

ရဋ္ဌပါလ

သိအပ် ရှိအပ် တရားမြတ်

ရဋ္ဌပါလဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့မှ စီစဉ်ထုတ်ဝေ ဖြန့်ချိသည်

ရုဋ္ဌပါလ

သိအပ် ရှိအပ်

တရားမြတ်

ရုဋ္ဌပါလဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့မှ
စီစဉ်ထုတ်ဝေဖြန့်ချိသည်

ပုံနှိပ်မှတ်တမ်း

စာမူခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၈၇ / ၂၀၀၂ (၂)
မျက်နှာဖုံးခွင့်ပြုချက်အမှတ် - ၁၇၈ / ၂၀၀၂ (၃)

မျက်နှာဖုံးနှင့်အတွင်းပုံနှိပ်သူ
ဦးရဲမြင့် (မြဲ-၀၆၁၀၃)၊ ချမ်းသာရောင်စုံပုံနှိပ်လုပ်ငန်း
အမှတ် - ၅၃/၆၊ ၅၅-လမ်း၊ ပုဇွန်တောင်မြို့နယ်။

ထုတ်ဝေသူ
ဒေါ်နုမေ၊ အမှတ် ၃၁ A၊ ၆ မိုင်ခွဲ၊ လှိုင်မြို့နယ်။

၂၀၀၂-ခုနှစ်၊ မတ်လ
ပထမအကြိမ်
အုပ်ရေ-၁၅၀၀၀

ဓမ္မဒါန

ရဋ္ဌပါလဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့၏ ပန်ကြားလွှာ

ရဋ္ဌပါလ၏ “သိအပ်၊ ရှိအပ် တရားမြတ်” ဓမ္မစာစုသည် ရတောင့်ရဲလှသော ဒုလ္လဘကြီး (၄)ရပ်နှင့် ပြည့်စုံနေသည့် ဓမ္မ ခရီးဖော်များအတွက် ရည်သန်ပြုစုရေးသားခဲ့သော စာစုဖြစ်ပါ၏။

အဘယ်ဒုလ္လဘကြီး (၄)ရပ်ပါနည်း။

ပထမ ရတောင့်ရဲလှသော လူ့အဖြစ်ကိုရရှိခြင်း ဒုလ္လဘ။

ဒုတိယ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ထွန်းကားရာ သာသနာတွင်းကာလ၌ လူဖြစ်ရခြင်း ဒုလ္လဘ။

တတိယ ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာ တရားတော်များထွန်းကား စည်ပင် ပြန့်ပွားရာ ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံတော်၌ လူဖြစ်ရခြင်း ဒုလ္လဘ။

စတုတ္ထ ပရိယတ္တိသာသနာ၊ ပဋိပတ္တိသာသနာ၊ ပဋိဝေဓသာသနာ တည်းဟူသော သာသနာကြီးသုံးရပ် စည်ပင်အောင် နည်း ပေးညွှန်ပြသူ ကျမ်းပြုဆရာတော်ကြီးများ၊ ညွှန်ပြ ဟောကြားသော ဓမ္မကထိက ဆရာတော်ကြီးများ၊ လက်တွေ့ သင်ကြားပြသသူ ကမ္မဋ္ဌာနစရိယ ဆရာတော်ကြီးများ၊ ဆရာကြီးများနှင့် ကြုံတွေ့ရသည့် အခိုက်ကာလဒုလ္လဘ။

ဤဓမ္မစာစုငယ်တွင် ဗုဒ္ဓတရားတော်အပြည့်အစုံကို ဖော်ညွှန်းနိုင်ရန်မတတ်နိုင်ပါ။ ဓမ္မခရီးဖော်များ သိအပ်၊ ရှိအပ်သည့် ဓမ္မအနှစ်သာရများကိုသာ ပိုမိုရှင်းလင်းလွယ်ကူသိမြင်နိုင်အောင် အားထုတ်ထားခြင်းဖြစ်ပါ၏။

နံပါတ်အစီအစဉ်အလိုက် အပိုဒ်များခွဲထားခြင်းမှာ အပိုဒ် တစ်ခုစီ ဖတ်ပြီးတိုင်း ဖတ်ပြီးတိုင်း ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ထိုင်ကာ၊ မျက်စိကို မှေးမှိတ်ပြီးနောက် မိမိဘဝအတွေ့အကြုံများ၊ သိမြင်ခဲ့ဘူးသည်များ နှင့် ယှဉ်လျက် ဆန်းစစ်ဆင်ခြင်နိုင်ရန်ဖြစ်ပါ၏။

တစ်ပိုဒ်ဖတ်ပြီးမှ နောက်တစ်ပိုဒ်သို့ ဆက်၍ဖတ်ကာ ဆန်း စစ်ဆင်ခြင်ကြပါကုန်။

ခရီးသွားသည့်အခါတိုင်း ကိုယ်နှင့်မကွာ ဆောင်ထားကြပါ ကုန်။

အိပ်ရာဝင်တိုင်း ခေါင်အုံးအနီးတွင် ဆောင်ထားကြပါကုန်။

ဤဓမ္မစာစုသည် ရဋ္ဌပါလဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့၏ ဓမ္မဒါန ဖြစ်ပါသည်။ ဤစာစုကို ငွေကြေးဖြင့်ရောင်းချရန် ရည်ရွယ်ခြင်း မရှိပါ။

ဤဓမ္မစာစုကို ဖတ်ရှုပြီးနောက် အခြားမိတ်ဆွေများသို့ ဓမ္မဒါနထပ်ဆင့်ပေးလိုပါလျှင် သင်၏ လိပ်စာဖော်ပြပြီး ရဋ္ဌပါလ ဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့သို့ (၁၀)အုပ်ထက်မများ ရယူလိုသည့် စာအုပ် အရေအတွက်ဖော်ပြလျက် ဆက်သွယ်မှာကြားနိုင်ပါသည်။

မှာကြားရန်လိပ်စာ

ရဋ္ဌပါလဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့

မှတစ်ဆင့်/ ချမ်းသာစာပေ

အမှတ် (၁၂၀)၊ ၃၄ လမ်း (အလယ်)

ကျောက်တံတားမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၂၈၇၅၅၀

ရဋ္ဌပါလဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့မှ အခမဲ့ စရိတ်ငြိမ်း ဒါနပြု ပို့ပေး
မည်ဖြစ်ပါကြောင်း။

ငြိမ်းအေးခြင်းနှင့် ပြည်စုံကြပါစေသတည်း။

ရဋ္ဌပါလဓမ္မပဒေသာအဖွဲ့.

ဘဘဦးသုခ၏ (အမှာစာမဟုတ်သော)အမှာစကား

“ရဋ္ဌပါလ”၏ “သိအပ်ရုံအပ်တရားမြတ်”စာစုကို ရိုက်နှိပ် ဖြန့်ချိရန် စီစဉ်သူတစ်ဦးအနေဖြင့် ဘဘဦးသုခထံသွားရောက်ခဲ့ပြီး ဤစာစုကို ဘဘဖတ်ရှု၍ အမှာစာရေးပေးပါရန် ပန်ကြားတောင်း ခံခဲ့ပါသည်။

ဘဘအနေဖြင့် မျက်စိမကောင်းတော့သဖြင့် စာဖတ် နိုင်ခြင်းမရှိလေရာ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ပင် ဘဘကိုဖတ်ပြရပါသည်။ စာစုငယ်မှာ အတိုကလေးမျှသာဖြစ်ရာ တစ်ထိုင်တည်းနှင့်အပြီး ဖတ်နိုင်မည်ဟုထင်မှတ်ပြီး ညနေခြောက်နာရီမှစ၍ ဖတ်ပြခဲ့ပါ သည်။

စာတစ်ပိုဒ်ကို ဖတ်ပြပြီးတိုင်း ခဏနား၍ ဘဘက အကျယ်ကို ရှင်းပြပါသည်။ စာစုငယ်သည် ပြည့်စုံနေသော်လည်း ဘဘကရှင်းပြလိုက်သည့် ဥပမာဥပမေယျတို့နှင့် ပေါင်းစပ်လိုက် သောအခါ အလွန်ကောင်းသော တရားတော်တို့ကို ကျွန်တော်နာ ဖြစ်ခဲ့ ရပါတော့သည်။

မူလကတစ်ထိုင်တည်းနှင့် ဖတ်ပြနိုင်မည်ဟု ထင်မှတ်ခဲ့ သော်လည်း စာတစ်ပိုဒ်ဖတ်လိုက် ဘဘကစဉ်းစားလိုက် ပြီးတော့ အသေးစိတ်ပြန် ရှင်းပြလိုက်နှင့် ည(၁၀:၀၀)နာရီကျော် သွားသည်အထိ စာအုပ်ကတစ်ဝက်မကျိုးသေး။ ဘဘကတော့ ဇွဲကောင်းကောင်းဖြင့် ပြောနေဆဲ၊ ကျွန်တော်ကလည်းဇွဲ ကောင်းကောင်းဖြင့်နာနေဆဲ။

ည (၁၀:၀၀)နာရီကျော်တော့ ဘဘ၏ကျန်းမာရေးကို ငဲ့ကာ နောက်တစ်နေ့မှ ဆက်ဖတ်တော့မည်ဟု တောင်းပန်၍

ပြန်ခဲ့ရပါသည်။ နောက်တစ်နေ့တွင်တော့အချိန်ရစိမ့်သောငှာ
နေ့လယ်ပိုင်းကထည်းက ကြိုတင်သွားရောက်ခဲ့ပါသည်။
ဘဘကပင် ကျွန်တော့ကို ထမင်းပြန်ကျွေးပြီး စာစုငယ်ကို
လက်စသတ်ဖတ်ခိုင်းပါသည်။ ဘဘကိုယ်တိုင်လည်း ဤစာစုငယ်ကို
အလွန်စိတ်ဝင်စားနေခဲ့ပါသည်။ ထိုနေ့ကလည်း ဘဘနှင့်
ကျွန်တော် ဖတ်ပြလိုက် စဉ်းစားလိုက် အကျယ်ရှင်းလိုက်နှင့်
နောက်ထပ်(၄)နာရီခန့် အချိန်ပေးခဲ့ရပါသည်။

ပေးခဲ့ရသောအချိန်နှင့်အမျှ ကျွန်တော့်တွင်လည်း
အသိတရား များစွာရခဲ့ပါသည်။ ဘဘရှင်းပြပြောပြသည်တို့ကို
ကျွန်တော့်တွင် အသံဖမ်းစက်ပါမသွား၍ အသံသွင်းမထားနိုင်ခဲ့
သည်ကို ကျွန်တော်များစွာနောင်တရခဲ့ပါသည်။ ဘဘထံမှ
နာခဲ့ရသည့်တရားများကို တစ်ဆင့်ပြန်လည်ဖောက်သည်ချခြင်းငှာ
ကျွန်တော်မစွမ်းပါ။ ဘဘလို ကျွန်တော်ရှင်းပြနိုင်စွမ်းမရှိပါ။
တစ်ဖက်သားနားလည်လွယ်အောင် ဥပမာဥပမေယျတို့ဖြင့်
ပြည့်ပြည့်စုံစုံပြောပြတတ်သည့် စကားအရာတွင် ဘဘကိုမိသမရှိ
ဟုပင် ကျွန်တော်ဆိုချင်သည်။ ကျွန်တော်၏မသိတသိကလေး
များကို ဘဘကတိတိကျကျဖြင့်သိရှိသွားအောင်ရှင်းပြသွားပါသည်။
ကျွန်တော်မသိ၍မေးလိုက်သောမေးခွန်းတိုင်းကိုလည်း တမဟုတ်
ခြင်း ရှင်းလင်းအောင်ဖြေဆိုနိုင်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓစာပေ၊ ပါဠိစာပေ၊ ပိဋကတ်ကျမ်းဂန်လာတို့နှင့်
ပတ်သက်၍ အမည်နာမအခေါ်အဝေါ် ပါဠိအသုံးအနှုန်း
အသံနေအသံထား ကျမ်းဂန်လာအချက်အလက်တို့ကို အသေးစိတ်
မှတ်မိနိုင်သည့် မှတ်မိသည့်ပြင် ပြန်လည်၍တမဟုတ်ခြင်း

ရှင်းပြနိုင်သည့် မှတ်ဉာဏ်စွမ်းအားကို ကျွန်တော်မည်သည့် စကားဖြင့် ဖော်ပြရမည်ကို မသိပါတော့ချေ။

အားလုံးကိုဖတ်ပြီးတော့ ဘာကဦးစွာပြောသည်မှာ ဤစာစု၏စာရေးသူမှာ သုတမယဉာဏ်၊ စိန္တာမယဉာဏ်၊ ဘာဝနာမယဉာဏ်တို့နှင့် သုံးသပ်ပြီးမှ ရေးထားသည်ဖြစ်ကြောင်းကို ဖတ်ရှုသူတိုင်းသိနိုင်မည့်အပြင် စာရေးသူမှာ ပရိယတ္တိနှင့်ပဋိပတ္တိ စွယ်စုံပြည့်ဝနေသူဖြစ်ရမည်ဟု ဦးစွာပြောဆိုပါသည်။ စာရေးသူ၏ စကားဦးသည်ပင်လျှင် ပြီးပြည့်စုံနေသည်ဖြစ်ရာ ဘာအနေဖြင့် ထို့ထက် ကောင်းအောင်ရေးနိုင်ဖို့ မရှိတော့ပါဟု ဆိုရှာသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်၏တောင်းပန်မှုအရ ရေးပေးပါမည် အချိန်ပေးပါဟုဆို၍ အားရဝမ်းသာစွာနှင့် ဆယ်ရက်ခန့် အချိန်ရပါသည်ဟု ပြော၍ပြန်ခဲ့ပါသည်။

လမ်းတွင် ဘာထဲတွင်ဖတ်ပြခဲ့ရသည့် စာစုငယ်နှင့် ဘာ၏ရှင်းပြချက်များကို တစ်စိမ့်စိမ့်စဉ်းစားမိပြီး ဤစာစုငယ်ကို ရိုက်နှိပ်ဖြန့်ချိရန် စီစဉ်ပေးသူဖြစ်ရသည့်အတွက် များစွာပင် ဂုဏ်ယူ ဝမ်းမြောက်ပီတိ ရွန်းဝေဖြစ်ခဲ့ရပေသည်။

ဆယ်ရက်ကြာပြီးနောက် ဘာထဲအမှာစာယူရန် ကျွန်တော်ရောက်သွားပါသည်။ ဘာကအမှာစာရေးရန်အတွက် အခက်အခဲရှိကြောင်း ကိုယ်တိုင်မရေးနိုင်သဖြင့် ဘေးမှလူတစ်ဦးကို ခေါ်၍ ရေးခိုင်းရမည်ဖြစ်ရာ ထိုသူအနေနှင့် လည်း အရည်အချင်းပြည့်ဝမှ လိုက်ရေးနိုင်မည်ဖြစ်၍ လိုက်ရေးပေးနိုင်သူ ရှာမရသဖြင့် ယခုထက်တိုင် မရေးရသေးကြောင်း ပြောပါသည်။ ဒီလိုဆိုရင် ဘာပြောပါ ကျွန်တော်လိုက်ရေးပေးပါမည်ဟုပြောရာ

ဘဘကဒီလောက်လည်း မလွယ်ကြောင်း စာစုငယ်ကသိပ်ကောင်း
နေတော့ အမှာစာကို လွယ်လွယ်နှင့် ရေးမပေးနိုင်ကြောင်း
သူနှင့်ထိုက်တန်အောင် ရေးရမည်ဖြစ်ရာ အချိန်ယူ၍ရေးမှသာ
ကောင်းမည်ဖြစ်ကြောင်းပြောရှာပါသည်။

ပြီးတော့ “ရဋ္ဌပါလ”ဟူသော စာရေးသူ၏အမည်သည်
အလွန်စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းကြောင်း၊ “ရဋ္ဌပါလ”ဆိုသည်မှာ
ဂေါတမမြတ်စွာဘုရားရှင်လက်ထက်က အဂ္ဂသဒ္ဓါပဗ္ဗဇိတဘွဲ့ဖြင့်
ဧတဒဂ်ဘွဲ့ချီးမြှင့်ခံရသူဖြစ်ကြောင်း၊ မိဘကို အစာငတ်ခံ ဆန္ဒပြု၍
ရဟန်းပြုရန် ခွင့်တောင်းသောပုဂ္ဂိုလ်ထူးဖြစ်ကြောင်း၊ “ရဋ္ဌပါလ”
ဟူသည် တိုင်းပြည်ကို သာသနာ(ဗုဒ္ဓအဆုံးအမများ)ဖြင့်
စောင့်ရှောက်ခြင်းဟုအဓိပ္ပာယ်ရကြောင်း၊ ယင်းရဟန်းတော်
အကြောင်းကို “သားရဟန်းကို မယားနှင့် ဖမ်းခြင်း”
ဟူသောအမည်ဖြင့် ဝတ္ထုတစ်ပုဒ်ကို မဂ္ဂဇင်းတစ်စောင်တွင်
ရေးသားဖော်ပြခဲ့ဖူးကြောင်း၊ ယင်းဇာတ်လမ်းကိုပင် ရုပ်မြင်သံကြား
ဇာတ်လမ်း အဖြစ်ရိုက်ကူးရန် စီစဉ်ပြီး လှည်းသား ငါးရာနှင့် တကယ့်
ဘုရားရှင်လက်ထက်က မြို့ရွာပုံစံများ တည်ဆောက်၍
ရိုက်ကူးနိုင်ရန် ရွှေကျင်မဒေါက်ဒေသများကို သွားရောက်
ကြည့်ရှုစီစဉ်ပြီးဖြစ်ကြောင်း၊ လှည်းသားငါးရာအတွက်
တကယ့် ရွေးခေတ်ပေါင်းမိုးကြီးများဖြင့် လှည်းတစ်ရာခန့်
ဖန်တီးရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ လှည်းသွားရာလမ်းကို လှမ်းမျှော်သည့်
ရဋ္ဌပါလ၏သရုပ်ဆောင်ရမည့်အမူအယာ၊ ရဟန်းပြုခွင့်မပေး
နိုင်သဖြင့် အစာငတ်ခံဆန္ဒပြုရမည့် အသွင်သဏ္ဌန်၊ ဖခင်ဖြစ်သူက
လည်း ခွင့်မပြု၊ သေချင်သေပစေဟု မာန်မာနကြီးသည့်

သရုပ်သကန်၊ မိခင်ကြီးကလည်း သားနှင့်အဖေကြားဗျာများသူ မယားကလည်း လင်တော်မောင်ကိလေသာတွင် နစ်မျောစေရန် ဆွဲဆောင်ရမည့် မူယာမာယာများ စသည်စသည်တို့ကို သူစဉ်းစား စီစဉ်ထားသည့်အတိုင်း တစ်ကွက်ခြင်းအလိုက်ရှင်းပြနေပါသည်။ ဘဘနှင့် ကျွန်တော်သည် တစ်ထိုင်တည်းနှင့် ရုပ်ရှင်တစ်ကား အပြီးရိုက်လိုက်ပါသေးသည်။ ဘဘသည်စိတ်ဆန္ဒအရ ထိုဇာတ်လမ်းကို ရိုက်ကူးရန် အလွန်စိတ်ထက်သန်ဆဲဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်လူကတော့ မလိုက်နိုင်တော့ပါချေ။

အမှာစာကို သူရေးလိုသည်။ စာစုငယ်က အလွန် ကောင်းနေသဖြင့် သူအမှာကိုလည်းထိုက်ထိုက်တန်တန်ဖြစ်စေ ချင်သည်။ အချက်အလက်ပြည့်ပြည့်စုံစုံဖြင့် ဖော်ပြရေးသား ချင်သော်လည်း လိုအပ်သည့် စာရွက်စာတမ်း ကျမ်းကိုးကျမ်းကား စသည်တို့ကို ရှာဖွေပေးနိုင်သူလည်းမရှိ၊ သူကိုယ်တိုင်လည်း ရှာဖွေနိုင်ခြင်းမရှိတော့ပေရာ ဘဘသည်အားမလိုအားမရ ဖြစ်နေရှာသည်။ နောက်ဆုံးတွင် (၂)နာရီခန့်စကားပြောပြီးနောက် အထက်ပါ အကြောင်းများကြောင့် အမှာစာကို မယူပါရန် ဘဘကပြန် တောင်းပန်ရှာသည်။

ကျွန်တော်ဘာလုပ်ရမည်နည်း။ ဘဘ၏အမှာကို ကျွန်တော်အလွန်ရလိုပါသည်။ ကျွန်တော်ကိုရှင်းပြ ပြောပြသည် များကို အားလုံးမဟုတ်သည့်တိုင် အနည်းငယ်ကိုတော့ ပြန်လည် တင်ပြချင်ပါသည်။ ဘဘကတောင်းပန်နေတော့လည်း ကျွန်တော့် မှာ မပြောသာ။

နောက်ဆုံးကျွန်တော့်အနေဖြင့် ဘဘအမှာစာကို မရသော်

ငြားလည်း ဘဘနှင့်တွေ့ဆုံနာကြားခဲ့ရသည်များကို တင်ပြလိုသဖြင့် စီစဉ်သူ၏အမှာကို ကျွန်တော်ရေးဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ စီစဉ်သူ၏အမှာဟု ဆိုသော်လည်း ဘဘပြောခဲ့သည်များကို ပြောကြားသည့်အတိုင်း ပြန်လည်ရေးသားခဲ့ခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်ရေးသားပြီး ဘဘထံသို့ ကျွန်တော်ဤသို့ရေးသားထားပါကြောင်းသွားရောက် တင်ပြခဲ့ပါသည်။

ဘဘက ကျွန်တော်၏အမှာကို နားထောင်ပြီးနောက် “ခင်ဗျားအမှာက ရိုးရိုးရှင်းရှင်းလေးပဲ ကောင်းပါတယ်၊ ဒီလိုရေးလိုက်တော့ ခင်ဗျားကကျွန်တော့ကို ကူညီသလိုဖြစ်သွား တယ်။ ဒီလိုလုပ်ဗျာ ဒီအမှာစာကို ကျွန်တော်ခွင့်ပြုပါတယ်။ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်မရေးနိုင်ပေမယ့် ကျွန်တော့စကားတွေကို ရေးပေးထားတာဆိုတော့ ကျွန်တော်ရဲ့ (အမှာစာမဟုတ်သော) အမှာစကားလို့သာ ခေါင်းစဉ်တပ်လိုက်ပါဗျာ၊ ဒါဆိုရင်ခင်ဗျား ကျေနပ်မယ်ထင်ပါတယ်” ဟုပြောပါသည်။

(ဘဘသည် ကျွန်တော်တို့လို အရွယ်မျှကိုပင် မင်း၊ ငါစသည့်ဖြင့်မပြော ခင်ဗျား၊ ကျွန်တော်ဖြင့်ပင်ပြောပါသည်။ စကားအသုံးအနှုန်းအလွန်သိမ်မွေ့ယဉ်ကျေးပါသည်။ ပညာဂုဏ်၊ ရာထူးဂုဏ်၊ သမားဂုဏ်တို့ပြ၍ တစ်ခါမျှစကားမဆိုဖူးပါချေ။)

ဤသို့ဖြင့် ဤအမှာကို

“ဘဘဦးသူခ၏ (အမှာစာမဟုတ်သော)အမှာစကား” ဟုသာ ခေါင်းစဉ်တပ်ရပေတော့မည်။

ဘဘနိဝုံးချုပ်ပြောလိုက်သောစကားကို ကျွန်တော်ဖော်ပြ
ပါရစေ။

“ဦးရဲမြင့်ရေ - ဒီစာစုကို ရေးသားပြုစုတဲ့ စာရေးဆရာရဲ့
ဆန္ဒကို ကျွန်တော်အကဲခတ်မိတာကဖြင့်-

“မကောင်းမှုမှန်သမျှရှောင်၊

ကောင်းမှုမှန်သမျှဆောင်၊

စင်ကြယ်အောင်စိတ်ကိုထား၊

အဲဒါ ဘုရားမြတ်စွာတိုင်း

ဟောတော်မူသောတရား(ဝါ)အဆုံးအမ” - ဆိုတဲ့
ဒေသနာတော်ကို လိုရင်းတို့ ရှင်းရေးသား၍ ထေရဝါဒ
သာသနာတော်အတွက် အထောက်အပံ့တစ်ခုအနေဖြင့် သာသနာ
ပြုလိုက်ခြင်းပါပဲဗျာ” - - - - - ဟူသတည်း။

