စစ်မှန်သောလွတ်လပ်ခြင်းဖြစ်သည့်

နိုဗာန်ချမ်းသာဖြစ်တရားတော်

NIBBANA
THE REAL FREEDOM

ASHIN NANDAVUMSA (M.A)

စစ်မှန်သောလွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်သည့်
နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်တရားတော်

အာသျင်နန္ဒဝံသ (မဟာဝိဇ္ဇာ)

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာမူ ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခွင့်
မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၆၀၀)

ပထမ အကြိမ်
အုပရေ ၂၀၀၀
၁၉၇၉-ခု ဒီဇင်ဘာလ

မျက်နှာဖုံးနှင့် အတွင်းပုံများရိုက်
ဝင်းမောက်ပုံနှိပ်တိုက်

ပန်းချီ ဇော်ဟိန်းမောင်

ထုတ်ဝေသူ

အသျှင်နန္ဒဝံသ
ကင်းလွတ်ခွင့်အမှတ် (၂၃၂)
ဝိပဿနာ သန္တိသုခကျောင်းတိုက်
အမရပူရမြို့။

ပုံနှိပ်သူ

ဦးပါ၊ (၀၁၇၂၀)
စိန်ရတနာပုံနှိပ်တိုက်
၃၁၅၊ ကျိုက္ကဆံလမ်း၊ တာမွေ၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဓမ္မဒါန

မာတိကာ

အမှတ်စဉ် အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ

၁။ အမှာစာ

J॥ The Method of Constructing Magganyana. ၁

၃॥ How Arahats Successfully Leave The Thirty one Planes of Existence and Attain the Real Freedom. ၃

၄॥ How to Envision the Existence of Nibbana. ၁၁

၅॥ Nibbana-The Real Freedom.

၆॥ မဂ်ဉာဏ်တည်ဆောက်ခြင်းနည်းပညာ ၂၁

၇॥ ရဟန္တာမြတ်ကြီးတို့သည် (၃၁) ဘုံကို ခြေကန်၍ မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို မည်သို့စံမြန်းပုံ တရားတော် ၂၆

၈॥ နိဗ္ဗာန်တည်ရှိခြင်းကို မည်သို့ ထိုးထွင်းသိမြင် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြောင်း တရားတော် ၃၃

၉॥ နိဗ္ဗာန်-စစ်မှန်သော လွတ်မြောက်ခြင်း၊ (သို့မဟုတ်) လွတ်မြောက်ခြင်း အစစ်အမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန် တရားတော် ၃၉

မာတိကာ

အမှတ်စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၀။	နိဗ္ဗာန်အဖွင့်ကဗျာများ	၄၉
၁၁။	မင်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တည်ဆောက်ခြင်း နည်းပညာ	၅၃
၁၂။	သစ္စာဝါဒီ အသျှင်နန္ဒဝံသ [မဟာဝိဇ္ဇာ] ဟောကြားချီးမြှင့်မည့် တရားတော်	၅၇
၁၃။	ပဋ္ဌဘာသာဝင်တို့ တည်ဆောက်ကျင့်သုံးရမည့် မြင့်မြတ်သောကျင့်စဉ်	၆၇
၁၄။	အနှစ်သကဆုံးကဗျာတပုဒ်	၇၇
၁၅။	အလှူရှင်များစာရင်း	

အမှာစာ

ဘဝအဆက်ဆက်က ပြုခဲ့သမျှကောင်းမှုအစုစုကိုအကြောင်းပြုစု၍ ရခဲလှသော လူ့ဘဝကို ရရှိပြီး၊ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာတော်အတွင်း ကြုံကြိုက်နေရသည့်အခိုက် အမရပူရမြို့၊ ဝိပဿနာသန္ဓိသုခကျောင်းတိုက် သစ္စာဝါဒီ ဓမ္မကထိက၊ ကမ္မဋ္ဌာနာစရိယ ကျမ်းပြုဆရာတော် အသျှင်နန္ဒဝံသ (မဟာဝိဇ္ဇာ) အရှင်သူမြတ်ထံကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ခွင့်ရရှိလျက် သစ္စာတရားတော်များနာကြားရခြင်း၊ နိဗ္ဗာန် ရောက်ကြောင်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် တည်ဆောက်သည့် နည်းလမ်းကောင်း တရားတော်များ နာကြားရခြင်း၊ ဝိပဿနာ တရားစခန်းများတွင် ကိုယ်တိုင်ကျင့်ကြံအားထုတ်ခွင့် ရရှိခြင်း၊ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာတော် စည်ပင်သာယာ အဓွန့်ရှည် တည်တန့်စေရန်တစိတ်တဒေသ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခွင့် ရရှိခြင်းတို့ကြောင့် လူ့ဘဝရကျိုးနပ်အောင်လုပ်ဆောင်နိုင်ပြီဟု မမှိတ်မသုံ ယုံကြည်အားတက် ဝမ်းမြောက်ရွှင်လန်းလျက် ရှိနေရပါသည်။

(ယထာဘူတံ၊ ဉာဏယသတ္တာပရိယေသိတဗ္ဗော) ဟုတ်တိုင်း မှန်စွာ သိနားလည်ခြင်းအလို့ငှာ ဆရာကို ရှာအပ်သည်။ ဆရာကို ရှာအပ်သည်ဟူ၍ မြတ်ဗုဒ္ဓက (၅၂၈) ကြိမ်တိုင်တိုင် ဆုံးမတော်မူခဲ့ကြောင်း ကောင်းစွာမှတ်သား နာကြားခဲ့ရဘူးပါသည်။

အမှာစာ

သစ္စာဝါဒီ ဆရာတော်အသျှင်သူမြတ်သည် မြတ်ဗုဒ္ဓ၏သစ္စာတရားကို ယုံကြည်မြတ်နိုးသဖြင့် ဆရာကောင်း ဆရာမြတ်ထံအနှစ်ဝါသိုက တပည့်ခံကာ ပဋိပါတ် အလုပ်ကို ကြိုးစားအားထုတ်တော်မူခဲ့သည်။

လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်တရားများကိုလိုက်စား၍ အကောင်းဆုံးအရွယ် အသက်သုံးဆယ် မပြည့်မီပင်၊ မိဘ ဆွေ မျိုးသားမယားအိမ်ထောင်ကို စွန့်ပစ်၍ (၁၇)နှစ်တိုင်တိုင် ကျင့်ကြံအားထုတ်တော်မူခဲ့သည်။ ကျင့်ကြံအားထုတ်လျက်ရှိသည်။

ဗုဒ္ဓနယ်ဝင် သူတော်စင်တို့အတွက် တခုတည်းသော ရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်သည် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်သာလျှင် ဖြစ်ကြောင်းကို ကောင်းစွာပေါ်လွင် ဗီပြင်အောင် ဖေါ်ထုတ်လုပ်ဆောင်တော်မူခဲ့သည်။ နိဗ္ဗာန်သို့ မရောက်ရောက်အောင် ကြိုးပမ်းအားထုတ်လိုသော ယုံကြည်မှု သဒ္ဓါတရားများကို တဖွဖွး ပေါ်ပေါက်စေတော်မူပေသည်။ ဉာဏ်၏အခက်းကို အံ့မခန်းအောင် ဖေါ်ထုတ် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိပေသည်။

နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ် တည်ဆောက်သည့် နည်းလမ်းကောင်း တရားတော်များကို ထိထိမိမိ တိတိကျကျ မိန့်မြွက်ဟောပြတော် မူပေသည်။

ဒဿနိကပေဒဖြင့် မဟာဝိဇ္ဇာဘွဲ့ ရရှိပြီး တက္ကသိုလ်ကျောင်းဆရာလုပ်ခဲ့ဘူးသည့် ဆရာတော်သည် မိမိကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံအားထုတ်ရာမှ ရရှိလာသည့် အသိဉာဏ်၊ ပညာ အဖြာဖြာကို လူတန်းစားမရွေး နားလည်သဘောပေါက်အောင် မြန်မာ

အမှာစာ

စကားပြေ သက်သက်ဖြင့် ဆိုလိုရင်းကို ကွက်ကွက်ကွင်းကွင်း ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ဟောပြောပြသတော် မူပေသည်။

ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်ဓမ္မာရုံနှင့် ရွှေတိုက်အကောက်ခွန် ဓမ္မသုခ ရိပ်သာတို့တွင် ဝိပဿနာတရားစခန်းများ ဖွင့်လှစ် ထားရှိစဉ် နိုင်ငံခြားသား ဂျာမန် ဆွစ်ဇာလန်နှင့် အမေရိက အမျိုးသား သုတေသီများ ဆရာတော်ဘုရားထံ လာရောက် လျှောက်မေးကြ သည်များကိုကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျကြားနာခွင့်ရရှိခဲ့သည့်အလျှောက် အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် တရားတော် ကောက်နှုတ်ချက်များ ပြုစု ရေးသားပါရန် ဆရာတော်ဘုရားထံ လျှောက်ထား ပန်ကြား ခဲ့ပါသည်။

ဤတွင် ဆရာတော်ဘုရားက နိုင်ငံခြားသားများ မြန်မာ ဘာသာကောင်းစွာမကျွမ်းကျင်သောနိုင်ငံသားများနှင့် ခေတ် ပညာတတ်တရားနာပရိသတ်များ အကျိုးငှာ ရွှေတိုက်အကောက် ခွန်ဓမ္မာသုခရိပ်သာနှင့် ရာမာကရစ်ရှနာခန်းမဆောင် ဓမ္မပလ္လင် တို့တွင် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်တရားတော်များကိုအင်္ဂလိပ်ဘာသာ ဖြင့် လေးကြိမ်တိုင်တိုင် ဟောကြား ချီးမြှင့်တော်မူခဲ့ပေသည်။

ဆရာတော်သည်အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ပြောခြင်း၊ရေးခြင်းတွင် အလေ့အကျင့်မရှိ၊ ပြောနေကျ၊ရေးနေကျမဟုတ်ခဲ့သော်လည်း သာသနာတော်အတွက် လိုအပ်ချက်တရပ်ကို သတ္တိရှိရှိကြိုးစား ဖြည့်ဆည်းတော်မူခဲ့ပေသည်။ ဆရာတော်၏ ဉာဏ်ရည်ဂုဏ်ရောင် သည်လည်း ပိုမိုချို့ ထွန်းပြောင်လာခဲ့ပေသည်။

ဆရာတော်၏ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ ဟောကြားချက်များသည် မျှော်မှန်းထားသည်ထက်ပင် ထမြောက်အောင်မြင်လျက် စာကူး

အမှာစာ

စက်တင့် အကွာရာ တင်ထားသော တရားစာရွက်များကို အလှ အယက်ရယူပုဇော်ကြသောကြောင့် အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ပြန် လည်ရိုက်နှိပ်ခဲ့ရပါသည်။ (ကျွန်တော်၊ ကျွန်မတို့ အမှတ် (၁) မရလိုက်လို့ ရန်ိုင်သေးလျှင် လိုချင်ပါတယ်)ဆိုသောတောင်းခံ ဆန္ဒပြုမှုများကို နှစ်စဉ်နှင့်အမျှ ကြားသိခဲ့ပါသည်။

ချက်ချင်းပင် ပင်လယ်ရပ်ခြားရှိ ဆွေမျိုးသားချင်း မိတ် သင်္ဂဟများထံသို့ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ တရားစာများကို ဂရုတစိုက် ပေးပို့ကြသူများကိုလည်း တွေ့ရှိခဲ့ရပါသည်။

ထို့ကြောင့် ရန်ကုန်မြို့ပေါ်မှ ယောဂီပရိသတ်များသာမက၊ မြန်မာနိုင်ငံတဝန်းလုံးမှ ယောဂီအပေါင်းတို့တစုတပေါင်းတည်း ဖတ်ရှုလေ့လာ ကျင့်ကြံအားထုတ် စေနိုင်ခြင်း အလို့ငှာဌာန၊ သမထဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်အဖြာဖြာကို မြန်မာနိုင်ငံသို့ ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ လာရောက် လေ့လာကြသော နိုင်ငံခြားသားများ အကျိုးငှာဌာန၊ ဂျာမနီ၊ ဂျပန်၊ အင်္ဂလန်၊ အမေရိကစသော နိုင်ငံကြီးများမှ ဗုဒ္ဓဘာသာကို လေ့လာလိုက်စားလျက် ရှိကြ သော သုတေသီများ အကျိုးငှာဌာန၊ ဆရာတော်ဘုရား၏တရား လေးပုဒ်ကို ပေါင်းချုပ်၍ထုတ်ဝေရန် အာသီသဆန္ဒ ပြင်းပြ ခဲ့ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းဆန္ဒကို အပြည့်အဝ အကောင် အထည်ဖော်သောအားဖြင့် အထူးလိုအင်လျက်ရှိသည့် ဘရား စာအုပ်တအုပ်အဖြစ်ဖြင့် အလျင်အမြန် အကောင်အထည်ဖော် လိုက်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အချိန်ကိုလုံ့လ ပြုလုပ်လိုက်ရသော ကြောင့် ချို့ယွင်းချက်များရှိပါက သည်းခံခွင့်လွှတ်ကြပါရန် ကြိုတင်၍ ပန်ကြားအပ်ပါသည်။

အမှာစာ

တရားစာအုပ်အဖြစ်ဖြင့် စက်တင်ပုံနှိပ်ရာတွင် ပိုမို၍ မြည့်စုံလုံလောက် အထောက်အကူဖြစ်စိမ့်သောဌာ ဆရာတော်ဟောကြားသည့် အင်္ဂလိပ်ဘာသာ တရားတော်များအပြင် ဆီလျော်စွာ မြန်မာ ပြန်ထားချက်များ၊ ဆရာတော်ဘုရား ရေးသားသည့် "ဟိုမှာဘက်တွင်" နိဗ္ဗာန်အဖွင့် ကဗျာများ၊ ဆရာတော်၏ တရား အကျဉ်းချုပ် ကောက်ချက်စာတမ်းများ၊ ဗဟိုတရားရုံး တရားပွဲမှတ်တမ်းဆောင်းပါးနှင့် (အနှစ်သက်ဆုံး ကဗျာတပုဒ်) ဆောင်းပါးတို့ကိုပါ စုစည်းထည့်သွင်းထားပါသည်။

ယခုကဲ့သို့ တရားလေးပုဒ်ကိုပေါင်းချုပ်၍ အင်္ဂလိပ်မြန်မာ နှစ်ဘာသာဖြင့် စနစ်တကျပုံနှိပ်ထုတ်ဝေနိုင်အောင် စီစဉ်လုပ်ဆောင်လိုက်ကြရသည့် ကုသိုလ်ကံစေတနာအပေါင်းတို့ကြောင့် ဒုက္ခခပ်သိမ်း ကင်းပြတ်ငြိမ်းသော စစ်မှန်သည့် ချမ်းသာမျိုးစုံ စုံလင်ကြွယ်ဝသော အေးမြကြည်လင်သော နိဗ္ဗာန်နန်းကို စံမြန်းနိုင်ပါစေသတည်း။ ။

သစ္စာဉာဏ်ပန်း ပွင့်လန်းရမည်

(သူရိယသန်းမောင်)

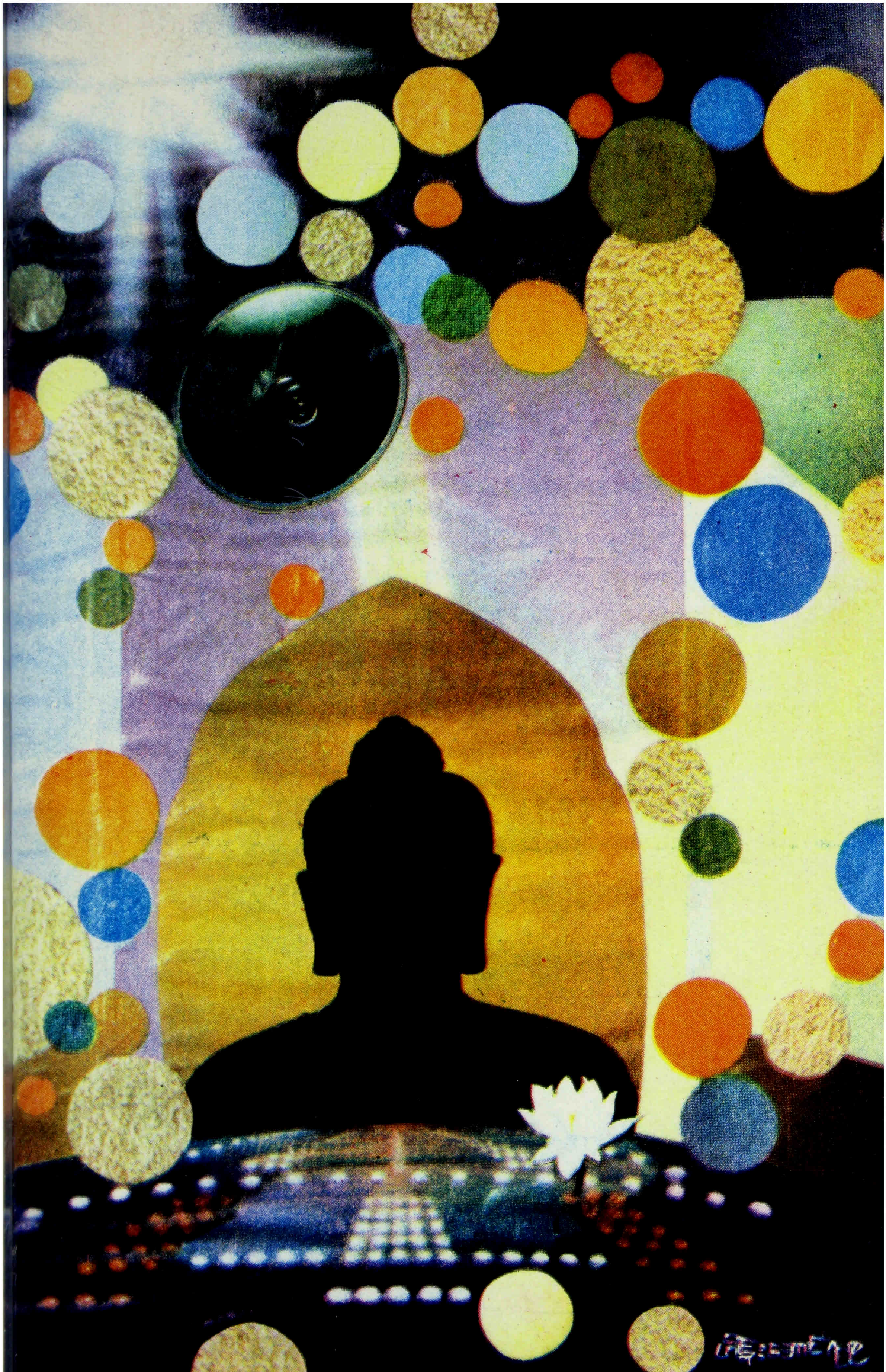
ဝိဇ္ဇာ၊ ဥပဒေဘွဲ့ရ

ယခင်မန္တလေး သူရိယနေ့စဉ်

အယ် ဒီတာ ချုပ်

ရန်ကုန်မြို့

၁၂-၇-၇၉





THE METHOD OF CONSTRUCTING MAGGA NYANA

ASHIN NANDAVUMSA M.A. (PHILOSOPHY)

Please listen carefully to my instructions as I am going to explain the method of Vipassna in English language. Here I use the term carefully not because of the importance of my speech but because I am not at home in English language.

Vipassna is as we know a kind of contemplation that will sacrifice all kinds of egocentric interest and personal bias. Egocentric interest in accordance with my own interpretation, is the internal impressions that are the representation of our conceptual knowledge.

Knowledge can be divided into two parts, mainly direct and indirect knowledge. Direct knowledge can be obtained through our five sense organs about the physical universe (or) external world. Indirect knowledge can be obtained by our reasoning. Whatever may be, direct knowledge by sense experience is the foundation of all kinds of knowledge. Indirect knowledge is conceptual knowledge. In this lecture I am going to explain how to sacrafice the conceptual knowledge or the internal mind. Now I will explain where the internal mind is situated. In this scientific age many people believe that the brain function is the centre of human beings. Here I have to give a negative approach, because in Buddhism the main centre of the human beings is not the brain function, but the Hadaya (ဟဒဝ) that is closely related with nerves and muscles of the heart.

Now I believe that I have answered the question where we have to contemplate to

sacrafice the egocentric interest. The only thing left now is how to sacrafice and delete all kinds of sufferings, including subjective opinions. Here I will use the term Intellect.

Now I have to explain how we can construct this Intellect. It can be constructed by the following means. First of all we must believe in Buddhism completely. The second fact is that we have to accept and absorb the Teachings of Lord Buddha with complete faith, so that we can understand them according to Buddhism. As we know there are four kinds of Noble Truths such as Suffering (ဒုက္ခသစ္စာ), the Cause of Suffering (သမုဒယသစ္စာ), Cessation of Suffering (နိရောဓသစ္စာ) and the Cause of the Cessation of Suffering (မဂ္ဂသစ္စာ).

To understand the meaning of the Four Noble Truths, I will start with the term Intellect. Here I use the term Intellect as knowing the true nature of truth. The first truth is Suffering. The Intellect must know the real meaning of Suffering. Here we must be able ot differentiate between the Intellect and the Suffering. The Intellect is ac tive whereas the Suffering is passive. The Suffering is part of the nature of mental events. The Intellect is t he observer which is observing the true nature mental events, how they suffer. As the Intellect

is apart from the Suffering, it has no attachment towards Suffering. The Intellect without attachment, it means without accepting the Causes of Suffering, sacrafice all kinds of conditions that produce the Cause of Suffering.

Here the Intellect is indifferent to the Sufferings. And observed Intellectually. With the result the Sufferings vanished from their own present situations. As soon as the sufferings left their own situations, the Intellect realized and trecognized the non-ego nature of those Sufferings.

At that time Intellect is entirely free from Sufferings. And consequently tranquility is already achieved by the Intellect. And also the Suffering concerning psychical which is already situated on the material foundation is vividly observed as essentialess, selfless and souless. In this way the Intellect knowing the true nature of Suffering (First Noble Truth) sacrificing the Causes of Suffering (Second Noble Truth) and realizing its status, i.e apart from Suffering after deleting all kinds of the Cause of Suffering (Third Noble Truth) attained Nibbana which is the end of all kinds of Suffering, i.e real peace and freedom. (Fourth Noble Truth) Thus wc have already constructed the Magga Nyanna (ဖွဉ်ဘော) that can attain Nibbana after Sacrificing all kinds of sensations and

neglecting all kinds of Sufferings. This is the applicable method of Vipassana or the method of constructing Magga Nyanna (မဂ္ဂဉာဏ).



