

၁၅
၇၀
✓

လူတိုင်း

ဒါနပညာတတ်မြောက်ရေးအတွက်

သံလျှင်တော

ဓမ္မဝါဒီ-သင်ပြပေးသော

ဒါနသင်တန်း-သင်္ဂြိုဟ်သင်တန်း



၁၂

ဓမ္မလက်ဆောင်

၁၃၂၇ ခု ၊ တပေါင်းလ

1966

၁၀၂၂၅

လူတိုင်း

ဒါနပညာ ထက်မြောက်ရေးအတွက်

သံလျှင်တောရ

ဓမ္မဝါဒီ - သင်ပြပေးသော

ဒါနသင်တန်း-ဉာဏ်လုပ်ငန်း

ဓမ္မလက်ဆောင်။

တည်းဖြတ်သူ

အရှင်တေဇောဘာသ

ဝိဇ္ဇာကမ္ဘာယပါရဂူ

၁၃၂၈-ခု၊ သီတင်းကျွတ်လ၊ ၁၉၆၆-ခု၊

ထုတ်ဝေသူ။ ဦးပါ
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၁၄၀)
စိန်ရတနာစာပေ၊
၃၁၅-ကျိုက္ကဆံလမ်း၊ တာမွေ-ရန်ကုန်မြို့။

ပုံနှိပ်သူ။ ဦးပါ
မှတ်ပုံတင်အမှတ်(၀၂၁၈)
စိန်ရတနာစာပေပုံနှိပ်တိုက်။
၃၁၅-ကျိုက္ကဆံလမ်း၊ တာမွေ၊
ရန်ကုန်မြို့။

ဘာသာရေးဆိုင်ရာခွင့်ပြုချက်။ အမှတ် (၁၀၅၁)

တည်းဖြတ်သူ၏အမြင်

ဒါနနှင့် သီလလုပ်ငန်းတို့ကို မြန်မာနိုင်ငံရှိ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် တရာလျှင်တရားလုံးလို့ပင် မလွတ်တန်းပြုလျက်ရှိနေသည်ဟု ဆိုရဲ ပေသည်။ သို့ရာတွင် ဝိပဿနာအကျင့်မြတ်လုပ်ငန်းကို မူယင်းဘာ သာဝင်တရာလျှင် ၁၀-ဦးမျှလိုက်နာကျင့်သုံးနေသူရှိတန်ရာ၏။ ဤ လူနည်းစုမျှလိုက်နာနေကြတဲ့ ဝိပဿနာလုပ်ငန်းအတွက်ကိုမူ အ မြို့မြို့အနယ်နယ်ရှိ ကမ္မဋ္ဌာန်းဌာနဟူသမျှတို့တွင် တရားသင်ပြရာ ဌာနဟု သီးခြားဖွင့်ကြပြီး အဟောအပြောနှင့်တဖုံးကျမ်းစာအုပ် တွေနှင့် တခမ်း၊နည်းမျိုးစုံယှက်သန်းလျက်....

(ဝိပဿနာသင်တန်းများကို) တခမ်းတနား အထပ်ထပ်ပေး နေကြပါသဖြင့် အကျင့်မြတ်လုပ်ငန်းအတွက် အလွန်အားရဖွယ် ကောင်းလှပါသည်။ ထိုဝိပဿနာ အကျင့်မြတ်လုပ်ငန်းအတွက် တရားသင်တန်းပေးနေသူတို့ထဲတွင် သံလျှင်တောရ ဆရာတော် ဘုရားသည်လည်း တပါးအပါအဝင်ဖြစ်နေကြောင်းကို တရားပြ နယ်ပယ်တွင် ကောင်းကင်ကြယ်သဖွယ် ထင်ရှားပြီးဖြစ်နေ၍ တည်းဖြတ်သူကအထူးချဲ့ ထွင်ဖော်ပြနေရန်မလိုဟုထင်ပါသည်။

ဟာကွက်ကြီးတုရစ်.... ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်လူများစုကြီး ထာဝစဉ် လက်လွှတ်၍မရနိုင်တဲ့ ဒါနလုပ်ငန်းနှင့်သီလလုပ်ငန်းတို့၌ ဝိပဿ နာပညာကို လက်တွေ့သင်ပြပေးနေကြသလို ဒါနပညာက ဘယ် လိုသီလပညာက ဘယ်သို့ဟု ဗုဒ္ဓအလိုတော်ကျ (သင်တန်းပညာ) အနေဖြင့် လိုနေ၊ ဟာနေခြင်းသည် ဝမ်းနည်းဖွယ်ကြီးတရပ်ဖြစ် တော့သည်။ အတိရူးခေတ်ကလည်း ယင်း ဒါနနှင့်သီလအတွက် စနစ်တကျသင်တန်းပေးအနေဖြင့် ပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်းကိုလည်း သာ သနာဝင်နှင့် ရာဇဝင်တို့မှာ လာရှိချက်မကြားမတွေ့ရဘူးချေ။

စဉ်းစားဘွယ်

ဓလောကဓမ္မဓမ္မ

- ၁။ သူငယ်တန်း ပညာကိုပင် စံနစ်တကျ သိနားလည်အောင် ဆရာနှင့်သင်ယူလေ့လာနေကြသည်။ အချိန်ကိုလည်း(၁၂) လမျှသုံးနိုင်၊ ငွေကိုလည်း (၅၀)မျှဖြုန်းနိုင်ကြသည်။
- ၂။ သို့ရာတွင်ယင်း (၁၂)လမျှ သင်ယူထားသော သူငယ်တန်း ပညာဖြင့်တန်ဖိုးရှိအောင် ဘာကိုမျှအသုံးပြု၍ မရနိုင်ပေ။

ဓမ္မဓမ္မဓမ္မ

- ၁။ ဒါနနှင့် သီလသည် သူဌေးနှင့် သမတမင်း၊ တေရာင်မင်း၊ စကြာမင်းနှင့် နတ်မင်းအထိ ဖြစ်စေနိုင်သည်။
- ၂။ ထို့ပြင် ပါရမီသခင် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်ရှင်အထိ ဖြစ်စေနိုင်ပြန်သည်။

သို့ပါလျက်....

(က) ဒါနပညာကိုတော့ စံနစ်တကျသိနားလည်အောင် အဘယ်ကြောင့်ဆရာနှင့်မသင်ယူ၊ မလေ့လာကြလေသနည်း၊ အချိန်ကိုလည်း (တလ)မျှ အဘယ်ကြောင့် မသုံးနိုင်ကြပြန်သလဲ။

(ခ) သီလပညာကိုလည်း အလားတူ အဘယ်ကြောင့်
မသင်ယူနိုင်ကြပါသလဲ။

စိုးရိမ်ဖွယ်

ဒါနုကိုမလုပ်တတ်ပဲလျက် ပေါ့ဆစွာပြုလုပ်မိလျှင် ပစ္စည်း
ဆုံး၊ ငွေကုန်ကုန်တွင်မရပ်သေးပဲ နောင်ဘဝမှာ ဝမ်းတွင်းပါ
အကဏ်း၊ အပဲ၊ အဆွံ့၊ အအ၊ နှင့်အရူး-စသည်ဖြစ်သွားနိုင်သည်။
ဟုတ်-မဟုတ် စာပေပညာရှင်တွေကို မေးကြည့်ပါ။

ထို့ကြောင့် ဘုရားသာသနာတော်နှင့်ကြုံကြိုက်ခိုက်၌ (ဘာဝ
နာပညာကို) ဆရာနှင့် စနစ်တကျသင်ယူသလို “ဒါနပညာနှင့်
သီလပညာတို့ကိုလဲ” စံနစ်တကျနားလည်အောင်နည်းစပ်ရာဆရာ
တွေထံမှာ သင်ယူသင့်-မသင်ယူသင့်ကို စဉ်းစားကြပါလော့။

ဓမ္မဝါဒီ

×

×

×

နိဒါန်း

စံနစ်တကျ မသင်သူနှင့် သင်သူ

ထမင်းချက်၊ ဟင်းချက်၊ အပ်ချုပ်အလုပ်ကစ၍ ဘယ်အလုပ်၊ ဘယ်အတတ်မျိုးမဆို စံနစ်တကျ မသင်ဘူး-မလေ့လာခဲ့ဘူးလျှင် နားလည်ကျွမ်းကျင်ရေးမှာ မသေချာ၊ မခိုင်လုံတော့၍ သူတပါး တို့အား လက်တွေ့တဆင့် သင်ပြလမ်းညွှန်ပေးရန် မလုပ်ရဲ၊ မလုပ် နိုင် ရှိတော့သည်။

ဥပမာ.... အလေးမ၊ ဘောကန်၊ ပြေး- ခုန်- ရေကူးစသော အားကစားအလုပ်မျိုးမှာပင် တကယ်တတ်ကျွမ်းသူ နည်းပြဆရာ တို့နှင့် စံနစ်တကျမသင်ယူ- မလေ့လာဘူးခဲ့လျှင် နားလည်မှု မသေချာမလုံလောက်၍ လူများစုသုံးအဖြစ်နှင့် ပြိုင်ပွဲဝင်သုံးအ ဖြစ်သို့ မရောက်နိုင်ပုံကို နမူနာထား၍ သိသင့်တော့သည်။

ဘာသာရေး၌ ဇစ်ဟင်းနေပုံ

အထက်ပါ တသက်တာသုံးနှင့် တပွဲတလမ်းသုံး လောကရေး လုပ်ငန်းတွေမှာပင် စံနစ်တကျသင်ယူပြီး ဆောင်ရွက်နိုင်မှု အကျိုး ဖြစ်ထွန်းနိုင်သည်ကို မျက်မြင်သက်ဝေအဖြစ်ထားပြီး ဘဝသံသ ဟုတလျှောက်လုံးသုံးနှင့် ဇလောကမှ လွတ်မြောက်ရေး သုံး ဘာ သာရေးကိစ္စကြီးတွေမှာ- ထိုလောကရေးထက် ပိုမိုပြီးစံနစ်တကျ သင်ယူနားလည်အောင် လုပ်သင့်ပါလျက် မလုပ်ကြပုံကိုပေးပြ ပါအံ့။

နိဒါန်း

ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ လက်ကိုင်ထားကြသော ပုညကိရိယာ (၁၀)ပါးထဲက ဘာဝနာအလုပ်တခုကိုသာတတ်ကျွမ်းသူတို့ထံမှာ (၀၇)တရားပြဆရာတို့ထံမှာ စနစ်တကျနားလည်အောင် သင်ယူလေ့လာမှုပြုနေကြ၍၊ ကျန်ဒါန-သီလစသော (၉)ပါးသော ပုညကိရိယာအလုပ်တို့ကိုကား ဘာဝနာအလုပ်ကဲ့သို့ စနစ်တကျ သင်ယူသူဟူ၍မရှိတော့ပေ။ (၀၇)လူတထောင်မှာ (တထောင်လုံးလိုလိုပင်) သင်ယူလေ့လာမှုမရှိကြတော့ပေ။

ထိုသို့မသင်ယူမိကြသည့်အတွက်ကြောင့်လည်း ပုညကိရိယာ (၁၀)ပါးအလုပ်နှင့်ပါရမီ(၁၀)ပါးအလုပ်တို့ခြားနားမှုကိုလည်း မသိကြ၊ ဒါနသီလကိစ္စတို့မှာငွေကုန်လှပန်းခံ၍လုပ်ရပါလျက်လုပ်မှုမတတ်ကြ၍၊ ဒါန-သီလကြောင့်ဝမ်းတွင်းမှ ကဏ္ဍိယ၊ ဆွေ၊ ရ၊ အ၊ ရှေးရ၊ စသောနစ်နာချက်တွေဖြစ်ရပုံ ကိုလည်းမသိကြတော့ပေ။

ယင်းသို့လူတိုင်းမှာနေ့စဉ်အကြိမ်မျှားစွာကြုံတွေ့နေကြသော ဒါနမှုတွေ၌စနစ်တကျကြိုတင်သင်ယူမှုမပြုကြ၍ ဒါနမှုကိုဒါနမှုဟုမသိရှိသဖြင့် ပေါ့ဆစွာပြုလုပ်နေခြင်း၊ ထိုသို့ပေါ့ဆမိ၍ မည်မျှနစ်နာသည်ဟုလည်းမသိရှိကြခြင်း၊ ပစ္စည်းကုန်-ငွေကုန်-အချိန်ကုန်ကာလှပန်းကြရသလောက် ကောင်းကျိုးတွေမရရှိဘဲ ဆိုးကျိုးတွေကိုသာရရှိနေပုံ ကိုအနည်းငယ်တင်ပြပေအံ့။

ဒါနစသောလုပ်ငန်းတို့သည် (ပုညကိရိယာဝတ္ထု) ဟူသော အမည်အရ (မနောမယိဒ္ဓိပတ္တိများကဲ့သို့) ကောင်းကျိုးများစွာကိုဆောင်ရွက်နိုင်သောတရားထူးတွေဖြစ်ကြသည်။ အသိဉာဏ်ရှိသူတို့အတွက် ယင်းပုညကိရိယာ ဝတ္ထု-ဓမ္မတို့ကိုအမှီပြုပြီးလောကဘက်၊ ဓမ္မဘက် နှစ်ဘက်လုံးမှာပင် မြင့်မြတ်သော ကောင်းကျိုး

နိဂါန်း

တို့ကိုထုတ်ယူကြသလို အသိဉာဏ်နည်း၍စေတနာမဲ့သူတို့မှာ အသုံးလွဲ၍နစ်နာကြပုံကား....

၁။ ပစ္စည်းကုန်၊ လူပန်းခြင်းတူလျက် အသိဉာဏ်ကို မသုံးတတ်၍ အချို့မှာ ဒါနမူဖြင့် ဉာဏ်ထုတ်ထိုင်းသူဖြစ်သွားရသည်။ (ဝါ)ဒွိဟိတ်သတ္တဝါမျိုး ဖြစ်သွားရသည်။

၂။ အချို့မှာထို့ထက်မှားယွင်းစွာပြုလုပ်မှုကြောင့် ဝမ်းတွင်းကဏ်း၊ ဝမ်းတွင်းအ၊ ဝမ်းတွင်းရူး၊ စသည်ဖြစ်သွားရသည်။ (ဝါ) သုဂတိအဟိတ်သတ္တဝါမျိုးဖြစ်သွားရသည်။ (သတိပြုဖွယ်- မွေးဖွားပြီးမှ ကဏ်းမှု၊ ကျိုးမှု၊ အမှု၊ ရူးမှု၊ တို့ကား ဒါနနှင့်မဆိုင်၊ အကုသိုလ်သက်သက်ကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု ခွဲခြားသိပါ။)

၃။ အချို့မှာပို၍နစ်နာမုန်းစေသောဆုယုတ်ဆည့်ကိုပန်ယူကာ ဒုဂ္ဂတိဘုံသားဖြစ်သွားရသည်။ (ဝါ) ဒုဂ္ဂတိအဟိတ် သတ္တဝါမျိုးဖြစ်သွားရသည်။

ဒါနဖြင့် မြင့်မြတ်ပုံ

ဒါနပညာကို အထူးလေ့လာထားသူနှင့် ကျွမ်းကျင်အောင် သင်ယူထားသူတို့အဘို့-

၁။ အချို့မှာ တိဟိတ်ကံဖြစ်အောင် စီမံယူပြီး ပါရမီရှင်အဖြစ်သို့ ဆင့်ကာ ဆင့်ကာကူးသွားတတ်ကြသည်။

၂။ တချို့မှာ သူဌေးသူကြွယ်ဘက်၊ တချို့မှာ သမတမင်း၊ ကေရာဇ်မင်းနှင့်-တချို့မှာစကြာမင်းဘက်လိုက်ကြသည်။

၃။ တချို့မှာ ပကတိသာဝကလမ်း၊ မဟာသာဝကလမ်းနှင့် အဂ္ဂသာဝကလမ်း၊ အဂ္ဂညလမ်း၊ မောနေယျလမ်း၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓလမ်း၊ စသည်လိုက်ကြသည်။

၄။ တချို့မှာ ဒါနဖြင့်သဗ္ဗညုတလမ်းသို့လိုက်ကြလေသည်။

နိဒါန်း

အချုပ် ဆိုလိုချက်

ဒါနမူလိက မကျမ်းကျင်၊ မလုပ်တတ်လျှင် သံသရာရှည်ခြင်း၊ ဥာဏ်ထူထိုင်းခြင်း၊ ဆွံ့အခြင်း၊ ကဏ်းခြင်း၊ ရူးခြင်းစသည်ဖြစ် ရသည့်ပြင် ဒုဂ္ဂတိဘုံ နယ်သို့ပင် လျောကျသွားရသည်။

ထိုသို့မဟုတ် ဒါနမူလိကကျမ်းကျင်စွာပြုလုပ်တတ်ခဲ့လျှင်၊ ဥာဏ် ထက်မျက်ခြင်းမှစ၍ သုဂတိချမ်းသာနှင့်တကွ မဂ်ဥာဏ်-ဖိုလ် ဥာဏ်-ချမ်းသာ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအထိ အကူအပန့်လုပ်ငန်းတရပ် အဖြစ်ဖြင့် အသုံးချသွားနိုင်တော့သည်။

သုံးပိုင်းခွဲပြခြင်း

အထက်ပါအချက်တို့ကို ခြုံငုံထောက်ရှုပြီး နားလည်သင့်ကြ သော ပုညကိရိယာ ကုသိုလ်လုပ်ငန်းနှင့် ပါရမီ လုပ်ငန်းတို့ကို လူတိုင်း နားလည်စေလိုသော စေတနာသဒ္ဓါသန်မိချက်ကြောင့် တရားအားထုတ်နေကြသူ တပည့်ယောဂီတို့အား ပွဲဦးထွက်အနေ ဖြင့် (ဒါနပညာ) သင်ပြမှုအတွက် ၁၃၂၇-ခု တန်ဆောင်မုန်း လဆန်း(၉)ရက်(၂-၁၁-၆၅)အင်္ဂါနေ့မှစ၍ ၎င်းလဆုတ်(၆)ရက် (၁၄-၁၁-၆၅)တနင်္ဂနွေနေ့အထိ (၁၃)ရက်မျှဖြင့်တနေ့(၂)နာရီ ကျော်ကျော်သင်တန်းပေးခဲ့ချက်ကို ထပ်မံပြုပြင်ပြီး “ဒါနသင် ခဏ်းစာ”အဖြစ်ဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်အများလက်ကိုင်ထားလျက်၊ ဒါနကိစ္စတို့ကို ကျမ်းကျင်စွာ အချိန်မရွေး ဆောင်ရွက်သွားနိုင် ကြစေရန်(၃)ပိုင်းခွဲ၍ ဖော်ပြထားရာ အကြိမ်ကြိမ် ဖတ်ရှုပြီး တတ်မြောက်အောင် လေ့လာကြပါကုန်။

သာသနာ ၂၅၀၉ ခု။
၁၃၂၇ ခု၊ တပေါင်းလဆန်း ၁၂-ရက်
ကြာသပတေးနေ့

ဓမ္မဝါဒီ
သံလျှင်တောရ
၃-၃-၆၆

မာတိကာ

နိဒါန်း

အဓိကသိမှတ်ဖွယ်

ပဌမပိုင်း

၁။	ဒါနပုဒ်၏အနက် ကျယ်ပြန့်ပုံ	၁၆
၂။	ဒါနပြုတိုင်းကုသိုလ်ဖြစ်၊ မဖြစ်	၁၈
၃။	ပုညကိရိယဝတ္ထု၏ အဓိပ္ပာယ်	၁၈
၄။	အပုညဒါန-၅မျိုး	၁၉
၅။	အလားတူ အပုညဒါနများ	၂၂
၆။	အကတ္တဗ္ဗဒါနများ	၂၃
၇။	ပုညာ ပုညဒါနများ	၂၅
၈။	အနုစား ပုညဒါန ၃-မျိုး	၂၇
၉။	ပဌမပိုင်းအတွက်အကျဉ်းချုပ်	၂၉

ဒုတိယပိုင်း

ပဋိသန္ဓေခဏ်း

၁။	ပဋိသန္ဓေယုတ်ညံ့မှုကြောင့် နစ်နာချက်များ	၃၀
၂။	ပဋိသန္ဓေမြင့်မြတ်မှုကြောင့်ကောင်းကျိုးရပုံများ	၃၂
၃။	တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ အရေးကြီးပုံ ဒေသနာ	၃၃
၄။	အဆိုးတရားနှင့် အဆိုးပဋိသန္ဓေ	၃၄
၅။	အဆိုးတရားစု	၃၄

မာတိကာ

၆။	ကံသုံးမျိုးနှင့်ဘဝသုံးမျိုးခွဲခြားပေးပုံ....	၃၅
၇။	အကောင်းတရားစု....	၃၇
၈။	ဆိုးကောင်းပဋိသန္ဓေ-၃-မျိုး	၃၉
၉။	ပဋိသန္ဓေ ၄-မျိုးကွဲလွဲသွားကြပုံ	၄၀
၁၀။	ဒါနမြောက်ရန် အင်္ဂါ ၅-ချက် ၆-ချက်	၄၃
၁၁။	အလှူရှင်ဘက်က ဆိုးညံ့ပုံများ	၄၅
၁၂။	အဆိုးမမြဲရံသော ဒါနပုံစံများ....	၄၆
၁၃။	အလှူရှင်ဘက်က ကောင်းမြတ်ပုံများ	၄၉
၁၄။	အကောင်းမမြဲရံသော ဒါနပုံစံများ	၅၀
၁၅။	သီလနှင့်ယှဉ်တွဲသော ဒါနများ	၅၃
၁၆။	ဗြဟ္မာစိုရ်နှင့်ယှဉ်တွဲသောဒါနများ	၅၇
၁၇။	သက်လွတ်စားနှင့်စပ်ပုံ	၆၀

တတိယပိုင်း

ဓမ္မဒါနခဏ်း

၁။	အသိဉာဏ်ပြောင်းပုံ	၆၄
၂။	အလှူဝတ္ထုဓမ္မရှင်းချက်	၆၆
၃။	ပညာဒါတဗ္ဗ ဓမ္မဒါနများ	၆၇
၄။	သုခဒါတဗ္ဗ ဓမ္မဒါနများ	—	၆၉
၅။	အလှူခံဓမ္မပိုင်း	၇၃
၆။	လှူတတ်သူအရေးကြီးသည်	၇၄
၇။	အယုတ်စား အလှူခံအား လှူပုံ	၇၆

မာတိကာ

၈။	လူယုတ်မုဒိမ်းသမား အလှူခံအား လှူပုံ	၇၈
၉။	မပျက်ပွဲတည်နေသော ဓမ္မ-၂-မျိုး	၇၈
၁၀။	ဒုဿီလ ရှင်ပျက်နှင့် ရဟန်းပျက်အလှူခံ	၈၂
၁၁။	ကိုယ် ဘက်က ပို၍အရေးကြီးပုံ	၈၂
၁၂။	ဒုဿီလအားလှူပုံ....	၈၃
၁၃။	ရှင်ပျက်နှင့်နိရောဓ သမာပတ်ထစလှူပုံ	၈၅
၁၄။	ဒုဿီလ ရဟန်းပျက် အလှူခံ	၈၇
၁၅။	ဒုဿီလ လူယုတ်မာ ယောကျ်ား အလှူခံ	၈၇
၁၆။	ဒုဿီလ မိမ္မယုတ်မာ အလှူခံ	၈၈
၁၇။	အလတ်စားနှင့် အမြတ်စား အလှူခံများ	၈၈
၁၈။	ဆုတောင်းတတ်သူလိုပြန်သည်	—	၈၉
၁၉။	အလောင်းတော်တွေဆုတောင်းကြပုံ အဖုံဖုံ	၉၀
၂၀။	အတုယူဖွယ်ကောင်းသော ဆုတောင်းများ	၉၂
၂၁။	အခြားတောင်းသင့်သောဆုများ	၉၃
၂၂။	မတောင်းသင့်သော ဆုမျိုးများ	၉၄
၂၃။	တောင်းသင့်သော ဆုမျိုးများ	၉၅
၂၄။	သပ္ပုရိသ ဒါနသုတ်	၉၇
၂၅။	ပေးလှူခြင်းကိစ္စ	၉၈
၂၆။	ပုဂ္ဂလိက အလှူခံ ၁၄-မျိုး....	၉၉

မာတိကာ

၂၇။ သံဃာ့က အလှူခံ ၇-မျိုး	၁၀၀
၂၈။ သံဃာကို ရည်ညွှန်းလှူတတ်လျှင် ဒုဿီလပင်အကျိုးရ နိုင်ပုံ....	၁၀၁
၂၉။ ကိုယ်ဘက်က စင်ကျယ်ဘို့အရေးကြီးသည်။			၁၀၂
၃၀။ အလှူခံဘက်က အမြတ်စား အမြဲရှိနေပုံ			၁၀၃
၃၁။ အသေးအဖွဲက ဒါနကောင်းဖြစ်ပုံများ....			၁၀၃
၃၂။ ယုတ်, လတ်, မြတ် ဆုတောင်းခံစား		၁၀၈
၃၃။ အကျဉ်းချုပ် ဒါန-၅-မျိုး....	၁၁၁
၃၄။ လိုရာရနိုင်ရေး ၃-ချက်	၁၁၃
၃၅။ ဒါနလုပ်ငန်းအချုပ်	၁၁၄
၃၆။ ဒါန၏သတ္တိများ....	၁၁၅
၃၇။ နိဂုံး....	၁၁၅
၃၈။ ဆုတောင်း....	၁၁၆

ဒါနုသင်တန်း-ဥာဏ်လုပ်ငန်း

ပဏာမ

နမော သက္ကစ္စံ

ဒါနာ-ဓိပတိနော-ဓမ္မရာဇဿ-သဗ္ဗညုဗုဒ္ဓဿ။

အဓိက-သိမှတ်ပွယ်

ဒါနကုသိုလ်ပြုလုပ်တိုင်း ပုညကိရိယာ ဒါနမျိုးနှင့်ပါရမီဒါနမျိုးဖြစ်စေအောင် ပြုလုပ်တတ်ဖို့လိုသည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်တတ်ခဲ့လျှင် ဗုဒ္ဓ(၃)မျိုးနှင့် ဘာဝနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်၊ နိဗ္ဗာန်တို့ကိုသိမြင်ရရှိရေးအတွက် ခိုင်လုံသောအကြောင်း- အထောက်အပံ့-ပုညဗီဇမျိုးဖြစ်စေနိုင်သည်။ ထိုသို့မဟုတ်ဘဲ ဓမ္မတာဒါနမျိုး၊ တဏှာဒါနမျိုး၊ ဘယာဒါနမျိုး၊ မိစ္ဆာဒါနမျိုးနှင့်အပုညဒါနမျိုးတွေဖြစ်စေမိလျှင်သံသရာကျယ်စေ- ဉာဏ်ထုတ်ထိုင်းစေသော ဋီဟိတ်သတ္တဝါမျိုးသော်၎င်း၊ ၎င်းတို့ထက်ဆိုးဝါးသောစမ်းတွင်းကုန်း၊ ဝမ်းတွင်းအ၊ ဝမ်းတွင်းရူး၊ စသောသုဂတိအဟိတ်သတ္တဝါမျိုးသော်၎င်း၊ ထို့ထက်ဆိုးရွားသော ဒုက္ခတိအဟိတ်သတ္တဝါမျိုးသော်၎င်း၊ ဖြစ်မှီစေရန်အကြောင်းအထောက်အပံ့ ဗီဇမျိုးတွေဖြစ်သွားတော့သည်။

သတိပြုဖွယ်

၁။ မြင့်မြတ်သော ကောင်းကျိုးတွေကိုရရှိရေးအတွက်မြင့်မြတ်သော ဒါနကုသိုလ်မျိုးဖြစ်လာစေရန်အကြောင်းရင်း အဓိကအချက်မှာ စေတနာမှန်နှင့် သဒ္ဓါမှန်ထားတတ်အောင် စိမ့်ဖန်တည်းတတ်သော “ဒါနပညာများ” တတ်မြောက်ရရှိထားဘို့လိုပေသည်။

၂။ ယုဒနိမ့်ဆိုးဝါးမှုကို ဖြစ်စေတတ်သော ဟိနဒါနမျိုးဖြစ်သွားရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းအဓိကအချက်မှာ စေတနာနှင့် သဒ္ဓါထားလွဲမှားစေအောင် ဖန်တည်းတတ်သော မိစ္ဆာဉာဏ်အားကောင်းသဖြင့်၊ သမ္မာဉာဏ်အားနဲ့မဲ့ မဲ့မဲ့ပင် အဓိကဖြစ်လေသည်။

ထို့ကြောင့်နံပါတ်(၂)အဖြစ်ဆိုးမှုလွှတ်၍၊ နံပါတ်(၁) အဖြစ်မျိုးနှင့် ပြည့်စုံနိုင်အောင် မိမိတို့နှင့်နည်းစပ်ရာ ပညာရှိတို့ထံမှာ ‘ဒါနပညာ’ကို စနစ်တကျ တတ်ကျွမ်းလာအောင် လေ့လာဆည်းပူးထားသင့်ကြပေသည်။

ထိုအရ-အဆိုး-အယုတ်စုတွေကိုရှောင်ကွင်းတတ်၍အကောင်းနှင့်အမြတ်စုတွေကိုသာရွေးချယ်ကာပြုလုပ်တတ်ကြရေးကို မျှော်ထောက်တွေးပြီး-ဒါနပြုလုပ်တိုင်းအကောင်းစားနှင့် အမြတ်စားဒါနမျိုးတွေကိုသာ လူတိုင်းလူတိုင်း လုပ်တတ်ကြစေရန်၎င်း။ ပါဠိစာတွေကို များစွာမကျက်ယူရပဲ (၂)ခေါက် (၃)ခေါက်မျှ ဖတ်ရှုလေ့လာရုံဖြင့်သဘောပေါက်ကာ လွယ်ကူစွာပြုလုပ်တတ်ကြစေရန်၎င်း၊ အာရုံမှန်းလျက် ဤ‘ဒါနသင်တန်းစာ’ကို အပိုင်း (၃)ပိုင်းခွဲခြားပြီး သိလွယ်အောင် ပုစုံစံတို့နှင့်တွဲလျက် ခဲရင်းမှုနဲ့စေအောင် အဆင့်ဆင့် ရှင်းလင်း ညွှန်ပြသွားပါအံ့။

ပဌမပိုင်း။



ဒါနပုဒ်၏အနက်ကျယ်ပုံ

ပါဠိလို“ဒါန”ပုဒ်၏မူရင်းအနက်သည်‘ပေးမှု’မျှကိုဆိုသည်။ သို့ဖြစ်စေကာ ပေးသူ၏ ရည်ရွယ်ရင်းစေတနာနှင့်ပေးပုံ အခြေအနေကိုလိုက်၍၎င်း၊ အပေးခံရသူ၏ အခြေအနေကိုလိုက်၍၎င်း၊ “ပေးသည်၊ ထောက်ပံ့သည်၊ ချီးမြှောက်သည်၊ စွန့်ကြဲသည် လှူဒါန်းသည်”စသော လူ့နယ်သုံးဝေါဟာရ အနက်တွေများ စွာကျယ်ပြန့်သွားတော့ရာ သိသာအောင် နမူနာတင်ပြပေအံ့။

ပေးမှုအပျိုးပျိုး

- ၁။ ဒါန....သာမန်အနေနဲ့ ပေးမှု။
- ၂။ ဒါန....ဝတ္တရားအနေနဲ့ ပေးမှု။
- ၃။ ဒါန....တာဝန်အနေနဲ့ ပေးမှု။
- ၄။ ဒါန....လက်ဆောင်အနေနဲ့ ပေးမှု။
- ၅။ ဒါန....ညှိခံတဲ့အနေနဲ့ ပေးမှု။
- ၆။ ဒါန....မျှော်လင့်ချက်အနေနဲ့ ပေးမှု။
- ၇။ ဒါန....လှည့်ဖျားလိုတဲ့အနေနဲ့ ပေးမှု။
- ၈။ ဒါန....အထင်ကြီးခံလိုတဲ့အနေနဲ့ ပေးမှု။

- ၉။ ဒါန....ချေးငှားတဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၀။ ဒါန....ကြွေးဆပ်တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၁။ ဒါန....ရောင်းဝယ်တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၂။ ဒါန....ကြောက်ရွံ့တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၃။ ဒါန....သနားတဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၄။ ဒါန....ချစ်ခင်တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၅။ ဒါန....ထောက်ပံ့တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၆။ ဒါန....ချီးမြှင့်တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၇။ ဒါန....စွန့်ကြဲတဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၈။ ဒါန....လှူဒါန်းတဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၁၉။ ဒါန....ပူဇော်တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။
 ၂၀။ ဒါန....ဖြုတ်ပယ်တဲ့ အနေနဲ့ ပေးမှု။

စသည်ဖြင့်ပေးမှုလုပ်ငန်းတွေ များစွာရှိနေရာ၊ ရည်ရွယ်ရင်း စေတနာနှင့် ပေးစွန့်ပုံအခြေအနေစသည်ကို လိုက်ပြီး ဒါနပုဒ်၏ အနက်တွေကျယ်ပြန့်သွားတော့၏။

သတိပြုရန်။ ။ အထက်ပါပေးမှုမျိုး(၂၀) ထဲတွင် နံပါတ် (၆)မှ(၁၂)အထိ(၇) မျိုးသောပေးမှုတို့သည် အလှူကုသိုလ် သဘောသို့မသက်ဝင်၍ ကုသိုလ်ကံအနေဖြင့် ကောင်းကျိုးရရှိနိုင် ရန်လမ်းမရှိပေ။ ကျန်(၁)မှ(၂၀)အထိ (၁၃)မျိုးသောပေးမှုတို့ ကား “အလှူကုသိုလ်သဘောမျိုး” ပါဝင်နေ၍စေတနာထားခဲ့ ရင်းအတိုင်း အနိမ့်နှင့်အမြင့်အလိုက်ကောင်းကျိုးချမ်းသာကိုပေး စွမ်းနိုင်သော စေတနာကိုသတိပြု၍ သုံးသတ်ပါလေ။

ဒါနပြုတိုင်းကုသိုလ်ဖြစ်-မဖြစ်

ဒါနပြု တိုင်း (၀၁) ပေးမှုပြုတိုင်း ကုသိုလ်မဖြစ်ပါ၊
အကြောင်းကား....

- ၁။ စေတနာကလည်း ကုသိုလ်ဖြစ်အောင်ထားတတ်မှ။
- ၂။ ပေးတဲ့ပစ္စည်းကလည်း ကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်တဲ့ပစ္စည်းမျိုးဖြစ်မှ။
- ၃။ လုပ်ငန်းကလည်း ပုညကိရိယာလုပ်ငန်းမျိုးနှင့် စပ်လျှင်မှ
ကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်သည်။ ထိုအင်္ဂါ(၃)ပါးနှင့်မညီခဲ့လျှင် ဒါန
ပြုတိုင်း(၀၁)ပေးမှုပြုတိုင်း ကုသိုလ်မဖြစ်နိုင်ပါ။ အကုသိုလ်
ပင်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ဒါနနှင့်ကုသိုလ်-အကုသိုလ်ရှင်းလင်းချက်

အလှူအနေနှင့်ပြုလုပ်သောဒါနသည် “ပုညကြိယဝတ္ထု(၁၀)
မျိုး” အမည်ခံကုသိုလ်တရားမျိုးစာရင်းဝင်ဖြစ်၍ ယင်း “ပုညကြိ
ယဝတ္ထု” ပုဒ်နှင့်ညီညွတ်ခဲ့လျှင် ကုသိုလ်ဖြစ်၍ မညီညွတ်ခဲ့လျှင်
ကုသိုလ်မဖြစ်ရုံမက အကုသိုလ်ပင်ဖြစ်နိုင်သည်။

ထို့ကြောင့် ဤကိစ္စအတွက် လွယ်ကူစွာခွဲခြားတတ်ကြစေရန်
ကုသိုလ်နှင့်စပ်သော “ပုညကြိယဝတ္ထု” ပုဒ်၏ အဓိပ္ပာယ်ကိုဦးစွာ
ရှင်းပြပေးဦးအံ့။

ပုညကြိယဝတ္ထု၏အဓိပ္ပာယ်

- ၁။ ပုည ဟူသည် “သံကိလေသ မလေဟိပုနံတိသော ဓေတိတိ
ပုညံ” အရကိလေသာ(၁၀)မျိုးအညစ်အကြေးဆိုးတို့မှ စင်ကြယ်
စေတတ်၍ “ပုည” ဟုခေါ်သည်။

၂။ ကြိယ(၀၇)ကိရိယဟူသည်“သပ္ပု ခိသေဟိကတ္တဗ္ဗန္တိ°ကြိယံ (၀၇)ကိရိယ”အရ သူတော်ကောင်းများပြုကျင့်အပ် အသုံးပြု အပ်သောလုပ်ငန်းဖြစ်၍ ‘ကြိယံ (၀၇)ကိရိယ’ ဟုခေါ်သည်။

၃။ ဝတ္ထုဟူသည် ‘တေတေအာနိသံသာဝသန္တိ°တိဋ္ဌန္တိ°တ္ထောတိ ဝတ္ထု’အရ စေတနာအလိုက်၊ ဉာဏ်မြင်အလိုက် ကျင့်သုံးမှုအလိုက် ပေါ်ထွက်လာကြသော ထိုထိုကောင်းကျိုးတို့၏ တည်စိုက်ရာဖြစ် ၍၊ “ဝတ္ထု”ဟုခေါ်သည်။

ယင်း “ပုညကြိယဝတ္ထု”(၃)ပုဒ်လုံး၏အဓိပ္ပာယ်မှာ“ကိုလေ သာ(၁၀) မျိုးအညစ်အကြေးဆိုးတို့ကို စင်ကြယ်စေတတ်သော စွမ်းရည်ရှိသည့်အလုပ်လည်းဖြစ်၊ သူတော်ကောင်းတို့ကျင့်သုံးအပ် သော အလုပ်လည်းဖြစ်၊ ကောင်းကျိုးတို့၏ တည်စိုက်ရာလည်း ဖြစ်၍၊ ‘ပုညကြိယဝတ္ထု’ဟုခေါ်သည်။

၎င်းအင်္ဂါ (၃) ချက်နှင့် မညီညွတ်ခဲ့လျှင် ပုညကြိယဝတ္ထု မမည်နိုင်တော့ပဲ၊ ‘အပုညကြိယဝတ္ထု’သာမည်တော့သည်။(၀၇) အကုသိုလ်မျိုးဖြစ်တော့သည်။

ထိုအရ ပုညဒါနနှင့် အပုညဒါနတို့၏ ခြားနားချက်ကိုလူများ စုပါလွယ်ကူစွာသိလွယ်နိုင်စေရန် ‘အပုညဒါနမျိုး’ကိုဦးစွာတင်ပြ ပေဦးအံ့။

အပုညဒါန(၅)မျိုး

ပဉ္စဒါနာနိအပုညာနိ ပုညသမ္ပတာနိ လောကသ္မိံ၊ မဇ္ဇဒါနံ သမဇ္ဇဒါနံ၊ ဣတ္ထိဒါနံ၊ ဥသဘဒါနံ၊ စိတ္တကမ္မဒါနံ။

(ဝိနယ-ပရိဝါ ပါဠိတော် ပဉ္စကဝါရ)

အဓိပ္ပာယ်။ ။လောကမှာကုသိုလ် ပုညမဟုတ်ကြပဲလျှက်၊ (၀၇)အကုသိုလ်ဖြစ်ကြပါလျှက် ကုသိုလ်ပုညဟုခေါ်ငင် သမုဒ်

နေကြသော ဒါန(၅)မျိုးရှိကြ၏။ (၀၁)ပေးလှူမှု(၅)မျိုးရှိကြ၏။ ၎င်းတို့ကား....

