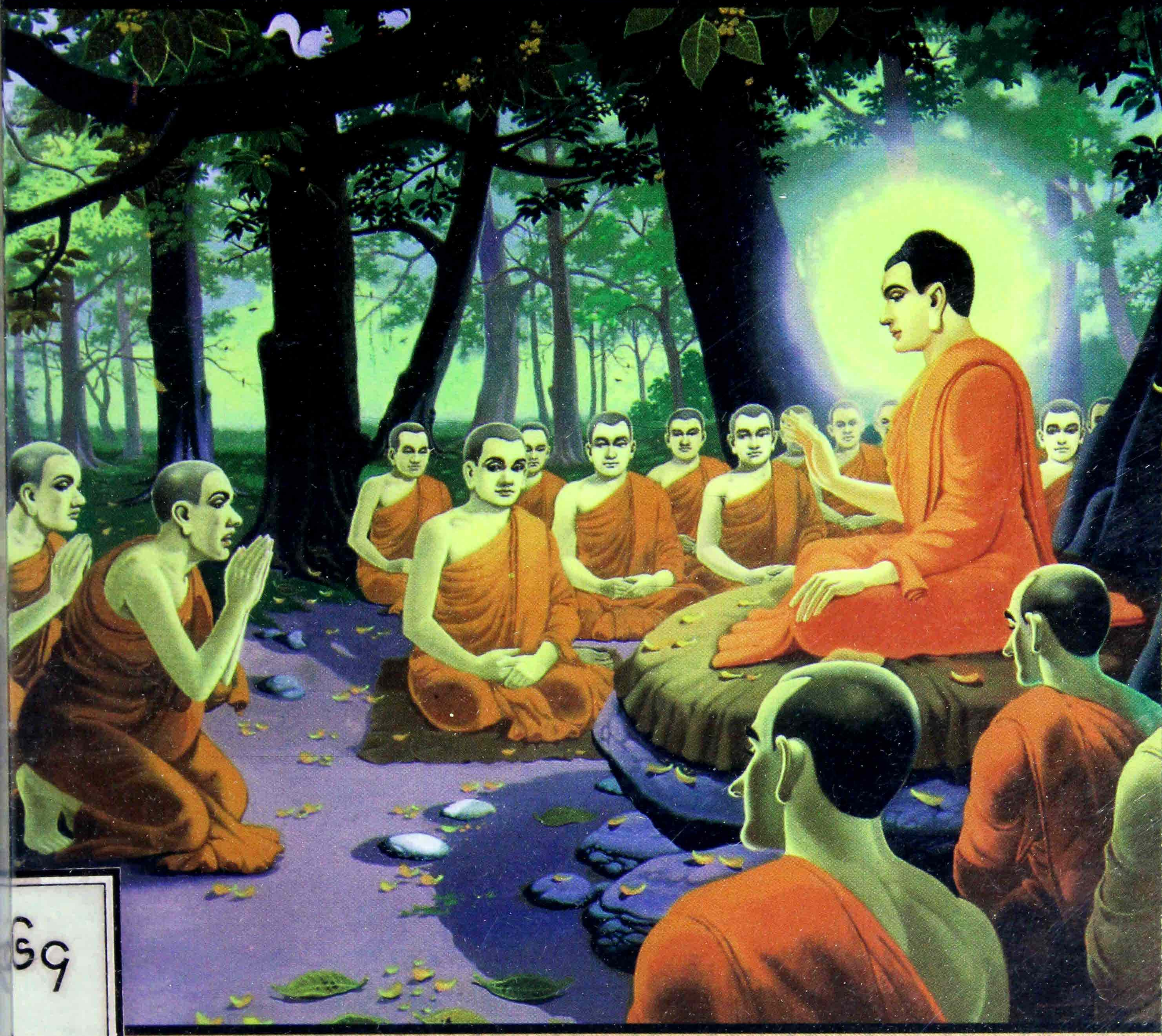


ကမ္မဋ္ဌာနိး(၄၀) ဗွားများအားထုတ်နည်း



၆၄

နိုင်ဝံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့၊ ဥက္ကဋ္ဌဆရာတော်
အတိဇေမဟာရဋ္ဌဝုရု၊ အတိဇေအဝဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိက၊ အဝဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ
နဝမ ဗန်းမော်ဆရာတော်တုရားကြီး
ဒေါက်တာ ဘဒ္ဒန္တ ကုမာရာဘိဝံသ



နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့

ဥက္ကဋ္ဌဆရာတော်

အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရု

အဘိဓဇအဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိက

အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

နဝမဗန်းမော်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

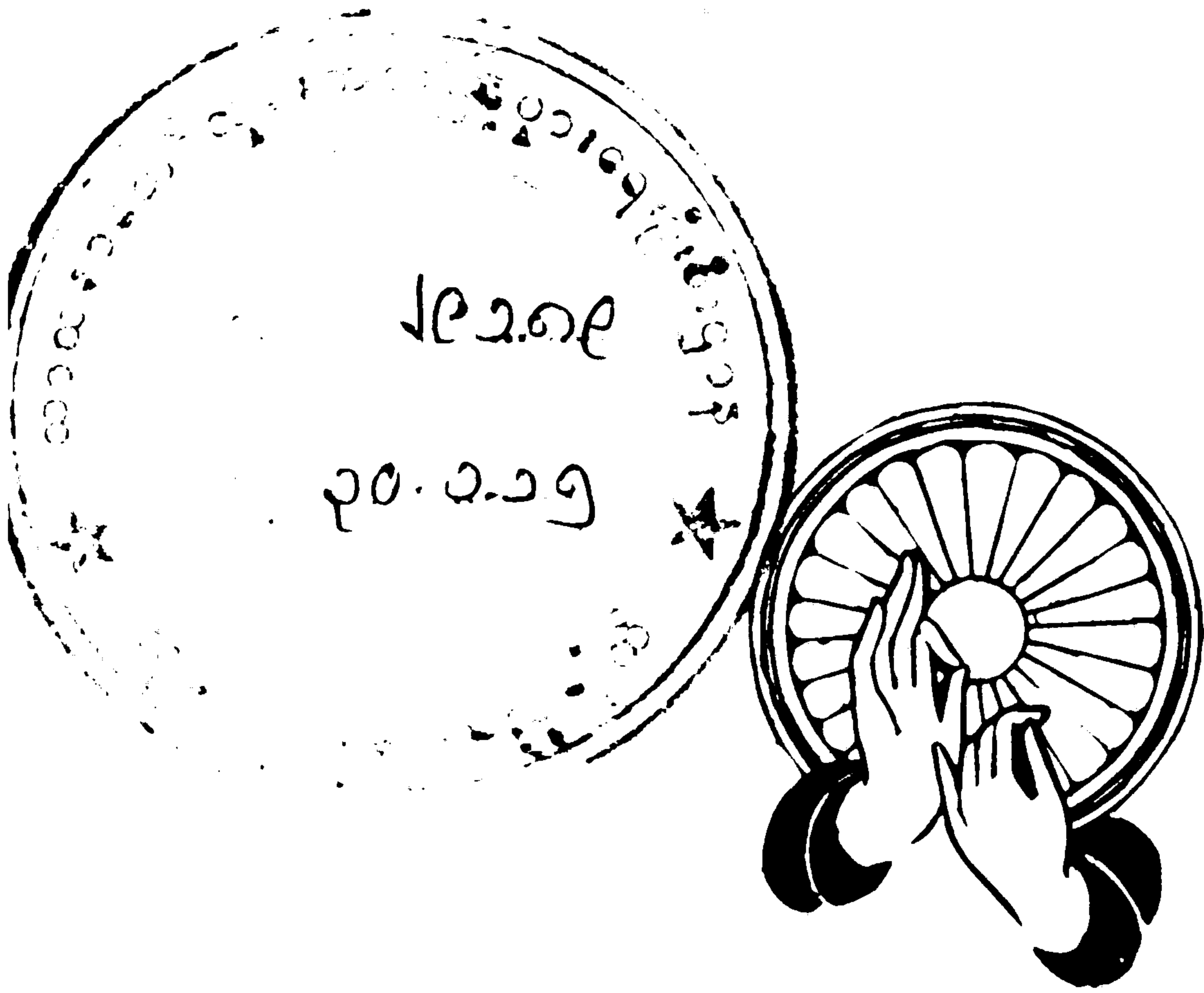
ဒေါက်တာဘဒ္ဒန္တကုမာရာဘိဝံသ

ကမ္မဋ္ဌာန်း(၄၀)ပွားများအားထုတ်နည်း

သာသနာ - ၂၅၅၆

ကောဇာ - ၁၃၇၄

ခရစ် - ၂၀၁၂



သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန
ကမ္ဘာအေးစာပုံနှိပ်တိုက်
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဝင်းနိုင်
မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၀၃၈၄၃/၀၂၄၀၅)က
ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။



မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	နိဒါန်း	(က)
၂။	မြတ်ဗုဒ္ဓလက်တွေ့ဒေသနာတော်	၁
၃။	မြတ်ဗုဒ္ဓညွှန်ပြတော်မူသော ဘဝအဓိပ္ပါယ်	၃
၄။	လွတ်လမ်းကို ဖွေရှာမည်ဆိုလျှင်	၅
၅။	မရိုးနိုင်သော အခြေခံကျင့်စဉ်	၆
၆။	သမထဘာဝနာ	၇
၇။	ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း	၈
၈။	ပဓာနိယဂံတရား ၅-ပါး	၉
၉။	ဓမ္မန္တရာယ် ၅-ပါး	၁၀
၁၀။	အပရိဟာနိယတရား ၇-ပါး	၁၃
၁၁။	ပလိဗောဓကြီး ၁၀-ပါး	၁၄
၁၂။	ရှောင်ကြည်ရမည့်အရပ်များ	၁၅
၁၃။	ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းပြဆရာအင်္ဂါ	၁၆
၁၄။	စရိုက်နှင့်ကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၇
၁၅။	ကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀	၂၁
၁၆။	သမထကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ	၂၇
၁၇။	ပထဝီကသိုဏ်းရှုမှတ်နည်း	၂၉
၁၈။	နိမိတ်(၃)ပါးထင်ပုံ	၃၀

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၉။	ပရိကမ္မနိမိတ်	၃၀
၂၀။	ဥဂ္ဂဟနိမိတ်	၃၂
၂၁။	ပဋိဘာဂနိမိတ်	၃၇
၂၂။	ဈာန်အင်္ဂါ ၅-ပါး	၃၉
၂၃။	ဈာန်ဝင်စားခြင်း	၄၂
၂၄။	ဝသီဘော် ၅-ပါး	၄၃
၂၅။	ဒုတိယဈာန်သို့တက်ခြင်း	၄၄
၂၆။	တတိယဈာန်သို့တက်ခြင်း	၄၆
၂၇။	စတုတ္ထဈာန်သို့တက်ခြင်း	၄၇
၂၈။	ပဉ္စမဈာန်သို့တက်ခြင်း	၄၈
၂၉။	စတုက္ကနည်း/ပဉ္စကနည်း	၅၀
၃၀။	အထုံပါရမီရှိသူနှင့်မရှိသူ	၅၁
၃၁။	အာပေါကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၅၃
၃၂။	တေဇောကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၅၄
၃၃။	ဝါယောကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၅၅
၃၄။	နီလကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၅၆
၃၅။	ပီတကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၅၇
၃၆။	လောဟိတကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၅၈
၃၇။	ဩဒါတကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၅၉

၃၈။	အာလောကကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၆၀
၃၉။	အာကာသကသိုဏ်းရှုပွားနည်း	၆၁
၄၀။	အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၀ - မျိုး	၆၅
၄၁။	ဥဒ္ဓုမာတကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၅
၄၂။	ဝိနိလကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၆
၄၃။	ဝိပုဗ္ဗကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၆
၄၄။	ဝိစ္ဆိဒ္ဓကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၇
၄၅။	ဝိက္ခာယိတကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၇
၄၆။	ဝိက္ခိတ္တကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၈
၄၇။	ဟတဝိက္ခိတ္တကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၈
၄၈။	လောဟိတကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၉
၄၉။	ပုဠုဝကအသုဘရှုပွားနည်း	၆၉
၅၀။	အဋ္ဌိကအသုဘရှုပွားနည်း	၇၀
၅၁။	အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့်စပ်၍သတိပြုဖွယ်	၇၁
၅၂။	အနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ၁၀ - မျိုး	၇၅
၅၃။	ဗုဒ္ဓါနုဿတိရှုပွားနည်း	၇၅
၅၄။	ဓမ္မာနုဿတိရှုပွားနည်း	၈၀
၅၅။	သံဃာနုဿတိရှုပွားနည်း	၈၆
၅၆။	သီလာနုဿတိ ရှုပွားနည်း	၉၂

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၅၇။	စာဂါနုဿတိရှုပ္ပားနည်း	၉၄
၅၈။	ဒေဝတာနုဿတိရှုပ္ပားနည်း	၉၆
၅၉။	ဥပသမာနုဿတိရှုပ္ပားနည်း	၉၉
၆၀။	မရဏာနုဿတိရှုပ္ပားနည်း	၁၀၂
၆၁။	မရဏာနုဿတိထင်မြင်သောရဟန်း ၈-ပါး	၁၀၅
၆၂။	ကာယဂတာသတိရှုပ္ပားနည်း	၁၀၇
၆၃။	အာနာပါနုဿတိရှုပ္ပားနည်း	၁၁၀
၆၄။	အာနာပါနုအကျိုး	၁၁၅
၆၅။	ဗြဟ္မဝိဟာရ ၄-ပါး	၁၁၇
၆၆။	မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၁၇
၆၇။	မေတ္တာ အစစ်, အတု	၁၁၇
၆၈။	၅၂၈-သွယ် မေတ္တာ	၁၁၈
၆၉။	မင်းကွန်းဆရာတော် မေတ္တာပွားနည်း	၁၂၃
၇၀။	မေတ္တာပွားပုံ အစဉ်	၁၂၅
၇၁။	မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ	၁၂၇
၇၂။	ကုသိုလ်ရရှိ ပွားများနည်း	၁၂၈
၇၃။	ဈာန်ရအောင် ပွားများနည်း	၁၂၉
၇၄။	မေတ္တာပွားများရကျိုး	၁၃၀
၇၅။	သာမာဝတီဝတ္ထု	၁၃၁



မာတိကာ



၇၆။	ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၃၄
၇၇။	ကရုဏာအတု	၁၃၅
၇၈။	ကရုဏာပွားပုံ	၁၃၆
၇၉။	ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ	၁၄၀
၈၀။	ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်	၁၄၀
၈၁။	ကရုဏာပွားများရကျိုး	၁၄၂
၈၂။	နည်းနှစ်မျိုးနှင့်စပ်၍မှတ်ဖွယ်	၁၄၃
၈၃။	မုဒိတာကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၄၅
၈၄။	မုဒိတာ အစစ်,အတု	၁၅၄
၈၅။	မုဒိတာပွားပုံ	၁၄၆
၈၆။	မုဒိတာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ	၁၄၇
၈၇။	ဓနရှင်နှင့်ဆင်းရဲသားတိုက်ပွဲ	၁၄၈
၈၈။	ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်	၁၄၉
၈၉။	နည်းနှစ်မျိုးနှင့်စပ်၍မှတ်ဖွယ်	၁၅၀
၉၀။	ဥပေက္ခာကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၅၂
၉၁။	ဥပေက္ခာ နှစ်မျိုး	၁၅၃
၉၂။	ဥပေက္ခာ အစစ်,အတု	၁၅၃
၉၃။	ဥပေက္ခာပွားပုံ	၁၅၄
၉၄။	ဥပေက္ခာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ	၁၅၅



ဓာတိကာ

စဉ်

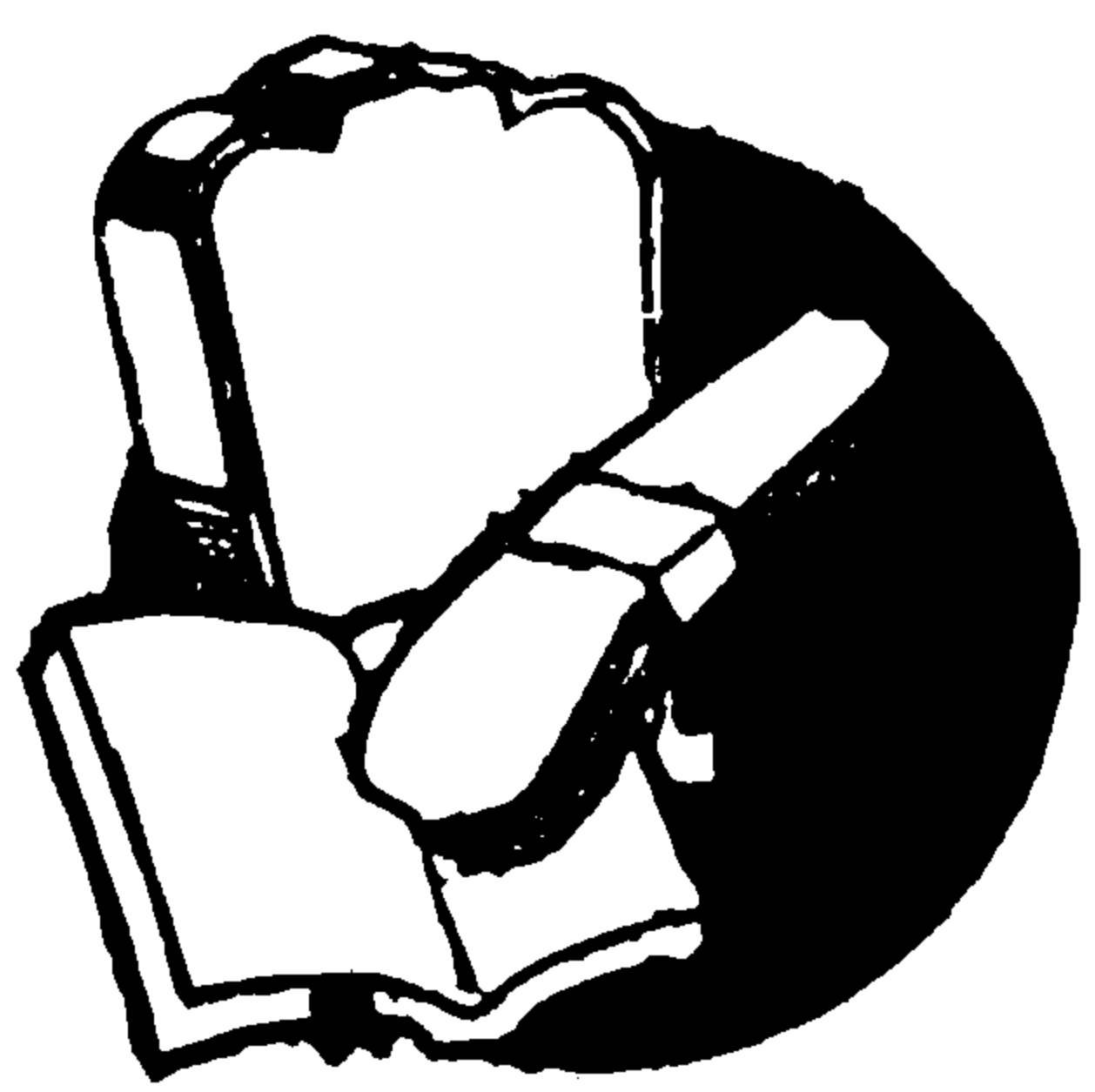
အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၉၅။	ပဉ္စမဈာန်ရပုံ	၁၅၆
၉၆။	ဗြဟ္မဝိဟာရလေးပါး၌မှတ်ဖွယ်	၁၅၇
၉၇။	အာဟာရပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၅၉
၉၈။	ဆင်ခြင်နည်း ၁၀-မျိုး	၁၅၉
၉၉။	ရူမှတ်ပွားများပုံ	၁၆၀
၁၀၀။	သားငယ်အသားကို စားသည့်ပမာ	၁၆၃
၁၀၁။	ကမ္မဋ္ဌာန်းအကျိုး	၁၆၅
၁၀၂။	ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့်သင့်လျော်သူ	၁၆၆
၁၀၃။	စတုဓာတုဝဝတ္ထာန် ကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၆၉
၁၀၄။	ဓာတ် ၄၂-ပါး အကျဉ်းသရုပ်	၁၆၉
၁၀၅။	ဆင်ခြင်ပွားများပုံ	၁၇၀
၁၀၆။	မြေဓာတ် ၂၀-ပါး	၁၇၁
၁၀၇။	ရေဓာတ် ၁၂-ပါး	၁၇၂
၁၀၈။	မီးဓာတ် ၄-ပါး	၁၇၃
၁၀၉။	လေဓာတ် ၆-ပါး	၁၇၄
၁၁၀။	ဓာတ်ကြီး ၈-ပါး ခွဲခြားရှုခြင်း	၁၇၅
၁၁၁။	ဤကမ္မဋ္ဌာန်းအကျိုး	၁၇၇
၁၁၂။	အာရပ္ပကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၇၉
၁၁၃။	ပထမာရပ္ပကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၇၉



၁၁၄။	ဒုတိယာရပွကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၈၁
၁၁၅။	အနန္တဝိညာဏဖြစ်ပုံ	၁၈၂
၁၁၆။	မလွဲသာ၍ အာရုံပြုရခြင်း	၁၈၃
၁၁၇။	တတိယာရပွကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၈၄
၁၁၈။	နတ္ထိဘောပညတ်	၁၈၄
၁၁၉။	စတုတ္ထာရပွကမ္မဋ္ဌာန်း	၁၈၆
၁၂၀။	ကဲ့ရဲ့ခြင်းနှင့်ချီးမွမ်းခြင်း	၁၈၇
၁၂၁။	အာရပွ ၄-ပါး အဆင့်ဆင့်သာပုံ	၁၈၈





နိဒါန်း

လောကကြီးသည် မှောင်အတိဖြစ်၍နေ၏။ လောကသားများသည် မျက်ကန်းသဖွယ် ဖြစ်ကြ၏။ ဤသည်မှာ “အန္တိဘူတော အယံ လောကော” ဟူ၍ ဟောကြားတော်မူထားသော ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အရ ရှုမြင်ခြင်းဖြစ်၏။ မြတ်ဗုဒ္ဓသည် မှောင်အတိဖြစ်နေသော လောကကြီးကို အလင်းရောင် ပေးတော်မူခဲ့၏။ မျက်ကန်းလောကသားများကို မျက်စိအမြင် ဖွင့်ပေးတော်မူခဲ့၏။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ပွင့်ထွန်း ပေါ်ပေါက်တော်မူလာ၍ လောကသားများ မျက်စိအမြင်ပွင့်၍ အလင်းရောင်ကို ရကြကုန်၏။ ယင်းအလင်းရောင်မှာ ဓမ္မအလင်းရောင် ဖြစ်၏။

ဘုရားအဖြစ်သို့ ရောက်တော်မူသည်မှစ၍ ၄၅-ဝါ ကာလပတ်လုံး နေ့မအား ညမနား သတ္တဝါဝေနေယျတို့အား တရားရေအေး အမြှိုက်ဆေးကို တိုက်ကျွေး ဟောကြားတော်မူခဲ့ရာ မြတ်ဗုဒ္ဓတရားဒေသနာတော်များသည် ပိဋကအားဖြင့် သုံးသွယ်၊ နိကာယ်အားဖြင့် ငါးရပ်၊ ဓမ္မက္ခန္ဓာအားဖြင့် ရှစ်သောင်းလေးထောင် များမြောက်စွာရှိခဲ့ပါ၏။ အကြောင်းအရာအားဖြင့်ဆိုရသော် ဓမ္မရေးသာမက စီးပွားရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ ပညာရေး၊ လူမှုရေး၊ နိုင်ငံရေးစသည် အစုံပါ၏။ ဓမ္မရေးမှလွဲ၍ ကျန်အရေးအရာများသည် လောကရေးရာများဖြစ်၏။ ဓမ္မရေးသည် လောကုတ္တရာရေးဖြစ်၍ ကျန်အရေးအရာများသည် လောကီရေးဖြစ်၏။

(၁)

ဒေါက်တာဘဒ္ဒန္တကုမာရာဘိဝံသ



မြတ်ဗုဒ္ဓသည် လောကသားတို့၏ အလိုအဇ္ဈာသယ လိုက်၍ လည်းကောင်း၊ အမေးပုစ္ဆာများအပေါ် လိုက်၍လည်းကောင်း ဖြစ်ပေါ်လာသော အကြောင်းခြင်းရာကိုလိုက်၍ လည်းကောင်း ဟောကြားတော်မူသဖြင့် မြတ်ဗုဒ္ဓတရား ဒေသနာတော်များတွင် လောကုတ္တရာရေးရာများသာမက လောကီရေးရာများလည်း ပါဝင် လာရပေ၏။ အမှန်စင်စစ် မြတ်ဗုဒ္ဓပွင့်ထွန်းပေါ်ပေါက် တော်မူလာ ခြင်းသည် လောကသားတို့အား ဓမ္မအလင်းရောင်ပေးတော်မူရန်ဖြစ်၏။ လောကသားတို့ လောကသံသရာမှ လွတ်မြောက်၍ ဒုက္ခ ခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာ သန္တိသုခနိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရေးသည် မြတ်ဗုဒ္ဓ ပေးလိုသော ဓမ္မအလင်းရောင်ဖြစ်၏။

ဓမ္မအလင်းရောင်ကိုရရန် မြတ်ဗုဒ္ဓညွှန်ပြတော်မူထားသည့် နည်းလမ်းအတိုင်းလျှောက်လှမ်းဖို့လို၏။ ဒါန ကျင့်စဉ် , သီလ ကျင့်စဉ် , သမထဘာဝနာကျင့်စဉ် , ဝိပဿနာဘာဝနာကျင့်စဉ်တို့ဖြင့် လျှောက်လှမ်းရ၏။ ဤကျင့်စဉ်အတိုင်း လျှောက်လှမ်းမှသာ မြတ်ဗုဒ္ဓ အလိုတော်ကျဖြစ်၍ တည့်မတ်ခိုင်မာသော လျှောက်လှမ်းခြင်း ဖြစ်ပေ ရာ၏။ ဝိပဿနာ အထူးခေတ်စားလျက်ရှိသော ယနေ့ခေတ် ကာလတွင် အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များက ဒါနကို ပစ်ပယ်ရုံမျှမက သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်ကိုပင် “သမထကြီးပါ” ဟူ၍ ရှုတ်ချ ဝေဖန် တတ်ကြ၏။ ဤသို့ ဖြစ်ရသည်မှာ အဆိုပါပုဂ္ဂိုလ်တို့၏ တစ်ဘက်စွန်း ရောက်မှုသာဖြစ်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် ကိုယ်လုပ်နေသော တရား အလုပ်ကိုပင် သမထနှင့်ဝိပဿနာ ခွဲခြားနိုင်စွမ်းမရှိသော ပုဂ္ဂိုလ် များ ဖြစ်ကြ၏။



ယနေ့ တရားရိပ်သာတိုင်းလိုလိုပင် သမထမှ ဝိပဿနာသို့ ကူးပြောင်းရှုမှတ်နည်းကိုသာ ကျင့်သုံးလျက် ရှိကြ၏။ ပိန်ဖောင်း ရှုမှတ်ခြင်း၊ ဝင်လေ ထွက်လေ ရှုမှတ်ခြင်းတို့သည် အာနာပါန ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်ဖြစ်၍ သမထကျင့်စဉ်သာဖြစ်၏။ သမထကျင့်စဉ် သက်သက်ကို အချိန်များစွာယူပြီး ကျင့်မနေတော့ဘဲ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်နှင့်တွဲ၍ ကျင့်သောနည်းကို အသုံးပြုသောကြောင့်သာ သမထကျင့်စဉ်ဟူ၍ မသိကြခြင်း ဖြစ်၏။ ပဋိသမ္ဘိဒါခေတ် အနှစ် တစ်ထောင် နောက်ကာလ ယနေ့ တရားအလုပ် ကျင့်ကြံအားထုတ် သူမှန်သမျှ ဝိသုဒ္ဓိ ၇-ပါး ကျင့်စဉ်ဖြင့်သာ သွားရမဲ့ ဓမ္မတာဖြစ်၏။ ဤကျင့်စဉ် အတိုင်းသွားမှသာ စစ်မှန်သော တရားအသိအမြင်ထူးကို ရရှိမည်ဖြစ်၏။

ဝိသုဒ္ဓိ ၇-ပါးကျင့်စဉ်တွင် သီလဝိသုဒ္ဓိ,စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ, ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ,ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိဟူသော ရှေ့ကျင့်စဉ် ၄-မျိုးအထိ သမထကျင့်စဉ် သက်သက်သာဖြစ်၏။ တရားအလုပ် ကျင့်ကြံ အားထုတ်သူမှန်သမျှလည်း ဤကျင့်စဉ် ၄-မျိုးကိုကျော်၍ ကျင့် ရရိုး ထုံးစံမရှိ။ မဂ္ဂါမဂ္ဂဉာဏဒဿနဝိသုဒ္ဓိကျင့်စဉ် ရောက်မှ ဝိပဿနာလုပ်ငန်း စတင်ခြင်းဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် သမထ ကျင့်စဉ် သည် ကျယ်ဝန်း၏။ ဗန်းမော်ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ “ဒါနသီလ အခြေခံ သမထဝိပဿနာ ရှုမှတ်ပွားများနည်း” တရားတော်တွင် သမထကျင့်စဉ်နှင့်ပတ်သက်၍ အမြွက်မျှသာ ညွှန်ပြခဲ့၏။



(ဃ)

ဒေါက်တာဘဒ္ဒန္တကုမာရာဘိဝံသ

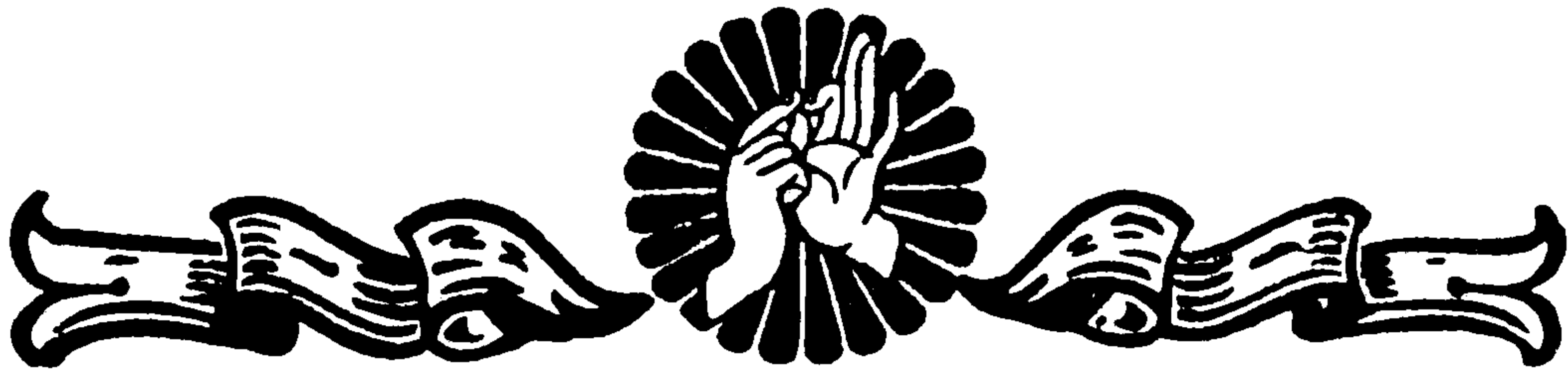


နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ၊ အဘိဓဇ
 မဟာရဋ္ဌဂုရု၊ အဘိဓဇအဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိက ဗန်းမော်ဆရာတော်
 ဒေါက်တာ ဘဒ္ဒန္တကုမာရာဘိဝံသ မဟာထေရ်မြတ်သည် မိမိ၏
 “ဒါနသီလအခြေခံ သမထဝိပဿနာ ရှုမှတ်ပွားများနည်း” တရား
 တော်တွင် အမြွက်မျှညွှန်ပြခဲ့သော သမထကျင့်စဉ် နှင့်ပတ်သက်၍
 ဖြည့်စွက်ချက်အနေဖြင့် သမထကျင့်စဉ်တရားတော်ကို “ကမ္မဋ္ဌာန်း
 (၄၀)ပွားများအားထုတ်နည်း” အမည်ဖြင့် ဟောကြား
 တော်မူထား၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်း (၄၀)ကို မကျဉ်းမကျယ် နည်းဖြင့်
 စုံလင်အောင် ဟောတော်မူထားခြင်း ဖြစ်၏။ ကမ္မဋ္ဌာန်း တစ်ခုစီ
 တစ်ခုစီ၏ သဘော၊ အားထုတ်ပုံ၊ အကျိုး ရနိုင်ပုံတို့ကို စုံစုံလင်လင်
 ဟောတော်မူထား၏။

ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားတော်မူထားသည့်
 ဤ“ကမ္မဋ္ဌာန်း (၄၀)ပွားများအားထုတ်နည်း” တရားတော်ကို
 ယခင်တရားတော်များနည်းတူ စာအုပ်အဖြစ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊
 စီဒီ၊ ဗီစီဒီ အခွေတို့ဖြင့်လည်းကောင်း စီစဉ်ထားရာ ဤတရား
 တော်ကို လေ့လာဖတ်ရှု နာကြားသမှုပြုပြီး လက်တွေ့ ကျင့်ကြံ
 ကြိုးကုတ် အားထုတ်ကြမည်ဆိုပါလျှင် ဈာန်အဘိညာဉ် အသိ
 အမြင်ထူးများကို ရရှိကာ အဆင့်ဆင့်တက်လှမ်း၍ ငြိမ်းချမ်းသော
 သန္တိသုခ ချမ်းသာအစစ်အမှန်ကို ဧကန်ရရှိခံစားကြရ လိမ့်မည်ဟု
 ယုံကြည်ပါ၏။

သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန





ကမ္မဋ္ဌာန်း(၄၀) ပွားများ အားထုတ်နည်း

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ လက်တွေ့ဒေသနာတော်

လွန်ခဲ့သောနှစ်ပေါင်း နှစ်ထောင်ငါးရာကျော်က စတင်လျက် ဤကမ္ဘာလောက မဇ္ဈိမတိုက်ဒေသတွင် “မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်” ပေါ်ထွန်းခဲ့၏။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာတော် လမ်းညွှန်ချက်များ ပေါ်ထွန်းခဲ့သည်မှစတင်၍ ထိုဒေသ၌ ရှိနှင့်ပြီးသော ဘာသာ အယူဝါဒအမျိုးမျိုးတို့၏ ထိုးနှက်တိုက်ခိုက်ခြင်းခံခဲ့ရ၏။ သို့ရာတွင် လောကကို သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ကြီးဖြင့် စေ့စေ့စပ်စပ် ထွင်းဖောက် လျက် ဒိုးယိုပေါက်မြင်တော်မူပြီးသော ဗုဒ္ဓဘုရားရှင်အဖို့ရာ မြင်းမိုရ် တောင်ကြီးကို ဇီးစေ့ဖြင့် အပေါက်ခံရသကဲ့သို့သာ ရှိခဲ့၏။ လုံးဝ



တုန်လှုပ်ခြင်း မရှိခဲ့သည့်အပြင် အယူဝါဒဖက်ပြိုင်တုပလာခဲ့သူ မှန်သမျှအား အမှန်သစ္စာကိုထွန်းပြလျက် ဘဝတန်ဖိုး သုံးဆောင် ခံစားနိုင်ခွင့်ရရှိအောင် ကြီးမားသောမေတ္တာဖြင့် ဦးဆောင်လမ်းညွှန် တော်မူခဲ့၏။ အယူဝါဒ တုပဖက်ပြိုင် လာခဲ့သူတို့သည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ တပည့်သာဝကအဖြစ်သို့ အများအားဖြင့် ရောက်ရှိခဲ့ကြသည်။

အဘယ့်ကြောင့် ယင်းသို့ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏တပည့်သာဝကများ အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိခဲ့ကြပါသနည်း၊ အကျဉ်းချုပ် ပြောဆိုရလျှင် မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်အားလုံးသည် စကြဝဠာတစ်ခုလုံးနှင့် သက်ဆိုင် သော အမှန်သစ္စာတရားများချည်းသာ (Universal Truth) ဖြစ်နေ သောကြောင့်ပင်တည်း။

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဒေသနာတော်မှန်သမျှသည် သက်ရှိသတ္တဝါ အားလုံးနှင့်သက်ဆိုင်၏။ အမျိုး၊ ဇာတ်၊ အသားအရောင်၊ အယူဝါဒ၊ အရပ်ဒေသ စသည်အားဖြင့် ကန့်သတ်ထားခြင်းမရှိ၊ အသိစိတ်ရှိသောသတ္တဝါအားလုံး၏ အကျိုးစီးပွားအတွက် လမ်းမှန် နှင့် လမ်းမှားကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်ရန်အတွက် ညွှန်ပြချက်များဖြစ်၏။ လမ်းညွှန်ချက်အပေါ် ယုံကြည်အားထားမှု အပြည့်အဝ ထားရှိလျက် လက်တွေ့လိုက်နာကျင့်သုံးမည်ဆိုလျှင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် အမည်ခံယူ ထားခြင်း မရှိစေကာမူ ကျင့်လျှင်ကျင့်သလောက် အကျိုးခံစားခွင့် ရရှိ၏။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် မိရိုးဖလာအမည် တပ်ထားသော်လည်း





လက်တွေ့လိုက်နာ ကျင့်သုံးခြင်းမရှိလျှင် မည်သည့်အကျိုးကျေးဇူးကိုမျှ ခံစားခွင့်မရနိုင်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အဖြစ် ခံယူခြင်း မခံယူခြင်းသည် ပဓာနမဟုတ်၊ ဗုဒ္ဓဒေသနာတော် လမ်းညွှန်ချက်အတိုင်း ကျင့်သုံးခြင်း မကျင့်သုံးခြင်းသည်သာလျှင် ပဓာနကျ၏။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာသည် လက်တွေ့ကျ၏။ တကယ်လုပ်မှ တကယ်ရ၏။ မြတ်ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်များကို ဖတ်ရှုနာကြားဆွေးနွေး မေးမြန်း စိစစ်ပြီး နှစ်သက်ကြည်ညိုသဘောကျ နေရုံမျှဖြင့် လိုရင်းကိစ္စ မပြီး၊ သိရှိပြီးသော အချက်များကို တကယ်လက်တွေ့ကျင့်သုံး အားထုတ်မှသာ အသိတရားမှ အရှိတရားသို့ ကူးပြောင်းနိုင်ခွင့် ရှိပြီး တကယ်ရှိနေမှသာ အသိ၏တန်ဖိုးကို အမှန်တကယ် ခံစားခွင့် ရ၍ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ဖြစ်ရကျိုးနပ်လေ၏။

မြတ်ဗုဒ္ဓညွှန်ပြတော်မူသော ဘဝအဓိပ္ပါယ်

သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ = သဗ္ဗညုဗုဒ္ဓအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိတော်မူပြီး နောက် လေးဆယ့်ငါးနှစ်တာ ကာလပတ်လုံး မနေမနား ဟောကြားလမ်းညွှန်ခဲ့သော ဒေသနာတော်များသည် လက်ငင်း ဘဝ ခွန်အားရရှိရေး၊ ရရှိထားသော ဘဝခွန်အားဖြင့် ရုန်းကန် ကြိုးစား၍ ဘဝဒုက္ခလွတ်မြောက်ရေးတို့အတွက်ချည်းသာဖြစ်၏။ ဘဝခွန်အားရရှိစေရေး အတွက် “အာရောဂျပရမာ လာဘာ” ဟု





ညွှန်ပြတော်မူကာ ဘဝခွန်အားအတွက် အရေးအပါဆုံး ကျန်းမာစွာ ကျင့်သုံးနေထိုင်နည်းကိုပင် ညွှန်ပြတော်မူ၏။ လောက၌ မရှိမဖြစ် လိုအပ်သော အသိပညာ အတတ်ပညာတို့ကို မည်သို့ဆည်းပူး လေ့လာ၍ မည်သို့ အသုံးချ ရမည်ကိုလည်း လမ်းညွှန်တော်မူ၏။ လောကီလူမှုရေးရာတွင် ချမ်းမြေ့ပျော်ရွှင်စွာ မည်သို့ကျင့်သုံး နေထိုင်ရမည်ဆိုသည်ကိုလည်း ခြွင်းချန်ထားခဲ့ခြင်းမရှိ၊ ချမ်းမြေ့ သာယာသော လူမှုဘဝဖြင့် တစ်သက်တာ မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော စီးပွားဥစ္စာကို မည်သို့ ရှာဖွေစုဆောင်း ထိန်းသိမ်းသုံးစွဲ လျှာဒါန်းရမည် ကိုလည်း စေ့စပ်စွာ ညွှန်ပြတော်မူခဲ့၏။ သာယာချမ်းမြေ့သောဘဝ၌ ပြည့်စုံသော စီးပွားဥစ္စာကို သုံးဆောင် ခံစားနေရင်း ဘဝ၏တန်ဖိုး ရှိသော အချိန်များကို အလဟဿဖြုန်းတီးနေမှုမရှိစေဘဲ မိမိ၌ ရှိနေသော အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာ စီးပွားဥစ္စာတို့နှင့် လိုက်လျော ညီထွေ ရှိမည့် ပတ်ဝန်းကျင်လောကအကျိုးပြု ပရဟိတလုပ်ငန်း များကို မည်သို့မည်ပုံကူညီထောက်ပံ့ ဆောင်ရွက်ရမည်ကိုလည်း ညွှန်ပြ တိုက်တွန်းတော်မူခဲ့၏။

လက်ရှိဘဝသည် သံသရာစက်ဝန်း၏ အစိတ်အပိုင်းကလေး တစ်ခုမျှသာဖြစ်ကြောင်း၊ ဘဝသံသရာစက်ဝန်းတွင် တစ်ဘဝပြီး တစ်ဘဝ ကျင်လည်ကူးပြောင်းနေရသမျှ ဘဝဒုက္ခမှကင်းလွတ်ရန် မရှိကြောင်း၊ ကင်းလွတ်လိုပါလျှင် လက်ငင်းဘဝကို ခွန်အား





ရှိအောင် ပြုလုပ်အားထုတ်မှသာ ကင်းလွတ် နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း အဘိဓမ္မပိဋက(ပညာ) ဟူသော ပိဋကတ်သုံးပုံတွင် စေ့ငုသေချာ ရှင်းလင်းစွာညွှန်ပြတော်မူခဲ့ပါသည်။

လွတ်လမ်းကို ဖွေရှာမည်ဆိုလျှင်

လောကီဘဝခွန်အား ပြည့်စုံပေါကြွယ်နေသည့်ကာလ၌ လောကီစီးပွားဥစ္စာတို့ကို သုံးဆောင်ခံစားရင်း ယင်းတို့အပေါ် ငြီးငွေ့မှု ခံစားဖြစ်ပေါ်လာပါက ငြီးငွေ့မှုမှ လွတ်မြောက်ရန်နည်းလမ်း တို့ကိုလည်း မြတ်ဗုဒ္ဓက ဟောပြု လမ်းညွှန်တော်မူထားပါသည်။ လောကီစီးပွားဥစ္စာပြည့်စုံမှု မရှိသေးဘဲ အမောတကော ဖွေရှာ ဆည်းပူး စုဆောင်းနေသူများလည်း ဘဝအမောကို ပြေပျောက် စေရန်အတွက် နည်းမှန်လမ်းမှန်တို့ကို မြတ်ဗုဒ္ဓကညွှန်ပြထား တော်မူပါသည်။ ညွှန်းပြတော်မူသည့်အတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်း လိုက်နာ ကျင့်သုံးမည်ဆိုပါက ပြည့်စုံပေါကြွယ်နေသူအတွက် လောကီစီးပွားဥစ္စာထက် အဆများစွာသာလွန်သော တည်ကြည် အေးငြိမ်းမှုအရသာကို ခံစားရရှိနိုင်ပါသည်။ မပြည့်စုံ မလောက်ငှ သောကြောင့် ဘဝအမောများစွာနှင့် ရင်ဆိုင်နေကြရသူများအတွက် လည်း ဘဝအမောကို အနိုင်ယူပြီး တည်ကြည်အေးငြိမ်းသော အရသာကို ခံစားရရှိနိုင်ပါသည်။ တည်ကြည်အေးငြိမ်း သောဘဝမှ



တစ်ဆင့် ဘဝဒုက္ခ၊ သံသရာဒုက္ခ လွတ်မြောက်လမ်းကို ရှာဖွေအားထုတ်ရရှိနိုင်ပါသည်။

မရိုးနိုင်သော အခြေခံကျင့်စဉ်

အလိုရမ္မက်လောဘ၊ စိတ်ပျက်စီးမှုဒေါသ၊ မှန်ဝါးဝါးနှင့် ခရီးဆက်နေရသောမောဟတို့နှင့် ထွေးလုံးရစ်ပတ် နေရသော လောကီလူ့ဘဝတွင် မတရားလောဘကို လျှော့နိုင်သမျှ လျှော့ချ လျက် တရားသောအလောဘဖြင့်သာ ဘဝရပ်တည် နေနိုင်သူအတွက် လောဘကို ဆန့်ကျင်သော စွန့်ကြဲပေးကမ်း လျှာဒါန်းမှု ဒါန=စာဂ လုပ်ငန်းများမှာ လက်တကမ်း၌ ရှိပါသည်။ ထိုဒါနလုပ်ငန်း၊ စာဂ လုပ်ငန်းကို ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်သော ကိုယ်ကျင့်သီလနှင့် မွမ်းမံ ပေးနိုင်ပြီဆိုပါက ထေရဝါဒဗုဒ္ဓဘာသာ၏ မရိုးနိုင်သောအခြေခံ ကျင့်စဉ်တွင် အထိုက်အလျောက် ရပ်တည်နိုင်ပြီဟု ဆိုရဖွယ်ရှိ ပါသည်။ ထိုဒါနနှင့် သီလအခြေခံပေါ်တွင် သတိနှင့်အသိဉာဏ်ကို တည်ဆောက်နိုင်ပြီဆိုပါက တည်ကြည်အေးငြိမ်းရာ လွတ်မြောက်ရာ အဆင့်သို့ ဦးတည်နေပြီဖြစ်ကြောင်း သတ်မှတ်နိုင်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဒါနနှင့်သီလသည် တည်ကြည် အေးငြိမ်းမှု(သမထ)နှင့် ဘဝလွတ်မြောက်မှု (ဝိမောက္ခ၊ နိဗ္ဗာန်) ရရှိရန် ရှောင်လွှဲမရနိုင်သော မတက်မဖြစ် တက်ကိုတက်လှမ်း ရမည်ဖြစ်သော အောက် ခြေဆင့် လှေခါး ထစ်နှစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။





သမထဘာဝနာ(သမထကမ္မဋ္ဌာန်း)

“ဝိပဿနာ”အထူးခေတ်စားလျက်ရှိသော ယနေ့ခေတ်အခါ၌ “သမထဘာဝနာ” “သမထကမ္မဋ္ဌာန်း”ကို အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များက မလိုလားအပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်ဟု ထင်မှတ်မှားတတ်ကြပါသည်။ ဉာဏ်တိမ်သော အချို့ပုဂ္ဂိုလ်များက “သမထကြီးပါ” ဟူ၍ ရှုတ်ချသလိုလို ဝေဖန်မိတတ်ကြပါသည်။ မြတ်စွာဘုရားရှင်က အဘိဓမ္မာ ဒေသနာတော်တွင် ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်း(၄၀)ကို အတိအလင်း ဖွင့်ဆိုရှင်းလင်း နည်းပြထားခြင်းမှာ အကျိုးမရှိဘဲ ဟောညွှန်ထားခြင်း မဖြစ်တန်ရာ၊ အမှန်စင်စစ်- ‘သမထကမ္မဋ္ဌာန်းနည်း(၄၀)’သည် ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ရရှိရန် ပဓာန အထောက်အကူပြုသောကြောင့်သာ အလေးထားဟောကြားတော်မူထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဒါန သီလ အခြေခံကြောင့် သမာဓိတရား ရရှိပါသည်။ သမာဓိ တရားကြောင့် ပညာ = ဝိပဿနာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ မြဲမြံခိုင်မာသော သမာဓိ(သမထ) မရှိပါဘဲနှင့် ပညာ(ဝိပဿနာ)ကိုဘယ်နည်းနှင့်မျှမရရှိနိုင်ပါ။

မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဒါန, သီလလုပ်ငန်းမျှဖြင့် နှုတ်ချမ်းသာ, နတ်ချမ်းသာ = ကံလမ်းကြောင်းကို ပြတော်မူပါသည်။ ဒါန, သီလ, သမထဘာဝနာ အခြေခံသော သမာဓိလုပ်ငန်းမျှဖြင့် ဗြဟ္မာချမ်းသာ = ဈာန်လမ်းကြောင်းကို ပြတော်မူပါသည်။ ဒါန, သီလ, ဝိပဿနာဘာဝနာအခြေခံ သုံးချောင်းထောက်ပညာ





လုပ်ငန်းစဉ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ = ဉာဏ်လမ်းကြောင်း (ဝိပဿနာ) ကို ပြတော်မူပါသည်။ ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်လျှင် ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်သလောက် အကျိုးကျေးဇူး ခံစားခွင့်ရှိကြောင်း တစ်ကန်စီ ခွဲခြား ညွှန်ပြထားတော်မူပြီး ဖြစ်ပါသည်။ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာသည် ဝဋ်ဆင်းရဲမှလွတ်မြောက်ရာ အမြင့်မြတ်ဆုံးဖြစ်သဖြင့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာ ရရှိနိုင်ရေး ပဓာနလုပ်ငန်းဖြစ်သော “ဝိပဿနာ”ကို အမွန်းတင် အလေးထားရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် “ဝိပဿနာဘာဝနာ”၏ အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သော “သမထဘာဝနာ” “သမထကမ္မဋ္ဌာန်း-နည်း ၄၀”ကို မလွဲမသွေ ဆည်းပူးလေ့လာကျင့်သုံးအပ်သည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း

အထပ်ထပ်အခါခါ ပွားများရသည့် “ဘာဝနာ” လုပ်ငန်းစဉ်၌ “သမထဘာဝနာ” နှင့် “ဝိပဿနာဘာဝနာ” ဟူ၍ အခြေခံအဆင့်နှင့် ပဓာနအဆင့် နှစ်မျိုးခွဲခြားပြတော်မူထားပါသည်။ အခြေခံအဆင့်ကို ပွားများအားထုတ်ခြင်း မရှိသေးဘဲ ပဓာနအဆင့်သို့ မည်သို့မျှ ကျော်လွှား အားထုတ်ရန် မဖြစ်နိုင်ပါ။ (ပထဝီကသိုဏ်း စသော)အာရုံ၌ အထပ်ထပ် အခါခါ ပွားများရသောလုပ်ငန်း တည်ရှိသောကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန = ကမ္မဋ္ဌာန်း ဟု



ကမ္မဋ္ဌာန်း(၄၀)ပွားများအားထုတ်နည်း

ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ (ဘာဝနာကမ္မံ တိဋ္ဌတိ ဧတ္ထာတိ ကမ္မဋ္ဌာနံ)။
 ဘာဝနာပွားများသောလုပ်ငန်းတည်ရှိရာဖြစ်သောကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်း
 ဟုလည်းခေါ်သည်။ (ကမ္မမေဝ ဌာနံ ကမ္မဋ္ဌာနံ။) အားထုတ်နှင့်
 ပြီးသာ ဘာဝနာအရှိန်အဟုန်က ဆက်လက်အားထုတ်ဆဲ ဘာဝနာ
 စွမ်းအားပေါ်၌ တည်ရှိလျက် ခွန်အားများအသစ်အသစ် ဖြစ်ပေါ်
 စေသော လုပ်ငန်းဖြစ်သောကြောင့် ကမ္မဋ္ဌာန်းဟုလည်း အမည်
 တပ်သည်။ (ပုရိမံ ပုရိမံ ဝါ ဘာဝနာကမ္မံ ပစ္ဆိမဿ ပစ္ဆိမဿ
 ဘာဝနာကမ္မဿ ဌာနန္တိ ကမ္မဋ္ဌာနံ။) ထိုသို့ထပ်ခါထပ်ခါ ပွားများ
 အားထုတ်မှုသည် စိတ်အညစ်အကြေး ကိလေသာတို့ကို (အပြီး
 အပြတ်ပယ်သတ် ခြင်းမဟုတ်) ငြိမ်းသက်ငြိမ်းအေးမှု ပေးစွမ်း
 နိုင်သော သမာဓိတရားကို ထူထောင်စေနိုင်ပြီဆိုလျှင် ထိုသို့သော
 ဘာဝနာလုပ်ငန်းသည် “သမထဘာဝနာ” “သမထကမ္မဋ္ဌာန်း” ဟု
 အမည်တပ်ရသည်။