သုခိအတ္ထာနံပရိဟရန္တု

ရဲမြင့်

ဓမ္မိသောဓာဓဗ

ဆရာတော်ရဝေထွန်း၏အမှာ

“ရတနာကရ”ဟူသောအမည်သည် အံ့ဖွယ်ရှစ်ဖြာ သမုဒ္ဒရာကြီး၏ တစ်ခုသော အံ့ဖွယ်ဖြစ်သည်။ ရတနာအမျိုးမျိုး တို့၏တည်ရာဟုဆိုလိုပါသည်။ ကမ္ဘာမြေပေါ်မြေအောက်ရှိ ရတနာ အားလုံးမှာ မဟာသမုဒ္ဒရာကြီး၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသ၌ တည်ရှိ သည့် ရတနာမျှသာရှိသည်။ ရှိသည်ဆိုသော်လည်း ကမ္ဘာမြေပေါ် မြေအောက်ရှိရတနာများမှာ အရိုင်းဘဝတွင်ရှိ၍ မဟာသမုဒ္ဒရာ တစ်စိတ်တစ်ဒေသရှိ ရတနာများမှာ အယဉ်များ (လူသုံးလူဆောင် ပစ္စည်းများ) ဖြစ်ကြရသည်ဆို၏။ ဤဥပမာအတိုင်းပင် အံ့ဖွယ်ရှစ် ဖြာ သာသနာတော်ကြီးရှိ သုတအဖြာဖြာမှတ်သားဖွယ်ရာတို့ကား လူလောကတစ်ခုလုံးရှိ သုတရတနာတို့က လောကရေးအတွက်သာ အကျိုးပြု၍ သာသနာတော်ဆိုင်ရာ သုတရတနာတို့ကမူ သံသရာ လွက်လမ်း နိဗ္ဗာန်နန်းသို့ စခန်းညွှန်လမ်းညွှန် သုတရတနာမွန် များပင် ဖြစ်ကြပါသည်။

ဤသဘောတရားကို ရဋ္ဌပါလ၏ “သိအပ်ရှိအပ်-တရား မြတ်”စာအုပ်ကို ဖတ်ရင်း မြင်လာမိသည်။ မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်၌ တရားအနှစ် အမွေစစ်များစွာရှိရာတွင် သိအပ် သောတရား၊ကျင့်အပ်သောတရားဟူ၍ ခွဲခြားထားရှိရာတွင် သိရုံပင်သိအပ်သောတရားများလည်း များစွာပင်ရှိပါသည်။ အံ့ဖွယ်ရှစ်ဖြာ သာသနာတော်ကြီးနှင့် အပြည့်ရှိနေသည့် တရား အနှစ်များထဲတွင် သိရုံနှင့်ပင် အပါယ်ဘေးကြီး တားဆီးနိုင်သော တရားတော်များလည်း များစွာရှိနေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

လောကတွင် ပုထုဇဉ် ပုဂ္ဂိုလ်နှစ်မျိုးရှိရာ ဗုဒ္ဓဘာသာသမ္မာ

နွယ်ဝင် သူတော်စင်ဖြစ်သော ကလျာဏပုထုဇဉ် အင်္ဂါမြောက်တရားများဖြစ်သည့် ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဓာတ်၊ သစ္စာ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတော်များမှာ သိရုံနှင့်ပင် အပါယ်ဘေးကြီး တားဆီးပေးနိုင်သော တရားများပင်ဖြစ်သည်။ ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဉ်ဟူသော ခန္ဓာငါးပါးတရားများ၊ စက္ခု စသော အာယတန၊ ဓာတ်တရားများ၊ ဒုက္ခ၊ သမုဒယ စသော သစ္စာတရားများ၊ အဝိဇ္ဇာ စသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရားတော်များကား ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်မှန်သမျှ သိရမည့်တရားများဖြစ်ကြ၏။ သိရုံနှင့်ပင် အပါယ်ဘေးကြီးတားဆီးနိုင်သော တရားတော်များဖြစ်၏။ အပါယ်လမ်းဝတွင် မှန်းဆရော်ရမ်းလျက် လမ်းစပျောက်နေသော အန္ဓပုထုဇဉ်အဖြစ်မှ လွတ်ရန် ယင်းတရားများကို သိရမည်၊ မှတ်ရမည်၊ အလေ့အလာပြုရမည်ဖြစ်၏။ ကျင့်ရမည့်တရားများမဟုတ်သေး။

ထိုနည်းတူစွာ-

ဤ “သိအပ်ရှိအပ်တရားမြတ်” ၌ “ရဋ္ဌပါလ” ၏ ညွှန်ကြားရာတရားတို့သည်လည်း ဗုဒ္ဓဘာသာသမ္မာနွယ်ဝင် သူတော်စင်တို့ သိအပ်ရှိအပ်သော တရားမြတ်များပင်ဖြစ်သည်။ သိအပ်ရှိအပ်ဟူသည် သိရှိအပ်ဟူသော ဝေါဟာရအရ သိထားအပ်ပါသည် ဟူ၍လည်းဆိုနိုင်သည်။ သိရုံသာမက ကိုယ်ထဲစိတ်ထဲ၌ အမြဲရှိထားဆောင်ထားအပ်ပါသည် ဟူ၍လည်းဆိုနိုင်သည်။ ထိုထက်ပို၍ ကျင့်သုံးဆောက်တည်၍လည်း ထားသင့်ပါသည်ဟူ၍ ဆို၍လည်း ရပါသည်။ စာဆိုသူရဋ္ဌပါလ က “တရားသိလည်းသိ၊ ရှိလည်းရှိသူများစွာရှိ၏။ တရားသိသော်ငြား တရားမရှိသူလည်း များစွာရှိပါ၏။ တရားမသိ၊ တရားမရှိသူကား ပိုမို များပြားလှ ချေ၏။” ဟူ၍ ဆိုကာကျမ်းကို ဖွင့်၏။ ဤအဖွင့်အရပင် အနန္တော

အနန္တများပြားလှစွာ သော တရားမသိတရားမရှိသူတို့အား ဦးစွာတရားသိတရားရှိရန် အရေးကြီးလှကြောင်းကိုသိစေ၏။

ဤ ကျမ်းစာကို အသိတရားကို ညွှန်ကြား၍ စကားဦးပြု ၏။ ယင်းအသိတရားကား သစ္စာတည်း၊ သိအပ်သည်ကား ဒုက္ခ သစ္စာ၊ သမုဒယသစ္စာ နိရောဓသစ္စာ၊ မဂ္ဂသစ္စာတည်းဟူသော သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားပါတည်းဟု လက်ညှိုးထိုးပြ၏။ စာဖတ်သူ အား ကလျာဏပုထုဇဉ်လမ်းသို့ ဦးစွာပို့ဆောင်ပေး၏။ ပင်လယ် သမုဒ်တွင် ဆင်သေပုပ်ကို တွယ်တာနေသော ကျီးမိုက်ပမာ မဖြစ်စေ ရန် ဦးစွာသတိပေး၏။ ကလျာဏ ပုထုဇဉ်အဖြစ်သို့ မရောက် ရောက်အောင် လမ်းညွှန်၏။ ဗုဒ္ဓသာသနာတွင် အရေးအကြီးဆုံး ဖြစ်သော ယောနိ သောမနသိကာရ မယူချင့်ယူချင်အောင် ပေးနေ ၏။ ဒေဝဓမ္မတရား ဟုဆိုအပ်သော ဟိရိသြတ္တပ္ပတရားနှစ်ပါးနှင့် တန်ဆာဆင်ပေးနေ၏။ ထို့နောက် သစ္စာမေတ္တာတရားတို့ကို ပြောပြနေပေသည်။ ထို့နောက် သီလတရားများ၊ ဘာဝနာတရားများ၊ ဉာဏ်စဉ် တရားများ ။

ဤသို့ဖြင့် “သိအပ်ရှိအပ် တရားမြတ်”သည် ဗုဒ္ဓဘာသာ လူသားအားလုံးအတွက် အထူးအဆန်း မဟုတ်သော်လည်း မေ့မနေရန် အမြဲသတိရနေရန်နှင့် အစဉ်နှလုံးသွင်းနေရန် သိအပ် ရှိအပ်သော တရားမြတ်တစ်ပုဒ် ကျမ်းစာတစ်ဆူပင် ဖြစ်ပါတော့ သည်။

ထို့ကြောင့် ဤကျမ်းဆရာ၏ အာဘော်အတိုင်း-

“တရားမတက်၊ အစားမက်၊ မှားချက်မနာအောင်”

“သိအပ်ရှိအပ်၊ တရားမြတ်၊ ပွားတတ်စရာဆောင်”ဟု မှားကြားလိုပါသတည်း

ရဝေထွန်း

အောင်သင်း၏အမှား

‘ရဋ္ဌပါလ’၏ ‘သိအပ် ရှိအပ် တရားမြတ်’ကို ကျွန်တော် ဖတ်ပါသည်။ သေချာဖတ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သိရသလောက် ရဋ္ဌပါလ သည် စုန်ဆန် တက်သက် ဝဲဂယက်တို့တွင် မွန်းလျက်တစ်ခါနေသာတစ်လှည့် လည်နေခဲ့သူဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် သူ၏ စာအုပ်ကိုဖတ်လိုက်ရာ တွင် ‘အိုးကြီးထဲကရေကို အိုးကလေးတွေထဲ ပြောင်းထည့်တာမျိုး’ လောက်တော့ မဟုတ်တန်ရာဟု မှန်းဆထားခဲ့သည်။ ကျွန်တော့် ခန့်မှန်းချက် မှန်ပါပေသည်။ သူ့ကိုယ်ပိုင်ခံစားချက်များ၊ ကိုယ်ပိုင် သုံးသပ်စစ်ဆေးချက်များကို ဟိုတစ်ကွက် ဒီတစ်ချက် လှစ်ခနဲ လှစ် ခနဲ တွေ့ရတတ်သည်။

စာပိုဒ် ၃၇ တွင်-

‘လမ်းဘေးရပ်ထားသည့် မာစီဒီးကား အသစ်လှလှတစ်စီး ကို ပိုင်ဆိုင်ထားသူသည် ဘယ်သူ့ဆယ်ပြားစေ့နှင့် ခြစ်သွားမလဲ၊ ဘာတွေဖြုတ်သွားမလဲ၊ ဘာတွေခိုးသွားမလဲ စိုးရိမ်နေရပြီး လမ်းဘေးရပ်ထားရင်းပင် စိုးရိမ်သောကရောက်နေတတ်၏’ တဲ့။ လက်တွေ့ဆန်လှသော အတွေးများပါပေ။ မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည် သုံးသပ်ထားသော အတွေးများပါပေ။

စာပိုဒ် ၇၆-၇၇ တို့တွင် တွေ့ရသော စာရိတ္တ၊ ဝါရိတ္တ သဘောကိုလည်း စာဖတ်သူသတိထားလိုက်စေချင်ပါသည်။

ကျွန်တော်စကားရှည်ရှည်မပြောလိုပါ။ ဤစာအုပ်ကို ကြိုက်သည့်နေရာ ကောက်လှန်၊ ကြုံသည့်စာပိုဒ်ကို ကောက်ဖက်

လိုက်ပါ။ စကားပြေဖြင့်ရေးထားသော ကဗျာလေးတွေကို တွေ့နေရ
ပါလိမ့်မည်။ ကဗျာဆိုသည်မှာ စာဆိုပေးသည်ကနည်းနည်း၊
ဖတ်သူအားထုတ်ရသည်က များများ မဟုတ်ပါလား။ တစ်နည်းအား
ဖြင့် ဤစာအုပ်သည် ဖတ်သူကို အလုပ်ပေးသောစာအုပ်ဟု ဆိုချင်
ပါသည်။ နောက်တစ်နည်းပြောရလျှင် (Passive reading)မဟုတ်
(Active reading)ဟု ပြောချင်ပါသည်။

အောင်သင်း

၁၇. ၃. ၂၀၀၂

ဂီတလူလင် မောင်ကိုကို၏အမှာ

အနှစ်သာရ၊ ရှာမရ၊ ကာလရှည်ကြာဘိ၊
မသိမကျင့်၊ နည်းမသင့်၊ ခရီးဖင့်ခဲ့၏။
တစ်ရက်ကြိုသိ၊ မြတ်ပါဘိ၊ ကျိုးစားနိုင်ချေရှိ။
ရဋ္ဌပါလ၊ သင့်ကျေးဇူး၊ အထူးကြီးပါ၏။

ဂီတလူလင် မောင်ကိုကို

ဗိုလ်ကလေးတင့်အောင်၏အမှာ

မိမိကိုယ်ကိုမိမိ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင်ဖြစ်သည်ဟု ခံယူထားပါလျက် ဗုဒ္ဓဘာသာ၏ တရားအနှစ်ကို သေသေချာချာ တိတိကျကျ မသိပါဘဲ၊ မိရိုးဖလာယုံကြည်ကိုးကွယ်လာကြသည် ဖြစ်ခြင်းကြောင့်သာ ရောရောယောင်ယောင် ပါဝင်နေကြရသူများ အား ဤရဋ္ဌပါလ၏ ‘သိအပ်၊ ရှိအပ်၊ တရားမြတ်’ စာအုပ်က သိသင့် သိထိုက်သော တရားအနှစ်တို့ကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ တင်ပြပြော ဆို သင်ကြားလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါပေသည်ဟု ခံယူသဘောပေါက်ရပါ၏။

ဗိုလ်ကလေးတင့်အောင်

ရန္တပါလ

သိအပ် ရှိအပ် တရားမြတ်

စကားဦး

- ၁။ တရားသိလည်းသိ ၊ ရှိလည်းရှိသူ များစွာရှိ၏။
တရားသိသော်ငြား ၊ တရားမရှိသူလည်းများစွာရှိပါ၏။
တရားမသိ ၊ တရားမရှိသူကား ပိုမိုများပြားလှချေ၏။
- ၂။ မိမိသည် မည်သည့်အမျိုးအစားတွင် ပါနေသနည်း။
ဆန်းစစ်ကြည့်သင့်ပါ၏။
တရားသိလည်းသိ . . . ရှိလည်းရှိသူလော . . .
တရားသိသာသိပြီး မရှိသူလော . . . ။
သိလည်းမသိ . . . ရှိလည်းမရှိသူလော။
- ၃။ မသိသေးလျှင် သိအောင်လုပ်ရပါမည်။
မရှိသေးလျှင် ရှိအောင်လုပ်ရပါမည်။
သို့မှသာ . . .
ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တစ်ဦး၏ အသီးအပွင့်ကို ခံစားရမည်။
- ၄။ သိရန်လည်းအားမထုတ် ၊ ရှိရန်လည်း အားမထုတ် ၊
ထိုသူကား အချိန်ကိုဖြုန်းတီးနေသူသာဖြစ်တော့၏။

- ၅။ သိရန်အားထုတ်သော်ငြား၊ ရှိရန်အားမထုတ်သူကား
ထီးရှိလျက်နေပူတွင်ထီးမဆောင်း၊ အရိပ်မခိုသူနှင့်တူ၏။
- ၆။ အချို့ကား မသိသေးသည်ကို သိသည်ဟုထင်၏။
မရှိသေးသည်ကို ရှိသည်ဟုထင်၏။
ထိုသူတို့ကားတောင်ဘက်သို့သွားနေငြား မြောက်ဘက်သို့
သွားနေသည်ဟု ထင်မြင်သူနှင့် တူ၏။
အရှေ့သို့သွားနေငြား အနောက်သို့သွား နေသူဟုထင်
မြင်သူ နှင့်တူ၏။
မျက်လှည့်ဆရာ၏ လှည့်ဖြားမျှပညာကို အဟုတ်အမှန်
ထင်နေသူ နှင့်တူ၏။
- ၇။ လောကကြီးတွင် သိချင်စရာ အပုံအပင်ရှိ၏။
ရှိချင်စရာ အပုံအပင်ရှိ၏။
အပုံအပင်ကိုသိရန်အားထုတ်နေမှုကားဆုံးခမ်းတိုင်ရန်
မလွယ်။
အပုံအပင်ကိုရှိရန် ကြိုးပမ်းနေမှုလည်း ဆုံးဖွယ်ရာမရှိ။
- ၈။ သိချင်စရာအားလုံးနောက်လိုက်သည်ထက် သိအပ်သည်
ကိုဆည်းပူးသင့်၏။
ရှိချင်စရာအားလုံးနောက်လိုက်သည်ထက် ရှိအပ်သည်ကို
ဖြည့်ဆည်းသင့်၏။
သို့ဖြစ်၍ သိအပ်သည်အရာ ၊ ရှိအပ်သည်အရာကို
ခွဲခြားမြင်ရန်လို၏။

- ၉။ သိအပ်သည်အား ဒုက္ခသစ္စာ ၊ သမုဒယသစ္စာ ၊
 နိရောဓသစ္စာ ၊ မဂ္ဂသစ္စာ တည်းဟူသော သစ္စာလေးပါး
 မြတ်တရားပါတည်း။
 ရှိအပ်သည်ကား သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ တည်းဟူသော
 သိက္ခာ သုံးပါး မြတ်တရားပါတည်း။
- ၁၀။ သစ္စာလေးပါးမသိ၍ သံသရာဝဋ်ဒုက္ခမှ မလွတ်ခဲ့။
 သိက္ခာသုံးပါး မရှိ၍ သံသရာဝဋ်ဒုက္ခမှ မလွတ်ခဲ့။
- ၁၁။ သိအပ်သည်ကိုသိအောင်မလုပ် ၊ ရှိအပ်သည်ကို ရှိအောင်
 မလုပ်သူကား ဂင်္ဂါမြစ်အတွင်း မျောလာသော ဆင်သေ
 ကောင်ထက် အပုပ်မက်လျက် စားကာသောက်ကာဖြင့်
 ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာရောက်မှ ကမ်းမမြင်နိုင်၊ လှိုင်းဝဲပုတ်ခတ်
 ငါးစာ ဖြစ်ရသော ကျီးမိုက်ကဲ့သို့ သံသရာဝဲ၌ စုန်းစုန်းကြီး
 မြုပ်ရပေလိမ့်မည်။

ခရီးအစ

- ၁၂။ ဤဘဝ၌ မွေးဖွားလာခြင်းသည် ဘဝတစ်ခု၏အစဟု
 ဆိုကြ၏။ ဤအစသည်အသစ်စက်စက်အစကားမဟုတ်။
 ကုန်ဆုံးခဲ့သော ဘဝခရီးမှအကြွေးဟောင်းတွေ သယ်ယူ
 လာသည် ကိုမြင်ရန်လို၏။
 ဘဝဟောင်း၏အကြွေးကို ယခုဘဝတွင်ဆပ်ရ၏။

နောင်ဘဝလည်း ဆပ်ရဦးမည်။

ရှင်တော်ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ ၊ အရှင်မဟာမောဂ္ဂလန်တို့ပင် ဘဝ
ဟောင်း၏ အကြွေးဟောင်းများကြောင့် လောကဓံတရား
ကို နောက်ဆုံးဘဝတွင်ခံကြရသေး၏။

- ၁၃။ ပဋိသန္ဓေနေရခြင်းကား အမိဝမ်းတွင် (၉)လ ၊ (၁၀)လ
တိုင်အောင် နေရခြင်းဖြစ်ရာ အလွန်ပင်ပန်း၏။
မိမိလည်းမသက်သာ ၊ မိခင်လည်းမသက်သာ။
မိခင်ဖြစ်သူက ပညာရှိလျှင်တော်သေး၏။ ကိုယ်ဝန်ကို
ဂရုတစိုက် မွေးမြူလိမ့်မည်။
ပညာမရှိသောမိခင်က လုပ်ချင်ရာလုပ် ၊ စားချင်ရာစားပါမူ
ဝမ်းတွင်း ဒုက္ခသည် မသေးလှပါချေ။

- ၁၄။ အမိဝမ်းမှကျွတ်ပြီး လူ့လောကရောက်သည်နှင့် အစာကို
တမ်းတခြင်းနှင့် လူ့ဘဝကိုစ၏။
တမ်းတခြင်း ၊ မွတ်သိပ်ခြင်း ၊ မရလျှင် ပူဆွေးငိုကြွေး
ခြင်းနှင့်စ၏။ ငိုခြင်း၊ ရယ်ခြင်းဖြင့် လိုချင်မှုဆန္ဒကို
ရအောင်ယူ၏။

- ၁၅။ ခရီးအစသည် စိန်ခေါ်မှုများနှင့်ပြည့်နှက်နေ၏။
လိုချင်မှုဆန္ဒ၊ ရလိုမှုအာသာ တမ်းတမှုတဏှာတို့ကြီးစိုး၏။
အောင်မြင်ခြင်းနှင့် ဆုံးရှုံးခြင်း ဟူသောလမ်းနှစ်သွယ်၏
လမ်းခွဲဖြစ်၏။

လောကဓံ

- ၁၆။ လောကဓံတရားကို မည်သူမှပြေးမလွတ် ၊ မတွေ့ချင်ဟူ၍
လည်း ရှောင်ပုန်း၍မရ။
ဘုရား ၊ ရဟန္တာမြတ်တို့သော်မှ ရင်ဆိုင်ရ၏။
သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကား မည်သို့ဆိုဖွယ်ရာရှိအံ့နည်း။
- ၁၇။ အကောင်းလောကဓံနှင့်ရင်ဆိုင်ရလျှင် တမြောက်မြောက်
တကြွကြွ ဖြစ်တတ်၏။
အဆိုးလောကဓံနှင့် ရင်ဆိုင်ရလျှင် ပူဆွေး မှိုင့်တွေ၍
အားကိုးရာကင်းမဲ့၏။
- ၁၈။ အဆိုးလောကဓံနှင့်ရင်ဆိုင်သည့်အခါ တရားကိုဖက်ရ
မှန်းသိ၏။
အကောင်းလောကဓံနှင့် ရင်ဆိုင်သည့်အခါ တရားကို
မေ့၏။
- ၁၉။ မေ့လျော့ခြင်းကြောင့် ပျော်ရွှင်မြူးတူးခြင်းဖြစ်၏။
မေ့လျော့ခြင်းကြောင့် “ ငါ ” “ ငါ့ဥစ္စာ ” ဟူသော
မာနတရားကြီးစိုး၏။ ထောင်လွှားမှုပြု၏။
ထောင်လွှားမှုဖြင့် အခြားသူအပေါ် အထင်သေးခြင်း
ဖြစ်၏။

အဆိုးလောကခံ၏ အလှည့်ရောက်သည်နှင့် မာန်မာန
၏ဖိစီးမှုကြောင့် သောက ၊ ပရိဒေဝ ၊ ဥပယာသာတို့
ဖြစ်ရ၏။

၂၀။ လောကခံတရားနှင့် ကြုံတွေ့ရသည်အခါ အကောင်း
ဖြစ်ဖြစ်၊ အဆိုးဖြစ်ဖြစ် စိတ်မတုန်လှုပ်အောင် “ယောနိ
သော မနသိကာရ” သင့်တင့်စွာ နှလုံးသွင်းခြင်းဖြင့်
ဆင်ခြင်ထိန်းရာ၏။

၂၁။ သင့်တင့်စွာနှလုံးသွင်းခြင်း “ယောနိသော မနသိကာရ”
ကြောင့် စိတ်တည်ငြိမ်မှုဖြစ်၏။
မသင့်တင့်သော နှလုံးသွင်းခြင်း “အယောနိသော
မနသိကာရ” ကြောင့်စိတ်တုန်လှုပ်မှုဖြစ်၏။
“မန” ဟူသည် စိတ်ပင်တည်း ၊
စိတ်ကိုစောင့်ရှောက်သူသည် အရိယာတို့လမ်းကြောင်း
ပေါ်၌ လျှောက်သောသူဖြစ်၏။
စိတ်ကိုမစောင့်ရှောက်သူသည် ဆင်းရဲခြင်းလမ်းကြောင်း
ပေါ်၌ လျှောက်သောသူဖြစ်၏။

