

၆  
394  
ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

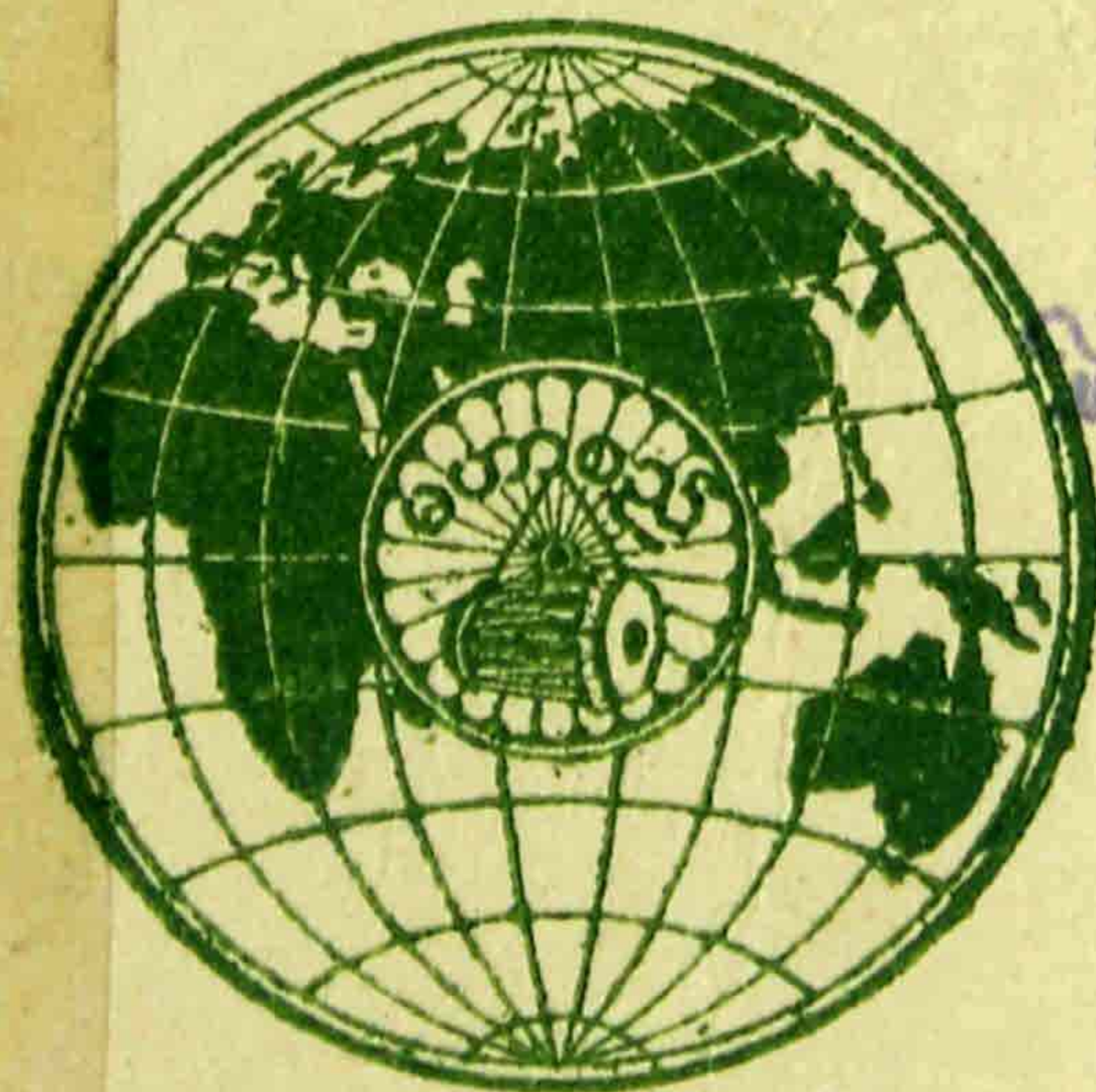
ဟောကြားတော်မူသော

# တုဝဋ္ဌကသုတ်

## တရားဝေဟီ



သနာနှစ်-၂၅၂၀



သနာနှစ်-၂၅၂၀  
အရှင်မဟာဝိဇ္ဇာ  
ဗုဒ္ဓါနိုးပါသည်။

ကောဇာ-၁၃၃၈

နိဝင်ဘာလ ၁၉၇၆





ဆဋ္ဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ  
ကျေးဇူးတော်ရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး



ဆဌသင်္ဂီတိပုစ္ဆက အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ

ကျေးဇူးတော်ရှိပြီ

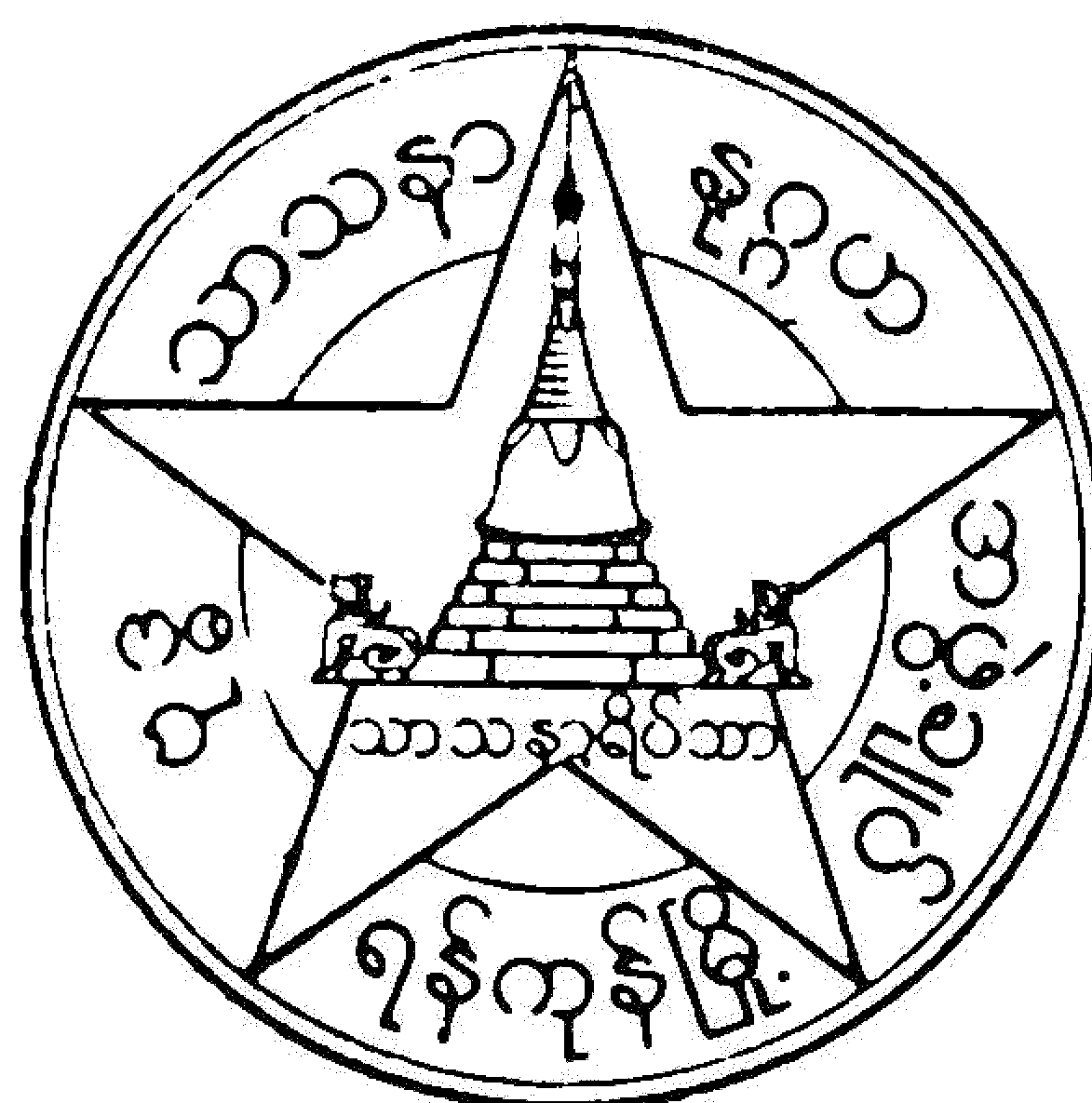
မဟာဓဉ် ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ဟောကြားတော်မူသော

# တုဝဋ္ဌကသုတ်

## မာရုဗေဒီ

သာသနာနှစ်-  
၂၅၂၀



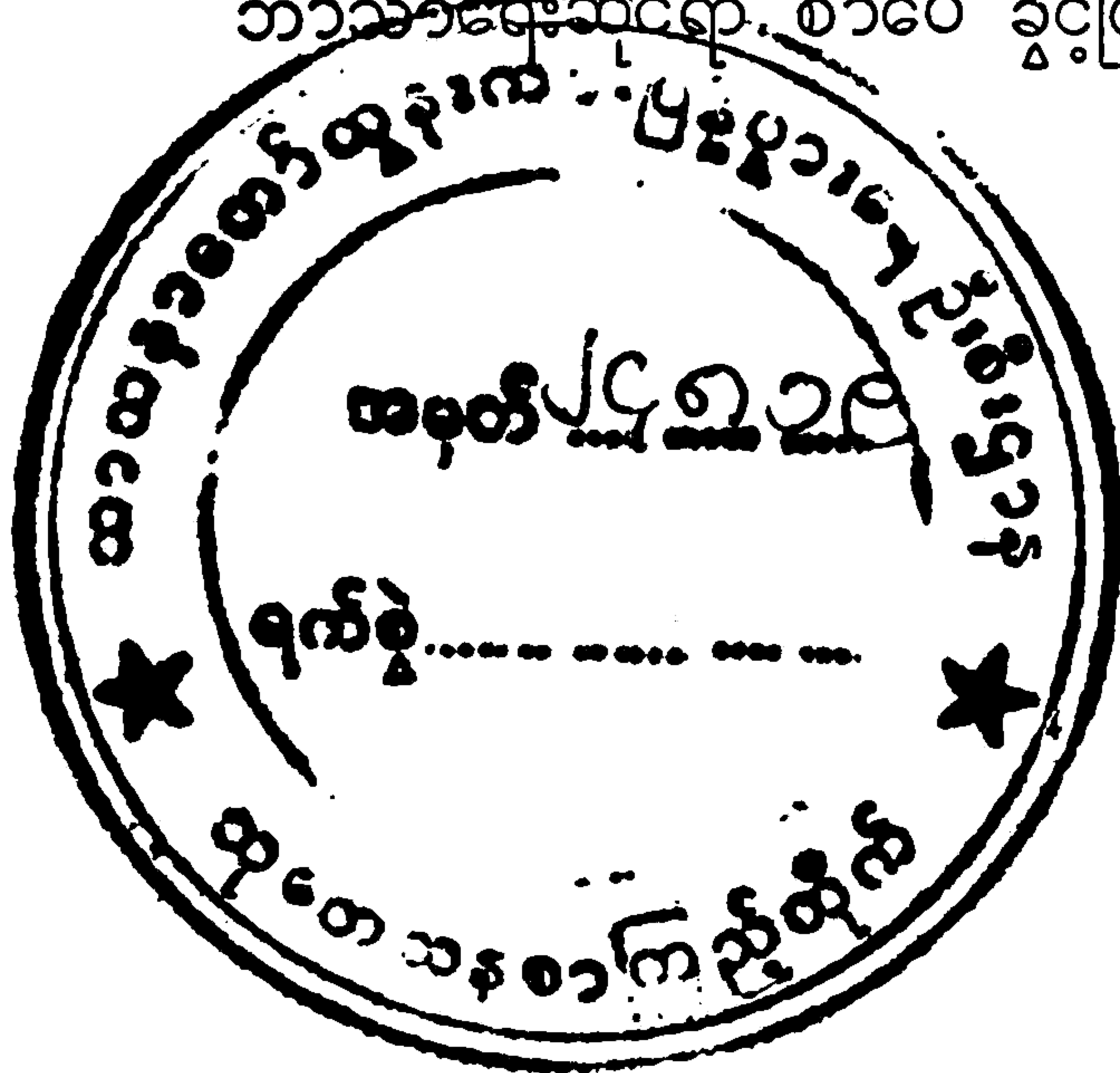
ကောဇာ-  
၁၃၃၈



ထုတ်ဝေသူ။ ။ဦးညိုမောင်၊ မှတ်ပုံတင်အမှတ် (၇၃၂၀) တွဲဘက်  
အကျိုးဆောင်အတွင်းရေးမှူး၊ ဗုဒ္ဓသာသနာ့နဂ္ဂဟ  
အဖွဲ့ချုပ်၊ အမှတ် ၁၆ သာသနာ့ရိပ်သာ၊ ဟာမစ်တစ်  
လမ်း၊ ကုက္ကိုင်း၊ ရွှေရုံတိုင်စာတိုက်၊ ရန်ကုန်မြို့။

၂၄၈၂၉

ဘာသာရေးဆိုင်ရာ စာပေ ခွင့်ပြုချက်အမှတ် (၉၁၁၈)



ရန်ကုန်မြို့ ကမ္ဘာအေး သာသနာရေးဦးစီးဌာနပုံနှိပ်တိုက်တွင်  
ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဝင်းဖေ (မှတ်ပုံတင်အမှတ် - ၀၂၁၉၁)  
က ပုံနှိပ်သည်။



# နိဒါန်း

---

## မြန်-ကောင်း-သက်သာ

မြန်-ကောင်း-သက်သာ ဟူသော အလုပ် အကျင့်သည် တကယ်အမှန်အစစ် ဖြစ်ပါမူ လူတိုင်း လူတိုင်းက ကြိုဆိုလက်ခံကြရမည်သာ ဖြစ်ပေသည်။

ဤ တုဝဋ္ဌကသုတ် အကျင့်တရားတော်သည် သံသရာ၌ ကြာမြင့်စေတတ်သော ပပဉ္စ တရားတို့ကို ပယ်ကြောင်းဖြစ်၍ ယင်းသုတ်ကို တုဝဋ္ဌက-လျင်မြန်တရားဟု ခေါ်ဆိုထားပေသည်။ ထို့ပြင် သံသရာ၌ ဆင်းရဲပင်ပန်းစေတတ်သည့် ပပဉ္စ တရားဆိုးတို့ ကင်းငြိမ်းကြောင်းလည်း ဖြစ်သောကြောင့် ယင်းသုတ်ကို ကောင်းသည်-သက်သာသည် ဟူ၍လည်း ချီးကျူးဂုဏ်တင် သင့်ပါပေသည်။

ထိုသို့ မြန်-ကောင်း-သက်သာဟု ချီးကျူးဂုဏ်တင်ကာ ခေါ်ဆိုထိုက်သော ဤ တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်ကို စကြဝဠာတိုက်တသောင်းမှ လာရောက်စုဝေးလျက်ရှိကြသော မဟာသမဃ ခေါ် နတ်ဗြဟ္မာတို့၏ အစည်းအဝေးကြီး၌ မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောကြားတော်မူစဉ်က နာကြားကြကာ သဘောပေါက်နားလည်ကြသဖြင့် သဒ္ဓါစရိုက် ရှိကြသော နတ်ဗြဟ္မာတို့ ကုဋေတသိန်းခန့် ရဟန္တာ ဖြစ်ကြသည့်ပြင် သောတာပန် သကဒါဂါမ် အနာဂါမ် ဖြစ်ကြသော နတ်ဗြဟ္မာတို့မှာ မရေမတွက်နိုင်လောက်အောင်ပင် များပြားသည်ဟု ဆိုပါသည်။



ထိုစဉ်အခါက ထိုကဲ့သို့ နာကြားကြကာ အလွယ်တကူ သိနားလည်ကြ၍ တရားထူးများကို လျင်မြန်စွာ ရသွားကြ သော်လည်း ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ခေတ် နောက်ပိုင်းဟု ဆိုရ မည့် ယခု အခါ၌ ဤသုတ်တရားတော်ကို ကြားနာရုံမျှဖြင့် တရားထူးကို ရဘို့ မဆိုထားဘိ သဘောပေါက် နားလည်ရန် ပင် မလွယ်ကူဘဲ ရှိခဲ့ချေသည်။

ထို့ကြောင့် ရှေးရှေးခေတ်များမှ ယခုခေတ်အထိ ကျမ်း ဂန်တတ်သိ ပညာရှိဆရာတော်အရှင်မြတ်တို့သည် ဤ တုဝဋ္ဌ ကသုတ်နှင့်တကွ မဟာသမယ ၆-သုတ်တို့ကို နိဿယပြန်ခြင်း အနက်အဓိပ္ပါယ် ဖော်ပြခြင်းတို့ဖြင့် ဖွင့်ပြတော်မူခဲ့ကြပေ သည်။ သို့သော်လည်း ထိုဖွင့်ပြချက်များမှာ ကျမ်းဂန်အနေ အထားဖြင့် ရေးသားစီရင်ချက်များ ဖြစ်သောကြောင့် သုတ နည်းသူတို့မှာ သိနားလည်ရန် မလွယ်ကူဘဲ ခက်ခဲလျက်ပင် ရှိခဲ့လေသည်။

### ပုရာဘေဒသုတ်တရားတော် ထွက်ပေါ်လာခြင်း

ထိုသို့ ဖြစ်နေရာတွင် ယင်း မဟာသမယ ၆-သုတ်ထဲမှ ပုရာ ဘေဒသုတ်တရားတော်သည် ကျေးဇူးရှင်မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ ဟောကြားချက် အစီအစဉ်ဖြင့် တရားစာအုပ် ဖြစ်လျက် ထွက်ပေါ်လာခဲ့လေသည်။ ယင်းစာအုပ်ကို ကြည့်ရှု ကြရသော ပုဂ္ဂိုလ်များစွာတို့မှာ ကျယ်ပြန့်သော အနက် အဓိပ္ပါယ်တို့ကို သဘောပေါက်နားလည်ကာ အားရဝမ်းသာ ဖြစ်ကြရပေသည်။ ယင်း သုတ်တရားတော်သည် ဗုဒ္ဓိစရိုက်ရှိသူ တို့အတွက် ဟောသည့် တရားတော်ဖြစ်သောကြောင့် စူးစမ်း



ဆင်ခြင်ဉာဏ်ထက်မြက်သူတို့က ပို၍ သဘောပေါက်နားလည်ကြပေသည်။

ယင်းသို့ အထူးအားဖြင့် ပို၍ သဘောပေါက် နားလည်ကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် ပြည်ထောင်စုဆိုရှယ်လစ်သမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် ပြည်ထဲရေးနှင့် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန သာသနာရေးဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဦးလှမောင်လည်း တဦးအပါအဝင် ဖြစ်ပေသည်။

ယင်း ဦးလှမောင်မှာမူ ကိုယ်တိုင်သဘောပေါက် နားလည်ရုံမျှတွင် မဟုတ်ပဲ ထို မဟာသမဃ ၆-သုတ်ထဲမှ အခြား ၅-သုတ်ကိုလည်း ပုရာဇောဒသုတ်တရားစာအုပ်ကဲ့သို့ပင် တရားစာအုပ်များ ဖြစ်ပေါ်လာလျှင် အများသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အတွက် အထူးကျေးဇူးများလိမ့်မည်ဟူ၍လည်း မြော်မြင်မိသောကြောင့် ယင်း မဟာသမဃ ၅-သုတ်တို့ကိုလည်း တရားစာအုပ်အဖြစ် ပြုစုစီရင်တော်မူပါရန် ကျေးဇူးရှင်မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးအား လျှောက်ထား တောင်းပန်ခဲ့ပေသည်။

### တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်ကို ဟောကြားစီရင်ခြင်း

ယင်းသို့ လျှောက်ထားတောင်းပန်ခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် ၁၃၃၇-ခုနှစ်၊ ပြာသိုလပြည့်နေ့မှစ၍ ဤ တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်ကို ရန်ကုန်မြို့ သာသနာ့ရိပ်သာ၌ ဖွင့်ပြဟောကြားတော်မူခဲ့ပေသည်။ ဟောကြားပြီးသော အပိုင်းများကိုလည်း စာမူအဖြစ် သို့ ရောက်အောင် တိုက်ပရိုက်ဖြင့် ရိုက်နှိပ်ထားခဲ့ပေသည်။



နောက်ဆုံး ပဉ္စမပိုင်းကိုမူ ဟောသောအခါ မကျယ်လွန်းပဲ အတိအကျ ဖြစ်စေရန် မဟောမိကပင် စာမူအဖြစ် ရိုက်နှိပ်ပြီး လျှင် ထိုစာမူအရ ဟောကြားတော်မူကြောင်း ကြားသိရပေ သည်။ သို့သော် ထိုစာမူ၌ ကျဉ်းလွန်း၍ အသိခက်သောအရာ များကိုမူ တရားနာပရိသတ်များ နားလည်လောက်အောင် အကျယ်ဖွင့်ပြ၍ ဟောတော်မူခဲ့ကြောင်းလည်း ကြားသိရပေ သည်။

### နိဒါန်းရေးရန် တာဝန်ပေးခြင်း

ထိုသို့ ပြုစုစီရင်တော်မူပြီးသော တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် စာမူကို ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဤ စာရေးသူအား ပေးအပ်တော်မူပြီးလျှင် နိဒါန်းရေးထည့်ရန် တာဝန်ပေးတော်မူသည်။ ထိုအခါ တဖက်မှ ဝမ်းမြောက်ဝမ်း သာဖြစ်သည်နှင့်အမျှ တဖက်မှ နင့်ကနဲ လေးတက်လာသည့် တာဝန်ကြီးကို ထမ်းမိလျက်သား ဖြစ်ခဲ့ရပါသည်။ အကြောင်း မှာ-ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ ကျမ်းစာမူနှင့် လိုက်လျောထိုက် တန်သော စကားလုံးများဖြင့် စီစဉ်ရေးသားရမည်ဖြစ်သော ကြောင့်ပင်။ သို့သော်လည်း-

အာဂတော ဘာရော အဝဿံ ဝဟိတဗ္ဗော-  
ရောက်လာသော တာဝန်ကို မရှောင်မသွေ မချွတ်ပင်  
ထမ်းဆောင်အပ်သည်-ဟု

မိန့်ဆိုတော်မူသည့် ကျမ်းဂန် ပရိဘာသစကားနှင့် အညီ တာဝန်ကို ကျေပြန်စွာ ဆောင်ရွက်ရပါတော့မည်။

နိဒါန်းဟူသည်မှာ “နိဒဒါတိ ဒေသကာလာဒိဝသေန  
ဒေသနံ အဝိဒိတံ ဝိဒိတံ ကတံ နိဒဿေတိတိ နိဒါနံ” ဟု



သဒ္ဒါနက်ဝိဂ္ဂိုဟ် ဖွင့်ဆိုတော်မူကြသည်နှင့်အညီ သက်ဆိုင်ရာ တရားတော်ကျမ်းစာကို ဒေသ ကာလစသည်တို့ဖြင့် ပေါ်လွင် ထင်ရှားအောင် ပြဆိုသောစကားရပ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့တွင် ဤ တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်ကို ဖွင့်ပြဟောကြားရာ အရပ် ဒေသနှင့် ကာလတို့ဖြင့်၎င်း၊ လျှောက်ထား တောင်းပန်ခြင်း ၏အကြောင်းနှင့် လျှောက်ထား တောင်းပန်ပုံ ဖွင့်ပြဟော ကြားလျက် ပြုစုစီရင်ပုံတို့ဖြင့်၎င်း ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပေပြီ။ ထို့ကြောင့် အခြေခံအနေအားဖြင့်တော့ ပြည့်စုံပြီဟူ၍ ဆိုနိုင် ပါပြီ။ သို့သော်လည်း ကျမ်းစာသားအတွင်း၌ ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများဖြင့်လည်း ထင်ရှား ပေါ်လွင်သည်ထက် ထင်ရှား ပေါ်လွင်စေရန် ဆက်လက်၍ ရေးသားဖော်ပြရပါဦး မည်။

### ဤစာရေးသူ၏ မှတ်ချက်ချပုံ

ဤစာရေးသူသည် ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ တရားစာမူကို အစမှ အဆုံးတိုင်အောင် ဂရုတစိုက် ရှိရှိသေသေ လေ့လာ ဖတ်ရှုကြည့်ပါသည်။ ထိုသို့ ဖတ်ရှုကြည့်ပြီးနောက် ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ တရားစာကို အောက်ပါအတိုင်း မှတ်ချက်ချ လိုက်မိပါသည်။

“ဤတုဝဋ္ဌကသုတ် တရားတော်ကို ဟောကြား၍ ကျမ်းစာအုပ်အဖြစ်ပြုစီရင်ရန် လျှောက်ထား တောင်းပန် သောဒါယကာကြီး ဦးလှမောင်နှင့် ဟောကြား ပြုစုတော် မူသောကျေးဇူးရှင် မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီး တို့ သည် ယခုခေတ်၌ အတော်ပင် လမ်းချော်လာခဲ့ပြီ ဖြစ် သော ဗုဒ္ဓသာသနာဝင် လူရှင်ရဟန်းတော်များကို ဗုဒ္ဓ



ဓမ္မ သာသနာ့လမ်းကြောင်းပေါ်သို့ ဤ တရားတော်ဖြင့် တည့်တည့် မတ်မတ်ရောက်ရှိစေလိုသော အတွင်း အဇ္ဈတ္တ အဇ္ဈာသယဓာတ်ခံဖြင့် တောင်းပန်ခြင်း ဟောကြားပြုစု တော်မူကြခြင်း ဖြစ်ပေလိမ့်မည်။”

အထက်ပါ အတိုင်း မှတ်ချက်ချမိခြင်း၏ အကြောင်းမှာ— ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီးသည် မိမိ၏ ဝိပဿနာအလုပ်ကိုသာလျှင် ဇောက်ချ၍ ဟောတော်မူလေ့ရှိ ခဲ့ပေသည်။ အပြင်အပ အကြောင်းအရာများကို ဖော်ပြထည့် သွင်း၍ အလွန်ပင် ဟောပြောခဲ့လှပေသည်။ သို့ဖြစ်ပါလျက် ဤ တုဝဋ္ဌကသုတ် တရားတော်၌မူ အပြင်ပလောက၏ အ ကြောင်းအရာများကို စပ်ဆိုင် ကြုံကြိုက်ရာတိုင်းတွင် ဆုံးမ ညွှန်ကြားသည့်အနေဖြင့် ရှင်းလင်းပြဆိုချက်များကို အတော် များများ တွေ့ရသောကြောင့်ပင်။

### သာသနအန္တရာယ် ကာကွယ်သင့်သည်

ယခုနေ အချိန်အခါသည် အတိမ်းအစောင်းများကိုတည့် မတ်ပေးရန် ဆရာကောင်းလိုနေသော အချိန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓသာသနာ့လမ်းကြောင်းကို မှီခိုသလိုလိုနှင့် လမ်းချော်ထွက် နေကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အတော် များပြားနေသော အချိန်အ ခါ ဖြစ်ပါသည်။ ဤလို အချိန်အခါမျိုးတွင် ဆရာတော်ဘုရား ကြီး၏ ရှင်းလင်းဖော်ပြထားသော သြဝါဒများမှာ တတိယ သံဂါယနာပြီးစ အချိန်က အရှင်မဟာ မောဂ္ဂလိပုတ္တတိဿ- မထေရ်မြတ် ဟောကြားပြဆိုခဲ့သော ကထာဝတ္ထု အဆုံး အ ဖြတ်များကဲ့သို့ပင် သာသနအန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး ပြုပြင်ရေး အတွက် တကယ်ပင်လိုနေလျက်ရှိပါသည်။ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်



အတွက် တကယ်လည်း ထိထိရောက်ရောက် အကျိုးများစေ  
လိမ့်မည်ဟု ထင်မြင်မိပါသည်။

### ရှင်းလင်းဖော်ပြချက် သြဝါဒများ

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားက အထင်အရှား ဟောကြား ညွှန်ပြ  
ထားသော အကောင်းဆုံး လက်ရွေးစင် သမထကမ္မဋ္ဌာန်း  
များနှင့် သတိပဋ္ဌာန်စသော ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းများရှိနေပါ  
လျက် ကမ္မဋ္ဌာန်းအသစ်ထွက်ကာ စိတ်ထင်ရာ နယ်ချဲ့လာသော  
ကောဏ္ဍညဗုဒ္ဓ ယက္ကန်းစင်တော် အမည်ခံသူ၏ဝါဒကို ဤ  
တုဝဋ္ဌကတရားတော် စာအုပ်စာမျက်နှာ(၁၄၊၁၅)တို့၌ထုတ်ပြ  
၍ ဒိဋ္ဌိပပဉ္စဖြင့် နယ်ချဲ့ပုံကို သရုပ်ဖော်ပြထားတော်မူပေသည်။  
ယင်းသို့ ဖော်ပြရာ၌ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏ စာတွင်“ကွင်းဝိုင်းကလေး  
မှန်းကြည့်ရသော သူကမ္မဋ္ဌာန်းကို ကသိုဏ်း၊ သမထ၊ နုဿတိ၊  
ဝိပဿနာအမျိုးမျိုးထက် ကောင်းသည်”ဟု ဆိုထားသော  
ကြောင့် ထိုဝါဒသည် ဘုရားဟောကမ္မဋ္ဌာန်းဟူသမျှမှ အလွတ်  
ဖြစ်ကြောင်း ထင်ရှားသည့်အပြင် မိစ္ဆာဝါဒဖြစ်ကြောင်း  
လည်း ထင်ရှားလှပေသည်။ ထို့ကြောင့် ဆရာတော်ဘုရား  
ကြီးက မြတ်စွာဘုရား၏ မျက်နှာတော်ကိုသာ ထောက်ထား  
၍ ယင်းဝါဒကို ပြတ်ပြတ်သားသား ပယ်ရှားကာ သြဝါဒပေး  
တော်မူသည်မှာ မတိမ်းမစောင်း သာသနာ့လမ်းကြောင်းသို့  
ကောင်းကောင်းမွန်မွန် သန့်သန့်ရှင်းရှင်း လျှောက်သွားလို့  
သူများအတွက် ဝိသုဒ္ဓိမဂ္ဂ စင်ကြယ်သော လမ်းမြတ်ကို  
ချမှတ်ပေးတော်မူခြင်းဖြစ်၍ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို အလေး  
အမြတ် ပြုသူတို့အတွက် အားရဖွယ်ကောင်းလှပါပေသည်။



ထို့ပြင် (နှာ-၁၄၈-၁၅၅တို့၌) တပည့်ဒကာဒကာမများ ကပင် မိမိတို့၏ ဆရာရဟန်းတော်များကို လောကီဂိုဏ်းဆရာ အဖြစ်သို့ရောက်အောင် (စေတနာပါသည်ဖြစ်စေ၊ မပါသည် ဖြစ်စေ) ပို့မိနေတတ်ပုံနှင့် ကိုယ့်ဆရာရဟန်းကို ဂိုဏ်းဆရာ အဖြစ်သို့ မရောက်အောင် တပည့်ဒကာ ဒကာမတို့က စောင့်ရှောက်သင့်ကြောင်းများကို သတိပေး ပြဆိုထားသည့်ပြင် ဝိဇ္ဇာဆရာနှင့် ဝိဇ္ဇာဒကာအကြောင်းများ ပြဆိုချက်များသည် ၎င်း၊ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကိုပင် ဝိဇ္ဇာအသွင်ဖြင့် ကိုးကွယ် ချင်သူအား ဆရာတော်ဘုရားကြီးက တည်ငြိမ်သောသမာဓိ ဖြင့် ပယ်ရှားခဲ့ရပုံသည်၎င်း ယခုခေတ်အခါတွင် ဗုဒ္ဓသာသနာ ဝင်များအတွက် အထူးသတိပြုစရာ အချက်ကြီးများ ဖြစ်ပါ ပေသည်။

ထို့ပြင် မည်သည့်ခေတ်တွင်မဆို ခေတ်မှီအတွေးအခေါ် ရှင်များ ခေတ်နောက်ပြန် အတွေးအခေါ်ရှင်များဟူ၍ နှစ် မျိုးနှစ်စား ရှိတတ်ကြရာတွင် ခေတ်မှီအတွေးအခေါ်ရှင်များ မှာ ယခုနေအခါ သာသနာ့ဝန်ထမ်း ရဟန်းတော်များကို ပရ ဟိတလုပ်ငန်းများဖြင့် လူများအကျိုးကို ဆောင်ရွက်လျက် သာသနာပြုစေလိုသော ဆန္ဒများစွာ ရှိနေကြသည်။ ထိုဆန္ဒ အတိုင်း လိုက်လျော၍ အားထုတ်နေသော အချို့ရဟန်း တော်များလည်း ရှိနေကြပေသည်။ ယင်းအတွေးအခေါ်ကို မကြိုက်သောပုဂ္ဂိုလ်များလည်း ရှိကြပေသည်။ ထိုအတွေး အခေါ်များနှင့်ပတ်သက်၍ (နှာ ၁၅၅-၌) တုဝဋ္ဌကသုတ်ပါဠိ တော်အရ ဘုရားရှင်၏အာဘော်ကို ပြပြီးလျှင် သင့်လျော် သော နည်းလမ်းကို ပြဆိုထားလည်မှာလည်း ယခင်နှင့် ယခု



အတွေးအခေါ်ကို မဆန့်ကျင်အောင် ညှိပေးထားသဖြင့် နှစ်ဖက်စလုံး လက်ခံနိုင်လောက်အောင် ပြေလည်လှပေသည်။

### ပရိယတ် ပဋိပတ် နှစ်ရပ်လုံး ကျေနပ်ဖွယ်ရှိပုံ

ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ဟောကြားစီရင်သော တရားစာအုပ် ဓမ္မရောင်ခြည်များကို ရဟန်း လူရှင် မည်သည့်သူတော်စင်မဆို ဝမ်းသာအားရ ကြိုဆိုလက်ခံလျက် ရှိကြပေသည်။ သံဃာလောက၌ ပရိယတ် ပဋိပတ်နယ် နှစ်ရပ်လုံးထင်ရှား၍ နယ်နှစ်ရပ်လုံးက ရိုသေလေးစားခြင်း ခံရသောပုဂ္ဂိုလ်မှာ အလွန်ပင် ရှားလှပါသည်။ ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော်ဘုရားကြီးကိုမူ ပရိယတ် ပဋိပတ် နယ်နှစ်ရပ်လုံးက ရိုသေလေးစားလျက် ရှိကြပါသည်။ ထိုသို့ဖြစ်ရသည်မှာ-ကျေးဇူးရှင် ဆရာတော်ဘုရားကြီးသည် မည်သည့်တရားကို ဟောသည်ဖြစ်စေ မည်သည့်ကျမ်းကို ပြုစုသည် ဖြစ်စေ ပရိယတ္တိစည်းမျဉ်းနှင့် စပ်လျှင် လိုလေသေးမရှိ ပြည့်စုံသည့်ပြင်၊ ပဋိပတ္တိနှင့်စပ်ပါမှုကား ပို၍ပင်ဆိုဘွယ်မရှိ စေ့စပ်သေချာရှင်းလင်းပြည့်စုံစွာ ရေးသားပြုစုတော်မူမြဲ ဖြစ်သောကြောင့်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

ရဟန်းလောက ပရိယတ် ပဋိပတ်နယ်၌သာ မဟုတ်သေး၊ ခေတ်မှီ အတွေးအခေါ် ရှိကြသော ခေတ်လူတို့အားလည်း ရှေးစာပေအဆိုများနှင့် ခေတ်အယူအဆများကို သင့်လျော်စွာ ယူဆတတ်ရန် ညွှန်ပြလေ့ ရှိသဖြင့် ခေတ်သစ် အတွေးအခေါ်ရှင်များကလည်း ဆရာတော် ဘုရားကြီး အပေါ်၌ မလေးစားဘဲ မနေနိုင်အောင် ဖြစ်လာရပေသည်။



ထိုအချက်နှင့်စပ်၍ ဖော်ပြရလျှင်-ဤသုတ် တရားတော် စာအုပ် (နှာ ၅)၌ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရားကို အာဒိစ္စဗန္ဓု-နေမျိုးနွယ်-ဟု သုံးစွဲ ခေါ်ဆိုခြင်း၏ အကြောင်းကို၎င်း၊ (နှာ ၄၆-၅) သမုဒ္ဒရာ၏ အတိမ်အနက်နှင့် သမုဒ္ဒရာ၏ အလယ်ပိုင်းယူပုံကို၎င်း၊ (နှာ ၇၈-၉) အဋ္ဌကထာများတွင် ဆောင်ပြထားသော ဝတ္ထုဇာတ်လမ်းများ အပေါ်၌ နှလုံးသွင်းယူဆသင့်သော သဘောထားကို၎င်း ထည့်သွင်း ဟောပြထားရာတွင် ခေတ်မျက်စိရှိသော ပညာရှိများအတွက် အံ့ဩလောက်သော အတွေ့အခေါ်များ ဖြစ်ပွားလာဘွယ် ရှိပါပေသည်။

### အဓိပ္ပါယ်အယူအဆ ထိမိပုံ

အဓိပ္ပါယ် အယူအဆရေးရာနှင့် ပတ်သက် လာပြန်လျှင်လည်း မည်သည့်နေရာ မည်သည့်ဒေသနာ၌ မည်သို့ယူဆရမည်ဟု ဖွင့်ပြတော်မူပုံမှာ ထိမိလှပါပေသည်။ ထိမိပုံကို ဖော်ပြရလျှင် မြတ်စွာဘုရား၏ တရား ဒေသနာတော် များသည် (နာနာနယနိပုဏ္ဏဂ္ဂိရံ) ဟူသည်နှင့်အညီ နည်းမျိုးစုံတို့ဖြင့် ဟောကြားထား၍ နက်နဲလှပေရာ အဓိပ္ပါယ်အယူအဆ လွဲချော်နိုင်စရာ များစွာပင် ရှိပေသည်။ အကယ်၍ ဘုရားအလိုတော်မကျပဲ အယူအဆလွဲချော်သွားလျှင် နိဗ္ဗာန်ရောက်ရေးနှင့် ဝေးသည့်ပြင် ဘုရားရှင်ကိုပင် စွပ်စွဲရာ ရောက်သည်အထိ အပြစ်သင့်မိလျက်သား ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဤအကြောင်းအရာနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ဤတရားစာအုပ် (နှာ ၁၁) ဝယ် မူလံ ပပဉ္စသင်္ခါယ” အစချီသော ဂါထာကို တိုက်ရိုက်အဓိပ္ပါယ်မျှကိုသာ ယူလျှင် အမေးနှင့်မညီဘဲ လွဲမှားသွားတော့မည်။



ထို့ကြောင့် ယင်းဂါထာသည် နိတတ္ထ-တိုက်ရိုက်ဟော  
သောစကားမဟုတ်၊ နေယျတ္ထ-အဓိပ္ပါယ်ကိုဆောင်၍ ယူရမည့်  
ဂါထာဖြစ်ကြောင်း ရှင်းပြထားသည်မှာ (နေယျတ္ထသုတ္တန်ကို  
နိတတ္ထသုတ္တန်ဟု ပြဆိုလျှင်၊ နိတတ္ထသုတ္တန်ကို နေယျတ္ထသုတ္တန်  
ဟုပြဆိုလျှင်၊ ဒေသနာရှင် မြတ်စွာဘုရားကို စွပ်စွဲရာရောက်  
သည်-ဟုပြဆိုထားသော) အင်္ဂုတ္တရနိကာယ် ဒုကနိပါတ် (နာ  
၆၁၊ အမှတ် ၂၆) သုတ္တန်အရ အယူအဆလွဲမှား၍ အမေးနှင့်  
အဖြေ မကိုက်ဟုမစွပ်စွဲခံစေရန်အတွက် ဖြစ်ပေသည်။ ယင်း  
ပြဆိုချက်မှာ အနက်အဓိပ္ပါယ်ယူဆပုံ အလွန်နက်နဲ၍ ထိထိမိမိ  
သဘာဝကျနသည်မှာ ထင်ရှားလှပါပေသည်။

တုဝဋ္ဋကသုတ် အမှတ် ၁၈-ဂါထာ၌ ဖရူသေန နေ န ပဋိ-  
ဝဇ္ဇာ-ကြမ်းတမ်းသော စကားဖြင့် ပြန်၍မချေပ လေနှင့်”ဟု  
သော သြဝါဒစကားနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ဆင်ခြင်ကြည့်လျှင်-  
‘လူတို့၏ခန္ဓာ၌ မာန ဒေါသ စသော ကိလေသာ တရားဆိုးတို့  
က လွှမ်းမိုး ဖိစီးနေသောကြောင့် သူတပါးက တခွန်းမျှတင်  
လိုက်လျှင် မိမိက ဆယ်ခွန်းလောက်ဆပ်လိုက်ရမှ အများအား  
ဖြင့် ကျေနပ်တတ်ကြသည်။ ထိုသို့မဆပ်ရလျှင် တနံ့နံ့နှင့်  
နေမထိ ထိုင်မသာ ဖြစ်နေတတ်ကြသည်။ ထိုသို့ အနိုင်ယူလို  
သဖြင့် သူထက်သာအောင်ချည်း ပြန်လည် ချေပနေလျှင်  
ရန်ငြိုး ရန်စ မည်သည့်အခါမှ ပြေလည်သွားသည်ဟူ၍ မရှိပဲ  
ရန်ပွဲကလေးမှ ကမ္ဘာ့စစ်ပွဲကြီးများအထိ ကြီးထွားပြန့်ကျယ်  
လာခဲ့ကြသည်မှာ များလှလေပြီ။ ထိုသို့ ရန်မီးမပွားရလေ  
အောင် အထက်ပါ သြဝါဒစကားကို မြတ်စွာဘုရားက မိန့်  
ကြားတော်မူခဲ့ပေသည်။ ထိုသြဝါဒအတိုင်း လိုက်နာ ကျင့်သုံး



လျှင် ရန်မီးမပွါးဘဲ ငြိမ်းအေးလျက် ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ နှစ်ဖြာ လုံး၌ အကျိုးများသွားမည်မှာ ကော်မုချပင် ဖြစ်ပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ထိုဩဝါဒအတိုင်း ဆရာတော်ဘုရားကြီးကိုယ်တိုင် ကျင့်သုံးလာပုံကိုပါ ဖော်ပြလျက် ညွှန်ပြထားသည်ကို ဖတ်ရှုရ သိမှတ်ကြရသူများမှာ ယင်းဩဝါဒကို လိုက်နာကျင့်သုံးချင် စဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။ (ဤတရားတော် နှာ ၂၁၂)

### ဖွင့်ပြချက် ပြည့်စုံလှပေသည်

ဤ တုံဝဋ္ဋကသုတ် ဒုတိယဂါထာ၌ “သဒါ သတော သိက္ခေ” ဟု အမှတ်ရလျက် သိက္ခာ ၃-ပါးကိုကျင့်ရန် ညွှန်ပြ ထားရာဝယ် သတော—အမှတ်ရလျက် ကျင့်ပုံကို ပြရာ၌ မဟာနိဒ္ဒေသအဖွင့်ကို အမှီပြု၍ သတိပဋ္ဌာန် ၄-ပါး ပွားစေ လျက် ရှုမှတ်ကျင့်ပုံကို လက်တွေ့အနေဖြင့် ပြဆိုထားသည်မှာ သဘာဝကျ၍ ပြည့်စုံလှပါပေသည် (နှာ ၂၂-စသည်)။ ကိုယ် တွေ ဉာဏ်တွေ အားမထုတ်ဘူးလျှင် ထိုကဲ့သို့ တိတိကျကျ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ညွှန်ပြရန် ခဲယဉ်းပေလိမ့်မည်။

ထို့ပြင် အမှတ်(၇) ဂါထာဖြင့် နိမ္မိတရုပ်ပွားဘုရား၏ တောင်းပန်ချက်အရ အမှတ်(၈) ဂါထာမှစ၍ ပါတိမောက် အကျင့်ကို ပြဆိုရာ၌ ဒွေ မာတိကာ ပါတိမောက်သိက္ခာပုဒ် များနှင့် တိုက်ဆိုင်ကြည့်လျှင် မရှင်းလင်းပဲ ရှိနေမည်ဖြစ်၍ မြတ်စွာဘုရား၏ အလိုတော်အရ သုတ္တန်ဒေသနာတော်မှ စူဠ သီလစသည်နှင့် နှီးနှော ဖွင့်ပြသွားသည်မှာလည်း သဘာဝ ကျ၍ အလွန်အားရကျေနပ်ဖွယ် ကောင်းလှပါပေသည်။

ထို့ပြင် အမှတ်(၁၅) ဂါထာ၌ ဥပဝါဒံ န ကရေယျ- ဟူသောစကားဖြင့် တုံဝဋ္ဋကသုတ်မှာ တိုက်ရိုက်ပြမထားသော



ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်ဆိုင်ရာ အကျင့်များကို သိမ်းယူအပ်ကြောင်း ပြဆိုထားသည်မှာလည်း သင့်မြတ် ပြည့်စုံလှပါပေသည် (နှာ ၁၇၁)။ ထို့ပြင် ယင်းဂါထာ၌ပင် ဂါမေ စ နာဘိသဇ္ဇေယျ- ဟူသော စကားရပ်ဝယ် ဒကာ ဒကာမတို့၌ မငြိမတွယ်ဘဲ ကျင့်ပုံကို သာဓကအဖြစ်ဖြင့် ပဉ္စင်းတပါး၏ဝတ္ထုကို ထုတ်ပြ ခြင်း၊ ထိုဝတ္ထုနှင့်စပ်၍ ရထဝိနိတပဋိပဒါ(နှာ ၁၇၇), နာလက ပဋိပဒါ (နှာ ၁၈၈), မဟာအရိယဝံသပဋိပဒါ (နှာ ၁၉၂) တို့ကို ထုတ်ပြခြင်းများသည်လည်း ကြားနာရ ဖတ်ရှုရသူတို့ အတွက် ကြည်ညိုဘွယ် အတုယူ၍ ကျင့်သုံးဘွယ် ကောင်းလှ ပါပေသည်။

ထို့ပြင် ရဟန်းကျင့်ဝတ်များကို ပြသော ဤတုဝဋ္ဌက သုတ်တရားကို ကြားနာကြရသော နတ်ဗြဟ္မာတို့မှာ မိမိတို့ ကျင့်ရန်မဟုတ်သော်လည်း သဒ္ဓါစရိုက်ရှိသူတို့ ဖြစ်သည်အား လျော်စွာ ကြည်ညိုသဒ္ဓါဖြစ်ပွားလျက် ပီတိပါမောဇ္ဇာများလည်း ဖြစ်ပွား၍ ယင်းပီတိပါမောဇ္ဇာတို့ကို “သတော သိက္ခေ” ဟူသော ညွှန်ကြားချက်အရ ရှုမှတ်လျက် တဏှာချင်း ဝိပဿနာဉာဏ် အစဉ်ဖြင့် အရိယမဂ်ဖိုလ်သို့ ရောက်သွားနိုင်ပုံများကို ပြဆို ခြင်းမှာလည်း အလွန်ပင် သဘာဝကျ၍ သင့်မြတ်ပြည့်စုံလှ ပါပေသည် (နှာ ၈၃၊ ၈၄၊ ၁၄၃)။

ထို့ပြင် အမှတ်(၁၁)ဂါထာ၌ စျာယီ-ပုဒ်၏ အနက်ကို ဖွင့်ပြရာဝယ် လက္ခဏုပနိဇ္ဈာန်အရ ဝိပဿနာခဏိကသမာဓိကို ခိုင်လုံသောသာဓကများဖြင့် ဖော်ပြခြင်းသည်လည်း သုဒ္ဓ ဝိပဿနာ ယာနိကယောဂီတို့အတွက် အလွန်ပင် အားရ ကျေနပ်ဖွယ် ဖြစ်ပါပေသည်။ (နှာ ၁၁၁-၁၁၅)



ထို့ပြင် အမှတ် (၁၈) ဂါထာ၌ ရာဂစသည်၏ ငြိမ်းခြင်း နိဗ္ဗုတိကို သန္တိလက္ခဏာနိဗ္ဗာန်ဟု သိအပ်ကြောင်း ပြဆိုထား ရာဝယ် ယင်း နိဗ္ဗာန်မျက်မှောက်ပြုပုံကို မိလိန္ဒပဉ္စာမှ သာဓက စကားဖြင့် ဆုံးဖြတ်ဖွင့်ပြထားသည်မှာလည်း အရိယမဂ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်ထားသူတို့အတွက် မှန်ကန်တိကျ သဘာဝ ကျကြောင်း ဆုံးဖြတ်နိုင်ဘွယ် ရှိပါပေသည်။

ဤ တုဝဋ္ဌကသုတ်၌ ပြထားသော အကျင့်များသည် ပပဉ္စ တရားများကိုပယ်၍ နိဗ္ဗာန်သို့ အမြန်ရောက်စေနိုင်သော အကျင့်များဖြစ်သည်ဟု ဆိုလျှင် တုဝဋ္ဌကဟူသော အမည်နှင့် လျော်ညီ၍ မှန်ကန်ကြောင်း လက်ခံကြရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် ရဟန်းတော်များအတွက် ဟောထားသော ကျင့်ဝတ် များဖြစ်ကြောင်းလည်း အလွန်ပင် ထင်ရှားလှပါသည်။ သို့ဖြစ် ၍ နိဗ္ဗာန်သို့ အမြန်ရောက်လိုသော မာမကရဟန်းတော် မှန်လျှင် ဤသုတ်၌ ဟောပြထားသော ကျင့်ဝတ်များကို ရှိသေစွာ ကျင့်သင့်သည်မှာ ယုံမှားဘွယ်မရှိ ဖြစ်ပါပေသည်။

သို့ဖြစ်ရာတွင် နိဗ္ဗာန်သို့ အမြန်ရောက်လိုလျှင် တဏှာ မာန ဒိဋ္ဌိ ပပဉ္စတရားတို့ကို မည်သို့ ပယ်ရမည်ဟူ၍၎င်း၊ သိက္ခာသုံး ပါးကို မည်သို့ ကျင့်ရမည်ဟူ၍၎င်း၊ အထူးအားဖြင့် မာန်မာန ကို မည်သို့ ကင်းစေရမည်ဟူ၍၎င်း၊ မျက်စိ နား စသည်တို့ကို မည်သို့ စောင့်ရှောက်ရမည်ဟူ၍၎င်း၊ ပစ္စည်းလေးပါးနှင့်စပ်၍ မည်မျှအထိ ခြိုးခြံရမည်ဟူ၍၎င်း၊ သမာဓိရရေးအတွက် မည်သို့ ကျင့်ရမည်ဟူ၍၎င်း၊ ဒကာ ဒကာမတို့နှင့်စပ်၍ မည်မျှ အထိ ကင်းရှင်းရမည်ဟူ၍၎င်း၊ လာဘ်လာဘနှင့်စပ်၍ မည်မျှ အထိ စောင့်စည်းရမည်ဟူ၍၎င်း၊ ရှေးက ရဟန်းတော်များ



ဟာ မည်မျှအထိ စောင့်စည်းခဲ့ကြသည်ဟူ၍၎င်း၊ မည်မျှအထိ သဘောထားကြီး၍ ရိုးသားဖြောင့်မတ်ရမည်ဟူ၍၎င်း-ဤသို့ စသည်ဖြင့် ဤသုတ်၌ ပြဆိုထားချက်များကို လေးလေးနက်နက် လေ့လာကြည့်သင့်ပေသည်။ ထိုသို့ လေ့လာကြည့်လျှင် ယခင်က အခြေအနေနှင့် ယခု အခြေအနေ မည်မျှ ကွာဟလျက် ရှိခဲ့ပြီဟူ၍၎င်း၊ နိဗ္ဗာန်နှင့် မိမိတို့ မည်မျှဝေးကွာနေသည်၊ နီးကပ်နေသည်ဟူ၍၎င်း ဤအချက်များလည်း ပေါ်လွင်လျက် ရှိပါလိမ့်မည်။

### နိဂုံးချုပ်

မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားသော တုဝဋ္ဌကသုတ်ရင်းနှင့် ကျေးဇူးရှင် မဟာစည်ဆရာတော် ဘုရားကြီး၏ အဖွင့်တရားတော်ကို စေ့စေ့ငင ဖော်ပြနေလျှင် နိဒါန်းမဟုတ်တော့ပဲ ဒီပနီကျမ်းကြီး ဖြစ်သွားဘွယ်ရှိပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဤမျှဖြင့် နိဂုံးကမ္ပတ် အဆုံးသတ်လိုပါသည်။ ဓမ္မမာမက သူတော်စင် အပေါင်းတို့သည် ဤတုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်ကို သေချာကျန လေ့လာကြပြီးလျှင် ဤသုတ်၌ ညွှန်ပြထားသော ကျင့်ဝတ်များကို ရိုရိုသေသေပြည့်စုံစွာ ကျင့်နိုင်ကြသဖြင့် တုဝဋ္ဌကဟူသော အမည်နှင့် လျော်ညီစွာ မိမိတို့အလိုရှိအပ်သော



မဂ်ဉာဏ်ဖိုလ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် နိဗ္ဗာန်ကို လျင်မြန်စွာ ဆိုက်ရောက်၍  
မျက်မှောက်ပြုနိုင်ကြပါစေ။

ဦးပညောဘာသ

သာသနဇဇသိရီပဝရဓမ္မာစရိယ

ဇမ္ဗုဒီပကျောင်းဆောင်

ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်မြို့။

၁၃၃၇-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆုတ် ၁၀-ရက်။

( ၂၄၊ ၂၊ ၇၆ )

---

မှတ်ချက်။ ။ \*တုဝဋ္ဌကသုတ်-ဟူသော သံယုတ်မဲ့ ပုဒ်သည်  
မူရင်းသုတ်ပါဠိတော်နှင့်၎င်း၊ အာသု တုဏ္ဏ  
မရဉ္စာဝိ- လမ္ဗိတံ တုဝဋ္ဌမ္ဗိ စ-ဟူသော  
အဘိဓာန်ပါဠိနှင့်၎င်း အညီပင်ဖြစ်သည်။



# တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်

## မာတိကာ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ပဌမပိုင်း ၁ မှ-၅၂

တရားပလ္လင်ခံ	....	....	၁
မဟာသမယ ၆-သုတ် ဟောတော်မူခဲ့ပုံ	....	....	၃
နိမ္မိတဘုရား၏ မေးခွန်းတော် (၁-ဂါထာ)	....	....	၄
ဝိဝေကသုံးပါး	....	....	၆
ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အဖြေတော် (၂-ဂါထာ)	....	....	၁၀
ပပဉ္စတရားသုံးပါး	....	....	၁၃
မိမိအယူကိုသာ အကောင်းဆုံး ထင်တတ်ကြသည်	....	....	၁၄
သမ္မာဒိဋ္ဌိကိုတော့ နယ်ချဲ့တရားလို့ မဆိုရ	....	....	၁၅
အသ္မိမာနအကြောင်း	....	....	၁၉
ဖြစ်နိုင်တဲ့တဏှာကို ပယ်ရန် ကျင့်ရတယ်	....	....	၂၀
သတော-အမှတ်ရလျက် ကျင့်ပုံ	....	....	၂၂
ရှုမှတ်အားထုတ်ရမည့် အချိန်ကာလ	....	....	၂၃
ဖောင်းပိန်ရှုရတာ အစ အခြေခံအတွက်သာ	....	....	၂၅
မိမိဂုဏ် ဆရာဂုဏ်ဖြင့် မာန်မတက်ပါလင့် (၃-ဂါထာ)	....	....	၂၇
မာနသုံးမျိုးကို ပယ်ရန် (၄-ဂါထာ)	....	....	၃၁
အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ သီဟနာဒ	....	....	၃၆
အဇ္ဈတ္တ၌သာ ငြိမ်းစေရမယ် (၅-ဂါထာ)	....	....	၄၁



အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
သမုဒ္ဒရာအလယ် ရေပြင်လို့ တည်ငြိမ်စေရမယ်	၄၅
(၆-ဂါထာ) ....	၄၅
သမုဒ္ဒရာအလယ်က ရေလို့ တည်ငြိမ်အောင်ကျင့်ပုံ ....	၄၈

ဒုတိယပိုင်း ၅၃ မှ-၁၀၁

တရားအနုသန္ဓေ ....	၅၃
နိမ္မိတဘုရားရှင်၏ တောင်းပန်ချက် (၇-ဂါထာ)	၅၄
၈-ဂါထာ ....	၅၈
စက္ခုန္ဓြေစောင့်စည်းရေး ....	၅၈
စိတ္တဂုတ္တမထေရ်ကြီးဝတ္ထု ....	၆၃
မျက်စိ မြင်သော်လဲ မမြင်သူလို ကျင့်ရမယ် ....	၆၄
ရပ်ရွာစကား နားမထောင်သင့် ....	၆၇
အရသာလဲ မမက်မောသင့် ....	၆၉
ဆွမ်းကို ဆင်ခြင်၍ သုံးဆောင်ပုံ ....	၆၉
အာဟာရ၌ စက်ဆုပ်ဖွယ်ထင်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ ....	၇၃
သတိပဋ္ဌာန်နည်းဖြင့် ရှုမှတ်၍ စားသုံးပုံ ....	၇၅
သားငယ်၏ အသားကို စားရသည့် ဥပမာ ....	၇၇
ကမ္မဋ္ဌာန်းမဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များလဲ သတိပြုရန် ....	၇၉
ဘာကိုမျှ မမြတ်နိုးသင့် ....	၈၁
၉-ဂါထာ ....	၈၃
ဒုက္ခတွေ့ယင် မညည်းနဲ့ ရှုမှတ် ပယ်ပါ ....	၈၃
သည်းခံ၍ ရှုရန် ညွှန်ကြားတော်မူပုံ ....	၈၄
သဒ္ဓါတရားမရှိသူ သဒ္ဓါတရားစကားနဲ့ မတုံ့ ....	၈၆
သဒ္ဓါတရားရှိသူမှာ သဒ္ဓါတရားစကားနဲ့ တုံ့သည် ....	၈၈



အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ဘဝကောင်းလဲမတောင့်တနဲ့ ....	၈၈
လာမည့်ဘေးလဲ မကြောက်နဲ့ ....	၈၉
သံကိစ္စသာမဏေဝတ္ထု ....	၉၁
ကျားစားခံရတဲ့ ရဟန်းဝတ္ထု ....	၉၄
ဒုက္ခဝေဒနာကို ခွါပုံ ....	၉၇
ဘေး ၂၅-ပါးကို ဘယ်လို ကြောက်ပြီး လှုပ်ရှားနိုင်သလဲ ....	၉၉

### တတိယပိုင်း ၁၀၂-မှ ၁၅၉

တရားအနုသန္ဓေ ....	၁၀၂
ပစ္စည်းပိုသိမ်းထားမှု သန္နိဓိကင်းရမည်(၁၀-ဂါထာ)....	၁၀၂
ဆားတောက် သိမ်းမထားအပ်ကြောင်း ....	၁၀၄
အခြေခံများနှင့်တကွ သမာဓိအကျင့်(၁၁-ဂါထာ) ....	၁၁၀
ဝိပဿနာသမာဓိအကြောင်း ....	၁၁၂
ဝိသုဒ္ဓိအစဉ်နှင့် နှိုးနှောကြည့်ရန် ....	၁၁၅
လက်ခြေလှုပ်ရှားခြင်း (ကုက္ကုစ္စ) ကင်းစေရမယ် ....	၁၁၇
၁၂-ဂါထာ ....	၁၂၀
အအိပ်နည်းပါး အနိုးများလျက် ကြိုးစားနေသင့်ကြောင်း ....	၁၂၁
ပျင်းတာကိုလဲ ပယ်ရမည် ....	၁၂၄
အရှင်မိတ္ထမထေရ်ဝတ္ထု ....	၁၂၇
ပိဏ္ဍဂါတိကတိဿမထေရ်ဝတ္ထု ....	၁၂၉
လှည့်စားမှုလဲ ကင်းစေရမယ်....	၁၃၇
ရယ်ခြင်း ကစားခြင်းလဲ ကင်းရမယ် ....	၁၃၉



အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
အလှပြင်တာနဲ့ မေထုန်မှလဲ ကင်းစေရမယ်	.... ၁၄၂
မေထုန်ငယ် (၇) ပါးလဲ ကင်းသင့်တယ်....	.... ၁၄၄
ဗေဒင်ဟော ဆေးကု မပြုရှောင်ကြဉ် သူတော်စင်	၁၄၈
၁၃-ဂါထာ	.... ၁၄၈
အစစ်အမှန် သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံဘို့က အရေး	
ကြီးတယ်	.... ၁၅၆

စတုတ္ထပိုင်း ၁၆၀-မှ ၁၉၈

တရားအနုသန္ဓေ	.... ၁၆၀
၁၄-ဂါထာ	.... ၁၆၀
ကဲ့ရဲ့သံ ချီးမွမ်းသံ သည်းခံနိုင်ပါစေ	.... ၁၆၀
၁၅-ဂါထာ	.... ၁၆၅
ရဟန်းကောင်း အရောင်းအဝယ် မပြုရ	.... ၁၆၅
ကဲ့ရဲ့ဘွယ်အမှု မပြုရ	.... ၁၆၉
ပဉ္စင်းတပါး၏ ကုလပလိဗောဓကင်းပုံ	.... ၁၇၂
ရထဝိနီတပဋိပဒါ	.... ၁၇၇
သံသဂ္ဂလွတ်ကင်းပြီး မုတ္တုဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်	.... ၁၈၁
စူဠပိဏ္ဍပါတိယ တိဿမထေရ်ဝတ္ထု	.... ၁၈၂
ကိုးကွယ်လှူဒါန်းမှု စင်ကြယ်လျှင် အကျိုးကြီး	
ကြောင်း	.... ၁၈၄
ရထဝိနီတအကျင့်နှင့် စပ်ပြီးကြည်ညိုတာဟာ	.... ၁၈၈
နာလကပဋိပဒါ	.... ၁၈၈
မဟာအရိယဝံသပဋိပဒါ	.... ၁၉၂
လာဘ်ရအောင် သွေးဆောင် မပြောရ	.... ၁၉၄



အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

## ပဉ္စမပိုင်း ၁၉၉-မှ ၂၃၂

တရားအနုသန္ဓေ ....	၁၉၉
၁၆-ဂါထာ ....	၁၉၉
အကြွားအဝါ ကင်းပါစေ ....	၁၉၉
မစင်ကြယ်သော တရားဟောမှု ....	၂၀၁
စင်ကြယ်သောတရားဟောမှု....	၂၀၂
ကိုယ်နှုတ်စိတ်ကြမ်း မဆိုးသွမ်းရာ ....	၂၀၄
၁၇-ဂါထာ ....	၂၀၇
မုသာဝါဒမှ ကြည်ရှောင်ရမည် ....	၂၀၈
ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ ကင်းရမည် ....	၂၀၈
၁၈-ဂါထာ ....	၂၁၁
စုပ်စွဲကဲ့ရဲ့ခံရသော်လဲ အကြမ်းပတမ်း မချေပလင့် ....	၂၁၁
မိမိကိုယ်တိုင် သည်းခံကျင့်သုံးခဲ့ပုံ ....	၂၁၂
၁၉-ဂါထာ ....	၂၁၅
အမြဲမပြတ် ရှုမှတ် ကျင့်ပါ ....	၂၁၅
နိဗ္ဗာန နိဗ္ဗုတိ သန္တိ သန္တိလက္ခဏာ အရတရားကိုယ် အတူတူပင် ....	၂၁၇
မီးတောက်ငြိမ်းတာ မြင်ရသလို ရာဂစသည်ငြိမ်းတာ ကို မြင်ပါသလား ....	၂၁၈
နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်တွေ့ပုံ ....	၂၁၉
ပါဠိပညာရှင်များ စဉ်းစားရန် ....	၂၂၃
၂၀-ဂါထာ ....	၂၂၅
အဋ္ဌကထာ အဆုံးပိုင်း ဝေဘန်ချက် ....	၂၂၉
တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် မာတိကာ ပြီး၏။	



## တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်စာအုပ်၌ ပြင်ဖတ်ရန်

နာ	ကြောင်း	ရှိရင်း	ပြင်ဖတ်ရန်
၁၀	၁၂	‘အသ္မိတိ	‘အသ္မိ’တိ
၃၃	၂	ငါတို့က	“ငါတို့က
၄၇	၁၂	တောင်ရှိသင့်ရာ	တောင် ရှိသင့်ရာ
၅၅	၁၉	ဘေရန်ကို	ဘေးရန်ကို
၆၂	၅	ရာဇဝတ	ရာဇဝတ်
။	၂၁	ကိလေသာတေ	ကိလေသာတွေ
၆၇	၁၇	ရွာ နိဂုံး၍	ရွာ နိဂုံးမြို့
၇၀	၂၀	တည်မြဲအောင်	တည်မြဲတည်အောင်
၇၈	၁၉	အဒါဟာ	အဲဒါဟာ
၈၀	၆	ဗြိတိရ	ဗြိတိသျှ
၁၁၃	၁၅	ဥပစာသမာဓိ	ဥပစာသမာဓိ၊ အပ္ပနာသမာဓိ
၁၁၉	၂	မမေဆိုတာ	မမေ့ဆိုတာ
၁၅၀	၃	လကျမိုင်းပြီး	လမိုင်းကျပြီ
။	၅	လမိုင်းကျပြီး	လမိုင်းကျပြီ
၁၆၇	၃	မျှာ ပါတယ်	မျှားပါတယ်
။	၉	အရောင် အဝယ်	အရောင်းအဝယ်
၁၇၀	၄	ကြံတာဘဲ	ကြံတာလဲ
၁၇၄	၁၂	ကြံပါဘုရား။	ကြံပါဘုရား”
၁၈၀	၁၉	ပုဂ္ဂိုလ်	ပုဂ္ဂိုလ်
၂၀၁	၁၉	ကြည်ညိုပါမူ	ကြည်ညိုကြပါမူ
၂၂၂	၂၄	ကိလေသာငြိမ်းတာ	ကိလေငြိမ်းတာ
၂၂၈	၁၇	အပြည့်သိအစုံ	အပြည့်အစုံသိ
။	၂၀	ညဉ့်ပါ	ညဉ့်ပါ

# တုဝဋ္ဌကသုတ် တရားတော်

ပဌမပိုင်း

(၁၃၃၇-ခုနှစ် ပြာသိုလပြည့်နေ့ ဟောသည်)

နမော တဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဿ။

တရားပလ္လင်ခံ

ဒီကနေ့ ၁၃၃၇-ခုနှစ် ပြာသိုလပြည့်နေ့ ဖြစ်တယ်။ ဒီကနေ့ ဟောဘို့ရာ အစဉ်ကျရောက်နေတဲ့ တရားကတော့ မြတ်စွာဘုရား ခုနစ်ဝါမြောက် တာဝတိံသာမှာဟောတဲ့ အဘိဓမ္မာတရားတော်ထဲက ဝိဘင်းတရားတော်မှ ဓာတ်သစ္စာ စသည်ကို ဟောဘို့ပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ ကမ္ဘာအေး ဗုဒ္ဓသာသနာပုံနှိပ်တိုက်မှာ ညွှန်ကြားရေးမှူးဖြစ်တဲ့ ဒါယကာကြီး \*ဦးလှမောင်၏ လျှောက်ထားတောင်းပန်ချက်အရ မဟာသမယ ၆-သုတ်ထဲက တုဝဋ္ဌကသုတ်ကို ဟောဘို့ စီစဉ်ထားပါတယ်။

မှတ်ချက်။ ။ ၎င်းသည် ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ်သမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် ပြည်ထဲရေးနှင့် သာသနာရေးဝန်ကြီးဌာန သာသနာရေးဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်သည်း ဖြစ်သည်။

တုဝဋ္ဌကသုတ် ၁-ပ-မ-သ-စ



ဒီသုတ်ကို ဟောရခြင်း၏ အကြောင်းရင်းကတော့ ၁၃၂၂-ခုနှစ်က မဟာသမဃ ၆-သုတ်ကို ဟောခဲ့တယ်။ အဲဒီတုန်းက အထူး မှတ်သားဖွယ်ကောင်းတဲ့ ပုရာဇောဒသုတ်ကို တိပ်ရကော်ဒါဖြင့် အသံဖမ်းယူထားခဲ့တယ်။ အဲဒီ တရားတိပ်ခွေကို ရွှေဘိုမြို့ ဆိပ်ခွန်သို့ ပို့လိုက်တော့ အဲဒီမှာ နာကြားရသူ အများက အဲဒီ ပုရာဇောဒသုတ်တရားကို အလွန်သဘောကျကြတယ်။ တရားကို စိတ်မဝင်စားဘူးတဲ့ သူတွေကတောင် သဘောကျနေကြတယ်။ အဲဒီ တရားကို တရားစာအုပ်ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ဖို့လဲ တိုက်တွန်းကြတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ တရားကို တိပ်ခွေမှထုတ်ပြီး ၁၃၂၈-ခုနှစ်က စာအုပ်အဖြစ်ဖြင့် ထုတ်ဝေခဲ့တယ်။

အဲဒီ စာအုပ်ကိုလဲ ကြည့်ရှုရသူအများက သဘောကျကြတယ်။ အထူးအားဖြင့် ဗုဒ္ဓစရိုက်ရှိသူ ဉာဏ်ထက်သူတို့အတွက် ဟောတဲ့တရားဖြစ်သောကြောင့် ဉာဏ်ထက်သူတွေက ပိုပြီး သဘောကျကြပါတယ်။ ပဌမအကြိမ်ရိုက် အုပ်ရေ ၅၀၀၀ ကုန်သွားတဲ့အတွက် ၁၃၃၆-ခုနှစ်က ဒုတိယအကြိမ် ထပ်ပြီး ရိုက်နှိပ် ဖြန့်ဝေရပါတယ်။ အဲဒီလို နှစ်သက်သဘောကျသူတွေထဲမှာ ဒါယကာကြီး ဦးလှမောင်လဲ တဦးအပါအဝင် ဖြစ်ပါတယ်။ ဦးလှမောင်ကတော့ အခြား မဟာသမဃသုတ်များကိုလဲ စာအုပ်အဖြစ် ဖြန့်ဝေနိုင်လျှင် အလွန် အကျိုးများလိမ့်မယ်လို့လဲ မြှော်မြင်မိတဲ့အတွက် အဲဒီ အခြားသုတ် ၅-ခုကိုလဲ စာအုပ်အဖြစ် ရေးသားစီရင်ဘို့ရာ ဘုန်းကြီးထံ လျှောက်ထားတောင်းပန်ပါတယ်။ လွန်ခဲ့တဲ့ ၃-နှစ်လောက်က စပြီး တောင်းပန်တာ သုံးလေးကြိမ်မက ရှိပါပြီ။ ဘုန်းကြီး

ကလဲ အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အခါ တရားဟောပြီးမှ ဟောတဲ့ တရားအနေနဲ့ ပြုစုပေးဖို့ ဝန်ခံ ပြောကြားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီ ဝန်ခံချက်အရ ယနေ့ တုဝဋ္ဌကသုတ်ကို စပြီးဟောဖို့ စီစဉ် ထားရတာပါ။

### မဟာသမယ ၆-သုတ် ဟောတော်မူခဲ့ပုံ

မြတ်စွာဘုရားဟာ တချိန်က သာကီဝင်မင်းသားများဖြစ် ကြတဲ့ ရဟန္တာရဟန်းတော် ငါးရာနှင့်တကွ ကပိလဝတ်မြို့နယ် မဟာဝုန်တောအရပ်မှာ စုဝေးမိနေခိုက်မှာ တသောင်းသော စကြဝဠာတိုက်တို့မှ နတ်ဗြဟ္မာတွေ လာရောက်ဖူးမြော်ကြပါ တယ်။ မဟာသမယခေါ်တဲ့ အဲဒီ နတ်ဗြဟ္မာတွေ လာရောက် ဖူးမြော်ကြတဲ့ အစည်းအဝေးကြီးမှာ မြတ်စွာဘုရားက လာ ရောက်ကြတဲ့ နတ်ဗြဟ္မာတွေကို ကြေငြာတော်မူပြီးတဲ့နောက် အဲဒီ နတ်ဗြဟ္မာတွေ မဂ်ဖိုလ်တရားထူး ရရေးအတွက် သူတို့နဲ့ သင့်လျော်တဲ့ တရား ၆-သုတ်ကို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