၁။ မဇ္ဇဒါန-မူးဝေယစ်စေရန်သေမျိုးကို ပေးလှူခြင်း။

၂။ သမဇ္ဇဒါန-မြူးထူးစေရန် ပဲ့သဘင်ကိုပေးလှူခြင်း။

၃။ ဣတ္ထိဒါန-ကာမခံစားစေရန် မိန်းမကိုပေးလှူခြင်း။

၄။ ဥသဘဒါန- သားဖေါက်စေရန် နွားလားကိုပေးလှူခြင်း။

၅။ ဝိတ္တကမ္ပဒါန-ရာဂပွားစေရန် ကာမခံစားပုံ၊ ရုပ်လုံး၊ ရုပ်ကားမျိုးကို ပေးလှူခြင်းပေါင်း (၅)မျိုး။

သတိပြုရန်

နံပါတ်(၃)၌ကာမခံစားစေရန် မိန်းမကို အလှူဝတ္ထုအဖြစ်ဖြင့် ညွှန်ပြရာ အကယ်၍ မိန်းမတွေ ကာမ ခံစားရန်အတွက် ယောက်ျားကိုလည်း အလှူဝတ္ထုအဖြစ်ဖြင့် ပေးလှူခဲ့လျှင်လည်း အလားတူပင် အပုညဒါနမျိုးပင်ဖြစ်တော့သည်။

နံပါတ်[၄]၌ ကာမကိစ္စအတွက် နွားလားကို ပုံစံအဖြစ်ညွှန်ပြရာ ထိုကာမကိစ္စအတွက်ဖြစ်ခဲ့လျှင် နွားမနှင့်တကွ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊ သိုး၊ ဆိပ်၊ ခွေး၊ ဝက်၊ ဘဲ၊ ကြက်၊ ငှက်စသည်တို့ပါ “အပုညဒါနမျိုး” ထဲဝင်သွားတော့၏။

ရှင်းလင်းချက်

အထက်ပါ“ဒါန(၅)မျိုးတို့ကို” အထက်ပါရည်ရွယ်ချက်[၅] မျိုးတို့ဖြင့် ပေးလှူမှုကိုပြုပါက ပုညကိရိယသဘောနှင့်ဆန့်ကျင်နေ၍ “အပုညဒါနမျိုး” ဖြစ်သွားတော့သည်။ (၀၁)ကုသိုလ်မရနိုင်ပဲ အကုသိုလ်သာရနိုင်၍ ‘အကုသိုလ်ဒါနမျိုး’ ဖြစ်သွားတော့သည်။

ထိုသို့မဟုတ်ပဲ ပုညကိရိယသဘောသက်ဝင်သော ရည်ရွယ်ချက်မျိုးဖြင့်ပေးလှူမှုပြုခဲ့လျှင် “ပုညဒါနမျိုး”ပင် ဖြစ်နိုင်၍ပုံစံဖြင့်ရှင်းပြပါအံ့။

★ နံပါတ်(၁)မဇ္ဇဒါနံမှ “သေအရက်မျိုးကို” သောက်စားမှု၊ ယစ်စေရန်မဟုတ်ပဲ လိမ်းဆေးထဲမှထည့်ရန်၎င်း၊ ဆေးတမျိုးအတွက်ပစ္စည်းတခုခုကို အရက်ဖြင့်စိမ်မှ ပျော့ပြောင်းခြင်း နှုတ်ခြင်းရှိမှဆေးအဖြစ်သို့ ရန်၎င်း၊ မျိုင်းဆေး- အရောင်တင်ဆေး- ဆိုးဆေးစသည်အဖြစ်အသုံးပြုရန်၎င်း ပေးလှူခဲ့လျှင် သီလကိုထိပါးဆန့်ကျင်ခြင်းမရှိ၍ “ပုညဒါနမျိုး”ဖြစ်နိုင်ပေသည်။

★ နံပါတ်(၂)သမဇ္ဇဒါနံမှ ကချေသည်သုံးပစ္စည်းများနှင့်ဂီတသမားသုံးပစ္စည်းများကို ကခုန် တီးမှုတ် မြူးထူးစေရန်မဟုတ်ပဲ အတတ်ပညာသည်နှင့် သုတေသီကမ္ဘာသားတို့ကြည့်ရှုလေ့လာနိုင်စေရန်ပြခန်းပြတိုက်တို့၌ ထားရှိရန်(၀၂)မဟုတ်ဒါနအဖြစ် ရည်ရွယ်၍ ပေးလှူခဲ့လျှင် သီလကို ထိပါး ဆန့်ကျင်ခြင်းမရှိ၍ ‘ပုညဒါနမျိုး’ဖြစ်နိုင်ပေသည်။

★ နံပါတ်(၃)ဣတ္ထိဒါနံမှ မိန်းမကို ကာမခံစားရန် မဟုတ်ပဲ၊ မီးဖိုချောင်ကိစ္စဆောင်ရွက်ရေး၊ အဝတ်လျော်ဖွတ်ရေး၊ သန့်ရှင်းရေး၊ ရေခပ်ရေး၊ ဈေးသွားလာရေး၊ ဘုရားပန်းသီကုံးရေး စသည်တို့အတွက် ခိုင်းစေအသုံးပြုရန် ကာလအပိုင်းအခြားဖြင့် ပေးလှူခဲ့လျှင်သီလကိုထိပါးဆန့်ကျင်ခြင်းမရှိ၍ “ပုညဒါနမျိုး” ဖြစ်နိုင်ပေသည်။

★ နံပါတ်(၄)ဥသဘဒါနံမှ နွားလားကို(၀၂) နွားသိုးကိုသားဖောက်ရန်မဟုတ်ပဲ ရေယူရေးကိစ္စ၊ ဧည့်သည်များအတွက် နွားချေးငှားနှင့် နွားကျင်ငယ်ရယူရေးကိစ္စ စသည်တို့အတွက် အသုံးပြုရန်

ဧည့်သည်များအတွက် နွားချေးငှားနှင့် နွားကျင်ငယ်ရယူရေးကိစ္စ စသည်တို့အတွက် အသုံးပြုရန်
စာကြည့်တိုက်
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်

ပေးလှူခဲ့လျှင် သီလကိစ္စနှင့်မဆန့်ကျင်၍ “ပုညဒါနမဂ္ဂ” ဖြစ်နိုင်ပေသည်။

★ နိပါတ်(၅) စိတ္တကမ္မဒါနမ္ပ (ကာမခံစားပုံ မဟုတ်ပဲ) ကျမ်းမာရေးဌာနမှပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသော ပုံမျိုးကဲ့သို့ ကာမဌာနပုံကိုပြု၍ ငယ်ရွယ်သူလူလင်ပျိုနှင့်လုံမပျိုတို့၌ဒုက္ခပေးတတ်သောရောဂါပိုး ခိုအောင်းရာဌာနကို သိရှိရန်အနေ၊ ရောဂါရှိသောနေရာအနေ၊ စသဖြင့်မသိလျှင် မရှောင်ကျင်လျှင်၊ ဒုက္ခမုချရရှိမည့်အချက်တို့ကို သိရှိထားကြစေရန်အနေဖြင့် တကယ် နားလည်တတ်ကျွမ်းသူ ဆရာဝန်ကြီးတွေ၏ သဘောတူချက်ဖြင့် စီမံပြုလုပ်သော ရုပ်ပုံ ကားတို့ကို ကျမ်းမာရေးအတွက် လူသိရှင်ကြားပြန်ဝေပေးလှူပါကစိတ်ယုတ်စိတ်ဆိုးဖြင့် ပြုလုပ်ချက်မဟုတ်၍၎င်း၊ သီလကိစ္စတိုက်ရိုက်မဆန့်ကျင်သဖြင့်၎င်း ‘ပုညဒါနမဂ္ဂ’ ဖြစ်နိုင်ရန်လမ်းရှိပေသည်။

အလားတူ အပုညဒါနမဂ္ဂ။

- ၁။ ရာဂကမ္မဒါန- ရာဂမူပေးလှူခြင်း။
- ၂။ ရာဂါဒိဝဇနိဘေသဇ္ဇဒါန- ရာဂကိုတိုးပွားလှုံ့ဆော်စေတတ်၊ ဒေါသ မာနကို တိုးပွားစေတတ် စိတ်ကို ပျံ့လွင့်စေတတ်သော ဆေးမျိုးကို ပေးလှူခြင်း။
- ၃။ ဝိသဒါန- သေစေတတ်သော အဆိပ်ကို ပေးလှူခြင်း။
- ၄။ ဝဏ္ဏာဒိဗျသနဘေ သဇ္ဇဒါန- အဆင်း၊ အသံ၊ အင်အား၊ အသိဉာဏ်၊ စသည်တို့ကို ဆုတ်ယုတ်ပျက်ပြားစေတတ်သော ဆေးမျိုးကို ပေးလှူခြင်း။
- ၅။ ကာယပိဋကယုတ္တဒါန- သူတပါး၌ ဖျားနာခြင်း၊ ဆွံ့အခြင်း၊ နားပင်ခြင်း၊ မျက်စေ့ကဏ်းခြင်း၊ ရူးသွပ်

ခြင်း၊ စသည်ဖြစ်စေနိုင်သော ဆေးနှင့် အစာ စသည်
ကို ပေးလှူခြင်း။

၆။ ပရဗျသနိကအာဝုဓဒါန- သူတပါးကို ဖျက်စီးစေနိုင်
သော လက်နက်များကို ပေးလှူခြင်း။

၇။ အနတ္တသံဟိတသိပ္ပနယ ဒါန- သူတပါး အကျိုးမဲ့ကို
ဖြစ်စေတတ်သော အတတ်နှင့် နည်းလမ်းတို့ကိုပေးလှူ
ခြင်း။

၎င်းဖော်ပြပါ(၇) မျိုးတို့သည်လည်း ပုညကိရိယမျိုးမဖြစ်
နိုင်ဘဲ၊ အပုညကိရိယမျိုးသာဖြစ်နေ၍ “အပုညဒါနမျိုး”ဟု
အလားတူ မှတ်ရာ၏။

ဘုရားလောင်းမဟုတ်သူတို့-မပြုကောင်းသော
အကတ္တဗ္ဗဒါနများ။

အောက်ပါဒါနမျိုး(၇)မျိုးတို့သည် သဗ္ဗညုတဆူပန် သမ္မာ
သမ္ဗုဒ္ဓဘုရားလောင်းကြီးများသာမပြုလုပ်လျှင် မပြီးနိုင်၍ပြုလုပ်
ရသောဒါနထူးများဖြစ်သည်။ ဘုရားလောင်းမဟုတ် သူတို့မှာမိမိ
တို့အရာမဟုတ်၍ မပြုလုပ်ထိုက်ပေ၊ ပြုလုပ်ခဲ့လျှင် အပုညဒါနမျိုး
မဟုတ်သော်လည်းမပြုသင့် မပြုကောင်း၍၊ “အကတ္တဗ္ဗဒါနမျိုး”
ဟုကျမ်းဂန်တို့ကဆိုကြသည် ၎င်း[၇]မျိုးကား....

၁။ အတ္တဒါသကာရဒါန- မိမိကိုယ်ကိုသူတပါး၏ အစေခံ
နှင့် ကျွန်အဖြစ်အသုံးပြုရန်ပေးလှူခြင်း။

၂။ ပုတ္တဒါသကာရဒါန- သားကိုဖြစ်စေ သမီးကို ဖြစ်စေ
အစေခံနှင့် ကျွန်အဖြစ်အသုံးပြုရန် သူတပါးအား ပေး
လှူခြင်း။

၃။ ဘရိယဒါန- အပစ်မဲ့ မယားကို လိုသလို အသုံးပြုရန် သူတပါးအားပေးလှူခြင်း (အကျင့်ပျက်မယားကို စွန့်လျှင်အပစ်မရှိနိုင်)။

၄။ အင်္ဂဒါန- မိမိ၏အသားကိုဖြစ်စေ မျက်စေ့ကို ဖြစ်စေ ခြေလက် စသော ကိုယ်အင်္ဂါတခုခုကိုဖြစ်စေ လှူခြင်း ဖြစ်၍ သူတပါးအား ပေးလှူခြင်း။

မှတ်ချက်- သွေးနှင့်အဆီတို့ကို လှူခြင်းသည် - နို့ရည်ကိုလှူမှု နှင့်တူခြင်း။ ကိုယ်အင်္ဂါချို့ရှင်းမှုလည်း မရှိခြင်းကြောင့် မပြုကောင်းဟုမဆိုနိုင်ပေ။

၅။ ဇီဝိတဒါန- မိမိ၏အသက်ကို တိုက်ရိုက်စွန့်လှူခြင်း၊ သူတဦး၏ ကိုယ်စား မိမိအသက်ကို အစားထိုးပေးသည်အနေနှင့်ပေးလှူခြင်း။

၆။ အတ္တဘောဇနဒါန- ကျား၊ ခြင်္သေ့၊ သားရဲ၊ ဘီလူး စသည်တို့အား မိမိကိုယ်ခန္ဓာကို အစာအဖြစ်ဖြင့် ပေးလှူခြင်း။

၇။ ကာယပူဇိတ စာဂဒါန- မိမိကိုယ်ကို မီးတိုင် အဖြစ် ထားပြီး ဆီလောင်းမီးရှို့၍ ပူဇော်ခြင်း၊ အစတေးခံ အဖြစ်ဖြင့်စွန့်လွှတ်ပေးလှူခြင်း။

အထက်ပါ ၇-မျိုးတို့သည် ဗောဓိသတ္တမ္ပာသမလှူလျှင် သဗ္ဗညုတဥာဏ်တော်ကိုမရနိုင်၍လှူရသော “ဗောဓိသတ္တဒါန” မျိုး ဖြစ်သည်။ ကျန်ဘုရားလောင်းမဟုတ်သူတို့မှာ မလုပ်သင့်၍ အကတ္တဗ္ဗဒါနမျိုးဟူ၍၎င်း၊ အဗောဓိသတ္တ အပုညဒါနမျိုးဟူ၍၎င်း၊ ခေါ်ဆိုကြ၏။

ပုညာ-ပုညဒါနမ္ပာ

၎င်း၏အဓိပ္ပာယ်မှာ....ပုညခေၤ ကုသိုလ်တပိုင်းနှင့် အပုည
ခေၤ အကုသိုလ်တပိုင်း၊ ပေါင်း ၂- ပိုင်း သော ကုသိုလ် နှင့်
အကုသိုလ်တို့ရောစပ်၍ပြုလုပ်သောဒါနမ္ပာကိုဆိုသည်။

ပုံစံ များ

- ၁။ ဝိဟေဋ္ဌနပရိယာယဒါနံ၊ ညှင်းဆဲလို၍ ဟန်ဆောင်လုပ်
သောဒါနမ္ပာ။ ဆိုလိုသည်မှာ သူတိုင်းအားအနိုင်ကျင့်လို
နှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းလို၍ တကယ် စေတနာကောင်းနှင့် ပြု
လုပ်သယောင်ဟန်ပြုပြီးတနေရာရာသို့ သွေးဆောင်လှည့်
ဖြား ခေၤ ယူသွားပြီး ကျွေးမွေးကာ နှိပ်စက် ညှဉ်းပန်း
မှု ပြုလုပ်ခြင်းမ္ပာ။
- ၂။ ပတိမာနာကာရဒါနံ၊ မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ပေးလှူခြင်း
မ္ပာ။ ဆိုလိုသည်မှာ- သူတိုင်းအားမိမိအတွက်အကျိုးရှိရာ
ကို ယာယီခိုင်းစေလို၍ဖြစ်စေ၊ ထိုသူ ထံမှ တခုခုရယူ
လို၍ဖြစ်စေ၊ မိမိအတွက် အမြတ်ထုတ်ယူလို၍ဖြစ်စေ၊
မျှော်လင့်ချက်ထားပြီးပြုလုပ်သော ပေးလှူခြင်းမ္ပာ။
- ၃။ အတ္တတ္ထမာယာကာရဒါနံ၊ ကိုယ်ရေးအတွက် လှည့်ကွက်
ဆင်၍ ပြုလုပ်သောပေးလှူခြင်းမ္ပာ။ ဆိုလိုသည်မှာ-
ပဌမပတ်ဝန်းကျင်က အထင်ကြီးလာစေရန်၊ ထို့နောက်
ထိုအထင်ကြီးခံရမှုကို ခုတ်လုပ်ပြီး ကိုယ်ကျိုး ရှာလို၍
ပြုလုပ်သော ပေးလှူခြင်းမ္ပာ။
- ၄။ အဝိရတိသမတ္ထဒါနံ၊ မရှောင်သာ၍ပေးလှူရခြင်းမ္ပာ။
ဆိုလိုသည်မှာ....မိမိမနှစ်သက် မကြေနှပ်သော ကိစ္စဖြစ်

နေလျက်ရှောင်တိမ်းလိုက်လျှင် မိမိမှာဂုဏ်သိက္ခာပျက်
မည်ကိုမြင်၍ မပေးလိုဘဲလျက် ရှောင်တိမ်း၍ မလျော်
လှလို့ စိတ်မချမ်းသာဘဲလျက် ပေးလှူမပြုရခြင်းမျိုး။

၅။ အယတဇ္ဇိတဒါနံ၊ ဘေးရန်လာမည်ကိုကြောက်၍ ပေး
လှူရခြင်းမျိုး။ ဆိုလိုသည်မှာ လူထူအနေနဲ့ ဖြစ်စေ၊ အာ
ဏာအနေနဲ့ ဖြစ်စေ၊ ကျေးတန်းပစ်ပြီး ငါးရာထည့်
ပါ၊ တထောင်ထည့်ပါ၊ စသဖြင့် အကြပ်ကိုင်ပြီး ပေး
လှူခိုင်းရာမှာ ညှင်းလိုက်လျှင် ဒုက္ခတမျိုးမျိုးလာမည်
ကို ကြောက်ရွံ့၍ ပေးလှူရခြင်းမျိုး။

သတိပြုဘွယ်။ ။ ဝေးပြု၊ ပြန်ပေးနှင့် ရန်သူတို့အား ပေးရမှု
သည် အလှူအနေနှင့် ပေးလှူမှုမျိုးမဟုတ်
ဘဲ၊ တမင်ဖြောင်အနိုင်ကျင့်၍ လုယူမှုမျိုးဖြစ်
၍ “ပုညာ-ပုညဒါန” မျိုးထဲ မသွင်းသင့်ပေ၊
ရန်သူပေးသက်သက်ဟု မှတ်ယူရ၏။

အထက်ပါ ၅ မျိုးသော ဒါနစုသည် (ကုသိုလ်တပဲ-ငရဲတပိ
ဿာ) ဆိုသလို ကုသိုလ်ကတပဲ နဲ့နဲ့နှင့် အကုသိုလ်ကများများတို့
ကို ရောနှော၍ ပြုလုပ်သော ကိစ္စမျိုးဖြစ်၍ “ပုညာ-ပုညဒါနမျိုး”
ဟု ခေါ်သည်။ အကျိုးရရာမှာလည်း ကောင်းကျိုးအရနည်း၍
မကောင်းကျိုးအရများတတ်သည်။ [၀၇] သုဂ္ဂတိအဟိတ်သတ္တဝါ
မျိုး အဖြစ်များတတ်သည်ကိုလည်း သတိပြုသင့်ကြပေသည်။

အနု၊ စား ပုညဒါနမျိုး။

အောက်ပါ ဒါန ၃-မျိုးတို့သည် အသိဉာဏ်ရှိ၍ စေတနာ
ကို မှန်စွာထားတတ်လျှင် “ပုညကိရိယဒါနမျိုး” ဖြစ်နိုင်လျက်

အသိဉာဏ်နှင့် စေတနာထားမှု ပုံမှန်သုံးသတ်ကြ၍ “အစဉ် အလာလုပ်ငန်းတရပ်အနေမျှ”လောက် သဘောထားကာ ပြုလုပ်နေကြတော့သည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းပေးမှုမျိုးသည် ကုသိုလ်ရမှုနှင့်မကင်း၍ “ပုညဒါနမျိုး”ထဲမှ “အနုစား ပုညဒါနမျိုး”မျှ ဖြစ်နေတော့သည်။ ထင်ရှားစေရန် အောက်ပါ ပုံစံများကို ကြည့်ပါ။

အနုစားဒါန ၃-မျိုး။

- ၁။ ဓမ္မတာဒါန၊ အစဉ်အလာအနေဖြင့်ပေးစွန့်ခြင်းမျိုး။
 - ၂။ သံဝိဘာဂဒါန၊ အိမ်နီးခြင်းအနေဖြင့်ပေးစွန့်ခြင်းမျိုး။
 - ၃။ အနုဂ္ဂဟဒါန၊ မစ၊ ချီးမြှောက်မှုအနေဖြင့်ပေးစွန့်ခြင်းမျိုး။
- ၁။ ဓမ္မတာဒါနဟူသည် အချင်းချင်းဆေးလိပ်မီးကမ်းလှမ်းခြင်း၊ ခရီးသွားခြင်းကူညီခြင်း၊ အိမ်လာလည်သူတို့အား ဆေးလိပ်တယ်၊ ကွမ်းတည် လဘက်တယ်၊ လဘက်ရည်အကြမ်း အချိုတည် စသည်ပြုလုပ်ခြင်း ကလေးငယ်အား နို့တိုက်ခြင်း၊ အစာကျွေးခြင်း၊ မိဘကသားသမီးတို့အား၎င်း၊ သားသမီးကမိဘတို့အား၎င်း၊ ကျွေးမွေးပြုစုခြင်း၊ ချစ်ခင်သူတို့အား ကျွေးမွေးခြင်း ဆင် မြင်း ကျွဲ နွား ခွေး ဝက် ကြက် ငှက်စသည်တို့အားကျွေးမွေးခြင်း စသည်ပြုလုပ်မှုတို့ကိုဆိုသည်။

- ၂။ သံဝိဘာဂဒါန ဟူသည်အိမ်နီးခြင်းတို့အား ခြံထွက်ယာထွက်သစ်သီး သစ်ရွက် ပန်းစသည်တို့ကို ဝေငှမျှတပေးခြင်း လက်ဆောင်ရပစ္စည်းပိုများကို ဆွေမျိုးနှင့် ရင်းနှီးသူမိတ်ဆွေတို့အား မျှဝေပေးကမ်းခြင်းပြုလုပ်မှုတို့ကိုဆိုသည်။

၃။ အနုဂ္ဂဟဒါန ဟူသည် သူတောင်းစားများ ဆင်းရဲ နှမ်းပါးသူများ၊ အခက်အခဲတွေ့ကြုံနေရသူများ၊ ခရီးသည်နှင့် မကျမ္မာနေသူများ၊ ပစ္စည်းမဲ့၍ ပညာဆက်ပြီးမသင်နိုင်သူများ၊ စွမ်းရည်သတ္တိထူးချွန်လာသူများ၊ အများအတွက်စွန့်စားမှုပြုလုပ် ခဲ့သူများ၊ လုပ်ငန်းကဝန်ကိုကြေပြွန်အောင် ဆောင်ရွက်နေသူ များ၊ သူတပါးပစ္စည်းကောက်ယူ၍ ရိုးသာစွာနှင့်ပြန်ပေးသူများစ သည်တို့အား မစ ထောက်ပံ့ ချီးမြှင့်ခြင်းပြုလုပ်မှုတို့ကိုဆိုသည်။

ဖေ T ပြပါပေးကမ်းမှု(၃)မျိုးတို့သည် “ဒါန” မှထဲဝင်နေ ၍ အသိဥာဏ်နှင့် စေတနာထားကြွယ်ဝမြင့်မြတ်ခဲ့လျှင် အမြင့် စားနှင့်အမြတ်စား ‘ပုညကိရိယဒါနမျိုး’ ဖြစ်နိုင်၍ တိဟိတ် ပုဂ္ဂိုလ် ထူးဖြစ်နိုင်သည်။

ထိုသို့မဟုတ်ပဲ အသိဥာဏ်နှင့်စေတနာထား မွဲတေနဲ့ ခြာလျှင် အနိမ့်စားနှင့်အယုတ်စား ‘ပုညကိရိယဒါနမျိုး’ ဖြစ်သွား၍ ဥာဏ် ထုထိုင်သူ ဒွံ ဟိတ်သတ္တဝါမျိုးသော်၎င်း၊ ထို့အောက်ညံ့သူ ဝမ်းတွင်း၌ ဆွံ့ အ၊ နားမျက်စေ့ ကမ်းလာ၊ ရှေးလာသူ သုဂတိ အဟိတ်သတ္တဝါမျိုးသော်၎င်း၊ ထို့အောက်ညံ့သူအပါယ်(၄)ဘုံ သားဒုဂ္ဂတိအဟိတ် သတ္တဝါမျိုးသော်၎င်း ဖြစ်သွားတတ်လေ သည်။

ထို့ကြောင့် မိမိသုံးစွဲရန် ရှာမှီးထားရသော ပစ္စည်းတို့ကို သူတပါးတို့အား အခမဲ့ပေးကမ်းရာ၌ အသိဥာဏ်မဲ့၍ စေတနာ လွဲမှားစွာနှင့် ပေးကမ်းမိလျှင် (အဟိတ်သတ္တဝါမျိုး) ဖြစ်သွား တတ်၍၊ ‘ပစ္စည်းကုန်လူပန်းအဟိတ်သတ္တဝါလည်းဖြစ်ရ’ ဟူသော နှစ်နာချက်မျိုးမဖြစ်ကြစေရန် နေ့စဉ်မရှောင်သာ ကြုံတွေ့နေကြရ သောပေးကမ်း စွန့်ကြဲမှုခေ T ဒါနကိစ္စကို ‘ဒါနပညာရပ်တခု

အနေဖြင့်' ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တိုင်းနားလည်တတ်ကျွမ်းထားဘို့လိုလှပေသည်။

ပဌမပိုင်းအတွက် အချုပ်မှတ်ဖွယ်။

'ဒါန'ပုဒ်အရသည် 'ပေးမှု'အနက်သာရှိပုံ- သို့ဖြစ်လျက်ပေးသူ၏ရည်ရွယ်ရင်းစေတနာနှင့်ပေးပုံအခြေအနေစသည်တို့ပြောင်းလွှဲခြားနားသလောက် 'ပေးမှုတွေ' များစွာရှိလာပုံကို၎င်း၊ အမြင့်စားဒါနမျိုးဖြစ်လိုက အမြင့်စားအသိဉာဏ်နှင့်အမြင့်စားစေတနာထားနည်းကိုသင်ယူရန်၎င်း၊ 'ပုညကိရိယဝတ္ထု' သုံးပုဒ်၏အဓိပ္ပာယ်ကိုနားလည်ပြီး ၎င်း(၃)ပုဒ်နှင့်ညီညွတ်စွာပြုတတ်ရန်၎င်း၊ ပုညဒါနနှင့်အပုညဒါနတို့၏ခြားနားပုံကို သဘောပေါက်ပြီး အပုညဒါန(၅)မျိုး(၇)မျိုးနှင့် အကတ္တဗ္ဗဒါန(၇) မျိုးတို့ကိုပိုင်နိုင်စွာ နားလည်သဘောပေါက်ကာ မပြုလုပ်မိစေရန်၎င်း၊ ထို့နောက် 'ပုညာပုညဒါနမျိုး'ကိုလည်း သဘောပေါက်မပြုလုပ်မိရန်၎င်း၊ ထို့နောက်အထက်ပါကိစ္စစုကို နားလည်သဘောပေါက်သွားပါက 'အနု' စားပုညဒါန(၃)မျိုး' တို့ကိုဒါနပြုလုပ်တိုင်းမှာ မဖြစ်စေတော့ဘဲ 'အမြင့်စားနှင့် အမြတ်စားဒါနမျိုး' သာဖြစ်ရှိစေနိုင်အောင် ဖော်ပြလတ် ဒုတိယပိုင်းနှင့် တတိယပိုင်းလာ(ဒါနပညာများကို)လေ့လာဆည်းပူးပြီးဒါနပြုလုပ်တိုင်းအမြင့်စားနှင့်အမြတ်စားဒါနမျိုးချည်းသာ ပြုလုပ်တတ်နေအောင် ကြိုးပန်းနိုင်ပါစေဟု ဆုတောင်းပါသည်။

x

x

x

ဒုတိယပိုင်း

ပဋိသန္ဓေခဏ်း

(က)ပဋိသန္ဓေ ယုတ်ညံ့မှုကြောင့် နစ်နာချက်များ

၁။ ဘဝတခု၏ အစသည် ‘ပဋိသန္ဓေတည်ချိန်ပင်ဖြစ်သည်’ ယင်းပဋိသန္ဓေတည်ချိန်မှာ ယုတ်ညံ့သော ပဋိသန္ဓေမျိုးဖြစ် သွားလျှင် (၀၂)ဒုဂ္ဂတိအဟိတ်ပဋိသန္ဓေမျိုးဖြစ်သွားလျှင် ထိုဘဝ တခုလုံးမှာ ဘာဝနာကိစ္စပင် မပြုလုပ်နိုင်တော့၍ စျာန်ကိစ္စ နှင့်တကွ မင်္ဂကိစ္စ၊ ဖိုလ်ကိစ္စ၊ နိဗ္ဗာန်ကိစ္စတို့ကား အလိုလိုကွယ် ပျောက်ပြီး နစ်နာ ဆုံးရှုံးပြီးဖြစ်သွားတော့သည်။

ပုစံကား..... ကောင်းကင်ပျံသွားနိုင်ကြသော ဆင် မျိုး၊ မြင်းမျိုးကစ၍ ရှိရှိသမျှ ဆင်၊မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊သမင်၊ ဒရယ်၊ ကျီ၊ စိုင်း၊ ဆတ်၊ သိုး၊ဆိပ်၊ခွေး၊ဝက်၊ကြောင်၊ ကြွက်၊ ငှက်၊ မြွေ၊ ငါး၊ ပုဇွန်၊မေ့ဘူး၊ကျွတ်၊အိမ်မြှောင်၊ပိုးဟပ်၊မူးခြင်၊ကြမ်းပိုး၊ခြေ၊ပုရွက် ဆိတ်၊ ပိုးလောက်၊ သန်း၊ ရွှေ၊ စသော တိရစ္ဆာန် သတ္တဝါတွေကို ကြည့်ပါ။ ၎င်းတို့မှာ သီလကိစ္စကိုမျှပင် နားမလည်နိုင်ကြတော့ ၍ ဘာဝနာကိစ္စ စသည်တို့ကိုကား မည်သို့ နားလည်နိုင်ကြပေ မည်နည်း။

ထို့ပြင် ငရဲရှစ်ထပ်ရှိ ငရဲသတ္တဝါ အနန္တတွေ၊ ပိတ္တာသတ္တဝါ အနန္တတွေနှင့် အသုရကာယ်သတ္တဝါ အနန္တတွေမှလည်း အထက် ပါတိရစ္ဆာန်သတ္တဝါတွေနှင့် အလားတူပင် မြင့်မြတ်ရာဘက်သို့ တက်လှမ်းနိုင်ရေးအတွက် လမ်းစပြောက်ပြီး ဆက်၍သာ နစ်နာ သွားနေရပုံကို သဘောပေါက်ပါလေ။

၂။ ထို့နောက် လူသတ္တဝါဖြစ်လာရစေကာ [ဇစ္စန္ဓ]ခေါ် ဝမ်းတွင်းမှ ဆွဲလာ၊ မပီသလာ၊ အလာ၊ ကဏ်းလာ၊ ရူးလာ၊ နပုံး ပဏ္ဍုပ်ဖြစ်လာကြသော (သုဂတိအဟိတ်ပဋိသန္ဓေမျိုး) ဖြစ်လာပြန် လျှင်လည်း အနိမ့်စားဒါနနှင့် သီလလောက်ကိုသာ သိရှိအားထုတ် ၍ရနိုင်တော့သည်။ အမြင့်စားဒါနသီလမျိုးနှင့် ဈာန်ကိစ္စ၊ ဝိပဿ နာဉာဏ်ကိစ္စတွေပင် မဖြစ်နိုင်တော့၍ မဂ်ဉာဏ်ကိစ္စ၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ကိစ္စ တို့မှာ အလိုလို ကွယ်ပျောက်ပြီး ဖြစ်နေတော့သည်။

၃။ ထို့နောက် ပဋိသန္ဓေ ချိန်က ဉာဏ်ဓာတ် ကင်းသော ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေမျိုးဖြင့် လူနှင့်နတ် ဖြစ်လာစေကာ နံပါတ် ၂ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ကဲ့သို့ ဝမ်းတွင်ပါ အဆွဲ.. အအ, အကဏ်း, အရူး, မျိုး မဖြစ်သော်လည်း ပဋိသန္ဓေချိန်က ဉာဏ်ဓာတ်ကင်းလာကဏ်းလာ သဖြင့် ဒါနနှင့် သီလကိစ္စမျှကိုသာ အမှီဆရာကောင်း ရပါမှ ကောင်းစွာ ပြုလုပ်နိုင်တော့သည်။ ဘာဝနာကိစ္စကို စေတနာ သဒ္ဓါ ရှိ၍ အားထုတ်စေကာ ပဋိသန္ဓေဉာဏ်ကင်းလာသူ (ဝါ) ကဏ်း လာသူဖြစ်နေ၍ သေသည်အထိ ရနိုင်ခွင့်မရှိတော့ပေ။ အထူးရရုံ သာရှိတော့သည်။

ထို့ကြောင့် ပဋိသန္ဓေယုတ်ညံ့ခဲ့လျှင် အထက်ဖော်ပြပါ အတိုင်း အလွန်နစ်နာကြရ၍၊ နောက်နောင်ဘဝရှိသမျှမှလည်း ဆက်၍ မနစ်နာကြရအောင် (ပုညကိရိယာ)နှင့် ဆက်စပ်သော

ဒါနပညာနှင့်သီလပညာကို လူတိုင်းနားလည်ကျွမ်းကျင်ပြီး ဖြစ်နေကြအောင်(နည်းစပ်ရာဆရာကောင်းတို့ထံမှ)သင်ကြားစားသင့်လှပေသည်။

(ခ) ပဋိသန္ဓေမြင့်မြတ်မှုကြောင့် ကောင်းကျိုးရပုံများ။

ပညာဓာတ်ပါသော“တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေမျိုး” နှင့်ဇာတိကိစ္စကို ရရှိလာသောလူနှင့်နတ်ဖြစ်လာလျှင် ဒါန - သီလ ကိစ္စတွင်မကဗျာန်အဘိဉာဏ်နှင့် တကွ အနုပေါဓဉာဏ်ခေါ် ဝိပဿနာဉာဏ် မှစ၍ မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တွေကိုပါ ရရှိနိုင်၍ နိဗ္ဗာန်ကိုပါ တွေ့မြင်နိုင်တော့သည်။

ယင်းတိဟိတ်ပဋိသန္ဓေဖြင့် လူ နတ် ဖြစ်လာသူတို့မှာ လက်ရှိ တဘဝတည်းနှင့် နိဗ္ဗာန်ကိုမသွားလိုသေး၍ သံသရာမှာကျင်လည်နေလိုသေးကလည်း လူမြတ်လူကောင်း နတ်မြတ်နတ်ကောင်းနှင့် ဗြဟ္မာမြတ် ဗြဟ္မာကောင်းအဖြစ်နှင့် အထက်တန်းကျကျ ကျင်လည်ခွင့်ရနိုင်ကြပေသည်။

တဖန်မြင့်သည်ထက် မြင့်တက်နိုင်ရန် သူမြတ်တို့၏ အလုပ်ဖြစ်သော သုစရိုက် (၁၀) ပါး ပုညကိရိယ (၁၀) ပါးနှင့် ပါရမီ [၁၀] ပါးအလုပ်တို့ကို ပြုလုပ်ရာမှာလည်း အမြင့်စားကုသိုလ်ဓမ္မတို့ကိုပင် လက်ခံလိုက်နာကျင့်သုံးနိုင်၍ အနိမ့်စား ဘဝမှ လွတ်မြောက်သွားပြီး မြင့်သည်ထက်မြင့်လာကာ မြတ်သည်ထက် မြတ်သွားနိုင်တော့သည်။