၂၂။ စိတ်သည် ကိလေသာ ကာမဂုဏ် အာရုံတို့၌ ကျက်စား
တတ်၏။ မကောင်းမှု၌ မွေ့လျော်တတ်၏။ အဆင်း
ဆင်ခြေလျောတွင်ရပ် ထားသည့် တုံးမခုထားသောဘီးတပ်
ယာဉ်နှင့်တူ၏။ အောက်သို့ လျောဆင်းရန်လွယ်၏။

အရှက်တရားနှင့် တူသောလက်ဆွဲဘရိတ် ၊ အကြောက်
တရားနှင့် တူသောကြမ်းတုံး ခံထားနိုင်ကာမှ အောက်သို့
မကျဘဲ တန့်နေမည်ဖြစ်၏။

၂၃။ ဟိရိ သြတပွတည်းဟူသော အရှက်တရား ၊ အကြောက်
တရား နှစ်ရပ်သည် လောကကြီးကို ဖရိုဖရဲ မဖြစ်အောင်
ထိန်းထားသော တရားနှစ်ပါးဖြစ်၏။
ထိုတရားနှစ်ပါးကင်းမဲ့သည်နှင့် လောကကြီးသည် ဗရမ်း
ဗတာ ဖြစ်နေပေလိမ့်မည်။

၂၄။ အရှက်တရားသည် ပညာရှိသူတို့၏ လည်ဆွဲတန်ဆာ
ရတနာ နှင့်တူ၏။
ပညာရှိသည် မကောင်းမှုပြုရန်ရှက်၍ လောကကြီးကို
စောင့်ရှောက်၏။
မကောင်းမှုပြုရန် မရှက်သူအား ထိန်းနိုင်သည့်အရာကား
အကြောက်တရားသာရှိ၏။
အကြောက်တရားကိုပင် အလေးမမူပါမူ တရားဥပဒေ
စသော လောကီပြစ်ဒဏ် ၊ ငရဲအပါယ်စသော လောက
အလွန်ပြစ်ဒဏ်တို့က အလွတ်မပေးပါချေ။

သစ္စာ

၂၅။ ဒေသအလိုက်အမှန်တရား ၊ အသုံးအနှုန်းအလိုက်
အမှန်တရား၊ ပညတ်အလိုက်အမှန်တရားများ များစွာရှိ၏။
ပရမတ္ထ သစ္စာတည်းဟူသော အရင်းခံအမှန် တရားကား
အဆုံးစွန်သော သစ္စာတရားပါတည်း။

၂၆။ ပရမတ္ထသစ္စာတရားကို မသိ၍ လူသားတို့သည် ဟိုဟာ
သည်ဟာ အမှန်နိုးနိုး၊ ဟုတ်နိုးနိုးဖြင့် ယောင်ချာချာဖြစ်
ခဲ့၏။

အများက အမှန်ဟုယူဆသည့်နောက်လိုက်ကြ၏။

အစွမ်းအစရှိသူတစ်ဦးတစ်ယောက်က အမှန်ဟုယူဆသည့်
နောက် လိုက်ကြ၏။

ရှေးအစဉ်အလာက အမှန်ဟုယူဆခဲ့သည်ဟု ရှေးထုံးမပယ်
နှင့်ဟုဆိုကာ လိုက်ကြ၏။

စာထဲပေထဲ ဤသို့တွေ့ရသည်ဟု ဆိုကာလိုက်ကြ၏။

ဤသို့မလိုက်ရန် ရှင်တော်မြတ်စွာဘုရားက “ကာလာမသုတ်”
၌ အတိအလင်းညွှန်ပြပြီးဖြစ်၏။

၂၇။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာညွှန်ပြခဲ့သော သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားကား
အမြတ်ဆုံး တရားပါတည်း။

တရားကိုသိမြင်ပြီးလျှင် ကျင့်သုံးသူသည် အချမ်းသာဆုံး
ချမ်းသာကိုရ၏။

နည်းနည်းကျင့်သုံးလျှင် နည်းနည်းချမ်းသာ၏။
 များများကျင့်သုံးလျှင် များများချမ်းသာ၏။
 အစဉ်တစိုက်ကျင့်သုံးပါမူ အစဉ်တစိုက်ချမ်းသာ၏။

၂၈။ ဒုက္ခကို ဒုက္ခမှန်းမသိခဲ့၍ သံသရာရှည်ခဲ့သည်။
 ဒုက္ခ၏ အရင်းခံအကြောင်းတရားဖြစ်သော တွယ်တာမှု
 သမုဒယ ကို မပယ်နိုင်ခဲ့၍ သံသရာရှည်ခဲ့သည်။
 မသိ၊ မပယ်ခဲ့သော တရားများကြောင့် ငြိမ်းအေးခြင်း
 နိရောဓ တရားကို မဆိုက်ရောက်နိုင်ခဲ့ကြ။
 မင်္ဂလမ်းသွယ်တည်းဟူသော မှန်စွာသိမြင်ခြင်း စသည့်
 မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မြတ်တရားတို့ကို မပွားခဲ့ကြ၍ သံသရာ
 ထွက်ပေါက်မှ ရုန်းမထွက် သာခဲ့ကြ။

၂၉။ ဒုက္ခကိုဒုက္ခမှန်းသိအောင် အားထုတ်အပ်၏။
 ဒုက္ခအကြောင်းခံ တဏှာဖြစ်သော သမုဒယကို အကုန်
 အစင်ပယ် နိုင်အောင် အားထုတ်အပ်၏။
 ငြိမ်းအေးခြင်း နိရောဓတရားကို မျက်မှောက်ပြုနိုင်အောင်
 အားထုတ်အပ်၏။
 မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မြတ်တရားကို အစဉ်ပွားများ အားထုတ်အပ်၏။

၃၀။ တရားကိုယ်၌က အစဉ်မမြဲ ဖေါက်လွှဲဖေါက်ပြန်ဖြစ်နေ
 သော ဖြစ်ပျက်မှုသဘောတရားအစုစုကို ဒုက္ခဟု မပြတ်
 ရှုသင့်၏။

ရုပ်တို့၏ အစဖြစ်ပေါ်ခြင်းသဘော၊ နှခြင်းသဘော၊ ရင့်ခြင်း
သဘော ၊ ယိုယွင်းခြင်းသဘော ၊ နောက်ဆုံး ပျက်စီးသည့်
သဘောဒုက္ခကိုအစမှအဆုံးအတိုင် အပြန်အလှန်ရှုသင့်၏။

၃၁။ ပုရွက်ဆိတ်တစ်ကောင်၏ သက်တမ်းသည်ဘာမှမရှိ။
သို့သော် သူ့တွင်ပုရွက်ဆိတ်မာန်ရှိ၏။
အစာရှာရ၏။ ရန်မူလျှင်တုံ့ပြန်တတ်၏။
ထို့အတူ လူတစ်ယောက်၏ သက်တမ်းသည် ဘာမှမရှိ။
လူမာန်ရှိရာ၌ တူ၏။
အစာရှာရာ၌ တူ၏။
ရန်မူလျှင် တုံ့ပြန်ရာ၌ တူ၏။
ပုရွက်ဆိတ်၏သက်တမ်းသည် လူ(၇)ရက်မျှရှိလျှင် စ၊ န၊
ရင့် ၊ ယွင်း ၊ ဆုံး တစ်ပတ်လည်၏။
လူသက်တမ်းသည် တာဝတိံသာနတ်တို့၏(၁)ရက်မျှသာ
ရှိရကား စ ၊ န ၊ ရင့် ၊ ယွင်း ၊ ဆုံး တစ်ပတ်သည်
ဘာမှမကြာ။

၃၂။ ပုရွက်ဆိတ်သည် သူ၏ စ ၊ န ၊ ရင့် ၊ ယွင်း ၊ ဆုံး
တစ်ပတ်အတွင်း သံသရာမှမထွက်နိုင်။
လူသည် သူ၏ စ ၊ န ၊ ရင့် ၊ ယွင်း ၊ ဆုံး တစ်ပတ်အတွင်း
သံသရာမှ ထွက်နိုင်၏။
ထို့ကြောင့် လူဘဝသည် ရဲခဲသော ဒုလ္လဘဟုခေါ်၏။

၃၃။ သုမေဓာ ရသေ့ဘဝမှ ဘုရားဆုပန်ခဲ့သော ဂေါတမ
မြတ်စွာဘုရား အလောင်းတော်သည်ပင် သံသရာခရီး
အတွင်း ငရဲငယ်ကျခဲ့ဘူး၏။ (တေမိဇာတ်တော်ကိုရှု)
ပါရမီတော်များဖြည့်ရင်း လောက၏အနှိပ်အစက်မျိုးစုံခံခဲ့
ရ၏။

ဘုရားအလောင်းတော်ပင်လျှင် ဤမျှခံခဲ့ရပါလျှင် မိမိတို့
သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်များကား ဆိုဖွယ်ရာမရှိတော့။ သံသရာ
ဟူသည် ကြောက်စရာကောင်းလှ၏ဟူသောအမြင်ကို
ရသင့်၏။

၃၄။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦး၏အထူးခြားဆုံးအမြတ်မှာ သံသရာ
တည်ရှိခြင်း ကိုသိရှိနားလည်ခွင့်ပင်ဖြစ်၏။
အခြားဘာသာအယူယူသူတို့သည် သံသရာရှိမှန်း မသိ ကြ။
သံသရာရှိမှန်းမသိ၍ သံသရာကို မကြောက်ကြ ကုန်။
သံသရာကို မကြောက်၍ သံသရာမှ လွတ်လမ်းကိုလည်း
ရှာဖွေလိုစိတ်မရှိကြကုန်။
ထိုသူတို့သည် အမှောင်ထုတွင်း၌ စမ်းတဝါးဝါး ခရီးသွား
နှင့်တူ၏။

၃၅။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တစ်ဦးသည် ကံနှင့်ကံ၏အကျိုးတရားကို
နားလည်လက်ခံ၏။
ကံသာလျှင် မိမိဥစ္စာ ၊ ကံသာလျှင် အမွေခံ ၊ ကံသာလျှင်
အကြောင်းရင်း ၊ ကံသာလျှင် အဆွေအမျိုး ၊ ကံသာလျှင်

ကိုးကွယ် လဲလျောင်းရာ ဟူ၍ လက်ခံ၏။

“ အတ္တဟိ အတ္တနော နာထော ” မိမိကိုယ်သာကိုးကွယ်
ရာ ဟုသိ၏။

အခြားဘာသာဝင်တို့ကား ကံဟူသည်ကို နားမလည်၊ ကံ၏
အကျိုးအဆက်ကိုမသိ။

မိမိကိုယ်သာကိုးကွယ်ရာဟူသော သဘောကိုမသိ။ သို့ဖြစ်
၍ အခြားအခြားသောကိုးကွယ်ရာကို ရှာကြကုန်၏။

ဖန်ဆင်းရှင်ဆိုတာရှိမှာပဲ ၊ မဖန်ဆင်းဘဲ ဘာမှဖြစ်လာမှာ
မဟုတ်ဘူး ၊ ဒီဖန်ဆင်းရှင်ဟာ ဒို့ရဲ့ကိုးကွယ်ရာပဲဟု
မှတ်ထင်ကြကုန်၏။

ဗကဗြဟ္မာကြီး၏ အယူလွဲပုံနှင့်တူ၏။

ဗကဗြဟ္မာကြီး၏ နောက်လိုက်တို့ ဟောပြောယူဆပုံနှင့်
တူ၏။

ဗုဒ္ဓကား ဗကဗြဟ္မာကြီးကို ချေချွတ်အောင်နိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်၏။

လမ်းကြောင်းအမှန်ပေါ်တင်ပေးခဲ့ပြီးဖြစ်၏။

သို့သော် ဗကဗြဟ္မာကြီး၏ နောက်လိုက်များကား အယူ
အဆလွဲဆဲပါတည်း။

၃၆။ လူ့သဘာဝဒုက္ခ ၊ လူ့ကာယိကဒုက္ခတို့ကို အစဉ်ရှုအပ်၏။

လူ့သဘာဝသုခ ၊ လူ့ကာယိကသုခတို့ကို နှစ်သက်ခြင်း
မဖြစ်မှီ၍ သုခဆုံးလျှင် ရောက်မည့်ဒုက္ခကိုမျှော်မှန်း
ကြောက်ရွံ့မှုဖြစ်ရာ၏။

သုခဟုထင်ရသော ခဏတာချမ်းသာသည် မူရင်းဒုက္ခထံ

သို့သာ ဦးတည်သွားလိမ့်မည်ကို သိသင့်၏။

သုခဟူသည် ဒုက္ခတည်းဟူသော ရေထုအပေါ်ယံ၌ ရှိသော
ဆီအကွက် ပမာသာတည်း။

ခဏတာချမ်းသာတာထက် ထာဝရချမ်းသာ (နိဗ္ဗာန်) ကို
တမ်းတဦးတည်ရာ၏။ စိတ်ကိုညွတ်ရာ၏။

၃၇။ ပိုင်ဆိုင်သည်ဟု အထင်မှားမှုကြောင့် စွဲလန်းမှုဖြစ်ပြီး
စိုးရိမ်မှု၊ ပူပင်မှု၊ ထိုမှတစ်ဆင့် သောက၊ ပရိဒေဝဒုက္ခ၊
ဒေါမနဿ၊ ဥပယာသာ ဖြစ်ရ၏။ ရှိုက်ကြီးတင်
ငိုကြွေးရ၏။ ပူဆွေးရ၏။
မီးလောင်သကဲ့သို့ ပြင်းပြစွာခံစားရ၏။ ဆောက်တည်ရာ
မရဖြစ်ကြ၏။

၃၈။ လမ်းဘေးရပ်ထားသည့် မာစီဒီကား အသစ်လှလှတစ်စီး
ပိုင်ဆိုင်သူသည် ဘယ်သူ့ဆယ်ပြားစေ့နှင့်ခြစ်သွားမလဲ၊
ဘာတွေ ဖြုတ်သွားမလဲ၊ ဘာတွေခိုးသွားမလဲ စိုးရိမ်နေရပြီး
လမ်းဘေး ခေတ္တရပ်ထားရင်းပင် စိတ်ပူပင် သောကရောက်
နေတတ်၏။
ကားမပိုင်၊ နွားသာပိုင်တယ်ဟုထားပါဦး၊ ဤနွား အတွက်
ပင် ရတက်မအေးရှိလိမ့်မည်။
လမ်းဘေးရပ်ထားသော မာစီဒီကားသည် မိမိပိုင်တာ
မဟုတ်ဘဲ အခြားသူပိုင်တာဟုဆိုလျှင် သောကရောက်
ပါမည်လော။

ဤနွားသည် မိမိပိုင်နွားမဟုတ်ဘဲ အခြားသူပိုင်နွားဆိုလျှင်ကော ပူပင်ပါဦးမည်လော။

၃၉။ ဤကိုယ်ခန္ဓာသည် မိမိပိုင်မဟုတ် ၊ အတ္တဟူသော ဝိညာဉ်အကောင်လည်းမရှိ။ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အဟာရအကြောင်းကြောင့် ဖြစ်လာသော ရုပ်နှင့် ရုပ်အပေါ်မှီ၍နေသော နာမ်တို့ ပေါင်းစပ်ထားခြင်းသာရှိ၏။

ရေ ၊ မြေ ၊ လေ ၊ မီး တည်းဟူသော ဓာတ်ကြီးလေးပါးနှင့် ဟဒယဝတ္ထုတို့ ပေါင်းစပ်ကာလှည့်လည် သွားလာလှုပ်ရှားနေသော ကိုယ်ကောင်ကြီးဖြစ်၏။

သံမဏိအရိုးအဆက်၊ ရာဘာ၊ ကွန်ပျူတာချစ်(ပ်)၊ ဗီဒီယိုကင်မရာ၊ အာရုံခံကိရိယာ ၊ Fuzzy Logic ဟုခေါ်သော သိပ္ပံနည်းပညာဖြင့် Programmed လုပ်ထားသည့် အတိုင်း လှည့်လည်သွားလာ လှုပ်ရှားနေသော ရှိဘော့ရုပ်ကြီးနှင့်တူ၏။

၄၀။ ရှိဘော့ရုပ်ရှိ ကွန်ပျူတာအစိတ်အပိုင်း၊ အာရုံခံအစိတ်အပိုင်း၊ energy စွမ်းအားအစိတ်အပိုင်းတို့ ချို့ယွင်းသွားသည်နှင့် ထိုရုပ်ကြီးသည် လှုပ်နိုင်တော့မည်မဟုတ်။

လူလည်းထိုနည်းအတူဖြစ်၏။ အာရုံ(၅)ပါးခံယူရာအမြင်၊ အကြား၊ အနံ့ ၊ အရသာ ၊ အထိ ၊ အတွေ့ အစိတ်အပိုင်းများ ချို့ယွင်းသည်နှင့် မြင်မှု ၊ ကြားမှု ၊ အနံ့ခံမှု၊ အရသာခံမှု၊ အထိအတွေ့သိမှုတို့ မရှိနိုင်တော့။

စွမ်းအားပေးသော အာဟာရရပ်ဆိုင်းသည်နှင့် လှုပ်ရှား
နိုင်တော့မည်မဟုတ်။ ဟဒယဝတ္ထုနှင့် တူသော ကွန်ပျူတာ
အစိတ်အပိုင်းများ ချို့ယွင်းသည်နှင့် အာရုံစနစ် Nervous
System တစ်ခုလုံး ပျက်သွားမည်ဖြစ်၏။
ဤသည်ကို သေဆုံးသည်ဟုခေါ်၏။

၄၁။ မျက်စိအကြည်ဓာတ်နှင့် အဆင်းဓာတ်ထိခိုက်၍ ဖြစ်ပေါ်
လာသော အမြင်အာရုံကြောင့်မြင်သည်ဟုသိ၏။
နားအကြည်ဓာတ်၊ နှာခေါင်းအကြည်ဓာတ်၊ လျှာ
အကြည်ဓာတ်၊ ကာယအကြည်ဓာတ်နှင့် ထိုထို သက်ဆိုင်
ရာ အခံဓာတ်များ ထိတွေ့၍ ကြားသည်ဟု သိခြင်း၊
နံသည်ဟုသိခြင်း၊ အရသာ ချို့၊ ချဉ်၊ ငံ၊ ဆိမ့်၊ သိခြင်း၊
ယားယံစူးရှထိမှုကိုသိခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်၏။
ထိုထိုသော အကြည်ဓာတ်တို့တွင် “ ငါ ” မရှိ ။
ထို့ကြောင့် “ ငါ ” ပိုင်လည်းမဟုတ်။

၄၂။ မပိုင်ပါဘဲလျက် ပိုင်သည်ထင်ခြင်းကြောင့် ပူပန်မှုဖြစ်ရ၏။
မပိုင်သည်ကိုမပိုင်ဟု အမှန်အတိုင်းမြင်အောင် စူးစိုက်
ရှုရာ၏။

“ ငါ ” ဟူသည်မရှိကြောင်းသိမြင်လျှင် “ ငါ ” နှင့်စပ်သော
“ ငါ့မယား ” “ ငါ့သား ” “ ငါ့သမီး ” “ ငါ့ဥဇ္ဈာ ” “ ငါ့အိမ် ”
“ ငါ့ရာထူး ” “ ငါ့စည်းစိမ် ” ဟူသည့်ပညတ်ချက်များ
မှားယွင်းကြောင်းသိမြင်လာမည်ဖြစ်၏။

ဤသို့သိမြင်လာလျှင် စွဲလန်းမှုမဖြစ်ရာ၊ စွဲလန်းမှုမဖြစ်လျှင်
သမုဒယသစ္စာအရ ပယ်ပြီးဖြစ်၏။

၄၃။ နိရောဓသည် ချုပ်ငြိမ်းခြင်းဖြစ်၏။ ချုပ်ငြိမ်းခြင်းသည် ငြိမ်း
အေးခြင်းဖြစ်၏။

မချုပ်ငြိမ်းသေးသမျှ သင်္ခါရတရားတို့ရှိနေ၏။ အပြီးတိုင်
ချုပ် ငြိမ်းပြီးလျှင် အသင်္ခတတရားဖြစ်၏။

ပူခြင်းကင်းလျှင် အေးမြသကဲ့သို့ သင်္ခါရကင်းလျှင်
အသင်္ခတဓာတ်နိဗ္ဗာန်မြတ်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းဖြစ်၏။

ထို့ကြောင့် ပြုပြင်စီရင်စေ့ဆော်မှုတရားဖြစ်သော သင်္ခါရ
တရားတို့ကို ဥပေက္ခာပြုရမည်ဖြစ်၏။

ဤသည်ကို သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်ဟုခေါ်၏။

၄၄။ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း နိရောဓတရားကိုရလိုသည့်ဆန္ဒလွန်ကဲဖို့
လို၏။

အများအားဖြင့်ကား သံသရာခရီးမှ ထွက်လိုခြင်းမရှိ
ကြသေး။

“ ယခုနိဗ္ဗာန်သွားကြရအောင် လိုက်ခဲ့ ” ဟု လူနောက်
လူပြောင်တစ်ဦးက လက်ဆွဲခေါ်သည်ကို “ နေပါဦး . . .
မိန်းမနဲ့ ပြန်တိုင်ပင်ပါရစေဦး ” ဟု ပြန်ပြောသည့်
ပုံပြင်ကဲ့သို့ သံယောဇဉ် အနွယ်အမြင်တန်းများ လူတိုင်း၌
တန်းလန်းရှိနေကြ၏။

ဤအမြင်အတန်းများဆွဲထားသရွေ့ ပင့်ကူအိမ်၌ မိနေသည့်

သားကောင်သဖွယ် ရုန်းမထွက်သာကြ။
ဤသို့ဖြင့် တစ်ဘဝပြီးတစ်ဘဝ မွေးကြ၊ သေကြ၊ ပြန်မွေးကြ၊
ပြန်သေကြဖြင့် သံသရာလည်နေ၏။

- ၄၅။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ခရီးလမ်းမှအပ အခြားခရီးလမ်းများသည်
သံသရာမှ ထွက်လမ်းမဟုတ်။
ဝင်္ကပါကဲ့သို့ ထွက်ပေါက်မရှိသော လမ်းပိတ်ကြီးများ
ဖြစ်၏။
မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကိုအကျဉ်းချုံးလျှင် သီလမဂ္ဂင်၊ သမာဓိမဂ္ဂင်၊
ပညာမဂ္ဂင် တည်းဟူသော သိက္ခာသုံးပါးရ၏။
သိက္ခာသုံးပါးကို အကျဉ်းချုံးလျှင် ဧကောဓမ္မော ဟူသော
စိတ်သာကျန်၏။
ပညာရှိသည် ထိုစိတ်ကိုစောင့်ရှောက်ရာ၏။

- ၄၆။ ဘာဝေတဗ္ဗ ပွားများခြင်းဟူသည်ကို နားလည်ရန်လို၏။
ဘာဝနာပွားသည်၊ မေတ္တာပွားသည်၊ မုဒိတာပွားသည်
ဟုဆိုကြ၏။
“ ပွား ” ခြင်းအဓိပ္ပာယ်ကို ဖွင့်လျှင် “ ထပ်ဖန်တလဲလဲ ”
ဟူ၍ အဓိပ္ပာယ်ရ၏။
“ စူးစိုက်ပွားများသည် ” ဟူသော စကားလုံး၏ အနက်ကို
လေးလေးနက်နက် ဆင်ခြင်အပ်၏။
“ စူးစိုက် ” ခြင်းသည် Concentration သမာဓိ ထူထောင်
ခြင်းဖြစ်၏။

“ ပွားများ ” ခြင်းသည် ထပ်ဖန်တလဲလဲဆင်ခြင် ခြင်းဖြစ်၏။
ပဌာန်းတရားတော်ပါ (၂၄)ပစ္စည်းတွင် “အာသေဝနပစ္စ
ယော” ဟုပါ၏။ ထပ်ဖန်တလဲလဲထုံခြင်း ဟု အဓိပ္ပာယ်ရ၏။