- (၁) ရာဂအဖြစ်များသူတို့အတွက် သမ္မာပရိဗ္ဗာဇနီ ယသုတ်ကို ဟောတော်မူပါတယ်။
- (၂) ဒေါသအဖြစ်များသူတို့ အတွက် ကလဟဝိဝါဒ သုတ်ကို ဟောတော်မူပါတယ်။
- (၃) မောဟအဖြစ် များသူတို့ အတွက် မဟာဗျူဟ သုတ်ကို ဟောတော်မူပါတယ်။
- (၄) ဝိတက်အဖြစ်များသူတို့အတွက် စူဠဗျူဟသုတ် ကို ဟောတော်မူပါတယ်။
- (၅) သဒ္ဓါအဖြစ်များသူတို့အတွက် တုဝဋ္ဌကသုတ်ကို ဟောတော်မူပါတယ်။



(၆) ပညာအဖြစ်များသတို့အတွက် ပုရာဘေဒသုတ်  
ကို ဟောတော်မူပါတယ်။

အဲဒီသုတ်များကို ကြားနာရတဲ့အတွက် တသုတ်တသုတ်  
မှာ နတ်ဗြဟ္မာပေါင်း ကုဋေတသိန်းစီ ရဟန္တာဖြစ်ကြတယ်။  
အနာဂါမ် သကဒါဂါမ် သောတာပန်ဖြစ်ကြတာတွေကတော့  
တသုတ် တသုတ်မှာပင် မရေမတွက်နိုင်အောင် များတယ်လို့  
ဆိုပါတယ်။

ဟောတဲ့အခါမှာလဲ မေးပြီးတော့ ဖြေကြားတဲ့အနေဖြင့်  
ဟောမှ အဲဒီလို ကျွတ်တမ်းဝင်နိုင်ကြမည့်အကြောင်းကို သိ  
တော်မူတဲ့အတွက် သင့်လျော်တဲ့ မေးခွန်းကို မေးနိုင်မည့်  
ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဆင်ခြင်ကြည့်တော်မူတဲ့အခါ အဲဒီလို အချိုးတကျ  
မေးနိုင်မည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကို မမြင်တော်မူတဲ့အတွက် ကိုယ်တော်မြတ်  
နှင့် အလုံးစုံတူတဲ့ နိမ္မိတဘုရားတဆူကို ဖန်ဆင်းတော်မူရပါ  
တယ်။ အဲဒီလို ဖန်ဆင်းပြီးတော့ အဲဒီ နိမ္မိတဘုရားက မိမိ  
အား မေးစေရန်လဲ အဓိဋ္ဌာန်ဖြင့် စီစဉ်တော်မူပါတယ်။ ယခု  
ဟောမည့် တုဝဋ္ဌကသုတ်ကိုတော့ နိမ္မိတဘုရားက ဒီလို စပြီး  
မေးတော်မူပါတယ်။

နိမ္မိတဘုရား၏ မေးခွန်းတော်

၁။ ပုစ္ဆာမိ တံ အာဒိစ္စဗန္ဓု၊  
ဝိဝေကံ သန္တိပဒဉ္စ မဟေသိ။  
ကထံ ဒိဿာ နိဗ္ဗာတိ ဘိက္ခု၊  
အနုပါဒိယာနော လောကသ္မိံ ကိဉ္စိ-တုံ။

အာဒိစ္စဗန္ဓု - နေမင်း၏အဆွေဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ (နေမင်းကလဲ ဂေါတမအနွယ်ရှိတယ်၊ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကလဲ ဂေါတမအနွယ်ရှိတယ်၊ ဒါကြောင့် အနွယ်တူတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားဟာ အာဒိစ္စဗန္ဓု - နေမင်း၏အဆွေမည်ပါတယ်တဲ့။ ဒီနေရာမှာ စဉ်းစားစရာတော့ ရှိပါတယ်၊ နေဆိုတာ ဂြိုဟ်ကြီးဘဲ၊ ဘာကြောင့် ဂေါတမအနွယ်ရှိရသလဲလို့ စဉ်းစားစရာရှိပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ဟိုရှေးခေတ်တုန်းက လူတွေဟာ နေ လ ဂြိုဟ်တွေ နက္ခတ်တွေကို နတ်တွေအနေနဲ့ အသိအမှတ်ပြုပြီး ကိုးကွယ်နေကြတာတွေလဲ ရှိပါတယ်၊ မင်းတွေဆိုယင် သူတို့ဟာ နေမျိုးနွယ်တွေလို့ ဂုဏ်ယူလေ့ရှိကြပါတယ်၊ သာကီဝင်မင်းတွေကလဲ အဲဒီလို ဂုဏ်ယူကြတဲ့အတွက် သာကီဝင်မင်းတွေကို အဲဒီခေတ်တုန်းက အာဒိစ္စဗန္ဓု - နေမျိုးနွယ်တွေလို့ အသိအမှတ်ပြုကြဟန် တူပါတယ်၊ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားကိုလဲ အဲဒီလို အများက အသိအမှတ်ပြုထားကြသည့်အတိုင်း အာဒိစ္စဗန္ဓုလို့ဘဲ ခေါ်တယ်လို့ မှတ်ယူသင့်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့်) အာဒိစ္စဗန္ဓု - နေမင်း၏ အဆွေဖြစ်တော်မူသော မြတ်စွာဘုရား၊ တံ - အရှင်ဘုရားကို၊ ပုစ္ဆာမိ - မေးလိုပါ၏၊ မေးပါရစေ။ မဟေသိ - မြတ်သော သီလအစရှိသော ဂုဏ်ကျေးဇူးတို့ကို ရှာမှီးတော်မူပြီးသော မြတ်စွာဘုရား၊ ဘိက္ခု - ရဟန်းသည်၊ ဝိဝေကံ စ - ဆိတ်ငြိမ်တရား(၃-ပါး)ကို ၎င်း၊ သန္တိပဒဉ္စ - အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်တရားကို၎င်း၊ ဝါ - ငြိမ်းကြောင်းတရားကို၎င်း၊ ကထံ ဒိသျှာ - အဘယ်သို့ သိမြင်၍၊ နိဗ္ဗာတိ - ရာဂစသော ကိလေသာ ငြိမ်းသည့်အလိုအားဖြင့် ငြိမ်းပါသနည်း၊ ဝါ - ရာဂစသည်ကို ငြိမ်းစေပါသနည်းတဲ့။



ဆိတ်ငြိမ်တရားနဲ့ အငြိမ်းဓာတ်ကို ဘယ်လိုသိမြင်ပြီး ငြိမ်းပါသလဲတဲ့။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက “ဆိတ်ငြိမ်တခို၊ ငြိမ်းရာကို၊ ဘယ်လိုမြင်၍ ငြိမ်းသနည်း” လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁။ ဆိတ်ငြိမ်တခို၊ ငြိမ်းရာကို၊ ဘယ်လိုမြင်၍ ငြိမ်းသနည်း။

### ဝိဝေကသုံးပါး

ဆိတ်ငြိမ်တခို ဆိုရာမှာ တခိုကတော့ ကာရန်ရအောင်လို့ ထည့်ထားတာပါ။ ဆိတ်ငြိမ်ဆိုတဲ့ တရားတခုနှင့်လို့ဘဲ ဆိုလိုပါတယ်။ ဝိဝေက-ဆိတ်ငြိမ် ဆိုတာက သုံးပါးရှိတယ်။ (၁) ကာယဝိဝေက-ကိုယ်ဖြင့်ဆိတ်ခြင်း ဆိုတာကတပါး၊ အဲဒါကတော့ နှစ်ကိုယ် သုံးကိုယ်စသည် အဖော်မရှိဘဲ တကိုယ်တည်းနေတာကို ဆိုတာပါ။ ဒါကြောင့် အဖော်မမှီးတကိုယ်တည်းနေတာကို ကာယဝိဝေကခေါ်တယ်လို့ မှတ်ထားကြရမယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

အဖော်မမှီး တကိုယ်တည်းနေတာကို ကာယဝိဝေကခေါ်သည်။

အဲဒီ ကာယဝိဝေကဟာ တရားအားထုတ်ရာမှာ အလွန်ကျေးဇူးများတယ်။ ဒါကြောင့် တရားအားထုတ်ဖို့ နေရာကို ညွှန်ပြရာမှာ (၁) အရညဂတော ဝါ-တောအရပ်သို့ ကပ်၍ ဖြစ်စေ၊ (၂) ရုက္ခမူလဂတော ဝါ-သစ်ပင်ရင်း-သစ်ပင်အောက်သို့ကပ်၍ဖြစ်စေ၊ (၃) သုညာဂါရဂတော ဝါ-ဆိတ်ငြိမ်ရာကျောင်းသို့ ကပ်၍ဖြစ်စေလို့ ညွှန်ကြားတော် မူတာပါ။

ဘဲ။ တရားအားမထုတ်ပဲ အလွတ်နေရာမှာတောင်မှ အလိုနည်းတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်အတွက်ဆိုယင် တယောက်တည်း နေရတာဟာ အလွန်အေးချမ်းပါတယ်။

(၂) စိတ္တဝိဝေက - စိတ် အလိုအားဖြင့် ငြိမ်းခြင်းဆိုတာက တပါး၊ အဲဒါကတော့ ကိလေသာအဖော်နှင့် မရောရှက်ပဲ စင်ကြယ်တဲ့စိတ် တကိုယ်တည်း သက်သက်ဖြစ်နေတာကို ဆိုတာပါဘဲ။ ဈာန်စိတ် မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ် ဝိပဿနာစိတ် တကိုယ်တည်း သက်သက် ဖြစ်နေတာပါဘဲ။ အဲဒါကို လိုက်ဆိုကြရမယ်။

ကိလေသာ အဖော်မမှီးဘဲ ဈာန်စိတ် မဂ်စိတ် ဖိုလ်စိတ် ဝိပဿနာစိတ် တကိုယ်တည်း သက်သက်ဖြစ်နေတာကို စိတ္တဝိဝေကခေါ်သည်။

(၃) ဥပဓိဝိဝေက-ဥပဓိ ကင်းဆိတ်ရာကတပါး၊ အဲဒါကတော့ ကိလေသာ ခန္ဓာ အဘိသင်္ခါရ ဆိုတဲ့ ဥပဓိအားလုံး ကင်းဆိတ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ပါဘဲ။ လိုက်ဆိုကြရမယ်။

ကိလေသာ ခန္ဓာ အဘိသင်္ခါရ ကင်းတဲ့နိဗ္ဗာန်ကို ဥပဓိဝိဝေကခေါ်သည်။

ဝိဝေကခေါ်တဲ့ အဲဒီ ဆိတ်ငြိမ်တရား သုံးပါးကို ဘယ်လို သိမြင်ပြီး ရာဂစသော ကိလေသာ ငြိမ်းပါသလဲ၊ အဲဒီကိလေသာကို ငြိမ်းစေပါသလဲလို့လဲ မေးပါတယ်။

နောက်တချက်ကတော့ သန္တိပဒဆိုတဲ့ အငြိမ်းဓာတ်တရားကို ဘယ်လိုသိမြင်ပြီး ငြိမ်းပါသလဲတဲ့။ သန္တိ ဆိုတာ ငြိမ်းခြင်းသဘောဘဲ၊ ပဒ ဆိုတာကလဲ အရိယမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ရောက်



အပ်တဲ့ အဲဒီအငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်ပါဘဲ။ ဒီလိုဆိုတော့ ဥပဓိ  
ဝိဝေကနှင့် ထပ်တူဖြစ်နေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီအနက်ကိုလဲ  
မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ရှေးဦးစွာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ ဒုတိယအဖွင့်  
အလိုအားဖြင့်တော့ သန္တိ-ငြိမ်းခြင်း + ပဒ-အကြောင်း =  
သန္တိပဒ-ငြိမ်းခြင်း၏ အကြောင်း-ငြိမ်းကြောင်း တရားလို့  
လဲ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီငြိမ်းကြောင်းတရားက ဘာလဲ  
ဆိုယင်၊ သတိပဋ္ဌာန်လေးပါး၊ သမ္မပ္ပဓာန်လေးပါး၊ ဣဒ္ဓိပါဒ်  
လေးပါး၊ ဣန္ဒြေငါးပါး၊ ဗိုလ်ငါးပါး၊ ဗောဇ္ဈင်ခုနစ်ပါး၊ မဂ္ဂင်  
ရှစ်ပါးဆိုတဲ့ ဒီ ဗောဓိပက္ခိယတရား (၃၇) ပါးပါဘဲ။ အဲဒီထဲ  
မှာ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါးဖြစ်ပွားနေယင် ကျန်တဲ့ဗောဓိပက္ခိ  
ယ တရားတွေလဲ မကင်းရာ မကင်းကြောင်း ဖြစ်တဲ့အတွက်  
အကုန်လုံး ပါဝင် သွားတာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် ယခု ဒီ  
သာသနာ့ ရိပ်သာမှာ သတိပဋ္ဌာန် လေးပါးကို ရှုမှတ်  
ပွား များနေကြရတာဟာ အဲဒီ သန္တိပဒဆိုတဲ့ ငြိမ်းကြောင်း  
တရား- နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရားတွေကို ပွားများနေကြ  
ရတာဘဲ။ အင်မတန်ကောင်းတဲ့ အလုပ်ပါဘဲ။ ယခု ဒီ နိမ္မိတ  
ဘုရားရှင်၏အမေးမှာ အဲဒီ သန္တိပဒဆိုတဲ့ ငြိမ်းကြောင်း  
တရားကိုလဲ ဘယ်လို သိမြင်ပြီး ကိလေသာ ငြိမ်းပါသလဲ၊  
ကိလေသာတွေကို ငြိမ်းစေပါသလဲလို့ မေးပါတယ်။

အဲဒီအမေးဂါထာမှာ ပါဠိက “နိဗ္ဗာတိ ဘိက္ခု”လို့ ရှိ  
ပါတယ်။ “ရဟန်းသည် ငြိမ်းပါသလဲ”လို့ အနက်ရပါတယ်။  
ဒါပေမဲ့ ရဟန်းပျောက်ကွယ်သွားတာကိုတော့ မဆိုလိုပါဘူး။  
ကိလေသာ ငြိမ်းသောအားဖြင့် ငြိမ်းပါသလဲလို့သာ ဆိုလို  
ပါတယ်။ ဒါကြောင့် မဟာနိဒ္ဒေသမှာ အဲဒီ နိဗ္ဗာတိ-ပုဒ်ကို

အတ္တနော ရာဂံ နိဗ္ဗာပေတိ-မိမိ၏ ရာဂကို ငြိမ်းစေပါသလဲ၊  
ဒေါသံ မောဟံ ကောဓံ ဥပနာဟံ နိဗ္ဗာပေတိ - ဒေါသကို  
မောဟကို ကောဓကို ဥပနာဟကို ငြိမ်းစေပါသလဲ-စသည်  
ဖြင့် ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ တနည်းအားဖြင့်ဆိုယင် နိဗ္ဗာတိ-  
ပုဒ်ကို ငြိမ်းစေပါသနည်း-လို့လဲ အနက်ပြန်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ  
လိုဆိုတော့ (ဏာပေ-ဆိုတဲ့) ကာရိတ်ပစ္စည်း ကျေနေတယ်လို့  
ဆိုရမှာပေါ့။

အဲဒီလို ငြိမ်းရာ-ငြိမ်းစေရာမှာလဲ ခေတ္တခဏ ဝေးကွာရုံ  
မျှကို ဆိုလိုတာ မဟုတ်ပါဘူး။ အမြစ်ပြတ် အပြီးတိုင် ငြိမ်း  
တာကိုသာ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် “အနုပါဒိယာနော  
လောကသ္မိံ ကိဉ္စ”လို့ ငြိမ်းပုံကို ဂုဏ်ထူးဖြင့်လဲ သတ်မှတ်ပြီး  
မေးပါတယ်။

လောကသ္မိံ --လောကထဲ၌၊ ကိဉ္စ-တစုံတခုကိုမျှ၊ အနုပါ-  
ဒိယာနော-မစွဲလမ်းမှု၍၊ ဝါ-အစွဲအလမ်းကင်းလျက်၊ နိဗ္ဗာ-  
တိ-ငြိမ်းပါသနည်း၊ ဝါ-ငြိမ်းစေပါသနည်း-တဲ့။

လောကဆိုတာပညတ်အနေနဲ့ဆိုယင် အပါယ်လောက လူ့  
လောက နတ်လောကပါဘဲ၊ ပရမတ်အနေနဲ့ဆိုယင်တော့ ခန္ဓာ  
အာယတန ဓာတ် ရုပ်နာမ် သဘောတရားတွေပါဘဲ၊ အတို့  
ချုပ် ပြောရယင် ရုပ်နာမ် တရားတွေပါဘဲ၊ မိမိသန္တာန်က  
ဖြစ်စေ၊ သူတပါးသန္တာန်ကဖြစ်စေ အဲဒီ ရုပ်နာမ်တရားတွေ  
ထဲက တစုံတခုကိုမျှ ငါကောင် သတ္တဝါကောင်အနေ ငါ့ဥစ္စာ  
အနေဖြင့် မစွဲလမ်းဘဲ ငြိမ်းပါသလဲ၊ ငြိမ်းစေပါသလဲ-တဲ့၊  
ဒီမစွဲလမ်းပုံကိုတော့ ဆောင်ပုဒ်မှာ တိုစေလိုတဲ့အတွက် ထည့်  
မထားတော့ဘဲ “ဆိတ်ငြိမ်တခို၊ ငြိမ်းရာကို (ဝါ) ငြိမ်းကြောင်း



ကို၊ ဘယ်လိုမြင်၍ ငြိမ်းသနည်း”လို့သာ ဆိုထားပါတယ်။ အဲဒါကို ထပ်ပြီး ဆိုကြရမယ်။

၁။ ဆိတ်ငြိမ်တခို၊ ငြိမ်းရာကို၊ ဘယ်လိုမြင်၍ ငြိမ်းသနည်း။  
ဆိတ်ငြိမ်တခို၊ ငြိမ်းကြောင်းကို၊ ဘယ်လိုမြင်၍ ငြိမ်းသနည်း။

နိမ္မိတရုပ်ပွားဘုရားရှင်၏ အဲဒီအမေးကို သက်တော် ထင်ရှား ပကတိ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ဂါထာ ၅-ပုဒ်တို့ဖြင့် ဖြေကြားတော် မူပါတယ်။ အဲဒီဂါထာ ၅-ပုဒ်ထဲက ပဌမဂါထာကတော့—

### ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရှင်၏ အဖြေတော်

၂။ မူလံ ပပဉ္စသင်္ခါယ၊  
မန္တာ ‘အသ္မိတိ သဗ္ဗ’ မုပရုန္ဓေ။  
ယာ ကာစိ တဏှာ အဇ္ဈတ္တံ၊  
တာသံ ဝိနယာ သဒါ သတော သိက္ခေ-တုံ။

မူနိ-နိမ္မိတရုပ်ပွားမြတ်ဘုရား၊ ပပဉ္စသင်္ခါယ-နယ်ချဲ့လျက် ဖင့်နဲ့ကြာမြင့်စေတတ်သောကြောင့် ပပဉ္စမည်သော တရားအစု၏၊ မူလံ- အမြစ်အရင်းကို၎င်း၊ အသ္မိတိ-ငါဖြစ်သည်ဟု ထင်မှားလျက် ထောင်လွှားတက်ကြွသည့် မာနကို၎င်း၊ မန္တာ-မန္တာယ-သိသောပညာဖြင့်၊ ဝါ-ပညာဖြင့် သိမြင်၍၊ သဗ္ဗ-အလုံးစုံကို၊ ဥပရုန္ဓေ-ဖြစ်ခွင့် ပယ်ရှားလျက် မြစ်တားချုပ်ငြိမ်းစေရာ၏-တုံ။

နိမ္မိတရုပ်ပွား ဘုရားရှင်၏မေးခွန်းမှာ ဝိဝေကနှင့် သန္တိပဒေကို ဘယ်လိုမြင်ပြီး ငြိမ်းပါသလဲ၊ ငြိမ်းစေပါသလဲ-လို့ မေး

ထားပါတယ်။ အဲဒီ အမေးနှင့်အညီ “တပါးတည်းနေလျက် ကာယဝိဝေကကို သိရမယ်။ ကိလေသာကင်းဆိတ်တဲ့ စျာန်စိတ် ဝိပဿနာစိတ် မဂ်စိတ်များကိုဖြစ်ပွားစေကာ စိတ္တဝိဝေကကို သိရမယ်။ မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ဥပဓိဝိဝေကခေါ်တဲ့ နိဗ္ဗာန်ကို သိရမယ်။ အဲဒီ နိဗ္ဗာန်ကို သိမြင်ကြောင်းဖြစ်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန် စသည်ကို မည်သို့မည်ပုံ ပွားစေရမယ်” စသည်ဖြင့် ဝိဝေကနှင့် သန္တိပဒ်မြင်ပုံကိုပြပြီးတော့ ကိလေသာငြိမ်းပုံကို ဖော်ပြယင် လွယ်လွယ်နဲ့သိနားလည်ဖို့ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလိုမဟုတ်ပဲ ယခုရှုတ်ပြတဲ့အတိုင်း ဖြေတာဟာ အဲဒီတုန်းက ကျွတ်တမ်းဝင်ကြမည့် နတ်ဗြဟ္မာတွေ၏ အလိုအဇ္ဈာသယနှင့် ကိုက်ညီအောင် ဖြေကြားတော်မူတယ်လို့ဘဲ သဒ္ဓါတရားဖြင့် မှတ်သားယုံကြည်ကြရမယ်။ ဒီသုတ်တရားကိုက သဒ္ဓါစရိုက်ရှိတဲ့သူတွေအတွက် ဟောထားတဲ့ တရားဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ယခု ဒီတရားကို နာနေကြတဲ့သူတွေ (ဒီတရားစာအုပ်ကို ဖတ်ရှု နေကြတဲ့သူတွေ)ဟာလဲ “နိတတ္ထအလိုအားဖြင့် တိုက်ရိုက်မဖြေဘဲ နေယျတ္ထအလိုအားဖြင့် သွယ်ဝိုက်ပြီး ဖြေကြားတော်မူတယ်”-လို့ ယုံကြည်မှု-သဒ္ဓါကို ပွားစေပြီး နာကြရ (ဖတ်ကြရ) မယ်။

သွယ်ဝိုက်ပြီး ဖြေပြပုံကတော့ မန္တာ-ပညာဖြင့် သိမြင်၍ ဆိုတဲ့စကားဖြင့် “ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာတို့ဖြင့် သိမြင်ပြီး ငြိမ်းစေရမယ်” ဆိုတာကို သိစေပါတယ်။ အဲဒီတော့ အခြေခံသမာဓိစိတ်နှင့် ဝိပဿနာစိတ် မဂ်စိတ် ဆိုတဲ့ စိတ္တဝိဝေကလဲ ပြည့်စုံတယ်။ အဲဒီ သမာဓိ ဝိပဿနာတို့၏ အခြေခံဖြစ်တဲ့ ကာယဝိဝေကလဲ ပြည့်စုံခဲ့တယ်လို့လဲ သိရပါတယ်။ မန္တာအရ အရိယမဂ်ပညာဖြင့် ဥပဓိဝိဝေကကို မျက်မှောက်သိမြင်ပြီး



ကိလေသာတွေ ငြိမ်းစေတယ် ဆိုတာလဲ သိနိုင်ပါတယ်။ ဒီဂါထာမှာ ဥပရုဇ္ဈေ-တားမြစ်ချုပ်ငြိမ်းစေရမယ် ဆိုတဲ့စကား၊ အမှတ် (၅) ဂါထာမှာ “ကိုယ်တုန်း၌သာ ငြိမ်းစေရမယ်” ဆိုတဲ့စကားများဖြင့် ဥပဓိဝိဝေကမည်တဲ့ သန္တိ - အငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်ကို သိစေပါတယ်။ ဒီဂါထာမှာပင် စတုတ္ထအပိုဒ်၌ “သတော-အမှတ်ရလျက်၊ သိက္ခေ-ကျင့်ရမယ်” ဆိုတဲ့စကားဖြင့် သန္တိပဒေ - ငြိမ်းကြောင်းဖြစ်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန် စသည်ကို ကိုယ်တိုင်တွေ့အားဖြင့် သိမြင်ပုံကို ပြပါတယ်။ အဲဒါဟာ သွယ်ဝိုက်ပြီး ဖြေရှင်း ဟောပြောပါဘဲ။ အလွန်လဲ နက်နဲပါတယ်။ ဒီလို နက်နဲတဲ့တရားကို နာရပေတယ်လို့ သဒ္ဓါပွားပြီး ရိုရိုသေသေ နာကြဘို့ (ဖတ်ကြဘို့) ပါဘဲ။

ယခု အနက်ပြန်ခဲ့တဲ့ ပဌမ ၂-ပိုဒ်မှာ ဆိုလိုတာ အတိုချုပ်ကတော့ သံသရာကို ရှည်လျားကြာမြင့်စေတတ်တဲ့ ပပဉ္စခေါ် နယ်ချဲ့တရားအစု၏ အမြစ်အရင်းရယ်၊ ငါလို့ထင်ပြီး ထောင်လွှားတတ်တဲ့ မာနရယ်၊ ဒီတရားတွေကို ဆင်ခြင်ဉာဏ်ပညာ ဝိပဿနာပညာ အရိယမဂ်ပညာတို့ဖြင့် ထိုက်သည်အားလျော်စွာ သိမြင်ပြီး အဲဒီ ကိလေသာတွေ ဖြစ်ခွင့်မရအောင် အကုန်လုံးပိတ်ဆို့တားမြစ်ရမယ်၊ ချုပ်ငြိမ်းစေရမယ်-လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ အဲဒါကို “အကျယ်ချဲ့လစ်၊ သူ့အမြစ်နှင့်၊ ငါဖြစ်သည့်သွင်၊ စိတ်ကြီးဝင်၊ သိမြင်လျက် ငြိမ်းစေသည်” လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၂။ အကျယ်ချဲ့လစ်၊ သူ့အမြစ်နှင့်၊ ငါဖြစ်သည့်သွင်၊ စိတ်ကြီးဝင်၊ သိမြင်လျက် ငြိမ်းစေသည်။

အကျယ်ချဲ့လစ် သူ့ အမြစ်နှင့် ဆိုတာက အကျယ်ချဲ့တတ်  
တဲ့ ပပဉ္စတရား၏ အမြစ်ကို သိမြင်ပြီး ချုပ်ငြိမ်းစေတယ်လို့ ဆို  
လိုပါတယ်။ ပပဉ္စတရားဆိုတာ လောကဘက်မှာလဲ အကျယ်ချဲ့  
တတ်တယ်။ သံသရာမှာလဲ အကျယ်ချဲ့ပြီး ရှည်ကြာစေတတ်တယ်။  
သံသရာကို ရှည်ကြာစေတတ်တဲ့ အဲဒီ ပပဉ္စတရားကို အမြစ်  
ပါချုပ်ငြိမ်းစေရန် ညွှန်ကြားတဲ့ တရားဖြစ်တဲ့အတွက် ဒီသုတ်  
ကို တုဝဋ္ဌကသုတ်လို့ ခေါ်တယ်။ တုဝဋ္ဌ-သဒ္ဓါက မြန်တယ်  
ဆိုတဲ့အနက်ကို ဟောတယ်။ ဒါကြောင့် တုဝဋ္ဌကသုတ် ဆိုတာ  
လျင်မြန်ရေးတရားလို့ အနက်ရပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆို  
တော့ သံသရာမှာ ရှည်ကြာအောင် နယ်ချဲ့တတ်တဲ့ ပပဉ္စတရား  
ကို ပယ်ကြောင်း ဖြစ်လို့ပါ။

### ပပဉ္စတရားသုံးပါး

အဲဒီ ပပဉ္စတရားဆိုတာ တဏှာရယ် မာနရယ် ဒိဋ္ဌိရယ်-  
ဒီသုံးပါးပါ။ အဲဒီ သုံးပါးထဲမှာ တဏှာက မရသေးတာကို  
ရချင်တယ်။ ရပြန်တော့လဲ တခု ရယင် ၂-ခု ရချင်ပြန်တယ်။  
၂-ခု စသည် ရပြန်ယင်လဲ ၃-ခု ၄-ခု စသည်ကို ရချင်ပြန်တယ်။  
ရပြီးထက် သာပြီးကောင်းတာကိုလဲ ရချင်တယ်။ အားရပြည့်  
စုံတယ်လို့ မရှိဘူး။ ပတ်ဝန်းကျင်မှာ မြင်တွေ့နိုင်တဲ့ လူတွေကို  
ကြည့်ပါ။ မရသေးတဲ့သူတွေက ရချင်ကြတယ်။ ရပြန်တော့လဲ  
တိုးတိုးပြီး ရချင်ကြတယ်။ ကောင်းသည်ထက် ကောင်းတာတွေ  
ကို ရချင်ကြတယ်။ ယခုနေအခါ အချို့ နိုင်ငံတွေမှာ ကုဋေ  
ရာထောင်များစွာ ပေါများကြွယ်ဝနေတဲ့ သေဋ္ဌေးကြီးတွေ ရှိ  
ကြပါတယ်။ အဲဒီ သေဋ္ဌေးကြီးတွေလဲ အားရတယ်လို့ မရှိဘူး။  
ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ များသည်ထက် များအောင် အားထုတ်နေ



ကြတာဘဲ၊ တိုင်းပြည်ကို အုပ်ချုပ်နေတဲ့ မင်းတွေလဲ အင်အားရှိယင် တနည်းနည်းဖြင့် နယ်ချဲ့တတ်ကြတာဘဲ၊ အဲဒါတွေဟာ တဏှာပပဉ္စတရား၏ တိုက်တွန်းချက်အရ ပြုလုပ်ကြရတာတွေဘဲ များပါတယ်။ သူများထက် သာချင်တဲ့ မာနကြောင့် ပြုလုပ်ရတာလဲ တချို့ရှိတယ်၊ မိမိသဘောကျတဲ့ အယူဝါဒအရ ချဲ့ထွင်ရတာလဲ တချို့ရှိတယ်။

### မိမိအယူကိုသာ အကောင်းဆုံး ထင်တတ်ကြသည်

အယူဝါဒဆိုတာဟာ စွဲမိပြီဆိုမှဖြင့် ဘာမျှအသင့်ယူတ္တိမရှိပေမဲ့ မိမိအယူဝါဒကို အကောင်းဆုံးလို့ချည်း ထင်မှတ်တတ်ကြတယ်၊ အဲဒီလို ထင်မှတ်ပြီး သူတပါးတွေလဲ လက်ခံအောင် ဝါဒဖြန့်တတ်ကြတယ်၊ နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် တိုက်တွန်းတတ်ကြတယ်။ ဒီကနေ့ မနက်ကဘဲ နေရပ်လိပ်စာမပါတဲ့ စာတစောင်ကို ရတယ်၊ သူလိပ်စာကို “ကောဏ္ဍညဗုဒ္ဓ (ယက္ကန်းစင်တောင်)မှ”လို့ ဒါလောက်ပဲ ဖော်ပြထားတယ်၊ အဲဒီစာထဲမှာ ပြထားတဲ့ တရားအားထုတ်ပုံ အတိုချုပ်ကတော့ “မျက်စိကို- မှိတ်ပြီးတော့ ကွင်းဝိုင်းငယ်ကလေးကို မှန်းကြည့်ရမယ်”တဲ့၊ အဲဒါဟာ ကသိုဏ်း၊ သမထ၊ နုဿတိပျိုးမှု၊ ဝိပဿနာ အမျိုးမျိုး ထက်ကောင်းတဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်ပါသတဲ့၊ သူစာက အဲဒီလို ဆိုထားတယ်။ အဲဒီအဆိုဟာ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်တွင်းက ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်းမှန်တွေကို အကုန်ပယ်ပြီး ဘာမျှမဟုတ်တဲ့ ကွင်းဝိုင်းငယ်ကလေးကို ကမ္မဋ္ဌာန်းလုပ်ပြီးပြတဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာအပြင်ဘက်က ဝါဒဘဲ၊ အဲဒီစာကို ပေးပို့လိုက်တာကတော့ သူဟာသူ ကောင်းကယ်ထင်ပြီး စာဖြင့် ဝါဒဖြန့်တဲ့သဘောပါဘဲ၊ ဒိဋ္ဌိဖြင့် နယ်ချဲ့ဆိုတာ ဒါမျိုးပေါ့။

နောက်ပြီးတော့ ယခုနေအခါမှာ “သူတို့ပြောဟောတဲ့ အတိုင်း သိယင်ပြီးတယ်၊ သမထ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်ဖို့ မလိုဘူး”လို့ ပြောဟောနေကြတာလဲ ရှိတယ်။ “စိတ် စိတ်အတိုင်း ထားရုံနဲ့ပြီးတယ်၊ ဘာမျှအားထုတ်ဖို့ မလိုဘူး၊ အားထုတ်ယင် ဒုက္ခချည်းဘဲ”လို့ ဟောပြောဝါဒ ဖြန့်နေကြတာလဲ ရှိတယ်။ အဲဒါတွေလဲ “မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးကို ပွားစေရမယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်ကို ပွားစေရမယ်၊ သစ္စာလေးပါးကို သိအောင် အားထုတ်ရမယ်”လို့ ဟောတော်မူတဲ့ ဘုရားစကား တော်များနှင့် ဖြောင့်ဖြောင့်ဆန့်ကျင်တဲ့ မိစ္ဆာဝါဒတွေဘဲ၊ ဒါကြောင့် အဲဒီလို ဟောပြောနေကြတာလဲ ဒိဋ္ဌိဖြင့် နယ်ချဲ့ နေကြတာဘဲ။

အချုပ်အားဖြင့် ဆိုယင် သစ္စာလေးပါးကို သိရအောင် သတိပဋ္ဌာန်စသော ဗောဓိပက္ခိယတရား မဂ္ဂင်တရားများကို ပွားစေဖို့ မဟောကြားတဲ့ ဘာသာရေးဝါဒ တရားဟူသမျှ တွေဟာ မိစ္ဆာဝါဒချည်းဘဲ၊ အဲဒီ ဘာသာရေးဝါဒတွေကို ဟောပြောဖြန့်ဖြူးနေကြတာတွေဟာ ဒိဋ္ဌိဖြင့် နယ်ချဲ့နေတာ တွေဘဲ။

### သမ္မာဒိဋ္ဌိကိုတော့ နယ်ချဲ့တရားလို့ မဆိုရ

ဘာသာတရားမှန်ကို ဟောပြောတာလဲ ဒိဋ္ဌိဖြင့် နယ်ချဲ့ တာ မဖြစ်ပေဘူးလားလို့ မေးစရာရှိပါတယ်။ မဖြစ်ပါဘူးလို့ဘဲ ဖြေရပါမယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုယင်၊ အမှန်တရားကို သိပြီး အမှန်အတိုင်း ဟောပြောနေတာဟာ သမ္မာဒိဋ္ဌိဖြင့်သာ ဟောပြောနေခြင်း ဖြစ်တဲ့အတွက်ကြောင့်ပါဘဲ။ အလွဲအမှား သိမြင်ယူဆတာက မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိဘဲ၊ အဲဒီ ဒိဋ္ဌိကိုသာ ပပဉ္စ-နယ်



ခွဲတရားလို့ ဆိုရပါတယ်။ အမှန်သိတဲ့ သမ္မာဒိဋ္ဌိကိုတော့ ပပဉ္စ-နယ်ခွဲတရားလို့ မဆိုရပါဘူး။

ဒါကြောင့် ပပဉ္စ-နယ်ခွဲတရားဆိုတာ တဏှာရယ် မာနရယ် ဒိဋ္ဌိရယ်၊ ဒီသုံးပါးပါတဲ့။ အဲဒီသုံးပါးထဲက မာနကိုတော့ ဒီသုတ်မှာ အသ္မိတိ-လို့ သီးသန့်ဟောထားတဲ့အတွက် တဏှာနဲ့ ဒိဋ္ဌိကိုသာ ပပဉ္စတရားအဖြစ်ဖြင့် နိဒ္ဒေသမှာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီ တဏှာ၊ ဒိဋ္ဌိတို့၏ မူလအရင်းအမြစ် ဆိုတာကိုလဲ အဝိဇ္ဇာရယ်၊ အယောနိသောမနသိကာရရယ်၊ အသ္မိမာနရယ်၊ အဟိရိကရယ်၊ အနောတ္တပ္ပရယ်၊ ဥဒ္ဓစ္စရယ်-ဒီတရား ၆-ပါးဘဲလို့ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

ဒါကြောင့် နှစ်သက်သာယာမှု လိုချင် တောင့်တမှုဆိုတဲ့ တဏှာနယ်ခွဲတရားဟာ အမှန်ကိုမသိဘဲ အမှားသိတဲ့အဝိဇ္ဇာကြောင့် ဖြစ်တယ်လို့လဲ မှတ်ရမယ်။ ဖြစ်ပုံကတော့ မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း နံတိုင်း စားသိတိုင်း ထိသိတိုင်း ကြံသိတိုင်း ထင်ရှား ပေါ်နေတာတွေဟာ ခဏမစဲ ဖြစ်ပျက်နေလို့ မမြဲတာတွေချည်းဘဲ။ နှစ်သက်ဖွယ် အားကိုးဖွယ်မရှိတဲ့ ဆင်းရဲချည်းဘဲ။ အတ္တကောင်မဟုတ်တဲ့ အနတ္တ သဘောတရားချည်းဘဲ။ ဒါပေမဲ့ ဖြစ်ခိုက်ဖြစ်ခိုက်၌ အမှန်အတိုင်းသိအောင် မရှုနိုင်တဲ့ သူတွေမှာ အဲဒီ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တတရားတွေကို မြဲတယ် ချမ်းသာတယ် ကောင်းတယ် ငါကောင်ဘဲလို့ အလွဲအမှားကိုသာ ထင်မှားသိမြင်နေကြတယ်။ အဲဒါဟာ အဝိဇ္ဇာဘဲ။ အဲဒီလို အလွဲအမှားကို ထင်မှား သိမြင်နေကြတဲ့အတွက် အဲဒီမြင်ဆစ်သည်မှာ ထင်ရှားတွေ့ရတာတွေကို နှစ်သက်သာယာနေကြတယ်။ လိုချင်တောင့်တနေကြတယ်။ အဲဒါဟာ အဝိဇ္ဇာ

ကြောင့် တဏှာ ပပဉ္စတရားဖြစ်ပေါ်လာတာဘဲ။ ဒါကြောင့် အဝိဇ္ဇာကို တဏှာပပဉ္စ၏ အမြစ်အရင်း အကြောင်းတရားလို့ ပြဆိုထားပါတယ်။

အဲဒီတော့ မူလံ ပပဉ္စသင်္ခါယ-ပပဉ္စတရားအစု၏ အမြစ် အရင်းကို သိမြင်ပြီးတားမြစ်ရမယ် ချုပ်ငြိမ်းစေရမယ်လို့ဆိုရာ မှာ တဏှာပပဉ္စ၏ အမြစ်အရင်းဖြစ်တဲ့ အဝိဇ္ဇာကို ဘယ်လို ချုပ်ငြိမ်းစေရ-ပယ်ရမလဲဆိုယင်၊ မြင်ဆဲခဏစသည်မှာ အမှန် အတိုင်းသိအောင် ရှုမှတ်ပြီးပယ်ရုံပါဘဲ။ မြင်ဆဲစသည်မှာ ထင် ရှားတဲ့သဘောတရားကို ရှုမှတ်ပြီး အနိစ္စစသည်ဖြင့် အမှန်အ တိုင်း သိသိသွားယင် နိစ္စစသည်ဖြင့် ထင်မှတ်ပြီး သာယာ မည့် တဏှာပပဉ္စတရားဟာ မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး။ အဲဒါဟာ အမြစ်အရင်း အဝိဇ္ဇာနှင့်တကွ တဏှာပပဉ္စကို ပယ်ပုံပါဘဲ။ အဲဒါက တဒင်္ဂအားဖြင့် ပယ်ပုံဘဲ။ အဲဒီလို အမှန်အတိုင်း ရှု သိပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် ရင့်သန်တဲ့အခါ အရိယမဂ်ဉာဏ် ဖြစ် ပေါ်လာတယ်။ အဲဒီအခါကျတော့ အမြစ်အရင်း အဝိဇ္ဇာနှင့် တကွ တဏှာပပဉ္စကို အမြစ်ပြတ် ကင်းငြိမ်းစေပါတယ်။ အဲဒါ ဟာ အမြစ်အရင်းအဝိဇ္ဇာမှစ၍ ပယ်ပုံပါဘဲ။

နှစ်သက်သာယာဖွယ်အနေဖြင့် နှလုံးသွင်းမိတဲ့ အယော- နိသောမနသိကာရကြောင့်လဲ နှစ်သက်သာယာတဲ့ တဏှာဖြစ် ပွားတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ အယောနိသော မနသိကာရကိုလဲ ပပဉ္စ၏ အမြစ်အရင်း အကြောင်းတရားလို့ ပြဆိုထားပါတယ်။ ထို့အတူပင် မာန အဟိရိက အနောတ္တပ္ပ ဥဒ္ဓစ္စတို့ကြောင့်လဲ နှစ်သက်သာယာတဲ့ တဏှာပပဉ္စ ဖြစ်ပွားတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ မာနစသည်တို့ကိုလဲ တဏှာပပဉ္စ၏ အမြစ်အရင်းလို့ ပြဆို



ထားပါတယ်။ အဲဒီ အယောနိသောမနသိကာရအစရှိတဲ့ အမြစ် အရင်းများနှင့်တကွ တဏှာပပဉ္စကို ဖြစ်ခွင့်မရဘဲ ချုပ်ငြိမ်းစေ လို့ယင်လဲ ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်များကို အမှန်အတိုင်းသိအောင်ရှုမှတ် နေရုံပါဘဲ၊ မပြတ်ရှုမှတ်နေယင် အဲဒီ အယောနိသော မနသိ ကာရစသည်ကို ဝိပဿနာဖြင့်လဲ တဒင်္ဂအားဖြင့် ချုပ်ငြိမ်းစေ နိုင်ပါတယ်။ ဝိပဿနာရင့်သန် ပြည့်စုံတဲ့အခါမှာ အရိယမဂ် ဖြင့်လဲ အမြစ်ပြတ် ချုပ်ငြိမ်း စေနိုင်ပါတယ်။

အဝိဇ္ဇာစသော အကြောင်း ၆-ပါးကြောင့် တဏှာပပဉ္စ ဖြစ်ပွားသလိုပင် ဒိဋ္ဌိပပဉ္စလဲ ဖြစ်ပွားတယ်။ မြင်ဆဲစသည်မှာ ထင်ရှားတဲ့ရုပ်နာမ်တွေကို အတ္တကောင်လို့ အယူမှားတဲ့ ဒိဋ္ဌိ ဟာ အမှန်အတိုင်းမသိဘဲ အလွဲသိမှားတဲ့ အဝိဇ္ဇာကြောင့်လဲ ဖြစ်တယ်။ အလွဲနဲ့လုံးသွင်းမိတဲ့ အယောနိသော မနသိကာရ ကြောင့်လဲဖြစ်တယ်။ မာန အဟိရိက အနောတ္တပ္ပ ဥဒ္ဓစ္စတို့ ကြောင့်လဲဖြစ်တယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီအဝိဇ္ဇာစသည်ကို ဒိဋ္ဌိ ပပဉ္စ၏ အမြစ်အရင်းလို့လဲ ပြဆိုထားပါတယ်။ အဲဒီ အမြစ် အရင်းများနှင့်တကွ ဒိဋ္ဌိပပဉ္စကို ချုပ်ငြိမ်းစေလို့ယင်လဲ မြင် ဆဲစသည်မှာ ထင်ရှားတဲ့ ရုပ်နာမ်တရားတွေကို အမှန်အတိုင်း သိအောင် ရှုမှတ်နေရုံပါဘဲ၊ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေယင် အဲဒီအဝိဇ္ဇာ စသောအမြစ်အရင်း အကြောင်းများနှင့်တကွ ဒိဋ္ဌိပပဉ္စကို ဝိပဿနာဉာဏ် အရိယမဂ်ဉာဏ်တို့ဖြင့် ချုပ်ငြိမ်းစေနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် “ပပဉ္စသင်္ခါယ-ပပဉ္စခေါ်တဲ့ နယ်ချဲ့တရားအစု၏၊ မူလံ-အမြစ်အရင်းကို၊ မန္တာ-မန္တာယ-ပညာဖြင့် သိမြင်၍၊ သဗ္ဗံ-အလုံးစုံကို၊ ဥပရုဇ္ဈေ-ဖြစ်ခွင့် ပယ်ရှားလျက် မြစ်တား ချုပ်ငြိမ်းစေရာ၏” လို့ ဖြေကြားတော်မူပါတယ်။

## အသွိမာနအကြောင်း

နောက်ပြီးတော့ အသွိတိ-ငါဖြစ်သည်ဟု ထင်လျက် ထောင်လွှားသောမာနကို သိမြင်ပြီးချုပ်ငြိမ်းစေရမယ်လို့ ဆိုရာမှာ အသွိ ဆိုတဲ့ပုဒ်အနက်ကို ရှေးဦးစွာ ရှင်းပြရမယ်။ ပါဠိဘာသာမှာ အသွိ-ဖြစ်၏-လို့ ဆိုယင် “ငါသည် ဖြစ်၏” လို့ ဒီလို အနက်ရတယ်။ အတ္တိ-လို့ ပဌမ ပုရိသနှင့်ဆိုယင် “သူသည် ရှိ၏-ဖြစ်၏” လို့ (သူစသည်ဟော) နာမ သဒ္ဒါနှင့် ယှဉ်ရတယ်။ အသိ-လို့ မဇ္ဈိမ (ဒုတိယ) ပုရိသနှင့်ဆိုယင် “သင်သည် ဖြစ်၏” လို့ (သင်ဟော) တုမ သဒ္ဒါနှင့် ယှဉ်ရတယ်။ အသွိလို့ ဥတ္တမ (တတိယ) ပုရိသနှင့်ဆိုယင် “ငါသည်ဖြစ်၏” လို့ (ငါဟော) အမ သဒ္ဒါနှင့်ယှဉ်ရတယ်။ ဒါကြောင့်အသွိပုဒ်ကို ငါဆိုတဲ့ကတ္တားနှင့် တွဲပြီး ငါဖြစ်သည်လို့ အနက်ဖော်ရတယ်။ ငါဖြစ်သည်လို့ ဆိုရာမှာလဲ “ငါတတ်သည် ငါမြတ်သည်” စသည်ဖြင့် ဂုဏ်ယူစရာတွေကို ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ငါတတ်သည် ငါမြတ်သည် ငါလိမ္မာသည် ငါဘုန်းကြီးသည် - စသည်ဖြင့် ဂုဏ်ယူပြီး ထောင်လွှားတဲ့မာနကို အသွိမာနလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ မာနကို ဒီမှာ အသွိတိ-ဆိုတဲ့ပုဒ်ဖြင့် ပြဆိုထားပါတယ်။ ငါတတ်သည် စသည်ဖြင့် ထင်မြင်ပြီး ထောင်လွှားတဲ့ အဲဒီမာနကိုလဲ သိမြင်ပြီး ချုပ်ငြိမ်းစေပါ-ပယ်ပါတဲ့။ အဲဒါကို ဆောင်ပုဒ်မှာ “ငါဖြစ်သည့်သွင် စိတ်ကြီးဝင် သိမြင်လျက် ငြိမ်းစေသည်” လို့ ဆိုထားပါတယ်။ မေးခွန်းမှာ “ဘယ်လိုမြင်၍ ငြိမ်းသနည်း” လို့ ဆိုထားတာနဲ့ ညီစေရန် “သိမြင်လျက် ငြိမ်းစေသည်” လို့ ဆိုထားတာပါ။ “ငါတတ်သည့်အနေ ငါမြတ်သည့်အနေ စသည်ဖြင့် စိတ်ကြီးဝင်တဲ့မာနကို သိမြင်ပြီး ငြိမ်းစေတယ်။



ငြိမ်းစေရမယ်”လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ကဲ အဲဒီဆောင်ပုဒ်ကို ထပ် ဆိုကြရမယ်။

- ၁။ ဆိတ်ငြိမ်တခို၊ ငြိမ်းရာကို၊ ဘယ်လိုမြင်၍ ငြိမ်းသနည်း။  
 ၂။ အကျယ်ခွဲလစ်၊ သူ့အမြစ်နှင့်၊ ငါဖြစ်သည့်သွင်၊ စိတ် ကြီးဝင်၊ သိမြင်လျက် ငြိမ်းစေသည်။

ပါဠိမှာ သဗ္ဗ-အလုံးစုံကို တားမြစ်ရမယ်၊ ချုပ်ငြိမ်းစေ ရမယ်လို့ ဆိုရာမှာ ဘယ်ဟာ အလုံးစုံကိုလဲလို့ ဆိုယင်၊ ပပဉ္စ တရား၏ အမြစ်အရင်းဖြစ်တဲ့ အဝိဇ္ဇာစသည်ကိုရော၊ အသ္မိမာန ကိုရော အဲဒါတွေအားလုံးကို ငြိမ်းစေရမယ်လို့ ဆိုလိုတာ ပါဘဲ၊ အဲဒါတွေ ချုပ်ငြိမ်းယင် တဏှာနဲ့ဒိဋ္ဌိဆိုတဲ့ ပပဉ္စတရား တွေရော အခြားကိလေသာတွေရော အကုန်လုံး ချုပ်ငြိမ်း သွားကြတော့တာပါဘဲ။ အဲဒီကိလေသာတွေထဲမှာ ဘဝသစ် ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲတွေရဲ့ဖြစ်ကြောင်း သမုဒယသစ္စာဆိုတဲ့ တဏှာ ကို ငြိမ်းစေဘို့က အလွန်အရေးကြီးပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီ တဏှာငြိမ်းအောင် ကျင့်ပုံကို (ယာ ကာစိ တဏှာ အဇ္ဈတ္တံ၊ တာသံ ဝိနယာ သဒါ သတော သိက္ခေ) လို့ ထပ်ပြီး ပြဆို ပြန်ပါတယ်။

### ဖြစ်နိုင်တဲ့တဏှာကို ပယ်ရန်ကျင့်ရတယ်

အဇ္ဈတ္တံ-မိမိသန္တာန်၌၊ ဝါ-မိမိစိတ်၌၊ ယာ ကာစိ တဏှာ- အမှတ်မရှိ အလုံးစုံသော တဏှာတို့သည်၊ ဥပ္ပဇ္ဇေယျံ- အကြောင်း ညီညွတ်သောအခါ ဖြစ်နိုင်ကုန်၏။ တာသံ- အကြောင်းညီညွတ်လျှင် ဖြစ်နိုင်သော ထိုတဏှာအားလုံးတို့ ကို၊ ဝိနယာ-ဝိနယာယ-ပယ်ဖျောက်ရန်အလို့ငှါ၊ သဒါ-နေ့

ရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း၊ သတော-အမှတ်ရလျက်၊ သိက္ခေ-ကျင့်သုံးနေရာ တော့သတည်း တဲ့။

နှစ်သက်သာယာမှု တပ်မက်ဆာလောင်မှု တဏှာဟာ အရိယမဂ်ဖြင့် မပယ်ရသေးယင် အကြောင်းညီညွတ်တဲ့အခါ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ဖြစ်ဖို့ရာ အသင့်ရှိနေတယ်လို့ ဆိုရတယ်၊ မြင်ရတဲ့ အဆင်းလှလှကလေးတွေကို အကြောင်းပြုပြီးတော့လဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ကြားရတဲ့အသံကောင်းကလေးတွေ၊ နံရတဲ့ အနံ့ကောင်းကလေးတွေ၊ စားရတဲ့ အရသာကောင်းကလေးတွေ၊ တွေ့ထိရတဲ့ အတွေ့ကောင်းကလေးတွေ အကြောင်းပြုပြီးတော့လဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ကြံသိရတဲ့ စိတ်ကူးအာရုံကောင်းတွေ၊ ဖြစ်ဆဲ ဖြစ်လတ် ဘဝအာရုံတွေကို အကြောင်းပြုပြီးတော့လဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ ပုထုဇဉ်မှာဆိုယင် မဖြစ်နိုင်တဲ့ တဏှာရယ်လို့ မရှိဘူး၊ မိဘကို သတ်နိုင်သည်အထိတောင် လိုချင်တောင့်တတဲ့တဏှာ ဖြစ်နိုင်တာဘဲ၊ အဇာတသတ်မင်းမှာ မင်းစည်းစိမ်ကို လိုချင်တောင့်တတဲ့ တဏှာဟာ ခမည်းတော်ကို လုပ်ကြံသည်အထိ ဖြစ်သွားတာဘဲ။

သောတာပန်မှာတော့ အပါယ်လေးပါး ကျစေနိုင်လောက်အောင် ကြမ်းတမ်းတဲ့တဏှာ မဖြစ်နိုင်တော့ဘူး၊ ဒါပေမဲ့ အပါယ်လေးပါး ကျစေနိုင်လောက်အောင် အားမရှိတဲ့ တဏှာကတော့ ဖြစ်နိုင်သေးတာဘဲ၊ ဒါကြောင့် သောတာပန်တွေမှာ အိမ်ထောင်ပြုမှုအထိ ရှိနေသေးတာဘဲ၊ သကဒါဂါမ်မှာလဲ သိမ်မွေ့တဲ့ ကာမတဏှာဖြစ်နိုင်သေးတယ်၊ အနာဂါမ်မှာတော့ ကာမတဏှာ လုံးဝကင်းသွားပြီ၊ ဒါပေမဲ့ မိမိဘဝနှင့် စပ်ပြီးသာယာတဲ့ ရူပတဏှာ အရူပ



တဏှာကတော့ ရှိနေသေးတာဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ ပုထုဇဉ် နှင့် သောတာပန် သကဒါဂါမ် အနာဂါမ်ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ မိမိ တို့ သန္တာန်မှာ ဖြစ်နိုင်တဲ့ အဲဒီ တဏှာတွေကို ပယ်နိုင်အောင် ကျင့်ရမယ်တဲ့။

### သတော-အမှတ်ရလျက်ကျင့်ပုံ

ဘယ်လိုကျင့်ရမလဲ ဆိုတော့ “သတော-အမှတ်ရလျက် ကျင့်ရမယ်-”တဲ့။ ဘယ်လို အမှတ်ရရမှာလဲဆိုတော့-စတုဟိ-ကာရဏေဟိ-လေးပါးသော အကြောင်းတို့ဖြင့်၊ သတော-အမှတ်ရရမယ်တဲ့။ အဲဒီအကြောင်းလေးပါးက ဘာတွေလဲ ဆိုတော့-

ကာယေ-ရုပ်အပေါင်းကိုယ်၌၊ ကာယာနုပဿ နာသတိပဋ္ဌာနံ - ကာယာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ကို၊ ဘာဝေဇ္ဇော-ဖြစ်ပွားစေလျက်၊ သတော-အမှတ်ရ ရမယ်။ ဝေဒနာသု-ခံစားမှုဝေဒနာတို့၌၊ ဝေဒနာ- နုပဿနာသတိပဋ္ဌာနံ - ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန် ကို၊ ဘာဝေဇ္ဇော-ဖြစ်ပွားစေလျက်၊ သတော-အမှတ် ရရမယ်။ စိတ္တေ-ကြံသိမှုစိတ်၌၊ စိတ္တာနုပဿနာသတိ- ပဋ္ဌာနံ-စိတ္တာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ကို၊ ဘာဝေဇ္ဇော- ဖြစ်ပွားစေလျက်၊ သတော-အမှတ်ရရမယ်။ ဓမ္မေသု- သဘောတရားတို့၌၊ ဓမ္မာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာနံ- ဓမ္မာ- နုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်ကို၊ ဘာဝေဇ္ဇော-ဖြစ်ပွားစေ လျက်၊ သတော-အမှတ်ရရမယ်တဲ့။

အဲဒါဟာ မဟာနိဒ္ဒေသပါဠိတော်က ဖွင့်ပြချက်ပဲ။ အတို ချုပ်ကတော့ ကိုယ်အမှုအရာတွေ ဖြစ်တိုင်း၊ ဝေဒနာတွေ

ဖြစ်တိုင်း၊ စိတ်ကူး ကြံစည်မှုတွေ ဖြစ်တိုင်း၊ သဘောတရား  
တွေဖြစ်တိုင်း ရှုလျက် အမှတ်ရနေရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။  
အဲဒီလို အမှတ်ရပြီး သိပ္ပံကို ဘုန်းကြီးက ဆောင်ပုဒ်လေးခု  
စီထားတယ်။ လိုက်ဆိုကြရမယ်။

ကိုယ်အမှုအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။  
စိတ်အမှုအရာ၊ ဖြစ်တိုင်းမှာ၊ မှန်စွာသိရမည်။  
ကောင်း-ဆိုး-လတ်ပါ၊ ဝေဒနာ၊ ပေါ်ရာ သိရမည်။

ကောင်းတဲ့ ခံစားမှုဖြစ်ဖြစ်၊ ဆိုးတဲ့ ခံစားမှုဖြစ်ဖြစ်၊ အလယ်  
အလတ်ခံစားမှု ဖြစ်ဖြစ် ပေါ်လာဆဲ ဝေဒနာကို ရှုမှတ်ပြီး  
သိရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

သဘောတရား၊ ထင်ပေါ်ငြား၊ ပိုင်းခြားသိရမည်။

သဘောတရား ဆိုတာကတော့ အလွန် ကျယ်ပြန့်ပါတယ်။  
ကိုယ်အမှုအရာ စိတ်အမှုအရာ အနေဖြင့်လဲ မထင်ရှားဘူး၊  
ခံစားမှုအနေဖြင့်လဲ မထင်ရှားဘူးဆိုယင် သဘောတရားချည်း  
ပါ။ နှစ်သက်မှု စိတ်ဆိုးမှုစသည်တွေလဲ သဘောတရားဘဲ၊  
မြင်မှု ကြားမှု စသည်တွေလဲ သဘောတရားဘဲ။ အဲဒီလိုသာမန်  
သဘောတရားတွေကိုလဲ ထင်ရှားဖြစ်ပေါ်လာတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး  
သိရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ရှုမှတ်အားထုတ်ရမည့် အချိန်ကာလ

အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီး သိရမှာကလဲ တဏှာလောက်လား၊ မိနစ်  
၂၀၊ ၃၀-လောက်လား၊ တနာရီ ၂-နာရီလောက်လားဆို  
တော့ အဲဒီလိုမဟုတ်ဘူး၊ အမြဲမပြတ်ရှုမှတ်ပြီး သိသိနေရမှာ။ ဒါ



ကြောင့်သဒါ-နေရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း အမှတ်ရပြီးကျင့်  
 ပါတဲ့။ အဲဒါကို မဟာနိဒ္ဒေသပါဠိမှာ ဖွင့်ပြထားပုံကတော့-  
 သဗ္ဗဒါ သဗ္ဗကာလံ-အခါခပ်သိမ်း၊ နိစ္စကာလံ ဓုဝကာလံ-  
 အမြဲတမ်း၊ သတတံ သမိတံ-အမြဲမပြတ် ။ပ။ပုရောဘတ္တံ-  
 နံနက်ကာလပတ်လုံး၊ ပစ္ဆိမဘတ္တံ-မွန်းလွဲ နေ့ပိုင်း ကာလ  
 ပတ်လုံး၊ ပုရိမံ ယာမံ - ညဉ့်ဦးယာမ် ပတ်လုံး၊ မဇ္ဈိမံ  
 ယာမံ-သန်ကောင်ယာမ်ပတ်လုံး၊ ပစ္ဆိမံ ယာမံ - နံနက်မိုး  
 သောက်ယာမ်ပတ်လုံး၊ ကာဠေ-လဆုတ်ပက္ခဋ္ဌ၊ ဇုဏှေ-  
 လဆန်းပက္ခဋ္ဌ၊ ဝဿေ-မိုးရာသီဋ္ဌ၊ ဟေမန္တေ-ဆောင်းရာသီဋ္ဌ၊  
 ဂိမ္မေ-နွေရာသီဋ္ဌ၊ ပုရိမေ ဝယောခန္ဓေ-ငယ်စဉ်ပဌမအရွယ်ဋ္ဌ၊  
 မဇ္ဈိမေ ဝယောခန္ဓေ-ပျိုရွယ်စဉ် ဒုတိယအရွယ်ဋ္ဌ၊ ပစ္ဆိမေ  
 ဝယောခန္ဓေ-နောက်ဆုံးပိုင်း တတိယအရွယ်ဋ္ဌ-လို့ ဖွင့်ပြ  
 ထားပါတယ်။ အဲဒီတော့ တရားမပြည့်စုံသေးမချင်း နေရော  
 ညဉ့်ပါ တသက်လုံး အမြဲမပြတ် အမှတ်ရပြီး ကျင့်သုံးရမယ်  
 ဆိုတာ ထင်ရှားပါတယ်။

လိုရင်းကတော့ မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း တဏှာဖြစ်ခွင့်မရ  
 အောင် ရှုမှတ်ပြီး မပြတ်သိနေရမယ်၊ ထို့အတူပင် ကြားတိုင်း  
 နံတိုင်း စားသိတိုင်း ထိသိတိုင်း ကြံသိတိုင်း တဏှာဖြစ်ခွင့်  
 မရအောင် ရှုမှတ်ပြီး မပြတ်သိနေရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။

ဒါပေမဲ့ ခြီးရှုမှတ်ခါစ ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ မြင်တိုင်း ကြား  
 တိုင်း တွေ့တိုင်း သိတိုင်း အကုန်လုံးကို စေ့ငအောင်လိုက်ပြီး  
 မရှုမှတ်နိုင်သေးဘူး၊ ဒါကြောင့် ထင်ရှားတဲ့ ကိုယ်အတွေ့  
 အထိ တခုခုက စပြီးရှုမှတ်ရတယ်၊ ထိုင်နေဆဲဆိုယင် (နိသိန္ဒော  
 ဝါ နိသိန္ဒောမှီတိ ပဇာနာတိ)ဆိုတဲ့ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်

ပါဠိတော်နှင့်အညီ ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်လို့ ရှုမှတ်နေယင်လဲ သင့်လျော်ပါတယ်။ တမျိုးတည်း ရှုမှတ်နေရလို့ လွယ်လွန်းတယ် ဝီရိယလျော့နေတယ်ထင်ယင် ထိုင်တာနှင့် တနေရာရာက ထင်ရှားထိတာကို ပူးတွဲပြီး “ထိုင်တယ် ထိတယ်၊ ထိုင်တယ် ထိတယ်”လို့ ဒီလိုလဲ မပြတ်ရှုမှတ် နေနိုင်ပါတယ်။

### ဖောင်းပိန်ရှုရတာ အစ အခြေခံအတွက်သာ

ဘုန်းကြီးတို့က ဒီမှာ ညွှန်ပြနေတာကတော့ - ဝမ်းဗိုက်၏ ဖောင်းကြွတက်မှု ပိန်ကျမှု ဒီ ၂-မျိုးကို “ဖောင်းတယ် ပိန်တယ် ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်”လို့ စူးစူးစိုက်စိုက် မပြတ်ရှုနေဘို့ အခြေခံအနေဖြင့် ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေယင်း အပြင်ထွက်တဲ့စိတ်ကူး ကြံစည်မှုဖြစ်လာယင် အဲဒီစိတ်ကိုလဲ ရှုမှတ်ဖို့၊ အဆုံးအကောင်းခံစားမှု ဝေဒနာတမျိုးမျိုး ထင်ရှားပေါ်လာယင် အဲဒါကိုလဲ ရှုမှတ်ဖို့ လက်ခြေ ကိုယ်အင်္ဂါ လှုပ်ရှားပြုပြင်ယင် အဲဒါကိုလဲ ရှုမှတ်ဖို့၊ မြင်မှု ကြားမှု စသည် ထင်ရှားဖြစ်လာယင် အဲဒါတွေကိုလဲ ရှုမှတ်ဖို့၊ ထိုင်နေရာမှ ထယင်၊ လမ်းလျှောက်ယင် အဲဒီလို ကိုယ်အမှုအရာ တွေကိုလဲ ရှုမှတ်ဖို့ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ ဘာမျှ အထူး ရှုမှတ်စရာမရှိတဲ့အခါ ဖောင်းမှု ပိန်မှုကိုဘဲ မပြတ်ရှုမှတ်နေဖို့၊ အဲဒီလို ရှုမှတ်ရာက နိုင်နင်းလာတဲ့ အခါကျတော့ ပေါ်လာသမျှ သဘောတရားတွေကို အစဉ်အတိုင်း မပြတ်ရှုမှတ်သွားဖို့ ညွှန်ကြားနေပါတယ်။ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်အားထုတ်ကြတဲ့အတွက် ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် အသိရှင်းနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ ထောင်ပေါင်းများစွာ ရှိနေပါပြီ။ ရှုမှတ်ပုံ သိပုံ အထူးများကိုတော့ ဝိပဿနာအခြေခံတရားတော်၊ အရိယာ

ဝါသတရားတော် စသည်မှာ အပြည့်အစုံပြထားပြီး ရှိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီနေရာမှာတော့ ရှုပ် သိပ်ကို ဒါလောက်နဲ့ဘဲ တော်လောက်ပါပြီ။

လိုရင်းကတော့ မရူမမှတ်နိုင်လို့ အမှန်အတိုင်း မသိကြတဲ့ သူတွေမှာ မြင်ရာ ကြားရာ စသည်မှ အာရုံကို စွဲလမ်းပြီး နှစ်သက်သာယာမှု လိုချင်တပ်မက်မှု တဏှာ ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီ တဏှာဖြစ်ခွင့်မရအောင် မြင်ဆဲစသည်မှာ အနိစ္စသော အခြင်းအရာဖြင့် အမှန်အတိုင်းသိအောင် မပြတ်ရှုမှတ်ပြီး ကျင့်ရမယ်။ ဒါပါဘဲ။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ “ကိုယ်တွင်းတဏှာ၊ ပယ်ဘို့ရာ၊ မှတ်ကာ အမြဲ ကျင့်ရမည်”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ကိုယ်တွင်းတဏှာ၊ ပယ်ဘို့ရာ၊ မှတ်ကာ အမြဲကျင့်ရမည်။

ကိုယ်ထဲမှာ အကြောင်းညီညွတ်ယင် ဖြစ်နိုင်တဲ့တဏှာတွေကို ဝိပဿနာနှင့်တကွ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ပယ်လိုက်ယင် အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်ပြီး ရဟန္တာလဲဖြစ်၊ ကိစ္စလဲပြီးတော့တာဘဲ။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလို အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် မပယ်နိုင်သေးမီမှာ ဖြစ်တတ်တဲ့မာနကိုလဲ သိမြင်ပြီး ပယ်ဘို့ရာ အရေးကြီးပါတယ်။ အဲဒီ မာန-က တပ်မက်သာယာတဲ့ တဏှာအနေနဲ့ ဖြစ်တာ မဟုတ်တော့ ကုသိုလ်ဆိုင်ရာဂုဏ်ကို မှီပြီး မာနဖြစ်နေတာကိုပင် ကိလေသာငြိမ်းနေသလိုလိုလဲ ထင်မှတ်နိုင်ပါတယ်။ ကိုယ့်သန္တာန်မှာ ဖြစ် နတဲ့မာနကို မာနမှန်းမသိဘဲလဲ ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် တချို့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သူကိုယ်တိုင်က မာနကြီးနေပါလျက် သူနဲ့အဆင်မပြေတဲ့လူကိုသာ မာနကြီးတယ်



လို့ ထင်တတ် ပြောဆိုတတ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ မာနကို လဲ သိမြင်ပြီး ပယ်ဘို့ရာ ဒီလို ဆက်ပြီး ဖြေရှင်းဟောကြား တော်မူပါတယ်။

မိမိဂုဏ်, ဆရာဂုဏ်ဖြင့် မာနမတက်ပါလင့်

၃။ ယံ ကိဉ္စိ ဓမ္မ မဘိဇညာ၊  
အဇ္ဈတ္တံ အထ ဝါပိ ဗဟိဒ္ဓါ။  
န တေန ထာမံ ကုဗ္ဗေထ၊  
န ဟိ သာ နိဗ္ဗုတိ သတံ ဝုတ္တာ။

အဇ္ဈတ္တံ ဝါ-မိမိသန္တာန်၌သော်၎င်း၊ အထ-ထို့ပြင်၊ ဗဟိဒ္ဓါ ဝါ-အပြင်ပဖြစ်သော ဆရာသမားသန္တာန်၌သော်၎င်း၊ ယံ ကိဉ္စိ ဓမ္မ-အမှတ်မရှိ တစုံတခုသော ဂုဏ်ကျေးဇူးတရားကို၊ အဘိဇညာ-တွေ့သိနေရာ၏၊ အပိ-ထိုသို့ပင် တွေ့သိနေသော် လည်း၊ တေန-ထိုမိမိဂုဏ်, ဆရာဂုဏ်ဖြင့်၊ ထာမံ-မာန်ထောင် ခြင်းဆိုတဲ့ အားစွမ်းကို၊ န ကုဗ္ဗေထ-မပြုရာ-မဖြစ်စေရာ။

မိမိမှာရှိတဲ့ဂုဏ်, မိမိဆရာမှာရှိတဲ့ဂုဏ်ဆိုတာ ထင်ရှားတွေ့ သိနေရိုးပါတဲ့၊ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ ထင်ရှားတွေ့သိရတဲ့ ဂုဏ်ကို မှီပြီး မာန်ထောင်လွှားခြင်း အထင်ကြီးခြင်း မဖြစ်ပါစေနဲ့တဲ့။ အဲဒီ ဂုဏ်တွေက ဘယ်လိုဟာတွေလဲ ဆိုယင် အမျိုးကြီး အမျိုး မြတ်မှ ရဟန်းပြုလာတာ၊ ပစ္စည်းပေါများတဲ့ အမျိုးမှ ရဟန်း ပြုလာတာ၊ ဘုန်းကြီးပြီး လာဘ်လာဘပေါများတာ၊ ဒါတွေ လဲ မာန်တက်စရာ ဂုဏ်တွေဘဲ။ နောက်ပြီးတော့ စာပေကျမ်း ဂန် တတ်သိ ကျွမ်းကျင်တာ၊ စာမေးပွဲအောင်တာ၊ ဘွဲ့ထူး ရတာ၊ စာချတာ၊ တရားဟောတာ၊ ဝိနည်းရှိသေတာ၊ သီလ

စင်ကြယ်တာ၊ ဓုတင်ဆောင်တာ၊ ဒါတွေလဲ မာန်တက်စရာ  
 ဂုဏ်တွေဘဲ။ နောက်ပြီးတော့ တရားကျင့်တာ၊ ဈာန်အဘိ  
 ညာဉ်ရတာ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ထူးရတာ၊ ဒါတွေလဲ မာန်တက်  
 စရာဂုဏ်တွေဘဲ။ မိမိမှာ ဖြစ်စေ၊ မိမိဆရာမှာ ဖြစ်စေ ရှိတဲ့  
 အဲဒီလို ဂုဏ်ကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ မာန်ထောင်လွှားခြင်း  
 အထင်ကြီးခြင်း မဖြစ်ပါစေနဲ့တဲ့။ ဒါက သာသနာတော်တွင်း  
 က ဂုဏ်ဖြင့် မာန်မတက်သင့်ပုံဘဲ။

လူ့ လောကမှာဆိုတော့ ရုပ်အဆင်းလှတာ၊ ပစ္စည်းပေါ  
 တာ ခေတ်ပညာတတ်တာ၊ ရာထူးကြီးတာ စသည်တွေဟာလဲ  
 မာန်တက်စရာဂုဏ်တွေပါဘဲ။ အဲဒီလို ဂုဏ်တွေကို မှီပြီးတော့  
 လဲ မာန်ထောင်လွှားခြင်း၊ မိမိကိုယ်ကို အထင်ကြီးခြင်း၊ သူတ  
 ပါးကို အထင်သေးခြင်းများကို မပြုသင့် မဖြစ်စေသင့်ပါဘူး။  
 အဲဒီ အကြောင်းအရာကို “ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ၊ ဂုဏ်အရ၊ မာန  
 မကြီးရာ”လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၃။ ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ၊ ဂုဏ်အရ၊ မာန မကြီးရာ။