ပဓာနိယင်္ဂီတရား ၅-ပါး

ဒါနနှင့်သီလအခြေခံပေါ်၌ အခိုင်အမာ ရပ်တည်ပြီးမှသာ
 အထပ်ထပ် ကြိမ်ဖန်များစွာ ပွားများရသော ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း
 လုပ်ငန်းခွင်သို့ ဝင်ရောက်ရပါသည်။ ထိုသို့ ကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်ကို
 အားထုတ်တော့မည်ဆိုလျှင် အားထုတ်မည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၌ မရှိ





မဖြစ် လိုအပ်သော အင်္ဂါငါးရပ်(ပဓာနိယင်္ဂတရား) ရှိကို ရှိရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းအင်္ဂါငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံခြင်း ရှိမှသာ အားထုတ် မည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ကို အောင်မြင်ပေါက်ရောက်စွာ အားထုတ် နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းတရား ငါးပါးမှာ-

- ၁။ မိမိအားထုတ်မည့် ကမ္မဋ္ဌာန်းလုပ်ငန်းအပေါ်၌ ခိုင်မာသော ယုံကြည်ချက် ရှိရပါမည်။
- ၂။ အားထုတ်နိုင်စွမ်းသော ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာခြင်း ရှိရပါမည်။
- ၃။ မိမိသိရှိတွေ့မြင်ခံစားရသမျှ မိမိအား ကမ္မဋ္ဌာန်း နည်းပြသော ဆရာအား ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်စွာ ပြောဆိုတတ်သော စိတ်ထားရှိရပါမည်။
- ၄။ အကုသိုလ် ဒုစရိုက်တရားတို့ကို ပယ်ရှား ရှောင်ကြဉ် လိုစိတ်၊ ကုသိုလ်သုစရိုက်တရားများကိုသာ ဆည်းပူး အားထုတ်လိုစိတ် ပြင်းထန်သော လုံ့လဝီရိယရှိရပါမည်။
- ၅။ ရုပ် နာမ် တရားတို့ကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်စွမ်းသော ဉာဏ် ပညာနှင့် ပြည့်စုံရပါမည်။

ဓမ္မန္တရာယ် ၅-ပါး

၎င်းအပြင် ကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်တော့မည့် ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အောက်ဖော်ပြပါ ဓမ္မန္တရာယ်ငါးပါး ကင်းလွတ်ပြီးသူ





ဖြစ်ရပါမည်။ ဖော်ပြပါ ဓမ္မန္တရာယ်ငါးပါးအနက် တစ်ပါးပါးကို ကျူးလွန်မိသူဖြစ်လျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားကို မည်မျှလုံ့လကြီးစွာ အားထုတ်သည်ဖြစ်စေ မည်သို့မျှ တရားမတွေ့နိုင်ပါ။ စျာန်မဂ်ဖိုလ် မရနိုင်ပါ။ ယင်းဓမ္မန္တရာယ် ငါးပါးမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်-

၁။ ကမ္မန္တရာယ် = အမိသတ်သူ၊ အဖသတ်သူ၊ ရဟန္တာသတ်သူ၊ ဘုရားရှင်အား သွေးစိမ်းတည်အောင် ပြုမိသူ၊ သံဃာသင်းခွဲသူ - ဟူသော မကျူးလွန်အပ်သည့် ကံကြီး ငါးပါးထိုက်သူနှင့် ဘိက္ခုနီမကို ဖျက်ဆီးသူ၊

၂။ ကိလေသန္တရာယ် = ကောင်းမှု မကောင်းမှုကံနှင့် ယင်းကံတို့၏ ကောင်းကျိုး မကောင်းကျိုးကို ပယ်သော အဟေတုကဒိဋ္ဌိ၊ အကိရိယဒိဋ္ဌိ၊ နတ္ထိကဒိဋ္ဌိဟူသော နိယတမိစ္ဆာ ဒိဋ္ဌိ-အယူရှိသူ၊ နိယတမိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ အယူရှိသူများသည် သေလျှင်





အပါယ်ငရဲသို့ ကျိန်းသေ ကျ
ရောက်မည့်သူများ ဖြစ်သည်။

၃။ ဝိပါကန္တရာယ် = အဟိတ်တိရစ္ဆာန်များ ၊ သုဂတိ
အဟိတ်ဖြစ်သော နပုံး၊ ပဏ္ဍုက်၊
ဥဘတောဗျည်းများ၊ ဒွိဟိတ်
ပုထုဇဉ် ဆွံ့အ နားမကြား ဉာဏ်
ပညာ ကင်းမဲ့သူများ၊

၄။ အရိယူပဝါဒန္တရာယ် = အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့အား သိသည်
ဖြစ်စေ၊ မသိသည် ဖြစ်စေ
စွပ်စွဲကဲ့ရဲ့ ဆဲရေး၊ ပြစ်မှားသူ၊
(၄င်းတို့အား တောင်းပန်၊
ကျေအေးနိုင် သောကြောင့်
ကမ္မဋ္ဌာန်း အားမထုတ်မီ ဂင်္ဂါဝါဠု
သဲစုမက ပွင့်တော်မူ သမျှသော
ဘုရားရှင်တို့အား ရှိခိုးခြင်း၊ ခန္ဓာ
ကိုယ်ကိုအပ်နှင်းခြင်း၊ ခင်ပွန်းကြီး
ဆယ်ပါးတို့အား အပြစ်လွန်
ကျူးမိပါက ခွင့်လွှတ် ကျေအေး
ပါရန် တောင်းပန်ခြင်းတို့ကို



ကာယကံ ဝစီကံ တို့ဖြင့် ရှိခိုး
တောင်းပန်ရခြင်းဖြစ်သည်။)

၅။ အာဏာဝိတိက္ကမန္တရာယံ = ဝိနည်း သိက္ခာပုဒ် စောင့်ထိန်း
ရသော ရဟန်းတော်များနှင့် အဓိက
သက်ဆိုင်သည့်ပါရာဇိကအာပတ်
သင့်ပြီးဖြစ်လျှင် မည်သို့မျှ တရား
အားထုတ်၍မရသင့်သောအာပတ်
များကို ဒေသနာကြားပြီး ကုစား
အားထုတ်လျှင် တရားရနိုင်သည်။

အပရိဟာနိယတရား ၇-ပါး

၎င်းအပြင် ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ ပွားများအားထုတ်မည့်
ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်းအလုပ်ခွင်၌ အင်အားလျော့ပါးခြင်း
မရှိစေရန် အောက်ပါ အပရိဟာနိယတရား (၇)ပါးကို ကျင့်ဆောင်
ကြရသည်-

- ၁။ ဘုရားရှင်၌ ရိုသေခြင်း၊
- ၂။ တရားတော်၌ ရိုသေခြင်း၊
- ၃။ သံဃာတော်၌ ရိုသေခြင်း၊
- ၄။ ကိုယ်ကျင့်သီလ၌ ရိုသေခြင်း၊





- ၅။ သမာဓိသိက္ခာ၌ ရှိသေခြင်း၊
- ၆။ နည်းပေးလမ်းပြ ကလျာဏမိတ်ကောင်းရှိခြင်း၊
- ၇။ ကလျာဏမိတ်ကောင်း၏ နည်းပေးလမ်းပြအတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်း ကျင့်ကြံအားထုတ်ခြင်း။

ပလိဗောဓကြီး ၁၀- ပါး

ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာကို စီးဖြန်းအားထုတ်တော့မည် ဆိုလျှင် ဖော်ပြပါ အနှောင့်အယှက် ပလိဗောဓကြီး ၁၀- ပါးကိုလည်း သတိထား ရှောင်ကြဉ်ရ၏-

- ၁။ နေရာ ကျောင်း၊ အိမ်၊
- ၂။ အလုပ်အကျွေး တပည့်တပန်း၊
- ၃။ လာဘ်ရခြင်း၊ ပစ္စည်းပေါများခြင်း၊
- ၄။ မိတ်သင်း အပေါင်းဖော်၊
- ၅။ အမှုသစ်ကိစ္စများပြားခြင်း၊
- ၆။ ခရီးသွားခြင်း၊
- ၇။ ဆွေမျိုးညာတကာ၊
- ၈။ အနာရောဂါ၊
- ၉။ ကျမ်းဂန် ဖတ်ရှု သင်ကြားခြင်း၊
- ၁၀။ ပုထုဇဉ်တို့၏ ဘုန်းတန်ခိုး၊





ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာအလုပ်ကို အနှောင့်အယှက်ပေးတတ်သော ဖော်ပြပါ အရပ် ၁၈-ပါး ကိုလည်း ရှောင်ကြဉ်ရသည်-

- ၁။ နေရာတိုက်တာအရံကြီး၊
- ၂။ နေရာသစ်၊
- ၃။ နေရာတိုက်တာအဟောင်း၊
- ၄။ လမ်း၏အနီးဖြစ်သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၅။ ရေအိုင်၊ ရေကန်၏ အနီးဖြစ်သော နေရာကျောင်း၊
- ၆။ ဟင်းရွက်တော၏ အနီးဖြစ်သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၇။ ပန်းတော၏ အနီးဖြစ်သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၈။ သစ်သီးရှိသော နေရာ ကျောင်း၊
- ၉။ လူတို့သွားချင့်စဖွယ် ဆန်းကြယ်တောင့်တအပ် သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၁၀။ မြို့၏အနီးဖြစ်သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၁၁။ သစ်၊ဝါး၊ထင်း၊တော၏အနီးဖြစ်သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၁၂။ လယ်ယာလုပ်ငန်း၏ အနီးဖြစ်သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၁၃။ အချင်းချင်း မသင့်မတင့်သူရှိသော နေရာ ကျောင်း၊
- ၁၄။ ကုန်သည်များ ဝင်ထွက်ရာ သင်္ဘောဆိပ်၊ မီးရထား ဆိပ်၏ အနီးဖြစ်သော နေရာ၊ ကျောင်း။
- ၁၅။ သဒ္ဓါတရား ခေါင်းပါးသော ပစ္စန္ဓရာဇ်နေရာ ကျောင်း၊





- ၁၆။ မင်းဘေးနီးသော နယ်ခြား နေရာ ကျောင်း၊
- ၁၇။ ဘေးရန်တစ်စုံတစ်ခုရှိသော နေရာ ကျောင်း၊
- ၁၈။ မိတ်ဆွေကောင်း မရသော နေရာ ကျောင်း၊

ဖော်ပြပါ နေရာကျောင်းများကို တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ရှား၍ အောက်ပါ အင်္ဂါငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံသော နေရာကျောင်းကို ခိုဝင် မှီတင်းနေထိုင်ရာသည် -

- ၁။ ဆွမ်းခံရွာ မဝေးလွန်း မနီးလွန်းသော နေရာ ကျောင်း၊
- ၂။ လူသူလေးပါး အဝင်အထွက်နည်း၍ ဆိတ်ငြိမ် သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၃။ မှက် ခြင် စသည် နည်းပါးသော နေရာ ကျောင်း၊
- ၄။ ပစ္စည်းလေးပါး ရလွယ်သော နေရာ ကျောင်း၊
- ၅။ ကျမ်းဂန် ဗဟုသုတပြည့်စုံသော မိတ်ဆွေကောင်း နှင့် နီးကပ်သော နေရာ ကျောင်း၊

ထို့နောက် ဖော်ပြပါ ဆရာအင်္ဂါ (၇)ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းပြဆရာသို့ ချဉ်းကပ်လျက် စရိုက်နှင့်လျော်ညီသော ကမ္မဋ္ဌာန်းအစီအရင်ကို နည်းခံသင်ယူရာသည် -

- ၁။ သီလရှိသောကြောင့် ချစ်အပ်သောဆရာ၊
- ၂။ သီလရှိသောကြောင့် အလေးပြုအပ်သောဆရာ၊
- ၃။ သီလရှိသောကြောင့် ချီးမွမ်းထိုက်သောဆရာ၊



- ၄။ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင် ဆုံးမတတ်သောဆရာ၊
- ၅။ ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင် ဆုံးမလာခဲ့သော် ကောင်းစွာ သည်းခံ နိုင်သောဆရာ၊
- ၆။ နက်နက်သိမ်မွေ့သောတရားကို ပြောဟောတတ် သောဆရာ၊
- ၇။ အကျိုးမရှိသောအရာ၌ မတိုက်တွန်းတတ်သော ဆရာ။

စရိုက်(၆)ပါးနှင့်လျော်ညီစွာ အားထုတ်ရသော
ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ

၁။ ရာဂစရိုက်ရှိသူသည်

- ၁။ အသုဘ ၁၀-ပါး ကမ္မဋ္ဌာန်း၊
- ၂။ ကေသာ လောမာ စသော ကာယကောဋ္ဌာသ ၁-ပါး၊
ဤ ၁၁-ပါးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့နှင့် သင့်လျော်သည်။

၂။ ဒေါသစရိုက်ရှိသူသည်

- ၁။ အညှိ,အရွှေ့,အနီ,အဖြူ ဝဏ္ဏ(အဆင်း)ကသိုဏ်း ၄-ပါး၊
- ၂။ အပွမညာ ကသိုဏ်း ၄-ပါး၊
ဤ ၈-ပါးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့နှင့် သင့်လျော်သည်။



၃-၄။ မောဟစရိုက်၊ ဝိတက်စရိုက် ရှိသူသည်

အာနာပါနကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် သင့်လျော်သည်။

၅။ ပညာစရိုက်ရှိသူသည်

၁။ မရဏာနုဿတိ (မရဏဿတိ)၊

၂။ ဥပသမာနုဿတိ၊

၃။ အာဟာရေ ပဋိကူလသညာ၊

၄။ စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်၊

ဤ ၄-ပါးသောကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် သင့်လျော်သည်။

၆။ သဒ္ဓါစရိုက်ရှိသူသည်

၁။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊

၂။ ဓမ္မာနုဿတိ၊

၃။ သံဃာနုဿတိ၊

၄။ သီလာနုဿတိ၊

၅။ စာဂါနုဿတိ၊

၆။ ဒေဝတာနုဿတိ၊

ဤ ၆-ပါးသောကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် သင့်လျော်သည်။



သဗ္ဗစရိုက်(စရိုက် ၆-ပါး ရောပြွမ်း)ရှိသူသည်

- ၁။ ပထဝီ မြေကသိုဏ်း၊
 - ၂။ အာပေါ ရေကသိုဏ်း၊
 - ၃။ တေဇော မီးကသိုဏ်း၊
 - ၄။ ဝါယော လေကသိုဏ်း၊
 - ၅။ အကာသ အပေါက်ဟင်းလင်းကသိုဏ်း၊
 - ၆။ အာလောက အရောင်အလင်းကသိုဏ်း၊
 - ၇-၁၀။ အာရပ္ပ ၄-ပါး၊
- ဤ ၁၀-ပါးသောကမ္မဋ္ဌာန်းတို့နှင့် သင့်လျော်သည်။
- မောဟစရိုက်ရှိသူသည် ကြီးသော ကသိုဏ်းနှင့် သင့်လျော်သည်။
- ဝိတက်စရိုက်ရှိသူသည် ငယ်သော ကသိုဏ်းနှင့် သင့်လျော်သည်။





လှတေသနစာကြည့်တိုက်
စာအုပ်တော်ထွန်းကားပြန်ပွားရေးဦးစီးဌာန
စမ္မာအေး ၊ ရန်ကင်း
ကမ္မဋ္ဌာန်း(၄၀)

သမာဓိထူထောင်ရေးလုပ်ငန်း အောင်မြင်နိုင်စေရန် သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဘာဝနာလုပ်ငန်း အမျိုး(၄၀)ရှိသည်။ အထပ်ထပ် အကြိမ်ကြိမ် ပွားများအားထုတ်ရသော ဘာဝနာလုပ်ငန်း၏ တည်မှီရာဖြစ်၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းဟုခေါ်သည်။

ကသိုဏ်း(၁၀)ပါး

- (၁) ပထဝီကသိုဏ်း - ပထဝီ(မြေ)ကသိုဏ်း၊
- (၂) အာပေါကသိုဏ်း - အာပေါ(ရေ)ကသိုဏ်း၊
- (၃) တေဇောကသိုဏ်း - တေဇော(မီး)ကသိုဏ်း၊
- (၄) ဝါယောကသိုဏ်း - ဝါယော(လေ)ကသိုဏ်း၊
- (၅) နီလကသိုဏ်း - နီလ(အပြာရောင်အညိုရောင်) ကသိုဏ်း၊
- (၆) ပီတကသိုဏ်း - ပီတ(ရွှေရောင်)ကသိုဏ်း၊
- (၇) လောဟိတကသိုဏ်း - လောဟိတ(အနီရောင်)ကသိုဏ်း၊
- (၈) သြဒါတကသိုဏ်း - သြဒါတ(အဖြူရောင်)ကသိုဏ်း၊
- (၉) အာကာသကသိုဏ်း - အာကာသ(ကောင်းကင်) ကသိုဏ်း၊
- (၁၀) အာလောကကသိုဏ်း - အာလောက(အလင်းရောင်) ကသိုဏ်း၊



အသုဘ(၁၀)ပါး

- (၁) ဥဒ္ဓုမာတက - ဖူးဖူးရောင်သော လူသေကောင်၊
- (၂) ဝိနိလက - အညှိအနီစသည် ရောယှက်လျက် အရောင်အဆင်းပျက် နေသော လူသေကောင်၊
- (၃) ဝိပုဗ္ဗက - ပုပ်ရိပြီး သွေးပြည်တို့ဖြင့်ကွဲအက် ယိုကျနေသော လူသေကောင်၊
- (၄) ဝိစ္ဆိဒ္ဓက - အရေပြားများ အပိုင်းပိုင်း ကွဲ အက်နေသော လူသေကောင်၊
- (၅) ဝိက္ခာယိတက - ခွေး, ကျီး, လင်းတ စသည် တို့ ထိုးဆွကိုက်ခဲ၍ မွမွ ကြေနေ သော လူသေကောင်၊
- (၆) ဝိက္ခိတ္တက - ခြေတခြား၊ လက်တခြား ခေါင်း ကိုယ်စသည်တို့ကို ကစဉ်ကလျား ပစ်လွှင့်ထားသော လူသေကောင်၊
- (၇) ဟတဝိက္ခိတ္တက - ဓားလှံ စသည်တို့ဖြင့် အစိတ်စိတ် အမွှာအမွှာ နေအောင် ညှဉ်းပန်း နှိပ်စက် ခံထားသောလူသေကောင်၊
- (၈) လောဟိတက - ထိုမှ ဤမှ သွေးယိုကျ၍ အနံ့ အပြား သွေးလိမ်းကျ နေသော လူသေကောင်၊



(၉) ပုဠုဝက - ပိုးလောက်များ ကျိကျိ တက် ပြည့်နေသော လူသေကောင်၊

(၁၀) အဋ္ဌိက - အရိုးစုသာ ကြွင်းကျန်သော လူသေကောင်၊

အနုဿတိ(၁၀)ပါး

(၁) ဗုဒ္ဓါနုဿတိ - အရဟတအစရှိသောဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော် ဆယ်ပါး(ကိုးပါး) ကို အဖန်ဖန် အောက်မေ့ခြင်း၊
(အဋ္ဌကထာ၌ ဂုဏ်တော် ၁၀-ပါးကို ဦးစွာဖွင့်သည်။ ဒုတိယနည်းကျမှ အနုတ္တရ+ ပုရိသဒမ္မသာရထိ)ကို ပေါင်းယူ၍ ၉-ပါးဟု ဖွင့်သည်။)

(၂) ဓမ္မာနုဿတိ - သွားကွာတတာ အစရှိသောတရားတော်၏ ဂုဏ်တော်ခြောက်ပါးကို အဖန်ဖန် အောက်မေ့ခြင်း၊

(၃) သံဃာနုဿတိ - သုပွဋိပန္နတာ အစရှိသော သံဃာတော်၏ ဂုဏ်တော် ကိုးပါးကို အဖန်ဖန်အောက်မေ့ခြင်း၊



- (၄) သီလာနုဿတိ - မိမိ၏ သီလဂုဏ်ကို အဖန် ဖန် အောက်မေ့ခြင်း၊
- (၅) စာဂါနုဿတိ - စွန့်ကြဲပေးကမ်းလျှာဒါန်းခဲ့ သည့် ဒါနအစုစုကို အဖန် ဖန် အောက်မေ့ခြင်း၊
- (၆) ဒေဝတာနုဿတိ - သဒ္ဓါစသော ဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံ သဖြင့် နတ်ဖြစ်ကြလေကုန်၏။ ငါလည်း သဒ္ဓါစသော ဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံ၏ဟု နတ်တို့ကို သက်သေ ထား၍ အဖန်ဖန်အောက်မေ့ခြင်း၊
- (၇) ဥပသမာနုဿတိ - နိဗ္ဗာန်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို အဖန်ဖန်အောက်မေ့ခြင်း၊
- (၈) မရဏာနုဿတိ - သေခြင်းတရားကို အဖန်ဖန် အောက်မေ့ခြင်း၊
- (၉) ကာယဂတာသတိ - ဆံပင်, အမွှေး, ခြေသည်း, လက်သည်းစသည့်(၃၂)ပါးသော ကောဠာသကို အောက်မေ့ခြင်း၊
- (၁၀) အာနာပါနုဿတိ - ဝင်သက် ထွက်သက်ကို အောက်မေ့ခြင်း၊





ဗြဟ္မစိဟာရ(၄)ပါး

- (၁) မေတ္တာ - ချစ်ခြင်းမေတ္တာစိတ်ဖြင့် သတ္တဝါတို့အပေါ် စူးစိုက် ပွားများခြင်း၊
- (၂) ကရုဏာ - သနားကြင်နာစိတ်ဖြင့် သတ္တဝါတို့အပေါ် စူးစိုက် ပွားများခြင်း၊
- (၃) မုဒိတာ - ဝမ်းမြောက်သောစိတ်ဖြင့် သတ္တဝါတို့အပေါ် စူးစိုက် ပွားများခြင်း၊
- (၄) ဥပေက္ခာ - မုန်းခြင်း ချစ်ခြင်း မထား၊ ကံစွမ်းအားကို ပွားများ သော စိတ်ဖြင့် သတ္တဝါတို့ အပေါ် စူးစိုက်ပွားများခြင်း (ဗြဟ္မစိုရ် တရား ၄-ပါးဟုလည်းခေါ်၏။)

သညာ(၁)ပါး

- (၁) အာဟာရေ ပဋိကူလသညာ - စားသောက်သော အာဟာရတို့ အပေါ် စက်ဆုပ်ဖွယ်အနေ ထင် မြင်အောင် စူးစိုက်ရှုပွားခြင်း။





စတုဗျာတုဝဝတ္ထာန်(၁)ပါး

- (၁) စတုဗျာတုဝဝတ္ထာန် - မိမိခန္ဓာကိုယ်ကို မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီး ဓာတ်ကြီးလေးပါး အနေ ထင်မြင်အောင် စူးစိုက် ရှုပွားခြင်း။

အာရုပ္ပ(၄)ပါး

- (၁) အာကာသာနဉ္စာယတန - အဆုံးမရှိ အနန္တ ကောင်းကင်ပညတ်ကို စူးစိုက် ခြင်း။
- (၂) ဝိညာဏဉ္စာယတန - အဆုံးမရှိ အနန္တပထမာ ရုပ္ပဝိညာဏ်ကို စူးစိုက် ခြင်း။
- (၃) အာကိဉ္စညာယတန - ဘာမျှမရှိခြင်းသဘော နတ္ထိ ဘော ပညတ်ကို စူးစိုက်ခြင်း။
- (၄) နေဝသညာနာသညာယတန - ရုန့်ရင်းသောသညာ ရှိသည်လည်း မဟုတ်၊ သိမ်မွေ့ သောသညာ မရှိသည်လည်း မဟုတ်သော တတိယာရုပ္ပ ဝိညာဏ်ကို စူးစိုက်ခြင်း။

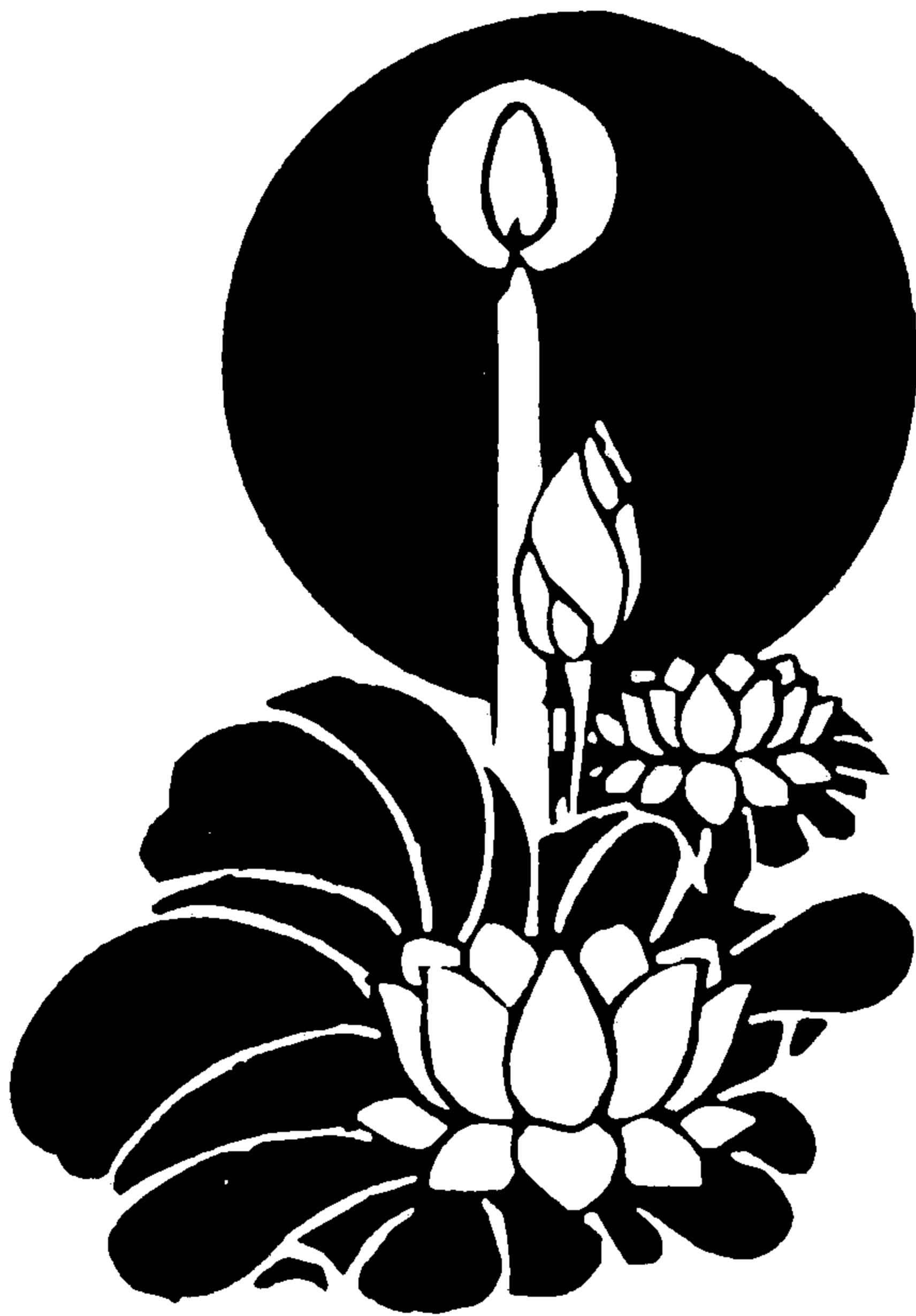


သမထကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံ

သမထကမ္မဋ္ဌာန်းအားထုတ်ခြင်း၏ အဓိကရည်မှန်းချက်မှာ သမာဓိခိုင်မာစွာတည်ထောင်ရရှိရေး၊ ဈာန်အဘိညာဉ် ရရှိရေးဖြစ်သည်။ လှုပ်ရှားနေသောစိတ်ကို အာရုံတစ်ခုခု အပေါ်၌ စွဲစွဲမြဲမြဲ ပွားများလျက် တည်တံ့ ငြိမ်သက်အောင် အားထုတ်ခြင်းဖြစ်သည်။

သမထကမ္မဋ္ဌာန်း၏ ရှုမှတ်စရာအာရုံသည် များသောအားဖြင့် ပညတ်အာရုံဖြစ်သည်။ အရှိတရား ပရမတ် တစ်ခုကို လူအများ သိရှိနားလည်အောင် သတ်မှတ်ခေါ်ဝေါ် ပညတ်ထားသည့်အရာ ဖြစ်သည်။ များသောအားဖြင့် ပညတ်အာရုံပေါ်၌ ပဓာနပြုလျက် ပွားများအားထုတ်ရသော်လည်း ကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-အနက် ဗုဒ္ဓါနုဿတိ၊ စတုဓာတု ၀၀တ္ထာန် (ဓာတ်ကြီးလေးပါး ခွဲခြားဝေဖန်မှု)စသည် တို့တွင် မူလပရမတ်အာရုံများ၌ ပွားများရခြင်းမျိုးလည်းရှိသည်။

သမထကမ္မဋ္ဌာန်းကျင့်စဉ်ဖြင့် အားထုတ်သောကြောင့် ရရှိလာသည့် သမာဓိသည် ဈာန်ရခါနီးအဆင့်သမာဓိ (ဥပစာရသမာဓိ) နှင့် ဈာန်ရသည့်အဆင့်(အပ္ပနာသမာဓိ) နှစ်မျိုးရှိသည်။ သမထကမ္မဋ္ဌာန်း (၄၀)ရှိသည့်အနက် ကသိုဏ်း(၁၀)ပါး၊ အသုဘ (၁၀)ပါး၊ ကာယဂတာသတိ၊ အာနာပါနုဿတိ၊ ဗြဟ္မဝိဟာရ (၄)ပါး၊ အာရပ္ပ (၄)ပါး၊ စုစုပေါင်းကမ္မဋ္ဌာန်း(၃၀)သည် အပ္ပနာ သမာဓိခေါ် ဈာန်ကိုရစေနိုင်သည့် စွမ်းအားရှိသော ကမ္မဋ္ဌာန်းများဖြစ်၏။



၁။ ပထဝီ မြေကသိုဏ်းရှုပ္ပားအားထုတ်နည်း

ပထဝီ မြေကသိုဏ်းဝန်း ပြုလုပ်ပြင်ဆင်ပုံ

မဝါလွန်း မနီလွန်းသော နံ့မြေစေး၊ မြေနီမြေစေးကို သဲအမှိုက်စသည် မပါစေရန် သန့်စင်ပြီးနောက် ရေနှင့်ဖျော်၍ ညက်စွာနယ်ပြီးနောက် တစ်ထွာပတ်ဝန်းကျင်ခန့် အဝိုင်းမြေချပ် ပြုလုပ်ရမည်။ ကြည့်ရှုမည့်ဘက်က ချောမွတ်ပြေပြစ်အောင် စည် မျက်နှာပြင်ကဲ့သို့ အချောကိုင်လျက် မြေချပ်ဝိုင်း၏ အနားကွပ်တွင် လက်မဝက်ခန့် အဖြူဖြစ်စေ အစိမ်းဖြစ်စေ ဆေးဖြင့်ရစ်ဝိုင်းထားရသည်။ ယင်းကို “ကသိုဏ်းဝန်း” ဟုခေါ်သည်။ ယင်းကသိုဏ်းဝန်းကို တစ်ထွာပတ်ဝန်းကျင်ခန့်ပိုလျှင် အနည်းငယ်၊ လျော့လျှင် အနည်းငယ်သာပြုသင့်၏။ ကသိုဏ်းဝန်းငယ်လျှင် နိမိတ်ရလွယ်၊ စိတ်နိုင်လွယ်၏။ ကသိုဏ်းဝန်းကြီးလျှင် နိမိတ်ရခဲ၊ စိတ်နိုင်ခဲ၏။ ကသိုဏ်းဝန်း၌ အညစ်အကြေး မထင်အောင်၊ မပွန်းပဲ့အောင် စီမံထားရသည်။ ရှေးဆရာတော်ကြီးများက ဘုရားဓာတ်တော်ကဲ့သို့ ရိုသေစွာထားရမည်ဟု ညွှန်ကြား တော်မူကြသည်။



နိမိတ် (၃)ပါးထင်ပုံ

ပရိကာမ္မနိမိတ်

ကသိုဏ်းဝန်းကိုပြုလုပ်ပြီးနောက် သားငှက်တိရစ္ဆာန် လူသံဆိတ်ငြိမ်လျက် အေးမြသောကာလတွင် အိမ်ဂေဟာ၌ ဖြစ်စေ၊ တောအရပ်၌ဖြစ်စေ တစ်ဦးတည်း အေးဆေးစွာ တင်ပျဉ်ဖွဲ့ခွေ ထိုင်ရ၏။ ကသိုဏ်းဝန်းကို မိမိရှေ့ လက်လှမ်းတမီ လောက်တွင် မျက်စိနှင့် တစ်တန်းတည်းထားရ၏။ ကသိုဏ်းဝန်း ပွားများစီးဖြန်း ချိန်တွင် ငုံ့လည်းမငုံ့ရဘဲ၊ မော့လည်းမမော့ရဘဲ ကြည့်ရှုလျက် ပွားများနိုင်ရန်ဖြစ်သည်။

မျက်စိနှင့် တစ်တန်းတည်းရှိအောင် ထောင်ထား၊ ချိတ်ထား ပြီးလျှင် မြတ်စွာဘုရားဂုဏ်တော်များကို ရှေးဦးစွာပွားရမည်။ ရှိခိုးကန်တော့ရမည်။ ယင်းနောက် ငါ၏ ပတ်ဝန်းကျင်၌ရှိသော သတ္တဝါအားလုံးတို့သည် ဘေးရန်၊ ကြောင့်ကြ၊ ဆင်းရဲကင်း၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစေ၊ အမြဲတစေ ကောင်းမြတ်သော အာရုံတို့ကိုသာ တွေ့မြင် ချမ်းသာကြပါစေ-ဟု လှိုက်လှဲစူးစိုက်စွာ မေတ္တာပို့လွှတ်ရမည်။ ယင်းနောက် ငါသည် မချွတ်ဖက် အမှန်ပင် သေရလိမ့်မည်၊ မည့်သည့်ကာလ၌ သေရမည်ကိုကား မသိ၊ မသေမီ --- ကိုးကွယ်ရာကို ရအောင်လုပ်ရမည်ဟု သေခြင်း





တရားကို အောက်မေ့လျက်နေရမည်၊ ဆက်လက်၍ ဤကသိုဏ်း အကျင့်သည် ဘုရားပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရိယာသူတော်ကောင်း ပညာရှိ အပေါင်းတို့၏ အားထားမှီခိုရာ ကျင့်စဉ်လမ်းကြောင်း ဖြစ်သည်။ ရှေးပညာရှိ သူတော်ကောင်းကြီးတို့ လမ်းစဉ်ကို ငါအမှန်တကယ် လိုက်နာအားထုတ် ကျင့်သုံးတော့မည်ဟု အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ပွားများရမည်။

ယင်းနောက် ဤမြတ်သောကျင့်စဉ်ဖြင့် ဘုရားပစ္စေကဗုဒ္ဓါ အရိယာသူတော်ကောင်းကြီးတို့သည် အို,နာ,သေရေး ဒုက္ခဘေးတို့မှ လွတ်မြောက်ခဲ့ကြဖူးပြီ၊ ငါသည်လည်း ဤ အို,နာ, သေရေး ဒုက္ခဘေးတို့မှ လွတ်မြောက်ရန် ကျင့်ဆောင်အားထုတ်တော့မည်။ ဤကသိုဏ်းဝန်းနှင့် ဤကျင့်စဉ်သည် ငါ၏ မှီခိုအားထားရာ အစစ်အမှန်တည်းဟု စိတ်ကိုဒုံးဒုံး ချလျက် ထိုကသိုဏ်းဝန်း၌ အလွန်မြတ်နိုးနှစ်သက်လျက် အလွန်လိုချင်သော အာသာဆန္ဒဖြင့် ထိုပထဝီ မြေကသိုဏ်းဝန်းကို ကြည့်ရှုရမည်။ မိမိ၏အာရုံကို အခြား တစ်ပါးသို့ မသွားရအောင် သတိမြဲမြဲစွာဖြင့် ကြည့်ရှု အားထုတ် နေရမည်။ ဤသို့ အားထုတ်နေခြင်းကိုပင် “ပရိကမ္မနိမိတ်ယူပုံ” ဟု ခေါ်ဆို၏။



ဥဂ္ဂဟနိမိတ်

ထိုပထဝီမြေကသိုဏ်းဝန်းကို မျက်စိဖြင့် မြင်သည့် အတိုင်း စိတ်ထဲ၌ စွဲကပ်ထင်မြင်နေအောင် ကသိုဏ်းဝန်း တစ်ခုလုံးကို အစေ့အစပ်အကြား အလပ်မရှိ အကုန်အနှံ့ စိတ်ဖြင့်ငုံ၍ တည်တံ့ ခိုင်မြဲစွာ ကြည့်ရှုနေရမည်။ ကသိုဏ်းဝန်း တစ်စိတ် တစ်ဒေသမျှ ကိုသာ မကြည့်ရှုရ။ စိတ်ကို သန်သန်ကြီး ထားလျက် သတိပညာ ဖြင့် ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ မှတ်သားလျက် ကသိုဏ်းဝန်း မြေကြီးဝန်း တစ်ခုလုံးကို စိတ်၌ အကုန်လုံး စွဲကပ်ထင်မြင်နေအောင် ပြူးပြူးစိစိ ကြည့်ရှု၍ယူရမည်။

စိတ်၌ စွဲလောက် ပါလောက် ရလောက်ချိန်တန်လျှင် မျက်စိကို မှိတ်လျက် ထိုကသိုဏ်းဝန်း တစ်ခုလုံးကို စိတ်ဖြင့် မြင်အောင်ကြည့်ရမည်။ မျက်စိမှိတ်လျက် ကြည့်သောအခါ၌လည်း မျက်စိဖွင့်ကြည့်စဉ်ကကဲ့သို့ ကသိုဏ်းမြေကြီးဝန်း တစ်ခုလုံး ထင်မြင်နေလျှင် မြေကြီးကသိုဏ်း ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ရပြီဟု မှတ်ရမည်။ မရသေးပါက မျက်စိကိုဖွင့်လျက် ကြည့်မြဲတိုင်း ပြန်လည် ကြည့်ရှု၍ ယူရမည်။ မျက်စိကို ခဏခဏမှိတ်၍လည်း မစမ်းသပ်ရ၊ ကြာနိုင်သမျှကြာအောင် ကြည့်ရှု၍သာ အာရုံယူရမည်။ ကြိမ်ဖန်များစွာ ထပ်ခါထပ်ခါ ကြည့်ရှုမြဲလျှင် အချိန်ကြာလာပါက အာရုံနိမိတ်ကို ကောင်းစွာရ၏။





ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ရအောင် ယင်းသို့ကြည့်ရှုနေစဉ် နှုတ်မှ “ပထဝီကသိဏံ-ပထဝီကသိဏံ” ဟု တတွတ်တွတ် မရွတ်ဆိုရ။ “ပထဝီ” ဆိုသည်မှာ မြန်မာဘာသာဖြင့် “မြေကြီး” ဖြစ်သည်။ ဤမြေကြီးအဝန်းကို ကြည့်ရှုစွဲမြဲ အာရုံယူသောအခါ စိတ်ကို ကသိုဏ်းဝန်း၌ တစ်စိတ်တစ်ဒေသမျှသာ မထားဘဲ မြေကြီးဝန်း တစ်ခုလုံးကို အကုန်အနှံ့ ငုံ့၍ ကြည့်ရှုရမည်။ ဤသို့ အကုန်လုံးငုံ့၍ နှံ့စပ်အောင် ကြည့်ရှုရမည်ဖြစ်သောကြောင့် “ကသိဏံ=ကသိုဏ်း” ဟု ခေါ်ရခြင်းဖြစ်သည်။

ဤမြေကြီးကသိုဏ်းဝန်းကို အကုန်အနှံ့ ငုံ့၍ကြည့်ရှုနေစဉ် စိတ်ထဲ၌သာ “မြေ---မြေ” ဟု မှတ်လျက် မျက်စိဖြင့် မြင်ရသည့်အတိုင်း စိတ်ထဲ၌ စွဲကပ်ထင်မြင်ပါလာအောင် မျက်စိဖြင့်သာ ကြည့်ရှုနေရမည်။

ကြည့်ရှုသည့်အခါ၌ မျက်စိကို မှိတ်တုတ် မှိတ်တုတ် လုပ်၍ မကြည့်ရ။ ထိုသို့ မှိတ်တုတ် မှိတ်တုတ် လုပ်၍ကြည့်လျှင် အိပ်ချင် လာတတ်သည်။ စိတ်လျောလာတတ်သည် ရခဲတတ်သည်။ ထို့ကြောင့် မျက်စိကို ဖွင့်နိုင်သမျှဖွင့်၍ ပြူးပြူးစိစိဖြင့် ကြည့်ရသည်။ မျက်တောင် မခတ်ဘဲ နေနိုင်သမျှနေလျက် ကြည့်ရမည်။ ကြာလျှင်အိပ်ချင် လာတတ်သည်။ အိပ်ချင်လာ လေလေ မျက်စိကို ပို၍ ပြူးလေလေ ကြည့်ရမည်။



အိပ်ချင်လာသည့်အခါ၌လည်းကောင်း၊ မျက်စိကိုမှေး၍ မှန်၍ ကြည့်သောအခါ၌လည်းကောင်း၊ စိတ်သည် အားလျော့လျက် ကြည့်သောအခါ၌လည်းကောင်း ကသိုဏ်းဝန်းသည် နှစ်ခု နှစ်ထပ် ဖြစ်၍လာတတ်သည်။ ယင်းသို့မဖြစ်စေရ။ စိတ်သည်အမှတ်ကို ခိုင်ခိုင်မာမာထားလျက် ကြည့်ရမည်။ သတိလက်လွတ်ဖြစ်လျက် စိတ်သည် ကသိုဏ်းဝန်း၌ တည်မနေဘဲ အခြားအာရုံ တစ်ခုခု ကိုသွား၍ ကြံစည်တွေးတောလျက်လည်း နေတတ်၏။ ယင်းသို့ မဖြစ်စေရ။ ကသိုဏ်း အာရုံမှတစ်ပါး အခြားမည်သည့်အာရုံသို့မျှ မရောက်အောင် ကြပ်ကြပ် သတိပြုရမည်။

စိတ်ဝိတက်အကြံအစည်ကို ကြပ်ကြပ်နှိပ်ကွပ်လျက် ကသိုဏ်းဝန်းအာရုံ၌သာ ကပ်လျက်ချပ်လျက် မြဲသော သတိဖြင့် ဖွဲ့ထားအပ်၏။ ကြာလာလျှင် စိတ်မော၍ ဝီရိယလျော့ပါးလာပြီး ပျင်းလာတတ်သည်။ မပျင်းမိအောင် သတိထားရသည်။ အကျိုး အပြစ်တို့ကို ဆင်ခြင်လျက် စိတ်ဓာတ်နှင့် ဝီရိယထက်သန်စေသော အာရုံများကိုသာ ယူလျက် မြင်းမိုရ်တောင်ကြီးကို ဖြိုချတော့မည့် အားကောင်းမောင်းသန်ယောက်ျားပမာ မိမိစိတ်ကိုပြုပြင်ထားရ၏။

စိတ်မောသဖြင့် ကိုယ်ပါမော၍ ပျင်းရိလာပြီး မကြာခဏ အနားယူချင်တတ်လာ၏။ သင့်လျော်ရာကို ထ၍လုပ်ချင်တတ်လာ၏။ မကြာခဏ မနားရ၊ ဇွဲကောင်းကောင်း အသည်းကောင်းကောင်း ဖြင့် အားထုတ်ရသည်။



နိမိတ်ယူရာ၌-

၁။ အချို့ယောဂီတို့သည် ကသိုဏ်းဝန်းအာရုံကို အလွယ်တကူ ရနိုင်သည်။ အချို့ယောဂီတို့ အတွက် ပင်ပင်ပန်းပန်း ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကြာမြင့်စွာ အားထုတ်ပြီးမှ ရတတ်သည်။ အပြင်ဘက် ကသိုဏ်းဝန်းကို ပရိကမ္မနိမိတ် ဟုခေါ်သည်။ စိတ်ထဲ၌ ယူ၍ရသောနိမိတ်ကို ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ဟု ခေါ်သည်။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပရိကမ္မနိမိတ်နှင့် တစ်ထပ်တည်းတူသည်။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ကိုရသည့်အခါ သံလိုက် ကောင်းကောင်း၌ အပ်တွယ်ဘိသကဲ့သို့ စိတ်သည် မြေကြီးကသိုဏ်းဝန်း ဥဂ္ဂဟနိမိတ်၌သာ တွယ်ကပ်လျက်နေတော့၏။ ဘယ်ကိုမျှ များစွာ မပြေးတော့ပြီ။

၂။ မျက်စိကိုဖွင့်ထားသည့်အခါ ရှေ့တူရုရှီ အဆင်းကို မြင်၏။ မျက်စိကိုမှိတ်လိုက်သည့်အခါ အခြားမည်သည့်အရာကိုမျှ မမြင်တော့ဘဲ မြေကြီးကသိုဏ်းဝန်းကိုသာ မြင်လျက်နေတော့၏။ မျက်စိမှိတ်ရင်း ပက်လက် လျောင်းနေသောအခါ မျက်နှာပေါ်တွင် မြေကြီးကသိုဏ်းဝန်း မိုးလျက်



မြင်နေရသည်။ မျက်စိမှိတ်ရင်း မှောက်လျက်
နေလျှင် ကြမ်းနှင့်ဖျာအခင်းတို့ကိုမမြင်ဘဲ မြေကြီး
ကသိုဏ်းဝန်းကိုသာ မြင်လျက်နေရသည်။

၃။ ရေထဲ၌ ငုပ်နေလျှင် မျက်နှာရှေ့ရှိ ရေကို
မမြင်တော့ဘဲ၊ ရေဟုမမှတ်တော့ဘဲ ကသိုဏ်း
မြေချပ်ဝန်းကြီးသာရှိ၍ မြင်နေတော့၏။
မျက်နှာကို လုံးလုံး လက်ဝါး ဖုံးပိတ်၍ နေ
သော်လည်း လက်ဝါးဟူ၍ အမှတ်မထား၊
မမြင်တော့ဘဲ ကသိုဏ်းမြေချပ်ဝန်းကြီး ကိုသာ
မြင်လျက်နေတော့သည်။

၄။ ညဉ့်အခါ အိပ်နေစဉ်တွင်လည်း မသာ
အလောင်းကောင်ကို အလွန်ကြောက်တတ်ပြီး
မလွဲသာ၍ ကိုင်တွယ်ခဲ့ရသူသည်။ ထို
အလောင်းကောင်ကြီးကို မြင်နေရသကဲ့သို့
ကသိုဏ်းမြေချပ်ဝန်းကြီးကိုသာ မြင်နေရ
တော့၏။ အိပ်၍မပျော်နိုင်၊ ကြပ်ကြပ်
အားစိုက်ကြည့်လေ နှလုံးသွင်းလေ မျက်စိ
ကျယ်လေ ဖြစ်၍နေတော့၏။ အိပ်ပျော်လို သဖြင့်
လုံးဝ နှလုံးမသွင်း အာရုံမစိုက်ဘဲ နေမှသာ





တဖြည်းဖြည်း စိတ်ဓာတ် နံ့နည်းလာပြီး
ကသိုဏ်းဝန်း မြေချပ်ကြီးကို မြင်နေရာမှ
မေ့ခနဲဖြစ်လျက် ဘဝင်ကျ အိပ်ပျော်သွားလေ၏။

၅။ အိပ်ယာမှ နိုးလာလျှင်လည်း မြေချပ် ကသိုဏ်း
ဝန်းကြီးကိုပင် ထင်မြင်လျက် နိုးလာ၏။ မျက်နှာ
ရှေ့၌ မြေချပ် ကသိုဏ်းဝန်းကြီး သာလျှင်
ထင်မြင်လျက် နေတော့၏။

ဤနည်းအတိုင်း ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ရ၍ အတော်ခိုင်၊ အတော်
ရင့်လာသောအခါ မှောင်သောအခန်းထဲ၌ပင် မျက်စိမမှိတ်ဘဲ
ဖွင့်ထားလျှင် မြေချပ်ကသိုဏ်းဝန်းကြီးကိုသာ မြင်လျက်နေတော့၏။
စကြံသွားစဉ်၌ပင် ရှု၍ဖြစ်တော့သည်။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ် စွဲမြဲစွာ
ထင်သည်မှစတင်၍ အိပ်ချင်ထိုင်းမှိုင်းသော ထိန မိဒ္ဓ တို့သည်
အထိုက်အလျောက် ကင်းကွာလာပြီး တဖြည်းဖြည်း ပါး၍ ပါး၍
လာကာ ငုပ်ကွယ်သွားကြလေတော့သည်။ အထက်ပါဖြစ်စဉ်
တို့အရ ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ထင်မြင်ပုံကို သိမှတ်ထားရမည်။

ပဋိဘာဂနိမိတ်

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ကို အမှန်တကယ်ရပြီးသောအခါ ပြင်ပ၌
ရှိသော ပရိကမ္မနိမိတ် = မြေကသိုဏ်းဝန်းချပ်ကို အခြားတစ်ပါး



သင့်လျော်ရာ၌ သိမ်းဆည်းထားပြီး စိတ်ထဲ၌ပါ ရသော ဥဂ္ဂဟ နိမိတ်ကိုသာ အမြဲအစွဲ ကြည့်ရှုရသည်။ ထိုသို့ စွဲမြဲခိုင်မာစွာ ကြည့်ရှုဖန်များ၍များ၍လာသောအခါ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် တဖြည်းဖြည်း သိမ်မွေ့လာ၏။ ပြုပ်များ၊ အရာ အဆာ အနာများ၊ အရေးအကြောင်းများ လုံးဝမရှိတော့ဘဲ ပကတိ မှန်သားပြင်ကဲ့သို့ အလွန်ချောညက် သိမ်မွေ့နုနယ်၍လာ၏။ ရသစ်စ ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ထက် အဆတစ်ရာမက နူးညံ့သိမ်မွေ့လာသည်။ ကြည့်ရှုရင်းပင် အလွန်နှစ်သက် ပျော်မွေ့ဖွယ် ကောင်းလာ၏။ ယင်းဥဂ္ဂဟနိမိတ် မျိုးကို မည်မျှပင် ကြာမြင့်အောင် ကြည့်ရှုနေသည်ဖြစ်စေ ပျင်းခြင်း မုန်းခြင်းမရှိတော့ပေ။ ကြည့်ရသည်ကိုပင် အားရခြင်းမရှိတော့ပေ။ ထိုကဲ့သို့သော နိမိတ်ကို ပဋိဘာဂနိမိတ် ဟုခေါ်ရသည်။

ထိုသို့သော ပဋိဘာဂနိမိတ်ကို ရရှိသောအခါ -

- ၁။ ကာမဂုဏ်ခံစားလိုသော ကာမစ္ဆန္ဒနီဝရဏ၊
- ၂။ အမျက်ဒေါသ - စိတ်ပျက်စီးခြင်း ဗျာပါဒနီဝရဏ၊
- ၃။ ဝိကံမြည်း ထိုင်းမှိုင်းခြင်း ထိနမိဒ္ဓနီဝရဏ၊
- ၄။ ပျံ့လွင့်ခြင်း ပူပန်ခြင်း ဥဒ္ဓစ္စကုက္ကုစ္စနီဝရဏ၊
- ၅။ ဤပထဝီမြေကသိုဏ်း အားထုတ်လျှင် ဤသို့ တွေ့ကြုံ ခံစားရသည်ဟူသော ကမ္မဋ္ဌာန်း လမ်းကြောင်း၌ ယုံမှားခြင်း ဝိစိကိစ္ဆာနီဝရဏ (၅)ပါးတို့သည်



အားထုတ်သူ ယောဂီ၏ စိတ်သန္တာန်၌ တဖြည်းဖြည်း
နည်းပါးလာပြီး ကွယ်ဝပ်လျက် ဝပ်လျက်သွားကြ
လေတော့၏။ ဖြစ်ပေါ်မလာ ထမလာကြတော့ပေ။