HOW ARAHATS SUCCESSFULLY LEAVE THE THIRTY - ONE PLANES OF EXISTENCE AND ATTAIN THE REAL FREEDOM.

ASHIN NANDAVUMSA. M.A. (PHILOSOPHY)

Last Sunday I gave a lecture on "THE METHOD OF CONSTRUCTING MAGGA-NYANA" Most of the yogis were very interested in that lecture; so to day, I shall give another lecture on "HOW ARAHATS SUCCESS-FULLY LEAVE THE THIRTY-ONE PLA-NES OF EXISTENCE AND ATTAIN THE REAL FREEDOM."

Buddhism is searching for Truth. This is a true statement that can be verified by practising Vipassana. Those who do not practise Vipassana will not believe the Truth of this preposition or understand or appreciate the real meaning of Buddhism, which is really searching for Truth. Puthujjanas (ပုထုဇဉ်) believe only in their personal bias and prejudices so that they cannot penetrate or really understand the meaning of Truth because of their reliance on their own subjective impressions.

It is not easy for Puthujjanas (ပုထုဇဉ်) to discover Truth, because they are slaves to temptations that are assumed as not significant for Truth seekers. The dependency of floating along on the currents of temptations is unreliable for Truth seekers, as those kinds os temptations are the coverings of Truth and essentialess in character.

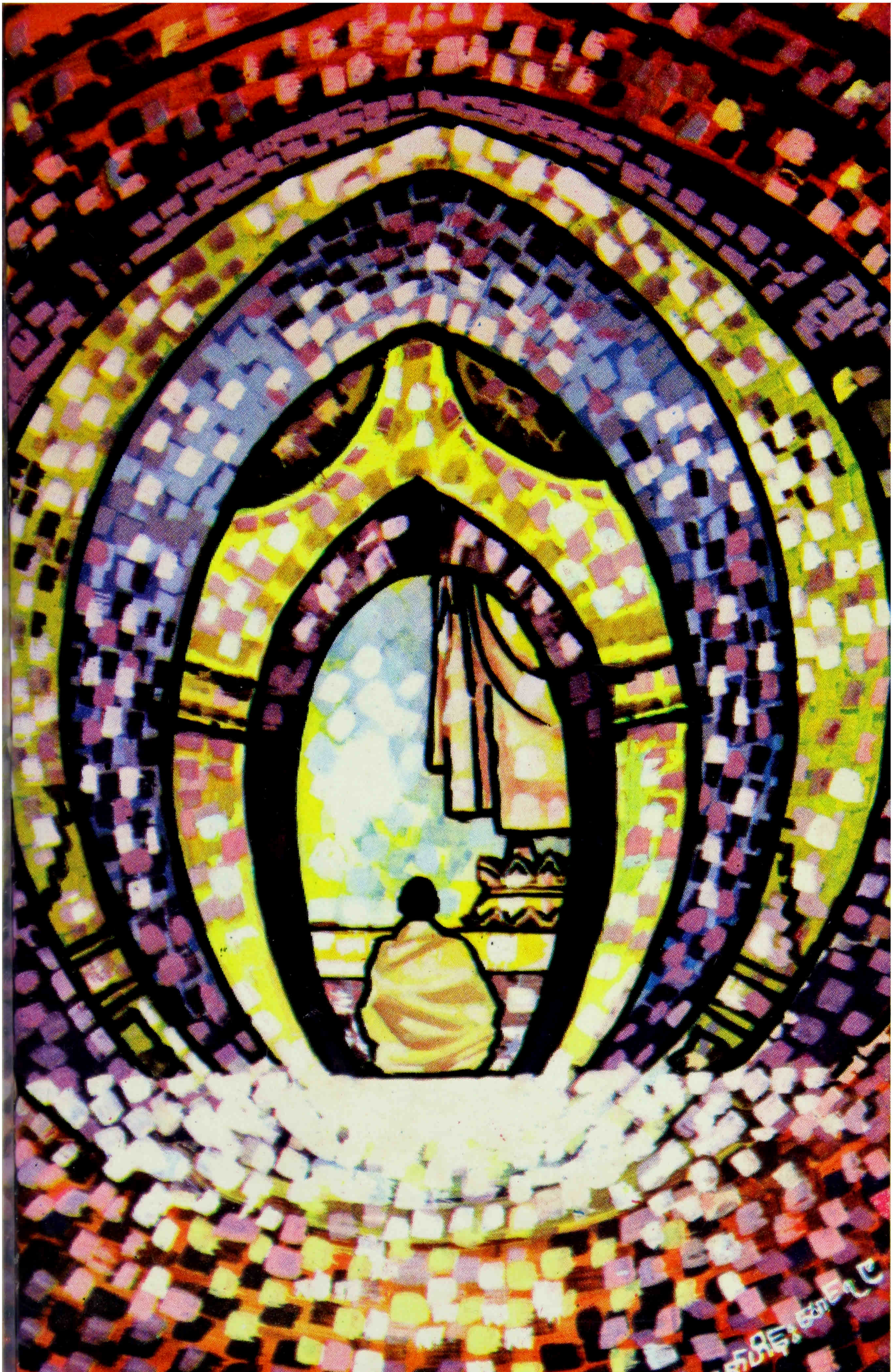
Now I'm going to explain the real requirements of humanbeing who cnnnot help in surrendering their present events in accordance with the laws of changing, suffering and non-ego. Humanbeings have no other way but to resign themselves to the present situation, without the powers of controlling the impermanence of the psychical events, though they have a great desire toadhere to either worldly pleasures or sorrows.

However, human being do not want to recognise the impermanence of the pleasurable mental events though these are their true nature. Puthujjans (ပုထုဇဉ်) try to hide in the middle of the imaginative world of Feelings and emotions, with the result that, they are unable to face death and the unknown with tranquility when faced with death. Tranquility can be achieved only by Arahats, as they do not rely on the mental and material events, and also their Intellect realises the impermanence and true nature of human beings.

Puthujjanas (ပုထုဇဉ်),due to their own ignorance, rely on the flexible phenomena of beings. Howerer, when they are going to leave behind those unreliable elements, they feel great remorse for their negligence in searching for Truth. But it is too late for them to repair their irresponsibility, because in the last fleeting moments, it is impossible to change their misconceptions concerning themselves or others.

Arahats who know what they have to do and have done what is to be done, have already sacrificed all kinds of Causes of Sufferings and have purified themselves. Consequently, when it is time, that is at the end of the mental events, they can leave behind their bodies and the thirty–one planes of existence realizing

that they are no longer slaves to the Sufferings of being. Thus, with purity of Intellect, they perfectly and completely, forever attain Nibbana (နိဗ္ဗာန်) the real Peace.



HOW TO ENVISION THE EXISTENCE OF NIBBANA,

ASHIN NANDAVUMSA. (M.A.) PHILOSOPHY.

This is the third in the series of my lectures on Buddhism. This lecture is to show Puthusins as well as arrias how to envision the real existance of Nibbana. Nibbana is hard to comprehend and difficult to visualise because of its delicate characteristics.

Buddhists believe that in Nibbana, there are no anxieties, worries, difficulties sins or sufferings. It is only after visualising Nibbana that real peace can be obtained. The freedom that can be achieved in Nibbana is the real freedom because of the absence of mental or physical pains.

When Arrias observe Nibbana with their Purified Intellect that can only know or realise Nibbana, they know themselves about their conditions, that is, they are free from sufferings, worries, anxieties and sins.

Peaceful, serene and harmless conditions are realised. There they know nothing can harm them because there is no mind and body.

The layman or Puthusin lives in a world of dreams. He is entirely unaware of the insecurity, risks and hazards of his existance, or the dangers of Sin, and is ensnared and enraptured with what he considers as worldly pleasures. He is bemused with delusion, and, his vagueness and ignorance blinds him from seeing the Truth.

Labouring under the misapprehension that what he feels is a happy and secure existence, in his illusion, he sees pain as pleasure, impernancy as permanency, non–ego as ego, unhappiness as happiness, insecurity as security and sins as virtue.

As long as Puthusins cling on to these misconceptions and erroneous views they will never be able to find the Truth. Eventually, when he really meets with some disaster or else, according to his Kama, it is time for him to be enlightened about the Truth of his existence,

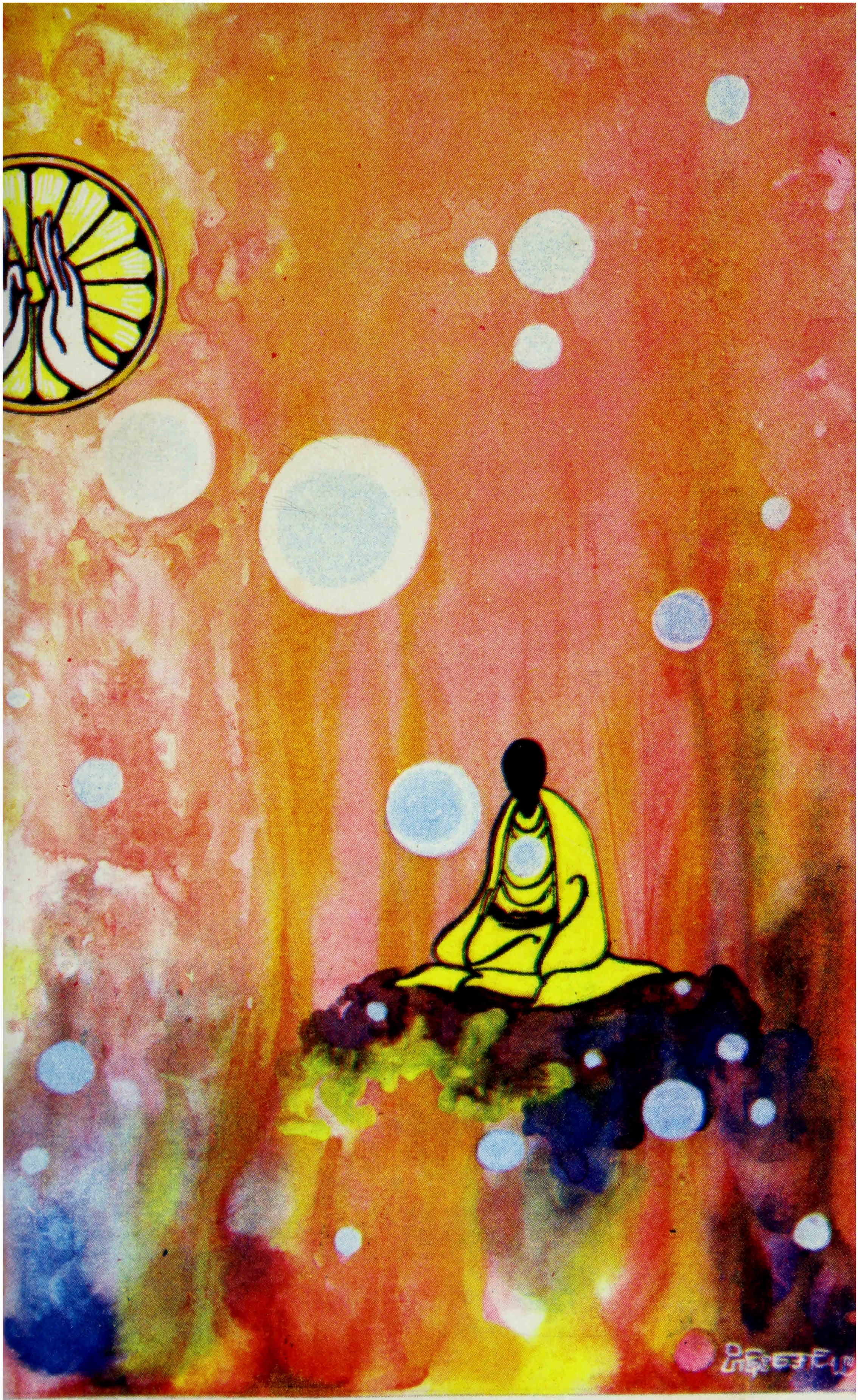
and he is awakened, he is plunged into doubt about the insecurity, futility and impermanancy of his existance. He realises that what he had thought pleasure, is in reality, suffering. He realises that this suffering is obnoxious and in consequence, he has a strong desire to be rid of all these sufferings. This is the stimulus and lead for him to find a way out and he discovers that this can be done through practising Vipassana.

In practising Vipassana, he will know that It is not ego but only the mental and physical elements. Also, both mind and body are existing according to the Law of Causation and that these events are in accordance with the natural phenomena. He also realises that these events are changing all the time and suffering all the time, revealing its uncontrollable character. With the result that he can penetrate into the mental and physical elements which vanish immediately after their appearance. In consequence he comes to realise the true nature of mind and body.

Thus, he will have to first construct Magganyana, the Intellect. The Intellect means the knowing of the True nature of Truth. In constructing Magganyana, he has to overcome many obstacles. He has to reform his mental events freeing them from all personal and indi-

vidual bias and imaginative thoughts. He should never leave room for any evil or impure thoughts to pass through his mind. He will realise that his physical and mental phenomena are always arising and passing away seperately in their own nature. He will realise that his body and mind are not working in accordance with his will but in accordance to their own Cosmic order. He will come to realise the significance of the Impermanancy (Anicca) and Uncontrolability (Anatta) and of Suffering (Dukkha).

After repeated observation of Suffering, he moves from mundane to the supermundane state. His Intellect (Magganyana) will be purified and he becomes enlightened in the Four Noble Truths. That is the Truth of Suffering, the Cause of Suffering, the Cessation of Suffering and the Way to the Cessation of Suffering. This will take him beyond the limits of the **31** planes of existance and he will attain the Ultimate peace that is Nibbana.





NIBBANA - THE REAL FREEDOM.

NASHIN ANDAVUMSA M.A. (PHILOSOPHY)

Today I am going to explain about the Real Freedom. Nibbana, as far as I am able to express. Nibbana is the ultimate goal of all Buddhists. However, most of the Buddhists do not understand the real meaning of Nibbana.

I have had **11** years of practical training in Vipassana (ဝိပဿနာ) under my learned master and **5** years on my own, which I will try to explain here.

Nibbana can be visualised only by Magganyana (မဂ္ဂဉာဏ)the Purified Intellect. Though only Ariyas can visualise Nibbana practically,

Puthusins who have not yet constructed Purified Intellect can think about Nibbana. But it will only be a hypothetical assertion or assumption that concerns the existence and characteristics of Nibbana.

This lecture concerns not only Ariyas but also Puthusins who have not yet constructed Magganyana. It will assist Ariyas to build up a greater, wider, lighter, higher and energetic power of Magganyana as well as ,Phalanyana. On the other hand, to Puthusins, it will show and help then to construct Magganyana, which can attain Nibbana, the Real Freedom.

All of you know that there is no mind and body in Nibbana, in Pali terms "Khanda Niyawdaw Nib-banan" (ခန္ဓာနိရောဓောနိဗ္ဗာန်). From this it can bequestioned as to what is left when Ariyas enter Nibbana, then Magganyana and Phalanyana realise and distinguish the true nature of Nibbana with absolute certainty. It is evident that Magganyana and Phalanyana has the ability to realise the character and true nature of Nibbana·

Whenever Nibbana is visualized, welcome to know that though there is no mind or body, there must be something as the subject and object, the discoverer and the discoverable, ethe observer and the observable, the seeker and the seekable, and the knower and the knowable.

Here, the discovérable, the observable, the seekable and the knowable must be regarded and esteemed as Nibbana. But the problem arises as to who seeker, discoverer, knower, observer is. Here I can assert a proposition that whenever Ariyas visualize Nibbana, it must be with the Purified Intellect and nothing else but with the Purified Intellect. Now, I will show how to construct Magganyana objectively and accurately in accordance with the teachings of Lord Buddha and Ariyas, so that we can visualize with that Intellect. Now we know it is very mportant for a Buddhist to construct Maggan yana to attain Nibbana and the following is the procedure concerning how to construct Magganyana.'

First of all we must believe in Buddhism in which the method of constructing Magganyana has already. been ascertained. Next the teachings of Lord Buddha and Ariyas should be absorbed and followed diligently and respectfully. Then, whatever has been learned and absorbed must always be practised with everlasting mindfulness Finally we must consider pros and cons, cause and effects, so that we can realise fruitlessness and fruitfulness clearly. This is the method of constructing wisdom so that we can sacrifice ego-centric and personal subjective opinions. Now, I shall explain how to sacrifice these personal im-

pressions with the help of newly constructed Intellect. There are two kinds of knowledge, mainly Direct and Indirect knowledge. Direet knowledge can be obtained through five sense organs about the universe or physical world. It is the foundation of all kinds of knowledge:

Indirect knowledge is conceptual knowledge that can be obtained with reasoning and imagination that is not directly dependant on the five sense organs.

Here, in order to build up our Purified Intellect we must give comments on the internal representation in accordance with the FOUR NOBLE THREE. Now I will explain in detail how beneficial it will be for us to consider the Four Noble Truths and the **THREE** Characteristics of Existence. The first Truth is suffering.

As long as there is suffering we cannot attain Nibbana, which is free from sufferings. In order to attain Nibbana, we must sacrifice these sufferings. Here I will explain how to sacrifice these sufferings. As we know, the Law of Universal Causation is acknowledged and received in Buddhism as well as in the domain of seience. According to this law every event must have a cause. So also, the suffering must have a cause. Unless we delete the casue, the effect cannot disappear. Hence, we

must negate the cause of suffering. In order to negate the cause of suffering, we must know in detail that the absence of suffering is more preferable than the presence of suffering. We must also know that this suffering is essentialess in character. We should have the ability to foresee the end ot suffering. This attainment of foresight will be more peaceful, brigter, higher, wider, and will have complete freedom. With these ends in view, our Intellect will pemetrate the nature of suffering of mental events. Here, we must remember that the yogi must behave like a scientist who is experimenting in order to verify his hypothesis. Here, hypothesis means the theories propounded in Buddhism, (ie) the FOUR NOBLE TRUTHS and the THREE Characteristics of Existence, Anicca, Dukkha and Anatta.

The apparatus is the mind and body. The intellect is the scientist. Thus by the teachings of Lord Buddha, a yogi observes his mental events as to whether they are changing in accordance with the law of changing, suffering and non-ego. This is the method of Vipassana that will sacrifice all kinds of ego-centric interests. By this practice a yogi will penetrate and realise the nature of mental events, which are vanishing away as soon as they appear.

Thus the Intellect realises that mental events are appearing with the intention of passing

away. Slowly and gradually the Intellect becomes more powerful, clearer, brighter, lighter, wider and sharper, and in the long run, it can draw a conclusing after observing allot of true instances of premises that mental events are futile. The Intellect entirely and completely cancels all kinds of mental events includlng the last event. The Intellect after seeing the end of mental events decides that this is the end of all kinds of sufferings and the Intellect clearly visualizes the real peace and freedom that is the end of mind and body.