အဲဒီလို မာန်မတက်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ ဆိုတော့  
 အဲဒီလို တက်ကြွလာတဲ့ မာန်မာနစိတ်ကို ဆင်ခြင်တဲ့ ပဋိသင်္ခါ  
 နှ ဉာဏ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ရှုမှတ်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ပယ်  
 ဘို့ပါဘဲ။ အဲဒီ ၂ နည်းထဲက ဆင်ခြင်ပြီး ပယ်ပုံတွေကတော့  
 များပါတယ်။ “ယခု ပြည့်စုံနေတဲ့ ဂုဏ်ဟာ ရှေးကောင်းမှုကံ  
 အထောက်အပံ့နဲ့ ပစ္စုပ္ပန်လုံ့လကြောင့် ပြည့်စုံနေတာဘဲ။ အမြဲ  
 တမ်း တည်နေမှာတော့ မဟုတ်ဘူး။ နောက်ဆုံးတနေ့ကျယင်  
 ဂုဏ်မဲ့အနေလဲ ဖြစ်သွားနိုင်တယ်။ အိုမင်းမစွမ်း ဖြစ်တဲ့အခါ၊

မကျန်းမမာဖြစ်နေတဲ့အခါ ဆိုယင် ဒီဂုဏ်တွေက ဘာမျှ အားကိုးစရာမဖြစ်ဘူး၊ ယခုဘဝမှာ ကောင်းစားနေပေမဲ့ နောက်နောက်ဘဝတွေကျတော့ ဒီလိုချည်း ပြည့်စုံသွားမယ်လို့ မဆိုနိုင်ဘူး၊ မာနကြီးတဲ့သူကို အများကကဲ့ရဲ့ကြတယ်၊ မြတ်စွာဘုရားကလဲ ကဲ့ရဲ့တော်မူတယ်၊ မာနကြီးပြီး သူတပါးကို မရိုမသေပြုမိ ပြောမိယင် တနေ့ကျတော့ ဒုက္ခရောက်တတ်တယ်၊ နောက်ဘဝများမှာ အယုတ်အညံ့ဖြစ်တတ်တယ်၊ မိမိကဂုဏ်ယူနေပေမယ်လို့ ကိုယ်ထဲမှာ ရှိနေတာတွေက ဆံပင် မွေးညှင်းအစရှိတဲ့ ၃၂-မျိုးသော စက်ဆုပ်စရာတွေချည်းဘဲ၊ ခဏမစဲဖြစ်ပျက် နေတဲ့ သဘောတရားတွေချည်းဘဲ စသည်ဖြင့် သင့်လျော်အောင် ဆင်ခြင်ပြီးတော့လဲ မာနကိုပယ်ရတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်ဝိပဿနာအလုပ် လက်ရှိပုဂ္ဂိုလ်မှာတော့ မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း ကြံတိုင်း စသည်တွေကို မပြတ်ရှုမှတ်နေခြင်းဖြင့်လဲ မာနကို ဖြစ်ခွင့်မရအောင် တားမြစ်နိုင် ပယ်နိုင်ပါတယ်၊ မာနဖြစ်ဘို့ရာ ဂုဏ်ယူလိုတဲ့ စိတ်ကလေး ဖြစ်လာယင် အဲဒီစိတ်ကလေးကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ရတယ်၊ အဲဒီလို စိတ်ဦးကလေး (အယောနိသော မနသိကာရ) ကို ရှုမှတ်နိုင်ယင်တော့ မာနဟာ ဖြစ်ခွင့်တောင်မရဘဲ ငြိမ်းနေပါတယ်၊ အကယ်၍ စိတ်ဦးကလေးကို မရှုနိုင်လို့ မာန်တက်ကြွတဲ့ သဘော ဖြစ်လာယင်လဲ အဲဒီမာနကို ရှုမှတ်ပြီးပယ်ရတယ်၊ အဲဒီလို ရှုမှတ် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ပယ်သွားယင် နောက်ဆုံး အရဟတ္တမဂ် ရောက်တဲ့အခါကျတော့ ဒီမာနဟာ လုံးဝကင်းငြိမ်းသွားပါလိမ့်မယ်၊ အဲဒီလို ကင်းငြိမ်း သွားသည်တိုင်



အောင် ရှုသိပြီး ပယ်သွားဘို့ပါဘဲ။ ဘာကြောင့် ဒီမာနကို ပယ်ရသလဲဆိုတော့—

ဟိ-မာနကို ပယ်ရခြင်း၏ အကြောင်းကား၊ သာ-ထိုသို့ မာန်တက်ခြင်းကို၊ သတံ-ဘုရားအစရှိသော သူတော်ကောင်း တို့က၊ နိဗ္ဗုတိ-ငြိမ်းအေးသော တရားဟူ၍၊ န ဝုတ္တာ-မဟော အပ်-မဆိုအပ်ပါဘူးတဲ့။

တချို့က တရားနှင့်စပ်ပြီး မာနဖြစ်နေတာကိုပင် ကောင်း နေတယ်လို့ ထင်နေတတ်တယ်။ အထူးအားဖြင့် ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်ဖြစ်နေတဲ့အခါမှာ တရားထူးရပြီလို့ အထင်ကြီးတတ်ကြ တယ်။ နောက်ပြီးတော့ သီလလောက် စောင့်ရှောက်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလဲ သီလလောက်နဲ့ ကိစ္စပြီး သလိုလို ဖြစ်ပြီး၊ ဝိပဿနာ တရားကို အားမထုတ်ပဲ ရှိနေတတ်တယ်။ အဘိဓမ္မာသဘောတရားတွေကို တတ်သိနားလည်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ကလဲ ရုပ် နာမ် သဘောတွေမှာ သရုပ်ကွဲပြီး သိရုံနဲ့ ကိစ္စ ပြီးသလိုလို အထင် ရောက်နေ တတ်တယ်။ စာချပုဂ္ဂိုလ် ကလဲ စာချရုံနဲ့ ကိစ္စ ပြီးသလိုလို၊ ဓုတင်ဆောင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ကလဲ ဓုတင်ကျင့်ဝတ်မူဖြင့် ကိစ္စပြီ သလိုလို၊ ဈာန်ရတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကလဲ ဈာန်ရရုံမျှဖြင့် ကိစ္စပြီးသလိုလို အထင် ရောက်ပြီး၊ တရားထူးရအောင် အားထုတ်ဘို့ စိတ်မဝင်စားဘဲ ရှိနေတတ်တယ်။ “အဲဒါတွေဟာ သိမ်မွေ့ နူးညံ့တဲ့ မာန သဘောတွေဘဲ၊ အဲဒီလို အထင် ရောက် နေတာတွေဟာ အငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်မဟုတ်သေးဘူး၊ အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်တွေ့မြင်အောင် အားထုတ်ရမယ်” လို့ ဆိုလိုပါ တယ်။ အဲဒါကို “သူတော်ကောင်းမှန်၊ ထိုသည့်မာန်၊ နိဗ္ဗာန်

ပိုင်း] **စာသန** မာနသုံးမျိုးလုံးကို ပယ်ရန် ရှေးဦးစီးဌာန ၃၁

အငြိမ်းမဆိုပါ” လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

သူတော်ကောင်းမှန်၊ ထိုသည့်မာန်၊ နိဗ္ဗာန်အငြိမ်းမဆိုပါ။

အမြင့်ဆုံးမာန်ကို ပြောရမယ် ဆိုယင်တော့—“အနာဂါမ် ဖြစ်နေတောင် စိတ်မချဘဲ အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်အောင် အားထုတ်ဘို့” မြတ်စွာဘုရားက ဓမ္မပဒ (၂၇၁-၂) ဂါထာများမှာ ဟောထားပါတယ်။

အဲဒီ ပယ်ရမည့်မာန်—က ဘယ်နှစ်မျိုးရှိသလဲ ဆိုတော့၊ သုံးမျိုးရှိတယ်။ အဲဒီ သုံးမျိုးလုံးကို ပယ်ဘို့ရာ ဒီလို ဆက်ပြီး ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

### မာန သုံးမျိုးလုံးကို ပယ်ရန်

၄။ သေယျော န တေန မညေယျ၊  
နိစေယျော အထ ဝါပိ သရိက္ခော။  
ဗုဠော အနေကရူပေဟိ၊  
နာ’တုမာနံ ဝိကပ္ပယံ တိဋ္ဌေ။

တေန—ထို မိမိဂုဏ်၊ ဆရာ့ဂုဏ်ဖြင့်၊ သေယျော—ငါက သူထက်မြတ်သည်ဟူ၍သော်၎င်း၊ နိစေယျော—ငါက သူ့အောက် နိမ့်သည်—ယုတ်ညံ့သည်ဟူ၍ သော်၎င်း၊ အထ—ထို့ပြင်၊ သရိက္ခော ဝါ ပိ—တန်းတူပင်ဟူ၍သော်၎င်း၊ န မညေယျ—မအေ့ က်မေ့—မထင်မှတ်ရာ—တဲ့။

ငါက သူတပါးထက် မြင့်မြတ်တယ်၊ သူတပါးနှင့် တန်းတူဘဲ—လို့ မာန်တက်ကြပုံကတော့ သိသာထင်ရှားပါတယ်။ အဲ

ဒါဟာ ကိုယ်က တကယ်မြင့်မြတ်လို့ မြင့်မြတ်တယ်လို့ တက်ကြွယင် ယာထာဝမာနဘဲ၊ အမှန်အတိုင်း ဂုဏ်ယူပြီး တက်ကြွထောင်လွှားမှု-နှိုင်းပြိုင်မှုလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီ ယာထာဝမာနကိုလဲ ပယ်ရမယ်တဲ့။ နောက်ပြီးတော့ အဆင့်အတန်းချင်းတူလို့ တန်းတူအနေဖြင့် တက်ကြွတာလဲ ယာထာဝမာနဘဲ၊ အဲဒါကိုလဲ ပယ်ရမယ်တဲ့။ ကိုယ်က မမြတ်ပါဘဲနဲ့၊ တန်းတူ မဟုတ်ပါဘဲနဲ့ “ငါက မြတ်တယ်၊ သူနဲ့တန်းတူဘဲ”လို့ တက်ကြွတဲ့ အယာထာဝမာနကို ပယ်ရမယ် ဆိုတာကတော့ အထူးပြောစရာမလိုပါဘူး၊ အဲဒါကတော့ ရှင်းနေပါပြီ။ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အောက်ကျတယ်လို့ ထင်တာကတော့ (နိဝါတောစ-ဆိုတဲ့ မင်္ဂလသုတ် ဒေသနာအရ) နှိမ့်ချတဲ့မင်္ဂလာ မဖြစ်ပေဘူးလား၊ ဘာကြောင့် မာနလို့ ဆိုရပါသလဲလို့ မေးစရာရှိပါတယ်၊ အဲဒါကို ရှင်းပြမယ်။

သူတပါးကို ရိုသေလေးစားတဲ့အနေနဲ့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိမ့်ချတာကတော့ နိဝါတ မင်္ဂလာပါဘဲ၊ နိစမာန မဟုတ်ပါဘူး၊ ယခု ဒီမှာ ပြောပြတဲ့ နိစမာနကတော့ သူတပါးကို ရိုသေပြီး ကိုယ့်ကိုယ်ကို နှိမ့်ချတဲ့သဘော မဟုတ်ပါဘူး၊ ယုတ်ညံ့တဲ့ဂုဏ်နဲ့ နှိုင်းပြိုင်ထောင်လွှားမှုသာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ကာ - ရဟန်းငယ်ဖြစ်သူက “ငါတို့ကတော့ ငယ်သေးတာဘဲ၊ ဟို ဆရာတော်ကြီး မဟာထေရ်ကြီးလို ဟန်ဆောင်နေဖို့ မလိုပါဘူး” စသည်ဖြင့် နှလုံးသွင်းတာ ပြောဆိုတာ မျိုးဟာ နိဝါတမင်္ဂလာ မဟုတ်ဘူး၊ နိစမာနဘဲ။ “ငါတို့က ယောဂီမဟုတ်ဘူး၊ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်ဘဲ၊ ယောဂီလို မနေနိုင်ပါဘူး” စသည်ဖြင့် ပြောဆိုတာ နှလုံးသွင်းတာလဲ နိစမာန



ဘဲ၊ ငါတို့က စာသင်သားဘဲ စာချပုဂ္ဂိုလ်လို မနေနိုင်ပါဘူး” စသည်ဖြင့် နှလုံးသွင်းတာလဲ နီစမာန်ဘဲ၊ ငါတို့က အလုပ် သမား အောက်တန်းစားလူဘဲ၊ သူတို့ ဓနရှင်တွေလို အရာရှိ တွေလို မပြည့်စုံပေမဲ့ တော်ရုံ လျော်ရုံနဲ့ နေလို့ဖြစ်ပါတယ်” စသည်ဖြင့် နှလုံးသွင်းတာလဲ နီစမာန်ဘဲ။ ဒီပုံ ဒီနည်းဖြင့် အောက်ကျတဲ့ ကိုယ့်ဘက်က ဂုဏ်ကိုပင် အသာယူပြီး တက် ကြွထောင်လွှားတာဟာ နီစမာန်ဘဲ၊ အဲဒီလို နီစမာန်ကိုလဲ ဆင်ခြင်ပြီးဖြစ်စေ၊ ရှုမှတ်ပြီးဖြစ်စေ ပယ်ဘို့ပါဘဲ။ အဲဒီ မာန် သုံးမျိုး ပယ်ရန် ညွှန်ပြတဲ့စာပိုဒ်အရ “မြတ်-ယုတ်-တန်းတူ၊ ဖြစ်သည်ဟူ၊ မာန်မူ မပြု ကင်းစေရာ”လို့ ဆောင်ပုဒ် စီထား တယ်၊ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၄။ မြတ်-ယုတ်-တန်းတူ၊ ဖြစ်သည်ဟူ၊ မာန်မူ မပြု ကင်းစေရာ။

အဲဒီလို မာနသုံးမျိုး ဖြစ်တာကလဲ ငါအနေနဲ့ စွဲလမ်းပြီး ဖြစ်တာဘဲ၊ ဒါကြောင့် အဲဒီ အတ္တစွဲ ငါကောင်စွဲက စပြီး ပယ်ဘို့ရာ ဒီလိုလဲ ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။

အနေကရူပေဟိ-အမျိုးမျိုးသော အာရုံသဘောတို့နှင့်၊ ဖုဋ္ဌော - တွေ့လတ်သော်၊ အာတုမာနံ ဝိကပ္ပယံ - (ငါမြင်သည် ငါကြားသည် စသည်ဖြင့်) အတ္တကောင် ငါကောင်ဟု ကြံဆ စွဲလမ်းလျက်၊ န တိဋ္ဌေ - မတည်ရာတဲ့။

၁။ သုတ္တနိပါတ် ဌ၌ ဥစ္စာကုလီနတာဒိဟိ-ဟုဖွင့်၏၊ ဤ၌ကား ဒွါရ ၆-ပါးလုံး၌ စုံလင်စေရန် သာမန်အနက်ပြန်သည်။

တုဂ္ဂုကသုတ်-၃-ပ-မ-သ-စ

အဲဒါကိုလဲ “ကောင်း-ဆိုးများစွာ၊ တွေ့ကြုံတာ၊ ငါ ငါဟူ၍ မစွဲရာ”လို့ စိထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ကောင်း-ဆိုးများစွာ၊ တွေ့ကြုံတာ၊ ငါ ငါဟူ၍ မစွဲရာ။

ဝိပဿနာကင်းမဲ့တဲ့ ပကတိ ပုဂ္ဂိုလ်တွေက မြင်ယင် “ငါ က မြင်တယ်၊ မြင်တာဟာ ငါဘဲ”လို့ ထင်မှတ်နေကြတယ်။ ကြားယင် နံယင် စားသိယင် တွေ့ထိယင် ကြံသိယင် “ငါက ကြားတယ်၊ ကြားတာဟာ ငါဘဲ” စသည်ဖြင့် ထင်မှတ်နေကြတယ်။ အဲဒီလို မထင်မှတ်ရဘူးတဲ့။ ဒါပေမဲ့ ပကတိလူတွေမှာ အဲဒီလို မထင်မှတ်ရအောင် တားမြစ်ထား ဘို့ ခက်ပါတယ်။ အဘိဓမ္မာသရုပ်သဘောတွေ ကြေမြှန်နေတဲ့ သူတောင်မှ အဲဒီလို မထင်မှတ်ပဲနေဘို့ ခက်ပါတယ်။ ရုပ်နာမ် သဘောမျှဘဲလို့ ဆင်ခြင်နေယင် အဲဒီ အခိုက်အတန့်လောက်ပဲ အတ္တကောင် အထင်အစွဲကင်းဘို့ ရှိပါတယ်။ ဒါတောင်မှ အဲဒီလို ဆင်ခြင်နေတာကို “ငါက ဆင်ခြင်တယ်၊ ငါက သိတယ်”လို့ စွဲလမ်းနိုင်သေးတာဘဲ။ ရုပ်နာမ် အကြောင်းတွေ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တအကြောင်းတွေကို ခွဲခြားပြီး ဟောပြောနေတဲ့သူမှလဲ အဲဒီလို ဟောပြောနေတာကို ငါလို့ ထင်နိုင် စွဲလမ်းနိုင်သေး တာဘဲ။ ဒါကြောင့် မြင်တာ ကြားတာ ကြံတာ စသည်ကို ငါလို့ မစွဲလမ်းဘဲနေဘို့ အလွန်ခက်ပါတယ်။

ဒီလိုဆိုယင် အဲဒီလို အစွဲအလမ်းကင်းအောင် ဘယ်နှယ် လုပ်ရမလဲလို့ ဆိုတော့- မြင်ဆဲ ကြားဆဲစသည်မှာ ထင်ရှားတဲ့ သဘောတရားတွေကို မပြတ်ရှုမှတ်ပြီး သိသိနေရမယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်ပြီး မပြတ်သိနေယင်တော့ မျက်စိ- အဆင်းစသော ရုပ်

တရားနှင့် မြင်သိမှု+မှတ်သိမှု စသော နာမ်တရားမျှသာ ရှိတယ်။ အတ္တကောင် ငါကောင်ရယ်လို့ အသီးအခြား မရှိဘူး ဆိုတာ ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်ဖြင့်ပင် ရှင်းပြီး သိနိုင်ပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ မြင်ခိုက် ကြားခိုက် ရှုသိခိုက် စသည်မှာပင် ချက်ခြင်းကုန်ဆုံး ပျောက်ပျက်သွားတာကို တွေ့ရတဲ့အတွက် မမြဲတာတွေချည်းဘဲ၊ နှစ်သက်ဖွယ် အားကိုးဘွယ်မရှိတဲ့ ဆင်း ရဲတွေချည်းဘဲ၊ အစိုးမရတဲ့ အနတ္တသဘောတရားတွေချည်းဘဲ လို့လဲ အမှန်အတိုင်း သိသိ သွားနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို အမှန် အတိုင်း သိသိသွားတဲ့အတွက် ငါကောင်လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်း ခြင်း လုံးဝကင်းသွားနိုင်ပါတယ်။ ဒီဥစ္စာအစွဲအလမ်းကင်းရုံမျှ မက ငါမြင်တယ် ငါသိတယ်စသည်ဖြင့် စွဲလမ်းတဲ့ မာန လဲ ဖြစ်ခွင့်မရှိဘဲ ကင်းငြိမ်းသွားနိုင်ပါတယ်။ နောက်ဆုံးကျ တော့ အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် အဲဒီမာနစွဲအမြစ်ပြတ်လုံးဝကင်းငြိမ်း သွားနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို လုံးဝပြတ်စဲ ကင်းငြိမ်းသွားသည် အထိ မြင်မှု ကြားမှု စသည်ကို ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း ရှုသိ သွားဘို့ပါတဲ့။ အဲဒီလို သိမြင်ပုံကို ရည်ပြီးတော့ -

အနေကရူပေဟိ - မြင်စရာ ကြားစရာစသော အမျိုးမျိုး သော အာရုံသဘောတို့နှင့်၊ ဖုဋ္ဌော - တွေ့ရ၍ မြင်ကြား တွေ့သိလတ်သော်၊ အာတုမာနံ ဝိကပ္ပယံ - ငါမြင်သည် ငါကြား သည် စသည်ဖြင့် ငါကောင်အနေ ကြံဆစွဲလမ်းလျက်၊ န တိဋ္ဌေ - မတည်ရာ - လို့ ဟောကြားတော် မူတာပါတဲ့။

ဒီနေရာမှာ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်မြတ်၏ မာန်မာန ကင်းပုံကို အတုယူစရာ အနေဖြင့် ထုတ်ပြချင်ပါတယ်။



## အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ သီဟနာဒ (အံ ၃-၁၈၀)

တချိန်က အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်ဟာ မြတ်စွာဘုရားထံမှ ခွင့်ပန်ပြီး ဒေသစာရီ ကြွချီတော်မူပါတယ်။ များစွာသော ရဟန်းတော်တွေလဲ အရှင်သာရိပုတ္တရာနောက်သို့ လိုက်ပါသွားကြပါတယ်။ အဲဒီလို ရဟန်းများစွာ လိုက်ပါသွားတာကို မြင်ရတော့ ရဟန်းတပါးက မနာလိုစိတ် ဖြစ်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားထံ သွားပြီး ဒီလို လျှောက်ပါတယ် “မြတ်စွာဘုရား အရှင်သာရိပုတ္တရာဟာ တပည့်တော်ကို တိုက်သွား ပါတယ်၊ တောင်းပန်ခြင်းလဲ မပြုဘဲ ဒေသစာရီ ကြွချီသွားပါတယ် ဘုရား” လို့ တိုင်ကြား လျှောက်ပါတယ်။ အဲဒီတော့ မြတ်စွာဘုရားက အရှင်သာရိပုတ္တရာကို လိုက်ခေါ်စေပြီးတော့ အဲဒီအကြောင်းကို မေးမြန်းတော်မူပါတယ်။ အဲဒီအခါ အရှင်သာရိပုတ္တရာမထေရ်က ဒီလို လျှောက်ထား ဖြေရှင်းပါတယ်။

ယဿ နှုန ဘန္တေ ကာယေ ကာယဂတာသတိ  
အနုပဋ္ဌိတာ အဿ၊ သော ဣခ အညတရံ သဗြဟ္မ-  
စာရိံ အာသဇ္ဇ အပ္ပဋ္ဌိနိဿဇ္ဇ စာရိကံ ပက္ကမေယျ။

ဘန္တေ-မြတ်စွာဘုရား၊ ယဿ-အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်မှာ၊ ကာ-ယေ-ကိုယ်၌၊ ကာယဂတာသတိ-ရုပ်အပေါင်းကိုယ်ကို အမှတ်ရမှု ရှိသိမှုသည်၊ အနုပဋ္ဌိတာ-မထင်သည်၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏၊ သော-ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ အညတရံ သဗြဟ္မစာရိံ-တရားကျင့်ဘက် အခြားသူကို၊ အာသဇ္ဇ-ထိပါးတိုက်ခိုက်၍၊ အပ္ပဋ္ဌိနိဿဇ္ဇ-မတောင်းပန်ဘဲ၊ စာရိကံ ပက္ကမေယျ နှုန-ဒေသစာရီကြွချီသွားတန်ရာပါသည်တဲ့။ ကာယဂတာသတိဘာဝနာကို ကောင်းကောင်း မပွားများဘူးတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဆိုယင်တော့ တရား

ကျင့်ဘက် အခြားရဟန်းကို ကိုယ်ချင်းတိုက်ပြီး မတောင်းပန်ဘဲ ခရီးထွက်သွားတယ် ဆိုတာ ဖြစ်နိုင်လောက်ပါတယ်တဲ့။ ဒီစကားဖြင့် “မိမိမှာတော့ ကာယကတသတိဘာဝနာကို ကောင်းစွာ ပွားများထားတဲ့အတွက် အဲဒီလို မဖြစ်နိုင်ပါဘူး” လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီအကြောင်းကို ဒီလို ဆက်ပြီးလျှောက် ပြန်ပါတယ်။

ဥပမာဖြင့် လျှောက်ရလျှင် - မြေကြီးပေါ်မှာ စင်ကြယ်တာကိုလဲ စွန့်ချကြတယ်၊ မစင်ကြယ်တာကိုလဲ စွန့်ချကြတယ်၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ် တံထွေး ပြည် သွေးတို့ကိုလဲ စွန့်ချကြပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ မြေကြီးကတော့ မညည်းညူပါ မရှုံ့ရှာ မစက်ဆုပ်ပါ၊ မြတ်စွာဘုရား တပည့်တော်ဟာ အဲဒီမြေကြီးလိုပါတဲ့၊ အဲဒီ မြေကြီးနှင့်တူတဲ့ စိတ်ထားဖြင့် နေပါတယ် ဘုရားတဲ့။ ဒီစကားဖြင့် မြေကြီးလိုပင် သည်းခံနိုင်ပါတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ထို့အတူပင် ရေထဲမှာ စင်ကြယ်တာ မစင်ကြယ်တာကိုလဲ ဆေးကြောကြတယ်၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်စသည်ကိုလဲ ဆေးကြောကြတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ရေကတော့ ညည်းညူခြင်း ရှုံ့ရှာ စက်ဆုပ်ခြင်းမရှိဘူး၊ အဲဒီရေလိုပင် စိတ်သဘောထားပြီး နေကြောင်းလဲ လျှောက်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ မီးဟာ စင်ကြယ်တာကိုလဲ လောင်တယ်၊ မစင်ကြယ်တာကိုလဲ လောင်တယ်၊ ကျင်ကြီး ကျင်ငယ်စသည်ကိုလဲ လောင်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ မီးကတော့ စက်ဆုပ်ခြင်းမရှိဘူး၊ အဲဒီမီးလိုလဲ စိတ်သဘောထားပြီး နေကြောင်း လျှောက်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ လေဟာ စင်ကြယ်တာ မစင်ကြယ်တာ ကိုလဲ တိုက်တယ်၊ ကျင်ကြီး စသည်ကိုလဲ တိုက်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ လေကတော့ စက်ဆုပ်ခြင်းမရှိဘူး၊ အဲဒီလေလိုလဲ စိတ်သဘော ထားပြီးနေကြောင်း လျှောက်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ (ရဇောဟရဏ ခေါ်တဲ့) ကြေးသုတ် အဝတ်ဟာ စင်ကြယ်တာ မစင်ကြယ်တာကိုလဲ သုတ်တယ်၊ ကျင်ကြီး စသည်ကိုလဲ သုတ်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ ကြေးသုတ် အဝတ်ကတော့ စက်ဆုပ်ခြင်းမရှိဘူး၊ အဲဒီကြေးသုတ်အဝတ် လိုလဲ စိတ်သဘောထားပြီး နေတဲ့အကြောင်း လျှောက်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ သူတောင်းစား သူငယ်ဖြစ်စေ သူငယ်မ ဖြစ်စေ ခွက်လက်စွဲကာ ဟောင်းနှမ်း စုတ်ပြတ်တဲ့ အဝတ်ကို ဝတ်လျက် ရွာ နိဂုံးသို့ ဝင်သောအခါ မိမိကိုယ်ကို နှိမ်ချထား တဲ့စိတ်ဖြင့် ဝင်ပါတယ်။ အဲဒီ သူတောင်းစား သူငယ် ကလေး သူငယ်မကလေးလိုပင် နှိမ်ချသော စိတ်ရှိပြီး နေကြောင်း ကိုလဲ လျှောက်ပါတယ်။ အထက်တန်းစား ပြာဟ္မဏမုနိဖြစ် တဲ့အရှင်သာရိပုတ္တရာ မထေရ်က (စဏ္ဍာလ) ဒွန်းစဏ္ဍား ဇာတ်နိမ့်မုနိ သူတောင်းစားမုနိလိုပင် နှိမ်ချထားတဲ့ စိတ်ရှိ နေတယ်ဆိုတာ အလွန်ပင်အံ့စရာလဲ ကောင်းပါတယ်၊ အဲဒါကို အတုယူပြီး မိမိတို့စိတ်ကို နှိမ်ချပြီး နူးနူးညံ့ညံ့ ပြောဆို နေ ထိုင်ဘို့ရာလဲ အထူး သတိ ပြုသင့်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ ဦးချိုကျိုးတဲ့နှားဟာ ဘယ်သူ့ကိုမှ ရန် မမှုဘဲ ယဉ်ကျေး သိမ်မွေ့ နေသလိုပင် စိတ်သဘော ထား ကြောင်းကိုလဲ လျှောက်ပါတယ်။



နောက်ပြီးတော့ ရေချိုးပြီးနောက် နံ့သာများလိမ်းပြီး စင်ကြယ်နေတဲ့အပျို လှပပျိုဟာ လည်ပင်း၌ မြွေသေပုပ် ခွေးသေပုပ် ဆွဲထားမယ်ဆိုလျှင် အဲဒီ အပုပ်ကောင်ကို စက်ဆုပ်သလိုပင် မိမိ၏ ရုပ်ကိုယ်ကို စက်ဆုပ် နေကြောင်းလဲ လျှောက်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ အပေါက်အကွဲများမှ ယိုကျနေသော အဆီအိုးကို ရှက်နေရတဲ့သူဟာ အဲဒီ အဆီအိုးကို စက်ဆုပ်သလိုပင် မိမိ၏ ရုပ်ကိုယ်ကို စက်ဆုပ်နေကြောင်းလဲ လျှောက်ပါတယ်။

အဲဒါတွေဟာ ကာယဂတာသတိဘာဝနာဖြင့် စက်ဆုပ်ဖွယ်ထင်နေတဲ့အတွက် အဲဒီကိုယ်ကို အကြောင်းပြုပြီး မာန်မာန မရှိကြောင်း၊ မာန်မာနဖြင့် သူတပါးကို မရိုမသေ မပြုကြောင်း သိစေတဲ့ လျှောက်ထားချက် များပါတဲ့။ အဲဒီအရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ စိတ်သဘောထားပုံကိုအတုယူပြီး မာန်မာနကို ကင်းနိုင်သမျှ ကင်းအောင် ပယ်ကြသွားပါတဲ့။

အဲဒီတုန်းက တိုင်ကြား လျှောက်ထားတဲ့ ရဟန်းဟာ အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ သင်္ကန်းစွန်းဖြင့် ထိပါးသွားတာလောက်ကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ကိုယ်စောင်း တိုက်သွားတဲ့အနေဖြင့် အပြစ်ဖို့ပြီး လျှောက်တာတဲ့။ အဲဒီလို လျှောက်တာကလဲ ဘုရားထံမှာ များစွာ မကျန်ရစ်တော့ဘဲ ရဟန်းအများစုက အရှင်သာရိပုတ္တရာနောက် လိုက်သွားကြတာကို မနာလိုတဲ့အတွက် ဒေသစာရီ ကြွချီမှုကိစ္စမှာ အနှောင့်အယှက်ဖြစ်အောင် လျှောက်တာတဲ့။ အဲဒီလို အပြစ်မရှိဘဲ စွပ်စွဲမိတဲ့အတွက် အရှင်သာရိပုတ္တရာ၏ ဖြေရှင်းချက် (သီဟနာဒ) ကို

ကြားရတဲ့အခါ အဲဒီရဟန်းမှာ စိတ်ထဲ၌ အလွန်ပူလောင် ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားထံမှာ ပြစ်မှားမိတဲ့ သူ့အပြစ်ကို သည်းခံရန် တောင်းပန် လျှောက်ထားပါတယ်။ မြတ်စွာ ဘုရားက သည်းခံကြောင်း မိန့်တော်မူပြီးတော့ အရှင်သာရိ- ပုတ္တရာကလဲ အဲဒီရဟန်းအား သည်းခံကျေနပ်ရန် မိန့်ကြား တော်မူပါတယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာကလဲ သည်းခံကြောင်း ပြန်ကြားပြီးတော့ မိမိအပြစ်ကိုလဲ အဲဒီရဟန်းက သည်းခံပါ လို့တောင် တောင်းပန်လိုက်ပါသေးသတဲ့။

အဲဒါကို ထောက်ဆကြည့်ယင် ယခုကာလမှာ အပြစ်ရှိတဲ့ သူက သက်ဆိုင်ရာ ပုဂ္ဂိုလ်အား သည်းခံရန် တောင်းပန် ကန် တော့ဘို့ ဝန်မလေးသင့်ပါဘူး။ အပြစ်ရှိလို့ တောင်းပန်တယ် ဆိုတာ သူတော်ကောင်းတို့၏ ကျင့်ဝတ်ပဲ။ အပြစ်ရှိပေမဲ့ ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်တွေ မတောင်းပန်နိုင်ဘူးလို့ မာနဖြင့် တောင် ခံနေတာကတော့ သူယုတ်မာတို့၏ ကျင့်ဝတ်ပဲ။ အဲဒါကိုလဲ အထူးသတိပြုကြရမယ်။

ယခု ပြောခဲ့တဲ့ ဂါထာ ၃ ပုဒ်အရ ပပဉ္စတရားကို အရင်း အမြစ်နှင့်တကွ ပယ်လိုက်လျှင်၊ အထူးအားဖြင့် တဏှာနှင့် မာနကိုလဲ ပယ်လိုက်လျှင် အဇ္ဈတ္တ-ကိုယ်တိုင်းသန္တာန်မှာ ကိလေသာအားလုံး ချုပ်ငြိမ်းပြီးတော့ ဆင်းရဲခပ်သိမ်းလဲ ကင်းငြိမ်းတော့တာဘဲ။ အဲဒါဟာ လိုရင်းဖြစ်တဲ့ သန္တိ-အငြိမ်း ဓာတ်ပဲ။ အဲဒီအငြိမ်းဓာတ်ကို အဇ္ဈတ္တမှာသာ မျက်မှောက် ဧွေမြင်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် အဇ္ဈတ္တမှာသာ ကိလေသာ ငြိမ်း အောင် အားထုတ်ရမယ် ဆိုတဲ့အကြောင်းကို ဒီလို ဆက်ပြီး ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

## အဇ္ဈတ္တ၌သာ ငြိမ်းစေရမယ်

၅။ အဇ္ဈတ္တ' မေဝု'ပသမေ၊

န အညတော ဘိက္ခု သန္တိ'မေသေယျ။

အဇ္ဈတ္တံ ဥပသန္တဿ၊

နတ္ထိ အတ္တာ ကုတော နိရတ္တာ ဝါ။

အဇ္ဈတ္တမေဝ-ကိုယ်တိုင်း၌သာလျှင်၊ ဥပသမေ-ငြိမ်းစေရာ၏။ ဒီစကားဖြင့် ဆင်းရဲခပ်သိမ်းငြိမ်းလိုလျှင် ကိုယ်တိုင်း၌သာ ကိလေသာကို ငြိမ်းစေသောအားဖြင့် ငြိမ်းစေရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် န အညတော-စသော နောက်စကားဖြင့် ကိုယ်တိုင်းမှ တခြား တပါးဖြစ်တဲ့ အပြင်ပမှ ငြိမ်းခြင်းကို မရှာရဘူးလို့ အနက်ပြန်လျှင် ရှေ့နောက် ညီညွတ်ဖွယ် ရှိပါတယ်။ လောကမှာ သတ္တဝါတွေက ဆင်းရဲငြိမ်းရေးကို တခြားတပါး အပြင်ဘက်မှ ရှာနေကြတာလဲ ရှိပါတယ်။ ဘုရားသခင်က ကယ်တင်လိမ့်မယ်လို့ မြော်လင့်နေကြတာမျိုး ဟာ အပြင်ဘက်မှ ရှာတာဘဲ။ အဲဒီအခါတုန်းကလဲ အချို့ နတ်တွေက “ဘုရားသခင်က ကယ်တင်လို့ ငြိမ်းတာမျိုး မဖြစ်နိုင်ပေဘူးလား”လို့ စဉ်းစားနေကြတာ ရှိနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို အလုံခြုံစည်နေကြတဲ့ နတ်တွေအား သူတို့၏အမှားကို ပယ်နိုင်အောင် “ကိုယ်ထဲ၌သာ ငြိမ်းစေရမယ်၊ အပြင်ပ တခြားမှ ငြိမ်းခြင်းကို မရှာသင့်ဘူး”လို့ ဟောတော်မူတာလဲ ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ဖွင့်ပြထားသည့်အတိုင်း အနက်ကတော့-—

ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ အဇ္ဈတ္တမေဝ-ကိုယ်တိုင်းသန္တာန်၌သာလျှင်၊ ဥပသမေ-ငြိမ်းစေရာ၏၊ အညတော-သတိပဋ္ဌာန်



စသည်မှ တပါးသောနည်းဖြင့်၊ သန္တိ\* - ကိလေသာ ငြိမ်းခြင်းကို၊ န ဇေယျ-မရှာမှီးရာ·တဲ့။

ဒီအနက်မှာ အည-၏ အပါဒါန်အရ သတိပဋ္ဌာန်စသည်ကို ပြထားတာဟာ ရှေ့နားက ဆိုခဲ့ပြီး မရှိတဲ့အတွက် မချောသလိုရှိနေပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ပြထားတဲ့ အနက်ဖြစ်တဲ့အတွက် သင့်လျော်အောင် ယူရမှာဘဲ။ ဘယ်လို ယူရမလဲဆိုတော့ကား—အဇ္ဈတ္တ-ကိုယ်တွင်း၌သာ ငြိမ်းစေရမယ်ဆိုရာတွင် သတိပဋ္ဌာန်စသည်ဖြင့်ပင် ငြိမ်းစေရမယ်လို့ ဆိုလိုတယ်။ ဒါကြောင့် ကိုယ်တွင်း၌ ကိလေသာကို ငြိမ်းစေကြောင်းဖြစ်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန်စသည်ကို အပါဒါန်အဖြစ် ပြဆိုထားတယ်လို့ ယူဘို့ပါဘဲ။ ဒီလို ယူနိုင်ခြင်း၏ အကြောင်းကတော့ ကိလေသာကို ငြိမ်းစေနိုင်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန်စသည်ဟာ အဇ္ဈတ္တ-ကိုယ်တွင်းမှာသာ ရှိတယ်။ ကယ်တင်ရှင် ဘုရားသခင်စသော ကိုယ်ပ၌မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် ကိုယ်တွင်း၌သာ ငြိမ်းစေရမယ်လို့ ဆိုရာမှာ ကိုယ်တွင်း၌ ဖြစ်ပွားစေအပ်တဲ့ သတိပဋ္ဌာန်စသည်ဖြင့်သာ ငြိမ်းစေရမယ်။ သတိပဋ္ဌာန်စသည်မှ အလွတ်ဖြစ်တဲ့ အပြင်ပမှ အခြားနည်းများဖြင့် ငြိမ်းခြင်းကို မရှာရဘူးဆိုတဲ့ အနက်ကို ရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ကိုယ်တွင်း၌သာ ငြိမ်းစေရမယ်လို့ ဆိုရာမှာ ကယ်တင်ရှင် ဘုရားသခင်စသော အပြင်ပအခြားတပါးမှ ငြိမ်းခြင်းကို မရှာရဘူးလို့ဆိုတဲ့အနက်က ပိုပြီး ချောမော ရှင်းလင်းပါတယ်။ အဲဒီစာပိုဒ်ကို ဒီလို ဆောင်ပုဒ်စီထားပါတယ်။ “ကိုယ်တွင်း၌သာ၊ ငြိမ်းစေရာ၊ ပြင်မှာ မရှာသင့်သည်သာ”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၅။ ကိုယ်တွင်း၌သာ၊ ငြိမ်းစေရာ၊ ပြင်မှာ မရှာသင့်သည်သာ။

ဆင်းရဲငြိမ်းတဲ့နိဗ္ဗာန်ကို အလိုရှိယင် ကိုယ်တွင်း၌သာ သတိပဋ္ဌာန်စသော အကျင့်ဖြင့် ကိလေသာတွေငြိမ်းအောင် ကျင့်ပြီးရှာရမယ်။ သတိပဋ္ဌာန်စသည်ကို မကျင့်ဘဲ အပြင်ပမှ ကယ်တင်ခြင်းစသော အခြားနည်းဖြင့် မရှာသင့်ဘူး။ မရှာရဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့်ပင် ရှေ့သုံးဂါထာတို့ဖြင့် ပာဠတရား၏ အမြစ်ဖြစ်တဲ့ ကိလေသာနှင့်တဏှာ မာနတို့ကို ကိုယ်တွင်း၌ ကင်းငြိမ်းအောင် ကျင့်ရန်ပြခဲ့တယ် ဆိုတာကိုလဲ သိစေပါတယ်။ အဲဒီလို ကိုယ်တွင်းမှာ ကိလေသာငြိမ်းယင်တော့ ဆင်းရဲချမ်းသာကို အမြဲတမ်း ခံစားနေတယ်လို့ ထင်ရတဲ့ အတ္တလဲ မရှိတော့ဘူး။ “သေပြီးယင် အတ္တကင်း ပြတ်သွားကယ်”လို့ ဥစ္ဆေဒအယူဖြင့် ယူဆ စွဲလမ်းစရာလဲ မရှိတော့ဘူး။ ဒါကြောင့်—

“အဇ္ဈတ္တံ ဥပသန္တဿ—ကိုယ်တွင်း၌ ကိလေသာငြိမ်းသောသူမှာ၊ အတ္တာ—အမြဲတည်ရှိနေသည်ဟု ထင်မှတ်စွဲလမ်းစရာ အတ္တကောင် ငါကောင်သည်၊ နတ္ထိ—မရှိတော့ပြီ၊ နိရတ္တာ ဝါ—သေပြီးလျှင် အတ္တကောင် ငါကောင်မရှိတော့ပြီဟု ထင်မှတ်စွဲလမ်းဘွယ်သည်လည်း၊ ကုဒတာ—အဘယ်မှာရှိတော့အံ့နည်း”လို့ ဆက်ပြီး ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

သတိပဋ္ဌာန်အစရှိတဲ့ ဗောဓိပက္ခိယတရားများကို ပွားစေသဖြင့် ကိုယ်ထဲမှာ ကိလေသာအားလုံး ကင်းငြိမ်းသွားလျှင် အတ္တကောင် ငါကောင်လို့ ထင်မှတ်စွဲလမ်းတတ်တဲ့ အတ္တဒိဋ္ဌိလဲ မရှိတော့ဘူး။ ငါတတ်တယ် ငါမြတ်တယ်စသည်ဖြင့် ထောင်လွှားတတ်တဲ့ အသ္မိမာနလဲ မရှိတော့ဘူး။ ဥပမာအားဖြင့် ပုလင်းကြီးတခုထဲမှာ မူလက လေတွေ အပြည့်ရှိနေတယ်

ဆိုပါတော့၊ အဲဒီပုလင်းထဲကို ရေတွေ ထည့်လိုက်ယင် မူလက ရှိနေတဲ့ လေတွေဟာ ထွက်သွားကြတယ်၊ ရေအပြည့်ထည့် လိုက်ယင် ပုလင်းထဲက လေတွေ အကုန်ထွက်သွားတယ်၊ အဲဒါလိုဘဲ ကိုယ်ထဲမှာ မူလက အကြောင်းညီညွတ်ယင် ဖြစ် နိုင်တဲ့ ကိလေသာတွေ ရှိနေတယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်စသော ဗောဓိပက္ခိယတရားတွေကို ကိုယ်ထဲမှာ ဖြစ်ပွားစေလိုက်တော့ ကိုယ် ထဲမှာ ကိလေသာတွေ မဖြစ်နိုင်တော့ဘဲ လျော့လျော့သွား တယ်၊ အပြည့်အစုံပွားစေလိုက်တဲ့ အခါကျတော့ ကိုယ်ထဲမှာ ဖြစ်နေကျ ကိလေသာတွေဟာ အကုန်လုံး မဖြစ်နိုင်တော့ဘဲ ကင်းငြိမ်းသွားတယ်၊ အဲဒီလို ကင်းငြိမ်းရာမှာ အတ္တဒိဋ္ဌိနဲ့ မာနလဲ ပါသွားပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီ ဒိဋ္ဌိမာနတို့ဖြင့် အတ္တကောင် ငါကောင်လို့လဲ မစွဲလမ်းတော့ဘူး၊ ငါတတ်တယ်၊ ငါမြတ်တယ်စသည်ဖြင့်လဲ မထောင်လွှားတော့ဘူး၊ အဲဒီလို စွဲလမ်းထောင်လွှားတဲ့ ဒိဋ္ဌိနဲ့ မာနမရှိတဲ့အတွက် အမြဲတည်ရှိ နေတယ်လို့ ထင်ရတဲ့ အတ္တလဲ မရှိတော့ဘူး၊ အဲဒီ အတ္တမရှိတဲ့ အတွက် သေပြီးယင် ပြတ်စဲသွားမယ်လို့ ထင်မှတ်စရာလဲမရှိ တော့ဘူး၊ အဲဒီလို အစွဲအလမ်းတွေ လုံးဝကင်းငြိမ်းတဲ့အတွက် ရဟန္တာမှာ မျက်မှောက်၌လဲ ကြောင့်ကြမှု တောင့်တမှု ပူပန် မှုစသော ကိလေသာဆင်းရဲတွေ မရှိတော့ဘူး၊ ပရိနိဗ္ဗာန် စုတိမှ နောက်ကာလ၌လဲ ဘဝသစ်ရုပ်နာမ်ဆင်းရဲတွေ မဖြစ် လာတော့ဘဲ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အကုန်ငြိမ်းသွားတယ်၊ ဒါ ကြောင့် ကိုယ်တုန်း၌ ကိလေသာငြိမ်းမှုဟာ လိုရင်းဘဲ၊ ကိုယ် တုန်း၌သာ သတိပဋ္ဌာန်စသည်ဖြင့် ကိလေသာကို ငြိမ်းစေရ မယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါကို “ကိုယ်ထဲငြိမ်းက၊ မြဲအတ္တ၊



ကင်းပ ပြတ်အတ္တာ” လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ရှေ့ ဆောင်ပုဒ်ပါတဲ့ပြီး ဆိုကြရမယ်။

၅။ ကိုယ်တုန်း၌သာ၊ ငြိမ်းစေရာ၊ ပြင်မှာ မရှာသင့်သည်သာ။  
ကိုယ်ထဲငြိမ်းက၊ မြဲအတ္တ၊ ကင်းပ ပြတ်အတ္တာ။

ကိုယ်ထဲငြိမ်းက-လို့ ဆိုတာက ကိုယ်ထဲမှာ သတိပဋ္ဌာန်စသည်ကို ပွားစေခြင်းဖြင့် ကိလေသာတွေ ငြိမ်းသွားလျှင်-လို့ ဆိုလိုတယ်။ မြဲအတ္တ ကင်းတယ် ဆိုတာက အတ္တကောင် ငါကောင်ဟာ အမြဲတမ်းတည်နေတယ်လို့ ထင်စရာလဲ မရှိတော့ဘူး။ အဲဒီလို ထင်မှတ်စွဲလမ်းတဲ့ သဿတဒိဋ္ဌိနှင့်တကွ မာနလဲ မရှိတော့ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ကင်းပ ပြတ်အတ္တာ ဆိုတာက တော့ သေပြီးတဲ့နောက်မှာ အတ္တကောင် ငါကောင် ပြတ်စဲသွားတယ်လို့ ထင်စရာလဲ မရှိတော့ဘူး။ အဲဒီလို ထင်မှတ်စွဲလမ်းတဲ့ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိလဲ မရှိတော့ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီလို ကိလေသာအားလုံး ကင်းငြိမ်းနေတဲ့ ရဟန္တာမှာ မလှုပ်မရှားတည်တံ့နေပုံကို သမုဒ္ဒရာအလယ်က ရေနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပြီး ဒီလို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

သမုဒ္ဒရာအလယ် ရေပြင်လို တည်ငြိမ်စေရမယ်

၆။ မဇ္ဈေ ယထာ သမုဒ္ဓဿ၊  
ဥမိ နော ဇာယတိ ဌိတော ဟောတိ။  
ဧဝံ ဌိတော အနေဇဿ၊  
ဥဿဒံ ဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ။

သမုဒ္ဓဿ မဇ္ဈေ- သမုဒ္ဒရာ၏အလယ်၌၊ ဥမိ နော ဇာယ-  
တိ-လှိုင်းမရှိ၊ ဌိတော ဟောတိ ယထာ၊ ရေသည် တည်ငြိမ်

နေသကဲ့သို့၊ ဧဝံ-ဤအတူပင်၊ အနေဇော-လှုပ်ရှားတတ်သည့်တဏှာကင်းသည်ဖြစ်၍၊ ဌိတော-အကောင်းအဆိုး အာရုံများကြောင့် အလှုပ်အရှားမရှိဘဲ တည်ငြိမ်နေသည်၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏။ (တထာဘာဝါယ-ထိုသို့ တည်ငြိမ်စွာ နေနိုင်ရန်၊) ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဥဿဒံ-ရာဂစသည်တို့၏ စည်ပင်ပျိုးများခြင်းကို၊ ကုဟိဉ္စိ-ကိုယ်တွင်းကိုယ်ပ တစုံတရာ၌မျှ၊ နကရေယျ-မပြုရာ-မဖြစ်စေရာ တဲ့။

သမုဒ္ဒရာဆိုတာ ယခုတွေ့နေကြတဲ့ ပင်လယ်ကြီးပါဘဲ၊ အဲဒီပင်လယ်သမုဒ္ဒရာ၏ အလယ်ပိုင်းအရပ်မှာ လှိုင်းမရှိဘဲ ရေတွေဟာ တည်ငြိမ်နေပါတယ် တဲ့။ အဲဒီလို သမုဒ္ဒရာ၏ အလယ်ပိုင်းအရပ်က ရေတွေလှိုင်းမရှိဘဲ တည်ငြိမ်နေပုံကိုတော့ လူအများစုကသိဘို့မလွယ်ပါဘူး၊ ဒါပေမဲ့ ဒီသုတ်တရားတော်က နတ်ဗြဟ္မာတွေကို ဟောတဲ့ တရားဖြစ်တဲ့ အတွက် သမုဒ္ဒရာအကြောင်းကောင်းကောင်းသိနေကြတဲ့ နတ်တွေ ဗြဟ္မာတွေအတွက် ဟောတယ်လို့ ယူရမယ်။ အဲဒီ ပင်လယ်သမုဒ္ဒရာကြီး၏ အလယ်ပိုင်းအရပ်ဆိုတာ ဘယ်လို အလယ်အရပ်လဲလို့ ဆိုတော့ ပင်လယ်ရေနေ၏ အောက်ပိုင်း၊ အထက်ပိုင်းတို့ကို ချန်ထားပြီး အလယ်ပိုင်းပါဘဲလို့ မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်၊ အဲဒီမှာ ဖွင့်ပြထားပုံကတော့ ရှေးက ဣန္ဒိယမှာ အများက ယုံကြည် ယူဆ ထားကြသည့်အတိုင်း “သမုဒ္ဒရာရေ၏ အနက်ဟာ ယူဇနာ ၈၄,၀၀၀-ရှိတယ်”ဆိုတဲ့ ပမာဏကို ဖော်ပြပြီးတော့ သမုဒ္ဒရာ၏ အောက်ပိုင်း ယူဇနာ (၄၀,၀၀၀) လေးသောင်းမှာ (မစ္ဆ ကစ္ဆပေဟိ ကမ္ပတိ) ငါးများ လိပ်များကြောင့် လှုပ်ရှားနေတယ်၊ အပေါ်ပိုင်း (၄၀,၀၀၀)

လေးသောင်းမှာလဲ (ဝါတေဟိ ကမ္ပတိ) လေတို့ကြောင့် လှုပ်ရှားနေတယ်။ အလယ်ပိုင်းယူဇနာ လေးထောင်မှာ ရေကတော့ လှုပ်ရှားခြင်းမရှိဘဲ တည်ငြိမ်နေပါတယ် တဲ့။ အဲဒါဟာ မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ရှေးရိုး အယူအဆအတိုင်း ပြထားတဲ့ အပိုင်းအခြားပါဘဲ။

ယခုနေအခါမှာ ပင်လယ်သုတေသနပညာရှိများ တိုင်းတာစူးစမ်းထားတာကတော့ ပင်လယ်မှာ အနက်ဆုံးနေရာဟာ ပစိဖိတ်သမုဒ္ဒရာထဲက ဖိလစ်ပိုင်ကျွန်းစုအပါအဝင် မင်ဒါနာအိုကျွန်းအလွန်၌ ဖြစ်ကြောင်း၊ ယင်းဒေသ၌ ပေပေါင်း ၃၅,၄၁၀-ခန့် နက်ကြောင်း ပြဆိုထားကြပါတယ်။ မိုင်အားဖြင့်ဆိုယင် ၆-မိုင်ကျော် ၇-မိုင်နီးပါးလောက်သာ နက်တယ်လို့ဆိုရမှာပေါ့။ မြင်းမိုရ်တောင်ရှိ သင့်ရာဖြစ်တဲ့ မြောက်ဝင်ရိုးစွန်းအရပ်ကတော့ ရေခဲပြင်သမုဒ္ဒရာဖြစ်နေကြောင်း၊ အနက်ကတော့ ပေပေါင်း ၁၈,၄၅၆-ခန့်ရှိတဲ့ နေရာဟာ အနက်ဆုံးဖြစ်ကြောင်း ပြဆိုထားကြပါတယ်။ မိုင်အားဖြင့်တော့ ၃-မိုင်ခွဲလောက်သာ နက်တယ်လို့ဆိုရမှာဘဲ။ ဒါပေမဲ့ ရှေးကယူဇနာအတိုင်းအရှည်က ဘယ်လောက်ရယ်လို့ တိတိကျကျမပြောနိုင်တဲ့အတွက် အဲဒါတွေကို ဖယ်ထားပြီးတော့ သာမန် အလယ်ပိုင်းလို့ ယူယင် သင့်ပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီ လေးငါးခြောက်မိုင်ကျော်နက်တဲ့ ပင်လယ်ရေထဲမှာ အထက်ပိုင်း အောက်ပိုင်းကို ဖယ်ပြီး အလယ်ပိုင်းမှာ ရေဟာ တည်ငြိမ်နေတယ်လို့ဆိုရမှာဘဲ။ တနည်းအားဖြင့်တော့ ကမ်းစမှ မိုင်တရာ နှစ်ရာစသည့်ဝေးကွာတဲ့ အလယ်ပိုင်းကို ယူယင်လဲ သင့်စရာရှိပါတယ်။ အဲဒီလို အလယ်ပိုင်းမှာလဲ ကမ်းစမှာလို



လှိုင်းလုံးကြီးတွေ ပုတ်ခတ်ခြင်းမရှိတဲ့အတွက် တည်ငြိမ်နေတယ်  
 လို့ယူဆပြောဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် (ဦးမိ နော ဇာယတိ)  
 လှိုင်းမဖြစ်ဘူး မရှိဘူးလို့လဲ ဆိုထားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပင်လယ်  
 ၏အလယ်အရပ်မှာ လှိုင်းလုံးများ ပုတ်ခတ်ခြင်းမရှိဘဲ ရေဟာ  
 တည်ငြိမ်နေသလို လှုပ်ရှားတတ်တဲ့ တဏှာကင်းအောင်ကျင့်ရ  
 မယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အာရုံကောင်းတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါ  
 လဲ ဝမ်းသာတက်ကြွပြီး မလှုပ်ရှားဘဲ တည်ငြိမ်နေနိုင်အောင်၊  
 အာရုံဆိုးတွေနဲ့ တွေ့ကြုံရတဲ့အခါလဲ စိတ်နှလုံးမသာဖြစ်ပြီး  
 မလှုပ်ရှားဘဲ တည်ငြိမ်နေနိုင်အောင် ကျင့်ဘို့ပါတဲ့။ ကျင့်ပုံက  
 တော့ ရွှေ့နားက ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း “သဒါ - နေရောညဉ့်ပါ  
 အခါခပ်သိမ်း၊ သတော-အမှတ်ရလျက်၊ သိက္ခေ-ကျင့်ရာ  
 ၏”လို့ ညွှန်ကြားချက်အရ ကျင့်ရုံပါတဲ့။

### သမုဒ္ဒရာအလယ်ကရေလို တည်ငြိမ်နိုင်အောင်ကျင့်ပုံ

ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ကော-မြင်ယင် မြင်တာကို အမှတ်ရပြီး  
 သိရမယ်၊ အဲဒီလို အမှတ်ရပြီးသိတယ် ဆိုပေမဲ့ အားထုတ်ခါစ  
 မှာတော့ မျက်စိ အဆင်း မြင်သိမှုစသည်တို့၏ သဘာဝ  
 လက္ခဏာစသည်မျှကိုသာ သိတယ်၊ သမာဓိဉာဏ်အားရှိလာတဲ့  
 အခါကျတော့မှ အဖြစ်အပျက် အနိစ္စစသော အခြင်းအရာတို့  
 ဖြင့်လဲ အမှန်အတိုင်းသိတယ်၊ အဲဒီလို သိအောင် မပြတ်ရှုမှတ်  
 နေဘို့ပါတဲ့၊ ဘုန်းကြီးတို့ရဲ့ တပည့်ယောဂီတွေ ရှုမှတ်ပြီး သိနေ  
 တာမျိုးပါတဲ့။

ထို့အတူ ကြားယင်လဲ ကြားတာကို အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊  
 နံယင်လဲ နံတာကို အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊ စားတဲ့အခါ အရသာ

သိတာကို အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊ တွေ့ထိယင်လဲ တွေ့ထိတာကို အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊ ဒီ အတွေ့အထိကတော့ ကျယ်ဝန်းပါ တယ်၊ (ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမီတိ ပဇာနာတိ-စသည်ဖြင့် ဟောထားတဲ့ ဒေသနာတော်အရ) သွားယင် သွားတယ်လို့ သိရမယ်၊ ရပ်ယင် ရပ်တယ်လို့ သိရမယ်၊ ထိုင်ယင် ထိုင်တယ် လို့ သိရမယ်၊ လျောင်းအိပ်ယင် အိပ်တယ်လို့ သိရမယ်၊ ကွေး ယင် ကွေးတယ်လို့ သိရမယ်၊ ဆန့်ယင် ဆန့်တယ်လို့ သိရမယ်၊ ကိုယ်အမူအရာ တစုံတခုကိုပြုယင် အဲဒီအမူအရာကို သိရမယ်၊ နာကျင်မှု စသော ဝေဒနာဖြစ်ယင် အဲဒီ ဝေဒနာကို သိရမယ် စသည်ဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး သိပုံတွေဟာလဲ ဒီတွေ့ထိမှုထဲမှာ ပါဝင် တယ်၊ နောက်ပြီးတော့ စိတ်ကူး စဉ်းစား ကြံသိယင် အဲဒါကို အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊ ဝမ်းသာမှု ဝမ်းနည်းမှုစသော စိတ်ထဲက ဝေဒနာပေါ်လာယင် အဲဒါကိုလဲ အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊ အတို ချုပ်ပြောရမယ်ဆိုယင် ကိုယ်အမူအရာဟူသမျှကို အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊ စိတ်အမူအရာဟူသမျှကို အမှတ်ရပြီး သိရမယ်၊ အကောင်းအဆိုး အလယ်အလတ် ခံစားမှုဟူသမျှကို အမှတ် ရပြီး သိရမယ်၊ သဘောတရားဟူသမျှကို အမှတ်ရပြီးသိရမယ်၊ ဒါပါဘဲ။

အဲဒီလို ထင်ရှားပေါ်လာသမျှကို အမှတ်ရပြီး သိသိနေယင် သမာဓိအားရှိလာတဲ့အခါကျတော့ “မိမိကိုယ်ထဲမှာ သိစရာ ရုပ်နဲ့ သိတဲ့စိတ် နာမ် ဒီ ၂-ပါးမျှသာ ရှိတယ်” ဆိုးတာကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြားပြီး သိတယ်၊ အကြောင်းနှင့် အကျိုးမျှ ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်နေတယ်ဆိုတာကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ် ဖြင့် ပိုင်းခြားပြီး သိတယ်၊ အသစ်အသစ် ဖြစ်ဖြစ်ပြီး တခဏ

ချင်း ပျောက်ကွယ် ပျက်စီးသွားကြတယ် ဆိုတာကိုလဲ ကိုယ် ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိတယ်။ အဲဒီလို သိရတော့ ဖြစ်ပေါ် ဖြစ်ပေါ် ပြီး ပျောက်ပျောက်သွားလို့ မမြဲဘူးဆိုတာကိုလဲ ကိုယ်ပိုင် ဉာဏ်ဖြင့် သိတယ်။ ဖြစ်လိုက် ပျက်လိုက်နဲ့ ဆင်းရဲချည်းဘဲ ဆိုတာကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိတယ်။ သူသဘောအတိုင်း သူ ဖြစ်ပျက်နေလို့ အစိုးမရတဲ့ အနတ္တသဘောတရားမျှဘဲ ဆိုတာကိုလဲ ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်ဖြင့် သိတယ်။ အဲဒီ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တအသိဉာဏ်တွေ ရင့်ကျက်ပြည့်စုံတဲ့အခါမှာ ဖြစ်ပျက်တဲ့ ရုပ်နာမ်အားလုံး ချုပ်ငြိမ်းတဲ့ (သန္တိ၊ သန္တိပဒေ-ခေါ်) နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုပြီး အရိယမဂ်ဖိုလ်ဉာဏ်များ ဖြစ်ပေါ်တယ်။ ဒီပုံ ဒီနည်း ဖြင့် အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်အထိ ဖြစ်သွားတဲ့အခါ အဇ္ဈတ္တ-ကိုယ်တွင်း သန္တာန်မှာ ကိလေသာဟူသမျှ အကုန်လုံး ကင်းငြိမ်းသွားတယ်။ အဲဒီလို ကိလေသာအားလုံး ကင်းငြိမ်း တဲ့ ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်မှာ အကောင်းအဆိုးအာရုံ လောကဓမ္မ တရားတွေနဲ့ ဘယ်လိုပင် တွေ့ကြုံရသော်လဲ တုန်လှုပ်ခြင်းမရှိဘဲ တည်ငြိမ်နေနိုင်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ—

အနေဇော-လှုပ်ရှားတတ်သည့်တဏှာ ကင်းသည်ဖြစ်၍၊  
ဌိတော-အကောင်းအဆိုး အာရုံများကြောင့် အလှုပ်အရှား  
မရှိဘဲ တည်ငြိမ်နေသည်၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏-လို့ ဟောတော်မူတဲ့  
ဒေသနာတော်နှင့်အညီ ပြီးစီးပြည့်စုံသွားပုံပါဘဲ။

ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း အမှတ်ရပြီး ကျင့်ရမယ်ဆိုတဲ့  
ဒေသနာအရ မကျင့်နိုင်လို့ရှိရင် (၁) ရာဂုဿဒ-ရာဂ၏ ပွား  
များခြင်း၊ (၂) ဒေါသုဿဒ-ဒေါသ၏ ပွားများခြင်း၊ (၃)  
မောဟုဿဒ-မောဟ၏ ပွားများခြင်း၊ (၄) မာနုဿဒ-မာန  
၏ ပွားများခြင်း၊ (၅) ဒိဋ္ဌုဿဒ-ဒိဋ္ဌိ၏ ပွားများခြင်း၊ (၆)



ပိုင်း] သမုဒ္ဒရာအလယ်ကရေလို တည်ငြိမ်အောင် ကျင့်ပုံ ၅၁

ကိလေသုဿဒ-ကိလေသာ၏ ပွားများခြင်း၊ (၇) ကမ္မုဿဒ-  
ဘဝကို ဖြစ်စေတတ်သည့်ကံ၏ ပွားများခြင်းဆိုတဲ့ ဒီ ဥဿဒ  
တရား (၇) ပါး ဖြစ်ခွင့်ရပြီး ပွားများသွားတယ်။ အဲဒီ ရာဂ  
စသည်တွေ ပွားများစည်ပင် အားကောင်းနေယင် ကိလေ  
သာငြိမ်းတဲ့ အရိယမဂ်ဖိုလ်များသို့ မရောက်နိုင်ဘူး။ အရ-  
ဟတ္တမဂ်ဖိုလ်အထိ မရောက်သေးယင် လှုပ်ရှားတတ်တဲ့ တဏှာ  
မကင်းသေးသည့်အတွက် အကောင်းအဆိုး အာရုံတွေနဲ့ တွေ့  
ယင် လှုပ်ရှားနေဦးမှာဘဲ။ မလှုပ်ပဲ တည်ငြိမ်နေနိုင်ဘူး။ ဒါ  
ကြောင့် မလှုပ်ရှားပဲ တည်ငြိမ်နေနိုင်အောင် (သဒါ သတော-  
သိက္ခေ - ) ဆိုတဲ့ ဒေသနာတော်အရ အခါခပ်သိမ်းအမှတ်  
ရပြီး သိလျက် ကျင့်နေရမယ်။ အဲဒီလို ကျင့်နေယင် ရာဂ၏  
ပွားများခြင်းစသော ဥဿဒတရား (၇)ပါးဟာ ဖြစ်ခွင့်မရဘဲ  
ငြိမ်းသွားမယ်။ အဲဒီလို ငြိမ်းသွားတယ်ဆိုတာဟာ နောက်ဆုံး  
မှာ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်ဖြင့် အပြီးအပြတ် ငြိမ်းသည်အထိပါဘဲ။  
ဒါကြောင့် လှုပ်ရှားတတ်တဲ့တဏှာ ကင်းငြိမ်းသွားတဲ့အတွက်  
ဘယ်လိုအာရုံနဲ့ဘဲ တွေ့တွေ့ မလှုပ်မရှားဘဲ တည်ငြိမ်နေနိုင်  
မယ်။ အဲဒီလို တည်ငြိမ် နေနိုင်သည်တိုင်အောင် အမှတ်ရပြီး  
သိသောအားဖြင့် ဥဿဒ (၇) ပါးကို ပယ်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါ  
တယ်။ အဲဒီဂါထာကို အတိုချုပ်စီထားတဲ့ ဆောင်ပုဒ်ကတော့  
“သမုဒ်လယ်တွင်၊ လှိုင်းကင်းစင်၊ ရေပြင်တည်သည့်ပုံပမာ။  
တဏှာကင်းစင်၊ တည်သည့်ပြင်၊ စည်ပင်ပွားများကင်းစေရာ”  
တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၆။ သမုဒ်လယ်တွင်၊ လှိုင်းကင်းစင်၊ ရေပြင်တည်သည့်ပုံပမာ။  
တဏှာကင်းစင်၊ တည်သည့်ပြင်၊ စည်ပင်ပွားများ  
ကင်းစေရာ။

သမုဒ္ဒရာအလယ်မှာ လှိုင်းမရှိဘဲ ရေပြင်တည်ငြိမ်နေသလို ပင် လှုပ်ရှားတတ်သည့် တဏှာကင်းအောင် ကျင့်ပြီးတော့ အာရုံ အကောင်း အဆိုးများနှင့် စပ်ပြီး မလှုပ်မရှားတည်ငြိမ် စွာနေနိုင်တဲ့ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်စေရမယ်။ အဲဒီ ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ ရောက်အောင် “စည်ပင်ပွားများတတ်သည့် ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိ၊ ကိလေသာ၊ ကံ”ဆိုတဲ့ ဒီဥဿဒ တရား (၇) ပါးကိုပယ်ရမယ်။ ပယ်နိုင်အောင် ကျင့်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီ (၇) ပါးထဲမှာ ကိလေသာဆိုတာက တော့ “ဝိစိကိစ္ဆာ၊ ထိန၊ ဥဒ္ဓစ္စ၊ အဟိရိက၊ အနောတ္တပ္ပ” ဆို တဲ့ ဒီကိလေသာ အကြွင်းငါးပါးကို ယူရုံပါဘဲ။ ဒီကနေ့အချိန် ကုန်သွားပြီ။ ဒီတိုင်ဘဲ ရပ်ပြီး တရားသိမ်းကြစို့။ အမျှဝေပြီး သိမ်းရမယ်။ လိုက်ဆိုကြ။

ယနေ့အဖို့၌ ကျွန်ုပ်တို့ပြုစုအပ်သော ကုသိုလ်ကောင်းမှု အပေါင်း၏ အဖို့ဘာဂကို အမိအဘ ဆရာသမားတို့အား၎င်း၊ ဤအရပ်၌ ရောက်ရှိနေသော လူပရိသတ်၊ နတ်ပရိသတ် အပေါင်းအား၎င်း၊ အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား ၎င်း အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အမိအဘတို့မှစ၍ အလုံးစုံသော သတ္တဝါတို့သည် အမျှရကြ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြ ပါစေ။

အမျှ....အမျှ....အမျှ....ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။

သာဓု....သာဓု....သာဓု။

တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် ပဌမပိုင်းပြီး၏။

# တုဝဋ္ဋကသုတ်တရားတော်

ဒုတိယပိုင်း

(၁၃၃၇-ခုနှစ်၊ ပြာသိုလဆုတ် ၈-ရက်နေ့ဟောသည်။)

## တရားအနုသန္ဓေ

တုဝဋ္ဋကသုတ်တရားကို ပြီးခဲ့တဲ့လပြည့်နေ့က စပြီး ဟောခဲ့တယ်။ အမေး တဂါထာနှင့် အဖြေ ငါးဂါထာ အားလုံး ၆-ဂါထာဘဲ ပြီးခဲ့သေးတယ်။ အဲဒီမှာ သံသရာနယ်ချဲ့တတ်တဲ့ သံသရာကို ရှည်ကြာစေတတ်တဲ့ ပပဉ္စတရားကို အမြစ်ပါပယ်ဖို့ ဟောထားတယ်။ သံသရာမှာ ရှည်ကြာစေတတ်တဲ့ ပပဉ္စတရားကို ပယ်ဖို့ ဟောထားတဲ့အတွက် ဒီသုတ်ကို တုဝဋ္ဋကသုတ်လို့ ခေါ်တယ်။ တုဝဋ္ဋသဒ္ဓါက မြန်တယ်လို့ အနက်ရှိတယ်။ ဒါကြောင့် တုဝဋ္ဋကသုတ် ဆိုတာ သံသရာတို့ကို နိဗ္ဗာန်ကို အမြန်ရောက်ဖို့ ဟောတဲ့သုတ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ လျင်မြန်ရေးသုတ်တရားလို့လဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဟောခဲ့ပြီးအဖြေ ငါးဂါထာထဲမှာ ပပဉ္စတရား၏ အမြစ်အရင်းဖြစ်တဲ့ အဝိဇ္ဇာ စသည်တို့နှင့်တကွ တဏှာ မာနတို့ကို ပယ်ခြင်း ငြိမ်းစေခြင်းဖြင့် ကိလေသာခပ်သိမ်း ဆင်းရဲခပ်သိမ်း ငြိမ်းခြင်းဆိုတဲ့ မျက်မြင် ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်တွေ့တရားကို ဖော်ပြ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ အဲဒီအခါမှာ အချို့နတ်ဗြဟ္မာတွေက အဲဒီမျက်မြင် ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်တွေ့တရားကို မြင်ရ တွေ့ရ ရောက်ရ



အောင် ဘယ်လိုအခြေခံအကျင့်ကို ကျင့်ရပါမည်လဲလို့ သိလိုကြပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်က အဲဒီ နတ်ဗြဟ္မာတို့၏အလိုကို သိတော်မူတဲ့အတွက် အဲဒီအကြောင်းဟောဘို့ နိမ္မိတဘုရားက တောင်းပန်ရန် အဓိဋ္ဌာန်ပြုတော်မူပါတယ်။ အဲဒီအခါ နိမ္မိတဘုရားရှင်က ဒီလိုချီးကျူးပြီး တောင်းပန်တော်မူပါတယ်။

### နိမ္မိတဘုရားရှင်၏ တောင်းပန်ချက်

၇။ အကိတ္တယီ ဝိဝဋ္ဌစက္ခု၊  
သက္ခိဓမ္မံ ပရိဿယ ဝိနယံ။  
ပဋိပဒံ ဝဒေဟိ ဘဒ္ဒန္တေ၊  
ပါတိမောက္ခံ အထ ဝါပိ သမာဓိံ ။