၄၇။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်သည် ပွားများခြင်း နည်းများစွာပေးခဲ့၏။
မေတ္တာသုတ်တွင် (၅၂၈)သွယ်သော နည်းဖြင့်မေတ္တာ
ထပ်ဖန် တလဲလဲပွားရန် ညွှန်ပြတော်မူ၏။ ဥပမာ မြောက်
အရပ်မှ ကိုယ်ခန္ဓာဆူဖြိုးသူအားလည်းကောင်း၊ အရှေ့
မြောက်အရပ်မှ ကိုယ်ခန္ဓာဆူဖြိုးသူအားလည်းကောင်း ၊
ထိုနည်းတူ . . . အရပ်(၁၀)မျက် နှာမှ ကိုယ်ခန္ဓာဆူဖြိုးသူ၊
ပိန်လှီသူ၊ ရှည်သူ၊ တိုသူ စသည်ဖြင့် အမျိုးအစားခွဲပြီး
ထပ်ဖန်တလဲလဲ ပွားများနိုင်ပုံကို ညွှန်ပြခဲ့၏။
ဤသို့ပွားများနေခြင်းသည်ပင် မေတ္တာစျာန်ဝင်စားနေခြင်း
ဖြစ်၏။

၄၈။ ကောင်းစွာမြင်ခြင်း ၊ ကောင်းစွာကြံစည်ခြင်း ၊ ကောင်းစွာ
အားထုတ်ခြင်းစသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး တရားတို့ကို နည်း
အသွယ်သွယ်ဖြင့် ပွားများနေခြင်းဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်
ပြုနိုင်၏။
သမထဘာဝနာကိုပွားရသည်။ ဝိပဿနာဘာဝနာကိုပွား
ရသည်။
ဘာဝနာပွားများခြင်းကြောင့် တိုးပွားခြင်းဖြစ်၏။
ဘာဝနာမပွားများခြင်းကြောင့် ဆုတ်ယုတ် ကုန်ခမ်းခြင်း

ဖြစ်၏။

တိုးပွားခြင်းဖြင့် အထက်သို့တက်၏။

ဆုတ်ယုတ်ခြင်းဖြင့် အောက်သို့ဆင်း၏။

တက်ခြင်း၊ သက်ခြင်း နှစ်သွယ်၏ အကြောင်းရင်းကို သိသော ပညာရှိသည် ဘာဝနာပွားများခြင်းကို အားစိုက် လုံ့လထုတ်၏။

ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်

၄၉။ အမှန်တရားကို မသိခြင်းတည်းဟူသော “အဝိဇ္ဇာ” ကြောင့်အားထုတ်မှု၊ ပြုပြင်စီရင်ရမှု၊ စေ့ဆော်မှုများ ဖြစ်ကြပြီး သံသရာတွင် လည်ပြီးရင်း လည်နေရ၏။ အမှန်တရားကိုသိမြင်ခြင်းတည်းဟူသော “ဝိဇ္ဇာ” ကြောင့် အားထုတ်မှု၊ ပြုပြင်စီရင်ရမှု၊ စေ့ဆော်မှုများချုပ်ငြိမ်းပြီး သံသရာမှလွတ်မြောက်၏။

၅၀။ သံသရာအဆက်ဆက်၊ ဘဝအဆက်ဆက်မှ သံပတ် ပေးလိုက်သကဲ့သို့ လည်ပတ်လိုက်သော သံသရာစက်ဝိုင်း ကြောင့် ယခုဘဝတွင် လူအဖြစ်သို့ ရောက်လာခဲ့၏။ လူ့ဘဝရသည်နှင့် အာယတနများ ပိုင်ဆိုင်လာ၏။ အာယတနများပိုင်ဆိုင်လာခြင်းကြောင့်စက္ခုအကြည် ဓာတ် နှင့် အဆင်းတို့ ထိတွေ့ခြင်းဟူသော ဖဿ ၊ နားအကြည် ဓာတ်နှင့် အသံတို့ထိတွေ့ခြင်းဟူသော ဖဿ . . . စသည်

တို့ဖြစ်ပေါ်လာကုန်၏။

ရူပဓာတ်အချင်းချင်း ထိတွေ့ကြ၍ ဝိညာဏ ဓာတ်ဟူသော
မြင်သိမှု၊ ကြားသိမှု၊ နံသိမှု၊ ရသသိမှု၊ ထိသိမှု၊ တွေးသိမှု
တို့ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။

သိမှုဖြစ်သည်နှင့် မှတ်သားခြင်း သညာ၊ ခံစားခြင်း ဝေဒနာ၊
စေ့ဆော်ခြင်း သင်္ခါရခန္ဓာတို့ ဆက်တိုက်ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။

ခံစားမှုဝေဒနာသည် ကောင်းသောဝေဒနာ(သုခ) ၊
မကောင်းသော ဝေဒနာ (ဒုက္ခ) ၊ အလယ်အလတ်ဖြစ်
သောဝေဒနာ (ဥပေက္ခာ) တို့ဖြစ်ပေါ်ကုန်၏။

ဝေဒနာကြောင့် နှစ်သက်ခြင်း၊ သာယာခြင်း၊ မနှစ်သက်
ခြင်း၊ မသာယာခြင်းတို့ဖြစ်ပြီး သာယာမှုကိုဆက်လိုခြင်း၊
မသာယာမှုမှ လွတ်မြောက်စေလို၍ သာယာမှုကို တမ်းတ
ခြင်းဟူသော တဏှာ ဖြစ်၏။

ထိုနောက်မှ စေးပိုင်စွဲလန်းသော ဥပါဒါန်တို့ဖြစ်ပြီး သင်္ခါရ
အားထုတ်မှုကြောင့် ဘဝအသစ်ဖြစ်ပေါ်၏။

ဘဝအသစ်ရရှိခြင်းကြောင့် ဇာတိ၊ ဇရာ၊ မရဏာ၊ သောကာ၊
ပရိဒေဝ၊ ဒုက္ခ၊ ဒေါမနဿ၊ ဥပယာသ တို့ဖြစ်ပြီး ဆင်းရဲခြင်း
အဖန်ဖန်ဖြစ်ရ၏။

၅၁။ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာသည် သံသရာစက်ဝန်းမှ လွတ်မြောက်ရန်
အတွက် အဆင့်တိုင်း၌ နည်းမျိုးစုံဖြင့် အားထုတ်ရန်
ညွှန်ပြခဲ့၏။

အာယတနများပိုင်ဆိုင်လာခြင်းကိုတား၍ မရနိုင်၊ ပိုင်ဆိုင်

ပြီးဖြစ်၏။

သို့ဖြစ်၍ ပထမဦးစွာ ဖဿထိတွေ့မှုကို ရှောင်ကြဉ်ရန် အားထုတ်စေ၏။

နှစ်သက်ဖွယ်အဆင်းအာရုံများနှင့် မထိတွေ့နိုင်ရန် တော ကျောင်း၌နေသင့်ကြောင်း ညွှန်ပြ၏။ သစ်ပင်အောက်၊ သုသာန်၊ လွင်တီးပြင် စသည်တို့၌ နေရန်တိုက်တွန်း၏။

နှစ်သက်ဖွယ်အဆင်းအာရုံများအကြား သွားလာရလျှင် ထိတွေ့မှုနည်းပါးစေရန် မျက်လွှာချထားဘို့ညွှန်ပြ၏။

ဟိုဟိုဒီဒီ မျက်စေ့ကစားပြီး ကြည့်ရှုမနေရန်ဆုံးမ၏။

မျက်လွှာချထားလျက်နှင့် မြင်တွေ့နေရလျှင် မိန်းမ၊ ယောက်ျား ခွဲခြားမစူးစမ်းဖို့ညွှန်ပြ၏။

ယောက်ျား၊ မိန်းမခွဲခြားသိလွယ်နေလျှင်လည်း လှသလော၊ အရုပ်ဆိုးသလော မစူးစမ်းရန်ဆုံးမ၏။

လှပမှုသိလွယ်ပြန်လျှင် ဘယ်နေရာမှာ မည်သို့လှသလဲ ဟု အသေးစိတ်လိုက်မစူးစမ်းဖို့ဆုံးမ၏။

ဆုံတွေ့လျှင်လည်း စကားမပြောရန်ဆုံးမ၏။ အခန်း တစ်ခုထဲ၌ အတူမနေရန်ဆုံးမ၏။

အမိုးတစ်ခုတည်းအောက်၌ အတူညအိပ်ညနေ မနေရန် ဆုံးမ၏။

ဤကား ဖဿထိတွေ့မှုကို ရှောင်ကြဉ်ခိုင်းခြင်းပေတည်း။

၅၂။ ပညာမဲ့သူတို့ကား ကာမဂုဏ်အာရုံများရနိုင်သည့် နေရာ များကို တွေးတောကြံဆ၏။

ကိုယ်ခန္ဓာ မရောက်နိုင်သည့်တိုင် စိတ်ဖြင့်ရောက်အောင်
သွား၏။ စိတ်ကူး၌ပျော်မွေ့နေ၏။

ကိုယ်ခန္ဓာဖြင့်ရောက်အောင်သွားနိုင်လျှင် ရောက်အောင်
သွား၏။

အဆင်းအာရုံများသော လူစည်ကားရာနေရာတို့သို့သွား၏။
ပွဲလမ်းသဘင်၌ မွေ့လျော်၏။

သောတအာရုံခံစားရန် ဂီတပွဲများသို့သွား၏။

အနံ့အာရုံကောင်းသောနေရာများသို့ သွား၏။

ရသအာရုံကောင်းသော စားသောက်ဆိုင်မျိုးစုံ ရွေးချယ်
သွားလာ၏။ ထိတွေ့မှုအာရုံရရှိမည့် နေရာများကို ရှာကြံ
သွားလာ၏။

ဤသို့ဖြင့် ဖဿကို မရရအောင် ရှာကြံနေကြသဖြင့် ဖဿမှ
ဝေဒနာ၊ ဝေဒနာမှတဏှာ၊ တဏှာမှ ဥပါဒါန် ဆက်ကာ
ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် လည်ပတ်နေတော့သည်။

၅၃။ ပညာရှိသည် ဖဿနည်းနိုင်သမျှ နည်းအောင် အားထုတ်
အပ်၏။ ဖြစ်နိုင်လျှင် တောအရပ်၌ နေအပ်၏။ အာရုံ
မများရာနေရာ၌ နေအပ်၏။

မဖြစ်နိုင်လျှင် ဖဿနှင့်ဝေးရာ၊ မထိရောက်ရာ၌ ဆင်ခြင်
နေသင့်၏။

အဆင်း၊ သောတ၊ အနံ့၊ အရသာ များရှောင်နိုင်သည်ထား
အတွေ့ကိုရှောင်နိုင်ရန် ခဲယဉ်း၏။ ပညာရှိသည် မိမိ
အိမ်ထောင်မှလွဲ၍ ဆန့်ကျင်ဘက်လိင်နှင့် မထိတွေ့အောင်

ဝေးစွာရှောင်သင့်၏။

အနီးမကပ်သင့်။ အနီး၌ မနေသင့်။ မထိသင့်။ ထိမိလျှင်
ထိကရုန်းများကဲ့သို့ ချက်ချင်းရုန်းသင့်၏။

၅၄။ ထိုသို့သောအာရုံတို့နှင့် ဖဿထိတွေ့မှု မတားနိုင်က ဖြစ်
ပေါ်လာသော ဝေဒနာကို ဝေဒနာမှန်းသိအောင် ရှုမှတ်
ထားရ မည်ဖြစ်၏။

သုခဝေဒနာကို သုခဝေဒနာဖြစ်နေမှန်းသိအပ်၏။

ဒုက္ခဝေဒနာကို ဒုက္ခဝေဒနာဖြစ်နေမှန်း သိအပ်၏။

ဥပေက္ခာဝေဒနာကို ဥပေက္ခာဝေဒနာဖြစ်နေမှန်း သိအပ်၏။

ဝေဒနာကိုဝေဒနာဟုမရှုမှတ်သည်နှင့် တဏှာကိုကူးသွား
တတ်၏။

၅၅။ တဏှာကိုကူးသည်နှင့် ဥပါဒါန်ဆက်ပြီး သံသရာဆက်
လည်တော့မည်။

သို့ဖြစ်၍ ဖဿ၌ဖြတ်လျှင်ဖြတ်၊ မဖြတ်နိုင်လျှင် ဝေဒနာ၌
ဖြတ်ရမည်ဖြစ်၏။

ဤသို့ဖြတ်မှ တဏှာပြတ်မည်။ တဏှာပြတ်မှ တဏှာ နိရော
ဓာဖြစ်၏။

တဏှာနိရောဓါမှ ဥပါဒါန်နိရောဓာဖြစ်ပြီး ချုပ်ငြိမ်းခြင်း
နိရောဓောသို့ ဆိုက်ရောက်၏။

မင်္ဂလာတရားတော်

- ၅၆။ မင်္ဂလာတရားတော်သည် နေမှုတရားတော်ဖြစ်၏။ ငြိမ်း
အေးမှုတရားတော်လည်းဖြစ်၏။
သူမိုက်ကို ရှောင်ဖယ်ပြီး ပညာရှိကို ချဉ်းကပ်ရန် ရှေးဦး
လမ်းပြ၏။ သူမိုက်နှင့်ပေါင်းဖော်နေသူသည် မည်သည့်
တရားမှမရနိုင်။ ပညာရှိနှင့် ပေါင်းဖော်မှ အသိလိမ္မာကို
ရမည်ဖြစ်၏။
ပညာရှိနှင့်ပေါင်းဖော်ရခြင်းသည် အလုံးစုံပြီးမြောက်
ကြောင်း ဗုဒ္ဓရှင်တော်က ညွှန်ပြခဲ့၏။
- ၅၇။ ဗုဒ္ဓသည် လူသားတစ်ဦးအတွက် ဆက်ဆံရေး၊ နေထိုင်ရေး၊
ထားရှိအပ်သော စိတ်နေစိတ်ထား၊ ကျင့်သုံးအပ်သော
သည်းခံခြင်းစသည့်တရားများကို ညွှန်ပြသည့်အပြင်
“အသောကံ၊ ဝိရဇံ၊ ခေမံ ” ဟူသော ဆုံးမစကားဖြင့်
မင်္ဂလာတရားတော်မြတ်ကို အဆုံးသတ်ခဲ့၏။
မပူပင်နှင့် ။
မမက်မောနှင့် ။
စိတ်ကိုငြိမ်းအေးပါစေ ဟုဆိုခဲ့၏။
ပူပင်သောကရောက်ခြင်းနှင့် လောဘရမ္မက်ထူပြောခြင်း
ကြောင့် စိတ်မငြိမ်းအေးနိုင်။
လောဘမီး၊ ဒေါသမီး၊ မောဟမီးများကို ငြိမ်းလော့ဟု ဆုံးမ
ခြင်းဖြစ်၏။

မေတ္တာတရားတော်

၅၈။ မေတ္တာသုတ်သည် ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ်တွင် ပါဝင်၏။ လွန်စွာ ထက်မြက်၏။ သံဃာတော်များ အလှူဒါနပွဲ၊ အခမ်းအနားပွဲများစွာ အခါမလပ် ရွတ်ဆိုကြသော ပရိတ်တရား တော်ဖြစ်၏။

မေတ္တာသုတ်ကို အခါမလပ် ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈယ်သူသည် နတ်တို့ချစ်ခင်ခြင်း၊ ကောင်းစွာအိပ်ရခြင်း၊ ရန်အန္တရာယ် ကင်းဝေးခြင်း၊ အဆိပ်လက်နက်စသည်တို့မထိ ရောက်နိုင်ခြင်းစသည့် အကျိုးတရားများရရှိသည်ဟုယုံ ကြည်ကြ၏။

၅၉။ ဗုဒ္ဓရှင်တော်တရားစကားတော်တို့သည် တစ်လုံးတစ်ပါး ပင်လျှင် တစ်လုံး၊ တစ်ပါးအလိုက်တန်ဖိုးရှိ၏။ အဖိုး မဖြတ်နိုင်။

သုတ္တန်တစ်ခုထားပါဦး၊ ဥဒါန်းစကားရပ်သည်ပင်လျှင် အဖိုးအနုဋ္ဌထိုက်တန်၏။ ကောင်းကျိုးကိုဖြစ်စေ၏။

မေတ္တာသုတ်ကား မေတ္တာမည်သို့ ပို့ရမည်ကို ညွှန်ပြသည် သာမကတရားကိုကျင့်သုံးကုန်သော ဝေနေယျသတ္တဝါ များအားလုံး ကျင့်သုံးရာ လမ်းညွှန်ပြချက်များလည်း ဖြစ်၏။

မေတ္တာသုတ်ကို နှုတ်မှရွတ်ဆိုရုံမက မေတ္တာသုတ်ပါ ညွှန်ပြချက် များကိုလည်း အလေးအနက်ထား လိုက်နာ အပ်၏။

- ၆၀။ မေတ္တာတရားတော်တွင် သကောစ . . . စွမ်းနိုင်သူလည်း
 ဖြစ်ရာ၏ . . . ဟူ၍ အစချီထား၏။
 အဘယ်ကြောင့်ပါနည်း။
 တရားကျင့်သုံးရန် စိတ်မပါ့တပါမဟုတ်။ တကယ်ဖြစ်ချင်၊
 တကယ်လုပ်၊ အဟုတ်ဖြစ် ရမည်ဟူသောစိတ်ဖြင့် စိတ်
 နှလုံး ခုံးခုံးချထားရမည်ဟုဆိုလိုခြင်း ဖြစ်၏။ စိတ်ပါလက်ပါ
 စွမ်းစွမ်းတမံ လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်း ရှိရမည်ဟု ဆိုလိုခြင်း
 ဖြစ်၏။
 သူများပြော၍မဟုတ်။
 တိုက်တွန်း၍ မဟုတ်။
 ချီးမွမ်းခံချင်၍မဟုတ်။
 တကယ်ကိုလိုလားသူဖြစ်အပ်၏။
- ၆၁။ ဥဇ္ဇေ၊ သုဟုဇ္ဇေ . . . ဖြောင့်မတ်သူ၊ အလွန်ဖြောင့်မတ်သူ
 လည်းဖြစ်ရာ၏ . . . ဟုဆို၏။
 တရားကျင့်သုံးသူသည် ရိုးသားစွာဝန်ခံမှုမရှိ၊ မူယာ မာယာ
 များပြီးဟန်ဆောင်တတ်၊ ဟန်လုပ်တတ်၊ ဟိတ်ဟန်
 ထုတ်တတ်၊
 ကိုယ့်အကျိုးသာလိုလားပြီး တစ်ကိုယ်ကောင်းဆံတတ်ပါမူ
 . . . မည်သို့ သစ္စာတရားကို သိမြင်နိုင်အံ့နည်း။
 သို့ဖြစ်၍ ဖြောင့်မတ်သူ၊ ဘက်မလိုက်သူ၊ ဟန်မဆောင်သူ၊
 ဖြူစင်သူ၊ စင်ကြယ်သူဖြစ်အပ်၏။
 သက်မွေးမှုလည်းဖြူစင်အပ်၏။

ဆက်ဆံမှုလည်း ဖြူစင်အပ်၏။

ဖြူစင်မှု၊ စင်ကြယ်မှု၊ ပြောင့်မတ်မှု၏ဆန့်ကျင်ဘက်သည်
ညစ်ပတ်ခြင်း၊ ကောက်ကျစ်ခြင်း၊ စိတ်နှလုံးမပြောင့်ခြင်း
သဘောတို့ဖြစ်၏။

၆၂။ သုဝစောစ... ဆိုဆုံးမလွယ်သည်လည်းဖြစ်ရာ ၏ဟု
... ဆို၏။

အချို့သည်ဆုံးမ၍မလွယ်။ ဆို၍မလွယ်။ ပြန်လှန်ငြင်း
ခုံတတ်၏။ ဆင်ခြေဆင်လက်ပေးတတ်၏။ အကြောင်း
စုံကို ဆီကဲ့သို့ အပေါက်ရှာကာ လွတ်လမ်းသကြည်ပြီး
ရုန်းထွက်လို၏။

မနာခံရုံမက ပြန်လှန်၍ပင် ရန်ညှိုးဖွဲ့တတ်၏။ ရန်မူ
တတ်၏။ လက်စားခြေအံ့ဟု အခွင့်ကိုချောင်း၏။

ပညာရှိသူများ၊ အကျိုးကိုလိုလားသူများ၏ ဆိုဆုံးမခြင်း
ကိုရိုသေစွာနာခံသင့်၏။ ဦးထိပ်တင်ကာ လိုက်နာ သင့်၏။

၆၃။ မုဒုစ... နူးညံ့ပျော့ပြောင်းသည်လည်း ဖြစ်ရာ၏...
ဟုဆို၏။

အချို့က အလွန်ခက်ထန်၏။ မာကျော၏။ အော်ဟစ်
ငေါက်ငမ်းတတ်၏။ စိတ်အလိုမကျသည့်အခါ ရိုက်နှက်
ခြင်း ၊ ကိုယ်ထိလက်ရောက် ညှင်းပန်းခြင်းပြု၏။

ဤထက်လွန်သော် ဓားနှင့်ခုတ်ခြင်း ၊ တုတ်ဖြင့်ရိုက်ခြင်း၊
သေနတ်ဖြင့်ပစ်ခတ်ခြင်း စသည့်ပြစ်မှုသင့်သော ကာယကံ၊

ဝစီကံ များကျူးလွန်တော့သည်။

မုဒုစ . . . ကိုလိုက်နာကျင့်သုံးသူသည် ကိုယ်ချင်း
စာတရား ကိုထားရာ၏။ သည်းခံခြင်းတရားကို ထားရာ၏။
ခွင့်လွှတ်စိတ်ကို ထားရာ၏။ ဤစိတ်သည် မြင့်မြတ်သော
စိတ်ဖြစ်၏။

သူတော်ကောင်းတို့၏အပြုအမူဖြစ်၏။ ဘုရား အလောင်း
တော်များ အသက်စွန့်၍ပင် ကျင့်သုံးသောတရားဖြစ်၏။
မာန်ကိုချထားပြီး မေတ္တာအခြေခံသော ကာယကံ၊ မေတ္တာ
အခြေခံသောဝစီကံ၊ မေတ္တာအခြေခံသော မနောကံဖြင့်
နေမှုကား မုဒုစ . . . ကျင့်သုံးပြီးဖြစ်တော့သည်။

၆၄။ အနတိမာနိစ - မာန်ထောင်လွှားခြင်းမရှိသည်လည်း
ဖြစ်ရာ၏ . . . ဟုဆို၏။

ငါ . . . ငါသိ . . . ငါတတ် . . . ငါ့ကိုလာမယှဉ်နှင့်
ဟူသော မာန်သည် မိမိကိုယ်ကို မြှင့်တင်ထားပြီး အခြား
သူကို အောက်သို့ နှိမ့်ချထားခြင်းပင်ဖြစ်၏။

တန်းတူပင်မထားနိုင် ၊ ငါကဲ့သို့ သူလည်းသိမှာပဲ . . .
ဟူ၍ပင်မယူနိုင်။ ဤမာန် ယစ်မှုးမှုကား အကောင်း
လောကဓံ အလှည့်ကြောင့် အရာရာပြည့်စုံစဉ် လေတွင်
ဝေ့ဝဲပျံနေသော ဂွမ်းအစကဲ့သို့ အထက်၌သာ နေသော်
လည်း . . . အဆိုး လောကဓံအလှည့်ရောက်သည်နှင့်
မြေခေါ်ပြီး အခြားသူတို့၏ ခြေနင်းဖတ်ဖြစ်ရတော့သည်။
မာန်ထောင်လွှားခြင်းကြောင့် ရန်များ၏။ ချစ်ခင်သူများ

စွန့်လွှတ်၏။

“ ငါ ” ဟူသော မာန်ကြောင့် သက္ကာယဒိဋ္ဌိကွာရန် ဝေးလှတော့သည်။

သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိကြီးရှိနေသမျှ မည်သို့မျှ တရား အဆင့်တက်နိုင်မည်မဟုတ်။

အမျိုးမာန်၊ ပညာမာန်၊ အဆင်းမာန်၊ ဓနမာန်၊ ရာထူးမာန်၊ အဆင့်အတန်းမာန်၊ သားသမီးမာန် စသည့် မာန်များစွာရှိသည့်အနက် မည်သည့်မာန်မျှ မကောင်းပါကုန်။