This must be practiced repeatedly so that **the Intellect** becomes stronger and stronger becoming more powerful with the result **that it can sacrifice the minute and delicate mental events.** Thus in **the end, the Purified Intellect becomes the Intellect of the last Conquerer and is entirely and ccmpletely free from suffering gaining Eternal Peace, Nibbana.**



အမှတ်စဉ် [၁]

မဂ်ဉာဏ်တည်ဆောက်ခြင်းနည်းပညာ

(အသျှင်နန္ဒဝံသ)

ဦးပဉ္စင်း အခုအခက်လိပ်ဘာသာနဲ့ ဟောကြားမယ့် ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်နည်းပညာတရားကို ကျေးဇူးပြုပြီး ဂရုစိုက်နားကြားကြ စေချင်ပါတယ်၊ "ဂရုစိုက်ပြီး နားထောင်ကြပါလို့ ပြောရတာ ကတော့ ဟောပြောချက်မျှားဟာ အရေးကြီးလွန်းလို့သာလို့

ဆိုလိုခြင်း မဟုတ်ဘဲ မိမိရဲ့ ဘာသာစကားမဟုတ်တဲ့ အင်္ဂလိပ်စကားနဲ့ ဟောရတာဖြစ်လို့၊ မိရိုးဖလာ မြန်မာစကားလိုက္ခမ်းကျင်နိုင်နင်းမှုမရှိတဲ့အတွက် ဖြစ်ပါတယ်”

ဝိပဿနာဆိုတာ အားလုံးသိရှိထားတဲ့အတိုင်း ဥာဏ်ပညာနဲ့ယှဉ်တဲ့ ကျင့်စဉ်တရပ် ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီကျင့်စဉ်ဟာ ကိုယ့်ရဲ့အတ္တကိုဗဟိုပြုပြီး တသီးပုဂ္ဂလဆန္ဒစွဲနှင့်ယှဉ်တဲ့ ဘက်လိုက်လို ငဲ့ကွက်လိုတဲ့သဘောတွေကိုစွန့်ရ ပယ်ရတဲ့ ကျင့်စဉ်တရပ်ပါဘဲ။ “အတ္တကို ဗဟိုပြုတဲ့ စိတ်ဝင်စားချက်ကလေးတွေ ဆိုတာကို ဦးပဉ္ဆင်းအမြင်နဲ့ တင်ပြရယင် အတွင်းအဇ္ဈတ္တသဏ္ဌာန်မှာ ဖြစ်ပေါ်တဲ့ အတွေးအခေါ်ကလေးတွေဖြစ်ပြီး၊ ဒီအတွေးအခေါ်ကလေးများ၊ အယူအဆလေးများဟာ မှတ်သားမှုသညာနယ်ပယ်က ရလာတဲ့အတွေးအခေါ်လေးများကို တဆင့် ပြန်လည်သုံးသပ်လို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အသိတရားများ ဖြစ်ပါတယ်။

အသိတရားများကို နှစ်ပိုင်းပိုင်းခြားထားပါတယ်၊ တပိုင်းကတိုက်ရိုက်သိတဲ့ အသိတရားနဲ့ ကျန်တပိုင်းကတဆင့်ခံ သွယ်ဝိုက်၍သိရတဲ့ အသိတရားတို့ဖြစ်ကြပါတယ်။ တိုက်ရိုက်အသိကို၊ ရုပ်၊ နာမ်ရှိသူတို့ရဲ့ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်စတဲ့ အာရုံငါးပါး တံခါးငါးပေါက်က ပြင်ပလောက အတွေ့အကြုံများကို ခံစားရင်း ရရှိလာနိုင်ပါတယ်။ တဆင့်ခံသိရတဲ့ အသိတရားဆိုတာက ရုပ်-နာမ်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ရဲ့တွေးခေါ်မြော်မြင်၊ဆင်ခြင်ပုံကြံစည်မှုမှု ရလာတဲ့ အသိတရားများဖြစ်ကြပါတယ်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ၊

တိုက်ရိုက်သိရတဲ့အသိတရားဟာ အားလုံးသော အသိပညာတို့ရဲ့ အခြေခံကျတယ်လို့ သတ်မှတ်ထားပါတယ်။ “တဆင့်ခံ အသိ ဆိုတာ၊ သညာနယ်ကရလာတဲ့ အသိတရားဖြစ်ပါတယ်” အခု တရားဟောစဉ်မှာ သညာနယ်ပယ်က သိလာတဲ့ အသိတရား သို့မဟုတ် အဇ္ဈတ္တဘဝင်မှာထင်လာတဲ့ ဒီအသိတရားကို ဘယ်လို ရှုတတ်ရမယ်ဆိုတဲ့အကြောင်းကို ရှင်းပြပါ့မယ်။ အတွင်းအဇ္ဈတ္တ စိတ်ကလေးတွေ ဘယ်နေရာမှာ ဖြစ်ပေါ်ကြတယ်၊ ပျက်စီးကြ တယ်ဆိုတာကို အခု ရှင်းပြပါ့မယ်။ ယခုလို သိပ်ခေတ်ကြီးမှာ လူအများစုတို့ဟာ ဦးနှောက်သည် လူသားတို့အတွက် အဓိက အကျဆုံး အရေးအပါဆုံး အစိတ်အပိုင်းတခုလို့ မှတ်ယူထားကြ ပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ဦးပဉ္စင်းအနေနဲ့ ဦးနှောက်တည်ရှိရာ အစိတ်အပိုင်းနေရာကလေးဟာ လူသားတို့အတွက် အချက်အချာ အရေးပါတဲ့ ဗဟိုဌာနလို့ မှတ်ယူ မလာဘူး။ ဘာ့ကြောင့်လဲ ဆိုရင် ဗုဒ္ဓဘာသာမှာ လူသားတို့ရဲ့ခန္ဓာမှာ အချက်အချာအကျ ဆုံး၊ အရေးအပါဆုံးနေရာဟာ ဦးနှောက်တည်ရှိရာမဟုတ်ဘဲ၊ နှလုံးသားရဲ့ကြွက်သားများ အာရုံကြောများနဲ့ အနီးကပ်ဆုံး တည်ရှိနေတဲ့ ဟဒယလို့ ခေါ်တဲ့နေရာကလေး ဖြစ်ပါတယ်။

အခုဆိုရင် အတွေ့ကို ဗဟိုပြုတဲ့ အတွေးတွေကို ဘယ်နေရာက နေပြီး ရှုသတ်ရမယ်ဆိုတာ ရှင်းလင်းတင်ပြပြီးပြီလို့ ဦးပဉ္စင်း ထင်ပါတယ်။ ဖြဆိုဘို့ကျန်နေသေးတဲ့ အချက်က တသီးပုဂ္ဂလ ဆန္ဒစွဲနှင့်ယှဉ်တဲ့ အယူသီးမှုများနှင့် ရင်တွင်း ခံစားချက်များကို

"ဘယ်လို ရှုသတ်ရမယ်ဆိုတဲ့ အချက်ပါဘဲ" ဒီနေရာမှာ ဥာဏ်ပညာဆိုတဲ့ စကားကို သုံးရပါတယ်။

ဒီဥာဏ်ပညာကို ဘယ်လို တည်ဆောက်ရမယ်ဆိုတာ ဦးစွာရှင်းပြပါမယ်။ ဥာဏ်ပညာကို အောက်ပါနည်းများဖြင့် တည်ဆောက်နိုင်ပါတယ်။ ပထမဦးစွာ ဗုဒ္ဓဝါဒကို၊ ပြည့်ပြည့်ဝဝသက်ဝင်ယုံကြည်ထားဘို့ လိုပါတယ်။ ဒုတိယ အချက်ကတော့ ဗုဒ္ဓရဲ့ဆိုဆုံးမမှုများကို နားလည်သဘောပေါက်ကာ၊ သစ္စာလေးပါးကို ခံယူနိုင်တဲ့သဘော စိမ့်ဝင်နေရပါမယ်။ ဗုဒ္ဓရဲ့အဆုံးအမများကို ကျွန်ုပ်တို့ သိနားလည်ထားပြီး ဖြစ်တဲ့အတိုင်း၊ သစ္စာတရားလေးပါးရှိပါတယ်။ ၎င်းတို့မှာ ဆင်းရဲခြင်းအမှန်တရား၊ ဒုက္ခသစ္စာ၊ ဆင်းရဲခြင်းဖြစ်ကြောင်း အမှန်တရား၊ သမုဒယသစ္စာ၊ ဆင်းရဲခြင်း ချုပ်ငြိမ်းရာ အမှန်တရား၊ နိရောဓသစ္စာ၊ ဆင်းရဲခြင်းချုပ်ငြိမ်းရာသို့ ရောက်ရာရောက်ကြောင်းနည်းလမ်းကောင်း အမှန်တရား၊ မဂ္ဂသစ္စာတို့ဖြစ်ကြပါတယ်။

အဆိုပါသစ္စာလေးပါးကို သိနားလည်စေဘို့ ဥာဏ်ပညာဆိုတဲ့ဝေါဟာရကို စတင် အသုံးပြုလိုက်ပါတယ်။ဒီနေရာမှ 'ဥာဏ်' ခေါ်တဲ့ ဝေါဟာရကို အသုံးပြုရခြင်းကတော့ သစ္စာတရားကို မှန်ကန်စွာ သဘောပေါက်လာစေဘို့ ဖြစ်ပါတယ်။ ပထမဦးဆုံး အမှန်တရားကတော့ "ဒုက္ခသစ္စာ" ဖြစ်ပါတယ်။ ဥာဏ်ပညာက ဒုက္ခခံစားရခြင်းသဘောကို ကောင်းစွာ သိနားလည်နေပါလိမ့်မယ်။ ဒီနေရာမှာ ကျွန်ုပ်တို့ဟာ "ဥာဏ်ပညာ" ဆိုတာနဲ့ "ဒုက္ခခံစားရခြင်း" ဆိုတဲ့ ဒီနှစ်ပိုင်းကို ပြတ်သားစွာ ခွဲခြားသိဘို့လို

ပါတယ်။ ဥာဏ်ပညာက အရှုတရားဖြစ်ပြီး၊ ဒုက္ခတရားကအရှုခံဖြစ်ပါတယ်။ ဒုက္ခခံစားရချက် စိတ္တာသင်္ခါရတရားဟာအမှန်တော့ စိတ်၏ ဖြစ်ရပ်ကလေးတွေရဲ့ အစိတ်အပိုင်းကလေးများသာ ဖြစ်ကြပါတယ်။ ဥာဏ်ကအရှုတရားဖြစ်ပြီး စိတ်ဒုက္ခကလေးတွေဘယ်လို ဒုက္ခဖြစ်နေကြတယ်ဆိုတာ ဥာဏ်နဲ့ယှဉ်ပြီးရှုသတ်နေရင်၊ ဒီခံစားမှု သဘောလေးတွေဟာ မမြဲဘဲပျက်ပျက် သွားကြတာကို မြင်လာပါလိမ့်မယ်။ အပျက်တရားလေးတွေ မြင်လာတဲ့အခါ၊ မမြဲတဲ့သဘော၊ ဆင်းရဲတဲ့သဘောကို သိပြီး၊ ဒုက္ခတရားကို ဖက်တွယ်မထား၊ လို၊ ဒုက္ခအပေါ် မတွယ်တာလိုတော့ဘဲ၊ ပယ်လိုက်စွန့်လိုက် ပါတော့တယ်။ ဥာဏ်က ဒုက္ခကိုမလို၊ မလို၊ မလိုချင်လို့ ဒုက္ခဖြစ်စေတဲ့ သမုဒယကိုပါ လက်မခံတော့ဘဲ၊ အကျိုးမလာအောင် အကြောင်းကို ပယ်လိုက်ပြီး ဖြစ်သွားပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ဥာဏ်က ဒုက္ခတရားကို လစ်လျူရှုနိုင်သွားပြီ။ အော်-ပျက်သွားတဲ့ တရားဘဲ၊ မပိုင်ဘူးလို့ လဲဆင်ခြင်လိုက်နိုင်ပြီ။ ဒါကြောင့်လည်း ဒုက္ခတရားကလေးများဟာ သူတို့ရဲ့လက်ရှိအခြေအနေကရှေ့လျောကြ၊ ပျက်စီးကြ၊ ချုပ်ငြိမ်းကြကာပျောက်ကွယ်သွားကြပါတော့တယ်။ ဒုက္ခတရားကလေးတွေ ပျက်ဆီးသွားကြတာကို ဥာဏ်က သိလိုက်တာနဲ့တပြိုင်နက်၊ အော် ဒီအပျက်တရားတွေဟာ ကိုယ်ပိုင်တဲ့သဘော မရှိပါလားလို့ ဆင်ခြင်မိပြီး "ငါပိုင်တယ်" ဆိုတဲ့ အယူအဆလဲ လုံးဝပျက်ဆီး သွားပါတော့တယ်။

ဒီအခါမှာ ဉာဏ်ဟာ ဒုက္ခတရားက သီးခြားကင်းလွတ်သွားလို့ တည်ငြိမ်တဲ့သဘော၊ လွတ်လပ်တဲ့သဘောကိုလဲ ရရှိနေပါပြီ။ ဒီ ဉာဏ်ပညာက ထိုရုပ်ဓမ္မသဘာဝ အပေါ်မှာ အခြေပြုတည်ရှိလာတဲ့ နာမ်စိတ္တာသခ်ၤါရ ကလေးများကို အပျက်ရှုလို့ ပျက်သွားတဲ့ စိတ်တို့ဟာ အနှစ်သာရ ကင်းမဲ့စွာ ပျက်စီးသွားကြောင်း၊ ဝိဉာဏ် လိပ်ပြာသဘော၊ အတ္တာသဘော၊ မတည်ဘဲ ပျက်စီးသွားကြောင်း ထင်းလင်းစွာ သိမြင်လာပါတော့တယ်။

ဤနည်းဖြင့်ဉာဏ်ပညာသည် ဒုက္ခကိုဒုက္ခလို့ (ဒုက္ခသစ္စာ) ပြတ်သားစွာ ပိုင်းခြားသိနားလည်လိုက်ပြီး၊ ဒုက္ခရဲ့အကြောင်းပြုချက် (သမုဒယသစ္စာ) ကိုလဲ ယယ်လိုက်၊ စွန့်လိုက်ပြီး၊ ထိုဒုက္ခအကြောင်း ပိုင်းခြားပြတ်သားစွာသိနိုင်တဲ့ဉာဏ်ကဒုက္ခဖြစ်စေတဲ့၊ အကြောင်းရင်းများကို ဆက်လက်ရှုသတ် ပိုင်းဖြတ်နိုင်ကြောင်းသိသဖြင့် ထို ဉာဏ်ကရှုရင်း၊ သတ်ရင်း၊ ပယ်ရင်း၊ စွန့်ရင်းဖြင့်-ဒုက္ခတို့မှချုပ်ငြိမ်း လွတ်မြောက်ပြီး (နိရောဓသစ္စာ) ငြိမ်းအေးရာ အမှန်ဖြစ်တဲ့နိဗ္ဗာန်ကြီးကို ရောက်ရာရောက်ကြောင်း အကျင့်ကောင်း (မဂ္ဂသစ္စာ) ဖြင့် ကျင့်ကြံ၍ ထိုမဂ်ဉာဏ်ကြီးက (မဂ္ဂဉာဏ) နိဗ္ဗာန်ကိုကောင်းစွာ မျက်မှောက်ပြုသွားပါတော့တယ်။

ဤနည်းဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် အားလုံးသော အာရုံ ခံစားမှုစိတ္တာဒုက္ခ၊ သခ်ၤါရကလေးများကိုရှုသတ်၊ ပိုင်းခြား၊ နိုင်ခြင်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်တဲ့ ဒီမဂ်ဉာဏ်ကို တည်ဆောက်နိုင်ခဲ့ကြပါပြီ။

ဒီနည်းဟာ လက်တွေ့ကျင့်စဉ်၊ လုပ်ငန်းခွင်နဲ့ယှဉ်တဲ့၊ မင်္ဂလာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ပစ္စဝက္ခဏာဉာဏ်မျိုးကို ဘယ်လို တည်ဆောက်ရ တယ်ဆိုတဲ့ နည်းနိဿယျဘဲ ဖြစ်ပါတော့တယ်။ ။

[ဆရာတော် အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ရေးသားဟောပြောသည့် တရား (၄) ပုဒ်ကို ဆရာမဒေါ်ခင်အေးကြူမြန်မာပြန်သည်။]



အမှတ်စဉ် [၂]

ရဟန္တာမြတ်ကြီးတို့သည် (၃၁)ဘုံကို ခြေကန်၍ မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို မည်သို့ စံမြန်းပုံ တရားတော်

(အသျှင်နန္ဒဝံသ)

ပြီးခဲ့တဲ့တနင်္ဂနွေနေ့က "မင်္ဂဏာ ဖိုဏာတ်တည်ဆောက်နည်း ပညာ" တရားတော်ကို ဟောကြားခဲ့ပါတယ်။ ယောဂီတော် တော်များများ အထူးတလည် စိတ်ဝင်စားကြတာကို တွေ့ရပါတယ်။ဒီနေ့အဘိုရာတော့နောက်ထပ်တရားတပုဒ်ဖြစ်တဲ့ "ရဟန္တာမြတ်ကြီးတို့သည် သုံးဆယ့်တစ်ဘုံကို ခြေကန်၍ မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို မည်သို့ စံမြန်းတော်မူကြပုံ" တရားတော်ကို ဟောကြားပါမယ်။

သုံးလောကထွဋ်ထား သဗ္ဗညုမြတ်စွာဘုရားသခင်ရဲ့ အယူဝါဒက "အမှန်တရားကိုရှာဖွေခြင်း" ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအဆို မှန်ကန်ကြောင်းကို ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ခြင်းဖြင့် လက်တွေ့စမ်းသပ်ကြည့်နိုင်ပါတယ်။ ဝိပဿနာတရားကျင့်စဉ်ကိုမကျင့်တဲ့သူဟာ ဒီအဆိုရဲ့ အမှန်တရားကို နားလည်ဘို့ ယုံကြည်ဘို့ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ ပုထုဇဉ်တွေယုံကြည်ထားတာက တသီးပုဂ္ဂလဘက်လိုက်ချင် ငဲ့ကွက်ချင်တဲ့ အတ္တနောမတိထင်မြင်ချက်များသာ ဖြစ်ကြပါတယ်။ ကိုယ့်ရှုထောင့်က ကိုယ်ကြည့်ပြီး၊ ကိုယ့်အထင်ကိုယ်မှန်နေတယ်လို့ ယူဆနေကြတဲ့ အတ္တက်လည်း အမှန်တရားကို ထိုးဖေါက်သိဘို့ရန် ခက်ခဲပြီး သစ္စာတရားကို မမြင်နိုင်ကြခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ပုထုဇဉ်တို့ သစ္စာတရားကိုရှာဖွေတွေ့ဘို့ရန်အမှန်ပင် မလွယ်ကူတဲ့အကြောင်းကတော့ ပုထုဇဉ်တွေမှာ တပ်မက်စရာမြင်ရင် တိမ်းချင်၊ ညွတ်ချင်တဲ့ အာရုံတွေဖြစ်ကြပြီး၊ အာရုံတွေရဲ့ ဆွဲငင်ရာကို ကောက်ကောက်ပါအောင် လိုက်နေကြတဲ့ အာရုံတွေရဲ့ ကျေးကျွန်တွေ ဖြစ်နေကြလို့ပါဘဲ။ လောကီ အာရုံများအပေါ်မှာ ပုထုဇဉ်တွေ မှိုခိုကြသလောက်၊ သစ္စာတရားကို သိနားလည်ကြပြီးဖြစ်တဲ့ အရိယာများ၊ ရဟန္တာများကတော့ ဒီလောကီအာရုံတွေကို မမှိုခိုကြတော့ပါဘူး။

ပျက်စီးဓာတ်တဲ့ သဘောရှိတဲ့ လောကီအာရုံတွေဟာ၊ အမှန်တရားကို မသိမမြင်နိုင်အောင် ဖုံးကွယ်ထားတဲ့အတွက် အဝိဇ္ဇာဉဒုံကြီးကို မဖေါက်သမျှ အမှန်တရားကို မြင်နိုင်မည်မဟုတ်ပါ။

လူသားတို့အတွက် အမှန်တကယ်သိဘို့ လိုအပ်ချက်များကို ဆက်လက်ဟောပါ့မယ်။ လူသားတို့ရဲ့သဘော၊ သဘာဝ ကိုကလက်ရှိ အခြေအနေတွေကို တနေ့မှာစွန့်ပစ်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ သခ်ၤတနံယ်ပယ်ထဲမှာ လောကမမွတာအရ၊ ပြောင်းလဲ ပျက်စီးနေတတ်တဲ့ သဘောတွေနဲ့ ရင်ဆိုင်နေကြပါတယ်။ ပျက်တတ်တဲ့သဘောကို ထာဝရတည်မြဲအောင် လုပ်ချင်လို့ မရပါဘူး။ သာယာတာတွေ၊ နှစ်သက်စရာတွေဟာ မြဲတဲ့ သဘောမရှိပါဘူး။ ပျက်စီးသွားမှာဘဲဆိုတာ သိထားကြဘို့လိုပါတယ်။ လူသားတို့အဘို့ သာယာဖွယ်ရာ စိတ္တခံစားချက်များပျက်စီးမသွားစေချင်သော်လည်း မလွဲသာ မရှောင်သာ ပျက်စီး ပျက်စီးသွားတာကို တွေ့နေရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

သာယာစရာအာရုံတွေဟာ၊ သူ့ဘဝတလျောက် ပျက်တတ်တဲ့ သဘော ရှိကြောင်းကို လူသားတွေ ပုဏ္ဍားတွေဟာ အသိအမှတ်မပြုလိုကြဘူး။ စိတ်ကူးယဉ် ကမ္ဘာထဲမှာဘဲ နစ်မြုပ်ပြီးနေလိုကြတဲ့သဘောတွေရှိတယ်။ ဒါ့ကြောင့်မို့လည်း သေခြင်းတရားကို ရင်မဆိုင်ရဲကြဘူး။ သေခြင်းတရားနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါမှာ အတုန်လှုပ်ကြီး တုန်လှုပ်ကြတယ်။ ငါနဲ့ဒုက္ခ လုံးချာလည်နေကြတဲ့အတွက် တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှုကို မရနိုင် ကြတော့ဘူး။ ရဟန္တာတို့မှာတော့ ရုပ် နာမ်တို့ရဲ့ ပျက်တတ်တဲ့သဘော၊ သဘာဝကို ဉာဏ်ပညာဖြင့် ပြတ်သားစွာ ပိုင်းခြားသိနေကြတဲ့အတွက် သေခြင်းတရားနဲ့ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါ တည်ငြိမ်အေးချမ်းစွာရင်ဆိုင်နိုင်တော်မူကြတယ်။

ပုထုဇဉ်များကတော့ မသိမှုအလျှောက်၊ အပျက်တရားတွေကို ဖက်တွယ်ကာ မှီခိုနေကြတဲ့အတွက် သေခြင်းတရားနဲ့ ရင်ဆိုင်ရတဲ့အခါမှာ၊ သစ္စာတရားကို ရှာဖွေဘို့ ပျက်ကွက်ခဲ့ကြတဲ့၊ မေ့လျော့ ပေါ့တန်စွာ နေခဲ့ကြတဲ့ မိမိတို့ရဲ့အဖြစ်ကို သိရှိကြပြီး၊ နောင်တကြီးစွာရရင်း၊ တုန်လှုပ်ချောက်ခြား၊ ဝမ်းနည်း၊ပူဆွေးခြင်းတို့ ဖြစ်ကြရတယ်။ ဒီအချိန်ကျကာမှ မိမိတို့ရဲ့အယူမှားခဲ့မှုအမှတ်မှားခဲ့မှုများကို ပြုပြင် ပါတော့မယ်လို့၊ ဘယ် လို ပင် ဆင်ခြင်ပေမယ့် မရ နိုင်တော့ပါဘူး။ အချိန်က နှောင်းခဲ့ပြီ။ သေခြင်းတရားနဲ့ ရင်ဆိုင်နေရတဲ့ နောက်ဆုံးအချိန်ကို ရောက်နေပြီ။

ရဟန္တာများမှာတော့ လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်တာတွေကို သနားပြီးကြသည့်အလျှောက်၊ လုပ်ဆောင်ပြီးခဲ့ကြပြီ။ ဒုက္ခဖြစ်စေတဲ့ သမုဒယတွေကို ပယ်သတ်နိုင်ခဲ့ကြပြီ။ ကိလေသာအညစ်အကြေးတို့မှ စင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောနိုင်တော် မူခဲ့ကြပေပြီ။ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ ကျေးကျွန်များ မဟုတ် ကြတော့ကြောင်းကိုလည်း ကောင်းစွာ သိရှိ နားလည်တော် မူကြပြီး၊ သုံးဆယ့်တစ်ဘုံနဲ့တကွ ရုပ်-နာမ်ကြီးကို စွန့်လွှတ်ရန် အဆင်သင့် ဖြစ်နေကြပြီ။

ဒီလိုနည်းနဲ့ ကိလေသာ အညစ်အကြေးတို့ကိုစင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောပြီးနောက်၊ အလွန်စင်ကြယ်တဲ့ ဉာဏ်တော်ကြီးဖြင့် အသစ်တဓာတ် မြတ်သောနိဗ္ဗာန်ကြီးကို အပြီးအပိုင်စံမြန်းသွားတော့တယ်။ သန္တိသုခ ငြိမ်းအေးမှု အစစ်အမှန်တရားကိုရရှိသွားပါတော့တယ်။ ။



