ပျက်ဟန်၊ ကေနိရူရ မည်။ (စည်)

တရားရှုမှတ်ကာစ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိသန္တာန်၌ ရုပ်နာမ် တရားတို့၏ တကယ်စင်စစ် ခဏချင်းကုန်ပျက်မှုကို မမြင်ရသေး သော်လည်း မိမိ၏ သမာဓိဉာဏ်များ မရင့်ကျက် မထက်သန် သေး၍ ကုန်ပျက်မှုကို မမြင်ရသေးတာပဲ၊ အမှန်တကယ်အား



ဖြင့် ဖြစ်ပေါ်ပြီး ခဏချင်း ကုန်ပျက်နေ ကြတာချည်းပဲ။ ဟု  
စိတ်ကိုညွတ်ထား၍ ရှုမှတ် ပွားများကြရပါသည်။

မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ အသင့်အတင့်  
ရင့်သန်အားရှိလာသောအခါ ဖောင်းခြင်း၊ ပိန်ခြင်း၊ ကွေးခြင်း၊  
ဆန့်ခြင်း စသော အမူအရာတခုခုသည် အခြားအမူအရာ တခုခုသို့  
လိုက်မပါပဲ ပြတ်၍ပြတ်၍ ကျန်ခဲ့ခြင်း ကုန်ပျောက်ခဲ့ခြင်းကိုသာ  
တွေ့မြင်လာတတ်၏။

ယင်းကဲ့သို့ တွေ့မြင်လာသော အခါမှာလည်း စိတ်ကထင်  
လို့ဖြစ်ပါလိမ့်မည် စသည်ဖြင့် အကြောင်း ယုတ္တိများရှာကြံ၍  
မကုန် ပျက်တဲ့ဘက်က စိတ်ကို ပြန်မတင်းထားပါပဲ အမူအရာ  
တခုခုသည် အမူအရာတခုခုသို့ လိုက်မပါပဲ ကုန်ပျက်ခဲ့ခြင်း  
သည် အမှန်ပင်ဖြစ်ပေသည်။ ထို့ထက်သမာဓိဉာဏ်များ ရင့်သန်  
အားရှိလာသောအခါ ထင်ရှားစွာ ကုန်ပျက်မှုများကို တွေ့မြင်  
ရတော့မည် ဟု အလိုက်သင့် စိတ်ကိုညွတ်၍ ရှုမှတ် ပွားများ  
ကြရပါသည်။

မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်ပွားများ၍ ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်အရင့်ပိုင်း  
သို့ ရောက်လာသောအခါ ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊  
ထခြင်း၊ ဖောင်းခြင်း၊ ပိန်ခြင်းစသော အမူအရာတို့ကို ကွေး  
တယ်၊ ဆန့်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထတယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်  
စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်လိုက်လျှင် ကွေးတာလည်းအဆင့်ဆင့်၊ ဆန့်တာ  
လည်း အဆင့်ဆင့်၊ ထိုင်တာလည်း အဆင့်ဆင့်၊ ဖောင်းတာ



လည်းအဆင့်ဆင့်၊ ပိန်တာလည်း အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်ပြီးလျှင် ခဏချင်း အမြန် ကုန်ပျောက် သွားတာများကို တွေ့မြင်သွား တတ်ကြပါသည်။ ယင်းကဲ့သို့ တွေ့မြင်သွားကြသော ဇယာဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ရုပ်နာမ်တရားတို့သည် ဖြစ်ပေါ်ပြီး ခဏချင်း ကုန်ပျက်သွားကြတာချည်းပဲဟု စိတ်ကို အထူး ညွှတ်ထားဖွယ် မလိုတော့ပါပဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သဘောကျသွားကြပါသည်။

ပထမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း ပြီးပါပြီ။



## ဒုတိယ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

တတ္ထစ သံက္ကစ္စကိရိယာယ သမ္မာဒေတိ၊

တတ္ထ - ထိုသို့ကုန်ခြင်း ပျက်ခြင်းကို ရှုမှတ်ရာ၌၊ သက္ကစ္စ  
ကိရိယာယစ - ရိရိသေသေပြုခြင်းဖြင့်လဲ၊ သမ္မာဒေတိ-ဝိပဿနာ  
ဉာဏ်ကိုပြီးစေ၏။ ဝါ-ဣန္ဒြေကိုထက်စေ၏။

တရားရှုမှတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိသန္တာန်၌ ရုပ်  
တရား နာမ်တရားတို့၏ ခဏမစဲ ကုန်ပျက်နေတာကို တွေ့မြင်နိုင်  
လောက်အောင် ရိရိသေသေ လေးလေးစားစား စူးစူးစိုက်စိုက်  
ရှုမှတ်ကြရပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ရိရိသေသေ စူးစူး စိုက်စိုက်  
ရှုမှတ်ခြင်းသည်လည်း ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်ကြောင်း တရား  
တက်ကြောင်း တပါးပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ရှုမှတ်မှုမှာ၊ ရိသေကာ၊ ကောင်းစွာပြုရမည် (စည်)

တရားရှုမှတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှုမှတ်ပုံအားဖြင့် နှစ်မျိုး  
ကွဲပြားလျက် ရှိကြပါသည်။ တရားအားထုတ်ဖို့ရာ အလုပ်ပေး  
တရား နာယူစဉ်ကလည်း သာမန်ပေပေါ့ပေါ့နာယူ၍ တရား  
ရှုမှတ်သောအခါ၌လည်း ပေပေါ့ပေါ့ အမှတ်ဖြစ်ရုံမျှပင် ရှုမှတ်  
တတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်ကတမျိုး၊ တရားအားထုတ်ဖို့ရာအလုပ်  
ပေး တရားနာယူစဉ်ကလည်း ရိရိသေသေ လေးလေးစားစား  
မှတ်မှတ်သားသား နာယူ၍ တရားအားထုတ်သောအခါ၌လည်း



သွားတာ၊ ရပ်တာ၊ ထိုင်တာ၊ ထတာ၊ ကွေးတာ၊ ဆန့်တာမှ စ၍ အလုံးစုံသော ကိုယ်အမူအရာ စသည်တို့ကို ရိုရိုသေသေ အတွင်းကျကျ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်တတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် ကတမျိုးဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

ရိုရိုသေသေ လေးလေးစားစား မမှတ်ပါပဲ ခပ်ပေါ့ပေါ့ ရှုမှတ်တတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် တရားသဘောများကို မတွေ့နိုင်ပဲလည်း ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ တရားသဘောများကို တွေ့ငြားသော်လဲ မထင်မရှား မကွဲမပြားတွေ့နေ တတ်ပါသည်။ ရှေ့သို့တရားမတက်ပဲလည်း ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ တရားမတွေ့ တရားမထင်ရှား တရားမတက်သော ကြောင့် တရားအားထုတ်လိုသော စိတ်ဓာတ်များ ကျဆင်းသွား တတ်ပါသည်။ တရားအပေါ်မှာ သံသယလည်း ဖြစ်သွားတတ် ပါသည်။ ဤလို သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထတယ်၊ ကွေးတယ်၊ ဆန့်တယ်၊ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ဝင်လေ၊ ထွက် လေ-ဟူ၍ မှတ်ကာမျှဖြင့် တရားသဘောများ တွေ့မြင်တယ် တရားထူး တရားမြတ်များ ရတယ်ဆိုတာ ဟုတ်မှ ဟုတ်နိုင်ပါ မလား စသည်ဖြင့် သံသယများ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

၁၃၄၀-ခုနှစ်က ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရား ကြီး သီတင်းသုံးတော်မူရာ မဟာစည်ရိပ်သာ၌ ရဟန်းတော်များ ကို တရားပြဆရာ အဖြစ်ဖြင့် ဘုန်းကြီး ဆောင်ရွက်ခဲ့ရပါသည်။ ထိုအခါ ဝိပဿနာတရား လာအားထုတ်ကြသော ရဟန်းတော်



တို့တွင် ဝါးခယ်မမြို့နယ်မှ ဝါတော် (၃၀) ခန့် ဆရာတော် တပါးလည်းပါဝင် အားထုတ်လျက် ရှိပါသည်။

ဝါးခယ်မမြို့နယ်မှ ဆရာတော်သည် သက်တော်ဝါတော်ကြီး သော ပုဂ္ဂိုလ်လည်းဖြစ်၊ ရိုးသားဖြောင့်မှန်သော ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံသောကြောင့် တရားစစ်ဆေးသောအခါ အကျွမ်းတဝင် ရင်းရင်းနှီးနှီး မေးမြန်းစစ်ဆေးပေးခဲ့ပါသည်။ ဆရာတော်သည် တလခန့်အားထုတ်ရက် ရလာသည့်တိုင်အောင် ထူးထူးခြားခြား တရားတက်လာခြင်း မရှိပါပဲ အားထုတ်ကာစ ရက်အနည်းငယ် အတွင်းက လျှောက်ထား အစစ်ခံခဲ့သော ဉာဏ်အဆင့်မှ မတိုး တက်လာသဖြင့် ဆရာနှင့် တပည့်၊ နှစ်ပါးချင်း တွေ့ဆုံ၍ ဘာကြောင့် တရားမတက်တဲ့ အကြောင်း မေးမြန်းရှာဖွေရာ ခပ်ပေါ့ပေါ့ အမှတ်ဖြစ်ရုံမျှ ရှုမှတ် နေသောကြောင့် တရား မတက်ကြောင်း သိရပါသည်။

ဝါးခယ်မမြို့နယ်မှ ဆရာတော်ကို ဘုန်းကြီးက ဘယ်ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားပြဆရာတော်ထံမှာ တရားအားထုတ်ခဲ့ ဘူးပါသေးသလဲ ဟု လျှောက်ထား မေးမြန်းရာ ဝါးခယ်မမြို့ မဟာစည်ရိပ်သာ ဆရာတော်ဦးဝိစာရထံ၌ အားထုတ်ခဲ့ဘူးကြောင်း လျှောက်ထား သဖြင့် ဆရာတော်ဦးဝိစာရက အားထုတ်မှုနှင့်စပ်၍ ဘာဩဝါဒ စကားများ မိန့်ကြားဘူးပါသလဲဟု ဘုန်းကြီးက လျှောက်ထား မေးမြန်းပြန်ရာ ကိုယ်တော်တရားရှုမှတ်တာက အပေါ်ယံ ရှုပ်ရှုပ် လေးမှတ်နေတာကိုးဟူ၍ မိန့်ကြားတဲ့အကြောင်း လျှောက်ထား ပါသည်။ တားရာအစစ်ခံသော ဝါးခယ်မမြို့နယ်မှ ဆရာတော်



သည် အလွန်ရိုးသားဖြောင့်မတ်၍ ကြည်ညိုဖွယ် ကောင်းသော ဆရာတော်ပင် ဖြစ်ပါပေသည်။

တရားအားထုတ်သောအခါ ခပ်ပေါ့ပေါ့အမှတ်ဖြစ်ရုံမျှ မှတ်နေခြင်းဖြင့် တရားမတက်ခြင်း တရားအတက် လေးခြင်းကို ဝါးခယ်မမြို့နယ်မှ တရားအစစ်ခံသော ဆရာတော်ကို ထောက်ထား၍ လက်တွေ့ကျကျ သိရပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ တရားရှုမှတ်သောအခါ ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ဖို့ရာ အထူးသတိပြုသင့်လှပေသည်။

ရိုရိုသေသေရှုမှတ်ရမည်ဟု ဆိုရာ၌လည်း နည်းမှန် လမ်းမှန်အားဖြင့် ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်တတ်ဖို့ပင်ဖြစ်ပါသည်။ နည်းမှန်လမ်းမှန်ဆိုသည်မှာလည်း သတိပဋ္ဌာန်ပါဠိတော်၌ လာသောအတိုင်း သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်း စသော ရှုမှတ်ဖွယ်ရာ ကိုယ်အမူအရာစသည်တို့၌ ရှုမှတ်သော မှတ်သိစိတ်က ဖြစ်ဆဲပစ္စုပ္ပန်တည့်အောင် ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်တတ်ဖို့ပင်ဖြစ်ပါသည်။

သမာဓိအားကောင်းသူ ဉာဏ်ထက်မြက်သူတို့အတွက် ဖြစ်ဆဲပစ္စုပ္ပန်တည့်အောင် ရိုရိုသေသေမှတ်တတ်ဖို့ရာ မခက်ခဲ၍ အရေးကြီးလှသော်လည်း သမာဓိအားနည်းသူ ဉာဏ်မထက်မြက်သူတို့အတွက်မှာမူ နည်းမှန်လမ်းမှန်ဖြင့် ပစ္စုပ္ပန်တည့်အောင် ရိုရိုသေသေရှုမှတ်တတ်ဖို့ရာမှာ အရေးကြီးလှပေသည်။

တရားရှုမှတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ထခြင်း၊ ကျောင်းခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ ဖောင်းခြင်း၊ ပိန်ခြင်း



စသော ထင်ရှားသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို ရှေးဦးစွာဖြစ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန် တည့်အောင် ရိုရိုသေသေရှုမှတ်ကြရပါသည်။

သွားခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ထခြင်း၊ ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်းစသော ကိုယ်အမူအရာတို့သည် တရားအားမထုတ်မီ မူလက အတိုင်း သွက်သက် လျင်မြန် နေပါလျှင်လည်း ပစ္စုပ္ပန် တည့်အောင် ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်လို့မရနိုင်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။ သွားမှု၊ ထိုင်မှု၊ ထမှု စသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို သိမ်မွေ့ဖြည်းညင်းစွာ သွားလာပြုလုပ်မှသာ ဖြစ်ဆဲပစ္စုပ္ပန် တည့်အောင် ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်လို့ရကြပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ငယ်ရွယ်စဉ်အခါ မွေးဖွားပြီး၍ သွားလာနိုင်၊ ထိုင်ထနိုင်၊ လျောင်းအိပ်နိုင်၊ ကွေးဆန့်နိုင်သော အရွယ်မှစ၍ အမှတ်သတိမပါပဲ မိမိတို့အားရှိသလောက် အလျင်အမြန် သွားလာခဲ့၊ ထိုင်ထခဲ့၊ လျောင်းအိပ်ခဲ့၊ ကွေးဆန့်ခဲ့ကြသော အလေ့အကျင့်တို့က များခဲ့ကြ၍ ကိုယ်အမူအရာတို့က လျင်မြန်နေကြပါသည်။

အမှတ်သတိဖြင့် ရှုမှတ်တဲ့ အလေ့အကျင့်က ယခုတရားအားထုတ်သော အခါမှစ၍ ပြုလုပ်လေ့ကျင့်ရသဖြင့် သမာဓိဉာဏ်တို့က အားနည်း နေကြသေးသည်ဖြစ်၍ မှတ်စိတ်ကနွေးနေပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ကိုယ်အမူအရာများက လျင်မြန်၍ မှတ်စိတ်က နွေးနေ နောက်ကျနေသည်ဖြစ်၍ ပစ္စုပ္ပန်မတည့်သော



ကြောင့် တရားသဘောများကို မတွေ့မြင်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြ ပါသည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့် သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ လျောင်းခြင်း၊ ထခြင်း၊ ကျောင်းခြင်း၊ ဆန့်ခြင်းစသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို ဖြည်းညင်းသာယာ သိမ်မွေ့စွာ လှုပ်ရှားပြုလုပ် ကြရပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ဖြည်းညင်းသာယာ သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ်မှသာမှတ်စိတ်က မိနိုင်ပါသည်။ ဖြစ်ဆဲပစ္စုပ္ပန် တည့်နိုင်ပါသည်။ ဖြစ်ဆဲ ပစ္စုပ္ပန် တည့်မှသာ ပေါ်ခြင်း၊ လေးခြင်း၊ တုန်းကန်ရွှေ့ရှားခြင်း စသော ရုပ်တရားတို့၏ သဘောနှင့် အာရုံရှိရာသို့ ညွတ်သွားခြင်း စသော နာမ်တရားတို့၏ သဘောများမှစ၍ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပျက်မှုစသည် တို့ကို တွေ့သိကြရပါသည်။

သမာဓိဉာဏ် မရင့်သန်ကြသေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အတွက် သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ထခြင်း၊ လျောင်းခြင်း စသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို ဖြည်းညင်းသာယာ သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ်ရမည် ကို ထေရဂါထာ မိလိန္ဒပဉ္စာတို့၌ “ဗလဝါဒုဗ္ဗလောရိဝ” ဟူ၍ ညွှန်ပြ ထားပါသည်။

ဗလဝါ-အားအင်နှင့် ပြည့်စုံသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေကာမူ၊ ဒုဗ္ဗလောရိဝ-အားနည်းနေသော လူမမာကဲ့သို့၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။

သမာဓိဉာဏ် မရင့်သန်သေးသော အခါမှာ သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ထခြင်း၊ လျောင်းခြင်း၊ ကျောင်းခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း စသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို အားအင်သန်စွမ်း ပြည့်ဝသော



ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်စေကာမူ အားအင် နည်းနေသော လူမမာကဲ့သို့ ဖြည်းညင်းသာသာ သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ်ရမည် ဟု ပြဆိုထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ပြည့်ဝအားအင်၊ ရှိသူပင်၊ အားအင်နဲ့ပမာ။

### သွားခြင်း၌ ရိုရိုသေသေ ရှုမှတ်ပုံ

သွားခြင်း ဣရိယာပုထ်၌ သုံးမျိုး မှတ်နိုင်ပါသည်။ ခြေ တလှမ်း၌ ၁-ချက်မှတ်၊ ခြေတလှမ်း၌ ၂-ချက်မှတ်၊ ခြေတလှမ်း ၌ ၃-ချက်မှတ် အားဖြင့် သုံးမျိုးမှတ်နိုင်ပါသည်။

ခြေတလှမ်း ၁-ချက်မှတ်၌ ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ညာလှမ်းတယ်၊ လှို စိတ်ထဲကဆို၍ မှတ်ရပါသည်။ ဘယ်လှမ်းတယ်ဟု မှတ်ရာ၌ ခြေထောက်လှမ်းစမှ လှမ်းဆုံးတိုင်အောင် ခြေထောက်ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့်ရှေ့သွားသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှ မိအောင် ဂရုစိုက်၍ ရိုရိုသေသေ မှတ်ရပါသည်။ ညာလှမ်းသော အခါ မှာလည်း နည်းတူ ဂရုစိုက်၍ ရိုရိုသေသေ မှတ်ရပါသည်။

ခြေတလှမ်း ၂-ချက်မှတ်၌ “ကြွတယ်” “ချတယ်” လှို စိတ်ထဲက ဆို၍ မှတ်ရပါသည်။ ကြွတယ်လှို မှတ်ရာ၌ ခြေထောက်ကြွစမှ ကြွဆုံးတိုင်အောင် ခြေထောက်အဆင့်ဆင့် အပေါ်သို့ ကြွတက် သွားသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ဂရုစိုက်၍ ရိုရိုသေသေ မှတ်ရပါသည်။ ချတယ်လှို မှတ်ရာ၌လည်း ခြေ ထောက်အောက်သို့ အဆင့်ဆင့်ကျသွားသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ဂရုစိုက်၍ ရိုရိုသေသေ မှတ်ရပါသည်။



ခြေတစ်လှမ်း သုံးချက်မှတ်၌ ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်လို့ မှတ်ရပါသည်။ ကြွတယ်၊ လို့ မှတ်ရာ၌ ခြေထောက်ကြွစမှ ကြွဆုံး တိုင်အောင် ခြေထောက်အဆင့်ဆင့် အပေါ်သို့ ကြွတက်သွား သည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ဂရုစိုက်၍ ရိုရို သေသေ မှတ်ရပါသည်။ လှမ်းတယ်၊ လို့ မှတ်ရာ၌လည်း လှမ်းစမှ လှမ်းဆုံးတိုင်အောင် ခြေထောက်ရှေ့သို့ အဆင့်ဆင့် ရှေ့သွား သည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ဂရုစိုက်၍ ရိုရို သေသေ မှတ်ရပါသည်။ ချတယ်၊ လို့ မှတ်ရာ၌လည်း ခြေ ထောက် ချစမှ ချဆုံးတိုင်အောင် ခြေထောက်အောက်သို့ အဆင့်ဆင့် ကျသွားသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ဂရုစိုက်၍ ရိုရိုသေသေ မှတ်ရပါသည်။

တရား လုံးဝမမှတ်ဘူးသေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် တရားမှတ် သော်လည်း သမာဓိဉာဏ် ကောင်းကောင်း မဖြစ်သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ထင်မှတ် တွေ့သိ နေကြရသည်မှာ ခြေထောက် အပေါ်သို့ ကြွတက်သည်မှာလည်း တစ်ချက်ထဲ၊ တခုထဲပဲ-ဟု ထင်မှတ် တွေ့သိ နေကြရပါသည်။ ခြေထောက်ရှေ့သို့ လှမ်းသွား သည်မှာလည်း တစ်ချက်ထဲ၊ တခုထဲပဲ-ဟု ထင်မှတ် တွေ့သိနေ ကြပါသည်။ ခြေထောက်အောက်သို့ ကျသွားသည်မှာလည်း တစ်ချက်ထဲ၊ တခုထဲပဲ-ဟု ထင်မှတ် တွေ့သိ နေကြရပါသည်။

အမှန်အားဖြင့် ယင်းပုဂ္ဂိုလ်တို့ ထင်မှတ် တွေ့သိကြသကဲ့သို့ တစ်ချက်ထဲ ကြွတက်ခြင်း၊ တစ်ချက်ထဲ လှမ်းသွားခြင်း၊



တစ်ချက်ထဲ ကျသွားခြင်းမဟုတ်ပေ။ အဆင့်ဆင့် ကြွတက် သွားခြင်း၊ အဆင့်ဆင့် ရှေ့သို့လှမ်းသွားခြင်း၊ အဆင့်ဆင့် အောက်သို့ ကျသွားခြင်းများသာ ဖြစ်ကြပေသည်။ နည်းမှန် လမ်းမှန် ပစ္စုပ္ပန်တည့်အောင် ဂရုစိုက်ကာ ရိုရိုသေသေမှတ်၍ သမာဓိဉာဏ် ကောင်းကောင်း ဖြစ်လာသောအခါ ခြေထောက် အဆင့်ဆင့် ကြွတက်သွားတာ ခြေထောက်အဆင့်ဆင့် ရှေ့သို့ လှမ်း၍သွားတာ ခြေထောက် အဆင့်ဆင့် အောက်သို့ ကျသွား တာတို့ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ ကိုယ်တိုင် တွေ့သိကြရပါသည်။

### ထိုင်ခြင်း ထခြင်း၌ ရိုရိုသေသေ မှတ်ပုံ

ထိုင်ဖို့ရာအကြောင်းကိစ္စရှိလာသောအခါ ဖြည်းညင်းသာယာ သိမ်မွေ့စွာ ထိုင်ရပါသည်။ ထိုင်စမှ ထိုင်ဆုံးတိုင်အောင် ခန္ဓာ ကိုယ် အဆင့်ဆင့် အောက်သို့ကျသွားသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ထိုင်ထယ်၊ လှို စိတ်ထဲကဆို၍ မှတ်ရပါသည်။ ထိုင်တာ နှေးနိုင်သမျှနှေးအောင် ခန္ဓာကိုယ်ကို သိပ်ထိမ်းချုပ်၍ထားခြင်းလည်း မရှိစေရပါ။ သူ့ သဘောတိုင်း ဖြည်းညင်းသာယာ သိမ်မွေ့စွာ ထိုင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်စေရပါမည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကို သိပ်ပြီး ချုပ်ထိမ်းထားပါက ဝီရိယလွန်ကဲနေသည်ဖြစ်၍ တရားသဘောများ မထင်ရှားပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။ မြန်မာလိုထိုင်တယ်၊ လှို ခေါ်ရပါသော် လည်း သဘောအားဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်အောက်သို့ အဆင့်ဆင့် ကျသွားသောသဘောကို သိအောင် ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက်



မှတ်ရပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်၍ သမာဓိဉာဏ်များ ရင့်သန်လာသောအခါ ထိုင်ခြင်သောစိတ် အဆင့်ဆင့်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် အောက်သို့ အဆင့်ဆင့် လေးကျသွားသောသဘောကို ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုယ်တိုင် တွေ့သိကြရပါသည်။

ထိုင်ရာမှ မတ်ဘတ်ထရပ်ဖို့ရာ အကြောင်းကိစ္စ ရှိသောအခါ ထခါနီးမှာ ရှေ့သို့ ခန္ဓာကိုယ်ညွတ်၍ အားယူတာ လက်ထောက်၍ အားယူတာများကို ရှေ့သို့ ညွတ်တယ်၊ ညွတ်တယ်၊ လက်ထောက်တယ်၊ လက်ထောက်တယ်လို့ ရှိရှိသေသေ စူးစူး စိုက်စိုက် မှတ်ရပါသည်။

မြန်မာလို ထတယ်လို့ ခေါ်ရပါသော်လည်း သဘောအားဖြင့် ခန္ဓာကိုယ် အထက်သို့ အဆင့်ဆင့် ကြွတက်သွားသော သဘောကို သိအောင် ရှိရှိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ရပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်၍ သမာဓိဉာဏ်များ ရင့်သန်လာသောအခါ ထခြင်သောစိတ် အဆင့်ဆင့်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် အဆင့်ဆင့် အထက်သို့ ပေါ်တက်သွားသောသဘောကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ ကိုယ်တိုင်တွေ့သိကြရပါသည်။

### ကျွေးခြင်း ဆန့်ခြင်း၌ ရှိရှိသေသေ မှတ်ပုံ

လက်ကျွေးဖို့ရာ အကြောင်းရှိလာသော အခါ ဖြည်းညင်း သာယာ သိမ်မွေ့စွာ လက်ကိုကျွေးရပါသည်။ ကျွေးစမှ ကျွေးဆုံးတိုင်အောင် မိမိခန္ဓာကိုယ်ဘက်သို့ လက်အဆင့်ဆင့် ရွှေ့လာတာတို့ မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိသောငှာ ရှိရှိသေသေ စူးစူး



စိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ ကျွေးတယ်၊ ကျွေးတယ်လို့ စိတ်ထဲကဆို၍ မှတ်ရပါသည်။ ပကတိမျက်စိဖြင့် ကျွေးတဲ့လက်ကို မြင်အောင် ကြည့်ဖို့မလိုပါ။ လက်ကျွေးတဲ့သဘောကို သိအောင် စူးစူး စိုက်စိုက် မှတ်ဖို့လိုပါသည်။

မြန်မာလို ကျွေးတယ်လို့ ခေါ်ရပါသော်လည်း သဘော အားဖြင့် မိမိလက် ခန္ဓာကိုယ်ဘက်သို့ အဆင့်ဆင့် ရှေ့လာသော သဘောကိုသိအောင် ရှိရှိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ မှတ်ရပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်၍ သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်လာသော အခါ ကျွေးခြင်သောစိတ် အဆင့်ဆင့်နှင့် မိမိလက် ခန္ဓာကိုယ် ဘက်သို့ အဆင့်ဆင့် ရှေ့လာသောသဘောကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ ကိုယ်တိုင်တွေ့သိကြရပါသည်။

လက်ဆန့်ဖို့ရာ အကြောင်းကိစ္စ ရှိလာသောအခါ ဖြည်းညင်း သာယာ သိမ်မွေ့စွာ လက်ကိုဆန့်ရပါသည်။ ဆန့်စမှ ဆန့်ဆုံး တိုင်အောင် ခန္ဓာကိုယ် အပြင်ဘက်သို့ မိမိလက် အဆင့်ဆင့် ရှေ့သွားသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ရှိရှိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ ဆန့်တယ်၊ ဆန့်တယ်လို့ စိတ်ထဲက ဆို၍ မှတ်ရပါသည်။

မြန်မာလို ဆန့်တယ်လို့ ခေါ်ရပါသော်လည်း သဘော အားဖြင့် မိမိလက် ခန္ဓာကိုယ်အပြင်ဘက်သို့ အဆင့်ဆင့် ရှေ့ထွက် သွားသော သဘောကိုသိအောင် ရှိရှိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ မှတ်ရပါသည်။ ပစ္စုပ္ပန်တည့်၍ သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်



လာသောအခါ ဆန့်လှိုသောစိတ် အဆင့်ဆင့်နှင့် မိမိလက် ခန္ဓာကိုယ် အပြင်ဘက်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့တက်သွားသည်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုယ်တိုင် တွေ့သိကြရပါသည်။

### ဖောင်းခြင်း ပိန်ခြင်း၌ ရိရိသေသေ မှတ်ပုံ

အသက်ရှူသွင်းလိုက်၍ ဝမ်းဗိုက် ဖောင်းတက် လာသော အခါ ဝမ်းဗိုက်ဖောင်းစမှ ဖောင်းဆုံးတိုင်အောင် ဝမ်းဗိုက်အဆင့် ဆင့် ဖောင်းတက်လာသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှ မိအောင် ရိရိသေသေနှင့် မြေပျော့ပျော့၌ တုတ်ချွန်ကလေးများ စိုက်ချ လိုက်သလို စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ ဖောင်းတယ်လို့ စိတ်ထဲက ဆို၍ မှတ်ရပါသည်။

အသက်ရှူထုတ်လိုက်၍ ဝမ်းဗိုက် ပိန်ကျသွားသော အခါ၌ လည်း ပိန်စမှပိန်ဆုံးတိုင်အောင် ဝမ်းဗိုက်အဆင့်ဆင့် ပိန်ကျသွား သည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် ရိရိသေသေစူးစူး စိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ မှတ်ရပါသည်။

မြန်မာလို ဖောင်းတယ်၊ လို့ ခေါ်ရပါသော်လည်း သဘော အားဖြင့် ဝမ်းဗိုက်အဆင့်ဆင့် အထက်သို့ ကြွတက်လာသော သဘောကို ရိရိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ရပါသည်။ ပိန်တယ်၊ လို့ မှတ်ရာ၌လည်း မြန်မာလို ပိန်တယ်လို့ ခေါ်ရပါသော်လည်း သဘောအားဖြင့် ဝမ်းဗိုက်အဆင့်ဆင့် အောက်သို့ လျော့လျော့ ကျသွားသော သဘောကိုသိအောင် ရိရိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ရပါသည်။



ပစ္စုပ္ပန်တည့်၍ သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်လာသော အခါ ဝမ်းဗိုက် အဆင့်ဆင့် အထက်သို့ ကြွတက် ဖောင်းတက်လာသော သဘောနှင့် ဝမ်းဗိုက်အောက်သို့ အဆင့်ဆင့် ရွှေ့ကျ ပိန်ကျသွားသော သဘောတို့ကို ဉာဏ်စဉ်အားလျော်စွာ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ များကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုယ်တိုင် တွေ့သိကြရပါသည်။

### ရိုရိုသေသေပြုက တရားအမြန်ရ

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါက ခုဇ္ဇုတ္တရာ အမည်ရှိသော အမျိုးသမီးကြီးတဦးသည် သာသနာတော်တွင် အလွန်ပင် ထင်ရှား ခဲ့ပေသည်။ သူသာသနာတော်တွင် ထင်ရှားရခြင်း အကြောင်းမှာ ပိဋကသုံးပုံကို တသီးတခြားသင်ယူရခြင်းမရှိပါ။ နာကြားရုံမျှဖြင့် တတ်မြောက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားပွဲများ၌ ဟောကြားအပ်သော တရားမှန်သမျှတို့ကို အားလုံးမှတ်မိအောင် ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် နာယူ၍ ပိဋကသုံးပုံကိုတတ်မြောက်ပြီး လူဖြစ်သော အမျိုးသမီးတို့တွင် ပိဋကအရာ အကြားအမြင် ဗဟုသုတများတဲ့ နေရာမှာ အတော်ဆုံး အကောင်းဆုံး အထက်မြက်ဆုံး (ဧတဒဂ်ရသူ) ဖြစ်သောကြောင့် ထင်ရှားခဲ့ရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ခုဇ္ဇုတ္တရာသည် သာမာဝတီ မိဖုရား၏ ပန်းအဝယ်တော် ကျန်မ ဖြစ်လေသည်။

ခုဇ္ဇုတ္တရာ ဆိုတဲ့ သူ့အမည်သည် နှစ်ပုဒ်တဲ စပ်ထားသော အမည်ဖြစ်ပေသည်။ ခုဇ္ဇုတစ်ပုဒ် ဥတ္တရာ တစ်ပုဒ် ဖြစ်ပေသည်။

ခုဇ္ဇ-က ခါးကုန်းနေတာ+ ဥတ္တရာက သူ့နာမည်ရင်း မဥတ္တရာ  
 လို့ အများက ခေါ်ကြတာ ဖြစ်ပေသည်။ နာမည်တူ မဥတ္တရာ  
 တွေ အများအပြားရှိနေကြသဖြင့် ခါးကုန်း မဥတ္တရာလို့ခေါ်ကြ  
 ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ခုဇ္ဇုတ္တရာသည် ကောင်းသော ဂုဏ်နှစ်ခုဖြင့်လည်း သာသနာ  
 တော်တွင် ထင်ရှားခဲ့ပေသည်။ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားအပ်  
 သော တရားပွဲတို့၌ ဟောကြားအပ်သော တရားမှန်သမျှတို့ကို  
 ရှိရှိသေသေစူးစူးစိုက်စိုက် အားလုံးမှတ်မိအောင် နာယူကာမျှဖြင့်  
 ပိဋကသုံးပုံ တတ်မြောက်ခြင်းတည်း ဟူသော ကောင်းသော  
 ဂုဏ်ကလည်းတခု၊ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားအပ်သော ဆွမ်း  
 အနံ့မောဒနာ တရားပွဲတခု၌ ရှိရှိသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် တရား  
 နာနေယင်း ရှုမှတ်လိုက်သဖြင့် တရားဆုံးသည်နှင့် တပြိုင်နက်  
 သောတာပန်ဖြစ်ရခြင်း တည်းဟူသော ကောင်းသော ဂုဏ်က  
 လည်းတစ်ခု-ဟူ၍ ကောင်းသော ဂုဏ်နှစ်ခုဖြင့်လည်း ထင်ရှားခဲ့  
 ပါသည်။

ခုဇ္ဇုတ္တရာသည် မကောင်းသော ဂုဏ်နှစ်ခုဖြင့်လည်း သာ  
 သနာတွင် ထင်ရှားခဲ့ပေသည်။ အရိယာဖြစ်ရမည့် ဘဝ၌ပင်  
 အမြင်မလှ အချိုးမကျ မွေးရာပါ ခါးကုန်းမ၊ ဖြစ်နေရခြင်း  
 တည်းဟူသော မကောင်းသောဂုဏ်နှင့် သာမာဝတီမိဖုရား၏  
 ပန်းအဝယ်တော် ကျွန်မ၊ ဖြစ်ရခြင်း တည်းဟူသော မကောင်း  
 သော ဂုဏ်နှစ်ခုဖြင့်လည်း ထင်ရှားခဲ့ ပေသည်။



ဤကဲ့သို့ ကောင်းသောဂုဏ် နှစ်ခု၊ မကောင်းသောဂုဏ်နှစ်ခုတို့ ဖြင့်ထင်ရှားသောကြောင့် ရဟန်းတော်များက မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ထားကြသည်။ “မြတ်စွာဘုရား ခုဇ္ဇုတ္တရာသည် ဘာကြောင့် ခါးကုန်းရပါသနည်းဘုရား၊ ဘာကြောင့် တရားနာယူ တာနဲ့ပင် ပိဋကသုံးပုံ တတ်မြောက်သော ဉာဏ်နှင့် ပြည့်စုံရပါ သနည်းဘုရား၊ ဘာကြောင့် တရားနာယင်း မကြာမီ အချိန် အတွင်းမှာပင် သောတာပန်ဖြစ်ရပါသနည်းဘုရား၊ ဘာကြောင့် ကျန်မဖြစ်ရပါသနည်း ဘုရား” ဟူ၍ လျှောက်ထား ကြသည်။

ဤကဲ့သို့ ရဟန်းတော်များက လျှောက်ထားသော အခါ မြတ်စွာဘုရားက ခုဇ္ဇုတ္တရာ အလောင်း အမျိုးသမီးသည် ကဿပ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူပြီးနောက် ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား မပွင့်မီ အကြား၌ ဗာရာဏသီပြည် ဗြဟ္မဒတ်မင်း၏ နန်းတော်၌ အလုပ်အကျွေး အမျိုးသမီးတယောက်ဖြစ်ခဲ့လေသည် စသည်ဖြင့် အတိတ်အကြောင်းများကို ပြန်၍မိန့်တော်မူ၏။

ဗြဟ္မဒတ်မင်း နန်းတော်သို့ ခါးကုန်းနေသော အရှင်ပစ္စေက ဗုဒ္ဓ တပါးအပါအဝင် အရှင်ပစ္စေက ဗုဒ္ဓရှစ်ပါး နေ့စဉ် ဆွမ်းခံ ကြွဝင်တော်မူကြ၏။ ခုဇ္ဇုတ္တရာ အလောင်း အလုပ်အကျွေး အမျိုးသမီးနှင့်တကွ အမျိုးသမီး တစုတို့သည် ရွှေခွက်ထဲသို့ ဆွမ်းများထည့်ကြ၍ ကမ္မဿာနီ တဘက်ကြီးများကို ခြံကာ ဆွမ်းခံဝင်လာသော အရှင်ပစ္စေက ဗုဒ္ဓရှစ်ပါးတို့ကို ဆွမ်း လောင်းလှူကြကုန်၏။

အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓ ရှစ်ပါးတို့ကို ဆွမ်းလောင်း လှူကြပြီးသော အခါ ခုဇ္ဇုတ္တရာ အလောင်း အလုပ်အကျွေး အမျိုးသမီးသည် ရွှေခွက်ကြီးကို သပိတ်လိုပိုက်၍ ကမ္မလာနီ တဘက်ကြီးကို သင်္ကန်းလှိုက်ကာ ဆွမ်းလောင်းဖော် ဆွမ်းလောင်းဖက် အမျိုးသမီးများရှေ့မှာ ခါးကုန်းနေသော အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓကဲ့သို့ ခါးကုန်းဟန်ပြုလုပ်၍ ရယ်စရာဖြစ်အောင် ဆွမ်းခံပြ၏။ အခြားသော အမျိုးသမီးများက ရယ်ကြသည်။ ဤကဲ့သို့ အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓကို ခါးကုန်းဟန်ပြု၍ နောက်ပြောင် ခဲ့လေသောကြောင့် ခါးကုန်းရခြင်း ဖြစ်ပေသည် ဟူ၍ မြတ်စွာဘုရားက ဖြေကြားတော်မူလိုက်၏။

ဆောင်ပုဒ်—ရှင်ပစ္စေက၊ ကုန်းဟန်ပြု၊ နောက်ကြပျော်ရီ၊  
ခါးကုန်းသည်။

ဤသို့ခုဇ္ဇုတ္တရာ ခါးကုန်းရတဲ့အကြောင်းကို ဖြေကြားတော်မူရာ၌ သတိထားဖွယ်ရာမှာ မိမိထက် အသက်အရွယ် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဂုဏ်သိက္ခာကြီးမားသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ရယ်စရာ ဖြစ်ရုံမျှ မနောက်မပြောင်ကောင်း၊ နောက်ပြောင်မိက ဝဋ်လိုက် တတ်သည်မှာ မှတ်သားဖွယ်ရာ သင်ခန်းစာ တခုပင်ဖြစ်ပါပေသည်။

တနေ့သောအခါ အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓ ရှစ်ပါးတို့ နန်းတော်သို့ ဆွမ်းခံကြွလာရာတွင် နို့ဆွမ်းပူပူများကို သပိတ်ပြည့်အောင် လောင်းလှူလိုက်ကြသဖြင့် အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓ ရှစ်ပါးတို့သည် ဘယ်လက်မှအပိတ်ကို ညာလက်သို့ ပြောင်းကာ ညာလက်မှသပိတ်ကို



ဘယ်လက်သို့ပြောင်းကာ ကိုင်နေကြ၍ လက်ပူသော အခြင်း  
အရာကို ခုဇွဲတ္တရာအလောင်းအမျိုးသမီး မြင်လေ၏။

ထိုသို့မြင်သောအခါ သူ့လက်တွင် ဝတ်ဆင်ထားသော ဆင်  
စွယ်လက်ကောက်ရှစ်ကင်းတို့ကို ချိတ်၍ အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓရှစ်ပါး  
တို့ လက်ပူခြင်း အမြန်ကင်းပျောက် စေရန် သပိတ်အောက်မှ  
ခံဖို့ရာ သပိတ်ခြေအဖြစ်ဖြင့် လှူဒါန်းလိုက်လေ၏။

ဤကဲ့သို့ အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓများ လက်ပူခြင်း ကင်းပျောက်  
စေရန် အလျင်အမြန် ဉာဏ်ကိုရွှေ့သွားပြုလျက် ဆင်စွယ် လက်  
ကောက် သပိတ်ခြေရှစ်ခုကို လှူဒါန်းခဲ့ဘူးသော ကောင်းမှု ကံ  
ကြောင့် တရားပွဲ၌ တရားနာတာနှင့်ပင် ပိဋကတ်သုံးပုံ တတ်  
မြောက်နိုင်သော ဉာဏ်ပညာနှင့် ပြည့်စုံရခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်ဟု  
မြတ်စွာဘုရားက ဖြေကြားတော်မူလိုက်၏။

ဆောင်ပုဒ်—လက်ပူကင်းစေ၊ သပိတ်ခြေ၊ လှူလေဉာဏ်ကြီး  
သည်။

ဤကဲ့သို့ ဖြေကြားတော်မူရာ၌လည်း သတိထားဖွယ်မှာ  
ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ တဦးတယောက် ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နေသည်ကို  
တွေ့ရလျှင် ဆင်းရဲဒုက္ခမှ အမြန်လွတ်မြောက်သွားရအောင် မိမိ  
ဉာဏ်မီသလောက် အမြန်ကယ်တင် စောင့်ရှောက် တတ်သော  
ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဖြစ်လေရာ ဘဝတိုင်း၌ ဉာဏ်ပညာကြီးတတ်  
သည်မှာ မှတ်သားဖွယ် သင်ခန်းစာ တခုပင်ဖြစ်ပါပေသည်။

အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓအရှင်မြတ်တို့ နန်းတော်သို့ ကြွရောက်သီတင်းသုံးနေသောအခါများ၌ ခုဇ္ဇတ္တရာအလောင်း အမျိုးသမီးသည် အရှင်ပစ္စေကဗုဒ္ဓရှစ်ပါးတို့ကို(ရိုရိုသေသေ)လုပ်ကျွေး ပြုစုခဲ့ခြင်းကြောင့် ယခုဘဝ၌ ဆွမ်းအနုမောဒနာတရားဟောကြားသော အချိန်အတွင်းမှာပင် လျင်မြန်စွာ သောတာပန် ဖြစ်သွားရသည် ဟူ၍ မြတ်စွာဘုရားက ဖြေကြားတော် မူလိုက်၏။

ဆောင်ပုဒ်—ပစ္စေကတွေ၊ လုပ်ကျွေးလေ၊ ဖြစ်လေမြန်သည် သောတာမည်။

ဤသို့ ဖြေကြားတော်မူ၏ဟု အဋ္ဌကထာဆရာ ဖွင့်ပြရာ၌ ရိုရိုသေသေဟူ၍ အထူးပြုသော ဝိသေသနပုဒ်ကို မဆိုပါသော်လည်း ဂုဏ်သိက္ခာကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တို့ကို လုပ်ကျွေးပြုစုရသော သူတို့သည် ရိုရိုသေသေလုပ်ကျွေး ပြုစုကြခြင်းသည်သာ များကြသည်ကို ထောက်ထား၍ ရိုရိုသေသေဟူသော ဝိသေသနအနက်ကို အဝုတ္တသိဒ္ဓိနည်းဖြင့် ထည့်သွင်း ဖော်ပြလိုက်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ခုဇ္ဇတ္တရာ သောတာပန် အမြန်ဖြစ်တဲ့ အကြောင်းကို ဖြေကြားတော်မူရာ၌လည်း သတိထားဖွယ်ရာမှာ အသက်အရွယ် သီလ၊သမာဓိ၊ပညာ၊ ဂုဏ်သိက္ခာကြီးမားသော သူတို့အား ရိုရိုသေသေ လုပ်ကျွေးပြုစုသော သူတို့သည် တရားထူးတရားမြတ်များ လျင်မြန်စွာရတတ်ကြသည်မှာ မှတ်သားဖွယ်ရာ သင်ခန်းစာ တခုပင် ဖြစ်ပါပေသည်။

အသက်အရွယ် သီလ၊သမာဓိ၊ပညာ၊ ဂုဏ်သိက္ခာ ကြီးမားသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ရိုရိုသေသေ လုပ်ကျွေးပြုစုသော သူတို့၌



ရိုရိုသေသေပြုတတ်သော ဝါသနာ အလေ့အကျင့်တို့သည် အရာရာတွင် လိုက်ပါလာတတ်သောကြောင့် တရားရှုမှတ်သောအခါ၌လည်း ရိုရိုသေသေ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်တတ်သည် ဖြစ်၍ တရားသဘောများကိုလည်း မြန်မြန်တွေ့မြင်သွားတတ်ပါသည်။ တရားသဘောကို တွေ့မြင်ပြီးသောသူ ဖြစ်ပါကလည်း တရားတွေ့ မြန်မြန်တက်သွားတတ်ပါသည်။ ဤဘဝ၌ တရားထူး တရားမြတ်များ ရထိုက်သူဖြစ်ပါကလည်း တရားထူး တရားမြတ်များ လျင်မြန်စွာ ရသွားကြပါသည်။

ခုဇ္ဇတ္တရာအလောင်း အမျိုးသမီးသည် ကဿပမြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်အခါက ဗာရာဏသီပြည်၌ သဌေးသမီးဖြစ်လေသည်။ တနေ့သောညချမ်းအချိန်၌ ကိုယ်လုံးပေါ် မှန်ရွှေမှာ အလှပြင်ဆင်နေ၏။ ထိုအချိန်၌ သဌေးသမီးနှင့် ခင်မင်ရင်းနှီးသော ရဟန္တာဘိက္ခုနီမတပါး သဌေးသမီးအိမ်သို့ ကြွရောက်လာ၏။

သဌေးသမီးသည် အလှပြင်ပစ္စည်းလိုနေ၍ ရဟန္တာ ဘိက္ခုနီမ ကို ယူခိုင်းလေ၏။ ရဟန္တာဘိက္ခုနီမက ဆင်ခြင်တော်မူသည်မှာ ဤသဌေးသမီးသည် သူယူခိုင်းသည့်အတိုင်း မယူပေးလျှင် အမျက်ထွက်ကာ ရန်ညှိုးဖွဲ့၍ ငရဲကျသွားရတော့မည်။ ယူပေးပြန်လျှင်လည်း ဘဝငါးရာပတ်လုံး ကျန်ဖြစ်ရတော့မည်ဟု ဆင်ခြင်မိလေ၏။

ထို့ဖြစ်ခြင်းနှစ်မျိုးတို့တွင် ကျန်ဖြစ်ရသည်က တော်သေးသည် သက်သာသေးသည်ဟု နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ကာ သဌေး

သမီးစေခိုင်းသည့်အတိုင်း အလှပြင်ပစ္စည်းများကို သွားယူပေး  
လိုက်လေ၏။

ဤကဲ့သို့ ဂုဏ်သိက္ခာ ကြီးမားသော ရဟန္တာ ဘိက္ခုနီမကို  
စေခိုင်းခြင်းကြောင့် ဘဝငါးရာပတ်လုံး ကျွန်ဖြစ်ရလေသည်ဟု  
မြတ်စွာဘုရားက ဖြေကြားတော်မူလိုက်၏။