ဈာန်အင်္ဂါ ငါးပါး

(၁)ထိုကာလ၌ စိတ်ကို အာရုံပေါ်သို့ ရောက်အောင်
လွှင့်တင် ပေးခြင်းဝိတက်၊ (၂)ဝိတက်က တင်ပေးသဖြင့် အာရုံ
ပေါ်ရောက်ပြီး သောစိတ်ကို ထိုအာရုံပေါ်မှ ပြန်လည်မကျရ အောင်
ဖေးမ ကာဆီး ပင့်တင်ပေးသော ဝိစာရ၊ (၃)နှစ်သက်ခြင်း ပီတိ၊
(၄)ကိုယ်စိတ် အေးမြ ရွှင်လန်းချမ်းသာခြင်း သုခ၊(၅) စိတ်၏
ငြိမ်သက် တည်ကြည်ခြင်း ဧကဂ္ဂတာ-ဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ ငါးပါး
တို့သည် အတန်ငယ် အားကောင်း၍ ထင်ရှားလာကြကုန်၏။

ထိုဈာန်အင်္ဂါ (၅)ပါးနှင့် ယှဉ်ဘက် စေတသိက်တရား
တို့သည်လည်း ထင်ရှားပေါ်လာကြကုန်၏။ ထိုအခါ၌ သတိတရား
ပြတ်သား ထင်ရှားလာ၏။ ငယ်စဉ်က အမိရင်ခွင်၌ နို့စို့ခဲ့သည့်
ကာလမှစ၍ ယနေ့အထိ အကြောင်းခြင်းရာများကို ယခုပြုနေရ
သကဲ့သို့ အားလုံးပြန်၍ အမှတ်ရ၏။ စိတ်သည်လည်း အလွန်ကြီး
မားလျှင်မြန်လာပြီးလျှင် လက်ဖျစ်တစ်တွက် အတွင်း၌ပင် စကြဝဠာ
တံတိုင်းပေါ်၌ ပတ်မီသည့်အခြေအနေသို့ ရောက်၏။ ဝိတက်



ထက်သန်မှုကြောင့် စိတ်ကို အလိုရှိရာ အရပ်သို့ လွှတ်တိုင်း ပျော့ညွတ် ကွေးကောက်ခြင်းမရှိ၊ တန်းကနဲ ပြေးလေ၏။

သမထဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ရာလမ်းစဉ် ပဋိဘာဂ နိမိတ်အဆင့်သို့ ရောက်နိုင်လျှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်ဟု သိမှတ်ရ၏။ တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှသာလျှင် ဤအဆင့်သို့ ရောက်နိုင် သည်။ မှန်မှန်ကန်ကန် ထက်ထက် သန်သန် အားမထုတ်သော ကြောင့် မရောက်နိုင်လည်းရှိတတ်၏။ အားထုတ်ပါလျက် ဆိုက်ရောက် ချိန်သင့်ပါလျက် မဆိုက်ရောက်မှသာ တိဟိတ်မဟုတ်ဟုမှတ်ရသည်။

အချို့ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များသည် နှစ်ပေါင်း (၂၅)နှစ် ကျော် အနှစ် (၃၀)ကြာမှသာလျှင် ဤနေရာသို့ ရောက်၍ ဈာန် မဂ်ဖိုလ် တရားထူးတို့ကို ရနိုင်ကြ၏။ ဤနေရာသည် တိဟိတ်နှင့် ဒွိဟိတ် ခွဲသော ပိုင်းခြားပေးသော နေရာဖြစ်သည်။ ဤနေရာသို့ ဆိုက်ရောက် သော တိဟိတ်ပုဂ္ဂိုလ်သည် အလိုဆန္ဒ ပြင်းပြ ထက်သန်လျှင် ဈာန် မဂ် ဖိုလ် တရားထူးကို ဧကန်မုချ ရနိုင်သည် သာဖြစ်သည်။

ပထမချာန်

ပဋိဘာဂနိမိတ်ရပြီးသော ကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် စကြာမင်းလောင်းကိုယ်ဝန်ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုး စောင့်ရှောက် သော အမိပမာ ထိုပဋိဘာဂနိမိတ်ကို သတိ ဝီရိယတို့ဖြင့် စောင့်ရှောက်



ရသည်။ ထိုပဋိဘာဂနိမိတ်ကို မမေ့မလျော့ အထပ်ထပ်အားထုတ် ကြည့်ရှုပွားများဖန်များလာလျှင် စိတ်သည် တဖြည်းဖြည်း ရင့်သန် ကြီးထွားလာပြီး အားကောင်း ငြိမ်သက်လျက် အာရုံ၌ စူးစိုက် တည်ကြည်မှု ခံစားရ၏။ ထိုသို့ စူးစိုက်တည်ကြည်ခံစားမှု ဖြစ်ပေါ် သော စိတ်ကို ဈာန်အင်္ဂါ (၅)ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ပထမဈာန်စိတ်ဟု ခေါ်ရသည်။

ဤနေရာ၌ ဈာန်အပွနာဝီထိသည် အဘိဓမ္မာ ဒေသနာ တော်လာအတိုင်း ဈာန်ဇောတစ်ကြိမ် ဖြစ်ပေါ်၍ ဘဝင်ကျ၏။ ထို့နောက် အိပ်မက်မှန်းပြီးနောက် အိပ်မက်ကို ပြန်၍တွေးတော ဆင်ခြင်သူကဲ့သို့ “သင်ကား ဝိတက်၊ သင်ကား ဝိစာရ၊ သင်ကား ပီတိ၊ သင်ကား သုခ” စသည်ဖြင့် ဈာန်အင်္ဂါ (၅)ပါးကို ဆင်ခြင်သော ပစ္စဝေက္ခဏာ ဇောဝါရများ ဖြစ်ပေါ်၏။ စိတ်ခွန်အား ကြီးထွားခိုင်မာလျက် ဈာန်အင်္ဂါ (၅)ပါးလည်း လွန်စွာထင်ရှား ဖြစ်ပေါ်ချိန်၌ အာရုံ၌ ခိုင်မြဲစွာတွယ်၍ စူးစိုက်၍ လှုပ်ရှား ယိမ်းယိုင် ခြင်းမရှိ လွန်စွာ ငြိမ်သက် စူးဝင်လျက်ရှိ၏။ ယင်းကိုပင် “**ဈာန်ဇော**”ဟု ခေါ်ရသည်။

ဤ“**ဈာန်ဇော စေတနာကံ**”သည် ကာမတဏှာ ကင်းနေခြင်းကြောင့် ကာမဘုံ၌ဖြစ်ရန် အကျိုးမပေးတော့၊ ကာမဘုံကိုလွန်၍ ရူပဗြဟ္မာဘုံ၌ အကျိုးပေးသည်။ ထို့ကြောင့်



ယင်းဈာန်စိတ်ကို “ရူပါဝစရစိတ်” ဟု ခေါ်ဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။ ပထမဈာန်ကို ရပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤပထမဈာန် ကိုပင် မြဲမြံခိုင်ခံ့အားကောင်းအောင် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဝင်စားရသည်။

ဈာန်ဝင်စားခြင်း

“ဈာန်ဝင်စားခြင်း” ဆိုသည်မှာ ကသိုဏ်းပဋိဘာဂ နိမိတ်ကို အထပ်ထပ်အဖန်ဖန် ပွားများလျက် ရှုလျက် ဈာန်ဇောများ ထပ်ခါထပ်ခါ အကြိမ်များစွာ ကျအောင် ရအောင် အားထုတ် နေခြင်းကို ဆိုလိုသည်။ အစဆုံးကျသော ဈာန် အပ္ပနာဝီထိ၌ ဈာန်ဇော တစ်ကြိမ်သာ ကျသော်လည်း နောင်ကာလများ၌ ဝင်စား ကြိမ်များလာသောအခါ စိတ်အား ပိုမို သန်စွမ်းလာပြီး (၂)ကြိမ်၊ (၃)ကြိမ်၊ (၄)ကြိမ် စသည်အားဖြင့် ဈာန်ဇောများ စိတ်အား သန်သလောက် ကြိမ်ရေများစွာ ဖြစ်ပေါ်၏။ တစ်နာရီပတ်လုံး တစ်နံနက်ပတ်လုံး၊ တစ်နေ့ပတ်လုံး၊ တစ်ရက်ပတ်လုံး၊ ခုနစ်ရက် ပတ်လုံး စသည်အားဖြင့် ဈာန်ဇောချည်းသက်သက်ကျ၍ ဖြစ်၍ နေနိုင်၏။ ထိုပထမဈာန် သန်စွမ်းထက်သန်အောင် ပြုပြီးလျှင် အောက်ဖော်ပြပါ ဝသီဘော်(ဝသီဘာဝ)ငါးပါးဖြင့် နိုင်နင်းအောင် ပြုရသည်။





ဝသီဘော် (၅) မျိုး

၁။ သမာပဇ္ဇနဝသီ = ဈာန်ကိုအလိုရှိသောခဏ၌ အလျင်အမြန် ဝင်စားနိုင်ခြင်း၊

၂။ အဓိဋ္ဌာနဝသီ = တစ်ခဏ၊ တစ်နာရီ၊ တစ်နံနက်၊ တစ်ရက် စသည်ဖြင့် အလို ရှိသော ကာလကို ပိုလည်းမပိုစေဘဲ၊ လိုလည်းမလိုစေဘဲ ဈာန်ဇောကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ခြင်း၊

၃။ ဝုဋ္ဌာနဝသီ = မိမိမှန်းထားသော ကာလအတိုင်း ဈာန်ဇောမှ ထနိုင်ခြင်း၊

၄။ အာဝဇ္ဇနဝသီ = ဈာန်အင်္ဂါတို့ကို ဆင်ခြင်သော အာဝဇ္ဇန်း လျင်မြန်စွာ ဖြစ်စေနိုင်ခြင်း၊

၅။ ပစ္စဝေက္ခဏာဝသီ = ဈာန်အင်္ဂါတို့ကို ဆင်ခြင်သော ပစ္စဝေက္ခဏာဇောများ (၇)ကြိမ် အထိမဖြစ်စေဘဲ (၄)ကြိမ်၊ (၅)ကြိမ် ခန့်မျှကိုသာ ကျစေနိုင်ခြင်း၊





စိတ်ထက်သန် ကြီးထွား အားကောင်းစေ၍ ကသိုဏ်း နိမိတ်ကြီးထွားအောင် အားထုတ်ရာ၌ ဥဂ္ဂဟနိမိတ် အဆင့်၌ မပြုလုပ်ရ။ ပဋိဘာဂနိမိတ်အဆင့်၌သာ အားထုတ်ရသည်။ ပဋိဘာဂနိမိတ်အဆင့်၌ ကသိုဏ်းဝန်းကို “ကြီးစေ ကြီးစေ” ဟု စိတ်က နှလုံးသွင်း ပွားများလျှင် ပဋိဘာဂနိမိတ်သည် စိတ်ထင်တိုင်း ကြီး၍လိုက်လာ၏။ ထိုသို့ ကြီးအောင် ပွားများ ရာတွင် တဖြည်းဖြည်းချင်း လက်တစ်သစ်၊ နှစ်သစ်၊ လေးသစ်၊ ရှစ်သစ် စသည်ဖြင့် တဖြည်းဖြည်းချင်း ကြီးထွားလာအောင် လုပ်ယူ၍ရသည်။ အလိုရှိသလောက်၊ စိတ်ထက်သန်သလောက် ကျယ်၍ ကြီး၍ လိုက်လာနိုင်၏။

ဒုတိယဈာန်သို့ တက်ခြင်း

ပထမဈာန်ရပြီး၍ ဒုတိယဈာန်သို့ တက်လိုသောအခါ မိမိရပြီး အောက်ဈာန်ကို ခိုင်မြဲအားကောင်းအောင်၊ ဝသီဘော် နိုင်နင်းအောင် သတိဝီရိယကြီးစွာ အားထုတ်ပြီးပါမှ အထက် ဈာန်ကို ရအောင်အားထုတ်ရသည်။ အောက်ခြေမခိုင်ဘဲ တက်လျှင် အထက်ဈာန်လည်းမရ၊ အောက်ဈာန်လည်းပျက်၍ ဈာန်(၂)မျိုး လုံးမှ လျော့ကျပျက်စီးတတ်သည်။ ပထမဈာန် ရပြီးနောက် ဒုတိယဈာန်သို့တက်လိုသော သမထကမ္မဋ္ဌာန်း ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်





အောက်ပါအတိုင်း ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်းရမည်-

- ၁။ ယခုရသော ပထမဈာန်သည် အောက်ကျသေး၏။
- ၂။ နီဝရဏဟူသော ရန်သူနှင့် နီးသေး၏။
- ၃။ ဝိတက်-ပါရှိနေခြင်းကြောင့် အလွန်လှုပ်ရှား ရန်ရင်း ကြမ်းတမ်းသေး၏။ အားအစွမ်း ညံ့ဖျင်းသေး၏။
- ၄။ ဝိတက်မပါလျှင် ပို၍သိမ်မွေ့ငြိမ်သက်ရာ၏။ အားအစွမ်း ပိုမိုကောင်းလာနိုင်၏။

ယင်းသို့ ဆင်ခြင်ပြီးသော် ဝိတက်ကို မုန်း၍ ဝိတက် မပါသော ဈာန်စိတ်ကို နှစ်သက်မြတ်နိုး၍ ဝိတက် မပါစေလို သောဆန္ဒဖြင့် ထိုပထဝီပဋိဘာဂနိမိတ်ကိုပင် “မြေ,မြေ” ဟု စိတ်ကမှတ်လျက် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ကြည့်ရှုသောအခါ စိတ်တွင်း၌ ဝိတက်သည် တဖြည်းဖြည်းသိမ်မွေ့လာပြီး ၎င်းသွား လေတော့၏။ ပထမဈာန် ဝိထိကျစဉ်ကကဲ့သို့ ဝိတက်မပါ တော့ဘဲ ဝိစာရ, ပီတိ, သုခ, ဧကဂ္ဂတာ ဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ (၄)ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော ဈာန်ဝိထိ ဖြစ်ပေါ်လာရ၏။ နှစ်ကြိမ် မြောက် ပြုအပ် ဝင်စားအပ်သော ဈာန်ဖြစ်သောကြောင့် ဒုတိယဈာန်ဟု ခေါ်ရသည်။ ဤဒုတိယဈာန်ကိုလည်း ရှေးနည်းတူ အားကောင်း ခိုင်မြဲလာအောင် ဝသီဘော်နိုင်နင်း ဆက်လက် အားထုတ်နေရမည်။





တတိယဈာန်သို့ တက်ခြင်း

ဒုတိယဈာန်ကို ရပြီးနောက် ခိုင်မြဲ အားကောင်းပြီး ဝသီဘော်နိုင်နင်းအောင် အထပ်ထပ်အဖန်ဖန် ပွားများအားထုတ် ပြီးသော် တတိယဈာန် ရလိုသော သမထကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် အောက်ပါအတိုင်း ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းရမည်-

- ၁။ ဒုတိယဈာန်သည်လည်း အောက်ကျသေး၏။
- ၂။ ဝိတက်ဟူသော ရန်သူနှင့် နီးသေး၏။
- ၃။ ဝိစာရ ပါရှိနေခြင်းကြောင့် ရုန်ရင်းကြမ်းတမ်း သေး၏။ အားအစွမ်း ညံ့ဖျင်းသေး၏။
- ၄။ ဝိစာရ မပါလျှင် သည်ထက်သိမ်မွေ့ ငြိမ်သက်ရာ၏။

ယင်းသို့ ဆင်ခြင်ပြီးသော် ဝိစာရကိုမုန်း၍ ဝိစာရ မပါသော ဈာန်ကိုနှစ်သက်တောင့်တလျက် ဝိစာရ မပါစေ လိုသော ဆန္ဒဖြင့် ထိုပထဝီပဋိဘာဂနိမိတ်ကိုပင်လျှင် “မြေ , မြေ” ဟူ၍ စိတ်၌ အမှတ်သညာပြု ပွားများကာ ကသိုဏ်း အာရုံကို အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ကြည့်ရှုသောအခါ ဝိစာရသည် တဖြည်းဖြည်း သိမ်မွေ့ သွားပြီး ငုပ်ကွယ်သွား၏။ ဝိစာရ မပါဘဲ ပီတိ, သုခ, ဧကဂ္ဂတာ ဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ ၃ ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ရှေးနည်းတူ ဈာန်ဇောဝီထိ ကျလာသည်။ ယင်းဈာန်ကို သုံးကြိမ်မြောက် ဝင်စားအပ်၊ ရအပ်





သော ဈာန်ဖြစ်၍ တတိယဈာန်ဟု ခေါ်ရသည်။ ဤတတိယဈာန်ကိုလည်း အားကောင်းခိုင်မြဲအောင် ဝသီဘော်နိုင်နင်းအောင် ဆက်လက်အားထုတ် ပွားများရမည်။

စတုတ္ထဈာန်သို့ တက်ခြင်း

တတိယဈာန်ကို ရပြီးနောက် ခိုင်မြဲအားကောင်းအောင်၊ ဝသီဘော်နိုင်နင်းအောင် အားထုတ်ပွားများလျက် ရှိနေစဉ်မှာပင် စတုတ္ထဈာန်ကို ရလိုသော သမထကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အောက်ပါအတိုင်း ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်း ပွားများရမည်-

- ၁။ တတိယဈာန်စိတ်သည်လည်း အောက်တန်းကျ သေး၏။
- ၂။ ဝိစာရ ဟူသော ရန်သူနှင့် နီးကပ်နေသေး၏။
- ၃။ ပီတိသည် နှစ်သက်ခြင်းသဘောဖြစ်၍ ကာမရတီ (ကာမအလို)နှင့် နီးစပ်သော သဘောရှိ၏။ ကာမရတီ-ရန်သူနှင့်လည်း နီးကပ်နေသေး၏။
- ၄။ ဤပီတိပါရှိနေခြင်းကြောင့် စိတ်သည် လျှပ်ပေါ်နေသေး၏။ ရုန့်ရင်းကြမ်းတမ်းနေသေး၏။ အားအစွမ်းလည်း ညံ့ဖျင်းနေသေး၏။



၅။ ပီတိ မပါလျှင် သည်ထက်သိမ်မွေ့ငြိမ်သက် ရာ၏။
အားအစွမ်းလည်း ပိုမိုကောင်းမွန်လာနိုင် ရာ၏။

ယင်းသို့ ဆင်ခြင်ပြီးသော် ပီတိကိုမုန်း၍ ပီတိမပါသော
ဈာန်ကို လိုလားနှစ်သက်တောင့်တလျက် ပီတိမပါစေလိုသော
ဆန္ဒဖြင့် ထိုပထဝီကသိုဏ်းပဋိဘာဂနိမိတ်ကိုပင် “မြေ, မြေ” ဟု
စိတ်ထဲကမှတ်လျက် အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ပွားများသောအခါ
ပီတိသည် တဖြည်းဖြည်း သိမ်မွေ့သိမ်မွေ့လာပြီး ၎င်းကွယ်
သွားတော့၏။ ပီတိ၎င်းကွယ်သွားသောကြောင့် ပီတိမပါဘဲ သုခ,
ဧကဂ္ဂတာ ဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ(၂) ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ရှေးနည်းတူ
ဈာန်ဇောဝီထိဖြစ်လေ၏။ ဤဈာန်ကို လေးကြိမ်မြောက် ရအပ်
ဝင်စားအပ်သော ဈာန်ဖြစ်၍ စတုတ္ထဈာန်ဟုခေါ်ရ၏။ ဤစတုတ္ထ
ဈာန်ကိုလည်း အားကောင်းခိုင်မြဲအောင် ဝသီဘော် နိုင်နင်းအောင်
ဆက်လက်အားထုတ်ပွားများရမည်။

ပဉ္စမဈာန်သို့ တက်ခြင်း

စတုတ္ထဈာန်ကို ရပြီးနောက် ခိုင်မြဲအားကောင်းအောင်၊
ဝသီဘော်နိုင်နင်းအောင် ဆက်လက်ပွားများ အားထုတ် နေစဉ်
အတွင်း ပဉ္စမဈာန်ကို ရလိုသော သမထကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီပုဂ္ဂိုလ်
သည် အောက်ပါအတိုင်း ဆင်ခြင်နှလုံးသွင်းရမည်-



- ၁။ စတုတ္ထဈာန်စိတ်သည်လည်း အောက်တန်းကျသေး၏။
- ၂။ ပီတိ-ဟူသော ရန်သူနှင့်လည်း နီးသေး၏။
- ၃။ သုခ-သည် ကာမရတိ ကာမသုခတို့နှင့် နီးစပ်သော သဘောရှိ၏။ ကာမရတိ ကာမသုခရန်သူ တို့နှင့် နီးစပ်၏။
- ၄။ ဤသုခ ရှိနေခြင်းကြောင့် စိတ်သည် ပေါ့လျှပ်၏။ ရန်ရင်းကြမ်းတမ်းသေး၏။ အားအစွမ်းလည်း ညံ့ဖျင်းသေး၏။
- ၅။ စိတ်ထဲ၌ အာရုံကို ကောင်းသည်ဟု ခံစားသော သုခမျိုးမဟုတ်ဘဲ အာရုံကို ကောင်းသည်ဟု လည်းကောင်း၊ မကောင်းသည်ဟုလည်းကောင်း မခံစားဘဲ အလယ်အလတ် ခံစားခြင်းဥပေက္ခာ သဘောနှင့်နေလျှင် သည်ထက်သိမ်မွေ့ ငြိမ်သက် ရာ၏။ အားစွမ်းလည်း ကောင်းရာ၏။

ယင်းသို့ ဆင်ခြင်ပြီးသော် သုခကိုမုန်း၍ ဥပေက္ခာကို လိုလားတောင့်တလျက် ထိုပထဝီကသိုဏ်း ပဋိဘာဂနိမိတ်ကိုပင် “မြေ,မြေ” ဟု စိတ်က အထပ်ထပ်ဆင်ခြင်ပွားများသည့် အခါ သုခသည် တဖြည်းဖြည်း သိမ်မွေ့ သိမ်မွေ့လာ၏။ ကောင်းသည်ဟု ခံစားခြင်းသဘောလည်း မဟုတ်၊ မကောင်းဟု ခံစားခြင်းသဘော



လည်း မဟုတ်ဘဲ ကောင်းခြင်း၊ မကောင်းခြင်း တစ်ဖက်ဖက်သို့
 ဘက်မလိုက်ဘဲ အလယ်အလတ်ခံစားခြင်း ဥပေက္ခာဝေဒနာ
 ဖြစ်လာတော့၏။ ယင်းအခိုက် ဥပေက္ခာနှင့်ဧကဂ္ဂတာ ဈာန်အင်္ဂါ
 နှစ်ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ရှေးနည်းတူ ဈာန်ဇောဝီထိ ကျလာ၏။
 ဤဈာန်ကို ငါးကြိမ်မြောက် ရအပ်ဝင်စားအပ်သော ဈာန်ဖြစ်
 ခြင်းကြောင့် ပဉ္စမဈာန်ဟု ခေါ်ရသည်။ ဤပဉ္စမဈာန်ကိုလည်း
 ခိုင်မြဲ အားကောင်း နေစေရန် ဝသီဘော်နိုင်နင်းရန် အားထုတ်
 ပွားများရမည်။

စတုက္ကနည်း/ပဉ္စကနည်း

ပထမဈာန်၊ ဒုတိယဈာန်၊ တတိယဈာန်၊ စတုတ္ထဈာန်၊
 ပဉ္စမဈာန်တို့ကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့်ရအောင် ပွားများအားထုတ်
 ရာတွင် -

- ၁။ အချို့သော ယောဂီတို့အတွက် အထက်ဖော်ပြပါအတိုင်း
 ဈာန် ၅ ဆင့်ရှိသည်။ ဤနည်းကို ပဉ္စကနည်းဟုခေါ်သည်။
- ၂။ အချို့သော ယောဂီတို့မှာကား ဝိတက်နှင့်ဝိစာရ တို့ကို
 တပေါင်းတည်း၊ တစ်ကြိမ်တည်း ပယ်ချခဲ့သောကြောင့်
 ဈာန် ၄-ဆင့်သာရှိသည်။ ဤနည်းကို စတုက္ကနည်းဟု
 ခေါ်သည်။





ထိုစတုတ္ထနည်း၌ တတိယဈာန်သည် ဒုတိယဈာန်ဖြစ်သည်။ စတုတ္ထဈာန်သည် တတိယဈာန်ဖြစ်သည်။ ပဉ္စမဈာန် သည် စတုတ္ထဈာန်ဖြစ်သည်။

ဈာန်ကို ကသိုဏ်းဟု အမည်တပ်ခြင်း

ပထဝီကသိုဏ်းကို ကြည့်ရှုပွားများ အားထုတ်ပါက ပဉ္စမဈာန်အထိ ဈာန်ငါးပါးလုံးကို ရနိုင်သည်။ ပထဝီ ကသိုဏ်းကို ကြည့်ရှု၍ရသော ဈာန်တို့သည်လည်း မြေဝန်းပထဝီကသိုဏ်းကို ကြည့်ရှု၍ရသော ဈာန်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် “ပထဝီ ကသိုဏ်း” ဟူ၍ အမည်ရသည်။

အထုံပါရမီ ရှိသူနှင့် မရှိသူ ခြားနားချက်

ပထဝီကသိုဏ်း-ဈာန်ရအောင် ပထဝီကသိုဏ်းဝန်း နိမိတ်ကို ကြည့်ရှုလျက် ပွားများရာ၌ ရှေးအတိတ် နီးသော ဘဝက ပထဝီ ကသိုဏ်းနိမိတ် ရခဲ့ဖူးသော၊ အထုံဝသီ ပါရမီ ဓာတ်ခံ မရှိခဲ့သော ကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီအတွက် မြေကြီး ကသိုဏ်းဝန်းကို သေချာစွာ ပြုလုပ်၍ ရှုပွားမှသာလျှင် နိမိတ်ရနိုင်၏။ ဈာန်ရနိုင်၏။

ရှေးဘဝ အထုံဝသီ ပါရမီဓာတ်ခံရှိသော ကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီအတွက်မှာမူကား လယ်ကွက်၊ ယာကွက်၊ လယ်ခင်း၊



ယာခင်းတို့ကိုပင် “မြေ---၊ မြေ---” ဟု နှလုံးသွင်း ရှုပ္ပား
လျှင်ပင် ပထဝီကသိုဏ်းနိမိတ် ရနိုင်၏။ ဈာန်တို့ကို ဖြစ်စေနိုင်၏။

ပထဝီကသိုဏ်းရှုပ္ပားပုံ ပြီး၏။





၂။ အာပေါ-ရေကသိုဏ်း ရှုပွား အားထုတ်နည်း

အာပေါ-ရေကသိုဏ်းကို ကြည့်ရှုပွားများ အားထုတ်သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးအတိတ် နီးသောဘဝက ရေကသိုဏ်းကို ရခဲ့ဖူးသော အထုံဝသီပါရမီဓာတ်ခံ ရှိခဲ့ဖူးသူဖြစ်လျှင် မြစ်၊ သမုဒ္ဒရာ၊ အိုင်၊ ရေကန်၊ ရေတွင်း တို့ကို ကြည့်ရှုပွားများရုံမျှဖြင့် ရေကသိုဏ်းနိမိတ်ကို အလွယ်တကူရနိုင်၏။ အထုံဝသီပါရမီဓာတ်ခံ မရှိခဲ့သူဖြစ်ပါက တစ်တောင်ခန့်၊ တောင်ဆုပ်ခန့် အဝကျယ်၍ စောက်နက်သော အိုး၊ ခွက်၊ စည်ပိုင်းထဲသို့ ကြည်လင်သော ရေကိုထည့်၍ ပထဝီမြေ ကသိုဏ်းဝန်းကို ကြည့်ရှုပွားများ ခဲ့သောနည်းအတိုင်း ရေကိုစိတ်ထဲ၌ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ရအောင် ကြည့်ရှု ရသည်။

ဤရေကသိုဏ်း၌ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပြင်ဘက်ပရိ ကမ္မနိမိတ်ရေနှင့် တစ်ထပ်တည်းတူ၏။ ပြင်ဘက်က ရေကဲ့သို့ လှုပ်ရှားလျှင် လှုပ်ရှားသည့်အတိုင်း၊ အလွတ်ပါလျှင် အလွတ်အတိုင်း ပါလျက်ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်သို့ ရောက်မှ လှုပ်ရှားခြင်းမရှိ၊ အလွတ်မရှိ လွန်စွာငြိမ်သက်လျက် ထိုဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထက် အဆရာထောင်မက သာလွန်၍ ကြည်လင်စွာ ထင်သည်။ မှန်သားကဲ့သို့ တစ်သားတည်း၊ အလွန်ကြည်လင်စွာ အာရုံ၌ ထင်သည်။ ဈာန်ဖြစ်ပေါ်ပုံသည်လည်း ပထဝီမြေကသိုဏ်း



နည်းအတိုင်းဖြစ်၏။ ဤရေကသိုဏ်းသည်လည်း စျာန် ၅- ပါးလုံးကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ (ပထဝီမြေကသိုဏ်း ရှုမှတ်ပွားများ နည်းအတိုင်း ရှုမှတ်ပွားများရသည်။)

၃။ တေဇော-မီးကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

တေဇော-မီးကသိုဏ်းကိုလည်း ရှေးအတိတ် နီးသော ဘဝက အားထုတ်ခဲ့ဖူးသော အထုံဝသီပါရမီဓာတ်ခံရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အတွက် မီးပုံ၊ မီးကျိုးခဲ၊ မီးတောက်၊ ဆီမီး၊ ဖယောင်းတိုင်မီးတို့ကိုပင် ကြည့်ရှုပွားများလျက် နိမိတ်ရနိုင်၏။ အထုံဝသီ ပါရမီဓာတ်ခံမရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် မီးတောက်ကိုဖြစ်စေ၊ မီးကျိုးခဲစုကိုဖြစ်စေ ပြုလုပ်လျက် အပူရှိန် မဟပ်လောက်သောအနီး၌ထားလျက် ကြည့်ရှုရသည်။ ဖျာ၊ရိုင်၊ ဝါးကပ် စသည်ကို တစ်ထွာလောက် အပေါက်ဖောက်လျက် ထိုအပေါက်ဖြင့် ကာဆီး၍သော်လည်း ကြည့်ရှုရသည်။

ဤမီးကသိုဏ်း၌ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပြင်ဘက်ပရိကမ္မ နိမိတ်အတိုင်း မီးခဲဖြစ်လျှင် အခိုးအငွေ့အရှိန်နှင့်တကွ မီးခဲများ အစိတ်စိတ်ကွဲလျက်ပင် ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်ရသော် အခိုးအငွေ့နှင့် အရှိန်လုံးဝမရှိတော့ဘဲ မီးခဲတစ်ခုတည်း တစ်သားတည်း ခဲလျက်ထင်၏။ မီးတောက်ဥဂ္ဂဟနိမိတ်မှာ အခိုးအငွေ့ အရှိန်နှင့်





တကွ၊ လောင်စာထင်းနှင့်တကွ လှုပ်ရှားလျက်ထင်၏။ ပဋိဘာဂ နိမိတ်ရောက်သော် အခိုးအငွေ့အရှိန် မရှိတော့ဘဲ၊ လောင်စာထင်းစ မရှိတော့ဘဲ ငြိမ်သက်စွာ ထင်၏။ စျာန်ပေါ်ခြင်းသည်လည်း ပထဝီကသိုဏ်းအတိုင်းပင် ပေါ်သည်။

၄။ ဝါယော-လေကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဝါယော-လေကသိုဏ်းကိုလည်း ရှေးအတိတ် နီးသော ဘဝက အထုံဝသီ ပါရမီဓာတ်ခံရှိခဲ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်လျှင် ပကတိကောင်းကင်ပြင်၌ လွင့်တိုက်၍နေသော လေကိုပင်ဖမ်း၍ နိမိတ်ရအောင် ယူနိုင်သည်။ အထုံဝသီပါရမီ ဓာတ်ခံ မရှိခဲ့သူဖြစ်လျှင် မြက်ပင်ဖျား၊ ပြောင်းပင် ကိုင်းပင်ဖျား၊ ကြံပင်ဖျား၊ ဝါးရုံပင်ဖျား၊ သစ်ကိုင်း သစ်ခက်ဖျား၊ လက်လေးသစ်ခန့်ရှည်သော ဆံတို ဆံပင်ဖျားတို့၌ လေတဖျပ်ဖျပ်ခတ်သော ကြောင့် လှုပ်ခတ်နေခိုက် ထိုအဖျားတို့ကို ကြည့်ရှု မှတ်သားလျက် ထိုနေရာအဖျားတို့၌ လေများတိုက်ခတ်ပြေးလွင့်နေသည်ကို သတိသညာဖြင့် “လေ- -လေ” ဟု ကြည့်ရှုဖမ်းယူရမည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကို လေအတိုက် ခံရင်း လေတိုက်ခံရသည့်နေရာကို ဖမ်းယူရသည်။

ဤလေကသိုဏ်း၌ ဖြစ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် လှုပ်ရှားနေသော ရေကဲ့သို့၊ မီးခိုးကဲ့သို့၊ စီးသွားပြေးလွင့်သော



အသွင်သဏ္ဍာန်ဖြင့် လှုပ်ရှားလျက်ထင်၏။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်
ရောက်သော် မလှုပ်မရှား ငြိမ်သက်စွာ ထင်၏။ ဈာန်ပေါ်ပုံမှာ
ပထဝီမြေကသိုဏ်းအတိုင်းဖြစ်၏။ လေကို မျက်စိဖြင့် မမြင်ရ
သော်လည်း မီးခိုးကဲ့သို့ ရေကဲ့သို့ပင် ဖြစ်သည်။

၅။ နီလ-အညို(=အပြာ)ကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

နီလ-အညို(=အပြာ)ကသိုဏ်းကိုလည်း ရှေးအတိတ်
နီးသော ဘဝက နီလ-အညိုကသိုဏ်းကို ရဖူးသော အထုံဝသီပါရမီ
ဓာတ်ခံရှိခဲ့သော ကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အဖို့ရာ ညိုညိုမြင်သမျှ
အရာဝတ္ထုအားလုံးကိုပင် ကြည့်ရှု၍ အလွယ်တကူ နိမိတ်ရနိုင်
သည်။ အထုံဝသီ ပါရမီဓာတ်ခံ မရှိခဲ့လျှင်မူကား အလျား အနံ
တစ်ထွာခန့် သစ်သားယပ်ဝန်း၊ ရေအိုးဖုံး စသည်ကို လက်ကိုင်
အရိုးတပ်လျက် အညိုရောင်ဆေးကို အချောဆုံး အလှဆုံး
သုတ်ရသည်။ လက်မဝက်ခန့် အဝိုင်းပတ်လည် အနားသား
ကိုလည်း အညိုရောင်တောက်စေသော အဖြူ အနီစသည်တို့ကို
ဆေးခြယ်ရသည်။ ပထဝီမြေကြီးကသိုဏ်းဝန်းကို ရှုပုံကဲ့သို့ပင်
“အညို---အညို”(အပြာ---အပြာ)ဟု စိတ်ထဲကမှတ်၍
ကြည့်ရှုရင်း နိမိတ် ယူရသည်။

ဤအညိုက သိုဏ်း၌ဖြစ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည်
ပြင်ဘက် ပရိကမ္မနိမိတ်နှင့် တစ်ထပ်တည်းတူ၏။ မျက်စိနှင့်

မြင်သည့်အတိုင်းပင် ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်ရောက်သော် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထက် အဆအရာမက ညိုချော ပြောင်လင်းလျက် အလွန်နှစ်သက်ဖွယ် ပတ္တမြားအညို ယပ်ဝန်းကဲ့သို့ထင်သည်။ စျာန်ပေါ်ပုံမှာ ပထဝီမြေကသိုဏ်းနိမိတ်အတိုင်း ဖြစ်သည်။

၆။ ပီတ-အဝါကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ပီတ-အဝါကသိုဏ်းကိုလည်း ရှေးအတိတ် နီးသော ဘဝ က ပီတ-အဝါကသိုဏ်းကို ရဖူးသော အထုံဝသီ ပါရမီဓာတ်ခံ ရှိခဲ့ဖူးသူဖြစ်လျှင် အဝါရောင်ရှိသော အရာဝတ္ထုအားလုံးကို ကြည့်ရှု၍ အလွယ်တကူဖြင့် နိမိတ်ရနိုင်၏။ အထုံဝသီ ပါရမီ ဓာတ်ခံမရှိခဲ့လျှင် အလျား အနံ တစ်ထွာခန့် သစ်သား ယပ်ဝန်း၊ ရေအိုးဖုံးစသည်ကို ကိုင်စရာတစ်ခု တပ်လျက် အဝါရောင်ဆေးကို အချောဆုံး အလှဆုံးသုတ်ရသည်။ အဝိုင်းပတ်လည် အနားသား လက်မဝက်ခန့်ကိုလည်း အဝါရောင်ကို တောက်ထစေသော အနီ၊ အညို၊ အနက်၊ အဖြူစသော အရောင်တို့ကိုဆေးခြယ် အနားသတ် ရသည်။ ပြီးနောက် ပထဝီကသိုဏ်း ဝန်းကို ကြည့်သကဲ့သို့ပင် “အဝါ---အဝါ” ဟု စိတ်ကမှတ်၍ ကြည့်ရှုရင်း နိမိတ်ယူရသည်။

ဤအဝါကသိုဏ်း၌ ဖြစ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပြင်ဘက် ပရိကမ္မနိမိတ်နှင့် တစ်ထပ်တည်းတူ၏။ မျက်စိဖြင့် မြင်သည့်အတိုင်းပင် ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်သို့ရောက်သော်



ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထက် အဆအရာမက ဝါချောပြောင်လင်းလျက် အလွန်နှစ်သက်ဖွယ် ပတ္တမြားဝါ ယပ်ဝန်းကဲ့သို့ ထင်၏။ ဈာန်ပေါ်ပုံမှာ ပထဝီမြေကသိုဏ်းပေါ်နည်းအတိုင်း ဖြစ်၏။

၇။ လောဟိတ-အနိကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

လောဟိတ-အနိကသိုဏ်းကိုလည်း ရှေးအတိတ် နီးသော ဘဝက လောဟိတ-အနိကသိုဏ်းကို ရဖူးသော အထုံဝသီ ပါရမီ ဓာတ်ခံ ရှိခဲ့ဖူးသူဖြစ်လျှင် အနိရောင်ရှိသော အရာဝတ္ထုအားလုံးကို ကြည့်ရှု၍ ကသိုဏ်းနိမိတ်ကို အလွယ်တကူဖြင့် ရနိုင်၏။ အထုံဝသီ ပါရမီဓာတ်ခံမရှိခဲ့လျှင် အလျား အနံ တစ်ထွာခန့် သစ်သားယပ်ဝန်း၊ ရေအိုးဖုံးစသည်ကို လက်ကိုင်တပ်လျက် အနိရောင်ဆေးဖြင့် လှပချောမွတ်အောင် သုတ်ခြယ်ရသည်။ အဝိုင်းပတ်လည် အနားသား လက်မဝက်ခန့် အရစ်အနားသတ်ကိုလည်း အနိရောင်ကို တောက်ထစေသော အညိုရောင်, အဝါရောင်, အဖြူစသည့် အရောင်တစ်ခုခုဖြင့် အနားသတ်ရသည်။ ပြီးနောက် ရှေ့နည်း အတိုင်းပင် “အနိ---အနိ” ဟု စိတ်ကမှတ်၍ ကြည့်ရှုရင်း နိမိတ် ယူရသည်။

ဤအနိကသိုဏ်း၌ဖြစ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပြင်ဘက် ပရိကမ္မနိမိတ်နှင့် တစ်ထပ်တည်းတူ၏။ မျက်စိနှင့် မြင်သည့် အတိုင်းပင် ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်သို့ရောက်သော် ဥဂ္ဂဟ-





နိမိတ်ထက် အဆအရာမက နီချောပြောင်လင်းလျက် အလွန် နှစ်သက်ဖွယ် ပတ္တမြားအနီ ယပ်ဝန်းကဲ့သို့ထင်သည်။ ဈာန်ပေါ်ပုံမှာ ပထဝီမြေကသိုဏ်းနိမိတ်အတိုင်း ဖြစ်သည်။

၈။ သြဒါတ-အဖြူကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

သြဒါတ-အဖြူကသိုဏ်းကိုလည်း ရှေးအတိတ် နီးသော ဘဝက သြဒါတ-အဖြူကသိုဏ်းကို ရဖူးသော အထုံဝသီ ပါရမီ ဓာတ်ခံ ရှိခဲ့ဖူးသူဖြစ်လျှင် အဖြူရောင်ရှိသော အရာဝတ္ထု အားလုံးကို ကြည့်ရှု၍ ကသိုဏ်းနိမိတ်ကို အလွယ်တကူဖြင့် ရနိုင်၏။ အထုံဝသီ ပါရမီဓာတ်ခံမရှိခဲ့လျှင် အလျား အနံ တစ်ထွာခန့် သစ်သားယပ်ဝန်း၊ ရေအိုးဖုံး စသည်ကို လက်ကိုင် တပ်လျက် အဖြူရောင်ဆေးဖြင့် လှပချောမွတ်အောင် သုတ်ခြယ်ရသည်။ အဝိုင်းပတ်လည် အနား သား လက်မဝက်ခန့် အနားသတ်အရစ်ကိုလည်း အဖြူရောင်ကို တောက်ထစေသော အနက်, အဝါ, အနီစသည့် ဆေးရောင် တစ်မျိုးမျိုးကို သုတ်ခြယ်ရသည်။ ပြီးနောက် ရှေ့နည်းအတိုင်း ပင်“အဖြူ---အဖြူ” ဟု စိတ်ကမှတ်၍ ကြည့်ရှုရင်း နိမိတ်ယူ ရသည်။

ဤအဖြူကသိုဏ်း၌ဖြစ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပြင်ဘက် ပရိကမ္မနိမိတ်နှင့် တစ်ထပ်တည်းတူ၏။ မျက်စိနှင့် မြင်သည့် အတိုင်းပင်ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်သို့ရောက်သော် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ထက်



အဆအရာမက ဖြူချောနုနယ် ပြောင်လင်းလျက် အလွန်နှစ်သက် ဖွယ်ဖြစ်၍ထင်၏။ အဖြူ ပရိကမ္မနိမိတ်ကို ကြည့်ရှုသောအခါ အပေါ်ယံ၌ ရေကဲ့သို့ လှုပ်ရှားအိအိ အပေါ်ရောင်ရှိ၏။ ထိုအပေါ် တွင် အတွင်းကပေါ်ထွက်လာသော အဖြူထက်ပင် ပဋိဘာဂ နိမိတ်တွင် အဆများစွာသာလွန်လျက် ဖြူချောနုနယ် ပြောင်လင်း ၏။ ဈာန်ပေါ်ပုံမှာ ပထဝီကသိုဏ်း ပေါ်နည်းအတိုင်း ဖြစ်သည်။

၉။ အာလောက-အလင်းကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

အာလောက-အလင်းကသိုဏ်းနိမိတ်ဟူသည် အမိုး ပေါက်၊ နံရံပေါက်များမှ နေရောင်ဝင်လာသောကြောင့် အိမ်ခန်း ကျောင်းခန်းအတွင်းကြမ်းပြင်နှင့် နံရံများ၌ ထင်နေသော နေရောင်ကွက်ကို ပဓာနအားဖြင့်ဆိုသည်။ ထိုနေရောင်ကွက်ကို “အလင်း---အလင်း” ဟု စိတ်ထဲကမှတ်၍ မျက်စိနှင့် မြင်သည့်အတိုင်း စိတ်ထဲ၌ စွဲကပ်ထင်မြင်၍ ပါလာအောင် ကြည့်ရှု၍ ယူရမည်။ ယင်းသို့ နေရောင်ကွက်အလင်း ကြာရှည် မခံသောကြောင့် နိမိတ်ရအောင်မယူနိုင်လျှင် မှန်တစ်ချပ်ကို နေရောင်၌ခံလျက် အခန်းတွင်းသို့ မျက်နှာလှည့်ပြထိုးပြီးနောက် ထိုမှန်အလင်းရောင်ကွက်ကိုကြည့်၍ နိမိတ်ယူရသည်။ ည၌အခါ ဖြစ်လျှင် အခန်းတွင်းနံရံ၌ အခြားမှလာသော မီးရောင်အလင်း ကွက်ကိုလည်း နိမိတ်အဖြစ်ယူ၍ ကြည့်နိုင်သည်။





ဤအလင်းကသိုဏ်း၌ဖြစ်သော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် အပြင်ဘက် ပရိကမ္မနိမိတ်နှင့်တစ်ထပ်တည်း တူ၏။ မျက်စိနှင့် မြင်သည့်အတိုင်းပင်ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်သို့ ရောက်သော် ထိုဥဂ္ဂဟ နိမိတ်ထက်သာလွန်၍ လင်းလျက် ထူးထူးကဲကဲ စုစည်း လျက် အရောင်လုံး အရောင်ခဲကြီးကဲ့သို့ ထင်၏။ ဈာန်ပေါ်ပုံမှာ ပထဝီမြေ ကသိုဏ်းနည်းအတိုင်း ပေါ်သည်။

၁၀။ အာကာသ-ကောင်းကင်ကသိုဏ်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

အာကာသ-ကောင်းကင်ကသိုဏ်းနိမိတ်ဟူသည် အမိုး ပေါက်၊ နံရံပေါက်၊ ပြုတ်တင်းပေါက်စသည်ကို ဆိုလိုသည်။ နိမိတ် အဖြစ် ကြည့်ရှုယူလိုသောအခါ မိမိအထွာဖြင့် နှစ်ထွာခန့် ဝိုင်းဝိုင်း စက်စက် လှပစွာ ပဏာရအောင် အမိုး၊ နံရံစသည် တို့ကို အပေါက် ဖောက်လျက် ထိုအပေါက်ကို ကြည့်ရှုလျက် “ကောင်းကင် (ဟင်းလင်း)- - -ကောင်းကင်(ဟင်းလင်း)” ဟု စိတ်ထဲက မှတ်ရင်း မျက်စိမြင်ရသည့်အတိုင်း ဟင်းလင်း ကောင်းကင် ကွက်ကို စိတ်၌ စွဲကပ်ထင်မြင်ပါလာအောင် ကြည့်ရှုပွားများ ရသည်။ အဝိုင်းသာ မဟုတ်၊ လေးထောင့် ဟင်းလင်းပေါက်၌လည်း ယင်းသို့ ကြည့်ရှု ပွားများနိုင်၏။ နိမိတ်ရရန်သာ လိုရင်းဖြစ်သည်။

ဤကောင်းကင်ကသိုဏ်း၌ ပြဆိုသော ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ဆက်စပ်ရာ အမိုးစွန်း နံရံစွန်း စသည်တို့နှင့် အတူထင်၏။



မျက်စိဖြင့် မြင်သည့်အတိုင်းထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ် ရောက်သော် အစွန်းပျောက်လျက် ကောင်းကင်ဟင်းလင်း ကွက်ချည်း သက်သက်သာ ထင်၏။ စျာန်ပေါ်ပုံမှာ ပထဝီ မြေကသိုဏ်းနည်း အတိုင်း ပေါ်သည်။

ဝဏ္ဏ(အဆင်း) ကသိုဏ်း ခွဲခြားခြင်း

- ၁။ နီလ - အညို (=အပြာ) ကသိုဏ်းတွင် မည်းနက်သော အဆင်း(ကဏှကသိုဏ်း)၊ စိမ်းသောအဆင်း (ဟရိတ ကသိုဏ်း)တို့ ပါဝင်သည်။ ယင်း ကသိုဏ်းတို့ကို ကြည့်ရှုလျက် နိမိတ်ရနိုင်၏။ စျာန်ရနိုင်၏။
- ၂။ ပီတ-အဝါကသိုဏ်းတွင် အဝါရောင်နှင့်နီးစပ်သော အဆင်းကသိုဏ်းတို့ ပါဝင်သည်။
- ၃။ လောဟိတ-အနီကသိုဏ်း တွင် အနီရောင်နှင့် နီးစပ်သော အဆင်းကသိုဏ်းတို့ ပါဝင်သည်။
- ၄။ သြဒါတ-အဖြူကသိုဏ်း တွင် အဖြူရောင်နှင့် နီးစပ်သော မွဲပြာပြာအရောင်၊ ပြာစိမ်းစိမ်းအရောင် ရှိသော အဆင်းကသိုဏ်းတို့ ပါဝင်သည်။

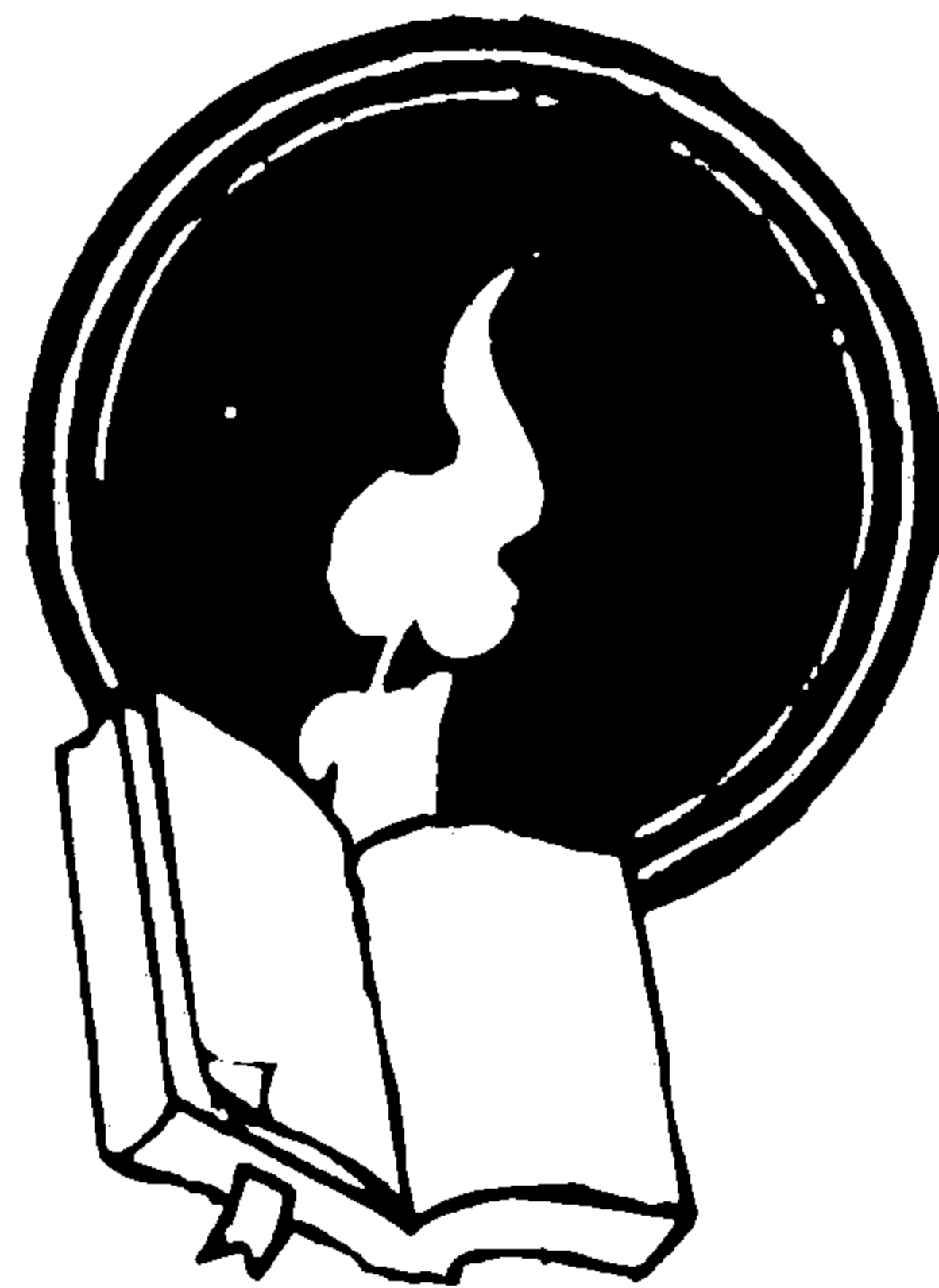
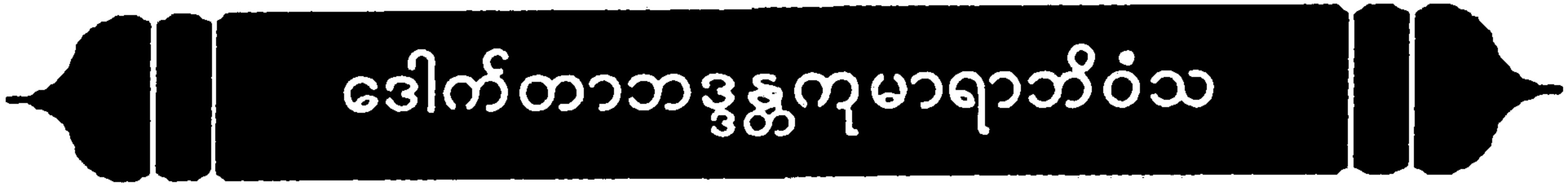
ကသိုဏ်းကို ကြည့်ရှုပွားများ အားထုတ်လိုသည့်