အမှတ်စဉ် [၃]

နိဗ္ဗာန်တည်ရှိခြင်းကို မည်သို့ထိုးထွင်း သိမြင်၊ မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြောင်း တရားတော်

(အသျှင်နန္ဒဝံသ)

အခုဟောကြားမယ့် တရားဟာ မြတ်စွာဘုရားရဲ့သစ္စာတရားနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဟောကြားခဲ့တဲ့ တရားတော်များအနက်တတိယ အကြိမ်မြောက် တရားတော်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီ တရားဟောစဉ်မှာ ပုထုဇဉ်နဲ့အရိယာ သူတော်စင်တို့ နိဗ္ဗာန်တည်ရှိကြောင်းကို ဘယ်

နည်း၊ ဘယ်ပုံ သိမြင်ပြီး မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြောင်းဟောကြား မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ "နိဗ္ဗာန်ရဲ့သဘောကို ထိုးထွင်းသိမြင်၊ ဉာဏ် သက်ဝင်နိုင်ဘို့ဆိုတာ တကယ်တန်းကျတော့မလွယ်ကူလှပါဘူး" အကြောင်းကတော့ "နိဗ္ဗာန်" ရဲ့ သဘောသဘာဝက နှုးညံ့ သိမ်မွေ့လှန်း လှလို့ပါဘဲ။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့ကတော့ နိဗ္ဗာန်မှာ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှုတွေ အခက်အခဲတွေ၊ ဒုက္ခတရားတွေ မရှိဘူးလို့ သက်ဝင်ယုံကြည် ထားကြတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုပြီးမှသာ၊ ငြိမ်းအေးမှုအစစ် အမှန်ကိုရနိုင်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်မှာရနိုင်တဲ့ငြိမ်းအေးမှု၊ လွတ်မြောက် မှုဆိုတာ တကယ့်ကိုစစ်မှန်တဲ့ လွတ်မြောက်မှုဖြစ်ပါတယ်။ ဘာ ကြောင့်လဲဆိုတော့ ကာယိကဒုက္ခ နဲ့ စေတသိကဒုက္ခတွေ ချုပ် ငြိမ်းနေကြလို့ပါဘဲ။

အရိယာ သူတော်ကောင်းတို့သည် သူတို့ရဲ့ စင်ကြယ်တဲ့အသိဉာဏ် နဲ့ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ ချမ်းသာကြောင်းကို ကောင်းစွာသိနားလည်တော် မူကြပါတယ်။ သူတို့ကိုယ်သူတို့လည်း ဒုက္ခ၊ သောက၊ ပရိဒေဝ စတဲ့ ခံစားချက်များ၊ အပြစ်များမှ ကင်းလွတ်ပြီး ငြိမ်းအေး နေကြောင်းကို ကောင်းစွာ သဘောပေါက်ကြပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ကိုဝင်စားလိုက်တဲ့အခါမှာတကယ့်ကိုငြိမ်းအေးတဲ့ဓါတ် သဘာဝကို ထိုပုဂ္ဂိုလ်များ သိနေရပါတယ်။ရုပ်တရားရော၊နာမ် တရားပါချုပ်ငြိမ်းနေပြီဖြစ်တဲ့အတွက်လည်း၊ဘယ်လိုအကြောင်း တရားကမှ ဝေဒနာတခုခု ဖြစ်ပေါ်လာအောင် စွမ်းဆောင်နိုင် စွမ်း မရှိတော့ပါဘူး။

သစ္စာမသိသူ ပုထုဇဉ်တို့ကတော့ သစ္စာတရားကို ဖုံးလွှမ်းနေတဲ့၊ အထင်အမှတ်မှားနေတဲ့ အာရုံကမ္ဘာကြီးထဲမှာ နှစ်မှမ်းပြီး အသက်ရှင်နေကြပါတယ်။ သူတို့ရဲ့ ဘဝမှာ မမြဲတဲ့ မပိုင်တဲ့ သဘော၊ စွန့်စားရတဲ့သဘော၊ ဘေးရန်အန္တရာယ် မကင်းတဲ့ သဘော၊ အ ပြစ် တွေ ကျူးလွန်လို့ ရလာတဲ့ အကုသိုလ် တရား သဘောတွေကိုကြောက်ရွံဘယ်လို့ မမြင်ဘဲ အာရုံတွေရဲ့လိမ်လည် လှည့်ဖြားမှုကြောင့်နှစ်သက်ဘယ်၊ ပျော်ရွှင်ဘယ်လို့ သိမြင်နေကြပါတယ်။ ဒီမသိမှု၊ အထင်မှား၊ အမြင်မှားမှုဆိုတဲ့ တွေဝေတဲ့ သဘောတွေက ကွယ်ကာတာဆီးထားပြီး၊ အဝိဇ္ဇာတရားကြီးက ဖုံးလွှမ်းနေတဲ့အတွက်လည်း "သစ္စာတရား" ကို မမြင်နိုင်ကြခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

အဝိဇ္ဇာတရားရဲ့လှည့်ဖြားချက်အောက်မှာ ပင်ပန်းကြီးစွာ ကျင်လည်နေရတဲ့ ပုထုဇဉ်အဖို့ ဘဝကိုပျော်စရာ၊ ရွှင်စရာစိတ်ချ စရာလို့ထင်မြင်နေကြပါတယ်။ ဒီလိုမသိမှုတရားကြောင့် သာယာဘွယ်မဟုတ်တဲ့အရာကိုသာယာဘွယ်လို့မြင်နေပြီး၊ မမြဲတဲ့သဘော ကို မြဲတဲ့သဘော အဖြစ်၊ အနတ္တ အဖြစ်၊ ငြီးငွေ့ဘွယ် မျှားကို ပျော်ရွှင်ဘွယ် အဖြစ်၊ မလုံခြုံတဲ့သဘောကို လုံခြုံတဲ့ သဘော အဖြစ်၊ မကောင်းမှုကို ကောင်းမှုအဖြစ် အသိမှားနေကြတယ်။

သည်လိုသာ ပုထုဇဉ်တွေဟာ အယူလွဲမှားစွာနဲ့အဝိဇ္ဇာရဲ့သားကောင်အဖြစ် ဆက်လက်ရှင်သန်ပြီး မသိမှုတရားနဲ့ ငြိတွယ်နေမယ်ဆိုရင်တော့ အမှန်တရားကို ရှာဖွေလို့ တွေ့နိုင်လိမ့်မယ် မဟုတ်ပေဘူး။

ကာမဂုဏ်အာရုံတွေကိုခံစားလာယင်းနဲ့ တနေ့မှာမမျှော်လင့်ဘဲ ဘေးဒုက္ခအန္တရာယ်ဆိုးနဲ့ ရင်ဆိုင်တိုးရတဲ့အခါ၊ ထိုလူသားအဖို့ ရင်ဆိုင်နေရတဲ့ဒုက္ခကို ဒုက္ခလို့ သိမြင်လာနိုင်ဘို့ အခွင့်အခါ ပေါ်ပေါက်လာတော့တယ်။ ဒီအချိန်မှာ သူတခါက ဘဝကိုသုံးသပ်ထားတဲ့ခိုင်မာတယ်၊ ရေရာတယ်ဆိုတဲ့ အသိတရားများအပေါ်မှာ သံသယစိတ်တွေဝင်လာပြီ။ ဒီလိုသံသယစိတ်ဝင်လာယင်း ဆင်ခြင်လိုက်တဲ့အခါ သာယာမှုတွေ၊ ပျော်ရွှင်မှုတွေဆိုတာ တကယ်ဘော့ ပျက်စီးသွားရတာပါဘဲလား၊ မြဲမြံခိုင်မာတဲ့သဘောမရှိဘူးလို့ သိလာတယ်။ ရင်ဆိုင်လာရတဲ့ ဒုက္ခတရားတွေဟာ ကြောက်ရွံဘွယ်၊ တုန်လှုပ်ဘွယ်၊ စက်ဆုတ်ဘွယ်လို့ မြင်လာတဲ့အတွက်၊ ဒီဒုက္ခက လူတ်မြောက်ချင်လာတဲ့အသိဟာ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်ဖို့အတွက် လမ်းစပါဘဲ။ ဒုက္ခကလူတ်မြောက်ဘို့နည်းလမ်းကို တကယ်တန်းဉာဏ်ပါပါနဲ့ ရှာဖွလိုက်တဲ့ အခါမှာ မဂ်ရေစင်ဖြန်းမှ ငြိမ်းချမ်းနိုင်လိမ့်မယ်လို့ သိမြင်လာတော့တယ်။

ဝိပဿနာတရားကို လက်တွေ့ကျကျ ကျင့်ကြံအားထုတ်တဲ့အခါမှာ "ငါ့ ကိုယ်၊ငါ့ခန္ဓာလို့ မသုံးသပ်တော့ဘူး" "ငါ" သတ်မှတ်ထားချက်ဟာ တကယ်တော့ ရုပ်တရား နာမ်တရားမျှသာပါလား၊ဒီရုပ်နာမ်တရားဟာလောကကြီးရဲ့ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်မှုမမှု၊ သဘာဝတရားသဘောရ ဖြစ်ပေါ်လာရတာသာ ဖြစ်ပေတယ်။ ဖြစ်ပေါ်လာရတယ်ဆိုတာကိုက ပျက်စီးဘို့ဘဲ၊ တင်စွန်းရဲ့ဒဏ်ခံရဘို့ဘဲ၊ မပိုင်တဲ့ဘရား၊ မဆိုင်တဲ့တရားလို့လို့ သဘောပေါက်လာတယ်။ဖြစ်ပြီးခဏ ချုပ်ငြိမ်းရတဲ့ရုပ်ခမှု၊

မမြဲတဲ့ အနိစ္စတရား၊ မပိုင်မဆိုင်တဲ့ အနတ္တတရား၊ ဆင်းရဲတဲ့ ဒုက္ခတရားတွေကို ကောင်းစွာသဘောပေါက်သွားပါလိမ့်မယ်။

ဒုက္ခသစ္စာတရားကိုပွားများယင်းပွားများယင်း ဒုက္ခသစ္စာကို ပရိညာတဗ္ဗညာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားသိပြီးနောက်၊ သမုဒယသည် ဒုက္ခနှင့် ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်နေကြောင်း သိရှိလာကာ၊ သမုဒယကို ပဟာတဗ္ဗကိစ္စလို့ သိပြီး ပယ်လိုက်နိုင်ပြန်ပါတယ်။ ဒုက္ခတွေလဲ ကုန်ဆုံးချုပ်ငြိမ်းသွားပြီ၊သမုဒယကိုလဲ အကြောင်းမပြုတော့ဘူး။ အကြောင်းပြုနေတဲ့သဘောတွေကို ပယ်လိုက်၊ သတ်လိုက်တဲ့အခါမှာ ထိုသူရဲ့အသိဉာဏ်ဟာ စင်ကြယ်သည်ထက်စင်ကြယ်သွားပြီး၊ သစ္စာလေးပါးကို ကောင်းစွာသဘောပေါက် သိနာလည်သွားပါတယ်။ ဒီဟာဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာဘဲ၊ ဒုက္ခကိုဖြစ်စေတဲ့ သမုဒယသစ္စာဘဲ၊ ဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်ရာ လွတ်မြောက်ကြောင်း အမှန်ဖြစ်တဲ့ နိရောဓသစ္စာဘဲ၊ ဒုက္ခမှလွတ်မြောက်ရာလွတ်မြောက်ကြောင်းဖြစ်တဲ့နည်းလမ်းကောင်ဖြစ်တဲ့ "မဂ္ဂသစ္စာ"ဘဲလို့ ရေလည်စွာသဘောပေါက်သွားပါတယ်။ဒီလိုနားလည်သွားတဲ့အသိက ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်ကိုဒုဘုံက သီးခြားကင်းလွတ်စေပြီးအေးငြိမ်းတရားရာ နိဗ္ဗာန်ကြီးကို ရရှိစေလိမ့်မည် ဖြစ်တယ်။



အာမဂ်ဓိဋ္ဌာန [၄]

နိဗ္ဗာန်၊ စစ်မှန်သော လွတ်မြောက်ခြင်း

(သို့)

လွတ်မြောက်ခြင်း အစစ်အမှန်ပြည်နိဗ္ဗာန်တရားတော်

(အသျှင်နာဒဓံသ)

ဒီနေ့ လွတ်မြောက်ခြင်း အစစ်အမှန်ဖြစ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကြီး အကြောင်းကိုဦးပဉ္စင်းပြောနိုင်သလောက်ဟောတတ်သလောက် ဟောပါ့မယ်။ နိဗ္ဗာန်ဆိုတာ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်တို့ရဲ့ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင်ကြီးဖြစ်တယ်။ ဒါပေမယ့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်

တော်တော်များများဟာ နိဗ္ဗာန်ရဲ့ စစ်မှန်တဲ့သဘော အနက်အဓိပ္ပါယ်ကို ကောင်းစွာနားမလည်ဘဲဖြစ်နေတတ်ကြပါတယ်။

ဦးပဉ္ဇင်းဟာဆရာမြတ်ရဲ့ထံမှာ ၁၁- နှစ်တိတိအနှစ်ဝါသိက တပည့်အဖြစ် ခံယူခဲ့ပြီး မိမိကိုယ်တိုင်က (၅)နှစ်တိတိဝိပဿနာ ကျင့်စဉ်များကို လက်တွေ့ကျင့်ကြံ အားထုတ်ခဲ့ဘူးပါတယ်။ ဒီအကြောင်းကို ဦးပဉ္ဇင်း ဒီနေ့ ကြိုးစားပြီးဟောပါ့မယ်။

နိဗ္ဗာန်ကို အလွန်စင်ကြယ်လှတဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်နဲ့သာ မျက်မှောင် ပြုနိုင်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန်ကို အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့သာ လုတ်တွေ့ကျကျ မျက်မှောင်ပြုနိုင်ကြတယ်ဆိုရပေမယ့် စင်ကြယ် လှတဲ့ ဉာဏ်တော်ကြီးများ မတည်ဆောက်နိုင်သေးတဲ့ ပုထုဇဉ် တို့အဖို့ကတော့ နိဗ္ဗာန်ကြီးအကြောင်းကို စဉ်းစားကြည့်ကောင်း ပါတယ်။ ဒီလိုစဉ်းစားကြည့်တယ် ဆိုတာကတော့ နိဗ္ဗာန်မြတ် ကြီးတည်ရှိမှုနဲ့ နိဗ္ဗာန်ကြီးရဲ့ဂုဏ်ရည်တွေကို အနုမာန မျက်မှန်းဆ တဲ့နည်းနဲ့မှန်းဆကြည့်ခြင်းဘဲဖြစ်ပါတယ်။

ယခုဟောတဲ့တရားဟာ အရိယာတွေအတွက်ရော မဂ်ဉာဏ် မရသေးတဲ့ ပုထုဇဉ်တို့အတွက်ပါ သက်ဆိုင်ပါတယ်။ အရိယာ သူတော်စင်များအတွက် မိမိတို့တည်ဆောက်ထားတဲ့ မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်များ ပိုမို၍ကြီးမား၊ ကျယ်ပြန့်၊ ပေါ့ပါး၊ အဆင့်မြင့် မားကာ၊ ပိုမို၍သတ္တိထူးများရလျက် အားကောင်းလာအောင် အင်အားဖြည့်ပေးပါလိမ့်မယ်။ တဘက်ကလည်း ပုထုဇဉ်တို့ကို လွတ်မြောက်ခြင်း အစစ်အမှန် နိဗ္ဗာန်မြတ်ကြီးကို မျက်မှောင်ပြု နိုင်တဲ့ မဂ်ဉာဏ်တည်ဆောက်ရာမှာ အကူအညီပေးပါလိမ့်မယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာ သူတော်စင်များ သိပြီးဖြစ်ကြတဲ့အတိုင်း နိဗ္ဗာန်မှာ ရုပ်,နာမ်မရှိပါဘူး။ ငါဦးလို့တော့ "ခန္ဓာနိရောဓေါနိဗ္ဗာန်" လို့အဆိုရှိပါတယ်။ ဒီလိုဆိုတဲ့အတွက် အရိယာတွေ နိဗ္ဗာန်ကိုစံတဲ့အခါ ဘာများ ကျန်ပါသေးသလဲလို့ မေးခွန်းထုတ်နိုင်ပါတယ်။ အရိယာတို့ နိဗ္ဗာန်ကို စံတဲ့အခါ သူတို့တည်ဆောက်ခဲ့တဲ့ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်ကြီးတို့က နိဗ္ဗာန်ရဲ့ စစ်မှန်တဲ့ မုချလွတ်မြောက်တဲ့သဘော သဘာဝတရားကြီးနဲ့ ဂုဏ်အရည်အချင်း၊ အင်္ဂါရုပ်များကို ကောင်းစွာ ပိုင်းခြားသိနားလည်သွားပါတယ်။ မဂ်ဉာဏ်နဲ့ဖိုလ်ဉာဏ်မှာ နိဗ္ဗာန်ရဲ့သဘာဝတရားနဲ့ စွမ်းရည်များကို သိနားလည်နိုင်တဲ့ အရည်အသွေးများ ရှိတယ်ဆိုတာ ထင်ရှားလှပါတယ်။

နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောင်ပြုလိုက်ပြီဆိုသည်နှင့်တပြိုင်နက် နိဗ္ဗာန်မှာ ရုပ်,နာမ်မရှိဘူးဆိုပေမယ့် တစုံတခုရှိနေကြောင်းကိုတော့ သိနေရပါတယ်။ ဒီတစုံတခုဟာ နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောင် ပြုနေတဲ့အရာနဲ့ အပြုခံနေရတဲ့နိဗ္ဗာန်ဖြစ်တယ်။ ဥပမာအားဖြင့်-ကတ္တားနဲ့ကြိယာရှိသလိုပါဘဲ။ အမှန်တရားကို ရှာဖွေတွေ့ရှိထားဘဲ့သဘောနဲ့ အတွေ့ခံနေရတဲ့သဘော၊ ဆင်ခြင်နေတဲ့ သဘောနဲ့ ဆင်ခြင်ခံနေရတဲ့သဘော၊သိမြင်နားလည် သဘောပေါက်သွားတဲ့သဘောနဲ့ သိမြင်နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း ခံရတဲ့သဘောတို့ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီနေရာမှာ မျက်မှောင်ပြုခြင်း ခံရတဲ့ဆင်ခြင်ခြင်းခံရတဲ့၊ ရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်းခံရတဲ့၊ အသိခံရတဲ့ တရားမြတ်ဟာ နိဗ္ဗာန်သည် မြတ်သောဓာတ်သဘောကြီးလို့အားလုံးကသဘောတူ ကြည်ဖြူစွာလက်ခံကြရမှာပါဘဲ။ ဒီလိုဆိုတော့ ပြဿနာ

တရပ်က ပေါ်လာပြန်ပါတယ်။ သိနေ၊ တွေ့နေ၊ နားလည်နေ မျက်မှောင်ပြုနေတဲ့အရာဟာ ဘယ်လိုအချင်းအရာလဲဆိုတဲ့ ပြဿနာပါဘဲ။

ဒီနေရာမှာ ဦးပဉ္စင်း အခိုင်အမာပြောဆိုနိုင်တဲ့ အချက်ကတော့ အရိယာသူတော်စင်များ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတဲ့အခါမှာ အလွန်စင်ကြယ်တဲ့ မဂ်ဉာဏ်ကြီးနဲ့ မျက်မှောင် ပြုဝယ်ဆိုတဲ့ အချက်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဉာဏ်ကြီးမှတပါး အခြားဘယ်လိုအရာမှ မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။ အခု ဒီမဂ်ဉာဏ်ကြီးကို ဘယ်လိုတည်ဆောက်ရမယ်ဆိုတာကို မြတ်ဗုဒ္ဓနဲ့ အရိယာသူတော်စင်တို့ရဲ့ အဆိုအမိန့်တို့နဲ့ကိုက်ညီအောင်ဟောပါမယ်။ ဒါမှသာ နိဗ္ဗာန်ကို မဂ်ဉာဏ်နဲ့ မျက်မှောင်ပြုနိုင်မှာဖြစ်ပါဘယ်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့အဖို့ နိဗ္ဗာန်ခံတ်ကြီးကို သိနိုင်ဘို့အတွက် မဂ်ဉာဏ်ကိုတည်ဆောက်နိုင်ဘို့ရာ လွန်စွာဘဲအရေးကြီးပြီဆိုတဲ့ အချက်ကို အားလုံးဘဲသိနေကြပါပြီ။ ဒီလိုမဂ်ဉာဏ်ကို တည်ဆောက်နိုင်ဘို့အတွက် တည်ဆောက်နည်းအတတ်ပညာနဲ့ ကျင့်စဉ်တရပ်ကို အောက်ပါအတိုင်း ဖေါ်ပြလိုက်ပါတယ်။

ပထမဦးစွာ ကျွန်ုပ်တို့သည် ဗုဒ္ဓဘာသာကို သက်ဝင်ယုံကြည်နေရပါမယ်။ ဒီဘာသာမှာ မဂ်ဉာဏ်တည်ဆောက်နည်းပညာကို အခိုင်အမာပြောပြထားလို့ပါဘဲ၊ ဒီနောက် မြတ်ဗုဒ္ဓနဲ့ အရိယာသူတော်စင်တို့ရဲ့ အဆိုအမိန့်များကို ကျိုးကျိုးနွံနွံ လေးလေးစားစား ဆည်းပူးခြင်းအမှုပြုပြီး ကျေညက်စွာ သိနားလည်ထားဘို့လည်း လိုပါတယ်။ဒီလိုသိရှိနားလည်ထားပြီဆိုယင်

မိမိတို့ သိနားလည်ထားတဲ့ သဘောတွေကို ဆင်ခြင်ကာ သတိနဲ့ ယှဉ်ပြီး မမေ့မလျော့ ကောင်းစွာလေ့ကျင့်တဲ့အမှုကို ပြုနေကြရပါတယ်။ ဒီလိုဆင်ခြင် လေ့ကျင့်လိုက်ပြီဆိုယင်ဘဲ နောက်ဆုံးမှာအကြောင်းတရားနဲ့အကျိုးတရား၊အကျိုးတရားနဲ့အကြောင်းတရားတို့ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို ဆင်ခြင်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။