ဆောင်ပုဒ်—ရဟန္တာကိုပင်၊ မဆင်ခြင်၊ ခိုင်းလျှင် ကျွန်  
ဖြစ်သည်။

ဤကဲ့သို့ ခုဇ္ဇုတ္တရာ ကျွန်ဖြစ်ရတဲ့ အကြောင်းကို ဖြေကြား  
တော်မူရာ၌လည်း သတိထားဖွယ်ရာမှာ မိမိထက် အသက်  
အရွယ် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဂုဏ်သိက္ခာကြီးမားသော ပုဂ္ဂိုလ်  
တို့ကို ကိုယ်ရေးကိုယ်တာကိစ္စများကို မခိုင်းစေကောင်း၊ ခိုင်းစေ  
မိက နောင်ဖြစ်လေရာ ဘဝတို့၌ ကျွန်ဖြစ်တတ်သည်မှာ မှတ်သား  
ဖွယ်ရာ သင်ခန်းစာ တခုပင်ဖြစ်ပါပေသည်။

ဤခုဇ္ဇုတ္တရာဝတ္ထု၌ ဖော်ပြလိုယင်းမှာ ခုဇ္ဇုတ္တရာ၏ ရှိရှိ  
သေသေ လုပ်ကျွေးပြုစုတတ်ခြင်းသည် တရားထူး တရားမြတ်  
လျင်မြန်စွာ ရခြင်း၏အကြောင်းဖြစ်သည်ဟု ဖော်ပြ လိုယင်း  
ဖြစ်ပါသည်။ ခုဇ္ဇုတ္တရာ၏ အခြားသော အကြောင်းအရာများ  
ကို အကြောင်းစပ်၍ မှတ်သားဖွယ်ရာ ဗဟုသုတအဖြစ် ထည့်  
သွင်းဖော်ပြလိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဒုတိယ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း ပြီးပါပြီ။



# တတိယလူ့ခြံစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

သာတစ္ဆေကိရိယာယ သမ္မာဒေတိ။

သာတစ္ဆေကိရိယာယစ-မခြားမပြတ် တစပ်တည်း ရှုမှတ်ခြင်း ဖြစ်လည်း၊ သမ္မာဒေတိ- ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ပြီးစေ၏။ ဝါ- လူ့ခြံကို ထက်စေ၏။

တရားရှုမှတ်မှုကို ကြားပြတ်ခြင်း မရှိစေပါပဲ တစပ်တည်း မပြတ်မလပ်ရှုမှတ်နေရမည်။ ဤကဲ့သို့မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေခြင်း သည် လူ့ခြံစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်းတပါး ပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—မနားမရပ်၊ ကြားမပြတ်၊ ရှုမှတ်မြဲရမည်။ (စည်)

မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူသောအတိုင်း ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ကြားတော် မူအပ်သော မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်ရမည့် အမှတ်တို့သည် တနာရီ အတွင်းမှာ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း မလှုပ်မရှား စိတ်ကိုလည်း အာရုံတပါးသို့ မထွက်သွားစေပဲ ထိုင်၍မှတ်ရသော အမှတ်က တစ်မျိုး၊ စကြို လျှောက်၍မှတ်ရသော အမှတ်ကတစ်မျိုး၊ ထိုင်မှတ်တဲ့အချိန်လည်း မဟုတ် စကြိုလျှောက်မှတ်တဲ့ အချိန်လည်းမဟုတ်၊ နေရာထိုင်ခင်း အိပ်ရာအိပ်ခင်းများကို ပြုပြင်ခြင်း၊ စားဖွယ် သောက်ဖွယ်များ ကို ပြုပြင်စားသောက်ခြင်း၊ အဝတ်အထည်များကို ဖွပ်လျှော်

ခြင်း၊ ရေချိုးခြင်းစသည်တို့ကို ပြုလုပ်ရာတို့၌ အထွေထွေ အသေးစိတ်အမှုအရာတို့ကို မှတ်ရသော အမှတ်ကတစ်မျိုး ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိပါသည်။

ဤအမှတ်သုံးမျိုးတို့ကို အိပ်ချိန်မှတစ်ပါး သူ့အချိန်အား လျော်စွာ တမျိုးပြီးတမျိုး ဆက်စပ်အောင် ရှုမှတ်နေရပါသည်။ အမှတ်လွှတ်၍ ရပ်နားနေသော အချိန်ဟူ၍ မရှိစေရပါ။ အိပ် ချိန်သည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ၏ အနားယူသော အချိန် ဖြစ်ပါ သည်။ ညဉ့်သန်းခေါင်ယံအတွင်း လေးနာရီသည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် များ၏ အိပ်ချိန် ဖြစ်ပါသည်။

တနာရီအတွင်းမှာ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း မလှုပ်မရှား စိတ်ကို လည်း အာရုံတစ်ပါးသို့ မထွက်သွားစေပဲ အမှတ် ဆက်အောင် ရှုမှတ်မည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ ချဉ်းကပ်၍ တင်ပျဉ်ခွေ(တင်ပလ္လင်ခွေ)၍ဖြစ်စေ၊ ဒူးတုပ်၍ဖြစ်စေ ကြာကြာ ထိုင်နိုင်မည့် ထိုင်ခြင်းမျိုးဖြင့်ထိုင်ပါ။ ခါးကိုလည်း ဖြောင့်ဖြောင့် မတ်မတ်ထားပါ။ ခေါင်းကိုလည်း တည့်တည့်မတ်မတ်ထားပါ။ စိတ်ကို မိမိ၏ဝမ်းဗိုက်မှာစူးစိုက်ထားပါ။ အသက်ရှူသွင်းလိုက်၍ ဝမ်းဗိုက်ဖောင်းကြွတက်လာသောအခါ ဖောင်းစမှ ဖောင်းဆုံး တိုင်အောင် ဝမ်းဗိုက်အဆင့်ဆင့် ဖောင်းတက်လာသည်ကို မှတ်သိ စိတ်က မိနိုင်းသမျှမိအောင် စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ ဖောင်း တယ်လို့ စိတ်ထဲကဆို၍ မှတ်ရပါသည်။

အသက်ရှူထုတ်လိုက်၍ ဝမ်းဗိုက် ပိန်ကျသွားသောအခါမှာ လည်း ပိန်စမှ ပိန်ဆုံးတိုင်အောင် ဝမ်းဗိုက်အဆင့်ဆင့် ပိန်ကျ



သွားသည်ကို မှတ်သိစိတ်က မိနိုင်သမျှမိအောင် စူးစူးစိုက်စိုက် အာရုံပြု၍ ပိန်တယ်လို့ စိတ်ထဲကဆို၍ မှတ်ရပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—တင်ပလွင်ခွေကာ၊ ထိုင်နေပါ၊ ခါးမှာဖြောင့်  
ဖြောင့်ထား၊

မလှုပ်လှူနွဲ့၊ ငြိမ်ငြိမ်နေ၊ စိတ်တွေမလွင့်ပါး၊

မျက်စိမှိတ်ကာ၊ ခေါင်းတည့်ပါ၊ ဝမ်းမှာ  
စိတ်ကိုထား၊

ဖောင်းတာ ပိန်တာ၊ စိတ်စိုက်ကာ၊ မှတ်ပါ  
ယောဂီများ။

တရားမှတ်ကာစ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထိုင်မှတ်၍ မိနစ် ၂၀-  
နာရီဝက်ခန့် ကြာလာသောအခါ ခြေထောက်၊ ပေါင်၊ ခါး၊ ရင်၊  
ကျောစသည်တို့၌ နာတာ ကျင်တာ ကိုက်ခဲတာစသည်တို့ ဖြစ်  
ပေါ်လာတတ်ကြပါသည်။ ဤကဲ့သို့ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုများ ထင်  
ထင်ရှားရှားပေါ်လာသောအခါ ထိုနာကျင် ကိုက်ခဲမှု စသော  
ဝေဒနာတို့ကိုပင် ဆက်လက်၍ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ရပါသည်။

နာကျင်ကိုက်ခဲမှုစသော ဝေဒနာတို့ကို မှတ်ရာ၌ ဝေဒနာ  
ပျောက်လိုသော စိတ်အာသာဆန္ဒလည်း မပါစေရ၊ ဒီဝေဒနာ  
တွေကို အပြုတ်တိုက်မည်ဟူသော စိတ်ကြမ်းကြီးများလည်း  
မပါစေရ၊ ဝေဒနာတို့၏ အတိုးအဆုတ် အရှေ့ အပြောင်း  
စသော သဘောကိုသိအောင် မှတ်ရပါသည်။

ဝေဒနာကို မှတ်ရှုရာတွင် ဝေဒနာပျောက်လို့သော စိတ်အာသာဆန္ဒရှိနေပါလျှင် မှတ်စိတ်ထဲ၌ ပျောက်ချင်သော အာသာဆန္ဒတည်းဟူသော လောဘ ပါဝင်နေသောကြောင့် အမှတ်မဆက်ပဲ အမှတ်ကျဲမှန်းမသိကျဲနေ၍ ဣန္ဒြေမထက် တရားမတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ဝေဒနာကို အပြုတ်တိုက်မည်ဟူသော စိတ်ကြမ်းကြီး ရှိနေပြန်လျှင်လည်း မှတ်စိတ်ထဲ၌ အပြုတ်တိုက်မည်ဟူသော ဒေါသ ပါဝင်နေသောကြောင့် အမှတ်မဆက်ပဲ အမှတ်ကျဲမှန်းမသိကျဲနေ၍ ဣန္ဒြေမထက် တရားမတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ဝေဒနာကို ရှုမှတ်ရာတွင် နာကျင်မှုစသော ဝေဒနာ၏ သဘောကို သိနိုင်သမျှသိအောင် စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ရပါသည်။ ရှေးဦးစွာ နာကျင်ကိုက်ခဲနေသော နေရာသို့ စိတ်ကို ရောက်အောင်ပို့၍ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုသည် အရေပေါ် အသားပေါ်မျှ လောက်သာနာကျင်ကိုက်ခဲသည်၊ သို့မဟုတ် အကြောထိအောင် နာကျင်ကိုက်ခဲသည်၊ အရိုးထိအောင် နာကျင်ကိုက်ခဲသည် ဟု ဝေဒနာ၏ အတိုင်းအတာကိုသိအောင် စူးစိုက်၍ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ ကိုက်တယ်၊ စသည်ဖြင့် မှတ်ရပါသည်။ ထို့နောင်မှ ဝေဒနာ၏ အတိုးအဆုတ် အပြောင်းအရွှေ့ စသည်တို့ကို သိအောင် ပိုင်းခြား ပိုင်းခြား၍ မှတ်ရပါသည်။

သမာဓိဉာဏ်များ အသင့်အတင့် ရင့်သန်လာ၍ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ ကိုက်တယ်၊ စသည်ဖြင့် မနွေးမမြန် ပိုင်းခြားပိုင်းခြား



၍ သုံးချက် လေးချက် ငါးချက် မှတ်လိုက်သောအခါ တိုး၍ တိုး၍ နာကျင်ကိုက်ခဲလာကာ လျော့ကျလျော့ကျ၍ သက်သာ သွားတာ၊ အခြားနေရာသို့ ရွှေ့ရွှေ့သွားတာတို့ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် တို့ကိုယ်တိုင် တွေ့သိကြရပါသည်။

ထို့ထက်တဆင့် သမာဓိဉာဏ်များ ရင့်သန်လာ၍ နာတယ်၊ ကျင်တယ်၊ ကိုက်တယ်၊ စသည်ဖြင့် ပိုင်းခြားပိုင်းခြား၍ မှတ်လိုက် သောအခါ တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက် နာကျင်ကိုက်ခဲမှုများ တိုး၍တိုး၍ နာကျင်ကိုက်ခဲလာတာ၊ တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက် လျော့ကျလျော့ကျ၍ သက်သာသွားတာ၊ တစ်ချက်မှတ် တစ်ချက် အခြားနေရာသို့ ရွှေ့ရွှေ့သွားတာများကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ ကိုယ် တိုင် တွေ့သိကြရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ဖောင်းတာပိန်တာမှတ်ယင်း နာကျင်ကိုက်ခဲမှုများ ပေါ်လာလျှင် နာကျင်ကိုက်ခဲမှု ဝေဒနာတို့ကို ဆက်လက်၍ မပြပ်မလပ် ကြားမပြတ်ရအောင် မှတ်သွားရသောကြောင့် ဣန္ဒြေများထက်၍ တရားတွေ အမြန်တက်သွားနိုင်ပါသည်။

တရားထိုင်မှတ်ရာ၌ တရံတခါ ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင် တယ်၊ ထိတယ်၊ စသည်ဖြင့် မှတ်နေယင်းပင် စိတ်သည် မြို့ထဲ ရွာထဲ အိမ်၊ ကျောင်း၊ ဈေး ပြုလုပ်ဖွယ်ကိစ္စ စသော ပြင်ပအာရုံများသို့ ထွက်နေတတ်၏။ ဤကဲ့သို့ ပြင်ပအာရုံများသို့ ထွက်သွားတဲ့ အခါမှာလည်း နောက်မှတ်စိတ်က အာရုံတပါးကို ထွက်သွားနေ သောစိတ်ကို စိတ်ထွက်တယ်၊ စိတ်ကူးတယ်၊ ကြံစည်တယ်၊ စသည် ဖြင့် အမှတ်မပြတ်မလပ်ရအောင် ဆက်၍မှတ်ရပါသည်။

စိတ်၏ သူ့အလိုရှိရာသို့ မကြာခဏ ထွက်သွား ရောက်သွားတတ်သောသဘောကို ဝိပဿနာ ရှုမှတ်သောအခါကျမှ ပို၍သိရပါသည်။ ပုထုဇဉ်တို့၏စိတ်သည် တောမျောက်အလား အလွန်လျင်မြန်စွာ အာရုံအမျိုးမျိုးသို့ ပြေးသွား၍ ကျက်စားနေတတ်ပါသည်။ အာရုံ အမျိုးမျိုးတို့တွင် သူကြိုက်ရာ ကျလိုရာအာရုံတို့၌ ကျရောက်နေတတ်ခြင်းသည် စိတ်၏ ပင်ကိုယ်သဘောပင် ဖြစ်ပေသည်။ စိတ်ကို စောင့်ရှောက်ထိန်းသိမ်းရခြင်းသည် အလွန်ခက်ခဲ၏။ အမှတ်ဖြင့်သာ နိုင်နင်းအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြပေသည်။

သမာဓိဉာဏ်အားနည်းနေသေးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားထိုင်မှတ်နေစဉ်မှာ အာရုံတပါးသို့ မိမိစိတ် လျင်မြန်စွာ ထွက်သွားနေတာကို အသေးစိပ်အားဖြင့် မသိ နိုင်ကြပါ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာများက စိတ်ထွက်မှုများ ရှိနေပါသလားဟု မေးသောအခါ၌လည်း စိတ်မထွက်ပါဘုရားဟု လျှောက်ထားလေ့ရှိကြပါသည်။ ဤကဲ့သို့လျှောက်ထားကြပါသော်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်းပြုဆရာများကတော့ ယောဂီက သမာဓိဉာဏ် အားနည်းနေသေးလို့ စိတ်ထွက်တာကို မသိတာပဲဟု သိတော်မူကြပါသည်။

စိတ်ကိုနိုင်နင်းအောင် ဆုံးမဖို့ခက်ခဲတဲ့ အကြောင်းကို မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင်ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော်အခါက ရဟန်းတော်တပါးသည် ရဟန်းတော်များ၏ အလိုကိုသိ၍ စားသောက်ဖွယ်များကို အမျိုးမျိုး သင့်လျော်အောင် စီမံတတ်သော မာတိကာမာတာခေါ် ဒါယိကာမ



ကြီး၏ အကြောင်းကို ကြားသိရ၍ မာတိကာမာတာ ကိုးကွယ်သော ကျောင်းသို့သွား၍ တရားအားထုတ်ဖို့ရာ မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ပုံ အားထုတ်နည်းတို့ကို နာကြားသင်ယူပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားကို လျှောက်ထား၍ မာတိကာမာတာ၏ကျောင်းသို့ ညနေချမ်းအချိန်၌ ကြွသွားလေ၏။

မာတိကာမာတာ ကိုးကွယ်သောကျောင်း၌ ရဟန်းတော်များမရှိ၍ မြူမုန်များ အမှိုက်များဖြင့် မသန့်မရှင်း ဖြစ်နေ၏။ ရဟန်းတော်၏စိတ်တွင် “မာတိကာမာတာသည် ကျောင်းသန့်ရှင်းသုတ်သင်ဖို့ရာ လူတယောက်စေလွှတ်ယင် ကောင်းမှာပဲ” ဟု စိတ်အကြံ ဖြစ်လေ၏။ မာတိကာမာတာသည် ရဟန်းတော်၏ စိတ်အကြံကိုသိ၍ ကျောင်းသန့်ရှင်း သုတ်သင်ဖို့ရာ လူတယောက်ကို စေလွှတ်လိုက်၏။

ရဟန်းတော်သည် “ဖျော်ရည်ဖျော်၍ ပို့စေယင် ကောင်းမှာပဲ” ဟု အကြံဖြစ်ပြန်၏။ မာတိကာမာတာသည် ဖျော်ရည်ဖျော်၍ပို့စေ၏။ ရဟန်းတော်သည် “နံနက်စောစော အရုဏ်၌ တွဲဖက်စားသောက် ဖွယ်ရာနှင့်တကွ ဆံပြုတ်(ယာဂု) ပို့စေယင် ကောင်းမှာပဲ” ဟု အကြံဖြစ်ပြန်၏။ မာတိကာမာတာသည် တွဲဖက်၍ စားသောက်ဖွယ်ရာနှင့် တကွ ဆံပြုတ် (ယာဂု) တို့ကို ပို့စေ၏။

ရဟန်းတော်သည် “မွန်းလတ်ချိန်၌ သစ်သီးခဲဖွယ်ပို့စေယင် ကောင်းမှာပဲ” ဟု အကြံဖြစ်ပြန်၏။ မာတိကာမာတာသည်

သစ်သီးခဲဖွယ်တို့ကို ပို့စေ၏။ ရဟန်းတော်သည် “ဒကာမကြီးကို တွေ့မြင်ချင်သည် နေ့ဆုံးအတွက် စားသောက်ဖွယ် ခဲဖွယ် ဘောဇဉ်တို့ကို ယူဆောင်၍ ကိုယ်တိုင် ကျောင်းသို့ လာခဲ့ယင် ကောင်းမှာပဲ” ဟု အကြံဖြစ်ပြန်၏။ မာတိကာမာတာ သည် စားဖွယ် သောက်ဖွယ် ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကို ယူဆောင်ကာ ကျောင်းသို့လာခဲ့၍ လှူဒါန်းလေ၏။

ရဟန်းတော်သည် ဆွမ်းစားပြီးသောအခါ မာတိကာမာတာ ဆိုတာ ဒကာမကြီးလားဟု မေးလေ၏။ မှန်ပါသည် တပည့်တော် မာတိကာမာတာပါ ဘုရား ဟု ဖြေလေ၏။ ဒကာမကြီးသည် သူတပါး၏ စိတ်အကြံကိုသိပါသလားဟု မေးပြန်၏။ ဘာကြောင့် မေးတာလဲ ဘုရားဟု လျှောက်ထားရာ ဦးစင်း ကြံစည်တိုင်း ကြံစည်တိုင်းပြုလုပ်ပေးသောကြောင့် မေးရခြင်း ဖြစ်ပါသည်ဟု မိန့်ကြားလေ၏။

မာတိကာမာတာသည် သူတပါး၏ စိတ်အကြံ အစည်ကို သိတော်မူသော ရဟန်းတော်တွေ များစွာရှိပါသည် ဘုရားဟု လျှောက်ထားရာ ရဟန်းတော်က သူတပါး ကို မေးတာမဟုတ်ပါ ဒကာမကြီးကို မေးတာပါဟု မိန့်ကြားလေ၏။ မာတိကာမာတာ သည် မရှောင်သာ၍ သူတပါး၏ စိတ်အကြံအစည်ကို သိသော သူသည် ဤကဲ့သို့ပင် ပြုလုပ်တတ်ပါသည် ဘုရားဟု လျှောက် ထားလိုက်လေသည်။

မာတိကာမာတာသည် တကယ်ပင် သူတပါး၏ အကြံအစည် ကို သိနိုင်သူဖြစ်ကြောင်း သိရသောကြောင့် ရဟန်းတော်သည်



အလွန်စိတ်ကျဉ်းကြပ်ထိတ်လန့်သွားလေ၏။ “ပုထုဇဉ်တို့မည်သည် သင့်လျော် လျောက်ပတ်သည်ကို လည်းကောင်း၊ မသင့်လျော် မလျောက်ပတ်သည်ကို လည်းကောင်း ကြံစည်တတ်ကုန်၏။ ငါသည် မသင့်လျော် မလျောက်ပတ်သည်ကို အကယ်၍ ကြံစည်မိပါက ခိုးထုပ်ခိုးထည်နှင့်တကွ ဖမ်းမိသော သူခိုးကဲ့သို့ ဒုက္ခရောက်တော့မည် ဤကျောင်းမှထွက်ပြေးမှ ဖြစ်တော့မည်” ဟု အကြံဖြစ်၍ ဒကာမကြီး—ဦးဇင်း ဒီကျောင်းမှာ မနေတော့ဘူး သွားတော့မည်” ဟု ပြောလေ၏။

ဒကာမကြီးက “အရှင်ဘုရား.... ဘယ်အရပ်သို့ သွားမှာလဲ ဘုရား” ဟု မေးလျှောက်ရာ “မြတ်စွာဘုရားထံ သွားမည်” ဟု ဖြေကြားလေ၏။ “အရှင်ဘုရား....ဒီကျောင်းမှာ နေကြည့်ပါဦး” ဟု လျှောက်ထားပြန်ရာ “မနေချင်တော့ဘူး သွားတော့မည်” ဟု ဆိုကာ ကျောင်းမှထွက်၍ မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ကြွသွားလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ရောက်သွားသောအခါ မြတ်စွာဘုရားက “ရဟန်း-သင်သည် ဘာကြောင့် မာတိကာမာတာ ကိုးကွယ်သောကျောင်း၌ မနေပဲ ပြန်လာရသနည်း” ဟု မေးတော်မူရာ “မြတ်စွာဘုရား-တပည့်တော် မနေဝံ့ပါဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

“ဘာကြောင့် မနေဝံ့သနည်း” ဟု မေးတော်မူပြန်ရာ “မာတိကာမာတာသည် တပည့်တော် ကြံစည်တိုင်း ကြံစည်တိုင်း အကုန်သိပါသည် ဘုရား၊ တပည့်တော်၏ ပုထုဇဉ်စိတ်သည် သင့်တော်တာ မသင့်တော်တာ နှစ်မျိုးလုံး ကြံစည်တတ်ပါသည်ဘုရား၊ အကယ်၍ မသင့်တော်တာကို ကြံစည်မိပါက

ခိုးထုပ် ခိုးထည်နှင့်တကွ ဖမ်းမိသော သူခိုးကဲ့သို့ တပည့်တော် ဒုက္ခရောက်ရပေ ၊ တော့မည်ဘုရား ၊ ဒါကြောင့် ပြန်လာခဲ့ရပါသည် ဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက - “မာတိကာမာတာ ကိုးကွယ်သော ကျောင်းသည် သင်ရဟန်းနေဖို့ရာ အသင့်တော်ဆုံး ကျောင်း ဖြစ်သည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူရာ “မြတ်စွာဘုရား တပည့်တော် မနေဝံ့ပါဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။ “ရဟန်း-သင်သည် ထိုကျောင်း၌ မနေဝံ့ဖွယ် ကြောက်လန့်ဖွယ် မရှိရအောင် များ များ စောင့်ထိန်းဖွယ်မလို၊ တခုတည်းကိုသာ စောင့်ထိန်းရ မည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူပြီးလျှင် ဂါထာတပုဒ်ကို ဟောကြား တော်မူလိုက်သည်မှာ—

“ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ လဟုနော၊ ယတ္ထကာမ နိပါတိနော။  
စိတ္တဿ ဒမထော သာဓု၊ စိတ္တံ ဒန္တံ သုခေါဝဟံ။”  
ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

ဒုန္နိဂ္ဂဟဿ၊ နှိမ်နင်းခြင်းငှာ ခဲယဉ်းထသော။ လဟုနော၊ လျင်စွာဖြစ်ခြင်း ချုပ်ခြင်းရှိထသော။ ယတ္ထကာမနိပါတိနော၊ အလိုရှိရာအာရုံ၌ ကျတတ်သော။ စိတ္တဿ၊ စိတ်ကို။ ဒမထော၊ ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမခြင်းသည်။ သာဓု၊ လူချမ်းသာ နတ် ချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ပို့ဆောင် တတ်သောကြောင့် ကောင်းလှပါပေ၏။ ဒန္တံ၊ ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမပြီးသော။ စိတ္တံ၊ စိတ်သည်။ သုခေါဝဟံ၊ မဂ်ချမ်းသာ ဖိုလ်ချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ဆောင်တတ်၏။



စိတ်သည် အလွန်လျင်မြန်သော ဖြစ်ခြင်းချုပ်ခြင်း သဘော ရှိ၏။ သူကျရောက်လိုရာ အာရုံများ၌ ကျရောက်နေတတ်၏။ သို့ဖြစ်သောကြောင့် စိတ်ကိုနှိမ်နင်းဖို့ရာ အလွန် ခဲယဉ်း၏။ နှိမ်နင်းဖို့ရာ ခဲယဉ်း၍ ရိုင်းပြ ဆိုးသွမ်းနေသောစိတ်ကို ဝိပဿနာ ရှုမှတ်သောအားဖြင့် ဆုံးမပေးနိုင်မှ ကောင်းလာ ယဉ်ကျေး လာနိုင်ပါသည်။ ဝိပဿနာဖြင့် တကယ်ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမ ပြီးသောစိတ်သည် ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်ဖြစ်သော မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်အောင် ပို့ဆောင်ပေးတတ်၏”ဟူ၍ ဟောကြားတော် မူလိုက်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—နှိမ်နိုင်ခဲစွာ လျင်မြန်လှ၍၊ သူကျလိုရာ၊ ကျတတ် ပါသည်။ ဝိညာဏသွမ်း၊ စိတ်သရမ်းကို၊ စောင့် ဖမ်းရှုရေး၊ ဆုံးမပေး၍၊ ယဉ်ကျေးလိမ္မာ၊ သူဖြစ်လာသော်၊ ချမ်းသာဆောင်ပေး တတ် သတည်း။ (စည်)

ဤဂါထာကို ဟောကြားတော်မူပြီးလျှင် “ရဟန်း- သင် သည် တစုံတခုသော အကြံအစည်ကို မကြံစည်မူ၍ မာတိကာ မာတာ ကိုးကွယ်သောကျောင်း၌သာ နေထိုင်ကာ အားထုတ် လော”ဟု အဆုံးအမပေး၍ စေလွှတ်လိုက်၏။ ရဟန်းတော် သည် မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော်မူသောအတိုင်း မာတိကာ မာတာ ကိုးကွယ်သောကျောင်းသို့ သွားရောက်နေထိုင်လေ၏။

မာတိကာမာတာသည် သင့်လျော်သော ဘောဇဉ်အာဟာရ တို့ကို စီရင်၍ ရဟန်းတော်အား လှူဒါန်းလေ၏။ ရဟန်းတော်

သည် သင့်လျော်သော ဘောဇဉ် အာဟာရတို့ကို မှီဝဲရ၍ စိတ်ကို နိုင်နင်းအောင် မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နိုင်သဖြင့် ဣန္ဒြေများ ထက်ကာ သုံးရက်အတွင်းမှာပင် အရဟတ္တဖိုလ် တရားထူးကို ရရှိ၍ ရဟန္တာဖြစ်သွားလေ၏။

ထိုင်မှတ်ရာတွင် စိတ် မထွက်နိုင်ရအောင် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြတော်မူသောအတိုင်း ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ထိတယ်၊ စသည်ဖြင့် မပြတ် မလပ် ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ စိတ်ထွက်ခဲ့သော် ထွက် သောစိတ်ကို နောက်မှတ်စိတ်က ကြံစည်တယ်၊ စိတ်ကူးတယ်၊ စသည်ဖြင့် မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ အမှတ် တွေဆက်ကာ ဣန္ဒြေများ ထက်လာသဖြင့် တရားတွေ မြန်မြန် တွေ့သွားနိုင်ပါသည်။ မြန်မြန်တက်သွားနိုင်ပါသည်။ မြန်မြန် ရသွားနိုင်ပါသည်။

တရားထိုင်မှတ်နေစဉ်ပင် စကားပြောသံ ကြက်သံ ငှက်သံ ထူရိုက်သံ စသည်များကို ကြားရသောအခါ စဉ်းစားကြံစည် မှုများ မဝင်ရအောင် ကြားတယ်၊ ကြားတယ်၊ လို့ အမှတ်တွေ မပြတ်သွားရအောင် ဆက်မှတ်ရပါသည်။

သမာဓိအရှိန်ကြောင့် တွေ့မြင်လာသော ကျောင်း ဘုရား စေတီ နတ်သမီး နတ်သား စသည်များကို မြင်လာသော အခါမှာလည်း စဉ်းစား ကြံစည်မှုများ မဝင်လာရအောင် မြင်တယ်၊ မြင်တယ်၊ လို့ ဆက်မှတ်ရပါသည်။ နှာခေါင်းမှ အနံ့



နံလာသောအခါမှာလည်း စဉ်းစားကြံစည်မှုများ မဝင်လာရ  
ရအောင် နံတယ်၊နံတယ်၊လို့ အမှတ်တွေ မပြတ်သွားရအောင်  
ဆက်မှတ်ရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ထိုင်မှတ်ရာတွင် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာ  
တော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြသောအတိုင်း ဖောင်းတယ်၊ ပိန်တယ်၊  
ထိုင်တယ်၊ထိတယ်၊လို့ ရှုမှတ်ခြင်း၊ ကာယာနုပဿနာကို အရင်း  
ခံထား၍ နာကျင်ကိုက်ခဲမှု ဝေဒနာပေါ်လာလျှင် ဝေဒနာကို  
ဆက်မှတ်ရခြင်း၊ အာရုံတပါးသို့ စိတ်ထွက်သွားလျှင် စိတ်ကိုဆက်  
မှတ်ရခြင်း၊ မြင်တာ၊ကြားတာ၊နံတာ၊ စသည်တို့ပေါ်လာလျှင်  
ဓမ္မာနုပဿနာ အဖြစ်ဖြင့် ဆက်မှတ်ရခြင်းတို့ဖြင့် အမှတ်တွေ  
ကြားမပြတ်ပါပဲ ဆက်စပ်သွားသောကြောင့် ဣန္ဒြေများထက်၍  
တရားတွေတက်သွားနိုင်ကြပါသည်။

ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ညွှန်ပြတော်  
မူသောအတိုင်း တနာရီထိုင်မှတ်ပြီးသောအခါ အမှတ်မပြတ်  
သွားရအောင် ဆက်၍ စကြံလျှောက်မှတ်ရပါမည်။ ခပ်မြန်မြန်  
သွား၍ မှတ်လိုသောအခါ “ဘယ်လှမ်းတယ် ညာလှမ်းတယ်”  
ဟူ၍ တစ်လှမ်းကို တစ်ချက် မှတ်ရပါသည်။ ခပ်နှေးနှေးသွား၍  
မှတ်လိုသောအခါ ကြွတယ်၊ချတယ်၊ ဟူ၍ တစ်လှမ်းကို နှစ်ချက်  
မှတ်ရပါသည်။ ထို့ထက် နှေးနှေးသွား၍ မှတ်လိုသောအခါ  
ကြွတယ်၊ လှမ်းတယ်၊ ချတယ်၊ ဟူ၍ တစ်လှမ်းကို သုံးချက်မှတ်ရ  
ပါသည်။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တနာရီထိုင်မှတ်ရာ၌ တနာရီအတွင်း  
ဓမ္မာ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလဲ မလှုပ်မရှား၊ စိတ်ကိုလဲ အာရုံတပါးသို့

မထွက်သွားစေပဲ ထိုင်မည်ဟု မထိုင်မီက ဆောက်တည်ထားသောကြောင့် အမှတ်တွေကြားမပြတ်ပဲ ဆက်တာကများကြပါသည်။ ယောဂီစောင့်ရှောက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကလဲ ယောဂီအမှတ်မပျက်စေရအောင် အထူးအလေးပြု စောင့်ရှောက်ကြပါလေ။

စကြိုလျှောက်၍ မှတ်သောအခါ ယောဂီစောင့်ရှောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကလဲ သင့်တော်သလောက်သာ စောင့်ရှောက်ကြပါသည်။ ယောဂီကိုယ်တိုင်ကလဲ ထိုင်မှတ်စဉ် အခါကလေးက အမှတ်မလွတ်သွား မပြတ်သွားရအောင် ဂရုမစိုက်နိုင်ပါပဲ မြင်စရာ ကြည့်စရာများကို ကြည့်မိလို့လဲ အမှတ်တွေ ပြတ်သွား ကျဲသွားတတ်ပါသည်။ နားထောင်ဖွယ်ရာ ကြားဖွယ်ရာများကို နားထောင်မိသောကြောင့်လဲ အမှတ်တွေပြတ်သွား ကျဲသွားတတ်ပါသည်။ လူတယောက်ယောက်နှင့် တွေ့ဆုံရလို့ စကားပြောမိလို့လဲ အမှတ်တွေပြတ်သွား ကျဲသွားတတ်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ အမှတ်တွေ မပြတ်သွား မကျဲသွားဖို့ရာ ထေရဂါထာနှင့် မိလိန္ဒပဉ္စာတို့၌ ပြဆိုထားသည်မှာ—

စက္ခုမဿ ယထာအန္ဓော၊ သောတဝါ ဗဓိရော ယထာ၊  
ပညာဝဿ ယထာမူဂေါ၊ ဗလဝါ ဒုဗ္ဗလော ရိဝ၊  
အတ္တအတ္ထေ သမုပ္ပန္နော၊ သယေထ မတ သယိကံ။

ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

စက္ခုမာ၊ မျက်စိအမြင်ကောင်းသောသူဖြစ်စေကာမူ။ အန္ဓော ယထာ၊ ကန်းနေသောသူကဲ့သို့။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ သောတဝါ၊ နားအကြားကောင်းသူဖြစ်စေကာမူ။ ဗဓိရောယထာ၊ နားပင်း



နေသောသူကဲ့သို့။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ ပည ၀၂၊ စကားပြော  
ကောင်းသော ဉာဏ်ပညာနှင့်ပြည့်စုံသောသူဖြစ်စေကာမူ။ မူဂေါ  
ယဿ၊ ဆွံ့အနေသောသူကဲ့သို့။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ ဗလ ၀၂၊  
အားအင်နှင့် ပြည့်စုံသောသူ ဖြစ်စေကာမူ။ ဒုဗ္ဗလောရိဝ၊ အားနဲ့  
နေသောလူမမာကဲ့သို့။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ အတ္တအတ္ထေ၊ မလှုပ်မယှက်  
နေခြင်းဖြင့် မိမိ၏ ပြီးသင့်သောအကျိုးသည်။ သမုပ္ပန္နေ၊ ဖြစ်  
လတ်သော်။ မတသယိကံ၊ သေသူအလား မလှုပ်မရှား  
အိပ်နေခြင်းကို။ သယေထ၊ လျောင်းစက်ငြိမ်စွာ အိပ်နေရာ၏။

ထကယ်တမ်းမဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် အမှတ်တွေကြားမပြတ်  
ဆက်စပ်အောင် အားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မျက်စိ  
အမြင်ကောင်းသူ ဖြစ်စေကာမူ မျက်စိကန်းနေသော သူကဲ့သို့  
ကျင့်ရမည်၊ နားအကြား ကောင်းသူ ဖြစ်စေကာမူ နားပင်းနေ  
သောသူကဲ့သို့ ကျင့်ရမည်၊ သူတပါး နားထောင်ချင်လောက်  
အောင် စကားပြောကောင်းသူ ဖြစ်စေကာမူ ဆွံ့အနေသော  
သူကဲ့သို့ ကျင့်ရမည်၊ အားအင်သန်စွမ်းပြည့်ဝသူ ဖြစ်စေကာမူ  
အားအင်နည်းနေသော လူမမာကဲ့သို့ ကျင့်ရမည်၊ မလှုပ်မရှား  
သူသေအလား ငြိမ်သက်စွာ လျောင်းစက်နေခြင်းဖြင့် အကျိုးဖြစ်  
လတ်သော် မလှုပ်မရှား ငြိမ်သက်စွာ နေရမည်ဟု အမှတ်များ  
မပြတ်သွားရအောင် ပြဆိုထားပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—မျက်စိအမြင်၊ ကောင်းသူပင်၊ မမြင်ကန်းပမာ၊  
နားအကြားတွင်၊ ကောင်းသူပင်၊ နားလျှင်ပင်း  
ပမာ၊

စကားပြောတွင်၊ ကောင်းသူပင်၊ အ၊ သွင်ဆွံ့ပမာ၊  
ပြည့်ဝအားအင်၊ ရှိသူပင်၊ အားအင်နဲ့ပမာ၊  
အကျိုးဖြစ်ပွား၊ သေသူလား၊ အိပ်ငြားငြိမ်သက်  
စွာ။

စင်္ကြံလျှောက်၍ မှတ်ခြင်း၌ အမှတ် ကြားမပြတ်သွားရ  
အောင် မျက်စိကို အထူးစောင့်ရှောက်ရပါသည်။ စင်္ကြံသွား၍  
ဖြစ်ရုံမျှ မျက်လွှာကို အောက်သို့ချ၍ တတောင် နှစ်တောင်ခန့်  
မျှ ကြည့်၍သွားရပါသည်။ စင်္ကြံမှတ်ရာ၌ သမာဓိ ကောင်း  
ကောင်း မဖြစ်သေးခင် မျက်စိမှိတ်သွားလို့ ရနိုင်သော နေရာမျိုး  
ဖြစ်ပါလျှင် မျက်စိကိုမှိတ်၍ လျှောက်ပါက သမာဓိပို့ဖြစ်လွယ်  
ပါသည်။

စင်္ကြံလျှောက်ရာ၌ မျက်စိကို ဟိုဟို ဒီဒီ ကျယ်ကျယ် ပျံ့ပျံ့  
မကြည့်မိအောင် အထူးဂရုစိုက်၍ စောင့်ရှောက်ရပါသည်။ မျက်  
စိသည် သမာဓိကို အဖျက်ဆုံးဖြစ်ပါသည်။ မျက်စိကို ဟိုဟိုဒီဒီ  
ကျယ်ကျယ်ပျံ့ပျံ့ မကြည့်မိအောင် စောင့်ရှောက်နိုင်သောအခါ  
သမာဓိမြန်စွာဖြစ်လာ၍ စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာ တရားသဘောများ  
တွေ့မြင်လာသည်ကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ ကိုယ်တိုင် တွေ့သိနိုင်ကြ  
ပါသည်။

ထိုင်မှတ်တဲ့အချိန်လဲမဟုတ် စင်္ကြံလျှောက်မှတ်တဲ့ အချိန်လဲ  
မဟုတ်တော့၍ မိမိနေထိုင်ရာအဆောင် အိပ်ခန်းသို့ ပြန်ရောက်  
ကြသောအခါ အထွေထွေ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရသော အသေး



စိတ်အမူအရာတို့ကို မှတ်သားရပါသည်။ ယင်းအသေးစိတ် အမူအရာတို့ကို မှတ်ရာ၌ လွယ်မလို့လို့နဲ့ ခက်နေ တတ်ကြပါသည်။ အမှတ်တွေ ကျဲနေ ပြတ်နေတတ်ကြပါသည်။ အချို့သော ယောဂီတို့သည် ဆယ်ရက်ခန့်ကြာသော်လဲ အသေးစိတ် အမှတ်ကို ကောင်းကောင်းမှတ်လို့မရပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။ အသေးစိတ် ကိုယ်အမူအရာတို့ကို မှတ်သိစိတ်က ပစ္စုပ္ပန် တည့်အောင် မမှတ်နိုင်သောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

ပစ္စုပ္ပန်တည့်အောင် မမှတ်နိုင်ခြင်းသည်လည်း ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ကိုင်ခြင်း၊ ယူခြင်း စသော ကိုယ်အမူအရာ တို့က လျင်မြန်နေပြီး မှတ်သိစိတ်က နှေး၍ မိအောင် မမှတ်နိုင်သောကြောင့် ပစ္စုပ္ပန်တည့်အောင် မမှတ်နိုင်ခြင်းဖြစ်ပေသည်။ ဆယ်ရက်ခန့် ကြာသော်လဲ အသေးစိတ် အမှတ်များကို မှတ်လို့မရခြင်း ဖြစ်နေကြပေသည်။

ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကွေးခြင်း၊ ဆန့်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ထခြင်း၊ ကိုင်ခြင်း၊ ယူခြင်းစသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို ကလေးသူငယ်လှုပ်ရှားနိုင်သော အရွယ်မှစ၍ မိမိတို့ အားရှိသလောက် ကွေး၊ ဆန့်၊ ထိုင်၊ ထ ကိုင် ယူလာခဲ့ကြသော အလေ့အကျင့်တို့က များခဲ့ပြီး အမှတ်သက်ဖြင့် သမာဓိဖြစ်အောင် ရှုမှတ်မှုတို့က ယခုမှစ၍ ထူထောင်ရတာဖြစ်သောကြောင့် မမီနိုင်ခြင်း၊ ပစ္စုပ္ပန်မတည့်နိုင်ခြင်း ဖြစ်ကြရပေလည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့် ကွေး၊ ဆန့်၊ ထိုင်၊ ထ၊ ကိုင်၊ ယူခြင်းစသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို ဖြည်းညင်းသာသာ သိမ်မွေ့စွာ ပြုလုပ်ရပါ

သည်။ ကိုယ်အမှုအရာတို့ကို အလွန်နှေးသွားအောင် ချုပ်ထိန်းထားပြန်လျှင်လဲ ဝီရိယ လွန်ကဲနေ၍ တရားသဘောများကို မတွေ့နိုင်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ကိုယ်အမှုအရာတို့ကို မနှေးမမြန် သို့သဘော အလျောက် ဖြစ်စေမည်ဟု နှလုံးသွင်းကာ အလိုက်သင့်ပြုလုပ်၍ ပစ္စုပ္ပန် တည့်အောင်ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ ပေါ့တာ လေးတာ တွန်းတာ ဆွဲတာ စသော သဘောတရားများကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ ကိုယ်တိုင်တွေ့သိ၍ မပြတ်မလပ်ရှုမှတ်နိုင်ကြသဖြင့် ဣန္ဒြေများ ထက်ကာ တရားတွေတက်သွားနိုင်ကြပါသည်။

ရှေးအခါက မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် တကယ်တန်း တရားအားထုတ်ကြသော ဆရာတော်ကြီး (မထေရ်ကြီး) များ၏ အမှတ်ကို မပြတ်စေရအောင် အားထုတ်ကြပုံမှာ နည်းယူဖွယ်ကောင်းလှပါသည်။

အခါတပါး၌ ဆရာတော်ကြီး (မထေရ်ကြီး) တပါးသည် ချစ်ကျွမ်းဝင်သော တပည့်ရဟန်းငယ်များနှင့် တွေ့ဆုံရ၍ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ စကားပြောဆိုနေရာတွင် အမှတ်မပါပဲ လက်ကို အမြန်ကွေးမိလေ၏။ အမှတ်မပါပဲ လက်ကွေးမိသည်ဟု သိတာနှင့် လက်ကိုပြန်ဆန့်၍ အမှတ်သတိဖြင့် အသာအယာ ပြန်ကွေးလေသည်။

ဤကဲ့သို့ လက်အမြန်ကွေးပြီးမှ လက်ကိုအသာအယာ ပြန်ဆန့်၍ အသာအယာပြန်ကွေးတာကို မြင်ကြသော တပည့်ရဟန်းငယ်တို့သည် ဆရာတော်ကြီးကို မေးလျှောက်ကြလေ၏။ ဆရာ



တော်ဘုရား.... ဆရာတော်ဘုရားသည် လက်ကို အမြန်ကွေးပြီးမှ ဘာကြောင့် အသာအယာပြန်ဆန့်၍ အသာအယာ ပြန်ကွေးပါ သနည်းဘုရားဟု မေးလျှောက်ကြလေ၏။

တပည့်တို့ ဆရာတော်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို စ, အားထုတ် သောအခါမှစ၍ တခါမျှအမှတ်မပါပဲ ကွေးခြင်း ဆန့်ခြင်း စသော ကိုယ်အမူအရာတို့ကို မပြုခဲ့ဘူးပေ။ ယခုသင်တပည့်တို့နှင့် အကျွမ်းတဝင် စကားပြောရာတွင် မေ့လျော့ကာ အမှတ်မပါပဲ လက်ကိုကွေးမိသောကြောင့် ပြန်ဆန့်၍ အမှတ်ဖြင့် အသာအယာ ပြန်ကွေးရခြင်း ဖြစ်ပေသည်ဟု မိန့်ကြားတော်မူလေ၏။ နည်းယူ ဖွယ်ကောင်းလှပါပေ၏။

အခါတပါး၌ အမှတ်ကို မပြတ်မလပ်ရအောင် တရား အားထုတ်နေသော တောကျောင်းနေ ဆရာတော်ကြီး (မထေရ် ကြီး) တပါးသည် လယ်ယာခင်းများ ရှိနေသောလမ်းမှ တခု သောရွာသို့ အမှတ်ဖြင့် ဆွမ်းခံကြွတော်မူရာ လမ်းခရီးအကြား၌ အာရုံတပါးသို့ စိတ်ထွက်၍ ထွက်၍သွားသဖြင့် အမှတ်မပါပဲ တရံတခါကြွသွားမိလေ၏။

ဤကဲ့သို့ အမှတ်မပါပဲ ကြွသွားမိသည်ကို သိသောအခါ အမှတ်မပါ အမှတ်လွတ်ခဲ့သောနေရာသို့ ပြန်ကြွလာ၍ အမှတ် ဖြင့်ပြန်၍ကြွတော်မူလေ၏။ မကြာခဏ အာရုံတပါးသို့ စိတ်ထွက် သွား၍ အမှတ်လွတ်လွတ် သွားသောအခါတိုင်း ရှေ့နည်းတူပင် နောက်သို့ပြန်၍ပြန်၍ ကြွလာပြီး အမှတ်ဖြင့် ပြန်၍ ပြန်၍ ကြွ သွားလေ၏။

ဤကဲ့သို့ နောက်သို့ ပြန်ကာပြန်ကာဆုတ်၍ ရှေ့သို့ပြန်ပြန်ကြွ သွားနေတာကို လယ်ယာထွန်ယက် လုပ်ကိုင်နေကြသော လယ် သမားဦးကြီးများက မြင်ကြရာ ဆရာတော်ကြီးသည် ရှေ့သို့ကြွ လိုက် နောက်သို့ ဆုတ်လိုက်နဲ့ ခေါက်တုံ့ခေါက်ပြန် ကြနေခြင်း သည် ပစ္စည်းတခုခု ကျပျောက်နေလို့လား သို့မဟုတ် လမ်းမှား နေလို့လားဟု ပြောဆိုကြကုန်၏။

ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် လယ်ယာ အလုပ်သမား ဦးကြီး များ ပြောဆိုသော စကားကို ဂရုမထား နားမထောင်ပါပဲ အမှတ် မလွတ်အောင်သာ ဆက်လက်၍ ကြွသွားတော်မူ၏။ ဤကဲ့သို့ အမှတ်မပြတ်ရအောင် ရှုမှတ်ခြင်းကြောင့် သိက္ခာ ဝါနုစိဆယ် အတွင်းမှာ ရဟန္တာ ဖြစ်သွားလေသည်။ (မူလ ပဏ္ဏာသ-၄-၂၆၂)

နည်းယူဘွယ် ကောင်းလှပါသည်။ မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် တကယ်တမ်း အမှတ်ကို မပြတ်မလပ်ရအောင် မှတ်လိုကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ပြဆိုအပ်ခဲ့ပြီးသော ဆရာတော်ကြီးများ ကဲ့သို့ အမှတ်လွတ်သွားခဲ့ရာ အရပ်သို့ပြန်ဆုတ်၍ အမှတ်လွတ်ခဲ့ သော အမှုအရာများကို ပြန်ပြုလုပ်၍ မှတ်သင့် ကြပေသည်။ ယင်းကဲ့သို့ ပြန်ပြုလုပ်၍ မှတ်ခြင်းဖြင့် အမှတ်တွေ ဆက်ကာ ဣန္ဒြေများထက်ပြီးလျှင် တရားတွေ အမြန် တက်သွားနိုင်ကြ ပါသည်။

ထိုင်၍မှတ်ခြင်း စကြံလျှောက်၍ မှတ်ခြင်း အသေးစိတ် ကိုယ်အမှုအရာကို မှတ်ခြင်းတည်းဟူသော အမှတ်သုံးမျိုးတို့ဖြင့်



မပြတ်မလပ် ကြိုးစား၍ မှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အကျိုး(၇)မျိုး လက်ငင်းရနိုင်သည်”ဟု မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုတော်ကို သိတော်မူကြသော အဋ္ဌကထာ ဆရာတို့ ဖွင့်ပြကြပါသည်။ (သံ-ဋ္ဌ ၂-၁၄၇)

၁။ မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် မျက်စိ-နား- နှာခေါင်း- လျှာ-ကိုယ်-စိတ် ဟူသော ဒွါရ ၆-ပါးတို့၌ လောဘ-ဒေါသ-မောဟ စသော ကိလေသာတို့မဖြစ်ပေါ်လာရအောင် လုံခြုံစွာ စောင့်စည်းထားနိုင်ခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။

၂။ မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သူ့အသက်ကိုသတ်ခြင်း၊ သူတပါးဥစ္စာကိုခိုးခြင်း၊ သူတပါး သားမယား သား သမီးကို လွန်ကျူးဖျက်ဆီးခြင်း တည်းဟူသော ကာယကံသုံးပါးမှလည်း စင်ကြယ်နေပါသည်။

လိမ်ပြောခြင်း၊ ကုန်းတိုက်ခြင်း၊ ဆဲဆိုကြိမ်းမောင်း၍ ကြမ်းတမ်းသော စကားကို ပြောဆိုခြင်း၊ အကျိုးမရှိသော စကားကို ပြောဆိုခြင်း တည်းဟူသော ဝစီကံလေးပါးမှလည်း စင်ကြယ်နေပါသည်။

သူတပါးစည်းစိမ်ဥစ္စာကို ကိုယ့်စည်းစိမ်ဥစ္စာ ဖြစ်လာရအောင် မတရားသောနည်းဖြင့် ယူဖို့ရာကြံစည်ခြင်း၊ သူတပါးကိုသတ်ဖို့ညှဉ်းဆဲဖို့ရာကြံစည်ခြင်း၊ ကုသိုလ်ပြုသော်လည်း ကုသိုလ်ကံမဖြစ်အကျိုးလည်း ခံစားရခြင်းမရှိ၊ အကုသိုလ် ပြုသော်လည်း

အကုသိုလ်ကံမဖြစ်၊ အပြစ်ဒဏ်ခံရခြင်းလည်းမရှိ”ဟု မှားယွင်းစွာ ယူဆခြင်း တည်းဟူသော မနောက်သုံးပါးမှလဲ စင်ကြယ်နေပါသည်။ ဤကံသုံးပါးမှ စင်ကြယ်ခြင်း အကျိုးကိုလည်း ရရှိပါသည်။

၃။ မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အာဇီဝဋ္ဌမကသီလနှင့် ငါးပါးသီလတို့ အထူးသဖြင့် စင်ကြယ်ခြင်း အကျိုးကိုလည်းရရှိပါသည်။

### အာဇီဝဋ္ဌမက သီလဟူသည်

၁။ ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။  
သု။ အသက်လဲ၊ မသတ်ပဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၂။ အဒိန္နာဒါနာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။  
သု။ ဥစ္စာလဲ၊ မခိုးပဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၃။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။

ကာမဂုဏ်မဲ့၊ ကျင့်ဖောက်လဲ့၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၄။ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။  
လိမ်ညာ၍လဲ၊ မပြောပဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၅။ ပိသုဏဝါစာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။  
ကုန်းတိုက်၍လဲ၊ မပြောပဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၆။ ဖရုသဝါစာ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။  
ကြမ်းတမ်းစွာလဲ၊ မပြောပဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။



၇။ သမ္မုပလာပါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။  
အဖျင်းစကားလဲ၊မပြောပဲ၊အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

၈။ မိစ္ဆာဇီဝါ ဝေရမဏိသိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ။  
သက်မွေးမှားလဲ၊မပြုပဲ၊ အမြဲရှောင်ကြဉ်မည်။

နေလဲ့ညစာစား၍ တရားအားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်  
များ စောင့်ထိန်းနိုင်သော ရှစ်ပါးသီလ ဖြစ်ပါသည်။

အာဇီဝဋ္ဌမကသီလ စင်ကြယ်လျှင် ငါးပါးသီလလည်း စင်  
ကြယ်သည်သာတည်း။ ငါးပါးသီလ စင်ကြယ်လျှင် အာဇီဝ  
ဋ္ဌမကသီလလည်း စင်ကြယ်သည်သာဖြစ်၏။ စင်ကြယ်ပုံအကျယ်ကို  
သိလိုပါလျှင် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး  
ရေးသားစီရင်တော် မူသော ဝိပဿနာ ရှုနည်းကျမ်း ပထမတွဲ  
(၃၇-၈)တို့၌ ကြည့်ရှုပါလေ။

### အာဇီဝဋ္ဌမကသီလနှင့် ငါးပါးသီလထူးပုံ တူပုံ

အာဇီဝဋ္ဌမက သီလနှင့် ငါးပါးသီလတို့သည် သိက္ခာပုဒ်  
အရေအတွက်အားဖြင့် ရှစ်ပါးနှင့် ငါးပါးဟူ၍ ထူးကြပါသည်။  
အပြည့်အစုံစောင့်ထိန်းရာ၌ တူကြပါသည်။ အာဇီဝဋ္ဌမက သီလ  
ကိုစောင့်ထိန်းရာ၌ (သုရာမေရယ) သေရည် အရက်သောက်စား  
ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ကြောင်း သိက္ခာပုဒ် မပါငြားသော်လည်း  
မှားယွင်းသောအကျင့်ချင်း တူသောကြောင့် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ  
သိက္ခာပုဒ်၌ ထည့်သွင်း စောင့်ထိန်း ရှောင်ကြဉ်ရသည် ဖြစ်၍

သေအရက်သောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းလည်း ပါဝင်သွားပါသည်။

ငါးပါးသီလကို အပြည့်အစုံ စောင့်ထိန်းရာ၌ ပိသုဏ္ဍဝါစာ ကုန်းတိုက်ခြင်း၊ ဖရုသဝါစာ - ဆဲဆိုကြိမ်းမောင်း၍ ကြမ်းတမ်းစွာပြောဆိုခြင်း၊ သဗ္ဗပလာပ-အကျိုးမပွား အဖျင်းများသော စကားကို ပြောဆိုခြင်းတို့ကိုလည်း (မုသာဝါဒ) လိမ်ပြောခြင်းနှင့်သဘောတူသောကြောင့် မုသာဝါဒသိက္ခာပုဒ်၌ ထည့်သွင်းရှောင်ကြဉ်ရသည်ဖြစ်၍ မုသာဝါဒါ ဝေရမဏိ၌ ပါဝင်သွားပါသည်။

အသက်မွေးမှုနှင့်ဆိုင်သော ကာယကံသုံးပါး၊ ဝစီကံလေးပါးတို့မှ အပြည့်အစုံ ရှောင်ကြဉ်လိုက်ပါလျှင် မှားယွင်းသော အသက်မွေးခြင်းမိစ္ဆာဇီဝမှရှောင်ကြဉ်ခြင်းကိစ္စလည်းပြီးမြောက်သွားပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ငါးပါးသီလနှင့် အာဇီဝဌမက သီလတို့သည် တူကြပါသည်။

### မျက်စိကို မစောင့်က ကြောက်လန့်ဖွယ်

ဣန္ဒြိယသံဝရသီလကို မစောင့်ထိန်းရာ၌ မြတ်စွာဘုရား အလိုကျ အဋ္ဌကထာဆရာတို့ ဖွင့်ပြ တင်ပြထားသည်မှာ တရားကို လိုလား၍ သီလကို တကယ်တမ်း လုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းလိုသော အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီး တို့အတွက် အလေးထား၍ မှတ်သားဖွယ်ရာ ကောင်းလှပါပေသည်။

သူတပါးသားသမီးများကို မတော်မတရားသော မျက်စိဖြင့် အသေးစိတ် အင်္ဂါကြီးငယ်တို့ကို ကြည့်မိပါက မိမိမျက်စိထဲသို့



မီးရဲအောင်ဖုတ်ထားသော သံချောင်းတို့ဖြင့် ထိုးဆွခြင်း ခံရ  
တာက သက်သာရာရပါသေးသည်။ မတော်မတရားသော မျက်စိ  
ဖြင့် ကြည့်မိပါက ထိုပုလ္လစွာသော သံချောင်းဖြင့် ထိုးဆွခြင်း  
ခံရတာထက် အဆပေါင်းများစွာ နစ်နာလှပါပေ၏”ဟု ဖွင့်ပြ  
တင်ပြထားကြပါသည်။ အလေးထား၍ မှတ်သားဖွယ် ကောင်း  
လှပါပေသည်။ (ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၁၊ ၃၅)

ဟုတ်မှန်ပါပေသည် မီးအလျှံရဲရဲတောက်နေသော သံချောင်း  
ဖြင့် မျက်စိကို ထိုးဆွခြင်းခံလိုက်ရသောသူသည် ယခုဘဝမှာ  
မျက်စိကန်း၍ တဘဝတခါသာ နစ်နာရပေသည်။ သူတပါး  
သားသမီးများကို မတော်မတရားသော မျက်စိဖြင့် ကြည့်မိပြီး  
လျှင် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံထိအောင် ပြုမိသောသူသည် ချမ်း  
သာဟူ၍ တကွက်မျှ ရှာမရသော ငရဲသို့သာ ကျရောက်ပြီး  
နောက်ဘဝအဆက်ဆက်တို့၌ မရူမလှအောက်တန်းကျ၍ မဆုံး  
အောင်ဖြစ်ရပေသည်။

လူပြန် ဖြစ်လာသော အခါမှာလည်း အောက်တန်း ကျကာ  
မကောင်းကျိုးများခံစားနေရပုံမှာ ကြောက်လန့်ဖွယ်ရာကောင်း  
လှပေသည်။ ကာမေသုမိစ္ဆာစာရအမှုကိုပြုခဲ့ဘူးသောသူတို့သည် -

- ၁။ မလိုမုန်းထားသူများခြင်း။
- ၂။ ရန်သူပေါများခြင်း။
- ၃။ ပစ္စည်းလာဘ် ရှားပါးခြင်း။
- ၄။ ကိုယ်ချမ်းသာ စိတ်ချမ်းသာ မရှိခြင်း။

- ၅။ မိန်းမဖြစ်ရခြင်း။
- ၆။ မိန်းမ မဟုတ် ယောက်ျားမဟုတ် ပဏ္ဍုက်ဖြစ်ရခြင်း။
- ၇။ ယုတ်ညံ့သော အမျိုး၌ အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ရခြင်း။
- ၈။ မျက်နှာပျက်၍ အရှက်ကဲ့အကျိုးနဲ့ ဖြစ်ရခြင်း။
- ၉။ လက္ခဏာဣန္ဒြေချို့ယွင်းသေးသိမ်ခြင်း။
- ၁၀။ အရာရာမှာ များစွာစိုးရိမ်ရခြင်း။
- ၁၁။ ချစ်ခင်သူနှင့် ကွေကွင်း ကွဲကွာ ရခြင်းဟူသော မကောင်းကျိုးများကို မရှုမလှ ခံကြရပေသည်။

ဆောင်ပုဒ်—မိစ္ဆာစာရ၊ ကျူးလွန်ကလည်း၊ မုန်းကြသူများ၊ ရန်သူပွား၍၊ ရှားပါးလွှာဘိတိတ်၊ ချမ်းသာဆိတ်၏၊ ဣတ္ထိပဏ္ဍုက်၊ မျိုးယုတ်ခါခါ၊ မျက်နှာမလှ၊ အရှက်ရလျက်၊ လက္ခဏာဣန္ဒြေ၊ ယွင်းသွေချို့သိန်၊ စိုးရိမ်များစွာ၊ ချစ်သူကွာသည်၊ ရှောင်ခါအပြန် အကျိုးတည်း။

အမှတ်ကို မပြတ်မလပ် ဆက်စပ်အောင် ရှုမှတ်နေကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်၊ အာဇီဝဌမကသီလ၊ ငါးပါးသီလ၊ ဣန္ဒြိယသံဝရသီလတို့ အထူးလုံခြုံ စဉ်ကြယ်နေကြသည် ဖြစ်သောကြောင့် ဤကဲ့သို့ မရှုမလှ မကောင်းကျိုးများကို ခံရခြင်းဘေးမှ အထူးပင် ကင်းဝေးနေကြပါသည်။



အမျိုးသမီး ကြီးငယ် ဆက်ဆံဖွယ်

အမျိုးသမီးများနှင့် ရဟန်းတော်များ တွေ့ဆုံကြရသော အခါ သီလမပျက်အောင် ဆက်ဆံဖို့ရာ မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြား တော်မူခဲ့သည်မှာ လောကီ လောကုတ္တရာ အကျိုးနှစ်ဖြာကို လိုလားကြကုန်သော အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီး တို့အတွက် အလေးအနက် လိုက်နာဖွယ်ရာ ကောင်းလှပါ ပေသည်။

အမျိုးသမီးကြီးငယ်များနှင့် မလွဲသာ မရှောင်သာ၍ ရဟန်း တော်များ တွေ့ကြုံ ဆက်ဆံကြရသောအခါ အမိအရွယ် ဖြစ်ခဲ့ ပါလျှင် အမိအရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ ကြည့်ရှုခြင်း ပြောဆို ခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ဆက်ဆံကြရမည်။ အဒေါ်အရွယ် ကြီးဒေါ် အရွယ် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် အဒေါ်အရင်း ကြီးဒေါ်အရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ အစ်မအရွယ် - နှမအရွယ် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် အစ်မ အရင်း နှမအရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ သမီးအရွယ် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် သမီးအရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ ကြည့်ရှုခြင်း ပြောဆိုခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ဆက်ဆံကြရမည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။  
(သံ ၂၊ ၃၂၈၊ ၉)

မြတ်စွာဘုရား မိန့်ကြားတော် မူခဲ့သည့်အတိုင်း ထေရ်ရှင် အဆက်ဆက်တို့ လိုက်နာခဲ့ကြ၍ သာသနာတော်၌ ယနေ့တိုင် အောင် လောကီလောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသောအကျိုး ပွားတိုးလျက် ရှိကြပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ရဟန်းတော်များအတွက် သီလ မပျက်အောင် အမျိုးသမီးများနှင့်ဆက်ဆံပုံ အလျော် (အနွယ်)ကို ဟောကြားတော်မူခဲ့သဖြင့် ပြောင်းပြန် (ဗျတိရေက) အားဖြင့် အမျိုးသမီးများကလဲ ဤကဲ့သို့ပင် အမျိုးသား ရဟန်းတော်များနှင့် ဆက်ဆံကြရမည်ကို သိစေတော်မူခဲ့ပါသည်။

အမျိုးသား ရဟန်းတော် ကြီးငယ်များနှင့် အမျိုးသမီးများ တွေ့ကြုံဆက်ဆံရသောအခါ အဖအရွယ် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် အဖအရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ ကြည့်ရှုခြင်း ပြောဆိုခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ဆက်ဆံကြရပါမည်။ ဦးလေးအရွယ် ဦးကြီးအရွယ် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် ဦးလေးအရင်း ဦးကြီးအရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ အစ်ကိုအရွယ် မောင်အရွယ် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် အစ်ကိုအရင်း မောင်အရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ သားအရွယ် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် သားအရင်းကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ ကြည့်ရှုခြင်း ပြောဆိုခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ဆက်ဆံကြရမည်” ဟု တိုက်ရိုက်ပင် မဟောကြားခဲ့ပါသော်လည်း ရဟန်းတော်တို့ ဆက်ဆံပုံမှ (ဗျတိရေက) အပြန်အားဖြင့် သိကြရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ အမျိုးကောင်းသမီး အဆက်ဆက်တို့သည် ရဟန်းတော်များနှင့် ဆက်ဆံခဲ့ကြသည်ဖြစ်၍ သာသနာတော်၌ ယနေ့တိုင်အောင် လောကီလောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာအကျိုး ပွားတိုးလျက် ကြပါသည်။



## သာသနာနှင့်လျော်စွာ ပြောတတ်ပါ

ယခုခေတ်အခါ ဗုဒ္ဓဘာသာ အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ် တို့သည် ရဟန်းတော်များနှင့် တွေ့ကြုံ ဆက်ဆံမှုများ နည်းပါး လာကြသည်ဖြစ်သဖြင့် အကြောင်းကိစ္စရှိ၍ ရဟန်းတော် သံဃာ တော်များနှင့် တွေ့ကြုံ ပြောဆို လျှောက်ထားရသောအခါ သာသနာတော်နှင့် လျော်ညီစွာ မလျှောက်ထားတတ် မပြော ဆိုတတ်ပဲ ဖြစ်နေကြပါသည်။

ရဟန်းတော်သံဃာတော်များက ပြောဆိုမိန့်ကြားသောအခါ “မှန်ပါသည်ဘုရား” “ဟုတ်ပါသည်ဘုရား” “တင်ပါဘုရား” ဟု လျှောက်ထား ပြောဆိုရမည်ကို “ဟုတ်ကဲ့ ဟုတ်ကဲ့” ဟူ၍သာ ပြန်၍ ပြောဆိုလျှောက်ကြား သုံးနှုန်းနေကြသည်ကို အများဆုံး တွေ့ကြုံ ကြားသိနေကြရပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ်များ ဖြစ်ကြ၍ ရဟန်းတော် သံဃာတော်တို့၌ ကြည်ညိုလေးစားသော စိတ်ပင် ရှိကြပါသော်လည်း ရဟန်းတော် သံဃာတော်များနှင့် တွေ့ကြုံ လျှောက်ထား ပြောဆိုမှုက နည်းခဲ့ကြသည် ဖြစ်သောကြောင့် မိမိ (အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ်) တို့က ပြန်ပြောလျှောက် ထားရသောအခါ “တပည့်တော်” ဟူ၍ လျှောက်ထား ပြောဆိုရ မည်ကို “နုနု-က” “ဆွေဆွေ-က” စသည်ဖြင့် မိမိတို့၏ နာမည်ကို ထည့်သွင်း၍ လျှောက်ထားပြောဆိုနေကြပါသည်။ ရိုင်းယှဉ်သော ပြောဆို လျှောက်ထားခြင်း မဟုတ်ပါသော်လည်း သာသနာ

တော်အစဉ်အလာအရ ပြည့်စုံသော လျှောက်ထား ပြောဆိုခြင်း မဟုတ်ဟူ၍ပင် ဆိုရပါမည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ်တို့သည် မပြောတတ်၊ မဆိုတတ်၊ မလျှောက်ထားတတ်ကြသည်ဖြစ်၍ ရဟန်းတော် သံဃာတော်များနှင့် တွေ့ကြုံဆက်ဆံ လျှောက်ထား ရမှာဝန်လေးလာကြပါသည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာ၏ ယဉ်ကျေးမှုများ နည်းပါးလာကြပါသည်။

အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ်များနှင့်ရင်းရင်းနှီးနှီးရရှိကြသော ရဟန်းတော် သံဃာတော်များက သင်ကြားပြောပြပေး ဖို့ရာမှာလည်း မသင့်တော် မလျှောက်ပတ်၍ “ခင်ဗျား” “ရှင်” “ကျွန်တော်” “ကျွန်မ” စသည်ဖြင့် လျှောက်ထားပြောဆိုလာကြသည်ကိုပင် လျစ်လျူရှုကာ နားထောင် ဆက်ဆံနေကြရပါသည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ်တို့သည် ရဟန်းတော် သံဃာတော်များနှင့် တွေ့ကြုံ ဆက်ဆံကြရသောအခါ အရွယ်အားလျော်စွာ မိမိတို့၏ မိ-ဖ-ဆွေမျိုးရင်းများကဲ့သို့ နှလုံးသွင်း၍ ရဟန်းတော် သံဃာတော်များက မိန့်ကြားပြောဆိုသောအခါ “မှန်ပါဘုရား” “တင်ပါဘုရား” ဟူ၍ လျှောက်ထားပြောဆိုကြရပါမည်။ မိန့်ကြားပြောဆိုသည့်အတိုင်း မဟုတ်မမှန်ပါကလည်း “မဟုတ်ပါဘုရား” “မမှန်ပါဘုရား” ဟူ၍ လျှောက်ထားပြောဆိုကြရပါမည်။



မိမိ (အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ်) တို့က ရဟန်းတော် သံဃာတော်တို့အားပြန်၍လျှောက်ထားပြောဆိုကြရသောအခါ မှာလည်း “တပည့်တော်က” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “ဘုရားတပည့်တော်က” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “တပည့်တော်မက” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ လျှောက်ထား ပြောဆိုကြရပါမည်။ ရဟန်းတော် သံဃာတော်များက အကြောင်းရှိ၍ မိမိတို့၏နာမည်ကိုခေါ်လိုက်သောအခါ “အရှင်ဘုရား” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “ဘုရား” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ ပြန်၍နှုတ်ဆက်ကြ ထူးကြရပါမည်။

အမျိုးသားငယ် အမျိုးသမီးငယ်တို့သည် “ဘုရား” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “အရှင်ဘုရား” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “တပည့်တော်” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “တင်ပါ” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ “မှန်ပါ” ဟူ၍လည်းကောင်း၊ လျှောက်ထားပြောဆို သုံးနှုန်းရခြင်းမှာ အလေ့အကျင့် မရသေးမီ မှာတော့ ဝန်လေးသလိုလို ရှိကြပါမည်။ အလေ့အကျင့်ရလာသောအခါ လွယ်ကူစွာ လျှောက်ထားပြောဆိုနိုင်ကြပါမည်။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသာသနာ၏ ယဉ်ကျေးမှုအား လျော်စွာ လျှောက်ထားပြောဆို သုံးနှုန်းရသည်ဖြစ်၍ ကုသိုလ်တရားတိုးပွားကြပါမည်။

(၄) မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အတူတကွ တရားအားထုတ်ဖော် တရားအားထုတ်ဖက် ဖြစ်သော သီတင်းသုံးဖော်တို့ ချစ်ခင်ကြည်ညိုကြ၍ ချမ်းသာစွာ နေရခြင်း အကျိုးကိုလည်းရရှိပါသည်။

တကယ်တမ်း တရားကို ကြိုးကြိုးစားစား မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် အားထုတ်နေကြသော နေရာဌာနဖြစ်သော ရိပ်သာတို့၌ အမှတ်ကို ဆက်စပ်အောင် ရှုမှတ်ခြင်းမရှိပါပဲ။ ပေါ့ပေါ့ဆဆနှင့် အမှတ်တွေလွတ်ကာ နေသောယောဂီကို မြင်ကြရသော တရားအားထုတ်ဖော် အားထုတ်ဖက် သီတင်းသုံးဖော်တို့သည် မျက်စိ၌ မြူမှုန်ကျရောက် စူးဝင်နေသကဲ့သို့ ကြည့်ရ ခက်နေ တတ်ကြပါသည်။ ဤကဲ့သို့ အတူတကွ နေကြသော သီတင်းသုံးဖော်တို့၏ မျက်စိ၌ အကြည့်ရခက် နှိပ်စက်သော အခြင်းအရာဖြစ်၍ ဆင်းရဲစွာနေရတတ်၏။

(၅) မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုတော်ကို ယူနိုင်သည်ဖြစ်၍ မြတ်စွာဘုရား အလိုကျနေရခြင်းအကျိုးကိုလည်း ရပါသည်။

တချိန်သောအခါမှာ မိထွေးတော် ဂေါတမီသည် မြတ်စွာဘုရားကိုကြည့်ညှိလှသည်ဖြစ်၍ “စိရံ ဇီဝ မဟာဝီရ၊ ကပ္ပံ တိဋ္ဌ မဟာမုနိ” ဟု ဆုတောင်းကာ ရှိခိုးလေ၏။

ကြီးသော လုံ့လရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရား....အရှင်မြတ်ဘုရားသည် ကြာမြင့်စွာ အသက်ရှင်တော်မူပါဘုရား၊ မုနိငါးပါးတို့ထက် မြတ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား....အရှင် မြတ်ဘုရားသည် တကမ္ဘာပတ်လုံး တည်ရှိတော်မူပါဘုရား” ဟူ၍ သူ့အလိုရှိသောအတိုင်း ရွတ်ဆိုဖော်ထုတ်ကာ ရှိခိုးကန်ဟောလေ၏။



ဤကဲ့သို့ လျှောက်ထား ကန်တော့ပြီးသော အခါ မြတ်စွာ ဘုရားက မိထွေးတော်ဂေါတမီ....ဘုရားရှင်တို့ကို ဤကဲ့သို့ ဆုတောင်းခြင်းမျိုး၊ တောင့်တခြင်းမျိုးဖြင့် ရှိမခိုးအပ်ကုန်” ဟူ၍ ပယ်တော်မူ၏။ “ဘယ်လိုများ ရှိခိုးရပါမလဲဘုရား” ဟု မိထွေးတော်ဂေါတမီက လျှောက်ပြန်သောအခါ ရှိခိုးအပ်ပုံကို မိန့်ကြားတော်မူသည်မှာ -

အာရဒ္ဓဝီရိယေ ပဟိတတ္ထေ၊ နိစ္စံ ဒဠ္ဇ ပရက္ကမေ၊  
သမဂ္ဂေ သာဝကေ ပဿ၊ သော ဗုဒ္ဓါန ဝန္တနာ။

ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

ပဟိတတ္ထေ၊ နိဗ္ဗာန်သို့ စေလွှတ်အပ်သော စိတ်ရှိကုန်သော။ အာရဒ္ဓဝီရိယေ၊ အားထုတ်အပ်သော လုံ့လရှိကုန်သော။ နိစ္စံ-အမြဲ။ ဒဠ္ဇပရက္ကမေ-မြဲမြံစွာ မပြတ်မလပ် အားထုတ်လျက် ရှိကြကုန်သော။ သမဂ္ဂေ-ညီညွတ်ကုန်သော။ သာဝကေ၊ ငါ ဘုရား၏တပည့်တို့ကို။ ပဿ-ဖူးမြင်ပါလော့။ သော-ဤသို့ဖူးမြင်ခြင်းသည်။ ဗုဒ္ဓါနံ၊ ဘုရားရှင်တို့ကို။ ဝန္တနာ-ရှိခိုးခြင်းမည်၏။

မိထွေးတော် ဂေါတမီ နိဗ္ဗာန်သို့ စေလွှတ်အပ်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍၊ ငါ-နိဗ္ဗာန်သို့အမြန်ရောက်လိုသော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ အမှတ်ကိုမပြတ်သွားရအောင် အဆင့်ဆင့် ဆက်စပ်သွားရအောင် အားထုတ်လျက်ရှိကြကုန်သော ငါဘုရား၏ တပည့်သာဝကတို့ကို ဖူးမြင်ပါ၊ ကန်တော့ပါ၊ ဤကဲ့သို့ အမှတ်မပြတ်အောင် ရှုမှတ်နေကြကုန်သော တပည့်သာဝကတို့ကို ဖူးမြင်ခြင်းသည်

ဘုရားရှင်တို့ကို ရှိခိုးကန်တော့ခြင်းမည်၏” ဟု မပြတ်မလပ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီတို့ကို မြတ်စွာဘုရားနှင့် တန်းတူထား၍ မိန့်ကြားတော်မူလိုက်လေ၏။

ဤကဲ့သို့ မြတ်စွာဘုရားနှင့် တန်းတူထား၍ မိန့်ကြားတော်မူခြင်းဖြင့် မပြတ်မလပ်ရှုမှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုတော်ကို ယူနိုင်၍ မြတ်စွာဘုရား အလိုကျ နေရခြင်း အကျိုးကို ရရှိခြင်းပင် ဖြစ်ပေသည်။

(၆) မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အလွန်ရနိုင်ခဲ့သော အခါကောင်း အခွင့်ကောင်းကို မချွတ်ချော် မလွဲသွား မလွန်သွားစေပဲ ကောင်းစွာ အသုံးပြုနိုင်ခြင်း အကျိုးကိုလည်းရရှိပါသည်။

### တရားရကြောင်း အခွင့်ကောင်းကြီး-လေးမျိုး

တရားထူး တရားမြတ်ရဖို့ရာ အလွန်ရနိုင်ခဲ့သော အခါကောင်း အခွင့်ကောင်းကြီးတို့မှာ—

- ၁။ ဘုရားပွင့်တော်မူလာသော ယခုလို အချိန်၊ အခါမျိုး တည်းဟူသော အခါကောင်း အခွင့်ကောင်း၊
- ၂။ သာသနာထွန်းကားသော အရပ်ဒေသ ကောင်း များ၌နေထိုင်ရခြင်း တည်းဟူသော အခါကောင်း အခွင့်ကောင်း၊
- ၃။ အယူကောင်း အယူမှန် မိမိသန္တာန်မှာ ရှိနေခြင်း ဟူသော အခါကောင်း အခွင့်ကောင်း၊



၄။ မိမိမှာ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်  
တည်း ဟူသော တရားရရှိရာ အခြေခံ အကြည်ဓာတ် ၆-ပါး  
မချို့တဲ့ မပျက်စီးပဲ အကောင်းပကတိ ရှိနေခြင်းတည်း ဟူသော  
အခါကောင်း အခွင့်ကောင်းတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤလေးမျိုးသော အခါကောင်း အခွင့်ကောင်းကြီး တို့ကို  
မချွတ်ချော် မလွဲသွားမလွန်သွားစေပဲ ကောင်းစွာ အသုံးပြုနိုင်  
ခြင်းအကျိုးကိုလည်း ရရှိနိုင်သည်” ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်....၁။ ဘုရားပွင့်လာ၊ ကိုးခွင့်သာ၊ မှန်စွာ ခွင့်ကောင်း၊  
ဖြစ်ပေသည်။

၂။ သာသနာထွန်းပါ၊ အရပ်မှာ၊ နေတာ ခွင့်  
ကောင်းဖြစ်ပေသည်။

၃။ အယူကောင်းရှိတာ၊ မိမိမှာ၊ မှန်စွာ ခွင့်ကောင်း  
ဖြစ်ပေသည်။

၄။ အကြည်ဓာတ် ခြောက်ဖြာ၊ ပြည့်စုံတာ၊ မှန်စွာ  
ခွင့်ကောင်းဖြစ်ပေသည်။

(ဓမ္မပဒ-ဋ္ဌ-၂၊ ၃၀၄)

(၇) မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆုံး  
ဆောင်အပ်သော ပြည်သူပြည်သား လူအများတို့၏ လှူဒါန်းအပ်  
သော စားသောက်ဖွယ် ခဲဖွယ်ဘောဇဉ် သည်လည်း ပြည်သူ  
ပြည်သား လူအများအတွက် များစွာသောအကျိုးကို ဖြစ်စေ  
ခြင်းအကျိုးကိုလည်း ရရှိပါသည်။

မပြတ်မလပ် ရှုမှတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ သန္တာန်၌ လောဘဒေါသစသော ကိလေသာ အညစ်အကြေး ကင်းစင်နေ၏။ ဤကဲ့သို့ ကိလေသာ အညစ်အကြေး ကင်းစင်နေသော အခိုက်အတန့်သည် ကောင်းမှုမျိုးစေ့များ စိုက်ပျိုးရာ လယ်ယာ မြေကောင်းဖြစ်၍ ပြည်သူပြည်သား လူအများ စိုက်ပျိုးလှူဒါန်း လိုက်ကြသော စားဖွယ် သောက်ဖွယ် ခဲဖွယ်ဘောဇံတို့သည် များစွာအကျိုးရှိ၏။ ဖြစ်လေရာ ဘဝတိုင်း၌ စံည်းစိမ်ညစွာ ပေါများ ကြွယ်ဝခြင်း စသော များစွာသော အကျိုးကို ရရှိစေနိုင်၏” ဟု ဆိုလိုပါသည်။

တတိယ ဣန္ဒြေ စွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်းပြီးပါပြီ။



## စတုတ္ထ လူ့ခြေစွမ်းအင်ထက်ကြောင်း

သပ္ပာယ် ကိရိယာယ သမ္မာဒေတိ။

သပ္ပာယ် ကိရိယာယစ- သင့်လျော်သည်ကို ပြုခြင်းဖြင့်  
လည်း။ ၀၂-သင့်လျော်သည်ကို မှီဝဲခြင်းဖြင့်လည်း။ သမ္မာဒေတိ-  
ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ပြီးစေ၏။ ၀၂-လူ့ခြေကို ထက်စေ၏။

တရားရှုမှတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့အည် မိမိတို့နှင့် မသင့်  
လျော်သည်များကို ရှောင်ကြဉ်၍ သင့်လျော်ရာ ၇-မျိုးကိုသာ  
ပြုလုပ်ရမည်၊ မှီဝဲရမည်၊ ဤကဲ့သို့ သင့်လျော်ရာ ၇-မျိုးကို မှီဝဲ  
သုံးဆောင်ခြင်းသည် လူ့ခြေထက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း  
တပါးပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်-သင့်လျော်လှစွာ၊ ခုနစ်ဖြာ၊ ကောင်းစွာမှီရမည်။

တရားအားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ မှီဝဲရမည့်  
သင့်လျော်ရာ ၇-မျိုးတို့ကို ဥပရိပဏ္ဏာသ အဋ္ဌကထာ (၁၁၅)၌

“အာဝါသော ဂေါစရော ဘဿံ၊ ပုဂ္ဂလောထ ဘောဇနံ၊  
ဥတု ဣရိယာပထောစေဝ၊ သပ္ပာယော သေဝိတဗ္ဗကော”  
ဟူ၍ ပြဆို ထားပါသည်။

သပ္ပာယော၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခြင်းငှာ သင့်လျော်  
လျောက်ပတ်သော။ အာဝါသောစ-နေရာရိပ်သာ ကျောင်းကို

လည်းကောင်း။ ဂေါစရောစ၊ ဆွမ်းခံရွာကို လည်းကောင်း။  
ဘဿဉ္စ-စကားကိုလည်းကောင်း။ အထ၊ ထိုမှတပါး။ ပုဂ္ဂလောစ၊  
ပုဂ္ဂိုလ်ကို လည်းကောင်း။ ဘောဇနဉ္စ၊ စားသုံးဖွယ် ဘောဇဉ်  
ကိုလည်းကောင်း။ ဥတုစ၊ အအေးအပူစသော ဥတုကို လည်း  
ကောင်း။ ဣရိယာပထောစေ-ဣရိယာ ပုထ်လေးပါးကိုလည်း  
ကောင်း။ သေဝိတဗ္ဗကော၊ မှီဝဲအပ်၏။

### မှီဝဲသင့်သော ကျောင်းရိပ်သာ

ရဟန်းတရားအားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အင်္ဂါ  
ငါးပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ရိပ်သာကျောင်းကို မှီဝဲနေထိုင်ရပါမည်။

### ကျောင်းအင်္ဂါငါးပါး

၁။ မိမိတို့ နေမြဲဌာနနှင့် (တဂါဝုတ်) အတောင်ပေါင်း  
၁၁၂၀၀-ခန့်ထက်မဝေးကွာလွန်းသော ရိပ်သာကျောင်း ဖြစ်ရ  
ပါမည်။

၂။ လူသွားလူလာနည်း၍ အသံတိတ်ဆိတ်သော ရိပ်သာ  
ကျောင်းဖြစ်ရပါမည်။

၃။ မှက်ခြင်ယင်နည်းသော ရိပ်သာကျောင်း ဖြစ်ရပါမည်။  
တောတွင်းရိပ်သာကျောင်းဖြစ်ခဲ့ပါလျှင် မှက်ခြင်ယင် နည်းခြင်း  
ဘေးရန်အန္တရာယ်ပြုတတ်သော ခြင်္သေ့၊ ကျားသစ်၊ ကျား၊ ဆင်  
စသောသတ္တဝါတို့ မရှိခြင်းတည်းဟူသော ဘေးအန္တရာယ်ကင်း  
သောရိပ်သာကျောင်းဖြစ်ရပါမည်။



၄။ စားဖွယ်သောက်ဖွယ် အဝတ်အထည် ဆေးဝါးပစ္စည်းများ ရလွယ်သော ရိပ်သာကျောင်းဖြစ်ရပါမည်။

၅။ တရားသဘောများကို တွေ့မြင်ထင်ရှား ပေါက်ရောက်သွားအောင်ပြပေးနိုင်သော (ကလျာဏမိတ္တ) မိတ်ဆွေကောင်းဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းပြဆရာရှိသော ရိပ်သာကျောင်းဖြစ်ရပါမည်။

ဤအင်္ဂါငါးပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ရိပ်သာကျောင်းကို မှီဝဲနေထိုင်ရပါမည်။ ဤအင်္ဂါငါးပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ရိပ်သာကျောင်း၌ နေထိုင်၍ တရားအားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဣန္ဒြေထက်၍ တရားတွေတက်သွားနိုင်သည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—မဝေးလှခြင်း၊ လူသူရှင်း၍၊ ကင်းဆိတ်အသံ၊ မှက်ခြင်ရန်နဲ့၊ ပစ္စည်းလဲလှယ်၊ မိတ်ကောင်းရယ်၊ ငါးသွယ်ကျောင်းအင်္ဂါ။

ဤရိပ်သာကျောင်း အင်္ဂါ ငါးပါးတို့တွင် (ကလျာဏမိတ္တ) မိတ်ဆွေကောင်းဟုဆိုအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပြဆရာရှိဖိုရာမှာ အထူးအရေးကြီးသော အင်္ဂါတစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပြဆရာသည် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သဘာဝကို သိခြင်းနှင့် နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ တရားပြပေးနိုင်ခြင်းတို့ဖြင့် တရားအားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ အလိုရှိအပ်သော တရားများကို တွေ့မြင် ရရှိသွားနိုင်ကြပါသည်။

## ဆည်းကပ်သင့်ရာ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာ

ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို နည်းလမ်း မှန်ကန်စွာလည်းပြပေးနိုင်ရပါသည်။ တရားအားထုတ်သော ယောဂီ၏သဘာဝကို သိအောင်လေ့လာ၍ ယောဂီ၏သဘာဝနှင့် ကိုက်ညီအောင်လည်း တရားပြပေးနိုင်ရပါသည်။

နည်းလမ်း မှန်ကန်စွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပြပေးနိုင်ဖို့ရာမှာ ပါဠိတော် အဋ္ဌကထာ ဋီကာကျမ်းဂန်များမှ လာသော အခြေခံ ပါဠိအကိုးသာဓကများကို ဆက်စပ်၍ ထုတ်ပြနိုင်ခြင်းနှင့် မိမိတို့၏ ဆရာအစဉ်အဆက်မှ နည်းခံခဲ့သော ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်တွေ့ လက်တွေ့အားဖြင့် ဉာဏ်စဉ်အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပုံများကို ထုတ်ဖော် ညွှန်ပြနိုင်ခြင်းတို့ဖြင့် နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ပြပေးနိုင်ပါသည်။

ယောဂီ၏သဘာဝသည် သာမန်အားဖြင့် ဉာဏ်ထက်မြက်သော ယောဂီနှင့် ဉာဏ်မထက်မြက်သော ယောဂီဟူ၍ နှစ်မျိုးကွဲပြားပါသည်။

ဉာဏ်ထက်မြက်သော ယောဂီသည် နည်းလမ်းမှန်ကန်သော ရှုနည်းမှတ်နည်းကို ရတာနှင့်မကြာမီ ရက်အတွင်းမှာပင် တရားသဘောများကို တွေ့မြင်၍ သူတရားတွေ့မြင်ပုံများကို ထူးထူးခြားခြား လျှောက်ထားတတ်ကြပါသည်။ ယောဂီလျှောက်ထားတင်ပြလာသော အတွေ့အကြုံအချက်အလက်တို့သည် ရုပ်တရား နာမ်တရားသဘောများ၌ ဘယ်လိုသက်ဝင်သည် စသည်ဖြင့်ရှင်း



လင်းပြောပြပေးပါလျှင် အားထုတ်လိုသော စိတ်ဆန္ဒများ ပိုမို ထက်သန်လာပြီး ဆက်လက်အားထုတ်သဖြင့် တရားတွေ အမြန် တက်သွားနိုင်ပါသည်။

ဉာဏ်မထက်မြက်သောယောဂီသည် နည်းမှန်လမ်းမှန် ရှုမှတ် နည်းကို ရထား၍ အားထုတ်ရန်များ အတော်ပင် ကြာသော် လည်း တရားသဘောကို ထင်ထင်ရှားရှားမတွေ့ပဲ ဖြစ်နေတတ် ပါသည်။ ထိုယောဂီကို ဣန္ဒြေထက်ကြောင်းတရားတက်ကြောင်း ဖြစ်သော ရှိရှိသေသေအတွင်းကျကျ စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်ဖို့ရာ မပြတ်မလပ်အောင် မှတ်ဖို့ရာ မမှီဝဲသင့်သည်များကို မမှီဝဲဖို့ရာ မှီဝဲသင့်သည်များကို မှီဝဲဖို့ရာဘို့ကို အသေးစိတ် သဘောကျ အောင် ရှင်းလင်း ပြောပြပေးလျှင် ဣန္ဒြေများထက်လာ၍ တရားသဘောများကို တွေ့သွားနိုင်ပါသည်။ တရားများ တက် သွားနိုင်ပါသည်။ တရားထူးများ ခုသွားနိုင်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပြဆရာသည် တရားတွေ့ဖို့ရာ၊ တရား တက်ဖို့ရာ၊ တရားရဖို့ရာ၊ ထောက်ပံ့ ပေးနိုင်သောကြောင့် မိမိတို့ တရားအားထုတ်မည့် ရိပ်သာကျောင်း၌ (ကလျာဏမိတ္တ) မိတ်ဆွေ ကောင်းဟု ဆိုအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပြ ဆရာကောင်း ရှိဖို့ရာ မှာ အထူးအရေးကြီးသော အင်္ဂါရပ်တခုပင် ဖြစ်ပါပေသည်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပြ ဆရာကောင်းကို မှီဝဲဆည်းကပ် ရသောသူ သည် တရားရဖို့ရာ လုံးဝသေချာသလောက် ဖြစ်ပါသည်။

အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် သက္ကတိုင်း နဂရက မည်သော သာကီဝင်မင်းသားတို့၏ နေထိုင်ရာ နိဂုံးရွာ၌ သီတင်း

သုံးနေထိုင်တော်မူ၏။ ထိုအခါ အရှင်အာနန္ဒာက မြတ်စွာဘုရား (ကလျာဏမိတ္တ) မိတ်ဆွေကောင်းကို မှီဝဲဆည်းကပ် ရပါလျှင် မဂ်ဖိုလ် အဘိညာဉ် သမာပတ် တရားထူး တရားမြတ်ရဖို့ရာ ထက်ဝက်လောက် သေချာပါသည်ဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက...မိန့်ကြားတော်မူသည်မှာ “အာနန္ဒာ...သင် ဒီလိုမပြောနဲ့” ဟု တားမြစ်တော် မူပြီးလျှင် “(ကလျာဏမိတ္တ) မိတ်ဆွေကောင်းကို မှီဝဲဆည်းကပ် ရသောသူသည် မဂ်ဖိုလ် အဘိညာဉ် သမာပတ် တရားထူး တရားမြတ်တို့ကို ရဖို့ရာ ထက်ဝက်မျှသာ သေချာသည်မဟုတ် လုံးဝအပြည့်အစုံ သေချာသည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူလိုက်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်ကို ထောက်ထားသောအားဖြင့် (ကလျာဏမိတ္တ) မိတ်ဆွေကောင်း ဖြစ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားပြ ဆရာကောင်းကို မှီဝဲဆည်းကပ်ဖို့ရာမှာ အထူးပင် အရေးကြီးလှပေသည်။

### မှီဝဲသင့်သော ဆွမ်းခံရွာ

တရားအားထုတ်သော ရဟန်းယောဂီများသည် ဆွမ်းစသော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်များ မျှတ ရလွယ်သော ဆွမ်းခံရွာ ရှိရပါမည်။ ဤဆွမ်းခံရွာဟူသော မှီဝဲဖွယ်သည် လူယောဂီများနှင့် မသက်ဆိုင်ပါ။ ရဟန်းယောဂီများနှင့်သာ သက်ဆိုင်သော မှီဝဲဖွယ်ရာ ဖြစ်ပါသည်။



ပြောဆိုသင့်သော စကား

ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားအားထုတ်ကြသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားသဘောနှင့် စပ်သော စကားဆယ်ခုန်းကိုသာ ပြောဆို ရမည်။

စကားဆယ်ခုန်း

- ၁။ အလိုနည်းခြင်းနှင့်စပ်သော စကား၊
- ၂။ ရောင့်ရဲ လွယ်ခြင်းနှင့်စပ်သော စကား၊
- ၃။ အပေါင်း အဖော်များနှင့် ရောနှောခြင်းမရှိ ခွဲခွာ၍ နေခြင်းနှင့် စပ်သော စကား၊
- ၄။ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ ချဉ်းကပ်၍ နေခြင်းနှင့် စပ်သော စကား၊
- ၅။ အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် လုံ့လစိုက်၍ အားထုတ်ခြင်းနှင့် စပ်သော စကား၊
- ၆။ သီလနှင့် စပ်သော စကား၊
- ၇။ သမာဓိနှင့် စပ်သော စကား၊
- ၈။ ပညာနှင့် စပ်သော စကား၊
- ၉။ ဝိမုတ္တိဟု ဆိုအပ်သော ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန်နှင့်စပ်သော စကား၊  
(ဝိမုတ္တိ အရိယဖလ ဝိမုတ္တိ နိဗ္ဗာန်) (အံ-ဋီ-၃၊ ၂၈၀)
- ၁၀။ ဝိမုတ္တိဉာဏ ဒဿန ဟု ဆိုအပ်သော ပေစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏ်နှင့်စပ်သော စကား၊  
(ဝိမုတ္တိ ဉာဏဒဿနမှိ ကျေနုဝိသတိဝိဓံပေစ္စဝေက္ခဏဉာဏ်)