ကမ္မဋ္ဌာန်းယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိအနှစ်သက်ဆုံးဟု ယူဆရသော ကသိုဏ်းတစ်ခုခုကိုရွေးချယ်ရသည်။ ရှေးအတိတ်ကာလ အထုံ ဝသီပါရမီဓာတ်ခံ အားနည်းသောပုဂ္ဂိုလ်အတွက် မည့်သည့် ကသိုဏ်းကိုမဆို အလွယ်တကူ မရတတ်ခြင်းရှိ၏။ ဝဏ္ဏ (အဆင်း)ကသိုဏ်းတို့ကို အကြည့်ရလွယ်၊ နိမိတ်ရလွယ်ကြောင်း ရှေးဆရာများ မိန့်တော်မူကြသည်။ ဝဏ္ဏ(အဆင်း) ကသိုဏ်း (၄)မျိုးတွင်လည်း သြဒါတ-အဖြူကသိုဏ်းသည် ထိနမိဒ္ဓ ထိုင်းမှိုင်းခြင်းကို လျင်မြန်စွာ ကင်းကွာစေတတ်ကြောင်း၊ စိတ်=ဝိညာဏ်ကို လွန်စွာကြည်လင်စေတတ်ကြောင်း၊ နိမိတ်မရမီ လမ်းခရီး၌ပင် အထည်ဝတ္ထု အခင်းဟူသမျှကို အလိုရှိတိုင်း ဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း အလွန်တန်ခိုးအာနုဘော်ကြီး သောကြောင့် ကသိုဏ်းတို့တွင် အမြတ်ဆုံး အသာဆုံး အကောင်းဆုံးဟူ၍ မြတ်စွာဘုရားရှင် မိန့်တော်မူကြောင်း လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး ရေးသားတော်မူသော “ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး” တွင် အတိအလင်းဖော်ပြထားသည်။





အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း(၁၀)မျိုး

၁။ ဥဒ္ဓုမာတကအသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရူပားအားထုတ်နည်း

ဥဒ္ဓုမာတကအသုဘဆိုသည်မှာ သေပြီးနောက် ညိုကွက် မလာမီ ဖူးဖူးရောင်ပွနေသော လူသေကောင် ဖြစ်သည်။ ယင်း ပုံသဏ္ဍာန်ရှိ လူသေကောင်ကို ကသိုဏ်းနိမိတ်ယူသကဲ့သို့ မျက်စိ နှင့်မြင်သည့် အတိုင်း စိတ်ထဲ၌ စွဲကပ်ထင်မြင် ပါလာအောင် စက်ဆုပ်ဖွယ် အကောင်ပုပ်ဟု စိတ်ထဲကမှတ်၍ မျက်စိဖြင့် ကြည့်လျက် နိမိတ်ယူရသည်။

ဤ ဥဒ္ဓုမာတက အသုဘတွင် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် မျက်စိ မြင်ထားပြီးသည့်အတိုင်းပင် ကြောက်မက်ဖွယ်အဆင်း သဏ္ဍာန်ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်ရသော် ကြောက်မက်ဖွယ် စက်ဆုပ်ဖွယ် မရှိတော့ဘဲ အလွန်ချောမွတ်လှပစွာ ပြည့်ဖြိုးစွာ နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၍ထင်၏။ ဤဥဂ္ဂဟနိမိတ် ပဋိဘာဂနိမိတ် (၂) မျိုးကိုပင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု စိတ်၌ မှတ်ထားနှလုံးသွင်း ရှုရသည်။ ကြည့်ရှုဖန်များလာသောအခါ ကသိုဏ်း၌ ဆိုခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း ပထမဈာန်ဇော ဝီထိကျလာ၍ ပထမဈာန်ကိုရသည်။ သို့ရာတွင် ယူထားသောအာရုံမှာ ကြမ်းတမ်း ခြင်းကြောင့် အထက်ဒုတိယဈာန် စသည်ကို မရနိုင်။ ကျန်သော အသုဘ ကမ္မဋ္ဌာန်းများလည်း ပထမဈာန်မျှကိုသာ ရစေနိုင်သည်။



၂။ ဝိနိလကအသုဘ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဝိနိလကအသုဘ - ဆိုသည်မှာ ဖူးဖူးရောင်ပွပြီးနောက် ပုပ်၍ညှိနေပြီးလျှင် ကွဲပေါက်ခါနီး အညှိအပြာအနီ အကွက်ပေါ်လျက် ပုပ်ရိနေသော လူသေကောင်ပုပ်ဖြစ်သည်။ ယင်းပုံသဏ္ဍာန်ကို “အညှိအပြာအနီကွက်ထလျက် ပုပ်ရိနေသော လူသေကောင်” ကို စိတ်ထဲကမှတ်သားလျက် ဥဒ္ဓုမာတကနည်းတူ နိမိတ်ယူရသည်။

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်တွင် မျက်စိနှင့်မြင်သည့်အတိုင်းပင် စက်ဆုပ်ဖွယ် ကြောက်မက်ဖွယ်ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ် ရသည့်အခါစက်ဆုပ်ဖွယ် ကြောက်မက်ဖွယ်မရှိ အလွန်ချောမွတ်လှပစွာ နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၍ထင်၏။

၃။ ဝိပုဗ္ဗကအသုဘ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဝိပုဗ္ဗကအသုဘ - ဆိုသည်မှာ ပုပ်ရိပြီးနောက် သွေးပြည် တို့ အက်ကွဲယိုကျနေသော လူသေကောင်ဖြစ်သည်။ ယင်းပုံသဏ္ဍာန် ကို “ပုပ်ရိယိုကျနေသော လူသေကောင်” ဟု စိတ်ထဲက မှတ်သား လျက် ရှေးနည်းတူ နိမိတ်ယူရသည်။

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်တွင် မျက်စိနှင့်မြင်သည့်အတိုင်းပင် စက်ဆုပ် ဖွယ် ကြောက်မက်ဖွယ် ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ် ရသည့်အခါ စက်ဆုပ်ဖွယ် ကြောက်မက်ဖွယ် မဖြစ်တော့ဘဲ အလွန်ချောမွတ် လှပစွာ နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၍ ထင်၏။





၄။ ဝိစ္ဆိဒ္ဓကအသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဝိစ္ဆိဒ္ဓကအသုဘ - ဆိုသည်မှာ နှစ်ပိုင်းပြတ်နေသော လူသေကောင် ဖြစ်သည်။ နှစ်ပိုင်းပြတ် အသုဘကောင်ကို လက်တစ်သစ် ခန့်မျှ ကွာခြားအောင် ပူးယှဉ်ဆက်စပ်ထား ပြီးလျှင် “နှစ်ပိုင်းပြတ် အသုဘကောင်” ဟုစိတ်ထဲကမှတ်လျက် ရှေးနည်းတူနိမိတ်ယူရသည်။

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်တွင် မျက်စိနှင့်မြင်သည့်အတိုင်း စက်ဆုပ်ဖွယ် ကြောက်မက်ဖွယ် ပုံသဏ္ဍာန်ရှိလျက် နှစ်ပိုင်းပြတ်အတိုင်းပင် ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်တွင် စက်ဆုပ်ဖွယ် ကြောက်မက်ဖွယ်မရှိ၊ အလွန်ချောမွတ်လှပစွာ နှစ်သက်ဖွယ်တစ်ခုတည်းဖြစ်၍ ထင်၏။

၅။ ဝိက္ခာယိတကအသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဝိက္ခာယိတကအသုဘဆိုသည်မှာ ကျီး၊ ခွေး၊ လင်းတ စသည်တို့က ထိုးဆွကိုက်ခဲ စားခံရသဖြင့် မွမွကြေနေသော လူသေကောင်ဖြစ်သည်။ “မွမွကြေနေသော လူသေကောင်” ဟု စိတ်ထဲက မှတ်၍ ရှေးနည်းတူ နိမိတ်ယူရသည်။

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်တွင် မျက်စိနှင့်မြင်သည့်အတိုင်းပင် စက်ဆုပ်ဖွယ် ကြောက်မက်ဖွယ် ဆိတ်ကုတ်ရာများကိုပါ မြင်၍ အာရုံ၌ ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်တွင် ကိုက်ခဲ ဆိတ်ကုတ်ရာ မရှိတော့ဘဲ၊ ချောမွတ်လှပစွာ နှစ်သက်ဖွယ် ဖြစ်၍ ထင်၏။



၆။ ဝိက္ခိတ္တကအသုဘကမ္မဇ္ဇာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဝိက္ခိတ္တကအသုဘဆိုသည်မှာ ခြေတခြား လက်တခြား ကိုယ်တခြား ခေါင်းတခြားအားဖြင့် တကွဲတပြားစီ ပစ်လွှင့်ပြန်ကျဲ လျက်ရှိသည့် လူသေကောင်ဖြစ်သည်။ ဤဝိက္ခိတ္တက အသုဘ ကောင်ကို တစ်စပ်တည်း စုပုံယှဉ်ထားလျက် စက်ဆုပ်ဖွယ် ပြန်ကျဲ နေသော အသေကောင် ဝိက္ခိတ္တကဟု စိတ်ထဲကထားလျက် ရှေးနည်းတူ မှတ်သား နိမိတ်ယူရသည်။

ဥဂ္ဂဟနိမိတ်တွင် မျက်စိဖြင့်မြင်သည့်အတိုင်းပင် အပိုင်းပိုင်း အပြတ်ပြတ် အလောင်းကောင် ထင်သည်။ ပဋိဘာဂ နိမိတ်တွင် အပိုင်းအပြတ် အကွဲ မရှိတော့ဘဲ တစ်လုံးတည်း တစ်စပ်တည်း တစ်ဆက်တည်း စပ်လျက် အလွန်နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၍ ထင်၏။

၇။ ဟတဝိက္ခိတ္တကအသုဘကမ္မဇ္ဇာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဟတဝိက္ခိတ္တကအသုဘဆိုသည်မှာ ခြေလက်ကိုယ် ခေါင်း တစ်ခြားစီဖြစ်လျက် ဓားရာချင်း ယှက်အောင် မွန်းလျက် တစ်ကွဲစီ တခြားစီ ပစ်လွှင့်ခံထားရသော လူသေကောင် ဖြစ်သည်။ ဤဟတဝိက္ခိတ္တက အသုဘကောင်သည် ဝိက္ခိတ္တကနှင့်တူ၍ ဓား၊ လှံ စသည်တို့၏ ထိုးဆွဲမွန်းရာသာ ပိုသည်။ ရှေးနည်းအတိုင်း ရှုပွားရသည်။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်၌ မျက်မြင်အတိုင်းဖြစ်ပြီး ပဋိဘာဂ နိမိတ်၌ ဓား လှံမွန်းရာ မပါခြင်းသာ ကွာခြား၏။



၈။ လောဟိတကအသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

လောဟိတကအသုဘဆိုသည်မှာ လူသေလောင်းကောင်၏ ကိုယ်အနံ့မှ သွေးများ ယိုစီးလိမ်းကျံလျက် ရှိသော လူသေကောင် ဖြစ်သည်။ “သွေးယိုနေသော လူသေကောင်” ဟု ရှုကြည့် စိတ်မှတ်လျက် ရှေးနည်းတူ နိမိတ်ယူရသည်။ ဥက္ကဟနိမိတ်၌ မျက်စိနှင့် မြင်သော ပုံသဏ္ဍာန်အတိုင်းပင်ထင်၏။ ပဋိဘာဂနိမိတ်၌ အနာအဆာများ မရှိတော့ဘဲ စက်ဆုပ် ကြောက်မက်ဖွယ် မရှိတော့ဘဲ လှပချောမွတ်စွာ ကမ္မလာနီလွမ်းခြုံ ထားဘိသကဲ့သို့ အလွန်နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၍ထင်၏။

၉။ ပုဠုဝကအသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ပုဠုဝကအသုဘဆိုသည်မှာ ပိုးလောက်ကောင်များ ကျိကျိ တက်ပြည့်၍နေသော လူသေကောင်ပုပ်ဖြစ်သည်။ ယင်းပုံသဏ္ဍာန်ယူပြီး နောက်“ပုဠုဝက” စက်ဆုတ်ဖွယ် လောက်ရှိသော အသေကောင် ဟု စိတ်ထဲကမှတ်၍ နိမိတ်ယူရသည်။ ဥက္ကဟ နိမိတ်တွင် မျက်မြင် အတိုင်းပင် အလွန်စက်ဆုပ် ရွံရှာဖွယ်ဖြစ်ပြီး ပိုးလောက်များ ရွရွတက်သွားလာ လှုပ်ရှားနေပုံ ထင်၏။ ပဋိဘာဂ နိမိတ်၌ စက်ဆုပ်ဖွယ် မရှိတော့ဘဲ ပိုးလောက်များ ငြိမ်သက်လျက် ဖြူဆွတ်သော ထမင်းလုံး ထမင်းခဲများ ရောပြွမ်း နေဘိသကဲ့သို့ နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၍ ထင်၏။ ပိုးလောက်နည်းမှု များမှုကိုပါ ခွဲခြားလျက် ရှုပွားရသည်။



၁၀။ အဋ္ဌိကအသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

အဋ္ဌိကအသုဘဆိုသည်မှာ လူသေကောင်၏ အရိုးကို ဆိုခြင်းဖြစ်သည်။ ဖော်ပြပါ အရိုး(၄)မျိုးကို ရရာအရိုးကို ခွဲခြားလျက် ကြည့်ရှုပွားများရသည်-

- ၁။ အကြောအဆစ် မပြုတ်သေးဘဲ အသွေးအသား ပကတိမပြုတ် ကျန်ရှိနေသေးသော အရိုး၊
- ၂။ အသားမရှိတော့ဘဲ သွေးတို့ဖြင့်သာ လိမ်းကျံလျက် အဆစ်မပြုတ်သေးသော အရိုး၊
- ၃။ အသွေးအသား လုံးဝမရှိတော့ဘဲ အဆစ်မပြုတ် သေးသော အရိုး၊
- ၄။ အကြောအဆစ်တို့ ပြုတ်ပြီး၍ တကွဲတခြားစီ ဖြစ်နေ သော အရိုး၊

အထက်ဖော်ပြပါ (၄)မျိုးရှိသော အရိုးတို့တွင် ရလွယ် ရာအရိုးကို ကြည့်ရှုပွားများရမည်။ တကွဲတခြားစီ ရှိနေသောအရိုး တို့ကို စု၍ရနိုင်လျှင် ပေါင်းစုယှဉ်ထား၍ ကြည့်ရှုပွားများ ရသည်။ မရသော် တစ်ခုတည်း တစ်ချောင်းတည်းကိုပင် ကြည့်ရှု ပွားများ၍ ရသည်။ “စက်ဆုပ်ဖွယ်အရိုးစု အရိုးစု” ဟူ၍ စိတ်၌ မှတ်သား ပွားများလျက် ကသိုဏ်းနိမိတ်ယူသကဲ့သို့ စိတ်၌ စွဲကပ်ထင်မြင်၍ ပါလာအောင်ကြည့်ရှုရသည်။ ယင်းသို့ ကြည့်ရှုလျက် နိမိတ်ယူရသည်။





ဥဂ္ဂဟနိမိတ်တွင် မျက်မြင်အတိုင်းပင် စက်ဆုပ်ဖွယ်ထင်၏။
ပဋိဘာကနိမိတ်၌ ပြေပြစ် ချောမောလှပစွာ နှစ်သက်ဖွယ်ဖြစ်၍ထင်၏။

အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းရှုပွားအားထုတ်နည်း ပြီး၏။



အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့်စပ်၍ သတိပြုဖွယ်

အသုဘ (၁၀)ပါး ကမ္မဋ္ဌာန်း အားထုတ်ရာတွင် အကောင်
အထည်မပျက်သေးသော အသုဘကောင်ကို ကြည့်ရှုရာ၌ နိမိတ်
ထင်ခါနီးသောအခါ လူသေကောင်ကြီး ထ , လာဘိ သကဲ့သို့၊ ထ၍
မိမိထံသို့ လိုက်လာဘိသကဲ့သို့ ကြောက်အားကြီးသဖြင့် စိတ်ထဲ၌
ထင်မြင်တတ်သည်။ ထိုအခါ ကြောက်လန့်ပြီး နှလုံးသွေးပျက်
မတတ် ရူးသွပ်တတ်၏။ အထူးသတိပြုရမည်။

“သက်မဲ့ သစ်ပင် သစ်တုံးသည် ထ၍ လိုက်မလာနိုင်
သကဲ့သို့ အသက်ကင်းမဲ့သော ဤလူသေကောင်သည် ထ၍
လိုက်မလာနိုင်၊ ထ , ၍လာသည်ဟု ထင်မြင်နေခြင်းသည်
နိမိတ်ရခါနီးဖြစ်၍ ထင်မြင်ခြင်းဖြစ်သည်၊ မကြောက်မိစေနှင့်”
ဟူ၍ မိမိကိုယ်ကို စိတ်အားသတ္တိသွင်းရသည်။ ယင်းနောက်-
အကြောက် တရားကင်းစွာ၊ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်စွာ ကြည့်ရှု
နှလုံးသွင်းရသည်၊ တစ်နည်း အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းသွားရောက် စီးဖြန်း
သူသည် တောင်ဝှေး၊ ပရိတ် စသည်တို့ကို ဆောင်ထားရသည်။
သတိ ကောင်းစွာထားရသည်။



ကသိုဏ်းအာရုံတို့သည် လှပချောမွတ်ပြေပြစ်သောကြောင့် နှစ်သက်ဖွယ် စိတ်တွယ်စရာ အာရုံများဖြစ်သည်။ အသုဘအာရုံ တို့သည်ကား ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်ဖွယ် အာရုံဖြစ်သော်လည်း အသုံးချဟတ်လျှင် ကမ္မဋ္ဌာန်းတိုးတက်ဖွယ် အာရုံဖြစ်ကြောင်း မမေ့အပ်ပေ။

ဤအသုဘနိမိတ်သည် ကြောက်ရွံ့မှသာ ထင်၏။ များများ ကြောက်တတ် ရွံ့တတ်လျှင် များများ ထင်လွယ်သည်။ မကြောက် တတ် မရွံ့တတ်သော သင်္ချိုင်းစောင့်၊ စဏ္ဍာလ၊ သုဘရာဇာတို့ အတွက် နိမိတ်ထင်ရန်မလွယ်ကူ။ ထို့ကြောင့် နိမိတ်ယူသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အသုဘကောင်ကို လက်ဖြင့်မကိုင်သင့်။ အကျွမ်းမဝင်သင့်။ နေရာပြောင်းရွှေ့ စုပေါင်းလို လျှင် သူတစ်ပါးကို စေခိုင်း၍လည်းကောင်း၊ တောင်ဝှေးစသည်ဖြင့် ကောက်ယူ ရွှေ့ပြောင်း၍လည်းကောင်း ပေါင်းစုရသည်။

ဤအသုဘ (၁၀)ပါး ကမ္မဋ္ဌာန်းတွင် လူသေကောင်အပြင် တိရစ္ဆာန်အသေကောင်အသုဘကိုလည်း ကြည့်ရှု၍ နိမိတ်စျာန် ရနိုင်သည်။ ပုဠုဝကကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပိုးလောက်ကောင်များချည်း သက်သက် စုဝေးနေသည်ကိုလည်း ကြည့်ရှု၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းနိမိတ်စျာန် ရနိုင်သည်။ ကုဋီတွင်း၊ အိမ်သာတွင်း မစင်ပုံစသည်တို့၌ ပိုးလောက် အစုအဝေး ပုဠုဝကအသုဘကို ကြည့်ရှု၍လည်း နိမိတ်ရနိုင်သည်။





အသေကောင်များကိုသာမက အသက်ရှင်လျက်ရှိသော လူနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်၌ ရောင်ဖောနေသောအခါ (ဥဒ္ဓုမာတက)၊ အနာများစွာပေါက်၍ သွေးပြည်ယိုစီးထွက်နေသောအခါ(ဝိပုဗ္ဗက)၊ လက်ခြေများပြတ်နေသောအခါ (ဝိစ္ဆိဒ္ဓက)၊ ဒဏ်ရာ စသည်တို့ကြောင့် သွေးများယိုထွက်နေ သောအခါ (လောဟိတက) စသည်တို့၌လည်း အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းပွားများ၍ရသည်။

အသုဘရှုပွားခြင်းဖြင့် ပထမဈာန်ရပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် အထက်ဈာန်တို့ကို ရလိုလျှင် မိမိရရှိပြီးသော အသုဘ နိမိတ်၌ ပါရှိသော အညှိ(အပြာ),အဝါ,အနီ,အဖြူ အဆင်း(ဝဏ္ဏ) တစ်ခုခုကို စွဲမြဲစွာ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်လျက် ဝဏ္ဏကသိုဏ်းဖြစ်အောင် ရှုပွားလျှင် အထက်ဈာန်များသို့ တက်နိုင်သည်။

အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရှုရာ၌ ဖော်ပြပြီးခဲ့သော နည်းလမ်းများအတိုင်း နိမိတ်ရအောင်,ဈာန်ပေါ်အောင်ရှုခြင်း ဟူသော သမထရှုနည်း တစ်မျိုးအပြင် ထိုအသုဘအာရုံကို ရှုဆင်ခြင်သောအခါ နိမိတ်ရအောင် ကသိုဏ်းကြည့် မကြည့်ဘဲ “ဤသူကား မမြဲ၊ ဤကဲ့သို့ သေရ၏။ ငါသည်လည်း မမြဲ၊ ငါလည်း ဤကဲ့သို့ သေရဦးမည်” ဟု အနိစ္စရှုမှု၊ “ဤသူကား မတင့်တယ် စက်ဆုပ်ဖွယ်၊ ငါသည်လည်း မတင့်တယ်၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်” ဟူ၍ ဒုက္ခရှုမှု၊ “ဤသူကား မလှုပ်ရှား၊ အသက်မရှိ၊ မြက်မှိုက်





ထင်းချောင်းတို့နှင့် တစ်ထပ်တည်း တူ၏။ ငါလည်း ထိုနည်းတူသော အဖြစ်သို့ရောက်ရဦးမယ်” ဟူ၍ အနတ္တရူပ ဟူသော ဝိပဿနာရှုနည်း နောက်တစ်မျိုး လည်းရှိ၏။

အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းကို သမထနည်း (ကသိုဏ်းကြည့်နည်း) ဖြင့် ရှုရာတွင် ယောက်ျားသည် မိန်းမအသုဘကို မရှုရ၊ မိန်းမသည် ယောက်ျားအသုဘကို မရှုရ၊ အသွင်သဏ္ဍာန် မပျက်စီးသေးသော အသုဘအာရုံသည် ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်အား ရာဂဖြစ်၍ လာတတ် သောကြောင့် ဖြစ်၏။ နိမိတ်မရမီ ဖြစ်လာတတ်၏။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်၌ မဖြစ်သေးသော်လည်း ပဋိဘာဂနိမိတ်၌ ရာဂဖြစ်လာတတ်၏။

ဝိပဿနာနည်းဖြင့် အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းရာတွင် လိင် မတူသော ဝိသဘာဂအာရုံသည် အထူးသာလွန် လျောက်ပတ်၏၊ လိင်မတူသော ဝိသဘာဂအသုဘကိုပင် တမင်ရှာ၍ ရှုမှတ်ရသည်။ ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် ရာဂစရိုက် လွန်စွာအားကြီးသော ကုလ္လမထေရ်အား မာတုဂါမမိန်းမ အသေကောင်ကို ဖန်ဆင်းလျက် ဝိပဿနာနည်းဖြင့် အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုစေတော်မူခဲ့၏။ ၎င်းအပြင် ပြည့်တန်ဆာမ သီရိမာကို ချစ်ကြိုက်စွဲလမ်း၍ မအိပ်နိုင် မစားနိုင် တမိုင်မိုင်တတွေတွေ ဖြစ်လျက်နေသော ရဟန်းငယ် တစ်ပါး ကိုလည်း ထိုသီရိမာ၏ အလောင်းကောင် အသုဘကိုပင် ပြုလျက် ဝိပဿနာရှုနည်းဖြင့် မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို ရစေတော်မူခဲ့လေသည်။

အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းရှုပွားနည်းပြီး၏။

အနုသသတိကမ္မဋ္ဌာန်း(၁၀)ပါး

၁။ ဗုဒ္ဓါနုသသတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရူပားအားထုတ်နည်း

ဗုဒ္ဓါနုသသတိ ဟူသည်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်နှင့် ကျေးဇူးတော်တို့ကို အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် အောက်မေ့သော သတိဖြစ်သည်။ ထိုဗုဒ္ဓါနုသသတိကို ပွားများ အားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားမထုတ်မီ ကမ္မဋ္ဌာန်း ပရိကမ္မပြုဖွယ် မှန်သမျှကို စီမံပြီးနောက် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော်တို့ကို မိမိ၏သဒ္ဓါအား၊ ဝီရိယအား၊ ဉာဏ်အားလျော်စွာ နှုတ်၌ အရကျက်ဆောင်ပြီး ပွားများအားထုတ်ရမည်။ ထို့အပြင် ဤနေရာ၌ အများသူငါတို့ နှုတ်တက်ဆောင်ရန် လွယ်ကူနိုင်သော လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ “ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး” မှ ထုတ်နှုတ်လျက် အကျဉ်းနည်းဖြင့် ဖော်ပြထား ပါသည်။

၁။ သောဘဂဝါ - ထို အကျွန်ုပ်တို့ ဆရာ မြတ်စွာဘုရားသည်၊ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် ဗြဟ္မာနတ်လူ သုံးဘုံသူတို့၏ ပူဇော်အထူးကို ခံထိုက်ကြောင်းဖြစ်သော သီလဂုဏ်၊ သမာဓိဂုဏ်၊ ပညာဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဂုဏ်၊ ဝိမုတ္တိဉာဏ



ဒဿနဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပေသော
ကြောင့်လည်း၊ အရဟံ - အရဟံ မည်တော်မူ
ပါပေ၏။

၂။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် သစ္စာ၊ ဥပယျ၊ ဓမ္မအပုံ၊
အလုံးစုံကို အကုန်မကျန် မြတ်ရွှေ့ဉာဏ်ဖြင့် အမှန်
ထိုးထွင်း အလင်းသိမြင်တော်မူပေသော
ကြောင့်လည်း၊ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓေါ - သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ
မည်တော်မူပါပေ၏။

၃။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် စရဏအပြား၊ တစ်ဆယ့်
ငါးတည်း၊ သုံးပါး၊ ရှစ်ဖြာ၊ ဉာဏ်ဝိဇ္ဇာနှင့်ကောင်းစွာ
ပြည့်စုံတော်မူပေသော ကြောင့်လည်း၊ ဝိဇ္ဇာစရဏ
သမ္ပန္နော - ဝိဇ္ဇာစရဏသမ္ပန္နမည်တော် မူပါပေ၏။

၄။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် သဿတဒိဋ္ဌိ၊ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ
မကပ္ပိဋိဘဲ မဇ္ဈိမပဋိပတ်၊ ကောင်းမြတ်ဖြောင့်တန်း၊
မဂ္ဂင်လမ်းဖြင့် ရွှေနန်းပူရီ၊ ဘေးမဲ့ ပြည်သို့ ကြွချီ
ဆိုက်တော်မူပေသောကြောင့်လည်း၊ သုဂတော -
သုဂတ မည်တော်မူပါပေ၏။

၅။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် ကာမရူပ အရူပဟု၊
လောကအပြင် ဘုံတစ်ခွင်ကို ကုန်စင်ခပင်း
မကျန်ကြွင်းအောင် အလင်းထင်ပေါ်သိမြင်တော်မူ



ပေသောကြောင့်လည်း၊ လောကဝိဒူ - လောကဝိဒူ
မည်တော်မူပါပေ၏။

၆။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် ဇာတိမာန် ပုညမာန်
ဂုဏမာန် ဗလမာန် ဣဒ္ဓိမာန် ပညာမာန်တို့ဖြင့်
မိုးစွန်ကြွားကြွား ငါတကားဟု ကြုံးဝါးခက်ထန်
အဆိပ်လျှံသည့် နန္ဒောပနန္ဒ အင်္ဂုလိမာလ
သစ္စကနှင့်ဗကဗြဟ္မာ သတ္တဝါတို့ကို ဒေသနာ
သံ ဆိပ်အန်ငြိမ်းဆေး အမြန်ပေး၍ ယဉ်ကျေး
အောင်ပြု ဆုံးမမှုဝယ် အတုမရှိ လွန်ကဲဘိ
သောကြောင့်လည်း၊ အနုတ္တရောပုရိသဒမ္မသာ
ရထိ-အနုတ္တရော ပုရိသဒမ္မသာရထိ မည်တော်
မူပါပေ၏။

၇။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် လူနတ်ဗြဟ္မာ သတ္တဝါ
များ သောင်းထိုက်သားတို့ ဝပ်တွားရုံကြောင်း
ညွတ်ညောင်းခယ ဆုံးမခံရာ ဆရာသခင် ဦးထိပ်
တင်ကြီး ဖြစ်ပေသောကြောင့်လည်း၊ သတ္တာဒေဝ
မနုဿာနံ-သတ္တာဒေဝမနုဿာနံ - မည်တော်
မူပါပေ၏။

၈။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် သစ္စာ ၄-ရပ် တရားမြတ်ကို
လူနတ်အများ သိထင်ရှားအောင် ဟောကြား

ထုတ်ဖော် သိစေတော်မူပေသောကြောင့်လည်း၊
ဗုဒ္ဓေါ-ဗုဒ္ဓမည်တော်မူပါပေ၏။

၉။ ဣတိပိ - ဤသို့လျှင် ဘုန်းတော်အနန္တ၊ ကံတော်
အနန္တ၊ ဉာဏ်တော်အနန္တ၊ တန်ခိုးတော်အနန္တ
ကြီးမြတ်လှ၍ လောကသုံးပါး လူအများတို့
လေးစားဂရု ချီးပမှုကြောင့်လည်း၊ ဘဂဝါ -
ဘဂဝါ မည်တော်မူပါပေ၏။

အမှန်စင်စစ် မြတ်စွာဘုရားရှင်၏ ဂုဏ်တော် ကျေးဇူးတော်
တို့သည် အပ္ပမာဏော ဗုဒ္ဓေါ ဟူသည့်အတိုင်း မရေမတွက်
နိုင်အောင်ပင် များပြား၏။ ထိုမျှ များပြားသော ဂုဏ်တော်တို့ကို
မိမိ၏ သဒ္ဓါစွမ်း၊ ဝီရိယစွမ်း၊ ဉာဏ်စွမ်း ရှိသည့် အားလျော်စွာ
သိနိုင်သမျှ သိရှိနားလည်အောင် အားထုတ်ပြီးနောက်
ဖော်ပြပါဂုဏ်တော် ၉-ပါး နည်းတူပင် ဆင်ခြင် အောက်မေ့
ပွားများရသည်။

တစ်ပါးတည်း ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရသည်ထက် နှစ်ပါး
သုံးပါး လေးပါး ငါးပါး စသည်ဖြင့် များစွာ အောက်မေ့
ပွားများနိုင်လေလေ အကျိုးရှိလေလေပင် ဖြစ်သည်။ စိတ်အား
အလွန်ကြည်လင် ဉာဏ်ပွင့်လန်း၏။ အကျိုးအာနိသင်ကြီးမား၏။
ယင်းကဲ့သို့ အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက်မေ့သည်ရှိသော် လွန်စွာ

သဒ္ဓါတရား ထက်သန်လာ၏။ စိတ်ဉာဏ် ကြည်လင် တိုးပွား အားကောင်းလာပြီး ဥပစာရဈာန်ကို ဖြစ်စေနိုင်၏။ မြတ်စွာဘုရားရှင် ဉာဏ်တော်များသည် အလွန်နက်နဲ သိမ်မွေ့သော ပရမတ္ထ တရားဖြစ်၍ နိမိတ်ရစေသော တရား မဟုတ်သောကြောင့် ဥပစာရဈာန် ဥပစာရသမာဓိမျှကိုသာ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ နိမိတ် အာရုံ ရကောင်းသောကမ္မဋ္ဌာန်းမှာမူ အပ္ပနာဈာန်ကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။

ဥပစာရဈာန်

- ၁။ နိမိတ်ရစကောင်းသော ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့၌ အစမှ ပဋိဘာဂနိမိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည့်တိုင်အောင် ကြည့်ရှု ပွားများသော စိတ္တုပ္ပါဒ်(စိတ် + စေတသိက်)ကို ပရိကမ္မဘာဝနာ ဟုခေါ်သည်။
- ၂။ ပဋိဘာဂနိမိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်မှစ၍ အပ္ပနာသို့ မရောက်မီအတွင်း ကြည့်ရှုပွားများသော စိတ္တုပ္ပါဒ် (စိတ် + စေတသိက်)ကို ဥပစာရ ဘာဝနာ ဟုခေါ်သည်။
- ၃။ ဈာန်စိတ်ကို အာရုံထဲသို့ ဝင်ဘိသကဲ့သို့ စူးစိုက်၍ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် အပ္ပနာဘာဝနာ ဟုခေါ်သည်။



ဤဘာဝနာသုံးမျိုးတွင်

- ၁။ ပရိကမ္မဘာဝနာအခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်သော သမာဓိနှင့် စူးစိုက်မှုချာန်ကို ပရိကမ္မသမာဓိ၊ ပရိကမ္မချာန် ဟုခေါ်သည်။
- ၂။ ဥပစာရဘာဝနာအခိုက်၌ ဖြစ်ပေါ်သော သမာဓိနှင့် စူးစိုက်မှုချာန်ကို ဥပစာရသမာဓိ၊ ဥပစာရချာန် ဟုခေါ်သည်။
- ၃။ အပ္ပနာဘာဝနာ အခိုက်၌ဖြစ်ပေါ်သော သမာဓိနှင့် စူးစိုက်မှုချာန်ကို အပ္ပနာသမာဓိ၊ အပ္ပနာချာန် ဟု ခေါ်သည်။

၂။ ဓမ္မာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဓမ္မာနုဿတိဟူသည်မှာ မြတ်စွာဘုရားရှင်ဟောကြားတော်မူသော ပရိယတ္တိ၊ ပဋိပတ္တိ၊ ပဋိဝေဓ ဟူသော ၃-ပါးသော တရားတော်မြတ် (တစ်နည်း အားဖြင့်) ပရိယတ္တိ၊ ပဋိပတ္တိ၊ ချာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန် ဟူသော ၆-ပါးသော တရားတော်မြတ် (နောက်တစ်နည်း အားဖြင့်) မဂ်လေးတန်၊ ဖိုလ်လေးတန်၊ နိဗ္ဗာန်၊ ပရိယတ် ၁၀-ပါးသော တရားတော် မြတ်၏





သွာက္ခာတတာ-စသော ဂုဏ်တော်တို့ကို အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် အောက်မှ ဆင်ခြင်သောသတိ ဖြစ်သည်။

ဓမ္မာနုဿတိကို ပွားများအားထုတ်မည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ် သည် တရားတော်မြတ်၏ သွာက္ခာတတာ -စသော ဂုဏ်တော် ၆-ပါးကို နှုတ်တက်အရဆောင်၍ အနက်အဓိပ္ပါယ် ရှင်းလင်း ပြတ်သားစွာ သိမြင်အောင် လေ့ကျက်ပြီးနောက် ဂုဏ်တော်တစ်ပါး တည်းဖြစ်စေ၊ နှစ်ပါးတွဲဖြစ်စေ၊ သုံးပါးတွဲဖြစ်စေ၊ ခြောက်ပါး လုံးကို အနုလုံ ပဋိလုံ အပြန်ပြန် အလှန်လှန် စီးဖြန်း၍ဖြစ်စေ ပွားများရသည်။ ဤနေရာ၌ အများသူငါတို့ နှုတ်တက် ဆောင်ရန် လွယ် ကူ နိုင် သော လယ် တီ ဆရာတော် ဘု ရားကြီး ၏ “ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး” မှ ထုတ်နုတ်လျက် အကျဉ်းနည်းဖြင့် အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြပါသည်။

၁။ သွာက္ခာတဂုဏ်တော်

ဘဂဝတာ-မြတ်စွာဘုရားသည်၊ သွာက္ခာတော - အစ,အလယ်,အဆုံး သုံးပါးအစုံ ကောင်းမြတ်ဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံစွာဟောကြားတော်မူအပ်သော၊ ဓမ္မော - တရား တော်မြတ်သည်-

(ငါတို့မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူသော တရား





တော်မြတ်သည်ကား မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ ဆရာတို့ဟောကြား ထား သည့် တရားများကဲ့သို့ မကောင်းသဖြင့် ဟော ကြားထား သောတရားမဟုတ်၊ အလွဲအမှား တရားမဟုတ်၊ ဒုက္ခ ဖြစ်ကြောင်းမဟုတ်၊ အမှန် ဖြောင့်စင်း ၏။ ဒုက္ခမျိုးစုံကို ပျောက်စေလျက် သုခချမ်းသာကို ဖြစ်စေတတ်၏။ ထို့ကြောင့် သွာက္ခာတော - ကောင်းစွာဟောကြား တော်မူအပ်သော တရားတော်မြတ်ပေတည်းဟု မိစ္ဆာ ဒိဋ္ဌိတရားတော်တို့နှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ ဆင်ခြင်ပွားများ အောက်မေ့ရသည်။ ကျန်သော ဓမ္မဉာဏ်တော်တို့ကိုလည်း မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ တရား လောကီ အတတ်ပညာများနှင့် နှိုင်းယှဉ်၍ ဆင်ခြင်ပွားများ အောက်မေ့ရသည်။)

၂။ သန္နိဋ္ဌိကရုဏ်တော်

သန္နိဋ္ဌိကော - ကျင့်ဆောင်သူတို့အား ယခု ပစ္စက္ခ လက်ငင်းဘဝ၌ပင် ဒိဋ္ဌိကိုယ်တွင် တွေ့မြင်ခံစံရသော ရုဏ်ကျေးဇူးအထူးနှင့်လည်း ပြည့်စုံပေ၏။ (သူပြော လူပြောမဟုတ်၊ ကိုယ်တိုင်လုပ်က မုချသိမြင် နိုင်သော တရားတော်ဖြစ်၏။ ကိုယ်တိုင်ဒိဋ္ဌိ လက်တွေ့ ကျကျ သိမြင်ခွင့်ရသော တရားတော် ဖြစ်၏။



၃။ အကာလိကဂုဏ်တော်

အကာလိကော - ကာလမရွေ့၊ ကျင့်သည့် နေ့ပင်၊ တွေ့မြင်ခံစားရသော ကောင်းကျိုးချမ်းသာ နှင့်လည်း ပြည့်စုံပါပေ၏။ (နောက်ခဏ၊ နောက်ရက်၊ နောက်ကာလမှဟု အခါကာလကို မဆိုင်းငံ့ဘဲ လိုက်နာ ကျင့်ဆောင်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ချမ်းသာကောင်းကျိုး ရှိသော တရားတော်မြတ်ဖြစ်ပါပေ၏။)

၄။ ဧဟိပဿိကဂုဏ်တော်

ဧဟိပဿိကော - လာရောက်ရှုမြင်၊ ကျေးဇူး တင်မြဲဖြစ်၍ လာပါ ရှုပါ ကျင့်ကြံပါဟု မပါ ပါအောင် ခေါ်ဆောင်သွတ်သွင်း တိုက်တွန်းခြင်းငှာ ထိုက်တန်စွာသော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနှင့်လည်း ပြည့်စုံ ပါပေ၏။(လာရှုစမ်းပါ၊ ကျင့်စမ်းပါဟု၊ သေချာ ပြထိုက်၊ ဖိတ်ခေါ်တိုက်တွန်း ထိုက်သော တရားတော်မြတ် ဖြစ်ပါပေ၏။)

၅။ သြပနေယျိကဂုဏ်တော်

သြပနေယျိကော - မိမိကာယ အဇ္ဈတ္တတွင် ရရှိပေါက်ရောက်၊ ကိုယ်တွေ့မြောက်အောင် ကပ်၍ ဆောင်ထိုက်သော ဂုဏ်ထူးဝိသေသနှင့်လည်း

ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။ (မိမိစိတ်တွင် တစ်ကြိမ် ထင်က
 လေးခွင်အပါယ် ဝဋ်မီးကွယ်သဖြင့် ကိုယ်ဝယ် ဝတ်နှောင်
 ဆံဦးသျှောင်ကို မီးလောင်သော်ငြား မငြိမ်း အားဘဲ
 တရားမျက်ရှင် စိတ်စွဲထင်အောင် ကျင့်ဆောင် ခြင်းငှာ
 ထိုက်တန်တော်မူပါပေ၏။ သန္တိသုခ မြတ်ဓမ္မကို
 မရမဆုတ် အားကြိုးကုတ်လျက် အားထုတ်ရလာ
 လွန်ချမ်းသာသဖြင့် မကွာစိတ်၌ အမြဲကပ်ဆောင်
 ထိုက်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတည်း။)

၆။ ပစ္စတ္တံ ဝေဒိတဗ္ဗဂုဏ်တော်

ဝိညုဟိ - ပညာရှိသူ ရှင်လူအပေါင်း သူတော်
 ကောင်းတို့သည်၊ ပစ္စတ္တံ - အသီးသီးသော မိမိတို့သန္တာန်၌၊
 ဝေဒိတဗ္ဗော - ချမ်းသာပေစွ ကောင်းလေစွဟု ကာယစိတ္တ
 သုခနှစ်ပြင် ထင်ထင်ရှားရှား ခံစားသိမြင်ရသော ဂုဏ်ထူး
 ဝိသေသနှင့်လည်း ပြည့်စုံပါပေ၏။ (လေးသစ္စာကို
 ကောင်းစွာ မြင်သိ အရိယာ ပညာရှိတို့သည် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်
 ကိုးတန်သော တရားတော်မြတ်ကို ကိုယ်စီကိုယ်ငှ
 လိုတိုင်းရ၍ နိဗ္ဗာန်ဓာတ် သမာပတ်ဖြင့် မပြတ်သိပိုင် ခံစား
 နိုင်သော တရားတော်မြတ်ပါပေတည်း-)

တရားတော်မြတ်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်တို့သည် အပ္ပမာဏော ဓမ္မော ဆိုသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါ ၆-ပါးမျှသာမက အသင်္ချေ အနန္တများစွာရှိပါသည်။ တရားတော်မြတ်၏ဂုဏ်တော်တို့ကို နှစ်ပါး သုံးပါး စသည်အားဖြင့် အောက်မေ့ ရှုမှတ်ပွားများလေလေ အကျိုးရှိလေလေ ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ ဓမ္မဂုဏ်တော်ပွားများခြင်းကြောင့် (ဝါ)ဓမ္မာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းခြင်းကြောင့် စီးဖြန်းနေဆဲ ခဏ၌မှာပင် ဘုရားရှင်အပေါ် ပိုမိုကြည်ညို ကိုင်းရှိုင်းလျက် သဒ္ဓါအင်အား ထက်သန်လာခြင်း၊ နှစ်သက်မှု ပီတိ ခံစားရခြင်း၊ ပညာဉာဏ် ထက်မြက်ပြီး ကိုယ်စိတ်ပူပန်မှုများ ငြိမ်းအေးချမ်းသာလာခြင်း၊ သမာဓိ အင်အားကောင်း၍ တည်ငြိမ် ရင့်ကျက်လာပြီး ဘေးအန္တရာယ်နှင့် ဆင်းရဲဒုက္ခ တွေ့ကြုံခံစားရသော်လည်း စိတ်ဓာတ်မြင့်မား ကြံ့ကြံ့ ခံနိုင်လာခြင်း၊ ဓမ္မနှင့် နေထိုင်ရသည်ဟု မှတ်ယူလာခြင်း၊ ခန္ဓာအိမ်သည် ဓမ္မစေတီ အိမ်ကဲ့သို့ ပူဇော်ထိုက် ခြင်း၊ မကောင်းမှုတို့ကိုလွန်ကြူးရန် ရှက်ကြောက်လာခြင်း၊ ကုသိုလ်တိုးပွားလျက် ကောင်းသော လားရာ ဂတိရှိခြင်း အကျိုးတို့ကို လက်ငင်းခံစားရသည်။



ဤဓမ္မာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းတွင်လည်း တရားတော်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့သည် အလွန်နက်နဲ သိမ်မွေ့သော ပရမတ္ထတရားများဖြစ်၍ နိမိတ်ရကောင်းသော တရားမဟုတ်ခြင်းကြောင့် အပ္ပနာဈာန်ကို မဖြစ်စေနိုင်ပေ။

၃။ သံဃာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

သံဃာနုဿတိ ဟူသည် မြတ်စွာဘုရား တပည့် သံဃာတော်မြတ်၏ သုပ္ပဋိပန္နတာ စသော ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်အောက်မေ့သော သတိဖြစ်သည်။ ထိုသံဃာနုဿတိကို ပွားများ အားထုတ်မည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အားမထုတ်မီ ကမ္မဋ္ဌာန်းပရိကမ္မ ပြုဖွယ်မှန်သမျှကို စီမံဆောင်ရွက်ပြီးနောက် သံဃာတော်မြတ်၏ သုပ္ပဋိပန္နတာ အစရှိသော ဂုဏ်တော် ၉-ပါးတို့ကို မိမိ၏သဒ္ဓါအား၊ ဝီရိယအား၊ ဉာဏ်အားလျော်စွာ နှုတ်၌ အရကျက် ဆောင်ပြီးနောက် ပွားများ အားထုတ်ရသည်။ ယင်းသို့ ကျက်မှတ်ပွားများအားထုတ်နိုင်ရန် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီး ၏ “ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး” မှ ထုတ်နှုတ်လျက် အကျဉ်းနည်းဖြင့် အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြပါသည်။ ဂုဏ်တော်တစ်ခုစီ၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်

အနှစ်သာရကို နက်နက်နဲနဲခံစားလျက် ဆင်ခြင် နှလုံးသွင်း ပွားများတတ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ သို့မှသာ ဘာဝနာ အဆင့်သို့ ရောက်ပါသည်။

၁။ ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝက သံဃော - ကလျာဏပုထုဇဉ်၊ သီလဝန်၊ ပညာဝန် အရှင်မွန် အရှင်မြတ်တို့နှင့်တကွသော အရိယာ ၈-ပါး တပည့်သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းသည်၊ သုပ္ပဋိပန္နော - အဓိသီလ, အဓိစိတ္တ, အဓိပညာ သိက္ခာသုံးရပ် လွန်ကောင်းမြတ်သော ပဋိပတ်ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော် မူပါပေ၏။

၂။ ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝက သံဃော - ကလျာဏပုထု ဇဉ်၊ သီလဝန်၊ ပညာဝန် အရှင်မွန် အရှင်မြတ်တို့နှင့်တကွသော အရိယာ ၈-ပါး တပည့်သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းသည်၊ ဥပုပ္ပဋိပန္နော - အဓိသီလ, အဓိစိတ္တ, အဓိပညာ သိက္ခာသုံးရပ် လွန်ဖြောင့် မတ်သော ပဋိပတ် ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော် မူပါပေ၏။

၃။ ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝက သံဃော - ကလျာဏပုထုဇဉ်၊ သီလဝန်၊ ပညာဝန် အရှင်မွန်



အရှင်မြတ်တို့နှင့်တကွသော အရိယာ ၈-ပါး တပည့် -
သံဃာတော်မြတ် အပေါင်းသည်၊ ဉာယပွဋိပဇ္ဇော -
အဓိသီလ, အဓိစိတ္တ, အဓိပညာ သိက္ခာ သုံးရပ် လွန်သင့်
မြတ်သော ပဋိပတ်ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။

၄။ ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရား၏၊ သာဝက
သံဃော - ကလျာဏပုထုဇဉ်၊ သီလဝန်၊ ပညဝန်
အရှင်မွန် အရှင်မြတ်တို့နှင့်တကွသော အရိယာ ၈-ပါး တပည့်
သံဃာတော်မြတ်အပေါင်းသည်၊ သာမီစိပွဋိပဇ္ဇော -
အဓိသီလ, အဓိစိတ္တ, အဓိပညာ သိက္ခာသုံးရပ် ရိသေ
အပ်သော ပဋိပတ်ဂုဏ်နှင့်လည်း ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။

၅။ ယဒိဒံ-ယာနိ ဣမာနိ စတ္တာရိ ပုရိသယုဂါနိ -
အကြင် ၄-ပါးသော ယောက်ျားမြတ် အစုံတို့သည်၊ သန္တိ-
ရိကုန်၏။ ယဒိဒံ - ယေ ဣမေ အဋ္ဌ ပုရိသပုဂ္ဂလာ-
အကြင် ၈-ပါးသော ယောက်ျားမြတ်တို့သည် (သန္တိ-
ရိကုန်၏)၊ ဘဂဝတော - မြတ်စွာဘုရား၏ ဒေသ-ဒေသော
သာဝကသံဃော - ဤ ၄-စုံ ၈ပါး အရိယာ
တပည့်သား သံဃာတော်မြတ်ပေါင်းသည်၊

အာဟုနေယျော - အာဂန္တုအား ရည်မှန်း
ထားသော အလှူမျိုးကိုလည်း ခံယူခြင်းငှာ ထိုက်တန်စွာ

သော သီလဂုဏ်,သမာဓိဂုဏ်,ပညာဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံ
တော်မူပါပေ၏။

၆။ ပါဟုနေယျော - လက်ဆောင်အလို့ ငှာ ယူ၍
လာသော အလှူဝတ္ထုခံယူ ခြင်းငှာ ထိုက်တန်စွာသော
သီလဂုဏ်, သမာဓိဂုဏ်,ပညာဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံ
တော်မူပါပေ၏။

၇။ ဒက္ခိဏေယျော - နောက်နောက်ဘဝ အကျိုး
ရဖို့ ပျိုးချတုံလတ် မြတ်သောအလှူမျိုးကိုလည်း ခံယူခြင်း
ငှာ ထိုက်တန်စွာသော သီလဂုဏ်, သမာဓိဂုဏ်,
ပညာဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။

၈။ အဗ္ဗလိကရဏီယော - လူမင်း,နတ်မင်း,
ဗြဟ္မာမင်းတို့၏ လက်အုပ်ချီမိုး ရှိခိုးခြင်းငှာ ထိုက်တန်
စွာသော သီလဂုဏ်,သမာဓိဂုဏ်,ပညာဂုဏ်တို့နှင့် လည်း
ပြည့်စုံတော်မူပါပေ၏။

၉။ လောကဿ - လူအပေါင်း၏၊ အနုတ္တရံ -
အတုမရှိ မြင့်မြတ်သော၊ ပုညက္ခေတ္တံ - ကုသိုလ်မျိုးကို
စိုက်ပျိုးချရာ လယ်ယာမြေကောင်းသဖွယ်လည်း ဖြစ်
တော်မူပါပေ၏။ (ဘုရားဂုဏ်တော် ၉-ပါး၊ တရား
ဂုဏ်တော် ၆-ပါး၊ သံဃာဂုဏ်တော် ၉-ပါးတို့ကို



အနက်အဓိပ္ပါယ်နှင့်တကွ ရေလည်စွာ မသိသောသူ သည် ဘုရား တရား သံဃာကို ဉာဏ်နှင့် ကြည်ညို တတ်သူမမည်။ ထိုသူ၌ တိဟိတ်ကုသိုလ် မဖြစ်။ ဒွိဟိတ် ကုသိုလ်သာ ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာ ဝင်မှန်လျှင် ဖော်ပြပါ ဂုဏ်တော်အသီးသီးတို့၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို နှုတ်တက်ကြေမ္မ တကယ်ရမှသာ သင့်မြတ်သည်။