ဒီအခါမှာ အကျိုးရှိခြင်းနဲ့ အကျိုးမဲ့ခြင်းကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ သိနားလည်လာပါလိမ့်မယ်။ ဒီနည်းဟာ ဉာဏ်ပညာကိုတည်ဆောက်တဲ့နည်းပါဘဲ။ ဒီဉာဏ်ပညာနဲ့ ကျွန်ုပ်တို့ဟာ အတ္တနောမတိ အတွေးတွေကို ပယ်နိုင်စွန့်နိုင်လာပါလိမ့်မယ်။ အတ္တကိုဗဟိုပြုတဲ့ အတွေးအခေါ်တွေ အယူအဆတွေကို လောလောဆယ်တည်ဆောက်ထားတဲ့ အသိဉာဏ်နဲ့ ဘယ်လိုပယ်နိုင်၊ သတ်နိုင်၊ စွန့်နိုင်တယ်ဆိုတဲ့အချက်ကို ဆက်လက်ပြီး ရှင်းပြပါမယ်။

အသိတရား နှစ်မျိုးရှိပါတယ်။ ဒီနှစ်မျိုးဟာ တိုက်ရိုက်အသိနဲ့ တဆင့်ခံ သွယ်ဝိုက်ပြီးမှသိရတဲ့ အသိတို့ဖြစ်ပါတယ်။ တိုက်ရိုက်အသိကိုတော့ မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ် စတဲ့အာရုံငါးပါးမှ ပြင်ပစကြာဝဠာ အကြောင်း သိရတဲ့အသိဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအသိဟာ အားလုံးသောအသိပညာတို့ရဲ့ အခြေခံအကျဆုံး အသိပညာပါလို့လဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ တဆင့်ခံအသိဆိုတာကတော့ အမှတ်သညာနယ်ပယ်က ရလာတဲ့ အသိဖြစ်ပါတယ်။ ဒီအသိတရားကိုတော့ မျော်ခေါ် တွေးတော ဆင်ခြင် စိတ်ကူးယဉ်မှုမှရရှိလာပါတယ်။ ဒီသဘောတွေက အာရုံငါးပါးအပေါ်

မှာ တိုက်ရိုက်မိုခိုမှုမရှိပါဘူး။ ဒီနေရာမှာ စင်ကြယ်စစ်မှန်တဲ့ ဥာဏ်ကို တည်ဆောက်နိုင်ဘို့ အတွက် အမှန်လိုလားသောပုဂ္ဂိုလ် များသည် မိမိတို့ ရင်တွင်းမှာစိတ်ဖြင့် မှတ်သားထားချက်များကို ပြန်လည်ဆင်ခြင်ပြီး သစ္စာလေးပါးနဲ့ လျော်ညီစွာကောက်ချက်ချနိုင်ဘို့ လိုအပ်ပါပြီ။ သစ္စာလေးပါးနှင့်တကွ လက္ခဏာရေးသုံးပါးကို ဆင်ခြင်ခြင်းဟာ ဘယ်နည်းဘယ်ပုံ အကျိုးရှိမှုတယ်ဆိုတာ ဦးပဉ္စင်း အခုရှင်းပြပါမယ်။ ပထမဦးဆုံးသစ္စာတရားကတော့ ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲခြင်းဆိုတဲ့ "ဒုက္ခသစ္စာ" ဖြစ်ပါတယ်။ ရုပ်နာမ်ဒုက္ခ ခံစားချက်များရှိနေသမျှ ကာလပတ်လုံး ကျန်ပ်တို့ဟာ ဒုက္ခမှလွတ်မြောက်ခြင်း သဘောရှိတဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်မပြုနိုင်ပါဘူး။ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်တဲ့ စွမ်းရည်ရနိုင်ဘို့အတွက် ဒီဒုက္ခခံစားချက်တွေကို ပယ်နိုင်၊ သတ်နိုင်တဲ့ သတ္တိရှိနေရပါမယ်။ ဒီနေရာမှာ ဒီဒုက္ခခံစားချက်တွေကိုဘယ်လိုပယ်ရ သတ်ရ စွန့်ရမယ်ဆိုတာရှင်းပြပဲ့ါဦးမယ်။

သဘာဝ ဥပဒေတရပ်ဖြစ်တဲ့ ကြောင်းကျိုး ဆက်သွယ်မှုတရားကို ဗုဒ္ဓဘာသာနဲ့တကွ သိပ္ပံလောကဓာတ် နယ်ပယ်က ပါလက်ခံထားပါတယ်ဆိုတာ ကျန်ပ်တို့အားလုံး သိရှိထားပြီးဖြစ်ကြပါတယ်။ ဒီကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်မှုသဘောအရ၊ ဖြစ်ရပ်ကလေးတခုအတွက် အကြောင်းခံချက်တရပ်ရှိရမယ်။အကျိုးတရားတိုင်းမှာ အကြောင်းတရား ရှိရမယ်။ ထိုသဘောအရ ဒုက္ခခံစားချက်မှာ ဒုက္ခကိုဖြစ်စေတဲ့အကြောင်း ရှိကိုရှိရမယ်။ ဒီဒုက္ခဖြစ်စေတဲ့အကြောင်းကို ခြေဖျက် ပယ်စွန့်နိုင်စွမ်းမရှိယင် အကျိုးတရားဟာ ဘယ်နည်းနဲ့မှ ပျောက်ကွယ် သွားလိမ့်မယ်

မဟုတ်ပေဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ ဒုက္ခကိုဖြစ်စေတဲ့အကြောင်းတရားကို ကျွန်ုပ်ဘို့ပယ်ရ၊ စွန့်ရမယ်။ ဒုက္ခ ဖြစ်စေတဲ့အကြောင်းကို ပယ်နိုင်၊ သတ်နိုင်၊ စွန့်နိုင်ဘို့အတွက် ကျွန်ုပ်တို့သည် ဒုက္ခတရားချုပ်ငြိမ်းသွားခြင်းဟာ ဒုက္ခတရားဖြစ်နေရခြင်းထက် ပိုပြီးနှစ်သက်ဖွယ်ကောင်းတယ်ဆိုတဲ့အချက်ကို ရေရေလယ်လယ် သိနားလည်ထားသင့်တယ်။ ထပ်မံသိထားသင့်သေးတဲ့အချက်က ဆင်းရဲခြင်းဆိုတဲ့ဒုက္ခတရားဟာ တကယ်တော့ အနှစ်သာရအားဖြင့် ကင်းမဲ့နေတယ်ဆိုတဲ့အချက်ပါဘဲ။ ဒါကြောင့်မို့ ကျွန်ုပ်တို့ဟာ ဒုက္ခရဲ့အဆုံးစွန်ကိုမြင်နိုင်လောက်တဲ့ ဉာဏ်ပညာ တည်ဆောက်ဘို့အရည်အသွေးကို မွေးထားရန်လိုအပ်ပါတယ်။ ဒီလိုဉာဏ်ပညာတည်လာနိုင်ဖြို့ဆိုယင်တော့ပိုပြီးငြိမ်းအေးတဲ့၊ ကြည်လင်တဲ့၊ မြင့်မြတ်တဲ့၊ ကျယ်ပြန့်တဲ့၊ လွတ်မြောက်တဲ့သဘောတွေကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ဒီသဘောတွေကို တွေ့မြင် သိရှိပြီးတဲ့နောက်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ရဲ့အသိဉာဏ်ဟာ စိတ်သန္တာန်၊ ကလေးတို့ရဲ့ ဒုက္ခတရားတွေကို ဉာဏ်ပညာနဲ့ ထွင်းဖေါက်သိမြင်နိုင်လာပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ ကျွန်ုပ်ဘို့သိသာထင်းသင့်တာက ယောဂီဟာ သိပ္ပံပညာရှင်ကဲ့သို့ဖဲ့ အနုမာန မျက်မှန်းဆချက်တွေကို မှန်, မမှန်လက်တွေ့ကျကျ စစ်ဆေးကြည့်ရတော့မယ်။ အနုမာနမျက်မှန်းဆချက်ဆိုတာ မြတ်ဗုဒ္ဓရဲ့ဆိုဆုံးမမှုမျှားကို သုတေသနပြုလုပ်ခြင်းပါဘဲ။ ဒီဆိုဆုံးမမှုဆိုတာကတော့ သစ္စာလေးပါးနဲ့တကွ စစ်မှန်စွာ တည်ရှိနေတဲ့အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တတည်းဟူသော လက္ခဏာရေးသုံးပါးဘဲဖြစ်ပါတယ်။ ဒီသဘောတရားတွေကို မှန်, မမှန် လေ့လာစမ်းသတ်တဲ့အခါမှာ ကရိယာတန်ဆာကတော့ ရုပ်နဲ့နာမ်

ဖြစ်ပါတယ်။ အသိဉာဏ်ကတော့ သိပ္ပံပညာရှင်ပါဘဲ။ ဤနည်းဖြင့် ယောဂီသည် ဗုဒ္ဓ၏ဆိုဆုံးမမှုများအရ သူ့ရဲ့အတွင်း အဇ္ဈတ္တသဏ္ဌာန်မှာဖြစ်လာတဲ့ စိတ္တသန်ဓါရတရားကလေးတွေဟာ မမြဲတတ်တဲ့သဘော၊ ပြောင်းလဲနေတတ်တဲ့သဘောအရ ပြောင်းလဲနေခြင်း ဟုတ်, မဟုတ်ဆိုတာနဲ့ ဒုက္ခတရား၊ အနတ္တတရားတွေကို မပြတ်လေ့လာနေရတော့မယ်။ ဒီနည်းဟာ အတ္တကိုဗဟိုပြုပြီးဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အတွေးအခေါ် အယူအဆတွေကို ရှုသတ်ရတဲ့ ဝိပဿနာနည်း ပညာဖြစ်ပါတော့တယ်။

ဒီလိုလေ့ကျင့်ဖန် များလာတဲ့အခါ ယောဂီမှာ အသိစိတ်ကလေးတွေရဲ့ သဘာဝတရားတွေကို ထင်းဖေါက်ပြီး သိမြင်နားလည်လာပါလိမ့်မယ်။ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ စိတ်ကလေးများဟာ ပေါ်လာပြီး ခဏပျက်စီးသွားရတာပါဘဲလားဆိုတာ ကောင်းစွာ သဘောပေါက်သွားပါလိမ့်မယ်။ အသိဉာဏ်က အော်.... ဒီအတွင်းစိတ်မှာ ဖြစ်လာတဲ့သဘောကလေးကိုက ပျက်စီးဘို့ဖြစ်လာရတာပါလားလို့ နားလည်သွားပါတော့တယ်။ ဒီလို့ဆင်ခြင်ယင်း ဆင်ခြင်ယင်းနဲ့ ဉာဏ်က တဖြည်းဖြည်း ရင့်ကျက်သည်ထက်ရင့်ကျက်လာကာအင်အားကောင်းသည်ထက်ကောင်းကြည်လင်သည်ထက်ကြည်လင်၊ တောက်ပသည် ထက်တောက်ပ၊ ပေါ့ပါးသည်ထက်ပေါ့ပါး၊ ကျယ်ပြန့်သည်ထက် ကျယ်ပြန့်၊ ထက်မြက်သည်ထက် ထက်မြက်လာကာ နောက်ဆုံးမှာ ဒီဉာဏ်ကြီးက စစ်မှန်တဲ့ဖြစ်ရပ်ကလေးတွေကို ဆင်ခြင်ပြီး စိတ္တသန်ဓါရကလေးတွေဟာ နောက်ဆုံးမှာ ချုပ်ငြိမ်း ရတာပါဘဲဆိုတဲ့ အချက်ကို နှိုင်းချုပ်ဆို၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်နိုင်ပါတော့တယ်။

ဒီအသိဉာဏ်ကဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ္တသန်းရှ တရားကလေးတွေကို နောက်ဆုံးချုပ်ပျက်သွားတဲ့အဆင့် ထိရောက်အောင် ပြည့်ပြည့်ဝဝ၊ တိတိကျကျပယ်လိုက်၊ သတ်လိုက်နိုင်ပါတော့တယ်။ စိတ္တသန်းရှ တရားကလေးတွေ နောက်ဆုံး ချုပ်ပျက်သွားတာကို ဉာဏ်ကရှုသတ်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်သတ္တိထူးကို ရရှိလိုက်တဲ့အခါမှာ၊ အော်....ဒီတခါမှာဖြင့် ဒုက္ခတရားမှန်သမျှ ချုပ်ငြိမ်းသွားပြီ၊ ဒါဟာဖြင့် ရုပ်,နာမ်ချုပ်ငြိမ်း လွတ်မြောက်သွားတဲ့အတွက် အမှန်တကယ် ငြိမ်းအေးတဲ့ သဘောဘဲလို့ ဉာဏ်နဲ့သက်ဝင်ပြီး မျက်မှောက်ပြုသွားပါတော့တယ်။

ဤနည်းအတိုင်း ထပ်ကာထပ်ကာ လေ့ကျင့်ဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ ဒီလိုလေ့ကျင့်မှသာ အသိဉာဏ်ဟာ အင်အားကောင်းသည်ထက်ကောင်းပြီး ထက်မြက်ရှင်သန်လာတဲ့အခါမှာ စိတ္တာခံစားချက် အနုစားကလေးတွေကိုပါ ချေဖျက်နိုင်စွမ်း ရရှိလာပါတော့တယ်။ ဒီဉာဏ်က နောက်ဆုံးမှာ အောင်မြင်တဲ့ဉာဏ်ထူးသတ္တိထူးကြီးကိုရပြီး၊ အားလုံးသောဒုက္ခတွေကို စွန့်နိုင်၊ပယ်နိုင်သွားကာ ဒုက္ခတို့မလွတ်မြောက်ရာ၊ ထာဝရ အေးငြိမ်းရာဖြစ်တဲ့ မြတ်သောနိဗ္ဗာန်ကြီးကို မျက်မှောက်ပြုသွားပါတော့တယ်။



နိဗ္ဗ ၁နှစ်ချမ်းသာမြတ်တရားတော်)

နိဗ္ဗာန်အဖွင့် ကဗျာများ

"ဟိုမှာဘက်တွင် (၁)"

ရိုင်းစိုင်းညစ်ထေး၊ တွတ်မြေး
လေးသည့်ဝန်တာ၊ သည်ဒုက္ခာ
အလွှာလွှာချင်း၊ ခုတ်ထွင်ရှင်း
လင်းပြီမို့၊ လင်းပြီမို့။

နှုးညံ့သန့်ရှင်း၊ ညစ်ကြေးကင်း
အေးခြင်းချမ်းသာ၊ ငြိမ်းလေရာ
ဥာဏ်မှာဖောက်ထွင်း၊ သက်ဝင်ခြင်း
ရှင်းပြီမို့၊ ရှင်းပြီမို့။

ဆင်းရဲဒုက္ခာ၊ အလွှာလွှာတို့
ပယ်ခွါသမုဒယ၊ ငြိမ်းချုပ်ရ၍
ကြီးလှုချမ်းသာ၊ အေးမြတ်ရာကို
ဥာဏ်မှာဝင်စား၊ တည်ငြိမ်သွားပြီ
တံခါးနိဗ္ဗာန်၊ ဟင်းလင်းတည်း။ ။

(စစ်မှန်သော လွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်သည့်

“ဟိုမှာဘက်တွင် (၂)”

ငြိမ်းချုပ်လေရာ၊ နိဗ္ဗုတာဌ်
ဘာမျှမရှိ၊ ပြကတိလျှင်
သိသည်ကဥာဏ်၊ သန္ဋိသုခ
ရသည်တရား၊ ပွားသည့်မဂ်ဖိုလ်
ထိုထိုကိလေ၊ ပျက်ပြုန်းကြေ၍
သုံးထွေဝဋ်ကြွေး၊ လွတ်ပြီဝေးသည်
အေးသည့်နိဗ္ဗာန်၊ စံရာတည်း။ ။

နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ် တရားတော်)



“ဟိုမှာဘက်တွင် (၃)”

ညခွဲအဝိုင်္ဇာ၊ ထွင်းဖောက်ကွာ၍
ဥာဏ်မှာပေါ့ပါး၊ လွတ်မြောက်သွားသည်
တရားနိဗ္ဗာန် စံရောတည်း။ ။

(စစ်မှန်သောလွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်သည့်

"ဟိုမှာဘက်တွင် (၄)"

နှင်းအိမ်မိုးသောက်၊ ပျယ်လွင့်ပျောက်သို့
အုံလောက်ဘွယ်ရာ၊ အလှာလှာနှင့်
ဓမ္မတာကော်ဇော၊ ငွေရည်နှောလျက်
ယှက်သောပုံပြင်၊ ထီမဆင်ဘူး
ဘင်ငယ်ခဏ၊ ချုပ်ဆုံးရ၍
အမတနိဗ္ဗု။၊ မြို့ကဆူဆူကို
ကြည်ဖြူညှတ်တွား၊ ဥာဏ်ကျက်စားသည်
ဘုရားမြတ်စွာ စံရာတည်း။

အသျင်မဟာနန္ဒဝံသ (မဟာဝိဇ္ဇာ)



မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ် တည်ဆောက်ခြင်း နည်းပညာ

(အသျှင်နန္ဒဝံသ)

မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ကို မည်သို့ တည်ဆောက်ရပါမည် နည်း။

ကျင့်စဉ်ဖြင့် တည်ဆောက်ရပါမည်။

- မည်ကဲ့သို့သော ကျင့်စဉ်အမျိုးအစားပါနည်း။
  မြတ်ဗုဒ္ဓ ညွှန်ကြားတော်မူခဲ့သော ကျင့်စဉ်အမျိုးအစား

(စစ်မှန်သော လွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်သည့်

ပင်ဖြစ်ပါသည်။ ဝိပဿနာ ကျင့်စဉ် လုပ်ငန်းခွင် ဖြစ်ပါသည်။

- ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ဆိုသည်မှာ အဘယ်သို့ပါနည်း။
ဝိပဿနာကျင့်စဉ်ဆိုသည်မှာ ရုပ်နာမ် ခန္ဓာကိုယ်ကို ဒုက္ခဟုသတ်မှတ်နားလည်ပြီး ယင်း၏အပျက်ကို ဉာဏ်လက်နက်ဖြင့် ထိုးဖေါက်ရှုသတ်ရပါသည်။

- ရှုသတ်သည်ဆိုသည်မှာ အဘယ်သို့သော လုပ်ဆောင်ချက်ပါနည်း။
မရှုလျှင် တရားမရနိုင်ဟုဆိုင်နိုင်ပါသလော။
ရှုသတ်သည်ဆိုသည်မှာ၊ ဉာဏ်ပညာဖြင့် ရုပ်နာမ်အပေါ် လက္ခဏာတင် ဆင်ခြင်ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မရှုသတ်မပိုင်းဖြတ်လျှင် တရားမရနိုင်ပါ။

- အဘယ်ကြောင့်ပါနည်း၊
မရှုသတ်လျှင် ဒုက္ခမမျှပ်ငြိမ်းနိုင်သဖြင့်၊ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းသော သုခစစ် နိဗ္ဗာန်အား တွေ့ဆိုနိုင်မည် မဟုတ်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

- ဒုက္ခသည် အမှန်တကယ် ချုပ်ငြိမ်းနိုင်ပါသလော။
ချုပ်ငြိမ်းနိုင်လောက်သော အကြောင်းခံတရား ပြည့်စုံလုံလောက်ပါလျှင် ရုပ်-နာမ်ဒုက္ခသည် အမှန်တကယ် ချုပ်ငြိမ်းနိုင်ပါသည်။

- ရုပ် နာမ် ချုပ်ငြိမ်းလျှင်၊ မည်ကဲ့သို့သော အချင်းအရာသည် ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသနည်း။

ရုပ်နာမ် ဒုက္ခကို ချုပ်ငြိမ်းအောင် အပြီးအပိုင် ရှုသတ်ပိုင်းဖြတ်နိုင်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် ဒုက္ခချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်တာသို့၊ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ဉာဏ်အရာနှင့် ထိုးထွင်းဆင်ခြင် သိမြင်နိုင်ပါသည်။

- နိဗ္ဗာန်သည် ရှိပါသလော။

ရှိပါသည်။

- နိဗ္ဗာန်ရှိကြောင်း မည်သို့ သိနိုင်ပါသနည်း။

နိဗ္ဗာန်ရှိကြောင်း ဒုက္ခအား ကုန်ဆုံး ချုပ်ငြိမ်းအောင် ရှုသတ်နိုင်သော ဉာဏ်ပညာဖြင့်၊ တွေ့သိနိုင်ပါသည်။

- ထိုဉာဏ်ပညာကို မည်သို့ တည်ဆောက်ရပါသနည်း။

အနုစား ဉာဏ်ပညာကို မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာတော် အတွင်းရှိ အဆိုအဆုံးမများဖြင့်၊ စတင် ရရှိပျိုးထောင်နိုင်ပါသည်။ အရင့်စား ဉာဏ်ပညာကိုမူ၊ ကိုယ်တိုင် ကျင့်ကြံကြိုးစား အားထုတ်မှသာ ရရှိနိုင်ပါသည်။

- မည်သို့ကျင့်ကြံ ကြိုးစားအားထုတ်ရပါမည်နည်း။

ဝိပဿနာကျင့်စဉ် လုပ်ငန်းခွင်နည်းစံနစ်အတိုင်းကျင့်ကြံကြိုးစားအားထုတ် ရပါမည်။

ထိုကြောင့် နိဗ္ဗာန်ကို ကိုယ်တိုင် တွေ့ထိလိုသော ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဝိပဿနာကျင့်စဉ်လုပ်ငန်းခွင်ကို ကိုယ်တိုင် ကိုယ်ကျ ကျင့်ကြံကြိုးစား အားထုတ်ရပါမည်။

(စစ်မှန်သော လွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်သည့်

- ဝိပဿနာ နည်းပညာကို●ာနှင့်ရှုရသနည်း။
ဉာဏ်ဖြင့် ရှုရသည်။

- ဘာကိုရှုရသနည်း။
ရုပ်-နာမ် ဒုက္ခကို ရှုရသည်။

- ရှုသည်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
ဉာဏ်ဖြင့် အပျက်ဟု လက္ခဏာတင်ရသည်။