ထို့ကြောင့် ပဋိသန္ဓေမြင့်မြတ်ခဲ့လျှင် (အရင်းအနှီးလုံလောက်သူနှင့်တူနေ၍) ဘဝဘက် ပုဂ္ဂိုလ်ဘက် ဓမ္မဘက်မှစ၍ အဘက်ဘက် မှာပင်အမြင့်စားနှင့်အမြတ်စား ဘဝမျိုး ပုဂ္ဂိုလ်မျိုး၊ ဓမ္မမျိုး၊

အခွင့်အရေးမျိုးတွေကိုသာရရှိနိုင်နေ၍ နိဗ္ဗာန်သို့မသွားခြင်းသေး
၍သံသရာမှာ ကျင်လည်နေသေးလိုလျှင်လည်း၊ ဖြစ်ရာဘဝတိုင်း
မှာ ပဋိသန္ဓေကစ၍၊ မြင့်မြတ်သော (တိဟိတ်ဥက္ကဋ္ဌပဋိသန္ဓေ)
ဖြစ်လာအောင်ကြိုတင်စီမံထားဘို့လိုပေသည်။

ထိုအရ နေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေရသော စွန့်လွှဲမှုဒါနနှင့် ကိုယ်ခံ
သီလတွေမှာ ဒါနတိဟိတ်ကံနှင့် သီလတိဟိတ်ကံတွေသာဖြစ်နေ
စေရန် (ဒါနပညာနှင့် သီလပညာတို့ကို) ကျမ်းကျင်စွာ သိရှိ
နေအောင် ကြိုတင်စီမံထားဘို့လိုပေသည်။

တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေပညာ အရေးကြီးပုံ ဒေသနာ
သီလေပတိဋ္ဌာယနုရော- သ-ပညော၊ စိတ္တံပညဉ္စဘာဝယံ၊
အာတာပိနိပကောဘိက္ခု၊ သောဣမံဝိဇဋ္ဌယေဇဋ္ဌံ။
(သ-ဂါထာဝဂ္ဂဒေဝတာသံယုတ်ပါဠိတော်)

၎င်းပါဠိတော်‘သ-ပညော’၏အရကို[ကမ္မဇ-တိဟေတုပဋိသန္ဓိ
ပညာယပညဝါ]ဟု အဋ္ဌကထာကလည်း ဖွင့်ပြထားလေသည်။
ထိုအရဖြစ်ရာဘဝ၌ ‘တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေကံ’နှင့် မူ တည် ခွင့် ရ ရန်
အရေးကြီးပုံ ကိုသတိပြုပါလေ၊ ထို့ပြင် ‘ဇဋ္ဌံ’ ခေါ် အနုသယ
တဏှာကိုပယ်သတ်နိုင်ရေးကိစ္စ၌- သီလ- သမာဓိ- ပညာ- ဝိရိယ-
တို့ဖြင့်ပယ်သတ်မှုပြုရာမှာ ‘ပညော’အရ တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေကံမပါ
လာပါက မဖြစ်နိုင်တော့၍ စျာန်ကိစ္စ မဂ်ဖိုလ်ကိစ္စတွေ ထိုဘဝ၌
ဆုံးရှုံးရတော့သည်ကို အထူးသတိပြုပါလေ၊ ၎င်းဂါထာကို
ဝိသုဒ္ဓိ မဂ်ကျမ်း၌အစတွင်ဦးစွာဖော်ပြထားလေသည်။

ထို့ပြင်[ပညဝါဟောတိဥဒယတ္တဂါမိနိယာ ပညာယသမန္ဓာ
ဂတော]ဟု “မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိတော်-ဗေဒါဓိရာဇကုမာရသုတ်”

လာမဂ်ဖိုလ်ရနိုင်သူယောဂီ၏ အရည်အချင်းပြသော “ပညဝါ” အရဥဒယဗ္ဗယဘာဝနာပညာ ပေၤထွက်နိုင်ရေးသည်လည်း ‘သ-ပညော’ ဟူသော ‘တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေပညာခံ’ ပါရှိသူများမှသာရရှိနိုင်ပြန်၍ ယင်းတိဟိတ်ကံအရေးကြီးပုံ ကို အထူးသတိပြုပါလေ။

ကဆိုးတရားနှင့်အဆိုးပဋိသန္ဓေ

‘မကောင်းမှုပြုရာမှာ’ အဆိုးတရားတွေ ဦးစီးလွှမ်းမိုးကြ၍ အဆိုးအယုတ်ပဋိသန္ဓေမျိုးဖြစ်ရခြင်းသည် မထူးဆန်းတော့ပေ။ သို့ရာတွင် ‘ကောင်းမှုပြုရာမှာ’ အဆိုးတရားတွေ ရောထွေးသွားချက်ကြောင့် ‘အဆိုးအယုတ်ပဋိသန္ဓေမျိုး’ ဖြစ်သွားရခြင်းသည် ကောင်းမှုပြုသူအတွက်နစ်နာလှတော့သည်။

ထို့ကြောင့် ဆိုးယုတ်မှုတရားတို့နှင့်ရောထွေးမိ၍၊ နစ်နာမှုဖြစ်ရသော ယင်း အဆိုးတရားစုကို ကြိုတင်သိမြင်ထား ရှိရန် နှင့် ကောင်းမှုပြုရာမှာ ၎င်းအဆိုးတရားတွေမပါလာစေဘဲ၊ ရှောင်တိမ်းနိုင်ကြစေရန်တရားခံ အဆိုးတရားစုကို ဝကွက်၍ဖေၤပြုပါအံ့။

(က) အဆိုးတရားစု

၁။ အယောနိသောမနသိကာရယုတ္တံ.... နှစ်လုံးသွင်းမကောင်းမှုနှင့် ရောထွေးချက်။

၂။ ပါပစေတနာယုတ္တံ.... ဆိုးယုတ်သော စေတနာထားမှုနှင့် ရောထွေးချက်။

၃။ မိစ္ဆာဝိတက္ကယုတ္တံ.... မကောင်းကြံစည်မှုနှင့် ရောထွေးချက်။

၄။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိယုတ္တံ.... အယူလွဲမှားမှုနှင့်ရောထွေးချက်။

- ၅။ မာနယုတ္တံ....ထောင်လွှားမှုနှင့်ရောထွေးချက်။
- ၆။ ဣဿာယုတ္တံ....ငြူစုမှုနှင့်ရောထွေးချက်။
- ၇။ မစ္ဆရိယယုတ္တံ....ဝန်တိုမှုနှင့်ရောထွေးချက်။
- ၈။ ဝီစိကိစ္ဆာယုတ္တံ....ယုံမှားမှုနှင့်ရောထွေးချက်။
- ၉။ ကုက္ကုစ္စယုတ္တံ.... ပြုမိမှု-မပြုမှုအပေါ် ပူပန်ခြင်းနှင့်ရောထွေးချက်။
- ၁၀။ အနုဇကယုတ္တံ.... မရိုးသား, မဖြောင့်မန်မှုနှင့် ရောထွေးချက်။
- ၁၁။ လောဘယုတ္တံ.... မက်မောမှုနှင့်ရောထွေးချက်။
- ၁၂။ ဒေါသယုတ္တံ....ပြစ်မှားဖျက်ဆီးမှုနှင့် ရောထွေးချက်။
- ၁၃။ မောဟယုတ္တံ....တွေဝေ, မသိမှုနှင့် ရောထွေးချက်။
- ၁၄ သာဠေယယုတ္တံ....ကောက်ကျစ်မှုနှင့် ရောထွေးချက်။

ဇောနှင့်တွဲ၍ (၇)ကြိမ်တိုင်ဖြစ်ပုံ

အထက်ပါ အဆိုးတရားစုတို့သည် ‘အကုသိုလ်ဇောစိတ်’နှင့် ယှဉ်တွဲဖြစ်ပျက်လျက်ရှိသဖြင့်၊ တကြိမ်ဖြစ်လျှင် တခါနှင့်ရပ် မသွားဘဲ (၇)ကြိမ်တိုင်ဆက်၍ ဖြစ်ပေါ်မြဲဖြစ်ရာ ‘ဒုက္ခပေး ဘို့အတွက်’ အင်အားတွေစုပုံပြီးသားဖြစ်သွားတော့သည်။ ယင်း သို့တကြိမ်ဖြစ်လျှင်တကြိမ်တွင်ရပ်၍ မရတော့ဘဲ(၇) ကြိမ်အတိ ပေါ်ထွက်သွားသဖြင့်၊ ၎င်း[၇] ကြိမ်တို့က ကံ(၃) မျိုးနှင့်ဘဝ (၃) မျိုးတို့ကို ဓမ္မသဘာဝအတိုင်း သူ့အလိုလိုခွဲခြား၍ပေး ပြန်လိုက်တော့၏။

ကံ(၃)မျိုးနှင့်ဘဝ(၃)မျိုးခွဲခြားပေးပုံ

- ၁။ ပဌမဇော....ဒိဋ္ဌိဓမ္မဝေဒနိယကံ... ယခုဘဝ၌အကျိုးပေးရန်။

၂။ သတ္တမဇော....ဥပပဇ္ဇဝေဒနိယကံ ဒုတိယဘဝ၌ အကျိုးပေးရန်။

၃။ ကျန်ဇော ၅-ခု... အပရာပရိယ ဝေဒနိယကံ.... တတိယဘဝကစ၍ နိဗ္ဗာန်အထိအကျိုးပေးရန်။

ဤသို့ ဇော ၇-ခုတို့က ကံ ၃-မျိုးခွဲပြီး ဘဝ ၃-မျိုးတို့၌ ဒုက္ခပေးဘို့ရန် ဖျက်၍မရ ငနရာယူထားတော့သည်။ ။ ၎င်းဇော ၇-မျိုးမှသာသော ကံ ၃-မျိုးတို့သည် အဆိုးတရားစုကလာသော ဇောနှင့်ကံတို့ဖြစ်နေ၍ အဆိုးပဋိသန္ဓေနှင့် အဆိုးပဝတ္တိကျိုးတို့ကိုသာ ရှောင်တိမ်းမရ ဒုက္ခပေးတော့သည်။

ထို့ကြောင့် ကောင်းမှုကိစ္စဖြစ်သော ဒါန၊ သီလစသည့် ပုညကံရိယကုသိုလ်တို့ကို ပြုလုပ်ရာမှာ အထက်ပါအဆိုးအယုတ်တရားစုတွေနှင့်မယှဉ်တွဲ မပါဝင်စေပဲ၊ အောက်ဖော်ပြလတ် “အကောင်းတရားစု” တွေနှင့်သာ ယှဉ်တွဲမိအောင် သတိအထူးပြုကာ ပြုလုပ်ကြပါကုန်။

အကောင်းတရားနှင့်အကောင်းပဋိသန္ဓေ

“ကောင်းမှုပြုရာမှာ” အကောင်းတရားတွေ ဦးစီးလွှမ်းမိုးကြသဖြင့် “အကောင်းပဋိသန္ဓေမျိုးသာ “ဖြစ်ရတော့၍” တိဟိတ် မုဂ္ဂိုလ်မျိုး” ဖြစ်လာပေတော့သည်။

ထို့ကြောင့် (အဆိုးပဋိသန္ဓေကံမျိုး)ဘက် မဆောက်ရှိသွားကြရအောင် ကောင်းမှုပြုရာမှာ အထက်၌ပြခဲ့ပြီး (အဆိုးအယုတ်တရားစုတွေ) ယှဉ်ကပ်မှု မရှိစေပဲ အောက်ဖော်ပြလတ် (အကောင်းတရားစု) တွေသာ ယှဉ်ကပ်နေအောင် သတိအထူးဆောင်ကြပါလေ။

(ခ) အကောင်းတရားစု

- ၁။ ယောနိသောမနသိကာရယုတ္တံ-နှလုံးသွင်း ကောင်းမှုနှင့် ယှဉ်တွဲချက်။
- ၂။ ပုညစေတနာယုတ္တံ-ဖြူစင်သော စေတနာမျိုးနှင့်ယှဉ်တွဲ ချက်။
- ၃။ သဒ္ဓါယုတ္တံ-ကြည်လင်၊ ယုံကြည်မှုနှင့်ယှဉ်တွဲချက်။
- ၄။ ဗီတိယုတ္တံ-နှစ်သက်မှုနှင့်ယှဉ်တွဲချက်။
- ၅။ ပါမောဇ္ဇယုတ္တံ-ဝမ်းမြောက်မှုနှင့်ယှဉ်တွဲချက်။
- ၆။ အလောဘယုတ္တံ-မကပ်ငြိ၊ မတုယ်တာမှုနှင့်ယှဉ်တွဲချက်။
- ၇။ အဒေါသယုတ္တံ-နှိုးညှံမှုနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၈။ အမောဟယုတ္တံ-ပညာသိမှုနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၉။ နိမာနယုတ္တံ-ထောင်လွှားစိတ်ကင်းမှုနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၀။ ခန္တိယုတ္တံ-သီးခံမှုနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၁။ သက္ကစ္စယုတ္တံ-ရိုသေမှုနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၂။ ဂါရဝယုတ္တံ-လေးစားမှုနှင့်ယှဉ်တွဲချက်။
- ၁၃။ သီလယုတ္တံ-အကျင့်ကောင်းနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၄။ မေတ္တာယုတ္တံ-မုန်းစိတ်ကင်းမှုနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၅။ ကရုဏာယုတ္တံ-ညွှာတာ၊ သနားမှုနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၆။ မုဒိတာယုတ္တံ-သူတပါး၏ ကောင်းကျိုး ရရှိမှုအပေါ် နှစ်သိမ့်နေချက်။
- ၁၇။ သမ္မာသတိယုတ္တံ-ကောင်းသောသတိနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၈။ သမ္မာသင်္ကပ္ပယုတ္တံ-ကောင်းသောအကြံနှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၁၉။ သမ္မာသမာဓိယုတ္တံ-ကောင်းသောတည်ကြည်မှုနှင့် ယှဉ် ချက်။

- ၂၀။ သမ္မာဒိဋ္ဌိယုတ္တံ-အမြင်မှန်နှင့်ယှဉ်ချက်။
- ၂၁။ သမ္မပဓါနယုတ္တံ-ကောင်းသော လုလွ်နှင့် ယှဉ်ချက်။
- ၂၂။ ဥဇုကတယုတ္တံ-ရိုးဖြောင့်မှုနှင့်ယှဉ်ချက်။

ဇောနှင့်တွဲ၍ ၇-ကြိမ်တိုင်ဖြစ်ပုံ

အထက်ပါ“အကောင်းတရားစု” သည် “ကုသိုလ်ဇော”နှင့် တွဲ၍ ဖြစ်လျက်ရှိသဖြင့် တကြိမ်ဖြစ်လာလျှင် ၇-ကြိမ်တိုင်ဆက် ၍ဖြစ်တော့ရာ ၎င်းတို့အား (သုခပေးဘို့)အတွက် အင်အားစု ကြီးတွေ ဖြစ်သွားတော့သည်။

ယင်း ၇-ကြိမ်တိုင်အောင် ဖြစ်ပေ၊ ဖြစ်ပေ၊ လာကြသော ကုသိုလ်ဇောစုက ဓမ္မသဘောအရ ကံ ၃-မျိုးအဖြစ် သတ္တိ ခြားနားသွားပုံမှာ...

ဇော-ကံ-ဘဝခွဲဝေပုံ

- ၁။ ပဋ္ဌမဇော....ဒိဋ္ဌဓမ္မဝေဒနိယကံ....ယခုဘဝ၌အကျိုးပေး ရန်။
- ၂။ သတ္တမဇော....ဥပပဇ္ဇဝေဒနိယကံ....ဒုတိယဘဝ၌အကျိုး ပေးရန်။
- ၃။ ကျန်ဇော ၅-ခု....အပရာပရိယဝေဒနိယကံ.... တတိယ ဘဝကစ၍ နိဗ္ဗာန်ထိအကျိုးပေးရန်။

ဤသို့ ဇော ၇-ခုတို့က ကံ ၃-မျိုးအဖြစ် ခြားနားသွားပြီး ဘဝ ၃-မျိုးတို့သို့လိုက်ကာ သုခချမ်းသာပေးဘို့ရန်ဓမ္မသဘောအရ အတည်ဖြစ်သွားတော့သည်။ ယင်းအကောင်းတရားစုက လာ သောဇောနှင့်ကံတို့ကား အကောင်းပဋိသန္ဓေကျိုးနှင့်အကောင်း ပစ္စိကံကျိုးတို့ကိုသာ ဖြစ်ပေါ်လာစေတော့၏။

ဆိုး + ကောင်းပဋိသန္ဓေ ၄-မျိုး

- ၁။ ဒုဂ္ဂတိအဟိတ် ပဋိသန္ဓေ ...အပါယ် ၄-ဘုံသားတို့မှာ ဖြစ်၏။
- ၂။ သုဂတိအဟိတ်ပဋိသန္ဓေ.... လူ-အသူရာ-စတုမဟာရာဇ် နတ်အချို့ မှာဖြစ်၏။
- ၃။ ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ....လူ-အသူရာနတ်တို့မှာဖြစ်၏။
- ၄။ တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ....လူ-အသူရာနတ်အချို့ နှင့်ဗြဟ္မာတွေ မှာ ဖြစ်၏။

ရှင်းချက်

၁။ ဒုဂ္ဂတိအဟိတ်ပဋိသန္ဓေသည် အထက်ပါ အဆိုးတရား ၁၄-ခုတို့ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာရ၍ ငရဲ၊ တိရစ္ဆာန်၊ ပိတ္တာ၊ အသူရကာယ် ဟူသောဒုဂ္ဂတိအဟိတ်သတ္တဝါ ၄-ဘုံသားတို့မှာသာ ရရှိကြသော အဆိုးညံ့ဆုံး ပဋိသန္ဓေမျိုးဖြစ်သည်။

၂။ သုဂတိအဟိတ်ပဋိသန္ဓေသည် ဝမ်းတွင်းက ဆွံ့လာ၊ အလာ၊ ကဏ္ဏိလ၊ ရူးလာ၊ နပုံပဏ္ဍုပ်ဖြစ်လာကြသော လူ-ဝိနိပါတိက အသူရာနှင့် စတုမဟာရာဇ်နတ်ဘုံသား အချို့တို့မှာ ဖြစ်ပေါ်လာကြသော ဒုတိယကြောက်စရာ ပဋိသန္ဓေအဆိုးမျိုးဖြစ်သည်။

ယင်းသို့ဖြစ်ရခြင်းသည် ဒါနစသော ကုသိုလ်ပြုရာမှာ အထက်ပါ အဆိုးတရားစု ၁၄-ခုတို့နှင့် ယှဉ်တွဲပြုမိချက်ကြောင့် ဖြစ်ရှိရသော ပဋိသန္ဓေဆိုးဖြစ်၍ ကုသိုလ်ပြုရေးတွင် အထူးသတိပြု၍ ရှောင်ပါကုန်။

၃။ ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေသည် ကုသိုလ်ပြုရာမှာ (ဥာဏ်ဓာတ်ကင်းပြီး) အမှတ်မဲ့ပြုခဲ့ချက်ကြောင့် ဖြစ်လာရသောတတိယကြောက်

စရာပဋိသန္ဓေဆိုးမျိုးဖြစ်လေသည်။ ယင်းပဋိသန္ဓေမျိုးနှင့်ဖြစ်လာလျှင် ဥဏ္ဏဓါတ်ကင်းခဲ့၍ စျားနံ့၊ ခံစားဖို့လက်ကိစ္စတို့ ကွယ်လျက် ရှိရာ ဝိပဿနာဥဏ္ဏကိစ္စမှာပင် (ဥပယဗ္ဗယဥဏ္ဏသို့ပင်) မရောက်နိုင်၊ မရနိုင်တော့၍ ပရမတ္ထ အနိစ္စနှင့်အနတ္တအစစ်တို့ကို မမြင်နိုင်တော့ရာ သင်္ခါရဒွါရ အစစ်ကိုပါ မမြင်နိုင်တော့ပဲ အန္တပုထုဇနိသီ (ဒုက္ခ ဒုက္ခမျိုးကိုသာ) သိနိုင်တော့သည်။ ဝမ်းနည်းဖွယ်ရာတကား။

၄။ တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေသည် ကုသိုလ်ပြု စဉ်က အထက်ပါ (အကောင်းတရားစု ၂၂-ခု) တို့နှင့် ယှဉ်တွဲသည့်ပြင် (ဥဏ္ဏဓါတ်နှင့်လည်း) ယှဉ်၍ ပြုတတ်ခဲ့သဖြင့် ရရှိဖြစ်ပေါ်လာသော (အကောင်းစားပဋိသန္ဓေမျိုး) ဖြစ်လေသည်။

ယင်း...တိဟိတ် ပဋိသန္ဓေမျိုး ရရှိထားသူတို့မှာ စျားနံ့ကိုလိုလျှင်လည်း ကျင့်သုံး၍ရနိုင်၏၊ ဝိပဿနာဥဏ္ဏကုန်အထိလည်း ပေါ်နိုင်၏၊ မဂ်ဥဏ္ဏ၊ ဖိုလ်ဥဏ္ဏအထိလည်း ပေါ်နိုင်၍ နိဗ္ဗာန်ကိုပါ မြင်နိုင်တော့သည်။

ဇောစေတနာ ကောင်း ဆိုးအလိုက်

ပဋိသန္ဓေ ၄-မျိုးတို့ ကွဲလွဲသွားကြပုံ

အကျယ်ဖော်ပြချက်

၁။ ဒုက္ခတိအဟိတိ ပဋိသန္ဓေဖြစ်စေပုံ

အထက်၌ဖော်ပြခဲ့ပြီး အဆိုးတရား ၁၄-ပါးတို့ နောက်သို့ လိုက်မှားမိသောကြောင့် ဒုစရိုက် ၁၀-ပါးမှ ၄၀-အထိ အထပ်ထပ် ကျူးလွန်မိသူများနှင့် ကိုယ်ခံသိလက် အခါခါမျိုးဖျက်သူ

တို့အား ယင်းကြူးလွန်ခဲ့သော စေတနာတို့က အကုသိုလ်
ကံအဖြစ်သို့ ကူးတက်သွားပြီး ယုတ်ညံ့သော “ဒုဂ္ဂတိအဟိတ်
ပဋိသန္ဓေမျိုးကို” ဖြစ်စေတော့၏။ ၎င်းတို့မှာ အပါယ် ၄-ဘုံသား
အဖြစ်သို့ ရောက်ရှိသွားရတော့၏။

၂။ သုဂတိအဟိတ် ပဋိသန္ဓေဖြစ်စေပုံ

ဒါန, သီလစသော ပုညကိရိယကုသိုလ်ကိုပြုလုပ်ပါလျက် ပုဗ္ဗ
မုဉ္ဇ, အပရဟူသော စေတနာသုံးတန်တို့အနက် ပုဗ္ဗဓေ၊ မပြုမီ
ရှေ့ပိုင်းအချိန်မှာသော်၎င်း၊ အပရဓေ၊ ပြုလုပ်ပြီးနောက်ပိုင်း
အချိန်မှာသော်၎င်း၊ အထက်ဖေ၊ ပြုပြီး အဆိုးတရား ၁၄-ပါးတို့
အထဲမှ ဝန်တိုမှု၊ ငြူစမှု၊ ယုံမှားမှု၊ ပြုမိတာမှားလေစွဟု စိတ်ဖြစ်
ပေါ်မှု၊ မလျော်ရာဘက်သုံးသပ်မှုစသော အဆိုးတရားတွေ ယှဉ်တွဲ
ဝင်စွက်လာခြင်းကြောင့်၎င်း၊ မုဉ္ဇဓေ၊ ယင်းကုသိုလ်ကိုပြုလုပ်နေ
ဆဲမှာလည်း သမ္မာဒိဋ္ဌိဓေ၊ ဉာဏ်အမြင်မသက်ဝင်ပဲ၊ ပေါ့ပေါ့
ဆဆအနေ၊ ဝတ်ကြေဝတ်ကုန်အနေဖြင့် ပြုလုပ်မိခြင်းကြောင့်၎င်း
ဤ “သုဂတိ အဟိတ်ပဋိသန္ဓေမျိုးကို” ဖြစ်စေတော့၏။ ၎င်းတို့မှာ
ဝမ်းတွင်းပါ ဆွံ့အ, ကဏ်း, ကျိုး, ရူးသွပ် စသည်အဖြစ်မျိုးသို့
ရောက်ရှိသွားကြတော့၏။ ။ ဥပမာ... မွဲနေ, ငိုနေစဉ်မှာ ဓာတ်ပုံ
ရိုက်လိုက်လျှင် မွဲပုံ, ငိုပုံထင်လာသလို သဘောပေါက်ပါလေ။

၃။ ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေဖြစ်စေပုံ

ဒါန, သီလစသော ပုညကိရိယကုသိုလ်တို့ကို ပြုလုပ်ရာ၌ ပုဗ္ဗ
စေတနာအချိန်နှင့် အပရစေတနာအချိန်တို့မှာ ရှေ့၌ဖေ၊ ပြခဲ့
ပြီး (အကောင်းတရား ၁၈ ပါး) တို့နှင့် ယှဉ်တွဲမိကြ၏။ သို့ရာတွင်
မုဉ္ဇဓေ၊ ကုသိုလ်ပြုလုပ်နေခိုက်တွင် သမ္မာဒိဋ္ဌိဓေ၊ ဉာဏ်အမြင်

မသက်ဝင်ပဲ၊ ဝတ်ကြေ၊ ဝတ်ကုန်အနေ ပြုလုပ်မိလျှင်လည်း “ဒွိဟိတ် ပဋိသန္ဓေမျိုးကို” ဖြစ်စေတော့၏။ ။ ထို့ပြင် မုဉ္ဇ အခိုက်မှာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ ဥာဏ်အမြင်နှင့်ယှဉ်မိပါလျက် ပုဗ္ဗနှင့်အပရ အခိုက်မှာ အဆိုးတရားစု ၁၄ စုတို့ယှဉ်တွဲ ဝင်စွက်သွားခဲ့ပါလျှင် လည်း တိဟိတ်ဖြစ်ခွင့်မရနိုင်တော့ဘဲ ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေမျိုးကိုပင် ရရှိစေပြန်သည်။ သို့ရာတွင် မုဉ္ဇအခိုက် ဥာဏ်ပါခဲ့ချက်ကြောင့် “ဒွိဟိတ်အထက်စား” ဝါ “ဒွိဟိတ်ဥက္ကဋ္ဌမျိုး” အနေတော့ ထောက်ရှိနိုင်သေး၏။ ၎င်းကို “တိဟိတ်ဩမကမျိုး” ဟုလည်း စာခေါ်ရှိ၏။

၄။ တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေဖြစ်စေပုံ

ဒါန၊ သီလ၊ စသော ပုညကိရိယာကုသိုလ်တို့ကို ပြုလုပ်ရာ၌ ပုဗ္ဗ နှင့်အပရစစဘနာခေါ် ရှေးပိုင်းနှင့်နောက်ပိုင်း ၂ ချိန်လုံးမှာ လည်း အကောင်းတရား ၁၈ ပါးတို့နှင့် ယှဉ်တွဲဖြစ်ပေါ်စေ၏။ မုဉ္ဇခေါ် ကုသိုလ်ပြုလုပ်နေဆဲမှာလည်း ဒိဋ္ဌိဇုကမ္မ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိဥာဏ် အမြင်နှင့် ပြုလုပ်လိုက်၏။ ထိုသူတို့အား “တိဟိတ်ဥက္ကဋ္ဌပဋိသန္ဓေ မျိုးကို” ဖြစ်ပေါ်စေတော့၏။

ကုသိုလ်ပြုတိုင်း တိဟိတ်ကံဖြစ်အောင်ကြိုးစားပါ

ဒုဂ္ဂတိအဟိတ်မှ ဒွိဟိတ်အထိ ၃-မျိုးတို့သည် များစွာနစ်နာ ရပုံကို အထပ်ထပ်ပြခဲ့ပြီဖြစ်၍ ယင်း ၃ မျိုးတို့မှ လွတ်စေပြီး မြင့်မူမြတ်မူ တို့ကိုသာ အဆင့်ဆင့် တိုးတက် စေနိုင်သော “တိဟိတ်ကံမျိုးသာ” ကုသိုလ်ပြုတိုင်း ဖြစ်ရှိ၊ ဖြစ်ရှိသွားအောင် အထူးကြိုးပမ်းသင့်လှပေသည်။

စဉ်းစားသုံးလတ်ဖွယ်

မကောင်းမှု ဒုစရိုက်လုပ်ငန်းတွေကို ကျူးလွန်၍ မကောင်းကျိုး အဟိတ်ပဋိသန္ဓေများနှင့် ဆင်းရဲမှုအစုစုတို့ကို ရရှိခြင်းသည် “မီးနှင့်မစင်ကို” ကိုင်သူတို့နှင့်တူ၍ (လုပ်ရဲလျှင်ခံရရပေမည်) အရ သဘာဝကျပေသည်။

သို့ရာတွင် “ကောင်းမှုကို” ငွေကုန်ခံ၊ ပစ္စည်းကုန်ခံ၊ အပင်ပန်းခံပြီးပြုလုပ်ရာမှာ အကောင်းတရားစုနှင့် မယှဉ်တွဲဘဲ အဆိုးတရားစုနှင့် ယှဉ်တွဲလုပ်မိခြင်းသည် ဆင်းရဲဒုက္ခကို ငွေကုန်ခံအပင်ပန်းခံပြီး လုပ်ယူသလိုဖြစ်နေ၍ အဟိတ်နှင့်ဒွိဟိတ် ပဋိသန္ဓေမျိုးကို ရရှိခြင်းသည် လွန်စွာ နှစ်နာလှပေသည်။

ထို့ကြောင့် အရင်းငွေ ၂ နှင့်ထိထိုးတိုင်း (ပဌမသိန်းဆုကြီးကိုသာ) ရရှိအောင် ပေါက်ဂဏန်း ကျိမ်းသေ ရွေးယူတတ်သလို ကုသိုလ်လုပ်တိုင်း (တိဟိတ်ကံမျိုးချည်း) ဖြစ်ရှိ၊ ဖြစ်ရှိသွားအောင် သတိနှင့်ပညာကို အထူးဆောင်ကြစေလိုသည်။ ယင်းကိစ္စစုံ ကွဲကွဲပြားပြားနှင့် မလွဲမမှားကြအောင် အောက်၌ဆက်၍ ခဲ့ပြသွားပေအံ့။

ဒါနမြောက်ရန် အင်္ဂါ ၅-ချက်

အလှူဒါနတခု မြောက်ရန်အတွက် အလှူရှင်၊ အလှူဝတ္ထု၊ လှူလိုသောစေတနာ၊ ပေးလှူခြင်း အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ပေါင်း ၅ ချက် ပြည့်စုံလျှင် အလှူဒါနတခု ပြီးမြောက်သွား၏။ ဤကား လိုရင်းအကျဉ်းချုပ် ဖြစ်သည်။ ဤမျှဖြင့် ပြည့်စုံစွာ နားမလည်နိုင်သေးပေ။

တဆင့်ရှင်းပြအံ့ ဒါနဆိုးနှင့် ဒါနကောင်း ဖြစ်သွားရပုံ
အတွက် အထက်ပါ အင်္ဂါ ၅ ချက်နှင့် မပြီးနိုင်သေး၍ ထပ်၍
ခွဲလိုက်သော်....

၁။ အလှူရှင်....ကိုယ်ခံသီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ အညံ့နှင့်
အကောင်း။

၂။ အလှူဝတ္ထု....အဆိုးနှင့်အကောင်း။

၃။ လှူလိုသောစေတနာ....အဆိုးနှင့်အကောင်း။

၄။ အသိဥာဏ်....အညံ့နှင့်အကောင်း။

၅။ ပေးလှူခြင်း... သက္ကစ္စ ၈၊ ရဝနဲမူနှင့် များမှု။

၆။ အလှူခံအယုတ်၊ အလတ်၊ အမြတ်၊

ရင်းချက်....အထက်ပါ ၆ မျိုးတို့မှ ဒါနကုသိုလ်ပြုရာ၌ အဆိုး
အညံ့ အနဲနှင့်ပြုမိသော ဒါနမျိုးသည် အဆိုးပဋိသန္ဓေကိုရစေ
ပြီး ဆိုးကျိုးတို့ကိုသာ ရရှိစေလေတန့်။

ထိုသို့မဟုတ် အကောင်း၊ အမြတ်၊ အများတို့နှင့် ပြုမိသော
ဒါနမျိုးသည်ကား အကောင်းပဋိသန္ဓေကိုရစေပြီး ကောင်းကျိုး
တို့ကိုသာ ရရှိစေလေတန့်။

အထူသတိပြုရန်

အထက်ပါ ၆ မျိုးထဲက နံပါတ် ၁ မှ ၅ အထိသည် အလှူရှင်
နှင့်သာ (ဝါ) အလှူပေးပုဂ္ဂိုလ်နှင့်သာဆိုင်၍ နံပါတ် ၆ သည်
ကား အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်နှင့်သာဆိုင်ပုံကို ဦးစွာသတိပြုပါ။

ဤနေရာ၌ ပဋိသန္ဓေဆိုးမှု၊ ညံ့မှု ဖြစ်ရခြင်းသည် အလှူရှင်
ဘက်က နံပါတ် ၁၊ ၂၊ ၃၊ ၄၊ ၅ တို့ ဆိုးညံ့မှုနှင့်သာ ဆိုင်သည်။
အလှူခံ၏ ယုတ်မြတ်မှုနှင့် မဆိုင်ပေ။

အလှူခံဘက်က ယုတ်ခဲလျှင် ဒိဋ္ဌဓမ္မ အကျိုးရမှုသံ ဆုံးရှုံးနိုင်သည်။ အလှူရှင်၌ ပဋိသန္ဓေ ဆိုးညံ့မှုကိုကား မဖြစ်စေနိုင်ပေ။ အလှူခံဘက်က မြတ်ခဲလျှင် ဒိဋ္ဌဓမ္မ အကျိုးရမှုကိုသာ ဖြစ်စေနိုင်သည်ဟု သတိပြုပါလေ။ ။ ထို့ကြောင့် အလှူရှင်ဘက်က ဆိုးညံ့မှုတို့ဖြင့် ဒါနပြုပုံတို့ကို သိသာရုံပုံစံများ ထုတ်ပြပါအံ့။

အလှူရှင်ဘက်က ဆိုးညံ့ပုံများ

၁။ အလှူရှင်သည် ကိုယ်ခံသီလမရှိပဲ အလဇ္ဇီဒုဿီလ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်ခဲ့မှု သမာဓိနှင့် ပညာ ပါရှိနိုင်မည် မဟုတ်တော့ပေ။

၂။ ယင်းအလှူရှင်မျိုးသည် အလှူဝတ္ထု ကိစ္စမှာလည်း ဆိုးယုတ်ညံ့ဖျင်းသော အလှူဝတ္ထုမျိုးကိုသာ ပေးကမ်း စွန့်လွှဲပြန်သော်၎င်း....

၃။ ပေးစွန့်ရန်စေတနာမှာလည်း နှမြောဝန်တိုခြင်း၊ ပေးစွန့်ရန် ဝမ်းမမြောက်နိုင်ခြင်း၊ သူတပါးကလည်း အထင်ကြီးစေချက်ကိုလည်းခံယူလိုပြန်ခြင်း၊ ပေးစွန့်ခြင်းကိစ္စ၌ စိတ်မကြည်မရှင် ဖြစ်ရခြင်းစသည် ဖြစ်ခဲ့ပြန်သော်၎င်း....

၄။ အသိဉာဏ်အရာ၌ ဒါနပြုရမှုသည် အမြတ်မရှိ အရှုံးသက်သက်အလုပ်မျိုးဟု မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသဘော သက်ဝင်သော်၎င်း၊ ဒါနကိစ္စသည် လူတို့၏ ဝတ္တရားအလုပ်မျှဟု ယူဆခဲ့သော်၎င်း....