ဝိဝဋ္ဌစက္ခု-ပွင့်လင်းသော မျက်စိ ရှိတော်မူသော အရှင်ဘုရား-

မြတ်စွာဘုရားမှာ မျက်စိငါးပါးရှိတော်မူတယ်။ (၁) မံသစက္ခုခေါ်တဲ့ ပကတိမျက်စိက တပါး၊ အဲဒီ ပကတိမျက်စိဖြင့် မြတ်စွာဘုရားဟာ ပတ်ဝန်းကျင် တယူဇနာ အရပ်မှာ ရှိတဲ့ အရာဝတ္ထုများကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ မြင်တော်မူနိုင်တယ်။ (၂) ဒိဗ္ဗစက္ခု ခေါ်တဲ့ အဘိညာဉ် မျက်စိကတပါး၊ ဒီ ဒိဗ္ဗစက္ခုဖြင့် ကမ္ဘာအရပ်ရပ် စကြဝဠာအရပ်ရပ်က အဆင်းဟူသမျှတွေကို မြင်တော်မူနိုင်တယ်။ သေပြီးတော့ ကံအားလျော်စွာ ဘဝသစ်မှာ ဖြစ်ကြတဲ့ သတ္တဝါတွေကိုလဲ မြင်တော်မူနိုင်တယ်။ (၃) ပညာစက္ခုခေါ်တဲ့ ပကတိ စူးစမ်းဆင်ခြင်ဉာဏ်၊ ဝိပဿနာဉာဏ်၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်၊ ပစ္စဝေက္ခဏာဉာဏ်ဆိုတဲ့ ဉာဏ်ပညာမျက်စိက တပါး။ (၄) ဗုဒ္ဓစက္ခုခေါ်

တဲ့ ဘုရားမျက်စိကတပါး၊ အဲဒါဟာ ဣန္ဒြိယပရောပရိယတ္တ-  
ဉာဏ်နှင့် အာသယာနုသယဉာဏ် ဆိုတဲ့ ဒီဉာဏ် ၂-ပါးပါတဲ့၊  
မြတ်စွာဘုရားဟာ ဒီဗုဒ္ဓစက္ခုဖြင့် ဝေနေယျ သတ္တဝါတို့၏  
ဣန္ဒြေအနုအရင်းကိုလဲ သိတော်မူတယ်၊ စိတ်ဓာတ်၏ ကိန်းရာ  
အလိုအကြိုက် အာသယနှင့် ကိန်းဝပ်နေတဲ့ အနုသယကိလေ  
သာကိုလဲ သိတော်မူတယ်၊ အဲဒီလို သိတော် မူတဲ့အတွက်  
သတ္တဝါတို့နှင့် သင့်လျော်တဲ့တရားကို ဟောတော်မူနိုင်တယ်၊  
အဲဒီလို သင့်လျော်တဲ့တရားကို နာရတဲ့အတွက် သတ္တဝါတွေ  
ဟာ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို လျင်မြန်စွာ ရသွားကြတယ်၊  
(အနာနဲ့ဆေး၊ ကိုက်အောင်ပေး၊ ပျောက်ရေးမခက်ပါ )  
ဆိုသလို သိပ်နေရာကျတာဘဲ။ (၅) သမန္တစက္ခုခေါ်တဲ့ အလုံး  
စုံကိုသိနိုင်တဲ့ သဗ္ဗညုတဉာဏ်မျက်စိက တပါး။ အဲဒီ မျက်စိ  
ငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်မူတယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့်-

ဝိဝဋ္ဌစက္ခု-ပွင့်လင်းသော မျက်စိငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံတော်  
မူပေသော အရှင်ဘုရား၊ တံ-အရှင်ဘုရားသည်၊ ပရိဿယ-  
ဝိနယံ-ဘေးရန်ဟူသမျှကို ပယ်ရှား ဖျက်ဆီးတတ်သော၊  
သက္ခိဓမ္မံ-မျက်မြင်ကိုယ်တွေ ဉာဏ်တွေတရားကို၊ အကိတ္တယံ-  
ဟောကြားတော် မူပါပေပြီ။

ဘေးရန်ကို ပယ်ရှား ဖျက်ဆီးတတ်တယ်လို့ ဆိုရာမှာ ဘယ်  
လိုဘေးရန်တွေကို ပယ်ရှားဖျက်ဆီးပါသလဲ ဆိုတော့-ထင်ရှား  
တဲ့ ဘေးရန်နှင့် မထင်ရှားတဲ့ ဘေးရန်-အဲဒီ ဘေးရန်တွေ  
အားလုံးကို ပယ်ရှား ဖျက်ဆီး တတ်ပါတယ်၊ ထင်ရှားတဲ့  
ဘေးရန် ဆိုတာ ကျား ခြင်္သေ့ မြွေ ကင်း အစရှိတဲ့ တိရစ္ဆာန်  
ဘေးရန်တွေ၊ မင်းဆိုး ခိုးသူ မလိုမုန်းထားသူ အစရှိတဲ့  
လူသား ဘေးရန်တွေ၊ ကိုယ်ထဲမှာ ဖြစ်ပေါ်တတ်တဲ့ ၉၆-ပါး

ရောဂါတွေ-ဒါတွေဟာ ထင်ရှားတဲ့ ဘေးရန်တွေဘဲ၊ မထင်ရှားတဲ့ ဘေးရန် ဆိုတာကတော့ “ရာဂ ဒေါသ မောဟ ကောဓ ( အမျက် ထွက်ခြင်း ) ဥပနာဟ ( ရန်ငြိုးဖွဲ့ခြင်း ) မက္ခ ( သူကျေးဇူးကို ချေဖျက်ခြင်း - ကျေးဇူးကန်းခြင်း ) ပဠာသ ( ဂုဏ်မြင့်သူနှင့် တန်းတူ ပြု၍ဖက်ပြိုင်ခြင်း ) ဣဿာ ( မနာလိုခြင်း ) မစ္ဆရိယ ( ဝန်တုံ့ခြင်း ) မာယာ ( မိမိအပြစ်ကို ဖုံးကွယ်လှည့်စားခြင်း ) သာဠေယျ ( မရှိတဲ့ဂုဏ်ဖြင့် ဟန်ဆောင်ခြင်း ) ထမ္ဘ ( မရှိမသေမကောင်းညွတ်နိုင်ခြင်း ) သာရမ္ဘ ( သူထက်သာအောင် ပြုလုပ်၍ချုပ်ချယ်ခြင်း ) မာန ( မာန်မူခြင်း ) အတိမာန ( အလွန်မာန်မူခြင်း-ဘဝင်မြင့်ခြင်း ) မဒ ( မာန်ယစ်ခြင်း ) ပမာဒ ( မေ့လျော့ခြင်း ” အစရှိတဲ့ အကုသိုလ်ကိလေသာတွေ၊ ဒုစရိုက်တွေ၊ အကုသိုလ်ကံတွေ-အဲဒါတွေပါဘဲ၊ အဲဒီ ထင်ရှား မထင်ရှားတဲ့ ဘေးရန်ဟူသမျှတွေကို ပယ်ရှား ဖျက်ဆီးတတ်တဲ့ မျက်မြင် ကိုယ်တွေ ဉာဏ်တွေဖြစ်တဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်တရားကို ရှင်တော်မြတ်ဘုရားက ဟောကြားတော်မူပါပေပြီတဲ့၊ “အဲဒါကို ဟောတာကတော့ ပြည့်စုံနေပါပြီ”လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် ဒီလိုဆက်ပြီး တောင်းပန်တော်မူပါတယ်။

ဘဒ္ဒန္တ-အရှင်ဘုရား၊ တံ-အရှင်ဘုရားသည်၊ ပဋိပဒံ-မျက်မြင် ကိုယ်တွေ ဉာဏ်တွေတရား၏ အခြေခံအကျင့်ကို၊ ဝဒေဟံ-ဟောတော်မူပါဦးလော့။ (ဘယ်လို အကျင့်ကို ဟောရမှလဲ ဆိုတော့) ပါတိမောက္ခံ-(သူ့ကို စောင့်ရှောက်လျှင် စောင့်သူကို အပါယ်ဘေး သံသရာဘေးတို့မှ လွတ်မြောက်စေတတ်သော) ပါတိမောက် သီလအကျင့်ကို၎င်း၊ အထ-



ထို့ပြင်၊ သမာဓိဝါပိ-စိတ်ကို မပျံ့လွင့်အောင် ကောင်းစွာ ထားတတ်သော (စိတ်တည်ငြိမ်မှု) သမာဓိ အကျင့်ကို၎င်း၊ ဝဒေဟိ-ဟောကြားတော်မူပါဦးလော့တဲ့။

အဲဒီ ဂါထာကို ဘုန်းကြီးက ဆောင်ပုဒ် စီထားတယ်။ “မျက်မှောက်တရား၊ ဘေးပယ်ရှား၊ ဟောကြားခဲ့ပေပြီ။ ပါတိမောက်နှင့်၊ စိတ်တည်လင့်၊ အကျင့် ဟောစေချင်ပါသည်”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၇။ မျက်မှောက်တရား ဘေးပယ်ရှား၊ ဟောကြားခဲ့ပေပြီ။

ဘေးရန်တွေကို ပယ်ရှားတတ်တဲ့ မျက်မှောက်တွေတရားကို ဟောကြားတော်မူခဲ့ပါပေပြီလို့ ချီးကျူးပါတယ်။ အဲဒီဆောင်ပုဒ်မှာ ကာရန်ကိုက်အောင် စီရတဲ့အတွက် “ဘေးပယ်ရှား” ဆိုတဲ့ပုဒ်က နောက်ကျနေတယ်။ ဆိုလိုတာကတော့ “ဘေးကိုပယ်ရှားတတ်တဲ့ မျက်မှောက်တွေတရား” လို့ ဆိုလိုတာပါ။ သူပါဠိမှာလဲ သက္ခမ္ပံ ပရိဿယဝိနယံ-လို့ ရှေ့နောက်ပြန်နေတာပါ။ ကဲ နောက်အပိုဒ်ကိုလဲ ဆိုကြရမယ်။

ပါတိမောက်နှင့်၊ စိတ်တည်လင့်၊ အကျင့် ဟောစေချင်ပါသည်။

ပါတိမောက်သီလအကျင့်ကိုလဲ ဟောတော်မူပါ။ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိအကျင့်ကိုလဲ ဟောတော်မူပါလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

အဲဒီတော့ ပကတိ မြတ်စွာဘုရားရှင်က ကျွတ်ထိုက်သော နတ်ဗြဟ္မာတို့၏ အလို အဇ္ဈာသယအားလျော်စွာ စက္ခုဒြေစောင့်စည်းမှုမှ စပြီး ဒီလိုဟောကြားတော်မူပါတယ်။

၈။ စက္ခုဟိ နေဝ လောလဿ၊  
 ဂါမကထာယ အာဝရယေ သောတံ။  
 ရသေ စ နာနုဂိဇ္ဈေယျ၊  
 န စ မမာယေထ ကိဉ္စိ လောကသ္မိံ တဲ့။

### စက္ခုမြွေစောင့်စည်းရေး

ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သော ရဟန်းသည်၊ စက္ခု-  
 ဟိ-မျက်စိတို့ဖြင့်၊ လောလော-လျှပ်ပေါ်လော်လည်သည်၊  
 နေဝ အဿ-မဖြစ်ရာသည်သာတည်း-တဲ့။

ဝိနည်းပိဋကတ်အလိုအားဖြင့် ပါတိမောက်သီလကို ဟော  
 မယ်ဆိုယင် ပါရာဇိက လေးပါးက စပြီးဟောသွားဘို့ပါတဲ့၊  
 ဒါပေမဲ့ သုတ္တန်ပိဋကတ်မှာ သီလကို ဟောပုံကတော့ အဲဒီ  
 အစဉ်အတိုင်း မဟုတ်ဘူး၊ ဒီသနိကာယ် ဗြဟ္မဇာလသုတ်  
 သာမညဗလသုတ်စသည်မှာ သီလကို သုံးမျိုးခွဲခြားပြီးပြထား  
 တယ်၊ စူဠသီလ-အငယ်စားသီလ၊ မဇ္ဈိမသီလ-အလတ်စား  
 သီလ၊ မဟာသီလ-အမြတ်စား အကြီးစားသီလ-လို့ ဒီလို  
 သုံးမျိုးခွဲခြားပြီး ပြထားပါတယ်။ အဲဒီသုံးမျိုးထဲက စူဠ-  
 သီလကို “ပါဏာတိပါတံ ပဟာယ ပါဏာတိပါတာ ပဋိဝိရ-  
 တော” စသည်ဖြင့် ပြထားပါတယ်၊ အတို့ချုပ် ပြရယင်  
 သတ်မှု ခိုးမှု မေထုန်မှုတို့မှ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်၊ လိမ်မှု ဂုံး  
 တိုက်မှု ဆဲဆိုမှု အနှစ်မဲ့စကားပြောဆိုမှုတို့မှ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်၊  
 မျိုးစေ့နှင့် အပင်များ ဖျက်ဆီးမှုမှ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်၊ နံနက်  
 ပိုင်း၌သာ ဆွမ်းခဲဘွယ်ကို စားသုံးရမယ်၊ အက အဆို အတီး  
 အမှုတ် ပွဲသဘင်များကို ကြည့်ခြင်း နားထောင်ခြင်းမှ ကြဉ်

ရှောင်ရမယ်၊ ပန်းနံသာစသည်ကို သုံးခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်၊ အမြင့်အမြတ်နေရာတို့၌ နေထိုင်ခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်၊ ရွှေ ငွေ ခံယူခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်၊ ရောင်းဝယ်ခြင်းမှ ကြဉ်ရှောင်ရမယ် စသည်ဖြင့် ပြထားပါတယ်။

မဇ္ဈိမသီလမှာတော့ စုဠသီလထဲက အချို့ကို ခွဲပြတာလဲ ရှိတယ်၊ စားဘွယ်ကို သိမ်းမထားရစသည်ဖြင့် အသစ်ပြတာလဲ ရှိတယ်၊ မဟာသီလကျတော့ ဗေဒင်ဟော ဆေးကုအစရှိတဲ့ မိစ္ဆာဇီဝဖြင့် အသက်မွေးမှုများမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်းများကို ပြထားတယ်။

ယခု ဒီသုတ်မှာလဲ အဲဒီ သီလ သုံးမျိုးထဲမှ သင့်လျော်ရာများကို ထုတ်ပြထားပါတယ်၊ အဲဒီအခါတုန်းက တရားနာနေကြတဲ့ သဒ္ဓါစရိုက်ရှိသူ နတ်ဗြဟ္မာတို့၏အလို အဇ္ဈာသယနှင့် လျော်တဲ့ ဣန္ဒြိယသံဝရသီလ၊ သေခံယသီလတို့နှင့် ဆိုင်တဲ့ စက္ကူမြွေစောင့်စည်းမှုကစပြီး ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

မျက်စိတို့ဖြင့် လျှပ်ပေါ်လော်လည်တယ်ဆိုတာ မျက်စိကို မစောင့်စည်းဘဲ ကြည့်လိုရာ လျှောက်ကြည့်နေတာပါဘဲ၊ ပကတိပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ကြည့်လိုရာတွေ လျှောက်ကြည့်နေကြတာပါဘဲ၊ မမြင်ဘူးသေးတာဆိုယင် အထူးအဆန်းအနေနဲ့ ကြည့်ကြတာဘဲ၊ တနေရာမှ တနေရာသွားပြီးတော့လဲ ကြည့်ကြတာဘဲ၊ အဲဒီလို အကျိုးမဲ့ လျှောက်ကြည့်နေခြင်းမျိုး မပြုရဘူးတဲ့။

နောက်ပြီးတော့ အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ မြို့ထဲ ရွာထဲ သွားတဲ့အခါ မျက်စိကို မစောင့်စည်းဘဲ အလိုရှိရာတွေကို ကြည့်ပြီး



သွားနေတယ်။ အလိုရှိရာတွေကို ကြည့်ပြီး ထိုင်နေတယ်။ ထိုင်နေယင်း ဟိုဟိုဒီဒီ အရာဝတ္ထုတွေ မိန်းမယောက်ျားတွေ ကို လျှောက်ကြည့်နေတယ်။ အဲဒီလို လျှောက်ပြီး မကြည့်ရဲ ရဘူး။ ရှင်ရဟန်းဖြစ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ “ဩက္ခိတ္တစက္ခု-ချအပ် သော မျက်လွှာရှိသည်ဖြစ်၍ ရွာထဲသွားမယ် ရွာထဲမှာနေမယ် လို့ နှလုံးသွင်းပြီး ကျင့်ရမယ်”လို့ သေခံယကျင့်ဝတ်မှာ ပြဆို ထားတဲ့အတိုင်း ရွာထဲသွားတဲ့အခါ လေးတောင်ခန့်မျှသာ ကြည့်ပြီးသွားရတယ်။ ထိုင်နေတဲ့အခါလဲ လေးတောင်ခန့်မျှ သာ ကြည့်ပြီး ဣန္ဒြေရရနဲ့ ထိုင်နေရတယ်။ ဒီလို ဣန္ဒြေရရနဲ့ သွားနေတာ ထိုင်နေတာကို တွေ့မြင်ရယင် သဒ္ဓါတရားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ကြည်ညိုမှုသဒ္ဓါပွားတယ်။ အဲဒီတုန်းက နတ် ဗြဟ္မာတွေလဲ အဲဒီကျင့်ဝတ်နဲ့ သွားလာနေထိုင်တဲ့ ရဟန်း များကို အာရုံပြုပြီး သဒ္ဓါတရားဖြစ်ပွားလျက် ကြည်ညို ဝမ်းမြောက်မှု ဖြစ်ကြရတယ်။ အဲဒီ ကြည်ညိုဝမ်းမြောက်မှုကို “သတော သိက္ခေ-အမှတ်ရလျက် ကျင့်ရမယ်”လို့ ကြားနာ ထားသည့်အတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး ဝိပဿနာဉာဏ် အဆင့်ဆင့်ဖြင့် အရိယမဂ်ဖိုလ်များသို့ ရောက်သွားကြတာလဲ ရှိနိုင်တယ်။ တရားနာယင်း တရားထူးရကြတယ်ဆိုတာ ဒီပုံ ဒီနည်းဖြင့် ရကြတာဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ ပကတိပုဂ္ဂိုလ်တွေက (စက္ခုနာ ရူပံ ဒိဿာ နိမိတ္တဂ္ဂါဟီ ဟောတိ အနုဗျဉ္ဇနဂ္ဂါဟီ)စသည်ဖြင့် မိန့်ဆို ထားတဲ့အတိုင်း မျက်စိဖြင့် အဆင်းကို မြင်ယင် ကိလေသာ ဖြစ်ကြောင်း ပုံသဏ္ဌာန်နိမိတ်ကိုလဲ စွဲမှတ်ထားတယ်။ အသေး စိတ် ကိုယ်အင်္ဂါအမှုအရာများကိုလဲ စွဲမှတ်ထားတယ်။ တပ်

မက်မှု ရာဂဖြစ်စရာ အာရုံဆိုယင်တော့ ဝိသဘာဂအာရုံတွေ ပါဘဲ၊ ဝိသဘာဂဆိုတာ မိမိနှင့် အမျိုးအစားမတူတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ် ဘဲ၊ အမျိုးသားမှာဆိုယင် အမျိုးသမီးဟာ အမျိုးမတူတဲ့ ဝိသဘာဂဘဲ၊ အမျိုးသမီးမှာဆိုယင် အမျိုးသားဟာ အမျိုး မတူတဲ့ ဝိသဘာဂဘဲ၊ အမျိုးတူတဲ့ ယောက်ျားအချင်းချင်း မိန်းမအချင်းချင်းဆိုယင်တော့ တပ်မက်မှုရာဂနဲ့မဆိုင်လို့ သိပ် စိတ်မဝင်စားကြဘူး၊ ဒါကြောင့် ယောက်ျားအချင်းချင်း ဆိုယင် ဂရုတစိုက် ကြည့်လေ့မရှိကြဘူး၊ မိန်းမအချင်းချင်းလဲ ဂရုတစိုက် ကြည့်လေ့မရှိကြဘူး၊ ဝိသဘာဂအာရုံကျတော့ ကြည့်ဘို့ရာ သိပ်စိတ်ဝင်စားလေ့ ရှိကြတယ်။

ဒါကြောင့် ဝိသဘာဂအာရုံကို မြင်ရယင် မိန်းမဘဲ ယောက်ျားဘဲလို့ စွဲမှတ်ထားကြတယ်၊ မျက်နှာ မျက်ခုံး မျက်လုံး နှာတံ စသည်ကိုလဲ စွဲမှတ်ထားကြတယ်၊ မုန်းစရာ အာရုံကျတော့ သဘာဂဘဲ ဖြစ်ဖြစ်၊ ဝိသဘာဂဘဲ ဖြစ်ဖြစ် မုန်းစရာအနေနဲ့ စွဲမှတ်ထားကြတယ်၊ အဲဒါဟာ မျက်စိဣန္ဒြေကို မစောင့်ရှောက်ခြင်းပါဘဲ၊ အဲဒီလို မစောင့်ရှောက်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ စွဲမှတ်ထားတဲ့ မိန်းမပုံသဏ္ဌာန် ယောက်ျားပုံသဏ္ဌာန် အစ ရှိတဲ့ အာရုံနိမိတ်တွေဟာ ပြန်လည်စဉ်းစားမိတိုင်း ပေါ်ပေါ် နေတယ်၊ ဓာတ်ပုံများကို ကြည့်နေရသလိုဘဲ၊ အဲဒီလို ပေါ်နေ တဲ့ အာရုံကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ တပ်မက်မှု-ရာဂတွေ ဖြစ်ပွားတယ်၊ မုန်းစရာအာရုံကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ ဒေါသ ဖြစ်ပွားတယ်။

အဲဒီလို ရာဂ ဒေါသဖြစ်နေယင် စိတ်မှာ မအေးချမ်းဘူး၊ ပူလောင်နေတာဘဲ၊ ဒေါသ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ဖြစ်နေယင်

စိတ်ဆင်းရဲတာ အလွန်ထင်ရှားပါတယ်။ ရာဂ ပြင်းပြင်း ထန်ထန် ဖြစ်နေယင်လဲ ပင်ပန်းတာပါဘဲ။ တချို့မှာဆိုယင် အိပ်မပျော်နိုင်အောင်တောင် ပင်ပန်းနေတတ်ကြသေးတယ်။ အဲဒီရာဂဒေါသအလိုသို့ လိုက်ပြီး မတော်တာကိုလဲ ပြောမိတတ်တယ်။ အရှက်တကွဲလဲ ဖြစ်တတ်တယ်။ ရာဇဝတ်ပြစ်မှုကို ကျူးလွန်မိယင် အကြီးအကျယ် လက်ငင်း ဒုက္ခရောက်ရတတ်တယ်။ သတ်ခြင်း ခိုးခြင်း လိမ်ခြင်း စသော မကောင်းမှုတွေကို ပြုမိယင် အပါယ်လေးပါး ကျရောက်ပြီးတော့လဲ ဒုက္ခရောက်ရတယ်။ အဲဒါတွေဟာ မျက်စိကို မစောင့်စည်းလို့ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးမဲ့တွေဘဲ။

ဒါကြောင့် ဘုရားတပည့် ရှင်ရဟန်းကတော့ မျက်စိဖြင့် အဆင်းကိုမြင်ယင် ပုံသဏ္ဌာန်နိမိတ်ကိုလဲ မစွဲမယူဘူး။ အသေးစိတ် ကိုယ်အင်္ဂါ အမှုအရာတွေကိုလဲ စွဲမှတ်မထားဘူး။ အဲဒီလို မစွဲမမှတ်ပဲ နေနိုင်အောင် မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း ထင်ရှားတဲ့ တရားကိုသာ မပြတ်ရှုမှတ်နေတယ်။ အဲဒီလို ရှုမှတ်နေတော့ သမာဓိဉာဏ် အားရှိတဲ့အခါမှာ မြင်ရုံမျှတွင်ဘဲ တည်နေတယ်။ ချစ်ဖွယ် မုန်းဖွယ်တွေ မထင်တော့ဘူး။ မြင်ပြီးလျှင် ပြီးချင်း ပျောက်သွားတာကိုလဲ သိရတယ်။ ဒါကြောင့် မမြဲတဲ့တရားဘဲလို့လဲ သိရတယ်။ ဆင်းရဲမျှဘဲ အနတ္တသဘောမျှဘဲလို့လဲ သိရတယ်။ အဲဒီလို အမှန်အတိုင်း သိသိနေတဲ့အတွက် ရာဂဒေါသ စသော ကိလေသာတွေ မဖြစ်ပဲ ငြိမ်းနေတယ်။ အဲဒီလို ကိလေသာငြိမ်းအောင် မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း ရှုမှတ်ပြီး မျက်စိကို စောင့်စည်းနေရတယ်။ အဲဒီလို စောင့်စည်းရန်အတွက် မြတ်စွာဘုရားက “စက္ခုဟိ-မျက်စိတို့ဖြင့်၊ လော



လော-လျှပ်ပေါ်လော်လည်သည်။ နေဝ အဿ-မဖြစ်ရာ သည်သာတည်း”လို့ ဟောကြားတော် မူပါတယ်။

ဒါကတော့ ဝိပဿနာနှင့်တကွ စက္ခုမြွေကို စောင့်စည်းပုံ ပါဘဲ။ ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ရှုမှတ်ပြီး မြင်ရုံမျှ၌သာ တည် တယ်ဆိုတာက လွယ်တဲ့အလုပ်တော့ မဟုတ်ဘူး၊ ဒါပေမဲ့ ဝိပဿနာရှုလို့ ဘင်္ဂဉာဏ် ကောင်းကောင်း ဖြစ်နေတဲ့အခါ ကျတော့ ကိုယ်တိုင်တွေ့ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ သင်္ခါရပေက္ခာ ဉာဏ် ကျတော့ သာပြီး ရှင်းပါသေးတယ်၊ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာအရ ရှုမှတ်နေကြတဲ့ ယောဂီတွေထဲက ဒီလို အသိဉာဏ်ရှင်းနေတဲ့ ယောဂီတွေ များစွာပင် ရှိနေပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ (ယထာ ဝါ ပနေကေ ဘောန္တော သမဏ ဗြာဟ္မဏာ သဒ္ဓါဒေယျာနိ ဘောဇနာနိ ဘုဉ္ဇိတာ တေ ဇေရူပံ ဝိဿုကဒဿနံ အနုယုတ္တာ ဝိဟရန္တိ-စသည်ဖြင့်) အလတ်စား သီလအရာမှာ ဟောထားသည့်အတိုင်း တချို့ သမဏ ဗြာဟ္မဏ-ရဟန်းသူမြတ် အမည်ခံ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ရဟန်း သူမြတ်တွေဘဲလို့ ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားဖြင့် ပေးလှူတဲ့ ဆွမ်း စသည်တွေကို စားသုံးပြီးတော့ အက အဆို အတီး အမှုတ် ပဲ့အမျိုးမျိုးတွေကို ကြည့်ရှုနားထောင်ပြီး ကာမ အရသာကို ခံစားနေကြတယ်၊ အဲဒီလို ကြည့်ရှု နားထောင် ခြင်းမှ ကြည်ရှောင်ရမယ်တဲ့။ အဲဒီလို ကံပွဲစသည်ကို မကြည့် ဘဲ ကြည်ရှောင်တာလဲ စက္ခုမြွေကို စောင့်စည်းမှုပါဘဲ။

စိတ္တဂုတ္တမထေရ်ကြီးဝတ္ထု

အဲဒီ စက္ခုမြွေကို စောင့်စည်းမှုနှင့်စပ်ပြီး ကြည်ညိုစရာ အတုယူစရာ ဝတ္ထုတခုကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ထုတ်ပြထားတာက

တော-သီဟိုဠ်ကျွန်း (ယခု သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ) စောင်ပိုင်းက ကုရဏ္ဍက ဆိုတဲ့ လိုဏ်ဂူကြီးမှာနေတဲ့ စိတ္တဂုတ္တမထေရ်ကြီး ဆိုတာ ရှိခဲ့ဘူးပါသတဲ့။ အဲဒီ မထေရ်ကြီးဟာ မြို့ထဲ ရွာထဲမှာသာ မဟုတ်ဘူး။ သူလိုဏ်ဂူတောကျောင်းမှာလဲ စက္ခု ခြေကို အမြဲစောင့်ရှောက်နေသတဲ့။ ယခု တရားအားထုတ်နေ တဲ့ ယောဂီများဟာ ဘယ်ကိုမျှ တမင်မကြည့်ဘဲ ရှုမှတ်နေတာ လို့ ဖြစ်မှာပေါ့။ တရားအားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီဆိုတာ မျက် စိကောင်းပေမဲ့ မျက်စိမမြင်တဲ့သူလို့ ကျင့်ရမယ်တဲ့။ နား ကောင်းပေမဲ့ နားမကြားတဲ့သူလို့ ကျင့်ရမယ်တဲ့။ စကားပြော ကောင်းတဲ့ ပညာရှိဖြစ်ပေမဲ့ စကားမပြောတတ်တဲ့ သူအလို့ ကျင့်ရမယ်တဲ့။ အားရှိတဲ့သူပေမဲ့ အားမရှိတဲ့ လူမမာလို့ ကျင့် ရမယ်တဲ့။ အဲဒီ အကြောင်းများကို ထေရဂါထာနှင့် မိလိန္ဒ ပဉ္စာတို့မှာ ဒီလို ပြဆိုထားပါတယ်။

စက္ခုမာဿ ယထာ အန္ဓော၊ သောတဝါ ဗဓိရော ယထာ။  
 ပညဝါဿ ယထာ မူဂေါ၊ ဗလဝါ ဒုဗ္ဗလောရိဝ။  
 အထ အတ္ထေ သမပ္ပန္နော၊ သယေထ မတသာယိကံ-တဲ့။

### မျက်စိမြင်သော်လဲ မမြင်သူလိုကျင့်ရမယ်

စက္ခုမာ၊ မျက်စိရှိသူ-မျက်စိမြင်သူပင် ဖြစ်သော်လည်း။ အန္ဓော ယထာ၊ သူကန်းကဲ့သို့။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ (မမြင် သောသူကဲ့သို့ပင် မြင်ရတာကို ဂရုမစိုက်ပဲ ရှုမြဲတရားကိုသာ ရှုနေရမယ်လို့ဆိုလိုပါတယ်) သောတဝါ၊ နားရှိသူ-နားကောင်း သူပင် ဖြစ်သော်လည်း။ ဗဓိရော ယထာ၊ နားပင်းသူ-နားမ ကြားသူကဲ့သို့။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ ပညဝါ၊ ပြောဆိုတတ်သူ

ပညာရှိပင် ဖြစ်သော်လည်း။ မူဂေါ ယထာ၊ သူ အကဲ့သို့။  
အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ ဗလဝါ၊ အားရှိသူပင် ဖြစ်သော်လည်း။  
ဒုဗ္ဗလော ဣဝ၊ အားနည်းသူကဲ့သို့။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ၏။ အထ၊  
ထို့ပြင်။ ဝါ၊ အလွန်ဆုံးပြောရမည်ဆိုလျှင်။ အတ္ထေ၊ မလှုပ်  
မယှက်နေခြင်းဖြင့် ပြီးစေသင့်သော အကျိုးကိစ္စသည်။  
သမုပ္ပန္နေ၊ ဖြစ်ပေါ်လတ်သော်။ မတသာယိကံ၊ သူသေ  
အလား၊ မလှုပ်မရှား အိပ်နေခြင်းကို။ ဝါ၊ သူသေအလား  
မလှုပ်မရှားအိပ်နေခြင်းဖြင့်၊ သယေထ၊ လျောင်းစက်ငြိမ်စွာ  
အိပ်နေရာ၏ - တဲ့။

ဒါကြောင့် ယောဂီဆိုယင် မြင်ရတာကိုလဲ ဂရုစိုက်ပဲ ရှု  
မှတ်နေကျကိုသာ မပြတ်ရှုမှတ်နေရတယ်။ ဘယ်ကိုမှ ကြည့်ရှုနေ  
စရာမလိုဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီသာသနာ့ရိပ်သာက အချိုးကျကျ  
အားထုတ်နေဆဲ ယောဂီများဟာ ဘယ်ကိုမျှ မကြည့်ဘဲ ရှု  
မှတ်မှုကိုသာ ဂရုစိုက်ပြီး ရှုမှတ်နေကြရတယ်။

ကုရုဏ္ဏကလိုဏ်မှာနေတဲ့စိတ္တဂုတ္တမထေရ်ကြီးကတော့ အဲဒီ  
လိုဏ်ဂူကြီး၏ အမိုးကိုတောင် မော်မကြည့်ဘူးဘူးတဲ့။ လိုဏ်  
ဂူအဝမှာ ရှိတဲ့ ဂန့်ဂေါပင်ကြီးကိုလဲ မော်မကြည့်ဘူးဘူး။  
အပွင့်မှ ဝတ်ဆံများ ကြွေကျနေတာကို မြင်ရမှ ဂန့်ဂေါပင်  
ကြီးပွင့်နေကြောင်း သိရသတဲ့။ တနေ့သော အခါကျတော့  
ဘုရားဖူး ကျောင်းကြည့်လာကြတဲ့ ဦးပဉ္စင်းများက အဲဒီ  
မထေရ်ကြီးအား ဒီလို ချီးမွမ်းပြီး လျှောက်ကြတယ်။ “အရှင်  
ဘုရား၏ လိုဏ်ဂူကြီးမှာ ဘုရားအလောင်းတော်တို့၏ တော  
ထွက်ခန်းဇာတ်လမ်း ပန်းချီဆေးရေးဟာ အလွန်ကောင်းပါ  
တယ်”လို့ လျှောက်ကြသတဲ့။ အဲဒီအခါ မထေရ်ကြီးက “ငါ



ဟာ ဒီလိုဏ်ဂူမှာ နေလာတာ နှစ်ပေါင်း ၆၀-ရှိပြီ၊ ပန်းချီ ဆေးရေးရှိမှန်းတောင် ငါမသိဘူး၊ ဒီကနေ့ မျက်စိကောင်းတဲ့ ဦးပဉ္စင်းတို့ကို မှီပြီး သိရပေတယ်”လို့ အမိန့်ရှိပါသတဲ့။

မဟာဂါမမှ ဘုရင်က ကြည်ညိုလို့ အဲဒီမထေရ်ကြီးကို ပင် တယ်၊ မထေရ်ကြီးက မကြွဘူး၊ သုံးကြိမ်တိုင်အောင် ပင်လို့ မရတော့ အဲဒီ မထေရ်ကြီး၏ ဆွမ်းခံရွာက နို့စို့သုဿ် ရှိတဲ့ မိခင်တို့၏ သားမြတ်များ၌ ချိပ်တံဆိပ် ခတ်နှိပ်စေ တယ်။ အဲဒီတော့မှ နို့စို့မစို့ရရှာတဲ့ သုဿ်ကလေးတွေကို သနားတာနဲ့ မထေရ်ကြီးက မဟာဂါမသို့ ကြွသွားတယ်၊ မင်းက ခုနစ်ရက်တိုင်တိုင် အိမ်တော်သို့ပင့်ပြီး ဆွမ်းကပ်တယ်၊ ကန်တော့တဲ့အခါတိုင်း မင်းက ကန်တော့ယင်လဲ “မင်းကြီး ချမ်းသာပါစေ” လို့ ဆုပေးတယ်၊ မိဖုရားက ကန်တော့တဲ့ အခါလဲ “မင်းကြီးချမ်းသာပါစေ”လို့ပင် ဆုပေးတယ်။ ဒီတော့ သူတပည့်ရဟန်းများက “ဆရာတော်ကြီးဘုရား၊ ဆရာတော် ဘုရားကြီးဟာ မိဖုရားက ကန်တော့တဲ့အခါလဲ မင်းကြီးချမ်း သာပါစေလို့ဘဲ ဆုပေးတာ မသင့်ပါဘုရား”လို့ လျှောက်ကြ တယ်၊ အဲဒီအခါမထေရ်ကြီးက “ငါ့ရှင်တို့၊ ငါကမင်းရယ် မိဖုရား ရယ်လို့ ခွဲခြားခြင်းကို မပြုဘူး”လို့ မိန့်ကြားပါသတဲ့။ အဲဒါ ဟာ မင်းနှင့် မိဖုရားတို့ကို ဂရုတစိုက် မကြည့်တဲ့ လက္ခဏာ ပါဘဲ။

အဲဒီမထေရ်ကြီး၏ စက္ခုန္ဒြေ စောင့်စည်းပုံကတော့ ပဌမ တန်းစားလို့ ဆိုရမှာပေါ့၊ ဗမာပြည်မှာလဲ ရှေးကဆရာတော် အချို့ဟာ အဲဒီ မထေရ်ကြီးလောက် နီးပါး စောင့်စည်းခဲ့ကြ တာတွေ ရှိပါတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ပါဠိကျမ်းဂန်အနေနဲ့ မှတ်တမ်း

တင်မထားရတာဟာ ဗမာပြည်က ကျမ်းပြုပုဂ္ဂိုလ်တွေ၏ ဟာ  
ကွက်လို့ ဆိုဘယ်ရာ ဖြစ်နေပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့—

### ရပ်ရွာစကား နားမထောင်သင့်

ဂါမကထာယ—ရွာစကား အရပ်စကားမှ၊ သောတံ—နား  
ကို၊ အာဝရယေ—တားမြစ် စောင့်စည်းရာ၏—တဲ့။ ရွာစကား  
အရပ်စကားဆိုတာ ၃၂ ပါးသော တိရစ္ဆာန်ကထာများ ဖြစ်  
ကြောင်း နိဒ္ဒေသပါဠိမှာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ တိရစ္ဆာန်ကထာ  
ဆိုတာ မင်္ဂလိနှင့် ဖိလကန်လန် ဖြစ်တဲ့စကားလို့ ဆိုလိုပါ  
တယ်။ ဘယ်လိုစကားတွေလဲ ဆိုတော့ — ရာဇကထာ—မင်း  
အစိုးရအကြောင်းစကား၊ စောရကထာ—ခိုးသူ ဒေသ သူပုန်  
အကြောင်းစကား၊ မဟာမတ္တကထာ—အမတ်ကြီး ဝန်ကြီး  
အရာရှိကြီးများ အကြောင်းစကား၊ ရပ်ရွာလူကြီးတို့ သူကြီး  
တို့အကြောင်းလဲ အဲဒီထဲ အပါအဝင်ပါဘဲ၊ နောက်ပြီးတော့  
စစ်တပ် အကြောင်း၊ စစ်တိုက်ခြင်း အကြောင်း၊ ဘေးအ  
ကြောင်း၊ ထမင်း အဖျော် အဝတ် ယာဉ်ရထား အိပ်ရာ ပန်း  
နံ့သာတို့ အကြောင်းစကား၊ နောက်ပြီးတော့ ဆွေမျိုး  
ရွာ နိဂုံး ၁၅ နယ်ပယ် အကြောင်းစကား၊ နောက်ပြီးတော့  
ရဲရင့်သူ လူစွမ်းကောင်း အကြောင်း၊ လမ်း အကြောင်း၊  
ရေဆိပ် အကြောင်း၊ လောက အကြောင်း၊ သမုဒ္ဒရာ အ  
ကြောင်း စသည်တွေပါဘဲ၊ အထူးကတော့ ယောက်ျားများ  
မှာ မိန်းမအကြောင်း၊ မိန်းမများမှာ ယောက်ျားများ အ  
ကြောင်းစကားလဲ ပါပါတယ်။

အဲဒီလို ရပ်ရွာ စကားတွေကို နားမထောင် ရဘူးတဲ့၊  
တရားသက်သက် အားထုတ်နေတဲ့ယောဂီမှာ အဲဒီလိုစကား

တွေ့ကို ကြားရယင် စိတ်ကူးတွေဝင်ပြီး သမာဓိ ပျက်တတ်တယ်။ ဒါကြောင့် အားထုတ်ဆဲ ယောဂီများအား အိမ်က အကြောင်းအရာတွေကို မပြောကြဘို့ ဘုန်းကြီးတို့က ပိတ်ထားပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ သတင်းစာများလဲ မကြည့်ဘို့ ပိတ်ထားပါတယ်။ ကမ္မဋ္ဌာန်းနှင့် မဆိုင်တဲ့ အလွတ်စကား ဆိုယင် မကြားရ မပြောရတာဟာ အကောင်းဆုံးပါဘဲ။ မလွဲမရှောင်သာလို့ ကြားရယင်လဲ ကြားတယ် ကြားတယ်လို့ ရှုမှတ်ပြီး ကြားရုံမျှတည်စေရမယ်။ ဒါကြောင့် ဣန္ဒြိယသံဝရသီလအရာမှာ (သောတေန သဒ္ဓိ သုတ္တာ န နိမိတ္တဂ္ဂါဟီ ဟောတိ နာနုဗျဉ္ဇနဂ္ဂါဟီ - စသည်ဖြင့်) ဟောထားပါတယ်။ “နားဖြင့် အသံကို ကြားရယင် ဘာပြောတယ် စသည်ဖြင့် အာရုံနိမိတ်ကိုလဲ စွဲမှတ်မထားပါနဲ့။ အသံကလေးက ချိုသာတယ် နူးညံ့တယ်စသည်ဖြင့် အသေးစိတ် အမှုအရာကိုလဲ စွဲမှတ်မထားပါနဲ့။ ကြားရုံမျှတွင်သာ တည်ပါစေ” တဲ့။

စက္ခုဟိ - မျက်စိ တို့ဖြင့်၊ လောလော - လျှပ်ပေါ်လော်လည်သည်။ န အဿ - မဖြစ်ရာ။ ဂါမကထာယ - ရွာစကား အရပ်စကားမှ၊ သောတံ - နားကို၊ အာဝရယေ - တားမြစ်စောင့်စည်းရာ၏ - ဆိုတဲ့ဒီ ၂-ပိုဒ်ကို “မျက်စိကစား၊ ရွာစကား၊ ရှောင်ရှားကျင့်ရမည်” လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၈။ မျက်စိကစား၊ ရွာစကား၊ ရှောင်ရှား ကျင့်ရမည်။

မျက်စိတို့ဖြင့် လျှပ်ပေါ်လော်လည်တယ်ဆိုတာ ကြည့်လိုရာတွေကို လျှောက်ကြည့်ပြီး ကစားနေတဲ့ သဘောပါဘဲ။



ဒါကြောင့် ကာရန်လဲရအောင် အဲဒီ စကားလုံးကို မျက်စိ ကစား-လို့ စိထားတယ်။ ရွာစကားဆိုတာကတော့ သူပါဠိ အတိုင်းပါဘဲ။ အဲဒီ ၂-ပိုဒ်အနက် အဓိပ္ပါယ်ကိုတော့ နားလည် လောက်ပါပြီ။ ရှေ့သွားရမယ်။

### အရသာလဲ မမက်မောသင့်

ရသေ စ-အရသာ၌လည်း၊ န အနုဂိဇ္ဈေယျ-မမက်မော မတွယ်တာရာ-တဲ့။ စားရတဲ့ အရသာကိုလဲ မက်မော တွယ် တာမနေရဘူးတဲ့။ မက်မောတွယ်တာမှ မဖြစ်ရအောင် ဘယ် လို့ လုပ်ရမလဲဆိုတော့ ပစ္စဝေက္ခဏာဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး စားရ မယ်။ အဲဒါကို ပဋိသင်္ခါယောနိသော ပိဏ္ဏပါတံ ပဋိသေဝတိ- စသည်ဖြင့် ဟောတော်မူပါတယ်။ ကိုယ်တိုင် ဆင်ခြင်တဲ့အခါ မှာ ပါဠိနည်းအရ ကိုက်ညီအောင်လို့ ပဋိသေဝတိ-ပုဒ်ကို ပဋိသေဝါမိ-လို့ ပြင်ပြီးတော့ ဆရာသမားများက သင်ပေး ကြပါတယ်။ ရှေးကဆိုယင် သင်္ကန်းမဝတ်မီကတည်းက အဲဒီ ပစ္စဝေက္ခဏာပါဠိအနက်ကို နှုတ်ဘက်ရအောင် ကျက်ရတယ်။ အဲဒီ ပစ္စဝေက္ခဏာ၏ အနက်ကတော့-

### ဆွမ်းကို ဆင်ခြင်၍ သုံးဆောင်ပုံ

ယောနိသော-သင့်သော အကြောင်းအားဖြင့်၊ ပဋိသင်္ခါ- ပဋိသင်္ခါယ-ဥာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်၍၊ ပိဏ္ဏပါတံ-ဆွမ်းကို၊ ပဋိ- သေဝါမိ-မှီဝဲ သုံးဆောင်ပါ၏။ ဘယ်လို ဆင်ခြင်သလဲ ဆိုတော့-နေဝ ဒဝါယ-မြူးတူးပျော်ပါးနိုင်ဖို့ စားသုံးတာလဲ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ သာမန်လူတွေမှာ မြူးတူးပျော်ပါးနိုင်အောင်

အားရှိ၍ ကာမဂုဏ်ဖြင့် ပျော်မြူးနိုင်၍ ဒီလိုလဲ ရည်ရွယ်ပြီး စားသုံးကြတယ်။ အဲဒီလို ပျော်မြူးနိုင်၍ စားသုံးတာ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ နောက်ပြီးတော့-န မဒါယ-မာန်ယစ်ဖို့ စားသုံးတာလဲ မဟုတ်ပါဘူး။ ငါယောကျ်ားဘဲ ငါဟာ ပျိုရွယ်တဲ့သူဘဲ စသည်ဖြင့် မာန်ယစ်ဖို့ စားသုံးတာလဲ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ နောက်ပြီးတော့-န ' မဏ္ဍနာယ-အသားအရေ ကြည်လင်တောက်ပြောင်၍ စားသုံးတာလဲ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ အသားအရေ ကြည်လင်တောက်ပပြီး လှချင်တဲ့သူတွေက ကြည်လင်တောက်ပစေတတ်တဲ့ ထောပတ် စသည်ကို သုံးဆောင်ကြတယ်။ အဲဒီလို ကြည်လင်တောက်ပအောင် စားသုံးတာလဲ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့(အဘိဋ္ဌ-၁၊ ၄၃၀)။ နောက်ပြီးတော့-န ဝိဘူသနာယ-အသားအသွေးပြည့်ဖြိုးပြီး တင့်တယ်အောင် စားသုံးတာလဲ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ ပိန်တဲ့သူတွေက ဝဝဖြိုးဖြိုးဖြစ်ချင်ယင် ဝက်သားဟင်းထဲက အဆီပိုင်းကို များများစားတတ်ကြတယ်။ လူဝဆေးဆိုတာမျိုးလဲ စားတတ်ကြတယ်။ အဲဒီလို အသားအသွေး ပြည့်ဖြိုးပြီး တင့်တယ်အောင် စားသုံးတာလဲ မဟုတ်ပါဘူးတဲ့။ ဒါဖြင့် ဘာအတွက် စားသုံးတာလဲလို့ ဆိုတော့—

ယာဝဒေဝ ဣမဿ ကာယဿ ဌိတိယာ-ဒီရုပ်ကိုယ်ကြီး တည်မြဲအောင်လို့ စားသုံးပါတယ်တဲ့။ ဟုတ်တယ် အစာမစားရယင် ဒီရုပ်ကိုယ်ကြီးက ပျက်စီးပြီး သေသွားနိုင်တယ်။ တရက်နှစ်ရက် သုံးရက်လောက်ဆိုယင်တော့ ခံနိုင်ရေ ရှိတတ်ပါသေးရဲ့။ ခုနစ်ရက် စသည်တိုင်အောင် ဘာကိုမျှ မစားရဘူးဆိုယင်တော့ ပျက်စီးပြီး သေ၍ အလွန်နီးစပ်ပါတယ်။ တကြိမ်လောက်

ဝဝစားရယင်တော့ ခုနစ်ရက်လောက်အထိ တည်မြဲတည်သွား  
နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီရုပ်ကိုယ်ကြီး မပျက်စီးဘဲ တည်မြဲ  
တည်နေအောင်လဲ စားသုံးရပါတယ် တဲ့။ ယာပနာယ-သွား  
မြဲသွားပြီး မျှတနေနိုင်အောင်လဲ စားသုံးရပါတယ် တဲ့။  
နောက်ပြီးတော့-ဝိဟိံ သူပရတိယာ-ဆာလောင်ခြင်းကြောင့်  
ဖြစ်တဲ့ ပင်ပန်းခြင်း ဆင်းရဲကိုလဲ ပယ်နိုင်ဖို့ စားသုံးရ  
ပါတယ် တဲ့။ အဲဒီ အကျိုးကတော့ အလွန်အရေးကြီး  
တာဘဲ။ အစာမရှိလို့ ဆာလောင်နေတဲ့အခါ မစားရယင်  
အလွန်ပင်ပန်းဆင်းရဲတာဘဲ။ အများအားဖြင့် လူတွေမှာ  
တနေ့ ၂-ကြိမ်စားလေ့ရှိကြတယ်။ နံနက်ပိုင်းက စားပြီး  
ယင် ဆာလောင်မှုငြိမ်းသွားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ညနေပိုင်းကျ  
တော့ ဆာပြန်တာဘဲ။ အဲဒီ ညနေပိုင်းစားလိုက်လို့ ဆာလောင်  
မှုငြိမ်းသွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ နောက်တရက် နံနက်ကျတော့  
ဆာပြန်တာဘဲ။ ဒီလိုချည်း အဆာပျောက်အောင် တရက်  
၂-ကြိမ်ကျ အစာကျွေးပြီး ကုစားနေကြရတယ်။ ရောဂါထဲ  
မှာ ဒီဆာလောင်တဲ့ ရောဂါဟာ အကြီးဆုံးဘဲတဲ့။ ဟုတ်တယ်။  
အခြားရောဂါတွေကတော့ လုံးဝမပျောက်တောင် ရက် လ  
အတန်ကြာအောင်တော့ သက်သာပျောက်ကင်းနေတတ်ကြ  
ပါတယ်။ ဒီဘဝလုံးမှာ မပျောက်တောင်မှ နောက်ဘဝတွေ  
ရောက်အောင်တော့ လိုက်ပါလာတဲ့ ရောဂါရယ်လို့ မရှိဘူး။  
ဒီဆာလောင်မှုရောဂါကတော့ ဒီဘဝတွင်သာ မဟုတ်ဘူး။  
ဘဝအဆက်ဆက်မှာ လိုက်ပါနေတာဘဲ။ ကြက် ငှက်တွေလဲ  
နေ့စဉ်ရှာပြီး အစာစားနေကြရတယ်။ ကျွဲ နွား စသည်တွေလဲ  
နေ့စဉ်ရှာပြီး အစာစားနေကြရတာဘဲ။ ဘယ်ကျမှ ဆာလောင်  
မှုကင်းငြိမ်းမလဲဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ရောက်မှဘဲ ကင်းငြိမ်းမယ်။

ဒါကြောင့် “ဆာလောင်ခြင်းကိုအကြီးဆုံးရောဂါ”လို့ မြတ်စွာဘုရားဟောတာဟာ သိပ်မှန်တာဘဲ။

အဲဒီလို ဆာလောင်မှုကင်းငြိမ်းပြီး နေသာထိုင်သာရှိနေတဲ့အခါ ဘာလုပ်မလဲလို့ ဆိုတော့ - ဗြဟ္မစရိယာနုဂ္ဂဟာယ - မြတ်သောအကျင့်ကို ကျင့်သုံးပြီး ချီးမြှောက်ဖို့လဲ စားသုံးပါတယ်တဲ့။ ဗြဟ္မစရိယ-မြတ်သောအကျင့် ဆိုတာ သာသနဗြဟ္မစရိယက တမျိုး၊ မဂ္ဂဗြဟ္မစရိယက တမျိုး - ဒီလို ၂-မျိုးရှိတယ်။ မြတ်စွာဘုရား၏ အဆုံးအမအတိုင်း ကျင့်ရတဲ့ လောကီ လောကုတ္တရာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါးဆိုတဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်တွေကို သာသနဗြဟ္မစရိယ ခေါ်တယ်။ အရိယမဂ်ထဲမှာ ပါဝင်တဲ့ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး၊ သီလ သမာဓိ ပညာကိုတော့ မဂ္ဂဗြဟ္မစရိယလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ အကျင့်မြတ် ၂-မျိုးလုံးကို ကျင့်ပြီး ချီးမြှောက်ဖို့လဲ ရည်ရွယ်ပြီး စားသုံးပါတယ် တဲ့။ ဒီဆင်ခြင်ပုံ အရ ဆိုယင် ဒကာ ဒကာမတွေ လှူတဲ့ ဆွမ်းကို စားသုံးပြီးတော့ ဒီဗြဟ္မစရိယဆိုတဲ့ အကျင့်မြတ် ၂-မျိုးကို မကျင့်ယင် တာပန်မကျေရာ ရောက်မှာဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ (ဣတိ ပုရာဏဉ္စ ဝေဒနံ ပဋိဟဒါမိ၊ နဝဉ္စ ဝေဒနံ န ဥပ္ပါဒေဿာမိ) ဆာလို့ ဖြစ်တဲ့ ဝေဒနာလဲ ပျောက်အောင်၊ မစားရယင် ဖြစ်မည့်ဝေဒနာလဲ မဖြစ်စေရအောင်လဲ စားသုံးပါတယ် တဲ့။ အဲဒီ ဆင်ခြင်ပုံကို မဟာဝိသုဒ္ဓါရာမဆရာတော်ဘုရားကြီးက မြန်မာလင်္ကာစီတားတော်မူခဲ့တယ် -

ဤသည့်စားဘွယ်၊ အမယ်မယ်ကို၊ မြူးရယ်မာန်ကြွ၊ လှပရေဆင်း၊ ပြည့်ဖြိုးခြင်းငှါ၊ မသုံးပါဘူး၊ လေးဖြာဇာတ်ဆောင်၊ ဤကိုယ်ကောင်သည်၊ ရှည်အောင်တည်လျက်၊ အသက်



မျှတမ်း၊ မမောပန်းသား၊ ဘုရားသာသနာ၊ ကျင့်နှစ်ဖြာကို၊ ကျင့်ပါနိုင်စေ၊ ဝေဒနာဟောင်းသစ်၊ မဖြစ်စေရ၊ ယာပိုထ်မျှ လစ်၊ ခပ်သိမ်းပြစ်ကို၊ မဖြစ်လေအောင်၊ ချမ်းမြေ့အောင်ဟု၊ သုံးဆောင်မှီဝဲပါသတည်း တဲ့။ ပါဠိမတတ်တဲ့ ရှင်ရဟန်းများ အတွက် အလွန်သင့်လျော်တဲ့ ဆင်ခြင်ပုံလင်္ကာပါဘဲ။

အဲဒီလို ပစ္စဝေက္ခဏာဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး စားသုံးယင် အရသာ မှာ မက်မောတုယ်တာမှု ကင်းသင့်သလောက်တော့ ကင်းပါ လိမ့်မယ်။

### အာဟာရ၌ စက်ဆုပ်ဖွယ်ထင်အောင် ဆင်ခြင်ပုံ

အဲဒါထက် အာဟာရပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်း အရ အစာအာဟာရကို ခဲခဲယဉ်းယဉ်း ရှာမှီး သုံးဆောင်ရပုံမှစ၍ ရှုံ့မှန်း စက်ဆုပ်ဖွယ်ထင်အောင် ဆင်ခြင်နိုင်လျှင် မက်မော တုယ်တာမှု သာပြီး ကင်းနိုင်ပါတယ်။ ဆင်ခြင်ပုံကတော့- နေ့စဉ်နံနက်ပိုင်းမှာ နေပူ မိုးရွာ မရွှောင် ဆွမ်းခံသွားရတယ်၊ ဆွမ်းခံရတယ်ဆိုတာ အဖြောင့်ပြောရမယ် ဆိုယင် တောင်း ရမ်းရတာဘဲ၊ မကြည်ညိုတဲ့သူတွေရဲ့ အမြင်နဲ့ဆိုယင် စားစရာ တောင်းတဲ့သူတောင်းစား တမျိုးလို့ ဆိုမှာဘဲ၊ (ပိဏ္ဍောလော ဝိစရသိ ပတ္တပါဏိ) ခွက်လက်စွဲလျက် ထမင်းရှာ လည်ရပါ စေ - ဆိုတဲ့စကားဟာ ကျိန်စာစကားဖြစ်ကြောင်း ဣတိဝုတ် (တိကသုတ်အမှတ် ၉၁)၌ မြတ်စွာဘုရားကလဲ ဟောထားပါ တယ်၊ အခြားဘာသာဝင်တွေ အနေနဲ့ဆိုယင် ဒီလို အထင် အမြင်သေးကြမှာဘဲ၊ ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်ထဲကလဲ အချို့ရဟန်း များက အထင်သေးတာ ရှိတယ်လို့ ကြားရဘူးတယ်၊ ဗမာပြည်

ကတော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ သိဟိုဠ်မှာ ရှေးကမင်းတွေလှူထားတဲ့ ဘုရားဝတ္ထုကံ ကျောင်းဝတ္ထုကံ ခြံကြီးတွေ ဆိုတာရှိတယ်။ အဲဒီလိုခြံတွေ အမေ့ရထားကြတဲ့ ခြံပိုင်ရှင်သေဌေးကြီးများသဖွယ်ဖြစ်နေတဲ့ အချို့ကိုယ်တော်ကြီးတွေက ဆွမ်းခံစားတဲ့ ရဟန်းများကို ဒီလိုအပြစ်ပြောကြသတဲ့။ “ကိုယ့်ဟာကိုယ် လုပ်ကိုင် ရှာကြံမစားဘဲနဲ့ ဆွမ်းခံ တောင်းရမ်း စားတာဟာ လူတွေလိုက်ပြီး ဒုက္ခပေးနေတာဘဲ”လို့ ပြောကြသတဲ့။

သဒ္ဓါတရား မရှိတဲ့အိမ်ကို သွားပြီး ဆွမ်းခံရပ်မိယင် မရှိမသေလဲ အပြော ခံရတတ်တယ်။ သဒ္ဓါတရားရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တို့ အမြင်နဲ့ဆိုယင်တော့ ဆွမ်းခံကြွလာတဲ့ ရဟန်းက ဒကာ ဒကာမတွေကို ကုသိုလ်လိုက်ပေးနေရာ ရောက်ပါတယ်။ အရှင်မဟာကဿပ မထေရ်မြတ် ဆွမ်းခံကြရာမှာ သိကြားမင်းက ခက်ခက်ခဲခဲကြံဖန်ပြီး ဆွမ်းလှူပုံကို ထောက်ဆကြည့်ယင် ချမ်းသာကြောင်း ကုသိုလ်ပေးရာ ရောက်ကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သဒ္ဓါတရားမရှိတဲ့ သူတွေရဲ့ အမြင်အားဖြင့်တော့ စားရေးအတွက် ဆွမ်းခံရတာဟာ အလွန်မျက်နှာငယ်တဲ့ အခြေအနေရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆွမ်းခံပြီးရလာတဲ့ ဆွမ်းဟာ ရှုံ့မုန်းစက်ဆုပ်ဖွယ် ဖြစ်ကြောင်းကို ရှေးဦးစွာဆင်ခြင်သင့်ပါတယ်။ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ဒီလိုဆင်ခြင်ပုံကို အကျယ်ကြီးပြထားပါတယ်။ ပါဠိမတတ်တဲ့သူတွေလဲ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မြန်မာပြန်စာအုပ်မှာ ကြည့်ရှုနိုင်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ စားတဲ့အခါ ပါးစပ်ထဲမှာ ဝါးပြီးမမျှခင် ထွေးကြည့်မယ်ဆိုယင် အလွန်ရှုံ့စရာ ကောင်းမှာပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ မျက်စိနဲ့ မမြင်ရလို့မြိန်မြိန် ရှက်ရှက် မျှီချနိုင်တာဘဲ။ အဲဒီ

မျိုးပြီးတဲ့အစာဟာလဲ အစာအိမ်ထဲမှာ စက်ဆုပ်ဖွယ်အဖြစ်နဲ့ တည်နေတယ်။ တညဉ့်တနေ့မျှ လွန်တဲ့အခါကျတော့ အဲဒီ အစာသစ်ဟာ အစာဟောင်း ဖြစ်သွားတယ်။ အစာဟောင်း ဆိုတာ မစင်ကျင်ကြီးဘဲ၊ တချို့ကလဲ ကျင်ငယ်ဖြစ်သွားတယ်။ စားသောက်တုန်းကတော့ အများနဲ့ဝိုင်းဖွဲ့ပြီးတော့ ပျော်ပျော် ရှင်ရှင်နဲ့ စားသောက်ရတယ်။ ကိုယ်ထဲမှ စွန့်ထုတ်တဲ့အခါကျ တော့ လူမမြင်ရာမှာ ကိုယ့်တယောက်ထဲ စွန့်ထုတ်ရတယ်။ ကိုယ်မှာ လူးလဲနေတဲ့ အညစ်အကြေးများကိုလဲ ဆေးကြော သုတ်သင်ရတယ်။ အင်း အစာအာဟာရဟာ တကယ့်စက်ဆုပ် ရှုံရှာဖွယ်ဘဲ-စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး စားသောက်ရတယ်။ အဲဒီ လိုရှုံရှာဖွယ်ထင်အောင် ဆင်ခြင်ပြီးစားသုံးယင် အရသာ အ ပေါ်မှာ တပ်မက်သာယာမှု ကင်းသွားနိုင်ပါတယ်။ လုံးဝ မ ကင်းသေးတောင်မှ သက်သာခွင့်တော့ အများကြီး ရနိုင်ပါ တယ်။ အဲဒါက အာဟာရပဋိကူလသညာကမ္မဋ္ဌာန်းနည်း ဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံ အကျဉ်းချုပ်ပါဘဲ။ အကျယ်သိချင်ယင်တော့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ ကြည့်ရုံပါဘဲ။

### သတိပဋ္ဌာန်နည်းဖြင့် ရှုမှတ်၍ စားသုံးပုံ

နောက်တနည်းကတော့ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်အရ ဒီက ယောဂီတွေ ရှုမှတ်ပြီး စားသုံးတဲ့ နည်းပါဘဲ။ ဒီနည်းက တော့ စေ့စေ့စပ်စပ် ရှုမှတ်နိုင်တဲ့ အခါကျတော့ တပ်မက် သာယာမှုကို လုံးဝဖြစ်ခွင့်မပေးတဲ့နည်း အကောင်းဆုံး နည်း ပါဘဲ။ ရှုမှတ်ပုံကတော့ ဒီက ယောဂီတွေ သိနားလည်ပြီးဖြစ်တဲ့ အတိုင်းပါဘဲ။ ထမင်းပွဲ ဆွမ်းပွဲကို ကြည့်ယင် မြင်ယင် ကြည့် တယ် မြင်တယ်လို့ မှတ်ရတယ်။ လက်ကြွယ် လှမ်းယင်

ကိုင်ယင် ပြုပြင်ယင် ကြွတ်ယင် ကြွတ်ယင် လှမ်းတယ် လှမ်းတယ်  
 ကိုင်တယ် ပြုပြင်တယ် ပြုပြင်တယ်လို့ မှတ်ရတယ်၊ ထမင်းလုပ်  
 ဆွမ်းလုပ်ကို ယူလာယင် ယူတယ် ယူတယ်လို့ မှတ်ရတယ်၊  
 ပါးစပ်ဖွင့်တာ ထိတာ ခန့်တာ ပါးစပ်ပြန်ပိတ်တာ လက်ချတာ  
 ပန်းကန်နှင့် သပိတ်နှင့် လက်ထိတာ ဒါတွေကိုလဲ အစဉ်  
 အတိုင်း စေ့စေ့စပ်စပ် မှတ်ရတယ်၊ ဝါးနေဆဲမှာ ဝါးတယ်  
 ဝါးတယ်လို့ မပြတ် မှတ်နေရတယ်၊ အဲဒီ အလောအတွင်းမှာ  
 အချို အချဉ် စသည့် အရသာကို သိရယင် သိတယ် သိတယ်လို့  
 မှတ်ရတယ်၊ မျိုချလိုက်တော့ လည်ချောင်းထဲ အစာအိမ်ဝပြန်  
 ထဲမှာ ထိထိသွားတာကို စူးစိုက်ပြီး မျိုတယ် ထိတယ် ထိတယ်  
 လို့ မှတ်ရတယ်၊ အဲဒါဟာ တလုပ်စာအတွက် မှတ်ပုံဘဲ၊ ဟင်း  
 အရေသောက်တဲ့အခါလဲ ကြည့်တာ မြင်တာ ကိုင်တာ ကော်  
 တာ ယူလာတာ ပါးစပ်ထိတာ သောက်တာ မျိုချတာစသည့်  
 တွေကို အကုန်လိုက်ပြီး မှတ်ရတယ်။

ဒီနည်းဖြင့် ဆွမ်းအလုပ်တိုင်း အလုပ်တိုင်း ဟင်းအရေ  
 သောက်တိုင်း သောက်တိုင်း စေ့စေ့စပ်စပ် မှတ်ရတယ်၊ အဲဒီလို  
 စေ့စေ့စပ်စပ် ရှုမှတ်နိုင်ယင်တော့ အရသာကောင်းဆိုတာ  
 မပေါ်သလောက် ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်၊ “ရှုမှတ်စားနေလို့  
 အရသာ မပေါ်တာဘဲ၊ မရှုမှတ်ပဲ လွတ်လွတ်လပ်လပ်စားရ  
 ယင်တော့ မြိန်မြိန်ရှက်ရှက် အရသာပေါ်မှာဘဲ”လို့တောင်  
 ဆင်ခြင်မိတတ်ပါသေးတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို မပြတ်ရှုမှတ်  
 ပြီး စားသောက်ယင်တော့ (ရသေ စ နာနဂိဇ္ဈေယျ)လို့ ပြဆို  
 ထားတဲ့အတိုင်း အရသာ၌ မက်မောတယ်တာမူဟာ လုံးဝ  
 မဖြစ်တော့ဘဲ ကင်းငြိမ်းနေမှာ သေချာပါတယ်။



### သားငယ်၏ အသားကို စားရသည့် ဥပမာ

ဘယ်လောက်အထိ ကင်းငြိမ်းရမှလဲ ဆိုတော့—သားငယ် ၏ အသားကို စားရတဲ့သူမှာ မက်မောတယ်တာမှ မဖြစ် သလိုပင် ကင်းငြိမ်းစေရမယ် တဲ့။ အဲဒီ ဥပမာကို အတိုချုပ် ပြောရဦးမယ်။ သမီး ခင်ပွန်း ၂-ယောက်ဟာ ကိုယ့်ခန့်ရပ်မှာ ဘေးရန်ရှိလို့ သားသူငယ် ကလေးနှင့်တကွ တခြားအရပ်ကို တောစခန်းလမ်းက ထွက်ပြေးကြရပါသတဲ့။ တောလမ်းမှာ ရိက္ခာပြတ်လို့ စားစရာမရှိတော့ ခင်ပွန်းဖြစ်သူက ရှင်မရေ ငါ တို့မှာ စားစရာမရှိတော့ဘူး၊ ဒီအတိုင်းသာ ဆိုယင် ငါတို့ မိသားစုသုံးယောက်လုံး သေရုံရှိတော့တာဘဲ၊ ငါဟာ အိမ်ရှင် ယောက်ျားဖြစ်ပေမဲ့ အစာစသည် ပြည့်စုံအောင် အိမ်ရှင် တာဝန်ကို မဆောင်ရွက်နိုင်တော့ဘူး၊ ဒါကြောင့် ငါ့ကို သတ် ပြီး ငါ၏ အသားကို သင်တို့ သားအမိ စားကြပေတော့၊ စားပြီး ဘေးရန်ကင်းတဲ့အရပ် ရောက်အောင် သွားကြပေ တော့လို့ ပြောတယ်။

အိမ်ရှင်မဖြစ်သူကလဲ “ရှင် မရှိယင် ကျမတို့လဲ သေရုံရှိတော့ တာဘဲ၊ ကျမလဲ အိမ်ရှင်မတာဝန်ကို မဆောင်ရွက်နိုင်တော့ ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် ကျမကို သတ်ပြီး ကျမ၏ အသားဖြင့် ရိက္ခာပြုလုပ်ပြီး ခရီးဆုံးအောင် ရှင်တို့သားအဖ ၂-ယောက် သွားကြပါ”လို့ ပြောတယ်။

အဲဒီတော့ ခင်ပွန်းဖြစ်သူက သင်ပြောတဲ့အတိုင်းလဲ မသင့် ဘူး၊ သင်နှင့်ငါအသက်ရှင်နေယင် နောက်ထပ်သားလဲ ရနိုင် တယ်၊ ယခုရှိနေတဲ့ သားဟာလဲ ဘာမျှ မသိတတ်သေးဘူး၊ ဒါကြောင့် ဒီသားသူငယ်ကို သတ်ပြီး ရိက္ခာလုပ်ကြစို့ရဲ့လို့ ပြော တယ်၊ အဲဒါကိုမိဖ ၂-ဦးလုံးသဘောတူကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ မိခင်

ဖြစ်သူက ကိုယ်တိုင် မသတ်ရက်တာနဲ့ သားသူငယ်ကို သင့် ဖေဖေဆီသွား-လို့ ဆိုပြီး လွှတ်လိုက်တယ်။ ဖခင်ဖြစ်သူကလဲ မသတ်ရက်တာနဲ့ သူမိခင်ထံ ပြန်လွှတ်တယ်။ ဒီလိုနဲ့ သူငယ်က လေးဟာ သွားချည်ပြန်ချည်နဲ့ ဘာမျှမသိရှာဘဲ မောပန်းပြီး သေသွားရှာပါသတဲ့။ တကယ်ဖြစ်ဘူးတဲ့ဝတ္ထု မဟုတ်ဘူးနော်၊ ဝမ်းနဲ့ပြီး မျက်ရည်တော့ မကျစေကြနဲ့၊ ဥပမာမျှပါဘဲ။

အဲဒီအခါ အမိအဖ ၂-ဦးလုံး ငိုကြွေးကြပြီးတော့ သား သူငယ်ကလေး၏ အသားကို စားကြရပါသတဲ့။ အဲဒီလို စား တဲ့အခါ လက်မောင်းသားကလေးက ကောင်းတယ်စသည်ဖြင့် နှလုံးသွင်းခြင်း ရှိနိုင်ပါ့မလား၊ ကောင်းလိုက်တာလို့ နှလုံး သွင်းပြီး နှစ်သက်သာယာ ဝမ်းမြောက်မှု ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား၊ နောင်လဲ ဒီလို သား၏အသားကို စားချင်တယ်လို့ တောင့်တ မှုကော ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား၊ ငါတို့မိသားစု ဒီလိုစားရတယ်လို့ မာနကော ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား၊ အဲဒီလို နှလုံးသွင်းမှု နှစ်သက် သာယာမှု ဝမ်းမြောက်မှု တောင့်တမှု မာနကြီးမှုတွေဟာ ဘာမျှမဖြစ်နိုင်ကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။ အဲဒီလို သားသူငယ် ၏ အသားကို စားရတဲ့ မိဖတို့မှာ မက်မောတုန်တာမှု နှစ် သက်သာယာမှု ကင်းသလိုဘဲ ဆွမ်းစသော အာဟာရကို စား ရမှာ မက်မောတုန်တာမှု ကင်းစေရမယ် တဲ့။ အဲဒါဟာ သားသူငယ်၏ အသားစားနေပုံကို ကြံတွေးကြည့်၍ ပြောတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ယခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့ ပစ္စဝေက္ခဏာ၊ အာဟာ ရေပဋိကူလသညာတို့ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ဖြစ်စေ၊ ဆွမ်း စသည်ကို စားဆဲမှာ သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာအရ မပြတ်ရှုမှတ် ခြင်းဖြင့် ဖြစ်စေ အာဟာရ၌ တပ်မက်သာယာမှု ကင်းစေရ

မယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ သားသူငယ်၏ အသားစားရာ၌ နှစ်သက်သာယာမှု ကင်းပုံကတော့ ဥပမာမျှပါ။ ဒါလောက် ဆိုယင်-(ရသေ့သူ နာနုဂိဇ္ဈေယျ) ဆိုတဲ့ စကားရပ်၏ အနက် အဓိပ္ပါယ်ကို ကောင်းကောင်း သဘောပေါက်လောက်ပါပြီ။