- ဘယ်မှာ ရှုရမည်နည်း။
အတွင်းရုပ်-နာမ်ဘဝင် မနောပေါက် ဓမ္မသင်္ခါရ် ရှုရ
မည်။

- ရှုလျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။
နိဗ္ဗာန်တွေ့မည်။

မရှုလျှင်ကော။
မရှုလျှင် သံသရာလည်မည်။
အိုမည်၊ နာမည်၊ သေမည်၊ ဒုက္ခခံစားရမည်။

သစ္စာဝါဒီ အာသျှင်နန္ဒဝံသ [မဟာဝိဇ္ဇာ]

ဟောကြားချီးမြှင့်မည့် တရားတော်

နေ့ရက်နှင့် ဌာန အစီအစဉ်

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာ့အရိပ်အောက်သို့ ဝင်ရောက်ခိုလှုံခြင်းဆိုင်ရာ

နည်းပညာတရားတော်

၂၉-၃-၂၉ ရက်နေ့ ဆူးလေစေတီဟော် ရင်ပြင်တွင် ဟော ကြားချီးမြှင့်မည့် တရားတော်ကောက်ချက်များ။

* မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာတော်သည် ရှုပ်,နာမ်ရှိသူတို့အား ငြိမ်းချမ်းအေးမြမှုကို ပေးဆောင်နိုင်စွမ်းရှိသည်။
* ငြိမ်းအေးလိုသူတို့သည် သစ္စာတရားကို မြတ်နိုးကြသည်။ ရှာဖွေကြသည်၊ ဖြန့်ဖြူးကြသည်။
* ငြိမ်းအေးလိုသူတိုင်း မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာ့အရိပ်အာဝါသအောက်သို့ ဝင်ရောက်ခိုလှုံသင့်သည်။
* သစ္စာတရားသည် လူသားတို့အတွက် သိထိုက်သော၊ သိသင့်သော၊ သိအပ်သော၊ သိကောင်းသော၊ သိနိုင်သော အခြင်းအရာလက္ခဏာအမျိုးအစားဖြစ်သည်။

* သစ္စာတရားကို ရှာဖွေရာ၌ ထိုက်တန်သော ပေးဆပ်မှုများကို ပေးဆပ်ရသည်။ ဥပမာ-ထိုက်တန်သော ကိုယ်ကျိုးစွန့်လွှတ်မှု၊ သစ္စာတရားအား ဖုံးလွှမ်းထားသော မသိမှုမောဟ၊ အဝိဇ္ဇာကို ချိုးဖောက် ခြေဖျက်ရာ၌ ထိုက်တန်သောဇဲ့၊ သတ္တိ၊ စီရိယများ၊ သည်းခံမြော်မြင်ဆင်ခြင်နိုင်မှု စွမ်းပကား စိတ်ရှည်ကြံ့ခိုင်မှု အင်အားစသည်တို့ဖြစ်သည်။

* ပကတိ တည်ငြိမ်မှုဖြင့် သစ္စာတရားကို ထိုးဖောက်ရှုမြင်နိုင်ရမည်။

* မြင့်မြတ်မှုနှင့်ကန်သော အကျင့်တို့၌ ကြိုးစားကျင့်ကြံအားထုတ်ခြင်းဖြင့်သာလျှင် တန်ဆာ ဆင်အပ်လေသည်တကား။

နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်အကြောင်း တရားတော်

၀-၃-၂၉ ရက်နေ့ ဆူးလေစေတီတော်ရင်ပြင်တွင်ဟောကြားချီးမြှင့်မည့်တရားတော်ကောက်ချက်များ။

* နိဗ္ဗာန်သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်သည်။

* နိဗ္ဗာန်သည် ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်၏ အကြောင်းရင်းဖြစ်သည်။

* နိဗ္ဗာန်သို့ ဉာဏ်ပညာစနေ့းဖြင့် တက်လှမ်းနိုင်သည်။

* ဉာဏ်ပညာကို မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာတော်၌ ရရှိနိုင်သည်။

* ပြီးပြည့်စုံသော စင်ကြယ်မှုမရှိသည့် မည်သည့်ရုပ်,နာမ်မှ နိဗ္ဗာန်သို့မဝင်နိုင်ပါ။

* လွဲမှားသောစိတ်ကူးဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မမြင်တွေ့နိုင်ပါ။

* ကိလေသာကို အောင်နိုင်တော်မူကြကုန်သော သူတော်စင်တို့ကား နိဗ္ဗာန်နန်းစံမြန်းနိုင်ကြကုန်တော့သည်။

* နိဗ္ဗာန်သည် အံ့ဩဘွယ်ရာကောင်းလှစွာသော ထူးဆန်းသည့်အသင်္ခတဓာတ် အမြတ်တရားပေတည်း။

* နိဗ္ဗာန်ဖြစ်ပေါ်လာအောင် မည်သည့်ပုဂ္ဂိုလ်ကမျှ မပြုလုပ် မဖန်တီးနိုင်။

* နိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်နိုင်ရန်သာ ကြိုးစား စွမ်းဆောင်နိုင်သည်။ ထို့ကြောင့်... နိဗ္ဗာန်သည် နူးညံ့သိမ်မွေ့လှသည်နှင့်အမျှ သိမြင်နိုင်ရန် ခက်ခဲလှစွာသော အမှန်တကယ်တည်ရှိသည့် အမြတ်ဆုံးတရားတော်ပင်တည်း။

ဝိပဿနာ နည်းပညာတရားတော်

၃၁-၃-၂၉ရက်နေ့ ၂၉ လမ်းနှင့် ၂-၄-၂၉ ရက်ဖန့်မြန်ကုန်း ဓမ္မာရုံတွင် ဟောကြားခဲ့မြင့်မည့် တရားတော်ကောက်ချက်များ။

* ဝိပဿနာ နည်းပညာ ဘာနှင့် ရှုရသနည်း။
ဉာဏ်ဖြင့် ရှုရသည်။

* ဘာကိုရှုရသနည်း။
ရုပ်,နာမ် ဒုက္ခကို ရှုရသည်။

* ရှာသည်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။
ဉာဏ်ဖြင့် အပျက်ဟုလက္ခဏာတင်ရသည်။

* ဘယ်မှာရှုရမည်နည်း။
အတွင်းရုပ်နာမ် ဘဝင်မနောပေါက် ဓမ္မသင်္ချိုင်း၌
ရှုရမည်။

* ရှုလျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။
နိဗ္ဗာန်ဝင်္ဆမည်။

* အဘယ်ကြောင့်ပါနည်း။
ဒုက္ခကို အပျက်ရှုသော ဉာဏ်သည် ရှုလေလေ၊ ထက်
မြက်လေလေဖြစ်လျက် နောက်ဆုံးဒုက္ခအပျက်၏ နိဂုံး၌
ဒုက္ခချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်တာကို ဒုက္ခအား ကုန်ဆုံးသည်အထိ
ရှာသတ် ပိုင်းဖြတ်ပယ်စွန့်နိုင်သော ဉာဏ်အရာဖြင့် သိမြင်
တွေ့ရှိနိုင်မည်ဖြစ်သောကြောင့်တည်း။

* တရားမရှုလျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။
တရားမရှုလျှင် အဝိဇ္ဇာတဏှာ မောင်းနှင်ရာသို့ မိုက်မဲစွာ
သံသရာ၌ လှည့်ကာလည်ကာ ဆင်းရဲစွာဖြင့် အိုနာသေ
ဘေး ပြေး၍မလွတ် ဝဋ်ဒုက္ခခံစားရမည်။

မင်္ဂလာဇော်ဖိုလ်ဥာဏ် တည်ဆောက်အားကောင်းခြင်းဆိုင်ရာ တရားတော်

၁-၄-၂၉ ရက်နေ့ ၂၉ လမ်းတွင် ဟောကြားချီးမြှင့်မည့် တရားတော်ကောက်ချက်များ။

မည်သည့်အရာမှ အကြောင်းမဲ့ မဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါ။ ထို့အတူ မင်္ဂလာဇော်ဖိုလ်ဥာဏ်ကိုလည်း အကြောင်းကင်းသည်အဖြစ်နှင့်မရရှိမပိုင်ဆိုင်နိုင်ပါ။ အရိယာတိုင်းသည် မင်္ဂလာဇော်ဖိုလ်ဥာဏ်ပိုင်ရှင်များ ဖြစ်ကြလေရာ မည်သည့်အရိယာမဆို မင်္ဂလာဇော်ဖိုလ်ဥာဏ်ရရှိပိုင်ဆိုင်ရရှိနိုင်အောင် အကြောင်းခံရသည်သာဖြစ်သည်။

မင်္ဂလာဇော်ဖိုလ်ဥာဏ်ဟူသည် ဒုက္ခကိုကုန်ဆုံး ချုပ်ငြိမ်းအောင် အဆင့်ဆင့် ပိုင်းခြားပယ်စွန့်နိုင်သော ကျင့်စဉ်ရှိသူတို့ နိဗ္ဗာန်သို့မျက်မှောင်ပြုရာ အသုံးပြုရသော ထက်မြက်သည်နှင့်အမျှ၊ နှုးညံ့သိမ်မွေ့သည်နှင့်အမျှ၊ လေးနက်သော ပိုင်းဖြတ်သည်နှင့် အမျှ၊ ထိုးထွင်းသော ကြည်လင်သည်နှင့် အမျှ၊ အေးမြသော ဂုဏ်ရည်များနှင့် ပြည့်စုံသည့် ကရိယာတန်ဆာပလာများပင် ဖြစ်သည်။

အဆိုပါ မင်္ဂလာဇော်ဖိုလ်ဥာဏ် လက်နက်ကရိယာများက မိမိတို့ကိုယ်တိုင် လုံလောက်သော အကြောင်းခံ တရားများဖြင့် ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက် တိုးတက်အားကောင်းစေရသည်။

ပယ်နိုင်၊ စွန့်နိုင်၊ သတ်နိုင်၊ ဖြတ်နိုင်လေလေ မင်္ဂလာအားကြီးမားလေလေဖြစ်သည်။ ထိုးထွင်းနိုင်၊ ဆင်ခြင်နိုင်၊ ငြိမ်း

ချမ်းနိုင်၊ အေးမြနိုင်၊မျက်မှောက် ပြုနိုင်လေလေ ထိုအင်အား ကြီးမားလေဖြစ်သည်။

နိဗ္ဗာန်သည် အင်အားအကောင်းဆုံးကို ဖြစ်စေသောအငြိမ်း ဓာတ်ကြီးတခုပေတည်း။

စိတ္တာနုပဿနာ သိမ့်တ်ခြင်းနှင် ရှုသတ်ခြင်းဆိုင်ရာ တရားတော်

၃-၄-၇၉ ရက်နေ့ မြေနီကုန်း ဓမ္မာရုံတွင် ဟောကြား ချီးမြှင့် မည့်တရားတော်ကောက်ချက်များ။

စိတ်ဖြင့်စိတ်ကို မရှုနိုင်ပေ၊ စိတ်သည် စွန့်ပယ်ရမည့်အရာဖြစ် ၍ ဉာဏ်သည် တည်ဆောက်ပွားများရမည့် တရားဖြစ်သည်။ စိတ်သည် ကုန်ဆုံးချုပ်ငြိမ်းရမည့် တရားဖြစ်၍ သခ်ၤတနယ် အတွင်း၌ တည်ရှိသည်။ နိဗ္ဗာန်သည် မျက်မှောက်ပြုရသောတရား ဖြစ်၍ မပျက်စီးနိုင်သော အသခ်ၤတဓာတ်၊ မြတ်သောတရားထူး ပေတည်း။ စိတ်သည် ပျက်စီးရန် ဖြစ်ပေါ်လာရသည့် နည်းတူ အကြောင်း မကင်းသောအပြုအပြင်ခံ ဓာတ်သဘာဝဖြစ်သည်။

စိတ်သည် အပျက်တည်းဟူသော ဘင်စ္ဒမ်း၏ဒဏ်ကိုခံရသည့် ပျက်စီးရန်ဦးတည်နေတော သခ်ၤတအမျိုးအစားဖြစ်သော်လည်း နိဗ္ဗာန်မှာမူ ထာဝရတည်မြဲလျက်သာရှိသည်။

နိဗ္ဗာန်သည် အစ အလယ် အဆုံး မရှိဟူ၍ ဖြစ်စ,ဖြစ်လ ယ် ဖြစ်ဆုံး မရှိဟူ၍ ကာလသုံးပါးမှ လွန်မြောက်လေသည်။

ထိုနိဗ္ဗာန်သို့ စံဝင်နိုင်ရန် ဉာဏ်ယှဉ်ကြရပေမည်။ ဉာဏ်ဆို သည်မှာ စိတ်၏အပျက်ကိုမြင်သော စွမ်းရည်ကို ပိုင်ဆိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်ကိုစိတ်ဖြင့် သိမှတ်နေခြင်းဆက် စိတ်ကို ဉာဏ် ဖြင့်ရှုသတ်နေခြင်းက အကျိုးသက်ရောက်မှုထူးခြားစေ၍ အပျက် ကို အပျက်ဖြင့်မမှတ်ဘဲ အပျက်ကိုမင်ဖြင့်သတ်ခြင်းသည် နိဗ္ဗာန် စံဝင်ရေး၏ အဓိကသော့ချက်ပင် ဖြစ်တော့သည်။

ပယ်စွန့်ရမည့်စိတ်ကို ပွားများတည်ဆောက်ရမည့် မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ရှုသတ်ပိုင်းဖြတ်ပါ ဟူသတည်း။

သာသနာတော် စည်ပင်သာယာစေခြင်း တရားတော်

၄-၄-၂၉ ရက်နေ့ အနောက်ရန်ကင်းတွင် ဟောကြားခဲ့မြင့် မည့် တရားတော် ကောက်ချက်များ။

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သာသနာတော်ဆိုသည်မှာ မြင့်မြတ်လှစွာသော သဗ္ဗညုတ ရှေဉာဏ်တော်ရှင်ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး၏ အဆိုအဆုံး အမ များပင်ဖြစ်သည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆိုအဆုံးအမများသည်ရုပ်နာမ်ရှိ သူတို့အတွက် ငြိမ်းအေးချမ်းသာမှုကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။

ရုပ်နာမ်တို့အား ဆင်းရဲပူလောင်စေသောလောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟမီးများကိုပင် မဂ်ရေစင်ဖြင့် ငြိမ်းသတ်၍ ငြိမ်းအေးစေ နိုင်သည်။

မဂ်ရေစင်ကို မြတ်ဗုဒ္ဓ သာသနာတော်၌ ရရှိလေသည်။ ထို့ကြောင့် မြတ်ဗုဒ္ဓသာသနာတော် စည်ပင်သာယာစေရန်၎င်း၊

အဓွန့်ရှည် တည်တံ့စေရန်ၵင်း၊ ကြိုးပမ်း အားထုတ်ခြင်းသည် မြင့်မြတ်သောကျင့်စဉ်တခု ဖြစ်သည်။

ရုပ်-နာမ်ရှိသော လူသားများအတွက် အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေသော ကျင့်စဉ်တခုဖြစ်သည်။ လူတိုင်း လူတိုင်း မိမိတို့၏ရင်ထဲ၌ သာသနာတည်ရန် သို့မဟုတ် ဓမ္မစေတီတည်ရန် ကျင့်ကြံကြိုးစား အားထုတ်သင့်လှသည်။

မိမိတို့၏ရင်ထဲ၌ သာသနာဓမ္မစေတီ တည်ထားကိုးကွယ်ခြင်းသည် မြတ်ဗုဒ္ဓ သာသနာတော်အတွက် တဖက်တလမ်းမှ ဆောင်ထမ်းရာမည် ပါသည်။

သာသနာစည်ပင်သာယာစေရေးနှင့် အဓွန့်ရှည် တည်တံ့စေရေးအတွက် ရည်ညွှန်းလျက် -

တရားသိလျှင် ဘုရားရှိသည် တရားတော်

၅-၄-၂၉ ရက်နေ့ အနောက်ရန်ကင်းတွင် ဟောကြားချီးမြှင့်မည့်တရားတော် ကောက်ချက်များ။

အမှန်တရားလေးမျိုးရှိသည်။ ပထမအမျိုးအစားမှာ ရုပ်နာမ်သည် ဆင်းရဲသည်ဟူသောသဘောပင်ဖြစ်သည်။ ဒုတိယအမျိုးအစားမှာ ဆင်းရဲသော ရုပ်-နာမ်၏ အကြောင်းရင်းသည် အမှန်ရှိ၏ ဟူသော သဘောပင်ဖြစ်၏။ တတိယ အမျိုးအစားမှာ ဆင်းခြင်း၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ သဘောအမှန်ပင်ဖြစ်သည်။ စတုတ္ထနှင့် နောက်ဆုံး အမျိုးအစားမှာ ဆင်းရဲခြင်း၏ ချုပ်ငြိမ်းရာသဘောနှင့်ပတ်သက်၍ ခိုင်လုံသော အကြောင်းရင်းမှန် ကန်ရှိသည်ဟူ၍ ဖြစ်သည်။

ဆင်းရဲခြင်းကို သိနားလည်ခြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်း၏ဒုက္ခကြောင်းယင်းကို သိနားလည်ခြင်း၊ ဆင်းရဲခြင်းချုပ်ငြိမ်းရာကို သိနားလည်ခြင်း၊ ဆင်းရဲမှုချုပ်ငြိမ်းခြင်း၏အကြောင်းကို သိနားလည်ခြင်းသည် တရားသိခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထိုတရားကိုသိလျှင် သဗ္ဗညုတမြတ်စွာဘုရားသခင်ကို ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး၏ တည်ရှိမှုကို ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိရှိနားလည် သဘောပေါက်သွားပါလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် တရားစစ် တရားမှန်ကို သိရှိနားလည်သော ပညာရှင်များသာလျှင် ဘုရားစစ်ဘုရားမှန်၏ သို့မဟုတ် သဗ္ဗညုတ ရှေ့ဉာဏ်တော်ကြီး၏တည်ရှိမှုကို ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ဉာဏ်ပညာနှင့် ကောင်းစွာသိမြင် ထိုးဖောက်ဆင်ခြင်နိုင်ပါလိမ့်မည် ဟူသတည်း။



ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့
တည်ဆောက်ကျင့်သုံးရမည့်
မြင့်မြတ်သောကျင့်စဉ်

မြင့်မြတ်သောကျင့်စဉ်ဆိုသည်မှာမိမိ၏ရုပ်-နာမ်ကိုဉာဏ်ပညာဖြင့် အပျက်ဟု မှန်ကန်စွာရှုသတ်ပိုင်းခြား၊ ပယ်စွန့်ပြီးနိဗ္ဗာန်ကို အမှန်တကယ် မျက်မှောက်ပြုနိုင်ရန် ကျင့်သုံးတည်ဆောက်ရမည့် ကျင့်စဉ်ကိုမြင့်မြတ်သောကျင့်စဉ်ဟုခေါ်ဆိုသည်။ မိမိတို့ကိုယ်တိုင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ဟု ယူဆ သတ်မှတ်ထားသူတိုင်းသည် နိဗ္ဗာန်ကို

အမှန်တကယ် မျက်မှောက်ပြုနိုင်သော ကျင့်စဉ်မြတ်ကို ကျင့်သုံးတည်ဆောက်သင့်သည်။ ဤမြတ်သောကျင့်စဉ်တည်ဆောက်နည်း (သို့မဟုတ်) "နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုခြင်း နည်းပညာ" ဆိုင်ရာတရားတော်ကို အမရပူရမြို့ ဝိပဿနာ သန္တိသုခ ကျောင်းဆရာတော် အသျှင် နန္ဒဝံသ (မဟာဝိဇ္ဇာ) အရှင်သူမြတ်သည် ၀၃-၆-၁၉၇၉ တွင် ဗဟိုပြည်သူ့တရားရုံးချုပ် ဓမ္မာရုံတွင် ကြားဆုံးမတော်မူသည်။

နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုခြင်း နည်းပညာဆိုင်ရာတရားတော်ကို နာကြားလိုက်ရသောအခါ ဘဝတခုလုံးအတွက် တန်ဖိုးဖြတ်၍မရနိုင်သော၊ အဖိုးတန်ဆုံးဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကို အမှန်တကယ် မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည့် ကျင့်စဉ်မြတ်ကို နာကြားသိရှိလိုက်ရပါသည်။ ဤမြင့်မြတ်သော တရားတော်မြတ်ကို ကျင့်သုံး တည်ဆောက်နိုင်ရန် ကျွန်မသိရှိနားလည်ခဲ့ရသမျှကို စာဖတ်သူတို့အား တင်ပြရေးသားလိုက်ရပါသည်။

ဆရာတော်သည် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်အကြောင်းကို ဗုဒ္ဓအလိုတော်အတိုင်း ပိုင်နိုင်တိကျစွာ ဟောကြား ညွှန်ပြနိုင်သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ နိဗ္ဗာန်သည်အမှန်တကယ်တည်ရှိသည်။သို့သော် နိဗ္ဗာန်သည် အလွန်နူးညံ့သိမ်မွေ့သည်။ မြင်နိုင်ခဲသည်။ သိနိုင်ခဲသည်။ အမြတ်ဆုံးဖြစ်သည်။ နှိုင်းခိုင်းစရာဥပမာ ဤမှာဘက်လောကၦ ထပ်တူထပ်မျှ မရှိ။ အာသဝေါ၊အာသဝတရားတို့မှ လွတ်မြောက်သည်။ ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန် ဧကန်ဖြစ်သည်။

သို့သော် လူသားတို့တွင် နိဗ္ဗာန်ကိုမမြင်နိုင်၊မတွေ့နိုင်အောင် ကိလေသာမာန်မာနတရားများ၊ နိဝရဏတရားများက ဖုံးပိတ်ကွယ်ကာ နေကြသည်။ ဤသည်တို့ကပင်လျှင် ရုပ်,နာမ်ကို ဒုက္ခဟုမမြင်နိုင်အောင် ကာဆီးဖုံးပိတ်နေကြသည်။ မိမိရုပ်-နာမ်ကို ဒုက္ခဟုမမြင်သရွေ့ ရုပ်-နာမ်ကိုစုံမက်၊ ခင်တွယ်နေသ၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ခန္ဓာနိရောဓနိဗ္ဗာန်ဟူသော ပါဠိနှင့်အညီ နိဗ္ဗာန်သည် ရုပ်-နာမ်ကိုလက်မခံ၊ နိဗ္ဗာန်၌ ရုပ်-နာမ်မရှိ၊ထို့ကြောင့် "အကြင်ယောဂီသည် မိမိ၏ ရုပ်-နာမ် ဒုက္ခသဘောကိုယုံကြည်သက်ဝင် နားလည်မှသာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်၊ စံမြန်းနိုင်သည်" ဟု ဘုရားအစမျှားလှဘိတောင်းအရိယာသူတော်ကောင်းတို့ကဟောကြားဆုံးမတော်မူခဲ့ကြသည်။