၅။ ပေးလှူမှုပြုရာ၌ ရိုသေမှု လေးစားမှုမရှိဘဲ အစေခံနှင့် သူတောင်းစားတို့အား ပေးစွန့်သည့်အနေဖြင့် ပေးစွန့်ခဲ့သော်၎င်း-ထိုဒါနမျိုးသည် ဒွိဟိတ်ပင် မဖြစ်နိုင်တော့ဘဲ သုဂတိအဟိတ်နှင့် ဒုဂတိ ဟိတ် ပဋိသန္ဓေ အဆိုးမျိုးကိုသာ ဖြစ်ပေါ်စေပေ

သတိပြုရန် အဆိုးအယုတ်မျိုးဖြစ်ရမှာ ကြောက်လန့်ခဲ့လျှင် အထက်ပါအလှူရှင်ဘက်မှ အဆိုး ၅ မျိုးတို့ မဖြစ်စေအောင် သတိ အထူးဆောင်၍ ရှောင်ကြဉ်ကြပါ။ အကောင်းနှင့်အမြတ် ဖြစ်စေ သော လမ်းသို့သာ လိုက်ပါ။ လေ့လာထားပါ။

အဆိုးဓမ္မခြံရံသော ဒါနပုံစံများ

၁။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိခြံရံပုံ.... ဤဒါန ကုသိုလ်ကြောင့် အလှူပဆုံး ရုပ်အသွင်ကိုရပြီး ဘယ်တော့မှ အလှူမပျက်ရ၊ မအိုရ၊ မပြောင်း လွဲရပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း၊ အလှူပဆုံး ရုပ်အသွင်နှင့် ဘယ် တော့မှ မအိုရ၊ မနာရ၊ မသေရသော ထာဝရဘုံ နန်းမှာ ထာဝ စဉ် ခံစားရပါလို၏ဟူ၍၎င်း၊ မပျက်စီးနိုင်သော 'ကာမဂုဏ်ချမ်း သာကို ထာဝစဉ် ရရှိရပါလို၏ဟူ၍၎င်း၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် စိတ် ကူး ဆုတောင်းယူမိခြင်းသည် မဖြစ်နိုင် မရနိုင်တာကို ရနိုင်တယ် ဟု (ထင်မှားမိချက်ကြောင့်) မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိခြံရံသည်ဟု ဆိုသည်။

ထို့ပြင် ဗုဒ္ဓဘုရားဟောကြားသော ဓမ္မတို့ထက် သာလွန် ကောင်းမြတ်သော ဓမ္မမျိုးကို ညွှန်ပြနိုင်သည့် ဘာသာ၌ဖြစ်ရ ပါလို၏ဟု ဆုတောင်းယူခြင်းသည်လည်း မရှိနိုင်သော အရာကို တောင့်တမိခြင်းကြောင့် မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိခြံရံသည်ဟု ဆိုပေသည်။

၂။ တဏှာခြံရံပုံ.... ဤကောင်းမှုကြောင့် သူဌေးစည်းစိမ်၊ လူမင်းစည်းစိမ် နတ်မင်းစည်းစိမ်တွေကို ရရှိရပါလို၏ ဟူ၍၎င်း၊ နတ်နဂါးတို့၏စည်းစိမ်တွေ ရရှိရပါလို၏ ဟူ၍၎င်း၊ မိစ္ဆာတု စကြာမင်းကြီးကဲ့သို့ လူ့အသွင်နှင့်ပင် နတ်ကာမဂုဏ်တို့ကို ရရှိ ခံစားရပါလို၏ဟူ၍၎င်း၊ ဥဗ္ဗာဒန္တိကဲ့သို့ မိမိကိုမြင်သူတိုင်း မနေ နိုင်အောင် ချစ်ခင် စွဲမက်ပါစေသတည်းဟူ၍ ဤသို့စသည်ဖြင့်....

တဏှာ၏အာရုံကို မျှော်မှန်းတောင့်တ၍ ပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

၃။ လောဘခြံရံမှု... ဤကောင်းမှုကြောင့် မြင့်မြတ်သော လူအမျိုး၊ နတ်အမျိုး၌ ဖြစ်ရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း၊ လူ့ချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာနှင့် လူ့စည်းစိမ်၊ နတ်စည်းစိမ်တို့ကို ရရှိရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း ဖြစ်လေရာ ဘဝ၌ အကြီးအကဲ ဖြစ်ရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း ဤသို့စသည်ဖြင့် လောဘအာရုံကို မျှော်မှန်းတောင့်တ၍ ပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

၄။ ဒေါသခြံရံပုံ... ဤကောင်းမှုကြောင့် မိမိအား ဒုက္ခပေးဘူးသူဟူသမျှတို့ကို ပြန်၍ အနိုင်ကျင့်နိုင်ရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း၊ ပြင်းထန်သော အာဏာစက်ကိုရရှိပြီး သူတပါးတို့ အပေါ်မှာ စိုးမိုးချုပ်ချယ်နိုင်ရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း၊ ထိုးရတ် တိုက်ခိုက်ရတိုင်း မိမိကသာ အနိုင်ရရှိရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း ဤသို့စသည်ဖြင့် ဒေါသအာရုံတွက် မြတ်နိုးတောင့်တ၍ ပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

၅။ မာနခြံရံပုံ... ဤကောင်းမှုကြောင့် အရာရာမှာ မိမိကသာ သာလွန်ရပါလိမ့်ဟူ၍၎င်း၊ မိမိနှင့် ပြိုင်ဆိုင်ဝန်သူ မရှိပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း ဤသို့စသည်ဖြင့် မာနအာရုံကို အကောင်းထင်ပြီး တောင့်တပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

၆။ ဣဿာခြံရံပုံ... ဤကောင်းမှုကြောင့် မိမိစည်းစိမ်ထက် သာလွန်သူ မရှိပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း၊ မိမိနှင့် ပြိုင်ဆိုင်ဝန်သူ မရှိပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း၊ မိမိထက်သာလျှင် မြန်စွာနိမ့်ကျပျက်စီးသွားစေသတည်းဟူ၍၎င်း၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် ညှစ်ခြင်း

ဣဿာဇာအာရုံကို အကောင်းထင်မှတ်ပြီး ပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

၇။ မစ္ဆရိယခြံရံပုံ... ဤကောင်းမှုကြောင့် မိမိရရှိထားသော ပစ္စည်းမျိုး၊ စည်းစိမ်မျိုးကို သူတပါးတို့ မရရှိပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း၊ မိမိပစ္စည်းတို့ကို မိမိသာလျှင် ခံစားရန် သူတပါးတို့ မခံစားနိုင်ပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း... ဤသို့ စသည်ဖြင့် ဝန်တိုခြင်း မစ္ဆရိယဇာအာရုံကို အကောင်းထင်မှတ်ပြီး ဆုတောင်းပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

၈။ ပါပစေတနာ (ဝါ) ဆိုးယုတ်သောစေတနာခြံရံပုံ... မိမိထံ ရောက်လာကြမည်ဟု သတင်းရရှိထားသော သူတော်ကောင်းများ၊ မိတ်ဆွေများ၊ ညာတိတ်တစ်စပ် သူများ၊ အစိုးရများ၊ နိုင်ငံရေးသမားများစသည်တို့ စားသုံးခွင့် မရနိုင်စေရန် ရှိထားသော ခဲဘွယ်၊ စားဘွယ်များကို သူတောင်းစားစသော အခြားသူတို့အား ကြိုတင်၍ ပေးစွန့်ပစ်လိုက်ခြင်းမျိုးသည်၎င်း၊ မိမိတို့ရပ်ကွက်က တကယ် သူကောင်းဟုထင်စေရန် မစွန့်ကြဲလိုပဲလျက် စွန့်ကြဲပေးလှူခြင်းမျိုး စသည်တို့သည်၎င်း ပါပစေတနာ ခြံရံ၍ပြုသော ဒါနမျိုးဟုဆိုသည်။

၉။ သာဓဋ္ဌယျ ဝါ ကောက်ကျစ်မှုခြံရံပုံ

တဘက်သား ဖျက်ဆီးပေးရန် သူမိုက်ဘို့အား လိုအပ်သော ပစ္စည်း၊ ရိက္ခာများကို ထောက်ပံ့လှူဒါန်းမှုပြုခြင်းမျိုး၎င်း မိုးသူပျက်စီး နစ်နာစေရန် ရူးနိုင်၊ ရောဂါရနိုင်၊ သေစေနိုင်သော ဆေးမျိုးပပ်၍ ကောင်းမွန်သော အစာအာဟာရတို့ကို စေတနာကောင်းနှင့် ကျွေးမွေးဟန်အနေဖြင့် ပြုလုပ်ခြင်းမျိုး၎င်း၊ ရန်သူ

နှင့်တွေ့လျှင် ဒုက္ခရောက်နိုင်သောဌာနသို့ရောက်သွားအောင်မိမိက တကဲ့စေတနာကောင်းနှင့်ဆောင်ရွက်ပေးသယောင် ထင်လာအောင် ငွေကုန်၊ ပစ္စည်းကုန်ခံပြီး ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခြင်းမျိုး ၎င်း၊ ယင်းကိစ္စမျိုးသည် သာဌေယျခေါ် ကောက်ကျစ်မှုဖြင့် ပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးဟုဆိုသည်။

သတိပြုဖွယ်....၎င်းနံပါတ် ၉ ကိစ္စ၌ “ပါပစေတနာ”လည်း ပါ၏။ သို့ရာတွင် “သာဌေယျ”မူက လွန်ကဲနေ၍ ကောက်ကျစ် မှုခြံရံသော ကုသိုလ်ဟုဆိုပေသည်။

အဆိုးလုပ်ငန်းစုကိုရှောင်ကြဉ်ပါ

အထက်ပါ ၉-မျိုးတို့သည် “အဆိုးဓမ္မခြံရံသော ဒါနမျိုး” ဖြစ်ရာ ၎င်းဓမ္မမျိုးကို ပြုလုပ်လျှင် ဒွိဟိတ်သုဂတိအဟိတ်နှင့် ဒုဂ္ဂတိအဟိတ် ပဋိသန္ဓေမျိုးကိုသာ ဖြစ်စေမည်ဖြစ်၍ ယင်း အဆိုး ဓမ္မခြံရံသော ဒါနမျိုး၊ သီလမျိုးကို မပြုလုပ်မိအောင် အထူး ရှောင်ကြဉ်ကြပါကုန်။

အလှရှင်ဘက်က ကောင်းမြတ်ပုံများ

ရှေ့ပိုင်းတွင် မူတည်ပြခဲ့သည့် အထိုင်း အလှရှင်၊ အလှဝတ္ထု၊ လှလိုသော စေတနာ၊ အသိဉာဏ်၊ ပေးလှူခြင်း ဟူသော ၅-ချက် တို့ကောင်း သလောက် ဒါန ပြုမှုကြောင့် အကောင်းနှင့် အမြတ်တွေသာ ရရှိပေလတန်။

ကောင်းမြတ်ပုံ

၁။ အလှရှင်....၎င်းသည် ပကတိအားဖြင့် ကိုယ်ခံသီလရှိသူ သီလဝန္တ ဖြစ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် ဒါနပြုချိန်တွင် ဂ-ပ၌ ၉-ပါး

၁၀။ ပါးသီလကို ခံယူထိန်းသိမ်းခြင်း၊ သမာဓိဘာဝနာဖြစ်စေ၊ ပညာဘာဝနာခေါ် ဝိပဿနာ ပညာခံဖြစ်စေ ရှိခြင်းဟူသော ကိုယ်ခံသီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာရှိသလောက် ဒါနပြုမှု၌ ကြီးမြတ် နိုင်ပေသည်။

၂။ အလှူဝတ္ထု ယင်း ပေးစွန့်မည့် အလှူဝတ္ထုကိုလည်း သန့်ရှင်းစင်ကြယ် ကောင်းမြတ်ရာကိုသာ ရွေးချယ်၍ လှူတတ် ခြင်း။

၃။ လှူလိုသောစေတနာ... ၎င်းစေတနာမှလည်း ဝန်တို ငြူစုမှုစသည့် မကပ်ညီပဲ ဖြူစင်ထက်သန်သော စေတနာသဒ္ဓါ တို့နှင့် ဝမ်းမြောက်ကြည်ရှင်စွာ ပေးလှူလိုသော စေတနာမျိုး ထားရှိခြင်း။

၄။ အသိဥာဏ်... ၎င်းအရာမှလည်း ဒါနကိစ္စ၊ သီလကိစ္စ တို့၌ သဘောပေါက် နားလည်ထားသည့်အတိုင်း အသိဥာဏ် ကွန်မြူးပြီး တိဟိတ်ဥက္ကဋ္ဌနှင့် ထို့ထက် မြင့်မြတ်သော တိဟိတ် ဥက္ကဋ္ဌကြွဋ္ဌဥာဏ်မျိုးဖြင့် ပေးလှူတတ်ခြင်း။

၅။ ပေးလှူမှု... ၎င်းကိစ္စပြုရာမှလည်း ရိုသေမှု၊ လေးစားမှု မြတ်နိုးမှု၊ ကြည်ရှင်ထက်သန်မှု စသည်တို့အနေဖြင့် ပေးလှူမှု ပြုတတ်ခြင်းမျိုးကိုဆိုသည်။

အကောင်းဓမ္မခြံရံသော ဒါနပုံစံများ

၁။ ယောနိသော မနသိကာရနှင့်ယှဉ်ပုံ... ဒါန အလုပ်သည် မမေ့ကောင်း၊ မစွန့်ပစ်ကောင်းသော အလုပ်ဟူ၍ ၎င်း၊ သူကောင်း သူမြတ်တို့ အလုပ်ဟူ၍ ၎င်း၊ များများပြုနိုင်လျှင် ပို၍ကောင်း သည်ဟူ၍ ၎င်း၊ ဒါနနှင့် မွေ့လျော်သင့်သည်ဟူ၍ ၎င်း၊ သူတပါး

ပြုလုပ်လျှင်လည်း ဝမ်းမြောက်သင့်သည် ဟူ၍၎င်း၊ ဒါနနှင့်စပ်
ရာ၌ ကောင်းမွန်သော နှစ်လုံးသွင်းထားတတ်မှု ထားနိုင်မှုကို
ဆိုသည်။

၂။ ပုညစေတနာနှင့်ယှဉ်ပုံ.... ဒါနပြုရေးနှင့် စပ်လာလျှင်
အဆိုးတရားစုနှင့် မယှဉ်တွဲမိစေပဲ ဖြူစင်သန့်ရှင်းသော စေတ
နာဇောတို့ကိုသာ ဖြစ်ပေါ်စေမှုမျိုးကိုဆိုသည်။

၃။ သဒ္ဓါနှင့်ယှဉ်ပုံ....ဒါန အလုပ်သည် မြတ်နိုးထိုက်သည်
ဟူ၍၎င်း၊ အားကိုးအားထား ပြုထိုက်သည်ဟူ၍၎င်း ကောင်း
ကျိုးချမ်းသာကို ပေးနိုင်သော အလုပ်ဟူ၍၎င်း၊ ဒီဘဝ၊ နောက်
ဘဝတို့ပါ ကောင်းကျိုးရနိုင်သည့် မစွန့်ပယ်သင့်ဟူ၍၎င်း ယုံ
ကြည်သက်ဝင်မှုမျိုးကိုဆိုသည်။

၄။ ပီတိပါမောဇ္ဇတို့နှင့်ယှဉ်ပုံ....ဒါန ပြုခွင့်ရတိုင်း ကောင်း
သောအလုပ်ကို လုပ်ရပြီဟူ၍၎င်း၊ ဘဝခရီးအတွက် အကူအညီ
ရရေးကို စီမံခွင့်ရပြီဟူ၍၎င်း၊ ပါရမီကိစ္စတရပ် ဖြစ်လေပြီဟူ၍
၎င်း၊ တဏှာနှင့် ဝန်တို့မှ မစ္ဆရိယကို တွန်းဖယ်နိုင်ခွင့် ရလေပြီ
ဟူ၍၎င်း၊ မဂ်ဖိုလ်ကိစ္စအတွက် အထောက်အပံ့တခု ရလေပြီ
ဟူ၍၎င်း၊ ဤသို့စသည်ဖြင့် အသိဉာဏ်ကျယ်သလောက် ဒါန
ပြုခွင့်ရတိုင်း နှစ်သက်မှုပီတိနှင့် ဝမ်းမြောက်မှု ပါမောဇ္ဇတို့ ဖြစ်
ပေါ်မှုကိုဆိုသည်။

၅။ အလောဘနှင့်ယှဉ်ပုံ.... ဒါနပြုရာ၌ ကပ်ငြိမှုကင်းနိုင်မှု
ကောင်းကျိုးရရာ၌ ထက်သန်နိုင်သည်ကို သဘောပေါက် သိရှိ
ထားပြီးအရ လူစွန့်ပြီးသမျှကို အလှူခံပိုင်သွားပြီး သူ့ပစ္စည်းဖြစ်
သွားပြီး ပစ္စည်းရသွားသူမှာ ချမ်းသာမှုရသလို ငါ့မှာလဲ ချမ်း
သာမှုတွေ အဆင့်ဆင့်ရတော့မည်ဟု သဘောပေါက်ကာ စွန့်လှူ

ပြီး ဒါနပစ္စည်းတွေအပေါ်၌ အလောဘခေါ် မကပ်ငြိ မတွယ်
တာတော့ပဲ အားရနှစ်သက်မှု ဖြစ်မှုမျိုးကိုဆိုသည်။

၆။ အဒေါသနှင့်ယှဉ်ပုံ....ဒါနပြုရ၍ စိတ်ကြမ်း၊ စိတ်ဆိုးမှု
မဝင်စေပဲ ကောင်းကျိုးကို မြင်သိထားပြီးဖြစ်၍ အဒေါသခေါ်
ကြေနှိပ်အားရမှု မွေ့ လျော် မှု မျိုး သာ ဖြစ် ပေ၍ သည်ကို ဆို
သည်။

၇။ အမောဟနှင့်ယှဉ်ပုံ....အမောဟဟူသည် ပညာကိုခေါ်
သဖြင့် ဒါနနှင့်စပ်၍ အသိအမြင်ကျယ်ပြန့်စွာ သုံးသပ်ဆင်ခြင်
တတ်မှုကိုဆိုသည်။

၈။ နိမာနနှင့်ယှဉ်ပုံ....၎င်းအရ ထောင်လွှားမှု ကင်းလွတ်
သည်ကိုဆိုသဖြင့် ဒါနပြုရာမှာ ထောင်လွှားမှုကင်းစေပြီး နှိပ်ချ
စိတ်၊ နူးညွတ်စိတ်မျိုးတို့ဖြင့် ပြုလုပ်မှုမျိုးကိုဆိုသည်။

၉။ ခန္တီနှင့်ယှဉ်ပုံ....ဒါနပြုရာမှာ စိတ်ကိုရှည်ရှည်နှင့် ကြည်
ကြည်ထားကာ အစွန်းအငြိတို့ကိုဖယ်ထားပြီး သီးခံလျော့ချစိတ်
မျိုးကိုသာ ထားရှိသည်ကိုဆိုသည်။

၁၀။ သက္ကစ္စ, ဂါရဝတို့နှင့်ယှဉ်ပုံ

၎င်းကိစ္စသည် အလှူဝတ္ထုနှင့် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ၂-မျိုးလုံး
အပေါ်၌ ရှိသေမှုနှင့်လေးစားမှုကိုဆိုသည်။ ဥပမာ....အလှူဝတ္ထု
သည် သစ်သီးတလုံးသော်၎င်း၊ မှုံတခုမျှသော်၎င်း ဖြစ်စေကာ
အလှူခံမည့်သူ၏စိတ်မှာမြတ်နိုးနိုင်၊ မြင်သူတို့ပါတုယူ၊ စိတ်ဝင်စား
နိုင်သည့်ပြင် သန့်ရှင်းစေခြင်း၊ လေးစားထိုက်သောခွက်၊ ပုဂံ၊ လင်
ပန်း၊ အုပ်၊ စသည်တို့ဖြင့် ထည့်၍လှူခြင်း၊ မြင့်မြတ်တဲ့ နေရာ

ထားကာ ပေးလှူခြင်း၊ မိမိခံစားရမည့်ကောင်းကျိုးတရားတို့၏ကိုယ်စားလည် အရာတည်နေသော အရာဝတ္ထုဖြစ်နေပုံကို သိမြင်သဘောပေါက်ကာ တန်ဖိုးထားခြင်းစသည်ဖြင့် အလှူဝတ္ထုအပေါ်မှာ ရိုသေလေးစားခြင်း၊ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အပေါ်မှာလည်း မိမိကောင်းကျိုးရရှိရေးအတွက် ဒါနကိစ္စမြောက်ရန် အကူအညီပေးသူအဖြစ် ရိုသေလေးစားခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်မှုကိုဆိုလိုသည်။

သီလနှင့် ယှဉ်တွဲသော ဒါနများ

၁။ လှူမှုပြုခါနည်းတွင် ၅-ပါး၊ ၈-ပါး၊ ၉-ပါး၊ ၁၀-ပါးတို့တွင် တပါးပါးကို ခံယူဆောက်တည်ပြီးမှ လှူဒါန်းခြင်းမျိုးတရပ်။

၂။ ကာယကံ ၃-ပါး၊ ဝစီကံ ၄-ပါးနှင့် မိစ္ဆာဇီဝ ပေါင်း ၈-ချက်သော အာဇီဝဋ္ဌမကသီလကို နှုတ်ဖြင့်သော်၎င်း၊ စိတ်ဖြင့်သော်၎င်း ဆောက်တည်ပြီးမှ လှူဒါန်းခြင်းမျိုးတရပ်။

ပါဏာတိပါတိရတိဒါန

၃။ မွဲခြင်ကြမ်းပိုး၊ မျော့ကျွတ်စသော “အသွေးကို” စုတ်မျှိတ်တတ်သော သတ္တဝါတို့က မိမိ၏ခန္ဓာကိုပေါက်ပြီး အသွေးကို စုတ်မျှိတ်နှင့်ကြုံလာစဉ်မှာ ၎င်းတို့၏အသက်ကို သတ်ဖြတ်ခြင်း မပြုလုပ်ပဲ ပါဏာတိပါတကံကို လေးစားသောအားဖြင့် သီလကို အာရုံပြုပြီး မိမိ၏အသွေးကို ကြေနပ်စွာ ပေးလှူခြင်းမျိုးတရပ်။

၄။ အဆိပ်ရှိသော မြွေကင်းပိုး၊ ပရုက်ဆိပ် စသည်တို့နှင့် တွေ့ဆုံရာမှာ မိမိက ဘေးပြုနိုင် သတ်ဖြတ်နိုင်လျက် သီလကို လေးစားသောအားဖြင့် ဘေးပြုသတ်ဖြတ်ခြင်း လုံးမပြုလုပ်ပဲ

၎င်းတို့၏ ဘေးကင်းမှု၊ အသက်ချမ်းသာမှုကို အာရုံပြုကာ အဘယဒါနနှင့် ဇီဝိတဒါနပေးသည့်ကိစ္စ ပြုလုပ်ခြင်းမျိုးတရပ်။

၅။ ငါး၊ ပုဇွန်၊ ကြက်၊ ငှက်၊ လိပ်၊ သားကောင်စသော ဟင်းလျာမျိုးသတ္တဝါတို့နှင့် တွေ့ကြုံရာမှာလည်း မိမိ၏အစာရမှုအတွက် ၎င်းတို့၏ အသား၊ အသွေး၊ အဆီ၊ အဥစသည်တို့ကို ဘေးပြုသတ်ဖြတ်ခြင်း လုံ့လမပြုလုပ်ပဲ ၎င်းတို့၏ဘေးကင်းမှု၊ အသက်ချမ်းသာမှုကိုသာ အာရုံပြုကာ အဘယဒါနနှင့် ဇီဝိတဒါန ပေးသည့်ကိစ္စပြုလုပ်ခြင်းမျိုးတရပ်။

အဒိန္နာဒါနဝိရတိဒါန

၁။ သူ့ဘဝပေးပိုင် သက်ရှိကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း၊ ဆိတ်၊ သိုး၊ ဝက်၊ ကြက်၊ ဘဲ၊ ငှက်စသည်တို့ ခရီးလွန်ပြောက်ဆုံးနေရာ မိမိတွေ့ရှိလာစဉ် အဒိန္နာဒါနကံကို လေးစားသောအားဖြင့် သိလက်အာရုံပြုပြီး ပစ္စည်းရှင်ပြန်ရစေရန် ၎င်းထံသို့ရောက်ရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းမျိုးတရပ်။

၂။ လှေ၊ သမ္ဗန်၊ သစ်တုံး၊ ဝါးဖေခါင်၊ ရေစိ၊ သံစိစသည်တို့ရေမြှောပပါသွားရာမှာလည်း နံပါတ် ၁-နှင့်အလားတူ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းမျိုးတရပ်။

၃။ စိန်၊ ရွှေ၊ ငွေ၊ အဝတ်တံဆာ၊ နာရီစသည်တရပ် မေ့ကျန်ရစ်ခြင်း၊ ကျကျန်ရစ်ခြင်း၊ ငှက်ချီယူလာခြင်းစသည်ကြောင့် တွေ့ရှိရာ၌လည်း နံပါတ် ၁-အတိုင်း စေတနာထားပြီး ဆောင်ရွက်ခြင်းမျိုးတရပ်။

ကာမေသုမိစ္ဆာစာရံ ဝိရတီဒါန

၁။ ကျူးလွန်လျှင် ရနိုင်သော ဆိပ်ကွယ်ရာနေရာ၌ အပျို စာရင်းဝင်မိန်းကလေးတဦးကို တွေ့ရှိရာတွင် ကာမေသုမိစ္ဆာစာရ ကံကို လေးစားခြင်း၊ ၎င်း၏အပျိုရည်ပျက်စီးသွားမှုကိုမလိုလား ခြင်းကြောင့် ကာမကျူးလွန်မှုကိုရှောင်ရှားကာ ၎င်း၏ပင်ကိုယ် အပျိုဂုဏ်သရေ ဆက်၍ရရှိပါစေဟု စေတနာထားကာ ရရှိ သော အခွင့်အရေးတို့ကို ၎င်းအား ပြန်ပေးလှူသည့်အနေသဘော ထားကာ ကူညီဆောင်ရွက်ခြင်းမျိုးတရပ်။

၂။ မိမ္မများဘက်မှ ဆိပ်ကွယ်ရာမှာတွေ့ရှိသော လှပသူ ယောက်ျားပျိုအား ကာမေသုမိစ္ဆာစာရကံကို လေးစားသော အားဖြင့် ရှောင်ရှားပြီး နံပါတ် ၁-အတိုင်း စေတနာထားရှိပါမူ နံပါတ် ၁-အတိုင်း ကာမေသုမိစ္ဆာစာရဝိရတီသီလနှင့် ၂-ကွ ဒါန ပါရမီမြောက်ခြင်းမျိုးတရပ်။

၃။ မိမ္မပျိုကလေးက အလိုတူ၍ အခွင့်အရေးပေးစေကာ ယောက်ျားပျိုဘက်က နံပါတ် ၁-အတိုင်း စေတနာထားခဲ့မူ နံပါတ် ၁-အတိုင်းပင် ဒါနမြောက်ခြင်းမျိုးတရပ်။

၄။ မိမ္မများဘက်မှလည်း အလားတူဖြစ်နိုင်ပုံတရပ်။

၅။ နှစ်ဘက်မိဘများကသဘောတူ၍ ဆိပ်ကွယ်ရာမှာအခွင့် အရေးပေးစေကာ လူငယ် ၂-ဦးလုံးတို့က နံပါတ် ၁-အတိုင်း စေတနာထား၍ ထိန်းသိမ်းနိုင်ကြမူ နံပါတ် ၁-အတိုင်း ကောင်း ကျိုးရရှိနိုင်ပုံတရပ်။

မုသာဝါဒဝိရတိဒါန

၁။ မိမိဝင်စွက်၍ မပြောဆိုသော်၎င်း။ မထောက်ခံသော်၎င်း။ ပစ္စည်းရှင်မှာ လက်လွှတ်ဆုံးရှုံးရတော့မည်ကိုသိ၍ မဆုံးရှုံးမနစ်နာစေပဲ အမှန်အတိုင်း ပြန်လည်ရရှိစေရန် စေတနာထားပြီး ဆောင်ရွက်ပေးသဖြင့် ပစ္စည်းရှင်က ပြန်လည်ရရှိသွားခြင်း မျိုးတရပ်။

၂။ ပစ္စည်းသော်၎င်း။ အခွင့်အရေးသော်၎င်း ရထိုက်သူနှင့် မရထိုက်သူတို့ပေါ်လာရာ၌ မိမိသာထောက်ခံပါက တကယ်ရထိုက်သူသာရရှိမည်ကိုသိသဖြင့် ထိုသူ၏ကောင်းကျိုးကို ငဲ့ကွက်၍ အမှန်ကိုထောက်ခံပေးခြင်းဖြင့် ရထိုက်သူမှာ ရရှိခံစားရရှိခြင်း မျိုးတရပ်။

၃။ အဘက်ဘက်မှဆင်းရဲနွမ်းပါးနေသူအား သနားငဲ့ညှာသဖြင့် မိမိထောက်ခံလျှင် ကောင်းကျိုးတခုခုရရှိမည်ကိုသိသဖြင့် ထိုသူ၏ ချမ်းသာရရှိရေးကို ငဲ့ညှာပြီး လျှော့ရာထောက်ခံချက်တခုခုပေးလိုက်သဖြင့် ထိုသူ၌ ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် အခွင့်အရေး၊ လာဘ်စသည်တခုခု ရရှိစေခြင်းမျိုးတရပ်။

အထက်ပါတို့သည် သီလနှင့်စပ်သော ဒါနကုသိုလ်မျိုးဖြစ်၍ ထိုအတိုင်းပြုလုပ်တတ်ပါက ဒါနရော၊ သီလပါ ကောင်းကျိုး ၂ မျိုးလုံးရနိုင်ပုံကို သဘောပေါက်ပြီး ထိုအတိုင်း ပြုလုပ်တတ်အောင် ဖတ်ရှုမှတ်သားလေ့လာသင်ယူကြပါကုန်။

ပြဟူစိုရ်နှင့် ယှဉ်တွဲသော ခါနုများ

၁။ မေတ္တာနှင့်ယှဉ်တွဲပုံ-အစာလိုနေသော ရဟန်း၊ ရှင်၊ လူနှင့် တိရစ္ဆာန်တဦးဦးအား သူ၏အခက်အခဲနှင့် လိုလားချက်ပြည့်စုံ၍ ရှင်လမ်းမှရစေရန် မေတ္တာထား၍ တတ်နိုင်ရာ အစာတခုခုကို ပေးလှူလိုက်ခြင်းမျိုးကိုဆိုလိုသည်။

သတိပြုဖွယ်။ ဤဒါနမူလှူရာ၌ သဒ္ဓါ၊ ပုညစေတနာနှင့် ယောနိသောမနသိကာရ ၃-မျိုးတို့သည် တပါတည်းပါဝင်လျက် ရှိသည်ဟု သတိပြုပါလေ။

၂။ ကရုဏာနှင့်ယှဉ်တွဲပုံ.... ဆာလောင်၍ ပင်ပန်းနေသူ၊ အားနည်းနေသူအား သနားကြင်နာ၍ ထိုဆာလောင်မှုဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်သွားပြီး ချမ်းသာကြည်ရွှင်မှုရစေရန် ရည်သန်ပြီး မိမိ၌ရှိထားသော အစာအာဟာရကို သဒ္ဓါ၊ စေတနာကောင်းဖြင့် ပေးလှူခြင်းမျိုးကို ဆိုလိုသည်။

၃။ ခရီးစရိတ်ပြတ်လတ်ခက်ခဲနေသူအား ခရီးစရိတ်ထောက်ပံ့ခြင်း၊ အဝတ်ချို့တဲ့နေသူအား၎င်း အခြားတခုခု ချို့တဲ့နေ၍ ဒုက္ခကြုံတွေ့နေသူတို့အား ခက်ခဲရာကို အထက်ပါ စေတနာမျိုးဖြင့် ထောက်ပံ့ကူညီခြင်းမျိုးကို ဆိုသည်။

၄။ မုဒိတာနှင့်ယှဉ်တွဲပုံ.... အစာ၊ ရေ၊ အဝတ်၊ စရိတ် စသည်တခုခု ခက်ခဲနေသူကိုတွေ့ရ၍ ဤသို့ကြုံတွေ့နေရသော အခက်အခဲဒုက္ခမှ လွတ်မြောက်သွားလျှင် ထိုသူမှာ ကြည်ရွှင်ဝမ်းသာမှု ရမည်ကို မျှော်ဆင်အာရုံပြုပြီး ထိုသူ၏ ကြည်ရွှင်ဝမ်းသာရရေးအတွက် လိုအပ်ရာကို ထောက်ပံ့ကူညီပြီး မုဒိတာဖြစ်မှုမျိုးကို ဆိုသည်။

၅။ ဓန္တိမုဒိတာတို့နှင့်ယှဉ်တွဲပုံ...မိမိဆာလောင်၍ စားရန်ပြု
 နေသောအစာကိုဖြစ်စေ၊ ဆာလောင်လာလျှင် စားရန်ထားရှိ
 သောအစာကိုဖြစ်စေ မိမိရှေ့တွင် တကယ်ဆာလောင်၍ ပင်ပန်း
 နေသူကိုတွေ့ရှိလာစဉ် ဆင်ခြင်သည်မှာ ငါ၏အစာကို ငါစား
 လိုက်လျှင် ငါ့အတွက်အဆာပြေသွားနိုင်သော်လည်းရှေ့တွင်တွေ့
 မြင်နေရသော ထိုဒုက္ခသည်အား ပေးလှူလိုက်လျှင် ထိုဒုက္ခမှ
 လွတ်သွားပြီး ထိုသူချမ်းသာခွင့် ရရှိပေတော့မည်ဟု သဘော
 ပေါက်သဖြင့် မိမိဒုက္ခကိုသီးခံပြီး ထိုသူအား သုခပေးတော့မည်၊
 ထိုသူချမ်းသာကြည်ရွှင်မှုကို ငါလိုလားတော့သည်ဟု သဒ္ဓါ၊
 စေတနာထားကာ ပေးလှူခြင်းမျိုးကိုဆိုသည်။

၆။ မေတ္တာမုဒိတာတို့နှင့်ယှဉ်တွဲပုံ...ဆာလောင်၍ အာဟာ
 ရလိုနေသည့် ဆာလောင်မှုဒုက္ခ၊ လိုနေမှုဒုက္ခနှင့် ရှာရမှုဒုက္ခအပြင်
 ရှာ၍မရရှိသော ဒုက္ခ ၄-မျိုးတို့ တပြိုင်နက် ကြုံနေသူတို့အား
 မိမိရှိအစာအချို့ကို ခွဲဝေ၍ပေးကမ်းလိုက်လျှင် အထက်ပါဒုက္ခ
 ၄-မျိုးလုံး တပြိုင်တည်းငြိမ်းသွားနိုင်သည်ကို သဘောပေါက်သ
 ဖြင့် ထိုဒုက္ခ ၄-မျိုးကြုံနေသူအပေါ် ကိုယ်ချင်းစာမှု၊ ဒုက္ခ ၄-မျိုး
 ကင်းလျှင် ဝမ်းမြောက်နိုင်ခွင့်ရရှိမှုတို့ကို လိုလားသော သဒ္ဓါ၊
 စေတနာ၊ မြင်မျှော်ချက်တို့ဖြင့် ကူညီထောက်ပံ့ပေးမှု မျိုးကို
 ဆိုသည်။

၇။ ကရုဏာ၊ မေတ္တာ၊ မုဒိတာ၊ ပညာတို့နှင့်ယှဉ်တွဲပုံ

ဆာလောင်မှုသည် ထောင့်တစ်ခုပင်ဖြစ်ရာ ထိုဆာလောင်မှု
 ကြောင့် အားအင်နည်းသွားခြင်း၊ အခြားလုပ်ငန်းတွေ မလုပ်
 နိုင်တော့ခြင်း၊ စီးပွားရေးပါ ထိခိုက်လာစေသော အကျိုးဆုတ်

ယုတ်မှုတွေ များစွာကူးစက်လာတာသဖြင့် အာဟာရမပြည့်စုံ
၍ ဒုက္ခတွေ့စုပ်လာသောဒုက္ခသည်တို့အား ထိုဒုက္ခမှလွတ်မြောက်
၍ ကြည်ရှင်ဝမ်းသာလာကာ ကောင်းကျိုးများစွာကို ဆက်၍
ရရှိသွားစေရန် သုံးသပ်ဆုံးဖြတ်ပြီး ထိုဒုက္ခစုငြိမ်းသွားစေရန်
မိမိက စွမ်းနိုင်သလောက် ကူညီထောက်ပံ့ခြင်း ပြုလုပ်ပေးမှုကို
ဆိုသည်။

၈။ သဒ္ဓါဗိုလ်၊ ပညာဗိုလ်နှင့်ကရုဏာတို့ယှဉ်တွဲပုံ

ဆာလောင်နေသူ၏ ရုပ်နာမ် ၂-ပါးတို့ တာရှည်စွာတည်တံ့
နိုင်ရေးအတွက် ဤငါ့မှာရှိသော အာဟာရသည် (၀၂) ဤဝတ္ထု
ဖြင့် စီမံယူ၍ရသောအာဟာရသည် အထောက်အပံ့မဖြစ်နိုင်
ပေသည်။ ငါသည် အားနည်းနေသော ထိုရုပ်နာမ် ၂-ပါးတို့ကို
အလှူခံအရာထားပြီး ဤအာဟာရကို လှူဖွယ်ဝတ္ထု အဖြစ်ဖြင့်
လှူဒါန်းလိုက်ရသော် ပရမတ္ထဒါနမျိုးလည်း ဖြစ်သွားမည်ပြင်
ထိုသူမှလည်း သက်သာချမ်းသာရာ ရတော့မည်ဟု အားရ
ထက်သန်စွာဖြင့် သဘောပေါက်ကာ ပေးလှူမှုမျိုးကိုဆိုသည်။

၉။ သဒ္ဓါဗိုလ်၊ ပညာဗိုလ်နှင့်ကရုဏာမေတ္တာ၊ မုဒိတာတို့ယှဉ်တွဲပုံ

ထိုဆာလောင်နေသူ၏ ရုပ်နာမ် ၂-ပါးတို့ အားရှိလာကာ
တာရှည် တည်တံ့နိုင်အောင် ကူညီပေးရသော် ထိုသူသည်
သူတော်ကောင်းတို့၏ ဥစ္စာနှစ်ဖြစ်သော ဒါန၊ သီလ၊ ဘာဝနာ
စသည့် ကောင်းမှုကုသိုလ်များကို ပွားတိုးနိုင်စေရန်၎င်း၊ ထိုသို့
ပြုလုပ်နိုင်သော ကောင်းမှုတို့ကြောင့် ထိုသူ၌ ဘဝသံသရာ
တလျှောက်တွင် ဤဒုက္ခမျိုးမှလွတ်ကင်းပြီး သုခချမ်းသာစီးစိမ်း

အဖြာဖြာတို့ကိုပါ ရရှိသွားစေရန်၎င်း၊ ထိုသုခချမ်းသာတို့ဖြင့် အများ၏အကျိုး၊ သာသနာ၏အကျိုး၊ လောကဓမ္မ၏ အကျိုးတို့ ပါကျယ်ပြန့်စွာရရှိသွားစေရန်၎င်း၊ သဘောပေါက်ရည်သန်ပြီး ငါသည် ထိုပေတိပြုပါကောင်းကျိုး အဆင့်ဆင့်တို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည့် ဤအာဟာရဓမ္မကို ဇီဝိတဒါနနှင့် ဓမ္မာနုဂ္ဂဟဒါန အဖြစ်ဖြင့် ပေးလှူပါ၏ဟု ဥာဏ်အမြင်ကြယ်ကာ ပေးလှူသော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