ဤစကားဆယ်ခွန်းကိုသာ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီတို့ ပြောဆို ကြရပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်....လို့နည်း ရောင့်ရဲ၊ ဖော်ကွဲဆိတ်ငြိမ်၊ ကြိမ်ကြိမ်  
လုံ့လ၊ သီလသမာ၊ ပညာဝိမုတ်၊ ဝိမုတ္တိဉာဏ်၊  
ဤဆယ်တန်၊ ပြောရန်စကားတည်း။

အလို့နည်းခြင်းနှင့်စပ်သော စကားဟူသည် တရားအားထုတ်နေသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ အလိုရှိနေကြသော မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်ဟူသော လောကုတ္တရာတရား (၉) ပါးအပေါင်းသည်၊ အလိုဆိုးရှိသောပုဂ္ဂိုလ် အလိုကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးမဟုတ် အလို့နည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သာရရှိနိုင်သော တရားမျိုးဖြစ်သည် စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသော စကားမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

အလိုဆိုးရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ဟူသည် မိမိမှာ ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရား မရှိပါပဲလျက် ယုံကြည်မှုသဒ္ဓါတရား ရှိဟန်ဆောင်ခြင်း၊ သီလ မရှိပါပဲလျက် သီလရှိဟန်ဆောင်ခြင်း၊ စာပေကျမ်းဂန် တတ်မြောက်ခြင်း ဗဟုသုတ မရှိပါပဲလျက် စာပေကျမ်းဂန် တတ်မြောက်ခြင်း ဗဟုသုတရှိဟန်ဆောင်ခြင်း၊ သမာဓိ မရှိပါပဲလျက် သမာဓိရှိဟန်ဆောင်ခြင်း၊ ပညာမရှိပါပဲလျက် ပညာရှိဟန်ဆောင်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ဖော်ပြတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အလိုဆိုးရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်မည်၏။ တရားထူး တရားမြတ်မရထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်၏။



ဆောင်ပုဒ်....မဟုတ်မှန် ဂုဏ်များ၊ ထုတ်ဖော်ငြား၊ ခေါ်  
ငြား ပါပိစ္ဆာ။

(ပါပိစ္ဆာ-ပါပ+ဣစ္ဆာ။ ပါပ-ယုတ်မာ ဆိုးသော+ ဣစ္ဆာ-  
အလိုဆန္ဒရှိသူ)

အလိုကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်ဟူသည်၊ မိမိမှာ အမှန်ရှိသော  
ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံသောဂုဏ်၊ သီလနှင့် ပြည့်စုံ  
သောဂုဏ် စာပေကျမ်းဂန်တတ်မြောက်ခြင်း ဗဟုသုတနှင့်ပြည့်စုံ  
သောဂုဏ်၊ သမာဓိနှင့်ပြည့်စုံသောဂုဏ်၊ ပညာနှင့် ပြည့်စုံသော  
ဂုဏ်တို့ကို သူတပါးတို့သိသွားရအောင် ထုတ်ဖော်ပြနေတတ်၏။  
ဤကဲ့သို့ မိမိမှာရှိသော ဟုတ်မှန်သောဂုဏ်တို့ကို ထုတ်ဖော်ပြနေ  
တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အလိုကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်မည်၏။ တရားထူး  
တရားမြတ် မရထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး ဖြစ်၏။

ဆောင်ပုဒ်—ဟုတ်မှန်ဂုဏ်များ၊ ထုတ်ဖော်ငြား၊ ခေါ်ငြား  
မဟိစ္ဆာ။

(မဟိစ္ဆာ—မဟာ + ဣစ္ဆာ။ မဟာ—ကြီးသော + ဣစ္ဆာ—  
အလိုဆန္ဒရှိသူ)

အလိုနည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်ဟူသည် မိမိမှာ အမှန်ရှိသော  
ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံသောဂုဏ်၊ သီလနှင့် ပြည့်စုံ  
သောဂုဏ်၊ စာပေကျမ်းဂန် တတ်မြောက်ခြင်း ဗဟုသုတနှင့်  
ပြည့်စုံသောဂုဏ်၊ သမာဓိနှင့်ပြည့်စုံသောဂုဏ်၊ ပညာနှင့်ပြည့်စုံ  
သောဂုဏ်တို့ကို သူတပါးအား မသိစေမူ၍ ကောင်းသောဂုဏ်

များ ပြည့်စုံနိုင်သမျှ ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်နေတတ်၏။  
ဤကဲ့သို့ မိမိမှာရှိနေသော ကောင်းသောဂုဏ်တို့ကို မဖော်ပြ  
တတ် လျှို့ဝှက်ထားသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အလိုနည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်  
မည်၏။ တရားထူး တရားမြတ်များ ရထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး  
ဖြစ်၏။

ဆောင်ပုဒ်—ဟုတ်မှန်ဂုဏ်များ၊ လျှို့ဝှက်ထား၊ ခေါ်ငြား  
အပ္ပိစ္ဆာ။

အပ္ပိစ္ဆာ။ အပ္ပ + ဣစ္ဆာ။ အပ္ပ—နည်းသော + ဣစ္ဆာ—  
အလိုဆန္ဒရှိသူ)

ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်းနှင့်စပ်သော စကားဟူသည်၊ တရားအား  
ထုတ်နေကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ အလိုရှိနေကြသော မဂ်  
လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်ဟူသော လောကုတ္တရာ တရား  
(၉)ပါး အပေါင်းသည် မိမိရသမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့် မရောင့်ရဲ  
မတင်းတိမ်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးမဟုတ်ပေ။  
မိမိရသမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့် ရောင့်ရဲတင်းတိမ်နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်  
တို့သာ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးဖြစ်ပေသည် စသည်ဖြင့် ပြောဆို  
သောစကားမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း သုံးမျိုး

ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်းသည် သုံးမျိုးရှိပါသည်။

၁။ တပါးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ခံစားရရှိနေကြသော မှန်မြတ်  
ပေါများသော သာယာနှစ်သက်ဖွယ်ရာ စည်းစိမ် ဥစ္စာတို့ကို

မြင်နေရ၊ တွေ့နေရ၊ ကြားနေရသော်လည်း လိုချင်တောင့်တမှု မရှိ၊ မိမိမှာရှိသမျှ-ရသမျှသော ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့်သာ ရောင့်ရဲ တင်းတိမ်တက်ခြင်းသည်လည်း ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း ကျေးပင် ဖြစ်ပါသည်။

(သကေန အတ္တနာ လဒ္ဓေန တုဋ္ဌိ သန္တုဋ္ဌိ) (အံဋီ-၃-၂၇၆)  
(သန္တုဋ္ဌိ-၌၊ သံ-၏သက-(မိမိ) အနက်)

၂။ မိမိမှာ ပစ္စည်းဥစ္စာ နှမ်းပါး ရှားပါးသော်လည်း မတရားသော နည်းလမ်းဖြင့် ပစ္စည်းဥစ္စာရှာဖွေလိုသော ဆန္ဒကို ပယ်စုန့်၍ တရားသော နည်းလမ်းဖြင့် ရှာဖွေ၍ရသော ပစ္စည်း ဥစ္စာဖြင့်သာ (အညီအမျှ) ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း သည်လည်း ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း ကျေးပင်ဖြစ်ပါသည်။

(အထစါ ဝိသမံ ပစ္စယိစ္ဆံ ပဟာယ သမံ တုဋ္ဌိ သန္တုဋ္ဌိ)  
(သန္တုဋ္ဌိ-၌၊ သံ-၏-သမံ(အညီအညွတ်) အနက်)

၃။ မိမိငယ်ရွယ်စဉ်အခါက ပစ္စည်းဥစ္စာ စည်းစိမ်ချမ်းသာ နှင့် ပြည့်စုံခဲ့ခြင်းများကို ပြန်၍ တမ်းတ၊ တောင့်တခြင်းလည်း မရှိ၊ နောင်တချိန်မှာ အကြောင်းညီညွတ်ခဲ့လျှင် ပြည့်စုံလာမည့် စည်းစိမ်ဥစ္စာများကိုလည်း မြော်လင့်တောင့်တခြင်း မရှိပါပဲ ယခုလက်ရှိ ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့်သာ ရောင့်ရဲ တင်းတိမ်ခြင်း သည်လည်း ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း ကျေးပင်ဖြစ်ပါသည်။ ဤရောင့်ရဲ ခြင်းများနှင့် ပြည့်စုံသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားထူး တရားမြတ် များ ရထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ဖြစ်ကြပါသည်။



(သန္ဓေနှဝါ ဝိဇ္ဇမာနေန တုဋ္ဌိ သန္တုဋ္ဌိ)

(သန္တုဋ္ဌိ-၌ သံ-၏ ဝိဇ္ဇမာန (ထင်ရှားရှိသော) အနက်)

အလိုကြီး၍ ရရသမျှ ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ဖြင့် မရောင့်ရဲနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား သူတပါးတို့ ချစ်ခင် ကြည်ညိုခြင်း ပစ္စည်း လာဘ်ရခြင်း အကျိုးနှစ်ပါးတို့မှ ဆုတ်ယုတ်သွားတဲ့အကြောင်း နှင့် အလိုနည်း၍ ရရသမျှသော ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ဖြင့် ရောင့်ရဲ နိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား သူတပါးတို့ ချစ်ခင် ကြည်ညိုခြင်း၊ ပစ္စည်းလာဘ်ရခြင်း အကျိုးနှစ်ပါးတို့ဖြင့် တိုးတက် ကြီးပွား လာတဲ့အကြောင်းများကို သုဝဏ္ဏဟံသ ဇာတ်တော်၌ မြတ်စွာ ဘုရားဟောကြားတော်မူခဲ့သည်မှာ တရားထူး တရားမြတ် ရလို သူများနှင့် တိုးတက်ကြီးပွားလိုသူ အမျိုးကောင်းသား အမျိုး ကောင်းသမီးတို့အတွက် မှတ်သားလိုက်နာကျင့်ကြံဖွယ်ကောင်း လှပါပေသည်။

အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံး နေတော်မူ၏။ ထိုအခါ သာဝတ္ထိ ပြည်သား (ဥပါသကာ) ဒကာတယောက်သည် တပါးတပါး သော(ဘိက္ခုနီ)ရဟန်းမိန်းမတို့အား “ကြက်သွန်ဖြူဥကြီး နှစ်ဥ၊ သုံးဥ၊ လှူဒါန်းပါမည်။ အိမ်သို့ကြွရောက်၍ အလှူခံတော်မူကြပါ ဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

တနေ့သောအခါ သာဝတ္ထိမြို့၌ ဖွဲ့တော်ကျင်းပသည့်နေ့တွင် ထုလွှနန္ဒာအမည်ရှိသော (ဘိက္ခုနီ) ရဟန်းမိန်းမသည် အခြံအရံ

ရဟန်းမိန်းမတို့နှင့် တကွ ကြက်သွန်ဖြူဖြင့် ပင့်ဖိတ်ထားသော (ဥပါသကာ) ဒကာအိမ်သို့ ကြွလာ၍ ကြက်သွန်ဖြူ အလှူခံလေ၏။ (ဥပါသကာ) ဒကာက ပွဲတော်နေ့ဖြစ်၍ အိမ်၌ ကြက်သွန်ဖြူ ကုန်နေပါသည်ဘုရား - ယာတောသို့ ကြွသွား၍ ယာစောင့်ထံမှာ အလှူခံတော်မူပါဘုရား - ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

ထုလ္လနန္ဒာမည်သော (ဘိက္ခုနီ) ရဟန်းမိန်းမသည် အခြံအရံ ရဟန်းမိန်းမများနှင့်တကွ ယာတောသို့သွား၍ ခွင့်ပြုဖိတ်ထားသော ကြက်သွန်ဖြူ နှစ်ဥ၊ သုံးဥ၊ ထက်မက အများအပြား အပိုအလှူတို့ကို ယူကြသည်ဖြစ်၍ ယာစောင့် ယောက်ျားက “ဘိက္ခုနီမတို့သည် အတိုင်းအရှည် ပမာဏကို မသိကြပဲ သူတပါးပစ္စည်းကို ယူကြသည်”ဟု ကဲ့ရဲ့သောကြောင့် အလိုနည်း၍ ရောင့်ရဲလွယ်ကြသော ရဟန်းမိန်းမများနှင့် ရဟန်းတော်များ ကြားကြ၍ မြတ်စွာဘုရားအား လျှောက်ထားကြသဖြင့် အလိုကြီး၍ ရရသမျှသောပစ္စည်းဖြင့် မရောင့်ရဲနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ဆုတ်ယုတ်ကြပုံနှင့် အလိုနည်း၍ ရရသမျှသောပစ္စည်းဖြင့် ရောင့်ရဲနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား တိုးတက်ကြီးပွားပုံတို့ကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါသည်။

“ရဟန်းတို့ အလိုကြီး၍ ရရသမျှသော ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့် မရောင့်ရဲနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို မိမိ၏ မိခင်ရင်းကပင် မချစ်ခင်စော့ပါပဲ မုန်းသွားတတ်သည်။ မကြည်ညိုသေးသော သူများကလည်း မကြည်ညိုလာတော့ခြင်း၊ ကြည်ညိုပြီးသော သူများ

ကလည်း ပို၍ကြည်ညိုခြင်းများ မဖြစ်လာတော့ခြင်းဖြစ်၍ ဆုတ်  
ယုတ်သွားတတ်သည်။

မရောင့်ရဲနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ်အား မဖြစ်ပေါ် လာသေးသော  
ပစ္စည်းလာဘ်လာဘများလည်း မဖြစ်ပေါ်လာတော့ခြင်း၊ ဖြစ်  
ပေါ်လာပြီးသော ပစ္စည်းလာဘ်လာဘများလည်း မြဲစွာမတည်  
နိုင်တော့ခြင်း ဖြစ်၍ ဆုတ်ယုတ် သွားတတ်သည်” ဟုမရောင့်ရဲနိုင်  
သော ထုလွန်နွှာဘိက္ခုနီမကို အကြောင်းပြု၍ ဟောကြားတော်  
မူခဲ့ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ် - မရောင့်ရဲလျှင်၊ မိခင်ပင်၊ မခင်မှန်းတတ်သည်။  
မကြည်ညိုခြင်း၊ လာဘ်နည်းခြင်း၊ လက်ငင်း ဖြစ်  
တတ်သည်။

အလိုနည်း၍ ရရသမျှသော ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့် ရောင့်ရဲနိုင်  
သောပုဂ္ဂိုလ်ကိုမကြည်ညိုသေးသော သူတို့ကလည်း ကြည်ညိုလာ  
ကြသည်၊ ကြည်ညိုပြီးသော သူတို့ကလည်း အတိုင်းထက်အလွန်  
ကြည်ညိုလာကြသည်၊ ရရသမျှသော ပစ္စည်းဥစ္စာဖြင့် ရောင့်ရဲ  
တတ်သောပုဂ္ဂိုလ်အား မဖြစ်ပေါ်လာသေးသော ပစ္စည်းလာဘ်  
လာဘများလည်း ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည်၊ ဖြစ်ပေါ်ပြီးသော  
ပစ္စည်းလာဘ်လာဘများလည်း ခိုင်မြဲစွာတည်တန့်လာသည်ဖြစ်၍  
တိုးတက် ကြီးပွားလာတတ်သည်ဟု ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါ  
သည်။ (ဇာတက ၉- ၁၊ ၅၀၀)

ဆောင်ပုဒ် - ရောင့်ရဲသူကား၊ ကြည်ညိုပွား၊ လာဘ်ကား  
ရှည်စွာတည်။



“ရဟန်းတို့—ထုလွန်နွှာသည် ယခုအခါ၌သာ အလိုကြီး၍ မရောင့်ရဲနိုင်သည်မဟုတ်၊ ရှေးကလည်း အလိုကြီး၍ မရောင့်ရဲနိုင် သည်သာဖြစ်၏”ဟု မိန့်ကြားကာ အတိတ် ဇာတ်ကြောင်းကို ပြန်၍ဟောကြားတော်မူ၏။

လွန်လေပြီးသောအခါ ဗာရာဏသီပြည်၌ ဗြဟ္မဒတ်မင်း-မင်း ပြု၍နေ၏။ ထိုအခါ ဘုရားအလောင်းသည် ပုဏ္ဏားမျိုးဖြစ်လေ ၏။ ထိမ်းမြားလက်ထပ်ဖို့ အရွယ်ရောက်လာသောအခါ ဇာတ်တူ ပုဏ္ဏားမတဦးနှင့် ထိမ်းမြားလက်ထပ်ကာ နေထိုင်လေ၏။ “နန္ဒာ၊ နန္ဒာဝတီ၊ သုန္ဒရီနန္ဒာ” ဟူသော သမီးသုံးယောက် ရပြီးသော အခါ ဘုရားအလောင်းပုဏ္ဏား ကွယ်လွန် သေဆုံးသွားလေ၏။

ဘုရားအလောင်းသည် ဘဝတပါး၌ ဘဝဟောင်းများကို ပြန်သိနိုင်သော ရွှေဟင်္သာကြီးဖြစ်လေသည်။ ရွှေအတောင်များ ဖုံးလွှမ်း၍ အလွန်တင့်တယ် လှပထွားကြိုင်းသော မိမိခန္ဓာကိုယ် ကို မြင်ရသောကြောင့် “ဘယ်ဘဝက ကွယ်လွန်ခဲ့ပြီး ဤရွှေဟင်္သာ ဘဝသို့ရောက်လာသနည်း” ဟု ဘဝ ဟောင်းကို ဆင်ခြင်ကြည့်ရာ လူ့ဘဝက ရွှေဟင်္သာဘဝသို့ရောက်လာသည်ကို သိရလေ၏။

ဘဝဟောင်းကိုသိနိုင်သော ဇာတိဿရ ဉာဏ်ဖြင့် ဇနီးနှင့် သမီးတို့ကိုကြည့်ပြန်ရာ ဇနီးနှင့် သမီးတို့ သူတပါးအိမ်၌ အခ စားပြုလုပ်၍ ဆင်းရဲစွာ အသက်မွေးကြရသည်ကို မြင်ရသော ကြောင့် မိမိကိုယ်၌ ရွှေအတောင်တို့သည် သုံးစားလို့ရသော ရွှေ အစစ်များဖြစ်ကြသည်။ ဇနီးနှင့်သမီးတို့အား တယောက်ကို

တတောင်စီသွား၍ ပေးလိုက်လျှင် သူတို့ချမ်းသာသွားကြလိမ့်မည် ဟု ကြံစည်မိလေ၏။

ကြံစည်မိသောအတိုင်း ဇနီးနှင့်သမီးတို့အိမ်သို့ ပျံသန်းသွားရောက်၍ အိမ်မှီးစွန်း၌ နားနေလေ၏။ ဇနီးနှင့် သမီးတို့က “အို—ရွှေဟင်္သာကြီး ဘယ်အရပ်ကလာခဲ့ပါသနည်း” ဟု မေးကြကုန်၏။ “တောအရပ်ကလာခဲ့ပါသည်။ အကျွန်ုပ်သည် အခြားသူမဟုတ် သင်တို့၏ဖခင်ပင်ဖြစ်သည်” ဟုပြောလေ၏။

“အကျွန်ုပ်သည် သင်ဇနီးနှင့် သမီးတို့အား ကြည့်ရှုပေးကမ်းဖို့ ရာလာခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အကျွန်ုပ်၏ အတောင်တို့သည် ရွှေအစစ်တို့ဖြစ်ကြပါသည်။ ဇနီးနှင့် သမီးတို့ ချမ်းချမ်း သာသာ နေနိုင်ဖို့ရာ အတောင်တတောင်စီ ပေးခဲ့ပါမည်” ဟု ဆိုကာ ရွှေအတောင် တတောင်စီပေး၍ တောအရပ်သို့ ပျံသွားလေ၏။ ဤနည်းအတိုင်း အကြောင်းသင့်သောအခါ ရွှေဟင်္သာကြီးလာ၍ ရွှေအတောင်တတောင်စီ ပေး၍ပေး၍သွားလေ၏။ ဇနီးနှင့်သမီးတို့သည် ကြွယ်ဝချမ်းသာသွားကြလေ၏။

တနေ့သ၌ ဇနီးပုဏ္ဏားမကြီးသည် သမီးတို့ကိုခေါ်၍ တိုင်ပင်လေ၏။ “သမီးတို့—သင်တို့၏ ဖခင်သည် တိရစ္ဆာန် ဖြစ်သည်။ တိရစ္ဆာန်တို့၏စိတ်ကို သိဖို့ရာခဲယဉ်းသည်။ သင်တို့ဖခင် ရွှေဟင်္သာကြီးမလာသောအခါ အသက်မွေးမှု ခက်ကြလိမ့်မည်။ ဒီတခါ ရွှေဟင်္သာကြီး လာလျှင် အတောင်အားလုံး နှုတ်ယူကြစို့” ဟု တိုင်ပင်လေ၏။

သမီးသုံးယောက်တို့က “ဖခင် ရှေ့ဟသံသြကြီး ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်သွားပါမည်” ဟုဆိုကြကာ လက်မခံပဲ ပယ်ကြ၏။ မိခင် ပုဏ္ဏားမကြီးသည် အလိုကြီးသူဖြစ်၍ မရောင့်ရဲနိုင်သောကြောင့် တနေ့သ၌ ရှေ့ဟသံသြကြီး ရောက်လာသောအခါ သမီး များထံအရင်သွားလျှင် သူ၏အကြံအစည်များ ရှေ့ဟသံသြကြီး သိသွားမည်ကိုစိုးရိမ်၍ “ကျွန်မဆီအရင်လာပါဦး” ဟု ခေါ်ယူပြီး လျှင် လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် ရှေ့ဟသံသြကြီး၏ အတောင်များ အားလုံး ကို နှုတ်ယူလေ၏။

နှုတ်ယူလိုက်သော အတောင်အားလုံးတို့သည် အနိုင်အထက် နှိပ်စက်နှုတ်ယူတဲ့အတွက်ကြောင့် ဗျင်းတောင်နှင့်တူစွာ အဖြူ ချည်းသာဖြစ်ကြကုန်၏။ ဘုရားလောင်း ရှေ့ဟသံသြကြီးလည်း အတောင်ဖြင့်ပျံ၍ မရသောကြောင့် အိုးကြီးတခုထဲမှာ ထည့်၍ မွေးထားရလေ၏။ နောက်ထပ် ပေါက်လာသော အတောင်တို့ သည်လည်း အဖြူတောင်များသာ ဖြစ်ကြလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် ဤအတိတ်ဇာတ်ကြောင်းကို ထုတ် ဆောင်၍ ဟောကြားတော်မူပြီးလျှင် “ရဟန်းတို့-တုလ္လနန္ဒာသည် ယခု (ဘိက္ခုနီ) ရဟန်းမိန်းမဖြစ်သောအခါ၌သာ အလိုကြီး၍ မရောင့်ရဲနိုင်သည်မဟုတ်သေး၊ ရှေးဘဝများကလည်း အလိုကြီး ၍ မရောင့်ရဲနိုင်သောကြောင့် ရှေ့တို့မှ ဆုတ်ယုတ်ခဲ့ဘူးလေပြီ။ ယခုလည်းကြက်သွန်ဖြူစားခွင့်မှ ဆုတ်ယုတ် ကြရပေတော့မည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူပြီးလျှင် “အကြင်ရဟန်းမိန်းမသည် ကြက် သွန်ဖြူကိုစား၏။ ထိုရဟန်းမိန်းမသည် ပါစိတ်အာပတ်သင့်



စေ”ဟု တစ်သာသနာလုံး၌ ရှိကြသော ရဟန်းမိန်းမတို့သည် ကြက်သွန်ဖြူမစားရဟူ၍ အမိန့်ထုတ်ကာ သိက္ခာပုဒ် ပညတ်တော်မူလိုက်၏။ ရရသမျှဖြင့် မရောင့်ရဲနိုင်သော ထုလ္လနန္ဒာဘိက္ခုနီမကိုအကြောင်းပြု၍ တစ်သာသနာလုံး ကြက်သွန်ဖြူမစားရခြင်းမှ ဆုတ်ယုတ်သွားကြ၏။

ဇာတ်ကိုပေါင်းသည်ရှိသော် ယခုအခါ ထုလ္လနန္ဒာသည် ထိုအခါ ပုဏ္ဏားမဖြစ်ဘူးပြီ၊ ယခုအခါ ညီအစ်မ သုံးယောက်တို့သည် ထိုအခါသမီးသုံးယောက်ဖြစ်ဘူးကြပြီ၊ ယခုအခါ ငါတရားသည် ထိုအခါ ရှေ့ဟင်္သာဖြစ်ဘူးပြီဟူ၍ ဇာတ်တော်ကိုပေါင်း၍ပြတော်မူ၏။

၃။ အပေါင်းအဖော်များနှင့် ရောနှောခြင်းမရှိ ခွဲခွာ၍ နေခြင်းနှင့် စပ်သောစကားဟူသည် မင်္ဂလေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟူသော လောကုတ္တရာတရား ကိုးပါးအပေါင်းသည် သားသမီး ဆွေမျိုး မိတ်သင်္ဂဟ အပေါင်း အဖော်များနှင့် စားကာသောက်ကာ ပျော်ရွှင်စွာ ရောနှော၍နေတတ်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုး မဟုတ်ပေ။ သားသမီး ဆွေမျိုးမိတ်သင်္ဂဟ အပေါင်းအဖော်များနှင့် ရောနှောခြင်း မရှိ ခွဲခွာ၍ တရားကို အချိန်ရသမျှ အားထုတ်နေတတ်သောပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုး ဖြစ်ပေသည် စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသော စကားမျိုးဖြစ်ပါသည်။

### အပေါင်းအဖော် ၂-မျိုး

အပေါင်းအဖော်သည် အတွင်း အပ အားဖြင့် နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ သားသမီး ဆွေမျိုး မိတ်သင်္ဂဟစသော အပြင်ပအပေါင်း

အဖော်နှင့် မိမိ၏ အတွင်းသန္တာန်၌ ရှိသော သာယာနှစ်သက် တပ်မက်တတ်သော တဏှာအပေါင်းအဖော်ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါ သည်။

အချို့သောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သားသမီး ဆွေမျိုး မိတ်သင်္ဂဟ စသော အပေါင်းအဖော်များနှင့် ရောနှောခြင်းမရှိ ခဲ့ဘဲ၍ပင် နေပါသော်လည်း မိမိ၏ အတွင်းသန္တာန်၌ရှိသော သာယာနှစ် သက်တပ်မက်သော တဏှာတည်းဟူသော အပေါင်းအဖော်နှင့် ပျော်မွေ့ နေတတ်၏။

လွန်ခဲ့ပြီးသော(အတိတ်) ငယ်ရွယ်စဉ်အခါက တွေ့ကြုံခံစား ခဲ့ဘူးသော သာယာနှစ်သက် တပ်မက်ဖွယ်များကို ပြန်လည်၍ သာယာနှစ်သက်နေကြကုန်၏။ နောင်အချိန်အခါမှာ တွေ့ကြုံ ရမည့်သာယာနှစ်သက်ဖွယ်များကို မျှော်မှန်း၍ သာယာနှစ်သက် နေတတ်ကြကုန်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတို့သည် တဏှာတည်း ဟူသော အပေါင်းအဖော်နှင့် ပေါင်းသင်းပျော်မွေ့နေသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ မည်ကုန်၏။ တရားထူးတရားမြတ် မရထိုက်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ပင် ဖြစ်၏။

၄။ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ ချဉ်းကပ်၍ နေခြင်းနှင့် စပ်သော စကားဟူသည် မင်္ဂလေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟူသော လော ကုတ္တရာတရားကိုးပါးအပေါင်းသည် လူသူများ၍ တီးသံ မှုတ်သံ တေးသီချင်းဆိုသံစသော အသံအမျိုးမျိုးတို့ဖြင့် ဆူညံနေသော အရပ်ဒေသတို့၌ ပျော်မွေ့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ရရှိနိုင်သောတရားမျိုး

မဟုတ်ပေ။ လူသူနည်း၍ အသံတိတ်ဆိတ်သော အရပ်ဒေသတို့၌ တရားအလုပ်ဖြင့် ပျော်မွေ့နေသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးဖြစ်ပေသည် စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသော စကားမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

### ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း ၃-မျိုး

အပေါင်းအဖော်များနှင့် ခွဲခွာ၍ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ တယောက်တည်း တရားအလုပ်ဖြင့် နေတတ်ခြင်းတည်း ဟူသော (ကာယဝိဝေက) ကိုယ်ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း၊ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်၍ သမာပတ်ရှစ်ပါးကို ဖြစ်စေခြင်းတည်း ဟူသော (စိတ္တဝိဝေက) စိတ်ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း၊ စျာန်သမာပတ်ကို အခြေခံထား၍ သင်္ခါရတရားတို့ကို ဝိပဿနာရှုမှတ် ပွားများခြင်းဖြင့် ပဋိသမ္ဘိဒါနှင့်တကွ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်ခြင်းတည်းဟူသော (ဥပဓိဝိဝေက) အလုံးစုံသော အခြင်းအရာဖြင့် ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း ဟူ၍ ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း သုံးမျိုးရှိပါသည်။

သမထ မပါ ဝိပဿနာသက်သက်သာ အားထုတ်သော ဝိပဿနာယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ အပေါင်းအဖော်နှင့်ခွဲခွာ၍ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ တယောက်တည်း အားထုတ်၍ နေခြင်းသည် (ကာယဝိဝေက) ကိုယ်ဆိတ်ငြိမ်ခြင်းမည်၏။ ရှုမှတ်မှု အကြား အကြားတို့၌ အာရုံတပါးသို့ စိတ်ထွက်သွားမှု၊ စိတ်ကူးကြံစည်မှုမရှိပါပဲ မှတ်စိတ်ချည်းသာ သန့်ရှင်းကြည်လင်စွာဖြစ်နေခြင်းသည် (စိတ္တဝိဝေက) စိတ်ဆိတ်ငြိမ်ခြင်းမည်၏။ ဝိပဿနာဉာဏ်



အဆင့်ဆင့်တက်၍ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် နိဗ္ဗာန်သို့ ဆိုက်ရောက် သွားခြင်းသည် (ဥပဓိဝိဝေက) အလုံးစုံသော အခြင်းအရာဖြင့် ဆိတ်ငြိမ်ခြင်းမည်၏။

ဤဆိတ်ငြိမ်ခြင်း သုံးမျိုးတို့သည် တခုထက်တခု အစဉ်အ တိုင်းမြင့်တက်ကာ ချမ်းသာမှုကို ရရှိသွားကြပါသည်။ (ကာယ ဝိဝေက)ကိုယ်ဆိတ်ငြိမ်မှုရှိမှ(စိတ္တဝိဝေက)စိတ်ဆိတ်ငြိမ်မှုကိုလည်း ရရှိနိုင်ပါသည်။(စိတ္တဝိဝေက)စိတ် ဆိတ်ငြိမ်မှုရှိမှ(ဥပဓိဝိဝေက) အလုံးစုံသော အခြင်းအရာအားဖြင့် ဆိတ်ငြိမ်မှု မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာမှုကို ရရှိသွားနိုင်ကြပါသည်။

၅။ အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် လုံ့လစိုက်၍ အားထုတ်ခြင်းနှင့် စပ်သောစကားဟူသည် မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟူ သော လောကုတ္တရာတရားကိုးပါး အပေါင်းသည် အားမထုတ် ပါပဲ ပျင်းရိနေသောပုဂ္ဂိုလ်တို့ ရရှိနိုင်သောတရားမျိုးမဟုတ်ပေ။ ရည်မှန်းထားသော တရားထူးတရားမြတ်များမရမခြင်း အကြိမ် ကြိမ် အဖန်ဖန် လုံ့လစိုက်၍ အားထုတ်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ ရရှိနိုင်သောတရားမျိုးဖြစ်သည် စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသောစကား မျိုးဖြစ်ပါသည်။

### လုံ့လဝီရိယ ၂-မျိုး

မိမိသန္တာန်၌ ဖြစ်ပေါ်ပြီး၊ ဖြစ်ပေါ်ဆဲ၊ ဖြစ်ပေါ်လတ်၊ အကုသိုလ်တရားတို့ကို ပယ်နိုင်ဖို့ရာနှင့် မိမိသန္တာန်၌ ကုသိုလ် တရားတို့ ဖြစ်ပေါ်လာဖို့ရာ တိုးတက်ပြည့်စုံလာဖို့ရာ အကြိမ်ကြိမ်

အဖန်ဖန် လုံ့လစိုက်၍ အားထုတ်ခြင်းကို သမ္မာဝါယမလို့လဲ  
ခေါ်ဆိုရပါသည်။ ဝီရိယလို့လဲခေါ်ဆိုရပါသည်။ ထိုဝီရိယသည်  
“ကိုယ်၌ဖြစ်သော လုံ့လဝီရိယ၊ စိတ်၌ဖြစ်သော လုံ့လဝီရိယ”  
ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

တရားအားထုတ်ခြင်း စသော ကောင်းရာဘက်၌ ကိုယ်  
အမှုအရာများ ဖြစ်မြဲတိုင်း တည်နေရာအောင် ကြောင့်ကြစိုက်  
ခြင်းသည် (ကာယိက ဝီရိယ)ကိုယ်၌ဖြစ်သော လုံ့လဝီရိယ  
မည်ပါသည်။ ရှုမှတ်ဖွယ်ရာ အာရုံ အမျိုးမျိုးတို့ကို ရှုမှတ်နိုင်ဖို့ရာ  
ကြောင့်ကြစိုက်ခြင်းသည် (စေတသိက ဝီရိယ)စိတ်၌ ဖြစ်သော  
လုံ့လဝီရိယ မည်ပါသည်။ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်သော  
အခါ ဤဝီရိယနှစ်မျိုးလုံးနှင့် အညီအမျှ ကြောင့်ကြစိုက်မှ  
တရားသဘောများကို တွေ့မြင်သွားနိုင်ပါသည်။

တနာရီအတွင်းမှာ ခန္ဓာကိုယ်ကိုလည်း မလှုပ်မရှား စိတ်ကို  
လည်း ဘယ်အာရုံကိုမျှ မထွက်သွားရအောင် တရားထိုင်မှတ်  
သောအခါ ခါး-ခေါင်း စသော ခန္ဓာကိုယ် တည့်တည့်မတ်မတ်  
တည်နေအောင် ကြောင့်ကြ စိုက်ထားခြင်းသည် (ကာယိက  
ဝီရိယ) ကိုယ်၌ဖြစ်သော လုံ့လဝီရိယမည်၏။

ဝမ်းဗိုက် ဖောင်းတာ၊ ပိန်တာ၊ နာတာ၊ ကျင်တာ၊ ပြင်ပအာ  
ရုံသို့ စိတ်ထွက်သွားတာ စသော ပေါ်ရာပေါ်ရာ အာရုံတို့ကို  
မှတ်နိုင်ရအောင် ကြောင့်ကြစိုက်ခြင်းသည်(စေတသိက ဝီရိယ)  
စိတ်၌ဖြစ်သော လုံ့လဝီရိယမည်၏။ ထိုဝီရိယ နှစ်မျိုးဖြင့်  
ကြောင့်ကြစိုက်၍ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ရပါသည်။

၇။ သီလနှင့်စပ်သော စကားဟူသည် သီလသည် စိတ် တည်ငြိမ်မှု သမာဓိကို ဖြစ်စေတတ်၏။ သမာဓိသည် ဝိပဿနာ ပညာ၊ မဂ်ပညာ၊ ဖိုလ်ပညာတို့ကို ဖြစ်စေတတ်၏။ သို့ဖြစ်၍ သီလသည် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရဖို့ရာ အရင်းခံ အကြောင်းဖြစ်၏။ ထို့ပြင် သီလရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အကျိုးငါးမျိုးကို ခံစား ရရှိကြကုန်၏။ သီလမရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အပြစ်ဒဏ်ငါးမျိုး တို့ကို ခံကြရကုန်၏ စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသော စကားမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

သီလအကျိုး ၅-ပါး

သီလရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်—

၁။ ပစ္စည်းဥစ္စာ ရလွယ် ပေါများခြင်း၊

၂။ ကောင်းသော ဂုဏ်သတင်းတို့ဖြင့် ကျော်စော ထင်ရှားခြင်း၊

၃။ ပရိသတ် အမျိုးမျိုးသို့ ချဉ်းကပ်ဝင်ရောက် ဆက်ဆံ ရသောအခါ မျက်နှာမငယ် ဝမ်းမြောက်စွာ ချဉ်းကပ် ဝင်ရောက်နိုင်ခြင်း၊

၄။ သေခါနီး ကာလ၌ ကောင်းသောအခွံတို့ကို တွေ့မြင်ရ၍ မတွေ့မဝေ သေရခြင်း၊

၅။ မတွေ့မဝေ သေရခြင်းကြောင့် စည်းစိမ် ချမ်းသာ ပြည့်ဝသော နတ်ပြည် ဘုံဘဝသို့ ရောက်ရခြင်း၊ ဤ အကျိုး ငါးမျိုးတို့ကို ခံစားရရှိကြပါသည်။



ဆောင်ပုဒ်—ပစ္စည်းရလွယ်၊ ဂုဏ်ကောင်းကြွယ်၍၊ မငယ်  
 မျက်နှာ၊ မတွေ့ကာသေ၊ ရောက်လေနတ်ရွာ၊  
 ဤငါးဖြာ၊ မှန်စွာသီလ အကျိုးတည်း။

သီလ မရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်—

၁။ ပစ္စည်းဥစ္စာ ရခဲ ရှားပါးခြင်း၊

၂။ မကောင်းသော ဂုဏ်သတင်းတို့ဖြင့် ကျော်ကြားခြင်း၊

၃။ ပရိသတ် အများအပြားရှိရာသို့ ချဉ်းကပ်သော အခါ  
 ကြောက်ရွံ့၍ မျက်နှာငယ်ကာ ချဉ်းကပ်ရခြင်း၊

၄။ သေခါနီးကာလ၌ မကောင်းသော အာရုံတို့ကို တွေ့  
 မြင်ရ၍ တွေ့တွေ့ ဝေဝေ သေရခြင်း၊

၅။ တွေ့တွေ့ဝေဝေ သေရသောကြောင့် အပါယ်ငရဲသို့  
 ရောက်ရခြင်း၊ ဤအပြစ်ဒဏ် ငါးမျိုးခံကြရပါသည်။

၇။ သမာဓိနှင့်စပ်သော စကားဟူသည် မင်္ဂလေးတန် ဖိုလ်  
 လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟူသော လောကုတ္တရာတရားကိုးပါးအပေါင်း  
 သည် စိတ် မတည်မငြိမ် စိတ် ပျော့ညံ့ စိတ် ပျံ့လွင့်နေသော  
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးမဟုတ်ပေ၊ စိတ်ခိုင်ခန့် စိတ်  
 တည်ငြိမ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးဖြစ်သည်  
 စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသော စကားမျိုးဖြစ်ပါသည်။

သမထမှစ၍ တရားအားထုတ်သော (သမထ ယာနိက)  
 ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စျာန်၏အနီး၌ဖြစ်သော ဥပစာ သမာဓိနှင့်

ဈာန်၌ဖြစ်သော အပ္ပနာသမာဓိဖြစ်အောင် အားထုတ် ကြရပါသည်။ ဝိပဿနာမှစ၍ တရားအားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဝိပဿနာစိတ်ကို ပေါ်ရာပေါ်ရာ ရုပ်နာမ်အာရုံတို့၌ ပေါ်သော အခိုက်အတန့်မှာ တည်တည်သွားအောင် ထားပေးတတ်သော ခဏိက သမာဓိဖြစ်အောင် အားထုတ်ကြရပါသည်။

ယခုခေတ်အခါ၌ သမထမှစ၍ မဂ်ဖိုလ်ရောက်အောင် အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အလွန်နည်းကြပါသည်။ ဝိပဿနာမှစ၍ မဂ်ဖိုရ်အောင် အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ များကြပါသည်။ ဝိပဿနာမှစ၍ အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရုပ်နာမ်အာရုံတို့ ပေါ်ခိုက်ပေါ်ခိုက်မှာ မလွတ်တန်းမှတ်စိတ် တည်တည်သွားသော ခဏိက သမာဓိဖြစ်အောင် ကျိုးစားအားထုတ်ကြရပါသည်။ ခဏိကသမာဓိ ဖြစ်လာသောအခါ ရုပ်တရားနာမ်တရားတို့၏ သဘောမှစ၍ တရားတွေ့မြင် သွားကြရပါသည်။

ဂ။ ပညာနှင့်စပ်သော စကားဟူသည် မဂ်လေးတန် ဖိုလ်လေးတန် နိဗ္ဗာန်ဟူသော လောကုတ္တရာတရားကိုးပါး အပေါင်းသည် ပညာဉာဏ်နည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးမဟုတ်ပေ။ ပညာဉာဏ်နှင့်ပြည့်စုံသောပုဂ္ဂိုလ်၊ ပညာဉာဏ်ကြီးသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ ရရှိနိုင်သော တရားမျိုးဖြစ်သည် စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသော စကားမျိုးဖြစ်ပါသည်။

“ကံနှင့်ကံ၏အကျိုး ကေန်ရှိသည်”ဟု ယုံကြည်၍ ကံသာလျှင် မိမိ၏ ဥစ္စာရှိသည် အဖြစ်ကိုသိသော ကမ္မသကတာဉာဏ်နှင့်

ပြည့်စုံသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကံ၏ အစွမ်းသတ္တိကြောင့် မိမိတို့ သည် ဘဝများစွာတို့၌ အပါယ်ငရဲ၌ ဖြစ်ရခြင်း၊ အထူးထူး အပြားပြားသော အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်း စသော အကျိုးမဲ့ များစွာ ဖြစ်ကြရကုန်၏ ဟု သိကြသည် ဖြစ်၍ ကံကုန် ခြင်းကို ပြုတတ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ကို ရရှိဖို့ရာ တောင့်တကြ ကုန်၏။ ကံကုန်ခြင်းကို ပြုတတ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ကို ရရှိဖို့ရာ တရားကို ကျိုးစားအားထုတ်ကြကုန်၏။

နည်းလမ်းမှန်ကန်စွာ ဝိပဿနာတရားကို ကျိုးစားအား ထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရုပ်တရား နာမ်တရားတို့၏ ဖြစ်မှု ပျက်မှုကို ဝိပဿနာ ဉာဏ်ပညာဖြင့် ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့မြင် ကြပါလျှင် ဤဘဝမှပင် ကံကုန်ခြင်းကို ပြုတတ်သော မဂ် ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ကို ရရှိသွားနိုင်ကြပါသည်။

၉။ ဝိမုတ္တိ-ဖိုလ်-နိဗ္ဗာန်နှင့်စပ်သော စကားဟူသည် မဂ် စိတ်ဖြစ်ပြီးလျှင် အခြားမရှိပါပဲ ဖိုလ်စိတ်သည် နှစ်ကြိမ်-သုံး ကြိမ်ဖြစ်၏။ ဖလသမာပတ် ဝင်စားသောအခါ ဖိုလ်စိတ်သည် အကြိမ်ပေါင်းများစွာဖြစ်၏။ နိဗ္ဗာန်သည် သဉ္စပါဒိသေသနိဗ္ဗာန် အနုပါဒိသေသနိဗ္ဗာန်ဟူ၍ ၂-မျိုးရှိပါသည်။ ထို ၂ မျိုးတို့တွင် ပရိနိဗ္ဗာန်မပြုမှီ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ သန္တာန်၌ ကိလေသာတို့ လုံးဝ မဖြစ်ပေါ်နိုင်သော အားဖြင့် ငြိမ်းခြင်းသည် သဉ္စပါဒိသေသ နိဗ္ဗာန်မည်၏။ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ပရိနိဗ္ဗာန် စံဝင်တော်မူ သည်မှ နောက်ကာလ၌ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့၏ မဖြစ်ပေါ်လာ



စော့ပဲ လုံးဝငြိမ်းခြင်းသည် အနုပါဒီသေသ နိဗ္ဗာန် မည်၏ စသည်ဖြင့် ပြောဆိုသော စကားမျိုးဖြစ်ပါသည်။

၁၀။ ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿနဟုဆိုအပ်သော ပေစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ် နှင့်စပ်သောစကားဟူသည် နာမရူပ ပရိစ္ဆေဒ ဉာဏ်မှစ၍ သင်္ခါ ရူပေက္ခာဉာဏ်တိုင်အောင် ဝိပဿနာကို ရှုမှတ် ပွားများခဲ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် သင်္ခါရူပေက္ခာဉာဏ်အားရှိ ပြည့်စုံလာသော အခါ မှတ်စရာ ရုပ်နာမ်အာရုံနှင့် မှတ်သိစိတ်တို့ ချုပ်ပြတ်ရာ အငြိမ်းဓာတ်(နိဗ္ဗာန်)သို့ရောက်သွား၏။

ဤကဲ့သို့ အငြိမ်းဓာတ်သို့ ရောက်သွားခြင်းသည် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ပဲ၊ အငြိမ်းဓာတ်သည် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာပဲ၊ မိမိသန္တာန်၌ အပါယ်ကျစေနိုင်သော ကိလေသာ အညစ်အကြေးများ ကုန် သွားပေပြီစသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်သော ဉာဏ်သည် ပေစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏ်မည်၏။ ဤပေစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်နှင့် စပ်သော စကားမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

### အတူနေသင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့နှင့် စိတ်သဘောချင်း မတူသော ယောဂီများနှင့် အတူ မနေပါပဲ မိမိတို့နှင့် စိတ်သဘောချင်းတူသော ယောဂီများနှင့် သာ အတူတကွနေထိုင်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ် ကုန်ရာ၏။ အထူးသဖြင့်....အမှတ်စိတ်စိတ် မှတ်တတ်သော ယောဂီများနှင့် အတူတကွနေ၍ အားထုတ်ကုန်ရာ၏။ ဤကဲ့သို့ စိတ်သဘောချင်း

လည်းတူ အမှတ်လည်း စိတ်စိတ်မှတ်တတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်  
များနှင့် အတူတကွနေခြင်းသည် ဣန္ဒြေထက်ကြောင်း တရား  
တက်ကြောင်း ဖြစ်၏။

စိတ်သဘောချင်း မတူသော သူနှင့် အတူတကွ နေရသော  
ယောဂီသည် စိတ်မချမ်းသာသဖြင့် စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ  
မဖြစ်ပါပဲ ဒေါမနဿသာ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ သမာဓိ မဖြစ်  
သောကြောင့် ဝိပဿနာဉာဏ်လည်းမဖြစ်၍ တရားမတွေ့ တရား  
မတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ စိတ်သဘောချင်းတူသော ယောဂီ  
နှင့် အတူတကွ နေရသောသူသည် စိတ်ချမ်းသာ၍ မကြာခဏ  
(စိတ်တည်ငြိမ်မှု) သမာဓိ ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။ သမာဓိဖြစ်ခြင်း  
ကြောင့် မကြာခဏ ဝိပဿနာဉာဏ်လည်း ဖြစ်လာ၍ တရား  
တွေ့မြင်သွားတတ်ပါသည်။ တရားတက် သွားတတ်ပါသည်။

### မှီဝဲသင့်သော ဘောဇဉ်

ကမ္မဋ္ဌာန်း တရားအားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်  
မိမိတို့နှင့် မသင့်သော စားဖွယ်သောက်ဖွယ်(ဘောဇဉ်) များကို  
ရှောင်ကျဉ်၍ မိမိတို့နှင့် သင့်လျော်သော စားဖွယ်သောက်ဖွယ်  
(ဘောဇဉ်)များကို သင့်လျော်ရုံသာ မှီဝဲသုံးဆောင်ကုန်ရာ၏။