၆၅။ သန္တုဿကောစ . . . ရောင့်ရဲလွယ်သည် လည်းဖြစ်ရာ၏ . . . ဟုဆို၏။

ရောင့်ရဲခြင်းသုံးပါးရှိ၏။

ရသမျှနှင့် ရောင့်ရဲခြင်း။

စွမ်းနိုင်သမျှနှင့်ရောင့်ရဲခြင်း။

သင့် လျော်သည်နှင့် ရောင့် ရဲခြင်း။ အများအားဖြင့် မရောင့်ရဲနိုင်ကြ။ တဲအိမ်နှင့် နေသူသည် သစ်သားအိမ်နှင့် နေလို၏။ သစ်သားအိမ်နှင့်နေရသူသည် တိုက်အိမ်နှင့်နေလို၏။ တိုက်အိမ်နှင့်နေရသူသည်ပိုမိုခမ်းနားသော တိုက်ကြီး ၊ ခြံကြီး၊ ဝင်းကြီးတို့နှင့် နေလို၏။

အဝတ်အစားတွင်လည်း အလားတူဖြစ်၏။ ပို၍ပို၍ ကောင်းသော၊ လှပသော၊ များပြားသော အဝတ်အစားကို လိုချင်တတ်၏။

လက်ဝတ်ရတနာ အဆင်တန်ဆာတို့တွင်လည်း ထိုနည်း

တူဖြစ်၏။ စိန်နားကပ်သေးသေးမှ . . . စိန်နားကပ်
အကြီးကြီး ပန်ဆင်လိုတတ်၏။

အခြားအသုံးအဆောင်များလည်း ဤနည်းတူပင်။

အစားအသောက်အရာတွင်လည်း မရောင့်ရဲနိုင်ကြ။

ကောင်းပေ၊ အရသာရှိပေ၊ တန်ဖိုးကြီးပေ ဟူသမျှကို
စားလိုတတ် ၏။

မော်တော်ကားတွင်လည်း အလားတူ။ ကားသေးသေးမှ
ကားကြီး ကြီး၊ အသစ်အကောင်းဆုံးအစားနောက်ဆုံးပေါ်
Latest Model ကိုမှရလို၏။

ချမ်းသာကြွယ်ဝမှုတွင်လည်း အလားတူပင်။ ငွေသိန်းပေါင်း
ထောင်သောင်းနှင့်ချီ၍ ချမ်းသာနေသူသည် ရောင့်ရဲတော့
မည်ဟု မထင်လင့်။ ပို၍ပို၍ကြွယ်ဝရန် တောင့်တလုပ်
ဆောင် နေသည်ကို တွေ့ရမည်ဖြစ်၏။

မြတ်စွာဘုရားသည်သူ၏သားတော်ရဟန်းများအား ဆွမ်း၊
ကျောင်း၊ သင်္ကန်း ၊ ဆေးပစ္စည်းလေးပါး၌ ရောင့်ရဲရန်
ဆုံးမတော်မူ၏။

တရားကျင့်သုံးသူ ပုထုဇဉ်တို့ကား အစားလောဘ၊ အနေ
လောဘ၊ အဝတ်လောဘ၊ အသုံးအဆောင်လောဘ၊
အခြံအရံ လောဘ ၊ ရာထူးလောဘ ၊ ဓနလောဘတို့ကို
ပါးသွားအောင် ကျင့်ရာ၏။

ပရိပလုံးသည် တဖြည်းဖြည်းပါးသွားသကဲ့သို့ လောဘများ
တဖြည်းဖြည်း ပါးသွားအောင်ကျင့်ရာ၏။

နောက်ဆုံးတွင် ဟိုဟိုသည်သည် စားလိုခြင်း၊ ဝတ်လိုခြင်း၊

သုံးစွဲလိုခြင်း ၊ နေလိုခြင်း ၊ သွားလိုခြင်း ၊ ကြည့်လိုခြင်း၊
ခံစားလိုခြင်း စသည်များကို လျော့ပါးနိုင်အောင် ကျင့်ရာ၏။

၆၆။ သုဘရောစ . . . မွေးမြူလွယ်သည်လည်းဖြစ်ရာ၏ . . .
ဟုဆို၏။
မရောင့်ရဲနိုင်သူသည် မွေးမြူရန်မလွယ်။
အရာရာကိုဂျီးများတတ်၏။ ဟိုဟိုသည်သည် လိုချင်တတ်
၏။ ကြက်သားဟင်းစားနေရာမှ ဝက်သားဟင်း မချက်ရ
ကောင်းလားဟု စိတ်ဆိုးတတ်သူနှင့်တူ၏။
အချို့ကား မည်သည်ကိုမျှစိတ်တိုင်းမကျ။ အရာရာကို
မြည်တွန်တောက်တီးနေတတ်၏။
လုံးသည်၊ ပြားသည်၊ ဝိုင်းသည်၊ ထောင့်ကျသည်၊ မဲသည်၊
ဖြူသည် စသည်ဖြင့် အရာရာကို အပြစ်ရှာတတ်၏။
မွေးမြူရန်လွယ်သူကား ရသမျှနှင့်ရောင့်ရဲ၏။ ရှိသည်
ကိုစား၏။ ရှိသည်ကိုဝတ်၏။ ပေးသည်ကိုယူ၏။
တရားကျင့်သုံးသူသည် ဤသို့မွေးမြူရန် လွယ်အပ်၏။

၆၇။ အပ္ပကိစ္စောစ . . . ကိစ္စနည်းသည်လည်း ဖြစ်ရာ၏ . . .
ဟု ဆို၏။
အများအားဖြင့် လူတွေသည် ကိစ္စများနေတတ်၏။
ဟိုသွားချင် . . . သည်သွားချင် . . . ဟိုလိုချင် . . .
သည်လိုချင် . . . ဘယ်တော့မှမရပ်။
လုပ်ချင်တာတွေများပြီး လုပ်စရာတွေနှင့်နစ်နေ၏။ တရား

ကျင့်သုံးရန် အချိန်ပင်မပေးနိုင်။

အချို့မှာနေရာအနှံ့သွားနေချင်၏။ ဖြစ်နိုင်လျှင် ကမ္ဘာပတ်
နေချင်၏။

မရောက်ဘူးသောအရပ်၊ မမြင်ဘူးသောအရာ၊ မစားဘူး
သောအစာ၊ ရောက်ဘူးချင်၊ မြင်ဘူးချင်၊ စားဘူးချင်
ဖြစ်တတ်၏။

ကိစ္စမျိုးစုံအနက်မှ မိမိအတွက် အရေးကြီးဆုံးကိစ္စကို ရွေးပြီး
လုပ်သင့်၏။

မလုပ်လျှင်လည်းဖြစ်သောကိစ္စများကို လျစ်လျူရှုသင့်၏။

၆၈။ သဏ္ဌဟုကဋိတ္တိ . . . ပေါ့ပါးသော ဖြစ်ခြင်းရှိသည်လည်း
ဖြစ်ရာ၏ . . . ဟုဆို၏။

ဗုဒ္ဓရှင်တော်က ပေါ့ပါးသော ငှက်အသွင်အလား သို့မှီး
စရာမရှိ၊ အချိန်မရွေးထ၍ပျံနိုင်သကဲ့သို့ သင်္ကန်း သုံးထည်၊
သပိတ်တစ်လုံး၊ လိုအပ်သောပရိက္ခရာအနည်းငယ်ဖြင့်
သွားလာနိုင်ရမည်ဟု သူ၏သားတော်ရဟန်းများအား
ဆုံးမ၏။

အများအားဖြင့် ကား လူတို့သည် မပေါ့ပါးကြကုန်။
စုဆောင်း သိုမှီးထားသည်များ ၊ အရေးပေါ်အသုံးလိုလျှင်
သုံးနိုင်အောင် ရှာထားသည်များ များစွာရှိ၏။

ငွေကြေးတတ်နိုင်လျှင်တတ်နိုင်သကဲ့သို့ များသော အသုံး
အဆောင် အဝတ်အထည်များရှိကြကုန်၏။

သိမ်းဆည်းရခြင်း ၊ စောင့်ရှောက်ရခြင်းဖြင့် လူတို့သည်

မပေါ့ပါးကြ။

တရားကျင့်သုံးသူတို့ကား စိတ်ပေါ့ပါးမှု၊ ကိုယ်ပေါ့ပါးမှုရအောင် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သော အသုံးအဆောင်အရေအတွက် ကိုနည်းနိုင်သမျှအနည်းဆုံး ထားရှိအပ်၏။ ဤသို့ဆိုလျှင် တွယ်တာမှု၊ ကြောင့်ကြမှုကင်းမည်ဖြစ်၏။

၆၉။ သန္တန္တိယောစ . . . ငြိမ်သက်သော ဣန္ဒြေရှိသည်လည်း ဖြစ်ရာ၏ . . . ဟုဆို၏။

ကလေး(၂)ဦးကို ယှဉ်ကြည့်ပါစို့။ မျောက်ရုံးအောင်ဆော့ပြီး အငြိမ်မနေ၊ ဟိုပြေး ဒီလွှား ဟိုကိုင်ဒီကိုင် လူကြီးအနီးတွင် နားပူနားဆာလုပ်သောကလေးနှင့် ငြိမ်ငြိမ်သက်သက်ကလေး သူထိုင်ရမည်နေရာတွင် ထိုင်ကာ စိတ်ဝင်စားစရာ အာရုံ (ဥပမာ . . .) ကာတွန်းစာအုပ်ကို ငုံ့ဖတ်နေသော ကလေးကို ယှဉ်ကြည့်ပါ။ မည်သည့်ကလေးသည် ပို၍ချစ်ဖွယ် . . . နှစ်သက်ဖွယ်ကောင်းပါသနည်း။

ငြိမ်သက်သော ဣန္ဒြေမရှိသူသည် ကိုယ်ကာယအားဖြင့် လက်ခြေမငြိမ်၊ မျက်လုံးကလည်းမငြိမ်၊ ဟိုကြည့်သည်ကြည့်၊ စိတ်ကလည်း ဟိုရောက် သည်ရောက် . . . မည်သို့ငြိမ်းအေးပါမည်နည်း။

ငြိမ်သက်သော ကာယဣန္ဒြေ ၊ မနောဣန္ဒြေ ၊ စက္ခု ဣန္ဒြေ ရှိသူသည် သမာဓိတရားကို ထူထောင်ရန်လွယ်၏။ တရားသိမြင်ရန် လမ်းကြောင်းအမှန်ဖြစ်၏။

- ၇၀။ နိပကောစ . . . ရင့်ကျက်သည်လည်းဖြစ်ရာ၏ . . .
ဟုဆို၏။
မရင့်ခြင်း ၊ မကျက်ခြင်းသည် နုခြင်း ၊ စိမ်းခြင်းပင်တည်း။
မပြည့်ဝခြင်း ၊ မပြည့်စုံခြင်းပင်တည်း။
အချို့သည် လောကီရေးရာ၌ မရင့်ကျက်။ အတွေးအခေါ်
နု၏။ ဆတ်ဆတ်ထိမခံ ၊ ဖျတ်ဖျတ်လူးတတ်၏။
အရေးမကြီးသည်ကို အရေးကြီးသည်ဟုထင်ကာ ရေးကြီး
ခွင်ကျယ်လုပ်တတ်၏။ အရေးကြီးသည်ကို အရေးမကြီးဟု
ထင်ကာ ပေါ့ပေါ့ပျက်ပျက်သဘောထားတတ်၏။ ပြီးစလွယ်
လုပ်တတ်၏။
မြွေဟောက်ပမာ ချက်ချင်းတုံ့ပြန်၏။ ချင့်ချိန်စဉ်းစားခြင်း
မရှိ။
Impulsive ဖြစ်တတ်၏။ ရှေ့နောက်မဆင်ခြင်။
ရင့်ကျက်သူသည် အရာရာကိုအလေးထားစဉ်းစား၏။
ဆင်ခြင်၏။ သင့်၏ . . . မသင့်၏ . . . ဝေဖန်ပိုင်း
ခြား၏။ တည်ကြည်စွာတုံ့ပြန်၏။
- ၇၁။ အပ္ပဂစ္ဆောစ . . . ကြမ်းတမ်းရိုင်းပျခြင်း ကင်းသည်လည်း
ဖြစ်ရာ၏ . . . ဟုဆို၏။
အထက်တွင်ဆိုခဲ့သော မူဒ . . . အနတိမာနိ . . .
တရား(၂) ရပ်ကို ကျင့်သုံးသူသည် ကြမ်းတမ်းရိုင်းပျခြင်းကို
ရှောင်နိုင်လိမ့်မည်ဖြစ်၏။
ကြမ်းတမ်းခြင်းသည် နူးညံ့သိမ်မွေ့ခြင်း၏ ဆန့်ကျင်ဘက်
ဖြစ်၏။

ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်းနေ၏။
 ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်းပြော၏။ ဆဲရေး၏။
 ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်းသွားလာ၏။
 ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်းဆက်ဆံ၏။
 ကြမ်းကြမ်းတမ်းတမ်း ပြုမူ၏။
 မာန်ထောင်လွှားသူသည် ရိုင်းပျ၏။
 ရိုင်းရိုင်းစိုင်းစိုင်းနေထိုင်ပြုမူ ၊
 ပြောဆိုသွားလာ ၊ ကျင့်ကြံတတ်၏။
 ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့မှုမရှိ။
 လူ့ကျင့်ဝတ်ကိုမစောင့်စည်း။
 လူ့စည်းကမ်းကို မလိုက်နာ။
 ရိုသေသင့်သူကိုမရိုသေ ၊ မဝပ်တွား။

- ၇၂။ ကုလေသွ'နနုဂိဒ္ဓေါစ . . . အိမ်ထောင်စု တကာ တကာ
 မတို့၌ မက်မောတွယ်တာခြင်းကင်းသည်လည်း ဖြစ်ရာ၏
 . . . ဟုဆို၏။
- ဤသည်ကား ဗုဒ္ဓ၏သားတော်ရဟန်းများအတွက် ဆုံးမ
 စကားဖြစ်၏။
- ကလျာဏ ပုထုဇဉ်တို့သည်လည်း တရားကျင့်သုံးစဉ်
 သံယောဇဉ်အတွယ်အတာကို နည်းနိုင်သမျှ နည်းအောင်
 ဖြတ်ထားသင့်၏။
- သို့မဟုတ်လျှင် ပလိဗောဓ ဖြစ်နေလိမ့်မည်။ ကြောင့်ကြမှု၊
 ငဲ့ကွက်မှု၊ ပူပင်မှုကြောင့် သမာဓိ၌ အနှောင့်အယှက်ဖြစ်
 နေပေလိမ့်မည်။

- ၇၃။ နစ ဒုက္ခမာစရေ ကိဉ္ဇိ . . . ယေန ဝိညာ ပရေ ဥပဝဒေယံ။
 . . . ပညာရှိတို့ ကဲ့ရဲ့အပ်ကုန်သော အသေးအဖွဲ့ အပြစ်
 တစ်စုံတစ်ရာကိုမျှပင် မပြုကျင့်ရာ . . . ဟုဆို၏။
 ဤစကား၌ ပညာရှိဟူသည် ဘုရား၊ ရဟန္တာ၊ အရိယာ
 ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ၊ အကျင့်သိက္ခာရှိကြကုန်သော ရဟန်း
 သံဃာ၊ ဆရာတော်များ၊ လူပုဂ္ဂိုလ် သူတော်ကောင်းများ
 ကို ထည့်သွင်း ရေတွက်အပ်၏။
 သူတော်ကောင်းဟူသည် အကျိုးလိုလားသူများသာ ဖြစ်၍
 ထိုသူတို့က အပြစ်ဟူ၍ ကဲ့ရဲ့အပ်သော ပြုမူမှုမှန်သမျှကို
 မည်မျှပင်သေးဖွဲ့ပါစေ . . . ရှောင်ကြဉ်သင့်၏။
 ဤကား မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားအပ်သော မေတ္တာ
 တရားတော်မှ လိုက်နာအပ်သော ညွှန်ပြချက်များပါတည်း။

သီလ

- ၇၄။ သီလသည် သူတော်ကောင်းနှင့် သူယုတ်မာအကြား
 ပိုင်းခြားထား သောစည်းဖြစ်၏။
 သီလရှိသူသည် သူတော်ကောင်းဖြစ်၏။
 သီလမရှိသူသည် သူယုတ်မာဖြစ်၏။
- ၇၅။ မပြောက်မကျား၊ မကျိုးမပေါက်သော သီလရှိသူသည်
 ဖြူစင်ဝင်းမွတ်သော လှပသည့်မျက်နှာနှင့်တူ၏။
 ပြောက်ကျားသောသီလရှိသူကား လှပသည့်မျက်နှာထက်၌
 မှည့်များ၊ အမည်းကွက်များရှိသည့်သူနှင့်တူ၏။
 သီလမရှိသူကားအဖုအထစ်နုနာရှိသည့်မျက်နှာနှင့်တူ၏။

၇၆။ ဝါရိတ္တသီလဆိုသည်မှာ မကောင်းသောအမှုများ၊ တားမြစ်ထားသော အမှုများကို ရှောင်ကြဉ်စောင့်ထိန်းခြင်း။ (Passive) သဘောဖြစ်၏။

စာရိတ္တသီလဆိုသည်မှာ ကောင်းသောအမှုများ ပြုခြင်းဖြစ်၏။ (active) သဘောဖြစ်၏။

ပုထုဇဉ်ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် နိစ္စသီလဟု ဆိုအပ်သော Universal သီလလည်းဖြစ်သော ငါးပါးသီလမှကျော်လွန်ပြီး အဗြဟ္မာစရိယသိက္ခာပုဒ်၊ ဝိကာလဘောဇနာသိက္ခာပုဒ်စသည်တို့ စောင့်ထိန်းလျှင် စာရိတ္တသီလ ဖြစ်၏။ ရှစ်ပါးသီလ၊ ကိုးပါးသီလ၊ ဆယ်ပါးသီလပါ မြင့်မြတ်သော သိက္ခာပုဒ်များကို စောင့်ထိန်းလျှင် စာရိတ္တ သီလဖြစ်၏။ သို့သော် သာမဏေတစ်ပါးအတွက် ဆယ်ပါးသီလသည် ဝါရိတ္တ သီလဖြစ်ပြန်၏။

ရဟန်းအတွက် (၂၂၇)သွယ်သော သိက္ခာပုဒ်တို့သည် ဝါရိတ္တသီလပင်ဖြစ်တော့၏။

၇၇။ ကောင်းမြတ်သောဘဝ၊ ကောင်းမြတ်သောစည်းစိမ်ကို တောင့်တပြီး ဆောက်တည်သောသီလကို နိဿိတသီလဟု ခေါ်၏။ ဘဝသမ္ပတ္တိ၊ ဘောဂသမ္ပတ္တိတဏှာကို မှီသော သီလဖြစ်၏။

ဤသို့မဟုတ်မူဘဲ တဏှာ၊ ဒိဌိနှင့် မယှဉ်မူ၍ မြတ်သော အကျင့်ကို ငါကျင့်မည်ဟု နှလုံးသွင်း စောင့်ထိန်းသော သီလကို အနိဿိတသီလဟုခေါ်၏။ ဤသီလမျိုးကို ဆောက်တည်အပ်၏။

- ၇၈။ အကျော်အစော ဂုဏ်သတင်းလိုလားသဖြင့် ဆောက် တည်
သောသီလကို ဟိနသီလဟုခေါ်၏။
ဘဝချမ်းသာကိုလိုလား တောင့်တ၍ ဆောက်တည်သော
သီလကို မဇ္ဈိမသီလဟုခေါ်၏။
တရား၏မြင့်မြတ်မှုကိုသာ နှလုံးသွင်း၍ ဆောက်တည်
သောသီလကို ပဏိတသီလဟုခေါ်၏။
ဤတတိယသီလကို ဆောက်တည်အပ်၏။
- ၇၉။ မိမိကိုယ်ကို အလေးပြု၍ ဆောက်တည်သောသီလကို
“အတ္တာ ဓိပတေယျသီလ” ဟုခေါ်၏။
လူအများ၊ လောကကို အလေးဂရုပြု၍ ဆောက်တည်
သောသီလကို “လောကာဓိပတေယျသီလ” ဟုခေါ်၏။
တရားတော်ကို အလေးဂရုပြု၍ ဆောက်တည်သော
သီလကို “ဓမ္မာဓိပတေယျသီလ” ဟုခေါ်၏။
- ၈၀။ အပါယ်စသော ဘေးတို့မှလွတ်မြောက်စေတတ်သော
သိက္ခာပုဒ်သီလကို “ ပါတိမောက္ခ သံဝရသီလ ” ဟုခေါ်၏။
မျက်စိ၊ နား၊ နှာ၊ လျှာ၊ ကိုယ်၊ စိတ်တည်းဟူသော ဣန္ဒြေ
ခြောက်ပါး တို့ကို အကုသိုလ်ခိုးသားများ ဝင်ခွင့်မရစေရန်
မလစ်မလပ် သတိဖြင့် စောင့်ကြပ်သောသီလကို
“သတိသံဝရသီလ” ဟုခေါ်၏။
ရေအလျဉ်ကဲ့သို့ တသွင်သွင်ဖြစ်ပွားတတ်သည့် တဏှာ၊ ဒိဌိ၊
အဝိဇ္ဇာ ဒုစရိုက် ကိလေသာတရားတို့ မဖြစ်ပွားရအောင်

စောင့်ထိန်းသောသီလကို “ ဉာဏာသံဝရ သီလ”
ဟုခေါ်၏။

အချမ်း၊ အပူစသည်တို့ကို သည်းခံသောအားဖြင့်
အကုသိုလ်တရားတို့ မဖြစ်ပွားအောင် စောင့်ထိန်းသော
သီလကို “ ခန္တီသံဝရသီလ” ဟုခေါ်၏။

ကာမ၊ ဗျာပါဒ၊ ဝိဟိံသာ မိစ္ဆာဝိတက်တို့စိတ်၌ မဖြစ်အောင်
(မကြံစည်မိအောင်) အားထုတ်စောင့်စည်းသော သီလကို
“ ဝီရိယသံဝရသီလ” ဟုခေါ်၏။

- ၈၁။ သီလသည် သမာဓိ၏ အခြေခံဖြစ်၏။
သီလမရှိသူ သည် သမာဓိမရနိုင် ။
သမာဓိမရှိလျှင် ပညာမရှိနိုင်။
ဝိပဿနာပညာမရှိလျှင် သံသရာမှ မထွက်နိုင်တော့။

သမာဓိ

- ၈၂။ သမာဓိသည် တည်ကြည်ခြင်း ဖြစ်၏။
 လှိုင်းခတ်လှုပ်ရှားနေသော ရေမျက်နှာပြင်ထက်၌
 သစ်ရွက်ငယ်သည် အတည်မကျလှုပ်နေတတ်၏။
 ငြိမ်နေသော ရေမျက်နှာ၌ကား သစ်ရွက်ငယ်သည် ငြိမ်၍
 နေ၏။
 မငြိမ်မသက်ဖြစ်နေလျှင် စိတ်ကို စူးစိုက်ညွတ်ရန်မဖြစ်နိုင်။
 လွင့်ပျံ့နေသောစိတ်သည် စုစည်းထိရောက်မှု မရှိ။
- ၈၃။ မဂ်ဖိုလ်မရနိုင်အောင် တားမြစ်တတ်သော တရားများကို
 နိဝရဏ ဟုခေါ်၏။
 တပ်မက်လိုလားသောစိတ် ကာမစ္ဆန္ဒနိဝရဏ ၊ ညစ်ညူး
 သောစိတ် ဗျာပါဒနိဝရဏ၊ လေးလံထိုင်းမှိုင်းသောစိတ်
 ထိနမိဒ္ဓနိဝရဏ ၊ မငြိမ်မသက်ပူပင်သောစိတ် ဥဒ္ဓစ္စ ကုက္ကုစ္စ
 နိဝရ၊ ယုံမှားသော စိတ် ဝိစိကိစ္ဆာနိဝရဏ တည်းဟူသော
 နိဝရဏ ငါးပါးသည် အဟန့်အတား တရားများဖြစ်၏။
 အတားအဆီး Obstacles များဖြစ်၏။
 ဤအတားအဆီးများကို ကျော်ဖြတ်နိုင်သည့်အခါ
 အနည်းငယ် ဝမ်းမြောက်မှုဟူသော ပါမောဇ္ဇဖြစ်၏။
 ထိုမှတစ်ဆင့် နှစ်သက်ခြင်း ဟူသော ပီတိဖြစ်၏။
 ထိုမှတစ်ဆင့် ငြိမ်းအေးခြင်း ပဿိဒ္ဓ၊ ကိုယ်စိတ်ချမ်းသာခြင်း
 သုခ၊ ထိုမှ တည်ကြည်ခြင်း သမာဓိဖြစ်၏။