သက်လွတ်စာနှင့်စပ်ပုံ

၁၀။ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ်၌ တကယ် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာဓါတ်ပိုလာသဖြင့် မိမိကိုယ်ခန္ဓာကောင်းစားရေးအတွက် သူတပါး၏အသား၊ အသွေး၊ အဆီ၊ အဥစသည်တို့ကို စားမျှမှု မပြုလို၊ သတ္တဝါတို့၏ အသား၊ အသွေး၊ အဆီ၊ အဥနဲ့ စသည်တို့မှ လွတ်သော သစ်ရွက်၊ သစ်သီးတို့ဖြင့်သာ အာဟာရကိစ္စပြီးစေတော့အံ့ဟု သတ္တဝါများအပေါ်၌ တကယ် မေတ္တာ၊ ကရုဏာ၊ မုဒိတာတွေလွှမ်းမိုးပြီး သဒ္ဓါဗိုလ်၊ ပညာဗိုလ်ဦးစီး၍ သက်လွတ်စာဖြင့် ကျင့်သုံးမှုမျိုးကိုဆိုသည်။

၁၁။ သဒ္ဓါဗိုလ်နှင့်ဓမ္မဝိစယသမ္ဘောဇ္ဈင်စသည်တို့ဦးစီးယှဉ်တွဲပုံ

ငါစားရန်ထားသော ဤအာဟာရသည် ထိုဆာလောင်နေသော အား ပေးလှူလိုက်ရလျှင် လက်ရှိဒုက္ခမှလည်း ငြိမ်းသွားစေနိုင်၏။ ထိုသူ၏ ရုပ်နာမ် ၂-ပါးတို့လည်း သက်သာ အားရှိမှုရသွားရ၏။ ဒါန၊ သီလစသော ကောင်းသော အလုပ်တွေကိုလည်း လုပ်ခွင့်ရသွားနိုင်၏။ ငါ့အတွက်မှာလည်း ဤအာဟာရပစ္စည်း

ပေါ်မှာ ငါ့ဟာ၊ ငါ့ဥစ္စာ၊ ငါ့ပိုင်သည်ဟု စွဲလမ်းနေသော တဏှာနှင့် ဥပါဒါန်တို့ကိုလည်း လျော့သွားစေနိုင်၏။ ငါ့မှာ အစုလိုက်ကြီး ရှိနေသေးသော တဏှာစသည့် ကိလေသာဒုဒယ် ကြီးကိုဖဲ့ချေရန် ဤအာဟာရဒါနသည် လက်နက်တခုဖြစ်နိုင်၏။ လှူပြီးသည့်နောက်ပိုင်းမှာလည်း စာဂါနုဿတိကမ္မဋ္ဌာန်းပါဖြစ် နိုင်၍ ကောင်းကျိုးများစွာရရှိနိုင်တော့မည်ဟု သဘောပေါက် ဆင်ခြင်ကာ သဒ္ဓါ၊ ပီတိ၊ ပါမောဇ္ဇ၊ ပဿဒ္ဓိစသည်တို့နှင့် ယှဉ်တွဲ၍ ပေးစွန့်ခြင်းကိုပြုလုပ်သော ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

၁၂။ ဗိုလ်နှင့်ဣန္ဒြေအဆင့်ဝင် သဒ္ဓါ၊ သတိ၊ ပညာများ
ဗောဇ္ဈင်အဆင့်ဝင် သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဝိရိယတို့နှင့်ယှဉ်တွဲပုံ

အာဟာရသည် ယာယီသုခကို ဖြစ်စေနိုင်သလို သဒ္ဓါ၊ စေတနာ၊ သတိ၊ သမာဓိ၊ ပညာ၊ ဝိရိယစသည်တို့သည် ထာဝရသုခ ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကိုရရှိနိုင်၏။ ထို့ပြင် အာဟာရနှင့်တကွ သဒ္ဓါ၊ စေတနာ ပညာစသည်တို့သည် အနိစ္စနယ်နှင့် ဒုက္ခနယ်ဝင်ဖြစ်ကြ သလို နိဗ္ဗာန်သည်ကား နိစ္စနှင့်သုခနယ်ဝင်ဖြစ်တော့၍ ယင်း ယာယီသုခနှင့် အနိစ္စနယ်၊ ဒုက္ခနယ်ဝင်ဖြစ်သော အာဟာရဒါနမှ ဖြင့် နိစ္စ၊ သုခနယ်ဝင်ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအတွက် ပေးလှူ ပါ၏။ “ဣဒံ မေဒါနံ (ဒါနကမ္မံ) နိစ္စ၊ သုခနိဗ္ဗာနတ္ထာယ ပစ္စယော မဟာတု” ဟုဆိုကာ ပေးလှူခြင်းမျိုးကိုဆိုသည်။

၁၃။ ဗိုလ်၊ ဗောဇ္ဈင်၊ မဂ္ဂင်၊ စသည်တို့ဦးစီးယှဉ်တွဲပုံ

ဤအလှူခံယောဂီသည် ဝဋ်သုံးပါးကို ဖြစ်စေနိုင်သည့် အနု သယကိလေသာကို ပယ်သတ်နိုင်သော ဂေါဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်နှင့်

နိဗ္ဗာန်ကိုရှေ့ရှုဦးတည်ပြီး ဝိတိက္ကမကိလေသာနှင့် ပရိယုဋ္ဌာန
 ကိလေသာတို့ကို ပယ်သတ်နိုင်သော အဓိသီလ၊ အဓိစိတ္တ၊ အဓိ
 ပညာသိက္ခာခေါ် ဝိပဿနာဥာဏ်၊ အနုဗောဓဥာဏ်တို့ပေါ်ထွက်
 ရေးအတွက် ကျင့်သုံးနေသူ ကိလေသာသတ် ယောဂီမြတ်ဖြစ်ပေ
 သည်။ ငါသည် ဤယောဂီမြတ်၏ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ၃-သိက္ခာ
 တို့အား အလှူခံအရာထားပြီး “အာဟာရ၊ အဝတ်၊ အသုံးအ
 ဆောင်” စသော လူဖွယ်ဝတ္ထုတို့ကို ပေးလှူရသော် ထိုယောဂီမှာ
 ကိလေသာတွေလျော့သွား၊ ပါးသွား၊ ကုန်သွားသလောက်ငါ့မှာ
 လည်း တူသောအကျိုးရကာ လျော့သွား၊ ပါးသွားလိမ့်။ ထို
 ယောဂီမှာ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ ၃-သိက္ခာတို့ ပွားတိုးလာသလို
 ငါ့မှာလဲ ပွားတိုးလာရ၏ဟု သဘောပေါက် မျှော်မှန်းပြီး
 ကိလေသာပဟာယကနှင့်နိဗ္ဗာနသစ္စာ^၁ ကိရိယာ ဒါနမျိုးဖြစ်စေရန်
 “ဣဒံ မေဒါနံ ကိလေသက္ခယံ ဝဟံဟောတု၊ ဣဒံ မေဒါနံ နိဗ္ဗာန
 သစ္စာ^၁ ကိရိယာယ ပစ္စယော ဟောတု” ဟုဆိုကာ ပေးလှူသော
 ဒါနမျိုးကိုဆိုသည်။

သတိပြုရန်။ ဒါနပြုတိုင်း ယင်းနံပါတ် ၁၃-ဒါနမျိုးကိုပြုဖြစ်
 အောင် ကြိုးစားကြပါကုန်။

x

x

x

တတိယပိုင်း

ဓမ္မဒါနခဏ်း

ဒါန။ အရ ‘ပေးမှု-ဝါ-ပေးလှူမှုကို’ ဆိုကြောင်း အစဉ်ရှင်း ပြခဲ့ပြီး ‘ဓမ္မ’ အရကိုသာ သိဘို့လိုနေ၍ ယခုဆက်၍ ရှင်းပြပေအံ့။

ဓမ္မ။ အရကျယ်ပြန့်သော အဓိပ္ပါယ်ရှိသော်လည်း ဒါနနှင့် တွဲနေသော ဓမ္မအရသည် ၃-မျိုးရှိသည်။ ၎င်း ၃-မျိုးကား ၁။ အလှူပေးဓမ္မ၊ ၂။ အလှူဝတ္ထုဓမ္မ၊ ၃။ အလှူခံဓမ္မဟု ၃-မျိုးရှိရာထပ်၍ ရှင်းလိုက်သော် ...

၁။ အလှူပေးဓမ္မ....ဟူသည် ပေးလှူသူ အလှူရှင်ကိုဆိုသည် ၎င်း၌ အလှူရှင်အရကို ပုဂ္ဂိုလ်၊ သတ္တဝါ၊ သူ၊ ငါ၊ လူ၊ ရှင်၊ ရဟန်း အနေဖြင့် သိမှတ်ထားမှုကို စွန့်လွှတ်ပြီး ‘ဓမ္မ’ အနေနှင့် သိမှတ်နိုင်ရန် အသိဉာဏ်ပြောင်းတတ်ရန်နှင့် ပြောင်းနိုင်ရန်ကိုဆိုလိုသည်။

၂။ အလှူဝတ္ထုဓမ္မ....ဟူသည် ပေးလှူမည့် ပစ္စည်းဝတ္ထုတို့ကို ဆိုသည်။ ၎င်း၌ ပစ္စည်းဝတ္ထုအရတို့ကို ထမင်း၊ ဟင်း၊ မှုံ၊ သစ်သီး၊ အဝတ်ဘန်ဆာ၊ ထီး၊ ဘိနပ်စသော ပညတ်အနေဖြင့် သိမှတ်ထားမှုကို စွန့်လွှတ်ပြီး ‘ဓမ္မ’ အနေနှင့် သိမှတ်နိုင်ရန် အသိဉာဏ်ပြောင်းတတ်ရန်နှင့် ပြောင်းနိုင်ရန်ကိုဆိုလိုသည်။

၃။ အလှူခံဓမ္မ... ဟူသည် အလှူဝတ္ထုတွေ ပေးအပ်ခံရမည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကိုဆိုသည်။ ၎င်း၌ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အရကို မိမ္မ၊ ယောကျ်ား သူတောင်းစား၊ သမ္မ၊ သူငွေ၊ သမ္မိ၊ သမ္မိ၊ ဓါးမြ၊ အနု၊ လူမိုက်၊ သယုတ် သီလညှိုးနွမ်းသူ အလဇ္ဇိ၊ သီလကင်းကွာသူ ဒုဿီလနှင့် ခွေး တိရစ္ဆာန်စသည်အနေဖြင့် သိမှတ်ထားမှုကို စွန့်လွှတ်ပြီး 'ဓမ္မ' အနေဖြင့် သိမှတ်နိုင်ရန် အသိဥာဏ်ပြောင်းတတ်ရန်နှင့် ပြောင်းနိုင်ရန်ကိုဆိုလိုသည်။

အသိဥာဏ်ပြောင်းပုံ

၁။ အလှူပေးဓမ္မခေါ် အလှူရှင်အရကို... ပေးလှူမှုကိုဖြစ် မြောက်အောင် စိမ့်ပေး၊ စိမ့်တတ်သော စေတနာဓမ္မ၊ သဒ္ဓါဓမ္မ၊ ပညာဓမ္မ၊ ပီတိဓမ္မ၊ ပါမောဇ္ဇဓမ္မ၊ မေတ္တာဓမ္မ၊ ကရုဏာဓမ္မ၊ မုဒိတာ ဓမ္မစသော ပေးစွန့်မှုပြုနိုင်အောင် စိမ့်ဖန်တည်းကြသည့် ဓမ္မစု တွေပါကကားဟု အသိဥာဏ်ဝင်လာ၊ ထင်လာအောင် ပြောင်း နိုင်မှုကိုဆိုသည်။ ထိုသို့ထင်လာလျှင် ပေးလှူသူဟာ ငါပဲ၊ လူပဲ၊ ရဟန်းပဲ၊ ပုဂ္ဂိုလ်ပဲ၊ သတ္တဝါပဲ၊ ယောကျ်ားပဲ၊ မိမ္မပဲဟူသော အတ္တစွဲ ငါစွဲ၊ ဒိဋ္ဌိစွဲပြောက်ကွယ်သွားပြီး ရှိရင်း 'ဓမ္မအစစ်' ထင်လာ၊ မြင် လာ၊ သိလာ၍ လှူမှုအတွက် ထူးကဲမြင့်မြတ်သော ကောင်းကျိုး တို့ကိုရနိုင်ပေလတန့်။

၂။ အလှူဝတ္ထုဓမ္မအရကို... ကောင်းကျိုး တခုခုအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးတတ်သော ပရမတ္ထဓမ္မဆိုင်ရာအကြောင်း ပစ္စယ ဓမ္မစုတွေပါကကားဟု ကောင်းကျိုးဆောင်မှုကို ပေးလှူနေရ သည်ဟု အသိဥာဏ်ဝင်လာ၊ ထင်လာ၊ မြင်လာအောင် ပြောင်းယူ နိုင်မှုကိုဆိုသည်။ ထိုသို့ထင်လာလျှင် ပေးလှူသောဝတ္ထုပစ္စည်းစု

ဟာ ထမင်း၊ ဟင်း၊ ရေ၊ အဝတ်စသော အရပ်သုံးပညတ်အမှတ်၊ အသိ၊ အစွဲတွေပြောက်ကွယ်သွားပြီ....

ပရမတ္ထ ပစ္စယ ဓမ္မ ...ခေါ် ကောင်းကျိုးဆောင် အကြောင်း အထောက်အပံ့တရားစုတွေကို လူနေရသည်ဟု ထင်လာ၊ မြင်လာ၊ သိလာ၍ လူမှုအတွက် ထူးကဲမြင့်မြတ်သော ကောင်းကျိုးတို့ကိုရနိုင်ပေလတန့်။

၃။ အလှူခံဓမ္မအရကို....ကောင်းကျိုးဓမ္မတို့ကို ဖြစ်ပေါ်ရရှိစေနိုင်သော ရုပ်ဓမ္မစု၊ နာမ်ဓမ္မစုနှင့် သီလစု၊ သမာဓိစု၊ မေတ္တာစု၊ ကရုဏာစု၊ မုဒိတာစု စသော “ပရမတ္ထဓမ္မစု” တွေပါကကားဟု အသိဉာဏ်ဝင်လာ၊ ထင်လာ၊ မြင်လာအောင် ပြောင်းယူနိုင်မှုကို ဆိုသည်။

ထိုသို့ထင်လာလျှင် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ဟာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါအနေ မဟုတ်တော့ပဲ ရုပ်ဓမ္မစု၊ နာမ်ဓမ္မစုနှင့် သီလ၊ သမာဓိ စသော ကောင်းမြတ်သည့် “ပရမတ္ထဓမ္မစု” အနေသာ ထင်လာ၊ မြင်လာ သိလာ၍ လူမှုအတွက် ထူးကဲမြင့်မြတ်သော ကောင်းကျိုးတို့ကို ရနိုင်ပေလတံ့။

သတိပြုရန်

ဤဓမ္မဒါနကိစ္စ၌ အထက်ပါဓမ္မ ၃-ချက်အနက် နံပါတ် ၂-နှင့် ၃-အရဖြစ်သော အလှူဝတ္ထုဓမ္မအရနှင့် အလှူခံဓမ္မအရ ၂-ချက်သည် လွန်စွာအရေးကြီးပေသည်။ ၎င်း ၂-ချက်ကိုပိုင်နိုင်ခဲ့လျှင် နံပါတ် ၁-ဓမ္မအရသည် ပိုင်နိုင်ပြီးဖြစ်၍ အရေးကြီးသော နံပါတ် ၂-နှင့် ၃-အရကို ပုံစံအမျိုးမျိုးတင်ပြီး ရှင်းပြပေအံ့။

အလှူဝတ္ထုဓမ္မရှင်းချက်

အလှူဝတ္ထုဓမ္မကို ဒါနအဖြစ်လှူရာ၌ ၃-မျိုးရှိပြန်သည်။ ၎င်း ၃-မျိုးကား...

- ၁။ အာမိသ အလှူဝတ္ထု ဓမ္မဒါန...ပစ္စည်းဝတ္ထုအဖြစ် ရည်မှန်းပေးလှူမှုကိုဆိုသည်။
- ၂။ အာမိသ သတ္တိဓမ္မဒါန...ထိုထိုဝတ္ထုမှ သတ္တိအရကို ရည်မှန်းပေးလှူမှုကိုဆိုသည်။
- ၃။ သဘာဝဓမ္မဒါန...ဓမ္မ၏သဘာဝကို ရည်မှန်းပေးလှူမှုကို ဆိုသည်။

ပုံစံနှင့်ရှင်းချက်

နံပါတ် ၁-ဒါနအရကား... စားဖွယ်၊ အဝတ်၊ ထီး၊ ဘိနပ် စသောလူဖွယ်ဝတ္ထုတို့ကို ရှိရင်းစွဲပစ္စည်းဝတ္ထုအတိုင်း ရည်မှန်းအာရုံပြု၍ ပေးလှူမှုမျိုးကိုဆိုသည်။ ပုံစံမှာသိသာပြီ။

နံပါတ် ၂-ဒါနအရကား...ပစ္စည်းဝတ္ထုတို့မှတစ်ဆင့်ထွက်ပေါ်လာသော စွမ်းရည်သတ္တိတို့ကို ကောင်းကျိုးကို ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သော သတ္တိဓမ္မဒါနအဖြစ်ဖြင့် ရည်မှန်းအာရုံပြု၍ ပေးလှူမှုမျိုးကိုဆိုသည်။

ပုံစံကား ...

- ၁။ မီးခိုးအဖြစ်အသုံးပြုရန်အတွက် အမှိုက်တွေကို လှူခြင်းမျိုး။
- ၂။ ငှက်တွေဆူညံမှုကို ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် အရုပ်ကြီးနှင့် မှန်များလှူခြင်းမျိုး။

၃။ ခြင်နှင့်ကြမ်းပိုးရန် ကာကွယ်ရန်အတွက် ငြုပ်သီးကို လှူခြင်းမျိုး။

၄။ ဝမ်းချူရန်အတွက် ဆပ်ပျာနှင့်ပြွန်တန်ကို လှူခြင်းမျိုး။

၅။ နွားချေးနှင့် နွားကျင်ငယ်ရေအတွက် နွားမကိုလှူခြင်း မျိုး စသည်ကိုဆိုသည်။

နံပါတ် ၃-ဒါနအရကား.....ပစ္စည်းဝတ္ထုကို ပရမတ္ထ သဘာဝ အဖြစ်သို့ ဉာဏ်ဖြင့်ခွဲထုတ်ပြောင်းလဲလိုက်ပြီး ထိုပရမတ္ထသဘာဝ တွေကို အလှူဝတ္ထုအဖြစ်ဖြင့် ရည်မှန်းအာရုံပြု၍ ပေးလှူမှုမျိုးကို ဆိုသည်။

၎င်းနံပါတ် ၃-ဒါနသည် ၂-မျိုးရှိပြန်သည်။ ၎င်း ၂မျိုးကား-

က။ ပညာဒါတဗ္ဗဓမ္မဒါန .. အတတ်ပညာကို အလှူဝတ္ထု အဖြစ် ပေးလှူခြင်းတမျိုး။

ခ။ သုခဒါတဗ္ဗဓမ္မဒါန....ချမ်းသာဖြစ်စေမှုကို အလှူဝတ္ထု အဖြစ် ပေးလှူခြင်းတမျိုးဟု ပေါင်း ၂-မျိုးရှိပြန် သည်။

(က) ပညာဒါတဗ္ဗဓမ္မဒါနများ

၁။ သိပ္ပပညာ ဓမ္မဒါန .. စိတ်မှု, လက်မှု, နှုတ်မှုဆိုင်ရာ လက် တွေအသုံးပြုယူနိုင်သော အတတ်တခုခုကို ဒါနအဖြစ်ဖြင့် သင်ပြ ပေးမှုကိုဆိုသည်။

ပုံစံ....စိတ်နှင့်ဆိုင်ရာ တွေးဆမြော်မြင်သောအတတ်များ၊ နှုတ် နှင့်ဆိုင်ရာပြောဆိုမှုအတတ်, စီမံခန့်ခွဲမှုအတတ် စသည်များ၊ လက် နှင့်ဆိုင်ရာ ပန်းချီ, ပန်းပု, ပန်းတိမ်, ရေဒီယို, စိုင်ယာလက် စသော အတတ်များကို ဓမ္မဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုကိုဆိုသည်။

၂။ ဗဟုသုတပညာ ဓမ္မဒါန... မြင်ရုံ၊ ကြားရုံ၊ မှတ်သားရုံနှင့် အသုံးချနိုင်သော အတတ်မျိုးကို ဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုကို ဆိုသည်။

ပုံစံ.... ဒေသန္တရဆိုင်ရာများ၊ လူမျိုးရေးဆိုင်ရာများ၊ ဘာသာရေးဆိုင်ရာများ၊ စီးပွားရေး၊ ကြီးပွားရေးဆိုင်ရာစသည်တို့ကို ဓမ္မဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုဆိုသည်။

၃။ ပရိယတ္တိပညာ ဓမ္မဒါန-ဓမ္မနှင့်ဝိနယဆိုင်ရာ သဒ္ဓါဆိုင်ရာ အတ္ထုဆိုင်ရာ၊ ဆန္ဒ၊ အလင်္ကာရဆိုင်ရာ၊ ဂဏ္ဍိပဒဆိုင်ရာ၊ ဝိနိစ္ဆယဆိုင်ရာစသော စာပေပညာတို့ကို ဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုကို ဆိုသည်။ ပုံစံသိသာပြီ။

၄။ ဒေသနာပညာ ဓမ္မဒါန.... ဒါနကထာ၊ သီလကထာ၊ သဂ္ဂကထာ၊ မဂ္ဂကထာစသော ကထာများကို ဓမ္မကထိကအဖြစ် ဟောပြောတတ်စေရန် ကထိကပညာကို ဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုကို ဆိုသည်။ အဓိပ္ပာယ်သိသာပြီ။

၅။ အာစာရပညာ ဓမ္မဒါန.... လူ့ရှင်၊ ရဟန်းဆိုင်ရာ အာစာရ၊ အနာစာရ၊ နှုတ်၊ ဒုစရိုက်၊ သုစရိုက်၊ ပုညကိရိယာ၊ ပါရမီလုပ်ငန်းစသောကျင့်ဝတ်တို့ကို ဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုကို ဆိုလိုသည်။ အဓိပ္ပာယ်သိသာပြီ။

၆။ ပဋိပတ္တိပညာ ဓမ္မဒါန.... ဈာန်ပညာ၊ အဘိညာဏ်ပညာ၊ ဝိပဿနာပညာတို့ကို ဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုကို ဆိုသည်။ အဓိပ္ပာယ်သိသာပြီ။

၇။ ပဋိဝေပေညာ ဓမ္မဒါန . မဂ်ဖိုလ်ကိစ္စ၊ သမာပတ်ကိစ္စနှင့် နိဗ္ဗာန်ကိစ္စတို့ကို ဒါနအနေဖြင့် သင်ပြပေးမှုဆိုသည်။ အဓိပ္ပာယ်သိသာပြီ။

(ခ) သုခဒါတဗ္ဗဓမ္မဒါနများ :

ချမ်းသာမှုသည် အမျိုးမျိုးရှိသဖြင့် ယင်းချမ်းသာမှုတို့အလိုက် အမည်များလည်း အမျိုးမျိုးရှိပြန်ရာ နမူနာအဖြစ်ဖြင့် အောက်ပါ ၁၄-မျိုးတို့ကို မှတ်သားရ၏။

- ၁။ ဇီဝသုခဓမ္မဒါန....အသက်ချမ်းသာမှုကိုပေးခြင်း။
- ၂။ အဘယသုခဓမ္မဒါန....ဘေးကင်းမှုကိုပေးခြင်း။
- ၃။ ယာပနသုခဓမ္မဒါန....မျှတမှုကိုပေးခြင်း။
- ၄။ ရမ္မဏသုခဓမ္မဒါန....မွေ့လျော်မှုကိုပေးခြင်း။
- ၅။ သမ္မာဿာသသုခဓမ္မဒါန....သက်သာရာရမှုကိုပေးခြင်း။
- ၆။ ထုတိသုခဓမ္မဒါန....ချီးကျူးမှုကိုပေးခြင်း။
- ၇။ သိရီသုခဓမ္မဒါန... အသရေရှိမှုကိုပေးခြင်း။
- ၈။ ဂုဏသုခဓမ္မဒါန....ဂုဏ်ရှိမှုကိုပေးခြင်း။
- ၉။ ဌာနန္တရသုခဓမ္မဒါန....ရာထူးရမှုကိုပေးခြင်း။
- ၁၀။ ဩကာသသုခဓမ္မဒါန....အခွင့်အရေးကိုပေးခြင်း။
- ၁၁။ သမ္ပတ္တိသုခဓမ္မဒါန....စီးစိမ်မှုကိုပေးခြင်း။
- ၁၂။ သုဂတိသုခဓမ္မဒါန....သုဂတိချမ်းသာမှုကိုပေးခြင်း။
- ၁၃။ သမာပတ္တိသုခဓမ္မဒါန....သမာပတ်ချမ်းသာမှုကိုပေးခြင်း။
- ၁၄။ နိဗ္ဗာနသုခဓမ္မဒါန....နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှုကိုပေးခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

ရှင်းလင်းချက်

- ၁။ ဇီဝသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် အသက်ဆုံးရှုံးရန် ကြုံတွေ့နေသော သတ္တဝါတစ်ဦးဦး၏ အသက်ဇီဝကို ဆုံးရှုံးမှုမရှိပဲ လွတ်

မြောက်သွားအောင် တနည်းနည်းဖြင့်စီမံပြီး ထိုသူ၏ငါးသုခရရှိ သွားရန် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၂။ အဘယသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် အသက်ကိစ္စ မဟုတ် သော်လည်း ဒုက္ခကြုံရန် ဘေးရန်တခုခုကြုံတွေ့နေသူအား ထိုဘေး ဒုက္ခမှလွတ်မြောက်သွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ် မျိုးကိုဆိုသည်။

၃။ ယာပနသုခ ဓမ္မဒါန... ဟူသည် သူတဦး၏ ကိုယ်ခန္ဓာ မျှတချမ်းသာရေးအတွက် လျှော်ရာ နေရာ ဆေး၊ အစာ၊ ဆရာ၊ နည်းလမ်း စသည်တို့ဖြင့် ထိုသူ၌ မျှတချမ်းသာမှုရရှိအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၄။ ရမ္မဏသုခ ဓမ္မဒါန... ဟူသည် မိမိထံ ရောက်လာသော ဧည့်သည်နှင့်ခရီးသွား စသည်တို့အား ကိုယ်ဖြစ်စေ၊ စိတ်ဖြစ်စေ၊ မွေ့လျော်ချမ်းသာမှု တခုခုရရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၅။ သမ္မာဿာသသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် ဒုက္ခတမျိုးမျိုး ကြုံတွေ့နေသူအား ယာယီဖြစ်စေ၊ တာရှည်ဖြစ်စေ ထိုလက်ရှိဒုက္ခ မှ သက်သာရာရရှိသွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ် မျိုးကိုဆိုသည်။

၆။ ဘုတိသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် လျှော်ကန်သော ချီးကျူးစကား၊ ဂုဏ်ပြုစကားမျိုးကို လူအများရှေ့တွင် ထုတ် ဖေ၍ ပြောဆိုကာ သူတပါး၏ စိတ်ချမ်းသာမှုရရှိအောင် ဆောင် ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၇။ သိရီသုခ ဓမ္မဒါန...ဟူသည် ဂုဏ်သိရိနှုန်းပါးနေသူ တဦးဦး အား အသရေတခုခုဝင်လာ၊ ပေ၍လာပြီး လူအများသိမြင်လာ

အောင် တနည်းနည်းဖြင့် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကို ဆိုသည်။

၈။ ဂုဏ်သုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် ဂုဏ်နိမိတ်ကျနေသူအားဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်ရှိပါလျက် ဖေဏ်ထုတ်ခွင့်မရသူအားဖြစ်စေ၊ လူ့အများက ဂုဏ်ရှိသူဟု သိရှိယူဆမှတ်ယူစေအောင် စီမံဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၉။ ဌာနန္တရသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် လက်ရှိရာထူးမှ လျှော့ကျနေသူအားဖြစ်စေ၊ လုံးဝရာထူးမရှိသေး၍ ဂုဏ်ငယ်သူအားဖြစ်စေ၊ လျှော်ကန်ရာ ရာထူးတခုခုရရှိသွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၁၀။ ဩကာသသုခဓမ္မဒါန....ဟူသည် မဲပေးနိုင်ခွင့်၊ ထောက်ခံနိုင်ခွင့်၊ အကြံပေးနိုင်ခွင့်၊ အဆိုတင်ပြနိုင်ခွင့်စသော အခွင့်အရေးများ ဆုံးရှုံးကင်းမဲ့၍ အားငယ်နေသူအား မိမိ၏အကူအညီကြောင့် လိုအပ်သောအခွင့်အရေးများ ရရှိသွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသောကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၁၁။ သမ္ပတ္တိသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည်ပျက်စီးလက်လွှတ်သွားချက်လုပ်ငန်းဖြစ်စေ၊ စီးပွားရေးဖြစ်စေ၊ စီးစိမ်ဥစ္စာဖြစ်စေ ၊ ပျက်စီးလက်လွှတ်သွားချက် ကြုံနေရာ ၎င်းကိုပြန်လည် တည်တန်ခွင့်ရသွားအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။

၁၂။ သုဂတိသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် ပစ္စက္ခဘဝ၌ ဒုဂ္ဂတိစာရင်းဝင်အချုပ်ခန်းထဲ၊ ထောင်ထဲ၊ လူဆိုးလက်ထဲ၊ အညှဉ်းပန်းခံရမည့်စာရင်းထဲ၊ ရန်သူဟုမှတ်ယူထားသော စာရင်းထဲမှသော်၎င်း၊ သံသရာဘဝ၌ အပါယ် ၄-ပါးကျဘို့ စာရင်းထဲမှသော်၎င်း၊ လွတ်မြောက်ကာ လွတ်လပ်သော ပင်ကိုယ်အခြေအနေနှင့် သုဂတိ

ဘဝဘက်သို့ ရောက်ရှိစေအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်
မျိုးကိုဆိုသည်။

၁၃။ သမာပတ္တိသုခ ဓမ္မဒါန ...ဟူသည် ဈာန်နှင့်မဂ်ဖိုလ်တို့ကို
ရရှိထားပြီးသူတို့အား သက်ဆိုင်ရာ ဈာနသမာပတ်နှင့်ဖလသမာ
ပတ် ချမ်းသာတို့ကို ရရှိခံစားနိုင်အောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော
ကုသိုလ်မျိုးကိုဆိုသည်။ ဇ-

၁၄။ နိဗ္ဗာနသုခ ဓမ္မဒါန....ဟူသည် ကာမချမ်းသာ၊ ဈာန
ချမ်းသာ၊ သမာပတ်ချမ်းသာတို့ထက် သာလွန်မြင့်မြတ်သော
နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို ရရှိလာအောင် ဆောင်ရွက်ပေးသော ကုသိုလ်
မျိုးကိုဆိုသည်။

ဤကား နံပါတ် ၂-အလှူဝတ္ထုဓမ္မနှင့်ဆိုင်ရာ
ဓမ္မဒါနအကျဉ်းချုပ်ပြတည်း။

x

x

အလှူခံဓမ္မပိုင်း

အလှူခံသည် ပုဂ္ဂလအလှူခံနှင့်ဓမ္မအလှူခံဟု ၂-မျိုးရှိရာ ပုဂ္ဂလအလှူခံအနေလှူမှုထက် ဓမ္မအလှူခံအနေလှူမှုက ပို၍အကျိုးကြီးကြောင်းကို ဓမ္မဒါနပိုင်းအစတွင် ရှင်းပြထားခဲ့ပြီဖြစ်၍ ၎င်းကို ပြန်ကြည့်ပါ။ အများနားလည်နိုင်ရန် အနည်းငယ်ထပ်၍ ရှင်းပြဦးအံ့။

ပုဂ္ဂလအလှူခံများ

၎င်းပုဂ္ဂလအလှူခံအရကို ထပ်၍ခွဲလိုက်လျှင် အယုတ်စား၊ အလတ်စား၊ အမြတ်စား အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ဟု ၃-မျိုးရှိနေပြန်သည်။
ရှင်းလင်းချက်

၁။ အယုတ်စားအလှူခံပုဂ္ဂိုလ်....ဟူသည် တိရစ္ဆာန်၊ တငါ၊ မုဆိုး၊ သူခိုး၊ ခါးမြ၊ ပြန်ပေးသမား၊ မုဒိမ်းသမား၊ လူသတ်သမား၊ လူလိမ်၊ လူယုတ်၊ ရသေ့ပျက်၊ ရှင်ပျက်၊ ရဟန်းပျက်စသော အလဇ္ဇိဒုဿီလတို့ကိုဆိုလိုသည်။

၂။ အလတ်စားအလှူခံပုဂ္ဂိုလ်.... ဟူသည် လဇ္ဇိစာရင်းဝင် လူယောက်ျား၊ မိမ္မ၊ ရသေ့၊ သီလရှင်၊ ယောဂီသမန်နှင့်ရှင်၊ ရဟန်းသမန်များကိုဆိုလိုသည်။ အရှက်အကြောက်ရှိသူကို “လဇ္ဇိ” ဟုခေါ်သည်။

၃။ အမြတ်စားအလှူခံပုဂ္ဂိုလ်.... ဟူသည် သီလနှင့်အကျင့်
ကောင်းရှိသူ လူဝတ်ကြောင် ကျား-မ၊ယောက် ကျား-မ၊သီလရှင်
နှင့် ရှင်၊ရဟန်းများ၊ ထို့ပြင် ဈာန်လုပ်ငန်းကျင့်ဆဲနှင့် ရရှိပြီး
ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ဝိပဿနာဥာဏ်ပွားများဆဲပုဂ္ဂိုလ်များ၊ မဂ်ဖိုလ်
ဥာဏ်ရပြီး အရိယာပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ပစ္စေကဗုဒ္ဓနှင့် သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓ
ဘုရားများ၊ ထို့ပြင် စေတီတော်များကိုဆိုလိုသည်။

ကုသိုလ်အနဲနှင့်အများရနိုင်သည်

အထက်ပါအလှူခံပုဂ္ဂိုလ် ၃-စားလုံးထဲက ဘယ်သူ ကိုပဲလူလူ
ကုသိုလ်ကား ရရှိပေသည်။ သို့ရာတွင် အယုတ်စားထဲကလူမိလျှင်
ကုသိုလ်ရမှုနဲ့၍ အလတ်စားထဲက လူမိလျှင် ထို့ထက်ပိုရပြီး
အမြတ်စားထဲကလူမိလျှင် အများကြီးရနိုင်မှုသာ ခြားနားတော့
သည်။

လူတတ်ဘို့အရေးကြီးသည်

အလှူပြုလိုသူတိုင်း ရဟန္တာနှင့်ဘုရားတို့ကိုရရှိဘို့ရာ လွန်စွာ
ခဲယဉ်းပေသည်။ ထို့ပြင် အရိယာပုဂ္ဂိုလ်တို့နှင့် ဈာန်ရ၊ အဘိ
ညာဏ်ရပုဂ္ဂိုလ်တို့ကိုရရှိဘို့ရန်လည်း ခဲယဉ်းပြန်သည်။

သို့ရာတွင် အလှူရှင်ဖြစ်သူမှာ လူတတ်သောအသိဥာဏ်တွေ
ရရှိဘို့က ပို၍အရေးကြီးနေသည်။ လူတတ်လျှင် ဘုရားနှင့်ရဟန္တာ
တွေ အချိန်မရွေးရနိုင်၍ အရှုံးမရှိပဲ အမြတ်များစွာရနိုင်၍ ရနိုင်
ပုံကို ဆက်၍ဖော်ပြပေဦးအံ့။

လူတတ်ပုံများ

အလှူရှင်မှာ လူတတ်သော (ဥာဏ်တွေ) ပြည့်စုံစွာ ရှိထား
လျှင် အချိန်မရွေး ဘုရားကိုလည်း လွှင့်ရနိုင်သည်။ ရဟန္တာကို

လည်း လူ့ခွင့်ရနိုင်သည်။ အနာဂါမ်စသော အောက်အရိယာ တွေကိုလည်း လူ့ခွင့်ရနိုင်သည်။

ထို့ပြင် အယုတ်စားအလှူခံထဲက ခွေးတိရစ္ဆာန်ကိုပဲဖြစ်စေ၊ သူခိုး၊ ဓါးမြှင့် မုဒိမ်းသမားတွေပဲဖြစ်စေ၊ လူလိမ်၊ လူယုတ်တွေ ပဲဖြစ်စေ၊ သီလလုံးဝမရှိသူ ရှင်ပျက်တွေနှင့် ရဟန်းပျက်တွေပဲဖြစ် စေ လူမညီသူမှာ လှူတတ်သော (အသိဉာဏ်) ပြည့်စုံခဲ့လျှင် ကောင်းကျိုးများစွာရရှိသော (နည်းလမ်းများ) ရှိပေသည်။ ယင်းနည်းလမ်းကောင်းများကို တတ်ကျွမ်း၊ သိနားလည်ထားဘို့ သာ လိုပေသည်။