### ကမ္မဋ္ဌာန်းမဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များလဲ သတိပြုရန်

ယခုပြောခဲ့တာကတော့ ပစ္စဝေက္ခဏာကို အလေးပြုတဲ့ ရှင်ရဟန်းများနှင့် ပဋိကုလသညာနဲ့ ဝိပဿနာကို ပွားစေတဲ့ ယောဂီများအတွက် ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီမှ အခြားအလွတ် ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက်လဲ နဲ့နဲ့ပြောချင်ပါသေးတယ်။ အခြား အလွတ်ပုဂ္ဂိုလ်များလဲ ယခုဟောနေတဲ့ တရားတော်အရ အရသာ၌ မက်မောတယ်တာခြင်းကို ကင်းနိုင်သမျှ ကင်း အောင် သတိပြုပြီး ပယ်ရှားနိုင်ယင် ပယ်ရှားနိုင်သလောက် အကျိုးရှိမှာကတော့ သေချာပါတယ်။ တချို့က ဝက်သား ဟင်းမှ ကြက်သားဟင်းမှ ငါးဟင်းမှကြိုက်တယ် စသည်ဖြင့် တပ်မက်စွဲလမ်းမှု အားကြီးနေတတ်ကြတယ်။ ခင်ပွန်းအကြိုက် ကို အိမ်ရှင်မက ချက်ပြုတ်ပြုပြင် မပေးနိုင်တာနဲ့ စကားများ ခြင်း ရန်ဖြစ်ခြင်းတွေလဲ ဖြစ်တတ်တယ်။ ဒါကြောင့် အိမ် ထောင်ရေးမှာ အဆင်မပြေတာလဲ ရှိတတ်တယ်။ အဲဒီလို အစွဲ အလမ်းကို လျှော့နိုင်သမျှ လျှော့လိုက်ယင် အားလုံးအဆင် ပြေသွားတတ်ကြပါတယ်။ အဆိုးဆုံးကတော့ သေရည်အရက် အစရှိတဲ့ မူးယစ်အရသာတွေမှာ စွဲလမ်းမှုကို မဖြစ်စေဘို့၊ ဖြစ်နေယင်လဲ လျှော့လျှော့ပြီး ပယ်ဖြတ်ဖို့ပါ။ နောက်ပြီး တော့ ဆေးလိပ်အရသာ ကွမ်းအရသာတွေကို အလွန်အကျွံ ခံစားတာလဲ မတော်ဘူး။

ဘုန်းကြီးတို့ ရဟန်းတော်များမှာလဲ ဟိုဟင်း ဒီဟင်း စွဲလမ်းတာကို ပယ်သင့်တာဘဲ၊ မပယ်ယင် ဆရာ့အကြိုက်လိုက် ပြီး ပြုစုရတဲ့ တပည့်ဒကာ ဒကာမတွေမှာ တာဝန်လေးနေ တတ်ပါတယ်။ မေတ္တသုတ်ထဲမှာ ပြထားတဲ့ “သုဘရော- ဒကာ ဒကာမတို့က မွေးမြူပြုစုလွယ်ရမယ်” ဆိုတဲ့ ဂုဏ်နှင့် လဲ မပြည့်စုံဘဲ ရှိနေတတ်ပါတယ်။ ဗြိတိရခေတ်တုန်းက ရေးမြို့ နှင့် မုဒုံမြို့များမှာ သီဟင်းသုံးတဲ့ ဘုန်းတော်ကြီးတပါး ရှိခဲ့ တယ်။ အဲဒီ ဘုန်းကြီးဟာ ဘယ်လိုအကြောင်းကြောင့်ရယ်လို့ တော့ မသိဘူး၊ သူက ကြက်သားဟင်းပါမှ ဆွမ်းဘုဉ်းပေး သတဲ့။ သူဒကာ ဒကာမများက အမြဲတမ်း ကြက်သားဟင်းကို ချက်ပြီး ကပ်လှူရတယ်။ ခရီးသွားတဲ့အခါ လမ်းမှာ အဆင် မသင့်လို့ ကြက်သားဟင်း မရယင်အဲဒီနေ့မှာ ဆွမ်းမစားဘဲ နေသတဲ့။ ဒါကြောင့် ဒကာတွေက ကြက်သားဟင်းနှင့် ဆွမ်းကပ်ဖို့ အင်မတန် ကြောင့်ကြစိုက်ကြရပါသတဲ့။ ဓမ္မပဒ အဋ္ဌကထာထဲက ငါးကြင်းသားဟင်းပါမှ စားလိုတဲ့ ပဏ္ဍိတ သာမဏေကို အားကျပြီး အဓိဋ္ဌာန် ပြုထားလေသလား မပြောတတ်ပါဘူး။ အဲဒီလို ရသတဏှာဟာ မိမိကိုလဲ ဒုက္ခပေး တယ်။ သက်ဆိုင်ရာ တပည့်ပရိသတ်တွေကိုလဲ တာဝန်လေး စေတာဘဲ။

အဲဒီလို တာဝန် မလေးရအောင်လို့ မြတ်စွာဘုရားက သိမ်မှာ ရဟန်းဖြစ်ပြီးစကတည်းက (“ပိဏ္ဍိယာလောပဘော- ဇနံ နိဿာယ ပဗ္ဗဇ္ဇာ၊ တတ္ထ တေ ယာဝဇီဝံ ဥဿာဟော ကရဏီ- ယော”) ရဟန်းအဖြစ်ဆိုတာ ဆွမ်းခံပြီး ရရာဆွမ်းကို အမှီပြု ပြီး မျှတနေရတယ်။ အဲဒီ ဆွမ်းခံဆွမ်း၌ သင်ရဟန်းသစ်ဟာ တသက်ပတ်လုံး ကြောင့်ကြစိုက်ထုတ် ပြုလုပ်ရမည်”လို့ ဩဝါ



ဒပေးစေတော်မူခဲ့တာဘဲ။ ဒါကြောင့် အလွတ်သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်  
တွေလဲ အစာအာဟာရ အရသာ၌ တပ်မက်သာယာမှုကို  
ပယ်နိုင်သမျှ ပယ်သင့်တာပါဘဲ။

### ဘာကိုမျှ မမြတ်နိုးသင့်

နောက်တပိုဒ်ကတော့-လောကသို့ - လောက၌၊ ကိဉ္ဇိ-  
တစုံတခုကိုမျှ၊ န စ မမာယေထ-မြတ်နိုးသမှု မပြုရာသည်  
သာတည်း တဲ့။ ဒီစကားဖြင့် ရှေ့ဆုံးအပိုဒ်မှာ မပါဝင်သေးတာ  
တွေကို အကုန်သိမ်းကြုံးပြီး ပြပါတယ်။ မျက်စိတို့ဖြင့် လျှပ်  
ပေါ်ခြင်း မရှိစေရ-လို့ဆိုတဲ့ ပဌမအပိုဒ်မှာ မြင်တာဟူသမျှ  
အကုန်ပါဝင်သွားတယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။ ဒုတိယအပိုဒ်ဖြင့်  
ရွာစကားမှ နားကိုတားမြစ်ရမယ် လို့ဆိုရာမှာတော့ ရွာစကား  
မှ အလွတ်ဖြစ်တဲ့ သာယာဘွယ်အသံတွေ ကျန်နေသလို ရှိပါ  
တယ်။ တတိယအပိုဒ်ဖြင့် အရသာ၌ မမက်မောရ-လို့ ဆိုရာမှာ  
တော့ စားသိမှုဟူသမျှ အကုန်ပါဝင်သွားပါတယ်။ ကျန်တာ  
ကတော့ အနံ့၌ သာယာမှု ကျန်နေပါသေးတယ်။ အဲဒါကလဲ  
ယောဂီရဟန်းများမှာ သာယာဘွယ်အနံ့ကို နံရခဲတာကလဲ  
တကြောင်း၊ ဂါထာတပုဒ်တည်းမှာ မထည့်လောက်တာကလဲ  
တကြောင်း - ဒီအကြောင်း ၂-ပါးကြောင့် ချန်ထားတယ်လို့  
ယူဘွယ်ရှိပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ အတွေ့အထိ၌ သာယာမှု၊  
စိတ်ကူးအာရုံများ၌ သာယာမှု-ဒါတွေကတော့ ကျန်နေပါ  
သေးတယ်။ အဲဒီကျန်သမျှ အာရုံတွေကို ဒီမှာ “လောက၌  
တစုံတခုကိုမျှမြတ်နိုးသမှု မပြုရဘူး” ဆိုတဲ့ ဒီအပိုဒ်ဖြင့် သိမ်းကြုံး  
ပြီး ပြတော် မူပါဘယ်။

ဒါကြောင့် မြင်သမျှ စားသိရသမျှတွေကို ရှုမှတ်ပြီးတော့ နှစ်သက် သာယာမှုကို ပယ်ရသလိုဘဲ ကြားရသမျှ နံရသမျှ တွေ ထိရသမျှ ကြံသိရသမျှတွေကိုလဲ မပြတ်ရှုမှတ်ပြီးတော့ နှစ်သက် သာယာမှုကို ဖြစ်ခွင့်မရအောင် ပယ်သွားဘို့ပါတဲ့။ ရှုမှတ်ပုံ ကတော့ ဒီမှာ ယောဂီတွေ ရှုမှတ်နေကြတဲ့ အတိုင်းပါတဲ့။ ဆောင်ပုဒ်ကတော့ “ရသာမမက်၊ လောကဘက်၊ နှစ်သက် မြတ်နိုး ပယ်ရမည်” တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ရသာမမက်၊ လောကဘက်၊ နှစ်သက်မြတ်နိုး ပယ်ရမည်။

အရသာတို့၌ မမက်မောပါနဲ့၊ မက်မောမှုကို ပယ်ပါ။ လောကဘက်ဆိုင်ရာ အာရုံဟူသမျှကိုလဲ နှစ်သက်မြတ်နိုးမှု မဖြစ်ပါစေနဲ့၊ နှစ်သက်မြတ်နိုးမှုကို ပယ်ပါတဲ့။ ဘယ်လိုလုပ်ပြီး ပယ်ရမလဲဆိုတော့ အဖြေပဌမဂါထာတုန်းက (တာသံ-ထိုဖြစ် နိုင်သော တဏှာတို့ကို၊ ဝိနယာ-ပယ်ဖျောက်ရန် အလို့ငှါ၊ သဒါ-အခါခပ်သိမ်း၊ သတော-အမှတ်ရသည်ဖြစ်၍၊ ဝါ-ရှုမှတ် လျက်၊ သိက္ခေ-ကျင့်ရမယ်-လို့) ညွှန်ကြားခဲ့တဲ့အတိုင်း ရှုမှတ် ပြီးပယ်ဘို့ပါတဲ့။ မြင်မှု ကြားမှုစသည် ဖြစ်တိုင်း ဖြစ်တိုင်း နှစ်သက်မြတ်နိုးမှု ဖြစ်ခွင့်မရအောင် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်၊ မရှု မိလို့ နှစ်သက်မြတ်နိုးမှု ဖြစ်ပေါ်လာယင်လဲ အဲဒါကိုမပျောက် မချင်း ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ဘို့ပါတဲ့။ ဒါလောက်ဆိုယင် အမှတ် (၈) ဂါထာနှင့် ဆောင်ပုဒ်၏ အနက်အဓိပ္ပါယ်များကို ကောင်း ကောင်း နားလည် လောက်ပါပြီ။ အလွန်လဲ အရေးပါတဲ့ ဂါထာပါတဲ့၊ နောက်တဂါထာကို ဆက်ကြည့်စို့။

၉။ ဖဿေန ယဒါ ဖုဠ္ဋိဿ၊  
 ပရိဒေဝံဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ။  
 ဘဝဉ္စ နာ'ဘိပတ္တေယျ၊  
 ဘေရဝေသု စ န သမ္ပဝေဓေယျ။

### ဒုက္ခတွေ့ယင် မညည်းနဲ့ ရှုမှတ်ပယ်ပါ

ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သော ရဟန်းသည်၊ ဝါ-  
 သံသရာဘေးကို မြော်တွေး ရှုံ့ကြောက်၍ လွတ်မြောက်ရန်  
 ကျင့်နေသောပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ယဒါ-အကြင်အခါ၌၊ ဖဿေန-  
 အတွေ့ဆိုးဖြင့်၊ ဖုဠ္ဋာ-တွေ့ရသည်၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏၊ တဒါ-  
 ထိုသို့ တွေ့ရသောအခါ၌၊ ကုဟိဉ္စိ-တစုံတရာ၌မျှ၊ ဝါ-တစုံ  
 တခုသော အကြောင်းကြောင့်မျှ၊ ပရိဒေဝံ-ငိုကြွေးမြည်တမ်း  
 ခြင်း-ညည်းညူခြင်းကို၊ န ကရေယျ-မပြုရာ-တဲ့။

ဒါက တရားကျင့်နေတဲ့ ယောဂီရဟန်းများကို ရည်ပြီး  
 ဟောတဲ့ ကျင့်ဝတ်ဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက တရားနာနေကြ  
 တဲ့ နတ်ဗြဟ္မာတွေ ကျင့်ဘို့ ဟောတာ မဟုတ်ပါဘူး။ ဘာ  
 ကြောင့်လဲဆိုယင်၊ အဲဒီ နတ်ဗြဟ္မာတွေမှာ အတွေ့ဆိုးနဲ့ တွေ့  
 ရမှုမရှိတဲ့ အတွက်ကြောင့်ပါဘဲ။ အဲဒီလို သူတို့ကိုယ်တိုင် မကျင့်  
 ရပေမဲ့ ယောဂီရဟန်းများမှာ အတွေ့ဆိုးတွေကို မညည်းညူ  
 ဘဲ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်ပယ်နိုင်တယ် ဆိုတာကို ကြားနာကြရ  
 တော့ အဲဒီ နတ်ဗြဟ္မာတွေမှာ တရားကျင့်သုံးတဲ့ ရဟန်း  
 သံဃာတော်များအား ကြည်ညိုတဲ့ သမ္မာတရား ဖြစ်ပေါ်ပြီး  
 တော့ ဝမ်းမြောက်မှုလဲ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ အဲဒီ ကြည်ညိုမှုနှင့် ဝမ်း  
 မြောက်မှုကိုရပြီး မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကို တခဏချင်းလဲ ရနိုင်ပါ

တယ်။ အဲဒီလို သဒ္ဓါဖြစ်ပွားပြီး တရားထူးကို ရနိုင်တာကလဲ သဒ္ဓါစရိုက်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့သာ ဆိုင်ပါတယ်။ ဒီသုတ်ကလဲ အဲဒီ သဒ္ဓါစရိုက်ရှိတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်များအတွက် ဟောတဲ့တရားဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီသုတ်မှာ သီလအကျင့် သမာဓိ ပညာအကျင့် ပဋိပတ်နှင့် စပ်ပြီး ကြည်ညိုဖွယ်တွေကို ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ ဟောတော် မူတာပါ။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက “အတွေ့ဆိုးများ၊ နှိပ်စက်ငြား၊ ညည်းတွား မြည်တမ်းမပြုရာ”လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို လိုက်ဆို့ကြရမယ်။

၉။ အတွေ့ဆိုးများ၊ နှိပ်စက်ငြား၊ ညည်းတွားမြည်တမ်းမပြုရာ။

တရားအားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာ ဘယ်လိုအတွေ့ဆိုးများ တွေ့ရတတ်သလဲ ဆိုတော့-အအေး အပူ ခြင်မှက် ကိုက်ခြင်း စသော အတွေ့ဆိုးများကို တွေ့ရတတ်တယ်။ ကိုယ်ထဲက ညောင်းမှု ပူမှု နာကျင် ကိုက်ခဲမှုစသည်ကိုလဲ တွေ့ရတတ်တယ်။ “အဲဒီလို အတွေ့ဆိုးများကို တွေ့ရတဲ့အခါ အေးလိုက်တာ ပူလိုက်တာ စသည်ဖြင့် ညည်းညူ မြည်တမ်းပြီးတော့ ရှုမှတ်မှုကို မဖျက်လိုက်ရဘူး၊ မရှုမှတ်ပဲ ဣရိယာပုထ်ကို မပြင်လိုက်ရဘူး၊ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေရမယ်”လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် မူလပဏ္ဏာသပါဠိ သဗ္ဗာသဝသုတ်စသည်မှာ-

သည်းခံ၍ ရှုရန် ညွှန်ကြားတော်မူပုံ

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဣဓာဘိက္ခု-ဤသာသနာတော်၌ ရဟန်းသည်၊ ယောနိသော-အကြောင်းမှန်ဖြင့်၊ ပဋိသင်္ခါ-ဆင်ခြင်၍၊ သီတဿ ဥဏှဿ-အအေးအပူကို၊ ခမော ဟောတိ-သည်း



ခံ၏။ ဇိသစ္ဆာယ ပိပါသာယ-အစာဆာခြင်း ရေငတ်ခြင်းကို သည်းခံ၏။ ခုံသမကသဝါတာတပသရီသပသမ္ပဿာနံ- မှက်ခြင်လေနေပူ မြွေကင်းတို့၏ အတွေ့တို့ကို သည်းခံ၏။ ဒုရုတ္တာနံ ဒုရဂတာနံ ဝစနပထာနံ- ကြိမ်းမောင်း ဆိုဆဲ စွပ်စွဲစကားတို့ကို သည်းခံ၏။ ဥပ္ပန္နာနံ သာရီရိကာနံ ဝေဒနာနံ ဒုက္ခာနံ- ကိုယ်ထဲ၌ဖြစ်ပေါ်လာသော ဒုက္ခဝေဒနာတို့ကို သည်းခံ၏။ တိဗ္ဗာနံ ခရာနံ ကဋ္ဌုကာနံ- ကြမ်းထမ်းပြင်းထန် အခံခက်သော ဒုက္ခဝေဒနာတို့ကို သည်းခံ၏။ အသာတာနံ အမနာပါနံ ပါဏဟရာနံ- မခံသာ၍ မုန်းဘွယ်ဖြစ်သည့်ပြင် သေစေနိုင်လောက်သော ဒုက္ခဝေဒနာတို့ကို၊ အဓိဝါသကဇာတိကော- သည်းခံခြင်းသဘောရှိသည်။ ဟောတိ- ဖြစ်၏လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

အဲဒီလိုသေစေနိုင်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ အတွေ့ဆိုးများအထိ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေတဲ့ အကျင့်ဟာ သဒ္ဓါတရားရှိသူတွေ အတွက်ကြည်ညိုစရာပါတဲ့၊ ဆေးရုံရောက်နေတဲ့ အချို့ယောဂီများဟာ သေလုနီးပါးပြင်းထန်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေကိုခံစားနေရပါလျက် မညည်းညူဘဲ ရှုမှတ်နေနိုင်ကြတယ်။ အဲဒီလိုယောဂီများကို တွေ့မြင်ရသူတွေမှာ ရှုမှတ်မှုနှင့်စပ်ပြီး သဒ္ဓါတရားဖြစ်ကြတယ်။ ဒါလောက်ကြီးကျယ်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာတွေကို မညည်းညူဘဲ သည်းခံ နေနိုင်တာဟာ တော်တော်ထူးတဲ့ တရားဘဲလို့လဲ ချီးကျူးကြပါသတဲ့။ အခြားဘာသာဝင်ဖြစ်တဲ့သူတွေမှာတောင် အံ့ဩပြီး ယုံကြည်သဒ္ဓါဖြစ်တဲ့ အရိပ်လက္ခဏာပေါ်လာပါသတဲ့။

## သဒ္ဓါတရားမရှိသူ သဒ္ဓါတရားစကားနဲ့ မတဲ

ဒါပေမဲ့ သဒ္ဓါတရားမရှိတဲ့သူတွေမှာတော့ ဒီလိုသည်းခံပြီး ရှုမှတ်ရမယ်ဆိုတာကို မကြည်ညိုနိုင်ဘဲ ရှိနေတတ်ကြတယ်။ အဆင်းရဲခံပြီး ရှုမှတ်နေတာကို အတ္တကိလမထ-မိမိကိုယ် ပင် ပန်းစေတဲ့ အကျင့်လို့တောင် ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချပြီး ပြောတတ်ကြ သေးတယ်။ အဲဒါဟာ—

အဿဒ္ဓဿ၊ သဒ္ဓါတရားမရှိသောသူအား။ သဒ္ဓါကထာ၊ သဒ္ဓါတရားဖြစ်ဖွယ်စကားသည်။ ဒုက္ကထာ၊ မကောင်းသော စကားဖြစ်သည်—လို့ ဟောထားတဲ့တရားတော်နဲ့ အညီပါတဲ့။

သဒ္ဓါစရိုက်ရှိတဲ့ နတ်ဗြဟ္မာတွေမှာတော့ အဲဒီအခါတုန်းက ဒီလိုသည်းခံပြီး ရှုပုံကို ကြားနာရတဲ့ အတွက် သဒ္ဓါကြည်ညို ဖြစ်ပွားပြီး ပီတိပါမောဇ္ဇာတွေ ဖြစ်ကြတယ်။ အဲဒီ ပီတိပါမောဇ္ဇာ ကို ခယတော ဝယတော၊ ကုန်သွားသည် ပျက်သွားသည်— လို့ ရှုပြီး တရားထူးကို ရနိုင်အောင် သဒ္ဓါကြည်ညိုဖြစ်ဖွယ် ကောင်းတဲ့ ဒီတရားကို ဟောတော်မူတယ်လို့ မှတ်ယူနိုင်ပါ တယ်။

“ဒုက္ခဝေဒနာ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့အခါ မည်သည့် မမြည် တမ်းပဲ၊ ရှုမှတ်မှုကို မဖျက်ပဲ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေယဉ် သမာဓိ ပညာတွေ တိုးတက်ပြီး အကျိုးများသွားတယ်” ဆို တာကို ဘုန်းကြီးတို့၏ တပည့်ယောဂီတွေထဲက ကိုယ်တွေ့ဖြင့် ထောက်ခံနိုင်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေ အများကြီးရှိနေပါတယ်။ “သည်း ခံယဉ် နိဗ္ဗာန်ရောက်တယ်” ဆိုတဲ့ မြန်မာပရိဘာသစကား ဟာ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ရာမှာ မှန်ကန်ကြောင်း

အလွန်ထင်ရှားပါတယ်။ တရားအားထုတ်ခါစမှာ ညောင်းမှု ပူမှု နာကျင်မှု စသော အတွေ့ဆိုးကို အများအားဖြင့် တွေ့ရ တတ်ပါတယ်။ အဲဒီလို တွေ့ရတဲ့အခါ ဣရိယာပုထ်ကို မပြုပြင် ဘဲ သည်းခံပြီး အဲဒီဒုက္ခဝေဒနာကို ရှုမှတ်ရတယ်။ ရှုမှတ်ခါစ မှာတော့ တိုးတိုးပြီး အခံခက်လာတတ်တယ်။ ဒါပေမဲ့ ရှုမှတ်မှု က အားကောင်းလာတဲ့ အခါကျတော့ အဲဒီ ဒုက္ခဝေဒနာဟာ လျော့လျော့ပြီး ပျောက်သွားတတ်ပါတယ်။ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဆိုယင် ယူဝစ်လိုက်သလို ရုတ်တရက် ပျောက်သွားတာလဲ ရှိ ပါတယ်။ အဲဒီလို ပျောက်သွားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ အဲဒီ ဒုက္ခဝေဒ နာမျိုးဟာ နောက်ထပ် မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ အပြီးတိုင်လဲ ကင်းငြိမ်းသွားတတ်ပါတယ်။ တချို့ပုဂ္ဂိုလ်မှာဆိုယင် မူလက ဆေးကုလို့ မပျောက်နိုင်တဲ့ရောဂါတောင် အဲဒီလို ရှုမှတ်တာနဲ့ အရှင်းပျောက်သွားတာလဲ ရှိတယ်။

တချို့ကတော့ “ဒုက္ခဝေဒနာဖြစ်လာယင် ဣရိယာပုထ်ကို ချက်ခြင်း ပြင်လိုက်ရမယ်”လို့ ညွှန်ကြားနေကြတယ်။ အဲဒီလို ညွှန်ကြားတဲ့ ဆရာတွေဟာ ရှုမှတ်နေယင်း ဒုက္ခဝေဒနာ ပျောက်ပြီး သမာဓိဉာဏ်များ ထူးခြားစွာဖြစ်ပုံကို မတွေ့ဘူး လို့ ကျကျနနလဲ မရှုမှတ်ဘူးလို့ ဖြစ်ဖွယ်ရှိပါတယ်။ အမှန် ကတော့ ဒုက္ခဝေဒနာပေါ်လာတိုင်း ဣရိယာပုထ်ကို ပြုပြင်ပြု ပြင်ပေးနေယင် သမာဓိဖြစ်ဖို့ ဝေးပါတယ်။ သမာဓိမဖြစ်ယင် ဝိပဿနာဉာဏ် အစစ်ဖြစ်ဖို့လဲ ဝေးတာပါဘဲ။ နောက်ပြီး တော့ (အတွေ့ဆိုးများ၊ နှိပ်စက်ငြား၊ ညည်းတွား မြည်တမ်း မပြုရာဆိုတဲ့) ဒီ ဒေသနာဘော်ကိုလဲ မလိုက်နာရာရောက်ပါ တယ်။ အတွေ့ဆိုးများနှင့် တွေ့ရတဲ့အခါ ဒီဒေသနာအရ

မညည်းညူဘဲ သည်းခံပြီး ရှုမှတ်နေယင် တွေ့ကြုံခံစားနေရတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ ပျောက်ရုံမျှမက သမာဓိဉာဏ်တွေ ထူးထူးခြားခြားဖြစ်လာတာကို တွေ့ရမှာသေချာပါတယ်။ ဒါကြောင့် “ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်၍ ရှုမှတ်အားထုတ်နေသော ယောဂီရဟန်းသည်၊ ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌၊ ဖဿန-အတွေ့ ဆိုးဖြင့်၊ ဖုဋ္ဌာ-တွေ့ရသည်၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏၊ တဒါ-ထိုသို့ တွေ့ရသောအခါ၌၊ ကုဟိဉ္စိ-တစုံတရာ၌မျှ၊ ဝါ-တစုံတခု သောအကြောင်းကြောင့်မျှ၊ (ရောဂါဖြစ်လိမ့်မယ် စသည်ဖြင့် တွေးတောတဲ့အကြောင်း စသည်ကြောင့်လို့ ဆိုလိုပါတယ်) ပရိဒေဝံ-ငိုကြွေးမည်တမ်းခြင်း ညည်းညူခြင်းကို၊ န ကရေယျ-မပြုရာ”လို့ ဟောတော်မူတာပါ။

အဲဒါဟာ ထိုစဉ်အခါတုန်းက တရားနာ ပရိသတ်ထဲမှ သဒ္ဓါစရိုက်ရှိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေအတွက် ကြည်ညိုသဒ္ဓါဖြစ်ဖွယ် အလွန်သင့်လျော်တဲ့ တရားပါ။ ဒါကြောင့်-

သဒ္ဓဿ-သဒ္ဓါတရားရှိသောသူအား၊ သဒ္ဓါကထာ-သဒ္ဓါ တရား ဖြစ်ဖွယ်စကားသည်၊ သုကထာ-ကောင်းသောစကား ဖြစ်သည်-လို့ ဟောတော်မူတာပါ။

### ဘဝကောင်းလဲ မတောင့်တနဲ့

အဲဒီလို အတွေ့ဆိုးများ တွေ့နေရတဲ့သူဟာ မမြည်တမ်း မညည်းညူရုံတင် မဟုတ်သေးဘူး၊ ချမ်းသာလိမ့်မယ် ထင်ရတဲ့ ဘဝကောင်း ဘဝမြတ်တွေ တောင့်တခြင်းလဲ မပြုရဘူးတဲ့။ ဒါကြောင့် ဘဝဉ္စ-ကာမဘဝ ရူပဘဝ အရူပဘဝ ဟူသော ဘဝသုံးပါးကိုလည်း၊ န အဘိပဏ္ဍေယျ-မတောင့်တ



ရာ-လို့ ဆက်ပြီး ဟောတော်မူပါတယ်။ အဲဒါကတော့ ထင်ရှားနေပါပြီ၊ ချဲ့ပြောဘို့ မလိုပါဘူး။ အဲဒီ ကောင်းမြတ်တဲ့ ဘဝများကို မတောင့်တဘူးဆိုတာလဲ ကြည်ညိုစရာဘဲ၊ တချို့က ယခုဘဝမှာ ကာမဂုဏ်တွေကို စွန့်ပြီး ရဟန်းတရားကို ကျင့်နေရတဲ့အတွက် နောက်ဘဝကျတော့ နတ်ပြည်ရောက်ပြီးတော့ ကာမချမ်းသာတွေကို အများကြီး ခံစားသွားရလိမ့်မယ်လို့ မြော်လင့်ပြီး ရဟန်းသီလ စသည်ကို စောင့်ထိန်းကျင့်သုံးနေကြတာလဲ ရှိတယ်။ ဘုရားလက်ထက်တော်က ဆိုယင် “သေဋ္ဌေးသား စသည် လူချမ်းသာထဲက ရဟန်းပြုကြတာဟာ နောက်ဘဝကျတော့ နတ်သမီးရအောင်”လို့ ဆိုတဲ့ မဟုတ်သတင်းစကားတွေက အမျိုးသမီးလောကမှာ ပြန့်နေတယ်။ ဒါကြောင့် အရှင်သုဒ္ဓိန်၏ ဇနီးဟောင်းများက “အရှင်သားရယ်၊ နောက်ဘဝကျတော့ ပေါင်းသင်းရမည့် နတ်သမီးတွေက ဘယ်လိုနေပါသလဲ”လို့တောင် အရှင်သုဒ္ဓိန်ကို မေးကြသေးတယ်။ အရှင်ရဋ္ဌပါလ၏ ဇနီးဟောင်းများကလဲ အရှင်ရဋ္ဌပါလကို နည်းတူဘဲ မေးကြပါတယ်။ အဲဒီလို မေးကြတာဟာ “သူတို့၏ခင်ပွန်းဟာ နတ်သမီးရချင်လို့ သူတို့ကို စွန့်ပြီး ရဟန်းပြုသွားတယ်”ထင်လို့ (လူအမျိုးသမီးတွေထက် ဘယ်လိုများ ထူးသေးသလဲ ဆိုတဲ့အနေနဲ့) မေးကြတာပါဘဲ။ အဲဒီလို နတ်ဘဝစသည်ကိုလဲ မတောင့်တရဘူးတဲ့။ နောက်ပြီးတော့-

လာမည့်ဘေးလဲ မကြောက်နဲ့

ဘေရဝေသု စ-တွေ့ကြုံရမည့် ဘေးတို့ကြောင့်လည်း၊  
န သမ္ပဝေဓေယျ-မတုန်လှုပ်ရာတဲ့။ ကြောက်ဖွယ်ဘေး အ

မျိုးမျိုးကြောင့် ကြောက်ရွံ့တုန်လှုပ်ပြီး တရားနှလုံးသွင်းမှုကို မပျက်စေရဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီမှာ မဟာနိဒ္ဒေသ ပါဠိတော်က ဘေးသရုပ်ကို ကြောက်ဖွယ်အာရုံဘေးနှင့် ကြောက်ခြင်းဘေးလို့ ၂-မျိုးခွဲပြီး ပြထားပါတယ်။ ကြောက်ဖွယ်အာရုံဘေး ဆိုတာက ဘာတွေလဲဆိုယင်၊ ကျား ခြင်္သေ့စသည် သားရဲဘေး မြွေကင်းဘေးများနှင့် လူဆိုး ဓားပြဘေးတွေပါတဲ့။ ကြောက်ခြင်းဘေးဆိုတာကတော့ ဇာတိ ဇရာ ဗျာဓိ မရဏဘေး မင်းဆိုးဘေး ခိုးသူဘေး မီးဘေး ရေဘေး အစရှိတဲ့ ဘေး ၂၅-ပါးကို ကြောက်ရွံ့ခြင်းပါတဲ့။ အဲဒီဘေး ၂၅-ပါးကို သီလဝန္တသုတ္တန်တရားတော် ပဉ္စမပိုင်းမှာ အကျယ် ဝေဖန်ပြထားပြီး ရှိနေပါပြီ။

အဲဒီဘေး ၂-မျိုးထဲက ကြောက်စရာ အာရုံဘေးဆိုတဲ့ ကျားစသည်ကတော့ ယခုနေအခါမှာ မရှိသလောက်ပါတဲ့။ ဒါပေမဲ့ တချို့ တောကျတဲ့ဌာနများ၊ မြွေကင်းပေါ်တဲ့ ဌာနများ၊ လူဆိုး သူဆိုးတွေ များတဲ့ ဌာနများမှာတော့ အဲဒီ ဘေးတွေကို ကြောက်တာနဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းဌာနမှ ထွက်သွားတာ ရှိကောင်း ရှိပါလိမ့်မယ်။ ပြန်ပေးဆွဲမှာကြောက်လို့ ကမ္မဋ္ဌာန်း ဌာနကို မလာဝံ့တာလဲ ရှိနိုင်ပါတယ်။ ဘုရားလက်ထက်တော်ကာလဆီကတော့ အဲဒီလို ဘေးတွေကို မကြောက်ရွံ့ဘဲ စွန့်စားပြီး တောအရပ်တွေမှာ တရားအားထုတ်နေကြတာတဲ့။ အဲဒီလို အကြောင်းအရာဟာ သံကိစ္စသာမဏေဝတ္ထုဖြင့် ထင်ရှားပါတယ်။

## သံကိစ္စသာမဏေဝတ္ထု

မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော်ကာလက အရှင်သာရိပုတ္တရာ ထံမှာ ရှင်ပြုတဲ့ သံကိစ္စသာမဏေဆိုတာ ရှိခဲ့ပါတယ်။ ရှင်ပြုရန် ခေါင်းရိတ်နေစဉ်မှာပင် ဆံပင် မွေးညှင်း လက်သည်း ခြေသည်း သွား အရေ-ဆိုတဲ့ ဒီကောဠာသဌ-ခုကို နှလုံးသွင်းရတဲ့ တစ ပဉ္စက ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းပြီး ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တရဟန္တာဖြစ် ခဲ့ပါတယ်။ နောက်တချိန်မှာ အရွယ်ကြီးမှ ရဟန်းပြုကြတဲ့ ရဟန်းသုံးကျိပ်က တခုသော တောအရပ်ကို သွားပြီး တရား အားထုတ်ဖို့ မြတ်စွာဘုရားထံ ပန်ကြားပြီး ကမ္မဋ္ဌာန်းယူကြ တယ်။

အဲဒီအခါမှာ ဖြစ်ပေါ်မည့် ဘေးရန်ကို မြင်တော်မူတဲ့ အတွက် အရှင်သာရိပုတ္တရာထံ ပန်ကြားပြီးမှသွားကြဖို့ မြတ် စွာဘုရားက အမိန့်ရှိလိုက်တယ်။ အရှင်သာရိပုတ္တရာထံ ပန် ကြားကြတဲ့အခါ အရှင်သာရိပုတ္တရာက ဆင်ခြင်ကြည့်လိုက် တော့ အဲဒီ ရဟန်းများမှာ ဘေးတွေမည့်အရေးကိုလဲ မြင်တော် မူတယ်။ သံကိစ္စသာမဏေကို ထည့်လိုက်ပါမှ အဲဒီဘေးက လွတ် မြောက်နိုင်ကြမယ်ဆိုတာလဲ မြင်တော်မူတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ ရဟန်းသုံးကျိပ်အား သံကိစ္စသာမဏေကို ခေါ်သွားဖို့ ပြော ပြီး သာမဏေကို ထည့်လိုက်ပါတယ်။

အဲဒီ ရဟန်းသုံးကျိပ်ဟာ သူတို့ရည်ရွယ်ထားတဲ့ တော အရပ်သို့ သံကိစ္စသာမဏေနှင့်တကွ သွားရောက် နေထိုင်လျက် မြတ်စွာဘုရားပေးလိုက်တဲ့ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ကြိုးကြိုးစားစား အား ထုတ်နေကြပါတယ်။ အတိုချုံးပြောရမှားဘဲ၊ အဲဒီလို အား ထုတ်နေစဉ် တညဉ့်သောအခါမှာ တောပုန်းဓားပြ ငါးရာတို့က

သတ်ပြီး ယဇ်ပူဇော်ဘို့ ရဟန်းတပါးကို လာတောင်းကြတယ်။ အဲဒီတော့ မထေရ်ကြီးက သူ့ကိုယ်တိုင် လိုက်သွားမယ်လို့ ပြောတယ်။ အခြားရဟန်းများကလဲ အများအတွက် မိမိလိုက်သွားမယ်လို့ အသီးအသီးပြောကြတယ်။ အဲဒီအခါ သံကိစ္စသမဏေက အများအတွက် သူလိုက်သွားမယ်လို့ သံဃာအားပန်ကြားတယ်။ သံဃာက သမဏေကို ခွင့်မပြုရက်ဘူး။ အကြောင်းကတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာက ထည့်လိုက်တဲ့ သမဏေလဲ ဖြစ်တယ်။ ခုနစ်နှစ်သားအရွယ် ငယ်ရွယ်သူကလေးလဲ ဖြစ်တယ်။ အဲဒါတွေ အကြောင်းပြုပြီး အပြစ်တင်ခံရမှာ စိုးရိမ်လို့ပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ သံကိစ္စသမဏေက အရှင်ဘုရားတို့ ဘာမှ မပူကြပါနဲ့၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ဘုရားတပည့်တော်ကို အရှင်ဘုရားတို့နှင့် ထည့်လိုက်တာဟာ ဒီကိစ္စအတွက်ပဲ ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာမှ မစိုးရိမ်ကြပါနဲ့လို့ ပြောပြီး သံကိစ္စသမဏေကလေးက ဓားပြတွေနဲ့ လိုက်ပါသွားတယ်။ သုံးကျိပ်သော ရဟန်းတော်တွေဟာ အားလုံးမျက်ရည်ကျလျက် ကျန်ရစ်ကြပါသတဲ့။

ဓားပြတွေက သူတို့နေရာရောက်တော့သတ်ပြီး ယဇ်ပူဇော်ဘို့မီးဖိုစသည်ကို ပြင်ဆင်ကြတယ်။ ပြီးတဲ့အခါမှာ ဓားပြခေါင်းဆောင်ကြီးက သံကိစ္စသမဏေအနီးသို့ ဓားဖြင့် ခုတ်သတ်ရန် ချဉ်းကပ်သွားတယ်။ အဲဒီအခါ သမဏေက ဈာန်သမာပတ်ကိုဝင်စားနေတယ်။ မည်သည့်ဈာန်လို့တော့ အဋ္ဌကထာမှာပြဆိုမထားဘူး။ အာနေဉှခေါ်တဲ့ စတုတ္ထဈာန်ဖြစ်ဟန်ရှိပါတယ်။ အဲဒီ အနေမှာ ဓားပြခေါင်းဆောင်ကြီးက သံလျက်ခေါ်တဲ့ သူ့ဓားရှည်ကြီးဖြင့် သမဏေကို ခုတ်လိုက်တယ်။ ဓားကကောက်



သွားတယ်။ နောက်တကြိမ် ခုတ်လိုက်ပြန်တယ်။ အဲဒီတော့ ခားက အရိုးဆီကို ခွေလိပ်သွားပါသတဲ့။ အဲဒီလိုဖြစ်ပုံကိုတွေ့ရတော့ ခားပြခေါင်းဆောင်ကြီးက သတိတရားရလာတယ်။ ကြည့်စမ်း အသိစိတ်ဝိညာဏ် စေတနာမရှိတဲ့ ခားကတောင် ဒီအရှင်၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးကို သိသေးတယ်။ အသိစိတ်ဝိညာဏ် စေတနာရှိနေပါလျက် ငါဟာ မသိတတ်ပါဘဲကလားလို့ သတိတရားရပြီးတော့ ခားကို ပစ်ချလိုက်ပြီး သာမဏေ၏ ခြေရင်းမှာ ဝပ်စင်းတောင်းပန် ကန်တော့တယ်။ ကန်တော့ပြီးတော့ အဲဒီ ခားပြငါးရာဟာ သံကိစ္စသာမဏေထံမှာ သင်္ကန်းဝတ်ကြပါသတဲ့။ သံကိစ္စသာမဏေလဲ သူတို့ကို သင်္ကန်းဝတ်ရန် ခွင့်ပြုပြီးတော့ တောကျောင်းနေ ရဟန်းများထံလဲ ပြန်သွားပြီးပန်ကြားတယ်။ ပန်ကြားပြီးတော့ အရှင်သာရိပုတ္တရာထံ ခားပြထွက်တပည့်ငါးရာနှင့်တကွ ပြန်လာခဲ့တယ်။ မြတ်စွာဘုရားထံ သွားရောက်ကန်တော့တဲ့အခါ မြတ်စွာဘုရားက-

ယော စ ဝဿသတံ ဇီ ဝေ၊  
ဒုဿီလော အသမာဟိတော။  
ကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊  
သီလဝန္တဿ ဈာယိနော။

ယော စ-အကြင်သူသည်ကား၊ ဒုဿီလော-သီလမရှိဘဲ၊ အသမာဟိတော-သမာဓိလဲ မရှိဘဲ၊ ဝဿသတံ ဇီဝေ-နှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှင်နေရာ၏၊ တတော-ထိုသူ၏ နှစ်တရာပတ်လုံး အသက်ရှင်လျက် နေရခြင်းထက်၊ သီလဝန္တဿ-သီလရှိသည့်ပြင်၊ ဈာယိနော-သမထဈာန် ဝိပဿနာဈာန်ဖြင့် ရှုနေသောသူ၏၊ ကောဟံ ဇီဝိတံ-တရက်မျှ အသက်ရှင်နေရ

ခြင်းသည်၊ သေယျော-သာလွန်၍ ကောင်းမြတ်ပါပေသ  
တည်း-လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

အဲဒီ ဂါထာတရားကို နာကြားရပြီးတော့ ဓားပြထွက်  
အဲဒီရဟန်းငါးရာဟာ ရဟန္တာဖြစ်သွားကြပါသတဲ့။ ဒီဝတ္ထုမှာ  
ပြောလိုရင်းကတော့ ဘုရားလက်ထက်တော် ကာလတုန်းက  
တောကျောင်းအရပ်များမှာ ကျားစသည် သားရဲဘေးရန်သာ  
မဟုတ်ဘူး လူဆိုး ဓားပြ ဘေးရန်လဲရှိတယ်။ အဲဒီလို ဘေးရန်  
ကိုမကြောက်ရွံ့ဘဲ စွန့်စားပြီး တရားကျင့်သုံးကြရတယ်ဆိုတာ  
သိစေလိုရင်းပါဘဲ။ အဲဒီတော့ အဲဒီလို စွန့်စားပြီး တရားကျင့်  
တော်မူကြတဲ့ ရဟန်းသံဃာတော်တွေဟာ ကြည်ညိုစရာ  
ကောင်းတာပေါ့။ အဲဒီလို ကြည်ညိုစရာဂုဏ်တွေကို အာရုံပြုပြီး  
ကြည်ညိုသဒ္ဓါ ဖြစ်ပွားလျက် တရားထူးရကြစေရန် မြတ်စွာ  
ဘုရားက “(ဘေရဝေသု စ န သမ္ပဝေဓေယျ) ဘယကြောင့်  
လဲ မလှုပ်ပဲ တရားကျင့်သုံးရတယ်” ဆိုတဲ့ ရဟန်းတော်များ၏  
ဂုဏ်ကို ထုတ်ဖော်ပြီး ဟောတော်မူတာပါဘဲ။ အဲဒီမှာ  
ဆောင်ပုဒ်ကတော့ “သုံးပါးဘဝ၊ မတောင့်တ၊ ဘယကြောင့်  
လဲ မလှုပ်ရာ”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

သုံးပါးဘဝ၊ မတောင့်တ၊ ဘယကြောင့်လဲ မလှုပ်ရာ။

### ကျားစားခံရတဲ့ ရဟန်းဝတ္ထု

နောက်ပြီးတော့ ကျားစားခံရသည်အထိ စွန့်စားပြီး  
ကျင့်သုံးတဲ့ ရဟန်း၏ဝတ္ထုလဲ ဒီနေရာမှာ ထုတ်ပြချင်ပါသေး  
တယ်။ အဲဒီအကြောင်းကို မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်အဖွင့် အဋ္ဌ  
ကထာမှာ ဒီလို ပြထားပါတယ်။

တချိန်က ရဟန်းတော်သုံးကျိပ်ဟာ မြတ်စွာဘုရားထံက ကမ္မဋ္ဌာန်းယူပြီးတော့ တောကျောင်းတခုမှာ ဝါကပ်နေကြပါ သတဲ့။ ညဉ့်သုံးယာမ်ပတ်လုံး ကိုယ့်နေရာနဲ့ကိုယ်နေပြီး ရဟန်း တရားကိုသာ မပြတ်အားထုတ်ဖို့၊ အချင်းချင်းထံ မလာကြဖို့လဲ ကတိကဝတ်ပြုပြီး အားထုတ်နေကြတယ်။ အဲဒီလို အားထုတ် နေရာမှာ နံနက်မိုးသောက်ယာမ်၌ အိပ်ငိုက်နေတဲ့ ရဟန်း တပါးတပါးကို ကျားတကောင်က ချီယူ သွားပါသတဲ့။ အဲဒီလို ကျားလာပြီး ဆွဲတဲ့အခါမှာ အဆွဲခံရတဲ့ ရဟန်း က အခြား ရဟန်းများအား သမာဓိ မပျက် စေလိုတဲ့ အတွက် “တပည့်တော်ကို ကျားဆွဲတယ်”လို့တောင် အသံ မပြုဘဲ လိုက်ပါသွားပါသတဲ့။ တဆွဲငါးပါးလောက် ကျား စားပြီးတဲ့အခါ ဥပုသ်ပြုရာမှာ ရဟန်းတွေလျော့နေလို့ စုံစမ်း လိုက်တော့မှ အကြောင်းမှန်ကို သိရတဲ့အတွက် နောက်တခါ ကျားလာဆွဲယင် အသံပြုဖို့ ညွှန်ကြားပြောဆိုပြီး အားထုတ် မြဲ အားထုတ်နေကြပါသတဲ့။ ဒီနေရာမှာ ဆင်ခြင်ကြည့်ယင် အဲဒီရဟန်းများဟာ ကျားဆွဲတတ်မှန်းသိပါလျက်နဲ့ နေမြဲ နေပြီး တရားကျင့်သုံးနေကြတာဟာ အင်မတန် ချီးကျူးစရာ ကြည်ညိုစရာကောင်းပါတယ်။ “ဘယကြောင့်လဲ မလှုပ်ရာ” ဆိုတဲ့ ဒီတရားတော်နှင့်လဲ ကိုက်ညီနေတာဘဲ။ သဒ္ဓါနည်းပါး တဲ့သူတွေရဲ့ အမြင်နဲ့ဆိုယင်တော့ အဲဒီရဟန်းတွေကို မိုက်ရူးရဲ လုပ်တယ်လို့ ကဲ့ရဲ့ကောင်း ကဲ့ရဲ့ကြပေလိမ့်မယ်။

အဲဒီလို အားထုတ်မြဲ အားထုတ်နေကြရာမှာ ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်းပင် ရဟန်းငယ်တပါးကို ကျားက လာဆွဲ ပြန်တယ်။ အဲဒီတော့ ကျားအဆွဲခံရတဲ့ ရဟန်းက “ကျားပါ

အရှင်ဘုရား”လို့ အသံပြုလိုက်ပါတယ်။ အဲဒီအသံကို ကြားရတော့ အခြားရဟန်းတော်များက မီးရှူးမီးစည်းများနဲ့ ဒုတ်တောင်ဝှေးများကို ကိုင်ပြီးတော့ ကျားနောက်လိုက်ပြီး လွှတ်မြောက်စေရန် အားထုတ်ကြတယ်။ ကျားက တဆွဲငါးပါးတောင် စားပြီးပြီဆိုတော့ အလွန်ရဲနေမှာပေါ့။ ဒါကြောင့် ကျားက ရဟန်းများ မတက်ရောက်နိုင်တဲ့ ကမ်းပါး ပြတ်ထိပ်ပေါ်ကို တက်သွားတယ်။ အဲဒီတော့ ရဟန်းတွေက တက်မလိုက်နိုင်တာနဲ့ ဒီလို သတိပေးကြပါသတဲ့—“ငါ့ရှင် သူတော်ကောင်းရေ၊ ယခုအခါမှာ ငါတို့ ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်စရာ မရှိတော့ဘူး၊ ရဟန်းတို့၏ ဂုဏ်ထူးဝိသေသဆိုတာ ဒီလို အရာမှာ ထင်ရှားသိရပါတယ်”လို့ အားပေးစကားလောက်သာ ပြောကြရပါသတဲ့။ ဆိုလိုတာကတော့ “မိမိ၏ အစွမ်းသတ္တိ ထင်ပေါ်အောင် တရားကိုသာမဲပြီး အားထုတ်ပေတော့”လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။

အဲဒီအခါ ကျားက ခြေမကစပြီး ကိုက်စားနေပါသတဲ့။ သော-ထိုရဟန်းသည်၊ ဗျဉ္ဇမုခေ-ကျား၏ခံတွင်း၌၊ နိပဇ္ဇာ-ဝ-လျောင်းလျက်ပင်လျှင်၊ တံ ဝေဒနံ-ကျားစားခြင်းကြောင့် ဖြစ်နေသော ထိုဒုက္ခဝေဒနာကို၊ ဝိက္ခမ္ဘေတွာ-ခွါ၍၊ ဝါ-ဝေးကွာစေ၍၊ ဝိပဿနံ ဝဇ္ဇေန္တော-ဝိပဿနာကို ပွားစေလျက်၊ ယာဝ ဂေါပ္ပကာ ခါဒိတကာလေ-ခြေမျက်စိအထိ စားပြီးသောအခါ၌၊ သောတာပန္နော ဟုတွာ-သောတာပန် ဖြစ်ပြီးလျှင်၊ ဒူးဆစ်အထိစားပြီးသောအခါ သကဒါဂါမ် ဖြစ်ပြီး၍၊ ချက်အထိ စားပြီးသောအခါ အနာဂါမ်ဖြစ်ပြီးနောက် နှလုံးသားကို မစားသေးမီပင် ပဋိသမ္ဘိဒါလေးပါး



တို့နှင့်တကွ (ရဟန္တာအဖြစ်) အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်ပြီး၍  
ဂါထာ ၂-ပုဒ်ကို ဥဒါန်းအဖြစ် ကျူးရင့်ရွတ်ဆိုသွားပါသတဲ့။

### ဒုက္ခဝေဒနာကို ခွဲခွဲ

ဒီနေရာမှာ “ကျားစားခံရလို့ ဖြစ်နေတဲ့ နာကျင်မှု ဒုက္ခ  
ဝေဒနာကို ခွဲတယ်”ဆိုတာ ဘယ်လိုပါလဲလို့ မေးစရာရှိပါ  
တယ်။ ဒီ ဝတ္ထု၏ ရှေ့အခြားမဲ့မှာ ပေါင်ကိုရိုက်ချိုး၍ အာမခံ  
ပေးပြီး တရားအားထုတ်တဲ့ အရှင်တိဿထေရ် ဝတ္ထုမှာ  
(ထေရဿ· ဝေဒနံ ဝိက္ခမ္ဘေတွာ သီလံ ပစ္စဝေက္ခတော ပရိ-  
သုဒ္ဓံ သီလံ နိဿာယ ပီတိပါမောဇ္ဇံ ဥပ္ပဇ္ဇိ)စသည်ဖြင့် ပြထား  
တဲ့ အဋ္ဌကထာစကား ရှိပါတယ်။ အဲဒီ အဋ္ဌကထာစကားအရ  
ဆိုယင် “ဝေဒနံ ဝိက္ခမ္ဘေတွာ-ဝေဒနာကို ခွဲပြီးနောက်၊  
သီလံ ပစ္စဝေက္ခတော-သီလကို ဆင်ခြင်တယ်”လို့ ဆိုထားတဲ့  
အတွက် “သီလကိုဆင်ခြင်ပြီး ဝေဒနာကို ခွဲတယ်”ဆိုတဲ့  
အနက်တော့ မရနိုင်ပါဘူး။ “ဝေဒနာကို ခွဲပြီးတဲ့နောက်မှ  
သီလကိုဆင်ခြင်တယ်”လို့သာ ထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့်  
အဲဒီအဋ္ဌကထာစကားဖြင့် “ဒုက္ခ ဒေါမနဿာနံ အတ္ထင်္ဂမာယ-  
ဒုက္ခ ဒေါမနဿဝေဒနာတို့ ချုပ်ရန်အတွက် သတိပဋ္ဌာန်ကို  
ကောယန-တခုတည်းသော လမ်း-တကြောင်းတည်းသော  
လမ်း”လို့ ဆိုသည့် မူလသံဝဏ္ဏေတဗ္ဗ၏ အဖွင့် ဖြစ်သည်အား  
လျော်စွာ ရှုမှတ်မှု သတိပဋ္ဌာန်ဖြင့်ပင် ခွဲတယ်လို့ ယူလျှင်  
သင့်ဘွယ်ရှိပါတယ်။ ယခု ယောဂီများမှာ သွေးရိုးသားရိုး  
ဒုက္ခဝေဒနာဖြစ်စေ၊ တိုက်ခိုက်ထိပါးလို့ဖြစ်တဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာ  
ဖြစ်စေ၊ အဲဒီဝေဒနာကို စူးစိုက်ပြီး ရှုမှတ်နေလျှင် တဖြေးဖြေး  
ချင်း လျော့လျော့ပြီး ပျောက်ကင်းသွားတာကို ကိုယ်တိုင်

တွေ့ကြရပါတယ်။ အဲဒါဟာ ရှုမှတ်မှုဖြင့် ဝေဒနာ ကွာသွားတာတဲ။ ဒါပေမဲ့ အမြစ်ပြတ် ပျောက်စေနိုင်လောက်အောင်၊ ဝိပဿနာသမာဓိပညာက မထက်သန်ယင်တော့ တော်တော်ကြာတဲ့အခါ အဲဒီဝေဒနာက ပြန်ပေါ် လာတတ်ပါတယ်။ အဲဒါဟာ ဝိက္ခမ္ဘန-ဝေးကွာစေတယ် ဆိုတဲ့ စကားနဲ့လဲ လျော်ပါတယ်။ ဝိပဿနာသမာဓိဉာဏ်က ထက်သန်ယင်တော့ အဲဒီလို ဒုက္ခဝေဒနာကို လုံးဝလဲ ကင်းပျောက်သွားစေနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့်ပင် မြတ်စွာဘုရားမှာ နောက်ဆုံးဝါတွင်း၌ ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကြီးအကျယ်ရောဂါဝေဒနာကို ဝိပဿနာဖြင့်ပင် ပျောက်ကင်းစေနိုင်တာပါ။

သီလကို ဆင်ခြင်ပြီး ဝေဒနာကို ကွာစေနိုင်တယ် ဆိုတာလဲ ယုတ္တိရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီဝတ္ထုကတော့ သတိပဋ္ဌာန်ဖြင့် ဒုက္ခချုပ်ငြိမ်းစေကြောင်း ထုတ်ပြတာဖြစ်တဲ့အတွက် ကျားက ကိုက်ခဲပြီးစားလို့ ဖြစ်တဲ့ ဝေဒနာကို ဝေဒနာနုပဿနာသတိပဋ္ဌာန်အရ ရှုမှတ်ပြီး ကွာစေတယ် ချုပ်ငြိမ်းစေတယ်ဆိုတာက ပိုပြီး သင့်မြတ်ပါတယ်။

ဒီ ဝတ္ထုမှာ ကျားအဆွဲမခံရမီကရော၊ ကျားက ဆွဲယူပြီး အစားခံနေရတဲ့အခါမှာရော ကြောက်ရွံ့သဖြင့် တရားအလုပ်မှ ထွက်ခြင်း၊ နားနေခြင်း၊ စသည်ဖြင့် မလှုပ်ရှားဘဲ ရဟန္တာဖြစ်သည်တိုင်အောင် မပြတ်ရှုမှတ်အားထုတ်နေတာဟာ “(ဘေရဝေသု စ န သမ္ပဝေဓေယျ) ဘယကြောင့်လဲ မလှုပ်ရာ” ဆိုတဲ့ ဒီတုဝဋ္ဌကသုတ် တရားတော်နှင့်အညီ ကျင့်တာပါ။ အလွန် ချီးကျူးဘွယ် ကြည်ညိုဘွယ်ကောင်းပါတယ်။ ကဲ ဆောင်ပုဒ်ကို ထပ်ပြီး ဆိုကြပါဦး။

ပိုင်း] ဘေး ၂၅-ပါးကိုဘယ်လိုကြောက်ပြီးလှုပ်ရှားနိုင်သလဲ ၉၉

၉။ အတွေ့ဆိုးများ၊ နှိပ်စက်ငြား၊ ညည်းတူး မြည်တမ်း  
မပြုရာ။

သုံးပါးဘဝ၊ မတောင့်တ၊ ဘယကြောင့်လဲ မလှုပ်ရာ။

ဘေး ၂၅-ပါးကို ဘယ်လိုကြောက်ပြီး လှုပ်ရှားနိုင်သလဲ

ဘေး ၂၅-ပါးကို ဘယ်လိုကြောက်ပြီး လှုပ်ရှားနိုင်သလဲ  
ဆိုတော့၊ အဲဒီ ၂၅-ပါးထဲက ဘေးများစွာကိုတော့ ကြောက်  
ပြီး တရားအားထုတ်မှုမှ လှုပ်ရှားဘွယ်မရှိပါဘူး၊ တိုးပြီး  
အားထုတ်ဖွယ်သာ ရှိပါတယ်၊ တရားအားထုတ်ရတယ်ဆိုတာ  
ဟာ ဘဝအသစ်ဖြစ်ခြင်း အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်းတို့မှ  
လွတ်မြောက်အောင် အားထုတ်ရတာဘဲ၊ မင်းဘေးစသည်တို့မှ  
လွတ်မြောက်ဖို့ ရည်ရွယ်ပြီးတော့လဲ အားထုတ်ရတာဘဲ၊  
ဒါကြောင့် အဲဒီ ဘေးတွေကြောင့် တရားအားထုတ်မှုမှ လှုပ်  
ရှား ပျက်ပြားစရာတော့ မရှိသလောက်ပါဘဲ။

ဒါပေမဲ့ တရားအားထုတ်နေယင်း နေမကောင်း ထိုင်မသာ  
ရောဂါဖြစ်လာမှာကို ကြောက်ပြီး တရားလုပ်ငန်းမှ ထွက်သွား  
တာလဲ ရှိတတ်တယ်၊ ခပ်လျော့လျော့ အားထုတ်နေတာလဲ  
ရှိတတ်တယ်။ အထိုင်ကြာလို့ ခြေတွေ တုံလာယင် ထုံနာ  
ကျင်နာ ဖြစ်မှာ စိုးရိမ်တတ်တယ်၊ ဒါပေမဲ့ အဲဒီလိုတော့  
မဖြစ်တတ်ပါဘူး၊ သွေးတိုးရောဂါ နှလုံးရောဂါစသည်ဖြစ်မှာလဲ  
စိုးရိမ်တတ်တယ်၊ အဲဒီလိုလဲ မဖြစ်တတ်ပါဘူး၊ အဆင်သင့်ယင်  
မူလက ရှိနေတဲ့ရောဂါတောင် ပျောက်သွားတတ်သေးတယ်။  
စိတ်ဖောက်ပြန်မှာ ကြောက်ပြီးတရားအလုပ်မှ ထွက်သွားတာ  
လဲ ရှိနိုင်တယ်၊ ရှေ့ဆက်ပြီး အားထုတ်ယင် သေသွားမှာလေ  
လားလို့ ကြောက်ပြီး အားမထုတ်ပဲ ရပ်နားနေတာလဲ ရှိနိုင်

ပါတယ်။ ယခုပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း ဗျာဓိဘေး မရဏဘေးဆိုတဲ့ ဒီဘေး ၂-ခုလောက်ကို အကြောင်းပြုပြီး တရားအားထုတ် ရာမှာ လှုပ်ရှားမယ် ဆိုယင် လှုပ်ရှားဘွယ်ရှိပါတယ်။ ဒါကလဲ စိတ်သဘောထားညွှတ်တဲ့သူ အနည်းငယ်လောက်မှာသာ ဖြစ်နိုင် ဖွယ်ရှိပါတယ်။ အများအားဖြင့်တော့ ဇာတိဘေးစသည်နှင့် စပ်ပြီး အဲဒီ ဘေးတွေမှ လွတ်မြောက်ရအောင် ကြိုးစားပြီး အားထုတ်နိုင်ဖို့သာ ရှိပါတယ်။

မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ကြောက်ဖွယ်အာရုံဘေးနှင့် ကြောက်ရွံ့ ဘေးအားဖြင့် ၂-မျိုးခွဲပြရာမှာ ကျားခြင်္သေ့စသော ကြောက် ဖွယ်ဘေးသာလျှင် “ဘယကြောင့် မလှုပ်ရဘူး” ဆိုတဲ့ ဒီအပိုဒ် ခွဲ လိုရင်းဖြစ်တယ်။ ဇာတိစသည်ကို ကြောက်ခြင်း စသော ဘေးများကတော့ ဘေးအဖြစ်ဖြင့် အရတူလို့ ထုတ်ပြခြင်းမျှ ဘဲလို့ ယူသင့်ပါတယ်။ လိုရင်း မဟုတ်ပဲနဲ့ အမည်တူများကို စုံလင်စေရုံမျှ ထုတ်ပြတာကို အတ္ထုဒ္ဓါရခေါ်တယ်။ ရသင့်တဲ့ အမည်အနက်ကို ထုတ်ပြတာလို့ ဆိုလိုပါတယ်။

ဒါကြောင့် ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့ သံကိစ္စသာမဏေဝတ္ထု၊ ကျားစားခံရတဲ့ ရဟန်းငယ်ဝတ္ထုများထဲက ရဟန်းများလိုပင် ဘေးရန်များကြောင့် မတုန်မလှုပ်ပဲ ရှုမှတ်နေကျတရားကို မပြတ်ရှုမှတ်သွားကြဖို့ပါ။ ဒီကနေ့ ဟောလာတာ ဘုရား ဟောဂါထာ ၂-ပုဒ်ပဲ ပြီးတယ်။ အချိန်က ကုန်နေပါပြီ။ အဲဒီ ဂါထာ ၂-ပုဒ် ဆောင်ပုဒ်များကို ဆိုပြီး တရားသိမ်းကြဦး။

၈။ မျက်စိကစား၊ ရွာစကား၊ ရှောင်ရှားကျင့်ရမည်။  
ရသာ မမက်၊ လောကဘက်၊ နှစ်သက် မြတ်နိုး  
ပယ်ရမည်။



ပိုင်း]ဘေး ၂၅-ပါးကိုဘယ်လိုကြောက်ပြီးလှုပ်ရှားနိုင်သလဲ ၁၀၁

၉။ အတွေ့ဆိုးများ၊ နှိပ်စက်ငြား၊ ညည်းတူး မြည်  
တမ်း မပြုရာ။

သုံးပါးဘဝ၊ မတောင့်တ၊ ဘယကြောင့်လဲ  
မလှုပ်ရာ။

ယနေ့အဖို့၌ ကျွန်ုပ်တို့ ပြုစုပျိုးများ အားထုတ်အပ်သော  
ကုသိုလ်ကောင်းမှု အပေါင်း၏ အဖို့ဘာဂကို အမိအဘ ဆရာ  
သမားတို့အား၎င်း၊ ဤအရပ်၌ ရောက်ရှိနေသော လူပရိသတ်  
နတ်ပရိသက်အပေါင်းအား၎င်း ရှေးဦးစွာ အထူးသဖြင့် အမျှ  
ပေးဝေပါကုန်၏။ အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား  
လည်း အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်း  
တို့သည် ဤ ကောင်းမှု၏ အဖို့ဘာဂကို အညီအမျှ ရကြ၍  
ကိုယ်စိတ် နှစ်ဖြာ ချမ်းသာကြပါစေ။

သာဓု သာဓု သာဓု

တုဝဋ္ဋကသုတ်တရားတော် ဒုတိယပိုင်း ပြီး၏။

# တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်

တတိယပိုင်း

(၁၃၃၇-ခုနှစ်၊ ပြာသိုလကွယ်နေ့ ဟောသည်။)

## တရားအနုသန္ဓေ

မဟာသမယ ၆-သုတ်ထဲက တုဝဋ္ဌကသုတ်ကိုပြာသိုလပြည့်  
နေ့ကစပြီး ဟောလာတာ ၂-ကြိမ်ရှိခဲ့ပြီ၊ ပြီးခဲ့တဲ့ လဆုတ်  
(၈) ရက်နေ့က အမှတ် (၉)ဂါထာအထိ ဟောလို့ ပြီးသွားပြီ၊  
၁၃၃၇-ခုနှစ် ပြာသိုလကွယ် ဒီကနေ့ အမှတ် (၁၀) ဂါထာက  
စပြီးဟောရမယ်၊ အဲဒီဂါထာကတော့ ရဟန်းတော်များမှာ  
ပစ္စည်းသိုလှောင်မှု ပလိဗောဓကင်းဘို့ ညွှန်ကြားတဲ့ တရားပါ  
ဘဲ၊ ဟောတော်မူပုံကတော့-

ပစ္စည်းပိုသိမ်းထားမှု သန္နိဓိ ကင်းရမည်

၁၀။ အန္ဓာနံ'မထော ပါနာနံ၊  
ခါဒနီယာနံ အထောပိ ဝတ္ထာနံ။  
လဒ္ဓါ န သန္နိဓိံ ကယိရာ၊  
န စ ပရိတ္တသေ တာနိ အလဘမာနော။

ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ အန္ဓာနံ-ဆွမ်းဘို့ကို၎င်း၊ အထော-  
ထို့ပြင်၊ ပါနာနံ-အဖျော်ဘို့ကို၎င်း၊ ခါဒနီယာနံ-ခဲဘွယ်ဘို့  
ကို၎င်း၊ အထောပိ- ထို့ပြင်လည်း၊ ဝတ္ထာနံ-အဝတ်အထည်

သင်္ကန်းတို့ကို၎င်း၊ လဒ္ဓါ-ရပြီး၍၊ သန္နိဓိ-သိုမှီး သိမ်းထားခြင်းကို၊ န ကယိရာ-မပြုရာတွဲ။

ဆွမ်း အဖျော် ခဲဘွယ်တွေကို ရလာယင် စားသုံးပြီး ပိုတာကို နောက်ရက်အတွက် သိမ်းမထားရဘူး စွန့်လိုက်ရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီမှာ အနွ-ဆွမ်းဆိုတာ ဩဒနထမင်း၊ ကုမ္ဘာသ-မုံ၊ သတ္တု-ဆန်လှော်မှုန့်၊ မစ္ဆ-ငါး၊ မံသ-အသား ဆိုတဲ့ ဒီစားဘွယ် ဘောဇဉ်ငါးပါးပါဘဲ။

ပါန-အဖျော် ဆိုတာ (၁) သရက်ဖျော်ရည်၊ (၂) သပြေဖျော်ရည်၊ (၃) တောငှက်ပျော ဖျော်ရည်၊ (၄) အိမ်ငှက်ပျောဖျော်ရည်၊ (၅) သစ်မည်စည် (နွယ်ချို) ဖျော်ရည်၊ (၆) မုဒရက် (သပြက်)ဖျော်ရည်၊ (၇) ကြာစွယ်ဖျော်ရည်၊ (၈) ဖက်သက် (မြရာ) ဖျော်ရည် ဆိုတဲ့ ဒီ (၈) ပါးပါဘဲ။ အဲဒီအဖျော်များနှင့် အလားတူ အဖျော်များလဲ ရှိပါသေးတယ်။

ခါဒနီယ-ခဲဘွယ် ဆိုတာ မုန့်ညက်ခဲဘွယ်၊ မုံခဲဘွယ်၊ အမြစ်ခဲဘွယ်၊ အခေါက်ခဲဘွယ်၊ အရက်ခဲဘွယ်၊ အပွင့်ခဲဘွယ်၊ အသီးခဲဘွယ် ဆိုတာတွေပါဘဲ။

အဲဒီမှာ ဘောဇဉ်နဲ့ ခဲဘွယ် ဆိုတာတွေက ရဟန်းများ မှာ မွန်းမလွဲမီ နံနက်ပိုင်းကာလ၌သာ စားသုံးရတဲ့ ယာဝကာလိကခေါ်တဲ့ စားသုံးဘွယ်တွေဘဲ။ အဲဒါတွေကို နောက်နေ့ အရုဏ်တက်အောင် သိမ်းမထားရဘူး။ အရုဏ်တက်သွားယင် အဲဒီစားသုံးဘွယ်တွေဟာ သန္နိဓိ-သိုမှီး သိမ်းထားတာ ဖြစ်သွားတယ်။ အဖျော်ကိုတော့ ယာမကာလိက ခေါ်တယ်။ မွန်းလွဲပိုင်းရော ညဉ့်ရော အရုဏ်မဘက်မီအတွင်း သုံးဆောင်

ကောင်းတယ်၊ အရုဏ် တက်သွားယင်တော့ အဲဒီအဖျော်လဲ သန္တိဓိဖြစ်သွားတယ်၊ အဲဒီလို သန္တိဓိဖြစ်သွားယင် မသုံးဆောင် ကောင်းတော့ဘူး၊ သန္တိဓိဖြစ်ပြီး ခဲဘယ်ဘောဇဉ်ကို စားသုံး ယင် သန္တိဓိသိက္ခာပုဒ်အရ ပါစိတ်အာပတ်သင့်တယ်၊ အဖျော် ကို သောက်ယင် ဒုက္ကဋ္ဌအာပတ်သင့်တယ်။

အယင်နေ့က အကပ်ခံထားတဲ့ သတ္တဘဟကာလိက နှင့် ယာဝဇီဝကကိုတောင် နောက်နေ့များ၌ အာဟာရအတွက် သုံးဆောင်ယင် ဒုက္ကဋ္ဌအာပတ် သင့်သေးတာဘဲ။ ဒါကြောင့် သန္တိဓိသိက္ခာပုဒ်၏ အဖွင့် ပဒဘာဇနီ ပါဠိတော်မှာ -

ယာမကာလိကံ - အဖျော်ဆိုတဲ့ ယာမကာလိကကို၎င်း၊ သတ္တဘဟကာလိကံ-ထောပတ် ဆီဦး ပျားရည် ဆီ တင်လဲ ဆို တဲ့ သတ္တဘဟကာလိကကို ၎င်း၊ ယာဝဇီဝကံ-တသက်လုံးသုံး ကောင်းတဲ့ဆေးကို၎င်း၊ အာဟာရတ္ထာယ - အဆာပြေရေး အာဟာရအလို့ငှါ၊ ပဋိဂ္ဂဏှာတိ - ခံယူငြားအံ့၊ အာပတ္တိ ဒုက္ကဋ္ဌဿ - ဒုက္ကဋ္ဌသို့ ရောက်၏။ အဇ္ဈောဟာရေ အဇ္ဈော- ဟာရေ-မျိုတိုင်း မျိုတိုင်း၊ အာပတ္တိဒုက္ကဋ္ဌဿ-ဒုက္ကဋ္ဌသို့ ရောက်၏-လို့ဝေဘန်ပြထားပါတယ်။

အဲဒီ စားသောက်ဖွယ်များနှင့် 'စပ်ပြီး သိမ်းဆည်းမထား သင့်ကြောင်းကို ဂန္ဓာရဇာတ်က အကြောင်းအရာကလေးဟာ တော်တော် မှတ်သားဘွယ် ကောင်းပါတယ်။

ဆားတောင် သိမ်းမထားအပ်ကြောင်း

ဘုရားအလောင်းတော်ဟာ တခုသောဘဝက ဂန္ဓာရတိုင်း မှာ မင်းဖြစ်နေခဲ့တယ်၊ ဂန္ဓာရတိုင်းပြည်ဆိုတာ ယခု အိန္ဒိယပြည်