ပညာ

၈၄။

ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းလေးဆယ်ရှိ၏။

ကသိုဏ်း	၁၀ ပါး
အသုဘ ဘာဝနာ	၁၀ ပါး
အနုဿတိ ဘာဝနာ	၁၀ ပါး
ဗြဟ္မာ ဝိဟာရ	၄ ပါး
အာဟာရေပဋိကုလသညာ	၁ ပါး
စတုဓာတုဝေဒနာ	၁ ပါး
အာရပ္ပ	၄ ပါး

စုစုပေါင်း

၄၀ ပါး

၈၅။

ကသိုဏ်း (၁၀)ပါး

၁။ ပထဝီ ကသိုဏ်း	-	မြေကြီး၏ အဝိုင်းအဝန်း အာရုံ
၂။ တေဇော ကသိုဏ်း	-	မီး၏အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ
၃။ အာပေါ ကသိုဏ်း	-	ရေ၏ အဝိုင်းအဝန်း အာရုံ
၄။ ဝါယော ကသိုဏ်း	-	လေ၏အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ
၅။ နီလကသိုဏ်း	-	ညိုသောအဆင်း၏ အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ
၆။ ပီတ ကသိုဏ်း	-	ရွှေရောင်အဆင်း၏ အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ

- ၇။ လောဟိတကသိုဏ်း - နိသောအဆင်း၏
အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ
- ၈။ သြဒါတ ကသိုဏ်း - ဖြူသောအဆင်း၏
အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ
- ၉။ အာကာသ ကသိုဏ်း - ကောင်းကင်၏
အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ
- ၁၀။ အာလောကကသိုဏ်း - အလင်းရောင်၏
အဝိုင်းအဝန်းအာရုံ

၈၆။ အသုဘဘာဝနာ (၁၀)ပါး

(မတင့်မတယ်ရွံရှာဖွယ်လိလိဖြစ်သော နိမိတ်အာရုံ
ကမ္မဋ္ဌာန်း)

- ၁။ ဥဒ္ဓုမာတက - ဖူးဖူးရောင်ထ မလှ ရုပ်သွင်
အမြင်ဆိုးဝါးသောသူသေကောင်
ပုပ်ကို ပွားများဆင်ခြင်ခြင်း။
- ၂။ ဝိနီလက - ဖောက်ပြန်ညိုပုပ်၊ စက်ဆုပ်ရွံရှာ
ဖွယ် သူသေကောင်ပုပ်ကို ပွား
များဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၃။ ဝိပုဗ္ဗက - ယိုစီးလိမ်းကျံသော ပြည်ပုပ်တို့
ဖြင့်စက်ဆုပ်ဖွယ် သူသေကောင်
ပုပ်ကိုပွားများ ဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၄။ ဝိစ္ဆိဒ္ဓက - နှစ်ပိုင်းပြတ်နေသောစက်ဆုပ်

- ဖွယ် လူသေကောင်ပုပ်ကိုပွားများ
ဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၅။ ဝိက္ခာယိတက - ခွေး၊ ကျီး၊ ငှင်းတတို့စား၍
စက်ဆုပ်ဖွယ် ဖြစ်နေသော
သူသေကောင်ပုပ်ကို ပွားများဆင်
ခြင်ခြင်း၊
- ၆။ ဝိက္ခိတ္တက - ဖရိုဖရဲ ကွဲပြားပိုင်းပြတ်နေသော
စက်ဆုပ်ဖွယ်သူ သေကောင်ပုပ်
ကို ပွားများဆင်ခြင်ခြင်း ၊
- ၇။ ဟတဝိက္ခိတ္တက - လက်နက်ဖြင့် ပိုင်းဖြတ်လွှင့်ပစ်
အပ်သော စက်ဆုပ်ဖွယ် သူသေ
ကောင်ပုပ်ကိုပွားများ ဆင်ခြင်
ခြင်း၊
- ၈။ လောဟိတက - သွေးအလိမ်းလိမ်းပေကျံ နေ
သော စက်ဆုပ်ဖွယ် သူသေ
ကောင်ပုပ်ကို ပွားများဆင်
ခြင်ခြင်း၊
- ၉။ ပုဠိဝက - ပိုးလောက်ပြည့်လျှံ အော့အံဖွယ်
သူသေကောင်ပုပ်ကို ပွားများ
ဆင်ခြင်ခြင်း၊
- ၁၀။ အဋ္ဌိက - စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာ သူသေကောင်
အရိုးစုကို ပွားများဆင်ခြင်ခြင်း။

၈၇။ အနုဿတိ (၁၀) ပါး

(အဖန်တလဲလဲ အောက်မေ့အပ်သော ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား)

- ၁။ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ - ဘုရားဂုဏ်တော်(၉)ပါးနှင့်
ကျေးဇူးတော်များ
- ၂။ ဓမ္မာနုဿတိ - တရားတော်၏ ဂုဏ်တော်
(၆)ပါး
- ၃။ သံဃာနုဿတိ - သံဃာတော်၏ ဂုဏ်တော်
(၉)ပါး
- ၄။ သီလာနုဿတိ - မိမိစောင့်ထိန်းသော သီလ
ဂုဏ်
- ၅။ စာဂါနုဿတိ - မိမိ၏လှူဒါန်း ပေးကမ်း
စွန့်ကြဲ ခြင်းဂုဏ်
- ၆။ ဒေဝတာနုဿတိ - နတ်တို့၏သဒ္ဓါတရားအစ
ရှိသောဂုဏ်
- ၇။ ဥပသမာနုဿတိ - နိဗ္ဗာန်၏အေးငြိမ်းမှု
- ၈။ မရဏာနုဿတိ - သေခြင်းတရား
- ၉။ ကာယဂတာဿတိ - ဆံပင်အစရှိသော ကိုယ်
ကာယအစု
- ၁၀။ အာဏာပါနာဿတိ - ထွက်သက်ဝင်သက်

၈၈။

ဗြဟ္မဝိဟာရတရား (၄)ပါး

(မြတ်သောအကျင့်လေးပါး၊ သောကကင်းဝေးနေနိုင်ရေး
တရား)

- ၁။ မေတ္တာ - သတ္တဝါအားလုံးအား မိမိကိုယ်နှင့်
အမျှချစ်ခင်ခြင်း
- ၂။ ကရုဏာ - ဆင်းရဲသောသတ္တဝါအားလုံးအား
သနားခြင်း
- ၃။ မုဒိတာ - ချမ်းသာသောသတ္တဝါအားလုံး
အတွက် ဝမ်းမြောက်ခြင်း
- ၄။ ဥပေက္ခာ - ဆင်းရဲ ချမ်းသာထိုနှစ်ဖြာကို မုန်းချစ်
မပြု လျစ်လျူရှုခြင်း။

၈၉။

အာဟာရေ ပဋိကုလသညာ (၁)ပါး

စားမျိုးသော အစာအာဟာရ၌ စက်ဆုပ်ရွံရှာဖွယ်
အမှတ် သညာထား၍ ဆင်ခြင်အောက်မေ့ခြင်း။

၉၀။

စတုဓာတုဝေဒနာ (၁)ပါး

ပထဝီ ၊ တေဇော ၊ အာပေါ ၊ ဝါယော တည်း
ဟူသော ဓာတ်ကြီး(၄)ပါးအား ခွဲခြမ်း ရှုမြင်ခြင်း။

၉၁။ အာရုပ္ပ (၄)ပါး

၁။ အာကာသာနဉ္စာယတနဈာန်
 အဆုံးမရှိသော ကောင်းကင်ပညတ်ကို အာရုံပြု၍
 ရရှိသောဈာန်

၂။ ဝိညာနဉ္စာယတနဈာန်
 အဆုံးမရှိသောဝိညာဉ်ကိုအာရုံပြု၍ ရရှိသော
 ဈာန်

၃။ အာကိဉ္စာညာယတနဈာန်
 ဝိညာဉ်မရှိသည်ကို အာရုံပြု၍ ရရှိသောဈာန်

၄။ နေဝသညာနာသညာယတနဈာန်
 အလွန်သိမ်မွေ့သောသညာသာတည်ရှိသော
 ဈာန်

၉၂။ ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌမတ္တံ

ဒိဋ္ဌ သုတ မုတ ဝိညာတေသု
 ဓမ္မေသု ဒိဋ္ဌေ ဒိဋ္ဌ မတ္တံ ဘဝိဿတိ
 သုတေ သုတ္တံ မတ္တံ ဘဝိဿတိ
 မုတေ မုတ္တံ မတ္တံ ဘဝိဿတိ
 ဝိညာတေ ဝိညာတ မတ္တံ ဘဝိဿတိ။

မြင်ရ၊ ကြားရ၊ ရောက်ရ၊ သိရသော တရားတွေ၌
မြင်ရုံမျှဖြစ်၊ ကြားရုံမျှဖြစ်၊ ထိရုံမျှဖြစ်၊ ကြံသိရုံ မျှဖြစ်အောင်
ကျင့်ရမည်။ မြင်ရုံ၊ ကြားရုံ၊ ထိသိရုံ၊ ကြားသိရုံမျှဖြစ်အောင်
မြင်ခိုက်၊ ကြားခိုက်၊ ထိခိုက် ၊ ကြံခိုက် မပြတ်ရှုမှတ်ရမည်။

၉၄။ ဝိပဿနာဟူသည်မှာ ရုပ်တရားကို ရှေ့ပြေး
အဖြစ်ထားပြီး နာမ်တရားကို နောက်လိုက်အဖြစ်
ထားကာ ရှေ့ကသွား၊ နောက်ကလိုက် မပြတ်ရှုမှတ်
နေခြင်းကိုခေါ်၏။ (မင်းကွန်းဆရာတော်ကြီး)

၉၄။ အရိယာလေးမျိုး

- ၁။ ဝိပဿနာတရားအားထုတ်နေသူ အာစာရ အရိယာ၊
- ၂။ ရုပ်နာမ်ကွဲပြားသိသူ ဒဿနအရိယာ ၊
- ၃။ သံသရာဝဋ်ဒုက္ခကိုငြီးငွေ့သည့် နိဗ္ဗိန္ဒုဉာဏ်ရောက်သူ
လိင်္ဂအရိယာ
- ၄။ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဆိုက်သူ သောတာပန် . . .
ပဋိဝေဒ အရိယာ ၊

၉၅။ ဝိပဿနာဉာဏ်စဉ်(၁၆)ပါး

(က) ကရုဏာဝိပဿနာ

(၁) နာမရူပပရိစ္ဆေဒဉာဏ်

(ရူမုတ်ပြီး ရုပ်နှင့်နာမ်ခွဲခြားသိမြင်သောဉာဏ်)

(သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိကိုပယ်သည်)

(၂) ပစ္စယပရိဂ္ဂဟဉာဏ်

(စက္ခုအကြည်ဓာတ် ၊ အဆင်းရုပ်၊ အလင်းရောင်၊

နှလုံးသွင်း စသောလေးပါးအကြောင်းကြောင့်

စက္ခုဝိညာဏ်စိတ် ဖြစ်ပေါ်သည်ဟူသော အကျိုး

အကြောင်းဆက်စပ် သိသောဉာဏ်)

(ဝိစိကိစ္ဆာကိုပယ်သည်)

(၃) သမ္မုသနဉာဏ်

(အနိစ္စ ၊ ဒုက္ခ ၊ အနတ္တ ၊ လက္ခဏာများမြင်

သောဉာဏ်) (တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ ပယ်သည်)

(၄) ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်

(အဖြစ်အပျက်ကိုရှုသောဉာဏ်)

(၅) ဘင်္ဂဉာဏ်

(အပျက်သာထင်သည့်ဉာဏ်)

(၆) ဘယဉာဏ်

(ကြောက်စရာထင်သည့်ဉာဏ်)

(၇) အာဒိန္ဒဝဉာဏ်

(သံသရာဝဋ်၏ အပြစ်များကို တရားရား ထင်သည့်ဉာဏ်)

(ခ) ဗလဝိပဿနာ

(၈) နိဗ္ဗိန္ဒဉာဏ်

(သံသရာဝဋ်ကိုငြီးငွေ့လာသည့်ဉာဏ်)

(၉) မုစ္ဆိတကမုတာဉာဏ်

(သံသရာဘဝတွေကိုရွံ့မုန်းလာပြီး သံသရာမှ လွတ်ချင်သောဉာဏ်)

(၁၀) ပဋိသင်္ခါဉာဏ်

(လွတ်မြောက်ရန်အတွက် ထပ်၍ ထပ်၍ ရှုသော ဉာဏ်)

(၁၁) သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်

(သုသဘောသဘာဝအလျောက် ဖြစ်ပျက်နေသော သင်္ခါရတရားများကို လျစ်လျူရှုသည့် ဉာဏ်)

(၁၂) အနုလောမဉာဏ်

(ပရိကံ ၊ ဥပစာ ၊ အနုလုံ ၊ ပဋိလုံ ဝင်စားခြင်း ကိုခေါ်သည်)

(၁၃) ဂေါတြဘူညဏ်

(၁၄) မဂ်ညဏ်

(၁၅) ဖိုလ်ညဏ်

(၁၆) ပစ္စဝေက္ခဏာညဏ်

(ပြန်လည်ဆင်ခြင်သောညဏ်)

၉၆။

ဘာဝနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းလေးဆယ်တွင် မည်သည့် ကမ္မဋ္ဌာန်း ကိုပဲအားထုတ် ၊ သံသရာကိုကြောက်ခြင်း၊ ရွံ့ခြင်း၊ မုန်းခြင်း လွတ်မြောက်ချင်ခြင်း ပေါ်လာအောင် ရည်ရွယ် ရင်းဖြစ်၏။

သံသရာကို မရွံ့၊ မကြောက်၊ မမုန်း၊ မငြီးငွေ့၊ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ချင်စိတ် မပေါ်လျှင် ဝိပဿနာ တရား အားထုတ်ခြင်း၏ ရည်မှန်းချက်ပန်းတိုင် မရောက် သေးဟု သိသင့်၏။

ယခုဘဝတွင်ကြုံတွေ့ချစ်ခင်ရသူဇနီး၊ သားမယား၊ ဆွေမျိုးများနှင့် ဘဝဆက်တိုင်း ဆုံတွေ့ပါရစေသား၊ နတ်ဘဝ သုဂတိဘဝ ရောက်စေသားဟူသည့် ဆန္ဒရှိနေ သေးလျှင် သံသရာတွင် ဆက်လက်ကျင်လည် ချင်သေး သည့် သဘောဖြစ်၏။

သံသရာကိုမကြောက်သေး။

သံသရာကိုမရွံ့မမုန်းသေး။

သံသရာကိုမငြီးငွေ့သေး။

သံသရာမှမလွတ်နိုင်သေး။

၉၇။

မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်တော်

(ကောက်နုတ်ချက်အကျဉ်း)

ရဟန်းတို့၊ သတ္တဝါတို့၏ အထူးထူးသောကိ
လေသာတို့မှ အထူးသဖြင့်ကင်းစင်ခြင်းငှာ၊ စိုးရိမ်ခြင်း
ငိုကြွေးမြည်တမ်းခြင်းတို့ ကိုလွန်ခြင်းငှာ၊ ကိုယ်၏ဆင်းရဲခြင်း
စိတ်နှလုံးမသာယာခြင်းတို့၏ ချုပ်ခြင်းသို့ရောက်ခြင်းငှာ၊
အရိယာမဂ်ကိုရခြင်းငှာ၊ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုခြင်းငှာ
လေးပါးကုန်သောသတိပဋ္ဌာန်တို့သည်သာ တစ်ကြောင်း
တည်းသောခရီးဖြစ်သတည်း။

၁။ ကာယာနုပဿီ - ဘူတရုပ်၊ ဥပါဒါရုပ်အပေါင်း၊
အင်္ဂါကြီး ငယ်အပေါင်း၊ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ၊ အသုဘ
အခြင်းအရာ အပေါင်းကို အဖန်တလဲလဲရှုအပ်သော
ဝိပဿနာဉာဏ်။

၂။ ဝေဒနာနုပဿီ - သုခဝေဒနာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာတို့ကို
အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟုအဖန်တလဲလဲ ရှုအပ်သော
ဝိပဿနာဉာဏ်။

၃။ စိတ္တာနုပဿီ - စိတ်၌ဖြစ်သော သရာဂ စသည့်
စိတ် စသည့်တို့ကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တ ဟုအဖန်
တလဲလဲရှုအပ်သော ဝိပဿနာဉာဏ်။

၄။ ဓမ္မာနုပဿီ - နိဝရဏစသော တရားတို့ကို အနိစ္စ၊
ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟူ၍ အဖန်တလဲလဲရှုအပ် သောဝိပဿ
နာဉာဏ်။

၉၈။

ကာယာနုပဿနာ အာနာပါနပိုင်း

၁။ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့ကပ်ပြီး ထက်ဝယ်ဖွဲ့ခွေ၏။
ကိုယ်ကိုဖြောင့်မတ်စွာထား၏။ သတိကိုကမ္မဋ္ဌာန်း
သို့ရှေးရှု၏။

၂။ သတိဖြင့်ထွက်သက်ရှု၏။ သတိဖြင့်ဝင်သက် ရှိုက်၏။
ထွက်သက်ရှုတိုင်း၊ ဝင်သက်ရှိုက်တိုင်းသိ၏။ သတိကို
နှာသီးဖျား၌ ကပ်ထား၏။ ရှည်စွာဝင် သက်ရှိုက်သော်
ရှည်စွာဝင်သက် ရှိုက်သည်ဟူ၍သိ၏။ ရှည်စွာထွက်
သက်ရှုသော် ရှည်စွာထွက် သက်ရှုသည် ဟုသိ၏။
တိုစွာရှုရှိုက်လျှင်လည်း တိုစွာရှုရှိုက်သည်ဟုသိ၏။

၃။ အလုံးစုံသောထွက်သက်၏ စ၊ လယ်၊ ဆုံး သုံးပါး
အပေါင်းကို ထင်စေလျက် ထွက်သက်ရှု အံ့ဟု
အားထုတ်၏။ အလုံးစုံသော ဝင်သက်၏ စ၊ လယ်၊
ဆုံးသုံးပါးအပေါင်းကို ထင်စေလျက် ဝင်သက်ရှိုက်
အံ့ဟု အားထုတ်၏။

၄။ အရှိုက်ပြင်း၍ ရုန့်ရင်းသော ထွက်သက်ကို သာယာ
ဖြည်းညှင်း ရှုရှိုက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းစေလျက် ထွက်သက်ရှု
အံ့ဟူ၍ အားထုတ်၏။

၅။ အရှိုက်ပြင်း၍ ရုန့်ရင်းသော ဝင်သက်ကိုသာယာ ဖြည်း
ညှင်းရှိုက်ခြင်းဖြင့် ငြိမ်းစေလျက် ဝင်သက်ရှိုက် အံ့ဟူ၍
အားထုတ်၏။

၆။ ထိုကဲ့သို့ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ရှုမှတ်ရင်း ကိုယ်၊
နှာခေါင်း၊ စိတ်တို့၏ဖြစ်ကြောင်းသဘောကို အဖန်
တလဲလဲရှု၏။ ကိုယ်၊ နှာခေါင်း၊ စိတ်တို့၏ပျက်ကြောင်း
သဘောကို အဖန်တလဲလဲရှု၏။(ရုပ် ၊ နာမ် ၂ ပါး
တို့၏ဖြစ်ပျက်မှုကို အဖန်တလဲလဲရှု၏)

၇။ ထွက်သက်ဝင်သက်ကို တဏှာဒိဌိဖြင့် မစွဲလန်းချေ။
ရုပ်၊ ဝေဒနာ ၊ သညာ ၊ သင်္ခါရ ၊ ဝိညာဏ်တည်းဟူသော
ခန္ဓာငါးပါးကို ငါ့ကိုယ် ဟူ၍ ဒိဌိအားဖြင့်လည်းကောင်း၊
ငါ့ဥစ္စာဟူ၍ တဏှာအားဖြင့်လည်းကောင်း မစွဲလန်း
ချေ။ ထိုသို့အဖန်တလဲလဲရှု၏။

မှတ်ချက်။ ထွက်သက်ဝင်သက်၏မှီရာကိုယ်ကားရုပ်၊
ထွက်သက် ဝင်သက်ကိုအာရုံပြုသောစိတ်စေတသိတ်
ကား နာမ်၊ ရုပ်နာမ်တို့၏ အကြောင်းကား အဝိဇ္ဇာ
စသော ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် တရားတည်း။ အကြောင်း
တရားကိုစွဲ၍ အကျိုးတရားဖြစ်ခြင်းမျှသာတည်း။ ဤ
တရားမှတစ်ပါး သတ္တဝါ ၊ ပုဂ္ဂိုလ်မည်သည်မရှိ။
သို့ဖြစ်၍ ဤရုပ်နာမ်တရားကို အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ ၊ အနတ္တ
လက္ခဏာ ရေးသုံးပါးတင်ပြီး ဝိပဿနာကို
အစဉ်ပွားရာ၏။

၉၉။ ကာယာနုပဿနာ ၊ ဣရိယပထပိုင်း

၁။ “သွားတုန်း ၊ သွားဆဲ ၊ သွားခိုက်”
 “ရပ်တုန်း ၊ ရပ်ဆဲ ၊ ရပ်ခိုက် ”
 “ထိုင်တုန်း ၊ ထိုင်ဆဲ ၊ ထိုင်ခိုက် ”
 “ လျောင်းတုန်း ၊ လျောင်းဆဲ ၊ လျောင်းခိုက် ” သိ၏။

၂။ သွားစဉ်၊ ရပ်စဉ်၊ ထိုင်စဉ်၊ လျောင်းစဉ် ရုပ်၊ နာမ်တို့၏
 ဖြစ်ကြောင်းသဘော ၊ ပျက်ကြောင်းသဘောတို့ကို
 အဖန်တလဲလဲရှု၏။

၃။ ထိုရူပကာယကို တဏှာဒိဌိအားဖြင့် မမှီဘဲနေ၏။ ရုပ်၊
 ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ် ခန္ဓာငါးပါးကို
 ငါအစိုးရသောကိုယ် ဟူ၍ ဒိဌိအားဖြင့်လည်းကောင်း၊
 ငါ၏ဥစ္စာ ဟူ၍ တဏှာအားဖြင့် လည်းကောင်း
 မစွဲလန်း။ ထိုသို့ဖန်တလဲလဲရှု၏။

၁၀၀။ ဝေဒနာနုပဿနာ

၁။ ဣဌာရုံကိုခံစားခြင်း လက္ခဏာရှိသော သုခသော
 မနဿ ဝေဒနာကို ခံစားဆဲ၊ ခံစားခိုက်၊ ခံစား
 တုန်းသိ၏။ အနိဌာရုံကို ခံစားခြင်း လက္ခဏာရှိသော
 ဒုက္ခဒေါမနဿ ဝေဒနာကို ခံစားဆဲ၊ ခံစားခိုက်၊ ခံစား
 တုန်းသိ၏။ ဥပက္ခောဝေဒနာကိုခံစားသည်ရှိသော်
 ခံစားသည်ဟုသိ၏။

- ၂။ မိမိအတွင်းသန္တာန်၌လည်းကောင်း ၊ အပသန္တာန်၌လည်းကောင်း၊ ဝေဒနာကို အဖန်တလဲလဲရှု၍ နေ၏။
- ၃။ ဝေဒနာတို့၌ အဝိဇ္ဇာ ၊ တဏှာ သမ္မဿကြောင့် ဟူသော ဖြစ်ကြောင်းသဘောကို အဖန်တလဲလဲရှု၏။ ဝေဒနာတို့၏ ချုပ်ရာဖြစ်သော အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ သမ္မဿတို့ ချုပ်ခြင်းကိုလည်း အဖန်တလဲလဲရှု၏။
- ၄။ ဝေဒနာသည် အာရုံကိုခံစားခြင်းသဘောတရားသာလျှင်ရှိ၏။ ဝေဒနာသည်ခံစားပြီးသည့်နောက် ပျောက်၏။ ချုပ်ငြိမ်း၏။ ဖြစ်၏။ ပျက်၏။ သတ္တဝါခံစားသည်မဟုတ်၊ ရုပ်၊ နာမ်တို့အမှုသာဖြစ်၏။ ဝေဒနာကို တဏှာဒိဌိအားဖြင့် မစွဲနိုင်ရာ။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တဟူ၍ အဖန်ဖန် ရှုရာ၏။