ဥပမာဆိုသော်....အထူတလက်မခန့်၊ အရှည်တတောင်ခန့်ရှိ သော “ဝါးခြမ်း” တခုကိုအသုံးချရာမှာ အသိဉာဏ်အနဲ၊ အများ အလိုက် ကျိုးရှိ၊ ကျိုးမဲဖြစ်နိုင်ပုံကို ပုံစံပြပါအံ့။

၁။ အလွန်ဉာဏ်နဲသူအဖို့.... ၎င်းဝါးခြမ်းကို အိမ်သာမှာ သော်၎င်း၊ မီးထင်းမှာသော်၎င်း သုံးပေမည်။

၂။ ထို့ထက်ဉာဏ်ရှိသူမှာ....၎င်းဝါးခြမ်းကိုစိပ်ခွဲပြီး တစိပ်ကို ငြုပ်သီးကင်ဘို့၊ တစိပ်ကို သား၊ ငါးကင်ဘို့၊ တစိပ်ကို သွားကြား ထိုးဘို့၊ ကျန်တစိပ်ကို တနေရာရာမှာ သုံးစွဲပေမည်။

၃။ ထို့ထက်ဉာဏ်ရှိသူမှာ....ကျော၌အယားကုတ်ဘို့၊ (လက် ပုံ)အဖြစ်ပြု၍သော်၎င်း၊ နှီးဖြာပြီး ယပ်တောင်လုပ်၍သော်၎င်း အသုံးချပေမည်။

၄။ ထို့ထက်ဉာဏ်ရှိသူမှာ.... အမျိုးသွီးတွေ ဆံထုံးထဲမှာ ထည့်၍သုံးလေ့ ရှိသော “ရှင်သီဝလိပုံတော်” အရုပ်ငယ်တွေ ၂၀ ကျော်ထုလုပ်ပြီး တရုပ်လျှင် ၂-နှုန်းဖြင့် ရောင်းစားလျှင် ယင်း ဝါးခြမ်းစိပ်ကပင် ငွေ ၄၀-မျှရနိုင်ပေမည်။

၎င်းပုံစံကိုထောက်ဆပြီး အလှူရှင်လုပ်သူမှာ လှူတတ်သော အသိဥာဏ် ကြွယ်ဝစွာ သင်ယူတတ်ကျွမ်းထားခဲ့လျှင် အလှူဝတ္ထုက ယုတ်သည်၊ ညံ့သည်ပဲဖြစ်စေ၊ အလှူခံက ယုတ်ညံ့သည်ပဲဖြစ်စေ၊ လှူသူက မိမိ၏အသိဥာဏ်ကိုအသုံးပြုပြီးစေတနာကိုပြင်ဆင်လျက် အမြင့်စား(ဓမ္မဒါနမျိုး)စီစဉ်ကာ(ဓမ္မအလှူခံ)အဖြစ်ရည်မှန်းပြီး ဓမ္မအမျိုးမျိုးခြံရံ၍ (ဓမ္မပတ္ထနာ)ပြု၍ လှူတတ်ခဲ့လျှင် ထူးမြတ်သောကောင်းကျိုးကိုပင် ရရှိနိုင်တော့သည်။ ။၎င်းနည်းလမ်းကို ဆက်၍ပေပါပြသွားပါအံ့။

အယုတ်စား အလှူခံအားလှူပုံ

၁။ ခွေးတကောင်အား--စားဖွယ်တခုခုကိုဝတ္ထုရားအနေဖြင့် ကျွေးလိုက်လျှင် ဒါနကုသိုလ်သာမန်ပဲဖြစ်၏။

၂။ ထိုသို့မဟုတ်...ယင်းခွေးအား စားဖွယ်ကို ကျွေးရာ၌ ခွေးဟူသောအမှတ်ကိုဖယ်ပြီး ပရမတ္ထရုပ်အစုနှင့် နာမ်အစုအနေ ပြောင်းကာ ယင်းပရမတ္ထနာမ်ရုပ်တို့အား တောင့်တင်းစေရန် ထောက်ပံ့ပေးအံ့ဟု နှလုံးသွင်း၍ ပေးလှူလိုက်လျှင် နံပါတ် ၁-ထက် ကုသိုလ်ပိုလာသည်။

၃။ ထို့ပြင်...ယင်းခွေးဟူသောအမှတ်ကိုဖယ်ပြီး ဖြစ်ပေပါဆဲရုပ်နာမ်တို့ တောင့်တင်းစေရန်၎င်း၊ ထိုသို့တောင့်တင်းခွင့်ရ၍ လမ်းဖြာ၊ကြည်ရွှင်မှုရစေရန်၎င်း၊ထောက်ပံ့ပေးအံ့ဟု ဥာဏ်ရှင် နှလုံးသွင်း၍ ပေးလှူလိုက်လျှင် နံပါတ် ၂-ထက် ကုသိုလ်တွေ တိုးမြင့်လာ၏။

၄။ ထို့ပြင် .. နံပါတ် ၃-လာ ရည်မှန်းချက်တို့နှင့်တကွ လမ်းဖြာ၊ကြည်ရွှင်မှုရသဖြင့် ကျွေးမွေးသူကျေးဇူးရှင်တို့အပေါ်

၌ မေတ္တာဓာတ်ဝင်၍ ကုသိုလ်ဓမ္မဖြစ်ပေါ်စေရန်၎င်း၊ ထိုကုသိုလ်
ဓမ္မဖြင့် ကြုံတွေ့နေရသော ခွေးတိရစ္ဆာန်ဒုက္ခမှ လွတ်ပေါက်
ရရှိစေရန်၎င်း၊ ပညာဖြင့် မြှော်ခေါ်၍ ကောင်းကျိုး အမျိုး
မျိုးကို တကယ်ရရှိစေလိုသော မေတ္တာ၊ ကရုဏာတို့ ခြံရံကာ
ထက်သန်သောစေတနာ၊ သဒ္ဓါတို့ဖြင့် ပေးလှူလိုက်လျှင် နံပါတ်
၃-ထက် ကုသိုလ်ရမှုတွေ ပိုမိုမြင့်တက်သွားတော့၏။

၅။ ထို့နောက်....နံပါတ် ၄-လာ စေတနာတို့နှင့်တကွ ယင်း
ဒါနကံကြောင့် ဒုက္ခတသတ္တဝါအနန္တတို့၏ ကောင်းကျိုးတွေ
ကို ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်၎င်း၊ ယင်းဓမ္မဒါနကို အမှီပြု၍ ဓမ္မဒါန
ဘက်၌ ပိုမိုအမြင်ကျယ်ကာ အကြိမ်ကြိမ်ဆက်၍ ပြုနိုင်စေရန်
၎င်း၊ ယင်းဒုက္ခတ ရုပ်နာမ်အခြေအနေတို့သည် ဒုဂ္ဂတိဒုက္ခကို
သိမြင်စေခွင့်ရသဖြင့် ဒုဂ္ဂတိဒုက္ခနှင့် သုဂတိဒုက္ခ ဟူသမျှသည်
ဒုက္ခစာရင်းထဲသာဝင်နေတော့၍ ထိုထိုဒုက္ခဟူသမျှမှ လွတ်ကင်း
ရာပြည်နိဗ္ဗာန်သည်သာ မြဲသောချမ်းသာ အစစ်ပါတကားဟု
ဥာဏ်အမြင်ပေါက်ကာ ဤဓမ္မဒါနစုကြောင့် နိစ္စ သုခဖြစ်သော
နိဗ္ဗာန်အတွက် အထောက်အပံ့ ကုသိုလ်သည်ဖြစ်ပါစေသတည်း
ဟု ဥာဏ်ဝင်ကာ ပေးလှူလိုက်လျှင် နံပါတ် ၄-ဒါနထက် မြင့်မြတ်
သွားတော့၏။

အသွန်း....အထက်ပါ ဒါနပုံစံတို့ကို နမူနာပြု၍ “ခွေးတိရစ္ဆာန်
ကိုပင်” ဒါနပြုရာမှာ “အယုတ်စားခွေးသတ္တဝါ” ဟူသော ဝေါ
ဟာရ အမှတ်သညာကို ဥာဏ်ဖြင့်ဖယ်ရှားပြီး (အလှူခံကို)
ပရမတ္ထရုပ်နာမ်အဖြစ်သို့ ဦးစွာပြောင်းတတ်ပါစေ။

ထိုသို့ အလှူခံသည် သတ္တဝါနှင့် ပုဂ္ဂိုလ်မဟုတ်တော့ပဲ “ဓမ္မ

အနေ”ရောက်သွားလျှင် ဓမ္မဒါနအဖြစ်သို့ စတင်ရောက်ရှိသွားလေပြီ။

ယင်းသို့ “ဓမ္မအနေ”ရောက်လာချိန်ကစ၍ မိမိတို့ဥာဏ်အမြင်ရှိသလောက် ဓမ္မဒါနအဆင့်ဆင့် မြင့်တက် သွားနိုင်စော့၍ အထက်ပါပုံစံကိုနမူနာထားပြီး မိမိတို့ဥာဏ်ရှိသလို တိုးချဲ့ ပြုလုပ်သွားကာ ကောင်းကျိုးအဖုံဖုံကို ထုတ်ယူနိုင်စော့သည်။

လူယုတ် မုဒိမ်းသမား အလှူခံအား လှူပုံ

အလှူခံသည်မျက်မြင်ဓါတ်သိလူယုတ်မာနှင့်မုဒိမ်းသမားဘုရားခံတဦးဟုဆိုကြပါစို့။ ဤကိစ္စအတွက် သဘောပေါက်ရန်မှာ ပရမတ္ထတရားသဘောအရ သုံးသပ်လိုက်သော်.... ယုတ်မာမူနှင့် ကောင်းမှုသည် (ထာဝစဉ်မရှိနိုင်ပေ) အခိုက်အတန့်မျှသာ ရှိနေသည်။

ပုံစံပြရသော်....ယုတ်မှု၊ မြတ်မှုသည် နာမ်တရားသာဖြစ်သည်။ ယင်းနာမ်တရားနှင့်တကွ ရုပ်တရားတွေပါတစက္ကန့်အတွင်းမှာပင် ရာပေါင်း ထောင်ပေါင်း များစွာ ဖြစ်ပျက် ပြောင်းလဲနေကြစော့၍ ယခင်အချိန်က ယုတ်မှုနှင့်မြတ်မှုတို့သည် နောက်စက္ကန့်အချိန်မှပင် မရှိတော့ပဲ နောက်ဂိတ်၊ နောက်နာမ်နှင့် နောက်ရုပ်အသစ်၊ အသစ်တွေသာ ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲလျက် ရှိနေစော့ရာ ယင်းရှေးက ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော နာမ်နှင့်ရုပ်တွေကို မပျောက်၊ ပျက်ပဲ တည်နေအောင် မည်သူမျှ မတတ်နိုင်ကြပေ။

မပျက်ပဲတည်နေသော ဓမ္မ ၂-မျိုး

သို့ရာတွင် မပျက်ပဲတည်ရှိနေသော ဓမ္မမျိုးကား “ကံဓမ္မနှင့် နိဗ္ဗာန်ဓမ္မ” ၂-မျိုးသာရှိပေသည်။ ၎င်း ၂-မျိုးထဲမှ “ကံဓမ္မ” ဆို

သည်မှာ ယခင်ချိန်က ဆိုးခဲ့၊ ယုတ်ခဲ့၊ ကောင်းခဲ့၊ မြတ်ခဲ့သော စိတ်
နှင့် နာမ်တို့သည် ဖြစ်၍ ချုပ်သွားပြီးနောက် စိတ်အနေ၊ နာမ်အနေ
နှင့် တည်နိုင်ခွင့်မရှိတော့ပဲ “ကံဓမ္မ” အဖြစ်နှင့်သာ ပြောင်းလဲ
တည်နေနိုင်တော့သည်။

ယင်းကံဓမ္မမှ ဆိုးကံနှင့် ယုတ်ကံမျိုးသည် နောက်တချိန်ချိန်
မှာ ဆိုးကျိုးနှင့် မကောင်းကျိုးကိုသာ ထိုယုတ်မာခဲ့သူအား ပြန်
၍ နှိပ်စက်လတန့်ဖြစ်သည်။

ကောင်းကံနှင့် မြတ်ကံတို့သည်လည်း ထိုကောင်းမြတ်ခဲ့သူအား
ပြန်၍ ကောင်းကျိုးကိုသာ ပြန်၍ ပေးပါလတန့်။ ။ ထို့
ကြောင့် ယုတ်မာမှုသည် အခိုက်အတန့်သာ (နာမ်အဖြစ်) နှင့် ရှိ
နိုင်၍ ယုတ်မာဘူးသူအား ယုတ်မာသောစိတ်နှင့် နာမ်တွေ-ဝါ-
စေတသိက်တွေသည် ထာဝစဉ် တည်နေအောင် (လုပ်၍မရနိုင်
ပေ) တခါတရံသာ ရှိနိုင်သည်။

ဥပမာ- ဤစာရေးသူနှင့် တကွ ဘုရားဖြစ်သွားသူတွေ အပါ
အဝင် ရှိရှိသမျှ သတ္တဝါတိုင်းမှာ “ယုတ်မာဘူးသူချည်း” ဖြစ်
ကြသလို၊ “ကောင်းမြတ်ဘူးသူချည်းလည်း” ဖြစ်ဘူးခဲ့ကြလေပြီ
ကို မညှင်းနိုင်ကြပေ။ ဘုရားနှင့် ရဟန္တာမဖြစ်ရှိဆေးသမျှ ယုတ်
မာမှုမှ သတ္တဝါတွေ မလွတ်နိုင်ကြသေးပေ။

ထိုသဘာဝကို ထောက်ရှုပြီး ယုတ်မာသူကို တွေ့ရှိပါက ယာယီ
ကိစ္စဟု သဘောပေါက်ပါဟု ဆိုလိုသည်။ ဒီအချိန်မှာ ယုတ်မာ
သော်လည်း ဟိုအချိန်မှာ ကောင်းမြတ်နိုင်သေးသည်ဟု ဆိုလို
ပေသည်။

ပုံစံထုတ်ရသော်

၁။ ယောကျ်ားဘက်မှ အင်္ဂုလိမာလသည် ရှေ့ပိုင်းတွင် လှူဆိုးလှူယုတ်မာကြီး ဖြစ်နေစေကာ နောက်ပိုင်းတွင် ရဟန္တာ ဖြစ်လာပုံတရပ်၊

၂။ သန္တတိအမတ်ကြီးသည် ရှေ့ပိုင်းတွင် အရက်မှူး၍ ကာမ ကြူးနေခဲ့ပြီး၊ နောက်ပိုင်းတွင် ရဟန္တာဖြစ်လာပုံတရပ်၊

၃။ ဒေဝဒတ်သည် ရှေ့ပိုင်းတွင် ရဟန်းပြုကာ စျာန်နှင့် အဘိဥာဏ်တွေပါ ရလာပြီးမှ နောက်ပိုင်းတွင် ဘုရားကိုသတ်ဖို့ အားထုတ်ပြီးနောက် အဝိစိငရဲသို့ ဆင်းသွားရပုံတရပ်၊

၄။ မိန်းမဘက်မှ ပဋ္ဌာစာရီသည် သူဌေးသွီးဖြစ်လျက် ရှေ့ပိုင်းတွင် ဖုဂကိစ္စကြောင့် ကျွန်နောက်လိုက်ပြေးပြီး လင်မြွေ ကိုက်၊ သားငယ်စွန့်ချိ၊ သာကြီးရေမေ့၊ မိဘတွေတိုက်ပိသေ၍ အဝတ်မကပ်အောင် ရူးသွားသည်၊ နောက်ပိုင်းတွင် ရဟန္တာမ ဖြစ်လာပုံတရပ်၊

၅။ အမ္မပါလိကာသည် ရှေ့ပိုင်းတွင် ပြည့်တန်ဆာမ အလုပ် နှင့်ပျော်ခဲ့ပြီး နောက်ပိုင်းတွင် သောတာပန်ဖြစ်ကာ ကျောင်း အမအဖြစ်သို့ ရောက်သွားပုံတရပ်၊

၆။ မလ္လိကာမိဖုရားကြီးသည် ရှေ့ပိုင်းတွင် ဘုရားကြည်ညို သော ကျောင်းအမကြီးဖြစ်လာလျက် နောက်ပိုင်းတွင် ခွေးနှင့်မှား ယွင်း၍ အဝိစိမှာ ၇-ရက်ကျခံရပြီးမှ နတ်ပြည်တက်ရပုံတရပ်၊ ထိုပုံစံမျိုးတွေ များစွာရှိသေးသည်။

အထက်ပါ ပုံစံတွေ ထောက်ဆပြီး သတ္တဝါတွေမှာ ဆိုးမှု၊ ယုတ် မာမှုနှင့် ကောင်းမှု၊ မြတ်မှုတို့သည် ယာယီအနေသာ ရှိကြပြီး ပြောင်းလဲလျက်ရှိပုံကို သဘောပေါက်ထားလျှင် (အလှူခံ လူ

ယုတ်မာ)နှင့် ကြုံတွေ့ရစေကာ ယာယီကိစ္စမျှဟု နှလုံးသွင်း၍ ထိုသူ၏ကောင်းမြတ်ချိန်၌ ပေ၀ပေါက်ခဲ့သော “ကုသိုလ်ဇော နှင့်ကံတို့ကို” (အလှူခံအဖြစ်) သတ်မှတ်၍ လှူတတ်လျှင် ဓမ္မဒါန ဖြစ်လာ၍ ကောင်းမြတ်သောအကျိုးတို့ကို ရရှိနိုင်ပေသည်။

လှူပုံ

အလှူခံသည် မုဒိမ်းသမား၊ လူယုတ်မာဟု အများကသမုတ်ထားသူဟုဆိုကြပါစို့။ ၎င်းအား အစား၊ အဝတ်စသည်တို့ကို ပေးလှူလိုသော်-

၁။ ယခင်(ခွေး)ကို လှူပုံလှူနည်းအတိုင်း လှူတတ်လျှင် (ဓမ္မဒါန)ဖြစ်နိုင်၍ ကောင်းကျိုးများစွာရနိုင်ပုံကို တုယူသဘော ပေါက်ပါ။ခွေးအားလှူပုံ ပြန်ကြည့်ပါ။

၂။ ထို့နောက် ဆင်းရဲနေသော ဒုက္ခိတ ရုပ်နှင့်နာမ်အား (ဓမ္မအလှူခံ)အဖြစ်ထားပြီး ထိုပစ္စုပ္ပန်ဒုက္ခမှ သက်သာရာရစေရန် ရည်ရွယ်၍ ပေးလှူပြီးလျှင် ထိုရည်ရွယ်ချက်နှင့် ထိုစေတနာကြောင့် ရုပ်နာမ်တို့၏ဆင်းရဲမှုလွတ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်ကို ရရှိရေးအတွက် အကြောင်း အထောက်အပံ့ ဖြစ်ပါစေသတည်းဟု ဆုတောင်း၍လှူလိုက်လျှင် နိဗ္ဗာနပစ္စယကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်စေ့၏။

၃။ ထို့ပြင် မုဒိမ်းသမား၊ လူယုတ်မာအမှုကိုမပြုခင် တချိန်ချိန်၌ သူတဦးအပေါ်၌ ကြင်နာတတ်သော သနားကရုဏာစိတ်မျိုး ဖြစ်ဘူးသူချည်းဖြစ်ရာ ထိုအချိန်က ဖြစ်ပေ၀ခဲ့သော ကြင်နာတတ်သည့် ကရုဏာဇောစေတနာတို့ကိုဖြစ်စေ၊ ဘုရားစသော ရတနာ ၃ ပါးနှင့်စပ်၍ ကြည်ညိုမှု၊ ရှိခိုးမှု၊ လှူဒါန်းမှုတို့ရှိမြဲဖြစ်ရာ ယင်းအချိန်က ဖြစ်ပေ၀ခဲ့၊ ပြုလုပ်ခဲ့သော ကောင်းမြတ်သည့်ဇော

စေတနာကိုဖြစ်စေ- (ဓမ္မအလှူခံ)အဖြစ်ထားကာ၊ ပေးလှူပြီးလျှင် ဤဓမ္မဒါနကြောင့် ကိုယ်တိုင်လည်း ဆိုးယုတ်မှုဟူသမျှတို့ကို မပြုမိပါစေသတည်း။ သူတပါးတို့အားလည်း ယုတ်မာဆိုးညစ်မှုတွေ မပြုလုပ်ဖြစ်အောင် တားဆီးနိုင်ရပါလိမ့်။ ထို့ပြင် ဆိုးယုတ်မှုအားလုံးတို့ကို ပယ်ဖျက်နိုင်သော မဂ်ဥာဏ် ၄-ခုတို့ကို လွယ်ကူလျင်မြန်စွာ ဤဓမ္မဒါနကြောင့် ရရှိရပါလိမ့် ဟု ရည်မှန်းသဘောပေါက်၍ လူတတ်ခဲ့လျှင်မြင့်မြတ်သောကောင်းကျိုးကို ရရှိနိုင်ပေသည်။

ဒုဿိလရှင်ပျက်နှင့်ရဟန်းပျက်အလှူခံ

အကျင့်နှင့်သီလ လုံးဝ ပျက်စီးနေ၍ ဒုဿိလ ဖြစ်နေသူ သင်္ကန်းအရေခြုံ ရှင်ပျက်နှင့်ရဟန်းပျက် တဦးဦးအား (အလှူခံအဖြစ်)ထားပြီး လူတို့ကြုံနေခဲ့သော်- ကောင်းကျိုးရရှိအောင် စီမံတတ်သော အသိဥာဏ် ရရှိထားဘို့လိုပေသည်။ အသိဥာဏ် ရှိထားလျှင် ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို လှူရ၊ လှူရ ကောင်းကျိုးရနိုင်တာချည်း ဖြစ်တော့သည်။

ကိုယ် ဘက်က ပို၍အရေးကြီးပုံ

သူ့ဘက်ကဆိုးယုတ်မှုသည် သူ့အတွက်သာဖြစ်သည်။ ကိုယ်ဘက်ကသာမဆိုးဘို့နှင့်မယုတ်ဘို့လိုသည်။ ကိုယ် ဘက်က ကောင်းထား၊ မြတ်ထားလျှင် ကိုယ်အတွက် ကောင်းကျိုး ရနိုင်တော့သည်။ ။ ထိုအရ သူ့ဘက်က အကျင့်ပျက်၊ သီလပျက်နေ၍ ရှင်ပျက်သော်၎င်း၊ ရဟန်းပျက်သော်၎င်း ဖြစ်စေကာ ကိုယ် ဘက်က အကျင့်ကောင်း၊ သီလကောင်းပြီး အသိဥာဏ်ကောင်း ရှိထားခဲ့လျှင် မည်မျှအကျင့်သီလပျက်စီးနေသူ “ဒုဿိလ လူပျက်

ရှင်ပျက်၊ ရဟန်းပျက် ဖြစ်နေစေကာ” မိမိ၏ အသိဉာဏ်ဖြင့် ကောင်းကျိုးရရှိအောင် စီမံပြီးပေးလှူလိုက်လျှင် “ရဟန္တာ” လှူရမည့်စာန်းတူဖြစ်နိုင်ပုံနှင့် အကျိုးရရှိနိုင်ပုံကိုဆက်၍ ပုံစံဖြင့် တင်ပြသွားပါအံ့။

ဒုဿီလအား ရှုပုံ

၁။ ရှေ့၌ပြခဲ့ပြီး တိရစ္ဆာန်-ခွေးအား အလှူခံအဖြစ်ထားပြီး ဓမ္မဒါနအနေ လှူပုံအတိုင်း လှူတတ်လျှင်လည်း ကောင်းကျိုးရ နိုင်သည်။

၂။ လူယုတ်မာနှင့်မုဒိမ်းသမားအား အလှူခံအဖြစ်ထားပြီး ဓမ္မ ဒါနအနေ လှူပုံအတိုင်း လှူတတ်လျှင်လည်း ကောင်းကျိုးရနိုင် သည်။

၃။ ထို့ပြင်ဤဒုဿီလရှင်ပျက်နှင့်ရဟန်းပျက်တို့မှာ ရဟန်း မြတ်တို့၏အဝတ်ကို ဝတ်ဆင်ထားလျက်၊ အမြင်အားဖြင့်ရဟန်း အသွင်ဖြင့်မြင်ရရာ ၎င်းအချက် (မူတည်တတ်ဖို့)လိုသည်။ လိုပုံ ကား....

(က) ဥပမာ....ဒုဿီလ “ရှင်ပျက်” သင်္ကန်းဝတ်ကို အလှူခံ အဖြစ်ထားပြီး လှူလိုသော်- ဤသင်္ကန်းရောင်ဖြင့် ရှင်အသွင်ကို မြင်ရှုပြီး....ရှေးအချိန်က ရှင်သာမဏေအဖြစ်နှင့်ပင် “ရဟန္တာ အဖြစ်” သို့ ရောက်ရှိသွားကြသော-

၁။ ရှင်ရာဟုလာ

၂။ ပဏ္ဍိတသာမဏေ

၃။ သုခသာမဏေ

၄။ သင်္ကိစ္စသာမဏေ

၅။ ဝနဝါသိက-တိဿသမဏေစသော ရဟန္တာ ရှင် သမဏေတို့အပေါ် အာရုံညွတ်ပြောင်းပြီး ထိုထိုရဟန္တာ ရှင် သမဏေတို့၏ မဂ်ဥာဏ် ၄-ချက်နှင့် ဖိုလ်ဥာဏ် ၄-ဖြာတို့ အမျိုး ပြု၍ အရဟန္တသီလ, အရဟန္တသမာဓိတို့ကို (ဓမ္မအလှူခံ) အဖြစ် ထားရှိရည်မှန်းပြီး အနိစ္စ, အနတ္တသဘောရှိနေသော ဤစားဖွယ် သောက်ဖွယ်, ဝတ်ဖွယ် စသည့် “သင်္ခတနယ်ဝင်” ဒါတဗ္ဗဓမ္မတို့ကို နိစ္စသုခ သဘောရှိသော “အသင်္ခတဓမ္မ-သန္တိသုခနိဗ္ဗာန်အတွက်” ဤမျက်မြင်သင်္ကန်းရောင်မှတစ်ဆင့် ထောက်ဆပြီး “နိဿယနိက-ဓမ္မဒါန” အဖြစ်ဖြင့် ပေးလှူပါ၏ဘုရားဟု ဖေါ်ပြပါအတိုင်း ရည်မှန်းမြက်ဆို၍ လှူဒါန်းလိုက်လျှင် မိမိ၏ရည်မှန်းရင်းအတိုင်း (ပရမတ္ထဓမ္မက) ရဟန္တာအစစ်သို့ ဆောင်ပို့မြဲ ဖြစ်တော့သည်။

ရှင်းချက်

၁။ မျက်မြင်အလှူခံက- ဒုဿီလ, ရှင်ပျက်သင်္ကန်းဝတ် ဖြစ် နေသည်။

၂။ အလှူရှင်၏အာရုံထားချက်က- ရဟန္တာအစစ် ဖြစ်ကြ သော ရှင်သမဏေများနှင့် ယင်းရဟန္တာရှင်သမဏေတို့မှာရှိခံ သော ရဟန္တာ သီလ, သမာဓိ, ပညာဥာဏ်တို့ကို အလှူခံအဖြစ် အာရုံထားရှိလေသည်။

၃။ အလှူဝတ္ထုတို့ကိုလည်း- အနိစ္စ, အနတ္တ, သင်္ခတဓမ္မအဖြစ် ထားရှိ၍၊

၄။ ထိုဓမ္မဒါနဖြင့် နိစ္စ, သုခဖြစ်သော “အသင်္ခတဓမ္မနိဗ္ဗာန်” အတွက် ရည်မှန်း၍ လှူလိုက်ခြင်းဖြစ်တော့သည်။

ဤကိစ္စ၌- အလှူခံ ဒုဿီလ၊ ရှင်ပျက်သင်္ကန်းဝတ်မှ “သင်္ကန်းရောင်ကိုသာ” အာရုံမူတည်သည်။ ဒုဿီလအနေနှင့် ရှင်ပျက်အနေကို အာရုံလည်းမပြု၊ မူလည်းမတည်သည်ကို သတိအထူးပြုပါလေ။

ပရမတ္ထဓမ္မသဘော

ပရမတ္ထဓမ္မတို့၏သဘောမှာ- ရည်မှန်းရာ၊ မူတည်ရာ၊ စေတနာထားရာ၊ ဥာဏ်သက်ရာ၊ အာရုံရောက်ရာသည်သာ ပြဋ္ဌာန်းမြဲဖြစ်၍ “ဓာရေတိတိဓမ္မော” အရ (ညွတ်ရာသို့သာ) ဆောင်မြဲ၊ ပို့မြဲဖြစ်သောကြောင့် ဘယ်အရာမှာပဲဖြစ်ဖြစ် ကောင်းဘက်၊ မြတ်ဘက်သို့ ညွတ်လျှင် ကောင်းလာ၊ မြတ်လာသည်။ ဆိုးဘက်၊ ယုတ်ဘက်သို့ ညွတ်ခဲ့လျှင်လည်း ဆိုးလာ၊ ယုတ်လာတော့၍ (ပရမတ္ထသဘောအတိုင်း) ဖြစ်ရမည်ကို ကြိုတင်သိရှိ သဘောပေါက်ပြီး ဥာဏ်နှင့် ပြုပြင်တတ်ပါလေ။

ရှင် ပျော် နှင့် နိရောဓသမာပတ်ထစ

(ခ) ထို့နောက်-ယင်းရှင်ပျက်အလှူခံ၏ “သင်္ကန်းရောင်ကို” အာရုံယူပြီး အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့သော ရှင်ရာဟုလာ စသည့် ရဟန္တာ ရှင်သာမဏေတို့၏ နိရောဓသမာပတ်မှ ထခါစကို (အလှူခံအဖြစ်) ရည်မှန်းကာ အထက်ပါအတိုင်း “ဓမ္မဒါန” အဖြစ်ဖြင့် လှူခဲ့ပြန်လျှင် အထက် နံပါတ်(က)အရထက် ကောင်းကျိုး ပို၍ ရနိုင်ပေသည်။

သံဃာ့ကမ္မဒါနအဖြစ်ရှုပုံ

(ဂ) ထို့ပြင် ယင်းဒုဿီလ ရှင်ပျက်အလှူခံ၏ “သင်္ကန်းရောင်ကို” အာရုံယူပြီး ရှင်ရာဟုလာ စသော ရဟန္တာသံဃာ အားလုံးကို (အလှူခံအဖြစ်) ရည်မှန်းကာ အထက်ပါအတိုင်း “သံဃာ့ကမ္မဒါန” အနေဖြင့်လှူခဲ့ပြန်လျှင် မရေမတွက်နိုင်သော ကောင်းကျိုးတို့ကိုရရှိနိုင်သည်ဟု ဘုရားရှင်ဟောထားလေသည်။

ဟောထားပုံ

အဝိဿန္တိခေါ် ပနာ နန္ဒ အနာဂတ မဒ္ဒါနံ ဂေါတြဘုရော ကာသာဝကဏ္ဍာဒုဿီလာ ပါပဓမ္မာ၊ တေသု ဒုဿီလေသု သံဃာဥဒ္ဓိဿ ဒါနံဒုဿန္တိ၊ တဒါပါဟံ အာနန္ဒ သံဃဂတံ ဒက္ခဏံ အသင်္ချေယျံ၊ အပမေယျံ ဝဒါမိ။

(ဥပရိပဏ္ဏာသ-ဒက္ခဏံ ကဝိဘင်္ဂသုတ်ပါဠိတော်)

အဓိပ္ပာယ်

အာနန္ဒာ နောင်သောအခါတွင် ရဟန်းဟူသော အနေကို ပြသောအားဖြင့် လည်ပင်းမှာသာ သင်္ကန်းရစ်ပတ်ထားကြမည်၊ သီလမရှိ၊ ယုတ်မာမှုသာရှိကြမည့် ဒုဿီလတွေ ဖြစ်ပေါ်လာလိမ့်။ ထိုသီလမရှိ သူယုတ်မာတို့၌ သံဃာကိုရည်မှန်းလျက် အလှူကို ပေးလှူကြလိမ့်။ အာနန္ဒာ ယင်းသံဃာကို ရည်မှော်၍လှူသောအလှူကို ဝါ-ယင်းဒုဿီလတို့အား သံဃာ၏ကိုယ်စားအဖြစ် မျက်မှောက်မှာထားပြီး သံဃာကိုရည်မှော်၍လှူသောအလှူကိုပင် မရေတွက်နိုင်သောအကျိုးရှိ၏၊ မနှိုင်းယှဉ်နိုင်သောအကျိုးရှိ၏ဟု ငါဘုရားဟောကြားတော်မူ၏။

သတိပြုရန်....အထက်ပါ ဘုရားဟောပါဠိတော်ကို ထောက်ထားပြီး အလှူရှင်လုပ်သူ မိမိတို့ဘက်ကသာ အသိပညာကြွယ်ဝ၍ စေတနာထားတတ်၊ စီမံတတ်လျှင် သီလရှိသူတို့ကိုမဆိုသာဘဲ သီလလုံးဝမရှိသော “ဒုဿီလ” တို့ပင်ဖြစ်စေ လူတတ်၊ စေတနာအားတတ်လျှင် ကောင်းကျိုးရနိုင်ပုံကို သဘောပေါက်ပါလေ၊ လူတတ်အောင်လည်း ကြိုးစား၍လေ့လာပါလေ။

ဒုဿီလ ရဟန်းပျက် အလှူခံ

ယင်းဒုဿီလ.... ရဟန်းပျက်ကို အလှူခံအဖြစ်ဖြင့် လှူရာ၌ ကောင်းကျိုးရရှိအောင်လှူနည်းကိုလည်း အထက်ပါ(ရှင်ပျက်) အား လှူရာ၌ စေတနာထားပုံအတိုင်းထားပြီးလှူပါလေ၊ လူတတ်လျှင် ကောင်းကျိုးရနိုင်တော့သည်။

ထိုသို့မဟုတ်ပဲ ဒုဿီလအနေ....၊ ရှင်ပျက်အနေ....၊ ရဟန်းပျက်အနေ....ဟု စွဲလန်းပြီးလှူခဲ့သော်၎င်း၊ ဧဝံမနဿပွားခဲ့သော်၎င်း၊ ကောင်းကျိုးမရနိုင်တော့ပဲ ဆိုးကျိုးတွေသာ ရမည်ဖြစ်၍ မိမိ၏စေတနာကို အကျိုးရှိအောင် မပြောင်းလဲတတ်သေးလျှင် (မလှူသေးပဲနေခြင်းက) အကျိုးရှိမည်ကို သတိပြုပါလေ။

ဒုဿီလ လူယုတ်မာ ယောက်ျားအလှူခံ

ယင်းပုဂ္ဂိုလ်ကို ကောင်းကျိုးရအောင် လှူလိုလျှင် လူဝတ်ကြောင်အသွင်နှင့် ရဟန္တာဖြစ်ပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသွားကြသော
၁။ သန္တတံအမတ်ချုပ်ကြီး။

၂။ သုဒ္ဓေါဒနဘုရင်ကြီးတို့ကို အာရုံညွတ်ပြီး ၎င်းတို့မှ ရှိသော ရဟန္တာသီလ၊ ရဟန္တာသမာဓိနှင့် အရဟတ္တမဂ်ဥစ၏၊

အရဟတ္တဖိုလ်ဥာဏ်တို့ကို (ဓမ္မအလှူခံ)အဖြစ်ထားပြီး ဒုဿီလ ရှင်ပျက်မှာပြည့်နဲ့သည့်အတိုင်း စေတနာထား၍ ဆုတောင်းခဲ့လျှင် ကောင်းကျိုးတွေသာရနိုင်တော့သည်။

ဒုဿီလ ဓိဗ္ဗယုတ် အလှူခံ

ယင်းပုဂ္ဂိုလ်အား ကောင်းကျိုးရအောင်လှူလိုလျှင် လူဝတ်ကြောင်အသွင်နှင့် ရဟန္တာမဖြစ်ပြီးမှ ဘိက္ခုနီမအသွင်ကူးသွားသော (ခေမာမိဖုရားကြီး)ကို အာရုံညွတ်ပြီး ၎င်းမှာရှိသော ရဟန္တာသီလ၊ ရဟန္တာသမာဓိနှင့် အရဟတ္တမဂ်ဥာဏ်၊ အရဟတ္တဖိုလ်ဥာဏ်တို့ကို(ဓမ္မအလှူခံ)အဖြစ်ထားပြီးလှူခဲ့လျှင်ကောင်းကျိုးတွေသာ ရရှိပေလိမ့်။

အလတ်စားနှင့်အမြတ်စား အလှူခံများ

အယုတ်စားအလှူခံကိုပင် “ဥာဏ်ရှိ၍လူတတ်လျှင်” ကောင်းကျိုးများစွာရနိုင်ပုံကို ရှေးဦးပြခဲ့ပြီးဖြစ်၍ အလတ်စားအလှူခံနှင့် အမြတ်စားအလှူခံတို့အား လူထုမှလည်း “ဥာဏ်နှင့်လူတတ်ဖို့” အရေးကြီးပေသည်။ ဥာဏ်ရှိ၍လူတတ်လျှင် ယင်းအလတ်စားနှင့်အမြတ်စားအလှူခံတို့၌ ပိုမို၍ကောင်းကျိုးရနိုင်ပေသည်။

ရှုနည်းအတိုချုပ်

ကောင်းကျိုးများစွာရရှိအောင်လှူလိုလျှင် ပုဂ္ဂိုလ်အဖြစ်နှင့် မသုံးသပ်၊ မစွဲလန်းပဲ ဓမ္မအဖြစ်ဖြင့် အလှူခံဖြစ်သွားအောင် ဥာဏ်ယှဉ်ရမည်။ ဥာဏ်ယှဉ်ပုံမှာ-အလှူခံအဖြစ် ထားရှိမည့်သူတို့မှာ ရှိနေကြသော....