သံဃာတော်အရှင်သူမြတ်တို့၏ ဂုဏ်ကျေးဇူး တော်တို့သည် အပ္ပမာဏော သံဃော ဆိုသည့်အတိုင်း ဖော်ပြပါ ၉-ပါးမျှသာမက အသင်္ချေအနန္တ များစွာရှိသည်။ သံဃာတော်မြတ်ဂုဏ် နှစ်ပါး၊ သုံးပါး စသည် အားဖြင့် များများပွားများနိုင်လေ အကျိုးရှိလေဖြစ်သည်။

ဤသို့ သံဃာနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်း ပွားများ ခြင်းကြောင့် ရာဂ,ဒေါသ,မောဟ ထကြွ သောင်းကျန်းမှု မဖြစ်ပေါ်၊ သံဃာ့ဂုဏ်တော်ပေါ်၌ သာ စိတ်စူးဝင် နစ်မြုပ် ကြည်လင်မှုခံစားရ၏။ နှစ်သက်မှု ပီတိတရားများ တဖွားဖွားဖြစ်ပေါ်၏။ ကိုယ်စိတ် ပူလောင်မှုများ ငြိမ်းအေး လျက် ကိုယ်ရော စိတ်ပါ ချမ်းသာလှသဖြင့် သမာဓိ အင်အားများ ပိုမို တိုးပွားလာပြီး သဒ္ဓါ,သတိ, ဉာဏ်များ ထက်မြက် လာခြင်းကြောင့် ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွား



၏။ အန္တရာယ်များ ဆင်းရဲများ ကြုံတွေ့ရသော် ကြံ့ကြံ့ ခံနိုင်သော စွမ်းအားရရှိလာ၏။ သံဃာတော် မြတ်ဂုဏ် တော်များအပေါ်၌ စိတ်ညွတ် နေသောကြောင့် မိမိ၏ ခန္ဓာကိုယ်သည် သံဃာတော်များ အညီအညွတ်စုဝေးရာ ဥပုသ်အိမ်ပမာ ဖြစ်လာ၏။ အရှက် အကြောက် တရားများ အားကောင်းနေသော ကြောင့်လည်း ဒုစရိုက်တရားများ မကျူးလွန်မိတော့ဘဲ ကုသိုလ်တရားများ တိုးပွားသည် ထက် တိုးပွားကာ ကောင်းသောသုဂတိဘုံဘဝ ရရှိမည့် အကျိုးတို့ကို လက်တွေ့ပင် ခံစားရသည်။ (ကလျာဏ ပုထုဇဉ် သမုတိ သံဃာတော် အရှင်မြတ်များသည် လည်း အရိယာပုဂ္ဂိုလ်မဖြစ်သေးစေကာမူ အရိယာဖြစ်ကြောင်း စတုပါရိ သုဒ္ဓိသီလကို ကျင့်ကြံအားထုတ် တော်မူဆဲဖြစ်၍ အရိယာပုဂ္ဂိုလ် အစစ်များနှင့် အနုအရင့်သဘောမျှသာ ကွာခြားသည့် ရဟန်းသံဃာတော်များကို ဖူးမြင်ဆည်း ကပ်ကြသည့်အခါ ပုထုဇဉ် အရိယာ ခွဲခြားမှုမရှိဘဲ ဖော်ပြပါ သံဃာဂုဏ်တော် ၉-ပါးကိုသာ အာရုံပြုလျက် ဖူးမြော် ဆည်းကပ် ပူဇော်ကြရာ၏။)

အထက်ပါအတိုင်း သမာဓိတရားများ ဖြစ်ပွား ခြင်းကြောင့် ဥပစာရဈာန်ကိုရသည့် သံဃာတော်



အရှင်မြတ်များ၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတော်များမှာ အလွန် နက်နဲ သိမ်မွေ့သော ပရမတ္ထတရားများဖြစ်၍ နိမိတ်ရကောင်းသော အရာမဟုတ်သောကြောင့် အပ္ပနာဈာန်ကိုကား မဖြစ်စေနိုင်။

၄။ သီလာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

သီလာနုဿတိဟူသည် မိမိထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ထားပြီး သည့်သီလကို အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်ပွားများသော သတိ ဖြစ်သည်။ ထိုသီလကိုစောင့်ထိန်းရာတွင် လူတို့ စောင့်ထိန်း သည့် ဂဟဋ္ဌသီလဖြစ်စေ၊ ရှင်ရဟန်းတို့ စောင့်ထိန်းသည့် ပဗ္ဗုဒ္ဓိတ သီလဖြစ်စေ မကျိုးမပေါက် မပျောက်မကြား အောင် စောင့်ထိန်း နိုင်ပါမှသာလျှင် သီလာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို အင်အားဖြည့် ပွားများ နိုင်သည်မည်၏။

၁။ သီလတို့ကိုစောင့်ထိန်းရာတွင် အစဉ်ဖြစ်စေ၊ အဆုံး၌ဖြစ်စေ သိက္ခာပုဒ် တစ်ပါးပါး ပျက်သော သီလသည် အစွန်အဖျား စုတ်ပြတ်သော ပုဆိုး ကဲ့သို့ ပြတ်ကျိုးသောသီလ မည်၏။

၂။ အလယ်၌ သိက္ခာပုဒ် တစ်ပါးပါး ပျက်သော သီလသည် အလယ်၌ မီးလောင်ပေါက် ပေါက် သော ပုဆိုးကဲ့သို့ ပေါက်သောသီလမည်၏။





- ၃။ သိက္ခာပုဒ် တစ်ခုခြား တစ်ခုခြား အစဉ် အတိုင်းပျက်သောသီလသည် နွားမဝါစေ့ ပြောက်သကဲ့သို့ ပြောက်သောသီလမည်၏။
- ၄။ သိက္ခာပုဒ် နှစ်ခုကျော် သုံးခုကျော် စသည်ဖြင့် ပျက်သောသီလသည် နွားမကျားသကဲ့သို့ ကြောင် ကျား သောသီလမည်၏။

သီလာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်တော့မည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိစောင့်ထိန်းထားသည့်သီလကို မကျိုး၊ မပေါက်၊ မပြောက်၊ မကျားအောင် ကောင်းမွန်စွာ ထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ထားပြီးနောက် “ငါ၏သီလကား ကျိုးပေါက် ပျောက်ကျားခြင်းမရှိ ကောင်းမွန်ပြည့်စုံစွာ သန့်ရှင်းစင်ကြယ် လှပေ၏။ အလွန်ကောင်းမြတ်လှ၏။ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်ကင်းရန် နီးစွာသောအကြောင်းဖြစ်၏။ တဏှာ၏ကျွန် အဖြစ်မှ တော်လှန်လွတ်မြောက်ကြောင်း ဖြစ်၏။ သူတစ်ပါး တို့က သီလနှင့်စပ်လျက် စွပ်စွဲပြောဆိုရှုတ်ချခြင်းငှာ မထိုက် အောင် အပြစ်မှသန့်ရှင်းစင်ကြယ်လှ၏။ ဘုရားအစရှိသော သူတော်ကောင်းတို့၏ ချီးမွမ်းခံထိုက်လှ၏။ စိတ်အေးမြ ချမ်းသာ တည်ကြည်ခြင်း သမာဓိကို ဖြစ်စေနိုင်လောက်အောင် သန့်ရှင်းစင်ကြယ် ဖြူစင်မြင့်မြတ်လှ၏။ အလွန်တရာပင်နှစ်ခြိုက်



ပီတိဖြစ်ဖွယ်တကား” ဟူ၍ မိမိစောင့်ထိန်း ထားပြီးသော သီလကို အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်ပွားများရသည်။

ယင်းသို့ ပွားများဆင်ခြင်သည်ရှိသော် စီးဖြန်းနေဆဲခဏ၌ ရာဂ ဒေါသ မောဟများ ထကြွသောင်းကျန်းမှုများမဖြစ်ပေါ် မိမိ၏ သီလ ဖြူစင်နေခြင်းအပေါ် စိတ်က စူးစိုက် နစ်ဝင်လျက် နှစ်သက်မှု ပီတိများ တဖွားဖွား ခံစားရ၏။ စိတ်သည် ငြိမ်းအေးချမ်းသာ တည်ကြည်လျက်ရှိ၏။ မိမိ ကိုယ်ကို စွပ်စွဲအပြစ်တင်ခြင်းဘေးမှ ကင်းဝေး၏။ အဏုမြူမျှ သေးငယ်လှသောအပြစ်ကိုပင် ဘေးအန္တရာယ် ဟု ထင်မြင်လာ၏။ သဒ္ဓါ၊ ပညာစသည်တို့သည် သီလာနုဿတိ၏ စွမ်းအားကြောင့် တိုးပွားတိုးပွားလာပြီး ကုသိုလ်တရားများဖြစ်ထွန်း ပေါ်ပေါက်လာတော့သည်။ စိတ်ညက် ထက်သန်ကြီးထွား ကြည်လင် သည့်အခိုက် တည်ကြည်သော ဥပစာရဈာန်ကိုရသည်။

သီလဂုဏ်ကျေးဇူးတို့သည် နက်နဲသိမ်မွေ့သောကြောင့် နိမိတ်ရကောင်းသောတရား မဟုတ်ခြင်းကြောင့် အပ္ပနာဈာန်ကိုကား မဖြစ်စေနိုင်။

၅။ စာဂါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

စာဂါနုဿတိ -ဟူသည် နှမြောမဖက် သဒ္ဓါသက်သက်ဖြင့် လှူဒါန်းစွန့်ကြဲထားပြီးသော မိမိအလှူဒါနစေတနာ၏ ဂုဏ် ကျေးဇူးကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင်အောက်မေ့သော သတိဖြစ်သည်။



စာဂါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်တော့မည့် ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် တရားသဖြင့်ရရှိထားသော လှူဖွယ်ဝတ္ထု တို့ကို ဂုဏ်ကျေးဇူးမြတ်သောပုဂ္ဂိုလ်များ၌ မလှူမီ၊ လှူဆဲ၊ လှူဒါန်းပြီးခဏ၌ စိတ်ကို ကြည်လင်ရွှင်လန်း ဝမ်းမြောက် စေလျက် နှစ်သက်ကြည်ဖြူစွာ ပေးလှူစွန့်ကြဲပြီးနောက် မိမိပေးလှူစွန့်ကြဲသော စိတ်စေတနာ၏ မတွန့်မတို ဖြစ်ပုံအခြင်း အရာနိမိတ်ကို ဆင်ခြင်လျက် “ငါသည် မပေးလှူလို နှမြောဝန်တို မစ္ဆေရမရှိဘဲ ကောင်းစွာ ပေးလှူစွန့်ကြဲပြီ၊ ကောင်းလေစွ၊ ကောင်းလေစွ၊ ငါသည်ကား - ဖြစ်လေရာ ဘဝတိုင်း၌ အသက်ရှည်ခြင်း၊ အဆင်းလှခြင်း၊ ချမ်းသာ များခြင်း၊ ခွန်အားကြီးခြင်း ပညာကြီးခြင်းစသော အကျိုး အာနိသင်များကို ရထိုက်သူသာ ဖြစ်၏။ ငါသည် လှူဖြစ်ရ ကျိုးနပ်လှစွာ၏။ ဘဝသံသရာ ဝဋ်ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ကြောင်း အမှုကိုလည်း ငါခွင့်ပြုခဲ့ပြီ၊ ကောင်းလေစွ---ကောင်းလေစွ” ဟူ၍ အထပ်ထပ် အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက် မေ့ရသည်။

ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းနေစဉ်အတွင်း ပေးကမ်းလှူဒါန်းခဲ့ခြင်း ကြောင့် မိမိပိုင် ဥစ္စာပစ္စည်း ယုတ်လျော့သွားမှုအပေါ် နောင်တ တစ်ဖန် မခံစားရ၊ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အပေါ် သံသယဝင်ခြင်း စသည် မဖြစ်ပေါ်ရ၊ နှမြောဝန်တို စိတ်မချမှု မဖြစ်ပေါ်စေရအောင် စိတ်ကို



စူးဝင်နစ်မြုပ်လျက် စီးဖြန်းရ၏။ အပရစေတနာ ပေးလှူပြီးနောက်
 စေတနာမပျက်ရန် ဂရုပြုရသည်။ အလှူနှင့်စပ်၍ ကမ္မည်းမော်ကွန်း
 ထိုးရာ၌လည်း ကြည့်ရှုမြင်တွေ့ရသူများအတွက် အနုမောဒနာ
 သာဓုခေါ်ဆိုနိုင်ခွင့်ရှိသကဲ့သို့ အလှူရှင်ကိုယ်တိုင်လည်း စာဂါ
 နုဿတိကုသိုလ်ဘာဝနာ တိုးပွားနိုင်၏။

စာဂါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းခြင်းကြောင့် စီးဖြန်းဆဲ
 ကာလ၌ လောဘ ဒေါသ မောဟ တရားဆိုးများ ထကြွသောင်းကျန်း
 ခြင်း မဖြစ်ပေါ်၊ စာဂ - စွန့်ကြဲမှုစေတနာ၌သာ စိတ်ကညွတ်နေ
 လျက် စွဲလမ်းတပ်မက်မှု ကင်းလာ၏။ ကိုယ်စိတ် ပူလောင်မှုများ
 ငြိမ်းအေးသွားသောကြောင့် နှစ်သက်မှု၊ ဝမ်းမြောက်မှုများ ခံစား
 လာရသည်။ တည်ငြိမ်ရင့်ကျက်သော အဆင့်သို့ရောက်ရှိ၍ ဥပစာရ
 သမာဓိဈာန်ကိုရ၏။

အလှူစာဂ ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့၏ နက်နဲသိမ်မွေ့မှုကြောင့်
 နိမိတ်ရကောင်းသော တရားမဟုတ်ခြင်းကြောင့် အပ္ပနာဈာန်
 ကိုကား မဖြစ်စေနိုင်ပေ။

၆။ ဒေဝတာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဒေဝတာနုဿတိဟူသည် နတ်တို့ကို သက်သေထား၍
 နတ်တို့ကို တုပြိုင်အားကျ၍ မိမိ၌ရှိသော သဒ္ဓါစသည့် သူတော်





ကောင်းဥစ္စာ သူတော်ကောင်းတရားတို့ကို အားကိုးအားထား ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းစွာ ဆင်ခြင်အောက်မေ့သော သတိဖြစ်သည်။

ဒေဝတာနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးဦးစွာ သဒ္ဓါစသော သူတော်ကောင်း ဥစ္စာ သူတော်ကောင်းတရား မိမိ၌ အမှန်တကယ် ရှိ မရှိ ရှေးဦးစွာ စိစစ်ရသည်။ မရှိသေး မပြည့်စုံသေးလျှင် ရှေးဦးစွာ ရှိအောင် ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ရဦးမည်။ မိမိ၌ အမှန်တကယ် ယင်းတရား များရှိသည့်အခါ အောက်ပါအတိုင်း ဆင်ခြင်ပွားများရသည်-

“အထက်ကောင်းကင်၌ စတုမဟာရာဇ်နတ်၊ တာဝတိံသာနတ်၊ ယာမာနတ်၊ တုသိတာနတ်၊ နိမ္မာနရတီနတ်၊ ပရနိမ္မိတဝသဝတ္တီနတ်များ ရှိကြကုန်၏။ နတ်ပြည်ခြောက်ထပ် အထက် ဗြဟ္မာဘုံ၌လည်း ပထမဈာန်ဗြဟ္မာ၊ ဒုတိယဈာန် ဗြဟ္မာ၊ တတိယဈာန်ဗြဟ္မာ၊ စတုတ္ထဈာန်ဗြဟ္မာ စသော ဗြဟ္မာကြီးတို့သည်လည်း ရှိကြကုန်၏။ ထိုနတ် ဗြဟ္မာကြီး တို့သည် အလွန်ဘုန်းတန်ခိုးကြီးမားကြကုန်၏။

ထိုနတ်ဗြဟ္မာကြီးတို့သည် ဤလူ့ပြည်၌ နေစဉ်အခါ

က -

၁။ သဒ္ဓါ၊ သီလ၊ သုတ၊ စာဂ၊ ပညာ၊ ဟိရီ၊ ဩတ္တပ္ပ ဟူသော သူတော်ကောင်းဥစ္စာ (၇)ပါး





၂။ သဒ္ဓါ,သတိ,ဟိရီ,ဩတ္တပ္ပ,ဗာဟုဿစ္စ,ဝီရိယ, ပညာဟူသော သူတော်ကောင်းတရား (၇)ပါး ဟူသော တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံခဲ့ကြခြင်းကြောင့် ဤလူ့ပြည်မှ စုတေခဲ့သောအခါ ထိုနတ်ပြည် ဗြဟ္မာပြည်တို့၌ ဖြစ်ကြကုန်၏။

ငါ့သန္တာန်၌လည်း ထိုကဲ့သို့ တန်ခိုးကြီးမားသည့် နတ် ဗြဟ္မာအဖြစ်ကို ရစေတတ်သောသဒ္ဓါစသည့် သူတော်ကောင်းဥစ္စာ ရတနာနှင့် သူတော်ကောင်းတရားတို့သည်ကား အမှန်တကယ် ကိန်းဝပ်တည်၍ နေ၏။ အော် - - - ကောင်းလေစွ - - - ကောင်းလေစွ” ဟူ၍ အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်ပွားများ နေရသည်။

ထိုသို့ ဆင်ခြင်ပွားများခြင်းကြောင့် စီးဖြန်းဆဲခဏ၌ ရာဂ, ဒေါသ,မောဟထကြွသောင်းကျန်းမှုမရှိ၊ သဒ္ဓါစသောသူတော်ကောင်း ဥစ္စာနှင့် သူတော်ကောင်းတရားများ ပိုမိုခိုင်မြဲ အားရှိလာ၏။ နတ် ဗြဟ္မာတို့ကို အာရုံပြုလျက် စိတ်မှာဖြောင့်မတ်လျက်ရှိပြီး နှစ်သက်မှု ဝမ်းမြောက်မှု ကိုယ်စိတ် ငြိမ်းအေးမှု ဖြစ်ပေါ်ခံစားရသဖြင့် ဥပစာရ သမာဓိဈာန်ကို ရရှိနိုင်၏။

သဒ္ဓါစသော တရားတို့သည် လွန်စွာနက်နဲ သိမ်မွေ့ သော တရားများဖြစ်၍ နိမိတ်ရကောင်းသော တရားမဟုတ် ခြင်းကြောင့် အပ္ပနာဈာန်ကိုကား မဖြစ်စေနိုင်ပေ။



၇။ ဥပသမာနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်နည်း

ဥပသမာနုဿတိဟူသည် နိဗ္ဗာန်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူး တို့ကို အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်အောက်မေ့သော သတိဖြစ်သည်။

အမှန်စင်စစ် နိဗ္ဗာန်ကို မရသေး မသိသေးသည် ဖြစ်သောကြောင့် နိဗ္ဗာန်၏ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို ကိုယ်တွေ့ ခံစား၍ မရနိုင်သေး။ သို့ရာတွင် ဘုရား ရဟန္တာ အရိယာ အရှင်မြတ်ကြီးများက နိဗ္ဗာန်သည် ဤသို့ ဤသို့ ဂုဏ်ကျေးဇူး ရှိ၏ဟူ၍ ဟောဖော်ညွှန်ပြလျက် အနုမာန မှန်းဆကြည်ညိုနိုင်အောင် ရှင်းလင်းပြတော်မူခဲ့ကြသည်။

နိဗ္ဗာန်၏ဂုဏ်ပုဒ်များ

ဥပသမာနုဿတိ ပွားများအားထုတ်လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် နိဗ္ဗာန်၏ဂုဏ်ကျေးဇူး ဓမ္မာရုံကို အာရုံပြုလျက် အဖန်ဖန် အထပ်ထပ် ဆင်ခြင်ပွားများရသည်။ နိဗ္ဗာန်၏ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို အောက်ပါအတိုင်း မှတ်သား အရဆောင်ကြရာသည်-

- ၁။ မာန်မရစ်ရာ နိဗ္ဗာန် (မဒနိဗ္ဗဒနော)
- ၂။ တဏှာမွတ်သိပ်ခြင်းကို ပယ်ဖျောက်ရာနိဗ္ဗာန် (ပိပါသဝိနယော)





- ၃။ ကာမဂုဏ်အာလယကို အကြွင်းမဲ့ခွာရာနိဗ္ဗာန်
(အာလယသမုတ္တါဋ္ဌော)
- ၄။ ဝဋ် ၃-ပါးမှ ကင်းပြတ်ရာ နိဗ္ဗာန်(ဝဋ္ဋပစ္စေဒေါ)
- ၅။ တဏှာကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်(တဏှာက္ခယော)
- ၆။ ရာဂကင်းလွတ်ရာနိဗ္ဗာန်(ဝိရာဂေါ)
- ၇။ တဏှာချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်(နိရောဓော)
- ၈။ အမြဲခိုင်ခံ့သော နိဗ္ဗာန်(ဓုဝံ)
- ၉။ အိုခြင်းမရှိသော နိဗ္ဗာန်(အဇရံ)
- ၁၀။ သံသရာချဲ့တတ်သော တရားမရှိသော နိဗ္ဗာန် (နိပ္ပပဉ္စံ)
- ၁၁။ မဖောက်မပြန် မှန်ကန်သောနိဗ္ဗာန်(သစ္စံ)
- ၁၂။ သံသရာ၏ ဟိုမှာဘက်ကမ်းဖြစ်သောနိဗ္ဗာန်(ပါရံ)
- ၁၃။ ဉာဏ်နဲ့သူတို့ အလွန် မြင်နိုင်ခဲ့သောနိဗ္ဗာန် (သုဒုဒ္ဒသံ)
- ၁၄။ ကိလေသာကင်းဝေး ချမ်းအေးသောနိဗ္ဗာန် (သီဝံ)
- ၁၅။ သေခြင်းကင်းရာ နိဗ္ဗာန် (အမတံ)
- ၁၆။ ငြိမ်းချမ်းရာ ဘေးကင်းရာနိဗ္ဗာန် (ခေမံ)
- ၁၇။ သင်္ခါရကင်းဖွယ် အံ့ဖွယ်သရဲ မဖြစ်ဖူးသောနိဗ္ဗာန်
(အပ္ပတံ)
- ၁၈။ အကျိုးမဲ့ ယူဘိ ဤတိ ဘေးမရှိသောနိဗ္ဗာန်
(အနိတိကံ)



- ၁၉။ ဝဋ်ဆင်းရဲမှ စောင့်ရှောက်ရာနိဗ္ဗာန် (တာဏံ)
- ၂၀။ ဘေးရန်လွတ်ရှောင် ပုန်းအောင်းရာနိဗ္ဗာန်(လေဏံ)
- ၂၁။ ဩဃမလွမ်းသော ကျွန်းတည်းဟူသောနိဗ္ဗာန်(ဒီပံ)
- ၂၂။ ကိလေသာမှ စင်စစ် စင်ကြယ်သောနိဗ္ဗာန်(ဝိသုဒ္ဓိ)
- ၂၃။ သူတော်ကောင်းတို့ တောင့်တအပ်သောနိဗ္ဗာန် (ဝရံ)
- ၂၄။ သိမ်မွေ့နူးညံ့သောနိဗ္ဗာန်(နိပုဏံ)
- ၂၅။ အကြောင်းတရား မပြုပြင်အပ်သောနိဗ္ဗာန် (အသင်္ခတံ)
- ၂၆။ ကိလေသာမှ လွတ်သောနိဗ္ဗာန်(မောက္ခော)
- ၂၇။ အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ်သော နိဗ္ဗာန် (သေဋ္ဌော)
- ၂၈။ အတုမရှိ အလွန်မြတ်သော နိဗ္ဗာန် (အနုတ္တရော)
- ၂၉။ လောကသုံးပါး၏ ဆုံးရာနိဗ္ဗာန်(လောကဿန္တော)

အထက်ပါ နိဗ္ဗာန်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို ဦးစွာသိရှိ အောင်ပြု၍ အဖန်ဖန်အထပ်ထပ် နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ရာ၏။ အောက်မေ့ ပွားများရာ၏။ ဤသို့ နိဗ္ဗာန်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို ထပ်ခါထပ်ခါ ဆင်ခြင်အောက်မေ့ ပွားများသည်ရှိသော် အလွန် စိတ်ကြည်လင်၏။ ဉာဏ်ကြီးထွားလာ၏။ စိတ်အေးချမ်း တည်ငြိမ် သောကြောင့် ဥပစာရသမာဓိချာန်ရ၏။

နိဗ္ဗာန်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့မှာ အလွန်နက်နဲ သိမ်မွေ့သဖြင့် နိမိတ်ရကောင်းသော တရားမဟုတ်ခြင်းကြောင့် အပ္ပနာချာန်ကိုကား မဖြစ်စေနိုင်။



၈။ မရဏာနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း ရူပားအားထုတ်နည်း

မရဏာနုဿတိဟူသည် သေရခြင်းကို အဖန်ဖန် ဆင်ခြင် ပွားများသော အောက်မေ့သော သတိဖြစ်သည်။

မရဏာနုဿတိကို ဆင်ခြင်ပွားများလိုသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ဤသို့ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရသည်။

“ငါသည် သေမျိုးဖြစ်၍ သေရခြင်းသဘောရှိ၏။ သေရခြင်းသဘောကို မလွန်ဆန်နိုင်ချေ။ တစ်နေ့ ဧကန် မုချ ငါသေရမည်။ လောက၌ သေစရာ အကြောင်းတို့သည် လွန်စွာ များပြား၏။ ဆင်ဘေး၊ ကျားဘေး စသော တိရစ္ဆာန်တို့၏ ဘေးအန္တရာယ်၊ ရေဘေး မီးဘေး ငလျင်ဘေး စသော သဘာဝ ဘေးအန္တရာယ်၊ မင်းဘေး ခိုးသူ ဓားပြဘေး၊ စုန်းနတ်တစ္ဆေ မြေဖုတ်ဘီလူး အစိမ်းသူရဲ ပယောဂဘေးအန္တရာယ်၊ ပိုးမျိုး ၈၀- ဘေး၊ မသင့်တင့်သော အစားအစာဘေး၊ အဆိပ်ဘေး၊ အနာ ရောဂါအမျိုးမျိုး ဘေးအန္တရာယ်၊ ဓာတ်ကြီးလေးပါး ဖောက်ပြန်သော ၉၆-ပါး ရောဂါဘေးအန္တရာယ် အရာအထောင် အသိန်းမကသော ဘေးတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ညှဉ်းဆဲထိခိုက်၍ သေရလိမ့်မည်အမှန်ပင်တည်း။

သတ္တဝါတို့၏ အသက်သည် ကံကြောင့်ဖြစ်၏။ ဆိုခဲ့ပြီး ဘေးဥပဒ်အန္တရာယ်တို့နှင့် မတွေ့မကြုံ မဆုံရသော်လည်း ဤအသက်ကို ဖြစ်စေတတ်သော ကံကုန်လျှင် အသက်ကင်းပြတ်





သေဆုံးရမဲ့တည်း။ ကံအားကောင်းလျှင် အသက်ရှည်၏။ ကံအားညံ့လျှင် အသက်တို၏။ မည်သူမျှ ကံစွမ်းအားကို မသိမြင်နိုင်။ မည်မျှ အသက်ရှည်၍ မည်သည့် အချိန် အသက်သေရမည်ကို မသိနိုင်ဘဲ ငါ၏အသက်ကို တစ်နေ့ပြီးတစ်နေ့ အခါကာလက ဝါးမျို၍သာနေ၏။ တစ်ည၌ လွန်လျှင်ကား ငါ၏အသက် တစ်ပိုင်းကုန်၍ သွားလေပြီ။ နှစ်ည၌လွန်က ငါ၏အသက် နှစ်ပိုင်း ကုန်လွန်သွားလေပြီ။ ဤနေ့ည၌ကာလသည် ငါ၏အသက်ကို အပိုင်းလိုက် အပိုင်းလိုက် ကုန်လွန်စားသောက်၍သာ နေချေ၏။ ငါ၏ အသက်သည် ကာလတိုတောင်း၍ လာပေပြီ။ တစ်နေ့ထက် တစ်နေ့ သေမင်းထံသို့ နီး၍ နီး၍ လာချေပြီ။ ငါ၏ အသက်ကို ဖြစ်စေတတ်သောကံသည် ငါအိပ်ပျော်နေဆဲကာလ၌ ကုန်ခဲ့ငြားအံ့။ ငါအသက်လည်း ကုန်ဆုံး၍ ငါသည် အိပ်ရာမှ မထနိုင်တော့အံ့။”

“အကယ်၍ ထိုင်နေဆဲခဏ၌ ကံသည်ကုန်ငြားအံ့။ ထိုင်နေဆဲ ခဏ၌ပင် အသက်ကုန်ဆုံးလျက် ထိုင်ရာ ကပင် ထနိုင် တော့မည်မဟုတ်။ အကယ်၍ ထနေဆဲခဏ၌ ကံသည် ကုန်ခဲ့ ငြားအံ့။ ထို ထနေဆဲခဏ၌ပင် အသက်သည် ကုန်ဆုံး၍ ထရာမှပင် သွားနိုင်တော့မည်မဟုတ်။ အကယ်၍ ထနေဆဲ ခဏ၌ ကံသည် ကုန်ခဲ့ငြားအံ့။ ထိုထနေဆဲခဏ၌ပင် အသက်သည် ကုန်ဆုံး၍ ထရာမှပင် သွားနိုင်တော့မည်မဟုတ်။ အကယ်၍ ပထမခြေလှမ်းဆဲ





ခဏ၌ ကံသည်ကုန်ခဲ့ငြားအံ့၊ ထိုပထမခြေလှမ်းဆဲ ခဏ၌ပင် အသက်ကုန်ဆုံး၍ တစ်ဖန် ဒုတိယခြေလှမ်းကို လှမ်းနိုင်တော့မည်မဟုတ်”။

“အကယ်၍ ထမင်းလုတ်ဝါးနေဆဲ စားနေဆဲခဏ၌ ကံသည်ကုန်ခဲ့ငြားအံ့၊ ထို ဝါးနေဆဲ စားနေဆဲ ခဏ၌ပင် အသက်ကုန်ဆုံး၍ ထိုဝါးပြီး စားပြီးသော ထမင်းလုတ်ကို မျိုနိုင်တော့မည်မဟုတ်။ အကယ်၍ ထမင်းလုတ် မျိုဆဲခဏ၌ ကံသည် ကုန်ခဲ့ငြားအံ့၊ ထိုမျှဆဲခဏ၌ အသက်ကုန်၍ နောက်ထမင်းလုတ်ကို ဆက်လက် ဝါးနိုင် စားနိုင်တော့မည် မဟုတ်”။

“အကယ်၍ ထွက်သက်ရှုခိုက်၌ ကံသည် ကုန်ခဲ့ငြားအံ့၊ ထိုထွက်သက်ရှုခိုက်၌ပင် အသက်ကုန်ဆုံး၍ တစ်ဖန် ဝင်သက်ကို ရှိုက်နိုင်တော့မည်မဟုတ်၊ အကယ်၍ ဝင်သက် ရှိုက်ခိုက်၌ ကံသည်ကုန်ခဲ့ငြားအံ့၊ ထိုဝင်သက် ရှိုက်ခိုက်၌ပင် အသက်ကုန်ဆုံး၍ ငါသည် နောက်တစ်ဖန် ထွက်သက်ကို ရှုနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပါတကား”

ဤကဲ့သို့ ထပ်ခါ ထပ်ခါ ဆင်ခြင်ရှုပွားသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်အား မိမိသေရမှာကို မြင်၍ အသက်၏ တိုတောင်းလှပုံကို မြင်၍ မိမိချည်းသာ သေရမှာဟု ထင်မြင်ပြီး စိတ်အားငယ်လာတတ်၏။ ကြောက်ရွံ့ထိတ်လန့်၍လည်း သွားတတ်၏။ ယင်းသို့ မဖြစ်စေရအောင် သတိဆောင် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရာ၏။





မရဏာနုဿတိထင်မြင်သော ရဟန်း(၈)ပါး

ဘုရားရှင်လက်ထက်၌ အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော်၌ မရဏာ
နုဿတိ ရှုပွားထင်မြင်သော ရဟန်း(၈)ပါး အကြောင်း
ဟောတော်မူထား၏-

- ၁။ တစ်ပါးသည် တစ်နေ့နှင့်တစ်ည၌မျှသာ အသက်
ရှည်နေရလိမ့်မည်ထင်၏။
- ၂။ တစ်ပါးသည် တစ်နေ့မှသာ အသက်ရှည်နေရ လိမ့်မည်
ထင်၏။
- ၃။ တစ်ပါးသည် နေ့ဝက်မျှသာ အသက်ရှည်နေရလိမ့်
မည်ထင်၏။
- ၄။ တစ်ပါးသည် ဆွမ်းဝအောင် တစ်ကြိမ်စား ကာလမျှ
လောက်သာ အသက်ရှည်နေရလိမ့်မည် ထင်၏။
- ၅။ တစ်ပါးသည် ဆွမ်းတစ်ကြိမ်စား ထက်ဝက်စာ ကာလ
မျှလောက်သာ အသက်ရှည်နေရလိမ့်မည်ထင်၏။
- ၆။ တစ်ပါးသည် ဆွမ်းလေးငါးလုတ်စာကာလမျှ
လောက်သာ အသက်ရှည်နေရလိမ့်မည်ထင်၏။
- ၇။ တစ်ပါးသည် ဆွမ်းတစ်လုတ်စားပြီး ကာလမျှ
လောက်သာ အသက်ရှည်နေရလိမ့်မည်ထင်၏။



၈။ တစ်ပါးသည် ထွက်သက်ရှုခိုက်မျှသာ (ဝင်သက်
ရှုခိုက်မျှသာ) အသက်ရှည်နေရလိမ့်မည်ထင်၏။

ဖော်ပြပါ ရဟန်း(၈)ပါးတို့တွင် ရှေ့(၆)ပါးကို မရဏသတိ
အထင်နှေးသော မေ့မေ့လျော့လျော့ နေသူ အဖြစ် လည်းကောင်း၊
နောက်(၂)ပါးကို မရဏသတိ အထင်မြန်သော မမေ့မလျော့
နေသူအဖြစ်လည်းကောင်း မြတ်စွာဘုရားရှင် မိန့်ကြားတော်မူသည်။

ပထမရဟန်းလောက်မျှ ထင်မြင်လျှင်ပင် ဤခေတ် အခါ၌
အတော်အသင့်နေသာထိုင်သာရှိ၍ အဖိုးတန်လှပြီးဖြစ်သည်။ ထိုနိုင်
သမျှတို့မှာ ထင်မြင်နိုင်အောင် ဆင်ခြင်အောက်မေ့ရသည်။ ကံ-ဖြင့်
ဆင်ခြင်အောက်မေ့လျှင် ၈-ယောက်မြောက် နောက်ဆုံး အပ္ပမာဒ
ဝိဟာရီ (မမေ့မလျော့နေသူ) ရဟန်းကဲ့သို့ ထွက်သက် ဝင်သက် တစ်ရှု
ထွက် တစ်ရှိုက်ထွက်ကာလမျှလောက် တိုတောင်းစွာထင်မြင်ကြမည်။

ဤသို့ တစ်လောကလုံးနှင့်တကွ မိမိပါသေရလိမ့် မည်ကို
အဖန်ဖန် ဆင်ခြင်အောက်မေ့သော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိဉာဏ်
အားလျော်စွာ သေရမည်ကို ကာလတိုတောင်းစွာ ထင်မြင်၏။
ဤသို့ထင်မြင်၍ မရဏသညာ (သေရမည်ဟုသိခြင်း အမှတ်သညာ)
မရဏသတိ(သေရမည်ကို အမှတ်ရနေသော သတိ)ကောင်းစွာ
တည်ရှိလျှင် စိတ်ဉာဏ်လွန်စွာ ထက်သန်ကြည်လင်ကြီးထွား
လာ၏။ သေခြင်းမရဏတရား၌ စိတ်စွဲမြဲ တည်ကြည်သောကြောင့်



ဥပစာရသမာဓိရ၏။ သေခြင်းသဘော ဇိဝိတိန္ဒြေချုပ်ပြတ်ခြင်းသည် အလွန်နက်နဲ သိမ်မွေ့သောအရာဖြစ်၍ နိမိတ်မရစကောင်း သောကြောင့် အပ္ပနာဈာန်ကိုကား မဖြစ်စေနိုင်။

၉။ ကာယဂတာသတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်ခြင်း

ကာယဂတာသတိ ဟူသည်-

- ၁။ ဆံပင်, အမွေး, လက်သည်းခြေသည်း, သွား, အရေ (၅-ပါးတွဲ=တစပဉ္စက)
- ၂။ အသား, အကြော, အရိုး, ခြင်ဆီ, အညှို့ (၅-ပါးတွဲ =ဝက္ကပဉ္စက)
- ၃။ နှလုံး, အသည်း, အမြှေး, အဖျဉ်း, အဆုတ် (၅-ပါးတွဲ=ပပ္ပါသပဉ္စက)
- ၄။ အူမ, အူသိမ်, အစာသစ်, အစာဟောင်း, ဦးနှောက်(၅-ပါးတွဲ=မတ္ထလုင်္ဂပဉ္စက)
- ၅။ သည်းခြေ, သလိပ်, ပြည်, သွေး, ချွေး, အဆီခဲ(၆-ပါးတွဲ =မေဒဆက္က)
- ၆။ မျက်ရည်, ဆီကြည်, တံတွေး, နှပ်, အစေး, ကျင်ငယ် (၆-ပါးတွဲ=မုတ္တဆက္က)

ဟူသော ကောဋ္ဌာသကာယခေါ် ၃၂-ပါးသော ကိုယ်အစု အဝေး၌ အာရုံပြု၍ ဖြစ်လာသည့် သတိကို ခေါ်သည်။



ကာယဂတာသတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို ရူပွားအားထုတ် လိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးဦးစွာ အထက်ဖော်ပြပါ ကောဋ္ဌာသအစု အဝေး ၃၂-မျိုးကို နှုတ်တက်ရွရွအရ ကျေညက်အောင် ကျက်မှတ် ထားရသည်။ ကျက်မှတ်ရပြီး နောက်နှုတ်မှ တတွတ်တွတ် ရွတ်ဖတ် သရဇ္ဈာယ်နေရသည်။ ရွတ်နေစဉ် စိတ်ထဲမှလည်း မှတ်သား နေရသည်။ အထက်ပါ ၃၂-ကောဋ္ဌာသကို အဆင်းအရောင် ပုံဟန် သဏ္ဍာန် တည်ရာဌာန၊ အပိုင်းအခြား ပရိစ္ဆေဒတို့ကို မှတ်သားလျက် ဆံပင်မှသည် ကျင်ငယ်အထိ အနုလုံ အစဉ်လိုက်အားဖြင့် လည်းကောင်း၊ ကျင်ငယ်မှသည် ဆံပင်အထိ ပဋိလုံ အပြန်အလှန် အားဖြင့်လည်းကောင်း မရပ်မဆိုင်း အပြေးစိုင်းလျက် နှုတ်တက်ရအောင် ကျက်မှတ်ပြီးနောက် ကျေညက်ပြီးနောက်ပိုင်းတွင် နှုတ်ဖြင့် မရွတ် အံတော့ဘဲ စိတ်ဉာဏ်ဖြင့်သာလျှင် အနုလုံ၊ ပဋိလုံ အပြန်အလှန် အစဉ်အတိုင်း အဖန်ဖန် ကြည့်ရှုပွားများ နေရသည်။

ထိုသို့ ကြည့်ရှုဖန်များလာသောအခါ ထိုကောဋ္ဌာသတို့ သည် ပကတိသော မံသမျက်စိဖြင့် မြင်ရသကဲ့သို့ စိတ်ထဲ ဉာဏ်ထဲ၌ ထင်မြင်လာရသည်။ ထိုသို့ ထင်မြင်လာလျှင် ဥဂ္ဂဟနိမိတ်ရသည်ဟု ဆိုရသည်။ ထိုအခါ မိမိအတွက် အထူး ထင်ရှား တွေ့မြင်ရသည့် ကောဋ္ဌာသတစ်ခုတည်းကိုသာလျှင် အာရုံစူးစိုက်လျက် ကြည့်ရှုနေရသည်။



ထိုသို့ ကြည့်ရှုရာ၌လည်း ထိုကောဋ္ဌာသကို ကသိုဏ်း ဖြစ်အောင် အဆင်းကိုလည်း နှလုံးမသွင်းဘဲ သုညတဖြစ်အောင်၊ ဇာတိကိုလည်း နှလုံးမသွင်းဘဲ စက်ဆုပ်ဖွယ်သဘောကို ပေါ်လွင် ထင်ရှားလာအောင် ရှုရသည်။ စက်ဆုပ်ဖွယ် သဘောကို မထင်နိုင် သေးလျှင် ယင်းကောဋ္ဌာသ၏ အဆင်းနေပုံ၊ အသွင်သဏ္ဍာန်နေပုံ၊ စက်ဆုပ်ဖွယ်သာ အစာသစ်ချေးဆီကြောင့် အမိအဖတို့၏ ရောနှော သော သွေးဥတုကြောင့်ဖြစ်မှု၊ စက်ဆုပ်ဖွယ် ညှိစော်သောအနံ့တို့ဖြင့် စီးဖြန်းလျက် စက်ဆုပ်ဖွယ်သဘော အမှန်တကယ် ပေါ်လွင် လာအောင် ရှုရသည်။

စက်ဆုပ်ဖွယ် အချင်းအရာပေါ်၍ အဖန်ဖန်ရှုပွားသော အခါ ထိုကောဋ္ဌာသဥဂ္ဂဟနိမိတ်သည် ပြေပြစ်ချောမွေ့ လှပစွာ နှစ်သက်ဖွယ်ရာ ပဋိဘာဂနိမိတ်အဖြစ် ထင်လာ၏။ ထို ကောဋ္ဌာ- သပဋိဘာဂနိမိတ်ကို စက်ဆုပ်ဖွယ်ဟု နှလုံးသွင်းလျက် ကြည့်ရှု ဖန်များလာသောအခါ စျာန်အင်္ဂါ ၅-ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော ပထမစျာန် အပွနာဇောဝီထိကျ၍ ပထမစျာန်ကိုရသည်။ ထိုပထမစျာန်ကို ထက်သန်ခိုင်မြဲ ကြီးပွားအောင် ဝသီဘော်နိုင်အောင် ပြုရသည်။ ထိုသို့ ပြုပြီးမှသာလျှင် ကျန်သော ကောဋ္ဌာသနိမိတ်တို့ကိုလည်း ရအောင် နိမိတ်ယူ၍ ပထမစျာန် ဇောကျစေရသည်။ ကျန်ကောဋ္ဌာသ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် အသုဘကမ္မဋ္ဌာန်းကဲ့သို့ အာရုံကြမ်းတမ်းမှုရှိ

သောကြောင့် ဒုတိယဈာန် နှင့် အထက်ကို မဖြစ်စေနိုင်။ အကယ်၍ ဒုတိယဈာန်နှင့် အထက်ဈာန်များသို့ တက်လိုပါက ထိုကောဋ္ဌာသတို့၏ အဆင်း (၀ဏ္ဏ)ကို နှလုံးသွင်း၍ အဆင်း(၀ဏ္ဏ) ကသိုဏ်း ဖြစ်အောင် အားထုတ်မှသာ ဒုတိယဈာန်စသည်သို့ တက်နိုင်၏။ မဂ်ဖိုလ် ကူးလိုပါလျှင် ရှေ့ပိုင်းပထဝီဓာတ် ၂၀၊ နောက်ပိုင်း အာပေါဓာတ် ၁၂-ပါး ဝေဖန်ပိုင်းခြားလျက် ဓာတ်သည်တအနေရအောင် ရှု၍ တက်ရသည်။

ဤကမ္မဋ္ဌာန်းအကျိုး

ဤကောဋ္ဌာသကမ္မဋ္ဌာန်း(ဝါ) ဒွတ္တိသာကာရကမ္မဋ္ဌာန်း(ဝါ)ကာယဂတာသတိကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပွားများအားထုတ်လေ့ ရှိသူသည် သံဝေဂဉာဏ်၊ သတိသမ္ပဇဉ်ဉာဏ်၊ ယထာဘူတဉာဏ်တို့ကိုရနိုင်ခြင်း၊ ဇေနဉာဏ်၊ ဟာသဉာဏ်တို့ကို ရရှိခြင်း၊ လက်ငင်းဘဝ၌ ချမ်းသာစွာ နေပြီးလျှင် ကုသိုလ်တရားများတိုးပွားခြင်း၊ သမထဝိပဿနာ ဖြစ်ပေါ်လျက် မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ခြင်း အကျိုးများရရှိသည်။

၁၀။ အာနာပါနဿတိကမ္မဋ္ဌာန်း ရှုပွားအားထုတ်ခြင်း

အာနာပါနဿတိဟူသည် ဝင်လေထွက်လေကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိကို ဆိုလိုသည်။





ထိုအာနာပါနဿတိကို ပွားများအားထုတ်လိုသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် မိမိစိတ်ကို သန်သန်ခိုင်ခိုင်ထား၍ ဝင်သက်ထွက်သက် လေကို မနှေးမမြန်၊ မလျော့မပြင်း၊ မှန်မှန် ဖြစ်စေပြီးလျှင် စိတ်ကို နှာသီးဝ နှာခေါင်းပေါက်၌ ထားရသည်။ ထိုသို့ နှာသီးဝ၌ စိတ်ကို ထားလျှင် ရှုသောဝင်လေ ရှိုက်သောထွက်လေကို သတိကပ်မှတ် နေရသည်။ ဝင်လျှင် ဝင်မှန်း ထွက်လျှင် ထွက်မှန်း သိအောင် ပြုရသည်။ အမှုမဲ့ အမှတ်မဲ့ သတိမလစ်စေရ၊ သတိသညာဖြင့် သိလိုက် မှတ်မိလိုက်၍သာ ဝင်လေထွက်လေကို ရှိုက်ရ ရှုရသည်။ ဤသို့ ဝင်လေထွက်လေကို ရှိုက်ရှုစဉ် သိမှတ်ရာ၌ သတိအင်အား အလိုက် အဆင့် ၄-ဆင့်ရှိသည် ဝင်လေကို စ၍ရှုရသည်။

ပထမခန်း

အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပထမခန်း အနေဖြင့် ဝင်လေထွက်လေကို ရှုမှတ်ရာ၌ ထွက်လေအရှည်အတို၊ ဝင်လေ အရှည် စသည်ကို နှလုံးသွင်း ရှုမှတ်ရန် အင်အားမရှိသေး၊ နှာသီးဖျား၌ဖြစ်စေ၊ ဝင်လေ ထွက်လေ ထိခိုက်ထင်ရှားရာ တစ်နေ ရာရာ၌ဖြစ်စေ၊ စိတ်ကို ခိုင်မြဲစွာစိုက်လျက် ဝင်တိုင်း ထွက်တိုင်း သိသိနေအောင် ရှုမှတ်အားထုတ်ရသည်။ ၁-နာရီ ၂-နာရီ စသည်ဖြင့် စွမ်းအားရှိသမျှ အချိန်ကာလအတိုင်း ထိုနေရာ၌ စိတ်ကို ချည်နှောင်ထားပြီး သကဲ့သို့ ခိုင်မြဲစွာထားလျက် ဝင်သမျှ ထွက်သမျှကို





တစ်ခုမျှ မလွတ်စေဘဲ သိသိနေမှု ပိုင်နိုင်သည်အထိ အားထုတ်ရမည်။

ဤသို့ အားထုတ်ရမည်ကို အလွယ်တကူ မှတ်မိနေစေရန် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက “သတိမြဲရာ၊ ပထမာ” ဟူ၍ လင်္ကာဖွဲ့ထားခြင်း ဖြစ်သည်။

ဒုတိယခန်း

ပထမခန်းတွင် ပါရှိသည့်အတိုင်း သိသိနေမှု ပိုင်နိုင်ပြီးနောက် မိမိရှုသော ဝင်သက်ထွက်သက်ကို ရှည်လျှင် ရှည်မှန်း သိအောင် အသိလိုက်၍ ရှုမှတ်ရသည်။ တိုလျှင်လည်း တိုမှန်း သိအောင် အသိကပ်၍ ရှုမှတ်ရသည်။ တစ်ထိုင်တည်းကာလ အတွင်း၌ပင် ရှည်သည့်အကြိမ် တိုသည့်အကြိမ် အမျိုးမျိုးရှိ၏။ ထိုသို့ ရှည်မှု တိုမှုကို တစ်ခုမျှ မလွတ်ဘဲ သိအောင် အားထုတ်ရသည်။ ဝင်သက်ထွက်သက် အဝင်အထွက် နှေးသည်ကို အရှည်ဟုဆို၍ မြန်သည်ကို အတိုဟုဆိုခြင်း ဖြစ်သည်။ နှေးလျှင် နှေးမှု၊ မြန်လျှင် မြန်မှုကို သိနေရမည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။

ဤသို့ အားထုတ်ရသည့် ဒုတိယအဆင့်ကို အလွယ် တကူ မှတ်မိနေစေရန် လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးက “ဒု-မာ ရှည်၊ တိုသိ” ဟူ၍ လင်္ကာဖွဲ့ထားခြင်းဖြစ်သည်။



တတိယခန်း

ဒုတိယခန်း၌ ဝင်သက်ထွက်သက် အရှည်အတိုသိမှုကို ပိုင်နိုင်ပြီးနောက်တွင် နှာသီးဖျားမှ ချက်တိုင်သို့ရောက်သည် အထိ ကိုယ်ကာယအတွင်း၌ ဝင်သက်ထွက်သက်တို့ကို အစ၊ အလယ်၊ အဆုံး တစ်လျှောက်လုံး စိတ်၌ ထင်လင်းစွာ မြင်ရအောင် အားထုတ်ရသည်။ ယင်းကိုပင် ဆရာတော်ဘုရားကြီး က “လုံးစုံလင်းရာ၊ တ၊၌သာ” ဟူ၍ လင်္ကာဖွဲ့တော်မူ၏။

စတုတ္ထခန်း

တတိယခန်း၌ ထိုသို့ ဝင်သက်ထွက်သက်တို့ကို နှာသီး ဖျားမှ ချက်တိုင်သို့ ရောက်သည်အထိ အစ အလယ် အဆုံး အစုန်အဆန် ထင်ထင်လင်းလင်းသိမှု ပိုင်နိုင်ပြီးနောက် ရန်ရင်း ကြမ်းတမ်းသော ဝင်သက်ထွက်သက်ကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် သိမ်မွေ့သွားအောင် အားထုတ်ရသည်။ ငါ၌ ဝင်သက်ထွက်သက် လေပျောက်၍ သွားပြီဟု ထင်ရလောက်အောင် သိမ်မွေ့သွား သည်အထိ အားထုတ်ရသည်။ ယင်းကိုပင် “စ မှာ ငြိမ်းလောဘိ” ဟူ၍ လင်္ကာဖွဲ့ဆိုတော်မူသည်။





လင်္ကာအချုပ်-

သတိမြဲရာ ပထမာ ဒုမှာရှည်တိုသိ၊

လုံးစုံလင်းရာ တဋ္ဌိသာ စမှာငြိမ်းလေဘိ။

ပထမမှာ ရှည်သိပါ၊ ဒုမှာအတိုသိ။

(အထက်ဖော်ပြပါအားထုတ်နည်း ၄-ဆင့်ကို ဥပရိပဏ္ဍာသ ပါဠိတော်ကြီးတွင် တိုက်ရိုက်ညွှန်ပြထားသည်။ အဋ္ဌကထာ ကြီးများ၌ ဂဏနာနည်း၊ အနုပဗ္ဗနာနည်း၊ ဌပနာနည်းတို့ကိုဖော်ပြ ထားပါသည်။ လယ်တီဆရာတော်ဘုရားကြီးကိုယ်တော်တိုင် ၎င်း၏ “ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး” ၌ စေ့စပ်သေချာစွာ ရှင်းလင်းပြတော် မူထားပါသည်။ သာမန်ယောဂီ စာဖတ်ပရိသတ်များ ဉာဏ် ရှုပ်ထွေး ခက်ခဲမည်စိုးသောကြောင့် ဤနေရာ၌မဖော်ပြပါ။ သမထ ကမ္မဋ္ဌာန်း အလုပ်ကိုယုံကြည်စိတ်ချအားကိုးဖွယ်ရှိသော နည်းပြ ဆရာနှင့်လေ့ကျင့်လျှင် အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်ပါသည်။)