၏ အနောက်မြောက် နယ်စွန်းမှာ ကက်ရှုမီးရုံဆိုတဲ့ နယ်နဲ့ စပ်နေတဲ့အရပ်ပါဘဲ။ အဲဒီ ဂန္ဓာရဘုရင် ဘုရားအလောင်းတော် ဟာ မင်းအဖြစ်မှ သံဝေဂရပြီးတောထွက် ရသေ့ ရဟန်းပြုနေ ပါတယ်။ အဲဒီ ခေတ်တုန်းက ဝိဒေဟတိုင်းပြည်က ဘုရင်မင်း ဟာလဲ သူမိတ်ဆွေ ဂန္ဓာရဘုရင် ရသေ့ ရဟန်းပြုတဲ့သတင်းကို ကြားရတဲ့အထွက် သူလဲ သံဝေဂရပြီး တောထွက် ရသေ့ ရဟန်း ပြုနေပါတယ်။ နောက်တချိန်မှာ အဲဒီ ရသေ့ ၂-ပါးဟာ ဟိမဝန္တာတောမှာ အတူတကွ တရားကျင့်သုံး နေကြတယ်။ အဲဒီလို တောထဲမှာ ဆားမပါတဲ့ သစ်သီး သစ်ညှစ်သည်ကိုသာ စားနေကြရတော့ အာဟာရဓာတ် မပြည့်ဝဘဲ ရှိနေတယ်။ ဒါကြောင့် ဆားနှင့် အချဉ်ကို မှီဝဲသုံးဆောင်ရန်အတွက် ဟိမဝန္တာမှ ဆင်းလာပြီးတော့ အစွန်အဖျား ရွာတခုကိုရောက် လာကြတယ်။

အဲဒီရွာသားတွေက ရသေ့ ၂-ပါး၏ နေထိုင်ပုံကို ကြည့်ညှိ ပြီး ဆွမ်းများကို လှူဒါန်းကြတယ်။ တနေ့သော အခါမှာ အဲဒီရွာသားများက ဆားထုပ်နှင့်တကွ ဆွမ်းကို လှူကြတယ်။ အဲဒီအခါ ဝိဒေဟတိုင်းပြည်မှ ဖြစ်လာတဲ့ ဝေဒေဟ ရသေ့က နောက်ရက်များမှာ လိုယင် သုံးဘို့ ရည်ရွယ်ပြီး ပိုနေတဲ့ ဆား ကို ဖက်ဖြင့်ထုပ်ပြီး သိမ်းထားတယ်။ တနေ့သောအခါကျတော့ ဆွမ်းလှူကြရာမှာ ဆားမပါဘဲ ရှိနေသတဲ့၊ အဲဒီတော့ ဝေဒေဟရသေ့က သူသိမ်းထားတဲ့ဆားကို ဂန္ဓာရ ရသေ့အား သွားပြီး ပေးပါတယ်။ အဲဒီအခါ “ဒီကနေ့ ဆွမ်းလှူကြရာမှာ ဆားမပါဘူး၊ ဘယ်က ရပါသလဲ” လို့ ဂန္ဓာရရသေ့က မေးတယ်။ “ဆရာရေ၊ ဟိုအယင် တနေ့က လိုယင် ရအောင် သိမ်းထားတဲ့

ဆားဖြစ်ပါတယ်”လို့ ဝေဒေဟရသေ့က ဖြေကြားတယ်။ အဲဒီ  
အခါ ဂန္ဓာရရသေ့က ဝေဒေဟရသေ့ကို ဒီလို အပြစ်တင်  
ပြောကြားပါသတဲ့။

ဟိတုာ ဂါမသဟဿာနိ၊ ပရိပုဏ္ဏာနိ သောဠသ။  
ကောဠာဂါရာနိ ဖီတာနိ၊ သန္ဓိဓိံ ဒါနိ ကုဗ္ဗသိ။

သမ္မ-အချင်းရသေ့၊ တံ-သင်သည်၊ ပရိပုဏ္ဏာနိ-ပြည့်စုံ  
ကုန်သော၊ သောဠသ ဂါမသဟဿာနိ-ဝိဒေဟတိုင်းဆိုင်ရာ  
တသောင်းခြောက်ထောင်သော မြို့ရွာတို့ကို၊ ဖီတာနိ-ရတနာ  
အပြည့် ရှိကုန်သော၊ ကောဠာဂါရာနိ-ဘဏ္ဍာတိုက် တို့ကို၊  
ဟိတုာ-တယ်တာမင်း စွန့်ခဲ့ပြီး၍၊ ဣဒါနိ-ပစ္စည်းမဲ့ရသေ့ပြု  
နေသော ယခုအခါ၌၊ သန္ဓိဓိံ ကုဗ္ဗသိ-နက်ဖြန် သဘက်  
စသည်မှာ သုံးဘို့ရာ ရည်ရွယ်၍ အဖိုးမတန်လှသောဆားကို  
သိမ်းထားသမှု ပြုတုံ့ဘိ၏။

အဲဒီလို အကဲ့ရဲ့ခံရတော့ ဝေဒေဟရသေ့က မခံချင်ဘူး၊  
လူဆိုတာ အပြစ်ရှိနေတာဟုတ်ပေမဲ့ မိမိကို ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်တာကို  
တော့ ခွင့်မပြုချင်ဘူး၊ ငွေခံမနေချင်ဘူး ပြန်လည်ချေပလိုမြဲဘဲ၊  
ဒါကြောင့် ဝေဒေဟရသေ့ကလဲ ဒီလို ပြန်ပြီး ချေပပါတယ်။

ဟိတုာ ဂန္ဓာရဝိသယံ၊ ပဟူတဓနဓာရိယံ။  
ပသာသနတော နိက္ခန္ဓော၊ ဣဓ ဒါနိ ပသာသသိ။

အာစရိယ-ဆရာရသေ့၊ ပဟူတဓနဓာရိယံ-များစွာသော  
ဥစ္စာ၏ တည်ရာဖြစ်သော၊ ဂန္ဓာရဝိသယံ-ဂန္ဓာရတိုင်းပြည်  
အရပ်ကို၊ ဟိတုာ-စွန့်လွှတ်ခဲ့ပြီး၍၊ ပသာသနတော-သုတပါး

အား ညွှန်ကြားဆုံးမရာ ဂန္ဓာရဘုရင်အဖြစ်မှ၊ နိက္ခန္ဓော-  
ထွက်ခွါခဲ့ပြီးသော၊ တံ-သင်ဆရာသည်၊ ဣဓ-လက်အောက်ခံ  
ကင်းပသည့် ဤရသေ့ဘဝ၌၊ ဣဒါနိ-ယခုအခါဝယ်။ ပသာ  
သသိ-ဆုံးမရန် တာဝန်မရှိသော ကျွန်ုပ်အား ညွှန်ကြားဆုံးမ  
တုံ့ဘိ၏-တဲ့။

အဲဒီတော့ ဘုရားအလောင်း ဂန္ဓာရ ရသေ့က ဒီလို ရှင်းပြ  
ပါတယ်။

ဓမ္မံ ဘဏာမိ ဝေဒေဟ၊ အဓမ္မော မေ န ရုစ္စတိ။  
ဓမ္မံ မေ ဘဏမာနဿ၊ န ပါပ'မုပလိမ္မတိ။

ဝေဒေဟ-ဝေဒေဟရသေ့၊ အဟံ-ငါသည်၊ ဓမ္မံ-အမှန်  
တရားကို၊ ဘဏာမိ-ပြောပြပါသည်၊ မေ-ငါ့အား၊ အဓမ္မော-  
တရားမှား-အကျင့်မှားသည်၊ န ရုစ္စတိ-မနှစ်သက်ပါ။ ဓမ္မံ-  
တရားမှန် လမ်းမှန်ကို၊ ဘဏမာနဿ-ပြောပြသော၊ မေ-  
ငါ့အား၊ ပါပံ-မကောင်းမှုအညစ်အကြေးသည်၊ န ဥပလိမ္မတိ-  
မလူးလဲ မကပ်ငြိပါ-တဲ့။

အဲဒီလို ရှင်းပြလိုက်တော့ ဝေဒေဟရသေ့ကလဲ အဆုံးအမ  
ကို နှစ်သက်လက်ခံပါတယ်။ အဲဒီ ရသေ့ ၂-ပါးဟာ စျာန်  
အဘိညာဉ်များကို ဖြစ်ပွားစေပြီး ဗြဟ္မာ့ပြည်သို့ လားရောက်  
ကြပါသတဲ့။ အဲဒီ ရသေ့ ၂ ပါးထဲက ဝေဒေဟရသေ့ဆိုတာ  
ဟာ အရှင်အာနန္ဒာ၏ အလောင်းလျှာ ဖြစ်ပါသတဲ့။

ဒီဇာတ်ဝတ္ထုမှာ သိစေလိုရင်းကတော့ သာသနာပ ရသေ့  
လောကမှာတောင် ပစ္စည်းသိမ်းဆည်းမှုကို အပြစ်မြင်ပြီး ကြည်

ရှောင်ကြတယ် ဆိုတဲ့အချက်ပါဘဲ။ ယခုခေတ်လူတွေ၏ အမြင် နဲ့ဆိုယင် ဆားလောက်သိမ်းထားတာဟာ အပြစ်မရှိဘူးလို့ မြင်မည့်သူက များမှာပါဘဲ။ အဲဒီလောက် အသေးအဖဲ့သိမ်း ဆည်းမှုကိုတောင် အပြစ်မြင်ပြီး ကြဉ်ရှောင်တာဟာ ကြည်ညို စရာပါဘဲ။ ဘုရားသာသနာတော်တွင်းက အလိုနည်းတဲ့ဂုဏ်၊ ရောင့်ရဲလွယ်တဲ့ဂုဏ်၊ ကိလေသာကို ခေါင်းပါးစေတဲ့ဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတဲ့ ရဟန်းတော်များဟာလဲ စားသောက်ဖွယ်များကို နောက်ရက်များအတွက် ရည်ရွယ်ပြီး သိမ်းမထားဘူးဆိုတဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို ကြားနာကြရတဲ့ နတ်ဗြဟ္မာတွေမှာ သဒ္ဓါကြည်ညို ဖြစ်ပွားပြီး ဒီလို တရားကို နာကြရတဲ့အတွက် ဝမ်းမြောက်ကြ ပေလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို ဝမ်းမြောက်တာကို ရှုပြီး တရားထူးကို တခဏချင်းလဲ ရသွားနိုင်ကြပါတယ်။ အဲဒီလို သဒ္ဓါပွားပြီး တရားထူးကို ရကြအောင်လို့ ဒီသုတ်တရားကို ဟောတော်မူ မှတာပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ အဝတ်သင်္ကန်းကို သိမ်းဆည်းထားခြင်း မပြုရဘူးဆိုရာ၌ ရဟန်းများမှာ ခါးဝတ်သင်းပိုင်ရယ် ကိုယ်ရုံ ကေသီရယ် ခြုံထယ် ၂-ထပ်သင်္ကန်းကြီးရယ် ဒီသင်္ကန်းသုံးထည် သာ ဆောင်ဘို့ မြတ်စွာဘုရားက ဝန်အကျဉ်းဆုံးအနေဖြင့် ညွှန်ကြားထားတော်မူပါတယ်။ ဓုတင်တိစိဝရိက်ဆောင်တဲ့ ရဟန်းဆိုယင် ဒီသင်္ကန်းသုံးထည်ကိုသာ ဆောင်ထားပါတယ်။ အပိုသင်္ကန်း မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဝိနည်းတိစိဝရိက်ဆောင်တဲ့ ရဟန်းမှာတော့ ပရိက္ခာရစောဠတို့ မျက်နှာသုတ်နိဿိဒိုင် အိပ် ရာခင်း အမာလွှမ်း မိုးရေခဲတို့ ဆိုတာတွေလဲ ဆောင်ထားနိုင် ပါသေးတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ဝိကပ္ပနာပြုပြီး သိမ်းထားနိုင်



တာလဲ ရှိပါသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ လိုသလောက်ထက် ပိုပြီး သိမ်းထားယင် ဝိနည်းအရ အပြစ်မရှိသော်လဲ သုတ္တန်ဒေသနာ အရ သလ္လေခ ဆိုတဲ့ ကိလေသာကို ခေါင်းပါးစေတဲ့ ကျင့်ဝတ် ကတော့ မပြည့်စုံဘဲ ရှိတော့တာဘဲ။

ဒါကြောင့် မရှိလျှင် မဖြစ်တဲ့ သုံးဆောင်စရာ သင်္ကန်း လောက်သာ ဆောင်ထားပြီး သင်္ကန်းအပိုများကို သိမ်း မထားဘို့ပါဘဲ။ စွမ်းနိုင်ယင်တော့ သင်္ကန်းသုံးထည်မျှဖြင့် ရောင့်ရဲနေဘို့ပါဘဲ။ အဲဒီလို သင်္ကန်းသုံးထည်မျှဖြင့် ရောင့်ရဲ နေတယ် ဆိုယင် အလွန်ကြည်ညိုစရာပါဘဲ။ ဒီ အဝတ်သင်္ကန်း အပိုမထားတဲ့ ကျင့်ဝတ်ကို သာမညဖလသုတ် စသည်မှာ အလတ်စားသီလအဖြစ်ဖြင့် ပြထားပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ ဆောင်ပုဒ်ကတော့ စားသောက်ဖွယ်များ၊ ဝတ်အစား၊ သိမ်း ထားမပြုရာတဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁၀။ စားသောက်ဖွယ်များ၊ ဝတ်အစား၊ သိမ်းထားမပြုရာ။

တာနီ-ထိုစားသောက်ဖွယ်နှင့် အဝတ်တို့ကို၊ အလဘမာ- နော-မရသော်လည်း၊ န ပရိတ္တသေ-မပူပန် မကြောက်ရာ- မစိုးရိမ်ရာ တဲ့။ အဲဒီ စားသောက်ဖွယ် ဝတ်ရုံသုံးဆောင်ဖွယ် တွေကို အကြောင်းမညီညွတ်လို့ မရပေမဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်မနေရ ဘူး တဲ့။ ပဋိသင်္ခါနဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ဖြစ်စေ၊ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုသိပြီးတော့ ဖြစ်စေ သည်းခံနေဘို့ပါ ဘဲ။ ပဋိသင်္ခါနဉာဏ်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပုံကတော့- ရှေးကပြုခဲ့တဲ့ ကုသိုလ်ကံက အားနည်းလို့ ဒီလို မပြည့်စုံဘဲ ရှိနေတာဘဲ၊ ယခု ရဟန်းကျင့်ဝတ်ကုသိုလ်တရားတွေကို ပြည့်စုံသည်ထက် ပြည့်စုံ

အောင် ကျင့်မယ်၊ ယခု ငါ့မှာ မပြည့်စုံဘူးဆိုပေမယ်လို့ ငရဲ  
ကျရောက်နေသူ ပြိတ္တာဖြစ်နေသူတွေနဲ့ နှိုင်းစာကြည့်ယင်  
အများကြီး သက်သာပါသေးတယ်၊ မျက်မှောက်မှာ မြင်တွေ့  
နေရတဲ့ အချို့ တိရစ္ဆာန်တွေ အချို့ လူတွေနှင့် နှိုင်းစာကြည့်  
ယင်လဲ ငါ့မှာ သက်သာပါသေးတယ်၊ ယခုလို ရဟန်းတရား  
ကျင့်နိုင်ခွင့်ရနေတာသည်ပင် အများကြီး အမြတ်ထွက်နေ  
တာဘဲ - စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီးတော့လဲ သည်းခံနေဘို့ပါဘဲ။  
ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ရှုသိပုံကတော့ - ဒီက ယောဂီတွေ ရှုမှတ်  
နေကျအတိုင်းပါဘဲ၊ မပြည့်စုံတဲ့ အရာဝတ္ထုဆီကို စိတ်ရောက်  
သွားယင် အဲဒီ စိတ်ကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ဘို့ပါဘဲ၊ စိုးရိမ်ပူပန်တဲ့  
စိတ်ဖြစ်ပေါ်လာယင်လဲ စိုးရိမ်တယ် ပူပန်တယ် စသည်ဖြင့်  
ရှုမှတ်ပြီး ပယ်သွားဘို့ပါဘဲ။ အဲဒီအတွက် ဆောင်ပုဒ်ကတော့ -  
“ယင်းတို့ကိုဘဲ၊ မရလဲ၊ စိတ်ထဲ မပူ မကြောက်ရာ” တဲ့၊ အဲဒါကို  
ဆိုကြရမယ်။

ယင်းတို့ကိုဘဲ၊ မရလဲ၊ စိတ်ထဲ မပူ မကြောက်ရာ။

အဲဒီကနောက် အခြေခံ အထောက်အပံ့များနှင့် တကွ  
သမာဓိအကျင့်ကို ဒီလို ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

အခြေခံများနှင့်တကွ သမာဓိအကျင့်

၁၁။ စျာယီ န ပါဒလောလ'ဿ၊

ဝိရမေ ကုက္ကုစ္စာ နပ္ပမဇ္ဇေယျ။

အထာ'သနေသု သယနေသု၊

အပ္ပသဒ္ဓေသု ဘိက္ခု ဝိဟရေယျ။

ဘိက္ခု - သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သော ရဟန်းသည်၊  
စျာယီ - သမထနိမိတ်အာရုံကို ကင်၍ ရှုသောအားဖြင့် စျာန်

ဝင်စားလေ့ရှိသည်။ ဝါ-သဘောလက္ခဏာ အနိစ္စလက္ခဏာ စသည်ကို ကပ်၍ ရှုသောအားဖြင့် ဝိပဿနာဈာန် (မဂ်ဖိုလ် ဈာန်)ကို ဝင်စားလေ့ရှိသည်။ အဿ - ဖြစ်ရာ၏။ ပါဒ လောလော-ခြေတို့ဖြင့် လျှပ်ပေါ်လျှပ်ရှား အသွားအလာ များသည်။ န အဿ - မဖြစ်ရာ - တဲ့။

ဈာယီ-ဆိုတဲ့ပုဒ်က ရှုလေ့ရှိသည်-ရှုနေသည်-လို့ အနက် ရှိပါတယ်။ ဈာန်တပါးပါးဖြင့် မပြတ်ရှုနေရမယ်လို့ ဆိုလိုပါ တယ်။ ဈာန် ဆိုတာ သမထနိမိတ်အာရုံကို ကပ်၍ရှုတဲ့ (အာရမ္မဏုပနိဇ္ဈာန်)ခေါ်တဲ့ သမထဈာန်က တပါး၊ သဘာဝ- လက္ခဏာ အနိစ္စလက္ခဏာစသည်ကို ကပ်၍ရှုတဲ့ (လက္ခဏုပ- နိဇ္ဈာန်)ခေါ်တဲ့ ဝိပဿနာဈာန်ကတပါး-ဒီလို ၂-ပါးရှိတယ်။ မဂ်ဖိုလ် တရားလဲ နိဗ္ဗာန်၏သဘာဝလက္ခဏာကို ကပ်၍ရှုသော ကြောင့် လက္ခဏုပနိဇ္ဈာန်ထဲမှာ ပါဝင်ပါတယ်။ ဈာယီ-ဆိုတဲ့ ဒီပုဒ်ကို မဟာနိဒ္ဒေသမှာ “လေးပါးသော လောကီဈာန်ဖြင့် ရှုသည်။ လောကုတ္တရာဈာန်ဖြင့် ရှုသည်”လို့ ဖွင့်ပြပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီမှာ လိုရင်းကတော့ (ပဋိပဒံ ဝဒေဟံ ဘဒ္ဒန္တ၊ ပါတိမောက္ခံ အထဝါပိ သမာဓိံ)ဆိုတဲ့ တောင်းပန်စကားအရ မျက်မှောက်တွေ့သိအပ်တဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း ဖြစ်တဲ့ သမထဈာန်သမာဓိံ, ဝိပဿနာဈာန်သမာဓိံသာ လိုရင်း ဖြစ်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ကသိုဏ်းနိမိတ်အာရုံကိုယင်လဲ မပြတ်ရှုနေရ မယ်။ အသုဘအာရုံကိုယင်လဲ မပြတ်ရှုနေရမယ်။ ဘုရားဂုဏ် စသည်ကိုယင်လဲ မပြတ်ရှုနေရမယ်။ ဝင်လေထွက်လေကိုယင်လဲ မပြတ်ရှုနေရမယ်။ ဆံပင် မွေးညှင်းအစရှိတဲ့ ၃၂-ကောဋ္ဌာသ

အာရုံကိုယင်လဲ မပြတ်ရှုနေရမယ်၊ မေတ္တာစသည်ကို ပွားစေသောအားဖြင့်ယင်လဲ မပြတ်ရှုနေရမယ်၊ အဲဒီလို ရှုပြီးတော့ သမထဈာန်သမာဓိကို ရစေရမယ်၊ ဒါက မျက်မှောက်တွေ့သိအပ်တဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း ပါဒကဖြစ်တဲ့ သမာဓိအကျင့်ကို ပွားစေပုံပါဘဲ။

### ဝိပဿနာသမာဓိအကြောင်း

မျက်မှောက် တွေ့သိအပ်တဲ့ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း အနီးကပ်သမာဓိအကျင့်ကတော့ ဝိပဿနာသမာဓိပါဘဲ၊ အဲဒီ ဝိပဿနာသမာဓိဖြစ်ပွားစေရန်ကတော့ မူလံ ပပဉ္စသင်္ခါယ-အစချီတဲ့ ဂါထာရဲ့ အဆုံးပိုင်းမှာ “သဒါ သတော သိက္ခေ”ဆိုတဲ့ စကားတော်အတိုင်း မြင်မှု ကြားမှု စသည်ကို မပြတ်ရှုနေရုံပါဘဲ၊ အဲဒီလို ရှုနေယင် ရှုတိုင်း ရှုတိုင်း ရှုခဲ့တဲ့ အာရုံမှာ ကပ်ခနဲ ကပ်ခနဲ အခိုက်အတန့်မျှ တည်တည်သွားတယ်၊ အဲဒီလို အခိုက်အတန့်မျှ တည်တည်သွားတဲ့ သမာဓိကို ဝိပဿနာခဏိကသမာဓိခေါ်တယ်၊ ဒီ သမာဓိကို ဝိသုဒ္ဓိမဂ် (ပ-၂၈)မှာ -

ဈာနာနိ သမာပဇ္ဇိတော-ဈာန်တို့ကို ဝင်စားပြီး၍၊ ဝုဋ္ဌာယ-ယင်းဈာန်တို့မှ ထ၍၊ ဈာနသမ္ပယုတ္တံ စိတ္တံ-ဈာန်နှင့်ယှဉ်သောစိတ်ကို၊ ခယဒတာ ဝယတော-ကုန်သွားသည် ပျက်သွားသည်ဟု၊ သမ္ပယတော-ရှုမြင်သော ယောဂီမှာ၊ ဝိပဿနာက္ခဏေ-ဝိပဿနာရှုဆဲခဏ၌၊ လက္ခဏပဋိဝေဓေန-အနိစ္စစသော လက္ခဏာကို အသီးအသီး ထိုးထွင်း၍ သိသော အားဖြင့်၊ ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာ-စိတ်၏ ခဏမျှတည်သော ဧကဂ္ဂတာ-သည်၊ ဥပ္ပဇ္ဇတိ-ဖြစ်သည်-လို့ ပြဆိုထားတယ်။



အဲဒီ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်၏ အဖွင့် ဋီကာမှာလဲ- ခဏိကစိတ္တေကဂ္ဂတာတိ - စိတ်၏ ခဏမျှတည်သော ကေဂ္ဂတာဟူသည်ကား၊ ခဏမတ္တဌိ- တိကော- စိတ်၏ခဏမျှတည်ခြင်းရှိသော။ သမာဓိ-တည်ကြည်မှုပေတည်း။ ဟိ-မှန်ပေ၏။ သောပိ-ခဏမျှတည်သော ထိုဝိပဿနာ သမာဓိသည်လည်း၊ အာရမ္မဏေ - ရှုစရာအားရုံ၌၊ နိရန္တရံ - အခြားမရှိဘဲ၊ ကောကာရေန-တမျိုးတည်းသော တည်ကြည်ပုံအခြင်းအရာအားဖြင့်၊ ပဝတ္တမာနော-မပြတ်ဖြစ်နေလတ်သော်၊ ပဋိပက္ခေန-ဆန့်ကျင်ဘက် နှိပ်စက်တရားက၊ အနဘိဘူတော-မလွှမ်းမိုးအပ်သည်ဖြစ်၍၊ အပ္ပိတော ဝိယ-အပ္ပနာသို့ ရောက်နေသကဲ့သို့၊ စိတ္တံ-စိတ်ကို၊ နိစ္စလံ ဌပေတိ-မလှုပ်ရှားအောင် ထားနိုင်ပေ၏-လို့ ဖွင့်ပြထားတယ်။

ဝိပဿနာရှုဆဲမှာ ဒီခဏိကသမာဓိ မပါဘဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့် အဲဒီဝိသုဒ္ဓိမဂ်အဖွင့် မဟာဋီကာ(ပ-၁၅)မှာပင်- သမထယာနိကဿ-သမထကို အခြေခံ၍ ဝိပဿနာရှုသော ယောဂီမှာ၊ ဥပစာရပ္ပနာဘေဒံ သမာဓိ\* ဝိနာ-ဥပစာသမာဓိကိုကြည့်၍၊ ဝါ-ဥပစာသမာဓိ အပ္ပနာသမာဓိနှင့် ကင်း၍၊ လောကုတ္တရာဓိဂမော-လောကုတ္တရာတရားကို ရခြင်းသည်၊ ကဒါစိ န သမ္ဘဝတိ-တခါတရံမျှ ဖြစ်ရိုးမရှိပေ။ ဣတရဿ-ဝိပဿနာယာနိကပုဂ္ဂိုလ်မှာ၊ ခဏိကသမာဓိ\* ဝိနာ-ခဏိကသမာဓိကို ကြည့်၍၊ ဝါ-ခဏိကသမာဓိနှင့် ကင်း၍၊ လောကုတ္တရာဓိဂမော-လောကုတ္တရာတရားကို ရခြင်းသည်၊ ကဒါစိ န သမ္ဘဝတိ-တခါတရံမျှ ဖြစ်ရိုးမရှိပေ-လို့ ပြဆိုထားတယ်။

နောက်ပြီးတော့ ဒီဋီကာ(ပ-၁၁)မှာပင်-ခဏိကသမာဓိ\*  
ဝိနာ-ခဏိကသမာဓိနှင့် ကင်း၍၊ ဝိပဿနာ-ဝိပဿနာဉာဏ်  
သည်၊ န သမ္ဘဝတိ - မဖြစ်နိုင်ပေ - ဖြစ်ရိုးမရှိပေ - လို့လဲ ပြဆို  
ထားပါသေးတယ်။

ဒါကြောင့် (ဂစ္ဆန္တော ဝါ ဂစ္ဆာမိတိ ပဇာနာတိ)အစ  
ရှိသော သတိပဋ္ဌာန်ဒေသနာတော်နှင့်အညီ သွားယင် သွား  
တယ် သွားတယ် - စသည်ဖြင့်၊ ရပ်ယင် ရပ်တယ် ရပ်တယ် -  
စသည်ဖြင့်၊ ထိုင်ယင် ထိုင်တယ် ထိုင်တယ် - စသည်ဖြင့်  
တောင့်တင်းလှုပ်ရှားတဲ့ ဝါယောဓာတ်ကစပြီး ဝိပဿနာသက်  
သက်ရှုမှတ်နေပေမဲ့ ခဏိကသမာဓိ အားမကောင်းသေးယင်  
ရုပ်နာမ်တရားများ၏ သဘာဝလက္ခဏာစသည်ကို ကောင်း  
ကောင်း မသိနိုင်သေးဘူး၊ အဖြစ်အပျက် အနိစ္စလက္ခဏာ  
စသည်ကိုတော့ စ-စချင်း သိဘို့ရာ ဝေးပါသေးတယ်။

ဒါပေမဲ့ သွားတယ်၊ ရပ်တယ်၊ ထိုင်တယ်၊ ဖောင်းတယ်  
ပိန်တယ်စသည်ဖြင့် ဖြစ်ဆဲရုပ်နာမ်ကို မပြတ်ရှုမှတ်နေယင်  
ခဏိကသမာဓိက တဖြူးဖြေးချင်း အားကောင်း အားကောင်း  
လာတယ်၊ ရှုမှတ်ရာ ရှုမှတ်ရာအခါမှာသာ ကပ်လျက် ကပ်  
လျက်ဖြစ်ဖြစ်ပြီး တည်တည်နေတယ်၊ အဲဒီလို ခဏိကသမာဓိ  
အားကောင်းလာတဲ့အခါမှာ သွားတယ်၊ ညှာလှမ်းတယ်  
ဘယ်လှမ်းတယ်၊ ကြွတယ် လှမ်းတယ် ချတယ်-စသည်ဖြင့်၊  
ထိုင်တယ် ထိုင်တယ်၊ ဖောင်းတယ် ပိန်တယ်စသည်ဖြင့် မှတ်  
ခိုက် မှတ်ခိုက်မှာ ဝါယောဓာတ်၏ တောင့်တင် တွန်းကန်မှု  
လှုပ်ရှားမှု သဘော ကိစ္စာသည်ကို ပြတ်သား ရှင်းလင်းစွာ  
သိသိလာတယ်၊ နောက်ပြီးတော့ မှတ်သိရတဲ့ ရုပ်သဘောနဲ့

မှတ်သိတဲ့ နာမ်သဘောမျှသာ ရှိတယ် ဆိုတာကိုလဲ ပိုင်းခြားပြီး သိလာတယ်။ အဲဒီကနောက် အကြောင်းနဲ့ အကျိုး ဆက်သွယ်ပြီး ဖြစ်ဖြစ်နေတာကိုလဲ သိလာတယ်။ အဲဒီကနောက် မှတ်သိရတဲ့ အာရုံတွေ အသစ်အသစ်ပေါ်လာပြီး ပျောက်ပျောက်သွားတာကိုလဲ လက်ဖြင့် ကိုင်ပြီး ကြည့်ရသလိုပင် ထင်ရှားတွေ့သိရတယ်။

အဲဒီအခါမှာ ပျောက်ပျောက်သွားလို့ မမြဲတာတွေချည်း ဘဲလို့လဲ သိရတယ်။ ပေါ်ချည်ပျောက်ချည်နဲ့ ဆင်းရဲတွေချည်း ဘဲလို့လဲ သိရတယ်။ ကိုယ့်အလိုအတိုင်း မဖြစ်ပဲ သူသဘောအတိုင်း သူဖြစ်ပျက်နေလို့ အစိုးရတဲ့ အတ္တကောင် မဟုတ်ဘူး။ အနတ္တသဘောတရားချည်းဘဲလို့လဲ သိရတယ်။ အဲဒီလို သိတာတွေဟာ ခဏိကသမာဓိ ကောင်းကောင်း ဖြစ်နေတဲ့အခါကျမှ ဖြစ်ပေါ်လာကြတာဘဲ။ ဒါကြောင့် “ခဏိကသမာဓိနှင့် ကင်းပြီး ဝိပဿနာဉာဏ်မဖြစ်နိုင်ဘူး” ဆိုတဲ့ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မဟာဋီကာ စကားဟာ မှန်ကန်ကြောင်း အလွန်ထင်ရှားပါတယ်။

### ဝိသုဒ္ဓိအစဉ်နှင့် နှိုးနှောကြည့်ရန်

ဒါပေမဲ့ အဘိဓမ္မာသရုပ်ခွဲတဲ့ဘက်မှာ အားသန်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်အချို့ကတော့ သရုပ်ခွဲတဲ့နည်းဖြင့် ဆင်ခြင်လိုက်ရုံနဲ့ အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တအခြင်းအရာဖြင့် သိတဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြစ်တယ်လို့ ယုံကြည်ပြီး ပြောဟောနေကြတာလဲ ရှိတယ်။ အဲဒါကတော့ “သီလဝိသုဒ္ဓိ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ ဒိဋ္ဌိဝိသုဒ္ဓိ ကင်္ခါဝိတရဏဝိသုဒ္ဓိ ဆိုတဲ့ ဒီအခြေခံ ဝိသုဒ္ဓိလေးပါးပြည့်စုံပြီးတဲ့ နောက်ကျမှ အနိစ္စစသည်ဖြင့် သုံးသပ်တဲ့ သမ္မသနဉာဏ် ဖြစ်တယ်။ အဖြစ်

အပျက်ကို မြင်တဲ့ ဥဒယဗ္ဗယဉာဏ်ဖြစ်တယ်လို့ ပြဆိုထားတဲ့ ပါဠိ အဋ္ဌကထာများနှင့် နှိုင်းနှော ကြည့်ယင် သဘာဝမကျကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ အဲဒီလို သရုပ်ခွဲပြီး ဆင်ခြင်ရုံနဲ့ အရောင်အလင်းတို့ ပီတိပဿဒွိစသည်တို့ ထူးခြားစွာ ဖြစ်မဖြစ် ဆင်ခြင်ကြည့်ယင်လဲ သဘာဝမကျကြောင်း ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီ ဂါထာကဗျာယီ-ရှုလေ့ရှိတယ် ဆိုတဲ့စကားဖြင့် လောကီဈာန်သမာပတ် ရှစ်ပါးဆိုတဲ့ အခြေခံသမာဓိအကျင့်နှင့် ပြည့်စုံအောင် ရှုဘို့ ညွှန်ကြားတယ်။ အဲဒီလို သမထဈာန်ကို ရအောင် အားထုတ်နိုင်ယင်လဲ ဒွါရ ၆ ပါးက ထင်ရှားပေါ်လာသမျှ ရုပ်နာမ်တွေကို ရှုပြီး ထက်သန်တဲ့ ဝိပဿနာခဏိကသမာဓိနှင့် ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ဘို့ညွှန်ကြားတယ်လို့ ယူသင့်ပါတယ်။

အဲဒီလိုသမာဓိရအောင် အားထုတ်တဲ့သူဟာ လမ်းမများဘဲ တနေရာရာမှာ တည်ငြိမ်စွာနေပြီး အားထုတ်ပါမှ သမာဓိ-က ထက်ထက်သန်သန် ဖြစ်နိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် သမာဓိ ဖြစ်ကြောင်းအထောက်အပံ့ကိုလဲ- “ပါဒလောလော-ခြေတုံဖြင့် လျှပ်ပေါ်လျှပ်ရှား အသွားအလာ များသည်၊ န အဿ-မဖြစ်ရဘူး” လို့ ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။

အဲဒီမှာ ခြေဖြင့် လျှပ်ပေါ်နေပုံ ခြေကမြင်းပုံကို မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ဒီလိုဖွင့်ပြထားတယ်။ ခြံ ဥယျာဉ် မြို့ရွာ တခုခုမှ အခြား ခြံဥယျာဉ် မြို့ရွာ များသို့ သွားနေယင်၊ တနိုင်ငံမှ တနိုင်ငံသို့သွားနေယင် အဲဒါဟာ ခြေလျှပ်ပေါ်တဲ့ အလုပ်ပဲတဲ့။ ယခုကာလမှာ အချိန်အခွင့် ရနေပါလျက်နဲ့ တရားတော့



အားမထုတ်ပဲ ထိုထိုအရပ်တွေကို လှည့်လည် နေကြတာ၊ ဘုရားဖူးဆိုတဲ့ ဂုဏ်အမည်နဲ့ ဟိုဟိုဒီဒီ လျှောက်လည်နေကြ တာဟာလဲခြေလှုပ်ပေါ်ခြင်းထဲ ပါဝင်ဘယ်ရှိပါတယ်။ နောက် ပြီးတော့ ကျောင်းတိုက်ထဲမှာလဲ အကြောင်းကိစ္စ မရှိပါဘဲနဲ့ တကျောင်းမှ တကျောင်းသို့၊ တနေရာမှ တနေရာသို့၊ တခန်း မှ တခန်းသို့ သွားရောက်ပြီး ရပ်ရွာစကားတွေ ပြောကြား နားထောင်နေတာလဲ ခြေလှုပ်ပေါ်ခြင်းပါတဲ့ တဲ့။

အဲဒီလို အကြောင်းမဲ့ လှည့်လည် သွားလာနေခြင်းမရှိဘဲ- ပဋိသလ္လာ နာရာမော-တပါးတည်း နေမှု၌ ပျော်မွေ့ခြင်းရှိ သည်၊ ပဋိသလ္လာနာရတော - တပါးတည်းနေမှု၌ ပျော်မွေ့ နေသည်၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏၊ အဇ္ဈတ္တံ စေတောသမထမနု ယုတ္တော-မိမိ၏စိတ်၌ နိဝရဏငြိမ်းအောင် အားထုတ်နေသည်၊ အနိရာကတဇ္ဈာနော-ရှုမှုကို မစွန့်ဘဲ အမြဲရှုနေသည်၊ အဿ- ဖြစ်ရာ၏၊ ဝိပဿနာယ သမန္နာဂတော-မမြဲဟု ရှုသိခြင်း စသော ဝိပဿနာနှင့် ပြည်စုံသည်၊ အဿ-ဖြစ်ရာ၏-တဲ့။

အဲဒါကတော့ ထင်ရှားနေပါပြီ၊ ဘယ်ကိုမှ အကြောင်းမဲ့ မသွားဘဲ ကိုယ့်နေရာမှာသာနေပြီး မပြတ်ရှုနေရမယ်လို့ ဆိုလို တာပါတဲ့၊ အဲဒီလို ရှုနေယင် ခြေဖြင့် လှုပ်ပေါ်ခြင်း မရှိဘဲ တည်ငြိမ်တဲ့အကျင့်နှင့် ပြည့်စုံနေတော့ တာပါတဲ့။ နောက်တခု ကတော့-

### လက်ခြေလှုပ်ရှားခြင်း(ကုက္ကုစ္စ)ကင်းစေရမယ်

ကုက္ကုစ္စာ-ကုက္ကုစ္စမှ၊ ဝိရမေ-ကြဉ်ရှောင်ရမယ်တဲ့။ အဲဒီမှာ ကုက္ကုစ္စ-ဆိုတဲ့ပါဠိက စက်ဆုပ်ဖွယ်ပြုမှု-မကောင်းတဲ့ပြုမှု-လို့

အနက်ရတယ်၊ အဲဒီ ကုက္ကုစ္စ-က သုံးပါးရှိတယ်၊ ရဟန်းများမှာ ဒီအမှုကို ပြုကောင်း လေသလား မပြုကောင်းဘူးလေလားလို့ ယုံမှားတွေ့တောတာကိုလဲ ကုက္ကုစ္စခေါ်တယ်၊ ဒီလိုအပ်-မအပ် ဆင်ခြင်တာကတော့ ဝိနည်းအလေးပြုတဲ့ ရဟန်းများမှာ ဖြစ်သင့်တဲ့ အမှုပါဘဲ၊ သို့သော်လဲ အဲဒီလို အပ်-မအပ် ယုံမှား ရှိနေတဲ့ အမှုကို ပြုမှု လွန်ကျူးမှုကတော့ ကင်းသင့်ပါတယ်။ နောက်တပါးကတော့ ပြုသင့်တာကို မပြုမိလို့၊ မပြုသင့်တာကို ပြုမိလို့ စိတ်နှလုံးပူပန်နေတာကိုလဲ ကုက္ကုစ္စခေါ်တယ် နောင်တ ပူပန်မှုလို့လဲ ခေါ်ပါတယ်၊ အဲဒီ နောင်တပူပန်မှုလဲ ကင်းသင့်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီ နောင်တပူပန်မှု ဖြစ်ပေါ်လာသင်တော့ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။ နောက်တခုကတော့ ဟတ္ထကုက္ကုစ္စ ခေါ်တဲ့ အကြောင်းမဲ့ လက်လှုပ်ရှားခြင်း၊ ပါဒကုက္ကုစ္စခေါ်တဲ့ ခြေလှုပ်ရှားခြင်းများကိုလဲ ကုက္ကုစ္စခေါ်တယ်၊ ဒီနေရာမှာတော့ ဒီလက်ခြေလှုပ်ရှားမှု ကုက္ကုစ္စကင်းဘို့ဟာ လိုရင်းပါဘဲ၊ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ သမာဓိရှိနေယင် လက်ခြေတွေ အကြောင်းမဲ့ လှုပ်ရှားခြင်းဆိုတာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သမာဓိမရှိတဲ့ သူတွေကတော့ တရားဟောနေယင်း ဖြစ်ဖြစ်၊ ကောင်းပြောနေယင်း ဖြစ်ဖြစ်၊ တရားနာနေယင်း ဖြစ်ဖြစ် လက်ခြေတွေက မငြိမ်ဘဲ လှုပ်ရှားနေတတ်တယ်၊ အဲဒီလို လက်ခြေလှုပ်ရှားမှု လက်ခြေကမြင်းမှု ကုက္ကုစ္စ ကင်းစေရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ ဒီထိအောင် ဆောင်ပုဒ်ကတော့ “ဈာန်ကို ဝင်စား၊ လမ်းမများ၊ လှုပ်ရှားကုက္ကုဉ် ကင်းရမည်” တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁၁။ ဈာန်ကို ဝင်စား၊ လမ်းမများ၊ လှုပ်ရှားကုက္ကုဉ်  
ကင်းရမည်။

## မမေ့ရဘူးတဲ့

နောက်ပြီးတော့ နပ္ပမဇ္ဇေယျ-မမေ့ရဘူးတဲ့။ မမေ့ဆိုတာ ကတော့ အင်မတန်ကျယ်ဝန်းပါတယ်။ ဒီမှာမဟာနိဒ္ဒေသ-က ဖွင့်ပြထားပုံကတော့ သက္ကစ္စကာရီ အဿ-ရိသေစွာပြုရမယ် တဲ့။ ဘာကို ရိသေစွာ ပြုကျင့်ရမှာလဲ ဆိုတော့ သီလ သမာဓိ ပညာအကျင့်ကို ရိရိသေသေ ဂရုတစိုက် ကျင့်ဘို့ပါဘဲ။ အနီး ကပ်အားဖြင့်တော့ ဒီဂါထာမှာ ပြထားတဲ့ သမာဓိအကျင့်နှင့် စပ်ပြီး ရိရိသေသေကျင့်ဘို့ပါဘဲ။ သာတစ္စကာရီ-အမြဲမပြတ် ပြုကျင့်ရမယ် တဲ့။ တနေလုံးမှ တနာရီ ၂-နာရီလောက် ရှုပြီး အခြားအချိန်တွေမှာ အလကား နားနေတာမျိုး မဟုတ်ပဲ မပြတ်ရှုမှတ်ကျင့်သုံးနေဘို့ပါဘဲ။ နောက်ပြီးတော့ အဋ္ဌိတ ကာရီ-ရပ်နားမနေရဘူးတဲ့။ အနောလိနဝုတ္တိကော-နောက် မဆုတ်ရဘူး မလျော့ရဘူး တဲ့။ အနိက္ခိတ္တစ္ဆန္ဒော-အားထုတ် လိုတဲ့ ဆန္ဒကို မစွန့်မချရဘူး။ အနိက္ခိတ္တဓူရော-တရားလုပ်ငန်း ဝန်ကို မပစ်ချရဘူး-တရားလုပ်ငန်းမှ မထွက်ရဘူး တဲ့။ အပ္ပမာ ဒေါ ကုသလေသု ဓမ္မေသု-ကုသိုလ်တရားတို့၌ ပွားစေရန် မမေ့ရဘူးတဲ့။ နောက်ပြီးတော့ မပြည့်စုံသေးတဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာကို ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ဖို့ မမေ့ရဘူးတဲ့။ အဲဒါကို ဆောင်ပုဒ်ထဲမှာတော့ မမေ့ဘဲသာ လို့ ဒါလောက်ပဲ ပြထား ပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့-

အထ-ထို့ပြင်၊ ဘိက္ခု-သံသရာဘေးကို ရှုမြင်သော ရဟန်း သည်၊ အပ္ပသဒ္ဓေသု-အသံနည်း၍ တိတ်ဆိတ်ကုန်သော၊ အာသနေသု-နေရာတို့၌၊ သယနေသု-အိပ်ရာတို့၌၊ ဝိဟာ ရေယျ-နေရာ၏-တဲ့။

ဒီအပိုဒ်ကတော့ သမာဓိအကျင့်ကို အားထုတ်ရာမှာ သင့်လျော်တဲ့ ကျောင်းကို ညွှန်ကြားတာပါ။ သေနာသန—ပုဒ်ကို ကျောင်း—လို့ အနက်ပြန်ကြပါတယ်။ အဲဒီ ပုဒ်ထဲက သေန — ဆိုတာနဲ့ ဒီဂါထာမှာ သယနေသု — ဆိုတာဟာ အနက်တူပါတဲ့။ အဲဒီ ပုဒ်ထဲက အာသန—ဆိုတာနဲ့ ဒီက အာသနေသု—ဆိုတာလဲ အနက်တူပါတဲ့။ သေနာသန—အိပ်ရာနေရာ ဆိုတာ ကျောင်းပါ။ ကျောင်းဆိုတာလဲ အိပ်ရာနေရာပါ။ ဒါကြောင့် အာသနေသု သယနေသု ဆိုတဲ့ ၂ ပုဒ်ကို ဆောင်ပုဒ်မှာ ကျောင်း—လို့သာ ဖော်ပြထားပါတယ်။ ကဲ အဲဒီ ဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြရမယ်။

မမေ့ဘဲသး၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၊ ကျောင်းမှာ နေရမည်။

စျာန်ဝင်စားနိုင်ရန်၊ လမ်းမများရန်၊ လက်ခြေမလှုပ်ရှားဘဲ တည်ငြိမ်ရန်၊ သိက္ခာသုံးပါးကို ပြည့်စုံအောင်ကျင့်ရန် မမေ့စေရဘူး။ အမြဲသတိရှိပြီး အားထုတ်နေရမယ်။ အဲဒီလို သမာဓိအကျင့်ကို ကျင့်ရာမှာ အနှောင့်အယှက်ကင်းစေရန် အသံတိတ် ဆိတ်တဲ့ကျောင်း အိပ်ရာ နေရာမှာ နေရမယ်—တဲ့။ တရားရှုမှတ်ရာမှာ အသံတိတ်ဆိတ်ရာဌာနဟာ အင်မတန် ကျေးဇူးများပါတယ်။ ဖြစ်နိုင်ယင်တော့ လူသူမနီးတဲ့ တောကျောင်းဟာ အကောင်းဆုံးပါ။ ဒါပေမဲ့ ယခုနေအခါမှာတော့ အများအတွက် ဘေးရန် အန္တရာယ် ကင်းဘို့ရာကလဲ လိုနေသောကြောင့် သင့်လျော်တဲ့နေရာမှာဘဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းဌာနဖွင့်ထားကြရပါတယ်။ ဒီဂါထာကတော့ နားလည်လောက်ပါပြီ။ နောက်ဂါထာကို ဟောရမယ်။

၁၂။ နိဒ္ဒိ န ဗဟုလိကရေယျ၊ ဇာဂရိယံ ဘဇေယျ အာတာပီ။  
တန္တိ မာယံ ဟဿံ ခိဉ္စ၊ မေထုနံ ဝိပုဇဟေ သဝိဘူသံ။



အအိပ်နည်းပါး အနိုးများလျက် ကြိုးစားနေသင့်ကြောင်း

နိဒ္ဒ-အိပ်ခြင်းကို၊ န ဗဟုလီကရေယျ-များစွာမပြုရာ၊ အာတာပီ-ကိလေသာကို ပူလောင်သွေ့ခြောက် ကင်းပျောက် စေနိုင်သော လုံ့လရှိသည်ဖြစ်၍၊ ဇာဂရိယံ-နိုးကြားခြင်းကို၊ ဘဇေယျ-ချဉ်းကပ်မှီဝဲ စွဲမြဲဖြစ်ပွားစေရာ၏-တဲ့။

ဒါက အပဏ္ဏကပဋိပဒါခေါ်တဲ့ ကိန်းသေအကျင့် ၃-ပါးထဲ က တပါးအပါအဝင်ဖြစ်တဲ့ အကျင့်ပါဘဲ။ အင်္ဂုတ္တရပါဠိတော် တိကနိပါတ်မှာ အပဏ္ဏကသုတ်ဆိုတာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီမှာ သုံးပါးသော တရားတို့နှင့် ပြည့်စုံတဲ့ရဟန်းဟာ အပဏ္ဏက-ပဋိပဒါခေါ်တဲ့ မုချကိန်းသေအကျင့်ကို ကျင့်နေသည် မည် ကြောင်း၊ အာသဝေါကုန်ခန်း ရဟန္တာဖြစ်ရန် အကြောင်း ကိုလဲ ပြီးစီးပြည့်စုံစေကြောင်းများကို ဟောကြား ထားပါ တယ်။ အကျင့်တရားသုံးပါးက ဘာတွေလဲဆိုယင်၊ (၁) ဣန္ဒြိယသံဝရက တပါး၊ အဲဒါကို ဒီသုတ်မှာ (စက္ခုဟိ နေဝ လောလ'ဿ) စသည်ဖြင့် ဟောခဲ့ပါတယ်။ (၂) ဘောဇနေ၊ မတ္တညူတာက တပါး၊ အဲဒါကိုလဲ (ရသေ စ နာနုဂိဇ္ဈေယျ) စသည်ဖြင့် ဒီသုတ်မှာ ဟောခဲ့ပါပြီ။ (၃) တတိယအကျင့် ကတော့ ယခု ဟောနေဆဲဖြစ်တဲ့ ဇာဂရိယာနုယောဂ အကျင့် ပါဘဲ။ အဲဒီအပိုဒ်ကို “အိပ်မှုနည်းပါး၊ နိုးမှုများ၊ ကြိုးစား ထက်သန်စေရမည်”လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြ ရမယ်။

၁၂။ အိပ်မှုနည်းပါး၊ နိုးမှုများ၊ ကြိုးစားထက်သန်စေရမည်။

ကြိုးစားထက်သန်စေရမည် ဆိုတာကတော့ အာတာပီ ဆိုတဲ့ ပါဠိအရ ပြန်ထားတဲ့ စကားပါဘဲ။ သမ္မပ္ပဓာန်လုံ့လဖြင့်

မပြတ်ရှုမှတ်နေယင် ကိလေသာတွေ ဖြစ်ခွင့်မရဘဲ ကင်းငြိမ်း  
နေတယ်။ အဲဒါဟာ ကိလေသာတွေကို ပူလောင်ခြောက်သွေ့  
စေတာ ကင်းငြိမ်းစေတာပါဘဲ။ အဲဒီလို မပြတ်ရှုမှတ်နိုင်အောင်  
အားထုတ်မှုလုံ့ လဖြင့် နိုးကြားနေတဲ့အချိန်က များစေရမယ်။  
အိပ်နေတဲ့အချိန်က နည်းစေရမယ်တဲ့။ ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ကာ  
တရက်ကို နေ့သုံးပုံ ညဉ့်သုံးပုံ ၆-ပုံပူပြီး ၅-ပုံမှာ နိုးကြား  
အားထုတ်နေရမယ်။ တပုံသာ အိပ်ရမယ်တဲ့။ ဒါကြောင့်  
ဇာဂရိယာနုယောဂအဖွင့် ပါဠိတော်များမှ ယူပြီး ဒီမဟာ-  
နိဒ္ဒေသမှာ ဒီလို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

ဣဓ-ဤသာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဒိဝသံ-  
တနေ့ပတ်လုံး၊ စင်္ဂမေန-ရှုမှတ်လျက် စကြံသွားခြင်းဖြင့်၊  
နိသဇ္ဇာယ-ရှုမှတ်လျက် ထိုင်နေခြင်းဖြင့်၊ အာဝရဏီယေဟိ  
ဓမ္မဟိ-နိဝရဏအကုသိုလ်တရားတို့မှ၊ စိတ္တံ-စိတ်ကို၊ ပရိ-  
သောဓေယျ-လုံးဝစင်ကြယ်စေရာ၏။ ရတ္တိယာ-ညဉ့်၏၊ ပဌမံ  
ယာမံ-ပဌမယာမ်ပတ်လုံး၊ (ညဉ့် ၁၀-နာရီအထိလို့ ဆိုလိုပါ  
တယ်) စင်္ဂမေန နိသဇ္ဇာယ-ရှုမှတ်လျက် စကြံသွားခြင်း  
ထိုင်နေခြင်းဖြင့်၊ အာဝရဏီယေဟိ ဓမ္မဟိ-နိဝရဏအကု  
သိုလ်တရားတို့မှ၊ စိတ္တံ-စိတ်ကို၊ ပရိသောဓေယျ-လုံးဝ စင်  
ကြယ်စေရာ၏။ ရတ္တိယာ၊ ညဉ့်၏၊ မဇ္ဈိမံ ယာမံ-သန်ကောင်  
ယာမ်၌၊ (၁၀-နာရီမှ နံနက် ၂-နာရီအထိလို့ ဆိုလိုပါတယ်)  
ဒက္ခိဏေန ပဿေန-လကျောနံတောင်းဖြင့် စောင်းလျက်၊  
ပါဒေ ပါဒေ အစွာဓာယ-ညာဘက်ခြေ၌ ဘယ်ဘက်ခြေကို  
အနည်းငယ်လွန်ထား၍၊ သတော သမ္ပဇာနော-အမှတ်ရ  
လျက် သိလျက်၊ (လွဲအိပ်စဉ် လက်ခြေကိုယ်တို့ကို ပြုပြင်

စဉ်မှာရော၊ အိပ်မပျော်သေးမီမှာရော ရှုမှတ်ပြီး သိနေရမယ် လို့ ဆိုလိုပါတယ်) ဥဌာနသညံ မနသိကတွာ-နံနက် ၂-နာရီ ခန့်မှာ ထရန် နှလုံးသွင်းလျက်၊ သီဟသေယံ၊ ကပ္ပေယျ၊ မြတ်သောအိပ်ခြင်းကို ပြုရာ၏။ (သန်ကောင်ယာမ် ၄-နာရီ ခန့်မှာ ကျန်းမာရေးရစေရန် အိပ်ဖို့ ညွှန်ကြားတာပါဘဲ)။ ရတ္တိယာ-ညဉ့်၏။ ပစ္ဆိမံ ယာမံ-မိုးသောက်ယာမံ၌၊ ပစ္စု-ဌာယ-တဖန်ထ၍၊ စင်္ဂမေန နိသဇ္ဇာယ-ရှုမှတ်လျက် စင်္ကြံ သွားခြင်း ထိုင်နေခြင်းဖြင့်၊ အာဝရဏီယေဟိ ဓမ္မေဟိ- နီဝရဏအကုသိုလ်တရားတို့မှ၊ စိတ္တံ-စိတ်ကို၊ ပရိသောဓေယျ- လုံးဝစင်ကြယ်စေရာ၏ - တဲ့။

အဲဒါဟာ ဇာဂရိယာနုယောဂအကျင့်ကို ကျင့်ပုံ အပြည့် အစုံပါဘဲ။ ညဉ့်သန်ကောင်ယာမ် ၄-နာရီလောက်သာ အိပ်ပြီး နံနက် ၂-နာရီခန့်မှာ အိပ်ရာမှထပြီး ရံခါထိုင်လျက် ရံခါစင်္ကြံ သွားလျက် မပြတ်ရှုမှတ်နေရမယ်။ ထိုင်ရာမှထတဲ့အခါ ရပ်တာ ရှိတယ်။ သွားရာကထိုင်ခါနီးမှာလဲ ရပ်တာ ရှိတယ်။ အဲဒီ ရပ် တာကိုလဲ ရှုမှတ်ရတာဘဲ။ ထို့အတူပင် ကြာကြာရပ်နေယင် အဲဒီ ရပ်မှုကိုလဲ ရှုရတာဘဲ။ နေ့မှာတော့ လွဲမအိပ်ပဲ တနေ့လုံး မပြတ်ရှုနေရမယ်။ ညဉ့်ဦးယာမ်မှာလဲ ည ၁၀-နာရီအထိ မပြတ် ရှုနေရမယ်။ အဲဒါဟာ အိပ်နေမှု နည်းပါးပြီး ရှုမှတ်လျက် နိုး နေမှု များစေတဲ့ အကျင့်ပါဘဲ။ ရှုမှတ်ခြင်း မရှိဘဲ အလကား နိုးနေတာကတော့ ကာမဝိတက်စသည်တွေကို ကြံပြီး အကု သိုလ်တွေပွားနေမယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို ကမ္မဋ္ဌာန်းလက်မဲ့ နိုးနေတာကိုတော့ မဆိုလိုပါဘူး။ ကမ္မဋ္ဌာန်း တခုတခုဖြင့် မပြတ်ရှုလျက် နိုးနေတာကိုသာ ဆိုလိုပါတယ်။ ဒါကြောင့်

(အာဝရဏီယေဟိ ဓမ္မေဟိ စိတ္တံ ပရိသောဓေယျ) နိဝရဏ အကုသိုလ်တရားတွေမှ စိတ်ကို လုံးဝစင်ကြယ်စေရမယ်လို့ ဆို ထားတာပါ။ အဲဒီမှာ ပရိသောဓေယျ-“ထက်ဝန်းကျင် စင်ကြယ်စေရာ၏”လို့ ဆိုတာနဲ့ လုံးဝစင်ကြယ်စေရာ၏လို့ ဆို တာဟာ အရ အတူတူပါ။

### ပျင်းတာကိုလဲ ပယ်ရမည်

“အဲဒီလို မပြတ်ရှုမှတ်လျက် နိုးနေမှုများရမယ်”ဆိုတာ ဟာ ပျင်းနေယဉ်တော့ မဖြစ်ဘူး၊ ဒါကြောင့် တန္တိ - ပျင်းရိ ခြင်းကို၊ ဝိပူဇဟေ-ပယ်ရမယ်တဲ့၊ သူ့အလိုလို ပျင်းလာတာ ကို မပျင်းနဲ့လို့ အမိန့်ပေးရုံနဲ့တော့ ဖြစ်မှာ မဟုတ်ဘူး၊ အဲဒီ ပျင်းမှုဖြစ်ပေါ်လာယဉ် သင့်လျော်အောင် ဆင်ခြင်ပြီးတော့ ယဉ်လဲ ပယ်ရမယ်၊ ရှုမှတ်ပြီးတော့ယဉ်လဲ ပယ်ရမယ်။ ဘယ် လိုဆင်ခြင်ရမလဲ ဆိုတော့-ဝီရိယသမ္မောဇ္ဈင် ဖြစ်ကြောင်း တရား ၁၀-ပါးထဲက သင့်လျော်ရာကို ဆင်ခြင်ရုံပါ။ ဆင် ခြင်ပုံကတော့—

(၁) ငရဲမှာ ကျရောက်နေတဲ့အခါ၊ ပြိတ္တာဖြစ်နေတဲ့အခါ၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်နေတဲ့အခါများမှာ ဒီလိုတရားကို အားထုတ်ခွင့် မရဘူး၊ ဒီလိုတရားကို အားမထုတ်ခဲ့မိတဲ့အတွက် ငရဲ တိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာဖြစ်ပြီးဆင်းရဲခဲ့ရတဲ့ဘဝတွေ များလှပြီ၊ ယခုအခါမှာအစ စအရာရာ အကြောင်းညီညွတ်လို့ အားထုတ်ခွင့်ရနေပေတယ်၊ ဒီလိုအခွင့်ကောင်းရနေတဲ့အခါ အားထုတ်ရမှာ ပျင်းနေလို့ တရားထူးကို မရယဉ် နောင်အခါမှာ ငရဲတိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာဘုံ များသို့ ရောက်ပြီး ဘဝပေါင်းများစွာအကြီးအကျယ် ဆင်းရဲ



ဒုက္ခတွေကို ခံစားသွားရလိမ့်မယ်၊ ဒါကြောင့် မပျင်းသင့်ဘူး စသည်ဖြင့်လဲ ဆင်ခြင်ပြီး ပျင်းရိမှုကို ပယ်ရမယ်။ အဲဒါဟာ အပါယ်ဘေးဆင်ခြင်ပြီး ပယ်ပုံပါဘဲ။

(၂) လောကမှာ စားဝတ်နေရေးအတွက် နေရော ညဉ့် ပါ အလုပ်လုပ်နေကြရတယ်၊ များသောအားဖြင့် တနေ့လုံး လုပ်မှ တနေ့စာလောက်ရတာဘဲ များတယ်၊ တနေ့လုပ်ရုံနဲ့ ၁၀-ရက်စာ တလစာ ရတာကတော့ နည်းပါတယ်၊ တနှစ်စာ ရတာ တသက်လုံးအတွက် သုံးစားလောက်အောင် ရတာ ကတော့ မရှိသလောက်ပင် ရှားပါတယ်။ တရားနှလုံးသွင်း အားထုတ်ရတာကတော့ တလစာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ တနှစ်စာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ တဘဝစာလဲ မဟုတ်ဘူး၊ အကြောင်းညီညွတ်ယင် (၇)ရက်အတွင်းမှာလဲ တရားထူးကို ရနိုင်တယ်၊ တလ ၂-လ အတွင်းလဲ ရနိုင်တယ်၊ အဲဒီလို တရားထူးကို ရသွားယင် အောက်ထစ်ဆုံး အပါယ်လေးပါးကို မကျရောက်ရတော့ဘူး၊ တသံသရာလုံး လျှောက်ပြီး တွေ့သွားရမည့် အပါယ်ဆင်းရဲ သံသရာဆင်းရဲတွေမှ လွတ်မြောက်သွားနိုင်တယ်၊ ဒီလောက် အကျိုးများတဲ့တရားကို အားထုတ်ရာမှာ ပျင်းစရာမရှိဘူး၊ ပျော်ပျော်ကြီးစိတ်အားထက်သန်စွာနဲ့ အားထုတ်သင့်တာဘဲ၊ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့နဲ့တော့ ဒီတရားထူးကို မရနိုင်ဘူးစသည် ဖြင့် တရားအားထုတ်ခြင်း၏ အကျိုးကို ဆင်ခြင်ပြီးတော့လဲ ပျင်းရိမှုကို ပယ်ရမယ်။

(၃) ယခုကျင့်နေရတဲ့ အကျင့်လမ်းဟာ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ် တွေ သွားထားတဲ့လမ်း မဟုတ်ဘူး၊ ဘုရားပစ္စေကဗုဒ္ဓါမဟာ

သာဝကရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့ သွားထားတဲ့ အကျင့်လမ်း  
ဖြစ်တယ်။ ဒီအကျင့်လမ်းကို သွားတဲ့သူဟာ ပျင်းနေလို့တော့  
မဖြစ်ဘူး၊ မပျင်းမရီ ထက်သန်တဲ့ လုံ့လနဲ့ သွားသင့်တယ်  
စသည်ဖြင့် အကျင့်လမ်းကို ဆင်ခြင်ပြီးတော့လဲ ပျင်းရိခြင်း  
ကိုပယ်ရမယ်။

(၄) ဆွမ်းစသည်တို့ကို လှူကြတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေ  
ဟာ ဆွေမျိုးလဲ မဟုတ်ဘူး၊ မိတ်ဆွေလဲမဟုတ်ဘူး၊ သင်  
ရဟန်းကို အမှီပို၍ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း စီးပွားရေးဖြစ်  
လိမ့်မယ်လို့ မြော်လင့်ပြီး လှူကြတာလဲမဟုတ်ဘူး၊ လှူလိုက်  
တဲ့ ဆွမ်းစသည်ကို သုံးဆောင်ပြီး ကိုယ်ချမ်းသာ စိတ်ချမ်း  
သာ အလဟဿအချိန်ဖြုန်းနေဖို့ လှူကြတာလဲ မဟုတ်ဘူး၊  
အမှန်မှာတော့ လှူလိုက်တဲ့ ဆွမ်းစသည်ကို သုံးဆောင်ပြီး  
ရဟန်းတရားကို အားထုတ်လျက် သံသရာဆင်းရဲမှ လွတ်  
မြောက်ပါစေ၊ ငါတို့လဲ ဒီအလှူဒါနကောင်းမှုကြောင့် ရနိုင်  
ခွင့်ရှိတဲ့ လောကီ လောကုတ္တရာ အကျိုးများကို အပြည့်အစုံ  
ရပါစေ-လို့ ရည်ရွယ်မြော်သင့်ပြီး လှူကြတာသာဖြစ်တယ်။  
အဲဒီတော့ ဆွမ်းစသည်ကို လှူတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေ၏ ရည်  
ရွယ်ချက် ပြည့်စုံအောင် မပျင်းမရီ အားထုတ်သင့်တယ်စသည်  
ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီးတော့လဲ ပျင်းရိခြင်းကို ပယ်ရမယ်။ ဒါကတော့  
ပိဋကပါတာပထယနတာ-လှူလိုက်တဲ့ ဆွမ်းကို တုံ့ပြန်ပြီးပူဇော်  
ခြင်းဖြင့် ပျင်းရိမှုကို ပယ်ပုံပါဘဲ။ ဒီပယ်ပုံနှင့် စပ်ပြီးတော့  
အရှင်မိတ္တမထေရ်ဝတ္ထုကို သုတ်မဟာဝါအဋ္ဌကထာ (၃၇၉)စ  
သည်မှာ ဒီလို ပြထားပါတယ်။

## အရှင်မိတ္ထမထေရ်ဝတ္ထု

လယ်သမားလိုက်မှာ သီတင်းသုံးနေတဲ့ အရှင်မိတ္ထမထေရ်ကို သူ့ဆွမ်းခံရွာမှ ဥပါသိကာမကြီးတယောက်က သားလိုပင် အလေးအမြတ်ပြုပြီး လှူဒါန်းထောက်ပံ့ နေပါသတဲ့။ တနေ့သောအခါ သစ်သီးသစ်ချက် စသည်ကိုရွာရန် တောသို့ သွားခါနီးမှာ အဲဒီ ဥပါသိကာမကြီးက သူ့သမီးကို ဒီလို မှာထားခဲ့တယ်—“သမီးရေ၊ ဟိုနေရာမှာ ဆန်ဟောင်း အကောင်းတွေ ရှိတယ်၊ ဟိုနေရာမှာ ထောပတ်ရယ်၊ နွားနို့ရယ်၊ တင်လဲရယ် သိမ်းထားတာရှိတယ်၊ သမီးရဲ့အစ်ကို အရှင်မိတ္ထ ဆွမ်းခံကြွလာတဲ့အခါ အဲဒီဆန်ဟောင်း အမှန်အမြတ်တွေဖြင့် ချက်ပြီး ထောပတ် နွားနို့ တင်လဲ များနှင့်တကွ ဆွမ်းကပ်ရစ်ပါ၊ သမီးလဲ ကျန်တာစားပေါ့၊ ငါကတော့ ယမန်နေ့က ကျန်နေတဲ့ ထမင်းကျန်ကို ထမင်းရည်နဲ့စားပြီးပြီ၊ နေ့လည် ငါစားဘို့အတွက်ကိုတော့ ဆန်ကဲ့နဲ့ ဟင်းချဉ်ရွက်စပ်ပြီး ဆန်ပြုတ်ချဉ်ကလေး ကြိုထားလိုက်ပေတော့”လို့ မှာထားခဲ့ပါသတဲ့။

အရှင်မိတ္ထမထေရ်က သင်္ကန်းရုံပြီးတော့ သပိတ်ကို အိတ်ထဲမှ ထုတ်ဆောင်နေယင်းပင် အဲဒီ ဥပါသိကာမကြီး မှာထားတဲ့ အသံကိုကြားရလို့ သတိသံဝေဂ ဖြစ်ပြီး မိမိကိုယ်ကို ဒီလို ဆုံးမပါသတဲ့။ ဒကာမကြီးက ထမင်းရေနဲ့ ထမင်းကျန်ကို စားသွားသတဲ့၊ နေ့လယ် ကျတော့လဲ ဆန်ကဲ့ ဟင်းရွက်စပ် ဆန်ပြုတ်ချဉ်ကို စားသောက်မယ်တဲ့၊ သင်ရဟန်းအတွက်တော့ ဆန်ဟောင်း စသည် အကောင်းတွေကို ညွှန်ကြားတယ်၊ ဒီဒကာမကြီးဟာ သင်ရဟန်းကိုမျှပြီး လယ်ယာ ထမင်း အဝတ်တို့ကို ရလိမ့်မယ်လို့ မြော်လင့်ပြီး လှူတာ မဟုတ်ဘူး၊ လူနတ်

နိဗ္ဗာန် သုံးတန်သော စည်းစိမ်ချမ်းသာကိုသာ တောင့်တပြီး လှူတဘဲ၊ သင်ရဟန်းဟာ ဒီဒကာမကြီးအား အဲဒီ စည်းစိမ် ချမ်းသာတွေကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါ့မလား၊ စင်စစ်မှာတော့ ဒီ ဒကာမကြီး၏ ဆွမ်းကို သင်ရဟန်းဟာ ရာဂ ဒေါသ မောဟ မကင်းဘဲ ခံယူရန် မထိုက်ဘူး”လို့ ဆင်ခြင်ပြီးတော့ သပိတ် ကို အိတ်ထဲပြန်ထည့်ပြီး သူ့နေရာ လိုက်သို့ ပြန်သွားတယ်။ အဲဒီရောက်တော့ “အရဟတ္တဖိုလ်သို့ မရောက်သေးမချင်း အပြင် မထွက်တော့ဘူး”လို့ အပြင်းအထန် အားထုတ်ရန် အခိဋ္ဌာန်ပြုပြီး ထိုင်နေတယ်။ ကြာမြင့်စွာသော ကာလကပင် မမေ့မလျော့ အားထုတ်လာခဲ့တဲ့အတွက် ဝိပဿနာကို ပွားစေ ပြီး အဲဒီနံနက်ပိုင်းမှာပင် အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်ရောက်ပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်တော်မူပါသတဲ့။

အဲဒီအခါ နံနက်ပိုင်းမှန်းသိပြီးတော့ ဟိုဒကာမကြီး အိမ် သို့ ဆွမ်းခံကြတော်မူပါတယ်။ ဒကာမကြီး၏ သမီးက ဆွမ်း ကို အသင့်ချက်ပြုတ်ပြီး မထေရ်မြတ် လာနိုး လာနိုးနဲ့ စော စောကတည်းက စောင့်မြှော်နေတယ်။ ကြုံရောက်လာတဲ့အခါ ကျတော့ သပိတ်ထဲ ထောပတ် တင်လဲများနှင့်တကွ နွားနို့ ဆွမ်းကို ကပ်လှူလိုက်တယ်။ မထေရ်က (သူခံ ဟောတု) ချမ်းသာ ဖြစ်ပွားပါစေ-လို့ ဆုပေးပြီး ပြန်ကြွသွားတယ်။ ဥပါသိကာမကြီးက တော့မှပြန်လာတဲ့အခါ ဘယ်နှယ်လဲသမီး၊ သင့်အစ်ကိုတော် ကြွလာရဲ့လား”လို့ မေးတယ်။ အဲဒီ အခါ သမီးက အကြောင်း အလုံးစုံကို အကုန်ပြန်ပြောတယ်။ အဲဒီ အထဲမှာ မထေရ်ကြီး၏ မျက်နှာဟာ အခါတိုင်းထက် ကြည် လင်နေတယ်”ဆိုတာကို ကြားရတဲ့အတွက် အဲဒီ ဥပါသိကာ



မကြီးက ငါ့သားတော် ဒီကနေ့ ရဟန်းကိစ္စ ပြီးသွားပြီလို့ သိပြီး “သမီးရေ၊ သင့်အစ်ကိုတော်ဟာ ဘုရားသာသနာတော် မှာပျော်သွားပြီ၊ မပျင်းတော့ဘူး” လို့လဲ ပြောကြားပါသတဲ့။

အင်္ဂုတ္တရ အဋ္ဌကထာ(ပ-၃၉၅) မှာတော့ ဒီ ဆွမ်းတုံပူဇော် မှုနှင့် စပ်ပြီး (ပိဏ္ဏပါတိက) ပိဏ္ဏပါတ်ဓုတင်ဆောင် အရှင် တိဿမထေရ်ဝတ္ထုကိုလဲ ဒီလို ပြထားပါသေးတယ်။