ရုပ်,နာမ် ရရှိခြင်းသဘောကို ပြန်လည် စောကြော လိုက်သောအခါ အတိတ်ဘဝက သံသရာတွင် အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာဇာခဲ့မှုကြောင့် ရုပ်,နာမ်ကို စုံမက်တွယ်တာခြင်း သမုဒယအကြောင်းခံ၍ ရုပ်,နာမ် ဒုက္ခအကျိုးကို ပြန်လည်ရရှိလာသည်။ ရုပ်,နာမ်ရရှိလာသောအခါ အို နာ သေဘေး ပြေးမလွှတ်ဘဲ၊ လောကံတရားကို ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ ရင်ဆိုင်ရသည်။ ချစ်သောသူများနှင့် ကွေကွင်းရသည်။ မချစ်မနှစ်သက်သော သူများနှင့်ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရသည်။ အမျိုးမျိုးသော ဒုက္ခတို့နှင့် ကြုံတွေ့ရသည်။

ဤကဲ့သို့ ဒုက္ခမျိုးစုံ စုပုံနေသော လောဘ၊ ဒေါသ၊မောဟမီးများ တငြိုးငြိုးတောက်လောင်နေသော ရုပ်,နာမ်နှင့် ဉာဏ်

ကို ပိုင်းခြားစွန့်ပယ်ပြီး နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုနိုင်သော နည်းလမ်းကောင်းကို မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမအတိုင်း ဆရာတော်က ညွှန်ကြားပြသ ဟောကြားတော်မူသည်။ မြတ်စွာဘုရားသခင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီးဆုံးမဟောကြားတော်မူသည့်အတိုင်းရှုပ်, နာမ်သည် တည်မြဲခြင်း အလျင်းမရှိ၊ မိမိပကတိအရှိသဘောအတိုင်း သွေဖီဖေါက်ပြန်နေသည်။ ဘင်စွန်း၏ ဒါဏ်ကိုခံရသည်။ ရှုပ်, နာမ်ခန္ဓာ၏ ဒုက္ခသဘောကို ဉာဏ်ယှဉ်၍ ဆင်ခြင်လိုက်သော အခါ ရှုပ်, နာမ် ခန္ဓာသည် ဆင်းရဲ၏။ ထိုဆင်းရဲခြင်းသည် မမြဲ၊ ထိုသို့ မမြဲခြင်းသည်ပင်လျှင် မပိုင်သောကြောင့် ဖြစ်သည် ဟူ၍ ဒုက္ခ၊ အနိစ္စ၊ အနတ္တ လက္ခဏာရေး သုံးပါးတင်၍ဒေါသ ဖြစ်လျှင် တုန်လှုပ်သည့် အစ္ဆတ္တဘဝင် မနောပေါက် (ဟဒယ) တွင် ပေါ်သမျှသော ဒုက္ခတို့ကို ရှုသတ်ဆင်ချင်ရသည်။ ထိုဒုက္ခ သဘောတို့၏ လက္ခဏာ အခြင်းအရာကို ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်၍ ရှုသတ်သောအခါ ပျက်သွားကြောင်း တွေ့ရသည်။

သင်္ခါရတရားလေးမျှားကြသည်ပျက်သွားတိုင်း သင်္ခါရအစား ထိုးမှုမျှား ဖြစ်ပေါ်ကြပြီး သင်္ခါရ အစားထိုးမှုမျှားချုပ်ပျက် သွားကြသောအခါ ရုပ်,နာမ်,ခန္ဓာ ဖြစ်ပျက်ဆုံးသွားကြသည်။ ထိုဖြစ်ပျက် ကုန်ဆုံးအောင် ရှုသတ်လိုက်နိုင်သော "ဉာဏ်" သည် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ကို မျက်မှောက်ပြု စံမြန်းသွားသည်။

ဒုတိယ နည်းလမ်းတခုမှာ "သဒ္ဓါယတရတိဿံ" ဆိုသော ပါဠိအတိုင်း ယုံကြည်ခြင်းဖြင့် သံသရာဝဲသြဃကို ကျော်လွှားကူးခတ်နိုင်သည်။ ရုပ်,နာမ် အားလုံးသည် ပျက်သည်။ သင်္ခါရ

တရားတို့နှင့် ၃၁-ဘုံတို့သည်လည်း အပျက်တရားများပင်ဖြစ်ကြသည်။ ထိုသို့ပျက်တတ်သောတရားတွင်အပါအဝင်ဖြစ်သော မိမိ၏ ရုပ်,နာမ်ကိုမမှီခိုဘဲ၊ ပိုင်းခြားစွန့်ပယ်၍ အပျက်တရားကိုဖက်မထားဘဲ မင်္ဂလာနှင့် ဖြတ်လိုက်သောအခါ ဒုက္ခအပျက်ကို မင်္ဂလာဖြင့် မြင်တွေ့၊ ပိုင်ခြား၊ ပယ်စွန့်ကာ ဖိုလ်ဉာဏ်သို့ကူး၍ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြု စံမြန်းနိုင်သည်ဟုဆရာတော်ကညွှန်ပေးလမ်းပြ ဟောကြားပါသည်။

၃၁ ဘုံနှင့် ရုပ်,နာမ်ကို ပိုင်းခြားစွန့်ပယ်နိုင်သော ဉာဏ်ပညာသည် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်သည်။ နိဗ္ဗာန်သည်ကာကာမကုံဏ် ခံစားရသော ဘဝ၊ ကာမဂုဏ်ခံစားမှုကို နှစ်သက်စွဲမက်သောဘဝ၊ အသိမှား၊ အမှတ်မှားသော ဘဝနှင့် အမှန်တရား ဖုံးကွယ်သော ဘဝမှ လွတ်မြောက်သည်။ ကိလေသာကျွန်အဖြစ်မှ လွတ်မြောက်သည်။ လွတ်မြှောက်ခြင်းအစစ်အမှန်ဖြစ်သည်။ ဉာဏ်ပညာနှင့်ယှဉ်၍ချမ်းသာသည်။ထာဝရငြိမ်သက်အေးငြိမ်းသည်။ ကာလသုံးပါးမှ လွန်မြောက်သည်။ လောကဓံဆိတ်သုဉ်းသည်။ ကြည်လင်သည်။ ငြိမ်းချမ်းသည်။ ဟာလပ်သည်၊ ပေါ့ပါးသည်။ဒုက္ခဟူသမျှ ချုပ်ငြိမ်းရုပ်သိမ်းသွားသည်။ တဏှာမှ လွန်မြောက်သည်။ အမြတ်ဆုံးသော ချမ်းသာခြင်းစစ်မှန်သော ချမ်းသာခြင်းဖြစ်သည်။ ရုပ်,နာမ် ဒုက္ခနဲ့ လားလားမျှ မဆိုင်သော ချမ်းသာခြင်းဖြစ်သည်။

တရားပဲ့အပြီးတွင် မေးမြန်း လျှောက်ထားသော မေးခွန်းများနှင့် ဆရာတော်၏ ပိုင်နိုင်လှသော ဖြေကြား ချက်များကို

ဆက်လက် ဖေါ်ပြပါမည်။ ပထမ မေးခွန်းမှာ ''ရုပ်နာမ်ကို မစွန့်လွတ်မိ၊ ဘဝတခုကို မစွန့်လွတ်မိ ကာလအပိုင်းအခြားတွင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှု၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာတိုးတက်မှု၊ အဆင့်ဆင့်ရှိရာ၌ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ တိုးတက်မှု မည့်သည့် အဆင့်တွင် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုနိုင်သနည်း'' ဟု ဦးသိန်းအောင်က လျှောက်ထားမေးမြန်းပါသည်။

ဤ မေးခွန်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဆရာတော်၏ဖြကြားချက်မှာ မှတ်သားဘွယ်ရာဖြစ်သည်။လူဆိုသည်မှာရုပ်နှင့် နာမ်အဖွဲ့အစည်း ကြီးပင်ဖြစ်သည်။ ရုပ်ကိုအကြောင်းခံ၍ စိတ်ဖြစ်သလို၊ စိတ်ကို အကြောင်းခံ၍ရုပ်ဖြစ်သည်။သို့သော်....စိတ်နှင့်ရုပ်တို့သည်ဌင်းတို့ ၏ သဘာဝအတိုင်း အနိစ္စ ဖြစ်နေကြသည်။ထို စိတ်မျိုးသည် နှလုံးသားအလယ်ခေါင်တွင် သွေးနှင့်ကြက်သားပေါ်ရှိအကြည် ဓာတ်လေးဖြစ်သော ဟဒယတွင် ဖြစ်ပျက်နေကြသည်ကိုဥာဏ်နှင့် ယှဉ်၍ရှုသတ်ရသည်။ ထိုသို့ဥာဏ်ယှဉ်ပြီး ရှုသတ် သောအခါ ရိုင်းစိုင်းညစ်ထေးမှုမျိုး တလွဲစီ တလွဲစီ ကွာကျသွားပြီး စိတ် သည် သိမ်မွေ့နူးညံ့လာသည်။ ကြည်လင်လာသည်။ ဤကဲ့သို့ စိတ်သည် ကိလေသာ မာန်မာနမျိုးဖြင့် ရိုင်းစိုင်းနေရာမှရှုသတ် လိုက်သောအခါ သိမ်မွေ့နူးညံ့၍ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာသလို ရုပ်သည်လည်း တိုးတက်ပြောင်းလဲလာသည်။

ရုပ်ပြောင်းလဲ တိုးတက်မှုသည် အတိုင်းအတာနှင့် တိုးတက် သည်။ သို့သော်.... ရုပ်တို့သည်လည်း ရုပ်သဘာဝအတိုင်းပင် သွေဖီပေါက်ပြန်သည်။ ထို့ကြောင့် စိတ်နှင့် ရုပ်တို့၏ အပျက်ကို

ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ ရှုသတ်နိုင်သော ဉာဏ်ပညာသည်သာ အဓိကကျသည်။ ထို ဉာဏ်ပညာသည် ရုပ်,နာမ်ကို မမှီပေ။ ရုပ်,နာမ်ကို ပိုင်းခြားစွန့်ပယ်ထားသည်။ သို့သော်....ကျ ဉာဏ်ပညာကိုရရန် ရုပ်, နာမ်အပေါ် အကြောင်း ခံရသည်။ ရုပ် နာမ်သည် အကြောင်းခံတရားဖြစ်သည်။ နာမ်ရှိသောကြောင့် စိတ်ရှိသည်။ စိတ်ရှိသောကြောင့် သညာရှိသည်။ သညာဖြင့် တရားသဘော၊ ရုပ်, နာမ်သဘောကို နားလည်ပြီး ဉာဏ်ကို ဦးစားပေးတည် ဆောက်ရန်လိုကြောင်း သိလာသည်။

ရုပ်,နာမ်ကို အကြောင်းခံကာ ဉာဏ်ပညာကို ဦးစားပေးတည်ဆောက်ဝင်စားပြီး ရုပ်,နာမ်ကို ပယ်စွန့်နိုင်သည်။ ဉာဏ်ပညာ အင်အားကောင်းသည်နှင့်အမျှ စိတ်၏ရိုင်းစိုင်းမှုကို ပိုမို ပယ်သတ်နိုင်သည်။ အရှုခံတရားဖြစ်သော စိတ်သည် တဖြည်းဖြည်း နူးညံ့သိမ်မွေ့သည်ထက် နူးညံ့လာသည်။ ထိုစိတ္တသန္တာန်၏ တို့၏ အဆုံးအစွန်ဆုံးသော နူးညံ့မှုကိုအပြီးတိုင်ချုပ်ပျက်အောင် ရှုသတ်လိုက်သော ဉာဏ်ပညာသည် နိဗ္ဗာန်ကိုမျက်မှောက်ပြုနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ဉာဏ်သည်သာ အဓိကဖြစ်သည်ဟု ဆရာတော်က ပြည့်စုံပြတ်သားစွာ ဖြကြားတော်မူသည်။

ဒုတိယနှင့် နောက်ဆုံး မေးခွန်းမှာ "သန္တိသုခဆိုသည်မှာ အေးငြိမ်းသော ချမ်းသာစစ်ဖြစ်သည်ဟု လေ့လာ ဘူးသည်။ ရုပ်, နာမ် ဒုက္ခကို ဆုံးအောင် ရှုသတ်ပြီး နောက်တွေ့သော သုခသည် သန္တိသုခ သို့မဟုတ် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ကို စံမြန်းပြီး နိဗ္ဗာန်၌ တွေ့ရှိသော ကြီးမားစွာသော ချမ်းသာခြင်းလား" ဟု ဦးညီညီက ပန်းကြားလျောက်ထားသည်။

ဤမေးခွန်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဆရာတော်သည် သုခစစ်စစ်နှင့် သုခတို့ကို ကဲပြားခြားနားအောင် ရှင်းလင်းဖြကြားတော်မူသည်။လောကီတွင်မိမိဖြစ်ချင်သည်များဖြစ်မြောက်သောကြောင့် ရရှိသော ရုပ်,နာမ် နှင့် ပတ်သက်သည့် သုခသည် ဝေဒိတ သုခသာ ဖြစ်ကြောင်း၊ ရုပ်,နာမ်နှင့် ပတ်သက်သော ဒသုခသည် ပျက်တတ်ကြောင်း၊ မိမိဖြစ်ချင်သည်ကို ဖြစ်မြောက် ရသည့်အတွက် ကျေနပ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်။ ထိုကျေနပ်မှုမျိုးကို ထပ်မံလိုလားသည်။ နောက်တကြိမ်ရသော ကျေနပ်မှုသည် ပထမဘကြိမ်ရရှိခဲ့သော ကျေနပ်မှု ပမာဏအတိုင်းအဆထက် ပိုရလိုသည့်အတွက် လောဘစိတ်ဖြစ်ရသည်။ မိမိလိုလားသော အတိုင်းအဆလောက် မရရှိခဲ့သောအခါ စိတ်ပျက်ရသည်။ ပူဆွေးသောက ရောက်ရသည်။ဒေါသစိတ်များ လွှမ်းမိုးလာရသည်။ ထို့ကြောင့်လောကီနှင့် ပတ်သက်သော သုခများသည် သုခတု၊သုခယောင်များသာ ဖြစ်ကြကြောင်း ဆရာတော်၏ ဟောကြားချက် များကြောင့် သဘောပေါက် နားလည်မိပါသည်။

ပေါ်သမျှသော စိတ္တဇသဒ္ဒါရုပ်များသည်တည်မြဲခြင်းအလျင်းမရှိဟု ဒုက္ခကိုဒုက္ခမှန်းသိပြီး ဒုက္ခကိုမလိုချင်၍ အပျက်ရှုသော ဉာဏ်သည် ရုပ်,နာမ်ကို ပယ်စွန့်နိုင်သည်။ ထုစတ္တာသခရတရားတို့သည် ဉာဏ်ပညာ အင်အားကောင်းကြသည်နှင့်အမျှ သိမ်မွေ့နူးညံ့လေဖြစ်ကြသည်။အရှုခံတရား၏သိမ်မွေ့နူးညံ့သောသဘောကို ဉာဏ်ပညာက မြင်တွေ့ပြီး ချုပ်ဆုံးပြီးပြတ်အောင် ရှုလိုက်သောအခါ ထိုဉာဏ်သည် ဒုက္ခ၏အဆုံးရှိ၊ ဒုက္ခ၏နိဂုံးရှိ၊ သိမ်မွေ့ငြိမ်းအေးသော ဓာတ်သဘာဝကို တွေ့ရှိသည်။ ထိုသို့ငြိမ်း

အေးကြောင်းကို သိသောအသိဓာတ်၏ အေးငြိမ်းမှုသည် သန္တိသုခ၊ ရုပ်,နာမ်နှင့် လုံးဝမသက်ဆိုင်သော သုခသည် သန္တိသုခ၊ သုခစစ်ဖြစ်ကြောင်း ဆရာတော်က ရှင်းလင်းဖြကြားတော်မူသည်။

ဆရာတော်၏ ပိုင်နိုင်ပြတ်သားရှင်းလင်းသော ဟောကြားချက်များ၊ ဖြကြားချက်များ၊ ရှင်းလင်း ချက်များကြောင့် နိဗ္ဗာန်နှင့် ရုပ်,နာမ်သဘောကို နားလည်သဘောပေါက်မိသည်။ ကျွန်မတို့ ပုထုဇဉ်များသည် ရုပ်,နာမ်ဒုက္ခကို ဒုက္ခမှန်းမသိဘဲ ရင်ဝယ်ပိုက်လိုကြသည်။ ဖက်တွယ်ထားလိုကြသည်။ နှစ်ခြိုက်ကြသည်။ ခင်တွယ်သည်။ ခန္ဓာအပေါ် သမုဒယကြီးကြသည်။ မသိသော အဝိဇ္ဇာကြောင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ယဉ္စရား အရှိန်အဟုန် ဒုက္ခကို ဒုက္ခမှန်းဖြင့် လည်ပတ်နေပြီး လူသားများတွင် ကြီးစွာသော ဆင်းရဲကို ခံစား နေကြရသည်။ သံသရာဝဲသြဃတွင် တပြောင်းပြန်ပြန်ကျင်လည်ကျက်စားရသည်။ နိမ့်တုန်၊မြင့်တုန်၊ စုန်ဆန်မမြဲ၊ ဆင်းရဲခြင်း အစစ်အဖြစ်ကြီးဖြစ်လျက် မချစ်အပ်သော ခန္ဓာကိုယ်ကို အလိုလိုက်ကြသည်။ ရုပ်,နာမ်ခန္ဓာသည် ရှုရှာ မုန်းတီးငြီးငွေ့ဘွယ်ရာဖြစ်သည်။ နိဗ္ဗာန်သည် အချမ်းသာဆုံး၊ အမြတ်ဆုံးသော ချမ်းသာစစ်ကြီးဖြစ်သည်။

ရုပ်,နာမ်၏ ဆင်းရဲမှုနှင့် နိဗ္ဗာန်၏ချမ်းသာပုံကို ကွက်ကွက်တိုင်းကွင်း သိမြင်နားလည်ရသည်။ စစ်မှန်သော ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ကွင်းသည် ရုပ်,နာမ်ကို ဒုက္ခဟုသိနားလည် သဘောပေါက်ပြီး အမြတ်ဆုံးသောရည်မှန်းချက် ပန်းတိုင်ဖြစ်သည့် နိဗ္ဗာန်နန်းသို့

မျက်မှောက်ပြုနိုင်မည့် ကျင့်စဉ်ကို မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမအတိုင်း တကြောင်းတည်း။ တဖြောင့်တည်း ကျင့်ကြံ အားထုတ်ရမည်။ ထို့ကြောင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တို့သည် ရုပ်,နာမ်ဒုက္ခကို ပယ်စွန့်သော နိဗ္ဗာန်ကို အမှန်တကယ် မျက်မှောက်ပြုနိုင်သော စိတ္တသန်ဓါရတို့ဖြစ် ပျက်ဆုံးနိုင်သော မြင့်မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်သို့ ရောက်နိုင်သော မြတ်သောကျင့်စဉ်ကို မြတ်ဗုဒ္ဓအလိုတော်ကျ အတိုင်း ကျင့်ကြံ အားထုတ်စေလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

တင်တင်ထွန်း

အနှစ်သက်ဆုံးကဗျာတပုဒ်

စာပေလေ့လာဖတ်ရှုခြင်းဌာန အစဉ် ပျော်မွေ့လေ့ရှိသော ကျွန်မသည် စာကောင်းပေကောင်းများစွာကို လေ့လာဖတ်ရှုခဲ့ဘူးပါသည်။ ထိုစာကောင်းပေကောင်းများစွာအနက် ကဗျာကောင်း များစွာကိုလည်း နှစ်သက်မိခဲ့ဘူးပါသည်။ သို့သော် ၁၉၇၉ ခုနှစ် မတ်လထုတ် ဌေတာရီမဂ္ဂဇင်း အမှတ် ၂၂၅ တွင် ပါရှိသော ဆရာတော် အရှင်နန္ဒဝံသ(မဟာဝိဇ္ဇာ)ရေးဖွဲ့သော “ဟိုမှာဘက်တွင်” ဟူသောကဗျာလေးကိုမူ အနှစ်သက်ဆုံးဟု စိုပြိုရလေအောင် လေးနက်စွာနှစ်သက် တန်ဘိုးထားမိပါသည်။

ကဗျာရှင်ဆရာတော်သည် ပူလောင်ရွှုပ်ထွေးမှုမျိုးစုံဖြင့် ပြည့်နှက်နေသော ၃၁-ကို ခြေကန်စွန့်ပယ်ကာ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာဖြင့် မဂ္ဂင်ဖောင်ကို တည်ဆောက်၍ ဟိုမှာဘက်ကမ်းနိဗ္ဗာန်နန်းသို့ အရောက်ကူးစံမြန်းနိုင်ပုံကို သိမ်မွေ့ခန့်ထယ်အလှကြွယ်သောစကားလုံးများဖြင့် တန်ဆာဆင်ကာ နှစ်သက်ဖွယ်ကောင်းအောင် စပ်ဆိုထားပါသည်။

သူသူကိုယ်ကိုယ် ပိုင်ဆိုင်ထားသော ရုပ်-နာမ်ခန္ဓာကိုယ်သည် မလိုချင်စရာ၊ စက်ဆုတ်ရွံရှာဖွယ်ရာ ဒုက္ခတုံးကြီးသာ ဖြစ်သည်။ ယင်း ဒုက္ခ, ရုပ်နာမ်၏အပျက်သဘောကို ဉာဏ်ပညာဖြင့် တဆင့် တလှဉာစီ ပယ်ဖြတ်ရှုသတ်၍ ရှင်းလွင်းသွားပုံကို ကဗျာ ပထမ ပိုဒ်တွင် "ရိုင်းစိုးညစ်ထေး၊ တွတ္ခမြွေး၊ လေးသည့်ဝန်တာ၊ သည် ဒုက္ခာ၊ အလွှာလွှာချင်း၊ ခုတ်ထွင်ရှင်း၊ လင်းပြိမ့် လင်းပြိမ့်" ဟု ဖွဲ့ဆိုထားသည်။