၁။ ရုပ်နှင့်နာမ်တို့ကိုဖြစ်စေ၊

၂။ ယင်းရုပ်နာမ်တို့ကို မှီ၍ဖြစ်ပေါ်လာကြသော မှန်မြတ်သည့် ကုသိုလ်ဇောစေတနာတို့ကိုဖြစ်စေ။

၃။ သို့မဟုတ် တချိန်ချိန်၌ ကျင့်သုံးခဲ့ကြသော သီလတရားသမာဓိတရား၊ ပညာတရားတို့ကိုဖြစ်စေ။

၄။ ယင်းသီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာတို့ဖြင့် အများကောင်းကျိုးကိုဆောင်ရွက်ဆဲနှင့် ဆောင်ရွက်လတန်တို့ကိုဖြစ်စေ။

၅။ ဘုရားသာသနာတော်အတွက် ဆောင်ရွက်ဆဲနှင့်ဆောင်ရွက်လတန် ကုသိုလ်ဓမ္မတို့ကိုဖြစ်စေ (ဓမ္မအလှူခံအဖြစ်) ထားပြီး လူတတ်လျှင် ကောင်းကျိုးများစွာရနိုင်ပေသည်။

ဆုတောင်းတတ်ဖို့ထိုပြန်သည်

ထို့ပြင်-လူရာ၌ လူတတ်သလို ဆုတောင်းမှု ပြုရာမှာလည်း ရှေးဒုတိယပိုင်းတွင်ပြခဲ့သည်ကို နမူနာပြု၍ အဆိုးခြံရံသော ဒါနမူများမပြုမိပဲ အကောင်းခြံရံသော ဒါနမူများမှာကဲ့သို့ အများကောင်းကျိုး၊ သာသနာကောင်းကျိုး၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်အကျိုး၊ နိဗ္ဗာန်ရရန်အကျိုးတို့အဖြစ်ဖြင့် “ဆုတောင်းမှုပြုတတ်သလောက်၊ ဉာဏ်အမြင်ကျယ်သလောက်၊ သဒ္ဓါနှင့်စေတနာအားကောင်းသလောက် ကောင်းကျိုးတွေ လွန်စွာပွားတိုး မြင့်မြတ်နိုင်တော့သည်။

နမူနာများ

ဒါနမူ၊ သီလမူ၊ ဘာဝနာမူ၊ အဓိဋ္ဌာန်မူ၊ သစ္စာပြုမှုစသောလုပ်ငန်းစာခုခုကို သက်သေခံအဖြစ်ထားပြီး “ဆုတောင်းမှု” ကိုပြုကြရာ ပြုသည့်အတိုင်း အောင်မြင်ခဲ့ကြပုံကို နမူနာအဖြစ် သိမြင်နိုင်ကြစေ

ရန် ရွေးရွေး(အလောင်းတော်တွေ)ဆုပန်ယူကြပုံတို့ကို သိသာရုံ
တင်ပြပေးပါအံ့။

အလောင်းတော်တွေ ဆုတောင်းကြပုံအဖုံဖုံ

(၁) သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားလောင်းဆုတောင်းပုံ

ဣဒံမေဒါနံ သဗ္ဗညုတဉာဏဿ ပစ္စယောဟောတု၊ ငါ၏
ဤဒါနကုသိုလ်သည် သဗ္ဗညုတဉာဏ်တော်၏ (ရရှိရန်) အ
ကြောင်းဖြစ်ပါစေသတည်း။ (စရိယပိဋက-အင်္ဂုတ္တိုရ်နိယဇာတ်)

၂။ "ဣဒံမေဒါနံ သဗ္ဗညုတဉာဏပ္ပဋိဝေဓဿ ပစ္စယော
ဟောတု" ဟူ၍၎င်း။ အဒ္ဓါ ဣမိနာပရိစ္စာဂေန သမ္မာသမ္ဗောဓိံ
အဓိဂမိဿာမိ" ဟူ၍၎င်း။ ရည်မှန်းခြင်း၊ မြှက်ဆို့ခြင်းပြု၍ လူကြ၊
ဆုတောင်းကြလေ၏။ (ဝေဿန္တရာဇာတ်)

၃။ မမဇ္ဇတော စက္ခုတော သတသမာဿဂုဏေန သမန္တ
စက္ခုမေဝ ပိယတရံ၊ တဿ သမန္တစက္ခုနော မေဇ္ဇဒံ အက္ခိဒါနံ
ပစ္စယောဟောတု" ဟူ၍၎င်း ဆို၍လှူ၏ အဓိပ္ပါယ်-ငါ၏ဤမံသ
မျက်လုံးထက် အဆပေါင်းတသိန်းလွန်ပြီး သမန္တစက္ခုခေါ် အ
လုံးစုံကိုသိမြင်နိုင်သော သဗ္ဗညုတဉာဏ် မျက်လုံးကိုသာလျှင်
ပို၍ချစ်မြတ်နိုး၏။ ငါ၏ ဤမျက်လုံးအလှသည် ထိုသဗ္ဗညုတ
ဉာဏ်မျက်လုံးတော်၏ ရရှိရန် အကြောင်းကုသိုလ်ဓမ္မဖြစ်ပါစေ
သတည်း။ (သိဝိဇာတ်တော်)

(၂) ပစ္စေကဗုဒ္ဓလောင်းဆုတောင်း

- ၁။ ဣဒံ မေပုညံ ပစ္စေက ဗောဓိဉာဏဿ ပစ္စယောဟောတု-
ဟူ၍၎င်း၊
- ၂။ ဣဒံ မေ ဒါနံ ပစ္စေကဗုဒ္ဓတ္ထံ ဘဝေယျံ-ဟူ၍၎င်း၊
- ၃။ တုမေုဝိယ ဘဝါမိ-၍ဟူ၎င်း၊
- ၄။ ယထာ တုမေုဟိဉာဏံ၊ တထာဟောတု-ဟူ၍၎င်း၊
- ၅။ တုမေုဟိ ယထာဒိဋ္ဌံ ဘဝါမ-ဟူ၍၎င်း အမျိုးမျိုးလာရှိ
သည်။

အချုပ်သဘောမှာ.... ပစ္စေကဗုဒ္ဓဉာဏ်ကို စိတ်ညွတ်၍ ဒါန
စသောကုသိုလ်တို့ကို ပြုတိုင်းဆုတောင်းလျှင် စိတ်ညွတ်တဲ့အ
တိုင်းဖြစ်နိုင်တော့သည်ဟူလို။

ထို့ကြောင့် “အဓိကာရောစ၊ ဆန္ဒဇာတိ ဒွင်္ဂသမန္နာဂတော
ယေဝ အဘိနိဟာရော” ဟုအပါဒါနအဋ္ဌကထာ ဗုဒ္ဓဝဂ်၌လာလေ
သည်။

အဓိပ္ပာယ်မှာ- လိုလားသောဆုအတွက် ထူးကဲစွာအားထုတ်
ခြင်းတရပ်၊ ထိုလိုသောဆု၌ အာသာပြင်းထန်ခြင်းတရပ်၊ ဤ
အင်္ဂါ ၂-ပါးနှင့်ပြည့်စုံလျှင် ဗျာဒိတ်ခံနိုင်၍ ပါရမီပြည့်တော့သည်
ဟုဆိုသည်။

(၃) အဂ္ဂသာဝကဆုတောင်း

“အဟံပိ အယံ ထေရောဝိယ အနာဂတေ ဧကဿဗုဒ္ဓဿ အဂ္ဂ
သာဝကော ဘဝေယျန္တိ ပဏီဓါနံ အကာသိ၊ (ထေရဂါထာ
အဋ္ဌကထာ)

အဓိပ္ပာယ်-ငါသည်လည်း ဤမထေရ်ကဲ့သို့ နောင်အခါတဆူ သောဘုရားရှင်၏ အဂ္ဂသာဝက(လကျာရံ-လက်ဝဲရံ) ဖြစ်လို၏ဟု ဆုတောင်းမှုပြု၏။ ဟုဆိုလိုသည်။

ကျန်မဟာသာဝကနှင့် ပကတိသာဝက ဆုတို့မှာလည်း အလားတူပင် မိမိလိုရာကို စိတ်ညွတ်ပြီး နှုပ်မြှတ်၍ တောင်းကာ ကုသိုလ်တို့ကို ပြုသွားလျှင် ရနိုင်တော့၏။

အတုယူဖွယ်ကောင်းသော ဆုတောင်းများ

လောဘ၊ ဒေါသ၊ မာန၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆာဓိယ၊ ထိနမိဒ္ဓ စသော အကုသိုလ်အယုတ်တရားတို့သည် မဂ်ဥာဏ်နှင့် ဈာန်တရားတို့ရမှ အပြီးအပြတ် ပယ်သတ်နိုင်သည်မှန်သော်လည်း ယင်းအယုတ်တရားတို့ကို ပယ်ခွဲရန်နှင့်မဖြစ်ပေဘဲ ရန် တကယ်လိုလားပါက ဒါနပြု၍ဖြစ်စေ သီလကုစောင့်ထိမ်း၍ဖြစ်စေ ထိုထိုအယုတ်တရားတွေ (မဂ်ဥာဏ်မရမှီပင်) မဖြစ်ပေဘဲ လိုဟု(ဆုတောင်းမှု) အထပ်ထပ်ပြုခြင်း ကုသိုလ်အထပ်ထပ်ပြုခြင်းကို အားထုတ်ပါက ယင်းအကုသိုလ် အယုတ်တရားတွေ ကင်းလွတ်၍ နေနိုင်ကြောင်း သာဓက ထုတ်ပြပါအံ့။

ဒုကနိပါတ်-ဗိရုဏတ္ထမ္ဘဝဂ်- ဓမ္မဓဇဇာတ်လာ အရှင်သာရိပုတ္တအလောင်း ဆတ္တပါဏီအမည်ခံ ယောကျ်ားသည် အယုတ်တရား ၄-ပါးတို့ကို မဖြစ်ပေဘဲ လို၍ ဆုတောင်း အဓိဋ္ဌာန်ပြုခဲ့၍ မဖြစ်ပေဘဲ နေနိုင်ပုံမှာ....

၁။ ဣဿာ-သူတပါး အပေဘဲ ငြူစူခြင်းမှ ကင်းနေ၏။

၂။ ကောဓ-သူတပါး အပေဘဲ အမျက်ထွက်ခြင်းမှ ကင်းနေ၏။

၃။ ပီယ-ချစ်ခြင်းတွယ်တာခြင်းမှ ကင်းနေ၏။

၄။ သူတပါး-သေရည်သောက်ခြင်းမှ ကင်းနေ၏။ (၎င်းကို တုယူသင့်လှ၏။)

အခြားတောင်းသင့်သော ဆုများ

၁။ သူတပါး ကိုယ်စိတ် ၂-ပါးဆင်းရဲအောင် ဘယ်အခါမှ မပြုရလို၊

၂။ သူတပါး ကိုယ်စိတ် ၂-ပါး ချမ်းသာအောင် အခါခါပြု နိုင်ရလို၏။

၃။ အများ၏ ကောင်းကျိုးကို အခါခါဆောင်ရွက်နိုင်ရလို ၏။

၄။ ဆင်းရဲသူများကို ကယ်ဆယ်နိုင်ရလို၏။

၅။ သေဘေးကြုံနေသူတို့အား လွတ်မြောက်အောင် ကယ် ဆယ်နိုင်ရလို၏။

၆။ အရုပ်ဆိုးသူ၊ အင်္ဂါချို့ယွင်းနေသူများအား တင့်တယ် ပြည့်စုံလာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရလို၏။

၇။ ရန်ညှိုးဖွဲ့ခြင်း၊ ကလဲစားချေခြင်း ဘယ်သူအားမျှမပြု ရလို၊

၈။ ငြူစူဝန်တိုခြင်းမှ အမြဲကင်းရလို၏။

၉။ ကာမပိုင်ရှိသူ ဟူသမျှကို စိတ်ဖြင့်ပင်မပြစ်မှားလို၊

၁၀။ သူတပါး၏သွေးပျို၊ သားပျိုတို့အား ဖျက်ဆီးမှု ဘယ်အ ခါမျှမပြုရလို၊

၁၁။ အဓမ္မရာဂ၊ ဝိသမလောဘနှင့် မိစ္ဆာဓမ္မတို့မှ ထာဝစင်ကင်း လွတ်ရလို၏။

၁၂။ တရားသဖြင့်သာ အောင်မြင်ရ၊ ကြီးပွားရ စီးပွားဖြစ်မှ လို၏။

၁၃။ သူတပါးနစ်နာ၍ မိမိအကျိုးရှိမှုမျိုး ဘယ်အခါမှမဖြစ် ရလို၊

၁၄။ မုံးသူ အချင်းချင်း ယခင်ကအတိုင်း ပြန်လည်ချစ်ခင် အောင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရလို၏။

၁၅။ တဦးချင်းဖြစ်သော ရန်ပုံမှစ၍ နိုင်ငံချင်းဖြစ်သော ရန်ပုံ စစ်ပွဲဟူသမျှတို့ပါ ဆက်၍မဖြစ်ပဲ လုံးဝ ပြေငြိမ်းသွားအောင် ဆောင်စွမ်းနိုင်ရလို၏။

၁၆။ တဦးကတဦးကို ညှင်းပန်းခြင်းမှစ၍ တနိုင်ငံက အခြား တနိုင်ငံကို ညှင်းပန်းနှိပ်စက်မှုမျိုးတွေ မပြုလုပ်အောင် ကာကွယ် နိုင်ရလို၏။

၁၇။ ကမ္ဘာကြီးတခုလုံး မိသားစုပမာ ထာဝစဉ် အချင်းချင်း ကောင်းကျိုး လိုလားလာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရလို၏။

ဤသို့စသည်ဖြင့် ကောင်းကျိုးကိုဖြစ်စေနိုင်သော ဆုမျိုးကို စေတနာနှင့် ဥာဏ်ရှိသလောက် တိုးခဲ့၍ တောင်းယူလျှင်ရရှိနိုင် တော့၏။

မတောင်းသင့်သော ဆုမျိုးများ

၁။ သူတပါး၏အချစ်ကို ခွဲဖျက်ရပါလိမ့်ဟူ၍၎င်း။

၂။ သူတပါး စီးစိမ်ကို ဖျက်ဆီးနိုင်ရပါလိမ့်ဟူ၍၎င်း။

၃။ ငါ့ကိုတခါညှင်းဆဲလျှင် သင့်ကို ၁၀ ခါ ညှင်းဆဲနိုင် ရလို၏-ဟူ၍၎င်း။

၄။ ငါ့ကိုနှိပ်စက်ဘူးသူမှန်သမျှတို့အား ဘဝဆက်တိုင်း ပြန် ၍နှိပ်စက်နိုင်ရလို၏-ဟူ၍၎င်း။

၅။ သူတပါး ကြံစိသမျှ အကုန်လုံးပျက်စီးပါစေ၊ ဟူ၍၎င်း။
ဤသို့စသော အကုသိုလ်ပွားမည့် ယုတ်ညံ့သည့် ဆုတောင်း
မျိုးများကို ကိုယ်တိုင်လည်း မပြုကောင်း သူတပါးတို့အားလည်း
နည်းလမ်းမပေးသင့်ပေ။ ယင်းဆုတောင်းမှားမျိုးသည် ဒေါသ
အလျှောက် လုပ်တတ်ရာ ကိုယ်ကျိုးလွန်စွာ ဆုတ်ယုတ်စေတတ်၍
သတိအထူးပြု၍ရှောင်ကြပါလေ။ တောင်းမိခဲ့လျှင်လည်း ဤ
အချိန်ကစ၍ (၎င်းဆုတောင်းမျိုးသည်) ရပ်ဆိုင်း၊ ပြောက်ကွယ်
သွားပါစေသတည်းဟု ထပ်၍ဆုတောင်း ယုတ်သိမ်းပစ်ပါလေ။

ထိပ်လန့်ဖွယ် နမူနာ.... သုပ္ပဗုဒ္ဓအနွှံ၊ ဗာဟိယဒါရုစိ-ပရိပိုဇ
ပုက္ကုသတိ ဘုရင်နှင့် တမ္မဒဠိက သူသတ်သမား ၄-ဦးတို့က ဘဝ
တခုမှ ဖြည့်တန်ဆာမတဦးအား ပျော်ပါးပြီး ငွေမပေးလို၍
သတ်ပစ်ကြသဖြင့် ထိုမိမ္မက “မကောင်းဆုပန်သည်မှာ” ငါ့အား
သတ်သလို ငါသည်ဘီလူးမဖြစ်ပြီး သင်တို့ ၄-ဦးအား အကြိမ်ကြိမ်
သတ်ရပါလိမ့်။ ဟုဆုတောင်းမှားခဲ့၍ ၎င်း ၄-ဦးတို့အား ဂေါတ
မဗုဒ္ဓလက်ထက်မှာပင် ယင်းဘီလူးမက နွားမအသွင်ဖြင့် ငွေ
သတ်လိုက်လေ၏။ ရှေးကလဲအကြိမ်ကြိမ်သတ်ခဲ့လေပြီ နောက်လဲ
သတ်နေလတန်၊ ထိုအကုသိုလ်ကား မဆုံးနိုင်တော့တကား။

တောင်းသင့်သော ဆုမျိုးကား

၁။ ဤကောင်းမှုကြောင့် သံသရာ၌နစ်နွမ်းရန် (တောင်း
မှားမိသော ဆုဆိုးများသည်) ယခုချိန်ကစ၍ အဆုံးသတ်ပျောက်
ကွယ်သွားပါစေ ဟူ၍၎င်း။

၂။ ဤကောင်းမှုကြောင့် လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ...
ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ စသော အယုတ်တရားတို့ကို မစင်သဖွယ် အမြဲ

စက်ဆုတ်ကာ အမြတ်ဓမ္မတို့နှင့်သာ မေ့လျော် ရပါလိမ့် ဟူ၍
၎င်း။

၃။ သူ့အသက်သတ်ခြင်း၊ သူ့ပစ္စည်းခိုးဝှက်ခြင်း၊ သူ့သား
မယားပြစ်မှားခြင်း၊ မမှန်စကားပြောဆိုခြင်း၊ သေရည်သောက်
စားခြင်းဟူသော ကံ ၅-ပါးတို့ကို ကာယ၊ ဝစီမဆိုထားဘိ၊ မနော
ကံဖြင့်ပင် လွန်ကျူးမှု ဘယ်အခါမျှ မပြုမိပါစေသတည်း ဟူ၍
၎င်း။

၄။ ပဉ္စာနန္တရိယကံကြီး ၅-ပါးနှင့် သူတော်ကောင်းတို့အား
ဘယ်အခါမျှ စိတ်နှင့်ပင် မပြစ်မှားမိရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း။

၅။ သဒ္ဓါစသော သူတော်ကောင်းဥစ္စာ ၇-ဖြာတို့နှင့်သာ
အမြဲမေ့လျော်ရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း။

၆။ ဒုစရိုက် ၁၀-ပါးတို့မှ ထာဝစဉ်လွတ်ကင်း၍ သုစရိုက်
၁၀-ပါး၊ ပုညကိရိယာ ၁၀-ပါး၊ ပါရမီ ၁၀-ပါး သူမြတ်တရား
တို့ကိုသာ အသက်ပမာ အမြဲလက်ကိုင် ထားနိုင်ရပါလိမ့် ဟူ၍
၎င်း။

ဤသို့စသည်ဖြင့် ဒုက္ခ၌နစ်နွမ်းစေမည့်ဆုမျိုးကို လုံးဝရှောင်
ကွင်းပြီး ချမ်းသာအဆင့်ဆင့်ကိုသာ ပို့ဆောင်နိုင်မည့် သူကောင်း
သူမြတ်တို့၏ဆုမျိုးကိုသာ ပန်ဆင်ကြပါကုန်။

ဆုပန်ကိစ္စ ဤမျှဖြင့် သိလောက်ပြီ

ဒါနအင်္ဂါ ၅-ချက်မှအဆက်

ရှေ့ဒုတိယပိုင်းတွင် “ဒါနမြောက်ရန် အင်္ဂါ ၅-ချက်” ပြဆို
ခဲ့ရာ ၎င်း ၅-ချက်ထဲမှ နံပါတ် ၂-အရ “အလှူဝတ္ထု” အတွက်
သဘောသက်ရန်မှာ အကောင်းအမြတ်ကိုလိုချင်လျှင် အကောင်း
စားနှင့်အမြတ်စားကို လှူရပုံကို ဘုရားဟောချက် ပြပါအံ့။

သပ္ပုရိသဒါနသုတ်

အဋ္ဌိမာနိ ဘိက္ခဝေ သပ္ပုရိသဒါနာနိ၊ ကတမာနိ အဋ္ဌသုစိ
ဒေတိ၊ ပဏိတံ ဒေတိ၊ ကာလေန ဒေတိ၊ ကပ္ပိယံ ဒေတိ၊ ဝိစေယျ
ဒေတိ၊ အဘိဏ္ဍာနံ ဒေတိ၊ ဒဒံ စိတ္တံပဿာဒေတိ၊ ဒတွာ အတ္တမနော
ဟောတိ၊ ဣမာနိ ခေါ ဘိက္ခုဝေ အဋ္ဌ သပ္ပုရိသဒါနာနိတိ။

(အဋ္ဌဂုံတ္တရပါဠိတော်-ဒါနဝဂ်-သပ္ပုရိသဒါနသုတ်)

အဓိပ္ပာယ်....ရဟန်းတို့၊ သူတော်ကောင်းတို့ပြုသော ဒါန ဂ-
မျိုးရှိကြသည်၊ ၎င်းတို့ကား....

၁။ ပင်ကိုယ်လည်းစင်ကျယ်၊ တရားသဖြင့် ရသောအားဖြင့်
လည်း စင်ကြယ်သော လူဖွယ်မျိုးကိုသာ ပေးလှူ၏။

၂။ ကောင်းမြတ်တဲ့လူဖွယ်မျိုးကိုသာ ပေးလှူ၏။

၃။ လျော်ကန်ချိန်၌သာ ပေးလှူ၏။

၄။ အပ်စပ်သောလူဖွယ်မျိုးကိုသာ ပေးလှူ၏။

၅။ ကောင်းကျိုးရနိုင်သောအလှူခံမျိုးကို စိစစ်၍ပေးလှူ၏။

၆။ ကြိမ်ဖန်များစွာ ပေးလှူလေ့ပြု၏။

၇။ ပေးလှူဆဲ၌ စိတ်ကြည်ကြည်လင်လင်ထား၍ ပေးလှူ၏။

၈။ ပေးလှူပြီးနောက်အချိန်မှာလည်း ဝမ်းမြောက်လျက်ရှိ
နေ၏၊ ဤရှစ်ပါးတို့ဖြစ်၏။

ယင်း ဂ-မျိုးထဲမှ အလှူဝတ္ထုနှင့်စပ်၍ နံပါတ် ၁-မှ ၄-အထိ
၄-ချက်တို့နှင့် ကိုက်ညီရန်လို၏၊ ကိုက်ညီခဲ့လျှင် ကောင်းကျိုးကို
အမှန်ရရှိနိုင်တော့၍ အလှူဝတ္ထုကိုစွဲ၌ ယင်း ၄-ချက်ကို သတိ
အထူးပြုပါလေ။

ပေးလှူခြင်းကိစ္စ

ဒါနအင်္ဂါ ၅-ချက်ထဲက “ပေးလှူခြင်းကိစ္စ” ပြုလုပ်ရာ၌ ကောင်းကျိုးရရှိနိုင်ရန် လိုက်နာ ဆောင်ရွက်ရမည့် တာဝန်တို့ကား....

- ၁။ အလှူခံအား ရှိသေလေးစားရခြင်း။
- ၂။ အလှူဝတ္ထုကိုလည်း ရှိသေလေးစားရခြင်း။
- ၃။ အထက်ပါဂ-ပါးထဲက နံပါတ် ၇-နှင့် ၈-တို့အတိုင်း ဖြစ်စေရခြင်း။
- ၄။ စေတနာနှင့်သဒ္ဓါထက်သန်စေရခြင်း။
- ၅။ အမြတ်စားဒါနပြုတတ်သော (အသိဥာဏ်နှင့်)သုံးသပ်၍ ပြုလုပ်ရခြင်း။

ယင်းအင်္ဂါ ၅-ပါးနှင့်ပြည့်စုံလျှင် ကောင်းမြတ်သောအကျိုးကို ရရှိနိုင်တော့သည်။

သတိပြုဖွယ်....ကျမ်းကျင်လိမ္မာသော (အသိဥာဏ်) ပြည့်စုံဘို့ သည် အရေးအကြီးဆုံးဟု အထူးသတိပြုပါလေ။

အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်ကိစ္စ

အလှူခံဘက်မှ တဦးချင်းအနေခေါ်ပုဂ္ဂလိကအလှူခံ ၁၄-မျိုးနှင့် အစုလိုက်အနေခေါ် သံဃာ့ကအလှူခံ ၇-မျိုးဟု ဘုရားရှင်ဟောထားချက်ရှိရာ သိသာရုံ မြန်မာလိုဖော်ပြပါအံ့။ အကျယ်မူရင်းအတိုင်းသိလိုလျှင် ကျမ်းညွှန်းပြပါအံ့။

(က) ပုဂ္ဂလိကအံ့ရှင် ၁၄-မျိုး

- ၁။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဘုရားတဦး။
- ၂။ ပစ္စေကဗုဒ္ဓဘုရားငယ်တဦး။
- ၃။ ရဟန္တာတဦး။
- ၄။ ရဟန္တာဖြစ်ရန်ကျင့်နေဆဲ အနာဂါမ်တဦး။
- ၅။ အနာဂါမ်ရိုးရိုးတဦး။
- ၆။ အနာဂါမ်ဖြစ်ရန်ကျင့်သုံးနေဆဲ သကဒါဂါမ်တဦး။
- ၇။ သကဒါဂါမ်ရိုးရိုးတဦး။
- ၈။ သကဒါဂါမ်ဖြစ်ရန် ကျင့်သုံးနေဆဲ သောတာပန်တဦး။
- ၉။ သောတာပန်ရိုးရိုးတဦး။
- ၁၀။ သောတာပန်ဖြစ်ရန် ကျင့်သုံးနေဆဲ ကလျာဏ ပုထုဇဉ် မြတ်တဦး။
- ၁၁။ ဗုဒ္ဓသာဝကမဟုတ်သူ-ကာမရာဂကင်းဆဲ စျာန်ရရသေ၊ ယောဂီတဦး။
- ၁၂။ ပုထုဇဉ်-သီလဝန္တ ကျား-မ တဦးဦး။
- ၁၃။ ပုထုဇဉ်-ဒုဿီလခေါ် သားသတ်၊ ငါးသတ်၊ မုဆိုး၊ တံငါ သူခိုး၊ ဓါးမြတ်တဦးဦး။
- ၁၄။ ခွေး၊ ဝက်စသော တိရစ္ဆာန်မျိုးတဦးဦး။ ပေါင်း ၁၄-ဦး။

ကောင်းကျိုးရနိုင်ပုံ

- ၁။ နံပါတ် ၁၄-က တိရစ္ဆာန်တဦးဦးအား စေတနာ ထက် သန်စွာဖြင့် ကျွေးမွေးလှူဒါန်းလျှင် (ဘဝတရာ)အထိ အာယု၊ ဝဏ္ဏ၊ သုခ၊ ဗလ၊ ပဋိဘာနခေါ် အကျိုး ၅-ပါးကို ဘဝတိုင်းရသွား နိုင်၏။

၂။ နံပါတ် ၁၃-လာ ဒုဿိလတဦးဦးအား စေတနာ ထက် သန်စွာဖြင့် ကျွေးမွေးပေးလှူလျှင် (ဘဝစာထောင်)အထိ အကျိုး ၅-ပါးကိုရနိုင်၏။

၃။ နံပါတ် ၁၂-လာ သီလဝန္တတဦးဦးအား စေတနာ ထက် သန်စွာဖြင့် ကျွေးမွေးပေးလှူလျှင် (ဘဝတသိန်း)အထိ အကျိုး ၅-ပါးကိုရနိုင်၏။

၄။ နံပါတ် ၁၁-လာ ကာမရာဂကင်းသူ စျာန်ရရသေ့တဦး ဦးအား စေတနာထက်သန်စွာဖြင့် ကျွေးမွေးပေးလှူလျှင် (ဘဝ ကုဋေတသိန်း)အထိ အကျိုး ၅-ပါးကိုရနိုင်၏။

၅။ နံပါတ် ၁၀-လာ သောတာပတ္တိမဂ်၊ ဖိုလ်ရရန်ကျင့်နေဆဲ ကလျာဏပုထုဇန်မြတ် တဦးဦးအား ကျွေးမွေးပေးလှူလျှင် (မရေတွက်နိုင်-မနှိုင်းယှဉ်နိုင်သော ကောင်းကျိုးတွေကို) ရရှိ နိုင်၏။

၆။ နံပါတ် ၉-မှ ၁-အထိ ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးတို့အား ကျွေးမွေးပေး လှူရလျှင် (ပြောမပြနိုင်စေသော ကောင်းကျိုးတွေကို)ရရှိနိုင်၏ ဟု ဘုရားရှင်ဟောညွှန်ခဲ့သည်။

(ခ) သံဃာ^၀က အရှင် ၇-မျိုး

၁။ ဘုရားအမှူးရှိသော အိက္ခသံဃာနှင့် အိက္ခနီသံဃာ တမျိုး။

၂။ အိက္ခနှင့်အိက္ခနီ သံဃာ ၂-မျိုးတွဲတမျိုး။

၃။ အိက္ခသံဃာသက်သက်တမျိုး။

၄။ အိက္ခနီသံဃာသက်သက်တမျိုး။

- ၅။ တိက္ခသံဃာက ရွေးလွှတ်သောတိက္ခရဟန်းနှင့်တိက္ခ
နီ သံဃာကရွေးလွှတ်သော တိက္ခနီရဟန်းတမျိုး။
- ၆။ တိက္ခသံဃာကရွေးလွှတ်သော တိက္ခရဟန်းတမျိုး။
- ၇။ တိက္ခနီသံဃာကရွေးလွှတ်သောတိက္ခနီရဟန်းတမျိုး
ပေါင်း၇-မျိုး။

သံဃာကိုရည်ညွှန်းလှူတတ်လျှင် ဒုဿီလပင်အကျိုးရနိုင်ပုံ
ကာသဝကဏ္ဍါ ဒုဿီလာ ပါပဓမ္မာ၊ တေသု ဒုဿီလေသု သံ
ဃဉဒ္ဒဿ ဒါနံ ဒဿန္တိ၊ တဒါပါဟံ အာနန္တ သံဃဂတံ ဒက္ခိဏံ
အသင်္ချေယျံ၊ အပ္ပမေယျံ ဝဒါမိ။

အဓိပ္ပာယ်.... သာသနာ နောက်ပိုင်းမှာ ပေါ်လာကြမည့်
ရဟန်းသုံး(သင်္ကန်းစတပိုင်းမျှကို) လည်ပင်းမှာသော်၎င်း၊ လက်
မှာသော်၎င်း၊ နားမှာသော်၎င်း (ချီထား၊ ပတ်ရစ်ထားကြပြီး)
သားမယားနှင့်နေကြသူ ဒုဿီလလူသားတို့အားပင် အထက်ပါ
သံဃာအစစ်ကိုအာရုံညွှတ်ပြီး ပေးလှူတတ်ကြလျှင် ထိုအချိန်မှာ
လှူသော (မျက်ကွယ်သံဃိက) အလှူသည်လည်း အသင်္ချေယျ
အကျိုးနှင့် အပ္ပမေယျအကျိုးအထိ ကောင်းကျိုးရနိုင်သည်ဟု
ဘုရားရှင် ဟောညွှန်ခဲ့သည်။

ကျမ်းညွှန်း.... ပါဠိလိုကြည့်လိုလျှင် ဥပရိပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်
၄-ဝိဘင်္ဂဝဂ်၊ ၂-ဒက္ခိဏဝိဘင်္ဂသုတ် (ဆဋ္ဌမူ) စာမျက်နှာ ၂၉၇-မှ
၂၉၉-အထိကြည့်ပါလေ။ ။ မြန်မာလိုကြည့်လိုလျှင် ၎င်းဆဋ္ဌမူ
ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော် မြန်မာပြန် စာမျက်နှာ ၃၀၂-မှ ၃၁၄-
အထိ၊ ပိုဒ်မဂဏန်း ၃၉၇-မှ ၃၈၀-အဆုံးအထိကြည့်ပါလေ။

သဘောပေါက်ရန်.... အထက်ပါ ပုဂ္ဂလိကအလှူခံ ၁၄-မျိုးနှင့်
သံဃိကအလှူခံ ၇-မျိုး ပေါင်း ၂၁-မျိုးထဲမှ ဘယ်သူ့ကိုလှူလှူ

ကုသိုလ်ဖြစ်နိုင်သည်။ လူတတ်သောဥာဏ်မရှိသေးလျှင် ပုဂ္ဂိုလ်
ကောင်းကို ရွေးချယ်၍လှူလေ။ လူတတ်သောဥာဏ် ရှိလာလျှင်
“ဓမ္မဒါန” အဖြစ်လှူက ပို၍အကျိုးရှိသဖြင့် “ပုဂ္ဂိုလ်အလှူခံကို”
(ဓမ္မအလှူခံ) ဖြစ်အောင် ဥာဏ်နှင့်စီမံ၍လူတတ်က ပုဂ္ဂိုလ်ရွေးရန်
မလို၊ အမြတ်ထွက်၍ အမြဲကောင်းကျိုးရနိုင်တော့သည်ဟူလို။

ဥာတောသုဒ္ဓိဒါနပိုမြတ်ပုံ

အလှူခံဘက်ကစင်ကြယ်သလို ပေးလှူသူ အလှူရှင်ဘက်က
လည်း စင်ကြယ်ခဲ့လျှင် အလှူပေးနှင့်အလှူခံ ၂-ဘက်လုံးစင်ကြယ်
၍ “ဥာတောသုဒ္ဓိဒါန” ဟုခေါ်သည်။ ယင်း ၂-ဘက်လုံး စင်
ကြယ်သော ဥာတောသုဒ္ဓိဒါနမျိုးသည် တဘက်အစင်ကြယ်
သော (ဧကတောသုဒ္ဓိဒါနထက်) ပို၍မြတ်သည်ဟုမှတ်ရာ၏။

ကိုယ် ဘက်က စင်ကြယ်၍ အရေးကြီးသည်

ဒါနပြုရာ၌ ကောင်းကျိုးကို မြင့်မြင့်မြတ်မြတ်ရလိုလျှင် အလှူ
ရှင်လုပ်သူ-မိမိဘက်က အလှူပြုချိန်မှာ ကိုယ်ခံသီလ သန့်မှိုင်းဘို့
မေတ္တာ၊ ကရုဏာစသော ဗြဟ္မစိုရ်တရားတည်ကိန်းနေဘို့၊ သဒ္ဓါ၊
စေတနာဖြူစင်၊ ထက်သန်နေဘို့၊ ငြူစူမှု၊ ဝန်တိုမှု၊ ထောင်လွှားမှု၊
ဝါကြွားလိုမှု၊ မရိုးသားမှုတို့ ကင်းစင်နေဘို့နှင့် မြင့်မြတ်အောင်
လူတတ်သော ဒါနပညာစုကို သိနားလည်ထားဘို့ဆိုတဲ့ ကိုယ်
ဘက်က အရည်အချင်းတွေပြည့်စုံထားဘို့က ပို၍အရေးကြီးပေ
သည်။

အထက်ပါ အရည်အချင်းတွေသာ အလှူရှင်လုပ်သူဘက်က
ပြည့်စုံထားခဲ့လျှင် “ဓမ္မဒါနမျိုး” အဆင့်ဆင့်လုပ်တတ်နေ၍ ပုဂ္ဂ

လိကအနေပဲ လူလိုလူ သံဃာက အနေပဲ လူလိုလူ အမြတ်စားဓမ္မ
ဒါနဖြစ်နိုင်၍ ကောင်းကျိုးအမြတ်စားတွေကိုရရှိနိုင်တော့သည်။

အလှူခံဘက်က အမြတ်စားအမြဲရှိနေသည်။

အလှူခံဘက်၌ ဘုရားနှင့် အရိယာတွေ အမြဲရှိနေသဖြင့်၎င်း၊
ပရမတ္ထဓမ္မတွေအမြဲရှိနေသဖြင့်၎င်း၊ ဥပရိပဏ္ဏာသပါဠိတော်လာ
သံဃာက အလှူခံအနေအမြဲရှိနေသဖြင့်၎င်း၊ အလှူခံအကောင်း
နှင့်အမြတ်” ရဘို့ရန် ဥာဏ်ရှိက အမြဲရနိုင်ပေသည်။

ထို့ကြောင့် “ဒါနပညာကို” (ဦးစွာပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်တတ်ကျွမ်း
ထားဘို့က) အရေးအကြီးဆုံးဖြစ်နေသည်။ ယင်းဒါနပညာကို
ကျွမ်းကျင်စွာတတ်မြောက်ထားပါက ဇီဝက ဆရာကဲ့သို့ သစ်မင်
ဟူသမျှက ဆေးဖြစ်နိုင်သလို ဘာမဆိုဒါနကောင်းဖြစ်နိုင်သည်။

အသေးအဖွဲက ဒါနကောင်းဖြစ်ပုံများ - ၎င်းမှာ

- ၁။ အမှိုက်ကစ၍ ဒါနဝတ္ထုဖြစ်နိုင်သည်။
- ၂။ ပန်းတပွင့်၊ သစ်သီးတလုံးနှင့် ကြီးမြတ်သောအကျိုးတွေ
ရနိုင်သည်။
- ၃။ ဆေးလိပ်မီးညှို့ခွင့်ပေးရုံနှင့်လည်းကောင်း၊ ကျိုးများစွာ
ရယူနိုင်သည်။
- ၄။ သတင်းစာခေတ္တငှါးရုံနှင့်လည်း ကောင်းကျိုးများစွာရ
ယူနိုင်သည်။
- ၅။ ဧည့်သည်အား ဖျာပေ၊ ယာယီ ထိုင်စေရုံနှင့်လည်း
ကောင်းကျိုးများစွာရယူနိုင်သည်။