### ပိဏ္ဏပါတိကတိဿမထေရ်ဝတ္ထု

ယခု သီရိလင်္ကာခေါ်တဲ့ သီဟိုဠ်ကျွန်း တောင်ဘက်အ စွန်းမှာ မဟာဂါမဆိုတဲ့ ထင်ရှားတဲ့ ဌာနတခုရှိတယ်။ ယခု တော့ မာဂမလို့ ခေါ်တယ်။ အဲဒီ မဟာဂါမမှာ ထင်းရောင်း စားတဲ့ ဆင်းရဲသားတယောက် ရှိခဲ့ဘူးတယ်။ သူ့အမည်က မဟာတိဿတဲ့။ သူက စေတနာသဒ္ဓါတရားကောင်းတယ်။ ဒါကြောင့် သူ့ဇနီးနဲ့ တိုင်ပင်ပြီး ဆွဲငါးရက် တကြိမ်ကျ သံဃာ တော်ထံမှ ပင့်ပြီး ဆွမ်းလှူတယ်။ သာမဏေငယ်များက သူဆွမ်းဟင်းကို ခံယူပြီးတော့ မကောင်းဘူး ဆိုတဲ့အနေနဲ့ သူတို့မျက်မှောက်မှာဘဲ သွန်ပင်သွားကြသတဲ့။

အဲဒီအကြောင်းကို ကြားသိရတော့ ထင်းသည် မဟာတိ ဿ ဒကာကြီးက “ငါတို့က ဆင်းရဲနွမ်းပါးတဲ့အတွက် အရှင် မြတ်တို့ကို နှစ်သိမ့်ကျေနပ်အောင် မလှူနိုင်ဘူး၊ ဘယ်လို လုပ်ရယင် ကောင်းမလဲဘဲ” လို့ ညည်းညူပြီးပြောတယ်။ အဲဒီ အခါ သူ့ဇနီးက “ဘယ်နှယ် ပြောတာလဲရှင်၊ သားသမီးရှိ နေယင် ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူ မမည်ပါဘူး၊ ဟောတာဟာ ရှင် သမီးဘဲ၊ ဒီ သမီးကို တဦးဦးအိမ်မှာ အစေခံအဖြစ် ပေါင်နဲ့

ထားယင် ငွေ ၁၂-ကျပ်ရမယ်၊ အဲဒီငွေနဲ့ နို့စားနှားမ  
 တကောင်ကိုဝယ်ပါ၊ အရှင်မြတ်များအား စာရေးတံဆွမ်း  
 လှူကြပါမယ်၊ အဲဒီလိုလှူယင် အရှင်မြတ်များကို နှစ်သိမ့်  
 ကျေနပ်စေနိုင်ကြပါလိမ့်မယ်”လို့ အကြံပေး ပြောကြားတယ်။  
 အဲဒီ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း သမီးကို တအိမ်မှာ ခေတ္တ  
 အပေါင်သဘောထားပြီး ရလာတဲ့ ငွေ ၁၂-ကျပ်ဖြင့် နို့စား  
 နှားမကို ဝယ်လာတယ်၊ အဲဒီ နှားမမှ သူတို့၏ ဘုန်းကံကြောင့်  
 ညနေ ၃-မာဏိကာ နံနက် ၃-မာဏိကာ ထွက်သတဲ့၊ မာဏိ-  
 ကာ ဆိုတာ ပြန်ရိုးပြန်စဉ် အနက်အားဖြင့် ၄-စိတ်ဝင် တင်းကို  
 ခေါ်တယ်၊ ဒီလိုဆိုတော့ တနေ့ တနေ့မှာ နှားနို့ ၆-တင်း ၆-  
 တင်း ထွက်တယ်လို့ ဆိုရမှာပေါ့၊ ယခုခေတ်အနေနဲ့ ယုံဘို့  
 ခက်ကောင်း ခက်ပါလိမ့်မယ်၊ ဒါပေမဲ့ သူတို့၏ ပုည-ဘုန်းကံ  
 ကြောင့် ထွက်တယ်ဆိုတော့ ဟိုခေတ်က ထူးခြားချက်ပဲလို့  
 ယူယင် သင့်လောက်စရာရှိပါတယ်။ အဲဒီလို အယူအဆကိုလဲ  
 လက်မခံနိုင်ယင်တော့ မာဏိကာ-ဆိုတဲ့စကားဖြင့် အဲဒီခေတ်  
 ဘုန်းကံအများသုံးနေကြတဲ့ နှားနို့ခြင့်ခွက်လို့ ယူရုံရှိတာပါဘဲ။  
 ညနေမှာ ရတဲ့နှားနို့ကို နို့ဓမ်းလုပ်ပြီး အဲဒီနို့ဓမ်းမှ ရတဲ့ ဆီဦး  
 ဖြင့် ထောပတ်လုပ်တယ်၊ အဲဒီထောပတ်ဖြင့် ဆမ်းပြီး နို့ဆွမ်း  
 ကို စာရေးတံဆွမ်းအဖြစ်ဖြင့် လှူကြတယ်၊ စာရေးတံဆွမ်း  
 ဆိုတာ သံဃာတော်ထံမှ မဲချပြီး ကျရာပုဂ္ဂိုလ်က အလှူခံရ  
 တယ်၊ အဲဒီအခါကစပြီး ထင်းသည် မဟာတိဿအိမ်မှ စာရေး  
 တံဆွမ်းကို ဘုန်းကံကြီးတဲ့ (ကံကောင်းတဲ့) ရဟန်းသာမဏေ  
 များသာ မဲကျပြီး ရရှိကြပါသတဲ့။

တနေ့သောအခါမှာ အဲဒီမဟာတိဿက ဇနီးဖြစ်သူကို ပြောတယ်-“ငါတို့မှာ သမီးကလေးကြောင့် ရှက်ဖွယ်မှ လွတ်ခဲ့တယ်၊ ငါတို့အိမ်က ဆွမ်းလဲ အရှင်မြတ်တို့ သုံးဆောင်ထိုက်သည့် အကောင်းအမြတ် ဖြစ်ရတယ်၊ ရှင်မက ဒီဆွမ်းအလှူဝတ်ကို မပျက်မကွက် ဆောင်ရွက်ရစ်ပါ၊ ငါတော့ သမီးကလေး လွတ်မြောက်အောင် ရှာကြံပြုလုပ်ဦးမယ်”လို့ ပြောပြီးတော့ ကြံညစ်စက်တခုမှာ ဝင်ပြီး အလုပ်လုပ်တယ်၊ ၆-လ ကြာတဲ့အခါ ငွေ ၁၂-ကျပ်ရတော့ သမီးကို ရွေးယူဘို့ရာ လုံလောက်ပြီလို့ စဉ်းစားပြီး ပြန်လာခဲ့တယ်။

အဲဒီအချိန်မှာ အဗ္ဗရိယ ကျောင်းတိုက်ကြီးမှာ သီတင်းသုံးနေတဲ့ ပိဏ္ဏပါတိက တိဿမထေရ်ကလဲ တိဿမဟာဝိဟာရက စေတီတော်ကို ဖူးမြော်ရန် အဲဒီလမ်းကိုဘဲ ထွက်လာတယ်၊ ထင်းသည် မဟာတိဿ ဒကာကြီးက အဲဒီ အရှင်တိဿမထေရ်ကို မြင်ရတော့ မှီအောင်လိုက်လာပြီးတော့ အရှင်တိဿမထေရ်ကို ရှိခိုးကန်တော့ပြီး အတူတကွ သွားနေတယ်၊ အဲဒီလို သွားနေယင်း နေမုန်းတည့်အချိန် နီးကပ်လာတဲ့အခါ “ငါ့မှာ ထမင်းထုပ်မပါဘူး၊ အရှင်မြတ်မှာ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးဘို့ အချိန်ကျနေပြီ၊ ဆွမ်းစရိတ်ငွေတော့ ငါ့မှာ ရှိတယ်၊ ရွာတံခါးတခု ရောက်တဲ့အခါ ဝယ်ပြီး ဆွမ်းကပ်မယ်”လို့ အကြံအစည် ဖြစ်တယ်။

အဲဒီလို အကြံဖြစ်နေတုန်းမှာပင် လူတယောက်က ထမင်းထုပ်နှင့် ရောက်လာတယ်၊ ဒကာကြီးက အရှင်တိဿကို ခေတ္တငံ့လင့်နေရန် လျှောက်ပြီးတော့ ထမင်းထုပ်ပါလာသူထံ သွားပြီး “ငွေတကျပ်ပေးမယ်၊ ထမင်းထုပ်ကို ကျွန်ုပ်အားပေးပါ”လို့

ပြောတယ်။ အဲဒီတော့ ထမင်းထုပ်ရှင်က စဉ်းစားကြည့်တယ်။ “ဒီထမင်းထုပ်ဟာ ယခုနေအခါ တပဲတောင် မတန်ဘူး၊ တကျပ် ပေးမယ် ဆိုတော့ အကြောင်းထူးရှိမှဘဲ” လို့ စဉ်းစားပြီး “တကျပ်နဲ့ မပေးနိုင်ဘူး” လို့ ဆိုပါသတဲ့။ လူတွေဆိုတာ ရနိုင် မယ်ဆိုယင် မတရားရချင်တဲ့ အဓမ္မရာဂ ဝိသမလောဘဆိုတာ က ရှိနေတာဘဲ၊ တပဲမျှ မတန်တာကို တကျပ်ပေးမယ်ဆိုယင် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာနဲ့ ရောင်းသင့်တာဘဲ၊ ဒါပေမဲ့ အဲဒီ မတရားလောဘကြောင့် ဈေးကိုင်လိုက်တာပါဘဲ။ အဲဒီတော့ မဟာတိဿဒကာကြီးက စေတနာဗလဝနဲ့ ဆွမ်းကပ်ချင်နေတဲ့ အတွက် ၂-ကျပ်ပေးမယ်၊ ၃-ကျပ်ပေးမယ်-စသည်ဖြင့် ဈေး တက်ပြီး ပေးတယ်။ ထမင်းထုပ်ရှင်က မပေးနိုင်ဘူးလို့ချည်း ငြင်းနေတယ်။ ၁၂-ကျပ်ပေးမယ် ဆိုသည့်တိုင်အောင် မပေးနိုင် ဘူးလို့ ဈေးကိုင်နေတာဘဲတဲ့။

အဲဒီတော့ မဟာတိဿ ဒကာကြီး က “ကျွန်ုပ်မှာ ၁၂-ကျပ်သာ ရှိပါတယ်၊ ရှိသေးယင် ဒါထက်ပိုပြီးလဲ ပေး နိုင်ပါတယ်၊ ကျွန်ုပ်အတွက်လဲ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဟိုသစ်ပင် အောက်မှာ အရှင်မြတ် တပါးကို ထိုင်နေစေခဲ့ပါတယ်၊ အဲဒီအရှင်အတွက်ပါ၊ ခင်ဗျားမှာလဲ ကုသိုလ်ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်၊ အဲဒီ ထမင်းထုပ်ကို ပေးပါ” လို့ တောင်းပန်ပြီး ပြောပါတယ်။ “ဒါဖြင့် ယူပါတော့၊ ငွေ ၁၂-ကျပ်ကိုလဲ ပေးပါ” ဆိုပြီး ထမင်းထုပ်ရှင်က ရောင်းလိုက်တယ်။ မဟာတိဿ ဒကာကြီးက အဲဒီ ထမင်းထုပ်ကို ယူလာခဲ့ပြီး အရှင်တိဿမထေရ်ရဲ့ သပိတ် ထဲ လောင်းထည့်လှူတယ်။ တဝက်လောက် ထည့်မိတဲ့အခါ ကျတော့ အရှင်တိဿမထေရ်က သပိတ်ကို ပိတ်လိုက်တယ်။ “ဒီဆွမ်းက တပါးစာသာ ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီဆွမ်းထဲက တပည့်



တော် စားရန် မဖြစ်နိုင်ပါဘူး၊ အရှင်ဘုရားအတွက်သာ ဖြစ်ပါတယ်။ တပည့်တော်ကို သနားသဖြင့် အကုန်ဘဲ ခံယူတော်မူပါ”လို့ လျှောက်ပြီး အကုန်လုံးဘဲ လောင်းထည့်ပြီး လှူလိုက်ပါတယ်။ အရှင်တိဿမထေရ်ကလဲ အကြောင်းထူးတော့ရှိမှဘဲလို့ ဆင်ခြင်ပြီး အကုန်လုံးဘဲ ခံယူသုံးဆောင်တော်မူပါတယ်။

ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးတဲ့ အခါ ခရီးဆက်သွားကြပြန်တယ်။ အဲဒီလို သွားနေယင်း “ဒကာကြီးဟာ ဘာကြောင့် ဟိုထမင်းကို မစားသလဲ”လို့ အရှင်တိဿမထေရ်က မေးတော့ မဟာတိဿ ဒကာကြီးက အကြောင်းအလုံးစုံကို အကုန်ဖွင့်လျှောက်ပါတယ်။ အဲဒီ အကြောင်းစုံကို ကြားရတဲ့အခါ အရှင်တိဿမထေရ်မှာ သံဝေဂဖြစ်ပွားပြီးတော့ “ဒီဒကာဟာ ပြုနိုင်ခဲ့တဲ့ အမှုကို ပြုပေတာဘဲ၊ ငါဟာ ဒီလို ဆွမ်းကို စားပြီးတော့ ဒီဒကာရဲ့ ကျေးဇူးကို သိသူ ဖြစ်သင့်တာဘဲ၊ သင့်လျော်တဲ့ ကျောင်းအိပ်ရာနေရာကို ရယင် အဲဒီကျောင်းမှာ အရေ အသား အသွေးများ ခန်းခြောက်သွားချင်သွားပေစေ တထိုင်တည်း ဖြင့်ပင် အရဟတ္တဖိုလ်မရောက်ယင် မထဘဲ အားထုတ်မယ်”လို့ ဆင်ခြင်ဆုံးဖြတ်မိပါသတဲ့။ အဲဒီလို ဆုံးဖြတ်ပြီးနောက် သွားမြဲသွားလို့ တိဿမဟာဝိဟာရသို့ ရောက်တဲ့အခါ အာဂန္တုကဝတ်များကိုလဲ ပြုပြီးတော့ မိမိရတဲ့ ကျောင်းခန်းထဲ နေရာခင်းပြီးထိုင်လျက် မူလက အားထုတ်ရင်းစွဲ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်း အားထုတ်နေတယ်။ အဲဒီ နေ့ညဉ့်မှာ တော့ အရောင် အလင်း လောက်တောင် မတွေ့ရဘူးတဲ့။ နောက် တနေ့မှစပြီး ဆွမ်းခံသွားခြင်း ပလိဗောဓကို ဖြတ်လျက် အဲဒီ

ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အနုလုံ ပဋိလုံ ရှုနေတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒီနည်းဖြင့် (ဝိပဿနန္တာ) ဝိပဿနာရှုလျက် ခုနစ်ရက်မြောက် အရုဏ်တက်ချိန်မှာ ပဋိသမ္ဘိဒါလေးပါးနှင့်တကွ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ ရောက်သွားပါသတဲ့။ အဲဒီအခါ ကိုယ်က အလွန်ပင်ပန်းအားနည်းနေတဲ့အတွက် ကြာရှည်စွာ အသက်ရှင်နေဦးမည် မနေမည်ကို ဆင်ခြင်ကြည့်တဲ့အခါ ကြာမြင့်စွာ အသက်ရှင်လျက် မတည်နိုင်တော့ဘူးဆိုတာကို သိရတဲ့အတွက် နေရာများကို သိမ်းဆည်းခဲ့ပြီးတော့ သပိတ်သင်္ကန်းများကို ယူခဲ့ပြီး ကျောင်းတိုက် အလယ်က စည်ကြီးကို တီးစေကာ ရဟန်းသံဃာကို စည်းဝေးစေပါသတဲ့။

အဲဒီလို စည်းဝေးစေပြီးတော့ မဂ်ဖိုလ်နှင့်စပ်ပြီး ယုံမှားရှိယင် မေးကြတိုက်ကြားတယ်။ အဲဒီတော့ သံဃာတော်က ငါ့ရှင်သူတော်ကောင်း၊ သင်လိုပုဂ္ဂိုလ်တို့ဟာ မရှိတဲ့ဂုဏ်ကို မပြောကြပါဘူး၊ ဒီအရာမှာ ယုံမှားမရှိကြပါဘူး၊ သင့်မှာ သံဝေဂ ဖြစ်ခြင်း၏အကြောင်းကို သိလိုကြပါတယ်၊ ဘယ်အကြောင်းကို စွဲမှီပြီး အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်အောင် သင်အားထုတ်ပါသလဲလို့ မေးပါတယ်။ အဲဒီအခါ အရှင်တိဿမထေရ်က “အရှင်ဘုရားတို့ ဒီမဟာဂါမမှာ ဝလ္လိယလမ်း၌ ထင်းသည် မဟာတိဿ ဆိုတဲ့ ဥပါသကာဟာ သူ့သမီးကလေးကို ငွေ ၁၂-ကျပ်နှင့် အပေါင်ထားပြီးတော့ နို့စားနှားမကို ဝယ်ပါတယ်၊ အဲဒီနှားမမှ နှားနို့ ဖြင့် သံဃာတော်အား စာရေးတံနို့ ဆွမ်းလှူနေပါတယ်၊ သူ့သမီးကို ပြန်ရွေးနိုင်ဖို့ ကြံစက်မှာအလုပ်သွားလုပ်ပါတယ်။ ငွေ ၁၂-ကျပ်ရတဲ့အခါ သမီးကို ပြန်ရွေးယူဖို့ ပြန်လာပါတယ်၊ ပြန်လာစဉ် လမ်းခရီးမှာ လူတယောက် ထံမှ ထမင်းထုပ်ကို ရလာတဲ့ ငွေ ၁၂-ကျပ်ဖြင့် ဝယ်ယူခဲ့ပြီး

တပည့်တော်အား ဆွမ်းလှူပါတယ်။ ဒီအကြောင်းတွေကို ဆွမ်းစားပြီးတဲ့နောက်မှ သိရပါတယ်။ အဲဒီ အကြောင်းအရာ များကို စွဲမီပြီး ‘ဆွမ်းတုံ့ပူဇော်မယ်’ ဆိုတဲ့အနေနဲ့ အပြင်း အထန်တရားအားထုတ်ပြီး အရဟတ္တဖိုလ်တရားထူးကို ပြည့်စုံ စေပါတယ်အရှင်မြတ်တို့ဘုရား”လို့ ပြောကြားပါသတဲ့။ အဲဒီလို ပြောကြားပြီးတော့ ငါ၏ အလောင်းစင်ပြာသာဒ်ဟာ ထင်း သည်မဟာတိဿ၏လက်ဖြင့် ထိကာမျှ၌သာလျှင် လှုပ်ရှားပါ စေလို့ အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီး ပရိနိဗ္ဗာန် ဝင်စံသွားပါသတဲ့။

အဲဒီအခါတုန်းက သီဟိုဠ်တောင်ပိုင်းအစွန်မှာ ဒုဠဂါမဏိ ရဲ့ ခမည်းတော် ကာကဝဏ္ဏတိဿ ဆိုတဲ့ မင်းကြီးက စိုးအုပ် နေဆဲဖြစ်တယ်။ အဲဒီမင်းကြီးက “ရဟန္တာတပါး ပရိနိဗ္ဗာန်စံ တယ်” ဆိုတဲ့သတင်းကို ကြားရတဲ့အတွက် မဟာဂါမမြို့တော် မှ တိဿမဟာဝိဟာရသို့ ထွက်တော် မူလာပါတယ်။ ပြုသင့်တဲ့ ကိစ္စတွေကို အားလုံးပြုပြီးတဲ့အခါ အလောင်းစင်ပြာသာဒ်ကို မီးသဂြိုဟ်မည့် ဌာနသို့ ယူဆောင်၍ ရွှေစေတော့ ရွှေလို့ မလို့ မရဘဲရှိနေပါသတဲ့။ အဲဒီတော့ အကျိုးအကြောင်းစုံစမ်း ကြည့်တဲ့အခါ အဓိဋ္ဌာန် ပြုသွားကြောင်း သိရတဲ့အတွက် ထင်း သည်မဟာတိဿကို ခေါ်စေတယ်။ မေးမြန်းပြီးတော့ လမ်း မှာဆွမ်းကပ်ခဲ့တဲ့ ရဟန်းတော် ဟုတ်မဟုတ် ကြည့်ရှုစေတယ်။ ဟုတ်ကြောင်းသိရတဲ့အခါ ထူးမြတ်တဲ့ အဝတ်အဆင်တန်ဆာ များကိုဝတ်ဆင်စေပြီးတော့ အလောင်းစင်ပြာသာဒ်ကို မ-စေ တယ်။ ထင်းသည် မဟာတိဿ-က မထေရ်၏ခြေတော်တို့ကို ရိုသေစွာ ရှိခိုးပြီး လက်နှစ်ဖက်ဖြင့် ပင့်မလိုက်တယ်။ ပင့်မပြီး သူ၏ခေါင်းပေါ်မှာ တင်လိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ အလောင်းစင်

ပြာသာဒ်က သူ့အလိုလို ပျံတက်ပြီး မီးသင်္ဂြိုဟ်မည့်ထင်းပုံပေါ်  
ရောက်သွားတယ်။ လေးဘက် လေးတန်မှ သူ့အလိုလို မီးထ  
ပြီး လောင်သွားပါသတဲ့။

ဒီဝတ္ထု ၂-ခုဖြင့် ပြလိုရင်းကတော့ ဒကာ ဒကာမတွေက  
လှူတဲ့ဆွမ်းကိုတုံ့ ပြန်ပူဇော်တဲ့အနေဖြင့် ဝီရိယကို ထက်ထက်  
သန်သန်ဖြစ်စေဘို့ပါဘဲ။ ဝီရိယဖြစ်ပွားယဉ် ပျင်းရိမှုကို ပယ်ပြီး  
ဖြစ်တော့တာပါဘဲ။ ဒီနေရာမှာ စဉ်းစားစရာ အချက်တခု  
ရှိပါတယ်။ ဘာလဲဆိုယင် - ဒကာ ဒကာမများအား အကျိုး  
များစေရန် ရဟန်းတော်က တရားကို ကျင့်ယင် ဒကာ  
ဒကာမတွေမှာ ရတဲ့အကျိုးထက် ကျင့်တဲ့ရဟန်းမှာ ရတဲ့  
အကျိုးက အဆမတန်သာပြီး ကြီးမြတ်တဲ့ အကြောင်းပါဘဲ။  
အဲဒီအချက်ကို သဘောပေါက်ယင် ရှင်ရဟန်းများဟာ အား  
တက်သရာ ကျင့်သုံးအားထုတ်သင့်လှပါပေတယ်။

(၅) နောက်ပြီးတော့ အမွေခံအဖြစ် မြင့်မြတ်ပုံကို ဆင်  
ခြင်ပြီးတော့လဲ ပျင်းရိမှုကို ပယ်ရမယ်။ ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့  
မြတ်စွာဘုရား၏ အရိယာသူတော်ကောင်းဥစ္စာ (၇) ပါးအမွေ  
ဟာ အင်မတန် မြင့်မြတ်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယခုနေအခါမှာ  
ပစ္စည်းအမွေလောက်သာ မက်မောနေတာက များနေတတ်  
ပါတယ်။ အမှန်ကတော့ လောကုတ္တရာတရားအမွေဟာ အမြင့်  
အမြတ်ဆုံးဘဲ။ အဲဒီ အမွေမြတ်ကို ရယင် အောက်ထစ်ဆုံးအား  
ဖြင့် အပါယ်ဆင်းရဲမှ အစဉ်ထာဝရ လွတ်မြောက်တော့တာဘဲ။  
ဒါကြောင့် အဲဒီ လောကုတ္တရာသဒ္ဓါ သီလအစရှိတဲ့ အရိယာ  
သူတော်ကောင်းဥစ္စာအမွေကို ရဘို့ရာ အလွန်အရေးကြီးပါ



တယ်၊ အဲဒီအမှုကို ရချင်ယင် ပျင်းနေလို့တော့ မဖြစ်ဘူး စသည်ဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး ပျင်းရိမှုကို ပယ်ရမယ်။

(၆-၇-၈) နောက်ပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရား၏ မြင့်မြတ်တော်မူပုံ၊ မြတ်စွာဘုရားသာသနာတော်မှာ မိမိ၏ ရဟန်းအဖြစ် မြင့်မြတ်ပုံ၊ အရှင်သာရိပုတ္တရာ စသော သီတင်းသုံးဘော်တို့၏ မြင့်မြတ်တော်မူကြပုံတို့ကို ဆင်ခြင်ပြီးတော့လဲ ပျင်းရိမှုကို ပယ်ရမယ်။

ယခုပြောခဲ့တဲ့ ဝိရိယဖြစ်ပွားကြောင်း ဆင်ခြင်ပုံများဟာ ပျင်းရိမှုကို ပယ်နိုင်အောင် ဆင်ခြင်မှုများလဲ 'ဖြစ်ပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီ ရှစ်မျိုးသော ဆင်ခြင်မှုထဲက တမျိုးမျိုးဖြင့် ဆင်ခြင်ပြီး ပျင်းရိမှုကို ပယ်နိုင်ပါတယ်။

ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ပုံကတော့ ဒီက ယောဂီတွေ ရှုမှတ်နေကျ အတိုင်းပါဘဲ၊ သတိပဋ္ဌာန်ရှုမှတ်နည်းကို ရထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ပျင်းရိမှုကို ပယ်ဘို့ရာ လွယ်ပါတယ်၊ စိတ်အားလျော့လာယင် လျော့တယ် လျော့တယ်လို့ ရှုမှတ်ပြီးပယ်ရုံဘဲ၊ ပျင်းတယ် ထင်ယင် ပျင်းတယ် ပျင်းတယ်လို့ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရုံဘဲ၊ မပျောက်မချင်း မပြတ် ရှုမှတ်နေရတယ်၊ နောက်ဆုံးကျတော့ ပျင်းရိမှုလဲ မရှိတော့ဘဲ အမှတ်အသိ ထူးထူးခြားခြား ကောင်းလာတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။ ဒါကြောင့် တန္ဒိ-ပျင်းရိခြင်းကို၊ ဝိပဇ္ဇဟေ-ပယ်ရမယ်-လို့ ဟောတော်မူတာပါဘဲ။

### လှည့်စားမှုလဲ ကင်းစေရမယ်

နောက်ပြီးတော့ - မာယံ - လှည့်စားခြင်းကို၊ ဝိပဇ္ဇဟေ - ပယ်ရမယ် - တဲ့။ လှည့်စားတယ် ဆိုတာ မိမိမှာ ရှိတဲ့အပြစ်ကို

သူများမသိရအောင် ဟန်ဆောင်ကွယ်ဝှက်တဲ့ သဘောပါဘဲ။ ကိုယ်ဖြင့် သူတပါးကို နှိပ်စက်ခြင်း သတ်ခြင်း သူ့စွာကိုခိုးယူခြင်းစသော မကောင်းမှုကို ပြုထားပါလျက် အဲဒါကို သူများ မသိစေချင်ဘူး။ သူများမသိရအောင် ဟန်ဆောင်နေတယ်။ အဲဒီ မကောင်းမှုမျိုးကို အလွန်စက်ဆုပ် နေသယောင်ယောင် ဟန်ဆောင်ပြောဆိုနေတယ်။ ဆရာသမား သီတင်းသုံးဘော်များက မေးယင် ဝန်မခံဘဲ ကွယ်ဝှက်ထားတယ်။ လိမ်ပြော ယင်တော့ လှည့်စားမှုဖြစ်ကြောင်း အထူးပြောစရာ မလိုပါဘူး။

နှုတ်ဖြင့် မပြောသင့်တာကို ပြောမိပါလျက် မပြောသယောင်ယောင် ဟန်ဆောင်နေတယ်။ လိမ်တတ်ပါလျက် မလိမ်တတ်သယောင်ယောင် ဟန်ဆောင်နေတယ်။ တရားအားထုတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာ ဆိုယင် ကာမဝိတက်စသည်တွေကို လက်ခံထားရဘူး။ ဒါပေမဲ့ ပေါ့ပေါ့လျော့လျော့ အားထုတ်နေတဲ့သူက အဲဒီ ကာမဝိတက်စသည်တွေကို ရှုမှတ်ပြီး မပယ်ဘူး။ စိတ်အလိုလိုက်ပြီး စိတ်ကူးကြံစည်နေတယ်။ ဆရာသမားက မေးစစ်တဲ့အခါကျတော့ အဲဒီလို အကုသိုလ်စိတ်ကူးတွေ မရှိသယောင်ယောင် ဟန်ဆောင်ပြီး ပြောတယ်။ အဲဒါလဲ မာယာ-လှည့်စားတာဘဲ။ အဲဒီ လှည့်စားလိုတဲ့စိတ်၊ ကိုယ့်အပြစ် သူများမသိစေလိုတဲ့စိတ် ဖြစ်ပေါ်လာယင် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။

ဒါကလဲ တရားအားထုတ်ဆဲ ယောဂီများအတွက် အရေးကြီးပါတယ်။ လူမမာဟာ မိမိမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ ချို့ယွင်းချက်

ကို ဆေးဆရာအား ထုတ်ဖော်ပြီး ပြောပြမှ ဆေးဆရာက သင့်တော်တဲ့ဆေး ပေးပြီး ကုသနိုင်တယ်။ အဲဒီလို မဟုတ်ယင် ဆေးဆရာက သင့်တော်တဲ့ဆေး မပေးနိုင်တာနဲ့ ရောဂါဟာ မပျောက်ပဲ ရှိနေတတ်တယ်။ အဲဒါလိုဘဲ အားထုတ်ဆဲယောဂီ ကလဲ ကိုယ့်မှာ လိုနေတဲ့အချက်ကို အမှန်အတိုင်း ဖော်ပြပါ မှ ကမ္မဋ္ဌာန်းဆရာက သင့်တော်အောင် ပြုပြင်ပေးနိုင်တယ်။ အဲဒီလို ပြုပြင်ပေးတော့ သမာဓိဉာဏ်တွေ တိုးတက်ပြည့်စုံ သွားနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက (ဧတု ဝိညု ပုရိသော အသဋ္ဌော အမာယာဝီ ဥဇ္ဇတတိကော စသညံဖြင့်) ဖိတ်ခေါ်တော်မူပါတယ်။

အသဋ္ဌော-မရှိတဲ့ဂုဏ်ကို ဖော်ပြတဲ့ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ ခြင်း မရှိသော၊ အမာယာဝီ-မိမိအပြစ်ကို ဖုံးကွယ်လှည့်စား ခြင်း မရှိသော၊ ဥဇ္ဇတတိကော-စိတ်သဘောဖြောင့်မတ် သော၊ ဝိညု ပုရိသော-အသိဉာဏ်ရှိသူသည် ဧတု-လာပါစေ- လာခဲ့ပါ တဲ့။ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်လာပြီး အဆုံးအမခံယင် ခုနစ်ရက် အတွင်းမှာတောင် အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်အောင် ညွှန်ကြား ပြသပေးနိုင်တယ်လို့ မြတ်စွာဘုရားက ဝန်ခံပြီး ရဲရဲရင့်ရင့် ဖိတ်ခေါ်တော်မူပါတယ်။ (ပါထိက ၄၆)

### ရယ်ခြင်း ကစားခြင်းလဲ ကင်းရမယ်

နောက်ပြီးတော့ ဟဿံ-ရယ်မောခြင်းကို၎င်း၊ ခိဉ္စံ-ကစား ခြင်းကို၎င်း၊ ဝိပူဇဟေ-ပယ်ရမယ် တဲ့။ ရယ်ခြင်းဆိုတာ ၆- မျိုးရှိတယ်။ ဘာတွေလဲ ဆိုယင်-(၁) သိတ-မျက်လုံးပွင့်ရုံမျှ ပြုံးခြင်းက တမျိုး၊ (၂) ဟသိတ-သွားအဖျားပေါ်ရုံမျှ ပြုံး

ရယ်ခြင်းက တမျိုး၊ ဒီ ၂-မျိုးကတော့ အကြောင်းရှိတဲ့အခါ ဘုရားရဟန္တာများမှလဲ ဖြစ်ပေါ်တာပါ။ ဒါကြောင့် ဒီ ၂-မျိုးကိုတော့ လုံးဝကင်းစေရမယ်လို့ မဆိုလိုပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ အရေးကြီးတဲ့ အကြောင်းမရှိဘဲ ခဏ ခဏ ပြုံးရယ်နေယဉ် တော့လဲ နေရာမကျဘူး၊ ပြုံးယဉ်လဲ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်၊ ပြုံးရယ်မိယဉ်လဲ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။

(၃) ဝိဟသိတ-ဟိဟိ ဟိဟိနှင့် သာသာယာယာအသံ မြည်လျက် ရယ်ခြင်းက တမျိုး၊ (၄) ဥပဟသိတ-ပခုံးနှင့် ဦးခေါင်း လှုပ်ရှားအောင် ရယ်မောခြင်းက တမျိုး၊ ဒီ ၂-မျိုး ကတော့ အလတ်တန်းစားပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ ဖြစ်တတ်တဲ့ ရယ် မောခြင်းပါ။ အဲဒီလို ရယ်မောခြင်းမျိုးကိုတော့ ရဟန်း တော်များမှာ ကင်းအောင် သတိပြုသင့်ပါတယ်၊ အဲဒီလို ရယ် မိယဉ်၊ သတိရလျှင် ရခြင်း ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။

(၅) အပဟသိတ-မျက်ရည်ကျအောင် ရယ်မောခြင်းက တမျိုး၊ (၆) အတိဟသိတ-တကိုယ်လုံး ယိမ်းထိုး ပက်လက် လန်အောင် အူတက်အောင် ဟက်ဟက်ပက်ပက်ရယ်မောခြင်း က တမျိုး၊ ဒီ ၂-မျိုးကတော့ အောက်တန်းစား ပုဂ္ဂိုလ်များ မှာ ဖြစ်တတ်တဲ့ ရယ်မောခြင်းပါ။ ဒါလောက် ကြမ်းတမ်း တဲ့ ရယ်မောခြင်းကတော့ ရဟန်းတော်များမှာ လုံးလုံး မဖြစ် သင့်ပါဘူး၊ ဒီလို မဖြစ်သင့်တဲ့ ရယ်မောခြင်းမျိုး မဖြစ်ရလေ အောင် ရယ်စရာအကြောင်းကို မြင်ရ ကြားရကတည်းက အထူးသတိပြုဘို့ လိုပါတယ်၊ ရယ်ချင်တဲ့စိတ် ဖြစ်စပြုလာ ကတည်းက ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။



အလွန်အကျွံ ရယ်မောခြင်းကို အကြောင်းပြုပြီးတော့ မြတ်စွာဘုရားက အင်္ဂုတ္တရ တိကနိပါတ် (၂၆၃) မှာ ဒီလို မိန့်တော်မူပါတယ်။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ အတိဝေလံ-အတိုင်းထက် အလွန်၊ ယဒိဒံ ဒန္တဝိဒံသကဟသိတံ-သွားများကို ပေါ်စေ၍ လက်ခုပ် လက်ဝါးတီးလျက် သည်းထန်သော အသံဖြင့် တဟားဟား အကြင်ရယ်မောခြင်းသည်၊ အတ္ထိ-ရှိ၏၊ ဣဒံ-ဤရယ်မောခြင်းသည်၊ အရိယဿ ဝိနယေ-ဘုရား၏ အဆုံးအမ၌၊ ကောမာရကံ-လူပျို ကံလသားတို့၏ ရယ်ခြင်းပေတည်း။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ တသ္မာ-ထို့ကြောင့်၊ ဓမ္မပ္ပမောဒိ-တာနံ သတံ-အကြောင်းရှိ၍ ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်ကုန်သော၊ ဝေါ- သင်တို့အား၊ သိတံ- အကြောင်းရှိ၍ ပြုံးရယ်ခြင်းသည်၊ သိတမတ္တာယ-သွားဖျားမျှ ပေါ်ရုံ ပြုံးခြင်း ရယ်ရှင်ခြင်းမျှဖြင့်၊ အလံ-သင့်တော်လောက်ပြီ-တဲ့။

အဲဒါဟာ ပဌမကပြခဲ့တဲ့ သိတနှင့် ဟသိတ ဆိုတဲ့ ပြုံးရှင်ရုံမျှသာ သင့်တော်ကြောင်း ညွှန်ကြားတော်မူတာပါ။

နောက်ပြီးတော့ ခိဇ္ဇ-မြူးတူးပျော်ပါး ကစားခြင်းဆိုတာ ကတော့ ကိုယ်ဖြင့်ကစားခြင်း နှုတ်ဖြင့် ကစားခြင်းလို့ ဒီလို ၂-မျိုးရှိတယ်။ ကိုယ်ဖြင့်ကစားခြင်းဆိုတာ ဆင် မြင်း ရထား လေး အစစ် အတုတို့ဖြင့် ကစားတာလဲရှိတယ်။ ရှစ်ကွက်ကျား စသည်ဖြင့် ကျားထိုးကစားတာ ကြွေအံကစားတာ၊ ဖဲချကစားတာစသည်ဖြင့် ကလေးများ ကစားတာ တွေရော လူကြီးများကစားတာတွေရော အမျိုးမျိုးရှိတယ်။ နှုတ်ဖြင့်ကစား

တာကတော့ ပါးစပ်ဆိုင်းတီးတာ သီချင်းဆိုတာ ရယ်ဘွယ်  
ပျက်လုံးတွေကို ပြောတာ ပြောင်လှောင်တာ စသည်တွေ  
ပါတဲ့။

### အလှပြင်တာနဲ့ မေထုန်မှုလဲ ကင်းစေရမယ်

နောက်ပြီးတော့ သဝိဘူသံ-အလှအပ ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့်တကွ  
သော၊ မေထုန်-မေထုန်အမှုကို၊ ဝိပူဇဟေ-ပယ်ရာ-ကင်းစေ  
ရာ၏-တဲ့။ အလှအပ ပြင်ဆင်ခြင်းဆိုတာ လူဝတ်ကြောင်များ  
မှာ ဆံမုဆိတ်ပြင်ခြင်း ပန်းပန်ခြင်း နံ့သာလိမ်းခြင်း လှပတဲ့  
အဝတ်အဆင်တန်ဆာ အမျိုးမျိုးဖြင့် ဝတ်ဆင်ခြင်း စသည်  
များစွာရှိပါတယ်။ ရဟန်းများမှာလဲ သင်္ကန်း သပိတ် ပရိက္ခရာ  
များကို လှပအောင် ပြင်ဆင်ခြင်း အိပ်ရာနေရာကို လှပအောင်  
ပြင်ဆင်ခြင်း စသည်ဖြင့် တော်တော်များများ ရှိတာပါတဲ့။  
အဲဒီလို အလှအပ ပြင်ဆင်မှုတွေကို မပြုဘဲ ကြည်ရှောင်ရမယ်  
တဲ့။ အဲဒီ သဝိဘူသံ-ဆိုတဲ့ပုဒ်၏ အနက်ကိုတော့ ဆောင်ပုဒ်  
ထဲမှာ မထည့်သာ တာနဲ့ ချန်ထားရပါတယ်။

မေထုန်အမှုဆိုတာ အဖို အမ ၂-ဦးတို့ အလိုတူအာရုံခံစားမှု  
ဆိုတဲ့ အယုတ် အညွှံဆုံး အမှုပါတဲ့။ အဲဒီ အယုတ်အညွှံဆုံး  
မေထုန်အမှုကိုတော့ ရဟန်းဖြစ်သူဟာ ကျူးလွန်မိယင် မြင့်  
မြတ်တဲ့ ရဟန်းအဖြစ် တခါတည်း ပျက်စီး သွားတော့တာတဲ့။  
နောင်လဲ ထပ်ပြီး ရဟန်းပြုလို့ မဖြစ်တော့ဘူး၊ တဘဝလုံး  
သာသနာတော်မှ ဆုံးရှုံး သွားတော့တာတဲ့။ ဒါကြောင့်  
ဒီယုတ်ညွှံတဲ့ မေထုန်အမှုကိုတော့ အသက်ထက်ပင် အလေး  
ပြုပြီး ရှောင်ကြဉ်ရပါတယ်။

ကာမဘုံသားတွေ၏ အမြင်အားဖြင့်တော့ ဒီမေထုန်အမှုကို အကောင်း အမြတ်ဆုံး အနေဖြင့် ထင်မြင်ပြီး အလွန်မက်မောနေကြတယ်။ ဒါကြောင့် မိမိတို့က အလေးအမြတ်အနေဖြင့် မက်မော တွယ်တာနေတဲ့အမှုကို မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သားတော်တွေဟာ ကြည်ရှောင်ပြီး ကျင့်သုံးနိုင်ကြပါပေတယ်လို့ အာရုံပြုပြီး အိမ်ထောင်ရှင် လူဝတ်ကြောင်များက ရဟန်းတော်များကို ကြည်ညိုလေးစား နေကြရတာဘဲ။ မင်းတုန်းမင်းတရားကြီးက ရဟန်းတော်များအား သူကြည်ညိုပုံကို “အိမ်ထောင်မပြုဘဲ နေနိုင်တာ တခုနှင့်ပင် ကြည်ညိုဘွယ်ကောင်းလှပါပြီ” လို့ ထုတ်ဖော်ပြီး ပြောပါသတဲ့။

ဒီတရားကို မြတ်စွာဘုရား ဟောနေတုန်းက နာယူနေကြတဲ့ နတ်တွေဟာလဲ “ရဟန်းမှာ ဒီမေထုန်အမှု ကင်းတယ်” ဆိုတာကို ကြားနာရတဲ့အတွက် သဒ္ဓါကြည်ညိုမှု ဖြစ်ပွားကြမှာပါဘဲ။ ဗြဟ္မာတွေမှာလဲ မိမိတို့လိုပင် စင်ကြယ်နေတာကို ကြားနာရသဖြင့် သဒ္ဓါကြည်ညို ဖြစ်ပွားကြမှာပါဘဲ။ အဲဒီလိုသဒ္ဓါ ဖြစ်ပွားပြီး ကြည်ညို ဝမ်းမြောက်ကြမယ်။ အဲဒီဝမ်းမြောက်မှုကိုရူပြီးတော့ တဓဏချင်း တရားထူးများကို ရသွားကြဘွယ်ရှိပါတယ်။ အဲဒီလို သဒ္ဓါဖြစ်ပွားပြီး တရားထူး ရကြစေရန် အတွက်ပဲ ဒီသုတ်တရားကို ဟောကြားတော်မူတာဘဲ။

ဒီစာပိုဒ်၏ ဆောင်ပုဒ်ကတော့ “ပျင်းရိလှည့်စား၊ ရယ်ပျော်ပါး၊ ကစားမေထုန် ကင်းရမည်” တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ပျင်းရိလှည့်စား၊ ရယ် ပျော်ပါး၊ ကစား မေထုန်  
                                 ကင်းရမည်။

(တန္တိ ဆိုတဲ့) ပျင်းရိမူလဲ ကင်းရမယ်၊ (မာယာ ဆိုတဲ့) လှည့်စားမူလဲ ကင်းရမယ်၊ (ဟဿ ဆိုတဲ့) ရယ်မောမူလဲ ကင်းရမယ်၊ (ခိန္နာ ဆိုတဲ့) ပျော်မြူးကစားမူလဲ ကင်းရမယ်၊ (ဝိဘူသာဆိုတဲ့ အလှပြင်ဆင်မူလဲ ကင်းရမယ်၊ ဒါကတော့ ဆောင်ပုဒ်ထဲမှာ မထည့်သလို ချန်တားတယ်၊) ယုတ်ညံ့တဲ့ မေထုန်အမူလဲ ကင်းရမယ်တဲ့။ မေထုန်မှ အကြီးစားလောက် မကြမ်းတမ်းတဲ့ မေထုန်အငယ် (၇) ပါးဆိုတာလဲ ရှိသေးတယ်၊ အဲဒီ မေထုန်ငယ် (၇) ပါးလုံး ကင်းမှ ရဟန်း၏သီလဟာ (အခဏ္ဍ အစိန္တ) မကျိုးမပေါက် စင်ကြယ်တယ်၊ (အသဗလ) မကြောင်မကျား စင်ကြယ်တယ်၊ (အကမ္မာသ) အပြောက်အကွက်မရှိ စင်ကြယ်တယ်။ အဲဒီ မေထုန်ငယ် (၇) ပါးကို မြတ်စွာဘုရားက ဇာနုဿောဏိပုဏ္ဏားအား ဒီလိုဟောထားပါတယ်။ (အံ ဒု-၄၃၈)

### မေထုန်ငယ် (၇) ပါးလဲ ကင်းသင့်တယ်

ဗြာဟ္မဏ- ဇာနုဿောဏိပုဏ္ဏား၊ ဣဓ - ဤလောက၌၊ ဧကဇ္ဇော-အချို့သော၊ သမဏောဝါ-သမဏအမည်ခံ ရဟန်းသည်၎င်း၊ ဗြာဟ္မဏောဝါ-ဗြာဟ္မဏအမည်ခံ သူမြတ်သည်၎င်း၊ သမ္မာ ဗြဟ္မစရိယံ ပဋိဇာနိမာနော-မေထုန်မှ ကြည်ရှောင်မှုဟူသော မြတ်သောအကျင့်ကို ကောင်းစွာကျင့်သည်ဟု ဝန်ခံသည်ဖြစ်၍၊ မာတုဂါမေန သဒ္ဓိံ-မာတုဂါမနှင့်တကွ၊ ဒွယံ-ဒွယသမာပတ္တိံ-နှစ်ယောက် နှစ်ယောက်တို့ ပြုကျင့်အပ်သည့် မေထုန်ကြီးအကျင့်သို့၊ န ဟေဝ ခေါ သမာပဇ္ဇတိ-မရောက်ပေ၊ အပိ စ ခေါ-သို့သော်လည်း၊ မာတုဂါမဿ-မာတုဂါမ၏၊ ဥစ္ဆာဒန ပရိမဒ္ဒန နှာပန သမ္မာဟနံ-နံ့သာ စသည်ဖြင့်



လိမ်းကျံ ပွတ်သပ်ပေးခြင်း နှိပ်နယ် ပေးခြင်း ရေချိုး ပေးခြင်း ဆုပ်နယ် ပေးခြင်းကို၊ သာဒိယတိ-သာယာ၏။ စသည်ဖြင့် မာတုဂါမက ပွတ်သပ် ပေးခြင်း စသည်ကို သာယာ နေယင် မေထုန် အကြီးကို မကျူးလွန် သော်လဲ အဲဒီရဟန်းသူမြတ်၏ မြတ်သောအကျင့် သီလဟာ ကျိုး ပေါက် ကြောင်ကျား စွန်းကွက်နေသည်မည်ပါတယ်။ ညစ် နွမ်းနေသည်မည်ပါတယ် တဲ့။ ဒါကြောင့် မာတုဂါမ၏ ပွတ် သပ်နှိပ်နယ်ပေးခြင်းစသော ကိုယ်လက်အတွေ့ကို သာယာနေ တာဟာ မေထုန်ငယ် တပါးဘဲ၊ အဲဒီ မေထုန်ငယ်မှလဲ ကင်းရ မယ်။ ဒါက ရဟန်းတော်များအတွက်ပါဘဲ၊ ရှစ်ပါးသီလ ကျင့်သုံးနေတဲ့ လူဝတ်ကြောင် အမျိုးသားများမှလဲ နည်း တူဘဲ မှတ်ရမယ်။

သီလရှင်များ ဥပုသ်သည် အမျိုးသမီးများမှလဲ ယောက်ျားဖြစ်သူက ပွတ်သပ်နှိပ်နယ်ပေးတာကို သာယာယင် မေထုန်ငယ်ပါဘဲ၊ ဒါကြောင့် အဗြဟ္မစရိယာ ဝေရမဏိ သိက္ခာပဒံ သမာဒိယာမိ-လို့ ဆောက်တည်ထားတဲ့ အမျိုးသမီး များဟာ အမျိုးသား၏ အနှိပ်ခံခြင်းကိုလဲ ရှောင်ကြဉ် သင့်ပါတယ်။ သေလုနီးပါးအကြီးအကျယ် ရောဂါဖြစ်နေယင်၊ အမျိုးသမီးအနှိပ်သည်ကလဲ မရှိယင်တော့ ကင်-လွတ်ခွင့် အနေဖြင့် သဘောထားရမှာဘဲ။ ယခုနေအခါမှာ တချို့ဘုန်း ကြီးများကလဲ ဒကာမတွေ နှိပ်ပေးတာကို ခံနေကြတယ်လို့ ကြားရတယ်။ အဲဒီလိုဆိုယင် အဲဒီ အနှိပ်ခံတဲ့ ရဟန်းဟာ ယခု ပြောနေတဲ့ မေထုန်ငယ်မှ လွတ်ဖို့ ခဲယဉ်းပါလိမ့်မယ်။ (၁)

နောက်တပါးကတော့ မာတုဂါမနှင့်အတူ ရယ်ရှင်နေယင်၊ ကျီစယ်ကစားနေယင် အဲဒါလဲ မေထုန်ငယ်ဘဲ၊ အဲဒီ မေထုန် ငယ်လဲ ကင်းစေရမယ်။ (၂)

နောက်တပါးကတော့ မာတုဂါမနှင့် ရဟန်းဟာ အချင်း ချင်း၏ မျက်နှာကို သာယာတဲ့စိတ်ဖြင့် ကြည့်ရှုနေယင် အဲဒါ လဲ မေထုန်ငယ်ဘဲ၊ အဲဒါလဲ ကင်းစေရမယ်။ (၃)

နောက်တပါးကတော့ မာတုဂါမနှင့် ရဟန်းဟာ အချင်း ချင်း မမြင်ရပေမဲ့ နံရံစသည် ကွယ်နေရာမှ အချင်းချင်း၏ ရယ်သံ ပြောဆိုသံစသည်ကို သာယာတဲ့စိတ်ဖြင့် နားထောင် နေယင် အဲဒါလဲ မေထုန်ငယ်ဘဲ၊ အဲဒါလဲ ကင်းစေရမယ်။ ဆောင်ပုဒ်ထဲမှာ ချောင်းမြောင်း နာ-လို့ ဆိုထားပါတယ်၊ ရုပ်အဆင်းကို မမြင်ရဘဲ အသံကို တိတ်တဆိတ် နားထောင် တယ်လို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ၊ ယခုကာလမှာ ရေဒီယို အသံကူး စက်များမှ အသံကို သာယာတဲ့စိတ်နဲ့ နားထောင်နေယင်လဲ ဒီချောင်းမြောင်းနာ ထဲမှာ သက်ဝင်တာပါဘဲ။ (၄)

နောက်တပါးကတော့ မာတုဂါမနှင့် ရှေးက ရယ်ရှင်ခဲ့ဘူး တာ ပြောဆိုခဲ့ဘူးတာ ကျီစားခဲ့ဘူးတာ ကစားခဲ့ဘူးတာတွေ ကို ပြန်ပြီး ဆင်ခြင်ကာ သာယာနေယင် အဲဒါလဲ မေထုန် ငယ်ဘဲ။ ဒါကတော့ လူ့လောကမှာ အိမ်ထောင်ရှိခဲ့ပြီး ရဟန်းပြုလာတဲ့ ကိုယ်တော်ကြီးများနှင့် သာပြီး သက်ဆိုင် ပါလိမ့်မယ်၊ အဲဒါလဲ ကင်းစေရမယ်။ (၅)

နောက်တပါးကတော့ အိမ်ထောင်စုံ သမီးခင်ပွန်းများ ပျော်ပျော်ပါးပါးနှင့် နေကြတာကို မြင်တွေ့ရပြီး အဲဒီလို နေ

လိုတွဲစိတ် သာယာတွဲစိတ်ရှိနေယင် အဲဒါလဲ မေထုန်ငယ်ဘဲ၊  
အဲဒါလဲ ကင်းစေရမယ်။ (၆)

နောက်တပါးကတော့ ယခုကျင့်နေတဲ့ သီလအကျင့်ဖြင့်  
နတ်ပြည်လောက၌ နတ်ဖြစ်ဖို့ လိုလားတောင့်တနေယင် ဒါလဲ  
မေထုန်ငယ်ဘဲ၊ အဲဒါကတော့ ကင်းဘို့အများအားဖြင့် ခဲယဉ်း  
ကြပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ သံသာရဝဋ္ဌဒုက္ခတော မောစန-  
တ္တာယ-လို့ ဆိုခဲ့တဲ့ မူလရည်ရွယ်ချက်အတိုင်းဆိုတော့ ကင်း  
သင့်တာပါဘဲ။ သမဏနတ်သားဟာ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်ရောက်  
အောင် အပြင်းအထန် အားထုတ်နေတဲ့ ရဟန်းဘဝမှ ပျံတော်  
မူပြီး တာဝတိံသာမှာ ဖြစ်ရတယ်။ အဲဒီအခါ သူက ချန်ပီယံ  
ရွှေပြားတံဆိပ်ကို ရဘို့မြှော်လင့်ပြီး လက်ဝှေ့ပွဲကြီး ဝင်ထိုး  
သတ်ရာမှာ မူလာတစည်းဆုရသလိုဘဲလို့ နတ်ဘဝကို ရှုတ်  
ချပြီး ဆင်ခြင်ပါသတဲ့။ အဲဒါလိုဘဲ မဂ်ဖိုလ်တရားထူးကိုသာ  
အလေးအမြတ် ပြုပြီးတော့ နတ်ဘဝကို ရှုတ်ချသင့်တာပါဘဲ။  
ဒါကြောင့် နတ်ဘဝတောင့်တတွဲစိတ် ဖြစ်ပေါ်လာယင် အဲဒါ  
ကိုလဲ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ဘို့ပါဘဲ။ (၇)

အဲဒီမေထုန်ငယ် (၇) ပါးကို တိုတိုနဲ့မှတ်ရအောင် ဆောင်  
ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒီဆောင်ပုဒ်ကို လိုက်ဆိုကြရမယ်။

ပွတ်သပ်နှိပ်နယ်၊ ပြုံးရယ်ကျီစား၊ မ-နှင့် ကျားတို့၊  
ကြည့်ငြားမျက်နှာ၊ ချောင်းမြောင်းနာနှင့်၊ ရှေးခါပျော်ပါး၊  
တွေးစဉ်းစားတည့်၊ သူများပျော်တာ၊ မြင်ကာအားကျ၊  
တောင့်တနတ်ပြည်၊ ခုနစ်လီ၊ ခေါ်သည် မေထုန်အငယ်တည်း။

သုတ်ပါဠိတော်မှာတော့ ရဟန်းကိုသာ ပဓာနပြုပြီး  
ဟောထားပါတယ်။ ဒီမှာတော့ ဗြဟ္မစရိယသိက္ခာပုဒ်ကို

ဆောက်တည်ကျင့်သုံးနေကြတဲ့ အမျိုးသမီး အမျိုးသားတွေ  
 ရော သက်ဆိုင်တယ်ဆိုတာ ထင်ရှားအောင်လို့ (မ-နှင့် ကျား  
 တို့) ဆိုတဲ့စကားဖြင့် ဖော်ပြထားပါတယ်။ အဲဒီစကားဖြင့်  
 မိန်းမနှင့် ယောက်ျားတို့ အချင်းချင်း ပွတ်သပ် နှိပ်နယ်ပေး  
 တာကို လက်ခံသာယာယောင်၊ အချင်းချင်း ပြုံးရယ်ကျီစား  
 ကစားပျော်မြူးနေယောင်၊ အချင်းချင်း၏ မျက်နှာကို သာယာ  
 တဲ့စိတ်နှင့် ကြည့်ယောင်၊ ကွယ်ရာကနေပြီး အချင်းချင်း၏ အသံ  
 ကို နားထောင်ပြီး သာယာနေယောင် မေထုန်ငယ်မည်တယ်  
 ဆိုတာ သိနားလည်ဘို့ပါဘဲ။

ဗေဒင်ဟော ဆေးကု မပြုရှောင်ကြဉ် သူတော်စဉ်

၁၃။ အာထဗ္ဗနံ သုပိဏံ လက္ခဏံ၊  
 နော ဝိဒဟေ အထောပိ နက္ခတ္တံ။  
 ဝိရုတဉ္စ ဂဗ္ဘကရဏံ၊  
 တိကိစ္ဆံ မာမကော န သေဝေယျ။

မာမကော-ဘုရား တရား သံဃာကို မြတ်နိုးသော ရဟန်း  
 သည်၊ အာထဗ္ဗဏံ-အာထဗ္ဗဏမန္တာန်ကို၊ နော ဝိဒဟေ-  
 မစီရင်-မပြုလုပ်ရာ-တဲ့။

အာထဗ္ဗဏ အတတ်ပညာကို တတ်သိလိုတဲ့ သူတော်ဟာ  
 ခုနစ်ရက်ပတ်လုံး ဆားမပါဘဲအစာကို စားရတယ်။ ခြေပြင်  
 မှာ နေဇာမြက်ခင်းပြီး အဲဒီအခင်းပေါ်မှာ အိပ်လျက် သူ့ဆိုင်  
 ရာ အကျင့်ကို လေ့ကျင့်ရတယ်။ ခုနစ်ရက်မြောက်နေ့မှာ  
 သုသာန်သွားပြီးတော့ သူ့ကျမ်းအစီအရင်ဖြင့် ခုနစ်ဖဝါးလှမ်း  
 ပြီး လက်ကို ဝင့်ကာ ဝင့်ကာ မန္တာန်ကို ရွတ်ဖတ်ရတယ်။ အဲဒီ  
 လိုပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် သူတို့၏ကိစ္စ ပြီးမြောက်ပါသတဲ့။ အဲဒီပညာ



ပိုင်း] ဗေဒင်ဟောဆေးကု မပြုရှောင်ကြဉ် သူတော်စဉ် ၁၄၉

တတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက စစ်ဖြစ်တဲ့အခါမှာတောင် တဖက်သား စစ်သည်တွေမှာ ဘေးရန်အမျိုးမျိုး အနာရောဂါအမျိုးမျိုး တို့ကို ဖြစ်အောင် ပြုစားနိုင်တယ်လို့ မဟာနိဒ္ဒေသပါဠိမှာ ဖွင့်ပြထားတယ်။ ပုဂံခေတ်စသည်က အရည်းကြီးတွေ လုပ် ဆောင်ပုံမျိုးတွေနဲ့ တူဟန် လက္ခဏာရှိပါတယ်။ အခုထက်ထိ အဲဒီအရည်းကြီး အဆက်အနွယ်တွေက ဝိဇ္ဇာယောင်ယောင် ထွက်ရပ်ပေါက် ယောင်ယောင် နတ်ဂိုဏ်း ယောင်ယောင်နဲ့ တန်ခိုးအစွမ်း ပြနေကြတုန်းပါဘဲ။ အဲဒီလို ဆရာတွေကို ယုံကြည်အားကိုးနေကြတာတွေလဲ တယ်မနည်းလှဘူး။ စီးပွား ဥစ္စာတွေ ဖြစ်ထွန်းလိမ့်မယ်၊ ရာထူးဌာနန္တရ တည်မြဲလိမ့်မယ် တိုးတက်လိမ့်မယ် စသည်ဖြင့် မြော်လင့်ပြီး ယုံကြည်အားကိုး နေကြတာပါဘဲ။ တကယ်တော့လဲ အားကိုးတဲ့အတိုင်း အကျိုး ရပုံ မပေါ်ပါဘူး။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုယင်။ ဟိုရှေးခေတ်က အိန္ဒိယမှာ ဒီအတတ်ပညာ အလွန်ထွန်းကားခဲ့တာဘဲ။ ဒါပေမဲ့ ဂရိတ် အာရပ် အစရှိတဲ့ အနောက်ဖက်မှ စစ်တွေဝင်လာတဲ့ အခါ အဲဒီလို ဆရာတွေက တားမြစ်နိုင်ခဲ့ဟန် မတူပါဘူး။ ဒါကြောင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံဟာ အနောက်ဖက် နိုင်ငံသားတို့၏ လက်အောက်မှာ နှစ်ရာပေါင်းများစွာ နေခဲ့ရတာဘဲ။

ထန်းသီးကြွေခိုက် ကျီးနားခိုက်ဆိုသလို အကြောင်း ညီညွတ်လို့ အကျိုးပေါ်သလိုလို့ ဖြစ်တာကလေးတွေကတော့ ရှိတန်သလောက် ရှိဟန်တူပါတယ်။ ဘုန်းကြီး ၁၈-နှစ်အရွယ် ကိုရင်ဘဝတုန်းက (ယခုမှ ပြန်ရေတွက်ယင် လွန်ခဲ့တဲ့ ၅၄-နှစ် ကပေါ့) ကြားဘူးတဲ့ သတင်းတခု ရှိပါတယ်။ ဘယ်လိုလဲ ဆိုတော့ - ရွှေဘိုမြို့ရဲ့ အရှေ့မြောက်ဘက်မှာ မြောင်းကြီးဆိုတဲ့

ရွာရှိတယ်။ အဲဒီရွာက လူတယောက်ဟာ မှော်ဂိုဏ်းဆရာတဦး  
ထံ သွားပြီး ပညာသင်ပါသတဲ့။ အဲဒီမှာ ပညာသင်ပေးပုံက  
ဆန်းတယ်။ ဆရာက လကျမိုင်းပြီး မီးထည့်ဆိုတဲ့အခါ မီးမေး  
ပြီး မီးထည့်ရသတဲ့။ လမိုင်းကျပြီ အိုးတယ် ဆိုယင် အိုးကို  
မီးဖိုပေါ်တယ်ရသတဲ့။ လမိုင်းကျပြီး ရေထည့်ဆိုယင် ရေထည့်  
ပေးရသတဲ့။ ဆန်ထည့်ဆိုယင်လဲ ဆန်ထည့်ပေးရသတဲ့။ လမိုင်း  
ကျပြီ မှော်ဆိုယင်လဲ မှော်ရသတဲ့။ လမိုင်းကျပြီ ချချဆိုယင်  
အဲဒီထမင်းအိုးကို ချရသတဲ့။ ဒီနည်းဖြင့် ဒယ်အိုးတယ်ဘို့ ဆီ  
ထည့်ဘို့ ထမင်းထည့်ဘို့ မှော်ဘို့ ချဘို့ ပုဂံပြားထဲ ထည့်ဘို့  
ညှန်ကြားတိုင်း လိုက်ပြီး လုပ်ရသတဲ့။ ပြင်ပြီးတဲ့နောက်  
အတန်ကြာမှ လမိုင်းကျပြီ စားစားဆိုပြီးတော့ ဆရာရော  
တပည့်ရော စားကြရသတဲ့။ အဲဒါဟာ ပညာသင်ပေးတာ  
ဆိုပဲ။

ဒီလိုနဲ့ နေထိုင်ယင်း တနေ့သောအခါမှာ ရောဝတီမြစ်ရိုးမှ  
ကုန်သည်တဦးက အဲဒီဆရာထံ ရောက်လာပြီး ပူဇော်ကန်တော့  
တယ်။ ကန်တော့ပြီးတော့ ကုန်တိုက်လက်ဖွဲ့တောင်းတယ်။ အဲ  
ဒီအခါဆရာက ဟော့ကပည့် လက်ဖွဲ့တခု လုပ်ပေးလိုက်ပါကွာ  
လို့ ခိုင်းတယ်။ တပည့်က လက်ဖွဲ့ကို ဘယ်လိုလုပ်ရမယ်ဆိုတာ  
ကြားလဲ မကြားဘူးတာနဲ့ ဆရာကြီး ဘယ်လိုလုပ်ပေးရမှာလဲ  
လို့ မေးတော့ ဆရာက “ဟေ့ မင်းပညာတတ်သိနေပါပြီကွာ၊  
လုပ်သာ လုပ်ပေးလိုက်ပါ” လို့ ပြောသတဲ့။ အဲဒီတော့ တပည့်  
လုပ်သူက ပြန်မမေးဝံ့တာနဲ့ တဲအိမ်အမိုးက နှီးစတခုကို ခွေ  
ပြီး လက်ဖွဲ့အနေနဲ့ ပေးလိုက်ပါသတဲ့။ အဲဒီအခါဆရာကြီးက

ပိုင်း] ဗေဒင်ဟောဆေးကု မပြုရှောင်ကြဉ် သူတော်စဉ် ၁၅၁

အေး အဲဒီလက်ဖွဲ့ကို ဆောင်ထားလို့ ကုန်သည်ကို မှာကြား  
လိုက်တယ်။

နောက် တနှစ်လောက် ကြာတဲ့အခါကျတော့ လက်ဖွဲ့  
တောင်းသွားတဲ့ အဲဒီကုန်သည်က အဲဒီဆရာထံလာပြီး ငွေများ  
နှင့်တကွ အဖိုးတန်ပစ္စည်းများဖြင့် ပူဇော်ကန်တော့သတဲ့။  
အကြောင်းကတော့ ဟိုလက်ဖွဲ့ကြောင့် စီးပွားရေးတွေ ထူးထူး  
ခြားခြား တိုးတက်လာတဲ့အတွက် ကျေးဇူးဆပ်တဲ့ အနေဖြင့်  
လာကန်တော့တာဆိုတဲ့။ အဲဒါဟာ နှိုးခွေလက်ဖွဲ့ကြောင့်  
တော့ ဟုတ်မှာ မဟုတ်ပါဘူး။ သူလုပ်တဲ့ အရောင်းအဝယ်  
အလုပ်က အဆင်ပြေလို့ ကြီးပွား တိုးတက်တာ ဖြစ်မှာပါ။  
ဒါပေမဲ့ အဲဒီ မှော်ဆရာကို ယုံကြည်တဲ့ ကုန်သည်ကတော့  
ဘာမျှမသိတဲ့လူက ခွေပေးလိုက်တဲ့ နှိုးလက်ဖွဲ့ကြောင့် ကြီးပွား  
တိုးတက်တယ်လို့ တထစ်ချ ယုံကြည်တော့တာတဲ့။ အဲဒါဟာ  
စူးစမ်းဆင်ခြင်ဉာဏ်ပွားဘို့ သာကေတခုပါ။ ဒီလိုအလားတူ  
အခြားအကြောင်းအရာတွေလဲ ရှိပါသေးတယ်။ ဒါပေမဲ့ တရား  
ရှည်မသွားအောင် ဒါလောက်နဲ့ တော်ပါပြီ။

အကယ်၍ အကျိုးရှိတန်သမျှ ရှိစေကာမူ ဘုရားတပည့်  
ဖြစ်တဲ့ ရဟန်းကတော့ ဘုရား တရား သံဃာကိုသာ အလေး  
အမြတ်ပြုသင့်တာတဲ့။ ဒါကြောင့် ဘုရားစကားတော်နှင့် ဆန့်  
ကျင်တဲ့ အာထဗ္ဗဏအတတ် အင်းအတတ် မှော်အတတ် ဇာတ်  
ရိုက်တဲ့အတတ် အစရှိတဲ့ သာသနာတော်မှ အပြင်ဘက်က  
အတတ်တွေကိုတော့ မလေ့လာရဘူး။ သူတပါးအား ပြုလုပ်  
မပေးရဘူး။ ဒါကြောင့် ဒီဂါထာမှာ (မာမကော-ဘုရား  
တရား သံဃာကို မြတ်နိုးတဲ့ရဟန်း-လို့) အထူးဖော်ပြထားပါ

တယ်။ ဘုရားအဆုံးအမထက် ပိုကောင်းတယ်ထင်တဲ့သူ ဆိုယင်  
တော့ မိမိသဘောကျတဲ့အတိုင်း ပြုလုပ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့  
ဗုဒ္ဓသာသနာတော်က ရဟန်းဆိုတဲ့ ဝန်ခံချက်အရအားဖြင့်  
ဆိုယင်တော့ အဲဒီအာထဗ္ဗဏအတတ်မျိုးတွေကို မပြုလုပ်သင့်  
ပါဘူး။

ယခုနေအခါမှာ နာမည်ကြီးဘုန်းကြီးတဲ့ အချို့ဆရာတော်  
က ဒကာ-ဒကာမတို့အား အဆောင်သဘော ဆေးသဘောနဲ့  
တစုံတခု ပစ္စည်းကို ပေးကမ်း ချီးမြှင့်တဲ့အကြောင်း ကြားရ  
တယ်။ ကွမ်းရာကလေးများကို ပေးတယ်လို့ ကြားရတယ်။  
အဲဒါလဲ ဘုရားနည်းတော့ မဟုတ်ပါဘူး။ ဆရာတော်က ပေး  
တဲ့ အဲဒီလို ပစ္စည်းကို သုံးဆောင်ရယင် ဘေးရန် အန္တရာယ်  
ကင်းမည့်အနေ အကျိုးစီးပွားဖြစ်ထွန်းမည့်အနေဖြင့် ယုံကြည်  
ပြီး ရတဲ့သူတွေက ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ ရှိကြတယ်။ တခါက  
ဒကာမတယောက်ဟာ ဘုန်းကြီးထံမှာ ပြောကြားတယ်။ ကွမ်း  
ရာပေးတဲ့ ဆရာတော်ဘုရားကြီးထံမှ သူလိုချင်တဲ့ ကွမ်းရာကို  
ပေးပါစေလို့ စိတ်ကူးကြံစည်ထားသတဲ့။ အဲဒီ ကြံစည်ထားတဲ့  
ကွမ်းရာကိုဘဲ ပေးလိုက်သတဲ့။ သူ့စိတ်အကြံသိပြီး ပေးလိုက်  
တယ်လို့ သူက ယုံကြည်နေပါတယ်။ ဘုန်းကြီးကတော့ အဲဒါ  
ကို ထောက်ခံပြီး ပြောဘို့လဲခက်၊ ပယ်ပြောဘို့လဲ ခက်တာနဲ့  
ဘာမျှ မပြောဘဲ နားထောင်ရုံသာ နားထောင် နေပါတယ်။  
အဲဒီ ဒကာမက ၂-ကြိမ် ၃-ကြိမ် ထပ်ပြီး ပြောတယ်။ ဘုန်း  
ကြီးက ဘာမျှ မပြောဘဲနေတာကို သဘောမကျတဲ့ အရိပ်  
အရောင် ရှိတယ်လို့ ထင်မိပါတယ်။



ပိုင်း] ဗေဒင်ဟောဆေးကု မပြုရှောင်ကြဉ် သူတော်စဉ် ၁၅၃

ဘုန်းကြီး၏ ထင်မြင်ချက်ကို အဲဒီတုန်းက တိတိကျကျ ပြောရမယ်ဆိုယင် သူ့စိတ်အကြံသိပြီး ပေးတာ ဟုတ်ချင်လဲ ဟုတ်ပေလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်တိုင်းက စျာန် အဘိညာဉ်နည်းလို့တော့ မယုံကြည်ပါဘူး။ အခြားနည်းဖြင့် သိတာ ဖြစ်မှဘဲလို့ ယူဆပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုယင် စျာန်အဘိညာဉ်နည်းဖြင့် သိတာဆိုယင် မိမိအား အထင်ကြီး အောင် ကွမ်းယာပေးမှုကို မပြုတန်ရာလို့ ထင်မြင်ပါတယ်။ အထင်ကြီးအောင် ကြည်ညိုအောင် ပစ္စည်း တခုခု ပေးတဲ့ အလုပ်ဟာ စျာန်အဘိညာဉ်ရ ရဟန္တာအရှင်မြတ်တို့၏ အလုပ် မဟုတ်ပါဘူး။ ကုလဒ္ဓသန အနေသန မိစ္ဆာဇီဝ အလုပ်ထဲမှာ အတွင်းဝင်နေတယ်လို့ ပြောရမှဘဲ။ ဘုန်းကြီးကတော့ တစုံ တယောက်က ဘေးကင်းရန်ကင်း စသည်အတွက် တစုံတခုကို လာတောင်းယင် ငါ့မှာ အဲဒီလို ပေးစရာမရှိပါဘူး။ ငါလဲ ဘာမျှ တန်ခိုးမရှိပါဘူး။ အဲဒီလို တန်ခိုးရှိတဲ့ အနေနဲ့ ပစ္စည်း တခုခုကို ပေးယင် ငါ့ကိုယ်တိုင် ဂိုဏ်းဆရာကြီး ဖြစ်သွားပါ လိမ့်မယ် စသည်ဖြင့် ပြောပြီး တားမြစ်လိုက်တာချည်းပါဘဲ။ ဒါကြောင့် ဒကာ ဒကာမများကလဲ ကိုယ့်ဆရာကို ဂိုဏ်းဆရာ ယောင်ယောင် မဖြစ်အောင် စောင့်ရှောက်ကြဖို့ လိုပါတယ်။