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ရတနာနှစ်၊ပုလဲစစ်များဖြစ်သော တရားတော်များ တွင် ရုပ်-နာမ်သည် အပျက်သဘော၊ဒုက္ခသဘောကိုသာဆောင် သည်။ ရုပ်-နာမ်ပျက်သည်ဟူသော သဘောအမှန်ကို မသိခြင်း ဟူသော အဝိဇ္ဇာနှင့် ထိုဒုက္ခကို လိုချင်တည်းဟူသော တဏှာ၏ ဖုံးလွှမ်းမှုကြောင့် ဘဝရုပ်-နာမ်ကို ပြန်လည်လိုလား တောင့်တ ကြသည်။ ရုပ်-နာမ်ကို ခင်တွယ်ခြင်းတည်းဟူသော သမုဒယ အကြောင်းခံ၍ ဒုက္ခရုပ်-နာမ်အကျိုးကိုပြန်လည်ရရှိသောကြောင့် သံသရာစဲ့ရစ်၊ အကွေ့ဝါဝဲမြစ်ဝယ် နစ်တုံ၊ ပေါ်တုံ၊ တမှုန်မှုန်းမှုန်း ရဟတ်ချားကဲ့သို့ ကျင်လည်ယင်း လောကဓံမျိုးစုံကြုံတွေ့ရ၍ ဆင်းရဲပင်ပန်းရသည်။

အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာတို့ဖြင့် လိမ်းကျံကပ်ငြိမှုကြောင့် ကိလေသာ မာန်မာနတရားများဖြင့် ရိုင်းစိုင်းညစ်ထေးနေသော ရုပ်-နာမ်၏ အပျက်သဘောကို ဝိပဿနာ ဉာဏ်ပညာဖြင့် လျင်မြန်စွာ ထိုးထွင်း၊ တလှဉာစီရှင်း၍ ရှုသတ်လိုက်သောအခါကို ရုပ်-နာမ်၏ ဒုက္ခသဘောတို့ကို အပျက်ရှုလိုက်နိုင်သော၊ ပယ်စွန့်နိုင်သော

ဉာဏ်ပညာသည် ရှင်သန် အင်အားကြီးထွားပုံကို ဤကဗျာပိုဒ်ကလေးကိုဖတ်ခြင်းဖြင့် သတိယူဉ် အသိဝင်မိသည်။

ကိလေသာအပူမီးများ ငြိမ်းအေးသွားသောအခါ ရရှိသော ချမ်းသာသုခသည် လွန်စွာအေးငြိမ်း စင်ကြယ်နူးညံ့ပြီး စစ်မှန်သော ချမ်းသာခြင်းဖြစ်ကြောင်းကို နူးညံ့သန့်ရှင်း၊ ညစ်ကြေးကင်း၊ အေးခြင်းချမ်းသာ၊ ငြိမ်းလေရာ၊ ဉာဏ်မှာဖောက်ထွင်း၊ သက်ဝင်ခြင်း၊ ရှင်းပြီမို့ ရှင်းပြီမို့" ဟုသိမ်မွေ့ ရှင်းလင်းစွာသရုပ်ဖော်ထားသည်။

လူသားများ လိုလားတောင့်တသော ငြိမ်းချမ်းမှု အစစ်အမှန်ကို မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမဖြစ်သော တရားလမ်းမှန်ကျင့်စဉ်စခန်းကသာ ပေးနိုင်စွမ်းရှိသည်။ထိုမှန်ကန်သော လောကသစ္စာကို သိမြင်သူသည် သစ္စာသိမသောဉာဏ်ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ကို ဆင်ချင်ထိုးထွင်းလိုက်သောအခါ ချမ်းသာမှုအစုစု၊ အောင်မြင်မှုအဖုံဖုံကို ကိုယ်တိုင်လက်တွေ့ ခံစားရသည်။အမှန်တရားကိုသိမြင်ဆင်ခြင်နိုင်ခြင်း တည်းဟူသော ဝိဇ္ဇာဉာဏ် ပန်းသည်လည်း ငွေးငွေးစင့်စင့် လန်းပင့်လာလိမ့်မည်ဟူသော သဘောထားကို ဤကဗျာမှ လောကုတ္တရာ သင်ခန်းစာအဖြစ် အနှစ်ထုတ်မိပါသည်။

"ဆင်းရဲဒုက္ခ၊ အလွဲလွဲတို့၊ ပယ်ခွါသမုဒယ၊ ငြိမ်းချုပ်ရှု၍၊ ကြီးလှချမ်းသာ၊ အေးမြတ်ဆုကို၊ ဉာဏ်မှာဝင်စား၊ တည်ငြိမ်သွားပြီ၊ တံခါးနိဗ္ဗာန်ဟင်းလင်းတည်း၊" ဟူသော နောက်ဆုံးကဗျာစာပိုဒ်ကလေးသည် ကဗျာရှင်၏ ကြီးစွာသောအောင်မြင်ကို သဒ္ဓါရသမြောက်အောင် စပ်ဆိုထားသည်။

ရုပ်,နာမ်ကို ခင်တွယ်ခြင်းတည်းဟူသော သမုဒယအကြောင်း ခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ဒုက္ခမျိုးစုံကို ဉာဏ်ပညာဖြင့် ရှုသတ် ပိုင်းဖြတ်၍ စွန့်ခွာလိုက်သောအခါ ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်း ရုပ်သိမ်း သွားသော အတိုင်းအဆမရှိ ငြိမ်းအေးချမ်းသာလှသောအခေါင် မြတ်ပန်း နိဗ္ဗာန်နန်းသို့ ဉာဏ်ပညာဖြင့် စံမြန်းသွားပုံကို ကဗျာ ရှင်ဆရာတော်သည် ပြောင်မြောက်လှပစွာ ရေးဖွဲ့ထားပေသည်။

ကြိုးစားမှုတိုင်းအတွက် ထိုက်တန်သောအောင်မြင်မှု အဆုဆု ရရှိမြဲဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်တွင် စွန်းထင်းကပ်ငြိနေသော သမုဒယ၊ ဒုက္ခတို့ကို ဇဲ၊ သတ္တိ၊ ဝီရိယတို့ဖြင့် ဉာဏ်ပညာဦးစီးကာ တဆင့် စီပယ်ဖြတ် ရှုသတ်ဆင်ခြင်နိုင်သည့်အတွက် အမြတ်ဆုံး၊ အအေး ငြိမ်းဆုံးတည်းဟူသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်ဆီသို့ ဉာဏ်စခန်း ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုသွားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ တနည်းဆိုသော် ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမကို တသွေးမတိမ်း လိုက်နာကျင့်ကြုံ၍မိမိခန္ဓာကိုယ် ဝယ် နိဗ္ဗာန်တံခါးကိုမမြင်၊ မပွင့်နိုင်အောင် ပိတ်ဖုံးကာဆီးနေ သော ကိလေသာအမှောင်တိုက်ကို ဉာဏ်ပညာဖြင့် ရှင်းလင်း လိုက်သောအခါ နိဗ္ဗာန်တံခါးသည် ဟင်းလင်းပွင့်သွားပေပြီ။ တရားအောင်မောင်း ရင့်ညောင်းခတ်ဆော်သွားပေပြီ။

မိမိတို့ ရည်မှန်းချက်ပြည့်အောင် စွန့်လွှတ်အနစ်နာခံ၍ ဇဲ၊ လုံ့လ၊ ဝီရိယ၊ သတ္တိတို့ဖြင့် ကြိုးစားတည်ဆောက်တိုင်း ယင်း စွန့်လွှတ်မှု၊ ကြိုးစားမှုတို့နှင့် ထိုက်တန်သော အောင်မြင်ခြင်း သရဖူသည် ဦးထိပ်တွင် ဝင့်ထယ်နေလိမ့်မည်ဟူသော သဘော

အမှန်ကို ဤကဗျာက ထင်လင်းကွက်ကွင်းစွာ ထုတ်ဖော်ပြသလိုက်ပြီဖြစ်သည်။

"ဟိုမှာဘက်တွင်" ဟူသောကဗျာတွင် စကားလုံးတိုင်း စာပိုဒ်တိုင်းက လေးနက်သော အဓိပ္ပာယ်ကို ဖွင့်ဆိုထားသည်။ အေးငြိမ်း သာယာလှသော လောကုတ္တရာနှင့် ပတ်သက်သည့် ဗဟုသုတများကို တိုးပွားစေသည်။ ခိုင်မာနက်နဲသော တရားသဘောများကို ရရှိပိုင်ဆိုင်စေသည်။ မြန်မာကဗျာ သမိုင်းတွင် တရားဓမ္မနှင့်ပတ်သက်၍ ပြောင်မြောက်ကောင်းမွန်သော ကဗျာတပုဒ်လည်း ဖြစ်သည်။ ဤသို့သော ဂုဏ်ရည်တို့ဖြင့် ပြည့်ဝသည့် "ဟိုမှာဘက်တွင်" ဟူသောကဗျာကလေးသည် ကျွန်မ၏ အနှစ်သက်ဆုံး၊ အမြတ်နိုးဆုံး၊ အကြိုက်ဆုံးသော ကဗျာတပုဒ်ဟု ခိုင်မာလေးနက်စွာ ပြောကြားရပေလိမ့်မည်။

မတင်တင်ထွန်း (၁၅-နှစ်)
နဝမတန်း(ဃ)
အထက(၁)၊ အင်းစိန်

(ဒို့ကျောင်းသား စာစောင်မှ ကူးယူဖော်ပြသည်။)

စစ်မှန်သောလွတ်မြောက်ခြင်းဖြစ်သည့်
နိဗ္ဗာန်ဓမ္မဒါနအလှူရှင်များစာရင်း

စဉ်	အလှူရှင်အမည်	နေရပ်လိပ်စာ	ကျပ်	ပြား
၁	ဒေါ်တင်တင်လှ (တူ)ဦးအောင်မြင့်	၂၇၅၊ သစ္စာလမ်း၊ တောင်ဥက္ကလာပမြို့။	၅၀	
၂	ဒေါ်လှကြည်မိသားစု၊ ၅၃၃/၁၈ လမ်း ၁၀ ရပ်ကွက်၊ တောင်ဥက္ကလာပမြို့။		၅၀	
၃	ဗိုလ်ကြီးဘညွှန့်နှင့်ဇနီးမိသားစု ထောက်ပို့တပ် ဂေါဒင်လမ်း။		၅၀	
၄	ဦးခင်မောင်-ဒေါ်ပုမိသားစု ခြံအမှတ် ၁ ကန့်ကော်မြို့၊ လမ်း၊ ပါရမီရိပ်သာ		၁၁၄	၃၀
၅	ဒေါ်မြင့်မြင့်ရီ၊ သမီး ဒေါက်တာမာလာညွှန့် မူယာညွှန့်၊ ဇင်နွယ်၊ တိုက်အမှတ်-၂၆၆၊အရှေ့ရန်ကင်း။		၁၀၀	
၆	ကွယ်လွန်သူ ဦးသန်းမောင်အား ရည်စူး၍ ဒေါ်ကြည်ကြည်ဆွေမိသားစု၊ တိုက်အမှတ်-၂၅၅၊ ၁၂ ရပ်ကွက်၊ ရန်ကင်း။		၅၀	
	ဦးမြတ်ကျော်-ဒေါ်သန်းရွှေ၊ သမီး ခင်ဆွေဝင်း၊ ၁၈၀၊ ကျန်းတောလမ်း၊ စမ်းချောင်း။		၂၅	

အလှူရှင်များစဉ်

စဉ် အလှူရှင်အမည်နေရပ်လိပ်စာ ကျပ်ပြား

၈ ဦးအောင်ဆန်း-ဒေါ်ခင်မြ မိသားစု၊
၅၂၂၊ ဂန္ဓမာလမ်း၊ စမ်းခရိုင်း။ ၅၀

၉ ဦးမောင်ဝင်း-ဒေါ်မူမူ မိသားစု၊
အမှတ်- ၆၀၊ ၁၀၁လမ်း၊ ကန်တော်လေး။ ၁၀

၁၀ ဦးလှသိန်း-ဒေါ်လှမြင့် မိသားစု၊ အမှတ်-၈
စမ်းရေတွင်းလမ်း၊ စမ်းခြောင်း။ ၁၀

၁၁ ဦးခင်မောင်-ဒေါ်ခင်ဝင်း မိသားစု ၅၈၆၊
သံသုမာလမ်း၊ ၇-ရပ်ကွက်၊ တောင်ငူကလော ၁၀

၁၂ မိခင်ကြီးဒေါ်ရင်ကို အမှူးထား၍ဒေါ်သန်း
သန်းငွေ၊ ၆၂၂လှည်းတန်း၊ ကမာရွတ်။ ၃၀

၁၃ ဦးသိန်းအောင်-ဒေါ်ကြည်မာ မိသားစု
အမှတ် ၃၉ ဃ၊ မြစပါယ်လမ်း၊ ပါရမီ
ရိပ်သာ။ ၁၀၀

၁၄ ဦးမောင်မောင်အေး-ဒေါ်ခင်စိုးမိသားစု
အမှတ် ၅၇၊ စျေးဟောင်းလမ်း၊ ဂွတ္တလစ်။ ၁၀၀

၁၅ ဦးစံမြင့်-ဒေါ်ခင်လေး၊ သား-မောင်ဇော်
လင်း၊ ၅၂၂၊ ကုန်သည်လမ်း။ ၅၀

၁၆ ပိုလ်မှူးကြီးလှမော်-ဒေါ်ခင်လှမိသားစု။ ၁၀၀

၁၇ ဦးချစ်မြိုင်-ဒေါ်စောကျင်၊ အမှတ်-၆၄
ရေတာရှည်လမ်းဟောင်း၊ ဗဟန်း။ ၂၅

၁၈ ဦးငွေထွန်း-ဒေါ်ခင်မြင့်ချို၊
၃၉-ဝေဇယန္တာလမ်း၊တောင်ငူကလောမြို့။ ၂၅

အလှူရှင်မျှားစာရင်း

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နေရပ်လိပ်စာ	ကျပ်၊ ပြား
၁၉	ဦးမျိုးသန့်-ဒေါ်ခင်ထားမြင့် ၄၈၊ဝဇယန္တာလမ်း၊ မိုချောင်းကန်(၁) သက်န်းကျွန်း။	၂၅
၂၀	အမည်မဖော်လိုသောယောဂီမိသားစု။	၅၀
၂၁	ဒေါ်ပုံရွှမ်းစုရပ်၊ မိုးကုတ်မြို့။	၂၅
၂၂	ဒေါ်ရီရီ၊၂၂၊အရှေ့စျေးလမ်း၊ ဒဂုံဒေဿစိတ်	၂၅
၂၃	ဦးအောင်ကျော်-ဒေါ်ထားထားမိသားစု တိုက်အမှတ် ၁/၂၀၇၊သုဝဏ္ဏမြို့။	၂၀
၂၄	ဦးရီဟုန်- ဒေါ်မြမြနှင့်သမီးမျှား၊ ၄၅၊ ဖရေဇာလမ်း၊	၅၀
၂၅	ဒေါ်ကြူ၊ကြူ-ဒေါ်ဘီ ၉၊မနောဟရီလမ်း။	၁၀၀
၂၆	ဦးမောင်စော၊ ၃၊မင်းညွှန့်လမ်း၊ စမ်းချောင်း။	၅၀
၂၇	ဦးခင်မောင်ရီ-ဒေါ်ခင်လှလှမိသားစု၊ ၃၊ မင်းညွှန့်လမ်း၊ စမ်းချောင်း။	၅၀
၂၈	ဒေါ်ရင်ကြည်၊၁၈/၇၊လမ်းသစ်ရိပ်သာ။	၂၀
၂၉	ဦးထွန်းရွှေ-ဒေါ်သန်းကြင်၊ ၄၇၊ ဗိုလ်စိန်မှန်လမ်း	၂၅
၃၀	ဒေါ်အေးအေးသန်း၊အဆောင်နည်းပြ ပြည်ကျောင်းဆောင်	၁၅

အလှူရှင်များစာရင်း

စဉ်	အလှူရှင်အမည်နေရပ်လိပ်စာ	ကျပ်	ပြား
၃၁	ဒေါ်ခင်စန်းလှ၊ အဆောင်နည်းပြ၊ ပြည်ကျောင်းဆောင်။	၁၅	
၃၂	ဦးဘိုးရင်-ဒေါ်လွန်းမေ ၁၀၁၂၂ လမ်း၊	၅၁	
၃၃	ဦးပါ-ဒေါ်အမာမိသားစု၊ ၄၂၂၂လမ်း။	၅၁	
၃၄	ဒေါ်သောင်းရီမိသားစု၊ ၁၉၉၊ ကရစ်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။	၁၀	
၃၅	ဒေါ်ခင်ဆွေမျိုး၊ ၁၉၉၊ ကရစ်လမ်း၊	၂၀	
၃၆	ဒေါ်မေမေအောင်၊ ၃၁၊ဦးဒီးလမ်း၊ စမ်းချောင်း။	၂၅	
၃၇	ဦးဝိန်သာအောင်-ဒေါ်စောမြင့် မဟာဗန္ဓုလမ်း၊ သံတွဲမြို့။	၂၀	
၃၈	ဦးထွန်းအောင်-ဒေါ်မြင့်မြင့်၊ ၅၀၊အေးရိပ်သာ၊အင်စိန်ခြံ၊ ဂွတ္တာလစ်။	၂၀	
၃၉	ဦးတင်မောင်ရင်- ဒေါ်တင်မြ၊ ၁၈/၂ ကြိုကုန်းရိပ်သာ။	၃၀	
၄၀	ဦးကြင်ဝမ်း-မဒေါ်စောလှိုင်၊နဂါး ဖလံမြေ မှန်မြေ မိသားစု။	၂၀၀	
၄၁	သူရိယဦးသန်းမောင်-ဒေါ်မြမြသန်းမိသားစု ၁၂၊မိုးကောင်းဘုရားလမ်း၊ကျောက်ကုန်း။	၁၀၀၀	
၄၂	ဦးစိန်လွင်၊ ဒေါ်ခင်လှကြည် မိသားစု အမှတ်-၁၄၄၊ အထက်ပန်းဆိုးတန်း။	၂၁၄	၃၀

အလှူရှင်မျှားစာရင်း

စဉ်	အလှူရှင်အမည် နေရပ်လိပ်စာ	ကျင်ပြား
၄၃	ဦးအေးချို-ဒေါ်ခင်ထားကြည်မိသားစု ၂၃၊ ဝင်ဆောလမ်း။	၂၁၄ ၃၀
၄၄	ဦးဟန်ဇော်-ဒေါ်သွင်သွင်အေးမိုမိသားစု ၂၂၇/၇ အရှေ့ရန်ကင်း။	၄၂၈ ၆၀
၄၅	ဒေါ်ခင်အေးကြူ၊ဒေါ်ခင်ဌေးယူ၊ခြံအမှတ် ၁၊ ကန့်ကော်မြို့ခ်လမ်း၊ပါရမီရိပ်သာ။	၁၀၀
၄၆	ဒေါ်သန်းအေး မိသားစု၊တိုက်အမှတ်-၃၂၂၊ ဆင်းဒဝတ်လမ်း။	၂၅
၄၇	ဦးခင်လှ-ဒေါ်ဝင်းမေမိသားစု ၂၉၊ လမ်းသစ်ရိပ်သာလမ်း၊ အင်းစိန်။	၂၀
၄၈	ဒေါ်သိန်းကြွယ်မိသားစု၊၆၅၄၊ရှင်ဘီဒတ် လမ်း၊ ၇-ရပ်ကွက်၊တောင်ဥက္ကလာ။	၅
၄၉	ဒေါ်စိန်မြ မိသားစု၊၄၁၈-လမ်း၊ရန်ကုန်။	၅
၅၀	ဒေါ်ဖွားသန့်၊ သမီး ဒေါ်ခင်ကြည် ၈၁၈-လမ်း၊ ရန်ကုန်။	၁၀
၅၁	ဦးတေစိန္ဒ ပထမ မစိုးရိမ်တိုက်၊ စစ်ကိုင်းတောင်ရိုး။	၁၀
၅၂	ဒေါ်လေးမြ မီးရထားဝင်း၊ ရန်ကုန်။	၁၀
၅၃	ဦးကျော်စိန်-ဒေါ်ကြေကြေ၊ တိုက်-၂/၁၃၊ ၅၁-လမ်း။	၂၅
၅၄	ဦးမြင့်မောင်-ဒေါ်ရင်နု သားသမီးတစု ကောင်းမှု၊ ၁၁၂၊ ကုန်စေ့းတန်း။	၁၀

အလှူရှင်များစာရင်း

စဉ် အလှူရှင်အမည်နေရပ်လိပ်စာ ကျပ် ပြား

၅၅ ဒေါ်ခင်မျိုးမြင့်၊ ၁၀၀/၂ ကြို့ကုန်းရိပ်သာ။ ၁၀

၅၆ ဦးသန်းမောင်မိသားစု၊ မဉ္ဇူသက၊ ၁၁၆၊
အက်(ဖ်)၊ တက္ကသိုလ်ရိပ်သာလမ်း။ ၁၀၀၀

၅၇ ဦးသန်းတင်. ဒေါ်ကြည်ကြည် မိသားစု၊
၁၀၀/၁၂၃ လမ်း၊ရန်ကုန်။ ၃၀

၅၈ ဒေါ်စိန်နှင့် မိသားစု၊ ၂၁/၂၅ လမ်း။ ၅၀

၅၉ သံအမတ်ကြီးဦးမောင်မောင်-ဒေါ်ခင်မြင့်
မြင့်၊ ၅၂၊ ရွှေတောင်ကြားလမ်း။ ၁၅၀

၆၀ ဒေါ်သိန်းမေ၊ အမှတ် ၉/၁၄၇-လမ်း၊
ကျောက်မြောင်း။ ၅

၅၁ ဒေါ်တဲ့ခင် ၃၁/၀၇ လမ်း။
ကန်တော်ကလေး။ ၂၅