မသင့်လျော်သော စားဖွယ်သောက်ဖွယ် (ဘောဇဉ်) များကို  
စားသောက်မိပါက လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်း ဆီး၊ဝမ်း မမှန်ခြင်း  
များဖြစ်ပေါ်လာ၍ တရားလည်း မှတ်လို့မကောင်း၊ တရားလည်း  
မတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ သင့်လျော်သော စားဖွယ်သောက်

ဖွယ်(ဘောဇဉ်) များကို သင့်လျော်ရုံသာ စားသောက် ပါက (သွား-ရပ်-ထိုင်-လျောင်း) ဣရိယာပုထ် လေးပါးလုံးတို့၌ ပေါ့ပေါ့ ပါးပါး ဖြစ်၍ တရားမှတ်လို့ ကောင်းသောကြောင့် ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း ဖြစ်ပါသည်။

သင့်လျော်သော စားဖွယ် သောက်ဖွယ်များကို သုံးဆောင် စားသောက်သော အခါမှာလည်း သင့်တော်ရုံ မျှတရုံသာ သုံးဆောင်မှီဝဲ စားသောက်ရပါသည်။ စားနိုင်သမျှ အဝ ဝမ်းဗိုက် တောင့်တင်း နေလောက်အောင် စားသောက်မိပါက လေးလံ ထိုင်းမှိုင်းပြီး တရားမှတ်လို့ မကောင်းပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ တရားသဘောများ မတွေ့မြင်နိုင်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ အစား ကြီးလျှင် တရားမတွေ့နိုင်တဲ့ အကြောင်းကို ပဿနဒီကော သလမင်းကြီးအား မြတ်စွာဘုရား ဟောကြား တော်မူခဲ့ပါသည်။

### အစားကြီးက ဆင်းရဲရ

တချိန်သော အခါ မြတ်စွာ ဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးတော်မူ၏။ ထိုအခါ တနေ့သ၌ ပဿနဒီ ကောသလမင်းကြီးသည် နံနက်စာအတွက် ဆန်တစ်ချက်နှင့် တွဲဖက်စားသောက်ဖွယ် ဟင်းများကို စားသောက်ပြီးလျှင် ထမင်းအစား များခြင်းကြောင့် ဖြစ်သော လေးလံ ပင်ပန်းခြင်းကို လည်းလျောင်း အနားယူကာ မပယ် ဖျောက်ရသေးပါပဲ မြတ်စွာဘုရားကို သတိရသဖြင့် (ထမင်းစား

ဣန္ဒြေစွမ်းအင်-၇



ပြီးတာနှင့် ချက်ချင်း) မြတ်စွာဘုရား ရှိတော်မူရာ ဇေတဝန်  
ကျောင်းတော်သို့ ထွက်လာခဲ့၏။ မြတ်စွာဘုရားထံ ရောက်သော  
အခါ ရှိခိုးဦးချ၍ မြတ်စွာဘုရား အနီးအနား သင့်လျော်ရာမှာ  
ထိုင်နေလေ၏။

ထိုသို့ နေထိုင်သောအခါ ထမင်းအစား များခြင်းကြောင့်  
ဖြစ်သော လေးလံထိုင်းမှိုင်း ငိုက်မည်းခြင်းက အလွန်နှိပ်စက်  
သဖြင့် မြတ်စွာဘုရားရှေ့မှောက်၌ အလွန်ပင်ပန်းစွာ ထိုင်နေရ  
လေ၏။ မြတ်စွာဘုရား ရှေ့မှောက်၌ လည်းလျောင်းအိပ်ချလို့  
လည်းမသင့်တော်သဖြင့် ယိမ်းယိုင်၍ လဲမကျသွားရအောင်  
ချုပ်တည်းထားရသောကြောင့် ချွေးလုံး ချွေးပေါက်ကြီးများ  
ထွက်ကျလာ၍ ပင်ပန်းကြီးစွာ ထိုင်နေရ၏။ ထိုသို့ပင်ပန်းကြီးစွာ  
ပသေ့နဒီ ကောသလမင်းကြီး ထိုင်နေရခြင်းကို မြင်ကြသော  
အလုပ်အကျွေးတို့သည် ဘေးနှစ်ဖက်မှ ယပ်လေခပ်ပေးနေကြ  
ရကုန်၏။

ထိုသို့ပင်ပန်းကြီးစွာ ငိုက်မည်းခြင်း၊ လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်း  
ဒဏ်ကိုခံနေရသော ပသေ့နဒီ ကောသလမင်းကြီးကို မြတ်စွာ  
ဘုရား မြင်တော်မူ၍ “ကောသလမင်းကြီး အလွန်ပင်ပန်းနေ  
သလား၊ ပင်ပန်းမှုမဖြေဖျောက်ခဲ့ဘူးလား?” ဟု မေးတော်မူလိုက်  
ရာ “မှန်လှပါ၊ မြတ်စွာဘုရား... ထမင်းစားပြီးကာစ အချိန်၌ ဤ  
ကဲ့သို့ပင် တပည့်တော်မှာ အလွန်ပင်ပန်း ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်ရပါ  
သည် ဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက ပြန်၍ မိန့်ကြားတော်မူသည်မှာ “ကောသလမင်းကြီး အစားကြီးသောသူသည် ဤကဲ့သို့ပင် အလွန်ပင်ပန်း ဆင်းရဲစွာနေရ၏။ ဘဝသံသရာမှာ အဖန်ဖန်ဖြစ်ရခြင်း အိုရခြင်း နာရခြင်း သေရခြင်း စသော ဆင်းရဲဒုက္ခအမျိုးမျိုးတို့မှလဲ မလွတ်နိုင်သည်သာတည်း” ဟု မိန့်ကြားတော် မူပြီးလျှင် အောက်ပါ ဂါထာကို ဟောကြားတော်မူ၏။

မိဒ္ဓိ ယဒါဟောတိ မဟဉ္စသောစ၊  
နိဒ္ဓါ ယိတာ သမ္ပရိ ဝတ္ထာသာယီ၊  
မဟာဝရာ ဟောဝ နိဝါပပုဋ္ဌော၊  
ပုနပ္ပုနံဂဗ္ဘ မုပေတိ မန္တော။

(ဓမ္မပဒဂါထာ-၃၂၄)

ယဒါ-အကြင်အခါ၌၊ ပုရိသော-ယောက်ျားသည်၊ မိဒ္ဓိစ-ထိနမိဒ္ဓ နှိပ်စက်အပ်သည်လည်း၊ ဟောတိ-ဖြစ်ငြားအံ့၊ မဟဉ္စသောစ- အစားကြီးသူ ငါးယောက်တို့တွင် တယောက်ယောက်ကဲ့သို့ များစွာစားသည်လည်း၊ ဟောတိ-ဖြစ်ငြားအံ့၊ နိဝါပပုဋ္ဌော-အစားကျွေး၍ မွေးထားအပ်သော၊ မဟာဝရာဟောဝ-အိမ်ဝက်ကြီးကဲ့သို့၊ နိဒ္ဓါယီ-အိပ်လေ့ရှိ၏၊ သမ္ပရိဝတ္ထာသာယီ-တပြောင်းပြန်ပြန် လူးလည်းကာ အိပ်လေ့ရှိ၏၊ တဒါ-ထိုအခါ၌၊ အမနသိကာရာ-နှလုံးသွင်းခြင်းမရှိသောကြောင့်၊ မန္တော-ပညာနည်းသောသူသည်၊ ပုနပ္ပုနံ-အဖန်တလဲလဲ၊ ဂဗ္ဘ-အမိဝမ်းတိုက်သို့၊ ဥပေတိ-ကပ်ရောက်ရ၏။

အစားကြီးသောသူသည် ငိုက်မျည်းခြင်း(ထိနမိဒ္ဓ) နှိပ်စက်သည်ဖြစ်၍ အိမ်မှာ အစာဝအောင်ကျွေး၍ မွေးထားသဖြင့်

အလွန်ဝပြုံးသော ဝက်ကြီးကဲ့သို့ အိပ်ယာထဲမှာ တပြောင်း  
ပြန်ပြန် လူးလိမ့်၍ အိပ်နေရတတ်၏။

ငိုက်မျည်းခြင်း (ထိနမိဒ္ဓ) နှိပ်စက်ခြင်းကြောင့် ဉာဏ်ပညာ  
နဲ့ နှေး၏။ ဉာဏ်ပညာ နဲ့ နှေးခြင်းကြောင့် အနိစ္စ-ဒုက္ခ အနတ္တ  
လက္ခဏာတို့ကို ထင်မြင်အောင် မရှုမှတ် မပွားများနိုင်၊ မရှုမှတ်  
မပွားများနိုင်ခြင်းကြောင့် ဘဝသစ်၌ အဖန်ဖန်ဖြစ်ရ၏။ အိုရခြင်း  
နာရခြင်း-သေရခြင်းစသော ဆင်းရဲအမျိုးမျိုးတို့လည်း အဖန်ဖန်  
ဖြစ်ရ၏ ဟု ဟောကြားတော်မူ၏။

ဆောင်ပုဒ်....စားကြီးသူဟာ၊ ဝက်ပမာ၊ လူးကာနေရသည်။  
လက္ခဏာသုံးပါး၊ ပေါ်ထင်ရှား၊ မပွားနိုင်တော့ပြီ။  
မပွားနိုင်က- ဝဋ်ဒုက္ခ၊ ဖြစ်ရအလီလီ။

### အစားကြီးသူ ၅-ယောက်

- ၁။ စားပြီးသောခါ ထိုင်ရာမှ မထနိုင်တော့သဖြင့် လက်ကို  
ဆွဲကိုင်ပါဦးဟု ပြောရလောက်အောင် အစားကြီးသူ  
တယောက်၊
- ၂။ စားပြီးသောအခါ ပုဆိုးအဝတ် ကျွတ်ကျသွားပြီးလျှင်  
ပြန်၍ပင် မကောက်ချင်လောက်အောင် အစားကြီးသူ  
တယောက်၊
- ၃။ စားပြီးသောအခါ ထိုနေရာ၌ပင် တပြောင်းပြန်ပြန်  
လူးလိမ့်နေရလောက်အောင် အစားကြီးသူတယောက်၊



၄။ စားပြီးသောအခါ ခံတွင်း၌ ကျီးနှိုက်စား၍ ရလောက်  
အောင် အစားကြီးသူ ဟယောက်၊

၅။ စားသမျှ အန်ထွက် လောက်အောင် အစားကြီးသူ  
တယောက်၊

### အတိုင်း အရှည်သိက အကျိုးရ

ထိုသို့ အစားကြီးသူ၏ အပြစ်ကို ဟောကြားတော်မူပြီးလျှင်  
အတိုင်းအရှည်သိ၍ စားသောက် တတ်သောသူအား အကျိုး  
သုံးပါးရရှိပုံ အောက်ပါဂါထာကို ဟောကြားတော်မူပါသည်။

မနုဇဿ သဒါ သတိမတော၊  
မတ္တံ ဇာနတော လဒ္ဓဘောဇနေ၊  
တနုကဿ ဘဝန္တိ ဝေဒနာ၊  
သနိကံ ဇီရတိ အာယုပါလယံ။

(သံပါ-၁၊၈၂)

သဒါ- အခါခပ်သိမ်း၊ သတိမတော-သတိရှိသော၊ လဒ္ဓ  
ဘောဇနေ- လဒ္ဓဘောဇနဿ- ရအပ်သောဘောဇဉ်၏၊ မတ္တံ-  
အတိုင်းအရှည်ကို၊ ဇာနတော-သိသော၊ အဿမနုဇဿ- ထိုလူ  
ပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ဝေဒနာ- ဝေဒနာတို့သည်၊ တနုကာ- ပါးရှား  
ကုန်သည်၊ ဘဝန္တိ-ဖြစ်ကုန်၏။ သနိကံ-ဖြည်း-ဖြည်း။ ဇီရတိ-  
အို၏၊ အာယုပါလယံ-အသက်ကိုစောင့်ခြင်းသည်၊ အတ္ထိ- ရှိ၏၊

အရာရာ၌ အမှတ်သတိရှိခြင်း၊ မိမိရအပ်သော စားသောက်  
ဖွယ်၌ စားခြင်းအတိုင်းအရှည်ကိုသိခြင်း၊ ဤတရားနှစ်ပါးနှင့်  
ပြည့်စုံစောပုဂ္ဂိုလ်သည်-

၁။ ဧဝဒနာကင်းခြင်း၊

၂။ အရွယ်တင်ခြင်း၊

၃။ အသက်ရှည်ခြင်း၊ ဤအကျိုးသုံးပါးကို ရရှိပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်- တိုင်းရှည်သိကာ၊ စားသောက်တာ၊ သုံးဖြာကျိုး  
ရသည်။

ဧဒနာကင်း၊ ရွယ်တင်ခြင်း၊ မယွင်းသက်ရှည်  
သည်။

မြတ်စွာဘုရားသည် ဤဂါထာကို ဥတ္တရမည်သော လူငယ်ကို  
သင်ယူစေ၍ ကောသလမင်းကြီး ထမင်းပွဲတော်တည်၍ စား  
သောက်သောအခါ ရွတ်ဆိုပေးရန် မိန့်ကြားတော် မူလိုက်လေ  
၏။ ဥတ္တရမည်သောလူငယ်သည် မင်းကြီးထမင်းပွဲတော်တည်၍  
စားသောက်တိုင်း ရွတ်ဆိုပေးရာ မင်းကြီးသည် တဖြည်းဖြည်း  
လျှော့၍ စားသဖြင့် တစလယ်ချက် ထမင်းဖြင့်မျှတကာ ပေါ့ပါး  
ချမ်းသာစွာ နေထိုင် ရသောကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကို ကြည်  
လဲကြည်ညို အကျွမ်းဝင်ခြင်းလဲရှိသည်ဖြစ်၍ ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏  
အလှနှင့်မျှ မတူသော ကြီးကျယ် ခမ်းနားသော အလှကြီးကို  
ပေးလှလေ၏။

စားသောက်ရာဝယ် လိုက်နာဖွယ်

အမှန်တကယ် နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်လိုသော စိတ်ဆန္ဒရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အစာအာဟာရ မှီဝဲသုံးဆောင်သောအခါ- သုံးဆောင်မှီဝဲရမည့် (ပမာဏ) အတိုင်းအရှည်ကိုသိဖို့ရာ အောက်ပါ ဂါထာကို အရှင်သာရိပုတ္တရာ မိန့်ကြားညွှန်ပြ ပေးထားခဲ့ပါသည်။

စတ္တာရော ပဉ္စအာလောပေ၊ အဘုတော ဥဒကံ ပိဝေ။  
အလံ ဖာသုဝိဟာရာယ၊ ပဟိတတ္တဿ ဘိက္ခုနော။

(ဝိသုဒ္ဓိမဂ် ၁၊ ၃၂)

ပဟိတတ္တဿ- နိဗ္ဗာန်သို့ စေလွှတ်အပ်သော စိတ်ရှိသော၊ ဘိက္ခုနော- သံသရာဘေး လာမည့်ရေးကို မျှော်တွေးရှုစာတ် ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်အား၊ စတ္တာရော ပဉ္စအာလောပေ-လေးငါးလုပ်တို့ကို၊ အဘုတော - မစားမူ၍၊ ဥဒကံ- ရေကို၊ ပိဝေ သောက်ရ၏၊ ဧဝံ- ဤသို့လေးငါးလုပ်လျော့၍ ရေကိုသောက်သည်၊ သတိ-ရှိသော်၊ ဖာသုဝိဟာရာယ - ချမ်းသာစွာ နေရခြင်းငှာ၊ အလံ-စွမ်းနိုင်၏။

သံသရာ ဝဋ်ဆင်းရဲဘေးကို ကြောက်၍ နိဗ္ဗာန် အမြန်ရောက်လိုသောစိတ်ဆန္ဒရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆွမ်းခဲဖွယ် ဘောဇဉ်တို့ကို သုံးဆောင်သောအခါ ထမင်းလုပ်ကြီးကြီးစားတတ်သောပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်လျှင် လေးလုပ်၊ ထမင်းလုပ်သေးသေး စားတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လျှင် ငါးလုပ်လောက်လျော့၍ စားသောက် သုံး



ဆောင်ရပါသည်။ လေးလုပ် ငါးလုပ်လျော့ထားသည့် အစား ရေကိုသောက်၍ မျှတစေရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ လေးလုပ်ဖြစ်စေ၊ ငါးလုပ်ဖြစ်စေ၊ လျော့စား၍ မျှတအောင် ရေကိုသောက်ထားပါလျှင် သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်းဟူသော ဣရိယာပုထ် လေးပါးလုံးတို့၌ ပေါ့ပါး၍ ချမ်းချမ်းသာသာ တရားအားထုတ်နိုင်ပါလိမ့်မည်။ ချမ်းချမ်းသာသာ အားထုတ် နိုင်သောကြောင့် ရည်မှန်းသည့် အတိုင်း နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသို့ ရောက်ရှိသွားနိုင်ပါသည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—စားနိုင်သည်မှ၊ ငါးလုပ်မျှ၊ လျော့ချ သုံးဆောင်ရာ။

လျော့သည့်အစား၊ ရေကိုကား၊ သောက်ထားမျှတစွာ။

ဣရိယာပထ၊ များသုခ၊ မုချရမည်သာ။

ပင်ကိုယ်က ကျန်းမာရေး မပြည့်စုံ၍ အစားနည်းသူ ဖြစ်ပါလျှင် မိမိစားနိုင်သည်မှ တလုပ်နှစ်လုပ် အနည်းငယ်မျှ ဖြစ်စေ၊ လျော့စား၍ ရေကိုမျှတအောင် သောက်ထားပါလျှင် သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း ဣရိယာပုထ်လေးပါးလုံး ပေါ့ပါး၍ တရားမှတ်လို့ ရွှေ့ကထက် ပိုကောင်းလာတတ်ပါသည်။

အစာကို အနည်းငယ် လျော့စားထားခြင်းကြောင့် အစာကြေလွယ်၍ ကျန်းမာရေးလဲ ရွှေ့ကထက် ပိုကောင်းလာတတ်ပါသည်။ အစာကို အနည်းငယ်လျော့စားခြင်းဖြင့် ကျန်းမာ

ရေးကောင်းမွန်တဲ့အကြောင်း ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ သမားတော်  
ကြီးများနှင့် အချို့သော ဆေးကျမ်းများမှာ ညွှန်ပြထား  
ပါသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်  
သင့်လျော်သော အစာအာဟာရကို မမှီဝဲ မသုံးဆောင်ရ၍  
အာဟာရ ချို့တဲ့နေကြပါလျှင် ဣန္ဒြေမထက်၍ တရားမတက်ပဲ  
ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ အချိန်ပြည့် တရားကို  
ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်နေကြသော ယောဂီများ အတွက်  
သင့်လျော် ကောင်းမွန်သော ဆွမ်းဘောဇဉ် အာဟာရတို့ကို  
အထူးစီမံ၍ ကျွေးမွေးလှူဒါန်းသင့်ပါသည်။

မြတ်စွာဘုရားလက်ထက်တော် အခါကလည်း ဆွမ်းစသော  
အာဟာရမပြည့်စုံ၍ တရားမရသည်ကို သိသဖြင့် ဆွမ်းစသော  
အာဟာရများ ပြည့်စုံအောင် စီမံ၍ လှူဒါန်း ဆက်ကပ်သော  
အခါ တရားရသွားကြသော သာဓကဝတ္ထုများ ရှိခဲ့ပါသည်။

### အာဟာရပြည့်စုံမှ တရားရ

အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်  
ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံး နေထိုင်တော်မူ၏။ ထိုအခါ ရဟန်း  
တော် ခြောက်ဆယ်တို့သည် ဝါတွင်းအခါ တရားအားထုတ်  
ဖို့ရာ မြတ်စွာဘုရားထံ၌ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား (တောင်းကာ) သင်  
ယူကြပြီးလျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခြင်းငှာ သင့်လျော်  
သော ဆိတ်ငြိမ်ရာနေရာကို ရရှိရန်အတွက် (ဒေသစာရီ) အရပ်

ဒေသ လှည့်လည်ခရီးထွက်ကြရာ ကောသလတိုင်း၌ အိမ်ခြေ  
အတော်များသော မာတိကာ မည်သော တောင်ခြေရွာကြီး  
တရွာသို့ ရောက်သွားကြလေ၏။ ရွာကို အကြောင်းပြု၍ သူကြီး  
ကိုလည်း မာတိကာသူကြီး၊ သူကြီး၏မယ်တော်ကိုလည်း မာတိ  
ကာ မာတာလို့ ခေါ်ကြလေကုန်၏။

ရဟန်းတော် ခြောက်ဆယ်တို့သည် မာတိကာ ရွာတွင်းသို့  
ဆွမ်းခံကြွဝင်တော်မူကြရာတွင် မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်း  
တရား သင်ယူခဲ့ကြသော ရဟန်းတော်များ ဖြစ်သည်အား  
လျော်စွာ (စက္ခုန္ဒြေ) မျက်လွှာချကာ အမှတ်သတိဖြင့် ကြွတော်  
မူကြတာကို သူကြီးမယ်တော် မာတိကာမာတာ မြင်သောအခါ  
ကြည်ညိုလှသည်ဖြစ်၍ မိမိအိမ်သို့ပင့်ကာ ဆွမ်းဆက်ကပ် လှူဒါန်း  
လေ၏။

မာတိကာမာတာသည် ရဟန်းတော်များ ဆွမ်းဘုဉ်းပေး  
ပြီးသောအခါ “အရှင်ဘုရားတို့— ဘယ်အရပ်ဒေသသို့ ကြွကြ  
မှလဲဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။ “သင့်လျော်ရာ အရပ်  
ဒေသသို့ ကြွကြမည်ဖြစ်သည်” ဟု ရဟန်းတော်များက မိန့်ကြား  
သောအခါ “ဤရဟန်းတော်တို့သည် တရား အားထုတ်ဖို့ရာ  
ဆိတ်ငြိမ်ရာ နေရာကို ရှာနေကြသည်” ဟု ရဟန်းတော်များ၏  
အလိုဆန္ဒကို မာတိကာမာတာ သိသွားလေ၏။

“ဤကဲ့သို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ဖို့ရာ သင့်လျော်ရာ  
အရပ်ကို ကြွတော်မူကြမှာဖြစ်ပါလျှင် တပည့်တော်မ ကိုးကွယ်



သော ဤမာတိကာရှာကျောင်းမှာ သီတင်းသုံး ဝါဆိုတော် မူကြပါဘုရား၊ တပည့်တော်မအတွက်လဲ အရှင်ဘုရားတို့ထံမှာ သီလခံယူ ဆောက်တည်ရ၍ အကျိုးများပါမည်ဘုရား၊ အရှင် ဘုရားတို့အတွက်လဲ တပည့်တော်မ တတ်နိုင်သမျှ ဆွမ်းဘော ဇဉ်တို့ကို လှူဒါန်း ထောက်ပံ့ပါမည်ဘုရား”ဟု လျှောက်ထား လေ၏။

ရဟန်းတော် ခြောက်ဆယ်တို့သည် ဤဒကာမကြီး၏ ဆွမ်း အထောက်အပံ့ကို ရကြ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို ပေါက်ရောက် အောင် အားထုတ်ကြရပေလတုံ-ဟု နှလုံးသွင်း၍ ဆိတ်ဆိတ် နေကာ မာတိကာမာတာ ကိုးကွယ်သောကျောင်းမှာ သီတင်း သုံး ဝါဆိုဖို့ရာ လက်ခံတော်ကြပြီးလျှင် မာတိကာမာတာ ကိုး ကွယ်သော ကျောင်းသို့ကြ၍ သီတင်းသုံး နေထိုင်တော်မူကြ လေ၏။

ရဟန်းတော် ခြောက်ဆယ်တို့သည် အလေးပြုအပ်သော မြတ်စွာဘုရားထံမှ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို သင်ယူခဲ့ကြပြီးလျှင် တ ပေါင်းတည်းစုကာ ပေါ့ပေါ့တန်တန် နေဖို့ မသင့်တော်ကြကုန်၊ အသီးအသီး တပါးစီခွဲနေ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို အချိန်ပြည့် ကြိုးကြိုးစားစား အားထုတ်ကြမှ သင့်တော်ကြမည်၊ မကျန်း မာခြင်း အစရှိသော အကြောင်းထူးများရှိသော အခါမှသာ ခေါင်းလောင်းထိုးခေါ်၍ အချင်းချင်း တွေ့ဆုံကြပါစို့-ဟူ၍ ညှိနှိုင်းတိုင်ပင်ကာ (ကတိကဝတ်ပြု၍) အသီးသီး နေရာယူကာ တရားအားထုတ်နေကြလေကုန်၏။

တနေ့သောအခါ ညနေဖက်မှာ မာတိကာမာတာ ဆွမ်း  
ဒကာမကြီးသည် ရဟန်းတော်များ ညနေဖက်မှာ ဘုဉ်းပေး  
သုံးဆောင်ဖို့ရာ ထောပတ် တင်လဲစသည်တို့ကို ယူဆောင်၍  
နောက်လိုက် အဖော်များနှင့်တကွ ကျောင်းသို့ ထွက်လာခဲ့  
လေ၏။ ကျောင်းသို့ရောက်၍ ကျောင်းတွင်းမှာ ရဟန်းတော်များ  
ကို မတွေ့မြင် ရသောကြောင့် ရဟန်းတော်များ အရပ်တပါးသို့  
ကြွသွားကြကုန်ပြီလား? ဟု အထင်ရှိ၍ နောက်ပါ အဖော်တို့ကို  
မေးရာ “ရဟန်းတော်များ ရှိပါလိမ့်မည်၊ ခေါင်းလောင်း ထိုး  
ခေါက်လိုက်လျှင် ကြွလာကြပါလိမ့်မည်” ဟု ပြောဆိုကြသဖြင့်  
ခေါင်းလောင်းကို ထိုးခေါက်စေရာ ရဟန်းတော်များ တကွဲ  
တခြား တပါးစီတပါးစီ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ရာ နေရာ  
အသီးသီးမှ ကြွလာတော်မူကြလေ၏။

ကြွလာတော်မူကြပြီးလျှင် စည်းဝေးရာနေရာ၌ ထိုင်နေ  
တော်မူကြသောအခါ မာတိကာမာတာသည် ရဟန်းတော်များ  
စည်းဝေးရာအနီးသို့ ဝင်ရောက်၍ “အရှင်မြတ်တို့ဘုရား- အရှင်  
ဘုရားတို့သည် တပည့်တော်မအိမ်သို့ ကြွလာတော် မူကြသော  
အခါ တပေါင်းတည်း စီတန်း၍ ကြွလာတော်မူကြပါသည်။  
ယခု အရှင်ဘုရားတို့ ကြွလာတော်မူကြသည်မှာ တကွဲတခြားစီ  
ကြွလာတော် မူကြပါသည်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရားတို့ အချင်းချင်း  
မသင့်မတင့် ဖြစ်နေကြပါသလားဘုရား” ဟု လျှောက်ထား  
လေ၏။

“ဒကာမကြီး လျှောက်ထားတဲ့ အတိုင်း မသင့် မတင့်လို့  
မဟုတ်ပါ။ ရဟန်းတော်တို့သည် အသီးအသီး ဆိတ်ငြိမ်ရာ

နေရာကိုယူ၍ ရဟန်းတရားကို အားထုတ် နေကြသောကြောင့် တကွဲတခြား တပါးစီတပါးစီ ကြွလာကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်” ဟု မိန့်ကြားတော် မူကြလေကုန်၏။

မာတိကာမာတာသည် ပါရမီအခြေခံ ရင့်ကျက်နေသော ဒကာမကြီးဖြစ်သည့် အားလျော်စွာ ရဟန်းတရား အားထုတ် နေကြသည်ဟု ကြားတာနှင့် တရားအားထုတ်ချင်သော စိတ် ဆန္ဒများ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးလျှင် “အရှင်ဘုရားတို့- ရဟန်းတရား ဆိုသည်မှာ ရဟန်းတော်တို့သာ ကျင့်ကြံ အားထုတ်ကောင်းပါ သလား၊ တပည့်တော်တို့လို အမျိုးသမီးများ အားမထုတ်ရ ဟု တားမြစ်ချက်များ ရှိပါသလားဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

“အမျိုးသမီးများ အားမထုတ်ရ ဟု တားမြစ်ချက် မရှိပါ။ ရဟန်းတရားကို ဘယ်ပုဂ္ဂိုလ်မဆို အားထုတ်လို့ရပါသည်။ လှပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ရဟန်းပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အမျိုးသားပဲဖြစ်ဖြစ်၊ အမျိုးသမီးပဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ အားထုတ်လို့ရပါသည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူသည်ရှိသော် “ဤကဲ့သို့ အမျိုးသမီးများလည်း အားထုတ်လို့ရပါလျှင် တပည့် တော်မကိုလည်း အရှင်ဘုရားတို့ အားထုတ်သော ရဟန်းတရား သင်ပေးတော်မူကြပါဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

ရဟန်းတော်တို့သည် မြတ်စွာဘုရားထံတော်မှ သင်ယူခဲ့သော ၃၂-ကောဠာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် ဖြစ်ပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်တရား တို့သည် ခဏချင်း ကုန်ပျက်ကုန်ပျက်၍ သွားကြကုန်၏ဟူသော အနိစ္စာနုပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို မာတိကာမာတာအား သင်ပေး ကြကုန်၏။



မာတိကာမာတာသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားများကို သင်ယူပြီး သောအခါ အိမ်သို့ပြန်လာ၍ ရဟန်းတော်များ သင်ကြားပေး လိုက်သည့်အတိုင်း ၃၂-ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် ဖြစ်ပေါ်လာ ပြီးလျှင် ကုန်ပျက်သွားခြင်းကို ထင်မြင်အောင် ရှုမှတ်ရသော အနိစ္စာ နုပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်အားထုတ် လေရာ မကြာမီရက်အတွင်းမှာပင် သုံးမဂ် သုံးဖိုလ် အဆင့်ဆင့် တက်၍ အဘိညာဉ်နှင့်တကွ ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ အနာဂါမ်အဖြစ်သို့ ရောက်သွားလေ၏။

အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီးသောအခါ မိမိ ဆွမ်းလှူဒါန်းထောက်ပံ့၍ ကိုးကွယ်ထားသော ရဟန်းတော် ခြောက်ဆယ်တို့ကို ဘယ်တရား ထူးများ ရနေကြပြီလဲ ဟု ဒိဗ္ဗစက္ခု အဘိညာဉ်ဖြင့် ကြည့်ရှု လိုက်ရာ တပါးမျှ တရားထူး တရားမြတ် မရကြသေးပါပဲ စျာန်သမာဓိမျှ ဝိပဿနာဉာဏ်မျှပင် မဖြစ်ကြသေးတာကိုတွေ့ မြင်ရလေ၏။

ဤကဲ့သို့ဝိပဿနာဉာဏ်မျှ မဖြစ်ကြခြင်းသည် ထိုရဟန်းတော် တို့၌ အတိတ်ဘဝများက ပြုခဲ့သော တရားထူး တရားမြတ် ရှုဖို့ရာ ပါရမီ ကုသိုလ်ထူးများမရှိကြလို့လား? ဟု အဘိညာဉ်ဖြင့် ကြည့်ရှုပြန်လေရာ ရဟန္တာ ဖြစ်သည့်တိုင်အောင် တရားထူး တရားမြတ်များရကြောင်း ပါရမီကုသိုလ်အထူးများ ထိုရဟန်း တော်တို့၌ ရှိနေတာကို တွေ့မြင်ရလေ၏။

ထိုနောက်တဖန် ရဟန်းတော်တို့မှာ ကျောင်းနေရာထိုင်ခင်း မပြည့်စုံ မလျောက်ပတ်လို့ တရားထူး တရားမြတ် မရကြတာ

လား? ဟု အဘိညာဉ်ဖြင့် ကြည့်ရှုပြန်လေရာ ကျောင်းနေရာထိုင်ခင်းများ ပြည့်စုံလျောက်ပတ်နေတာကို တွေ့မြင် ရပြန်လေ၏။

ထို့နောက်တဖန် “ရဟန်းတော်တို့ အချင်းချင်း မသင့်မြတ်ကြလို့ တရားထူး တရားမြတ် မရကြတာလား” ဟု အဘိညာဉ်ဖြင့် ကြည့်ရှုပြန်လေရာ ရဟန်းတော်တို့အချင်းချင်း သင့်မြတ်နေကြတာကို တွေ့မြင်ရလေ၏။

ထို့နောက်တဖန် ရဟန်းတော်တို့မှာ ဆွမ်းဘောဇဉ် အာဟာရများ မပြည့်စုံမလျောက်ပတ်လို့ တရားထူးတရားမြတ်မရကြတာလား? ဟု ကြည့်ရှုပြန်လေရာ ဆွမ်းဘောဇဉ် အာဟာရများ မပြည့်စုံမလျောက်ပတ်လို့ ဣန္ဒြေမထက်၍ တရားမရပဲ ဖြစ်နေကြတာကို တွေ့မြင်ရလေ၏။

မာတိကာမာတာသည် ရဟန်းတော်များ အားလုံးနှင့် သင့်လျော်သော ဆွမ်းဘောဇဉ်အာဟာရမျိုးစုံတို့ စီမံ၍ အလိုရှိသလို ဘုဉ်းပေးသုံးဆောင်တော်မူကြပါရန် လျှောက်ထားကာ နေ့စဉ် နေ့တိုင်းဆက်ကပ်လှူဒါန်းလေ၏။ ရဟန်းတော်တို့သည်သင့်လျော်လျောက်ပတ်သော ဆွမ်းဘောဇဉ် အာဟာရတို့ကို ပြည့်စုံစွာ မှီဝဲသုံးဆောင်ရသောကြောင့် မကြာမီရက်အတွင်းမှာပင် ဣန္ဒြေငါးပါး ညီမျှထက်သန်၍ ဈာန်သမာဓိ ဝိပဿနာဉာဏ်များ အဆင့်ဆင့် ဖြစ်ပေါ်တိုးတက်လာကြပြီးလျှင် ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားကြလေကုန်၏။

ရဟန်းတော် ခြောက်ဆယ်တို့သည် မာတိကာမာတာ ဒါယိကာမကြီးထံမှ သင့်လျော် လျောက်ပတ်သော ဆွမ်းဘောဇဉ်

အာဟာရတို့ကို မရကြသေးမီအခါက ဆွမ်းဘောဇဉ် အာဟာရ  
များ ပြည့်စုံစွာ မမှီဝဲသုံးဆောင်ကြရသောကြောင့် တရားများ  
မတိုးတက်ကြခြင်း တရားထူး တရားမြတ်များ မရကြခြင်းဖြစ်ကြ  
ပါသည်။

မာတိကာမာတာ ဒါယိကာမကြီးထံမှ သင့်လျော် လျောက်  
ပတ်သော ဆွမ်းဘောဇဉ်အာဟာရတို့ကို ရကြ၍ ပြည့်စုံစွာ မှီဝဲ  
သုံးဆောင်ကြရသောအခါ ဣန္ဒြေငါးပါးညီမျှထက်သန်၍ တရား  
များ အဆင့်ဆင့် တိုးတက်ကာ ရဟန္တာ ဖြစ်သည့်တိုင်အောင်  
တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိ သွားကြသည်မှာ အလွန်ပင်  
ထင်ရှားလှပါပေသည်။

### မှီဝဲသင့်သော ဥတု

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိ  
နှင့်သင့်လျော်သော အအေးအပူဥတုကို ရွေးချယ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်း  
တရားအားထုတ်ကြရပါသည်။ ရန်ကုန်လို အအေးအပူမျှတသော  
အရပ်ဒေသများမှာတော့ ရွေးချယ်ဖို့ မလိုအပ်ပါ သော်လည်း  
အပူချိန်များကြသော မန္တလေး၊ ပခုက္ကူ၊ မြင်းခြံ၊ မုံရွာတို့လို  
အရပ်ဒေသတို့၌ အပူရှိန်မျှတသော အချိန်ကာလကို ရွေးချယ်၍  
ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ကြရပါသည်။ အအေးဓာတ် များကြ  
သော မေမြို့၊တောင်ကြီး၊လားရှိုးတို့လို အရပ်ဒေသတို့၌ အအေး  
နည်းသော နွေရာသီပိုင်းကို ရွေးချယ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား  
အားထုတ်ကြရပါသည်။



မြတ်စွာဘုရားအလောင်းတော် ဥရုဝေလတောမှာ ဒုက္ကရ စရိယာကျင့်စဉ်အခါက နေ့ဥတု၌ နေပူရှိန်အလွန်ပြင်းထန်ခြင်းကြောင့် စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ခြင်း၊ မိုးဥတု၌ မိုးအလွန်သည်းထန်စွာရွာခြင်းကြောင့် စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ခြင်း၊ ဆောင်းဥတု၌ အအေးဓာတ် လွန်ကဲခြင်းကြောင့် စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ခြင်းတို့ကို တရားထူးတရားမြတ် ရရှိရေးအတွက် နှောင့်နှေးစေတတ်သော အပိတ်အပင် အတားအဆီး (ဗျာပါဒဝိတက်) ဖြစ်သည်ဟု ယူဆတော်မူခဲ့ပါသည်။ ယင်းစိတ်အနှောင့်အယှက် (ဗျာပါဒဝိတက်)တို့ကို လွတ်ကင်းအောင် ကြိုးစား၍ အားထုတ်တော်မူခဲ့ရပါသည်။

ယခုအခါ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်လည်း တရားရရှိရေးအတွက် နှောင့်နှေးစေတတ်သော အပူ အအေးလွန်ကဲသော ဥတုရာသီတို့ကို ရှောင်ကြဉ်၍ အပူ အအေး မျှတသော ရာသီဥတုတို့ကိုရွေးချယ်၍ (ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်သင့်ကြပါသည်။

အအေး အပူလွန်ကဲသော ဥတုရာသီတို့သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ခါစ သမာဓိဉာဏ် မရင့်သန်သေးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ တရားရရှိရေး အတွက်သာ အနှောင့်အယှက် ဖြစ်ကြပါသည်။ ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့်တက်၍ အအေးအပူ ချမ်းသာဆင်းရဲတို့ကို လျစ်လျူရှုကာ မှတ်သွားနိုင်သော သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်သို့ ရောက်နေကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ တရားရရှိရေးအတွက် အနှောင့်အယှက်တော့ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။

သို့ဖြစ်ပါ၍ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အအေး အပူမျှတသော ဥတုရာသီတို့ကို မှီဝဲရရှိခိုက် သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်သို့ ဆိုက်ရောက်အောင် ကြိုးစား အားထုတ်သင့်ကြပါသည်။

### မှီဝဲသင့်သော ဣရိယာပုထ်

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သွား၊ ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း ဣရိယာပုထ် လေးပါးတို့တွင် မိမိ အတွက် ဘယ်ဣရိယာပုထ်က တရားရှုမှတ်လို့ အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည်ကို မှတ်သား၍ မှတ်လို့ အကောင်းဆုံး ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အချိန်များများယူ၍ မှတ်သင့်ကြပါသည်။

မိမိအတွက် စင်္ကြံသွားခြင်း ဣရိယာပုထ်ဖြင့် တရားမှတ်ရှုခြင်း က တရားသဘောများ ထင်ရှား၍ မှတ်လို့ ပိုကောင်းပါလျှင် ရပ်၊ ထိုင်၊ လျောင်း၊ ဣရိယာပုထ်တို့ထက် စင်္ကြံသွားခြင်း ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အချိန်များများယူ၍ မှတ်သင့်ကြပါသည်။

ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ထိုင်မှတ်၍ သမာဓိမဖြစ်သောကြောင့် တရားမှတ်လို့ မကောင်းသောအခါ စင်္ကြံလျှောက်၍ ရှုမှတ်ခြင်းကို အထူး အားပြု၍ အားထုတ်ကြရပါသည်။

စင်္ကြံလျှောက်၍ ရှုမှတ်ခြင်း၌ သမာဓိ ဖြစ်လာသောအခါ ထိုင်မှတ်ရာ၌လည်း သမာဓိ ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။ တရားမှတ်လို့ ကောင်းလာတတ်ပါသည်။ စင်္ကြံလျှောက်ခြင်းဖြင့် ရအပ်သော

သမာဓိကို မပြတ်သွားစေပါပဲ ထိုင်မှတ်ရာသို့ ရောက်အောင် အမှတ်သတိဖြင့် သွား၍ ထိုင်မှတ်လိုက်သောအခါ ထူးထူးခြားခြား တရားရှုမှတ်လို့ ကောင်းလာတာကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့ ကိုယ်တိုင် တွေ့သိနိုင်ကြပါသည်။

စင်္ကြံလျှောက်ရှုမှတ်၍ ရအပ်သော (စိတ်တည်ငြိမ်မှု) သမာဓိသည် ခြေထောက် လှုပ်ရှားမှု အာရုံ၌ ယူထားရသော သမာဓိ ဖြစ်သောကြောင့် ကြာမြင့်စွာ တည်တံ့နိုင်ပါသည်။ ပျက်ခဲပါသည်။ ထိုသို့ ပျက်ခဲသည်ဖြစ်၍ ထိုင်မှတ်ခြင်းစသော ဣရိယာပုထ်များသို့လဲ လိုက်ပါသွားပြီး ကျေးဇူးပြုသောကြောင့် ထိုင်မှတ်ရာ၌လည်း (စိတ်တည်ငြိမ်မှု) သမာဓိဖြစ်၍ တရားမှတ်လို့ ကောင်းလာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

### စင်္ကြံအကျိုး ၅-ပါး

စင်္ကြံသမာဓိ ဖြစ်အောင် ရှုမှတ်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အကျိုး ၅-ပါးခံစားရရှိကြသည်ကို အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်(ဒု-၂၄) ၌ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

စင်္ကြံလျှောက်၍ သမာဓိဖြစ်အောင် တရားရှုမှတ်တတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်—

- ၁။ အခွန်ရှည်ဝေးသော ခရီးကို မမောမပန်းသွားနိုင်ခြင်း၊
- ၂။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ရာ၌ စွမ်းအင် ခံကျန်းထက်သန်ခြင်း၊
- ၃။ အနာရောဂါ ကင်းခြင်း၊



၄။ စား၊ သောက်၊ ခဲ၊ လျက်အပ်သော အစာအာဟာရတို့  
ကောင်းစွာ ကြေကျက်ခြင်း၊

၅။ စင်္ကြံလျှောက်ခြင်းဖြင့် ရအပ်သော (စိတ်တည်ငြိမ်မှု)  
သမာဓိသည် ကြာမြင့်စွာတည်၍ ပျက်ခဲခြင်း၊

ဤအကျိုး ၅-မျိုးကို(လက်ငင်း) ခံစားရရှိကြပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်....ခရီးသွားနိုင်၊ ကြံ့ခိုင်စွမ်းအင်၊ ကင်းစင်ရောဂါ၊  
အစာကြေကျက်၊ မပျက်သမာဓိ၊ ငါးခုရှိ၊  
သွား၏ စင်္ကြံအကျိုးတည်း။

ရပ်ခြင်းဖြင့် ရရှိထားသော သမာဓိ နိမိတ်သည် ထိုင်ချလိုက်  
သောအခါ ပျက်သွားတတ်၏။ ထိုင်ခြင်းဖြင့် ရရှိထားသော  
သမာဓိ နိမိတ်သည် လျောင်းချလိုက်သော အခါ ပျက်သွား  
တတ်၏။ စင်္ကြံလျှောက်ခြင်းဖြင့် လှုပ်ရှားမှု အာရုံ၌ ရရှိသော  
သမာဓိနိမိတ်သည် ရပ်သော် လည်းကောင်း၊ ထိုင်သော်လည်း  
ကောင်း၊ လျောင်းသော်လည်းကောင်း၊ မပျက်နိုင်သောကြောင့်  
ကြာမြင့်စွာ တည်တန့်နိုင်ခြင်း ပျက်ခဲခြင်းတို့ ဖြစ်ပေသည်။

(အံ-ဋ္ဌ-၃၊ ၁၂)

မိမိအတွက် ရပ်ခြင်း ဣရိယာပုထ်ဖြင့် တရားရှုမှတ်ခြင်းက တရား  
သဘောများ ထင်ရှား၍ မှတ်လို့ ကောင်းပါလျှင် သွား၊စိတ်၊  
လျောင်း ဣရိယာပုထ်တို့ထက် ရပ်ခြင်း ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အချိန်  
များများယူ၍ မှတ်သင့်ပါသည်။

မိမိအတွက် ထိုင်ခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် တရားရှုမှတ်ခြင်းက တရားသဘောများ ထင်ရှား၍ မှတ်လို့ပိုကောင်းပါလျှင် သွား၊ ရပ်၊ လျောင်း၊ ဣရိယာပုထ်တို့ထက် ထိုင်ခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အချိန်များများယူ၍ မှတ်သင့်ပါသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခါစ ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လျောင်း(အိပ်)ခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အားမထုတ်သင့်ကြောင်း ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ဆရာတော်ဘုရားကြီးများ မိန့်ကြားတော်မူကြ ပါသည်။ လျောင်း(အိပ်)ခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် တရားအားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် သမာဓိ အနည်းငယ် ဖြစ်လာသောအခါ အိပ်ပျော် သွားတတ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်သောကြောင့် တရားအားထုတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် လျောင်း(အိပ်)ခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် အားမထုတ်သင့်ကြပေ။ အိပ်ချိန်ရောက်လာသော အခါမှသာ လျောင်းခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် မှတ်၍ အိပ်သင့်ကြပါသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ခဲ့ဘူး၍ အခြေခံသမာဓိဉာဏ်များ ရှိပြီး ဖြစ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အသက်အရွယ်က အလွန်ကြီးလာ၍ ဖြစ်စေ၊ မကျန်းမာ၍ဖြစ်စေ၊ သွားခြင်း၊ ရပ်ခြင်း၊ ထိုင်ခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်များမခိုင်မာတော့၍ လျောင်းခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် ရှုမှတ်မှသာ တရားသဘောများ ထင်ရှား၍ မှတ်လို့ကောင်းပါလျှင် လျောင်းခြင်း၊ ဣရိယာပုထ်ဖြင့် မှတ်သင့်ကြပါသည်။

စတုတ္ထ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း ပြီးပါပြီ။

## ပဉ္စမ လူ့ခြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

သမာဓိဿစ နိမိတ္တဂ္ဂဟဏေန။

သမာဓိဿ-ဝိပဿနာသမာဓိ၏၊ နိမိတ္တဂ္ဂဟဏေနစ-အကြောင်းကို မှတ်သားခြင်းဖြင့်လည်း၊ သမ္မာဒေတိ ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ပြီးစေ၏။ ဝါ-လူ့ခြေကို ထက်စေ၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရံတခါ နေရာထိုင်ခင်း ဥတုရာသီ ဣရိယာပုထ် ကြောင့်ကြစိုက်မှုစသော အကြောင်းများ ညီညွတ်ခြင်းကြောင့် စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိဖြစ်ပြီး တရားမှတ်လို့ ကောင်းကြပါသည်။ ဤကဲ့သို့ သမာဓိဖြစ်၍ တရားမှတ်လို့ကောင်းသောအခါ ဘယ်အချိန် ဘယ်နေရာ ဘယ်ဣရိယာပုထ်မှာ အဘယ်မျှ ကြောင့်ကြစိုက်၍ ရှုမှတ်ခြင်းကြောင့် ဤလိုစိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိဖြစ်သည်” ဟု သမာဓိဖြစ်ခြင်း၏အကြောင်း နိမိတ် များကို မှတ်သားထားရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ရှေးက သမာဓိ ဖြစ်ခဲ့ခြင်း၏ အကြောင်း (နိမိတ်) ဟောင်းများကို မှတ်သား ထားခြင်းသည် နောင်အခါ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် သမာဓိ မဖြစ်၍ တရားမှတ်လို့ မကောင်းသောအခါ ယခင်က သမာဓိဖြစ်ခဲ့ဖူးသော အနေအထိုင် ဣရိယာပုထ် ကြောင့်ကြစိုက်မှုစသော သမာဓိဖြစ်ကြောင်းများ ပြန်ဆင်ခြင်သုံးသပ် မှီဝဲသောအားဖြင့် သမာဓိဖြစ်ပြီး တရားမှတ်လို့ပြန်ကောင်းလာတတ်သောကြောင့် စိတ်တည်ငြိမ်ကြောင်း ရှေး