ထိုသို့ ဝင်သက်ထွက်သက်လေ ထွက်ပျောက်လုနီးပါး အနေအထားသို့ ရောက်သည့်အထိ နူးညံ့သိမ်မွေ့သွားသည့် အခါ ထိုနေရာ၌ စိတ်ကို ခိုင်မြဲစွာချည်နှောင်ထားလျက် ဝင်သက်ထွက်သက် ထိမှုကို သိအောင် အရယူသောကြောင့် တစ်ဖန်ပြန်လည် ပေါ်လွင် ထင်ရှားလာသော် ပဋိဘာဂနိမိတ် ဖြစ်ပေါ်လာရသည်။ ထိုပဋိဘာဂ နိမိတ်ဖြစ်ပေါ်လာသည့်အခါ ကြောက်ခြင်း၊ လန့်ခြင်း၊ အိပ်ခြင်း၊



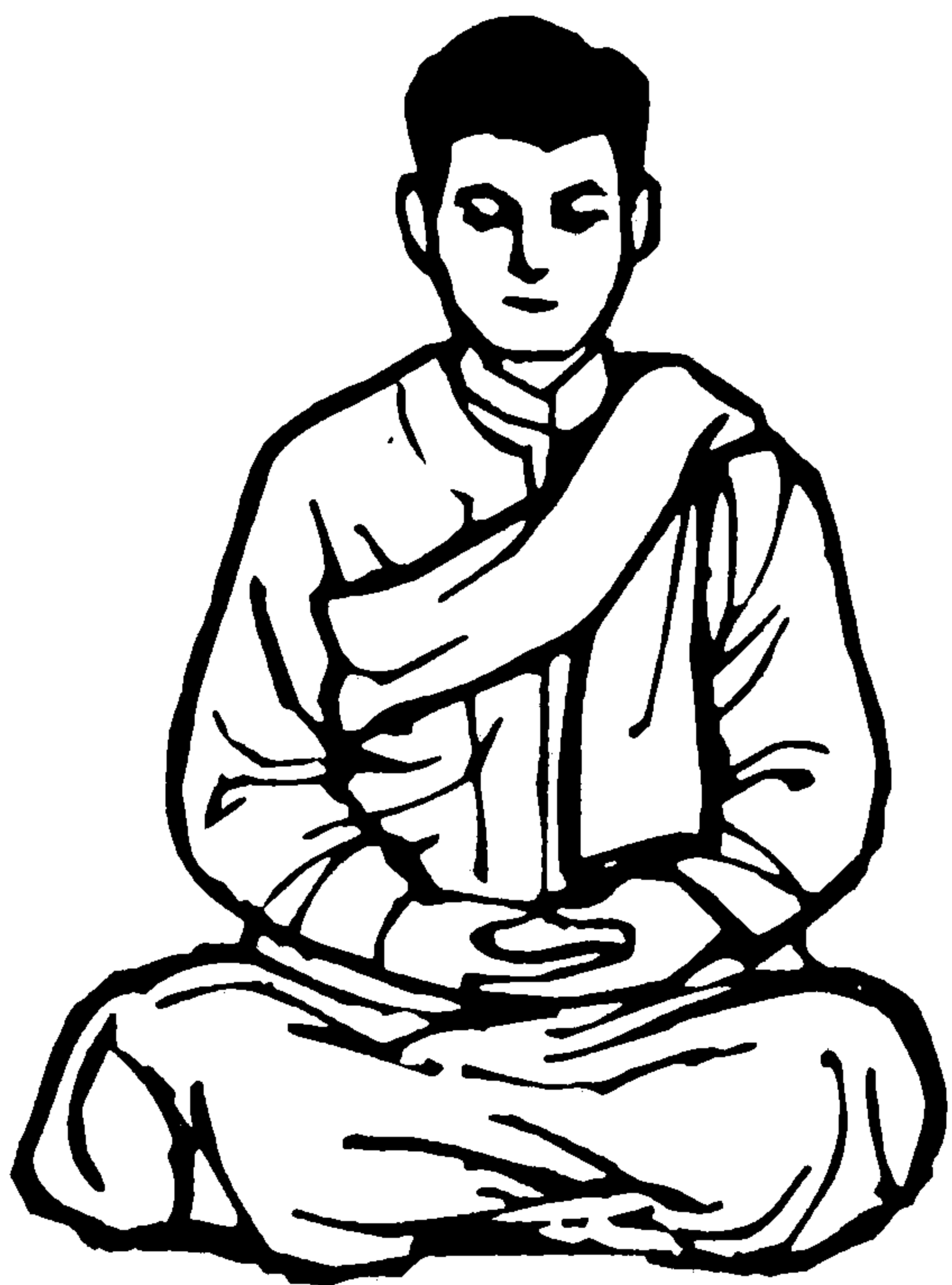
ပျင်းရိခြင်းစသော နီဝရဏ (ဈာန်မဂ်ဖိုလ် တားဆီးပိတ်ပင် တတ်သော) တရားများ ကင်းကွာသဖြင့် ဥပစာရဈာန်ကို ရလေတော့၏။

အာနာပါနအကျိုး

ဤ အာနာပါနသတိကို ပွားများအားထုတ်သူသည် စိတ် တည်ငြိမ်အေးချမ်းလျက် မှန်ကန်စွာ တွေးတောကြံဆနိုင်လာသည်။ ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာမှုကို ခံစားရသည်။ မိမိ၏အသက် အပိုင်းအခြား ကိုသိမြင်၍ ဘဝ၏နောက်ဆုံး ထွက်သက် ဝင်သက်ကိုပင် သိနိုင်သည်။ ဈာန်မဂ်ဖိုလ်၏ အခြေခံကို ခိုင်မာစွာရရှိနိုင်သည့် ပထမအဆင့်မှ စတုတ္ထအဆင့်အထိ ဇွဲစိတ်သန်စွာ ပေါက်ရောက်အောင် မြင်အောင် အားထုတ်နိုင်လျှင် သမထကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပေါက်မြောက်အောင်မြင် လာသည်။ ဝိသုဒ္ဓိကျင့်စဉ် (၇)ပါးရှိရာ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ(စိတ်၏စင်ကြယ် ခြင်း) အဆင့်သို့ ရောက်ရှိသည့် ဥပစာရသမာဓိဈာန်သို့ ရောက်ရှိ နေသောကြောင့် ခိုင်ခံ့တည်ကြည်သော သမာဓိစွမ်းအားကို ရရှိနေပြီ ဖြစ်သည်။

ဈာန်ရလိုပါက သမထနည်းကိုပင် ဆက်လက်အား ထုတ်ရန် ဖြစ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်ဘက်သို့ ကူးပြောင်းလိုပါက ဥပစာရသမာဓိ အခြေခံစွမ်းအားဖြင့် ရုပ်နာမ်တရားတို့၏ သဘာဝကို ဆက်လက် ရှုပွားရန်ဖြစ်သည်။





ဗြဟ္မဒီဟာရ ၄ - ဒါး

၁။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း

မေတ္တာသဘော

မေတ္တာ၏ မူလအနက်မှာ ချစ်ခင်စိစွတ် စေးကပ်တတ်သော သဘောဖြစ်၏။ တရားကိုယ်အားဖြင့် ဒေါသ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် အဒေါသတရား ဖြစ်၏။ အဒေါသခေါ် မေတ္တာသည် ချစ်ခင်မြတ်နိုး အပ်သော သတ္တဝါပညတ်ကို အာရုံပြု၏။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး တစ်ယောက်ကို အာရုံပြု၍ ဒေါသဖြစ်သောအခါ ထိုဒေါသနှင့်ယှဉ်သော စိတ်ဓာတ် သည် စိုစိုဖတ်ဖတ်မရှိဘဲ ခြောက်ကပ်ကပ်ဖြစ်လျက်ရှိ၏။ မေတ္တာ သည်ကား သတ္တဝါတို့အပေါ်၌ စိုစိုဖတ်ဖတ် စေးကပ်လျက် အာရုံပြု၏။

မေတ္တာအစစ်,အတု

တဏှာပေမ အချစ်မျိုးလည်း ချစ်ခင်အပ်သူအပေါ်၌ စေးကပ်စိစွတ်လျက် အာရုံပြုတတ်သဖြင့် ထိုအချစ်မျိုးကိုလည်း မေတ္တာဟု ဆိုကြ၏။ မေတ္တာအစစ်မှာ ကုသိုလ်,ကြိယာ နှစ်မျိုးတွင် တစ်မျိုးမျိုး၌ပါဝင်သော အဒေါသတရား ဖြစ်၏။ တဏှာပေမကား အကုသိုလ်၌ပါဝင်သော လောဘတရား ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့်

သားမယားချစ်၊ ဆွေမျိုးချစ်စသော သံယောဇဉ်မကင်းသော ချစ်ခြင်းများ၌ မေတ္တာစစ်မဟုတ်ဘဲ တဏှာပေမသာ အဖြစ်များ၏။ သို့သော် ထိုသားမယားချစ်၊ ဆွေမျိုးချစ် စသည်ဖြင့် ချစ်ကြရာတွင် တစ်ရံတစ်ခါမျှ မေတ္တာစစ်မဖြစ်နိုင်ဟု မမှတ်အပ်။ အခါပေါင်း များစွာ မေတ္တာအစစ်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်သာ။

မေတ္တာ၏ အကျိုးကိုပြရာ၌ သားကိုနို့တိုက်နေသော နွားမ၏ မေတ္တာစွမ်းဖြင့် ပြလေ့ရှိကြ၏။ သားငယ် နွားလေးအား နို့တိုက်နေသော နွားမကို မုဆိုးက လှံဖြင့်ထိုးရာ လှံမစူးဘဲ ထန်းရွက်ကဲ့သို့ လျောကျသွားလေသောဟူ၏။ တဏှာပေမ အချစ်နှင့် မေတ္တာချစ်တို့၏ သဘောကို ခွဲခြားရန်မှာ မခွဲနိုင် မခွာရက်အောင်ပင် သံယောဇဉ်ဖြစ်ရသော အချစ်သည် တဏှာပေမ အချစ်ဖြစ်၍ ခွဲသာခွာသာ အကျိုးစီးပွားကို လိုးလားသော ချစ်ခြင်းသဘောကား မေတ္တာအစစ်ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းပွားများရာ၌ ဒေါသတည်းဟူသော အဝေးရန်သူနှင့် တဏှာတည်းဟူသော အနီးရန်သူ မေတ္တာ၏ ဤရန်သူနှစ်ပါးကို ရှောင်ရှား၍ ပွားများရာ၏။

ငါးရာနှစ်ဆယ့်ရှစ်သွယ်မေတ္တာ

သတ္တဝါများအပေါ် သို့မဟုတ် တစ်ဦးတစ်ယောက် အပေါ် မေတ္တာစိတ်ဖြင့် မှန်း၍ အာရုံပြုနေမှုကို မေတ္တာပို့သည်ဟု ဆိုကြ၏။





မေတ္တာပို့လွှတ်နေခြင်း မေတ္တာပွားများနေခြင်းပင်ဖြစ်၏။ ထိုမေတ္တာပို့နည်း မေတ္တာပွားနည်းကို ကျမ်းဂန်များ၌ အမျိုးမျိုးပြဆို၏ ဤ၌ ငါးရာနှစ်ဆယ့်ရှစ်သွယ်မေတ္တာပို့နည်း ပွားနည်းဖြင့် ပြဆိုပါအံ့။ မေတ္တာပို့နည်း မေတ္တာပွားနည်း ၅၂၈-မျိုး ဖြစ်၏။ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် အနောဓိသော မေတ္တာဖရဏာနည်း ၅ ပါး၊ ဩဓိသော မေတ္တာဖရဏာနည်း ၇- ပါး၊ ပေါင်း ၁၂-ပါး ဖြစ်၏။ ယင်း ၁၂-ပါးကို “အဝေရာဟောန္တ၊ အဗျာပဇ္ဇာဟောန္တ၊ အနိဿာ ဟောန္တ၊ သုခိအတ္တာနံ ပရိဟရန္တ” ဟူသော “န္တ” ၄-ခု ဖြင့် မြောက်လျှင် ၄၈-ဖြစ်၏။ ယင်း ၄၈-ကို အရပ် ၁၀-မျက်နှာဖြင့် မြောက်လျှင် ၄၈၀-ဖြစ်၏။ ဤ ၄၈၀-နှင့် မူလ ၄၈-ပေါင်းသော် “ငါးရာနှစ်ဆယ့်ရှစ်သွယ်မေတ္တာ” ဖြစ်၏။ မှတ်လွယ်အောင် ဆောင်ပုဒ်ဖြင့် မှတ်သား အပ်ပါ၏။

ဆောင်ပုဒ် - နောဓိပဉ္စ၊ ဩသတ္တဖြင့်၊ ဒွါဒသဟု၊ ပုဂ္ဂိုလ်စုကို၊ နှုလေးဖြာ၊ မြောက်ဆင့် ပါမူ၊ ရှစ်ဖြာလေးဆယ်၊ ဂဏန်း ကြွယ်၏၊ ရပ်ဆယ်ဖြင့်လှောက်၊ ထပ်ဆင့် မြောက်၍၊ မှတ်လောက် ပွားက၊ လွန်များလှလည်၊ ငါးရာ နှစ်ဆယ့် ရှစ်စွန်းတည်း။



အကျယ်အားဖြင့် ဤသို့ဖြစ်၏ “သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ သဗ္ဗေ ပါဏာ၊ သဗ္ဗေ ဘူတာ၊ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ၊ သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝ-
 ပရိယာပန္နာ”။ ဤငါးပါးသည် “မည်သူ မည်ဝါ ယောက်ျား
 မိန်းမ” စသည်ဖြင့် ပိုင်းခြားသတ်မှတ်ခြင်း မရှိ သောကြောင့်
 “အနောဓိသော မေတ္တာဖရဏာ” ၅ နည်း ဖြစ်၏။ အနောဓိ၌
 သြဓိသဒ္ဓါသည် အရေးအသား အပိုင်းအခြား အဘို့အစုဟူသော
 အနက်ကို ဟော၏။ “အနောဓိသော = အပိုင်းအခြားမရှိသော
 အားဖြင့် + မေတ္တာဖရဏာ = မေတ္တာကိုဖြန့်ခြင်း၊ ပို့လွှတ်ခြင်း၊
 ပွားများခြင်း” ဟူ၍ဖြစ်၏။ အနောဓိသမေတ္တာ ဟုလည်းခေါ်ကြ၏။
 ဤ၌ သာမန် သတ္တဝါ မှန်သမျှကိုပင် သတ္တ၊ ပါဏ၊ ဘူတ၊
 ပုဂ္ဂလ၊ အတ္တဘာဝပရိယာပန္နဟု ပရိယာယ် ၅-မျိုးဖြင့် ဆိုခြင်းဖြစ်၏။
 သတ္တ=သတ္တဝါ၊ ပါဏ = အသက်ရှိသူ၊ ဘူတ = ဖြစ်နေသူ၊
 ပုဂ္ဂလ = ပုဂ္ဂိုလ်၊ အတ္တဘာဝပရိယာပန္န = အတ္တဘော၌
 အကျုံးဝင်သူ၊ အချုပ်မှာ သတ္တဝါများပင်ဖြစ်၏။

“သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ သဗ္ဗေ ပုရိသာ၊ သဗ္ဗေ အရိယာ၊
 သဗ္ဗေ အနရိယာ၊ သဗ္ဗေ ဒေဝါ၊ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊ သဗ္ဗေ
 ဝိနိပါတိကာ”။ ဤ ၇-ပါးကား မိန်းမနှင့်ယောက်ျားကို တစ်ကန့်စီ၊
 အရိယာနှင့်ပုထုဇဉ်ကို တစ်ကန့်စီ၊ နတ်လူနှင့် ဝိနိပါတအပါယ်
 ဘုံသားတို့ကို တစ်ကန့်စီ၊ ဤသို့ပိုင်းခြား ကန့်သတ်လျက် သူ့အဖို့နှင့်
 သူ အာရုံယူရသောကြောင့် သြဓိသော မေတ္တာဖရဏာမည်၏။
 သြဓိသမေတ္တာဟုလည်း ခေါ်ကြ၏။





ထို ၁၂-မျိုးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို မေတ္တာပို့ရာ၌ အဆုံးအဆုံးမှာ ရှေ့၌ပြခဲ့သည့် “အဝေရာ ဟောန္တ” စသော ၄-မျိုးတို့တွင် တစ်မျိုးမျိုးပါရ၏။ ဥပမာ-သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ ဟောန္တ၊ သဗ္ဗေ သတ္တာ အဗျာပန္နာ ဟောန္တ၊ သဗ္ဗေ သတ္တာ အနိဃာ ဟောန္တ၊ သဗ္ဗေ သတ္တာ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တ ဟူ၍ ဖြစ်၏။ ဤသို့ ပုဂ္ဂိုလ် ၁၂-မျိုးကို မေတ္တာပို့ရာ၌ “န္တ” ၄-ပါးတွင် တစ်ပါးပါးဖြင့် အဆုံးသတ်ရသောကြောင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ် ၁၂-မျိုးကို “န္တ” ၄-ခုဖြင့် မြောက်၍ ၄၈-ပါး မေတ္တာပွားနည်းဖြစ်၏။

ထို ၄၈-ပါးကို ပုရိတ္ထိမာယ ဒိသာယစသော အရပ်ဆယ်မျက်နှာဖြင့် မြောက်ဆင့်ပွားများလျှင် ပွားနည်း ၄၈၀-ဖြစ်၏။ အရပ်ဆယ်မျက်နှာကို ဤသို့မှတ်အပ်၏-

- (၁) ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ = အရှေ့အရပ်(၄၈)၊
- (၂) ပစ္စိမာယ ဒိသာယ = အနောက်အရပ်(၄၈)၊
- (၃) ဥတ္တရာယ ဒိသာယ = မြောက်အရပ်(၄၈)၊
- (၄) ဒက္ခိဏာယ ဒိသာယ = တောင်အရပ်(၄၈)၊
- (၅) ပုရတ္ထိမာယ အနုဒိသာယ = အရှေ့တောင်ထောင့် အရပ် (၄၈)၊
- (၆) ပစ္စိမာယ အနုဒိသာယ = အနောက်မြောက်ထောင့် အရပ်(၄၈)၊
- (၇) ဥတ္တရာယ အနုဒိသာယ = အရှေ့မြောက်ထောင့် အရပ် (၄၈)၊





- (၈) ဒက္ခိဏာယ အနုဒိသာယ = အနောက်တောင်ထောင့် အရပ် (၄၈)၊
- (၉) ဟေဋ္ဌိမာယ ဒိသာယ = အောက်အရပ်(၄၈)၊
- (၁၀) ဥပရိမာယ ဒိသာယ = အထက်အရပ်(၄၈)၊

ပွားများပုံကား “ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ ဟောန္တ၊ ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ သဗ္ဗေ သတ္တာ အဗျာပဇ္ဇာ ဟောန္တ၊ ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ သဗ္ဗေ သတ္တာ အနိဃာ ဟောန္တ၊ ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ သဗ္ဗေ သတ္တာ သုခီ အတ္တာနံ ပရိဟရန္တ” ။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ပုရတ္ထိမဒိသာနှင့် တွဲဖက်၍ ၄၈-ထွက်၏။ ပစ္ဆိမဒိသာ စသည်နှင့် တွဲဖက်၍လည်း ၄၈-စီထွက်၏။ ဤသို့လျှင် အရပ် ၁၀-မျက်နှာနှင့်တွဲဖက်၍ ၄၈×၁၀=၄၈၀ ထွက်၏။ အရပ် ၁၀-မျက်နှာနှင့်မတွဲဘဲ ပွားများ ရသော မူလ ၄၈-နှင့် ပေါင်းသော် ၅၂၈-မေတ္တာပွားနည်းဖြစ်၏။

အနက်မှတ်ဖွယ်

ဤ ၅၂၈-မေတ္တာပွားနည်း၌ပါသော ပါဠိတို့၏ အနက်ကို ဤသို့ဖြည့်စွက်မှတ်သားအပ်ပါ၏။ အဝေရာ=ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ ရန်မရှိကြကုန်သည်၊ အဗျာပဇ္ဇာ=စိုးရိမ် ကြောင့်ကြ ဗျာပါရ မရှိကြကုန်သည်၊ အနိဃာ=ဆင်းရဲဒုက္ခ မရှိကြကုန်သည်။ သုခီ=





ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာချမ်းသာခြင်း ရှိကြကုန်လျက်၊ အတ္တာနံ= မိမိ အတ္တဘောကို၊ ပရိဟရန္တု-ရွက်ဆောင် နိုင်ကြပါစေ၊ ကျန်ပါဠိတို့၏အနက်များကို သိနိုင်လောက်ပေပြီ။

ငါးရာနှစ်ဆယ့်ရှစ်သွယ်မေတ္တာဟူသည်မှာ မေတ္တာပွားနည်း ၅၂၈-မျိုးသာ ဖြစ်၏။ လူတစ်ယောက်အပေါ်မှာ မေတ္တာစိတ် ၅၂၈-မျိုးထားသည်ဟု အမှတ်မှားတတ်ကြကုန်၏။ အမှန်စင်စစ် အရပ်မျက်နှာ၊ ပုဂ္ဂိုလ်အမျိုးမျိုးလိုက်၍ မေတ္တာစိတ် ၅၂၈ မျိုး ကွဲပြားခြင်းသာ ဖြစ်၏။ ရှေ့၌ပြဆိုခဲ့ပြီးသော မေတ္တာ ၅၂၈ မျိုး ဖြစ်ပုံကို သဘောပေါက်လျှင် ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ နားလည်ပေမည်။

မင်းကွန်းဆရာတော် မေတ္တာပွားနည်း

တိပိဋကဓရမင်းကွန်းဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဤ ၅၂၈ မေတ္တာပွားနည်းကိုပင် ဒိသာဖရဏမေတ္တာပို့နည်း အဖြစ် အကျဉ်းချုပ်ညွှန်ပြတော်မူခဲ့ရာ တိုင်းသူပြည်သားလူအများတို့ ဤသို့ပွားများလျက် ရှိကြကုန်၏-

- (၁) အရှေ့အရပ်၌ရှိသော အနန္တစကြဝဠာ အနန္တသတ္တဝါတို့-
- (က) ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ၊





- (ခ) ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- (ဂ) ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- (ဃ) နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

- (၂) အနောက်အရပ်၊
- (၃) မြောက်အရပ်
- (၄) တောင်အရပ်
- (၅) အရှေ့တောင်ထောင့်အရပ်
- (၆) အနောက်မြောက်ထောင့်အရပ်
- (၇) အရှေ့မြောက်ထောင့်အရပ်
- (၈) အနောက်တောင်ထောင့်အရပ်တို့ကို နည်းမှီ၍ ပွားများရန်။

(၉) အောက်အရပ်၌ရှိသော ထက်ဝန်းကျင် အနန္တ စကြဝဠာ အပါယ်ဘုံသား အနန္တသတ္တဝါတို့-

- (က) ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- (ခ) ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- (ဂ) ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ။
- (ဃ) နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

(၁၀) အထက်အရပ်၌ရှိသော ထက်ဝန်းကျင် အနန္တ စကြဝဠာ အနန္တနတ်ဗြဟ္မာတို့-



- (က) ဘေးရန်ခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ၊
- (ခ) ဒေါသခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ၊
- (ဂ) ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းကြပါစေ၊
- (ဃ) နှလုံးစိတ်ဝမ်း အေးချမ်းကြပါစေ။

မေတ္တာပွားပုံအစဉ်

အခြားပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါများကို မေတ္တာမပွားမီ မိမိကိုယ်ကို ဦးစွာပွားရ၏။ “အဟံ အဝေရော ဟောမိ= ငါသည် ဘေးရန်ကင်းရပါလို၏။ အဟံ အဗျာပဇ္ဇော ဟောမိ=ငါသည် စိုးရိမ်ကြောင့်ကြ ဗျာပါရမရှိရပါလို၏။ အဟံ အနိဿော ဟောမိ= ငါသည် ဆင်းရဲဒုက္ခ မရောက်ရပါလို၏။ အဟံ သုခိ အတ္တာနံ ပရိဟရာမိ=ငါသည် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းမြေ့စွာဖြင့် မိမိခန္ဓာကိုယ်အတ္တဘောကို ရွက်ဆောင်နိုင်ရပါလို၏” ဟူ၍ အဖန်ဖန် မေတ္တာပွားရမည်။

ဤသို့ မိမိကိုယ်ကို ဦးစွာ မေတ္တာပွားရခြင်းမှာ အခြားသူတို့ကို မေတ္တာပွားသည့်အခါ မိမိနှင့်နှိုင်းယှဉ်၍ ကိုယ်ချင်းစာတတ်ရန် ဖြစ်၏။ “မိမိချမ်းသာချင်သလို အခြားသတ္တဝါများလည်း ချမ်းသာချင်ကြပေမည်။ မိမိအသက်ရှည် ချင်သလို အခြားသတ္တဝါများလည်း အသက်ရှည်ချင် ကြပေမည်။ မိမိမသေချင်သလို အခြားသတ္တဝါများလည်း သေချင်ကြမည်မဟုတ်”



ဟု မိမိကို သက်သေထူ၍ အခြားသတ္တဝါများအပေါ် အကျိုးစီးပွားလိုလား ဖြစ်ပေါ်လာရန် မိမိကိုယ်ကို စတင်ပြီး မေတ္တာ ပွားရခြင်း ဖြစ်၏။ ကိုယ်ချင်းစာစိတ် မွေးမြူထူထောင်ခြင်းဖြစ်၏။

မိမိကို ဦးစွာပွားပြီးနောက် အခြားပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ များကို ပွားများရာ၌လည်း ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ် မေတ္တာ လွှမ်းခြုံ၍ ပိုင်နိုင်အောင် ပွားသင့်၏။ ရှေ့၌ဖော်ပြခဲ့သော ၅၂၈ သွယ်မေတ္တာပွားနည်းသည် သမာဓိရင့်ကျက်ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်များ အတွက် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖြန့်ကျက်၍ မေတ္တာပို့လွှတ်နည်း ဖြစ်၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စတင်စီးဖြန်းစ ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်မူ အာရုံတွေကျယ်ပြောလွန်းသဖြင့် ခက်ခဲဖွယ်ရှိ၏။ အထူးသဖြင့် အရပ်မျက်နှာအားလုံးဖြန့်ကျက်၍ မေတ္တာပို့လွှတ်နည်းဖြင့် ပွားများမည်ဆိုလျှင် မေတ္တာလွှမ်းခြုံမိရန် ပို၍ပင် ခက်ခဲနိုင်၏။ ထို့ကြောင့် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ် ပို့လွှတ်ပွားများ သင့်၏ဟု ဆိုခြင်းဖြစ်၏။

ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်အပေါ်မှာ စူးစိုက်နစ်ဝင် မေတ္တာရှင်အဆင့်သို့ ရောက်သည်အထိ အားထုတ်သင့်၏။ မိမိ မေတ္တာပွားလိုသူ၏ ပုံပန်းသဏ္ဍာန်၊ ခြေဆုံးခေါင်းဆုံး တစ်ကိုယ် လုံး ထင်မြင်လာအောင် အာရုံပြုလျက် “ကျန်းမာပါစေ၊ ချမ်းသာပါစေ၊ ဘေးရန်ကင်းပါစေ” စသည်ဖြင့် ထိုသူအပေါ်၌ မေတ္တာဓာတ်များ လွှမ်းခြုံပို့လွှတ်ခြင်းသည်သာ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း





စတင်စီးဖြန်းစပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် အသင့်လျော်ဆုံး ဖြစ်၏။ ထို့နောက်မှ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းဓာတ် ရင့်သန်တိုးတက် လာသောအခါ အခြားပုဂ္ဂိုလ်များ၊ သတ္တဝါများသို့ တစ်ဆင့်ချင်း ပြောင်းရွှေ့၍ မေတ္တာပွားများလျှင် ပိုမိုအဆင်ပြေ အောင်မြင်နိုင်ပေ၏။

မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ

ဗြဟ္မဝိဟာရကမ္မဋ္ဌာန်း ၄-မျိုးလုံး ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်ကြောင်း ဆိုထားသဖြင့် ဤမေတ္တာ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် လည်း ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့်သင့်လျော်၏ဟူ၍ မှတ်သားအပ်၏။ မေတ္တာသည် အဒေါသတရား ဖြစ်ရကား ဒေါသ၏ ဖြောင့် ဖြောင့် ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းခြင်းဖြင့် ဒေါသပြေပျောက်နိုင်သောကြောင့် မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်ခြင်း ဖြစ်၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း ကို ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်၏ဟုဆိုခြင်းသည် အထူး သင့်လျော်၍ ဆိုခြင်းဖြစ်၏။ ဒေါသစရိုက်ရှိသူကိုသာ မေတ္တာ ကမ္မဋ္ဌာန်း ပေးရမည်ဟု မမှတ်အပ်။

စရိုက်ဟူသည် အဖြစ်များခြင်း၊ ပို၍ဖြစ်ခြင်းတည်း။ အခြားသူများထက် ဒေါသပိုဖြစ်တတ်သူ၊ ဒေါသကြီးသူကို ဒေါသစရိုက်ရှိသူဟု ဆိုရ၏။ ဒေါသကို မပယ်သတ်နိုင်သေးသူ မှန်သမျှ ဒေါသဖြစ်နေသည်သာ။ သို့ရာတွင် သူလိုကိုယ်လို





ဒေါသဖြစ်နေသူကို ဒေါသစရိုက်ရှိသူဟုမဆိုရ။ အခြားသူများ ထက်ပို၍ ဒေါသဖြစ်တတ်သူကိုသာ ဒေါသစရိုက်ရှိသူဟု ဆိုရ၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းပေးခြင်းဖြင့် ဒေါသစရိုက်ရှိသူမှာ ဒေါသအဖြစ် နည်းသွားနိုင်၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း ရင့်ကျက်သဖြင့် ဈာန်ရလျှင် ဒေါသကို အခိုက်အတန့်အားဖြင့် အချိန်အတော်ကြာအောင် ပယ်သတ်ထားနိုင်၏။ နောက်ဆုံး မဂ်တရားရသဖြင့် ဒေါသ လုံးဝ ချုပ်ငြိမ်းသွားနိုင်၏။

ကုသိုလ်ရရုံ ပွားများနည်း

မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ လယ်တီ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ကုသိုလ်ရရုံပွားများနည်းနှင့် ဈာန်ရအောင် ပွားများနည်းဟူ၍ (၂)မျိုးခွဲခြားပြပြီး ပွားများပုံပွားများ နည်းများကို ညွှန်ပြတော်မူ၏။ ထို(၂)မျိုးတွင် ကုသိုလ်ရရုံပွား များနည်းမှာ တစ်ကျောင်းလုံး၊ တစ်အိမ်လုံး၊ တစ်ရွာလုံး၊ တစ်မြို့လုံး၊ အရှေ့ အရပ်ရှိ သတ္တဝါအားလုံးစသည်ဖြင့် သတ္တဝါ အများကို တစ်လုံး တစ်စည်းတည်း အာရုံပြု၍ ရှေ့၌ ဖော်ပြခဲ့ သည့်အတိုင်း “သဗ္ဗေ သတ္တာ အဝေရာ ဟောန္တု = သတ္တဝါ အားလုံး ကိုယ်တွင်း ကိုယ်ပ ရန်မရှိကြပါစေကုန်လင့်” စသည်ဖြင့် ပွားများခြင်း ဖြစ်၏။ ရှေ့၌ဖော်ပြခဲ့သော ၅၂၈ သွယ် မေတ္တာပွားများနည်းအရ ပွားများပုံကို ကုသိုလ်ရရုံ ပွားများနည်း ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။





ထိုသို့ပွားများရာ၌ အမှန်တကယ် ချမ်းသာစေလိုသော စိတ်ဆန္ဒဖြစ်မှသာ မေတ္တာဖြစ်နိုင်၏။ စိတ်ကမပါဘဲ နှုတ်က ချမ်းသာပါစေဟု ဆိုရုံမျှဖြင့် မေတ္တာဖြစ်မည်မဟုတ်။ စိတ်က မပါဘဲ အဝေရာ ဟောန္တူ၊ အဗျာပန္နာ ဟောန္တူ စသည်ဖြင့် နှုတ်ကရွတ်ဆိုနေသော်လည်း ထိရောက်သော မေတ္တာပို့ဟု မဆို သာ။ ကုသိုလ်ရရှိမှုသာ ဖြစ်သောကြောင့် မေတ္တာဘာဝနာဟူ၍ ကား ဆိုနိုင်၏။ ကုသိုလ်ရရှိဟူသည် ဈာန်အဆင့်အထိ မရစေကာမူ မေတ္တာအကျိုးတရားများ ရရှိခြင်းကို ဆိုလို၏။

ဈာန်ရအောင် ပွားများနည်း

ဈာန်ရအောင် ပွားများရာ၌ မိမိကိုယ်ကိုရေးဦးစွာ မေတ္တာပို့ ပွားများပြီးနောက် မိမိနှင့်တွေ့ကြုံဆက်ဆံခဲ့ဘူးသော ပုဂ္ဂိုလ်များကို ပြန်လည်စဉ်းစားကာ တစ်ယောက်ချင်း မေတ္တာပို့၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များ ထဲမှ တဏှာပေမမဖက်ဘဲ ကုသိုလ်မေတ္တာ သက်သက်ဖြင့် အချစ် ခင်ဆုံး၊ မေတ္တာစိတ်အသက်ဝင်ဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ စိတ်စူးစိုက်ပြီး ဉာဏ်ဖြင့်ရှုဆင်ခြင်၍ “ဤသူ သည် ငါ့အား ချစ်ခင်ရှာတယ်၊ ဤမည်သော ကျေးဇူးဥပကာရ ပြုရှာဘူးတယ်၊ ငါကဲ့သို့ အသက်နှင့်သတ္တဝါ ဖြစ်တယ်၊ ချမ်းသာသူခကို နှစ်သက် လိုချင်ရှာတယ်၊ ဤသူအား တစ်စုံ တစ်ရာ ရောဂါဝေဒနာ ဘေးရန်အန္တရာယ် မငြိမတွယ်ပါစေလင့်၊ ကိုယ်ရောစိတ်ပါ





ချမ်းသာအေးမြပါစေ” ဟု ထိုသူ၏ ခြေဖျားမှသည် ဆံဖျားကျအောင်၊ ဆံဖျားမှသည် ခြေဖျားကျအောင် အပြင်ရောအတွင်းပါ ကိုယ်ခန္ဓာ တစ်ခုလုံး အနှံ့အပြား မေတ္တာစိတ် ပို့လွှက်ရာ၏။

ဤကဲ့သို့ အဖန်ဖန်မေတ္တာစိတ်ဖြန့်နှံ့၍ ပို့သနေလျှင် ကြာသောအခါ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို မျက်စိနှင့်မြင်ရသကဲ့သို့ ထင်မြင်လာ၏။ သူ၏အနီးအနား၌ ချဉ်းကပ်၍ နေဘိသကဲ့သို့ ထင်မြင်လာ၏။ ချစ်မြတ်နိုးခြင်း မေတ္တာစိတ်လည်း တွယ်ငြိနေတော့၏။ မေတ္တာ စိတ်တွေ အခြားသို့မပျံ့လွင့်တော့ပြီ။ ထိုအခါ ဥဂ္ဂဟနိမိတ် ရပြီဟူ၍ မှတ်အပ်၏။ ဥဂ္ဂဟနိမိတ်အဖြစ် ထင်မြင်ရသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ဆက်လက်၍ အဖန်ဖန် မေတ္တာစိတ်ဖြန့်နှံ့ပို့သသည်ရှိသော် စိတ်သည် ထိုပုဂ္ဂိုလ်၌တွယ်ငြိ၍ အလွန်ငြိမ်သက်တည်ကြည်ပြီး ဈာန်အင်္ဂါ ၅-ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ပထမဈာန်ကို ရလေတော့၏။ ဆက်လက်၍ အဆင့်ဆင့် ပွားများလျှင် ဒုတိယဈာန်စသည်အားဖြင့် အဆင့်ဆင့် တက်ပြီး စတုတ္ထဈာန် (ပဉ္စမဈာန်)တိုင်အောင် ရနိုင်လေ၏။

မေတ္တာပွားများရကျိုး

မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများနည်းအမျိုးမျိုးကို လိုသလိုအသုံးပြုနိုင်ရန် အပြည့်အစုံဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်၏။ မေတ္တာ ပွားများခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သော အကျိုးတို့ကိုလည်း ကုသိုလ်ရခြင်း မှသည် ဈာန်ရသည်အထိ ဖော်ပြခဲ့၏။ ထိုမျှမက မေတ္တာပွားများ





သဖြင့် မေတ္တာအကျိုး(၁၁)မျိုး ရနိုင်ကြောင်း ကျမ်းဂန်များ၌ဆို၏။

မေတ္တာအကျိုး (၁၁)မျိုးမှာ-

- (၁) ချမ်းသာစွာ အိပ်ရခြင်း၊
- (၂) ချမ်းသာစွာ နိုးထရခြင်း၊
- (၃) အိပ်မက်ဆိုး မမြင်မက်ခြင်း၊
- (၄) လူများ ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်း၊
- (၅) နတ်များ ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်း၊
- (၆) နတ်များ စောင့်ရှောက်ခြင်း၊
- (၇) မီး,အဆိပ်,လက်နက်ဘေး မသင့်ခြင်း၊
- (၈) စိတ်တည်ကြည်ခြင်း၊
- (၉) မျက်နှာကြည်လင်ခြင်း၊
- (၁၀) မတွေဝေဘဲ သေရခြင်း၊
- (၁၁) သေလျှင် ဗြဟ္မာ့ပြည်သို့ ရောက်ရခြင်း တို့တည်း။

သာမာဝတီဝတ္ထု

မေတ္တာအကျိုးကြီးမားပုံကို သာမာဝတီဝတ္ထုဖြင့် ပြလို၏။ ဘုရားရှင်လက်ထက်တော်က ကောသမ္ဘီပြည်တွင် ဥတေနမင်း မင်းပြုလျက်ရှိ၏။ ဥတေနမင်းတွင် သမာဝတီ, မာဂဏ္ဍီ, ဝါသုလဒတ္တဟူ၍ မိဖုရားကြီး (၃)ပါးရှိ၏။ မိဖုရားကြီး သာမာဝတီ တွင် ခုနုတ္တရာဟူသော အလုပ်အကျွေးမ တစ်ယောက်ရှိ၏။



ခုဇ္ဇတ္တရာကား သာမန်အမျိုးသမီးမဟုတ်၊ သောတာပန်အရိယာ အမျိုးသမီးဖြစ်၏။ ခုဇ္ဇတ္တရာသည် ဘုရားရှင်ထံမှ ကြားနာခဲ့ရသော တရားဒေသနာတော်များကို သာမာဝတီမိဖုရားအမှူးရှိသော မောင်းမငါးရာတို့အား ပြန်လည် ဟောကြားပေးလေ့ရှိ၏။ ခုဇ္ဇတ္တရာ ၏ ကျေးဇူးကြောင့်ပင် သာမာဝတီမိဖုရားအမှူးရှိသော မောင်းမ ငါးရာတို့အားလုံး သောတာပန် ဖြစ်သွားကြ၏။ သာမာဝတီ မိဖုရားသည် မေတ္တာအရာ၌ ဧတဒဂ်ရသော မေတ္တာရှင်ဖြစ်၏။

မာဂဏ္ဍီမိဖုရားကား ရှေးအခါက သူ့မိဘများ၏ အစီအမံ ဖြင့် မြတ်စွာဘုရားအား အိမ်ထောင်ဖက်အဖြစ် မှန်းခဲ့သူဖြစ်၏။ မြတ်စွာဘုရားက ပစ်ပစ်ခါခါ ပယ်ခဲ့သောကြောင့် မြတ်စွာဘုရား အပေါ် ရန်ငြိုးထားခဲ့၏။ မြတ်စွာဘုရားအပေါ် ကလဲ့စားချေရန် မတတ်နိုင်သောအခါ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်မ သာမာဝတီ မိဖုရားအပေါ်၌ အကောက်ကြံရန် အားထုတ်ပြန်၏။ မာဂဏ္ဍီ မိဖုရားသည် အာဃာတပြင်းထန်သူ ဖြစ်၏။ သာမာဝတီ မိဖုရား အပေါ် အကောက်ကြံခြင်းသည် မိဖုရားပြိုင် ဖြစ်ခြင်းသည်လည်း အကြောင်းတစ်ရပ်ဖြစ်နိုင်၏။ သာမာဝတီမိဖုရားအပေါ် ဥတေန မင်းကြီး အထင်လွဲအောင် နည်းအမျိုးမျိုးသုံး၍ အားထုတ်၏။

နောက်ဆုံး၌ ဥတေနမင်းကြီးသည် သာမာဝတီ မိဖုရား ကြီးအပေါ် ပြင်းစွာအမျက်ထွက်သဖြင့် သာမာဝတီ မိဖုရားနှင့်တကွ မောင်းမငါးရာတို့အား တန်းစီစေပြီး ဗိုလ်ခြေ တစ်ထောင်တင်သော



လေးတွင် အဆိပ်လူးမြှားတပ်၍ ကိုယ်တော်တိုင် စီရင်မည်ဟု အမိန့်ချမှတ်၏။ သာမာဝတီ မိဖုရားသည် မေတ္တာအရာ၌ ဧတဒဂ်ရသူ ဖြစ်သည့်အားလျော်စွာ သူ၏မောင်းမအခြွေအရံတို့အား မင်းကြီးအပေါ်၌လည်းကောင်း၊ မာဂဏ္ဍီမိဖုရားအပေါ်၌ လည်းကောင်း အနည်းငယ်မျှ အမျက်မထွက်ကြရန် မိမိနှင့် ထပ်တူထပ်မျှ မေတ္တာပွားကြရန် သွန်သင်၏။ သွန်သင်သည့် အတိုင်းပင် သာမာဝတီမိဖုရားနှင့် မောင်းမငါးရာတို့သည် ဥတေန မင်းကြီးနှင့် မာဂဏ္ဍီမိဖုရားအပေါ် မွန်မြတ်နက်ရှိုင်းသော မေတ္တာ ဘာဝနာကို ပွားကြ၏။

ဥတေနမင်းကြီးသည် သူ့အမိန့်ချမှတ်ထားသည့်အတိုင်း သာမာဝတီမိဖုရားအမျိုးရှိသော မောင်းမငါးရာတို့အား လေးဖြင့် ပစ်ခွင်းရာ မင်းကြီးသည် လေးကိုတင်၍လည်းမရ၊ ချ၍လည်း မရဖြစ်၏။ ထိုအခါ မင်းကြီးသည် ပြင်းစွာထိတ်လန့်၏။ မင်းကြီး ကိုယ်မှ ချွေးတို့သည် ယိုစီးကျကုန်၏။ မင်းကြီးသည် များစွာ ပင်ပန်း၍နေ၏။ ထိုအခါမင်းကြီးသည် သာမာဝတီ မိဖုရားအား သူ၏ကိုးကွယ်ရာဖြစ်ရန် တောင်းပန်၏။ သာမာဝတီမိဖုရား ကလည်း မင်းကြီးအား မြားကိုမြေသို့ချိန်၍ လွတ်ရန် ပြောကြားပြီး မိဖုရားကိုယ်တိုင်ကလည်း “မင်းကြီးလက်မှ မြားလွတ်စေသတည်း” ဟု အဓိဋ္ဌာန်လိုက်ရာ မြားသည် မင်းကြီးလက်မှ လွတ်လေ၏။ ထိုအခါ မင်းကြီး သက်သာရာရတော့၏။





ဒေါသကို မေတ္တာဖြင့်သာ အောင်နိုင်၏ဟု မြတ်စွာ ဘုရား ဟောကြားတော်မူထားသည့်အတိုင်း နောက်ဆုံး၌ ဥတေနမင်းကြီး နှင့်မာဂဏ္ဍီတို့၏ ဒေါသအပေါ် သာမာဝတီ မိဖုရားအမှူးရှိသော မောင်းမင်းရာတို့၏ မေတ္တာက အောင်ပွဲခံလေ၏။ ဤသည်မှာ သာမာဝတီမိဖုရားနှင့် မောင်းမင်းရာတို့၏ မေတ္တာဘာဝနာ ဒိဋ္ဌဓမ္မ အကျိုးဖြစ်၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း၏ အစွမ်းကား ကြီးမားလှပါ ပေ၏။

၂။ ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း

ကရုဏာသဘော

ဆင်းရဲနွမ်းပါး ဒုက္ခိတသတ္တဝါများကို မြင်ရသောအခါ သူတော်ကောင်းတို့၏ စိတ်နှလုံးကို တုန်လှုပ်ချောက်ချားအောင် ပြုတတ်သောသဘောတရားသည် ကရုဏာမည်၏။ ဆင်းရဲ ဒုက္ခ ရောက်နေသူများကို မြင်ရသော သူတော်ကောင်းတို့မှာ ထိုသူတို့၏ ဆင်းရဲဒုက္ခကို ပယ်ရှားလိုစိတ်၊ ကယ်တင်ချင်စိတ် ဖြစ်တတ်၏။ သူတော်ကောင်းတို့၏ နှလုံးသားသည်လည်း တုန်လှုပ်ချောက်ချား သွားတတ်၏။ ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းသည် ကရုဏာ သဘော ဖြစ်၏။ ကရုဏာသည် အထက်တန်းစား သူတော် ကောင်းတို့၏ သန္တာန်၌ ဖြစ်တတ်သော သဘောတရား ဖြစ်၏။

ဒေါသဖြစ်သူသည် သူတစ်ပါးကို ညှင်းဆဲလို၏။ ကရုဏာကား မညှင်းဆဲလိုသည့်အပြင် ကယ်တင်မှုပင် ပြုလိုက်သေး၏။ ထို့ကြောင့် ကရုဏာကို ညှင်းဆဲခြင်း ဝိဟိံသာခေါ် ဒေါသ၏ ဆန့်ကျင်ဘက်ဟုဆို၏။ ကရုဏာသည် အောက်တန်းစားလူများကို အကြောင်းပြု၍ အထက်တန်းစားလူများမှာ ဖြစ်တတ်သော သဘောတရားဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် ကရုဏာဖြစ်ပွားသူကို အထက်တန်းကျသူဟု ဆိုနိုင်၏။ ကိုယ့်အောက်နိမ့်ကျနေသူများကို တွေ့ပါလျက် သနားကျင်နာမှုမဖြစ်ဘူးဆိုလျှင် အထက်တန်းကျသူဟု ဆိုရန် ခဲယဉ်းပေလိမ့်မည်။

ကရုဏာအတု

အချို့သောသူတို့မှာ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေသူများကို မြင်တွေ့ရသောအခါ အထူးသဖြင့် မိမိနှင့်ပတ်သက် နီးစပ် သူများ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေသည်ကို မြင်တွေ့ရသောအခါ အလွန် သနားခြင်း၊ စိတ်သောကရောက်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်ကြ သေး၏။ ထိုသဘောကား ကရုဏာအစစ်မဟုတ်၊ သောက ခေါ်သော ဒေါမနဿဝေဒနာ ဖြစ်၏။ ကရုဏာအစစ်ကား သူတစ်ပါးကို သနားသော်လည်း ကုသိုလ်တရားဖြစ်၍ စိတ်ညစ် ညူးမှု မရှိ၊ ကြည်ကြည်လင်လင် ဖြစ်၏။ သောကကား စိတ်ကိုညစ်ညူးစေ၏။

ဤနေရာ၌ သောက၊ ဒေါသ၊ ဒေါမနဿတို့၏ သဘောကို ကွဲပြားခြားနားစွာ သိဖို့လိုအပ်၏။

ကရုဏာပွားပုံ

မေတ္တာပို့ခြင်း၊ မေတ္တာပွားခြင်းကို လူသိများသော် လည်း ကရုဏာပို့ခြင်း၊ ကရုဏာပွားခြင်းကိုမူ လူသိနည်း၏။ မေတ္တာနှင့်ပတ်သက်ပြီး မေတ္တာပို့ခြင်း၊ မေတ္တာပွားခြင်းဟု သုံးနှုန်းရသကဲ့သို့ ကရုဏာနှင့်ပတ်သက်၍လည်း ကရုဏာပို့ခြင်း၊ ကရုဏာပွားခြင်းဟူ၍ပင် သုံးနှုန်းရ၏။ ဆင်းရဲဒုက္ခ ရောက်နေသော သတ္တဝါများအပေါ် သို့မဟုတ် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး တစ်ယောက်အပေါ် ကရုဏာစိတ်ဖြင့်မှန်း၍ အာရုံပြုနေမှုကို ကရုဏာပို့သည်ဟု ဆိုရ၏။ ကရုဏာပို့လွှတ်နေခြင်း ကရုဏာပွားနေခြင်းပင်ဖြစ်၏။ မေတ္တာပို့နည်း မေတ္တာပွားနည်း ၅၂၈-မျိုးရှိသကဲ့သို့ ကရုဏာပို့နည်း၊ ကရုဏာပွားနည်းမှာ ၁၃၂-မျိုးရှိ၏။

အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် အနောဓိသောကရုဏာဖရဏာနည်း ၅-ပါး၊ ဩဓိသောကရုဏာဖရဏာနည်း ၇-ပါး၊ ပေါင်း-၁၂ ပါးဖြစ်၏။ ထို ၁၂-ပါးလုံးမှာပင် “ဒုက္ခာမုစ္ဆန္တု = ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ” ဟု ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေသော ဒုက္ခိတ သတ္တဝါတို့ကို အာရုံပြု၍ ပွားများရ၏။ ယင်း ၁၂-ပါးကို အရပ်ဆယ် မျက်နှာဖြင့် မြောက်လျှင် ၁၂၀-ဖြစ်၏။ ဤ ၁၂၀-နှင့်မူလ-၁၂





ပေါင်းသော် ၁၃၂-ဖြစ်၏။ မှတ်လွယ်အောင် ဆောင်ပုဒ်ဖြင့် မှတ်သားအပ်၏။ နောက်၌လာမည့် မုဒိတာပွားနည်း၊ ဥပေက္ခာ ပွားနည်းတို့လည်း အတူတူပင်ဖြစ်၍ ဆောင်ပုဒ်၌ မုဒိတာနှင့် ဥပေက္ခာတို့လည်း ပါနေ၏။

ဆောင်ပုဒ် = နောဓိပဉ္စ၊ ဩ-သတ္တဖြင့်၊ ဒွါဒသဟု၊ ပုဂ္ဂိုလ်စုကို၊ ပြု၍ အာရုံ၊ ပွားများတုံလော့၊ တစ်ဖုံဆယ်ဖြာ၊ ရပ်ဒိသာနှင့်၊ မြောက်ကာ ဆက်သွယ်၊ ရှာနှစ်ဆယ်တည်း၊ နှစ်သွယ် ပေါင်းစစ်၊ သုံးဆယ့်နှစ်တို့၊ စွန်းလစ် တစ်ရာ၊ ကရုဏာနှင့်၊ ပေက္ခာမုဒိ၊ ပြားတူ ရှိသည်၊ မြောက်ကြည့်လေတော့ မခဲတည်း။

အကျယ်အားဖြင့် ဤသို့ဖြစ်၏ “သဗ္ဗေ သတ္တာ၊ သဗ္ဗေ ပါဏာ၊ သဗ္ဗေ ဘူတာ၊ သဗ္ဗေ ပုဂ္ဂလာ၊ သဗ္ဗေ အတ္တဘာဝ ပရိယာပဏှာ” ။ ဤ ၅-ပါးသည် “မည်သူမည်ဝါ ယောက်ျား မိန်းမ” စသည်ဖြင့် ပိုင်းခြား ကန့်သတ်ခြင်း မရှိသောကြောင့် “အနောဓိသော ကရုဏာဖရဏာ” ၅-နည်း ဖြစ်၏။ အနောဓိ၌ ဩဓိသဒ္ဓါသည် အရေးအသား အပိုင်းအခြား အဘို့အစုဟူသော အနက်ကိုဟော၏။ “အနောဓိသော=အပိုင်း အခြားမရှိသော အားဖြင့် + ကရုဏာဖရဏာ = ကရုဏာကို ဖြန့်ခြင်း၊



ပို့လွှတ်ခြင်း၊ ပွားများခြင်း” ဟူ၍ ဖြစ်၏။ ဤ၌ သာမန် သတ္တဝါမှန်သမျှကိုပင် သတ္တ၊ ပါဏ၊ ဘူတ၊ ပုဂ္ဂလ၊ အတ္တဘာဝပရိယာပနဟု ပရိယာယ် ၅- မျိုးဖြင့် ဆိုခြင်း ဖြစ်၏။ သတ္တ=သတ္တဝါ၊ ပါဏ=အသက်ရှိသူ၊ ဘူတ=ဖြစ်နေသူ၊ ပုဂ္ဂလ=ပုဂ္ဂိုလ်၊ အတ္တဘာဝပရိယာပန=အတ္တဘော၌ အကျုံး ဝင်သူ၊ အချုပ်မှာ သတ္တဝါများပင် ဖြစ်၏။