၁၀၁။

စိတ္တနုပဿနာ

- ၁။ တပ်ခြင်းရာဂနှင့်တကွဖြစ်သောစိတ်၊ ဒေါသနှင့်တကွဖြစ်သော ဒေါသစိတ် ၊ လောဘစိတ် စသည်တို့ကို ရာဂစိတ် ၊ ဒေါသစိတ် ၊ လောဘစိတ်ဟူ၍ သိ၏။
- ၂။ ကုသိုလ်စိတ်၊ အဒေါသ၊ အလောဘစိတ်တို့ကိုလည်းသိ၏။
- ၃။ မိမိသန္တာန် ၊ အပသန္တာန်တို့၌ စိတ်ကို သရာဂစိတ် စသည်ဖြင့် အဖန်တလဲလဲရှု၏။

၄။ စိတ်၌ အဝိဇ္ဇာ၊ တဏှာ၊ ကံ၊ နာမ်၊ ရုပ်ဟူသော
 ဖြစ်ကြောင်း သဘောကို အဖန်တလဲလဲရှု၏။ အဝိဇ္ဇာ၊
 တဏှာ၊ ကံ၊ နာမ်၊ ရုပ်တို့၏ ချုပ်ခြင်းဟူသော ပျက်စီး
 ကြောင်းသဘောကို အဖန်တလဲလဲရှု၏။ ယင်းသို့
 ဖြစ်ကြောင်း ၊ ပျက်စီးကြောင်းသဘောတို့ကို အဖန်
 တလဲလဲရှု၏။

၅။ စိတ်ကိုတဏှာဒိဌိအားဖြင့် မစွဲလန်း။ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊
 အနတ္တဟူ၍ အဖန်တလဲလဲရှု၍နေ၏။

၁၀၂။ စွန်းလွန်းဝိပဿနာအားထုတ်နည်း

၁။ ကာယတံခါးကိုထိတော့ ဖဿဖြစ်သည်။ ဖဿဖြစ်
 တော့ ဝေဒနာဖြစ်သည်။ ၎င်းဝေဒနာကို တဏှာ ၊
 ဥပါဒါန် ၊ ဘဝစသည်မဖြစ်ရအောင် သတိနှင့်
 စောင့်၍သတ်ပါ။

၂။ သတ်ရာ၌ ဝေဒနာသညာ ၊ ဝေဒနာပညာနှစ်ပါး ဖြစ်
 တတ်သည်။ ဝေဒနာသညာဆိုသည်မှာ ပညတ်ဒြပ်
 သဏ္ဌာန်ကိုအာရုံပြု၍ သုံးသပ်ခြင်းဖြစ်၍ ဝေဒနာ
 ပညာဆိုသည်မှာ ပရမတ်ဓာတ်အစစ်၊ ဓာတ်အနှစ်ကို
 အာရုံပြု၍ သုံးသပ်ခြင်းကို ဆိုလိုသည်။

၃။ ဝေဒနာသညာမဖြစ်ဘဲ ဝေဒနာပညာသာဖြစ်ပါက ဥဒ
 ယဗ္ဗ ယဉာဏ် အမြင်သန်၍ မိမိဉာဏ်မှာ တစ်စတစ်စ

သန့်ရှင်း၍ လာလိမ့်မည်။ ထိုနောက် ကာယတံခါးက
စောင့်၍ သတိနှင့် သုံးသပ်သဖြင့် ထင်ပါများသော်
မနော ဒွါရာဝဇ္ဇန်းဖြစ်ပြီး သင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ် ဖြစ်ပေါ်
လာလိမ့်မည်။

၄။ ထိုသင်္ခါရပေက္ခာဉာဏ်ကို ပရိကံ၊ ဥပစာ၊ အနုလုံ
ဇောများက ကိလေသာတရား ကင်းစင်သွားအောင်
ပြုပေးတော့ ဂေါတြဘူက နိဗ္ဗာန်ကိုမြင်သည်။
ဂေါတြဘူက နိဗ္ဗာန်လို့ သညာပေးလိုက်တာနှင့်
ဂေါတြဘူ၏ သညာသို့လိုက်၍ ၎င်းဂေါတြဘူ
သညာပေးသော နိဗ္ဗာန်ကိုအမှီ သဟဲပြုပြီး မဂ်က
အနုသယကို ပါယ်သည်။

ထိ - သိ နှစ်ပါး ၊ သတိထား ၊

ရငြား နိဗ္ဗတာ ။

ထိ - သိ ပေါ်၌ ၊ သတိစိုက်

မျှော်လိုက် နိဗ္ဗတာ ။

ထိ - သိ ပေါ်တွင် ၊ သတိဝင်

အစဉ်ချမ်းသာမှာ ။

ထိ - သိ နှစ်ခု ၊ သတိပြု

ကျင့်မှု ဤအတိုင်းသာ ။

(စွန်းလွန်းဆရာတော်ကြီး)

၁၀၃။ လယ်တီဦးနန္ဒိယ မထေရ်၏ ဝိပဿနာ ရှုနည်း

၁။ သစ်သီးကို စားလိုသော သူတို့သည် မြေ၌ခြံကာ၍
မြေကိုပေါက်တူးဖြင့် ပေါက်ဆွလျက် မျိုးစေ့ကို
စိုက်ပြီးလျှင် ရေဖြင့်မနားမနေလောင်း၍ ကြီးပွားအောင်
မွေးမြူကြရ၏။ ထိုမျိုးစေ့မှ အညောက်၊ အပင်၊ အကိုင်း၊
အညွန့်၊ အရွက်၊ အပွင့်၊ အသီး တို့ဖြစ်ပေါ်လာကုန်၏။

၂။ ခန္ဓာကိုယ်သည် မြေကြီးနှင့်တူ၏။
သတိသည် ခြံနှင့်တူ၏။
ဝိရိယသည် ရေနှင့်တူ၏။
သမ္မသနဉာဏ်သည် ပေါက်တူးနှင့်တူ၏။
ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်သည် မျိုးစေ့နှင့်တူ၏။
ဘင်္ဂဉာဏ်မှစ၍ အထက်ဉာဏ်တို့သည် အညောက်
မှစ၍ အစဉ်အတိုင်း တူကုန်၏။
မဂ်ဉာဏ်သည် အသီးနှင့်တူ၏။

၃။ မဂ်ဉာဏ်ကို အလိုရှိကုန်သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည် သတိ
တည်းဟူသော ခြံဖြင့် လုံခြုံစွာကာ၍ ခန္ဓာကိုယ်
တည်းဟူသောမြေကို ပေါက်တူး တည်းဟူသော
သမ္မသနဉာဏ် ဖြင့် ပေါက်ဆွ၍ မျိုးစေ့ တည်းဟူသော
ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်ကိုစိုက်ပျိုးပြီးလျှင် ရေ တည်းဟူသော
ဝိရိယ ဖြင့် မနေမနားလောင်း၍ အစို့၊ အညောက်၊

အပင်၊ အကိုင်း၊ အတက်၊ အညွန့်၊ အရွက်၊ အပွင့်
တည်းဟူသော ဘင်္ဂဉာဏ်၊ ဘယ ဉာဏ်၊ အာဒိနဝ
ဉာဏ်၊ နိဗ္ဗုဒ္ဓါ ဉာဏ်၊ မုဇ္ဈိတုကမ္ပတာဉာဏ်၊
ပဋိသင်္ခါဉာဏ်၊ သင်္ခါရုပေက္ခာဉာဏ်၊ အနုလော
မဉာဏ်တို့ တစ်နေ့တခြား တိုးပွားစည်ကားအောင်
မွေးမြူကုန်ရာ၏။

၄။ အပင်မှပွင့်၍ အသီးဖြစ်ပေါ်လာသကဲ့သို့ ထိုဉာဏ်
တို့မှ မဂ်ဉာဏ်တည်းဟူသော အသီးဖြစ်ပေါ်ရာ၏။

၅။ မဂ်ဉာဏ်ဖြစ်ပေါ်အောင် ဝိပဿနာအားထုတ်ရာ၌
အာရုံခြောက်ပါးတည်းဟူသော ကျေးဇူးငှက်များ၊
ကိလေသာ တည်းဟူသော ပိုးလောက်များ အကိုက်
မခံဘဲ ဉာဏ်အမြင်ကြီးပွားအောင် မနေမနား ကြိုးစား
အားထုတ်ကုန်ရာ၏။

(လယ်တီဦးနန္ဒိယ၏ ဝိပဿနာဒီပနီကျမ်းမှ)

၁၀၄။ ပုထုဇဉ်တို့သည် နံနက်အိပ်ယာမှထသည် အချိန်မှ
ညအိပ်ယာဝင်သည်အချိန်ထိ သံပတ်ပေးထားသော
စက်ရုပ်ကဲ့သို့အော်တိုမက်တစ်လှုပ်ရှားနေကြ၏။
လုပ်သာလုပ်လိုက်ရသည် ၊ ဘာလုပ်မှန်းမသိ။
လုပ်စရာပေါ်လာ၍ လုပ်လိုက်သည်။
သွားစရာပေါ် လာ၍သွားလိုက်သည်။
စားစရာပေါ်လာ၍ စားလိုက်သည်။

ပြောစရာပေါ်လာ၍ ပြောလိုက်သည်။
 မိမိလုပ်နေသည်များကို အမှတ်တမဲ့ပင်နေ၏။
 မှတ်ခြင်း ပြုခြင်းမရှိ။ သတိထားခြင်းမရှိ။
 ကြိုက်စရာပေါ်တော့ ကြိုက်လိုက်သည်။
 နှစ်သက်စရာပေါ်တော့ နှစ်သက်လိုက်သည်။
 စိတ်ဆိုးစရာပေါ်တော့ စိတ်ဆိုးလိုက်သည်။
 ဒေါသထွက်စရာပေါ်တော့ ဒေါသထွက်လိုက်သည်။
 လောဘ ၊ ဒေါသ ၊ မောဟ ဖြစ်ချင်ရာဖြစ်နေ၏။
 ဖြစ်ချင်ရာဖြစ်ခွင့်ရနေ၏။
 ဤကားအဝိဇ္ဇာပါတည်း။
 ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရား၏ အကြောင်းခံပါတည်း။

- ၁၀၅။ အဝိဇ္ဇာကို မည်သို့ခွင်းမည်နည်း ။ အမှတ်မထား၍
 ဖြစ်ချင်ရာဖြစ်ခွင့်ရနေခြင်း ဖြစ်သည်ကိုသိအပ်၏။
 ဖြစ်ချင်ရာဖြစ်ခွင့်မရရန်အတွက် ဖြစ်နေတိုင်း သိအောင်
 ရှုမှတ် ရမည်ဖြစ်၏။
 မင်းကွန်းဇေတဝန်ဆရာတော်ကြီး ညွှန်ပြသည့်အတိုင်း. . .
 ရပ်သည့်အခါရပ်သည်ဟုမှတ်။
 ထိုင်သည့်အခါ ထိုင်သည်ဟုမှတ်။
 လျောင်းသည့်အခါလျောင်းသည်ဟုမှတ်။
 မြင်သည့်အခါ မြင်သည်ဟုမှတ်။
 ကြားသည့်အခါ ကြားသည်ဟုမှတ်။
 နံသည့်အခါ နံသည်ဟုမှတ်။

စားသည့်အခါ စားသည်ဟုမှတ်။
 ထိသည့်အခါ ထိသည်ဟုမှတ်။
 တွေးသည့်အခါ တွေးသည်ဟုမှတ်။

အမှတ်စိပ်လာသည်နှင့် ဝိပဿနာ ဉာဏ်စဉ်များ
 အစဉ်တစိုက် ဖြစ်လာပြီး ရင့်ကျက်လာမည်ဖြစ်၏။
 ရင့်ကျက်လာပြီး နောက် ကြောက်ခြင်း၊ ရွံ့ခြင်း၊ မုန်းခြင်း၊
 လွတ်မြောက်လိုခြင်းတို့ ဖြစ်လာပြီး နောက်ဆုံးတွင်
 လွတ်မြောက်အောင် အားထုတ် ရုန်းထွက်သွားတော့၏။
 ခေမာသောင်ကမ်းတစ်ဖက်ကမ်းသို့ ကူးခတ်လွတ်
 မြောက်သွား၏။

(ဤကား အကျဉ်းမျှသာတည်း။ ဝိပဿနာ စာအုပ် များ
 ရှာဖွေဖတ်ရှုကြပါကုန်၊ တရားစခန်းများ၌ ကျင့်ကြံ
 အားထုတ်ကြပါကုန်၊ ကမ္မဋ္ဌာနစရိယဆရာတော်များ၊
 ဆရာကြီးများအား ချဉ်းကပ်နည်းယူကြပါကုန်)

ခရီးအဆုံး

- ၁၀၆။ ဘဝတစ်ခု၏ ခရီးအဆုံးသည် ရောက်ကိုရောက်ရမည်
မှတ်တိုင်ပါတည်း။
မရောက်ချင်၍လည်းမရ။
Time machine ထဲဝင်အိပ်နေ၍လည်း မဖြစ်နိုင်။
- ၁၀၇။ ခရီးအစမှထွက်လာသည်မှာ အတော်အတန်ခရီး
ရောက်ခဲ့ပြီ။ ခရီးဆုံးမှတ်တိုင်သည် ရောက်ရန်များစွာ
မဝေးလှတော့။
ခရီးဖော်များ လှုပ်လှုပ်ရွရွဖြင့် သူမှတ်တိုင်တွင်သူ ဆင်းခဲ့ကြ
သူလည်းများလှပြီ။
နွေဦးအစတွင် ရွက်ဝါများတဖြုတ်ဖြုတ်ကြွေသကဲ့သို့
ကြွေနေကြပြီ။
ကြွေရမည် မိမိအလှည့် ရောက်တော့မည်။
တရားသိရန်များစွာ အားထုတ်ခဲ့၏။
တရားရှိရန်လည်း များစွာ အားထုတ်ခဲ့ပါ၏။
ဘယ်လောက်သိနေပြီလဲ။
ဘယ်လောက်ရှိနေပြီလဲ။
ပြန်လည်ဆန်းစစ်ဖို့ အချိန်တန်ပြီဖြစ်ပါ၏။

၁၀၈။ သံသရာခရီးသည်အဖြစ် ဆက်သွားဦးမည်လော။
 ဒုလ္လဘကြောင့်ရရှိလာသော ဤဘဝတွင် တရား သိရုံမက၊
 ကျင့် ကြံ အားထုတ်ပြီး တရားရှိသွားဘို့ အရေး
 ကြီးလှတော့သည်။
 တရားမရှိလျှင် သံသရာရှည်ဦးမည်။
 တရားနည်းနည်းရှိလျှင် သံသရာတိုမည်။
 တရားများများရှိလျှင်ပိုတိုမည်။
 အနုသယ ကိလေသာကိုပယ်သတ်ပြီး တရားအဆုံး
 စွန့်ရရှိပါမူ သံသရာခရီးဆက်ရန်မလိုတော့ပြီ။
 ငြိမ်းအေးခြင်းနိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို ရရှိတော့မည်။
 အားလုံးငြိမ်းအေးကြပါစေသတည်း။

ငြိမ်းအေးသောမေတ္တာဖြင့်

ရဋ္ဌပါလ

၁-၂-၂၀၀၂

ည ၂၃:၀၁နာရီ

ရန္တပါလသံပေါက်လင်္ကာများ

ဗုဒ္ဓနဿတိ

လောကထွတ်ထား . . . မြတ်ဘုရား
ဝပ်တွားကော် ရော်ကာ။

ထင်ရှားသက်ရှိ . . . မှန်းဆဘိ
မိမိရင်တွင်းမှာ။

သဒ္ဓါမြတ်နိုး . . . ကျွန်ရှိခိုး
ခိုကိုးတစ်သက်တာ။

လောကသုံးဖြာ . . . တုနိုင်းရာ
ဖွေရှာမရှိပါ။

လုံးစုံရတနာ . . . များထက်သာ
အတုမဲ့မြတ်ဗုဒ္ဓါ။

သဗ္ဗင်ဉာဏ်ရှင် . . . မြတ်သခင်
တူယှဉ်မရှိပါ။

သစ္စာအလင်း . . . အမှောင်ခွင်း
ဆောင်ကြဉ်း နိဗ္ဗုတာ။

အရဟံစချီ . . . ဂုဏ်ကိုးလီ
တုမ္မိမရံပါ။

အာဝေဏိက . . . ဂုဏ်များလှ
ဗုဒ္ဓဂုဏ်တော်သာ။

ဂုဏ်တော်အများ . . . ဉာဏ်ကျက်စား
ပိုင်းခြားမရပါ။

ဦးထက်တင်ကာ . . . လက်ဆယ်ဖြာ
ရိုခိုးထပ်ခါခါ။

မရဏာာနုဿတိ

ဇာတိအစ . . . မရဏအဆုံး
အရှုံးခရီးမှာ။

ဆင်းမည့်ဘူတာ . . . ဘယ်ဆီမှာ
သူငါမသိပါ။

ဘယ်နည်းဘယ်ပုံ . . . သေရတဲ့
စေ့ငုံ မသိပါ။

ငါးနှစ်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရုရိပဿနာ။

တစ်နှစ်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရုရိပဿနာ။

ခြောက်လနေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရုရိပဿနာ။

တလနေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရုရိပဿနာ။

ဆယ်ရက်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရုရိပဿနာ။

ငါးရက်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရှုရဝိပဿနာ။

တစ်ရက်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရှုရဝိပဿနာ။

နေ့ဝက်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရှုရဝိပဿနာ။

တစ်နာရီနေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရှုရဝိပဿနာ။

ဆယ်မိနစ်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရှုရဝိပဿနာ။

ငါးမိနစ်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရှုရဝိပဿနာ။

တစ်မိနစ်နေရ . . . မြတ်ဘဝ
ရှုရဝိပဿနာ။

အချိန်ရခိုက် . . . လုံ့လစိုက်
အမြိုက်နိဗ္ဗာန်။

အချိန်အချက်ကင်း . . . ရှင်သေမင်း
ဝပ်စင်းမသင့်သည်သာ။

ဝိပဿနာ

ဤကိုယ်ကောင်ပုပ် . . . နာမ်နှင့်ရုပ်
စက်ဆုပ်ဖွယ်ရာသာ။

စက်ဆုပ်ရွံရှာ . . . စွန့်ပစ်ခွာ
ဘာမှမတွယ်တာ။

အကောင်းမရှိ . . . ဗလာအတိ
နတ္ထိချစ်စရာ။

ဓာတ်ရုပ်လေးပါး . . . ခွာ၍ထား
အသားအရိုးလေးပုံပါ။

လေးပုံတစ်စု . . . ဖယ်၍ရှု
တစ်ခုမကျန်ပါ။

ဘာမှမကျန် . . . ရုပ်နှင့်နာမ်
စွန့်ရန်သင့်သည်သာ။

အသုဘဘာဝနာ (အိပ်ယာထ)

နံဟောင်လှပေ . . . အာပုပ်ရေ
တွေတွေစီးကျနေ။

သွားချေးမျက်ချေး . . . နဖာချေး
နှပ်ချေးထူလှပေ။

မျက်တောင်မျက်မှေး . . . မျက်ဝပ်ချေး
သန့်ဆေးနေ့တိုင်းပေ။

သလိပ်ကပ်ချွဲ . . . အာခေါင်ထဲ
အမြဲဟပ်တိုးချေ

မုတ်ဆိပ်မွေးညှင်း . . . ရှည်လာရင်း
ရိတ်ရှင်းနေ့တိုင်းပေ။

အသုဘဘာဝနာ (ရေအိမ်တက်)

မနေ့ကအစာ . . . မနက်မှာ
ဖျစ်ညှစ်ထွက်လို့လာ။

အဆင်းလဲပျက် . . . အနံ့ပျက်
အားလုံးပျက်သည်သာ။

အညစ်အစို့ . . . နံဟောင်သလို့
အန်ပျို့ချင်စရာ။

လက်ဖျားနှင့်ပင် . . . မထိချင်
ထိလျှင်ဆေးကြောကာ။

ရွံ့စရာဖုံး . . . တစ်ကိုယ်လုံး
မစင်တုံးကြီးပမာ။

မြန်မြန်စွန့်ခွာ . . . တွယ်မတာ
ခန္ဓာသစ်မရှာ။

အာဟာရပဋိကုလသညာ

ချိုစပ်ငံချဉ် . . . ဟင်းစုံပြင်
ခံချင်အရသာ။

လျှာအလိုလိုက် . . . ထိုသူမိုက်
ကြိုက်ရာရာရွေးကာ။

ဟင်းခွက်စုံလင် . . . လှအောင်ပြင်
ကြည့်မြင်စားချင်စရာ။

လျှာမှကျော်လျှင် . . . အူထဲဝင်
ချိုချဉ်မရှိတော့ပါ။

အူခွေတလျှောက် . . . တိုးဝင်ရောက်
ပျောက်ကွယ်အဆင်းမှာ။

ပါစကမီး . . . လောင်မြိုက်ပြီး
အိုးကြီးချက်ပမာ။

မလိုတာထုတ် . . . မစင်ပုပ်
အဟုတ်ရွံ့စရာ။

ရွံ့စရာမမြင် . . . အဟုတ်ထင်
ဆင်ခြင်ကြည့်ကြပါ။

စားပြီးအထဲဝင် . . . ခဏပင်
မတင်အရသာ။

ရသာမြိုက်မြိုက် . . . လျှာကိုခိုက်
မလိုက်စေချင်ပါ။

ရွံ့စရာအလား . . . ရှု၍စား
တရားတက်မည်သာ။

တရားမတက် . . . အစားမက်
မှားချက်နာမည်သာ။

မေတ္တာပို့

ကျန်းမာချမ်းသာ . . . ရန်ကင်းကွာ
လိုရာဆန္ဒပြည့်ပါစေ။

ပူပင်မှုကင်း . . . ငြိမ်းအေးခြင်း
စိတ်ရင်းညီမျှ ရှိပါစေ။

တစ်ဦးမေတ္တာ . . . တစ်ဦးမှာ
ပျူငှာကြည်မြဲရှိပါစေ။

အမုန်းကင်းစင် . . . ပြစ်မမြင်
ချစ်ခင်ကြင်နာရှိပါစေ။

. ၀

အမျိုးသားစာပေဆုရ အမျိုးသားစာရေးဆရာတစ်ဦး၏အမြင်

စာအုပ်စာပေတွေအမျိုးမျိုးအထွေထွေ တွေ့ရပေသည်။ သတင်းစာသည် တစ်ရက်သာခံသည်ဟုဆိုကြ၏။ ဂျာနယ်သည် တစ်ပတ်ခံသည်ဟုပြောကြ။ မဂ္ဂဇင်းကား တစ်လကြာပြီးနောက် ပျောက်ကွယ်သွားစမြဲဖြစ်သည်ဟူ၏။ ဝတ္ထုစာအုပ်၊ ဆောင်းပါး စာအုပ်၊ အတ္ထုပ္ပတ္တိစာအုပ်၊ ခရီးသွားမှတ်တမ်း စာအုပ်စသည် စသည် လုံးချင်းစာအုပ်အမျိုးမျိုးတွင်လည်း တစ်နှစ်ခံသောစာအုပ် မျိုးလည်းရှိလေသည်။ တစ်ခေတ်ခံသော စာအုပ်မျိုးလည်းရှိပေ၏။ ရာသက်ပန်မရိုးနိုင်သော စာအုပ်မျိုးလည်း ရှားရှားပါးပါးရှိတတ် သည်။ ထာဝစဉ်အသုံးဝင်သော စာပေမျိုးလည်း ရှိတောင့်ရှိခဲတွေ့ နိုင်ချေ၏။

စာအုပ်နှင့်ပတ်သက်၍ အချို့စာအုပ်သည် မြည်းစမ်းသင့် သည်။ အချို့သည် မြို့ချသင့်သည်။ အချို့စာအုပ်ကား သေသေ ချာချာကျေကျညက်ညက် ဝါးပြီး မိမိ၏ အဟာရဖြစ်အောင် စားသင့်သည်ဟု ဖရန်ဆစ်စ်ဘေကွန် (၁၅၆၁-၁၆၂၆)ဟူသော အင်္ဂလိပ်စာဆိုတစ်ဦးက ရေးသားခဲ့ဖူး၏။