သမာဓိ(နိမိတ်)ဟောင်းကို မှတ်သားထားခြင်းသည် ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်းတပါး ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—စိတ်တည်ငြိမ်ကြောင်း၊ နိမိတ်ဟောင်း၊ ကောင်းကောင်းမှတ်ရမည်။

တရားတွေ့မြင်ပုံ ၄-မျိုး

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားအားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှေးက သမထနှင့် ဝိပဿနာကို အားထုတ်ခဲ့ဖူးခြင်း၊ အားမထုတ်ခဲ့ဖူးခြင်းကိုအကြောင်းပြု၍ တရားတွေ့မြင်ပုံ-၄-မျိုး ကွဲပြားကြပါသည်။

၁။ ရှေးကသမထနှင့် ဝိပဿနာနှစ်မျိုးလုံးကို အားမထုတ်ခဲ့ဘူးသောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လျှင် တရားရှုမှတ်လို့လည်းမကောင်း၊ တရားသဘောများကိုလည်း တော်တော်နဲ့မတွေ့နိုင်ပဲ၊ တရားအတွေ့ နှေးနေတတ်ပါသည်။

၂။ ရှေးကဝိပဿနာကိုသာ အားထုတ်ခဲ့ဘူး၍ သမထ အားမထုတ်ခဲ့ဘူးသောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လျှင် တရားရှုမှတ်လို့တော့မကောင်း၊ တရားသဘောများကိုတော့ မြန်မြန်တွေ့မြင်တတ်ကြပါသည်။

၃။ ရှေးက သမထကိုသာ အားထုတ်ခဲ့ဘူး၍ ဝိပဿနာကို အားမထုတ်ခဲ့ဘူးသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လျှင် တရား ရှုမှတ်လို့တော့ ကောင်းပြီး တရားသဘောများကိုတော့ တော်တော်နှင့် မတွေ့နိုင်ပါပဲ တရားအတွေ့နှေးနေတတ်ပါသည်။

၄။ ရှေ့ကသမထနှင့် ဝိပဿနာ နှစ်မျိုးလုံးကို အားထုတ်ခဲ့ဖူးသောပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လျှင် တရားရှုမှတ်လို့လည်းကောင်း၊ တရားသဘောများကိုလည်း မြန်မြန်တွေ့တတ်ပါသည်။

တရားရှုမှတ်လို့မကောင်းခြင်းနှင့် တရားအတွေ့ နှေးခြင်းတို့သည် မိမိရှေးက သမထနှင့် ဝိပဿနာတို့ကို အားထုတ် ဆည်းပူးလေ့လာခဲ့ခြင်းနည်းသောကြောင့်သာ ဖြစ်ပေသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ စိတ်မချမ်းသာဖွယ် အားငယ်ဖွယ်များမရှိပါ။ ယခုအားထုတ်ဆဲမှာ နည်းမှန်လမ်းမှန်ဖြင့် သည်းခံပြီး အားထုတ်ပါက တွေ့သင့်တွေ့ထိုက်သောတရားသဘောများကို မုချတွေ့ရမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

အောက်ပါ အဋ္ဌကထာကိုထောက်ထား၍ သမထ-ဝိပဿနာတို့၏ အစွမ်းဖြင့် တရားတွေ့မြင်ပုံလေးမျိုးကွဲပြားသည်ကို သိရပါသည်။

ယောစ သမထေ အကတာမိကာရော၊ တဿ ဒုက္ခာ ပဋိပဒါ ဟောတိ၊ ကတာမိကာရဿ သုခါ။  
ယော ပန ဝိပဿနာယ အကတာမိကာရော ဟောတိ တဿ ဒန္ဓာ အဘိညာ ဟောတိ၊ ကတာမိကာရဿ ခိပ္ပါ။

(အဋ္ဌသာလိနီ-ဋ္ဌ-၂.၂၀)

စ-ထိုမှတစ်ပါး။ ယော - အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ သမထေ-သမထ၌၊ အကတာမိကာရော-ရှေးကပြုဘူး လေ့လာဘူးသော အကြောင်းကုသိုလ်မရှိသည်၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏၊ တဿ-ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ဒုက္ခာ - ဆင်းရဲငြိုငြင်သော။ ပဋိပဒါ - အကျင့်သည်၊

ဟောတိ ဖြစ်၏။ ကတာဓိကာရဿ၊ သမာဓိ၌ ရှေးကပြုဖူး  
လေ့လာဖူးသောအကြောင်းကုသိုလ်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်အား၊ သုခါ-  
ချမ်းသာသော၊ ပဋိပဒါ-အကျင့်သည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။

ပန-ထိုမှတပါး၊ ယော-အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဝိပဿနာယ-  
ဝိပဿနာ၌၊ အကတာဓိကာရော-ရှေးကပြုဘူး လေ့လာ ဘူးသော  
အကြောင်းကုသိုလ် မရှိသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။ တဿ၊  
ဝိပဿနာ၌ ရှေးကပြုဘူး လေ့လာဘူးသော အကြောင်းကုသိုလ်  
မရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ဒန္တာ-နွေးသော၊ အဘိညာ-အသိ  
ဉာဏ်ထူးသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။ ကတာဓိကာရဿ၊ ဝိပဿနာ၌  
ရှေးကပြုဘူး လေ့လာဘူးသော အကြောင်း ကုသိုလ်ရှိသော  
ပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ခိပ္ပာ-လျင်မြန်သော၊ အဘိညာ-အသိဉာဏ်  
ထူးသည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။

ပဉ္စမ ဣန္ဒြေစုံမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်း

ပြီးပါပြီ။



## ဆဋ္ဌမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်း

ဗောဇ္ဈင်္ဂါနဉ္စ အနုပဝတ္တနတာယ။

ဗောဇ္ဈင်္ဂါနံ၊ ဗောဇ္ဈင်တို့ကို။ အနုပဝတ္တနတာယစ၊ လျော်စွာ  
ဖြစ်စေခြင်းဖြင့်လည်း။ သမ္မာဒေတိ-ဝိပဿနာဉာဏ်ကို ပြီးစေ၏။  
ဝါ-ဣန္ဒြေကို တက်စေ၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကိုယ်  
ဖြင့်လည်း ပြုလုပ်အားထုတ်လို့ မရပါ။ နှုတ်ဖြင့်လည်း ပြုလုပ်  
အားထုတ်လို့မရပါ။ စိတ်ဖြင့်သာ ပြုလုပ် အားထုတ်ကြရပါ  
သည်။ စိတ်ဖြင့် ပြုလုပ်အားထုတ်ရသော အလုပ်သည် အလွန်  
သိမ်မွေ့ နက်နဲ ခက်ခဲသည်ဖြစ်၍ တရံတခါ စိတ်ဓာတ်တွေ  
ကျဆင်း သွားတတ်ပါသည်။ တရံတခါ ကျပြန်တော့လည်း  
စိတ်ဓာတ်တွေ အလွန်တက်ကြွနေတတ်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းလွန်း တက်ကြွလွန်း ဖြစ်နေခဲ့  
လျှင် ဣန္ဒြေစွမ်းအင် မထက်၊ တရားမတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြ  
ပါသည်။ ကျဆင်းလွန်း တက်ကြွလွန်းသောစိတ်ဓာတ်ကို ဗောဇ္ဈင်  
တရားတို့ကို လျော်စွာ ပွားစေသောအားဖြင့် ညီမျှအောင်  
ပြုပေးမှသာ ဣန္ဒြေထက်၍ တရားတက်နိုင်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍  
ဗောဇ္ဈင်တရားတို့ကို လျော်စွာ ပွားစေခြင်းသည်လည်း ဣန္ဒြေစွမ်း  
အင်ထက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း တပါးပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—သင့်လျော်လျောက်ပတ်၊ ဗောဇ္ဈင်မြတ်၊ ဓပြတ်  
ပွားရမည်။ (စည်)

တက်ကြွလွန်းသောစိတ်ကို ပြုပြင်ပုံ

တက်ကြွလွန်းသောစိတ်သည် မတည်မငြိမ်ဖြစ်၍ ပျံ့လွင့်နေတတ်၏။ ဤကဲ့သို့ ပျံ့လွင့်နေသောအခါ ယင်းတက်ကြွ ပျံ့လွင့်နေသောစိတ်ကို လျစ်လျူရှုမညပေကွာ၊ တည်ငြိမ်မှု သမာဓိ၊ ငြိမ်းအေးမှု ပဿဒ္ဓိ-ဟူသော ဗောဇ္ဈင်သုံးပါးကို ပွားစေသော အားဖြင့် ညီမျှအောင်ပြုပြင်၍ တည်ငြိမ်မှု(သမာဓိ)ကို ဖြစ်စေရပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—တက်ကြွ ပျံ့လွင့်၊ စိတ်မြင့်သောခါ၊ ပေကွာ သမာဓိ၊ ပဿဒ္ဓိ-ပွား၏-ဗောဇ္ဈင်သာ။

စိတ်ဓာတ်ကြွလွန်း၍ စိတ်ပျံ့လွင့်တက်နေသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိ၏စိတ်ကို သုခ ဒုက္ခ-ဟူသော အဖို့နှစ်ပါးတို့တွင် သုခ ချမ်းသာ တဲ့ ဘက်မှာသာ အလေးထား၍ ဒုက္ခ-ဆင်းရဲတဲ့ဘက်မှာ အလေးမထားသဖြင့် (သုခ-ဒုက္ခ) ဟူသော အဖို့နှစ်ပါးတို့၌ အညီအမျှ မထားနိုင်သောကြောင့် တက်ကြွပျံ့လွင့်ခြင်းများ ဖြစ်နေ ရပေသည်။

ယင်း သုခ-ဒုက္ခ ဟူသော အဖို့နှစ်ပါးကို အညီအမျှဖြစ်အောင် ထားလိုက်ခြင်း ရှုမှတ်ပွားများ လိုက်ခြင်းဖြင့် ဥပေကွာသဘော သက်ဝင်လာသောကြောင့် ဘယ်အရာမဆို ဘယ်ရှုမှတ်မှုမှာမဆို အလိုက်သင့်ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ အညီအမျှ ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ တက်ကြွပျံ့လွင့်မှုများ ပျောက်ကင်း သွားတတ်ပါသည်။ ညီမျှမှု ဥပေကွာဖြစ်လာ၍ ဣန္ဒြေစုံမ်းအင်များ ထက်သွားနိုင်ပါသည်။

တက်ကြွလွန်းသော စိတ်သည် တွေ့ကြုံခဲ့ဖူးသော အတိတ် အာရုံများနှင့် တွေ့ကြုံရလေတုံသော အနာဂတ် အာရုံများသို့ ပြေးသွားနေတတ်၏။ ယင်းကဲ့သို့ ပြေးသွား နေခြင်းကြောင့် မတည်မငြိမ် ပျံ့လွင့်နေ၏။ ဤကဲ့သို့ပြေးသွား ပျံ့လွင့်နေသော အခါ ပေါ်ရာပေါ်ရာအာရုံတို့ကို ပေါ်ခိုက်ပေါ်ခိုက်မှာ ပစ္စုပ္ပန် တည်အောင် ရှုမှတ်လိုက်ပါက အတိတ်အနာဂတ် အာရုံများသို့ ပြေးသွားခြင်း ကင်းပျောက်၍ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိဖြစ်လာပြီး ဣန္ဒြေစွမ်းအင်များ ထက်သွား နိုင်ပါသည်။

တက်ကြွလွန်းသော စိတ်သည် ပူပန်ခြင်းနှင့်တကွ ဖြစ်၏။ ယခုပြည့်စုံနေခြင်း၊ ရှုမှတ်လို့ ကောင်းနေခြင်းတို့သည် နောင် အခါ ပျက်များ ပျက်သွားကြဦးမှာလား၊ ပြည့်စုံမြဲ ကောင်းမြဲ တို့၌တည်မှ တည်နိုင်ပါမလား စသည်ဖြင့် ပူပန်ခြင်းနှင့်တကွ ဖြစ်၏။ ယင်းပူပန်ခြင်းများကို လုံးဝ နှလုံးမသွင်းပါ။ ပြုဖွယ် ကိစ္စအဝဝတို့၌ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်းအေးစွာ ထားလိုက်ခြင်း၊ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ ငြိမ်းအေးစွာထား၍ ရှုမှတ်ခြင်းတို့ဖြင့် ပူပန်မှု များကင်းပျောက်၍ ငြိမ်းအေးမှု (ပဿဒ္ဓိ) ဖြစ်ပေါ်လာ၍ ဣန္ဒြေ စွမ်းအင်များ ထက်သွားနိုင်ပါသည်။

### ကျဆင်းလွန်းသော စိတ်ကိုပြုပြင်ပုံ

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားရှုမှတ်လို့ မကောင်းသောအခါ၊ အချိန်ကြာ၍ တရားထူး ဉာဏ်ထူးများ မဖြစ်ပေါ်လာသော အခါတို့၌ စိတ်ဓာတ်များ



ကျဆင်းလာတတ် ပါသည်။ ကျဆင်းလွန်းသော စိတ်ကြောင့် ကြောင့်ကြစိုက်မှု ဝီရိယလည်း လျော့ကျ၊ အားထုတ်မှု၌ နှစ်သိမ့် အားရမှု ပီတိလည်းလျော့ကျ၊ အသိဉာဏ်လည်း လျော့ကျပြီး ပျင်းရိနေတတ်ကြပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ပျင်းရိနေသောအခါ ပျင်းရိခြင်းနှင့်တကွ ဖြစ်သော စိတ်ကို ကြောင့်ကြစိုက်မှု ဝီရိယ၊ နှစ်သိမ့်အားရမှု ပီတိ၊ တရား သဘောကို စိစစ်၍ သိမှု ဓမ္မဝိစယ စသော ဗောဇ္ဈင်သုံးပါးကို ပွားစေသောအားဖြင့် တက်ကြွအောင် ပြုလုပ်၍ ထက်သန်စေရ ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ဘာဝနာစိတ်၊ လျော့နိမ့်သောခါ၊ ဝီရိယ၊ ပီတိ၊ ဓမ္မဝိ၊ ပွား၏ဗောဇ္ဈင်သာ။

### ပျင်းရိပါက ဆုတ်ယုတ်ရ

စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းလွန်း၍ ပျင်းရိခြင်းသည် လောကဓမ္မ နှစ်ဌာနလုံးတို့၌ ဆုတ်ယုတ်ကြောင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ လောက ဓမ္မနှစ်ဌာနလုံးတို့၌ ဆုတ်ယုတ်ကြောင်း ဖြစ်သည်ကို လောက နိတိကျမ်း၌ ပြဆိုထားသည်မှာ—

“အလသဿ ကုတော သိပ္ပံ၊ အသိပ္ပဿ ကုတော ဓနံ-  
အဓနဿ ကုတော မိတ္တံ၊ အမိတ္တဿ ကုတော သုခံ၊  
အသုခဿ ကုတော ပုညံ၊ အပုညဿ ကုတော ဝရံ”

ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

ပျင်းသောသူအား အတတ်ပညာဘယ်မှာ တတ်မြောက်နိုင်ပါမလဲ၊ အတတ်ပညာ မရှိသောသူအား ပစ္စည်းဥစ္စာ ဘယ်မှာ ရရှိနိုင်ပါမလဲ၊ ပစ္စည်းဥစ္စာမရှိသောသူအား ဘယ်မှာမိတ်ကောင်း ဆွေကောင်းရရှိနိုင်ပါမလဲ၊ မိတ်ကောင်းဆွေကောင်း မရှိသောသူအား ဘယ်မှာချမ်းသာသုခ ရရှိနိုင်ပါမလဲ၊ ချမ်းသာသုခ မရှိသောသူအား ဘယ်မှာကောင်းမှု ကုသိုလ် ပြုနိုင်ပါမလဲ၊ ကောင်းမှုကုသိုလ် မရှိသောသူအား ဘယ်မှာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရနိုင်ပါမလဲ-ဟူ၍ လောက-ဓမ္မနှစ်ဌာနလုံး၌ ဆုတ်ယုတ်ကြောင်း ဖြစ်ပုံကို ဆက်စပ်၍ ပြဆိုထားပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ပျင်းရိသူမှာ၊ တတ်ပညာ၊ ဘယ်မှာ ရနိုင်ပါအံ့နည်း၊

အတတ်ပညာ၊ မရှိပါ၊ ဘယ်မှာဥစ္စာရအံ့နည်း၊

ပစ္စည်းဥစ္စာ၊ မရှိပါ။ ဘယ်မှာ မိတ်ကောင်းရအံ့နည်း၊

မိတ်ကောင်းဆွေညာ၊ မရှိပါ၊ ဘယ်မှာ ချမ်းသာရအံ့နည်း၊

ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ၊ မချမ်းသာ၊ ဘယ်မှာ ကောင်းမှုပြုအံ့နည်း။

ကောင်းမှုပူညာ၊ မရှိပါ၊ ဘယ်မှာ နိဗ္ဗာန်ရအံ့နည်း။

နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရနိုင်တဲ့ဘဝမျိုး ရနိုင်တဲ့ အချိန်အခါမျိုး ပင်ဖြစ်ပါသော်လည်း စိတ်ဓာတ်ကျဆင်း၍ ပျင်းရိနေပါလျှင် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မရနိုင်တော့ပါပဲ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာနှင့် လွဲသွား နိုင်ပါသည်။ သို့ဖြစ်သောကြောင့် စိတ်ဓာတ်ကျဆင်း ပျင်းရိခြင်း ကို ပယ်ဖျောက်နိုင်သော လုံ့လ ဝီရိယကို အမြန်ဖြစ်အောင် ထူထောင်သင့်ကြပါသည်။

ပျင်းရိခြင်းသည် လောက-ဓမ္မ နှစ်ဌာနလုံးတို့၌ ဆုတ်ယုတ် ခြင်းကိုဖြစ်စေတတ်၏။ မပျင်းမရိလုံ့လဝီရိယရှိခြင်းသည် လော က-ဓမ္မနှစ်ဌာနလုံးတို့၌ တိုးတက်ကြီးပွားခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်၏။ သို့ဖြစ်သောကြောင့် ကြောင့်ကြစိုက် အားထုတ်မှု ဝီရိယ (သမ္မောဇ္ဈင်)အမြန် ဖြစ်အောင် နှလုံးသွင်းကာ ပွားများအား ထုတ်သင့်ကြပါသည်။

### ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်ဖွယ်ရာ နှလုံးသွင်းပါ

တရားအားထုတ်နေသော အို-ယောဂီသူတော်ကောင်း သင် မပျင်းနဲ့ သင်ပျင်းနေလျှင် သင်၏ အလွန်ရဲခဲသော လူ၏အဖြစ်ကို ရထားခြင်း၊ အလွန်ရဲခဲသော လူ့ဘဝမှာ အသက်ရှင်နေခြင်း၊ အလွန်ရဲခဲသော ဤဘဝမှာပင် အပါယ်တံခါးကို ပိတ်စေနိုင် သော သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာစသော သူတော်ကောင်းတရားတို့ကို ကြားနာရခြင်း၊ အလွန်တွေ့ကြုံရဲခဲသော မြတ်စွာဘုရား သာသနာ တော်နှင့် တွေ့ကြုံနေရခြင်း ဟူသော မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ရကြောင်း အခွင့်ကောင်းတို့သည် သင့်အတွက် အကျိုးမများ အချည်းနှီး သာ ဖြစ်သွားရပေတော့မည်။



မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ရကြောင်း အခွင့်ကောင်းများ ရထားခိုက်မှာ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းပျင်းရိ၍ သင်အားမထုတ်ပဲ နေလိုက်ပါလျှင် မဂ် ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို မရလိုက်ပါပဲ ပုထုဇဉ်ဘဝနှင့် ကွယ်လွန် သွားပါက နောင်ဘဝ တစ်ခုခုမှာ အပါယ် ငရဲသို့လည်း ကျသွားနိုင်ပါသည်။

ဆင်းရဲဒုက္ခကြီးစွာ ငရဲမှာ ခံနေရသောအခါကျမှ မျက်ရည် ကြီးငယ်ကျ၍ “ဝိပဿနာတရားအားမထုတ်ခဲ့မိသည်မှာမှားလေစ တကား” ဟု နောင်တပူပန်ခြင်းများ မဖြစ်ရလေအောင် ယခုလို အကြောင်းလေးဖြာဆုံ၍ အခွင့်ကောင်း ကြုံခိုက်မှာ ကြိုးစား အားထုတ်သင့်ပါပေသည်ဟု နှလုံးသွင်း၍ ပျင်းရိခြင်းမှ လွန် မြောက်၍ ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင် ဖြစ်ပေါ်လာရအောင် မိမိကိုယ်မိမိ အကြောင်းပြတိုက်တုန်းကာ အားထုတ်သင့်လှပါပေသည်။

တရားအားထုတ်နေသော အို....ယောဂီသူတော်ကောင်း-သင့် မှာ တရားထူးတရားမြတ်ရဖို့ရာ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော် ကြီးနှင့် တွေ့ကြုံနေရခြင်း၊ မြန်မာပြည်လို သာသနာထွန်းကား တဲ့အရပ်ဒေသမှာ နေရခြင်း၊ မိမိမှာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ အယူကောင်းအ ယူမှန်ရှိနေခြင်း၊ မိမိမှာ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ် တည်းဟူသော တရားထူးတရားမြတ်ရဖို့ရာ အခြေခံအကြည်ဓာတ် ခြောက်ပါး မချို့တဲ့ မယျက်စီးပါပဲ အကောင်းပကတိရှိနေခြင်း တည်းဟူသော အခါကောင်း အခွင့်ကောင်းကြီးလေးမျိုး ရရှိ ထားပါသည်။

စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းပျင်းရိ၍ သင်အားမထုတ်ပဲ နေခဲ့ပါလျှင် ထိုအခွင့်ကောင်းကြီးလေးမျိုး လက်လွှတ်သွားနိုင်ပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်ကြီးနှင့် တွေ့ကြုံခိုက်မှာ တမက်တဖိုလ်မျှ မရလိုက်ပါလျှင် ဘဝသံသရာများစွာမှာ စိုးရိမ်ပူပန်လို့ မဆုံးနိုင်ပဲ ဖြစ်ရ ပါလိမ့်မည်” ဟု မိမိကိုယ် မိမိအကြောင်းပြ၍ (ဝီရိယသမ္ပောဇ္ဈင်) ဖြစ်အောင် အားထုတ်သင့်ပါပေသည်။

### အားမထုတ်က ပူပန်ရမည်

အားမထုတ်က အဖန်ဖန် ပူပန်ရမည်ကို မြတ်စွာဘုရား သေရိဝ ဇာတ်တော်မှာ ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါလုံ့လဝီရိယလျော့၍ အားမထုတ်ပဲနေသော ရဟန်းတပါးကို ရဟန်းတော်များက မြတ်စွာဘုရားထံ ခေါ်ဆောင်လာခဲ့သဖြင့် မြတ်စွာဘုရားက ဤသို့ မိန့်ကြားတော်မူလိုက်ပါသည်။

“အို-ရဟန်း၊ သင်သည်မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာကို ပေးတတ်သော မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်နှင့်တွေ့ကြုံခိုက်မှာ ဝီရိယလျော့၍ အားမထုတ်ပဲ နေလိုက်လျှင် အဖိုးတသိန်း ထိုက်တန်သော ရွှေခွက်မှ ဆုံးရှုံး၍ ပြင်းစွာပူပန်ရသော သေရိဝမည်သော ရွှေကုန်သည်မိုက်ကဲ့သို့ ဘဝသံသရာမှာ ကြာမြင့်စွာ စိုးရိမ်ပူပန်ရလိမ့်မည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူလိုက်ပါသည်။

“သေရိဝ ရွဲကုန်သည်သည် အဖိုးတသိန်း ထိုက်တန်သော ရွှေခွက်မှ ဆုံးရှုံး၍ စိုးရိမ်ပူပန်ရသကဲ့သို့ ကြာမြင့်စွာသော ကာလပတ်လုံး ပြင်းစွာ ပူပန်ရလိမ့်မည်” ဟု မိန့်ကြားတော်မူလိုက်သော မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်ကို ကြားကြသော ရဟန်းတော်တို့သည် သေရိဝရွဲကုန်သည် ပြင်းစွာပူပန်ရပုံ အတိတ်ဇာတ်ကြောင်းကို ထုတ်ဆောင် ဟောကြားတော်မူပါရန် လျှောက်ထား တောင်းပန်ကြသဖြင့် သေရိဝ ဝါဏိဇ္ဇဇာတ်တော်ကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါသည်။

ဤကမ္ဘာမှပြန်၍ ရေတွက်သည်ရှိသော် ငါးကမ္ဘာထက်၌ ဘုရားအလောင်းတော်သည် သေရိဝတိုင်း၌ ရွဲကုန်သည် ဖြစ်လေ၏။ လောဘကြီးသော သေရိဝမည်သော ရွဲကုန်သည် တဦးနှင့်အတူ ရွဲရောင်းသွားကြရာ နီလဝါဟမည်သော မြစ်ကို ကူး၍ အရိဋ္ဌပုရမည်သော မြို့သို့ ဝင်ကြသောအခါ ရောင်းဖို့ရာ လမ်းခရီးကို ခွဲဝေသတ်မှတ်၍ ဝင်ကြလေ၏။

လောဘကြီးသော ရွဲကုန်သည်သည် “ရွဲဝယ်ကြပါ” “ရွဲဝယ်ကြပါ” ဟု အော်ကာ မြို့ထဲသို့ ဝင်လာခဲ့ရာ ဆွေမျိုးတွေလည်း ပျက်စီး၊ စီးပွားညစ္စာတွေလည်း ပျက်စီး၍ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသဖြင့် သူတပါးတို့၏ အိမ်၌ အစားပြုလုပ်၍ အသက်မွေးကြရသော မြေးနှင့်အဖွား နှစ်ယောက်သာရှိသော အိမ်၏ တံခါးဝသို့ ရောက်သွားလေ၏။

မြေးငယ်မသည် ထိုရွဲကုန်သည်ကို မြင်သောအခါ “ပန်ဆင်စရာတခု ဝယ်ပေးပါ” ဟု အဖွားကိုပြောဆိုလေ၏။ အဖွားက



“တို့မှာ ဝယ်စရာပစ္စည်းမှ မရှိပဲ၊ ဘာနဲ့ဝယ်မှာလဲ” ဟု ပြောလေ၏။ အဖိုးသဌေးကြီး လက်ထက်က အသုံးပြုခဲ့သော “အညစ်အကြေးတွေ တက်၍ ဘာခွက်လဲလို့ မသိရသော ခွက်တခုရှိပါသည်။ အဲဒီခွက်ဖြင့် ဝယ်ပေးပါ” ဟု ပြောလေ၏။

“အဲဒီခွက်နဲ့ ဝယ်မယ်ဆိုယင်လဲ ရွဲကုန်သည်ကို ခေါ်လိုက်ပါ” ဟု ဆိုသဖြင့် မြေးငယ်မက ခေါ်လိုက်၍ ရွဲကုန်သည် အိမ်ထဲသို့ ဝင်လာသောအခါ ချေးများတက်နေ၍ ဘာခွက်ပဲလို့ မသိရသော ခွက်ကိုပေး၍ “ကျွန်ုပ်၏မြေးအတွက် သင့်တော်သော ပန်ဆင်စရာလေး ပေးခဲ့ပါ” ဟု ပြော၍ ဝယ်လေ၏။

လောဘကြီးသော သေရိဝ ရွဲကုန်သည်သည် ခွက်ကိုယူကာ အပ်ဖြင့်ခြစ်ကြည့်ရာ ရွှေခွက်အမှန် ဖြစ်သည်ကို သိ၍ “ဤမြေးအဖွားနှစ်ယောက်တို့ကို တစုံတခုမျှမပေးပဲ ရွှေခွက်ကို ယူမည်” ဟု “ကြံစည်ပြီးလျှင် ဒီခွက်ဟာ ဘာမျှတန်ဖိုးမရှိဖူး၊ နှစ်ပြားတောင်မတန်ဖူး” ဟု ဆိုကာ မြေ၌ပြစ်ချ၍ အိမ်မှ ထွက်သွားလေ၏။

ထို့နောက် ဘုရားအလောင်း ရွဲကုန်သည်သည် ထိုမြေးအဖွားတို့၏ အိမ်ရှေ့သို့ ရောက်လာပြီး “ရွဲဝယ်ကြပါ” “ရွဲဝယ်ကြပါ” ဟု ချီသာသော အသံကိုပြုလေရာ မြေးငယ်မသည် ဘုရားအလောင်း၏ အသံကိုကြား၍ သူလိုချင်သော ပန်ဆင်စရာကို ခွက်ဟောင်းဖြင့် ဝယ်ပေးဖို့ရန် ပြောပြပြန်လေ၏။ “ရွှေရွဲကုန်သည်က ဒီခွက်ဟာ နှစ်ပြားတောင် မတန်ဘူးလို့ ပြောတယ်မဟုတ်လား သင်ဘာဖြင့်ဝယ်မှာလဲ” ဟု ပြောလေ၏။

ထိုအခါ မြေးငယ်မက အကြောင်းပြ၍ ပြောပြလေ၏။  
 “အဖွား ရှေးကုန်သည်သည် ကြမ်းကြုတ်သော စကားရှိ၏။  
 ဤကုန်သည်သည် ပြေပြစ်နူးညံ့သော စကားရှိ၏။ ထိုခွက်ကို  
 ယူချင်လည်းယူပါလိမ့်မည်”ဟု ပြောပြရာ ဒါဖြင့် ခေါ်လိုက်  
 လေဟု ဆိုသဖြင့် ဘုရားအလောင်း ရွဲသည်ကုန်သည်ကို ခေါ်  
 လိုက်လေ၏။

ဘုရားအလောင်း ရွဲကုန်သည်သည် အိမ်ထဲသို့ ရောက်လာ  
 သောအခါ အညစ်အကြေး လိမ်းကပ်နေသော ခွက်ကိုပြ၍ပေး  
 ကြလေ၏။ ဘုရားအလောင်းသည် ရွှေခွက်အမှန် ဖြစ်သည်ကို  
 သိသဖြင့် “အမေ ဤခွက်သည် တသိန်း အဖိုးထိုက်တန်သော  
 ရွှေခွက်ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၌ တသိန်းတန်သော ရောင်းစရာ  
 ပစ္စည်းမပါပါ”ဟု ဟုတ်မှန်သည့်အတိုင်း ပြောပြလေ၏။

“အမောင် ရွဲကုန်သည်ရှေ့ ကလာရောင်းသောရွဲကုန်သည်သည်  
 ဤခွက်သည် နှစ်ပြားမျှ မတန်ဟု ဆိုကာ မြေကြီးပေါ်မှာ ပစ်ချ  
 သွားခဲ့ပါသည်။ ဤခွက်သည် အမောင်ရွဲကုန်သည်၏ ကောင်းမှုကံ  
 ကြောင့် ရွှေခွက်ဖြစ်သွားတာ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ဤရွှေခွက်ကို  
 အသင်ရွဲကုန်သည်ကိုပဲ ပေးပါမည်။ ကျွန်ုပ်တို့ မြေးအဖွားကို  
 သင့်တော်ရာ တစုံတခုကိုသာ ပေးခဲ့ပါ။ ရွှေခွက်ကိုယူသွားပါ”ဟု  
 ပြော၍ ရွှေခွက်ကို ဘုရားအလောင်း ရွဲကုန်သည်အား ပေးလိုက်  
 လေ၏။

ဘုရားအလောင်း ရွဲကုန်သည်သည် ရောင်းလို့ ရခဲ့ပြီးသော  
 ငွေငါးရာနှင့် ကျန်ရှိသေးသော ငါးရာတန်သော သူ၏ပစ္စည်း

အားလုံးတို့ကို မြေးအဖွား နှစ်ယောက်တို့အား ပေးလေ၏။ သူ၏ ချိန်ခွင်နှင့် လွယ်အိတ်၊ ကုတို့ခအတွက် ငွေရှစ်ကျပ်ပြန် တောင်းယူပြီးလျှင် အိမ်မှထွက်ကာ လျင်မြန်စွာ မြစ်ကမ်းပါးသို့ သွား၍ လှေသူကြီးအား ကုတို့ခ ငွေရှစ်ကျပ်ကိုပေးကာ လှေ စီး၍ မြစ်တဖက်ကမ်းသို့ ကူးသွားလေ၏။

မြေးအဖွား နှစ်ယောက်တို့အိမ်မှ ဘုရားအလောင်း ရွဲကုန် သည် ထွက်သွားပြီးနောက် လောဘကြီးသော ရွဲကုန်သည် တဖန် ပြန်ရောက်လာ၍ သင်တို့၏ခွက် ဘယ်မှာလဲ ယူခဲ့ပါ။ သင်တို့ကို နည်းနည်းပါးပါးတော့ ပေးမည်” ဟု ပြောဆိုလေ၏။

မြေးငယ်မသည် လောဘကြီးသော ထိုရွဲကုန်သည်ကို “သင် သည် အကျွန်ုပ်တို့၏ အဖိုးတသိန်း ထိုက်တန်သော ရွှေခွက်ကို နှစ်ပြားမျှ မတန်ဟု ပြောဆို၏။ သင်သည် သူတပါး ပစ္စည်းကို မတရားလိုချင်သော ယုတ်မာသော သူဖြစ်သည်” စသည်ဖြင့် ရေ ရွတ်ကြိမ်းမောင်း ပြောဆိုပြီးလျှင် “သင်၏အရှင်သခင်ဖြစ်သော တရားရှိသော ရွဲကုန်သည်က ငါတို့အား တထောင်ပေး၍ ရွှေခွက်ကို ယူသွားပြီ” ဟု ပြောလိုက်လေ၏။

ထိုစကားကို ကြားရသော ရွဲကုန်သည်မိုက်သည် အဖိုးတသိန်း ထိုက်တန်သော ရွှေခွက်မှ ဆုံးရှုံးခြင်းကြီး ဆုံးရှုံးရပေပြီဟု လွန်ကဲသော စိုးရိမ်ခြင်း ပူပန်ခြင်း ရှိသည်ဖြစ်၍ သတိမထားနိုင် တော့ပါပဲ ရောင်းလို့ရထားပြီး ပိုက်ဆံငွေများနှင့် မရောင်းရ သော ပစ္စည်းများကို မြေးအဖွားနှစ်ယောက်တို့၏ အိမ်တံခါးဝ



မှာ ပစ်လွှတ်ဖြန့်ကြဲလိုက်ပြီးလျှင် အဝတ်လည်း မပါနိုင်တော့ ပါပဲ ဘုရားလောင်း ရွဲကုန်သည်ကို ရိုက်သတ်ဖို့ရာ ချိန်ခွင်အရိုး ကို ကိုင်၍ ဘုရားလောင်း ရွဲကုန်သည်သွားရာ မြစ်ကမ်းပါးသို့ အပြေးလိုက်သွားလေ၏။

မြစ်ကမ်းတဖက်သို့ လှေဖြင့် ကူးနေသော ဘုရားလောင်း ရွဲကုန်သည်ကို မြင်ရသော ရွဲကုန်သည်မိုက်သည် “အို...ကုတို့ ပို့သောလှေဆရာ၊ ဒီဖက်ကမ်းကို ပြန်လှော်ခွဲပါဦး” ဟု ဟစ် အော်၍ ပြောလေ၏။ ဘုရားလောင်းက “ကုတို့ဆရာ ပြန်မလှည့်နဲ့ ဟိုမှာဖက်ကမ်းသို့သာ ဆက်လှော်ပါ” ဟု ဆို၍ တဖက်ကမ်းသို့ ကူးသွားလေ၏။

ရွဲကုန်သည်မိုက်သည် တဖက်ကမ်းသို့ လှေဖြင့် ကူးသွားသော ဘုရားလောင်း ရွဲကုန်သည်ကို မြင်ရသဖြင့် အားကြီးပြင်းထန် သော စိုးရိမ်ပူပန်ခြင်းဖြစ်လေ၏။ နှလုံး(ဟဒယ)ကဲ့၍ သွေးအန် ကာ မြစ်ကမ်းပါး၌ပင် ဘုရားလောင်းအား ရန်ညှိုးထား၍ သေ ဆုံးရလေ၏။ ဤရန်ညှိုးထားခြင်းသည် ဒေဝဒတ် အလောင်း ရွဲကုန်သည်မိုက်၏ ဘုရားအလောင်း အပေါ်ပထမဆုံးထားသော ရန်ညှိုးပင်ဖြစ်၏။ ဘုရားလောင်းသည် ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့ကို ပြုလုပ်၍ ကောင်းရာဘဝများသို့ ရောက်သွားလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားသည် ဤအတိတ် ဇာတ်ကြောင်း ဝတ္ထုကို ဟောကြားတော်မူပြီးလျှင် “သာသနာနှင့် တွေ့ကြုံခိုက်မှာ လုံ့လ ဝီရိယ လျော့၍ အားမထုတ်ပဲ နေသောရဟန်းသည် ကြာမြင့်စွာ သော ကာလပတ်လုံး ငရဲစသော အပါယ်ဘုံ ဘဝများသို့ ကျ

ရောက်၍ အကြိမ်ကြိမ်အဖန်ဖန် စိုးရိမ်ပူဆွေး ငိုကြွေးရလိမ့်မည်”  
ဟူသော ထိတ်လန့်ဖွယ်ကို သိစေလိုသောကြောင့်—

ဣဓ စေနံ ဝီရာဇေသိ- သဒ္ဓမ္မဿ နိယာမတံ၊  
စိရံ တံ အနုတပ္ပေသိ၊ သေရိဝါယံဝ ဝါဏိဇော။  
ဟူသော ဂါထာကို ဟောကြားတော်မူ၏။

ဣဓ- ဤသာသနာတော်၌၊ နေ နိယာမတံ- ထို လှေငယ် ဟု  
ဆိုအပ်သော သောတာပတ္တိမဂ်ကို၊ စေဝီရာဇေသိ- အကယ်၍  
ချို့ယွင်းစေသည်ဖြစ်အံ့၊ ဝါ-လွဲသွားစေသည်ဖြစ်အံ့၊ တံ-သင်  
သည်၊ စိရံ-ကြာမြင့်စွာ၊ အနုတပ္ပေသိ-အဖန်ဖန် အထပ်ထပ်စိုးရိမ်  
ပူဆွေးငိုကြွေးရလတံ့၊ ကောဝိယ- အဘယ်သူကဲ့သို့နည်း ဟူမူ  
ကား၊ သေရိဝေါ-သေရိဝ အမည်ရှိသော၊ အယံဝါဏိဇော၊  
ရထိုက်သည်ခိုက် မယူလိုက်ပဲ ရှောင်လွဲသွယ်စိုက် ဤရဲကုန်သည်  
မိုက်သည်။ အနုတပ္ပေသိဣဓ- အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် စိုးရိမ်ပူဆွေး  
ငိုကြွေးရသကဲ့သို့၊ အနုတပ္ပေသိ-အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် စိုးရိမ်  
ပူဆွေးငိုကြွေးရလတံ့။

ဤကမ္ဘာမှ ပြန်ရေသည်ရှိသော် ငါးကမ္ဘာအထက်ဖြစ်သော  
ရှေးအခါ၌ သေရိဝမည်သော ရဲကုန်သည်မိုက်သည် အဖိုးတသိန်း  
ထိုက်တန်သော ရွှေခွက်ကို ရဖို့ရာ ကြုံကြိုက်ပါလျက် ထိုရွှေခွက်ကို  
ရဖို့ရာ လုံ့လဝီရိယစိုက်၍ မယူလိုက်ခြင်းကြောင့် တသိန်းထိုက်  
သော ရွှေခွက်မှ ဆုံးရှုံးရ၍ များစွာပူပန်ရသကဲ့သို့၊ ဤသာသနာ  
တော်၌ အလွန်ရနိုင်ခဲ့သော အဖိုးတသိန်းထိုက်တန်သော ရွှေခွက်

နှင့်တူသော အရိယမဂ်ကို ဝီရိယလျော့၍ ရအောင် မယူလိုက်  
သည်ရှိသော်—

သင်ရဟန်းသည် ငရဲစသော အပါယ်ဘုံ ဘဝတို့၌ ကျရောက်  
၍ အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ပူပန်ရလိမ့်မည်ဟု အတိတ် ဇာတ်  
ကြောင်း ဆောင်ပြ၍ ဟောကြားတော်မူအပ်သော တရားတော်  
ဂါထာကို နာကြားရသော ရဟန်းသည် ဘဝသံသရာ၌ ပူပန်ရ  
မည့်ဘေးကို ထိတ်လန့်ကာ ကြိုးစားအားထုတ်လိုက်ရာ ရဟန္တာ  
ဖြစ်သွားလေ၏။

ဆောင်ပုဒ်....ရထိုက်သည်ခိုက်၊ မယူလိုက်၊ လူမိုက်- ရွဲကုန်  
သည်။

တသိန်းထိုက်လှ၊ ရွှေခွက်မှ၊ ရှုံးရပူပန်သည်။  
ထိုနည်းတူစွာ၊ သာသနာ၊ တွေ့ကာနေကြပြီ၊  
သာသနာတွေ့ခိုက်၊ တမင်၌၊ မဆိုက်စေခဲ့ပြီ၊  
ကုန်သည်ပမာ၊ ပူပန်ရာ၊ များစွာဖြစ်ပေမည်၊  
သာသနာတွေ့ခါ၊ ကြိုးစားပါ၊ ရဟန္တာ ဖြစ်  
နိုင်သည်။

ဒေဝဒတ်အလောင်း ရွဲကုန်သည်မိုက်၏ သွေးအန်ကာ ရင်ကွဲ  
နာကျ၍ သေဆုံးသွားရသည်အထိ ပြင်းထန်စွာ စိုးရိမ်ပူပန်ရ  
ခြင်း၏ အကြောင်းရင်းများမှာ သူတပါးပစ္စည်းကို ရောင်းဝယ်  
ယူရာ၌ သူ့ဘက် ကိုယ်ဘက် မျှတသော သဘောမရှိပါပဲ  
မတရားသော နည်းဖြင့် လိမ်ညာလှည့်ပတ်၍ ယူလိုသော ဝိသမ



လောဘ ဖြစ်ခြင်းသည် သေဆုံးရသည်အထိ ပြင်းထန်စွာ စိုးရိမ်ပူပန်ဖို့ရာ ပထမဆုံး အကြောင်းရင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဒေဝဒတ် အလောင်း ရွဲကုန်သည်သည် တသိန်းထိုက်တန်သော ရွှေခွက်ကို သူရလိုသည့်အတိုင်း မရလိုက်ပါပဲ ဘုရားလောင်း ရွဲကုန်သည်ရသွား၍ ဘုရားလောင်း ရွဲကုန်သည်ကို ညှဉ်းဆဲသတ်ဖြတ်လိုသော ပြင်းထန်သော ဒေါသဖြစ်ခြင်းသည် သေဆုံးရသည် အထိ ပြင်းထန်စွာ စိုးရိမ်ပူပန်ဖို့ရာ ဒုတိယ အကြောင်းရင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဒေဝဒတ် အလောင်း ရွဲကုန်သည်သည် တသိန်းထိုက်တန်သော ရွှေခွက်မှ ဆုံးရှုံးရခြင်းနှင့် ဘုရားလောင်းရွဲကုန်သည်ကို မညှဉ်းဆဲသတ်ဖြတ်ရခြင်းတို့ကြောင့် ပြင်းထန်သော သောကဖြစ်ခြင်းသည် သေဆုံးရသည်အထိ ပြင်းထန်စွာ စိုးရိမ်ပူပန် ဖို့ရာ တတိယ ဝိသမလောဘ အရင်းခံခြင်း၊ ရှေ့သွားခြင်း ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် နောက်လိုက်ကြမ်းတမ်း ပြစ်မှား တတ်သော ဒေါသ၊ စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်းသောကတို့ ဖြစ်ကြပြီးလျှင် လောကနှင့် ဓမ္မ၊ မျက်မှောက်ဘဝနှင့် သံသရာဘဝတို့၌ မရှုမလှ ဆုံးရှုံး နစ်နာကြရပေသည်။ တရားလိုလား၍ သံသရာကို ကြောက်လန့် ကြသော အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီးတို့ အတွက် သံဝေဂယူဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။

ပီတိသမ္ပောဇ္ဈင်ဖြစ်ဖွယ်ရာ နှလုံးသွင်းပါ

တရားအားထုတ်မှုမှစ၍ ကုသိုလ်ပြုဖွယ် ကိစ္စအဝဝတို့၌ အားထုတ်လိုသောစိတ်ဓာတ်များ လျော့လဲ ကျဆင်းလာသောအခါ

နှစ်သိမ့်အားရမှု ပီတိ(သမ္မောဇ္ဈင်)ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပွားများ၍ ကျဆင်းနေသော စိတ်ဓာတ်ကို ထက်သန်လာအောင် မြှင့်တင်ပေးရပါမည်။

မိမိအတွက်အရာရာတွင် ကျေးဇူးများခဲ့သော မြတ်စွာဘုရား၏ ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ တရားတော်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ သံဃာတော်များ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူး၊ မိဘဆရာသမားများ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ပွားများ၍ ကိုယ်စိတ်တို့၏ တက်ကြွခြင်းကို ဖြစ်စေတတ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှု ပီတိ(သမ္မောဇ္ဈင်)ကို ဖြစ်စေရပါသည်။

နှစ်သိမ့်အားရမှု ပီတိ(သမ္မောဇ္ဈင်)ဖြစ်လာသောအခါ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ တက်ကြွလာ၍ တရားအားထုတ်မှုမှ စ၍ ကုသိုလ်ပြုဖွယ်ကိစ္စအဝဝတို့၌ ကျဆင်းနေသောစိတ်ဓာတ်များ ပျောက်ကင်းပြီး တက်ကြွထက်သန်သော စိတ်ဓာတ်များ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါသည်။

ဘုရား တရား သံဃာတို့ကို ဆည်းကပ် ကိုးကွယ်ကြသော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဘုရား တရား သံဃာတို့၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို တရံတခါ စိပ်ပုတီးမပါပဲ နှလုံးသွင်း နေကြပါသည်။ တရံတခါ ဂုဏ်တော်များကို အာရုံပြု၍ ပုတီးစိပ်သော အားဖြင့် ပွားများကြပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ဆည်းကပ်ကိုးကွယ် နှလုံးသွင်းပွားများကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် အချို့သောပုဂ္ဂိုလ်များမှာ ဘေးအန္တရာယ်များကင်းခြင်း၊ ထူးထူးခြားခြား မိမိအလိုရှိရာကိစ္စများ ပြီးမြောက်သွားခြင်း၊ မိမိအလိုရှိရာ အကျိုး