“သဗ္ဗာ ဣတ္ထိယော၊ သဗ္ဗေ ပုရိသာ၊ သဗ္ဗေ အရိယာ၊ သဗ္ဗေ အနရိယာ၊ သဗ္ဗေ ဒေဝါ၊ သဗ္ဗေ မနုဿာ၊ သဗ္ဗေ ဝိနိပါတိကာ” ။ ဤ ၇-ပါးကား မိန်းမနှင့်ယောက်ျားကို တစ်ကန့်စီ၊ အရိယာနှင့်ပုထုဇဉ်ကို တစ်ကန့်စီ၊ နတ်လူနှင့် ဝိနိပါတအပါယ်ဘုံသားတို့ကို တစ်ကန့်စီ၊ ဤသို့ပိုင်းခြား ကန့်သတ်လျက် သူ့အဖို့နှင့်သူ အာရုံ ယူရသောကြောင့် ဩဓိသော ကရုဏာဖရဏာ မည်၏။

ထို ၁၂-မျိုးသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကို ကရုဏာပို့လွှတ် ပွားများ ရာ၌ အဆုံးအဆုံးမှာ “ဒုက္ခာမုစ္စန္တု=ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက် ကြပါစေ” ဟု ပါရ၏။ ဥပမာ-သဗ္ဗေ သတ္တာ ဒုက္ခာ မုစ္စန္တု၊ သဗ္ဗေပါဏာ ဒုက္ခာ မုစ္စန္တု စသည်ဖြင့် ဖြစ်၏။ ထို ၁၂-မျိုးကို ပုရတ္တိမာယ ဒိသာယစသော အရပ်ဆယ်မျက်နှာဖြင့် မြောက်ဆင့် ပွားများလျှင် ကရုဏာပွားနည်း ၁၂၀-ဖြစ်၏။ အရပ်ဆယ်မျက်နှာကို ဤသို့မှတ်အပ်၏-





- (၁) ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ = အရှေ့အရပ်(၁၂)၊
- (၂) ပစ္ဆိမာယ ဒိသာယ = အနောက်အရပ်(၁၂)၊
- (၃) ဥတ္တရာယ ဒိသာယ = မြောက်အရပ်(၁၂)၊
- (၄) ဒက္ခိဏာယ ဒိသာယ = တောင်အရပ်(၁၂)၊
- (၅) ပုရတ္ထိမာယ အနုဒိသာယ = အရှေ့တောင်ထောင့် အရပ် (၁၂)၊
- (၆) ပစ္ဆိမာယ အနုဒိသာယ = အနောက်မြောက်ထောင့် အရပ်(၁၂)၊
- (၇) ဥတ္တရာယ အနုဒိသာယ = အရှေ့မြောက်ထောင့် အရပ် (၁၂)၊
- (၈) ဒက္ခိဏာယ အနုဒိသာယ = အနောက်တောင်ထောင့် အရပ်(၁၂)၊
- (၉) ဟေဋ္ဌိမာယ ဒိသာယ = အောက်အရပ်(၁၂)၊
- (၁၀) ဥပရိမာယ ဒိသာယ = အထက်အရပ်(၁၂)၊

ပွားများပုံကား “ပုရတ္ထိမာယ ဒိသာယ သဗ္ဗေ သတ္တာ ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တိ” ဤသို့စသည်ဖြင့် ပုရတ္ထိမဒိသာနှင့် တွဲဖက်၍ ၁၂-ထွက်၏။ ပစ္ဆိမာဒိသာ စသည်နှင့်တွဲဖက်၍လည်း ၁၂-စီ ထွက်၏။ ဤသို့လျှင် အရပ် ၁၀-မျက်နှာနှင့်တွဲဖက်၍ ၁၂ × ၁၀ = ၁၂၀-ထွက်၏။ အရပ် ၁၀-မျက်နှာနှင့်မတွဲဘဲ မူလ ၁၂-နှင့်ပေါင်းသော် ကရုဏာပွားနည်း ၁၃၂-ဖြစ်၏။





ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ

ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ရှုမှတ်ပွားများရာ၌ ကမ္မဋ္ဌာန်း ၄၀-ရှိ ရာတွင် မည်သည့်ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ် သင့်လျော်ကြောင်းကို ကျမ်းဂန်များ၌ ပုဂ္ဂိုလ်၏ စရိုက်အလိုက် ခွဲခြားဖော်ပြထား၏။ ဗြဟ္မဝိဟာရကမ္မဋ္ဌာန်း ၄-မျိုးလုံး ဒေါသ စရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်ကြောင်းဆိုထားသဖြင့် ဤကရုဏာ ကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်၏ဟူ၍ မှတ်သားအပ်၏။ ဒေါသစရိုက်ရှိသူအနေဖြင့် ဒေါသပြေပျောက် ဖို့လိုသောကြောင့် ဒေါသ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်ခြင်းဖြစ်၏။

ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်၏ဟု ဆိုခြင်းသည် အထူးသင့်လျော်မှုရှိခြင်းကိုသာ ဆိုခြင်းဖြစ်၏။ အခြားပုဂ္ဂိုလ်များအား ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း မပေးရဟူ၍ ဆိုခြင်းမဟုတ်။ အမှန်စင်စစ် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာဟူသော ဗြဟ္မစိုရ်ခေါ် ဗြဟ္မဝိဟာရတရား လေးပါးသည် ကမ္ဘာလောကကြီးငြိမ်းချမ်းသာယာရေးကိုပင် ဖော်ဆောင်နိုင်သော တရားများဖြစ်၍ လူသားတိုင်းနှင့် သင့်လျော်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းများပင်ဖြစ်၏။

ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်

ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်သည် မန္တလေးမြို့ မစိုးရိမ်ကျောင်းတိုက်ကြီး၏ ဦးစီးပဓာနမဟာနာယက၊ အဘိဓဇမဟာရဋ္ဌဂုရု





ဆရာတော်ကြီး တစ်ပါးဖြစ်၏။ ဆရာတော်သည် အဘိဓမ္မာ အရာ ကျမ်းကျင်လိမ္မာတော်မူ၏။ အထူးသဖြင့် အဘိဓမ္မာ အရာတွင် အခက်ခဲဆုံး အနက်နဲဆုံး အကျယ်ဝန်းဆုံးဖြစ်သော ပဋ္ဌာန်းတရား ကို ပိုင်နိုင်တော်မူ၏။ ထို့ကြောင့်လည်း ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်ဟူ၍ အမည်တွင်ခြင်းဖြစ်၏။ ဆရာတော်သည် အမြဲတမ်း ပဋ္ဌာန်းတရား နှင့်နေတော်မူ၏။ စကားပြောရာ၌လည်း အများအားဖြင့် ပဋ္ဌာန်း စကားကိုသာ ပြောလေ့ရှိ၏။

ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်သည် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ အလွန်ကြီးမား တော်မူ၏။ တပည့်များအား သွန်သင်ဆုံးမတော်မူရာ၌ အောက်လက် ငယ်သားများအပေါ် ကရုဏာထားဖို့ မိန့်ကြားတော်မူလေ့ရှိ၏။ ကိုယ်တော်တိုင်လည်း တပည့်များအား ကရုဏာကြီးမားစွာဖြင့် စောင့်ရှောက်ချီးမြှောက်တော်မူလေ့ရှိ၏။ ဆရာတော်သည် မေတ္တာ၊ ကရုဏာကြီးမားတော်မူသည့်အလျောက် ဆရာတော်၏ မျက်နှာတွင် ဒေါသအရိပ်အရောင်ဟူ၍ တစ်ကြိမ် တစ်ခါမျှမတွေ့ရ။ အမြဲတန်း ကြည်လင် ရွှင်ပြတော်မူလျက်ရှိ၏။

“ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေသူ၊ ကိုယ့်အောက်နိမ့်ကျ သူများအပေါ် သနားကြင်နာမှုရှိရတယ်၊ သူတို့အပေါ် သနား ကြင်နာမှု မထားတတ်ဘူးဆိုရင် အနိုင်ယူချင်စိတ်၊ ဖိနှိပ်လို စိတ်ဖြစ်တတ်တယ်၊ အဲဒီစိတ်နဲ့သူတို့ကို ဆက်ဆံရင် ပိုပြီး ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်သွားမယ်၊ လူရာမဝင်ဖြစ်သွားမယ် ဟူ၍





မိန့်ကြားတတ်ပြီး အောက်ပါ လင်္ကာလေးကို ရွတ်ပြလေ့ရှိ၏-

- ကိုယ့်အောက်တွေ့လျှင် ကရုဏာဝင်၊ မဝင်နိုင်က နိုင်တတ်တယ်၊
- နိုင်မယ့်အစား ကရုဏာပွား၊ စိတ်ထားပြုပြင် ပြောင်းပါ့မယ်။

ကရုဏာပွားရကျိုး

ဗြဟ္မဝိဟာရတရား ၄-ပါး ပွားများသဖြင့် ဝိပဿနာ ဉာဏ်ရင့်သန်ခြင်း၊ ဘဝထိုထို၌ လိုရာကောင်းကျိုး အမျိုးမျိုးကို ရရှိနိုင်ခြင်း၊ မျက်မှောက်ဘဝ၌ ချမ်းသာစွာနေရခြင်း၊ ၁၁-မျိုး သောအကျိုးတရားတို့ကိုရရှိခြင်းဟူသော ကောင်းကျိုးတရားများ ရရှိနိုင်ကြောင်း ကျမ်းဂန်များ၌ ဆိုထား၏။ ထို့ကြောင့် ကရုဏာ ပွားများသဖြင့် မေတ္တာပွားများခြင်းကြောင့် ရရှိသောအကျိုးတရား ၁၁ ပါးတို့လည်း ရရှိနိုင်ကြောင်း မှတ်သားအပ်၏။ ဤ၌ ကရုဏာ ပွားများခြင်းကြောင့် သီးသန့်ရရှိသော အကျိုးတရားများကို ကျမ်းဂန်လာအတိုင်း ဖော်ပြ မည်ဖြစ်၏။ ကရုဏာပွားများခြင်း ကြောင့် သီးခြားရရှိသော အကျိုးတရားများမှာ-

- (၁) လာဘ်လာဘပေါများခြင်း၊
- (၂) ရရှိပြီး စည်းစိမ်ဥစ္စာများ မပျက်စီးမဆုံး ရုံးခြင်း၊
- (၃) ကောင်းသတင်း ကျော်စောခြင်း၊





- (၄) ပရိသတ်အလယ် ရဲရင့်ခြင်း၊
- (၅) မတွေမဝေ သေရခြင်း၊
- (၆) အပါယ်မလားခြင်း၊
- (၇) အမျိုးမြတ်သော လူဖြစ်ခြင်း၊
- (၈) အနာရောဂါ ကင်းခြင်း၊
- (၉) အစာရေစာ ပြည့်စုံခြင်း၊
- (၁၀) အသက်ရှည်ခြင်း တို့တည်း။

နည်းနှစ်မျိုးနှင့်စပ်၍ မှတ်ဖွယ်

မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းပွားများခြင်းနည်းတူ ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းပွားများရာ၌လည်း ကုသိုလ်ရရှိ ပွားများနည်း နှင့် ဈာန်ရအောင်ပွားများနည်းဟူ၍ (၂)မျိုးပင်ရှိ၏။ သားကိုချစ်ခင်သော အမိသည် ထိုမိမိသားငယ် ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေလျှင် ထိုဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်စေချင်ဘိသကဲ့သို့ အလွန် သနားခြင်း ဖြစ်ဘိသကဲ့သို့ ထိုအတူ တစ်ယောက်တည်းသော်လည်း ဖြစ်စေ၊ အများသော်လည်းဖြစ်စေ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက် နေသော သတ္တဝါကို ထိုဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်စေလိုသော စိတ်ဆန္ဒဖြင့် အလွန် သနားခြင်း ဖြစ်ရာ၏။ သနားသောကရုဏာ စိတ်ကို အဖန်ဖန် ဖြစ်စေရာ၏။ ကရုဏာတရား ပွားများရာ၏။ ထိုသို့ဖြစ်ပွားသဖြင့် ကုသိုလ်တရားတိုးပွားရရှိလေ၏။ ရှေ့၌ ဖော်ပြခဲ့သော ကရုဏာ





ပွားနည်း ၁၃၂ နည်းအရ ပွားများခြင်း သည်လည်း ကုသိုလ်ရရုံ ပွားများနည်းပင် ဖြစ်၏။

မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများခြင်း မရှိသဖြင့် မေတ္တာဈာန်မရသောပုဂ္ဂိုလ်သည် ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေသည့် သနားကရုဏာစိတ် ကြာမြင့်စွာဖြစ်တည်ရန် ခဲယဉ်း၏။ ဈာန်ရလောက်အောင် ကရုဏာစိတ်ဖြစ်ဖို့ ခဲယဉ်း၏။ “ကံ အကျိုးပေးပဲ” ဟု အောက်မေ့ပြီး ကြောင့်ကြမစိုက် အာရုံမပြုဘဲ လျစ်လျူရှုနေတတ်၏။ ထို့ကြောင့် ဈာန်ရအောင်၊ ကရုဏာ ပွားများလိုသော သူတော်စင်သည် မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းကိုသာလျှင် စီးဖြန်းပွားများအပ်၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်း ပွားများသဖြင့် ဈာန်ရပြီးသောအခါမူကား ထိုမိမိမေတ္တာ ဈာန်စိတ်သည် အာရုံပြုအပ်သော မိမိအလွန်ချစ်ခင်နေသည့် သတ္တဝါများထဲမှ တစ်ဦးဦး ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေလျှင် ထိုသူ့ အပေါ် အလွန်သနား ခြင်း ကရုဏာ ဖြစ်လေတော့၏။

ထိုသို့ဖြစ်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် “ဤသူသည် ဆင်းရဲ ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ပါစေ” ဟု ဆင်းရဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်စေ လိုသော အလွန်သနားသောစိတ်ဆန္ဒဖြစ်လျှင်ပင် တစ်ခဏ အတွင်း ကရုဏာဈာန်ကိုရနိုင်လေ၏။ ချစ်စိတ်ဖြစ်နေရာမှ သနားစိတ် ပြောင်းပေးလိုက်ရုံမျှဖြင့် ဈာန်ရခြင်းဖြစ်၏။ သနားကရုဏာ စိတ်ကြောင့်ရသော ဈာန်ဖြစ်၍ ကရုဏာဈာန်ဟုဆိုရ၏။ မေတ္တာ





ဈာန်ရလျှင် အထူးကြောင့်ကြစိုက် အားထုတ်မနေရတော့ဘဲ ကရုဏာဈာန်ကိုလည်း ရလေတော့၏။ မိမိ ချစ်ခင်အပ်သော သူများမှာ အလွန်ဆင်းရဲဒုက္ခ မရောက်ကြ သော်လည်း ဇာတိ၊ ဇရာ၊ ဗျာဓိ၊ မရဏ သံသရာဘေးနှင့် ချီ၍ ဆင်ခြင်အောက်မေ့ လိုက်လျှင်လည်း ကရုဏာဈာန်ကို ရနိုင်ကြကုန်၏။

၃။ မုဒိတာကမ္မဋ္ဌာန်း

မုဒိတာသဘော

သုခိတသတ္တဝါကိုမြင်၍ ကြည်ရွှင်ဝမ်းမြောက်မှု ဖြစ်ခြင်း သည် မုဒိတာသဘော ဖြစ်၏။ မုဒိတာသည် ရာထူးဂုဏ်ရှိန် စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့နှင့် ပြည့်စုံသော ဘဝမြင့်မားသူကို မြင်လျှင် သူတော်စင်တို့မှာ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ဖြစ်ခြင်းသဘောတရားတည်း။ ယေဘုယျအားဖြင့် မိမိထက်ဘဝ မြင့်မားသူကို အကြောင်း ပြု၍ ဘဝနိမ့်ကျသူများမှာ ဖြစ်တတ်သော သဘောတရားဟူ၍ မှတ်သား အပ်၏။ ဣဿာရှိသူများကား သူတစ်ပါးပြည့်စုံနေသည် ကိုမြင် လျှင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ မဖြစ်နိုင်ဘဲ၊ ငြုစုတတ်ကြ၏။ ထို့ကြောင့် မုဒိတာသည် ဣဿာ၏ ဆန့်ကျင်ဘက်သဘော တရားဖြစ်၏။



မုဒိတာအစစ်,အတု

ဘဝမြင့်မားသူကိုတွေ့၍ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်တိုင်း မုဒိတာဟူ၍ မမှတ်အပ်၊ မုဒိတာလိုလို ဖြစ်တတ်သော မုဒိတာ အတုလည်း ရှိသေး၏။ အထူးသဖြင့် မိမိနှင့်ဆက်စပ်ပတ်သက် သူတို့ ဘဝသမ္ပတ္တိဆိုက်နေပုံကိုမြင်လျှင် ကျေနပ်အားရ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်တတ်ကြ၏။ ထိုဝမ်းမြောက်မှုမျိုးကား မုဒိတာအစစ် ဖြစ်နိုင်ခဲ့၏။ ပီတိအစွမ်းဖြင့် ရွှင်လန်းစွာ ဖြစ်ပေါ်လာသော လောဘာမူ သောမနဿသဟဂုတ် ဖြစ်တတ်၏။ မုဒိတာသည် ကုသိုလ် တရားဖြစ်၍ စိတ်ကိုအေးမြ စေတတ်၏။ လောဘာကား အကုသိုလ် ဖြစ်၍ စိတ်ကိုပူလောင် စေတတ်၏။ မုဒိတာနှင့်လောဘာ၏ သဘော ကို မိမိတို့စိတ်ခံစားမှု ပေါ်မူတည်၍ ခွဲခြားရှုဆင်ခြင်သင့်၏။

မုဒိတာပွားပုံ

မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း, ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများ ရာ၌ မေတ္တာပို့ခြင်း၊ မေတ္တာပွားခြင်း, ကရုဏာပို့ခြင်း, ကရုဏာပွားခြင်းဟု သုံးနှုန်းရသကဲ့သို့ ဤမုဒိတာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများရာ၌လည်း မုဒိတာပို့ခြင်း, မုဒိတာ ပွားခြင်းဟု သုံးနှုန်းရမည်သာဖြစ်၏။ ကုံလုံပြည့်စုံနေသော သုခိတ သတ္တဝါများ အပေါ် သို့မဟုတ် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး တစ်ယောက် အပေါ် မုဒိတာစိတ် ဖြင့်မှန်း၍ အာရုံပြုနေမှုကို မုဒိတာပို့သည်ဟု ဆိုရ၏။ မုဒိတာပို့လွတ်





နေခြင်း မုဒိတာပွားနေခြင်းပင် ဖြစ်၏။ ကရုဏာပို့နည်း ကရုဏာ ပွားနည်း ၁၃၂ မျိုးဖြစ်သကဲ့သို့ မုဒိတာပို့နည်း၊ မုဒိတာပွား နည်းသည် ၁၃၂ မျိုးပင်ဖြစ်၏။

ထူးခြားချက်မှာ ကရုဏာပွားများရာတွင် “ဒုက္ခာ မုစ္ဆန္တု = ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ကြပါစေ” ဟု ပွားများရသည် ဖြစ်ရာ မုဒိတာပွားများရာတွင် ယင်းနေရာ၌ “ယထာလဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု = အကြင် အကြင် ရအပ်သော ဘဝသမ္ပတ္တိမှ မလျောကျပါစေကုန်လင့်” ဟု အစားထိုးရမည် ဖြစ်၏။ “ရရှိပြီး သော ချမ်းသာမှ လက်မလွတ် ကြပါစေနှင့်” ဟု ဆိုလို၏။ ကရုဏာပွားများနည်း၌ ပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ၁၂-မျိုးသော ပုဂ္ဂိုလ်၊ ၁၀-ပါးသော အရပ်မျက်နှာတို့ဖြင့် မြှောက်ဆင့်ပွားများ လျှင် မုဒိတာပွားနည်း ၁၃၂-မျိုး ဖြစ်၏။ သဗ္ဗေ သတ္တာ ယထာ- လဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္ဆန္တု စသည်ဖြင့် ပွားရ၏။

မုဒိတာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ

ဗြဟ္မဝိဟာရကမ္မဋ္ဌာန်း ၄-မျိုးလုံး ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်ကြောင်း ဆိုထားသဖြင့် ဤမုဒိတာ ကမ္မဋ္ဌာန်းလည်း ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်၏ဟူ၍ပင် မှတ်သားအပ်၏။ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ၊ ကုက္ကုစ္စတို့သည် ဒေါသအုပ်စုဝင် တရား များ ဖြစ်၏။ ဒေါသစရိုက်ရှိသူအနေဖြင့် ဒေါသပြေပျောက်ဖို့



လိုသောကြောင့် ဒေါသအုပ်စုဝင် ဣဿာ၏ ဆန့်ကျင်ဘက် မုဒိတာကမ္မဋ္ဌာန်းသည် ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်ခြင်း ဖြစ်၏။ အမှန်စင်စစ် မေတ္တာ, ကရုဏာ, မုဒိတာ, ဥပေက္ခာ ဟူသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားလေးပါးသည် ကမ္ဘာလောကကြီး ငြိမ်း ချမ်းသာယာ ရေးကိုပင် ဖော်ဆောင်နိုင်သော တရားများ ဖြစ်၍ လူသားတိုင်း နှင့်သင့်လျော်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းများဖြစ်ကြောင်း ရှေ့၌ဆိုခဲ့ပြီးဖြစ်၏။

ဓနရှင်နှင့်ဆင်းရဲသားတို့ကဲ့ပွဲ

ကရုဏာနှင့် မုဒိတာတရားနှစ်ပါးကို လေ့လာစိစစ် ကြည့်သောအခါ ယေဘုယျသဘောအရ ကရုဏာက အထက်တန်း ကျသူများအနေဖြင့် ကိုယ့်အောက် အဆင့်နိမ့်သူများအပေါ် ဖြစ်တတ်သောသဘောရှိပြီး မုဒိတာက အောက်တန်းကျသူများ အနေဖြင့် ကိုယ့်ထက် အဆင့်မြင့်သူများ အပေါ်ဖြစ်တတ်သော သဘောရှိသည်ကို တွေ့ရ၏။ ကမ္ဘာ့ သမိုင်းဖြစ်စဉ်တွင် ဓနရှင်နှင့် ဆင်းရဲသားတို့ကဲ့ပွဲများကို တွေ့ရ၏။ ဓနရှင်နှင့်ဆင်းရဲသားများ တို့ကဲ့ပွဲဖြစ်ရသည်မှာ ဤကရုဏာနှင့် မုဒိတာတရားများ ခေါင်းပါး ခြင်းကြောင့် ဖြစ်၏။

အကယ်၍သာ ဓနရှင်များမှာ သနားကြင်နာခြင်း ကရုဏာ တရား လက်ကိုင်ထားပြီး ဆင်းရဲသားများမှာလည်း ဝမ်းမြောက် ခြင်းမုဒိတာတရား လက်ကိုင်ထားကြမည်ဆိုလျှင် ဓနရှင်နှင့်



ဆင်းရဲသားများအကြား တိုက်ခိုက် စရာအကြောင်းမရှိပေ။
ဤကရုဏာမုဒိတာတရားနှစ်ပါးကို ကမ္ဘာလောကကြီး ငြိမ်းချမ်း
သာယာရေးအတွက် ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်သော တရားများအဖြစ်
ရူမြင်အပ်ပါ၏။

ပဋ္ဌာန်းဆရာတော်

ပဋ္ဌာန်းဆရာတော် မေတ္တာ,ကရုဏာ အလွန်ကြီးမား
ကြောင်းကို ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပြဆိုခဲ့ပြီး ဖြစ်၏။ ဆရာတော်
သည် မုဒိတာနှင့်ပတ်သက်၍လည်း တပည့်များအား မိန့်ကြား
တော်မူလေ့ရှိ၏။ “ဘဝသမ္ပတ္တိနှင့် ပြည့်စုံသူတွေ၊ ကိုယ့်ထက်
မြင့်မားသူတွေကို တွေ့တဲ့အခါ သူတို့ရဲ့ အောင်မြင်တိုးတက်မှု၊
မြင့်မားမှုတွေကို အသိအမှတ်ပြုနိုင်ရမယ်၊ ဝမ်းသာနိုင်ရမယ်၊
မုဒိတာပွားနိုင်ရမယ်၊ သူတို့အပေါ် မုဒိတာမပွားနိုင်ဘူးဆိုရင်
အလကားနေရင်း ကိုယ့်မှာ ဣဿာဝင်လာတတ်တယ်၊ ဣဿာ
ဆိုတာ မနာလိုတာ၊ သူများကြီးပွားတိုးတက်မှုအပေါ် မရှုစိတ်
ဖြစ်နေတာ၊ နေရင်းထိုင်ရင်း ပူလောင်နေတာ၊ မုဒိတာစိတ်
ဖြစ်နိုင်အောင် ကိုယ့်စိတ်ကိုထိန်းကျောင်း ပြုပြင်ရမယ်” ဟူ၍
မိန့်ကြားတော်မူတတ်ပြီး အောက်ပါလင်္ကာလေးကို ရွတ်ပြလေ့ရှိ၏-

- ကိုယ်ထက်သာလျှင် မုဒိတာဝင်၊
- မဝင် ဣဿာ ယိုင်တတ်တယ်၊



- ယိုင်မယ့်အစား မုဒိတာပွား၊

စိတ်ထား ပြုပြင် ပြောင်းပါမယ်။

နည်းနှစ်မျိုးနှင့်စပ်၍မှတ်ဖွယ်

ကရုဏာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများခြင်းနည်းတူ
 မုဒိတာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများရာ၌လည်း ကုသိုလ်ရရုံ
 ပွားများနည်းနှင့် ဈာန်ရအောင်ပွားများနည်းဟူ၍ (၂)မျိုးပင်ရှိ၏။
 သားကိုချစ်ခင်သောအမိသည် ထိုမိမိသား စည်းစိမ်ချမ်းသာနှင့်
 ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ချမ်းချမ်းသာသာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နေသည်ကို
 တွေ့မြင်ရလျှင် ထိုစည်းစိမ်ချမ်းသာမှ မဆုတ်မယုတ် အလွန်
 ကြာမြင့်စွာ ဤစည်းစိမ်အတိုင်းသာ တည်စေချင်ဘိသကဲ့သို့
 အလွန်ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်ဘိသကဲ့သို့ ထို့အတူ တစ်ယောက်
 တည်းသော်လည်းဖြစ်စေ၊ အများသော်လည်းဖြစ်စေ စည်းစိမ်
 ချမ်းသာနှင့်ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ချမ်းချမ်းသာသာ ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်နေသော
 သတ္တဝါကို ထိုစည်းစိမ်ဥစ္စာမှ မဆုတ် မယုတ်စေလိုသော စိတ်
 ဆန္ဒဖြင့် အလွန်ဝမ်းမြောက်ခြင်း ဖြစ်ရာ၏။ ဝမ်းမြောက်သော
 မုဒိတာစိတ်ကို အဖန်ဖန် ဖြစ်စေရာ၏။ မုဒိတာတရားပွား
 များရာ၏။ ထိုသို့ပွားများသဖြင့် ကုသိုလ်တရား တိုးပွားရရှိလေ၏။
 ရှေ့၌ ဖေါ်ပြခဲ့သော မုဒိတာ ပွားနည်း ၁၃၂ နည်းအရ ပွားများခြင်း
 သည်လည်း ကုသိုလ် ရရုံပွားများနည်းပင် ဖြစ်၏။





မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းပွားများခြင်း မရှိသဖြင့် မေတ္တာ
 ဈာန်ကိုမရသောပုဂ္ဂိုလ်သည် စည်းစိမ်ချမ်းသာနှင့် ပြည့်စုံ၍
 ပျော်ရွှင်နေသူ၌လည်း ဝမ်းမြောက်ခြင်းမုဒိတာစိတ် ကြာမြင့်စွာ
 ဖြစ်တည်ရန် ခဲယဉ်း၏။ ဈာန်ရလောက်အောင် မုဒိတာစိတ်ဖြစ်ပို့
 ခဲယဉ်း၏။ “ကံအကျိုးပေပဲ” ဟု အောက်မေ့ပြီး ကြောင့်ကြ
 မစိုက်အာရုံမပြုဘဲ လျစ်လျူရှု နေတတ်၏။ မနာလိုခြင်း ငြူစုခြင်း
 ဣဿာတရားသာ ဖြစ်တတ်၏။ ထို့ကြောင့် ဈာန်ရ အောင်
 မုဒိတာပွားလိုသော သူတော်စင်သည် မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း ကိုသာလျှင်
 စီးဖြန်းပွားများအပ်၏။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများသဖြင့်
 ဈာန်ရပြီး သောအခါမူကား ထိုမိမိမေတ္တာ ဈာန်စိတ်သည်
 အာရုံပြုအပ်သော မိမိအလွန် ချစ်ခင်နေသည့် သတ္တဝါများထဲမှ
 တစ်ဦးဦး စည်းစိမ်ချမ်းသာနှင့် ပျော်ပျော် ရွှင်ရွှင်ဖြစ်နေလျှင်
 ထိုသူ့အပေါ် အလွန်ဝမ်းမြောက်ခြင်း မုဒိတာ ဖြစ်လေတော့၏။

ထို သို့ဖြစ်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် “ဤသူသည်
 စည်းစိမ်ဥစ္စာမှ မလျောကျပါစေနှင့်” ဟု စည်းစိမ်ဥစ္စာမှ မလျော
 ကျစေလိုသော အလွန်ဝမ်းမြောက်သော စိတ်ဆန္ဒ ဖြစ်လျှင်ပင်
 တစ်ခဏအတွင်း မုဒိတာဈာန်ကို ရနိုင်လေ၏။ ချစ်စိတ်ဖြစ်နေ
 ရာမှ ဝမ်းမြောက်စိတ် ပြောင်းပေးလိုက်ရုံမျှဖြင့် ဈာန်ရခြင်း ဖြစ်၏။
 ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ မုဒိတာစိတ်ကြောင့် ရသောဈာန် ဖြစ်၍
 မုဒိတာဈာန်ဟု ဆိုရ၏။ မေတ္တာဈာန်ရလျှင် အထူး ကြောင့်ကြစိုက်



အားထုတ်မနေရတော့ဘဲ မုဒိတာဈာန်ကိုလည်း ရလေတော့၏။ မိမိချစ်ခင်အပ်သော သူများမှာ စည်းစိမ်ဥစ္စာနှင့် မပြည့်စုံစေကာမူ မျက်နှာ ပြုံးပြုံး ရွှင်ရွှင်ဖြစ်နေကြသည်ကို မြင်ရလျှင်ပင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်၍ မုဒိတာဈာန်ကို ရနိုင်ကြလေကုန်၏။

၄။ ဥပေက္ခာကမ္မဋ္ဌာန်း

ဥပေက္ခာသဘော

သတ္တဝါတို့အပေါ် မုန်းချစ်မပြု သင့်တော်ရုံရှုမြင်တတ်ခြင်းသည် ဥပေက္ခာသဘောဖြစ်၏။ ဥပေက္ခာသည် မေတ္တာကဲ့သို့ သူတစ်ပါးအကျိုးစီးပွားကို ဆောင်ရွက်လိုခြင်းမရှိ၊ ကရုဏာကဲ့သို့ သူတစ်ပါးဆင်းရဲကို ပယ်ရှာလိုခြင်းလည်း မရှိ၊ မုဒိတာကဲ့သို့ သူတစ်ပါးကြီးပွားတိုးတက်နေသည်ကို ဝမ်းမြောက်ခြင်းလည်း မရှိဘဲ သတ္တဝါတို့အပေါ်၌ “သဗ္ဗေ သတ္တာ ကမ္မဿကာ= အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည် ကံသာ ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိကြ၏” ဟု ကမ္မဿကာ ချတတ်သော သဘောဖြစ်၏။ တရားကိုယ်မှာ တကြမဇ္ဈတ္တတာစေတသိက်တည်း။ လျစ်လျူရှုအပ်သော သတ္တဝါပညတ်ကို အာရုံပြု၏။





ဥပေက္ခာ ၂ မျိုး

ပါရမီဆယ်ပါး၌လာသော ဥပေက္ခာပါရမီနှင့် ဤ ဥပေက္ခာ ဗြဟ္မဝိဟာရကမ္မဋ္ဌာန်းသည် သဘောချင်း မတူတတ်။ ပါရမီဥပေက္ခာသည် အခြားသူများက မိမိအပေါ်၌ ကောင်းမွန်စွာ ပြုမှု၊ မတော်တရော်ပြုမှုများကို သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်ပြီး စိတ်မဆိုး ဝမ်းမသာ လျစ်လျူရှုထားနိုင်သော သဘောဖြစ်၏။ ဤဗြဟ္မ ဝိဟာရဥပေက္ခာကား ထိုသို့မဟုတ်ဘဲ သက်သက် သတ္တဝါတို့ အပေါ်မှာ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ မဖြစ်ဘဲ လျစ်လျူရှုနိုင်သော သဘော ဖြစ်၏။

ဥပေက္ခာအခစ်အတု

သတ္တဝါတို့အပေါ်၌ ချစ်ရ၊ မုန်းရမုန်းမသိ၍ လျစ်လျူရှုနေသော ဘာသိဘာသာဖြစ်မှုမျိုးလည်း ရှိသေး၏။ ထိုသဘောမှာ အညာဏုပေက္ခာ(အညာဏ+ဥပေက္ခာ) မသိနားမလည်မှု သာ ဖြစ်၏။ တရားကိုယ်မှာ မောဟဖြစ်၍ ဥပေက္ခာအတုသာ ဖြစ်၏။ အချို့မိဘများသည် မိမိစကားနားမထောင်သော သားသမီးများကို ဖြစ်ချင်ရာဖြစ်ပစေ ဟု ပစ်ထားတတ်ကြ၏။ ထိုသဘောမှာလည်း ဥပေက္ခာမဟုတ်။ အချို့ မိဘများကား သားသမီးများ မည်မျှပင် ဆိုးပါစေ၊ မချစ်မမုန်းဘဲ သည်းခံခွင့်လွှတ်နိုင်ကြ၏။ ထိုသို့ လျစ်လျူရှုနိုင်မှုသဘောမှာ ဥပေက္ခာ ဖြစ်၏။





ကမ္မဿကာသည် ဥပေက္ခာ၏အနက်သဘောကို ညွှန်းဆိုသောပုဒ်ဖြစ်၏။ ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာ ရှိသည်ဟု ဆိုလို၏။ “ကောင်းလဲသူကံ၊ ဆိုးလဲသူကံ”ဟု ကံစီမံရာ အတိုင်း လက်ခံနိုင်မှုသဘော ဖြစ်၏။ ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း တစ်ဘက်ဘက် ယိမ်းယိုင်သွားလျှင် ဥပေက္ခာပျက်တော့၏။ “ငါက ချမ်းသာစေချင်သော်လည်း သူ့ကံရှိမှ ချမ်းသာမည်၊ ငါက သနားသော်လည်း သူ့ကံရှိမှ ဒုက္ခကလွတ်မည်၊ သူကြီးပွား တိုးတက်နေသည်ကို ငါကဝမ်းသာသော်လည်း သူ့ကံရှိမှ ဆက်လက် တည်မည်၊ ငါကကြောင့်ကြစိုက်ဖွယ်မလို၊ ကမ္မဿကာပဲ”ဟု ကံစီမံရာအတိုင်း လက်ခံနိုင်မှုသဘောသည် ဥပေက္ခာအစစ်ဖြစ်၏။

ဥပေက္ခာပွားပုံ

ရှေ့၌ပြခဲ့သော ကရုဏာပွားပုံ၊ မုဒိတာပွားပုံနည်းတူ ဥပေက္ခာပွားနည်းလည်း ၁၃၂-မျိုးပင် ဖြစ်၏။ ထူးခြားချက်မှာ “ဒုက္ခာမုစ္စန္တိ”ဟူသော ကရုဏာပွားနည်း၊ “ယထာ-လဒ္ဓသမ္ပတ္တိတော မာဝိဂစ္စန္တိ”ဟူသော မုဒိတာပွားနည်း အစား “ကမ္မဿကာ=ကံသာလျှင် ကိုယ်ပိုင်ဥစ္စာရှိကြကုန်၏” ဟု ဥပေက္ခာပွားနည်းကို မှတ်သားအပ်၏။ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ ပွားနည်းတို့၌ ပြဆိုခဲ့သည့်အတိုင်း ၁၂ မျိုးသော ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ၊ ၁၀-ပါးသော အရပ်မျက်နှာတို့ဖြင့် မြှောက်ဆင့် ပွားများလျှင်





ဥပေက္ခာပွားနည်း ၁၃၂-မျိုး ဖြစ်၏။ သဗ္ဗေ သတ္တာ ကမ္မဿကာ၊ သဗ္ဗေ ပါဏာ ကမ္မဿကာ-စသည်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပုရိတ္ထိမာယ ဒိသာယ သဗ္ဗေ သတ္တာ ကမ္မဿကာ စသည်ဖြင့် လည်းကောင်း ပွားများရ၏။

ဥပေက္ခာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းသင့်သူ

ဗြဟ္မဝိဟာရကမ္မဋ္ဌာန်း ၄-မျိုးလုံး ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်ကြောင်းဆိုထားသဖြင့် ဤဥပေက္ခာ ကမ္မဋ္ဌာန်းလည်း ဒေါသစရိုက်ရှိသူနှင့် သင့်လျော်၏ဟူ၍ ယေဘုယျအားဖြင့် မှတ်သား အပ်၏။ သို့ရာတွင် မဟာဝိသုဒ္ဓါရုံ ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ပရမတ္ထ သရူပဘေဒနီ(ဒုတိယတွဲ)၌ ဥပေက္ခာဘဝနာကို ပွားလိုသော ယောဂီသည်ကား မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ သုံးပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါး၌ စတုတ္ထဈာန်ကို အဖန်ဖန် လေ့လာဝင်စား ပွားများ ပြီးမှ ပွားများအပ်ကြောင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ လယ်တီဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ ကမ္မဋ္ဌာန်းကျမ်းကြီး၌ မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာ တို့ဖြင့် စတုတ္ထဈာန် ကိုရပြီးသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အထက် ပဉ္စမဈာန်ကို တက်လို သောအခါ--ပွားများ အပ်ကြောင်းဖြင့် လည်းကောင်း မိန့်ဆိုထား၏။ ထို့ကြောင့် ဥပေက္ခာကမ္မဋ္ဌာန်းကို စတုတ္ထဈာန်ရပြီး သူများနှင့်သင့်လျော်ကြောင်း အထူးအားဖြင့် မှတ်သားအပ်၏။



ပဉ္စမဈာန်ရပုံ

အောက်ဗြဟ္မဝိဟာရကမ္မဋ္ဌာန်း သုံးမျိုးတို့ဖြင့် စတုတ္ထဈာန်ကိုရပြီး၍ အထက်ပဉ္စမဈာန်ကို ရလို ဖြစ်စေလိုသောအခါ သတ္တဝါတို့ကို ချမ်းသာအောင်စသည်ဖြင့် ကြောင့်ကြစိုက်ခြင်း ဗျာပါရကို ရုပ်သိမ်း၍ သူ့မှာ ကံသာလျှင် အပြုအပြင် အစီအရင် ကိုးကွယ်ရာ ဥစ္စာရှိ၏။ “ကမ္မဿကာတည်း” ဟု လျစ်လျူရှုခြင်း ဥပေက္ခာဖြင့် ဆင်ခြင်ကြည့်ရှုသည်ကို ဥပေက္ခာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်း ပွားများသည်ဟုခေါ်၏။ ဥပေက္ခာပွားများသည်ဟု ဆိုသဖြင့် သတ္တဝါတို့ကို တောထဲမှာရှိနေသော မြက်မှိုက်၊ ထင်းချောက် တို့ကဲ့သို့ အမှတ်မရဘဲ အာရုံမပြုဘဲ မေ့လျော့နေသည်မဟုတ်၊ စတုတ္ထဈာန်စိတ် သက်ဝင်စွဲငြိနေသည့် ပုဂ္ဂိုလ် သတ္တဝါကိုပင်လျှင် ဥပေက္ခာစိတ်နှင့် စွဲငြိသက်ဝင်အာရုံ ပြုဖန် ပွားများဖန်များသဖြင့် ဈာန်စိတ်ထဲ၌ သုခဝေဒနာ မဖြစ်တော့ဘဲ ဥပေက္ခာဝေဒနာဖြစ်၍ ဧကဂ္ဂတာနှင့်တကွ ဈာန်အင်္ဂါနှစ်ပါး နှင့်ပြည့်စုံသော ပဉ္စမဈာန် ကိုရလေ၏။

စိတ်ထဲမှာ ချမ်းသာခြင်းစသည်ဖြစ်စေလိုသည့် ကြောင့်ကြ စိုက်ခြင်း ဗျာပါရမျှကိုသာ ရုပ်သိမ်းရ၏။ ကမ္မဿကာအနေဖြင့် ကြောင့်ကြစိုက်ခြင်း ဗျာပါရကို ရုပ်သိမ်း၍ စတုတ္ထဈာန် စိတ်သက်ဝင်စွဲငြိနေသည့် ထိုပုဂ္ဂိုလ် ကိုပင်လျှင် လျစ်လျူရှုခြင်း ဥပေက္ခာစိတ်နှင့် ကြည့်ရှုအာရုံပြု၍ စွဲငြိအောင်ပြုရ၏။ ဤဥပေက္ခာ





ကမ္မဋ္ဌာန်းမှာ ကုသိုလ်ရရှိ ပွား များမှုဟူ၍မရှိ။ အောက်ဗြဟ္မဝိဟာရ စတုတ္ထဈာန်ကိုမရဘဲလည်း သတ္တဝါတို့ကို သူ့ကံနှင့်သူ “ကမ္မဿကာတည်း” ဟုရှု၍ ကုသိုလ်မဖြစ်။

ဗြဟ္မဝိဟာရလေးပါး၌ မှတ်ဖွယ်

မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများသူအား ကရုဏာ၊ မုဒိတာ၊ ဥပေက္ခာကမ္မဋ္ဌာန်းများ အထူးများများစားစား စီးဖြန်း ပွားများအားထုတ်ခြင်း မပြုရဘဲ အလိုလိုပြည့်စုံ လာနိုင်ကုန်၏။ ထို့ကြောင့် မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်းကိုသာလျှင် အထူးပွားများအားထုတ် အပ်၏။ မေတ္တာ၏အကျိုး အာနိသင်သည် အလွန်ကြီးမား မြင့်မြတ် ၏။ ဘဝသမ္ပတ္တိ အကျိုးပေးသန်သော ကောင်းကံများတွင် မေတ္တာ ကံသည် အထွတ်အမြတ်ဆုံး အသာဆုံးဖြစ်၏။ မေတ္တာကံကို တုပြိုင်နိုင်သော ကံဟူ၍မရှိ။ အနုဿတိ ၁၀-ပါးတွင်လည်း ဗုဒ္ဓါနုဿတိကံသည် ဘဝသမ္ပတ္တိအကျိုးပေးသန်၍ ကြီးမား မြင့်မြတ်၏။ ထို့ကြောင့် ဘဝများစွာနေရဦးမည့် ဘုရားဆုပန် ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အထူးအားဖြင့် ဗုဒ္ဓါနုဿတိနှင့် မေတ္တာ ၂-ပါးကို လက်ကိုင်ထား ပွားများကြကုန်၏။ မေတ္တာကို ပွားများလျှင် ကျန်ဗြဟ္မဝိဟာရသုံးပါးလည်း အလိုလို လိုက်ပါပြည့်စုံတော့၏။

ဗြဟ္မဝိဟာရလေးပါးတို့၏ တန်ခိုးရှိန်စော် အာနုဘော်ကြောင့် ဘုရားအလောင်း သူတော်ကောင်းကြီးများ ဒါန၊ သီလ၊ နိက္ခမ္မ



စသည် ပါရမီ ၁၀-ပါးပြည့်စုံကြ၍ နောက်ဆုံးဘဝ ဘုရားဖြစ်တော်
 မူသည့်အခါ ဒသဗလ စသည်လုံးစုံ တင့်တယ်သော ဂုဏ်တို့ကို
 ရရှိတော်မူကြကြောင်း ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၌ဆို၏။ ထို့ကြောင့်
 ဗြဟ္မဝိဟာရလေးပါး အကျင့်မြတ်တရားတို့ကို အလေးထားပွားများ
 ကြရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါ၏။



အာဟာရပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာနိး

ပဋိကူလသညာသဘော

ခဲဖွယ်ဘောဇဉ်စသော အစာအာဟာရ၌ စက်ဆုပ်ရွံရှာ ဖွယ်ဟု ထင်မှတ်လာအောင် ရှုဆင်ခြင်တတ် သော သညာကို “အာဟာရပဋိကူလသညာ” ဟုခေါ်၏။ ခွဲခြားကြည့်လျှင် ပဋိကူလသညာသည် ရှုဆင်ခြင်တတ်သော အာရမ္မဏိကတရား တည်း။ ထိုပဋိကူလသညာဟူသော အာရမ္မဏိကတရား၏ အာရုံကမ္မဋ္ဌာန်းကား စားအပ်သောက်အပ်သော ခဲဖွယ်ဘောဇဉ် စသည့် အစာအာဟာရတည်း။ (အာဟာရ=အစာ အာဟာရ၌+ ပဋိကူလ= စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ဟု+သညာ=မှတ်ထင်ခြင်း)

ဆင်ခြင်နည်း ၁၀-မျိုး

ပဋိကူလသညာ ဖြစ်ပေါ်လာအောင် ဆင်ခြင်ရာ၌ ဆင်ခြင်နည်း ၁၀-မျိုးအားဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် အဋ္ဌကထာ၌ မိန့်ဆိုထား၏။ ဆင်ခြင်နည်း ၁၀-မျိုးမှာ-

- ၁။ ဂမန = အာဟာရ ရဖို့ရာ သွားရခြင်း၊
- ၂။ ပရိယေသန = ရှာဖွေရခြင်း၊
- ၃။ ပရိဘောဂ = စားသောက်သုံးဆောင်ရခြင်း၊





- ၄။ အာသယ = သလိပ်, သည်းခြေ, သွေး, ပြည် ဟူသော အာသယများနှင့် ရောနှောခြင်း၊
- ၅။ နိဓာန = စုဝေးတည်နေရာ အစာသစ် အိမ်၏ ညစ်ပတ်ခြင်း၊
- ၆။ အပရိပက္က = အစာမကြေမကျက်ခင် ရင့်ပြည့် ဝမ်းရောင်ခြင်း၊
- ၇။ ပရိပက္က = အစာကြေကျက်ပြီး အမြှုပ် အပွက် ထခြင်း၊
- ၈။ ဖလ = အကျိုးရင်းအားဖြင့် ဆံပင် မွေးညင်း စသည်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊
- ၉။ နိဿန္တ = အကျိုးဆက်အားဖြင့် အနာ ရောဂါ အမျိုးမျိုးဖြစ်ခြင်း၊
- ၁၀။ သမ္မက္ခန = အလိမ်းလိမ်း ပေကျံခြင်း တို့တည်း။

ရှုမှတ်ပွားများပုံ

ဖေါ်ပြပါ ၁၀-ပါးသောနည်းဖြင့် ရှုမှတ်ပွားများပုံကို ဤသို့ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် မှတ်သားအပ်၏။ စားသောက် သုံးဆောင်



အပ်သော အစာအာဟာရသည် မိုးရွာမရှောင်၊ နေပူမရှောင်၊
 ဘေးရန်မရှောင် ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ အရှာသွားရ၊ ရအောင်
 ရှာရသည့်အတွက်ကြောင့် အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်း၏။
 ရှာမှီးရရှိသဖြင့် စားသောက်သော အခါလည်း ပါးစပ်ထဲ၌ဝါးရ၍
 လျှာရည်၊ တံတွေး၊ ခွဲတို့ဖြင့်ရောလျက် ပုံစံပျက်ပြီး ခွေးအံဖတ်ကဲ့သို့
 ဖြစ်ပုံအားဖြင့်လည်း ထိုအစာ အာဟာရသည် အလွန်စက်ဆုပ်
 ဖွယ်ကောင်း၏။ ဝါးပြီး၍ မျိုချသောအခါလည်း သလိပ်၊
 သည်းခြေ၊ သွေး၊ ပြည်ဟူသော ၄ ပါးသောအညစ်အကြေး
 အာသယတို့ဖြင့် ရောနှော လူးလဲနေခြင်းကြောင့်လည်း ထိုအစာ
 အာဟာရသည် အလွန် စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်း၏။

မျိုချပြီး၍ ဗိုက်ထဲအစာသစ်အိမ်သို့ ရောက်သောအခါလည်း
 ထိုအစာသစ်အိမ်သည် မွေးကတည်းက တရံတခါမျှ ဆေးကြော
 သုတ်သင်ဖူးခြင်းမရှိသဖြင့် ညစ်ပတ်၍နေသော ခွေးစားခွက်ကဲ့သို့
 အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်း၏။ ဤကဲ့သို့ ညစ်ပတ်နေသော
 တည်ရာအစာသစ်အိမ်ကြောင့်လည်း ထိုအစာအာဟာရသည် အလွန်
 စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်း၏။ အစာသစ်အိမ်သို့ ရောက်ပြီးသော
 အခါလည်း ၃၂ ပါးသော ပိုးမျိုးသံကောင်တို့ဖြင့် ကျိကျိတက်
 ရောပြွမ်းလျက် ပါစကဝမ်းမီးချက်အပ်သဖြင့် အမြှုပ်အပွက်ထကာ
 အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာ ဖောက်ပြန်ကြေကျက် ၍နေ၏။ ဤကဲ့သို့
 အစာသစ်အိမ်အတွင်း၌ ဖောက်ပြန်ကြေကျက် တည်နေပုံအချက်
 အားဖြင့်လည်း ထိုအစာအာဟာရသည် အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်
 ကောင်း၏။



အကယ်၍ အစာမကြေကျက်ပြန်လျှင်လည်း ဝမ်းရောင် ဝမ်းနာခြင်း၊ ရင်ပြည့်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။ ဤသို့ ဝမ်းရောင် ဝမ်းနာခြင်း၊ ရင်ပြည့်ခြင်း စသည်ကို ဖြစ်စေတတ်သောကြောင့် လည်း ထိုအစာအာဟာရသည် အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်း၏။ ကောင်းစွာကြေကျက်ပြန်လျှင်လည်း အဖိုးတန် နှစ်သက်ဖွယ် မဖြစ်။ စင်စစ် စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာ ကျင်ငယ်၊ ကျင်ကြီးသာ ဖြစ်လေ၏။ ဤသို့ ကျင်ငယ်ကျင်ကြီးဖြစ်၍ သွားခြင်းကြောင့် လည်း ထိုအစာအာဟာရသည် အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်း၏။

ထိုအာဟာရထဲမှထွက်သော အဆီအစေးတို့သည်လည်း အဖိုးတန်နှစ်သက်ဖွယ်ဝတ္ထုကို မဖြစ်စေ။ စင်စစ်မူကား စက် ဆုပ်ဖွယ်ရာ ဆံပင်၊ မွေးညင်းစသည့် အကျိုးရင်းတရား ၃၂-ပါးသော အပုပ်မျိုးတို့ကိုသာဖြစ်စေ၏။ ယားနာ၊ ပွေးနား၊ နှင်းခုနာစသော အနာရောဂါအမျိုးမျိုး အကျိုးဆက်တို့ကိုလည်း ဖြစ်စေ၏။ ဤသို့ မကောင်း စက်ဆုပ်ဖွယ် အကျိုးရင်း အကျိုးဆက်တို့ကို ဖြစ်စေ သည့်အတွက်ကြောင့်လည်း ထိုအစာအာဟာရသည် အလွန်စက်ဆုပ် ဖွယ်ကောင်း၏။

ထိုအစာအာဟာရကို ဝမ်းတွင်းသို့ မျိုသွင်းပြီးပြန်လျှင် လည်း တစ်ဖန်အပြင်ဘက်သို့ မထုတ်ရမနေနိုင် ထုတ်ပစ်ရပြန်၏။ မိုးရွာမရှောင်၊ နေပူမရှောင်၊ ဘေးရန်မရှောင် ရှက်ရှက်ကြောက် ကြောက် ပုန်းကွယ်လျက် စက်ဆုပ်ပင်ပန်းစွာ ထုတ်ရပြန်၏။