သိသာရုံရှင်းပြအံ့။

၁။ အမှိုက်ကိုဒါနဝတ္ထုပြုပုံ.... မြေဆွေးလုပ်ရန် အမှိုက်လို
နေသူအား သူ၌ကောင်းကျိုး အဆင့်ဆင့်ရရှိရေးကို သဒ္ဓါ၊ စေတ
နာထား၍ လှူတတ်ခဲ့လျှင်၎င်း၊ (၂) မီးခိုးအသုံးရှိသူအတွက် အ
မှိုက်လိုနေသူအား လှူတတ်ခဲ့လျှင်၎င်း၊ (၃) အညော်စသောစား
အဖြစ်သုံးရန် အမှိုက်လိုနေသူအားလှူတတ်ခဲ့လျှင်၎င်း၊ (၄) လော
ကဓာတ်နည်းဖြင့် အမှိုက်မှ စီးပွားရေး ထုတ်ယူလိုသူအား သူ၌
ကောင်းကျိုး အဆင့်ဆင့်ရရှိရေးကို ကြည်ရှင် ဝမ်းမြောက်လျက်
သဒ္ဓါ၊ စေတနာထက်သန်စွာဖြင့် (ဓမ္မဒါနအဖြစ်) အာရုံပြု၍ လှူ
တတ်ခဲ့လျှင်၎င်း၊ ယင်းအမှိုက်ဒါနဖြင့်ပင် ကောင်းကျိုးများစွာ
ရရှိနိုင်သည်ဟုဆိုလိုသည်။

၂။ (က) ပန်းတပွင့်ကိုဒါနဝတ္ထုပြုပုံ.... ရရှိသော ပန်းတပွင့်
ကို ဒါနဝတ္ထုပြုပြီး ဤဒါနဖြင့် (၁) သုဂတိ ချမ်းသာပန်းတွေပွင့်
ပေ၍ပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း၊ (၂) မပွင့်သေးသော အသိဥာဏ်
ပန်းတွေပွင့်လာပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း၊ (၃) အများအတွက်ချမ်း
သာပန်းတွေပွင့်လာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါစေသတည်းဟူ၍
၎င်း၊ (၄) လူအများအား နိုးကြား၊ ကယ်တင်နိုင်သော မှန်ကန်
သည့် သူတော်ကောင်း ဥစ္စာ-၇-ဖြာသော တရားပန်းတွေပေ၍
ပေါက်လာပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း၊ (၅) သစ္စာ၄-ပါးနှင့်အရိယာ
မဂ်ဥာဏ်-ဖိုလ်ဥာဏ်ပန်းတွေ ပေ၍ထွက်လာပါစေသတည်းဟူ၍
၎င်း၊ (၆) ဗုံဒွဇ်သာသနာ ၃-ရပ်တည်းဟူသော ဓမ္မရတနာပန်း
တွေ ကမ္ဘာတခုလုံး ပွင့်လန်းဝေသာလာပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း
ဥာဏ်ရှိသလို အမြတ်ထုတ်ယူနိုင်သည်။

(ခ)သစ်သီးတလုံးကို ဒါနဝတ္ထုပြုပုံ.... အထက်ပါ ပန်းတပွင့် အတိုင်း(၆)ဆင့်တို့ကိုလည်း တုယူနိုင်သည်။ (၁)ထို့ပြင် ယင်း သစ်သီးမှာရှိသော ဩဇာဓါတ်ကြောင့် စားသုံးသူ၏ ပရမတ်ဇီ ဝရုပ်သည်ကြည်လင်၍ ယင်းရုပ်ကို မှီနေသော ပရမတ္တနာမ်တရား တို့ပါ ကြည်လင်ခွင့်ရရှိကြပါစေဟူ၍၎င်း၊ (၂)ယင်းရုပ်နာမ်တို့ ကြည်လင်သဖြင့် ကောင်းသော စေတနာဇောတွေ ပေါ်ကာ ကုသိုလ်ဓမ္မတွေပွားတိုးလာပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း၊ (၃) ယင်း သစ်သီးအာဟာရကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာမည့် အာယု၊ ဝဏ္ဏ၊ သုခ၊ ဗလ၊ ပဋိဘာနဟူသော ကောင်းသော တိုးတက်မှုတွေရရှိပါစေ သတည်းဟူ၍၎င်း၊ (၄) ယင်း ၅-ချက်တို့မှ ပဋိဘာနအရ ပညာ ဓာတ်သည် သူတပါး၏ ကောင်းကျိုးကိုပါပွားတိုးအောင်ဆောင် ရွက်နိုင်ပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း၊ (၅)ယင်းသစ်သီးသည် မမြဲသော အနိစ္စသဘောရှိရာ ဤဒါနကြောင့် မြဲသော နိစ္စသဘောရှိသည့် နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာအတွက် အကြောင်းဖြစ်ပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း ဤသို့စသည်ဖြင့် ဉာဏ်ရှိသလို ကောင်းကျိုးတွေကို ဒါနတခုမှ များစွာထုတ်ယူနိုင်တော့သည်။

၃။ ဆေးလိပ်မီးညှို့ခွင့်ပေးချက်ကို ဒါနဝတ္ထုပြုပုံ.... (၁) ထိုသို့ ဆေးလိပ်သောက်၍ ချမ်းသာမှုကို ယူလိုရာ မီးလို့နေခိုက် ငါသည် သူ့ကကယ်လိုနေသော (မီးကို) ဒါနဝတ္ထုပြု၍ပေးလိုက် လျှင် သူ့ချမ်းသာ လောလောဆယ်ရတော့မည်ကို အာရုံပြုသ ဘောပေါက်ပြီး ကရုဏာနှင့် မေတ္တာခြံရံကာ ချမ်းသာရစေလို သောစေတနာဖြင့်ပေးပြီး ဤဒါနကြောင့် သူ့ ကိုယ်စိတ်-၂- ပါး ချမ်းသာခွင့်ရသလို ငါ့မှာလည်း ရပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း (၂)ယခု သူ့ ချမ်းသာရနေမှုသည် ငါ၏ကူညီချက်ကြောင့်ရနေ

ပါတကား ဟုသုတပါး၏ ချမ်းသာမှုကို (မုဒိတာ) ခေါ်ဝမ်း
မြောက်ပေးကာ ကုသိုလ်ပွားစေခြင်းဖြင့်၎င်း၊ (၃) ယခုကောင်းမှု
ဖြင့် သူတဦးချမ်းသာခွင့်ရရှိသွားရာ ဤကောင်းမှုကြောင့် သူအ
များမှာ ချမ်းသာတွေ့ရရှိအောင် အကြိမ်များစွာ ဆောင်ရွက်နိုင်
ရစေသတည်း ဟူ၍၎င်း (၄) မီးသည်ကူးယူ၍ မကုန်နိုင်သလို ဤ
မကုန်နိုင်သော မီးဒါနကြောင့် မကုန်နိုင်သော ချမ်းသာမျိုးစုံတို့
ကို နိုင်ငံသူ နိုင်ငံသားအားလုံးတို့အား သုံးမကုန်နိုင်အောင်ပေး
လှူနေရပါလိမ့်ဟူ၍၎င်း၊ (၅) မီးသည်လောင်စာကိုကုန်ဆုံးသွား
စေနိုင်သလို ဤမီးဒါနကြောင့် မိမိမှာရှိနေသော ကိလေသာ
၁၀-ပါးလောင်စာတို့ကို အမြန်ဆုံးလောင်စားနိုင်သော မဂ်ဥာဏ်
၄-ခုနှင့် ဖိုလ်ဥာဏ် ၄-ခုတို့ကို လျင်မြန်စွာရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း-ဤ
သို့စသည်ဖြင့် ဥာဏ်ရှိသလို ကောင်းကျိုးတွေကို ဒါနတခုမှ များ
စွာထုတ်ယူနိုင်ပေသည်။

၄။ သတင်းစာခေတ္တငှါးဖတ်ခွင့်ပေးချက်ကို ဒါနဝတ္ထုပြုပုံ
(၁) ဤသတင်းစာကို ငှါးရမ်းဖတ်ရှုခွင့်ပေးလိုက်သဖြင့် ထိုသို့
သိလိုမှုတောင်းတချက်ပြည့်စုံသွားသလို ဤသို့သုတပါးအလိုပြည့်
ရန်ကူညီရသော ကောင်းမှုကြောင့် မိမိ၌ တောင့်တချက်ဟူသမျှ
တွေ့လွယ်ကူစွာနှင့်ပြည့်စုံရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း၊ (၂) သတင်းစာထဲ
မှ သူ့အတွက်ကြီးပွားရေး စီးပွားရေးနှင့် ပညာရေးစသည်တို့အ
ကူအညီရသွားသလို ဤကောင်းမှုကြောင့် မိမိ၌လောက၊ ဓမ္မနှစ်
ဝလုံး ဆိုင်ရာအကူအညီတွေကို အလွယ်တကူနှင့် ပြည့်ပြည့်စုံစုံရရ
ပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း (၃) ဤယာယီဒါနသည် သူတပါးအား ချမ်း
သာများစွာပေးနိုင်ရာ ယင်းယာယီဒါနကြောင့် နိစ္စသုခ၊ ထာဝ
စဉ်သုခဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာကို လွယ်ကူလျင်မြန်စွာရရပါလိမ့်

၏ ဟူ၍၎င်း ဤသို့စသည်ဖြင့် ဥပဓိသလို ပြုလုပ်သောဒါနမှ
ကောင်းကျိုးများစွာကို ထုတ်ယူနိုင်၏။

၅။ ဧည့်သည်အားဖျာပေတို့မှာ ယာယီထိုင်ခွင့်ပေးချက်ကို
ဒါနဝတ္ထုပြုပုံ... (၁)ဖျာပေတို့မှာ ယာယီထိုင်ခွင့်ရသူအား ချမ်း
သာခွင့်ရစေသော ကောင်းမှုကြောင့် လူများစုကြီးအား တာရည်
ချမ်းသာမျိုးစုံကို အကြိမ်ကြိမ်ပေးနိုင်ရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း၊ (၂)
ဧည့်သည်တို့သည် အိမ်သည်တို့၏ လိုလားလိုက်လျှောမှုကို မျှော်
လင့်လိုလားသည့်အတိုင်း မိမိသည် ဖျာပေတို့ထိုင်နိုင်အောင် စေ
တနာနှင့် မေတ္တာ၊ ကရုဏာထားပြီး အခွင့်အရေး ပေးရသော
ကောင်းမှုကြောင့် မိမိလိုလားနေသော အခွင့်အရေးတို့သည်
လျင်မြန်စွာပြည့်စုံရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း၊ (၃)ဖျာပေတို့မှာ ယာယီ
ထိုင်ခွင့်ရမှုဖြင့်ပင် ထိုသို့ ကြည်ရှင်ခွင့်ရရှိစေရာ ဤကောင်းမှု
ကြောင့် လူများစုကြီးနှင့် သူတော်ကောင်းတို့အား (နတ်သုံး)
နေရာတို့နှင့် တူညီသော နေရာကောင်းများ၌ ချမ်းသာ ကြည်
ရှင်စွာနေထိုင်နိုင်ကြရအောင် ဆောင်စွမ်းနိုင်ရပါလိမ့်ဟူ၍၎င်း
(၄) ဖျာသည်ထိုင်ခွင့်ရရှိသော ဧည့်သည်တို့အား ချမ်းသာ ကြည်
ရှင်စွာ နားခွင့်ရနိုင်သော တရားဗိမာန်တော်များနှင့် တရားကျင့်
သုံးရာတနာတို့ဖြင့်ပြီးသောတရားကျောင်းများစွာကိုနိုင်ငံတိုင်း
မှာတည်ထားနိုင်ရပါလိမ့် ဟူ၍၎င်း၊ (၅)ဤနေရာဒါနကြောင့်
ရတနာသုံးပါးနှင့် သာသနာတော်သုံးဖြာတို့ နှစ်ပေါင်း(သိန်း၊
သန်းများစွာ)တည်ရှိနိုင်သော အကောင်းဆုံး နေရာမြတ်တို့ကို
တည်ပေးနိုင်ရပါလိမ့်ဟူ၍၎င်း၊ (၆)ယင်း နေရာဒါနကို အမှီပြု၍
အဆင့်ဆင့်ဖြစ်ပေတို့ရသော သဒ္ဓါ၊ စေတနာ၊ ဝီရိယ၊ ပါမောဇ္ဇ၊
သတိ၊ ပညာ အဖြာဖြာတို့ကြောင့် နိစ္စထာဝစဉ် ပျော်မွေ့ရာဖြစ်

သောနိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော[အနန္တရတနာဖျာကြီးပေါ်၌)မိမိနှင့် တကွ စကြာဝဠာ အနန္တရှိ လူနတ် ဗြဟ္မာတို့ပါ လျင်မြန်စွာ ပျော်စံနိုင်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်စေသတည်း စသည်ဖြင့် ဥာဏ် ရှိသလိုပြုလုပ်သော ဒါနနှင့်တူစွာ ကောင်းကျိုးများစွာကိုထုတ် ယူနိုင်တော့၏။ အလားတူထုတ်ယူတတ်အောင်လည်း ကြိုးပန်း ကြပါကုန်။ (ဖျာအစားကုလားထိုင်၊ ခုံ၊ ကုတင်၊ ကော်ဇော၊ အဝတ်စသော ထိုင်စရာ တမျိုးမျိုးဖြင့် ယာယီဒါနပြုရာမှာ လည်း ဖျာနှင့်အလားတူ သဘောပေါက်ပါလေ။)

ဥာဏ်အမြင်ကျယ်ပါ

အထက်ပါပုံစံတို့ကို ထောက်ထားပြီး ဒါနကုသိုလ်၏သဘော သွားကို ဥာဏ်အမြင်ပေါက်ကာ ဒါနဝတ္ထုကို (အသေးအဖွဲဟု သဘောမထားပဲ) တဘက်သား၌ ကောင်းကျိုး ရနိုင်သမျှကို သုံးသပ်လျက် ထိုထိုဒါနဝတ္ထုမှ ကောင်းကျိုးများစွာ ထုတ်ယူ တတ်အောင် ကြိုးပန်းကြပါကုန်။

ယုတ်-လတ်-မြတ် ဆုတောင်းခံစာ

(က) ကျဉ်းမြောင်းသော ဆုတောင်းများ

(၁) ဤကောင်းမှုကြောင့် အဆင်းလှရပါလိမ့်၊ အသံသာ ရပါလိမ့်၊ ကိုယ်ခန္ဓာပြေပြစ်ချောမော နာရပါလိမ့်၊ ဆံပင် ကောင်းရပါလိမ့်၊ မြင်သူတိုင်း ငေးလောက်အောင် ချောလှ ရပါလိမ့်။

(၂) ဤကောင်းမှုကြောင့် လူ့စည်းစိမ်ခံစားရပါလိမ့်၊ နတ် စည်းစိမ်ခံစားရပါလိမ့်၊ အချွေအရံများစွာရရပါလိမ့်၊ ပရိသတ် အလယ်မှာ သူများထက် ထင်ရှားရပါလိမ့် စသည်များ။ ဆု တောင်းကြ၏။

(ခ) အလတ်စားဆုတောင်းများ

(၁) ဤကောင်းမှုကြောင့် ပေးမကုန် လှူမခမ်းရပါလို့၏၊ မရှိတဲ့စကား နားခွာမကြားရပါလို့၏၊ အကြီးအကဲဖြစ်ရပါလို့၏၊ ထယ်ထယ်ဝါဝါ ဖြစ်ရပါလို့၏၊ ပြုလုပ်သမျှ အောင်မြင်ရပါလို့၏၊ ခိုင်ခန့်သော စည်းစိမ်ချမ်းသာနှင့် နေရပါလို့၏ စသည်များ။

(ဂ) အကြီးစားဆုတောင်းများ

(၁) ဤကောင်းမှုကြောင့် အများ၏ချမ်းသာမှုကို ဆောင်ရွက်ရပါလို့၏၊ လူမျိုးနှင့်နိုင်ငံတခုလုံး သာယာဝပြောအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရပါလို့၏၊ မိမိမှာပေလောသော စည်းစိမ်တို့သည် နိုင်ငံသူ၊ နိုင်ငံသားအားလုံးအတွက်ပါဖြစ်ရှိအောင်စေတနာထား နိုင်ရပါလို့၏၊ မိမိမှာရရှိလာသော အခွင့်အရေးနှင့် အတတ်ပညာ တို့သည် လူထုကြီးတခုလုံးအတွက် အကျိုးခံစားခွင့်ရအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရပါလို့၏၊ လူထုကြီးတခုလုံး၏ ဆင်းရဲမှုတို့မှ ကယ်တင်ရပါလို့၏၊ မိမိသာနစ်နာစေ၍ လူထုကြီးမှာ နစ်နာမှုမှ လွတ်မြောက်သွားအောင် သဒ္ဓါနှင့်စေတနာ ထားနိုင်ရပါလို့၏၊ သတ္တဝါအားလုံးအပေါ်၌ သီးခံမှုနှင့်ကရုဏာထားမှုကို မြေကြီးဒုပမာထားနိုင်ပြီး ကောင်းမြတ်သောလမ်းတို့ကို ပြည့်န့်သွားရပါလို့၏၊ ငြူစူခြင်းနှင့်ဝန်တိုခြင်းတို့ အစဉ်ကင်းပြီး သတ္တဝါအားလုံးတို့ ဆင်းရဲနိမ့်ကျရာမှ လွတ်မြောက်ကာ ချမ်းသာအဆင့်ဆင့်သို့ ပို့ဆောင်နေရင်းဖြင့် ဘဝဇာတ်သိမ်း ဒုက္ခအားလုံးငြိမ်းရာ ပြည်ခေမာသို့ သူအများကိုလည်းရောက်စေ၍ ကံယံဘိုင်လည်းရောက်ရှိရစေသော် ဤသို့ စသည်ဖြင့် သဒ္ဓါ၊ စေတနာ၊ ကရုဏာ၊ မေတ္တာနှင့် ပညာဉာဏ်တို့ အားကောင်းသလောက် ဆုတောင်းကာ ဆောင်ရွက်သွားနိုင်ကြ၏။

(သ) အမြတ်စားဆုတောင်းမူပွား

၁။ ဤကောင်းမှုသည် သဒ္ဓမ္မသုံးဖြာ သာသနာတော်သုံးရပ်
တို့ ကမ္ဘာကြီးတစ်ခုလုံး၌ တာရှည်စွာ ထွန်းပြောင်နေအောင်
ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်း၏ အနည်းကပ်ဆုံး အကြောင်းဓမ္မဖြစ်ပါစေ
သတည်းဟူ၍၎င်း။

၂။ ဤကောင်းမှုသည် ကံကိစ္စ၊ ဈာန်ကိစ္စ၊ ဥာဏ်ကိစ္စအားလုံး
တို့၏ အထွတ်အထိပ်သို့ လျင်မြန်စွာရောက်ရှိခြင်း၏ အကြောင်း
ရင်း ဖြစ်ပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း။

၃။ ဤကောင်းမှုဖြင့် သင်္ခတနယ်ရှိ ရုပ်နာမ်အားလုံးတို့၏
အခြေအနေမှန်ကို အကြွင်းအကျန်မရှိ လွယ်ကူစွာဖောက်ထွင်း၍
သိမြင်ပြီး သင်္ခတနယ်မှလွတ်မြောက်ကြောင်း အသိဥာဏ်အထွဋ်
အထိပ်သို့ လျင်မြန်စွာရောက်ရှိကာ အမျှအတိုင်း အလား
တူ ရောက်ရှိအောင် ပို့ဆောင်နိုင်ရပါလိမ့်ဟူ၍၎င်း။

၄။ ဤကောင်းမှုသည် ဆင်းရဲဒုက္ခအဖုံဖုံကို ဖန်တည်းပေး
နေကြသော ရုပ်နာမ်နှင့်ကံ၊ ကိလေသာတို့မှ လုံးဝလွတ်ငြိမ်းရာ
သို့ လျင်မြန်စွာ ကိုယ်တိုင်နှင့်ဝေနေယျအမျှအတိုင်း ရောက်ရှိနိုင်
ခြင်း၏ အကြောင်းဓမ္မဖြစ်ပါစေသတည်းဟူ၍၎င်း။

၅။ ဤကောင်းမှုသည် ဝေဒယိတသုခ၊ ဈာနသုခ၊ ဖလသုခ
နိရောဓသုခ၊ သန္တိသုခတို့ကို လွယ်ကူစွာနှင့် ကိုယ်တိုင် ပိုင်နိုင်စွာ
သိမြင်ရရှိခြင်းနှင့် ဝေနေယျအမျှအတိုင်း သိမြင်ရရှိခြင်း၏
အားအကြီးဆုံး အကြောင်းရင်းဖြစ်ပါစေသတည်း ဟူ၍၎င်း။
ဤသို့စသည်ဖြင့် သဒ္ဓါအား၊ စေတနာအား၊ ဥာဏ်အားရှိသလို
ဆုတောင်း ဆုယူပြုသွားနိုင်တော့၏။

ကုသိုလ်နှင့် ဆုတောင်း

ပုညကိရိယာကုသိုလ် ၁၀-ပါးနှင့် ပါရမီကုသိုလ် ၁၀-ပါး တို့ကို ပြုလုပ်နိုင်သူတိုင်း လိုရာဆုကိုတောင်းတိုင်း ရနိုင်ကြသည်။ ယင်းသို့တောင်းရာတွင် မိမိတို့၏သဒ္ဓါအား၊ စေတနာအားနှင့် ပညာအားအလိုက် အထက်၌ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း အနိမ့်စား၊ အလတ်စား၊ အကြီးစား၊ အမြတ်စားဟု ခြားနားလျက်ရှိသဖြင့် သဒ္ဓါ၊ စေတနာ၊ ပညာခံအလိုက် နှစ်သက်သလို တောင်းနိုင်ကြ၍ ဆုတောင်းပုံအတွက် ဤမျှဖြင့် သိသာလေပြီ။

အကျဉ်းချုပ် ဒါန ၅-မျိုး

ရှေး၌ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဒါနကိစ္စတို့၏ အသိဉာဏ်အနိမ့်စား၊ အလတ်စား၊ အကြီးစားနှင့် အမြတ်စားအလိုက် ပြုလုပ်ပုံအခြေအနေတို့ကို ခြုံ၍ကြည့်လိုက်လျှင် ၅-မျိုးသာ တွေ့ရပေသည်။ ယင်း ၅-မျိုးကား....

ဓမ္မတာဒါန၊ အနုဂ္ဂဟဒါန၊ ပုဇိတဒါနနှင့် နာထဒါန၊ ဝိမုတ္တဒါန ဟု ၅-မျိုးတွေ့နိုင်သည်။

၁။ ဓမ္မတာဒါန....ဟူသည် မိတ်ဆွေနှင့် ဧည့်သည်တို့အား လောကဝတ်အနေဖြင့် ပေးကမ်းခြင်းကို ဆိုသည်။ ပုံစံမှာ—အိမ်ရောက်လာသူအား နေရာပေး၊ ဆေးလိပ်တယ်၊ ကွမ်းတယ်စသည်မျိုးကိုဆိုသည်။ ၎င်းကိစ္စကို ဒါနဟု သဘောမပေါက်ကြပဲ လောကဝတ်အနေဟု ယူဆနေသူကများ၏။ ဒါနပညာတတ်လျှင် ပါရမီဒါနအထိဖြစ်နိုင်၍ သဗ္ဗညုတဉာဏ်အထိ ရနိုင်သည်။

၂။ အနုဂ္ဂဟဒါန...ဟူသည် ချို့တဲ့နေသူနှင့် ပြိုင်ပွဲနိုင်သူတို့အား ချီးမြှောက်ခြင်း၊ ဂုဏ်ပြုခြင်းတို့ကိုဆိုသည်။ ပုံစံသိသာပြီ။ ၎င်းကိစ္စကိုလည်း ဒါနဟု သဘောမပေါက်သူက များသည်။ ဒါနပညာတတ်ခဲ့လျှင် သဗ္ဗညုတဥာဏ်အထိရနိုင်သည်။

၃။ ပူဇော်ဒါန...ဟူသည် ရဟန်းသံဃာနှင့် သူတော်ကောင်းတို့အား ပူဇော်တဲ့အနေဖြင့် ပေးလှူမှုကိုဆိုသည်။ ၎င်းအတွက်မှာလည်း ဒါနပညာတတ်က လိုရာအထိ ရနိုင်တော့သည်။

၄။ နာထဒါန-ဟူသည် ဒါနလုပ်ငန်းကို အားကိုးရာအချက်တခုအနေဖြင့် ယုံကြည်သဘောပေါက်ပြီး ပေးလှူမှုမျိုးကို ဆိုသည်။ ၎င်းအတွက်မှာလည်း ဒါနပညာ တတ်ကျွမ်းသလောက် ကောင်းကျိုးကို ထုတ်ယူနိုင်သည်။

၅။ ဝိမုတ္တဒါန...ဟူသည် လောဘ၊ မာန၊ ဣဿာ၊ မစ္ဆရိယ စသော ကိလေသာတို့ကို မဂ်ဥာဏ်ဖြင့် မပယ်နိုင်မှီ ဒါနဝတ္ထုကိုစွန့်ရာ၌ ဥာဏ်ဖြင့် သိမ်းဆီး၍ ကိလေသာကိုပါ စွန့်ခွါမှုကိုဆိုသည်။

ပုံစံ- ငွေ ၁၀၀-ပိုင်သ၍ ယင်းငွေအပေါ် ကပ်ငြိနေသော လောဘလဲ၁၀၀-ကျပ်သားရှိနေသည် ယင်းလောဘ ၁၀၀-ထဲမှ ၅၀ သားလျော့လို၍ ငွေ ၅၀-ကို ဒါနဝတ္ထုပြုပြီး စွန့်လှူရာမှာ ယင်းလောဘနှင့်တကွ မစ္ဆရိယ၊ မာနတို့၏အလေးချိန် ၁၀၀-ဆီမှ ၅၀ သားစီပါ လျော့သွားစေလို၏။ လျော့သွားပါစေသတည်းဟု အာရုံညွတ်ဥာဏ်ဖြင့်ခြုံ၍ လှူစွန့်တတ်လျှင် အလှူရှင်၏ စေတနာနှင့်အလိုအတိုင်း လောဘစသော ပါပဓမ္မတွေပါ လျော့နည်းသွားနိုင်၏။

သာဓကသိလို့သော်- ဒုကနိပါတ်ဗ^၁ရဏတ္ထမ္မကဝဂ်- ဓမ္မဓဇ
ဇာတ်တော်ကိုကြည့်လျှင် အရှင်သာရိပုတ္တ အလောင်း (ဆတ္တပါ
ဏီ)သည် ငြူစူခြင်း၊ အမျက်ထွက်ခြင်း၊ ချစ်ခင်ခြင်း၊ အရက်
သောက်ခြင်းဟူသော ဣဿာ၊ ကောဓ၊ ပိယ၊ သုရာပါန ၄-ခုတို့
ကို မနှစ်သက်၍ အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် မပယ်သတ်နိုင်မှီပင် ယင်း ၄-ခု
မှ ကင်းရပါလို၏ဟုဆိုတောင်းခဲ့၍ ကင်းနေပုံကိုကြည့်ပါကုန်။

လိုရာရနိုင်ရေး ၃-ချက်

ဒါနမူဖြင့် လိုရာကောင်းကျိုးကို ရလိုလျှင် အောက်ပါအ
ချက် ၃-ချက်တို့ကိုအသုံးပြုတတ်ဘို့လိုသည်။ ၎င်း ၃-ချက်တို့ကား-

- ၁။ သြဓိသ- ရလိုရာအကျိုးကို ရည်သန်သတ်မှတ်တတ်ရေး၊
- ၂။ ဗလ- ယင်းရည်သန်ချက်အတိုင်း ရနိုင်အောင် သဒ္ဓါ
အား၊ စေတနာအား၊ ပညာအားတို့တောင့်တင်းခိုင်ခန့်ရေး၊
- ၃။ ဝိဓာန- ယင်းရည်သန်ချက်အတိုင်း ရနိုင်အောင် ဒါန
ပညာဖြင့် ကျွမ်းကျင်စွာ စီမံဖန်တည်းတတ်ရေး၊

ယင်း ၃-ချက်တို့ ပြည့်စုံခဲ့လျှင် ဒါနကုသိုလ်ဖြင့် လောက
ရေး၌ စကြာမင်းနှင့်နတ်မင်းကြီးတွေအထိ၊ ဓမ္မရေး၌ သဗ္ဗညုတ
ဥာဏ်တော်အထိ ရရှိနိုင်သဖြင့် ယင်း သဗ္ဗညုတ ဥာဏ်တော်
အောက် နိမ့်ကျနေသော လူကြိုက်၊ နတ်ကြိုက်၊ ဗြဟ္မာကြိုက်
ကောင်းကျိုးတွေ ရရှိရေးမှာ ခဲခက်ဖွယ်မရှိတော့ပေ။

သတိပြုရန်- ဒါနပညာသာတတ်ကျွမ်းလျှင် “နာထဒါနနှင့်
ဝိမုတ္တဒါနမျိုးကို” အချိန်မရွေးပြုတတ်၍ ထိုဒါန ၂-မျိုးဖြင့်
“ပစ္စည်းကုန်ရကျိုးနှင့်လူပန်းရကျိုးနပ်ကြအောင်” အထက်ပါ

(ဩဓိသ၊ဗလ၊ဝိဓာနံ) ၃-ချက်ကို ပိုင်နိုင်အောင် လေ့လာထားပါလေ။

ဒါနလုပ်ငန်းအချုပ်

၁။ ဒါနကုသိုလ်ပြုတိုင်းရှေးပြခဲ့ပြီး အယုတ်တရားစု ၁၄-မျိုးတို့ လုံးဝ မကပ်ငြိ၊ မပါဝင်စေရန်။

၂။ အကောင်းတရားစု ၂၂-ခုသာ ဒါနပြုလုပ်တိုင်း အများဆုံး ယှဉ်တွဲပါဝင်စေရန်။

၃။ ဒါနပြုတိုင်း “ဓမ္မဒါနအမြင့်စားမျိုးသာ” ဖြစ်ရှိစေရန်။

၄။ ကံအားဖြင့် ဒွိဟိတ်ကံနှင့် သုဂတိအဟိတ်ကံမျိုး (မဖြစ်ပေါ်စေပဲ) တိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ ကံမျိုးသာ ဖြစ်ရှိစေရန်၊ (အရိယာဖြစ်ပြီးသူများအတွက် ဤနိပါတ် ၄-အရ မလိုတော့ပြီ)။

၅။ ယင်း ဓမ္မဒါနအမြင့်စားနှင့် တိဟိတ်ကံမျိုးသာ ဖြစ်နိုင်အောင် အထက်ပါ ဩဓိသ၊ဗလ၊ဝိဓာနံ ၃-ချက်တို့ကို ပိုင်နိုင်စွာ နားလည်ထားကြရန်။

၆။ အလှူခံဘက်၌ ခွေးစသော တိရစ္ဆာန်ဟူသမျှ လူမိုက်၊ လူယုတ်မှုန်သမျှနှင့် ချွင်းပျက်၊ ရဟန်းပျက်မှုစ၍ ကြုံတွေ့သမျှ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တို့အား (ပုဂ္ဂိုလ်အလှူခံ)အနေ မရည်မှန်းမိပဲ(ဓမ္မအလှူခံ) အနေဖြင့်သာ ထင်စားသိလာအောင် ဥာဏ်ဖြင့် ပြောင်းလဲတတ်ရန်။

၇။ ဆုတောင်းရာ၌ ရှေးပြခဲ့ပြီး “အကြီးစားနှင့်အမြတ်စား ဆုမျိုး”ကိုသာ သဘောပေါက်တောင်းဆိုမိအောင် လေ့လာထားရန်။

ယင်း ၇-ချက်တို့ကိုသာ အချိန်မရွေး ပိုင်နိုင်စွာ ပြုလုပ်တတ်
ထားခဲ့လျှင် ဒါနပြုတိုင်း အမြတ်စားကောင်းကျိုးတွေသာ ရနိုင်
စေဘူး။ ဒါနပညာ လုံလောက်နိုင်လေပြီ။ ပုညကိရိယာဒါနမျိုး
နှင့် ပါရမီဒါနမျိုးမှ လိုရာလုပ်နိုင်လေပြီ။ လိုရာဆုနှင့်ကိုက်အောင်
လုပ်ကြကုန်လော့။

ဒါန၏သတ္တိများ

ဒါနသည် စွမ်းရည်သတ္တိများစွာရှိပုံကို ကျမ်းဂန်တို့၌ လာရှိ
သည်မှာ- ၁-ဒါနံသဂ္ဂဿသောပါနံ၊ ၂-ဒါနံ ဥတ္တမ ပါထေယံ၊
၃-ဒါနံဥဇုဂတံမဂ္ဂံ၊ ၄-ဒါနံဣဿရသမ္ဘူတံ၊ ၅-ဒါနံပိယာယ
ဘေသဇ္ဇံ၊ ၆-ဒါနံဘောဂေဥပဋ္ဌိတံ၊ ၇-ဒါနံသုခပဝဓနံ၊ ၈-ဒါနံ
အတ္တာနုရက္ခနံ၊ ၉-ဒါနံ မောက္ခပဒံဝရံ စသည်ဖြင့် ဒါန၏စွမ်း
ရည်တွေ ကျမ်းဂန်တို့၌ များစွာလာရှိပေသည်။ မှတ်လွယ်ရန်
ဆောင်ပုဒ်ဖြင့် ပြပေအံ့။

ဒါနစွမ်းရည်ဆောင်ပုဒ်ဆက်

အမြတ်ရိက္ခာ၊ နတ်ရွာလှေခါး၊ ပြောင့်သွားခရီး၊ ပွားစီး
သုခ၊ ဘောဂဖြစ်စေ၊ စောင့်ပေအတ္ထ၊ တံခိုးရှု၍၊ စိုးရဖြစ်အင်၊
ချစ်ခင်ဆေးမြတ်၊ လွတ်ရပ်နိဗ္ဗာန်၊ ရောက်ကြောင်းဖန်ရှင်၊ ဗုဒ္ဓံ
ဟောပြု၊ ဒါနစွမ်းရည်၊ အလီလီကို၊ မရှည်တိုရှင်း၊ သိရုံလင်း
သည်၊ ဖောက်ခွင်းဥာဏ်ဖြင့် သိစေသော်။

နိဂုံး

လူတိုင်းမှာနေစဉ် အကြိမ်များစွာကြုံတွေ့နေရသောဒါနကိစ္စ
စုကို “ဤဟာ ကုသိုလ်မှုတွေပါတကား”ဟု သဘောပေါက်၊
ဥာဏ်မဝင်တတ်ကြ၍ အကျိုးမဲ့အနေဖြင့် အသုံးများ၊ အသုံး

မှားနေကြလေသည်။ ယင်းအဖြစ်ဆိုးစွာမှ ကင်းလွတ်သွားကြပြီး
 ဒါနမူကြုံတိုင်း အသိလစ်မှုမရှိပဲကောင်းမြတ်သောအကျိုးမျိုးကို
 သာ ထုတ်ယူအသုံးပြုတတ်ရန် ရည်သန်၍ (ဒါနပညာစတုကို) ၃-
 ပိုင်ခွဲလျက် ပုံစံတို့ဖြင့် ရှင်းပြခဲ့သည်မှာ ရာခိုင်နှုန်း ၉၀-ကျော်ခန့်
 သိမြင် သဘောပေါက်လောက်ပြီဖြစ်၍ “ဒါနသင်္ခဏ်စာကို”
 ဤမျှဖြင့် နိဂုံးချုပ်လိုက်တော့သည်။

အညွှန်း- ဒါနကိစ္စအကျယ်ကို ထွက်ပေါ်လစာနှင့် “သုဂတိ
 ဘုံသွားကံလှေခါးကျမ်း” ပဌမတွဲမှာ ရှုကြည့်
 ကြပါလော။

ဆုတောင်း

ဤ“ဒါနပညာစတုကို” ပေးလှူရသော ဓမ္မဒါန မြတ်ပုည
 ကြောင့် သတ္တဝါတိုင်း (ဒါနပညာတွေ) အပြည့်အစုံတတ်မြောက်
 ကြပြီး ဒုဂ္ဂတိနယ်တွေပျောက်ကာ တိဟိတ်ကံပေါ်ရောက်လျက်
 သုဂတိ ချမ်းသာအဆင့်ဆင့်၊ ပါရမီဉာဏ်အဆင့်ဆင့်၊ မဂ်ဉာဏ်
 ဖိုလ်ဉာဏ်အဆင့်ဆင့်နှင့် ဗောဓိဉာဏ်အဆင့်ဆင့်သို့ လွယ်ကူစွာ
 ရောက်ရှိ ကြပါစေသော်၊ ရောက်ရှိလွယ်သော အကြောင်း
 ပဒဋ္ဌာန်ဓမ္မ ဖြစ်ရှိပါစေသတည်း။

သာသနာရေးဦးစီးဌာန
စာကြည့်တိုက်
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်

ဓမ္မဝါဒီ
 သံလှတောရ
 3-3-66

“သီလသင်္ခဏ်စာ” ဆက်၍ ထွက်ပေါ်လာလစာနဲ့။



“စိန်ရတနာစာပုံနှိပ်တိုက်၊”
အမှတ်-၃၁၅-ကျိုက္ကဆံလမ်း တာမွေ၊
ရန်ကုန်မြို့။
(ဖုန်း ၅၀၄၄၅)