စီးပွားများ ရရှိလာခြင်း စသည်တို့ကို ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့သိခံစားရရှိကြပါသည်။ အချို့ အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်များမှာမထင်မရှား တွေ့သိခံစားရရှိကြပါသည်။ သေသေချာချာ ပြန်ဆင်ခြင်ကြည့်မှ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းခြင်း၊ မိမိအလိုရှိရာ အကျိုးစီးပွားများပြည့်စုံရရှိလာခြင်းတို့ကို သိကြပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ဘုရား တရား သံဃာတို့၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ပွားများခြင်းကြောင့် မိမိမှာ အကျိုးတရားများ ရရှိခဲ့ပုံနှင့် ဘုရား တရား သံဃာဂုဏ်တော်တို့၏ ထူးကဲမွန်မြတ်သော တန်ခိုး အာနုဘော်ရှိတော်မူပုံတို့ကို နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်လိုက်သောအခါ မိမိတို့၏ ပါရမီအခြေခံအားလျော်စွာ နှစ်သိမ့်အားရမှု၊ ပီတိငါးမျိုးတို့တွင် တမျိုးမျိုး ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ပါသည်။ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ တက်ကြွ လက်သန်လာတတ်ပါသည်။ ကျဆင်းနေသော စိတ်ဓာတ်များ ပျောက်ကင်း သွားတတ်ပါသည်။

ပီတိ ၅-မျိုး

နှစ်သိမ့်အားရမှုပီတိသည် ငါးမျိုးရှိပါသည်။

- ၁။ ခုဒ္ဒိကာ ပီတိ-သေးငယ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှု၊
- ၂။ ခဏိကာပီတိ-ခဏခဏ အထပ်ထပ်ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှု၊
- ၃။ ဩက္ကန္တိကာပီတိ သက်ဝင်၍ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှု၊
- ၄။ ဥဗ္ဗေဂါပီတိ-အထက်သို့ကြွတက်သောနှစ်သိမ့်အားရမှု၊



၅။ ဖရဏာပိတိ-ဘကိုယ်လုံးပျံ့နှံ့၍ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်မှုအား ရမှု ဟူ၍ငါးမျိုးရှိပါသည်။

ခုဒ္ဒိကပိတိ-သေးငယ်သော နှစ်သိမ့်မှုအားရမှု ဟူသည် ခန္ဓာ ကိုယ်ထဲ၌ ဖျဉ်းကနဲကြက်သီးထခြင်း အသားများ ဆတ်ကနဲလှုပ်ခြင်း၊ မျက်ရည်ယိုကျလာခြင်း၊ ရင်ထဲ၌ လှိုက်ကနဲ ဖိုကနဲသိမ့်ကနဲ ဖြစ်ခြင်း တကြိမ်မျှဖြစ်၍ ပျောက်သွားသော နှစ်သိမ့် အားရမှု မျိုးဖြစ်ပါသည်။

### မျက်ရည် ၂-မျိုး

မျက်ရည်ကျခြင်းသည်၊ နှစ်မျိုးရှိပါသည် တရားကို ချစ်ခင် မြတ်နိုးနှစ်သက်၍ မျက်ရည်ကျခြင်းနှင့် မိဘ ဆွေမျိုး စည်းစိမ် ဥစ္စာတို့ သေကြေပျက်စီးခြင်းစသော အကြောင်းများကြောင့် မျက်ရည်ကျခြင်းဟူ၍ ၂-မျိုးရှိပါသည်။

ထိုနှစ်မျိုးတို့တွင် မိဘ ဆွေမျိုး စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့ သေကြေ ပျက်စီးခြင်းစသော အကြောင်းများကြောင့် ကျသောမျက်ရည် သည်ညစ်နွမ်း၏၊ မျက်ရည်ပူမည်၏၊ ကိလေသာတည်းဟူသော ရောဂါကင်းကြောင်းဆေးမဖြစ်၊ တရားကိုချစ်ခင်မြတ်နိုးနှစ်သက် ခြင်းကြောင့်ကျသောမျက်ရည်သည် မညစ်နွမ်း ဖြူစင်၏၊ အေး ချမ်း၏၊ ကိလေသာတည်းဟူသော ရောဂါကင်းကြောင်းဆေး ဖြစ်၏၊ ကုသိုလ်ဝိတ်ခတ်ကို တက်ကြွထက်သန်စေတတ်၏။

(မိလိန္ဒပဉ္စာ-၈၁)

ခဏိကာပီတိ-ခဏခဏအထပ်ထပ်ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှု ဟူသည် ကိုယ်ထဲ၌ နေရာအနှံ့အပြား ဖျဉ်းကနဲ ဖျဉ်းကနဲကြက် သီးထခြင်း၊ အသားများ ဆတ်ကနဲဆတ်ကနဲ လှုပ်ခြင်း၊ မျက် ရည်များ ထပ်တလဲလဲကျခြင်း၊ ရင်ထဲကလှိုက်ကနဲ ဖိုကနဲ သိမ့်က နဲဖြစ်ခြင်းတို့သည် ငါးများစွာရှိသော ရေဒိုင်ထဲမှ ငါးများက နေရာအနှံ့အပြားမှ ထ၍ထ၍ ပွက်နေသကဲ့သို့ အကြိမ်ကြိမ် အ ထပ်ထပ်ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှုမျိုးဖြစ်ပါသည်။

ဩက္ကန္တိကာ ပီတိ-သက်ဝင်၍ ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှုဟူ သည် တသိမ့်သိမ့် တစိမ့်စိမ့် တငြိမ့်ငြိမ့် ဖြစ်ပေါ်လာသော နှစ် သိမ့်အားရမှုတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်အထက်ပိုင်းခေါင်းမှစ၍ အောက် ပိုင်းသို့ သက်ဝင်၍ ကျသွားသလို၊ ခန္ဓာကိုယ် အောက်ပိုင်းမှ အထက်ပိုင်းသို့သက်ဝင်၍ တက်သွားသလိုဖြစ်ပြီး တကိုယ်လုံးကို လှမ်းခြုံ၍ တသိမ့်သိမ့် တစိမ့်စိမ့် တငြိမ့်ငြိမ့် ဖြစ်ပြီးလျှင် ပျက် ပျက်သွားသော နှစ်သိမ့်အားရမှုမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ဥဗ္ဗေဂါ ပီတိ- အထက်သို့ ကြွတက်သော နှစ်သိမ့်အားရမှု ဟူသည် မိမိခန္ဓာကိုယ် အနေအထား ဘယ်လိုဖြစ်နေသည် ဟူ၍ ပင် မသိနိုင်အောင် အားကြီးသော နှစ်သိမ့် အားရမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာပြီးလျှင် ခန္ဓာကိုယ် တကိုယ်လုံးဖြစ်စေ၊ လက်စသော ကိုယ်အင်္ဂါ တခုခုဖြစ်စေ၊ အထက်သို့ကြွ၍လည်း မြောက်တက်နေ တတ်ပါသည်။ ဘေးသို့ လှင့်စင်၍လည်း ထွက်သွား တတ်ပါ သည်။ ဤကဲ့သို့ လှင့်စင်တက်ကြွသော နှစ်သိမ့် အားရမှုမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ဤဥဗ္ဗေဂါ ပီတိဖြစ်လာသောအခါ တရားထိုင်မှတ်နေစဉ် မှာဖြစ်စေ၊ စင်္ကြံ(လမ်း)လျှောက် မှတ်နေစဉ်မှာဖြစ်စေ၊ ဘေးသို့ လွှင့်ထွက် စင်ထွက်သွားတတ် ပါသည်။ ဤပီတိ အားကောင်းသော အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ ငါးပေ-ခြောက်ပေ-ဆယ်ပေ ခန့် လွှင့်စင်၍ ထွက်သွားတတ်ကြပါသည်။

ဤပီတိ အားနည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာ လက်ခြေတို့ကို တစုံတယောက်သောသူက ဆွဲဆန့်လိုက်သလို ပြုတ်ထွက်သွားသလို ဆတ်ကနဲ ဖြစ်ကာ ခန္ဓာကိုယ် အပြင်ဘက်သို့ အမြန်ဆန့်သွား ထွက်သွား တတ်ကြပါသည်။ သို့အလိုလို လက်မောင်းလက်ရုံး များ ကြွနေ မြောက်နေတတ်ကြပါသည်။

ဥဗ္ဗေဂါပီတိ အားကောင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကောင်းကင်သို့ပြန်တက်၍ အလိုရှိရာ စိတ်ညွတ်ရာသို့ ရောက်သွားတတ် ကြပါသည်။

ရှေးအခါက သီဟိုဠ်ကျွန်း (သီရိလင်္ကာ)မှာ ဥဗ္ဗေဂါ ပီတိ အားကောင်းသူအမျိုးသမီးတစ်ယောက်သည် တောင်ထိပ်စေတီ ပဲ့တော် ကျင်းပရာသို့ ဥဗ္ဗေဂါပီတိအဟုန်ကြောင့် ကောင်းကင်သို့ ပြန်တက်သွားတဲ့အကြောင်း အဋ္ဌကထာ ဆရာများ ဖွင့်ပြ ထားကြပါသည်။ (အဋ္ဌသာလိနီ-ဋ္ဌ-၁၅၉)

အခါတပါး သီဟိုဠ်ကျွန်း (သီရိလင်္ကာ)တွင် ဝတ္တကာလုက အမည်ရှိသောရှာ၌ ကိုယ်ဝန် အရင့်အမာရှိသော အမျိုးသမီး တစ်ယောက်သည် အမိအဖများနှင့် အတူတကွ နေထိုင်လေ၏။



ထိုသို့နေရာမှာ တနေသောအခါ မိမိတို့အိမ်မှ မျှော်၍ဖူးမြင်နိုင်သော တောင်ထိပ်စေတီ၌ ဘုရားပွဲကျင်းပလေ၏။

မိခင်ဖခင်တို့သည် ညဉ့်အခါ တောင်ထိပ်စေတီ ဘုရားပွဲသို့ တရားနာ သွားကာနီးမှာ “သမီး-သမီးသည် ကိုယ်ဝန် အရင်းအမာရီနေသည်ဖြစ်၍ ညဉ့်အခါ သွားလာဖို့ရာ မသင့်၊ သမီးအတွက် တရားပို့၍ နာခဲမည် အိမ်မှာပင် နေရစ်ပါ” ဟုပြောဆို မှာကြား၍ တောင်ထိပ်စေတီ ဘုရားပွဲတော်သို့ တရားနာ သွားကြလေ၏။

အမျိုးသမီးသည် တောင်ထိပ်စေတီ ဘုရားပွဲတော်သို့ မိခင်ဖခင်တို့နှင့် အတူတကွ အလွန်ပင် သွားလိုလှပါ သော်လည်း အမိအဖတို့၏ စကားကို မငြင်းဆန် မပယ်ဝံ့သည်ဖြစ်၍ နေခဲရလေ၏။

အမိအဖတို့ သွားကြပြီးသောအခါ အိမ်တံခါးဝကရပ်လျက် တောင်ထိပ်စေတီ ရင်ပြင်ကို မျှော်ကြည့် လိုက်သည် ရှိသော် တောင်ထိပ်စေတီ၌ ပွဲတော်ကျင်းပနေပုံကို လရောင်ဖြင့် ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့မြင်ရလေ၏။

သိမီးတို့ဖြင့် ညှိထွန်းပူဇော်ထားသော ပုလဲအစု အပုံကဲ့သို့ အလွန်ကြည်ညိုဖွယ် ကောင်းသော စေတီတော်ကိုလည်း ဖူးမြင်ရ၏။ ဘုရားဖူးပရိသတ်များစွာတို့သည် တောင်ထိပ် စေတီတော်ကို လကျော်ရစ်လှည့်၍ ပန်းနံ့သာတို့ဖြင့် ပူဇော် နေကြသည်ကိုလည်း တွေ့မြင်ရ၏။ ရဟန်းသံဃာတော်တို့ စုပေါင်း၍ ရွတ်ဆို (သဒုဇ္ဈာယ်)နေကြသော အသံကိုလဲ ကြားနေရ၏။

ထိုအခါ အလွန်ကြည်ညိုဖွယ် ကောင်းသော ပုလဲအစုနှင့် တူသော တောင်ထိပ်စေတီကို ဖူးမျှော်နေစဉ်မှာပင် အလွန် ကြည်ညိုနှစ်သိမ့် အားရမှု ဥဗ္ဗေဂါ ပီတိသည် အမျိုးသမီး၏ သန္တာန်၌ ဖြစ်လာလေ၏။ အမျိုးသမီးသည် ကောင်းကင်သို့ ပျံတက်၍ ကောင်းကင်ခရီးဖြင့် အမိအဖတို့ မရောက်သေးမီ စေတီရင်ပြင်သို့ရောက်ကာ စေတီကို ရှိခိုးကန်တော့ပြီး တရားနာ ၍ နေလေ၏။

ထို့နောင်မှ အမိအဖများ ရောက်လာ၍ သမီးကို မြင်သော အခါ အံ့သြစွာဖြင့် “သမီး...သင်ဘယ်လမ်းက လာခဲ့သနည်း” ဟု မေးကြလေကုန်၏။ “သမီး...ကောင်းကင် ခရီးဖြင့် လာခဲ့ပါ သည်။ မြေလမ်းခရီးဖြင့်လာခဲ့တာ မဟုတ်ပါ” ဟု ပြောလေ၏။

“ငါ့သမီး...ကောင်းကင် ခရီးဆိုသည်မှာ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ သွားလာရာ ခရီးဖြစ်သည်။ သမီးဘယ်လမ်းခရီးက လာခဲ့သည် ကို မှန်မှန်ပြောပါ” ဟု ထပ်၍ မေးကြလေကုန်၏။

“လရောင်ဖြင့် တောင်ထိပ်စေတီကို သမီးရပ်၍ မျှော်ကြည့်နေ စဉ်မှာပင် အားကြီးသော နှစ်သိမ့်မှု(ပီတိ)များ ဖြစ်လာပါသည်။ ထို့နောက် သမီးကိုယ်ကို သမီးကိုယ်တိုင် ရပ်နေတယ် ထိုင်နေ တယ်ဟူ၍ မသိတော့ပါပဲ ကောင်းကင်သို့ပျံတက်၍ တောင် ထိပ်စေတီ ရင်ပြင်၌ ကျရောက်တည်ရှိလာခြင်း ဖြစ်ပါသည်” ဟု အမိအဖတို့ကို အမှန်အတိုင်း ပြောပြလေ၏။

အားကောင်းသော ဥဗ္ဗေဂါပီတိသည် ဤကဲ့သို့ အထက်  
ကောင်းကင်သို့ ပျံတက်သွားစေ တတ်ပါသည်။ ရှေးအခါက  
ဥဗ္ဗေဂါပီတိဖြင့် အထက်ကောင်းကင်သို့ ပျံတက်သွားကြသော  
ရဟန်းတော်များလည်း ရှိခဲ့ဖူးကြပါသည်။

ဖရဏာပီတိ- တကိုယ်လုံးပျံ့နှံ့၍ ဖြစ်သော နှစ်သိမ့်အားရမှု  
ဟူသည် အေးစိမ့်လျက် အလွန်ကောင်းသော အတွေ့တို့သည်  
ဝါဂ္ဂုမ်းအစုကို ဆီထိသွားသကဲ့သို့ တကိုယ်လုံး၌ ပျံ့နှံ့လျက်ဖြစ်ကြ  
ကုန်၏။ ထိုပီတိဖြစ်နေသော အခိုက်အတန့်၌ ဘယ်ကိုယ်အမှုအရာ  
ဘယ်နှုတ်အမှုအရာကိုမျှ မလှုပ်နိုင် မျက်တောင်ကိုပင် မခပ်နိုင်  
လောက်အောင် အေးစိမ့် နှစ်သိမ့် အားရမှုမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

### ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်ပွယ်ရာ နှလုံးသွင်းပါ

တရားအားထုတ်မှုမှစ၍ ကုသိုလ်ပြုဖွယ် ကိစ္စ အဝဝဘို့၌  
အားထုတ်လိုသော စိတ်ဓာတ်များ လျော့ရဲ ကျဆင်းလာသော  
အခါ တရားသဘော အမှန်များကို ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်မှု ဓမ္မ-  
ဝိစယ(သမ္မောဇ္ဈင်)ဖြစ်အောင် ဆင်ခြင်ပွားများ၍ ကျဆင်း  
နေသော စိတ်ဓာတ်ကို ထက်သန်လာအောင် မြှင့်တင်ပေးရ  
ပါသည်။

တရားအားထုတ်နေသော အို- ယောဂီ သူတော်ကောင်း  
လင့်သန္တာန်၌ အိုခြင်းသဘောရှိနေသည်။ အိုခြင်း သဘောကို  
သင်ဘယ်လိုနည်းနဲ့မျှ ရှောင်ကွင်းလို့ မရ၊ ကေန့်မုချ အိုခြင်း



သဘောနှင့် တွေ့ရမည်။ ကိုယ့်ခန္ဓာကိုယ်ကိစ္စကို မရွက်ဆောင်  
နိုင်လောက်အောင် အိုခြင်းသဘောနှင့် တွေ့ရပေဦးမည်။

သင် တကယ်အိုလာသောအခါ ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း သွားရာ  
ရပ်ရာ ထိုင်ရာ လျောင်းရာစသည်တို့၌ အလွန်လေးလံ၍ ပင်ပန်း  
ကြီးစွာ သွားလာနေထိုင်ရသဖြင့် တရားကို အားထုတ်နိုင်တော့  
မည်မဟုတ်ပေ။ စိတ်ကလည်း မေ့မေ့လျော့လျော့ တွေ့တွေ့ဝေဝေ  
ဖြစ်လာ၍ ဘာကိုမျှမှတ်သားလို့မရသဖြင့် တရားကို အားထုတ်နိုင်  
တော့မည် မဟုတ်ပေ။ တရားလက်လွှတ်၍ နေရသောအဖြစ်သို့  
ရောက်ရပေတော့မည်။

“မအိုသေးခင် တရားကို ကြိုးကြိုးစားစား သင်အားထုတ်  
သင့်ပေသည်” ဟု ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းကာ၊ မေ့ဝိစယ  
(သမ္မောဇ္ဈင်) ကို ဖြစ်စေ၍ ကျဆင်းနေသော စိတ်ဓာတ်ကို  
ထက်သန်လာအောင် မြှင့်တင်ပေးရပါမည်။

ဆောင်ပုဒ်—အိုရမည့်ဘေး၊ မရောက်သေး၊ မျှော်တွေး  
ဆင်ခြင်ပါ။

မအိုသေးခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်ပြေလှသည်။  
အိုသောခါတွင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်မပြေပြီ။  
အိုသောခါမှ၊ တရားမရ၊ မှားကြပါလိမ့်မည်။

တရားအားထုတ်နေသော အို—ယောဂီ သူတော်ကောင်း  
သင့်သန္တာန်၌ နာခြင်းသဘောရှိနေသည်။ နာရခြင်းသဘောကို  
သင်ဘယ်လိုနည်းနှင့်မျှ ရှောင်ကွင်းလို့မရ၊ ကေန့်မုချ နာရခြင်း

သဘောနှင့် တွေ့ရပေမည်။ ကိုယ့်အားဖြင့်ကိုယ် မထနိုင်တော့ ပါပဲ အိပ်ရာထဲမှာ လဲလျောင်းနေရသည်ထိ နာခြင်းသဘော နှင့် တွေ့ရပေဦးမည်။

နာခြင်းသဘော တကယ်နှိပ်စက်လာသောအခါ အားထုတ် ထားသော သမာဓိပညာ အခြေခံမရှိထားပါက ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲဖြစ်ပြီး တရားရုဗ္ဗုတ်လို့ ရနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပေ။ တရားလက်လွှတ်ကာ စိုးရိမ်ခြင်းသောကာ၊ ငိုကြွေးခြင်း ပရိဒေဝ တို့သာ ဖြစ်၍နေရပေလိမ့်မည်။

သို့ဖြစ်၍ “မနာသေးခင် အနာရောဂါ မဖိစီးသေးခင် တရား ကို ကြိုးကြိုးစားစား သင်အားထုတ်သင့်ပေသည်” ဟု ပညာ ဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းကာ ဓမ္မဝိစယ သမ္မောဇ္ဈင်ကို ဖြစ်စေ၍ ကျဆင်းနေသော စိတ်ဓာတ်ကို ထက်သန်လာအောင် မြှင့်တင် ပေးရမည်။

ဆောင်ပုဒ်—နာရမည့်ဘေး၊ မရောက်သေး၊ မျှော်တွေး ဆင်ခြင်ပါ။

မနာသေးခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်ပြေလှသည်။  
နာသောခါတွင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်မပြေပြီ။  
နာသောခါမှ၊ တရားမရ၊ မှားကြပါလိမ့်မည်။

တရားအားထုတ်နေသော အို- ယောဂီ သူတော်ကောင်း သင့်သန္တာန်၌ သေခြင်းသဘောရှိနေသည်။ သေခြင်းသဘောကို သင်ဘယ်လိုနည်းနှင့်မျှ ရှောင်ကွင်းလို့မရ၊ ကေန့်မုချ သေခြင်း

၁၄၈.      အမှန်တရားမြင်ရေး ထောက်ပံ့ပေး

သဘောနှင့် တွေ့ရပေဦးမည်။ သေခါနီးအချိန်သို့ ရောက်လာ၍  
သေလောက်အောင် ပြင်းထန်သော ရောဂါနှိပ်စက်ခြင်းကို ခံရ  
သောအခါ တရားမမှတ်နိုင်ပါပဲ တရားလက်လွှတ်၍ တွေ့တွေ့  
ဝေစေသေရပါလျှင် သင်အပါယ်ငရဲသို့ ကျသွားရပေတော့မည်။

သို့ဖြစ်၍ “မသေသေးမီအသက်ရှင်နေခိုက်မှာ အပါယ်တံခါး  
ပိတ်သွားသည်အထိ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားတို့ကို ကြိုးကြိုး  
စားစား အားထုတ်သင့်ပေသည်” ဟု ပညာဖြင့် ဆင်ခြင်နှလုံး  
သွင်းကာ ဓမ္မဝိစယသမ္မောဇ္ဈင်ကို ဖြစ်စေ၍ ကျဆင်းနေသော  
စိတ်ဓာတ်ကို ထက်သန်လာအောင် မြှင့်တင်ပေးရပါမည်။

ဆောင်ပုဒ်—သေရမည့်ဘေး၊ မရောက်သေး၊ မျှော်တွေး  
ဆင်ခြင်ပါ။

မသေသေးခင်၊ တရားဝင်၊ အဆင်ပြေလှသည်။  
သေခါနီးတွင်၊ တွေ့ဝေလျှင်၊ အဆင်မပြေပြီ။  
သေသောခါမှ၊ တရားမရ၊ မှားကြပါလိမ့်မည်။

ဆဋ္ဌမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း  
ပြီးပါပြီ။



## သတ္တမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

ကာယေစ ဇီဝိတေ စ အနုပေက္ခတံ ဥပဋ္ဌာပေတိ။

ကာယေစ၊ ကိုယ်၌လည်းကောင်း။ ဇီဝိတေစ၊ အသက်၌လည်းကောင်း။ အနုပေက္ခတံ၊ မငဲ့ကွက် မတွယ်တာခြင်းကို။ ဥပဋ္ဌာပေတိ၊ ဖြစ်စေ၏။

အစမထင် သံသရာမှစ၍ ဤကိုယ်နှင့် ဤအသက်ကိုရခဲ့သော ဘဝပေါင်းမှာ မရေတွက်နိုင်အောင် များခဲ့လှပါပြီ။ တရားထူး တရားမြတ်များကို ရရှိခဲ့သောဘဝများ မရှိခဲ့၍သာ ယခုဘဝ ထိအောင် အိုရခြင်း နာရခြင်း သေရခြင်း စိုးရိမ်ပူဆွေးရခြင်း ငိုကြွေးရခြင်း စသော သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ ဒုက္ခအမျိုးမျိုးတို့ကို ခံစားနေရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ယခုလို “အသိဉာဏ်နှင့်ပြည့်စုံသော လူ့ဘဝကိုရရှိထားခိုက် အသက်လည်းရှင်နေခိုက်၊ သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာတရားတို့ကိုလည်း နာကြားနေရခိုက်၊ သာသနာတော်ကြီးနှင့်လည်း တွေ့ကြုံနေရ ခိုက်မှာ ဒီကိုယ်နှင့် ဒီအသက်ကို ငဲ့ကွက်နေဖို့မသင့် တရားထူး တရားမြတ်များ ရရှိအောင် အားထုတ်ဖို့သာ သင့်ပေသည်” ဟု နှလုံးသွင်း၍ အားထုတ်ခြင်းသည် ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း တပါးပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ကိုယ်နှင့်အသက်၊ မငဲ့ကွက်၊ ရက်စက်နိုင်ရမည်။  
(စည်)

## ကိုယ်နှင့်အသက်ကို ငဲ့တတ်ပုံများ

အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဣရိယာပုထ်ကို ပြောင်းလဲ၍ ချမ်းသာစွာနေလေ့ရှိကြ၏။ ထိုင်နေရာ၌ နံနံပူလာလျှင်ညောင်းလာလျှင် တဖက်သို့ ပြောင်းလဲ၍ သော်လည်းကောင်း၊ မတ်တတ်စပ်၍ သော်လည်းကောင်း၊ ပြုပြင်ပြောင်းလဲ၍ နေလိုက်ကြ၏။ မတ်တတ်စပ်၍ နံနံညောင်းလာပြန်လျှင် ထိုင်ချ၍ သော်လည်းကောင်း၊ လမ်းလျှောက်၍ သော်လည်းကောင်း၊ လျောင်းအိပ်ချ၍ သော်လည်းကောင်း၊ ပြုပြင် ပြောင်းလဲ၍ ချမ်းသာအောင် နေလိုက်ကြ၏။

ဤကဲ့သို့ ချမ်းသာအောင် နေတတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားအားထုတ်သောအခါ တနာရီ မလှုပ်မယှက် ငြိမ်သက်စွာ ထိုင်ရသောကြောင့် အညောင်းအကိုက်တွေ့စွဲကပ်ခြင်း ဆီးငမ်းချုပ်ခြင်းများ ဖြစ်လာပြီး ကျန်းမာရေးထိခိုက်၍ အသက်များ တိုသွားမည်လားဟု ကြောင့်ကြပူပန်မှုများ မသိမသာ မကြာခဏဝင်နေသည်ဖြစ်၍ ကိုယ်နှင့်အသက်ကို ငဲ့ကွက်နေသောကြောင့် ဣန္ဒြေစွမ်းအင်မထက် တရားမတက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။

အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် အိပ်ချိန် များများထား၍ ချမ်းသာစွာ နေလေ့ရှိကြ၏။ တရား အားထုတ်သောအခါ တနေ့မှာ လေးနာရီ၊ ငါးနာရီမျှသာအိပ်ချိန်ထား၍ အားထုတ်ရသောကြောင့် အိပ်ရေးပျက်သဖြင့် ကျန်းမာရေးထိခိုက်ပြီး အသက်များ တိုသွားမလားဟု ကြောင့်ကြပူပန်မှုများ မသိ

မသာ မကြာခဏ ငင်နေသည်ဖြစ်၍ ကိုယ်နှင့် အသက်ကို  
ငဲ့ကွက်နေသောကြောင့် ဣန္ဒြေမထက် တရားမဘက်ပဲ ဖြစ်နေ  
တတ်ကြပါသည်။

စိတ်ဖြင့်သာ ပြုလုပ်အားထုတ်ရသော သမထ ဝိပဿနာ  
တရားတို့ကို အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် စိတ်ပူပန်  
ကြောင့်ကြမှု နဲနဲလေးဖြစ်တာနဲ့ ရှုမှတ်မှု၏ အနှောင့်အယှက်  
ဖြစ်၍ ဣန္ဒြေမထက် တရားမဘက်ပဲ ဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။

ဝိပဿနာတရားအားထုတ်၍ ဉာဏ်စဉ် အဆင့်ဆင့်တက်ကာ  
ဘင်္ဂဉာဏ်သို့ရောက်လာသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ရှုမှတ်ချက်  
တိုင်းမှာ အပျက်ကိုသာတွေ့ရသောကြောင့် အာတစ်ခုမျှ အခိုင်  
အမာ အားကိုးဖွယ်ရာမရှိ၊ အမြဲကုန်ပျောက် သေကြေပျက်စီး  
နေသော ကိုယ်နှင့်အသက်ဖြစ်၏။ ဘာမျှ ငဲ့ကွက်ဖွယ်ရာမရှိဟု  
ထင်မြင်လာကြသည်ဖြစ်၍ ကိုယ်နှင့်အသက်ကို ငဲ့ကွက်ပဲ ရှုမှတ်  
သွားနိုင်တတ်ကြပါသည်။

အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားအားမထုတ်မီ  
ကပင် ဒူးနာခြင်း ရင်အောင့်ခြင်းစသော ရောဂါများ ရှိနေကြ  
ပါသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သမာဓိဉာဏ် မရင့်သန်သေးမီ  
နာကျင်မှု ကိုက်ခဲမှု အောင့်မှုတို့ကို သည်းမခံနိုင်၍ ခဏခဏ  
ပြင်၍ ထိုင်ကြရ၏။

သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်၍ ဘင်္ဂဉာဏ်စသည်သို့ ရောက်သော  
အခါ တရားရှုမှတ်လို့ ကောင်းနေစဉ်မှာပင် ဒူးကဲ့ထွက် သွား



မလောက်၊ ရင်အောင့်ခြင်း စသည်တို့ကြောင့် အသက်ပင် သေ  
သွားရမလောက် ရောဂါဝေဒနာများ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖြစ်  
လာတတ်ကြပါသည်။

ထိုသို့ ဖြစ်လာသောအခါ အချို့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်တို့  
သည် ဒူးကဲ့ချင် ကဲ့ထွက်သွားပါစေ၊ အသက်ပင် သေချင်သေ  
သွားပါစေတော့ အမှတ်ကို မဖျက်တော့ဘူး၊ ခန္ဓာကိုယ် ဣရိယာ  
ပုထ်ကို မပြင်တော့ဘူးဟု ကိုယ်နှင့်အသက်ကို မငဲ့ကွက်ချင်သော  
စိတ်ဓာတ်များ ပေါ်လာပြီး ဆက်လက်၍ မှတ်သွားကြသော  
ကြောင့် တရားအားမထုတ်မီက စွဲကပ်နေသော ရောဂါ ဝေဒ  
နာများ ပျောက်ကင်းသွားတတ်ကြပါသည်။

သတ္တမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း  
ပြီးပါပြီ။

## အဋ္ဌမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

တတ္ထ ၈ အဘိဘုယျ နေက္ခမေေန။

တတ္ထ၊ ထိုသို့ ကိုယ်နှင့်အသက်ကို မငဲ့ကွက်ပဲအားထုတ်ရာ၌။ ဥပ္ပန္နုပ္ပန္နံ၊ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်းသော။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲကို။ နေက္ခမေေန၊ ပျင်းရိခြင်းမှ လွတ်မြောက်ကြောင်းဖြစ်သော ဝိပဿနာဝီရိယ ဖြင့်။ အဘိဘုယျစ၊ လွှမ်းမိုးပယ်ဖျောက်၍လည်း။ သမ္မာဒေတိ၊ ဘာဝနာကိုပြီးစေ၏။ ဝါ၊ ဣန္ဒြေကို ထက်စေ၏။

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ဉာဏ် စဉ်အားလျော်စွာ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အောင့်ခြင်း၊ လေးလံ တင်းကြပ်ခြင်းစသော ဝေဒနာများ မခံသာအောင် ပြင်းပြင်း ထန်ထန် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်ကြကုန်၏။ တရံတခါ ထိုဝေဒနာ များကို စူးစူးစိုက်စိုက် မှတ်သော်လည်း လျော့သွားခြင်း မရှိ ပါပဲ တိုး၍တိုး၍သာ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းစသော ဝေဒနာများ ဖြစ်လာတတ်ကြ၏။ ထိုအခါ အားမထုတ်ချင်တော့ပဲ ပျင်းရိ ငြီးငွေ့ခြင်းများ ဖြစ်လာတတ်ကြကုန်၏။

ယင်းကဲ့သို့ ရှုမှတ်နေစဉ်မှာ ပြင်းထန်စွာသော ဆင်းရဲဝေဒ နာများနှင့် ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းတို့ကို လွှမ်းမိုးလွန်မြောက်သွားရ အောင် ဝိပဿနာလုံ့လဝီရိယဖြင့် ကြောင့်ကြဇိုက်၍ စူးစူး စိုက်စိုက် ရှုမှတ်ရပါသည်။ ဤကဲ့သို့ ပြင်းထန်သော ဆင်းရဲ

ဝေဒနာများနှင့် ပျင်းရိခြင်းတို့ကို လွှမ်းမိုး လွန်မြောက်သွား  
အောင် ဝိပဿနာလုံ့လဝီရိယဖြင့် အထူး ကြောင့်ကြံစိုက်၍  
ရှုမှတ်ခြင်းသည် ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်ကြောင်း တပါးပင် ဖြစ်  
ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ရှုစဉ်ပေါ်ရိုး၊ ဆင်းရဲမျိုး၊ လွှမ်းမိုးနိုင်ရမည်။  
(စည်)

ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မပြတ်  
မလပ် ရှုမှတ်၍ ငါးရက် ခြောက်ရက်လောက် ရလာသောအခါ  
စိတ်တည်ငြိမ်မှုများ ဖြစ်လာပြီးလျှင် တရားရှုမှတ်လို့ အသင့်  
အတင့်ကောင်းလာတတ်ပါသည်။ မှတ်စရာကတခု မှတ်နေတာက  
တခုပဲဟု ခွဲခြား၍ သိလာတတ်ပါသည်။ မွေးမွေးမှိန်မှိန်အရောင်  
ကလေးများကိုလည်း တွေ့မြင်လာတတ်ပါသည်။

ထို့နောက် ဆက်လက်၍ ရှုမှတ်သောအခါ မှတ်လို့ ပိုကောင်း  
လာပြီးလျှင် မှတ်စရာအာရုံတွေရှိနေလို့ မှတ်နေရတာပဲ၊ မှတ်စရာ  
အာရုံအကြောင်းကြောင့် အကျိုးမှတ်သိစိတ်တွေ ဖြစ်နေတာပဲဟု  
အကြောင်းနှင့်အကျိုးဆက်စပ်၍ သိလာတတ်ပါသည်။ စိတ်ဝင်  
စားဖွယ်ရာ စိမ်းစိမ်းပြာပြာ၊ ဝါဝါစသော အရောင်များတို့ကို  
လည်းကောင်း၊ ကျောင်း၊ ဘုရား၊ စေတီ၊ နတ်သမီး၊ နတ်သားစ  
သည်များကိုလည်းကောင်း တွေ့မြင် လာတတ်၏။ တရံတခါ  
နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းစသော ဝေဒနာများလည်း ဖြစ်လာတတ်၏။



ထို့နောက် ဆက်လက်၍ မှတ်သောအခါ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အောင့်ခြင်း၊ လေးလံထိုင်းမှိုင်းခြင်း၊ တင်းကြပ်ခြင်း စသော ဒုက္ခဝေဒနာများ မခံသာအောင် ပြင်းပြင်း ထန်ထန် တစ်ကိုယ်လုံး အနှံ့အပြားဖြစ်ပေါ်လာတတ်ကြ၏။ တစ်ကိုယ်လုံးမှာ ဆင်းရဲချည်းပါလားဟူ၍လည်း သုံးသပ် ဆင်ခြင်မိတတ်၏။

နာကျင် ကိုက်ခဲခြင်း စသော ဝေဒနာများကို ငါးချက်၊ ခြောက်ချက်၊ ဆယ်ချက်လောက်ခန့် ရှုမှတ်လိုက်သောအခါ ပျောက်သွားပြီး ခန္ဓာကိုယ် တနေရာရာမှ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း စသော ဝေဒနာများ ပေါ်လာပြန်၍ ပြောင်းရွှေ့ကာ မှတ်ရပြန်သည်။ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်းစသော ဝေဒနာတို့သည် တနေရာထဲမှာ အမြဲဖြစ်တာမဟုတ်ပါလား၊ နေရာအနှံ့အပြား ပြောင်းရွှေ့၍ ဖြစ်ပေါ်နေပါလား၊ မြဲတာမဟုတ်ပါလားဟူ၍လည်း သုံးသပ် ဆင်ခြင်မိတတ်၏။

ဘယ်လိုမှ မနာမကျင် မကိုက်ခဲအောင် ပြုလုပ်ကာကွယ်လို့ မရပါလား၊ သို့သဘောအတိုင်း နာကျင်ကိုက်ခဲနေပါကလားဟူ၍လည်း သုံးသပ်ဆင်ခြင်မိတတ်၏။ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲခြင်းများပင် ဖြစ်တာများ၍ အလွန်ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းများလည်း ဖြစ်လာတတ်၏။

ဤကဲ့သို့ ပျင်းရိငြီးငွေ့ခြင်းဖြစ်လာသောအခါ စိတ်၏ အလိုသို့လိုက်ကာ မမှတ်ပဲမနေသင့်၊ ပေါ်ရာ ပေါ်ရာ အာရုံတို့ကို အထူးကြောင့်ကြစိုက်၍ စူးစူးစိုက်စိုက်မှတ်ပေးရပါသည်။ စင်္ကြံအမှတ်များကိုလည်း ရိုရိုသေသေ အထူးကြောင့်ကြစိုက်၍ မှတ်ပေးရပါသည်။ ကွေးတာ၊ ဆန့်တာ၊ ကိုင်တာ၊ ယူတာ စသော

အသေးစိတ် အမှတ်များကိုလည်း တတ်နိုင်သမျှ ရှိရှိသေသေမှတ်ပေးရပါသည်။

စင်္ကြံအမှတ်နှင့် အသေးစိတ် အမှတ်တို့ကို အထူးရှိရှိသေသေမှတ်ပေးသဖြင့် စင်္ကြံအမှတ်နှင့် အသေးစိတ် အမှတ်တို့ ကောင်းလာသောအခါ ထိုင်မှတ်ရာမှာလည်း အမှတ်များ ကောင်းလာပြီးလျှင် နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း စသော ဆင်းရဲဒုက္ခဝေဒနာ တို့ကိုလည်းလွှမ်းမိုးကျော်လွန်၍ သွားနိုင်ကြပါသည်။ ပျင်းရိ ငြီးငွေ့ခြင်းတို့ကိုလည်း လွှမ်းမိုးကျော်လွန်သွားနိုင်ကြပါသည်။

ဒုက္ခဝေဒနာတို့သည် တရားအားမထုတ်မီထဲက ရှိခဲ့သော ဝေဒနာဟောင်းများကတမျိုး၊ တရားရှုမှတ် အားထုတ်သော အခါကျမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာများကတမျိုးဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ ထိုနှစ်မျိုးတို့တွင် တရားရှုမှတ် အားထုတ်စဉ်အခါ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဝေဒနာမျိုးတို့ကို လွှမ်းမိုး ကျော်လွန်သွားအောင် ရှုမှတ်နိုင်ဖို့ရာ အထူးအရေးကြီးလှပါသည်။

ရှုမှတ်စဉ်အခါ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဆင်းရဲဒုက္ခဝေဒနာတို့ကို လွှမ်းမိုးကျော်လွန်အောင် မှတ်နိုင်ပြီးသောအခါ တရားအားမထုတ်မီကရှိခဲ့သော ဝေဒနာဟောင်းတို့ကို မှတ်နိုင်လာပြီးလျှင် တဖြည်းဖြည်း လွှမ်းမိုးကျော်လွန် သွားတတ်ပါသည်။ သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်သို့ရောက်သောအခါ ဝေဒနာဟောင်းများ လုံးဝပျောက်ကင်းသွားတာကို ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များကိုယ်တိုင် တွေ့ကြရပါသည်။

အဋ္ဌမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်းပြီးပါပြီ။

## ၇၀၆ ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း

အန္တရာ ၈ အပျောသာနေနု။

အန္တရာ၊ မဂ်ဖိုလ်မရောက်သေးမီအတွင်း၌၊ အပျောသာနေနု၊ အဆုံးမသတ်ပဲ အပြတ်အားထုတ်ခြင်းသည်။ သမ္မာဒေတိ၊ ဘာဝနာကိုပြီးစေ၏။ ၀၇-ဣန္ဒြေကိုထက်စေ၏။

“မိမိအလိုရှိအပ်သော မဂ်ဖိုလ်တရားထူးတရားမြတ်ကို မရသေးပါပဲ ရှုမှတ်အားထုတ်မှုကို မစွန့်၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင်မှမထွက်၊ မပြတ်မလပ်ရှုမှတ်အားထုတ်နေမည်” ဟု နှလုံးသွင်းပြီး စိတ်ကိုမြဲမြံစွာ ဆောက်တည်ကာ မပြတ်မလပ်ရှုမှတ်ခြင်းသည်လည်း ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်ကြောင်း တရားတက်ကြောင်း တပါးပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—လမ်းဆုံးမရောက်၊ လက်မမြှောက်၊ တောက်လျှောက်သွားရမည်။ (စည်)

“ရဟန်းတော်များအနေနဲ့တော့ “မဂ်ဖိုလ် တရားထူး တရားမြတ်တို့ကို မရမချင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင်မှမထွက်၊ အမှတ်ကို တတ်နိုင်သမျှ မပြတ်မှတ်နေမည်” ဟု နှလုံးသွင်း၍ စိတ်ကို မြဲမြံစွာ ဆောက်တည်ထားသင့်ပါသည်။

“လူယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များ အနေနဲ့တော့ အကြောင်းမညီညွတ်၍ ရိပ်သာမှ တရားခွင်မှ ထွက်ပင်ထွက်ရငြားသော်လည်း အမှတ်ကို တော့မစွန့်၊ သွားယင်းလာယင်း လုပ်ကိုင်ယင်း တတ်နိုင်သမျှ



မှတ်နေရပါမည်။ အိပ်ခါနီး၊ ညအချိန်၊ နံနက်အိပ်ရာမှ ထချိန် တို့၌ အချိန်ရသမျှ တနာရီ၊ နာရီဝက်၊ ၁၅-မိနစ် စသည်ဖြင့် မှတ်မည် အားထုတ်မည်”ဟု နှလုံးသွင်း၍ စိတ်ကို ပြုမြဲစွာ ဆောက်တည်ထားသင့်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင်မှ ထွက်ပင်ထွက်ရ ငြားသော်လည်း အမှတ်ကို လုံးဝ မစွန့်လွှတ်ပါပဲ ရသမျှ အချိန်အနည်းငယ်တို့၌ စူးစူးစိုက်စိုက် ရှုမှတ်ပေးခြင်းဖြင့်လည်း ဣန္ဒြေစွမ်းအင်များထက် သန်သင့်သလောက် ထက်သန်ပြီး တရားသဘောများလည်း တွေ့သင့်သလောက် တွေ့သွားနိုင်ကြပါသည်။ မိမိတို့၏အတိတ်ဘဝက ပါရမီအားလျော်စွာ တရားထူး တရားမြတ်များလည်း ရသွားတတ်ကြပါသည်။

ရှေးအခါက မိမိတို့၏ ဆိုင်ရာကိစ္စတာဝန်များကို လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ယင်းနှင့်ပင် ရသမျှအချိန်ကလေးများ၌ ဝိပဿနာ တရားကို အားထုတ်ခြင်းဖြင့် တရားထူးတရားမြတ်များကို ရရှိ သွားကြသော ပုဂ္ဂိုလ်များရှိခဲ့ကြပါသည်။

### စာသင်နေယင်းက · တရားထူးရ

အခါတပါး မလိယဒေဝ အမည်ရှိသော သိက္ခာသုံးဝါရ ရဟန်းဘော်တပါးသည် မဏ္ဍလာရာမ အမည်ရှိသော ကျောင်း တိုက်ကြီး တဘိုက်သို့ သွားရောက်၍ (ပရိယတ္တိ)စာပေသင်ကြား ကာ စာသင်သား အဖြစ်ဖြင့် နေထိုင်လေ၏။ စာသင်နေယင်းပင် ဝိပဿနာကိုလည်း အချိန်ရသမျှ အားထုတ်လေ၏။

တနေ့သောအခါ ကလ္လအမည်ရှိသောရွာသို့ ဆွမ်းခံကြသွားရာ (ဥပါသိကာ) ဒကာမကြီးတယောက်သည် ယာဂု(ဆန်ပြုတ်) လာ၍ လောင်းလှူလေ၏။ အရှင်မလိယဒေဝ၏ ကြည်ညိုဖွယ်ရာ ကိုယ်အမူအရာများကို ဖူးမြင်ရ၍ သားအရင်းကဲ့သို့ ကြည်ညိုသော စိတ်ဓာတ်များ ဖြစ်လာသောကြောင့် အိမ်သို့ပင့်ပြီးလျှင် မွန်မြတ်သော ဆွမ်းခဲဖွယ်ဘောဇဉ်တို့ကို ဆက်ကပ်လှူဒါန်းပြီးလျှင် အရှင်ဘုရား....ဘယ်ရွာ ဘယ်ကျောင်းမှာ သီတင်းသုံးနေထိုင်ပါသလဲ” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

ဦးပဉ္စင်း စာသင်ဖို့ရန် မဏ္ဍလာရာမ ကျောင်းတိုက်ကြီးမှာ နေပါသည်။ “အရှင်ဘုရား စာသင်ဖို့ရာ နေတာဖြစ်လျှင် ဤကျောင်းမှာ စာသင်နေသမျှ ကာလပတ်လုံး တပည့်တော်မ၏ အိမ်မှာ အမြဲဆွမ်းခံပါဘုရား၊ တပည့်တော်မ အရှင်ဘုရားအတွက် ဆွမ်းကိစ္စကို တာဝန်ယူပါသည် ဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

အရှင်မလိယဒေဝသည် သားအရင်းကဲ့သို့ ကြည်ညိုသော ကလ္လရွာ ဒကာမ(ဥပါသိကာမ)ကြီး အိမ်၌နေစဉ် ဆွမ်းခံနေ၏။ ဆွမ်းခံပြီး ဆွမ်းစားပြီးသောအခါတို့၌ “သုခံဟောတု၊ ဒကာမကြီး ချမ်းသာပါစေ။ ဒုက္ခာ မုစ္ဆတု၊ ဒကာမကြီး ဆင်းရဲမှလွတ်ပါစေ” ဟု ဝမ်းမြောက်ဖွယ်ရာ အနုမောဒနာ တရားစကား ၂-ခွန်းကို ဟောကြား၍ ပြန်ကြသွားလေ့ရှိ၏။ ဝါတွင်း သုံးလပတ်လုံး ဆွမ်းဒကာမကြီးအား ဤစကား ၂-ခွန်းကိုသာ ဝမ်းမြောက်ဖွယ်ရာ ဆုပေးတရား ဟောကြားလေ၏။

အရှင် မလိယဒေဝ သည် ပရိယတ်စာပေ ကျမ်းဂန် တို့ကို သင်ယူခြင်းဖြင့် လောဘ ဒေါသ စသော ကိလေသာတို့ကို ပယ်ခွာ၍ ရသမျှအချိန်ကလေးများ၌ ဝိပဿနာတရားကို ရှုမှတ် ပွားများ အားထုတ်လေ၏။ ထိုသို့ အားထုတ် ခဲ့ခြင်းကြောင့် သီတင်းကျွတ်လပြည့် (ပဝါရဏာ) နေ့၌ ပဋိသမ္ဘိဒါလေးပါးနှင့် တကွ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်သွားလေ၏။ အရဟတ္တဖိုလ် တည်း ဟူသော အမြတ်ဆုံးတရားကို ရရှိသွားလေ၏။