ဤသို့ မနေသာဘဲ တစ်ဖန်စွန့်ထုတ်ရသောကြောင့်လည်း ထိုအစာအာဟာရ၏ အကျိုးဆက်သည် ဒွါရ ၉-ပေါက် တို့မှ စက်ဆုပ်ဖွယ်ဝတ္ထုဖြစ်လျက် ယိုထွက်ရ၏။ ဤသို့ ဒွါရ ၉-ပေါက်တို့မှ စက်ဆုပ်ဖွယ် ယိုထွက်စေတတ်သော ကြောင့်လည်း ထိုအစာအာဟာရသည် အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ် ကောင်း၏။

ထိုအစာအာဟာရသည် စားမည်ပြုသည့်ကာလမှ ဒွါရ ၉-ပေါက်မှ ထွက်သည့်ကာလတိုင်အောင် ပန်းကန် အိုးခွက်ကို လည်းကောင်း၊ လက်ကိုလည်းကောင်း၊ ပါးစပ်ကိုလည်း ကောင်း၊ ကိုယ်တွင်း တစ်ကိုယ်လုံးကို လည်းကောင်း၊ ဒွါရ ၉-ပေါက်ကို လည်းကောင်း ပေရေညစ်ထပ်အလိမ်းလိမ်း လူးကပ်၏။ ဤသို့ အလိမ်းလိမ်း လူးကပ်ပေရေ ညစ်ပတ်စေသောကြောင့်လည်း ထိုအစာအာဟာရသည် အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်း၏။

သားငယ်အသားကို စားသည့်ပမာ

အစာအာဟာရ၏ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်ကောင်းပုံကို သားငယ်အသားကို စားသည့်ဥပမာဖြင့် ကမ္မဋ္ဌာန်း ကျမ်းကြီး၌ ဖော်ပြထား၏။ ရှေးသောအခါ သားငယ်ကိုချီ၍ ကန္တာရ ခရီးခဲကို သွားကြသော လင်မယား ၂-ဦး တို့သည် လမ်းခရီး၌ ရိက္ခာပြတ်သဖြင့် “ငါတို့ အသက်ရှည်စွာနေရလျှင် နောင်အခါ သားအစားရနိုင်၏။ ဤသားငယ်ကို သတ်စားပြီး ကန္တာရ ခရီးခဲကို လွန်မြောက်ကြမယ်” ဟု ကြံစည်တိုင်ပင်ပြီးလျှင်





သားငယ်ကိုသတ်၍ သားငယ်၏အသားကို စားကြကုန်၏။
ဤသို့စားရသဖြင့် ကန္တာရခရီးခဲကို လွန်မြောက်ကြကုန်၏။

ထိုမိဘ ၂-ဦးတို့ သားငယ်အသားကို စားကြရာ၌-

- ၁။ ဇာတ်တူသားဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၂။ ဆွေမျိုး၏ အသားဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၃။ ဆွေမျိုးမှာလည်း သားအရင်းဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၄။ အလွန်ချစ်လှစွာသော သား၏အသားဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၅။ အလွန်သနားကြင်နာသော သား၏အသား ဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၆။ မီးမရှိ၍ မချက်မကင်ရဘဲ အစိမ်းဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၇။ ကြမ်းကြုတ်ကြောက်မက်ဖွယ် လူသားဖြစ်ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၈။ ဆားမရှိ ဆားမထည့်ရခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- ၉။ တစ်ပါးသောအရသာ မတွဲဖက်ရခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊

ဤသို့သောအကြောင်းတို့ကြောင့် အလွန်စက်ဆုပ်ဖွယ်ကောင်း၏။ အလွန်ပင်စက်ဆုပ်ရွံရှာကြ၏။ ကောင်းကွက်





အနည်းငယ်မျှပင် ရှာမရသဖြင့် သာယာနှစ်သက်ဖွယ်မရှိ။ အလွန် စက်ဆုပ်လျက်နှင့်ပင် ကန္တာရခရီးခဲမှ လွန်မြောက် ရန်အလို့ငှာသာ စားကြရရှာ၏။

အစာအာဟာရသည် စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ် ကောင်းငြား သော်လည်း ရောဂါပျောက်ခြင်းငှာ အလွန်ခါးသော ဆေးခါး ကြီးကို သောက်သုံးရသကဲ့သို့၊ ကန္တာရခရီးခဲကို လွန်မြောက် ခြင်းငှာ သားငယ်၏အသားကို စားရတိသကဲ့သို့ အသက်ရှည် ကြာ ကျန်းမာ၍ ကိလေသာရောဂါကင်းပျောက်ကြောင်း ကမ္မဋ္ဌာန်း တရား ကြိုးစားအားထုတ်နိုင်ခြင်းငှာ သံသရာ ကန္တာရခရီးခဲကို လွန်မြောက်နိုင်ခြင်းငှာ ထိုအစာအာဟာရကို စားသောက်မှီဝဲ အပ်၏။ စားသောက်မှီဝဲရ၏။

ကမ္မဋ္ဌာန်းအကျိုး

ဤအာဟာရပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွား များလိုသောပုဂ္ဂိုလ်သည် ပြဆိုခဲ့ပြီးသည့်အတိုင်း ထိုအစာ အာဟာရ၌ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်အခြင်းအရာ၊ စက်ဆုတ်ရွံရှာ ဖွယ်သောအကြောင်းတို့ကို အဖန်ဖန်ဆင်ခြင် အောက်မေ့ရာ၏။ ဤသို့ဆင်ခြင်အောက်မေ့ဖန်များသောအခါ စားပြီး၊စားဆဲ၊ စားလတ္တံ့သော အတိတ်၊ပစ္စုပ္ပန်၊ အနာဂတ် ကာလသုံးပါး၌ တည်သော ထိုအစာအာဟာရသည် ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်အစဉ်၊



ဉာဏ်,သညာ၌ စက်ဆုပ်ဖွယ်ဖြစ်၍ ထင်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ စိတ်အစဉ်,ဉာဏ်,သညာသည် ထိုအစာအာဟာရ၌ စက်ဆုပ်ဖွယ်အဖြစ်ဖြင့် ကောင်းစွာထင်မြင်၍ တည်၏။ ထိုအခါ စိတ်ဓာတ်တည်ကြည်၍ ဥပစာရဈာန်ကို ရလေ၏။

အဟာရပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများ သဖြင့် ဥပစာရဈာန်အဆင့်ရောက်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား-

- ၁။ ရသတဏှာ လွန်စွာပါး၏။
- ၂။ ကာမဂုဏ် ၅-ပါးလုံး၌ တပ်နှစ်သက်သော တဏှာ ရာဂလည်း လွန်စွာပါးတော့၏။
- ၃။ အစာအာဟာရကို စားသောက်မှီဝဲသော အခါ လည်း ကန္တာရခရီး၌ သားငယ်၏အသားကို စားသူ တို့ကဲ့သို့ နှစ်သက်သာယာခြင်း ကင်း၏။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ စားသောက်မှုမှန်သမျှသည် သံသရာမှ လွတ်မြောက်ခြင်းငှာသာလျှင် စားသောက်သုံးဆောင်ခြင်း ဖြစ်လေတော့၏။ ဤသည်မှာ အဟာရပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများသဖြင့် ရရှိသော အကျိုးတရား များပင် ဖြစ်၏။

ဤကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့်သင့်လျော်သူ

မရဏာနုဿတိ, ဥပသမာနုဿတိ, အဟာရပဋိကူလသညာ,စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်ကမ္မဋ္ဌာန်းတို့သည် ဗုဒ္ဓိစရိုက်





(ပညာစရိုက်)ရှိသူအား သင့်လျော်၏ဟု ဆိုထားသဖြင့် ဤအာဟာရေပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် သင့်လျော်သူမှာ ပညာစရိုက်ရှိသူဖြစ်၏။ ပညာစရိုက်ရှိသူ၏သဘောကို ဤသို့ သိအပ်၏။ ပညာစရိုက်ရှိသူသည် ဆိုဆုံးမလွယ်၏။ စားသောက်ဖွယ်ရာအဖြာဖြာ၌ မိမိနှင့် သင့်မသင့်ကို နှိုင်းချင့်၍ စားသောက်လေ့ရှိ၏။ ဘဝဖန်ခါ သံသရာရေးကို သတိသမ္ပဇ်ဖြင့် ဆင်ခြင်မျှော်ကြည့်၍ နောက်နောင်ဘဝ ဂတိကောင်းရဖို့ရန် ကုသိုလ် ကောင်းမှုအစုစုကို လုံ့လဝီရိယသန်သန်ဖြင့် မှန်မှန်ကြီး ပြုလေ့ရှိ၏။

အာဟာရေပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်း အာရုံသည် သိမ်မွေ့၍ ဆင်ခြင်ရန်ခက်ခဲ၏။ ပညာစရိုက်ရှိသူသည် စဉ်းစားဆင်ခြင်သတိသမ္ပဇ်နှင့်ပြည့်စုံသူဖြစ်၏။ ပညာစရိုက်ရှိသူသည် သိမ်မွေ့နက်နဲသောအာရုံနှင့် တွေ့ကြုံ၍ ကြပ်ကြပ် စဉ်းစားဆင်ခြင်ရလေ့ ဉာဏ်ပညာတိုးပွားလေ့ဖြစ်သောကြောင့် ဤအာဟာရေပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် သင့်လျော်ခြင်းဖြစ်၏။





စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်ကမ္မဋ္ဌာန်း

ဓာတုဝဝတ္ထာန်သဘော

ခန္ဓာကိုယ်ရှိ ပထဝီ,အာပေါ,တေဇော, ဝါယော ဟူသော ဓာတ်ကြီး ၄-ပါးကို ပိုင်းခြားဆင်ခြင် ရှုမြင်တတ် သောညာဏ်ကို “စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်” ဟု ခေါ်၏။ ရှင်းလင်းအောင် ခွဲခြားရလျှင် စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်သည် ရှုဆင်ခြင်တတ်သော အာရမ္မဏိက တရားတည်း။ ထိုအာရမ္မဏိကတရား၏ အာရုံ ကမ္မဋ္ဌာန်းကား ပထဝီ,အာပေါ, တေဇော, ဝါယော ဟူသော ဓာတ်ကြီး ၄-ပါးတည်း။ (စတုဓာတု=ဓာတ် ၄-ပါး+ ဝဝတ္ထာန=ပိုင်းခြား တတ်သောညာဏ်)

ဓာတ် ၄၂-ပါး အကျဉ်းသရုပ်

ခန္ဓာကိုယ်၌ ပုဂ္ဂိုလ်,သတ္တဝါ,ငါ,သူတစ်ပါး, ယောက်ျား, မိန်းမ ဟူသော အမှတ်သညာကင်းပျောက်၍ ဓာတ်လေးပါး အစုအဝေးသာဟု ထင်မြင်လာအောင် ခန္ဓာကိုယ် ရှိ ဓာတ် ၄-ပါးကို ပိုင်းခြားသတ်မှတ် ရှုဆင်ခြင်အပ်၏။ ဓာတ်သည် အကျဉ်းအားဖြင့် ၄-ပါးသာ ဖြစ်သော်လည်း အကျယ် အားဖြင့် ၄၂-ပါး ဖြစ်၏။ ဓာတ် ၄၂-ပါးကို ဤသို့ မှတ်သားအပ်၏။





- ၁။ ပထဝီ(မြေ)ဓာတ် ၂၀-ပါး၊
- ၂။ အာပေါ(ရေ)ဓာတ် ၁၂-ပါး၊
- ၃။ တေဇော(မီး)ဓာတ် ၄-ပါး၊
- ၄။ ဝါယော(လေ)ဓာတ် ၆-ပါး၊

ပေါင်း ၄၂-ပါး။

သတ္တဝါတို့ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်၌ ဤ ၄၂-ပါးသော ဓာတ်အစုအဝေးမှ တစ်ပါး အခြားသောအရာဝတ္ထုတစ်စုံတစ်ခုမျှ မရှိချေ။ အကျဉ်းချုပ်အားဖြင့် ဓာတ် ၄၂-ပါး အစုအဝေးသာဟု ထင်မြင်လာအောင် ရှုဆင်ခြင်ရမည် ဖြစ်၏။ ထိုသို့ရှုဆင်ခြင်ပွားများ လျှင် စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်၏။

ဆင်ခြင်ပွားများပုံ

စတုဓာတုဝဝတ္ထာန်ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်းပွားများလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကာယဝိဝေကအလိုငှာ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ ချဉ်းကပ်လျက် လည်းကောင်း၊ စိတ္တဝိဝေကအလိုငှာ အခြားအာရုံသို့ မရောက်စေဘဲ ရှုမှတ်မည့်ကမ္မဋ္ဌာန်းအာရုံသို့သာ စိတ်ကိုထည့်သွင်းလျက်လည်းကောင်း ဆံဖျားမှခြေဖဝါးတိုင်အောင်၊ ခြေဖဝါးမှ ဆံဖျားတိုင်အောင် မဟာဘုတ်ဖြင့်ပြီးသော မိမိ၏ရုပ်ခန္ဓာကိုယ်ကို ဓာတ်အားဖြင့် ကောင်းစွာ ရှုဆင်ခြင်ရာ၏။ ငါ၏တစ်လံမျှ လောက်သော ဤခန္ဓာကိုယ်၌-





- ၁။ မြေဓာတ်လွန်ကဲသော ကိုယ်အစု၊
- ၂။ ရေဓာတ်လွန်ကဲသော ကိုယ်အစု၊
- ၃။ မီးဓာတ်လွန်ကဲသော ကိုယ်အစု၊
- ၄။ လေဓာတ်လွန်ကဲသော ကိုယ်အစုတို့သာ ရှိ၏။

ဤသို့ ၄-ပုံ ၄-စု ဓာတ်ကွဲအောင်ရှုရာ၏။ ထို ၄-ပါးသော ကိုယ်အစုတို့တွင် မြေဓာတ်လွန်ကဲသော ကိုယ်အစု ဟူသည် မြေဓာတ် (၂၀)ဖြစ်၏။

မြေဓာတ် ၂၀-ပါး

ရှေ့၌ ဓာတ် ၄၂-ပါးကို အကျဉ်းအားဖြင့် ပြခဲ့၏။ ထိုဓာတ် ၄၂-ပါးတွင် မြေဓာတ် (၂၀)ကို (၃၂)ကောဋ္ဌာသ ခန္ဓာကိုယ်အစုအဝေးမှ ဤသို့ခွဲခြားသိအပ်၏။ ခွဲခြားသိပြီး ရှုဆင်ခြင်အပ်၏။

- (၁) ကေသာ = ၂-ကုဋေ ၄-သန်းမျှသော ဆံပင် မြေအစု၊
- (၂) လောမာ = ၉-သောင်း ၉-ထောင်မျှသော မွေးညှင်းမြေအစု၊
- (၃) နခါ = ၂၀-အရေအတွက် ရှိသော ခြေသည်း၊ လက်သည်းမြေအစု၊
- (၄) ဒန္တာ = ၃၂-ချောင်းသော သွားမြေအစု၊





- (၅) တစော = အရေထူ, အရေပါး ၂-မျိုးပြားသော အရေမြေအစု။
- (၆) မံသံ = ၉-ရာမျှသော အသားဆိုင်မြေ အစု။
- (၇) နှာရ = ၉-ရာမျှသော အကြောမြေအစု။
- (၈) အဋ္ဌိ = ၂-ရာမျှသော အရိုးမြေအစု။
- (၉) အဋ္ဌိမိဉ္ဇံ = ရိုးတွင်းခြင်ဆီ မြေအစု။
- (၁၀) ဝက္ကံ = ကျောက်ကပ်ခေါ် အညှို့မြေ အစု။
- (၁၁) ဟဒယံ = နှလုံးသား မြေအစု။
- (၁၂) ယကနံ = အသည်း မြေအစု။
- (၁၃) ကိလောမကံ = အမြှေးလွှာ မြေအစု။
- (၁၄) ပိဟကံ = သရက်ရွက်ခေါ် အဖျဉ်းမြေ အစု။
- (၁၅) ပပ္ဖါသံ = အဆုတ် မြေအစု။
- (၁၆) အန္တံ = အူမ မြေအစု။
- (၁၇) အန္တဂုဏံ = အူသိမ် မြေအစု။
- (၁၈) ဥဒရိယံ = အစာသစ် မြေအစု။
- (၁၉) ကရီသံ = အစာဟောင်း မြေအစု။
- (၂၀) မတ္ထလုဂံ = ဦးနှောက် မြေအစု။

ရေဓာတ် ၁၂-ပါး

ရေဓာတ် (၁၂)ပါးကို ၃၂-ကောဋ္ဌာသ ခန္ဓာကိုယ်အစု အဝေးမှ ဤသို့ခွဲခြားသိအပ်၏။ ခွဲခြားသိပြီး ရှုဆင်ခြင်အပ်၏-





- (၁) ပိတ္တံ = သည်းခြေ ရေအစု၊
- (၂) သေမုံ = သလိပ် ရေအစု၊
- (၃) ပုဗ္ဗော = ပြည် ရေအစု၊
- (၄) လောဟိတံ = သွေး ရေအစု၊
- (၅) သေဒေါ = ချွေး ရေအစု၊
- (၆) မေဒေါ = အဆီပျဉ် အဆီခဲ ရေအစု၊
- (၇) အဿု = မျက်ရည် ရေအစု၊
- (၈) ဝဿ = ဆီကြည် ရေအစု၊
- (၉) ခေဋ္ဌော = တံတွေး ရေအစု၊
- (၁၀) သိဃံာဏိကာ = နှာရည်နှပ် ရေအစု၊
- (၁၁) လသိကာ = အစေး ရေအစု၊
- (၁၂) မုတ္တံ = ကျင်ငယ် ရေအစု၊

မီးဓာတ် ၄-ပါး

မီးဓာတ် ၄-ပါးကို ဤသို့သိအပ်၏။ သိပြီး ဤခန္ဓာကိုယ် တွင် မြင်အောင်ရှုအပ်၏-

- (၁) သန္တာပေါ = ၁-ရက်ခြား, ၂-ရက်ခြား ဖျား စေတတ်သော အပူမီး အစု၊
- (၂) ဒါဟာ = မီးကဲ့သို့ လောင်ကျွမ်းတတ်သော အပူမီးအစု၊





- (၃) ပါစကော = အစာကို ကြေကျက်စေ တတ်သော အပူမီးအစု။
- (၄) ဇီရဏာ = အရွယ် ယိုယွင်းအိုမင်း အောင် ပြုတတ်သော အပူ မီး အစု။

လေဓာတ် ၆-ပါး

လေဓာတ် ၆-ပါးကို ဤသို့သိအပ်၏။ သိပြီး ဤခန္ဓာ ကိုယ်တွင် မြင်အောင်ရအပ်၏-

- (၁) ဥဒ္ဓင်္ဂမာ = အထက်သို့ ဆန်တက်သော လေအစု။
- (၂) အဓောဂမာ = အောက်သို့ စုန်ဆင်းသော လေအစု။
- (၃) ကုစ္ဆိသယာ = ဝမ်းခေါင်းတွင်း၌ ကိန်းသော လေအစု။
- (၄) ကောဋ္ဌာသယာ = အူသိမ်အူမအတွင်း ကိန်းသော လေအစု။
- (၅) အင်္ဂမင်္ဂါနုသာရိနော = အင်္ဂါကြီးငယ် သို့ အစဉ် လျှောက်သော လေအစု။
- (၆) အဿာသပဿာသာ = ထွက်သက်ဝင်သက် လေအစု။



ဓာတ်ကြီး ၈-ပါး ခွဲခြားရှုခြင်း

ဆံပင်တစ်ပင်၌ ပထဝီကာယ,အာပေါကာယ, တေဇောကာယ,ဝါယောကာယဟူ၍ ကာယကြီး ၄-ပါး ရှိ၏-

- (၁) ဆံပင်၌ အမာခံခက်မာမှုသဘောသည် ပထဝီကာယမည်၏။
- (၂) ဖွဲစေးမှုသဘောသည် အာပေါကာယမည်၏။
- (၃) ပူသောအခါ ပူမှု,အေးသောအခါ အေးမှုသဘောသည် တေဇောကာယမည်၏။
- (၄) အရိုန်အဟုန် ထောက်ကန်မှု သဘောသည် ဝါယောကာယမည်၏။

[ဆံပင်၌ ဝဏ္ဏ=အဆင်း၊ ဂန္ဓ=အနံ့၊ ရသ=အရသာ၊ သြဇာ=အဆီအစေးဟူသော ဥပါဒါရုပ် ၄-ပါး ရှိသေး၏။]

အချုပ်အားဖြင့် ရေတွက်လျှင်-

ဆံပင်၌ ပထဝီ,အာပေါ,တေဇော,ဝါယော,ဝဏ္ဏ,ဂန္ဓ,ရသ,သြဇာအားဖြင့် ဓာတ် ၈-ပါး ရှိ၏။

[မွေးညင်းစသော ကြွင်းကောဋ္ဌာသတို့၌လည်း ဤနည်းအတိုင်း ဓာတ် ၈-ပါးစီ ရှိ၏။]

ဆံပင်၌ ဓာတ် ၈-ပါးရှိပုံကို လက်တွေ့စမ်းသပ် ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် သိနိုင်လေ၏။





- (၁) ဆံပင်ကို စမ်းသပ်လျှင် ခက်မာမှုကို တွေ့ရ၏။
ထိုခက်မာမှုသည် ပထဝီဓာတ်တည်း။
- (၂) လုံးပတ်သဏ္ဍာန်ဖြစ်နေသည်ကို မြင်၍ ဖွဲ့စေးမှု
ကိုသိရ၏။ ထိုဖွဲ့စေးမှုသည် အာပေါဓာတ်တည်း။
- (၃) ပူသောအခါ ပူမှု၊ နွေးသောအခါ နွေးမှု၊
အေးသောအခါ အေးမှုကို တွေ့ရ၏။ ထိုပူမှု၊ နွေးမှု၊
အေးမှုသည် တေဇောဓာတ်တည်း။
- (၄) ပူရှိန်၊ နွေးရှိန်၊ အေးရှိန်ကို တွေ့ရ၏။ ထိုအရှိန်
အဟုန်သည် ဝါယောဓာတ်တည်း။
- (၅) မျက်စိနှင့်ကြည့်ရှုလျှင် ဆံပင်၌ အဆင်းကိုမြင်၏။
ထိုအဆင်းသည် ဝဏ္ဏဓာတ်တည်း။
- (၆) နှာခေါင်းနှင့်နမ်းလျှင် ဆံပင်၌ အနံ့ကို နံ၏။
ထိုအနံ့သည် ဂန္ဓဓာတ်တည်း။
- (၇) လျှာနှင့်လျက်လျှင် အရသာကို သိရ၏။ ထို
အရသာသည် ရသဓာတ်တည်း။
- (၈) ဆံပင်ကိုစားသော သတ္တဝါတို့မှာ ရူပကာယကို
စောင့်ရှောက်ထောက်ပံ့ခြင်းသဘော အဆီးအစေး
မည်သည် ဆံပင်၌ရှိ၏။ ထိုအဆီးအစေးသည် ဩဇာ
ဓာတ်တည်း။

မွေးညင်း၊ ခြေသည်း၊ လက်သည်း စသည်တို့၌လည်း ဓာတ်
၈ - ပါးစီ ခွဲခြားသိမြင်လေ။ ပထဝီ(မြေ) ဓာတ်(၂၀)၌



ဓာတ် ၈-ပါးစီ ရှိသကဲ့သို့ အာပေါ(ရေ)ဓာတ် ၁၂-ပါး၊ တေဇော (မီး)ဓာတ် ၄-ပါး၊ ဝါယော(လေ)ဓာတ် ၆-ပါး တို့၌လည်း ဓာတ် ၈-ပါးစီ ရှိကြ၏။

ဤဓာတ် ၈-ပါးကား ခွဲထုတ်၍ မရကောင်းသော အဝိနိ-
ဗ္ဗောဂရုပ်ဖြစ်၍ ရုပ်အစုအဝေးတိုင်း၌ အရင်းခံဓာတ်များဖြစ်၏။
ဤဓာတ် ၈ ပါးကို ခွဲခြမ်း၍ ရှုမြင်နိုင်လျှင်ပင် ဉာဏ်၌ ပုဂ္ဂိုလ်၊
သတ္တဝါ၊ ငါ၊ သူတစ်ပါး၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ၊ ဦးခေါင်း၊ ခြေသည်း၊
လက်သည်း၊ ဆံပင်၊ မွေးညင်းစသည် အကုန်ကွယ်ပျောက်လတ္တံ့။
ဓာတ်စု၊ ဓာတ်ခဲကြီးငယ်မျှသာရှိသည်ဟု ဉာဏ်မျက်စိ၌ မြင်ရလတ္တံ့။

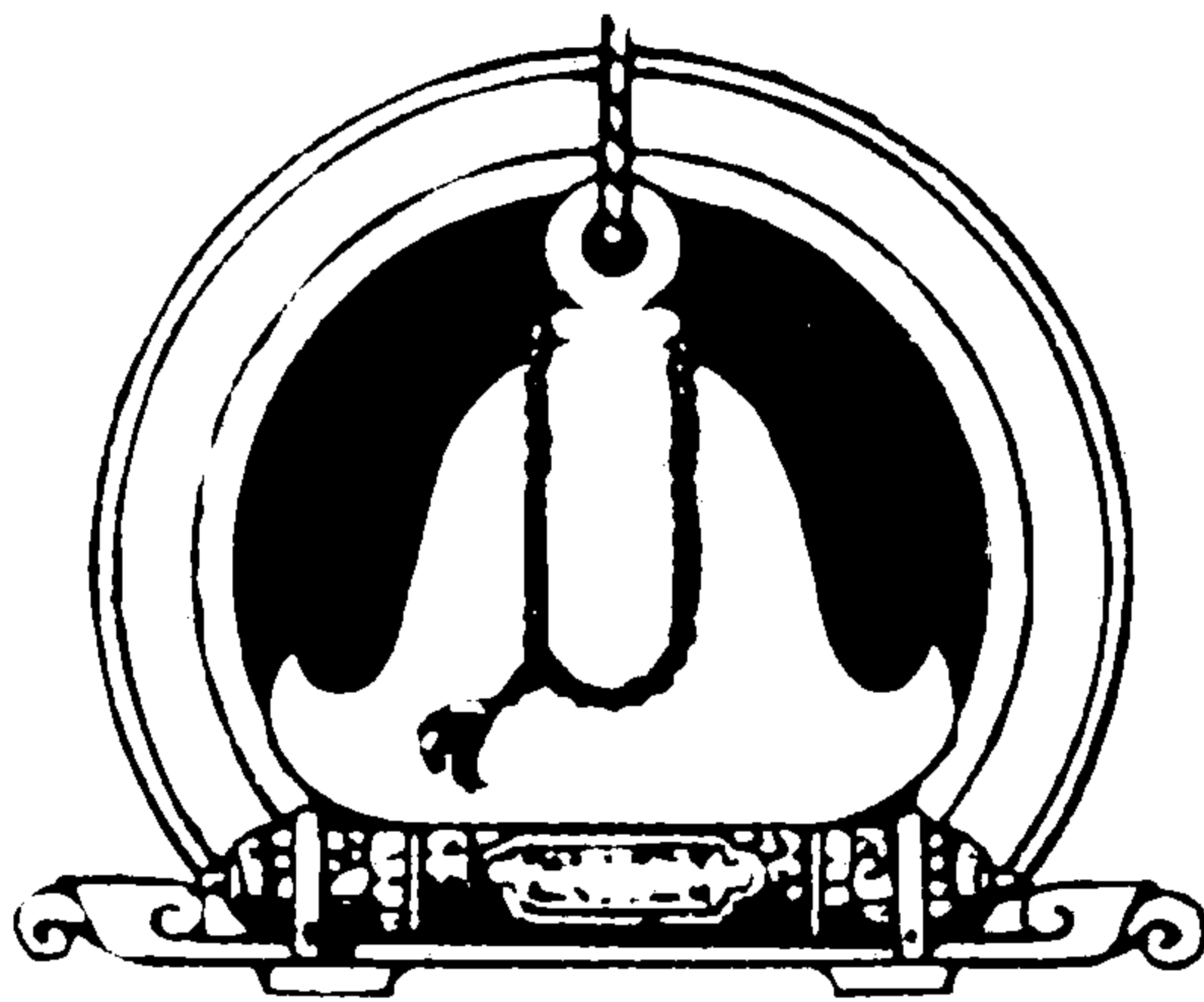
ဤကမ္မဋ္ဌာန်းအကျိုး

ဤစတုဓာတုဝဝတ္ထာန်ကမ္မဋ္ဌာန်းကို စီးဖြန်းအားထုတ်
သော ယောဂီ သူတော်စင်သည်-

- (၁) ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါဟူသော အမှတ်သညာကို ပယ်
နိုင်ခြင်း၊
- (၂) ကြောက်မက်ဖွယ်သော ဘေးကြီးဘေးငယ်ကို
သည်းခံနိုင်ခြင်း၊
- (၃) ဣဋ္ဌာရုံ၊ အနိဋ္ဌာရုံတို့၌ တပ်မက်ရွင်ပြုံး နှလုံး
မသာယာခြင်းသို့ မရောက်ခြင်း၊



- (၄) ကာမဂုဏ်တို့၌ မွေ့လျော်ခြင်းရတိ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်၌ မမွေ့မလျော်နိုင်ခြင်းအရတိတို့ကို နှိမ်နှင်းနိုင်ခြင်း၊
- (၅) ကြီးကျယ်သော ပညာရှိခြင်း၊
- (၆) ဤပစ္စုပ္ပန်ဘဝ၌ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရခြင်း၊
- (၇) တမလွန်ဘဝ၌ သုဂတိသို့ လားရခြင်းအကျိုးရင်း၊ အကျိုးဆက်တို့ကို ရရှိနိုင်လေ၏။



အာရပ္ပကမ္မဋ္ဌာန်း ၄ - ပါး

၁။ ပထမာရပ္ပကမ္မဋ္ဌာန်း

အာရပ္ပကမ္မဋ္ဌာန်း ၄-ပါးကို ပွားများလိုသော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကသိုဏ်း ၁၀-ပါး ကမ္မဋ္ဌာန်းတရားမှ တစ်ပါးပါးကို ရှုမှတ်ပွားများသဖြင့် ပဉ္စမဈာန်ကိုရထားပြီးသူ ဖြစ်ရ၏။ ရထားပြီးသော ပဉ္စမဈာန်ကို ထက်သန် အားကောင်းအောင်၊ မြဲမြံခိုင်ခံ့အောင်၊ ဝသီဘော်ခိုင်မြဲအောင်ပြုပြီး၍ ထိုကသိုဏ်း ဟူသော ရုပ်တရားကိုလည်းကောင်း၊ ထိုရုပ်တရားလျှင် အာရုံရှိသော ရူပဈာန်ကိုလည်းကောင်း “အောက်ကျသေးသည်၊ ညံ့ဖျင်းသေးသည်” ဟု အပြစ်မြင်မုန်းတီး၍ အထက်အရူပဈာန်ကို “သိမ်မွေ့မွန်မြတ်၏၊ ကောင်း၏” ဟု နှစ်သက်ချစ်ခင် လိုချင် တောင့်တမှုဖြစ်လေ၏။ အထက်အရူပ အာကာသာနဉ္စာယတနဈာန်ကို ရလို၏။

ပွားများအားထုတ်ပုံ

ထိုအခါ အာကာသကသိုဏ်းမှကြွင်းသော ကသိုဏ်း ၉-ပါးတို့တွင် တစ်ပါးပါးကိုအာရုံပြု၍ ပဉ္စမဈာန်ကို ဝင်စားကာ ဈာန်မှထပြီးလျှင် ထိုကသိုဏ်းဝန်းကိုပင်လျှင် အာရုံပြု၍ ထိုကသိုဏ်းဝန်းကို စေ့စေ့စပ်စပ်ကြည့်ရှုလေလျှင် စိတ်ထဲ၌ပဋိ





ဘာဂနိမိတ်ကသိုင်းဝန်းကြီး ထင်လာ၏။ “ဤနေရာ၌ ကသိုဏ်းဝန်းမဟုတ်၊ မရှိ၊ ကောင်းကင်ဟင်းလင်းတည်း၊ ကောင်းကင်ဟင်းလင်းတည်း” ဟု ကသိုဏ်းဝန်းကို နှလုံး မသွင်းဘဲ ကောင်းကင်ဟင်းလင်းအနေဖြင့် အဖန်ဖန်နှလုံးသွင်း၍ ရှုလိုက်သည်ရှိသော် ကသိုဏ်းဝန်း ကွယ်ပျောက်ပြီး ထို ကသိုဏ်းဝန်းနေရာ၌ ဟင်းလင်းကောင်းကင်ကွက်ဖြစ်၍ ထင်လာ၏။

ဥပမာ-ပြုတင်းပေါက်ကို ပဝါကာပြီးကြည့်ရှုနေဆဲ၌ လေတိုက်၍ ပဝါလွင့်ကျသွားသဖြင့် ပဝါနေရာ၌ ဟင်းလင်းကောင်းကင်ကွက်ဖြစ်၍ ထင်မြင်ရဘိသကဲ့သို့တည်း။ ကသိုဏ်းကိုခွာပြီး ကွယ်ပျောက်စေ၍ ရအပ်သော ကောင်းကင်ဖြစ်၍ ဤကောင်းကင်ကွက်ကို “ကသိဏ္ဍဂ္ဂိဋ္ဌိမ ကောင်း ကင်” ဟု ခေါ်၏။ ဤကသိဏ္ဍဂ္ဂိဋ္ဌိမ ကောင်းကင်ကို ဥပါဒ်၊ ဘင် ဟူသော အစအဆုံးမရှိသော “အာကာသော အနန္တော၊ အာကာသော အနန္တော = ကောင်းကင်ဟင်းလင်း၊ ကောင်းကင်ဟင်းလင်း” ဟု စိတ်ထဲကမှတ်၍ အဖန်ဖန်ရှု ဆင်ခြင်သည်ရှိသော် ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာဟူသော ဈာန်အင်္ဂါ ၂-ပါးနှင့်ပြည့်စုံသော ပဉ္စမဈာန် အပ္ပနာဝီတိ ကျလေ၏။

ကသိုဏ်းဟူသော ရုပ်တရားကို မုန်းသော၊ လွန်မြောက်သော၊ အာရုံမပြုသော ဈာန်ဖြစ်၍ ဤပဉ္စမဈာန်ကို အရူပဈာန်ဟု ခေါ်၏။ ဥပါဒ်၊ ဘင်ဟူသော အစအဆုံးမရှိသော





ကောင်းကင်လျှင် တည်ရာမရှိရာ အာရုံရှိသောကြောင့် အာကာသာနန္ဓာယတနဈာန်ဟူ၍လည်း ခေါ်၏။ ဤအာကာသာနန္ဓာယတန အရူပဈာန်သည်ပင်လျှင် အာကာသာနန္ဓာယတန အာရူပမည်၏။ ပထမရအပ်,ရောက်အပ်သော အရူပဈာန်ဖြစ်၍ ပထမမာရပွဈာန်ဟူ၍လည်း ခေါ်၏။

၂။ ဒုတိယာရူပကမ္မဋ္ဌာန်း

ပွားများအားထုတ်ပုံ

ဒုတိယာရူပဖြစ်သော ဝိညာဏန္ဓာယတနဈာန်ကို အလိုရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် အာကာသာနန္ဓာယတန ဈာန်ကို အဖန်ဖန်ဝင်စား၍ အသားကျသောအခါ အာကာသာနန္ဓာယတနဈာန်မှ အထွင် “ငါ ရအပ်ပြီးသော အာကာသာနန္ဓာယတနဈာန်သည် ရူပပဉ္စမဈာန် တည်းဟူသော ရန်သူနှင့်နီးလှ၏။ အဖန်ဖန် မလေ့လာဘဲ အမှတ်တမဲ့ နေလျှင် ရူပပဉ္စမဈာန်သို့ ပြန်လည် လျောကျဖွယ်ရှိ၏။ ဒုတိယာရူပဈာန်လောက်လည်း မငြိမ်သက်” ဟု အပြစ် ရှုပြီးလျှင် ကောင်းကင်ပညတ်ကို အာရုံမပြုတော့ဘဲ လွန်မြောက်၍ ပထမမာရပွဝိညာဉ်ကို အာရုံ ပြုကာ “ဝိညာဏံ အနန္တံ၊ဝိညာဏံ အနန္တံ= ပထမမာရပွ



ဝိညာဉ်သည် အဆုံးအပိုင်းအခြားမရှိ၊ ပထမာရပွဝိညာဉ်သည် အဆုံး အပိုင်း အခြားမရှိ”ဟု အဖန်ဖန်ပွားများလသော် ထိုအာရုံ၌ စွဲမြဲလျက် ပထမာရပွဝိညာဉ်၌ နိကန္တိတဏှာ ကင်းကွာသောအခါ ဥပစာရဘာဝနာသို့ရောက်၏။ ထို့နောက် ဆက်လက် အားထုတ်လျှင် ဒုတိယာရပွဝိညာဉ်ခေါ် ဝိညာဏဿယတနဈာန် အပ္ပနာဘာဝနာ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။

အနန္တဝိညာဏဖြစ်ပုံ

“ဝိညာဏံ အနန္တံ”ဟူရာ၌ ပထမာရပွဝိညာဉ်သည် အနန္တဖြစ်သော ကောင်းကင်ပညတ်ကို အာရုံပြု၏။ ထိုအကြောင်းအာရုံ၏ အနန္တအမည်ကို အကျိုးအာရမ္မဏိက ဖြစ်သော ဝိညာဉ်ပေါ်၌ တင်စား၍ ဝိညာဉ်ကို ကာရဏူပစာရအားဖြင့် အနန္တဟု ဆို၏။ အာရုံကောင်းကင် ပညတ်နှင့် အာရမ္မဏိက ပထမာရပွဝိညာဉ်စိတ်တွင် အာရုံကိုအကြောင်း၊ အာရမ္မဏိက ကိုအကျိုးဟု ယူ၏။ ဤနည်းအလို “အနန္တ = ဥပါဒ်၊ ဘင်အားဖြင့် အပိုင်းအခြား မရှိသော ကောင်းကင်ကို အာရုံပြုသော၊ ဝိညာဏံ = ပထမာရပွဝိညာဉ်”ဟု ဘာသာပြန်ရ၏။

တစ်နည်း = ဒုတိယာရပွဈာန်ကို အားထုတ်သော ဘာဝနာစိတ်သည် ပထမာရပွဝိညာဉ်ကို အာရုံပြုသောအခါ ဥပါဒ်ကို ပိုင်းခြား၍ဖြစ်စေ၊ ဌီကို ပိုင်းခြား၍ဖြစ်စေ အာရုံပြု



သည်မဟုတ်၊ အပိုင်းအခြား မထားဘဲ ဝိညာဉ်တစ်ခုလုံးကို အာရုံပြု၏။ ဤသို့ အာရမ္မဏိက ဘာဝနာစိတ်က အပိုင်းအခြား မရှိအောင် အာရုံပြုအပ်သောကြောင့် အနန္တဟုဆို၏။ ဤနည်း အလို “အနန္တ=အပိုင်း အခြားမရှိဘဲ အာရုံပြုသော+ဝိညာဏ်=ဝိညာဉ်” ဟု ဘာသာပြန်ရ၏။

မလွဲသာ၍ အာရုံပြုခြင်း

ဒုတိယာရူပဈာန်ကို ရအောင်အားထုတ်သော ယောဂီ ပုဂ္ဂိုလ်သည် ပထမာရူပဝိညာဉ်၌ အပြစ်မြင်သော်လည်း ဒုတိယာရူပသို့ ရောက်ဘို့အရေးဝယ် ပထမာရူပဝိညာဉ်မှ တစ်ပါး အခြားပြုဖွယ် အာရုံမရှိသောကြောင့် မလွဲသာသဖြင့် ပထမာရူပ ဝိညာဉ်ကိုသာ ဘာဝနာအစဉ်နှင့်တကွ ဒုတိယာရူပ ဝိညာဉ်က အာရုံပြုရတော့၏။ ဥပမာ-ရှင်ဘုရင့်အပေါ်၌ အပြစ်မြင်နေသော မှူးမတ်တစ်ဦးသည် အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းမှု အရေးဝယ် ဤရှင်ဘုရင်ကို ခစားမှုမှတစ်ပါး အခြားလုပ်ငန်းကောင်း မရှိသဖြင့် အပြစ်မြင်အပ်သော ဘုရင်ကို မလွဲသာ၍ ခစားနေရ သကဲ့သို့တည်း။ ထို့ကြောင့် ဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဋ္ဌကထာ၌ ဤသို့ မိန့်တော်မူ၏-

အာလမ္မနံ ကရောတေဝ၊ အညာဘာဝေန တံ ဣဒံ။
ဒိဋ္ဌဒေါသမ္ပိ ရာဇာနံ၊ ဝုတ္တိဟေတု ဇနော ယထာ။





၃။ တတိယာရူပကမ္မဋ္ဌာန်း

ပွားများအားထုတ်ပုံ

တတိယာရူပအာကိဉ္ဇညာယတနဈာန်ကို အလိုရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရအပ်ပြီးသော ဝိညာဏဉ္ဇာယတန ဈာန်ကို အဖန်ဖန်ဝင်စား၍ အသားကျသောအခါ ဈာန်မှအထွေတွင် “ငါ ရအပ်ပြီးသော ဝိညာဏဉ္ဇာယတနဈာန်သည် အာကာသာ နဉ္ဇာယတနဈာန် ဟူသော ရန်သူနှင့်နီး၏။ တတိယာ ရူပဈာန် လောက်လည်း မငြိမ်သက်” ဟု အပြစ်ရှုပြီးလျှင် ပထမာရူပ ဝိညာဉ်ဟူသော အာရုံကို အာရုံမပြုတော့ဘဲ လွန်မြောက်၍ နတ္ထိဘောပညတ်ဟူသော အာရုံကိုမှန်းလျက် “နတ္ထိ ကိဉ္ဇိ၊ နတ္ထိကိဉ္ဇိ=စိုးစဉ်း အနည်းငယ်မျှ မရှိ၊ စိုးစဉ်း အနည်းငယ်မျှ မရှိ” ဟု စီးဖြန်းဖန်များလတ်သော် ထိုအာရုံ၌ စွဲမြဲလျက် ဒုတိယာရူပဝိညာဉ်၌ နိကန္တိတဏှာ ကင်းကွာသော အခါ ဥပစာရ ဘာဝနာသို့ရောက်၏။ ထို့နောက် ဆက်လက်အားထုတ်လျှင် တတိယာရူပဝိညာဉ်ဟု ခေါ်ဆိုအပ်သော အာကိဉ္ဇညာယတနဈာန် အပ္ပနာဘာဝနာ ဖြစ်ပေါ်လာလေ၏။

နတ္ထိဘောပညတ်

နတ္ထိကိဉ္ဇိ=စိုးစဉ်းအနည်းငယ်မျှ မရှိဆိုသည်မှာ အရာ





အားလျော်စွာ ပထမာရူပွဝိညာဉ်၏ မရှိခြင်းဟု မှတ်ပါ။ ဥပါဒ်က စ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ပထမာရူပွဝိညာဉ်သည် ကြွင်းကျန်ဦး မည်ဆိုလျှင် ဘင်အခိုက်လောက်တော့ ကြွင်းကျန်သင့်သေး၏။ ယခုအခြေအနေမှာ အယုတ်ဆုံး ဘင်မျှပင် မကြွင်းကျန်တော့ဘူးဟု ဆိုလို၏။ ထို့ကြောင့် “ကိဉ္ဇိ = နည်းငယ်စိုးစဉ်း, ဘင်မျှ အကြွင်းသည်၊ နတ္ထိ = မရှိ” ဟု ဆရာတို့ အနက်ပြန်ဆိုကြ၏။ ဘာမျှမရှိခြင်းကို ပါဠိလို “နတ္ထိဘာဝ = မရှိသည်၏အဖြစ် (ဝါ) မရှိခြင်း” ဟု ခေါ်၏။ ထိုမရှိခြင်းသည် ပရမတ် အထည် ကိုယ်မဟုတ်ဘဲ ပညတ်မျှသာ ဖြစ်သောကြောင့် နတ္ထိဘာဝကို “နတ္ထိဘော” ဟု မြန်မာမှုပြုပြီး “နတ္ထိဘောပညတ်” ဟု ခေါ်ဆိုခြင်းဖြစ်၏။

ထင်ရှားအောင်ဆိုရလျှင် ဒုတိယာရူပွစုာန်သည် ပထမာ ရူပွဝိညာဉ်ကို အာရုံပြုနေ၏။ ထိုပထမာရူပွဝိညာဉ်ကို လွန်မြောက်နိုင်မှ တတိယာရူပွစုာန်ကို ရမည်ဖြစ်၏။ “လွန်မြောက်” ဆိုသည်မှာလည်း ထိုအာရုံကို အာရုံမပြုဘဲ တခြားအာရုံတစ်ခုကို တိုးတက်၍ အာရုံပြုခြင်းပင်တည်း။ ထို့ကြောင့် ပထမာရူပွဝိညာဉ် တည်းဟူသော အာရုံကို အာရုံမပြုတော့ဘဲ “နတ္ထိကိဉ္ဇိ” ဟု ပရိကမ်ပြု စီးဖြန်းလေရာ ပထမာရူပွဝိညာဉ် ကွယ်ပျောက်၍ ထိုပထမာရူပွဝိညာဉ်၏ မရှိခြင်းသာ ထင်ရှားတော့၏။ ဥပမာ-လူတစ်ယောက်သည်





စည်းဝေးနေသော သံဃာပရိသတ်ကို မဏ္ဍပ်တစ်ခုမှာ တွေ့မြင်
ပြီးနောက် ကိစ္စတစ်ခုကြောင့် အပြင်သို့ထွက်သွားစဉ် အစည်းအဝေး
ရုပ်သိမ်း၍ သံဃာတော်များ ပြန်ကြွပြီးမှ လာရောက်ပြန်ရာ
သံဃာတော်များကို မတွေ့ရတော့ဘဲ သံဃာများ စည်းဝေးရာ
အရပ်ဝယ် ဘာမျှမရှိခြင်းကိုသာ တွေ့ရတော့သကဲ့သို့တည်း။

၄။ စတုတ္ထာရူပကမ္မဋ္ဌာန်း

စတုတ္ထာရူပ နေဝသညာနာသညာယတနဈာန်ကို အလို
ရှိသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည် ရှေးနည်းအတိုင်း တတိယာရူပ-
အာကိဉ္ဇညာယတနဈာန်ကို အဖန်ဖန်ဝင်စား၍ အသားကျသော
အခါ ထိုဈာန်မှအထွင် “ငါ့အပီ ပြီးသော အာကိဉ္ဇညာ-
ယတနဈာန်သည် ဝိညာဏဉ္ဇာယတနဈာန်တည်းဟူသော
ရန်သူနှင့်နီးကပ်လှ၏။ စတုတ္ထာရူပ ဈာန်လောက်လည်း
မငြိမ်သက်၊ သညာသည် အိုင်းအမာ ဆူးပြောင့်နှင့်တူ၏။ နေဝ-
သညာနာသညာယတန စတုတ္ထာရူပသမာပတ်ကား မွန်မြတ်
လှပေ၏” ဟု အာကိဉ္ဇညာယတနဈာန်ကို ကျင့်ကြည့်ပါ။
အပြစ်ရှုလျက် နေဝသညာနာသညာယတနဈာန်ကို မွန်မြတ်သည်
ဟုထင်ပြီးလျှင် နတ္ထိဘောပညတ်အာရုံကို အာရုံမပြုတော့ဘဲ





လွန်မြောက်၍ တတိယာရူပဈာန်ကို အာရုံပြုကာ “သန္တမေတံ၊ ပဏီတ မေတံ=ဤတတိယာရူပဈာန်သည် ငြိမ်သက်ပါ ပေစွ၊ မွန်မြတ်ပါပေစွ” ဟု အဖန်ဖန်ပွားများ လေသော် ဝိညာဏဉာယတနဈာန်၌ နိကန္တိတဏှာ ကင်းကွာသောအခါ ဥပစာရဘာဝနာသို့ ရောက်၏။ ထို့နောက် ဆက်လက်အားထုတ်လျှင် စတုတ္ထာရူပဈာန် အပ္ပနာဘာဝနာ ဖြစ်ပေါ်လာလေ၏။

ကဲ့ရဲ့ခြင်းနှင့်ချီးမွမ်းခြင်း

သန္တမေတံ၊ ပဏီတမေတံ၌ “ဧတံ-ဤတတိယာရူပဈာန်သည်၊ သန္တ-မရှိခြင်းကိုပင် အာရုံပြုနိုင်သည့်အတွက် ငြိမ်သက်ပါပေစွ၊ ဧတံ-သည်၊ ပဏီတံ=မရှိခြင်းကိုပင် အာရုံပြုနိုင်သည့်အတွက် မွန်မြတ်ပါပေစွ” ဟု အပြည့်အစုံမြန်မာပြန်ဆိုရ၏။ များစွာသောစိတ်တို့သည် တစ်စုံတစ်ခုသောဒြပ်ကို အာရုံပြုနေရမှ ကြာရှည်စွာ မွေ့လျော်နိုင်ကြ၏။ ဤတတိယာရူပဈာန်စိတ်ကား ဘာမျှမရှိခြင်း နတ္ထိဘောပညတ်ကိုပင် အာရုံပြုနိုင်သဖြင့် “အင်မတန်ငြိမ်သက်ပါပေ၏။ အင်မတန် မွန်မြတ်ပါပေ၏” ဟု ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်က ချီးမွမ်းရလေ၏။

တတိယာရူပဈာန်၌ရှိသော စိတ်၊ စေတသိက်များလောက် မငြိမ်သက်သဖြင့် “မငြိမ်သက်ဘူး” ဟု ရှေးပရိကံ ပြုခါနီးတုန်းက အပြစ်ရှုကဲ့ရဲ့ခဲ့၏။ နောက်ပိုင်း “သန္တမေတံ၊ ပဏီတမေတံ”



ဟု ချီးမွမ်းခြင်းကာ မရှိခြင်းကို အာရုံပြုနိုင်သည့် အတွက် ချီးမွမ်းခြင်းဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် အပြစ်အားလျော်စွာ အပြစ်ရှုကဲ့ရဲ့၍ ဂုဏ်အားလျော်စွာ ချီးမွမ်းသည့်အတွက် ဆန့်ကျင်ဘက်မဖြစ်ဟု မှတ်ပါ။ အရုပ်ဆိုး၍ လိမ္မာသော မိန်းကလေး၌ ရုပ်အဆင်းအတွက် ကဲ့ရဲ့ထိုက်၍ အလိမ္မာအတွက် ချီးမွမ်းထိုက်သကဲ့သို့တည်း။

အာရပ္ပ ၄-ပါး အဆင့်ဆင့်သာပုံ

ဤအာရပ္ပစာရန် ၄-ပါး အာရပ္ပသမာပတ် ၄-ပါးတို့၌ ဥပေက္ခာ၊ ဧကဂ္ဂတာအားဖြင့် စာရန်အင်္ဂါနှစ်ပါးစီ ညီမျှသော ကြောင့် တစ်ပါးနှင့်တစ်ပါး မထူးခြားသကဲ့သို့ ထင်ရသော်လည်း တိုးတက် ပွားများအပ်သော ဘာဝနာအစွမ်းကြောင့် သာလွန်မွန်မြတ်ပေ၏။ ဥပမာ-၄-ထပ်တိုက် တစ်လုံးဝယ် အောက်ဆုံးအထပ်၌ စားသောက်ဖွယ်နှင့်တကွ ယုယဖြေဖျော် မည့် ကချေသည်တို့ဖြင့် လှပမွှေးကြိုင် တစ်ထပ်လုံး လှိုင်နေအောင် ပြင်ဆင်ထားရာ၏။ ဒုတိယ၊ တတိယ၊ စတုတ္ထ အထပ် တို့၌လည်း ထိုနည်းအတိုင်းပင် ပြင်ဆင်ထားရာ၏။ သို့သော် အောက်အောက် အထပ်ထက် အထက်အထက် အထပ်က ပိုမိုသားနားသကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊ ရက်ကန်းသည် တစ်ယောက်သည် ကြမ်းသော ချည်၊ နုသောချည်၊ ထိုထက် နုသောချည်၊ ထိုထက်ပင် အလွန် နုသောချည်ဟု ချည်





၄-မျိုးဖြင့် ပုဆိုး ၄-ထည်ကို ရက်ရာ၏။ အလျား အနံ တူမျှ
သော်လည်း တစ်ထည်ထက်တစ်ထည်မှာ သာလွန်နုနယ်
သကဲ့သို့လည်းကောင်း ဖြစ်ပေ၏။