“သိအပ်ရှိအပ်တရားမြတ်” စာအုပ်သည် သိလည်းသိ၊ ရှိလည်းရှိအောင် အားထုတ်ရင့်ကျက်နေသော လေးစားရှိသေအပ် သည့် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ စေတနာနှလုံးသားမှမြစ်ဖျားခံ၍ စီးဆင်း လာသည့် စိမ့်စမ်းကြည်မြ ရေအလျဉ်ဟု ကျွန်တော်မြင်သည်။

ဖတ်ရန်သက်သက်ဖြင့် အကျိုးမပြီး။ သိမြင်နားလည်ပြီး ကိုယ်ပိုင်ကျင့်သုံးဆောက်တည်လျက် ထွင်းဖောက်အလင်းရောက် အောင်အထိ အထောက်အကူပေးမည့် ဓမ္မရသကို နှင်းဆက်လိုက် သည်ဟု ကျွန်တော်ထင်သည်။

မှန်သည့်အတိုင်း ဝန်ခံရပါလျှင် မိမိသည်သာမန် နုသည့် ပုထုဇဉ်တစ်ဦးသာ ဖြစ်၏။ သို့ရာတွင် နှစ်ပေါင်းလေးဆယ်တိတိ စာအုပ်စာပေအမျိုးမျိုးကို ဝါသနာအထုံကြီးစွာ လေ့လာပျော်မွေ့ခဲ့ ဖူးသဖြင့် အတိုင်းအဆတစ်ခုအထိ နားလည်ပါ၏။ စိန်ကဲ ကျောက် ကဲကို လုံးဝတစိုးတစိမှ မသိသော်လည်း စာအုပ်စာပေ၏ အရည် အသွေးကိုကား အနည်းငယ်အကဲခတ်တတ်ခဲ့ပါ၏။ မွန်မြက်သော ရတနာ။

ဤစာအုပ်ထဲမှာ အနုပညာပြောင်မြောက်စွာလှပသော အထုံးအဖွဲ့များကို တွေ့ရသည်။ အခင်း၊ အခက်၊ အတက်၊ အဖြေ၊ ပြေပြစ်ချောမွေ့သောအတွေးအချိတ်အဆက်တို့ကို ခံစားရမည်။ လေးနက်ခက်ခဲသော သဘောတရားတို့ကို လူတကာ နားရှင်း အောင်၊ လွယ်ကူအောင်၊ ဖော်ပြနိုင်လှကြောင်း အံ့အားသင့်စရာ ဖတ်ရသည်။ တွေ့ဖူးသမျှ အချို့စကားပြေသည် ခမ်းနားကြီး ကျယ်အောင် ဖွဲ့နွဲ့ချဲ့ကားလွန်းသဖြင့် ဟန်ကြီး ပန်ကြီး ရှိတတ်ကြ သည်။ ဤစာအုပ်၌ ထိုကဲ့သို့မရှိ။

အချို့စကားပြေသည် ပေါ့ပါးသွက်လက်စေရန် ပေါ်ပင် စကားလုံးငွေ့ထည့်လွန်းသဖြင့် ကလက်တက်တက်ဖွယ်တယ်တယ် ဖြစ်နေတတ်၏။ ဤစာအုပ်၌ထိုကဲ့သို့မရှိ။

အသက်ခြောက်ဆယ်အရွယ် မျိုးဆက်နှင့် အသက် ၂၀
မျိုးဆက်တို့၏ စကားပြေ လေယူလေသိမ်း တို့သည်မတူ။
ဟန်စတိုင်ကွာဟသွားပြီဖြစ်၏။ ဤစာအုပ်မှာ ရေးဖွဲ့ထားသော
စကားပြေသည်ကား အရွယ်မရွေး၊ နေရာဒေသမရွေး စီးဝင်စိမ့်ဝင်
သွားအောင်ခွန်အားရှိသည်ဟု ဆိုချင်ပါ၏။ ဟန်ကြီး ပန်ကြီး မရှိ။
ကလက်တက်တက်မပါ။ စာဖတ်သူလူတကာနှင့် အံဝင်ခွင်ကျ
အောင် ဆွဲဆောင်ရေးသားနိုင်ပေသည်။

အကြောင်းအချက် (၁၀၈)ခုကို စီစီညီညီရတနာပုလဲသီ
သကဲ့သို့ ဆရာရဋ္ဌပါလသည် ရေးဖွဲ့လေသည်။ မေတ္တာပို့သံပေါက်
လင်္ကာဖြင့် အဆုံးသတ်ထားသော ဤစာအုပ်ကို ဖတ်လျက် စာရေး
သူအနေဖြင့် ဤကဲ့သို့ အဆီအနှစ်ပြည့်ဝသော စာပေမျိုးကို မိမိ
လည်း ရေးတတ်၊ ရေးနိုင်၊ ရေးချင်မိပေစွဟု တောင့်တမိပါကြောင်း
ရိုးသားစွာဖြင့် ဝန်ခံဖော်ပြပါရစေ။

ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ပါစေ
ချစ်နိုင်(စိတ်ပညာ)
၁၅. ၃. ၂၀၀၂

အမျိုးသားစာပေဆုရ

အမျိုးသမီးစာရေးဆရာမတစ်ဦး၏အမြင်

ကျွန်မ၏အသက် ငါးဆယ်ငါးနှစ်ရှိပြီဖြစ်ပါသည်။
ထိုအသက်ထိုအရွယ်သည် အတော်ကြီးကို ကြီးရင့်ပြီး အိုမင်းသည့်
အပိုင်းသို့ ချဉ်းနင်းဝင်ရောက်နေပြီဖြစ်သည်။ သို့ပါသော်လည်း မိမိ
ကိုယ်မိမိတရားရှိသည်ဟု မခံယူရဲသေးပဲ၊ တရားကိုသိလည်း သိရန်ရှိ
လည်း ရှိရန်ကြိုးစားနေရဆဲပင်ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့ (၁၄. ၃. ၀၂)တွင် ‘သိအပ်၊ ရှိအပ်၊ တရားမြတ်’
စာအစုကို အကြောင်းတိုက်ဆိုင်၍ ဖတ်ရှုခွင့်ရရှိခဲ့ပါသည်။

စာဟူသည်မှာ စားပြီးလျှင်အရည်ကိုရော အဖတ်ကိုပါ
ထွေးပစ်ရသော ‘ကွမ်း’ကဲ့သို့စာ၊ စုတ်ပြီးအရည်ကိုမျို အဖတ်ကို
ထွေးပစ်ရသော ‘ကြံ’ကဲ့သို့စာ၊ အရည်ကိုရော အဖတ်ကိုပါ အကုန်
သောက်သုံး၊ အဟာရဖြစ်စေသော နို့၊ မလိုင်ကဲ့သို့ စာဟူ၍ သုံးမျိုး
သုံးစားရှိကြောင်း၊ ပညာရှိတို့မိန့်ကြားခဲ့သည်ကို မှတ်သားခဲ့ရဘူးပါ
သည်။ ယခု ကျွန်မ၏ လက်ထဲတွင်ရှိသော ‘သိအပ်၊ ရှိအပ်၊
တရားမြတ်’ စာအစုသည် တတိယအမျိုးအစားတွင်ပါဝင်သော
စာဖြစ်ကြောင်း ရဲရဲကြီးပြောကြားလိုပါသည်။

ကျွန်မ၏ ရင်ထဲတွင် မခိုင်တခိုင်အမြစ်တွယ်နေသော
သံသရာ ဒုက္ခဘေးကို ကြောက်ရွံ့ငြီးငွေ့သည့်စိတ်ကို ထပ်ဆင့်နှိုး
ကြားစေခဲ့သည့်အတွက်လည်းကောင်း၊ ယနေ့ညမအိပ်မီ နာရီပိုင်း
တွင် သတိပဋ္ဌာန်ရှုမှတ်မှု ပွားဖြစ်ခဲ့သည့်အတွက်လည်းကောင်း၊
စာရေးသူ ‘ရဋ္ဌပါလ’ကို စာဖတ်သူတစ်ဦးနေနှင့် အထူးပင် ကျေးဇူး
တင်မိပါသည်။

မစန္ဒာ

၁၅. ၃. ၂၀၀၂

ထပ်ဆင့်အကယ်ဒမီ၊ ရုပ်ရှင်ဒါရိုက်တာ တစ်ဦး၏အမြင်

အနည်းငယ် သိနေသည်ဟုလည်း
ထင်နေမိပါသည်။

အနည်းငယ် ရှိနေသည်ဟုလည်း
ထင်နေမိပါသည်။

“ရဋ္ဌပါလ”၏ “သိအပ်ရှိအပ်တရားမြတ်” စကားဦးကို
ဖတ်ကြည့်ရသောအခါမှ . . .

ထင်းကနဲ. . တစ်ခုသိလိုက်ရပါသည်။

သိအပ်သည့်အရာက ဘာ. .

ရှိအပ်သည့်အရာက. . . . ဘာ. .

. . . ဖတ်ပြီး. . ရှေ့သို့တိုးချင်လာသည်. . .

. . . နောက်ဆုတ်ဖြစ်မည်မဟုတ်ပါ. . . ။

ကြည်စိုးထွန်း

၁၈. ၃. ၂၀၀၂

ဂီတအကြံပေးပညာရှင်တစ်ဦး၏အမြင်၊

ဤစာအုပ်ကို ပြုစုသူ “ရငှာပါလ”သည် လူတစ်ယောက်တွင် သိသင့်သိထိုက်သည့် အချက်အလက်၊ ရှိသင့်ရှိထိုက်သည့် အရည်အချင်းများ ပြည့်စုံနိုင်ရန် ရည်ရွယ်လျက် စာအုပ်အစပိုင်းတွင် မိမိကိုယ်ကိုမိမိ တရားသဘောဖြင့် ဆန်းစစ်နိုင်ရန် နိတိသဖွယ် စာစုများဖြင့် ညွှန်ပြထား၏။

စာပြုသူသည် လူမှုရေးနယ်ပယ်ကို အမြင်ကျယ်သောကြောင့် ဗုဒ္ဓဒေသနာတော်များစွာထဲမှ မင်္ဂလသုတ်၊ မေတ္တာသုတ် ဒေသနာတော်များကို မြန်မာမှုပြုကာ အများနားလည်အောင် လောက အမြင်နှင့်ပေါင်းစပ်ပြီး တင်ပြထားသောကြောင့် ဘဝအတွက် တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်သော ရတနာသိုက်ကြီးတစ်ခုဖြစ်၏။

ထို့ပြင် မိမိတို့ဘဝကို သင်းချိုင်းကုန်းမှာ ဆုံးသည်ဟုမရှု မြင်ဘဲ သံသရာနှင့်ချီ၍ ကြည့်တတ်၊ ရှုမြင်တတ်သော ထေရဝါဒ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များအဖို့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်ဒေသနာတော်၏ ကျိုးကြောင်း ဆက်စပ်ပုံ၊ သံသရာလည်ပုံ၊ သံသရာ စက်ကွင်းမှ လွတ်မြောက်ပုံ နည်းလမ်းများကို မြန်မာမှုပြု၍ တင်ပြထားသည်မှာလည်း ဘဝလွတ်မြောက်မှုကို ရှာဖွေနေသူ စရဏမျိုးစေ့ကို တမလွန်ဘဝသို့ သယ်ဆောင်ယူလိုသူများအတွက် တရားကျင့်စဉ်နည်းလမ်းများကို ညွှန်ပြထားသောကြောင့် ဖတ်သင့် ဖတ်ထိုက်သော စာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ်ဖြစ်လေသည်။

မင်းနောင်

ဂီတအကြံပေးပညာရှင်၊

မြို့တော်စည်ပင်။

စန္ဒယားဆရာတစ်ဦး၏အမြင်

လောက၌ ကိုယ်သိရှိရန် ကျန်နေသေးသော
စာကောင်းစာမြတ်တို့ကို ရေးချညွှန်ပြသော
တရားအသိများအား ရှင်းလင်းမြင်တွေ့ ဖတ်ရှုရ၍
အသိတရားများစွာ ပိုမိုတိုးပွားမြင်လာခဲ့ရပါသည်။
သို့ကြောင့်ပဲ

မြန်မာပြည်သား အများအပြားထဲတွင် အဓိပ္ပာယ်ရှိသော
လူတော်လူကောင်းများ တိုးတက်ပေါ်ထွက်လာစေခြင်းအကျိုးငှာ
မြတ်သော စေတနာနှင့် ဤမြတ်သောစာအမွန်များကို
ပြုစုရေးသားသော စာရေးဆရာအား
လေးစားစွာ ကျေးဇူးတင်ရပါသည်ခင်ဗျား - - -

ဂီတစာဆို
စန္ဒရားချစ်ဆွေ

ဂီတစာဆိုတစ်ဦး၏အမြင်

ရဋ္ဌပါလ၏ “သိအပ်၊ ရှိအပ်၊ တရားမြတ်” စာစုပဒေသာ စာအုပ်တွင် ဗုဒ္ဓ၏ ဒဿနများ၊ အဆုံးအမများ၊ ကျင့်စဉ်များအား ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရှိရပေသည်။

ဤစာအုပ်ငယ်တွင်ပါရှိသော ဗုဒ္ဓ၏ဓမ္မပဒေသာ စာစုများ ကား တန်ဖိုးကြီးမားလှ၏။ တန်ဖိုးမဖြတ်နိုင်၊ သံသာရဘိရူကာ၊ သံသရာဘေး၊ မျှော်တွေးရှုမြင်၊ ဆင်ခြင်နိုင်ရာ၏။ သံသရာလွတ်မြောက်ရာ လမ်းကိုလည်း ညွှန်ပြ၏။ နိဿျာနိက သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရန်အတွက် နယူပဒေသဖြစ်၏။ အနှိုင်းမဲ့မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ သိသင့်၊ သိအပ်၊ သိထိုက်သော အဆုံးအမများကို သိရှိနေရုံမျှမဟုတ်ဘဲ ရှိသင့်၊ ရှိအပ်၊ ရှိထိုက်သော သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဘိက္ခုကျင့်စဉ်များ ကျင့်သုံးနိုင်ခြင်း၊ ကျင့်သုံးပါက အမြတ်တရားရနိုင်ခြင်း၊ နိဗ္ဗာန်သို့တိုင် ခရီးရောက်နိုင်မည်မှာ မလွဲဧကန်အမှန်ဖြစ်ပေသည်။ သံသရာဝဋ် တဏှာညွတ်မှ လွတ်မြောက်ဖို့ရန် ရည်သန်အားထုတ်သူများအတွက် သုမဂ္ဂခရီးကောင်းများ၊ လမ်းကောင်းများ၊ လမ်းကြောင်းလမ်းမှန်များ ညွှန်ပြထားသည်ဟု ဆိုရပေမည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း ဗုဒ္ဓ၏ အဆုံးအမကို သိရုံမျှမဟုတ်ဘဲ လိုက်နာ၊ ဆင်ခြင်၊ ကျင့်ကြံအားထုတ်သင့်ကြောင်း ဖော်ညွှန်းထားပေသည်။

ဗုဒ္ဓ၏ မြတ်တရားကို ဖော်ပြရာ၌ ဝေါဟာရအသုံးအနှုန်းများ ကွယ်ဝှက်ထိန်ချန်မှု လုံးဝမရှိဘဲ လိုရင်း၊ တိုရင်း၊ မြင်ကွင်းပသာဒကြည်လင်၏။ တရားဟော ဓမ္မကထိကထံမှ နာကြားနေရဘိသကဲ့သို့ သောတအာရုံ၊ မနောအာရုံ၊ သဒ္ဓါဟုန်ပွားများစေ၏။

အကာကို ဖယ်၍ ဗုဒ္ဓတရားအနှစ်များကို စစ်ယူကာ မိမိရရ သြဇာ
ဂုဏ်မြောက်တင်ပြထားသော စာရေးသူ၏ စေတနာပေါ်လွင်စေပါ
သည်။ အဓိပ္ပာယ်လေးနက်စေရန် ဥပမာစကားရပ် အချို့ တန်ဆာ
ဆင်ထားကြောင်းကိုလည်း တွေ့ရှိရသည်။ စာရှုသူတို့ သဘော
ပေါက် နားလည်လွယ်စေရန် ခေတ်အားလျော်စွာ ကွန်ပျူတာ စက်
ရုပ်များနှင့် ပမာပြခိုင်းနှိုင်းထားသည်ကိုလည်း တွေ့ရှိရပါသည်။

အထူးသဖြင့် မေတ္တာတရားတော် ဥဒါန်းစကားရပ်များ
ဖွင့်ဆိုထားသည်မှာ အဖိုးအနုဋ္ဌမဖြတ်နိုင်အောင် ဖက်ရှုခံစားရ
ကြောင်း ဝန်ခံရပေမည်။

အချုပ်အားဖြင့် ရဋ္ဌပါလ၏ ‘သိအပ်၊ ရှိအပ်၊ တရားမြတ်’
စာအုပ်သည် ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ၏ အဆုံးအမများ၊ ကျင့်စဉ်များကို လူတိုင်း၊
သိရှိကျင့်ကြံအားထုတ်နိုင်ရန် ထုတ်နုတ်ဖော်ပြထားသော ဓမ္မရသ
ပေါ်လွင်စေသည်။ ဗုဒ္ဓ၏ “ဓမ္မစာစုပဒေသာ” ကျမ်းငယ်တစ်စောင်
ဖြစ်ပါသည်ဟူ၍။

ဦးလေးညွန့်
(ဂီတစာဆို)

တေးသံရှင်တစ်ဦး၏အမြင်

ရဋ္ဌပါလ၏ ‘သိအပ်၊ ရှိအပ်၊ တရားမြတ်’ စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုလေ့လာရာတွင် လူတိုင်းလူတိုင်း၏ ဘဝအစမှ ဘဝ၏ ခရီးအဆုံးတိုင် သံသရာခရီးသည်အဖြစ် ကျင်လည်ကြရရာ၌ ဒုလ္လဘကြောင့် ရရှိလာသည့် ဤဘဝ၌ တရားသိရုံမျှမက ကျင့်ကြံအားထုတ်ပြီး တရားရှိသွားဖို့ အရေးကြီးပုံ နှင့် အနုဿယကိလေသာကို ပယ်သတ်ပြီး တရားအဆုံးစွန် ရရှိပါလျှင် သံသရာခရီး ဆက်ရန်မလိုတော့ဘဲ အေး ငြိမ်းခြင်း နိဗ္ဗာန်တရားတော်မြတ်ကို မလွဲမသွေ ရရှိနိုင်ကြောင်း မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဟောဖော်ညွှန်ပြဆုံးမခဲ့သည့်တရားများ၊ လူတိုင်း သိအပ်သည့် သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားနှင့် ရှိအပ်သည့် သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ သိက္ခာ သုံးပါးမြတ်တရားများ၊ ခရီးအစအမိဝမ်းတွင်း ပဋိသန္ဓေ နေရခြင်း၏ ဆင်းရဲပင်ပန်းမှု၊ လူ့ဘဝရောက်ပြီး ဘုရားရဟန္တာမြတ်တို့သော်မှ ရင်ဆိုင်ကြရသည့် လောကဓံတရား၏ ကောင်းကျိုးဆိုးကျိုးများ၊ လောကဓံတရားနှင့် ကြုံတွေ့ရာ၌ အကောင်းဖြစ်စေ၊ အဆိုးဖြစ်စေ စိတ်တုန်လှုပ်မှု မရှိအောင် “ယောနိသော မနသိကာရ” သင့်တင့်စွာ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်ရမည့် တရားများ၊ “ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်တရား”ကို ရှင်းလင်းဖော်ပြထားသည့် အချက်အလက်များ၊ “မင်္ဂလာတရားတော်”နှင့် ပရိတ်ကြီး (၁၁)သုတ်တွင် ပါဝင်သည့် “မေတ္တာသုတ်” ပရိတ်တရားတော်ပါဠိစကားလုံးများ၏ အဓိပ္ပာယ်ကို မြန်မာဘာသာ ပြန်ဆိုရာတွင် အတိအကျအသေးစိတ်ရှင်းလင်းဖော်ပြထားချက်များ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာအကြောင်း ရှင်းလင်းချက်များ၊ လူတိုင်းလိုက်

နာကျင့်ကြံရမည့် အား ထုတ်ရမည့် ဘာဝနာကမ္မဋ္ဌာန်းတရား (၄၀)၊
ဝိပဿနာကျင့်စဉ် (၁၆)ပါး၊ စွန်းလွန်းဆရာတော်ကြီးနှင့်
လယ်တီဆရာတော်ဦးနန္ဒိယ မထေရ်မြတ်ကြီးများ၏ ဝိပဿနာရှု
နည်းနှင့် ရဋ္ဌပါလသံပေါက် လင်္ကာများကို အချက်အလက်အတိ
အကျအပြည့်အစုံ မြတ်ဗုဒ္ဓ၏ ဟောကြားဆုံးမတော်မူခဲ့သည့်အတိုင်း
အသေးစိတ်ရှင်းလင်း ရေးသားထားသည့် စာအုပ်တစ်အုပ်
ဖြစ်ပါသည်။

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်း ဖတ်ရှုလေ့လာပြီး တသွေမတိမ်း
လိုက်နာကျင့်သုံးသင့်သည့် အချက်အလက်အပြည့်အစုံနှင့် မြတ်ဗုဒ္ဓ
၏ တရားထူးတရားမြတ်များကို လမ်းညွှန်ဖော်ပြထားသည့် စာအုပ်
ဖြစ်၍ လူတိုင်းလူတိုင်း ဖတ်ရှုရာတွင် အခက်အခဲမရှိဘဲ သုံးနှုန်း
ထားသည့် စကားလုံးများမှာလည်း ထိထိမိမိ သဘောပေါက် နား
လည်နိုင်သည့်စာများဖြစ်သဖြင့် ထူးခြားသော အဖိုးတန်သည့် တရား
စာအုပ်ဖြစ်ကြောင်း မှတ်ချက်ပြုအပ်ပါသည်။

တေးသံရှင် မောင်မောင်ကြီး

အမျိုးသားစာပေဆုရ စာရေးဆရာ တစ်ဦး၏အမြင်

“မရှိတာထက် မသိတာခက်”ဟူသော စကားပုံသည် တရားသဘောအတွက် ရည်ညွှန်းထားသည့် စကားပုံဖြစ်မည်ဟု ကျွန်တော်ထင်သည်။ ဆရာ ‘ရဋ္ဌပါလ’၏ ‘သိအပ်ရှိအပ်တရားမြတ်’ စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုမိရသောအခါ၌ မိမိတွင် တရားရှိရန်အတွက် တရားသိရန် မည်သို့အားထုတ်လုပ်ဆောင်ရမည့်အကြောင်း၊ ဘဝခရီးအစမှသည် အဆုံးအထိ တရားသဘောနှင့်ယှဉ်၍ မည်သို့ ဆင်ခြင်နေထိုင်သွားသင့်ပုံအကြောင်း လွယ်ကူစွာ နားလည်သဘောပေါက်မိရပါ၏။ ဤသို့သဘောပေါက်မိရသည်မှာလည်း ဆရာသည် သမားဂုဏ်ကို မပြဘဲ လိုရင်းကိုတိုရှင်းစွာ ရေးသားတင်ပြထားသောကြောင့်ပင်ဖြစ်ပါ၏။ ပင်ကိုယ်ပါရမီအခံရင့်သန်မှု၊ တစိုက်မတ်မတ် လေ့လာခဲ့မှု၊ ကိုယ်တိုင်ကျင့်ကြံအားထုတ်မှုတို့ကိုအကြောင်းပြု၍ မိမိတွင်သိလာရှိလာသော တရားသဘောကိုအများ၏ မနောထဲသို့ စိမ့်ဝင်သွားအောင်ပို့ဆောင်ပေးနိုင်သည့် ဆရာရဋ္ဌပါလ၏ စေတနာနှင့် စာပေစွမ်းရည်ကို လွန်စွာပင်လေးစားခြင်းဖြစ်မိရကြောင်း.. . ။

မနုဿကျော်ဝင်း