မဏ္ဍလာရာမ ကျောင်းတိုက်ကြီးကို အုပ်ချုပ်သော ကျောင်း ထိုင်ဆရာတော် ဘုရားကြီးသည် အရှင်မလိယဒေဝကို ခေါ်၍ “ယနေ့သည် သီတင်းကျွတ်လပြည့် (ပဝါရဏာ) နေ့ဖြစ်၍ လူ ပရိသတ်များ စည်ကား များပြားလှပေသည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ည-တရားပွဲမှာ အရှင်မလိယဒေဝ တရားဟောပါ” ဟု မိန့်ကြားတော် မူ၏။ အရှင်မလိယဒေဝသည် ကျောင်းထိုင် ဆရာတော် ဘုရား ကြီးမိန့်ကြားသောအတိုင်း ဟောပါမည့်အကြောင်း ဝန်ခံလိုက် လေ၏။

သာမဏေငယ် တို့သည် အရှင်မလိယဒေဝ သီတင်းကျွတ် လပြည့်နေ့ညမှာ တရားဟောမည့်အကြောင်းကို ကြားကြသဖြင့် အရှင်မလိယဒေဝ၏ ဆွမ်းဒကာမကြီးထံ သွားကြ၍ “ဒကာမ ကြီး....ဒကာမကြီး၏သား ဦးပဉ္စင်း(အရှင်မလိယဒေဝ)ယနေ့ည တရားဟောမည် တရားနာလာခဲ့ပါ” ဟု ပြောကြလေ၏။

ကိုရင်တို့ဘုရား တပည့်တော်မ၏ ဦးပဉ္စင်းသည် တရားမဟော တတ်ပါဘုရား၊ ဝါတွင်း သုံးလပတ်လုံး တပည့်တော်မ အိမ်၌



တရားဟောသည်မှာ သုခံဟောတု၊ ချမ်းသာပါစေ၊ ဒုက္ခာမုစ္စတု၊ ဆင်းရဲမုလုတ်ပါစေ၊ ဤ ၂-ခန်း(ဤနှစ်ပုဒ်)ကိုသာ ဟောတတ်ပါသည်တရား၊ ကိုရင်တို့ တပည့်တော်မကို မကျီဇားမနောက် ပြောင်ကြပါနဲ့တရား”ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

ဒကာမကြီး၏ ဦးပဉ္စင်း တရားဟောတတ်တာ၊ မဟောတတ် ကိုတော့ ကိုရင်တို့မသိကြပါ ကျောင်းထိုင် ဆရာတော်တရားကြီးက ဒကာမကြီး ဦးပဉ္စင်းကို ယနေ့ညတရားဟောဖို့ရာ မိန့်ကြားထားပါသည်၊ တရားဟောချိန်ကျယင်တော့ ကျောင်းသို့သွား၍ တရားနာကြည့်ပါဦး”ဟု ကိုရင်ငယ်များက ပြောကြားလေ၏။

ည-တရားနာချိန် ရောက်လာသောအခါ ဆွမ်းဒကာမကြီးသည် ပူဇော်ဖွယ် ပန်းနံသာတို့ကို ယူဆောင်ကာ ကျောင်းသို့ သွား၍ တရားနာပရိသတ်တို့၏ အစွန်အဖျားကနေ၍ တရားနာလေ၏။

ဆွမ်းဒကာမကြီးသည် မိမိကိုးကွယ်သော ဦးပဉ္စင်းက တရားမဟောတတ်ပါပဲ၊ တရားနာ ပရိသတ် အလွန်များပြားတဲ့ တရားပွဲကြီးမှာ တရားဟောရ တော့မည်၊ တရားကိုဖြောင့်မတ်ကောင်းမွန်စွာ မဟောနိုင်၍ တရားလယ်နေခဲ့ပါလျှင် ပရိသတ်အလယ်မှာ မျက်နှာမလှ ရှက်ဖွယ်ဖြစ်ရမည်ကို စိုးရိမ်၍ ပရိသတ်အစွန်အဖျားက တရားနာနေခြင်း ဖြစ်ပေမည်။

အရှင် ဗလိယဒေဝသည် ည-တရားဟောချိန်သို့ ရောက်သောအခါ ယပ်ကိုကိုင်၍ ဆွမ်းဒကာမကြီးအား ဝါတုင်း သုံးလပတ်လုံး

ဟောကြားခဲ့သော “သုခံဟောတု၊ ချမ်းသာပါစေ၊ ဒုက္ခာမုစ္စတု၊ ဆင်းရဲမှလွတ်ပါစေ” ဟူသော စကား ၂-ခွန်း (ပုဒ်နှစ်ခု) ကိုပင် ခေါင်းစဉ်ထား၍ ပိဋကသုံးပုံမှ လာသော အနက်အဓိပ္ပာယ် အလုံးစုံတို့ကို သိမ်းသွင်း၍ အရုဏ်တက်သည်တိုင်အောင် ဟောကြားလေ၏။ အရုဏ်လည်းတက်၊ တရားဟောလို့လည်း ပြီးဆုံး၊ ဆွမ်းဒကာမကြီးလည်း ဒိဋ္ဌိနှင့်ဝိစိကိစ္ဆာကို အကြွင်းမဲ့ပယ်ဖျောက်နိုင်၍ အပါယ်တံခါး ပိတ်သော သောတာပန်အဖြစ်သို့ ရောက်သွားလေ၏။ (အံ-ဌ၊ ၁၊ ၃၀)

### ချမ်းသာဆင်းရဲတွင် သစ္စာလေးပါးပါဝင်

ဤသို့ အရှင်မလိယဒေဝ ဟောကြားရာတွင် သုခံဟောတု၊ ချမ်းသာပါစေ၌ အမြတ်ဆုံး ချမ်းသာသည် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဖြစ်ပါသည်။ ယင်း နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသည် နိရောဓ သစ္စာမည်၏။ ဒုက္ခာမုစ္စတု၊ ဆင်းရဲမှလွတ်ပါစေ ၌ ဆင်းရဲခြင်းမှန်သမျှတို့သည် ဒုက္ခသစ္စာမည်၏။

ဒုက္ခသစ္စာနှင့် နိရောဓသစ္စာတို့သည် အကျိုးသစ္စာ ၂-ပါးတို့ ဖြစ်ကြပါသည်။ အကျိုးသစ္စာ ၂-ပါးကို မူတည်ထား၍ ဒုက္ခသစ္စာ၏ အကြောင်းဖြစ်သော လောဘတဏှာ သမုဒယသစ္စာ၊ နိရောဓသစ္စာ၏ အကြောင်းဖြစ်သော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မဂ္ဂသစ္စာတို့ကို သိမ်းသွင်း၍ ပိဋကသုံးပုံကို မွေနှောက်၍ ဟောကြားတော်မူခြင်းဖြစ်ပေသည်။

မြတ်စွာဘုရား ၄၅-ဝါတို့ ပတ်လုံး ဟောကြား တော်မူ အပ်သော ပိဋကသုံးပုံ ဓမ္မက္ခန္ဓာ ရှစ်သောင်းလေးထောင် တရား တော်တို့သည် သစ္စာလေးပါးမှ လွတ်သော တရားဟူ၍မရှိ သစ္စာ လေးပါး၌ အကျုံးဝင် ကြကုန်၏။

အရှင်မလိယဒေဝ ဟောကြားအပ်သော သုခံဟောတု၊ ချမ်း သာပါစေ+၌၊ ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန် အမြတ်ဆုံး ချမ်းသာ သည် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာဖြစ်ပါသည်။ ယင်း နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသည် နိရောဓသစ္စာမည်၏။

နိရောဓသစ္စာတည်းဟူသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသည် အလိုရှိအပ် တောင့်တအပ် မျက်မှောက်ပြုအပ်သော တရားဖြစ်သည်။ မျက် မှောက်ပြုသောအားဖြင့် ရရှိအောင် အားထုတ်အပ်သောတရား ဖြစ်ပါသည်။

နိရောဓသစ္စာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြမှသာ ဒုက္ခာမုစ္စတု၊ ဆင်းရဲမှလွတ်ပါစေ-၌၊ ဒုက္ခသစ္စာတည်း ဟူသော ဆင်းရဲဟူသမျှမှ လွတ်ငြိမ်းကြပါမည်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို မျက် မှောက်မပြုနိုင်သမျှ ကာလပတ်လုံး ဆင်းရဲဟူသမျှမှ မလွတ်နိုင် ကြပါ။ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲအမျိုးမျိုးတို့ကို တွေ့ကြုံခံစားရ ပေဦးမည်။

ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသောအား ဖြင့် ရရှိဖို့မှလည်း အကြောင်းမဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ပွားများမှသာ ရရှိနိုင်သည်။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ပွားများဖို့ရာမှလည်း သတိပဋ္ဌာန်



ဝိပဿနာတရားကို ရှုမှတ်မှသာ ပွားများခြင်းကိစ္စ ပြီးမြောက်ကြပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားကို အချိန်ရသမျှ အားထုတ်နေကြရပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားကို ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်နေကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ (ဒုက္ခသစ္စာ) ဖြစ်ကြောင်း သမုဒယသစ္စာ လောဘတဏှာကို ရှုမှတ်ဆဲခဏတို့၌ (တဒင်္ဂ-တဒင်္ဂ)တခဏ တခဏ မှတ်ချက်တိုင်း မှတ်ချက်တိုင်းတို့၌ ပယ်သတ်နေကြပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားတို့ကို ရှုမှတ်ပါများ၍ သမာဓိဉာဏ်များရင့်ကျက် အားရှိလာသောအခါ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ (ဒုက္ခသစ္စာ)၏ အကြောင်းဖြစ်သော သမုဒယသစ္စာ-လောဘတဏှာတို့သည် ဝိပဿနာတရား ရှုမှတ်ပွားများ အားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ သန္တာန်၌ ထင်ရှားစွာ မပေါ်လာပဲ အခိုက်အတန့် အားဖြင့် ဝေးကွာသွားကြပါသည်။

သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားတို့ကို ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်ပွားများအားထုတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ အဆင့်ဆင့် ရင့်ကျက်အားရှိ၍ သောတာပတ္တိမဂ်သို့ ဆိုက်ရောက် သွားသောအခါ အပါယ် ကျစေနိုင်သော သမုဒယသစ္စာ လောဘတဏှာကို အကြွင်းမဲ့ ပယ်သတ်ပြီးလျှင် အပါယ်ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လုံးဝလွတ်မြောက်ကာ သုဂတိဘဝသံသရာတို့၌ ချမ်းသာစွာ ကျင်လည်ခွင့် ရရှိသွားကြပါသည်။ သကဒါဂါမ် အနာဂါမ် အဖြစ်သို့လည်း ရောက်သွားနိုင်ကြပါသည်။

ထို့နောက် သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာတရားတို့ကို ဆက်ကာ ဆက်ကာ ရှုမှတ်ပွားများအားထုတ်၍ သမာဓိဉာဏ်များ အဆင့်ဆင့် တက်ကာ ရင့်ကျက်အားရှိလာ၍ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်သို့ ဆိုက်သောအခါ ဆင်းရဲဖြစ်ကြောင်း သမုဒယသစ္စာ လောဘတဏှာကို အကြွင်းမဲ့ အကုန်ပယ်သတ်ပြီးလျှင် ဒုက္ခာမုစ္စတု၊ ဆင်းရဲမှ လွတ်ပါစေ၌ ပါဝင်သော ဆင်းရဲဟူသမျှ အားလုံး လွတ်ငြိမ်းသွားနိုင်ကြပါသည်။

သုခံဟောတု၊ ချမ်းသာပါစေ-၌ပါဝင်သော အကောင်းဆုံး အမြတ်ဆုံး ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန် နိဗ္ဗာန်ကို ရရှိသွားနိုင်ကြပါသည်။

ဤကဲ့သို့ သုခံ ဟောတု၊ ချမ်းသာပါစေ။ ဒုက္ခာ မုစ္စတု၊ ဆင်းရဲမှလွတ်ပါစေဟု အရှင်မလိယဒေဝ ဟောကြားအပ်သော တရားစကား ၂-ခွန်း၌ သစ္စာလေးပါးအတွင်း ဝင်သွားပါသည်။ သစ္စာလေးပါးအတွင်း ဝင်သွားသောကြောင့်လည်း ပိဋကသုံးပုံလည်း ပါဝင်သွားပါသည်။

အရှင်မလိယဒေဝသည် ပရိယတ္တိ စာပေကျမ်းဂန် သင်ယူ ယင်းပင် ရသမျှ အချိန်ကလေးများ၌ ဝိပဿနာ တရားကို အားထုတ်တဲ့အတွက်ကြောင့် ရဟန္တာဖြစ်သည်အထိ တရားထူး တရားမြတ်များရရှိသွားတာကို ထောက်ထား၍ မိမိတို့ဆိုင်ရာ ကိစ္စများကို ဆောင်ရွက်ယင်းပင် ရသမျှအချိန်ကလေးများ၌ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ကြပါလျှင် မိမိတို့၏ပါရမီအား

လျော်စွာ တရားထူးတရားမြတ်များ ရရှိနိုင်ကြသည်ကို သိကြရပါသည်။

ဤကဲ့သို့ မဟုတ်ပါပဲ အကြောင်း တပါးပါးကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းခွင့်မှ ထွက်ရတာနဲ့တပြိုင်နက် ရှုမှတ်မှုကိုလည်း လုံးဝ လွှတ်လိုက်ပါလျှင် အတိတ်ဘဝများက တရားထူး တရားမြတ် ရကြောင်း ပါရမီထူးများ ဆည်းပူးထားခဲ့သူပင် ဖြစ်ပါသော်လည်း ရှုမှတ်အားထုတ်မှုကို ပြည့်စုံအောင် အားမထုတ်ပါက ရသင့်ရထိုက်သော တရားထူးတရားမြတ်များနှင့် လွဲသွားနိုင်ကြပါသည်။

### ဟော-ကျင့်ပြည့်စုံမှ တရားရ

ယခုဘဝ၌ တရားထူးတရားမြတ်များရကြဖို့မှာ ဟောကြားပြသမှုနှင့် ကျင့်ကြံအားထုတ်မှု ဤနှစ်ခု ပြည့်စုံမှသာ တရားထူးတရားမြတ်များ ရရှိနိုင်ကြပါသည်။ ဟောကြားပြသမှုနှင့် ကျင့်ကြံအားထုတ်မှု တခုခု မပြည့်စုံပါက အတိတ် ဘဝများက တရားထူးတရားမြတ် ရကြောင်း ပါရမီကုသိုလ် အထူးများ ရှိကြသူတို့ပင် ဖြစ်စေကာမူ ယခုဘဝမှာ တရားထူးတရားမြတ်များ မရရှိနိုင်တော့ပါပဲ တရားထူးတရားမြတ်များနှင့် လွဲချော်သွားနိုင်ကြပါသည်။

ဆောင်ပုဒ်—ဟောမှု ကျင့်မှု၊ တခုခုက၊ မပြည့်ဝ၊ မရ  
မြတ်တရား။

ဟောမှုကျင့်မှု၊ နှစ်စုံပြည့်ဝ၊ ခုဘဝ၊ ရဲကြ  
မြတ်တရား။



မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် အခါကပင် အချို့သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် တရားထူး တရားမြတ် ရထိုက်သူများ ဖြစ်ပါသော်လည်း တရားနာယူမှု ကျင့်ကြံအားထုတ်မှုများ မပြည့်စုံကြ၍ တရားထူး တရားမြတ်များ မရကြပါပဲ။ တရားထူး တရားမြတ်များနှင့် လွဲသွားကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့လည်း ရှိခဲ့ကြပါသည်။

ကျင့်မှုမရှိက တရားမရ

အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် မိဂဒါဝုန်တော၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါ ဗာရာဏသီပြည်၌ ကုဋေရှစ်ဆယ် ကြွယ်ဝသော မဟာဓန သဌေးကြီး၏သားသည် ထိမ်းမြားဖို့ရာ အရွယ်ရောက်သောအခါ ကုဋေရှစ်ဆယ် ကြွယ်ဝချမ်းသာသော သဌေးသမီး တယောက်နှင့် ထိမ်းမြားလက်ထပ်၍ ချမ်းသာစွာ နေထိုင်ကြလေ၏။

မဟာဓန သဌေးသား လင်ယောက်ျားနှင့် ဇနီးမယားတို့သည် စီးပွားဥစ္စာများ တိုးတက်ကြီးပွား ရရှိဖို့ရာ အလုပ်ကိုလည်းမလုပ်ကြ။ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် တရားထူး တရားမြတ်များ ရဖို့ရာ တရားကိုလည်း အားမထုတ်ကြပဲ နေခဲ့ကြလေ၏။

သဌေးသားသည် တနေ့သုံးကြိမ် ဗာရာဏသီမင်းထံသို့ ခစားရန်သွားရလေ၏။ ဗာရာဏသီမင်းထံ သွားရာလမ်းခရီး၌ အရက်သမားတို့သည် သဌေးသားကို အရက်သောက်ဖို့ရာ နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖြားယောင်း သိမ်းသွင်းကြသဖြင့် သဌေးသားသည်

အရက် မသောက်ရယင် မနေနိုင်သော အရက် သမားကြီး  
တယောက် ဖြစ်သွားလေ၏။

သဌေးသားသည် အရက်သမား အပေါင်းအဖော်များနှင့်  
နေ့စဉ် ပျော်ပါးသောက်စား၍ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲနှင့် အရက်သမား  
ပရိသတ်များ တနေ့တခြား တိုးတက် များပြားလာသော  
ကြောင့် မိမိဘက်က ပါလာခဲ့သော ကုဋေရှစ်ဆယ် ပစ္စည်းဥစ္စာ  
များ ကုန်သွားလေ၏။

မိမိပစ္စည်းဥစ္စာများ ကုန်သွားပြီးသောအခါ ဇနီးဘက်မှ  
ပါလာခဲ့သော ကုဋေရှစ်ဆယ် ပစ္စည်းဥစ္စာတို့ကို တောင်းယူ၍  
ပျော်ပါးသောက်စားလေ၏။ ဇနီးဘက်မှ ပါလာသော ကုဋေ  
ရှစ်ဆယ်သော ပစ္စည်းဥစ္စာတို့လည်း ကုန်သွားကြ၏။ မိမိတို့၏  
အိမ်များ ခြံများ အသုံးအဆောင် ပရိဘောဂများကိုလည်း  
ရောင်းချ စွန့်ပစ်ကြရပြီး ခွက်လက်စွဲ၍ တောင်းစားရသော  
ဘဝသို့ ရောက်သွားကြလေ၏။

တနေ့သောအခါ ဆွမ်းစား ဇရပ်တံခါး၌ ခွက်လက်စွဲကာ  
ရပ်လျက် ရဟန်းငယ်သာမဏေငယ်များ ပေးအပ်သောစားကြွင်း  
စားကျန် ထမင်းဟင်းများကို ခံယူနေသော သဌေးသားကို  
မြတ်စွာဘုရားမြင်၍ ပြုံးတော် မူလေ၏။ ပြုံးတော် မူသော  
အကြောင်းကို ရှင်အာနန္ဒာက လျှောက်ထားသဖြင့် သဌေး  
သားနှင့် ဇနီးမယားတို့သည် လောက-ဓမ္မ နှစ်ဌာနတို့၌ကျင့်ကြံ  
အားထုတ်မှုမရှိသောကြောင့် လောကချမ်းသာနှင့် ဓမ္မချမ်းသာ

နှစ်မျိုးလုံးမှ ဆုတ်ယုတ်သွားကြ၊ လွဲချော်သွားကြတဲ့အကြောင်းကို ဟောကြားတော်မူ၏။

သဌေးသားနှင့် ဇနီးမယားတို့သည် လောကဘုတ်၌ ပထမအရွယ်မှာ စီးပွားဥစ္စာရှာခဲ့ကြလျှင် ပထမတန်း သဌေးကြီးများ ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ ဓမ္မဘက်၌ သာသနာတောင်ဝင်၍ တရားအားထုတ်ခဲ့ကြလျှင် သဌေးသားသည် ရဟန္တာ၊ ဇနီးမယားသည် အနာဂါမ်ဖြစ်နိုင်ကြသည်။

မဇ္ဈိမ(ဒုတိယ) အရွယ်မှာ စီးပွားဥစ္စာရှာကြလျှင် ဒုတိယတန်းစားသဌေးများ ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ သာသနာတောင်ဝင်၍ တရားအားထုတ်ကြလျှင် သဌေးသားသည် အနာဂါမ်၊ ဇနီးမယားသည် သကဒါဂါမ်ဖြစ်နိုင်ကြသည်။

ပစ္ဆိမ(တတိယ)အရွယ်မှာ စီးပွားဥစ္စာရှာကြလျှင် တတိယတန်းစားသဌေးများ ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ သာသနာတောင်ဝင်၍ တရားအားထုတ်ကြလျှင် သဌေးသားသည် သကဒါဂါမ်၊ ဇနီးမယားသည် သောတာပန် ဖြစ်နိုင်ကြသည်။ ယခုအခါမှာ အားမထုတ်ခဲ့ကြသောကြောင့် လူ့စည်းစိမ်ချမ်းသာနှင့် မဂ်ဖိုလ်ချမ်းသာတို့မှ ဆုတ်ယုတ်သွားကြသည်။ လွဲချော်သွားကြသည်”ဟု မိန့်ကြားတော်မူ၏။ (ဓမ္မပဒ-ဌ၊ ၂၊ ၈၂)

သဌေးသားနှင့် ဇနီးမယားတို့သည် မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် ဆုံးခန်းတိုင်အောင်တရားကို ဟောကြားပြသတော် မူတတ်သော မြတ်စွာဘုရားနှင့် တွေ့ကြုံကြရပါလျက် တရားကို အားမတုတ်



ကြသောကြောင့် မဂ်ဖိုလ်တရားထူး တရားမြတ်များနှင့် လွဲချော် သွားကြပေသည်။ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးတရားမြတ်များမှ ဆုတ်ယုတ် သွားကြပေသည်။ သတိထားဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။

ဤမဟာဓန သဌေးသားနှင့် ဇနီးသားမယားတို့၏တရားထူး တရားမြတ် မရကြပုံကိုထောက်ထား၍ တရားဟော တရားပြပေး ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်များက မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် ဆုံးခန်း တိုင် အောင် တရားကိုဟောပြောပြသ ပေးကြပါသော်လည်း လိုက် နာကျင့်ကြံအားထုတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်များက ပြည့်စုံအောင် ကျင့် ကြံအားထုတ်မှုမရှိကြပါက တရားထူးတရားမြတ် မရနိုင်ကြသည် မှာ ထင်ရှားလှပါပေသည်။

### နာမူမပြည့်က တရားမရ

တချိန်သောအခါ မြတ်စွာဘုရားသည် စမ္မာပြည်၌ သီတင်း သုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါ ပေဿမည်သော ဒကာနှင့် ကန္တရက မည်သော ပရိပိုင်တို့သည် မြတ်စွာဘုရားထံသို့ ရောက်လာကြရာ မြတ်စွာဘုရားက အတ္တန္တပစသောပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုး တရားကို ဟောကြားတော်မူ၏။

ပေဿသည် ပုဂ္ဂိုလ်လေးမျိုးအကျယ်ကို ဟောကြား၍ မပြီး ဆုံးသေးမီမှာပင် “မြတ်စွာဘုရား တပည့်တော်တို့မှာ လူမှုရေးရာ ကိစ္စတွေ အလွန်များကြပါသည်။ တပည့်တော်တို့ သွားကြပါ တော့မည်ဘုရား” ဟု လျှောက်ထား၍ တရားဆုံးအောင် မနာပဲ ထသွားလေ၏။

ဤပေဿမည်သောဒကာသည် အတ္တန္တပ စသောပုဂ္ဂိုလ်လေး  
မျိုး အကျယ်ဟောကြားသောတရားကို ဆုံးအောင်နာယူ နှလုံး  
သွင်းခဲ့ပါလျှင် သောတာပတ္တိ ဖိုလ်တည်းဟူသော တရားထူး  
တရားမြတ်ကို ရနိုင်သော ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ပေသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်လေး  
မျိုးတရားကို ဆုံးအောင်မနာယူသောကြောင့် တရားထူး တရား  
မြတ်နှင့် လွဲသွားရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

### တရားမရခြင်း အကြောင်း ၂-ပါး

အတိတ်ဘဝများက ဆည်းပူး အားထုတ်ခဲ့ဖူးသော ပါရမီ  
ကုသိုလ်အထူးများရှိ၍ ဤဘဝမှာ တရားထူး တရားမြတ်များ  
ရထိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်များပင် ဖြစ်စေကာမူ၊ အကြောင်း ၂-ပါး  
ကြောင့် ဤဘဝမှာ တရားထူး တရားမြတ်နှင့် လွဲသွားနိုင်ကြ  
ပါသည်။

တရားဟောကြားပြသမှုနှင့် လိုက်နာ ကျင့်ကြံ အားထုတ်မှု  
ဤနှစ်ခု တခုခုက မပြည့်စုံခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ သူယုတ်  
မာ(ပါပမိတ္တ)မိတ်ဆွေဆိုးနှင့် ပေါင်းသင်းရခြင်းကြောင့်လည်း  
ကောင်း- ဤအကြောင်း ၂-ပါးကြောင့် ဤဘဝမှာ တရားထူး  
တရားမြတ်မရကြပါပဲ။ တရားထူး တရားမြတ်နှင့် လွဲသွားနိုင်ကြ  
ပါသည်။  
(မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ-ဌ၊ ၇၁)

ဤ၌ ပေဿမည်သော ဒကာသည် လိုက်နာကျင့်ကြံ အား  
ထုတ်မှုမပြည့်စုံသောကြောင့် သောတာပန် အဖြစ်တည်းဟူသော  
တရားထူးတရားမြတ်နှင့် လွဲသွားရပေသည်။ အဇာတသတ် မင်း

သားသည် သာမညဗလ သုတ္တန်ကို မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားသောနေ့၌ သောတာပန်ဖြစ်ထိုက်၊ တရားထူးတရားမြတ် ရထိုက် သူဖြစ်လျက် ပါပမိတ္တ မိတ်ဆွေဆိုး ဒေဝဒတ်နှင့် ပေါင်းသင်း၍ ဖခင်ဗိမ္ဗိသာရမင်းကြီးကို သတ်မိသောကြောင့် တရားထူး တရားမြတ်မရပါပဲ တရားထူးတရားမြတ်နှင့် လွဲသွားရပေသည်။ ဤဘဝမှာပင် တရားထူး တရားမြတ်များ ရလိုကြသော အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီးတို့အတွက် သတိထားဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။

### ဟောမှု မပြည့်စုံက တရားမရ

အရှင်သာရိပုတ္တရာသည် မကျန်းမာသော ဓနုဇ္ဈာနီပုဏ္ဏားကြီးကို မဂ်ဖိုလ် အထိ တရားကို ဆုံးအောင် မဟောကြားခဲ့ခြင်းကြောင့် ဓနုဇ္ဈာနီပုဏ္ဏားကြီးသည် လူ့ဘဝမှာ တရားထူးတရားမြတ်မရပါပဲ၊ တရားထူး တရားမြတ်နှင့် လွဲသွားရပေသည်။

အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌ သီးတင်းသုံးနေတော်မူ၏။ ထိုအခါ အရှင်သာရိပုတ္တရာကို ကြည်ညိုလေးစားသော ဓနုဇ္ဈာနီပုဏ္ဏားကြီးသည် သေရမည့်ရောဂါစွဲကပ်လာ၍ ဝေဒနာကို ပြင်းထန်စွာခံစားနေရ၏။ ထိုသို့ဝေဒနာခံစားနေရစဉ်မှာ မြတ်စွာဘုရားနှင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာကို အထူးသတိရလာသောကြောင့် ယောက်ျားတယောက်ကို မြတ်စွာဘုရားနှင့် အရှင် သာရိပုတ္တရာ ထံသို့ စေလွှတ်၍ လျှောက်ထားစေလိုက်၏။



မြတ်စွာဘုရားထံ ရှေးဦးစွာသွား၍ “မြတ်စွာဘုရား---ယခု အခါ နေဉာဏ်ပုဏ္ဏားကြီးသည် ရောဂါဝေဒနာကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရပါ၍ မြတ်စွာဘုရားထံ မလာနိုင်တော့ပါ ဘုရား၊ မြတ်စွာဘုရား၏ ခြေတော်အစုံကို ရှိခိုး ကန်တော့လိုက်ပါသည် ဘုရား” ဟု လျှောက်ထားပြီးလျှင် အရှင်သာရိပုတ္တရာထံသို့သွား ၍ “အရှင်သာရိပုတ္တရာ ဘုရား---ယခုအခါ နေဉာဏ်ပုဏ္ဏားကြီး သည် ရောဂါဝေဒနာကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရပါ၍ အရှင် သာရိပုတ္တရာထံ မလာနိုင်တော့ပါဘုရား၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ခြေတော်အစုံကို ရှိခိုးကန်တော့လိုက်ပါသည် ဘုရား၊ နေဉာဏ် ပုဏ္ဏားကြီးကိုသနားသောအားဖြင့် နေဉာဏ်ပုဏ္ဏားကြီး အိမ်သို့ ကြွလာတော်မူပါ ဘုရား” ဟူ၍ မှာကြားလျှောက်ထား စေ လိုက်၏။

စေခိုင်း လျှောက်ထား စေလိုက်သော ယောကျ်ားသည် မြတ်စွာဘုရားနှင့် အရှင်သာရိပုတ္တရာတို့ ရှိတော်မူရာ ဝေဠုဝန် ကျောင်းတော်သို့သွား၍ နေဉာဏ်ပုဏ္ဏားကြီး မှာကြားလိုက် သောအတိုင်း မြတ်စွာဘုရားကိုလည်း လျှောက်ထား၊ အရှင် သာရိပုတ္တရာကိုလည်း လျှောက်ထားလေ၏။

အရှင် သာရိပုတ္တရာသည် နေဉာဏ်ပုဏ္ဏားကြီး၏ အိမ်သို့ သွား၍ နေဉာဏ်ပုဏ္ဏားကြီး၏ အိပ်ရာအနီးမှာ ခင်းထားအပ် သော နေရာ၌ ထိုင်တော်မူပြီးလျှင် နေဉာဏ် ပုဏ္ဏားကြီး၏ ရောဂါ အခြေအနေကို မေးတော်မူလေ၏။ နေဉာဏ်ပုဏ္ဏားက “တပည့်တော်၏ ရောဂါမှာ သက်သာမှုမရှိပါ၊ တချိန်ထက်

တချိန် ပို၍ပို၍ ပြင်းထန်လာပါသည်။ အလွန်ပင် အခံရခက်၊ အနေဆိုးနေပါသည် ဘုရား”ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

အရှင်သာရိပုတ္တရာသည် ဤနေ့ညနိပုဏ္ဏားကြီးသည် ဤရောဂါမှ မလွန်မြောက်နိုင်တော့ပြီ၊ မကြာမီအချိန်အတွင်းမှာ ကွယ်လွန်ရတော့မည်ကို သိတော်မူ၍ နေ့ညနိပုဏ္ဏားကြီးအား တရားဟောလေ၏။ ငရဲထက် တိရစ္ဆာန်က ဆင်းရဲနဲပါးသောအားဖြင့် မြတ်ပုံ၊ တိရစ္ဆာန်ထက် ပြိတ္တာက ဆင်းရဲ နဲပါးသောအားဖြင့် မြတ်ပုံ၊ ပြိတ္တာထက် လူက ချမ်းသာများသောအားဖြင့် မြတ်ပုံ၊ လူထက် စတုမဟာရာဇ်နတ်က မြတ်ပုံ၊ စတုမဟာရာဇ်နတ်ထက် တာဝတိံသာနတ်က မြတ်ပုံ၊ တာဝတိံသာနတ်ထက် ယာမာနတ်က မြတ်ပုံ၊ ယာမာနတ်ထက် တုသိတာနတ်က မြတ်ပုံ၊ တုသိတာနတ်ထက် နိမ္မာနရတိနတ်က မြတ်ပုံ၊ နိမ္မာနရတိနတ်ထက် ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တိနတ်က စည်းစိမ်ချမ်းသာအားဖြင့် များမြတ်ပုံတို့ကို နေ့ညနိပုဏ္ဏားကြီးအား (အမေး ထုတ်၍ ထုတ်၍) ဟောကြားတော် မူလေ၏။

ထို့နောက် အရှင် သာရိပုတ္တရာသည် ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တိနတ်ထက် ဗြဟ္မာများက စည်းစိမ်ချမ်းသာအားဖြင့် ပို၍မြတ်ပုံကို ဟောကြား၍ ဗြဟ္မာပြည်၌ဖြစ်ကြောင်း ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးကို ဟောကြားလေ၏။

(၁) သတ္တဝါအားလုံး မိမိနှင့်အညီအမျှ ချမ်းသာကြပါစေ ဟူသော မေတ္တာပွားများပုံ။

- (၂) ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နေကြသော သတ္တဝါအားလုံး ဆင်းရဲဒုက္ခများမှ လွတ်သွားကြပါစေ ဟူသော ကရုဏာပွားများပို့။
- (၃) စည်းစိမ်ချမ်းသာနှင့် ပြည့်စုံနေကြသော သတ္တဝါ အားလုံး ပြည့်စုံမြဲ စည်းစိမ်ချမ်းသာများ ပြည့်စုံနေ ကြပါစေ ဟူသော မုဒိတာပွားများပို့။
- (၄) ဆင်းရဲ ချမ်းသာ သတ္တဝါအားလုံး ကိုယ်ပြုသော ကုသိုလ်ကံ အကုသိုလ်ကံကြောင့်သာ ဖြစ်ကြရပေ သည် ဟူသော ဥပေက္ခာပွားများပို့တို့ကို ဟောကြား ပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားရှိတော်မူရာ ဝေဠုဝန်ကျောင်း တော်သို့ ပြန်ကြသွားလေ၏။ အရှင်သာရိပုတ္တရာ ပြန် ကြသွားပြီး၍ မကြာမီမှာပင် ခနဉ္စာနီ ပုဏ္ဏားကြီး ကွယ်လွန်သွားလေ၏။

အရှင်သာရိပုတ္တရာသည် ခနဉ္စာနီပုဏ္ဏားကြီးအား ပြဟ္မစိုရ် တရား ၄-ပါးမျှကိုသာ ဟောကြား၍ သတိပဋ္ဌာန်တရား သစ္စာ လေးပါးတရားတို့ကို မဂ်ရောက်ဖို့လ်ရောက် ဆုံးခန်းတိုင်အောင် မဟောကြားပါပဲ ပြန်ကြသွားသည်ကို မြတ်စွာဘုရား ဉာဏ်တော် ဖြင့် ထင်ထင်ရှားရှား ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်မှ တွေ့မြင်တော်မူ နေ၏။ အရှင်သာရိပုတ္တရာ မြတ်စွာဘုရားထံ ပြန်မရောက်မီမှာပင် ရဟန်းတို့ကို မိန့်ကြားတော်မူ၏။ “ရဟန်းတို့— သာရိပုတ္တရာ သည် တရားကို ဆုံးအောင်မဟော၍ ခနဉ္စာနီပုဏ္ဏားသည်တရား ထူးတရားမြတ်မရပဲ ကွယ်လွန်သွားလေပြီ” ဟု မိန့်ကြားတော် မူ၏။



အရှင်သာရိပုတ္တရာသည် မြတ်စွာဘုရားထံသို့ မကြာမီရောက်လာ၍ ရှိခိုး ကန်တော့ပြီးလျှင် “မြတ်စွာဘုရား - - နေဉ္ဇာနီပုဏ္ဏားသည် မြတ်စွာဘုရား၏ ခြေတော်အစုံကို ရှိခိုးလိုက်ပါသည်ဘုရား” ဟု လျှောက်ထားလေ၏။

မြတ်စွာဘုရားက မိန့်ကြားတော်မူသည်မှာ “သာရိပုတ္တရာ သင်သည် အဘယ်ကြောင့် တရားထူး တရားမြတ် ရထိုက်သော နေဉ္ဇာနီပုဏ္ဏားကို ဗြဟ္မာပြည်ရောက်ရုံ တရား ဟောကြားပြီး ပြန်လာခဲ့သနည်း” “ယခုအခါ နေဉ္ဇာနီပုဏ္ဏားသည် တရားထူး တရားမြတ် မရပဲ ကွယ်လွန်သွားပြီ၊ ယုတ်ညံ့သော (ဟိနေ ဗြဟ္မလောကေ) ဗြဟ္မာပြည်မှာ ဗြဟ္မာဖြစ်နေရလေပြီ” ဟု မိန့်ကြားတော်မူလေ၏။ အရှင် သာရိပုတ္တရာသည် ဗြဟ္မာပြည်သို့ ကြွသွား၍ တရားဟောရလေသည်။

(မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ-၄၀၆)

ဗြဟ္မာပြည်၌ ဗြဟ္မာဖြစ်ရခြင်းသည် သာမန် လောကီဘုံ သားတို့အနေဖြင့် အလွန်မြင့်မြတ်ပါပေသည်။ ထိုသို့ရောက်ရာ ဘုံဘဝ အနေအားဖြင့် မြင့်မြတ်ပါသော်လည်း ပုဂ္ဂိုလ် အနေအားဖြင့် ပုထုဇဉ်သာဖြစ်၍ သောတာပန်စသော အရိယာ အဖြစ်တည်းဟူသော မဂ်ဖိုလ်တရားထူးတရားမြတ်တို့ကို မရသွားသောကြောင့် နေဉ္ဇာနီပုဏ္ဏား၏ ဗြဟ္မာဖြစ်ရခြင်းသည် ယုတ်ညံ့ပါသည်။

ဗြဟ္မာပြည်မှာ ကိုယ်ရောင်ကိုယ်ဝါများ တဝင်းဝင်းဖြင့် ဗြဟ္မာ၏ စည်းစိမ်ချမ်းသာတို့ကို ခံစားစံစားနေရပါသော်လည်း

ကုသိုလ်အရှိန်အဟုန် သက်တမ်းကုန်သောအခါ လူ့ပြည်သို့ ပြန်ရောက်လာပြီး မကောင်းမှု ဒုစရိုက်များကို ပြုမိပါက ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသုရကာယ် ဟူသော အပါယ်လေးပါး ယုတ်ညံ့သော ဘုံဘဝများ၌ ဖြစ်နိုင်ပါသေးသည်။ သို့ဖြစ်၍ ပုထုဇဉ်ဘဝနှင့် ဗြဟ္မာပြည်မှာ ဗြဟ္မာဖြစ်ရခြင်းသည် ယုတ်ညံ့သော အပါယ်ဘဝများနှင့် ဆက်စပ်လျက် ရှိသောကြောင့် မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော် အနေအားဖြင့် ယုတ်ညံ့ပါသေးသည်။

သို့ဖြစ်သောကြောင့်ပင်—

“ဗြဟ္မာပြည်မှာ တဝင်းဝင်း၊ ဝက်စာကျင်းမှာ တရှင်းရှင်း” ဟု ဆိုရိုးပြုကြပါသည်။

ဤနေ့ခန့်ပုဏ္ဏားကြီးသည် အရှင်သာရိပုတ္တရာက သတိပဋ္ဌာန်တရား၊ သစ္စာလေးပါးတရားတို့ကို မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် ပြည့်စုံအောင်သာဟောကြားခဲ့ပါလျှင် လူ့ဘဝမှာပဲ တရားထူးတရားမြတ်ရထိုက်သူ ဖြစ်နိုင်ပါသော်လည်း အရှင်သာရိပုတ္တရာသည် ဗြဟ္မစိုရ်တရား လေးပါးမျှကိုသာ ဟောကြား၍ မဂ်ရောက် ဖိုလ်ရောက် တရားကို ပြည့်စုံအောင် မဟောကြားခြင်းကြောင့် နေ့ခန့်ပုဏ္ဏားကြီးမှာ တရားထူးတရားမြတ်နှင့် လွဲသွားရခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဗြဟ္မာပြည်မှာ ဗြဟ္မာဖြစ်ရခြင်းသည် လောကီ ဘုံသား လူသာမန်တို့ အနေအားဖြင့် မြင့်မြတ်ပါသော်လည်း ကုသိုလ်အရှိန်ကုန်က ယုတ်ညံ့သော ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပြိတ္တာ၊ အသုရကာယ်၊ ဟူသောအပါယ်ဘုံတို့၌ ဖြစ်ရပုံမှာ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ(ဒု-၃၃၂) လာ ဝက်မလေးဝတ္ထုဖြင့် ထင်ရှားပါပေသည်။

အခါတပါး မြတ်စွာဘုရားသည် အရှင်အာနန္ဒာ စသော နောက်ပါ သံဃာတော်များနှင့်တကွ ဝေဠုဝန် ကျောင်း တော်မှ ရာဇဂြိုဟ်မြို့သို့ ဆွမ်းခံကြွဝင်တော်မူသည်ရှိသော် ဝက် မလေး တကောင်ကိုမြင်၍ ပြုံးတော်မူ၏။ ပြုံးတော် မူရခြင်း အကြောင်းကို အရှင်အာနန္ဒာက လျှောက်ထားသဖြင့် ဝက် မလေး၏ အကြောင်း(ဝတ္ထု)ကို ဟောကြားတော်မူ၏။

ဤဝက်မလေးသည် ကကုသန် မြတ်စွာဘုရား လက်ထက် တော်အခါက ဆွမ်းစားဇရပ် တခု၏ အနီးမှာ ကြက်မဖြစ် လေ၏။ ထိုကြက်မသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား အားထုတ်သော ရဟန်းတပါး၏ ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းတရားရှုတ်ဖတ်(သရဇ္ဈာယ်) သော အသံကို ကြားရ၍ ကွယ်လွန်သည်ရှိသော် ဥဗ္ဗရီမည်သော မင်းသမီးဖြစ်လေ၏။

ထိုမင်းသမီးသည် ကိုယ်လက်သုတ်သင်ရာ (အိမ်သာ) သို့ ဝင်သောအခါ ပိုးလောက်အစုတို့ကို ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုသဖြင့် ပထမ ဈာန်ရသွားလေ၏။ ပထမဈာန်ရသော မင်းသမီးဘဝမှ ကွယ် လွန်စုတေသည်ရှိသော် မြင့်မြတ်သော ဗြဟ္မာပြည်၌ ဖြစ်လေ၏။ ကောင်းမှု အရှိန်အဟုန်ကုန်၍ ဗြဟ္မာပြည်မှ စုတေသည်ရှိသော် လူ့ပြည်၌ သဌေးသမီးဖြစ်လေ၏။ သဌေးသမီးဘဝ၌ မကောင်း မှုကိုပြုလုပ်သောကြောင့် ကွယ်လွန် စုတေသည်ရှိသော် ဤရာဇ ဂြိုဟ်မြို့မှာ ယုတ်ညံ့သော ဝက်မလေးဖြစ်ရလေသည်ဟု မိန့်ကြား တော်မူ၏။



ဤဝက်မလေးဝတ္ထုဖြင့် မြင့်မြတ်သော ဗြဟ္မာဘဝမှ ယုတ်  
ညံ့သော အပါယ်ဘဝ၌ ဖြစ်ရခြင်းမှာ ထင်ရှားလှပါပေသည်။

ဤကဲ့သို့ ဟောကြားပြသမှု မပြည့်စုံက မြင့်မြတ်သော ဘုံ  
ဘဝများသို့ ရောက်သွားရငြားပါသော်လည်း တဖန်ယုတ်ညံ့  
သော ဘုံဘဝများသို့ ရောက်ကြရသောကြောင့် ဟောကြား  
ပြသမှုကိုလည်း ဆရာတော် သံဃာတော်များက ပြည့်စုံအောင်  
ဟောကြားပြသ နေကြရပါသည်။

ကျင့်ကြံ အားထုတ်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကလည်း အချိန်  
ရသမျှ ကျင့်ကြံအားထုတ်နေကြရပါသည်။ ဟောမှုနှင့် ကျင့်မှု  
ဤနှစ်ခုကို ပြည့်စုံစွာရရှိကြသောပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် မိမိတို့၏ ပါရမီ  
အားလျော်စွာ တရားထူးတရားမြတ်များကို ဤဘဝမှာ ရကြ  
မည် ဖြစ်ကြပါသည်။

နဝမ ဣန္ဒြေစွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်း

ပြီးပါပြီ။

## နိဂုံး

ဤဣန္ဒြေ စွမ်းအင် ထက်မြက်ကြောင်း (၉) ပါး တရား  
တော်ကို ဖတ်ရှုကြရသော အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်း  
သမီးတို့အား တရားရှုမှတ်ရာမှစ၍ အရာရာတွင် မှန်ရာကို  
ယုံကြည်တတ်မှု (သဒ္ဓါ) စွမ်းအင်၊ ကောင်းရာဘက်၌ လုံ့လ  
ဝီရိယ ကြောင့်ကြစိုက်နိုင်မှု(ဝီရိယ)စွမ်းအင်၊ ကောင်းရာဘက်၌  
အမှတ်သတိရမှု (သတိ) စွမ်းအင်၊ ကောင်းရာဘက်၌ စိတ်ကို  
တည်ငြိမ်စွာ ထားနိုင်မှု (သမာဓိ) စွမ်းအင်၊ ခက်ခဲရာကို ထိုး  
ထွင်း၍ သိနိုင်မှု(ပညာ)စွမ်းအင်တို့သည် တနေ့တခြား ထက်သန်  
တိုးတက်လာကြပြီးလျှင် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော တရားထူး  
တရားမြတ်ရကြောင်း သိမြင်ကြောင်း အထောက်အပံ့ကောင်း  
များ ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။ ။

ဣန္ဒြေစွမ်းအင်ထက်မြက်ကြောင်း (၉) ပါးတရားတော်  
ပြီးပါပြီ။



## ဤစာအုပ်မှာ သိပ္ပံရ

- ငါးပါးသီလနှင့် အာဇီဝဌမကသီလ ထူးပုံတူပုံတို့ကို သိပြီး ပြီလား ?
- မျက်စိကိုမစောင့်က ကြောက်လန့်ဖွယ်ကိုသိပြီးပြီလား ? သင့်မှာရှိနေသော တရားရကြောင်း အခွင့်ကောင်းကြီး လေးမျိုး သိပြီးပြီလား ?
- ဆည်းကပ်သင့်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာကိုသိပြီးပြီလား ?
- တရားနှင့်စပ်သောစကား ၁၀-ခွန်းပြောတတ်ပါပြီလား ?
- တရားရကြောင်း ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း ၂-မျိုးသိပြီးပြီလား ?
- မရောင့်ရဲက မည်မျှဆုတ်ယုတ်ရသည်ကို သိပြီးပြီလား ?
- အတွင်းအပြင် အပေါင်းအဖော် ၂-မျိုးကိုသိပြီးပြီလား ?
- ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း ၃-မျိုးကို သိပြီးပြီလား ?
- အစာကို မျှတစွာစား၍ အကျိုး ၃-ပါးရတာကို သိပြီး ပြီလား ?
- အရှင်သာရိပုတ္တရာ ပေးသော အစာ စားနည်းကို သိပြီး ပြီလား ?
- တရားတွေ့မြင်ပုံ ၄-မျိုးကိုသိပြီးပြီလား ?
- တရားအတွေ့နှေးရာ၌ အကြောင်းမှန်ကို သိပြီးပြီလား ?
- တက်ကြွလွန်း ကျဆင်းလွန်းသော စိတ်ကို ပြုပြင်နည်း သိပြီး ပြီလား ?
- အဘယ်မျက်ရည် ဆေးဖြစ်သည်ကို သိပြီးပြီလား ?