ထူးခြားတဲ့ တန်ခိုးရှိတဲ့ အနေနဲ့ ပြုလုပ်ပေးတာ တွေဟာ ဟုတ်သည်ဖြစ်စေ မဟုတ်သည်ဖြစ်စေ ယခုဟောနေတဲ့ အာ ထဗ္ဗဏ အတတ်ပညာထဲမှာ ပါဝင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဘုရား တရား သံဃာကို တကယ်မြတ်နိုးတဲ့ မာမက ရဟန်း ဆိုယင် အဲဒီလိုအမှုကို ရှောင်ကြဉ်သင့်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ သုပိနံ-အိပ်မက်၏ အကျိုးအပြစ် ဟောခြင်းကို၎င်း၊ လက္ခဏံ-လက္ခဏာ အမျိုးမျိုး၏ အကျိုးအပြစ် ဟောခြင်းကို၎င်း၊ နော ဝိဒဟေ-မစီရင်မပြုလုပ်ရာတွဲ။ အဲဒါတွေကို “အာထဗ္ဗဏာ၊ အိပ်မက်တာ၊ လက္ခဏာဟော ကင်းရမည်”လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ် ဆိုကြရမယ်။

၁၃။ အာထဗ္ဗဏာ၊ အိပ်မက်တာ၊ လက္ခဏာဟော ကင်းရမည်။

အထောပိ-ထို့ပြင်လဲ၊ နက္ခတ္တံ-နက္ခတ်အယှဉ်၏အကျိုးအပြစ် ဟောခြင်းကို။ နော ဝိဒဟေ-မစီရင် မပြုလုပ်ရာ-တွဲ။ မည်သည့်နေ့ မည်သည့်အချိန်မှာ မည်သည့် နက္ခတ်နှင့် ယှဉ်တယ်၊ အဲဒီနေ့ အဲဒီအချိန်မှာ မင်္ဂလာဆောင် ပြုရမယ်၊ အိမ်ပန္နက်ရိုက်ရမယ် စသည်ဖြင့် ပြောဟောခြင်းမျိုးကို မပြုရဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ နက္ခတ်တွေ ဆိုတာ အခြားစကြဝဠာက နေဂြိုဟ်တွေ ဖြစ်ကြောင်း သိပ္ပံဆရာတွေက ပြောကြတယ်၊ အဲဒီလိုဆိုယင် ဒီကမ္ဘာမြေက လူသားတွေနဲ့ ဘာမျှ မဆိုင်ဘူးလို့ ဆိုရမှာဘဲ၊ အဲဒါဟာ ဆိုင်သည် ဖြစ်စေ၊ မဆိုင်သည် ဖြစ်စေ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရှင်ကတော့ ကံ ကံ၏ အကျိုးကိုသာ ပဓာနပြုပြီး သီလ သမာဓိ ပညာကိုသာ ပွားများ အားထုတ်စေလိုပါတယ်၊ လူ့ဘောင်မှ ထွက်ပြီး ရဟန်းပြုနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှာလဲ လူ့လောကကိစ္စတွေကို ဆောင်ရွက်ဖို့ တာဝန်မရှိပါဘူး၊ သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်ရေး အလုပ်ကိုသာ ဇောက်ချပြီး လုပ်ဖို့ ကျင့်ဖို့ လိုပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အဲဒီလို နက္ခတ်အယှဉ် ဗေဒင် ဓာတ်ရိုက် ယတြာချေ

ပိုင်း] ဗေဒင်ဟောဆေးကု မပြုရှောင်ကြဉ် သူတော်စဉ် ၁၅၅

စသည်တွေကို မာမကရဟန်းအနေအားဖြင့် မပြုလုပ်ပဲ ကြဉ်  
ရှောင်သင့်တာပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ - ဝိရုတဉ္စ - သားငှက်မြည်သံ အကျိုး  
အပြစ်ဟောခြင်းကို၎င်း၊ ဂဗ္ဘကရဏံ-ကိုယ်ဝန်တည်ရေး ဆေး  
ပေးခြင်းကို၎င်း၊ တိကိစ္ဆံ-ဆေးကုခြင်းကို၎င်း၊ မာမကော -  
ဘုရား တရား သံဃာကို မြတ်နိုးသော ရဟန်းသည်၊ န  
သေဝေယျ-မမှီဝဲရာ တဲ့။ အဲဒါကို ဘုန်းကြီးက -

“နက္ခတ်ယှဉ်ဟန်၊ သားငှက်သံ၊ ကြံဖန်ဟောပြောကင်း  
ရမည်။

ကိုယ်ဝန်တည်မှု၊ ဆေးဝါးကု၊ မပြု ကင်းရှင်းစေရမည်။”

လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်၊ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

နက္ခတ်ယှဉ်ဟန်၊ သားငှက်သံ၊ ကြံဖန်ဟောပြော  
ကင်းရမည်။

ကိုယ်ဝန်တည်မှု၊ ဆေးဝါးကု၊ မပြု ကင်းရှင်းစေရမည်။

အဲဒီအထဲမှာ ဆေးကုတဲ့ အလုပ်ကတော့ ရောဂါကို  
တကယ်ပျောက်အောင် ကုသပေးနိုင်တယ် ဆိုယင် အများ  
အတွက် အလွန်အကျိုးများစေတဲ့ အလုပ်ပါဘဲ၊ ဒါကြောင့်  
ယခုနေအခါမှာ ခြွင်းချက်အနေဖြင့် ခွင့်ပြုသင့်သလိုလို ရှိနေ  
ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘုရား တရား သံဃာတော်တို့၏ ဂုဏ်ကို  
တကယ်ယုံကြည်ပြီး တကယ်မြတ်နိုးတဲ့ မာမက ရဟန်းအတွက်  
ဆိုတော့ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ဖို့ အရိယမဂ်ဖိုလ်ကို ရဖို့  
လောက်သာ အလေးပြုဘယ်ရှိပါတယ်၊ အခြားကိစ္စတွေ

အတွက် ပလိဗောဓကို လုံးဝဖြတ်ပြီး သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်ကိုသာ ကြိုးစားအားထုတ်သင့်ပါတယ်။

**အစစ်အမှန် သဒ္ဓါတရားနှင့် ပြည့်စုံဘို့က အရေးကြီးတယ်**

ဒီနေရာမှာ သဒ္ဓါစစ် သဒ္ဓါမှန်နှင့် ပြည့်စုံဘို့က အရေးကြီးပါတယ်။ “သီလဆိုင်ရာမှာ ဒီလို ကျင့်ရမယ်၊ သမာဓိ ပညာ ဖြစ်အောင် ဒီလို ပွားများအားထုတ်ရမယ်” လို့ ဟောထားတဲ့ မြတ်စွာဘုရား၏ စကားတော်ကို လေးလေးနက်နက် ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါစစ်နှင့် ပြည့်စုံဘို့ လိုပါတယ်။ ဆေးကုခြင်း ပေဒင် ဟောခြင်း စသည်ဖြင့် လူမှုကိစ္စတွေ ဆောင်ရွက်ယင် သီလ မစင်ကြယ်ဘူး၊ သီလ မစင်ကြယ်ယင် သမာဓိ ပညာ မဖြစ်နိုင်ဘူး၊ သမာဓိ ပညာ မဖြစ်ယင် သံသရာမှ မလွတ်မြောက်နိုင်ဘူး၊ သီလ စင်ကြယ်မှ သမာဓိ ပညာပြည့်စုံပြီး သံသရာမှ လွတ်မြောက်နိုင်တယ်။ မိမိ တပါးတည်းသာ မဟုတ်ဘူး၊ မိမိက တဆင့်ဟောကြားညွှန်ပြပေးလျှင် အခြားသူတွေလဲ ရာထောင် သိန်းသောင်းမက သံသရာမှ လွတ်မြောက်ပြီး တကယ့်ချမ်းသာအစစ်ကို ရနိုင်တယ်။ ဆေးကုပေးခြင်း စသော လူမှုကိစ္စကို ဆောင်ရွက်ရုံမျှဖြင့် ချမ်းသာစေနိုင်တယ်ဆိုတာ ခဏခေတ္တ တဘဝတာမျှလောက်သာရှိတယ်။ အမြဲတမ်း ချမ်းသာစေနိုင်တာမဟုတ်ဘူး စသည်ဖြင့် ဘုရားဂုဏ် တရားဂုဏ် သံဃဂုဏ်ကို လေးလေးနက်နက် ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါအစစ်နှင့် ပြည့်စုံဘို့ပါဘဲ။ အဲဒီ သဒ္ဓါအစစ်နှင့် ပြည့်စုံယင်တော့ မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားထားတဲ့အတိုင်း ရဟန်းမှာ လူမှုကိစ္စတွေကို မဆောင်ရွက်သင့်ကြောင်း၊ သီလ သမာဓိ ပညာအကျင့်ကိုသာ သန့်သန့်ရှင်းရှင်း စင်စင်ကြယ်ကြယ် ကျင့်သွားသင့်ကြောင်း



ပိုင်း] သဒ္ဒါတရားအစစ်နှင့်ပြည့်စုံဘို့က အရေးကြီးတယ် ၁၅၇

ယုံကြည်မြတ်နိုးနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် “တိကိစ္ဆံ-ဆေးကုပေးခြင်းကို၊ မာမကော-ဘုရား တရား သံဃဂုဏ်ကို ယုံကြည်မြတ်နိုးသော ရဟန်းသည်၊ န သေဝေယျ-မမ္ဘိဝံရာ”လို့ (မာမကော)ဆိုတဲ့ ဂုဏ်ပုဒ်နှင့်တကွ အထူးပြုပြီး ဆိုထားပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ ရဟန်းများမှာ ဆေးကုပေးကောင်းတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များကိုလဲ ဝိနည်းက ခွင့်ပြုထားတာတော့ ရှိပါသေးတယ်။ ဘယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်တွေလဲ ဆိုယင်-သီတင်းသုံးဘော်ငါးဦးကို ဆေးကုပေးကောင်းတယ်။ ယခုအခါမှာတော့ အမျိုးသမီးရဟန်းနဲ့ သာမဏေရီ သိက္ခမာန်တို့က မရှိတော့တဲ့အတွက် သီတင်းသုံးဘော်က ရဟန်းနှင့် သာမဏေ ၂-ဦးသာ ရှိပါတော့တယ်။ နောက်ပြီးတော့ ရဟန်း၏ ခမည်းတော်၊ မယ်တော်၊ အဲဒီခမည်းတော် မယ်တော်တို့အား ပြုစုနေသူ၊ မိမိ၏ ဝေယျာဝစ္စ ပြုနေသူ၊ ရှင်လောင်းဆိုတဲ့ ဒီ ငါးဦးကိုလဲ ဆေးကုပေးကောင်းတယ်။ နောက်ပြီးတော့ မိမိ၏ အစ်ကို၊ ညီ၊ အစ်မ၊ နှမ၊ မိမိမယ်တော်၏ အစ်မ၊ ညီမ၊ အစ်ကို၊ မောင်၊ မိမိခမည်းတော်၏ အစ်ကို၊ ညီ၊ အစ်မ၊ နှမဆိုတဲ့ ဒီ ဆွေမျိုးရင်းများကိုလဲ ဆေးကုပေးကောင်းတယ်။ အဲဒီ ဆွေမျိုးရင်းများ၏ သား မြေး ခုနစ်ဆက်တိုင်အောင်လဲ ဆေးကုပေးကောင်းတယ်။

ဒီမှ တပါး အခြား ပုဂ္ဂိုလ်များကိုတော့ ဆေးကုမပေးကောင်းဘူးလို့ ဝိနည်းက ဆိုထားပါတယ်။ ဆေးနည်းကို ပြောချင်တောင်မှ တိုက်ရိုက်မပြောဘဲ “ဘယ်သူ့မှာ ဒီလို ရောဂါဖြစ်တုန်းက ဘယ်ဆေးနဲ့ ပျောက်ကင်းသွားသလဲ” စသည်ဖြင့် အခြား ရဟန်းသာမဏေများနဲ့ ဆွေးနွေးတဲ့

အနေဖြင့်သာ ညွှန်ကြားကောင်းပါသတဲ့။ သီဟိုဠ်က ဝသဘမင်း၏ မိဖုရားမှာ ရောဂါဖြစ်တဲ့အခါ အမျိုးသမီးတယောက်က မဟာပဒုမမထေရ်ထံလာပြီး ဆေးနည်းကို မေးလျှောက်သတဲ့။ အဲဒီအခါ မဟာပဒုမမထေရ်က အခြားရဟန်းများနှင့် ဆေးနည်းကို ဆွေးနွေးပြောကြားလိုက်တယ်။ အဲဒီဆေးနည်းဖြင့် ကုသလို့ ရောဂါပျောက်တဲ့အခါ တိစိဝရိတ် သင်္ကန်းများနှင့်တကွ ငွေသုံးရာတို့ဖြင့် “ပန်းပူဇော်ခြင်းကို ပြုတော်မူပါ” လို့ လျှောက်ထားပြီး ပူဇော်ကြပါသတဲ့။ အဲဒါကို ဝိနည်းဓိုရ် မဟာပဒုမမထေရ်က “ဒါဟာ ဆရာခဘဲ” လို့ဆိုပြီး အပ်စပ်သည့်အနေဖြင့် ခံယူပြီးတော့ ပန်းပူဇော်ခြင်းကို ပြုပါသတဲ့။ အဲဒါဟာ ဆေးကုမှုနှင့် စပ်ပြီး အပြစ်ကင်းအောင် ဝိနည်းပရိယာယ် သုံးပုံပါဘဲ။

ဒီကနေ့တော့ ဒီတွင်ဘဲ ရပ်ပြီး တရားသိမ်းကြစို့။ ဒီကနေ့ဟောတဲ့ ဂါထာများဆိုင်ရာ ဆောင်ပုဒ်များကို ဆိုပြီးတရားသိမ်းရမယ်။

၁၀။ စားသောက်ဖွယ်များ၊ ငတ်အစား၊ သိမ်းထားမပြုရာ။  
ယင်းတို့ကိုဘဲ၊ မရလဲ၊ စိတ်ထဲ မပူမကြောက်ရာ။

၁၁။ ဈာန်ကို ဝင်စား၊ လမ်းမများ လှုပ်ရှား ကုက္ကုတ် ကင်းရမည်။  
မမေ့ဘဲသာ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၊ ကျောင်းမှာ နေရမည်။

၁၂။ အိပ်မှုနည်းပါး၊ နှိုးမှုများ၊ ကြိုးစားထက်သန် စေရမည်။  
ပျင်းရိ၊ လှည့်စား၊ ရယ်၊ ပျော်ပါး၊ ကစား၊ မေထုန် ကင်းရမည်။

ပိုင်း] သဒ္ဓါတရားအစစ်နှင့်ပြည့်စုံဘို့က အရေးကြီးတယ် ၁၅၉

၁၃။ အာထဗ္ဗဏာ၊ အိပ်မက်တာ၊ လက္ခဏာဟော ကင်းရ  
မည်။

နက္ခတ်ယှဉ်ဟန်၊ သားငှက်သံ၊ ကြံဖန်ဟောပြော ကင်းရ  
မည်။

ကိုယ်ဝန်တည်မှု၊ ဆေးဝါးကု၊ မပြု ကင်းရှင်းစေရမည်။

ယနေ့အဖို့၌ ကျွန်ုပ်တို့ ပြုစုပွားများ အားထုတ်အပ်သော  
ဒါနကုသိုလ် သီလကုသိုလ် ဘာဝနာကုသိုလ် ဝေယျာဝစ္စ  
ကုသိုလ် တရားဟောရသော ကုသိုလ် တရားနာရသောကုသိုလ်  
အစရှိသော ဤကောင်းမှုအပေါင်း၏ အဖို့ဘာဂကို အမိအဘ  
တို့အား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အဆွေအမျိုးတို့အား အမျှပေး  
ဝေပါကုန်၏။ ဤအရပ်၌ ရောက်ရှိနေသော လူပရိသတ် နတ်  
ပရိသတ်အပေါင်းအား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အလုံးစုံသော  
သတ္တဝါအပေါင်းတို့အားလုံး အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အမိအဘ  
တို့မှစ၍ အလုံးစုံသော သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည် ဤကောင်းမှု  
အပေါင်း၏ အဖို့ဘာဂကို အညီအမျှ ရကြ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ  
ချမ်းသာကြပါစေ။

သာဓု....သာဓု....သာဓု

တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် တတိယပိုင်း ပြီး၏။

# တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်

စတုတ္ထပိုင်း

(၁၃၃၇-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း ၈-ရက်နေ့ ဟောသည်)

တရားအနုသန္ဓေ

တုဝဋ္ဌကသုတ်ကို ပြာသိုလပြည့်နေ့က စပြီး ဟောလာခဲ့တယ်။ သုံးကြိမ်အထိ ဟောပြီးခဲ့ပါပြီ။ ဂါထာပေါင်း ၂၀-ရှိရာ မှာ ၁၃-ဂါထာအထိ ပြီးခဲ့ပါပြီ။ ဒီကနေ့ ၁၃၃၇-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလဆန်း ၈-ရက်မှာ ၁၄-ခုမြောက် ဂါထာက စပြီး ဟောရမယ်။ အဲဒီဂါထာက -

၁၄။ နိန္ဒာယ နပ္ပဝေဓေယျ၊  
န ဥန္နမေယျ ပသံသိတော ဘိက္ခု။  
လောဘံ သဟ မစ္ဆရိယေန၊  
ကောဓံ ပေသုဏိယဉ္စ ပနုဒေယျ တဲ့။

ကဲ့ရဲ့သံ ချီးမွမ်းသံ သည်းခံနိုင်ပါစေ

ဘိက္ခု - ရဟန်းသည်။ နိန္ဒာယ - သူတပါးတို့က ကဲ့ရဲ့ခြင်းကြောင့်။ နပ္ပဝေဓေယျ - စိတ်ဓာတ်တုန်ဆုတ် မတုန်လှုပ်ရာ။ ပသံသိတော - အချီးမွမ်းခံရလျှင်လည်း။ န ဥန္နမေယျ - ဝမ်းသာလှုပ်ရှား မတက်ကြွရာ တဲ့။



ကဲ့ရဲ့တယ် ချီးမွမ်းတယ် ဆိုတာ လောကထဲမှာ ရှိနေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟူသမျှ တွေ့ကြုံရမဲ့ ဖြစ်တဲ့ လောကဓံတရားဘဲ၊ ဘာမျှ ထူးခြားတဲ့ အကြောင်း မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒါပေမဲ့ လောကဘက် က ဂုဏ်နဲ့ဖြစ်စေ၊ တရားဘက်က ဂုဏ်နဲ့ဖြစ်စေ အကဲ့ရဲ့ခံရယင် စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းပြီး တုန်လှုပ်တတ်ကြတယ်၊ အရေးကြီးတာ မကြီးတာ စိစစ်ကြည့်ယင်တော့ လောကဘက်က ဘယ်လို ဂုဏ်ဖြင့် ကဲ့ရဲ့စေကာမူ ဘာမျှ အရေးမကြီးပါဘူး၊ ဒါကြောင့် လောကဘက်က အမျိုး၊ ဇာတ်၊ စီးပွားဥစ္စာ၊ အတတ်ပညာ၊ အလုပ်အကိုင်စသည်နှင့် စပ်ပြီး ဘယ်လိုပင် ကဲ့ရဲ့ကြစေကာမူ ဘာမျှ အရေးမကြီးပါဘူး၊ အဲဒါကို ဂရုစိုက်ပဲ စိတ်အေး လက်အေးနေနိုင်ပါတယ်၊ အဲဒီလို ကဲ့ရဲ့တဲ့ စကားသံကိုလဲ ဂရုစိုက်နားမထောင်ဘဲ နေရမယ်၊ သတိပဋ္ဌာန် အလုပ် လက်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ် ဆိုယင် ကြားရတာ သိရတာကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်လိုက်ရုံပါဘဲ။ တရားဘက်ကတော့ သိလစသည် ချွတ်ယွင်း မှုဖြင့် အကဲ့ရဲ့ခံရယင် မိမိမှာ ချွတ်ယွင်းချက် ရှိ-မရှိ ဆင်ခြင် ကြည့်ရမယ်၊ ချွတ်ယွင်းချက်ရှိယင် ပြင်သင့်တာကို ပြင်ပြီး စိတ်အေးလက်အေး နေရုံပါဘဲ၊ ချွတ်ယွင်းချက်မရှိဘဲ ကဲ့ရဲ့ တာ ဆိုယင်တော့ ဂရုစိုက်ဖို့ မလိုပါဘူး၊ မြတ်စွာဘုရားကို တောင် မကြည်ညိုတဲ့ သူတွေက ကဲ့ရဲ့ကြသေးတာဘဲ၊ “မိမိ မှာ အပြစ်မရှိယင် ပြီးတာဘဲ” လို့ နှလုံးသွင်းပြီး မတုန်မလှုပ် တည်ငြိမ်စွာ နေရမယ်။ အဲဒါကို “ကဲ့ရဲ့သော်လဲ၊ မလှုပ်ပဲ (တည်ငြိမ်နေရမယ်)” လို့ ဆောင်ပုဒ်မှာ ဆိုထားတယ်။

အချီးမွမ်းခံရယင်တော့ အများက ကြိုက်တတ်ကြတယ်၊ မဟုတ်ပဲနဲ့ မြှောက်ပင့်ပြီး ချီးမွမ်းတာကိုလဲ သဘောတူပြီး

လက်ခံနေတတ်ကြတယ်။ အဲဒါဟာ မဟုတ်တဲ့ဂုဏ်နဲ့ တက်ကြွ  
တဲ့ သဘောဘဲ။ အမှန်ကတော့ ဟုတ်တဲ့ဂုဏ်နဲ့ ချီးမွမ်းတောင်  
မတက်ကြွဘဲ သည်းခံနိုင်ဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ တရားကိုယ်  
အားဖြင့် စိစစ်ကြည့်ယင် ချီးမွမ်းဆိုတာ အသံရုပ်ကလေးမျှ  
ဘဲ။ အရေးကြီးတာကတော့ မိမိမှာ ချီးမွမ်းထိုက်တဲ့ ဂုဏ်နဲ့  
ပြည့်စုံသည်ထက် ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်သွားဖို့ အရေး  
ကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် သူတပါးက ချီးမွမ်းတာကိုလဲ  
ဂရုမစိုက်ပဲ မတက်ကြွဘဲ တည်ငြိမ်နေနိုင်ရမယ်။ အဲဒီလို  
တည်ငြိမ်နေပြီးတော့ တရားဘက်က ပြည့်စုံသည်ထက် ပြည့်စုံ  
အောင် အားထုတ်သွားရမယ်။

စာပေတတ်လို့ ချီးမွမ်းခံရတယ်ဆိုယင် ကိုယ့်ထက်တတ်သိ  
တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ အဆင့်အတန်းရောက်အောင်၊ သီလဘက်က  
အချီးမွမ်းခံရယင် ကိုယ့်ထက်သာတဲ့သူတွေရဲ့ အဆင့်အတန်း  
ရောက်အောင်၊ သမာဓိ ပညာဘက်က အချီးမွမ်းခံရယင်လဲ  
ကိုယ့်ထက်သာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်တွေရဲ့ အဆင့်အတန်းရောက်  
အောင် အားထုတ်သွားရမယ်။ အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်သို့ မရောက်  
သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး သူတပါးက ဘယ်လိုဘဲ ချီးမွမ်းကြ  
စေကာမူ “ငါ့မှာ လိုသေးတယ်” လို့သာ နှလုံးသွင်းပြီး အရ-  
ဟတ္တဖိုလ် ရောက်သည်တိုင်အောင် ကြိုးစားအားထုတ်သွားဖို့  
ပါဘဲ။ အရဟတ္တဖိုလ်ရောက်ယင်တော့ စိတ်ဓာတ်မြင့်ပြီး တက်  
ကြွတတ်တဲ့မာနလဲ မရှိတော့ဘူး။ အဲဒီအခါကျတော့ စိတ်  
မတက်ကြွအောင် ထိန်းသိမ်းစရာလဲ မလိုတော့ပါဘူး။ အဲဒီကို  
မရောက်သေးမီ မှာတော့ “လိုသေးတယ်” လို့ နှလုံးသွင်းပြီး  
စိတ်ကို မတက်ကြွအောင် ထိန်းသိမ်းရမယ်။ တက်ကြွတဲ့စိတ်  
ဖြစ်လာယင်လဲ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ပယ်သွားရမယ်။ ဒါကြောင့်

ဆောင်ပုဒ်မှာ “မြောက်လဲ မမြောက်တည်ငြိမ်ရာ” လို့ ဆိုထားတယ်။ သူများက ချီးမွမ်းပြီးမြောက်ပင့်ပြောပေမဲ့ မိမိက စိတ်မမြောက် မကြွဘဲ တည်ငြိမ်စေရမယ်လို့ ဆိုလိုတာပါ။ အဲဒီ ဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြရမယ်။

၁၄။ ကဲ့ရဲ့သော်လဲ၊ မလှုပ်ပဲ၊ မြောက်လဲ မမြောက် တည်ငြိမ်ရာ။

အဲဒီလို ကဲ့ရဲ့လို့လဲ စိတ်ဓာတ်မကျဘဲ မတုန်လှုပ်ပဲ၊ ချီးမွမ်းမြောက်ပင့်သော်လဲ မတက်ကြွဘဲ တည်ငြိမ်နေတာဟာ သမာဓိအားကောင်းတဲ့ သဘောပါ။ အဲဒီလို အဆိုးအကောင်းကို သည်းခံနိုင်အောင် တည်ငြိမ်တဲ့ သမာဓိနှင့် ပြည့်စုံစေရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီလိုမတည်ငြိမ်ခြင်း၏ အကြောင်းကလဲ လောဘစသည်တွေဘဲ၊ ဒါကြောင့် အဲဒါတွေကိုလဲ ပယ်ဖို့ရာ—

သဟ မစ္ဆရိယေန—ဝန်တိုခြင်းနှင့်တကွ၊ လောဘံ—လိုချင်မက်မောတဲ့လောဘကို၎င်း၊ ကောဓံ—အမုက် ဒေါသကို၎င်း၊ ပေသုဏိယဉ္ဇ— ဂုံးချောစကားကို၎င်း၊ ပနဒေယျ—ပယ်ရာ၏လို့ ဟောတော်မူပါတယ်။

လောဘဆိုတဲ့ လိုချင်နှစ်သက်မှု သာယာမှု ရှိနေလို့ အချီးမွမ်းခံရတာကို သာယာပြီး စိတ်တက်ကြွတယ်။ ကောဓ ဆိုတဲ့ ဒေါသရှိနေလို့ အကဲ့ရဲ့ခံရတဲ့အခါ သည်းမခံနိုင်ဖြစ်ပြီး စိတ်ဓာတ်ကျရတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ လောဘနဲ့ ဒေါသကိုရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။

နောက်ပြီးတော့ မစ္ဆရိယ—ဝန်တိုတယ် — ကပ်စေးနဲ့တယ် ဆိုတာဟာ နှစ်သက်တွယ်တာတဲ့ လောဘနှင့်လဲ ဆိုင်တယ်။

မိမိချစ်မြတ်နိုးနေတဲ့ သက်ရှိ သက်မဲ့ အရာဝတ္ထုကို သူတပါး နှင့် မနီးစပ်စေချင်တာဟာ သည်းမခံနိုင်တဲ့ ဒေါသဘဲ၊ အဲဒါ နှင့်လဲ ဆိုင်တယ်။ အဲဒီဝန်တိုတဲ့ မစ္ဆရိယကြောင့်လဲ စိတ်ဟာ မတည်ငြိမ်ဘဲ ရှိတတ်တယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီမစ္ဆရိယကိုလဲ ဖြစ် ပေါ်လာယင် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။ ဂုံးချောတယ် ဂုံးတိုက် တယ်ဆိုတာ ဝစီဒုစရိုက် ၄-ပါးထဲက အပါအဝင် တပါးဘဲ။ သီလပျက်ကြောင်း အကုသိုလ်အမှုဘဲ။ ဒါကြောင့် သီလမပျက် စေရန် အဲဒီ ဂုံးတိုက်စကား ပြောဆိုခြင်းကိုလဲ ပယ်ရမယ်တဲ့။ အဲဒီ ဂုံးတိုက်တယ်ဆိုတာ ချစ်ခင်ရင်းနှီးနေသူများကို ကဲ့ပြား စေတတ်တဲ့ အမှုဘဲ။ ဒါကြောင့် ဆောင်ပုဒ်မှာ ကာရန်လဲရတဲ့ အတွက် “ဘေဒ-ကဲ့ပြားစေတယ်” ဆိုတဲ့ ပါဠိပါ ထည့်ထား တယ်။ အဲဒီ ဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြရမယ်။

လောဘ၊ ကောဓ၊ မစ္ဆေ ရ၊ ဘေဒ-ဂုံးချော ကင်းစေရာ။

တနည်းအားဖြင့် အဓိပ္ပါယ်ကို ဖော်ပြရလျှင် ဒီသနိကာယ် ၌ သီလကိုပြရာမှာ ပါဏာတိပါတံ ပဟာယ-စသည်ဖြင့် ကာယ ဒုစရိုက် ၃-ပါး၊ ဝစီဒုစရိုက် ၄-ပါးမှ ကြဉ်ရှောင်ပုံကို ပြထား ပါတယ်။ ဒီသုတ်မှာလဲ မေထုနံ ဝိပုဇ္ဇဟေ-ဆိုတဲ့ စကားဖြင့် အဗြဟ္မစရိယမှ ကြဉ်ရှောင်ပုံကို ပြခဲ့ပါပြီ။ ဒီဂါထာမှာ ဂုံး ချောစကားကို ပယ်ရမယ်ဆိုတဲ့စကားဖြင့် ပုံသုဏဝါစာမှကြဉ် ရှောင်ပုံကိုပြပါတယ်။ အမှတ် ၁၇-ဂါထာမှာ မောသဝဇ္ဇေ န နိယေထ-ဆိုတဲ့ စကားဖြင့် မုသာဝါဒမှကြဉ်ရှောင်ပုံကို ပြတယ်။ အမှတ် ၁၈-ဂါထာမှာ ဖရုသေန နေ န ပဋိဝဇ္ဇာ-ဆိုတဲ့ စကားဖြင့် ဖရုသဝါစာမှ ကြဉ်ရှောင်ပုံကို ပြတယ်။ အဲဒီတော့ တိုက်ရိုက်အားဖြင့် မပြရဘဲ ကျန်နေတာတွေက ပါဏာတိပါတံ



အဒိန္နာဒါန သမ္ပပ္ပလာပတို့မှ ကြဉ်ရှောင်ပုံတွေဘဲ၊ အဲဒီ ကျန်  
နေတဲ့ ၃-ပါးထဲက လောဘကို ပယ်ရမယ်ဆိုတဲ့ စကားဖြင့်  
လောဘအရင်းခံပြီးဖြစ်နိုင်တဲ့ အဒိန္နာဒါန သမ္ပပ္ပလာပတို့မှ  
ကြဉ်ရှောင်ရန်ပြတယ်၊ ကောဓကိုပယ်ရမယ်ဆိုတဲ့ စကားဖြင့်  
အမျက်ဒေါသ အကြောင်းပြုပြီးဖြစ်နိုင်တဲ့ ပါဏာတိပါတမှ  
ကြဉ်ရှောင်ရန် ပြတယ်လို့လဲ ယူသင့်ပါတယ်။ အဲဒီလို ယူလိုက်  
ယင် ဒီဃနိကာယ်မှာပြထားတဲ့ ဒုစ္စရိုက်(၇)ပါးမှ ကြဉ်ရှောင်မှု  
သီလတွေ အကုန်ပြည့်စုံသွားပါတယ်။

အဲဒီက နောက်လဲ သီလနှင့်ဆိုင်တဲ့ ကျင့်ဝတ်တွေကို ဆက်  
ပြီး ဟောကြားတော်မူပြန်ပါတယ်၊ ဟောပုံကတော့—

၁၅။ ကယဝိက္ကယေ န တိဋ္ဌေယျ၊  
ဥပဝါဒံ ဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ။  
ဂါမေ စ နာဘိသဇ္ဇေယျ၊  
လာဘကမျာ ဇနံ န လပယေယျ။

•ရဟန်းကောင်း အရောင်းအဝယ် မပြုရ

ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ကယဝိက္ကယေ-ရောင်းဝယ်မှု၌၊ န  
တိဋ္ဌေယျ-မတည်ရာ-တဲ့။

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရား၏တပည့် ရဟန်းကောင်း ရဟန်းမြတ်  
ဆိုယင် စိုက်ပျိုးရေးအလုပ် လခစားအလုပ် ဗေဒင်ဟော  
ဆေးကုအလုပ် အရောင်းအဝယ်အလုပ် အစရှိတဲ့ စီးပွားရေး  
အလုပ်ဟူသမျှ ဘယ်လိုအလုပ်ကိုမျှ မလုပ်ရဘူး၊ အဲဒီလို  
စီးပွားရေးအလုပ်ကိုလုပ်လို့ ရလာတဲ့ ပစ္စည်းကိုလဲ မသုံးဆောင်

ကောင်းဘူး၊ ဒီလို စီးပွားရေးအလုပ်တွေမှ မြတ်စွာဘုရား ကိုယ်တိုင် ကင်းရှင်းသလိုပင် ဘုရားတပည့် ရဟန်းကောင်း တွေလဲ ကင်းရှင်းသင့်တာချည်းဘဲ။ ဒါကြောင့် ဒီသနိကာယ် သီလက္ခန္ဓဝဂ် ဗြဟ္မဇာလသုတ်မှာ မြတ်စွာဘုရား၏ သီလကို ဒီလိုထုတ်ဖော်ပြီး ဟောထားပါတယ်။

သမဏော ဂေါတမော-ရဟန်းဂေါတမသည်၊ ကယဝိက္ခယာ-ရောင်းဝယ်ခြင်းမှ၊ ပဋိဝိရတော-ကြဉ်ရှောင်တော်မူ၏-လို့ ဒီလိုလဲ မြတ်စွာဘုရားကို သီလဂုဏ်ဖြင့် ချီးမွမ်းနိုင်ပါတယ်တဲ့။ ထို့အတူပင် သာမညဗလသုတ်ကျတော့လဲ-

မဟာရာဇ-အဇာတသတ်ခင်းမြတ်၊ ဣဓ-ဤငါဘုရား၏ သာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်။ပ။ ကယဝိက္ခယာ-ရောင်းဝယ်ခြင်းမှ၊ ပဋိဝိရတော-ကြဉ်ရှောင်သည်၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏-လို့ ဟောထားပါတယ်။ အဲဒီစကား ၂-ရပ်ဟာ ရောင်းဝယ်မှုဟူသမျှမှ ကင်းကြောင်း ပြတော်မူတာချည်းပါဘဲ။ ဒါကြောင့် ဒီ တုဝဋ္ဌကသုတ်မှာလဲ ကယဝိက္ခယေ-အရ ရောင်းဝယ်မှုဆိုတာ ရောင်းဝယ်မှုဟူသမျှ အကုန်လုံးကို ဆိုတယ်လို့ ယူတာက ကျယ်ပြန့်ပြည့်စုံပါတယ်။ မဟာနိဒ္ဒသစသည်မှာ “ရဟန်းသာမဏေသည် သီတင်းသုံးဘော်ချင်း လှည့်စား၍ ဖြစ်ဖြစ် အမြတ်ရအောင်ဖြစ်ဖြစ် ပစ္စည်းလဲလှယ်ခြင်းကိုသာ ရည်ရွယ်တယ်”ဆိုတဲ့ အဖွင့်ကတော့ အလွန်နယ်ကျဉ်းနေပါတယ်။ မဟာသမယသုတ်ကို ဟောတာက မြတ်စွာဘုရား၏ သေးဝါနှင့် ငါးစိစပ်ကြား နယုန်လပြည့် ဖြစ်သင့်ပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဆိုယင် ဘိက္ခုနီ သိက္ခမာန် သာမဏေရီတို့ ဆိုတာ တွေ မရှိသေးပါဘူး၊ ရဟန်းနှင့် သာမဏေလောက်သာ ရှိပါ

သေးတယ်၊ အဲဒီတုန်းက ရဟန်း သာမဏေများမှာလဲ အမြတ်  
ရအောင် လဲလှယ်မှုမျိုး ရှိမယ်မဟုတ်ပါဘူး၊ ရဟန္တာတွေ  
အရိယာတွေသာ မျှပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီတုန်းက  
ရဟန်းသာမဏေတွေဟာ ရောင်းဝယ်မှုဟူသမျှမှ ကင်းဝေးစင်း  
ကြယ်နေကြတယ်ဆိုတာ အသွန်ထင်ရှားနေပါတယ်။

အရေးကြီးတာက လူဝတ်ကြောင်များလို စီးပွားရေး  
အလုပ်ကို မလုပ်ကြဘူး အရောင်းအဝယ် မလုပ်ကြဘူးဆိုတဲ့  
ဂုဏ်ဟာ ကြည်ညိုဘွယ်ဂုဏ်ဖြစ်ပါတယ်၊ လူဝတ်ကြောင်များလို  
အရောင် အဝယ်မလုပ်ဘူး ဆိုတဲ့အတွက် ဂုဏ်ယုတ်ဖွယ် မရှိပါ  
ဘူး၊ ဂုဏ်တက်ဖွယ်သာ ရှိပါတယ်။ ဒါကြောင့် မဟာနိဒ္ဒေသ  
စသည်မှာလဲ မူလက ဆိုလိုတာကတော့ လူ့လောကအရောင်း  
အဝယ်မျိုးမှသာ မဟုတ်ဘူး၊ သီတင်းသုံးဘော်အချင်းချင်း  
အမြတ်ရဘို့ရည်ရွယ်ပြီး ပစ္စည်းလဲလှယ်ခြင်းမှလဲ ကင်းတယ်လို့  
ဒီလိုဆိုခဲ့တာ ဖြစ်ပါလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုမယူယင် မြတ်စွာဘုရား၏  
ကယဝိက္ကယမှ ကြဉ်ရှောင်ပုံကိုလဲ သီတင်းသုံးဘော်ချင်း လဲ  
လှယ်မှုကိုသာယူရမလို့ ဖြစ်နေပါလိမ့်မယ်၊ အဲဒီလိုဆိုတော့  
တော်တော်ကို အဆင်မပြေဘဲ ရှိနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီသုတ်  
မှာလဲ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်ရဟန်းကောင်းမှန်လျှင် အ  
ရောင်းအဝယ် ဟူသမျှမှကင်းတယ်လို့သာ ယူသင့်ပါတယ်။

ယခုခေတ်မှာ ဒကာ ဒကာမများက လူ နတ် နိဗ္ဗာန်  
သုံးတန်သော ချမ်းသာကို ရည်မြှော်ပြီးတော့ “ရဟန်းတော်  
များဟာ သီလစသည်နှင့် ပြည့်စုံကြပေတယ်”လို့ ယုံကြည်  
မြတ်နိုးပြီး သင်္ကန်းစသည်တွေကို လှူကြတယ်၊ အဲဒါဟာ

သူတို့ကိုယ်တိုင်လဲ မသုံးရက်ပဲ၊ အင်မတန် ချစ်တဲ့ သား မယား များအားလဲ မပေးရက်ပဲ ရက်ရက်ရောရော လှူကြတာပါ။ အဲဒီလို လှူတဲ့ပစ္စည်းများကို ရဟန်းတော်များက သာသနာတော် အကျိုးများအောင် သုံးစွဲသင့်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အချို့ကတော့ သင်္ကန်းစသည်တွေကို ရောင်းပြီး ငွေစုကြတယ်လို့လဲ ကြားသိရပါတယ်။ အဲဒါဟာ သေသေချာချာ စဉ်းစားကြည့် ယင် သာသနာတော်အတွက် ဝမ်းနည်းစရာပါ။ တချို့ကတော့ အသံချဲ့စက်တို့ ရကော်ဒါတို့ ထူထောင်ပြီးတော့ အငှါးလိုက်စေသေးတယ်လို့လဲ ကြားရပါတယ်။ တခါက (လွန်ခဲ့တဲ့ တဆယ့်လေးငါးနှစ်လောက်ဆီကပါ) ရထားလမ်း အနီးက မြို့တမြို့သို့ တရားဟော ရောက်သွားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက ဒကာတဦးက ပြောကြားလို့ သိရတာကတော့ သူတို့ဆီမှာ ဆွမ်းကျွေးဆိုယင် အသံချဲ့စက်နဲ့ ရကော်ဒါပါ ထည့်ရပါသတဲ့။ တနေ့တော့ သူက အသံချဲ့စက် ရကော်ဒါ အငှါးလိုက်စေတဲ့ ဘုန်းကြီးကို ဆွမ်းဘုဉ်းပေး ပင့်တယ်။ အဲဒီအခါ အဲဒီဘုန်းကြီးက အသံချဲ့စက်ပါခဲ့လား၊ အသံချဲ့စက်မပါယင် ငါမလိုက်ဘူး လို့တောင် ပြောတယ်ဆိုတဲ့။ တခြားအရပ် အချို့မှာလဲ ဒီလို အငှါးလိုက်စေတာ ရှိတယ်လို့ဘဲ ကြားသိရပါတယ်။

မြတ်စွာဘုရား အလိုတော်ကတော့ အဲဒီလို အရောင်းအဝယ် ဟူသမျှတွေမှ ကင်းရှင်းစေလိုတော်မူပါတယ်။ အဲဒီဩဝါဒကို လိုက်နာရန်လဲ ရဟန်းများမှာ တာဝန်မလေးပါဘူး။ စားဝတ်နေရေးအတွက် ရဟန်းများမှာ ဒကာ ဒကာမတွေက လှူဒါန်းနေကြတာဟာ လိုလေသေးမရှိ ပြည့်စုံနေတာပါ။ ဒါကြောင့် ကယဝိက္ကယေ-ရောင်းဝယ်မှု၌ နှ တိဋ္ဌေယျ-



မတည်ရာ-ဆိုတဲ့ ဒီဘုရား အဆုံးအမတော်ကို ရှိသေစွာ  
လိုက်နာသင့်ပါတယ်။ အများအားဖြင့်တော့လဲ ရှိသေစွာ  
လိုက်နာကျင့်သုံးနေကြတာဘဲ များပါတယ်။

ကဲ့ရဲ့ဘွယ်အမှု မပြုရ

ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဥပဝါဒ-သူတပါးတို့က ကဲ့ရဲ့ဘွယ်  
အမှုကို၊ ကုဟိဉ္စိ-တစုံတရာ၌မျှ၊ န ကရေယျ-မပြုရာ-တဲ့။

ကဲ့ရဲ့ဘွယ်အမှု ကဲ့ရဲ့ဘွယ်ကိလေသာတွေက အကြမ်းစား  
အလတ်စား အနုစားလို့ သုံးမျိုးရှိတယ်။ (၁) အကြမ်းစား  
က ဘာတွေလဲဆိုယင် သတ်ခြင်း ခိုးခြင်း မေထုန်မှုဆိုတဲ့  
ကာယဒုစ္စရိုက် ၃-ပါး၊ လိမ်ခြင်း ဂုံးတိုက်ခြင်း ဆဲဆိုခြင်း  
အကျိုးမဲ့စကားပြောဆိုခြင်းဆိုတဲ့ ဝစီဒုစ္စရိုက် ၄-ပါး၊ သူဥစ္စာ  
ကို ရလိုသမှု ရှေးရှုကြံခြင်း သူတပါးကို သေပျက်စေလိုခြင်း  
ကံ-ကံ၏အကျိုးမရှိဟု ယူခြင်းဆိုတဲ့ မနောဒုစ္စရိုက် ၃-ပါး ဒီ  
ဒုစ္စရိုက်တွေပါတဲ့၊ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်များကို ကျူးလွန်မှုတွေလဲ  
ဒီ အကြမ်းစား အကုသိုလ်ထဲ ပါဝင်တယ်လို့ ယူသင့်ပါတယ်။  
ဒီအကြမ်းစား အကုသိုလ်တွေထဲမှ မနောဒုစ္စရိုက် ၃-ပါးကို  
တော့ သမာဓိ-ပညာတို့ဖြင့် ပယ်ဖို့ပါတဲ့။

(၂) အလတ်စား ကိလေသာကတော့ (၁) ကာမဂုဏ်  
အာရုံတွေကိုကြံတဲ့ ကာမဝိတက်၊ (၂) သူတပါးကို သေပျက်  
စေရန် ကြံတဲ့ ဗျာပါဒဝိတက်၊ (၃) သူတပါးကို ညှဉ်းဆဲရန်  
ကြံတဲ့ ဝိဟိ သာဝိတက်-ဒီ ဝိတက် သုံးမျိုးပါတဲ့။

(၃) အနုစား ကိလေသာတွေကတော့ (၁) ဆွေမျိုး  
တို့ကို လွမ်းတလျက်ဖြစ်စေ၊ ကြီးပွားချမ်းသာစေရန် ဖြစ်စေ၊

ကြီးပွားဆုတ်ယုတ်တဲ့အတွက် ဝမ်းသာ ဝမ်းနည်းလျက်ဖြစ်စေ  
 ကြံတဲ့ ဉာဏ်ဝိတက်၊ (၂) ထို့အတူပင် ဆိုင်ရာနယ်ပယ်အတွက်  
 ကြံစည်တဲ့ ဇနပဒဝိတက်၊ (၃) မသေရေး အသက်ရှည်ရေး  
 အတွက် ဒုက္ကရစရိယအကျင့်ကို ကြံတဲ့ အမရဝိတက် (ထွက်  
 ရပ်ပေါက်စသည်ကို ကြံတာဘဲ ဒီ ဝိတက်ထဲမှာ ပါဝင်သင့်ပါ  
 တယ်)၊ (၄) သူတပါးအား သနားပြီး ကြံတဲ့ ပရာနုဒယတာ  
 ပဋိသံယုတ္တဝိတက် (လောကရေးဖြင့် သနားတာကိုသာ ယူသင့်  
 ၏၊ တရားရေးဖြင့် သနားခြင်းသည်ကား ဖြစ်သင့်သော  
 သမ္မာသင်္ကပ္ပပင်ဖြစ်သည်)၊ (၅) လာဘ် လာဘစသည်နှင့်  
 စပ်ပြီးကြံတဲ့ လာဘသက္ကာရ သိလောက ပဋိသံယုတ္တဝိတက်၊  
 (၆) မိမိအား သူတပါးက အဆင်မသေးစေရန် အထင်ကြီး  
 စေရန် ကြံတဲ့ အနဝညတ္တိပဋိသံယုတ္တဝိတက်ဆိုတဲ့ ဒီဝိတက်  
 ၆-ပါးပါဘဲ။ ဒီ အလတ်စား၊ အနုစား ကိလေသာတွေကိုလဲ  
 သမာဓိပညာတို့ဖြင့် ပယ်ဖို့ပါဘဲ။

အဲဒီ အကြမ်း အလတ် အနု ကိလေသာများကို သူတပါး၏  
 မျက်မှောက်မှာဖြစ်စေ၊ မျက်ကွယ်မှာ ဖြစ်စေ၊ ကိုယ်တွင်းရေး  
 နှင့်စပ်၍ ဖြစ်စေ၊ သူတပါးအရေးနှင့် စပ်၍ဖြစ်စေ မဖြစ်စေ  
 ရဘူး၊ အကယ်၍ ဖြစ်ပေါ်လာယင်လဲ ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ဖို့ပါဘဲ။  
 အဲဒီလို ကိလေသာတွေကို သူတပါး မမြင်ဘူးထင်ပြီး ပြုလုပ်  
 ကြံစည်နေပေမယ့်လို့ နတ်တွေကလဲ မြင်နိုင်တယ်၊ အဘိညာဉ်ရ  
 ပုဂ္ဂိုလ်တွေကလဲ မြင်နိုင်သိနိုင်တယ်၊ ဒါကြောင့်လဲကြည့်ရ ပယ်ရ  
 မယ်တဲ့။ နောက်ပြီးတော့ မိမိ၏ ဂုဏ်သိက္ခာကို ငဲ့ပြီးတော့လဲ  
 ကြည့်ရပယ်ရမယ်တဲ့။ နောက်ပြီးတော့ မကောင်းကျိုးပေးတတ်

တဲ့ အကုသိုလ်ဖြစ်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အကုသိုလ်ကံ၏အကြောင်း အထောက်အပံ့ဖြစ်ခြင်းများကြောင့်လဲ ကြည်ရ ပယ်ရ မယ်တဲ့။

ဒီ စကားရပ်ဖြင့် “ဒီသုတ်မှာ တိုက်ရိုက်ပြမထားတဲ့ ဝိနည်း သိက္ခာပုဒ် ဆိုင်ရာသီလတွေကို” အကုန်ညှန်ပြတယ်လို့ ယူသင့်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပါတိမောက်အကျင့်ကို ဟောတော်မူပါလို့ တောင်းပန်တဲ့ နိဗ္ဗိတဘုရားရှင်၏ စကားအရ ပါတိမောက်အကျင့်တွေ လိုနေသေးတယ်လို့ ဆိုဘွယ်မရှိတော့ဘူးဆိုတာကိုလဲ အထူးသတိပြုသင့်ပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့-ဂါမေ စ-ရွာ၌လည်း၊ န အဘိသဇ္ဇေယျ-မကပ်ငြိမတွယ်တာရာ-တဲ့။ မိမိအား လှူဒါန်းထောက်ပံ့နေတဲ့ ဒကာ ဒကာမတွေနှင့် စပ်ပြီး ဂေဟသီတပေမခေါ် ခင်မင်ခြင်းမျိုးဖြင့် ခင်မင်တွယ်တာမနေရဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီသုံးပိုဒ်အရ ဆောင်ပုဒ်ကတော့-အရောင်းအဝယ်၊ စွပ်စွဲဘွယ်၊ ငြိတွယ် ရွာ၌ မပြုရာတဲ့၊ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁၅။ အရောင်းအဝယ်၊ စွပ်စွဲဘွယ်၊ ငြိတွယ် ရွာ၌မပြုရာ။

ရွာ၌ ကပ်ငြိတွယ်တာပုံကို မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ဒီလို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

ဣဓ-ဤလောက၌၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဂါမေ-ရွာ၌၊ ဂိဟိဟိ-လူဝတ်ကြောင်တို့နှင့်၊ သံသဠော-ရောနှောလျက်၊ ဝိဟရတိ-နေ၏။ သဟနန္ဒီ-ချမ်းသာသူတို့နှင့်အတူ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာလျက်၊ သဟသောကီ-ဆင်းရဲသူတို့နှင့်အတူ စိုးရိမ်ပူပန်လျက်၊ သုခိတေသု သုခိတော-ဒကာ ဒကာမတို့ ချမ်းသာကြလျှင် ကိုယ်တိုင်လည်း ချမ်းသာလျက်၊ ဒုက္ခိတေသု၊

ဒုက္ခိတော-ဒကာ ဒကာမတို့ ဆင်းရဲကြလျှင် ကိုယ်တိုင် လည်း ဆင်းရဲလျက်၊ ဝိဟရတိ-နေ၏၊ ကိစ္စကရဏီယေသု- ပြုဘွယ်အမှုကိစ္စတို့၌၊ အတ္တနာ ဝေါယောဂံ-မိမိကိုယ်တိုင် ပါ ဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းသို့၊ အာပဇ္ဇတိ-ရောက်၏-တဲ့။

မိမိ၏ ဒကာ ဒကာမတွေ ပြည့်စုံချမ်းသာနေကြလျှင် ရဟန်းကလဲ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်နေတယ်၊ ဒကာ ဒကာမ တွေ ဆင်းရဲဒုက္ခရောက်နေကြလျှင် ရဟန်းကလဲ စိုးရိမ်ပူပန်ပြီး ဆင်းရဲနေတယ်၊ ဒကာ ဒကာမတွေမှာ ဆောင်ရွက်ဖွယ် ကိစ္စ ကြီးငယ်ပေါ်လာလျှင် အဲဒီ ကိစ္စကြီးငယ်တွေမှာလဲ ရဟန်းက ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးတယ်၊ အဲဒါဟာ ရပ်ရွာက ဒကာ ဒကာမ တွေမှာ ငြိကပ်တယ်တာနေခြင်းပါဘဲ၊ အဲဒီလို ငြိကပ်တယ် တာခြင်း မရှိစေရဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒီလို မငြိကပ် မတယ်တာပုံနှင့် စပ်ပြီး ဝိသုဒ္ဓိမဂ်(ပ-ဂဂ)မှာ ရဟန်းငယ် ဦးပဉ္စင်းတပါးအကြောင်းကို ထုတ်ပြထားပါတယ်။

### ပဉ္စင်းတပါး၏ ကုလပလိဗောဓကင်းပုံ

ကောရဏ္ဍကကျောင်းနေ မထေရ်ကြီး၏ တူဖြစ်သူ ဦးပဉ္စင်း ဟာ စာသင်ရန် ရောဟဏဇနပုဒ်(နယ်)သို့ ကြွသွားတယ်၊ သူမယ်တော် ဒကာမကြီးက အစ်ကို မထေရ်ကြီးထံမှာ သူ သားဦးပဉ္စင်းအကြောင်းကို မကြာခဏ မေးမေးနေပါသတဲ့။ တနေသောအခါမှာ အဲဒီ မထေရ်ကြီးက သူတူ ဦးပဉ္စင်းကို ပြန်ခေါ်ခွဲရန် ရောဟဏဇနပုဒ်သို့ သွားတယ်၊ ဦးပဉ္စင်းကလဲ “ဒီမှာ ငါနေတာ ကြာပြီ၊ ဥပဇ္ဈာယ်ဆရာတော်ကို ဖူးမြော်ပြီး တော့ မယ်တော်၏ အကြောင်းကိုလဲ သိရအောင် ပြန်ဦးမှဘဲ”



လို့ ကြံပြီး ရောဟဏမှ ထွက်ခွါလာခဲ့တယ်။ အဲဒီ ဆရာတပည့် ၂-ပါးတို့ဟာ မဟာဝေလိဂင်္ဂါခေါ်တဲ့ မြစ်၏ ဆိပ်ကမ်းမှာ တွေ့ဆုံမိကြပါသတဲ့။ အဲဒီအခါ မထေရ်ကြီးက ဘယ်ကို သွားမလဲ လို့ မေးတော့ ဦးပဉ္စင်းက သူရည်ရွယ်ထားတဲ့အတိုင်း လျှောက်ထားတယ်။ အေး သင်လာတာ ကောင်းတယ်၊ သင်မယ်တော်က မကြာခဏ မေးနေတယ်၊ ငါလဲ အဲဒီကိစ္စအတွက် လာခဲ့တာဘဲ၊ သင် သွားပေတော့၊ ငါကတော့ ဒီရောဟဏ နယ်မှာဘဲ ဒီဝါနေဦးမယ်လို့ ပြောပြီး မထေရ်ကြီးက ဦးပဉ္စင်းကို လွှတ်လိုက်တယ်။

အဲဒီ ဦးပဉ္စင်းဟာ ဝါကပ်ရမည့်ခန့်မှာပင် အဲဒီကောရဏ္ဍက ကျောင်းသို့ ရောက်တယ်။ နေရာကလဲ သူ့ခမည်းတော်၏ ကျောင်းဆောင်မှာဘဲ ရတယ်။ နောက်တနေ့ နံနက်မှာ သူ့ခမည်းတော်က နေရာချထားတဲ့ မထေရ်ထံ လာရောက်ပြီးတော့ “တပည့်တော်တို့၏ ကျောင်းမှာ ဘယ်အရှင်မြတ် နေရာချထားပါသလဲ”လို့ မေးလျှောက်တယ်။ “အာဂန္တု ရဟန်းတပါးအား ချထားတယ်”လို့ ကြားရတဲ့အခါ အဲဒီ ဦးပဉ္စင်းထံ သွားရောက် ရှိခိုးပြီးတော့ “အရှင်ဘုရား တပည့်တော်တို့၏ ကျောင်း၌ ဝါကပ်တဲ့ ရဟန်းမှာ ပြုကျင့်ရမည့် ကျင့်ဝတ်ရှိပါတယ်”လို့ လျှောက်တယ်။ ဘာလဲ ဒကာကြီးလို့ မေးတော့ “ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး တပည့်တော်တို့အိမ်မှာသာ ဆွမ်းခံရပါမယ်၊ ပဝါရဏာပြုပြီး ထွက်ခွါသွားတဲ့အခါလဲ ပန်ကြားရပါမယ်”လို့ လျှောက်တယ်။ ဆိတ်ဆိတ်နေခြင်းဖြင့် ဦးပဉ္စင်းက လက်ခံလိုက်ပါတယ်။

ကျောင်းဒကာကြီးက အိမ်ပြန်သွားပြီးတော့ ကျောင်းအမအား “ငါတို့၏ ကျောင်းမှာ အာဂန္တု အရှင်မြတ်တပါး ဝါကပ်တယ်ဟေ့၊ အဲဒီ အရှင်မြတ်အား ရိုရိုသေသေ ကောင်းကောင်း မွန်မွန် ပြုစု လုပ်ကျွေးရမယ်လို့” ပြောကြားတယ်။ ကျောင်းအမကလဲ ကောင်းပါပြီလို့ ဝန်ခံပြီးတော့ မွန်မြတ်သော ခဲဘွယ်ဘောဇဉ်ကို ချက်ပြုတ် ပြုပြင်တယ်။ ဦးပဉ္စင်းကလဲ ဆွမ်းအချိန်ကျတဲ့အခါ အဲဒီဆွေမျိုးအိမ် သွားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်သူကမှ အဲဒီဦးပဉ္စင်းကို မမှတ်မိဘူးတဲ့။

အဲဒီ ဦးပဉ္စင်းဟာ အဲဒီအိမ်မှာ ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး ဆွမ်းကို ခံယူဘုဦးပေးပြီးတဲ့နောက် ဝါကျွတ်တဲ့အခါ “ဦးပဉ္စင်း သွားတော့မယ်” လို့ ပန်ကြားတယ်။ အဲဒီအခါ မယ်တော် ဒကာမကြီးနှင့်တကွ ဆွေမျိုးများက “နက်ဖြန်မှ ကြွပါဘုရား။ လို့ လျှောက်ထားပြီးတော့ နောက်တနေ့၌ အိမ်မှာဘဲ ဆွမ်းကပ်ပြီး ဆီကျည်တောက်ကိုလဲ ဆီအပြည့် ထည့်ပေးတယ်။ ဟိုရှေးတုန်းက ခြေထောက်စသည်ကို ဆီလိမ်းလေ့ ရှိကြပါတယ်။ သီဟိုဠ်မှာတော့ ယခုလဲ ရဟန်းများမှာ ဆီလိမ်းလေ့ ရှိကြတာပါဘဲ၊ ဆေးနှင့်စပ်ပြီး ပြုပြင်ထားတဲ့အတွက် အချို့ ဆီက ကျန်းမာရေးအတွက် ကောင်းတယ်လို့လဲ ဆိုပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆီကျည်တောက်မှာ ဆီအပြည့် ထည့်ပြီးတော့ တင်လဲ (ကြံသကာ) ခဲတခုနဲ့ ကိုးတောင်ရှိတဲ့ အဝတ်ပိုင်းတခု ကိုလဲလှူပြီး ကြွတော်မူပါတော့ အရှင်ဘုရားလို့ လျှောက်ကြတယ်။ ဦးပဉ္စင်းလဲ အနုမောဒနာတရားဟောပြီး ရောဟဏ နယ်သို့ ရည်ချွယ်ပြီး ထွက်ခွာသွားတယ်။

သုဉ္စပဉ္စာယ်ဆရာကလဲ ပဝါရဏာပြုပြီးနောက် နေရပ်သို့ ပြန်လာတယ်။ ဝါဆိုဦးက ဆုံမိတဲ့နေရာမှာ ၂-ပါးတွေ့ဆုံမိကြတယ်။ ဦးပဉ္စင်းက မထေရ်ကြီးအား ဝတ်ပြုတယ်။ ဘယ်နှယ်လဲ တပည့် သင့်မယ်တော်ကို တွေ့ခဲ့ပါရဲ့လားလို့ မေးတယ်။ မှန်ပါဘုရား တွေ့ခဲ့ပါတယ် စသည်ဖြင့် အကြောင်းအလုံးစုံကို လျှောက်ပြီးတော့ ဟိုကလှူလို့ကံတဲ ဆီဖြင့်ပင် မထေရ်ကြီး၏ ခြေများကို လိမ်းသုတ်ပေးတယ်။ ဟိုကလှူလို့ကံတဲ တင်လဲ ကြံသကာဖြင့်ပင် အဖျော်လုပ်ပြီး ကပ်တယ်။ ဟိုကလှူလို့ကံတဲ ကိုးတောင်ရှိအဝတ်ကိုလဲ ဆရာမထေရ်ကြီးအားပင် လှူလိုက်တယ်။ ရှိခိုးကန်တော့ပြီးတော့ တပည့်တော်မှာ ရောဟဏ အရပ်ပဲ သင့်လျော်ပါတယ်လို့ လျှောက်ပြီး ဦးပဉ္စင်းက ထွက်ခွာသွားပါ သတဲ့။ မထေရ်ကြီးလဲ ကျောင်းသို့ရောက်ပြီး နောက်တနေ့မှာ ကောရဏ္ဍကရွာသို့ ဝင်သွားတယ်။

ဦးပဉ္စင်းရဲ့ မယ်တော်ကြီးကလဲ ငါ့အစ်ကို မထေရ်ဟာ ယခုပင် ငါ့သားကို ခေါ်ပြီးလာလိမ့်မယ် လာလိမ့်မယ်လို့ မကြာ မကြာ လမ်းဆီကို မျှော်ကြည့်နေပါသတဲ့။ အဲဒီလို ကြည့်နေစဉ်မှာ မထေရ်ကြီးတပါးတည်း လာနေတာကို မြင်ရတော့ ငါ့သား သေပြီထင်တယ်။ ဒါကြောင့် မထေရ်ကြီးဟာ တပါးတည်းလာတာ ဖြစ်မှာဘဲလို့ တွေးတောပြီးတော့ မထေရ်ကြီး၏ ခြေတော်ရင်းမှာ ဝပ်ပြီး မြည်တမ်း ငိုကြွေးပါရောတဲ့။ အဲဒီတော့ မထေရ်ကြီးက ဦးပဉ္စင်းဟာ အလိုနည်းတဲ့အတွက် သူဟာ သားဖြစ်ကြောင်းအသိမပေးဘဲ ပြန်သွားဟန်တူတယ်လို့ စဉ်းစားမိပြီးတော့ ဒကာမကြီးအား စိတ်သက်သာရာရစေကာ အကြောင်းအရာအလုံးစုံကို ပြောပြပြီး

သုတ္တံလှူလိုက်တဲ့ ကိုးတောင်ရှိ အဝတ်ကိုလဲ သပိတ်အိတ်ထဲမှ ထုတ်ပြလိုက်တယ်။

အဲဒီတော့ ဒကာမကြီးက ကြည်ညိုသဒ္ဓါတွေ ပွားပြီးတော့ သားဦးပဉ္စင်းသွားရာအရပ်ဆီကို ဦးတမ်းလျက် ရင်ဖြင့် တုပ်ဝပ်ပြီး ရှိခိုးလျက် ဒီလိုဆိုပါသတဲ့-ရထဝိနီတအကျင့် နာလကအကျင့် တုဝဋ္ဌကအကျင့် မဟာအရိယဝံသ အကျင့်များကို မြတ်စွာဘုရားရှင် ဟောတာဟာ ငါ့သားလို ရဟန်းမြတ်ကို ကိုယ်တွေ သက်သေပြုပြီး ဟောတော်မူတာ ဖြစ်မှာဘဲ၊ မွေးသည့်မိခင်၏အိမ်မှာ သုံးလပတ်လုံး ဆွမ်းဘုဉ်းပေးနေပါလျက်နဲ့ “ဦးပဉ္စင်းက သားဘဲ၊ ဒကာမကြီးက အမေဘဲ” လို့ မပြောဘဲနေနိုင်ပေရဲ့၊ ဪ အံ့ဘွယ် ပုဂ္ဂိုလ်ပါတကားလို့ ချီးကျူးပြောဆိုပါသတဲ့။

အဲဒီဝတ္ထုထဲမှာ ဦးပဉ္စင်းက မိဘတို့အား အသိမပေးဘဲ နေတာဟာ မိဘဆွေမျိုး သံယောဇဉ် ကင်းနေတဲ့သဘောပါဘဲ၊ ငြိတွယ်ရှာ၌မပြုရာလို့ ဆိုတဲ့အတိုင်း မိဘမှစပြီး ဒကာဒကာမများအပေါ်၌ ငြိကပ်တွယ်တာမှုကင်းတဲ့ သဘောပါဘဲ၊ အလွန်ကြည်ညိုစရာကောင်းပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ အဲဒီလို အသိမပေးဘဲ နေတာဟာ မိဘဆွေမျိုးများအား ထက်သန်တဲ့ ဒါနကုသိုလ်စသည် ဖြစ်စေလိုတဲ့အတွက်လဲ ရည်ရွယ်ဟန်တူပါတယ်၊ အကယ်၍ မိဘများက သားမှန်း သိသွားယင် သားဆိုတဲ့ ခင်မင်မှုနဲ့ လှူဒါန်းကျွေးမွေးတာလဲ ဖြစ်နိုင်တယ်၊ အဲဒီလိုဆိုယင် သိလစသည် ဂုဏ်သက်သက်ကို ကြည်ညိုပြီး လှူတဲ့ စင်ကြယ်သော ကုသိုလ်မဟုတ်ပဲ အားလျော့သွားနိုင်ပါတယ်၊ မိမိတို့၏ သားမှန်းမသိယင်တော့ ဝါတွင်းသုံးလ



ပတ်လုံး လှူတဲ့ကုသိုလ် ရှိသေတဲ့ကုသိုလ်တွေဟာ သီလ စသော ဂုဏ်သက်သက်ကိုသာ ကြည်ညိုပြီးပြုတဲ့အတွက် ထက် သန်စင်ကြယ်တဲ့ ကုသိုလ်တွေချည်း ဖြစ်သွားတယ်။ အဲဒီလို ထက်သန်စင်ကြယ်တဲ့ ကုသိုလ်တွေဖြစ်စေရန်အတွက် ရည်ရွယ် ပြီးတော့ မိမိအား သားမှန်းမသိစေဘဲ အာဂန္တုသုစိမ်းရဟန်း အသွင်ဖြင့် နေသွားဟန်တူပါတယ်။ အဲဒီ ရည်ရွယ်ချက်ဟာ လဲ အလွန်ကောင်းတဲ့ ရည်ရွယ်ချက်ပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ အဲဒီ ဝတ္ထုထဲမှာ မိခင်ဒကာမကြီးက သားရဟန်းကို ချီးကျူးရာမှာ “ရထဝိနိတအကျင့်စသည်ကို မြတ်စွာဘုရားဟောတော်မူတာဟာ သူသားရဟန်းလို ပုဂ္ဂိုလ် မြတ်ကို မျက်မြင်သက်သေပြုပြီး ဟောဟန်တူတယ်”လို့ ဆို ထားပါတယ်။ အဲဒီအဆိုကို ထောက်ဆကြည့်ယင် အဲဒီဒကာ မကြီးကလဲ တော်တော်ဗဟုသုတများတယ်လို့ ဆိုရမှာဘဲ။ အဲဒီ ရထဝိနိတအကျင့်စသည်တွေကို သိနားလည်တဲ့သူဟာ လူ့ဘောင်လောကမှာ နည်းပါတယ်။ ရဟန်းထဲကတောင် သိနားလည်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ဟာ သိပ်များလှမယ် မထင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် အဲဒီအကျင့်များကိုလဲ ဒီနေရာမှာ ထုတ်ဖော်ပြရ ဦးမယ်။

ရထဝိနိတပဋိပဒါ

ရထဝိနိတသုတ်ဆိုတာ မူလပဏ္ဏာသပါဠိတော်မှာ ရှိပါ တယ်။ အဲဒီသုတ်၏ နိဒါန်းမှာ မြတ်စွာဘုရား၏ ဇာတိအရပ် ဖြစ်တဲ့ ကပိလဝတ်မြို့နယ်မှ လာရောက်ပြီး ဖူးမြော်ကန်တော့ ကြတဲ့ ရဟန်းများကို မြတ်စွာဘုရားက “ဇာတိအရပ်နယ်မြေ

မှာ သီတင်းသုံးဘော်များက ဘယ်ရဟန်းကို ‘ကိုယ်တိုင်လဲ အလိုနည်းတယ်၊ အလိုနည်းခြင်းနဲ့စပ်တဲ့ စကားကိုလဲ ပြော တတ်တယ်’စသည်ဖြင့် ချီးမွမ်းကြပါသလဲ”လို့ ကထာဝတ္ထု ဆယ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသည့်ပြင် သူတပါးအားလဲ ကထာဝတ္ထု ဆယ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံအောင် ဟောပြော တိုက်တွန်းပေးတဲ့ ဗုဂ္ဂိုလ်ထူးကို မေးတော်မူပါတယ်။ အဲဒီအခါ အရှင်ပုဏ္ဏ မထေရ်ဟာ ကထာဝတ္ထုဆယ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံပြီးတော့ သူတပါး အားလဲ ကထာဝတ္ထုဆယ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံအောင် ဟောပြော တိုက်တွန်းနေကြောင်း လျှောက်ထားကြပါတယ်။ အဲဒီကထာ ဝတ္ထုဆယ်ပါးအကျင့်ဟာ အဲဒီသုတ်မှာ လိုရင်း ပဋိပဒါပါဘဲ။

ကထာဝတ္ထုဆယ်ပါးဆိုတာ (၁) အပ္ပိစ္ဆာကထာ၊ (၂) သန္တုဋ္ဌိကထာ၊ (၃) ပဝိဝေကကထာ၊ (၄) အသံသဂ္ဂကထာ၊ (၅) ဝီရိယာရမ္ဘကထာ၊ (၆) သီလသမ္ပဒါကထာ၊ (၇) သမာဓိသမ္ပဒါကထာ၊ (၈) ပညာသမ္ပဒါကထာ၊ (၉) ဝိမုတ္တိ သမ္ပဒါကထာ၊ (၁၀) ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿနသမ္ပဒါကထာဆိုတဲ့ ဒီ (၁၀)ပါးပါဘဲ။

(၁) အပ္ပိစ္ဆာ ဆိုတာ အလိုနည်းခြင်းပါဘဲ။ ရဟန္တာ ဗုဂ္ဂိုလ်မှာဆိုယင်တော့ အလိုကင်းခြင်း-အလိုကင်းတဲ့ သဘော ပါဘဲ။ ဝတ္ထုပစ္စည်းချင်းတူပေမဲ့ ကိုယ့်လက်ရှိထက် သူများ လက်ရှိက ပိုကောင်းတယ်ထင်ပြီး လိုချင်တာကို အတြိစ္ဆတာ ခေါ်တယ်။ ငါးစိမ်းမြင် ငါးကင်ပစ် ဆိုတဲ့ စကားပုံ၊ အမေကျော် ဒွေးဒေါ်လွမ်း ဆိုတဲ့ စကားပုံ မျိုးပါဘဲ။ အဲဒါလဲ အလို မနည်းတဲ့ သဘော ပါဘဲ။ နောက်ပြီး တော့ ကိုယ့်မှာ မရှိတဲ့ဂုဏ်နဲ့ ချီးမွမ်း ခံချင်တာ ရယ်။

အသုံးအဆောင်ကို ခံယူ သုံးဆောင်ရာမှာ ကိုယ်နှင့်မတန်  
တာကို ခံယူသုံးဆောင်တာရယ် ဒီ ၂-မျိုးကို ပါပိစ္ဆတာ  
ခေါ်တယ်။ ယုတ်မာတဲ့အလိုလို ဆိုလိုပါတယ်။ အလိုဆိုးလို့လဲ  
ခေါ်တယ်။ ကိုယ့်မှာရှိတဲ့ ဂုဏ်ဖြင့် အချိုးမမှန် ခံချင်တာရယ်။  
အတိုင်းမသိ အလွန်အကျွံ ခံယူသုံးဆောင်တာရယ်-ဒီ ၂-မျိုး  
ကို မဟိစ္ဆတာခေါ်တယ်။ အလိုကြီးခြင်းလို့ ဆိုလိုပါတယ်။  
ကိုယ်မှာ ရှိတဲ့ဂုဏ်ကိုပင် သူများအား မသိစေချင်တာရယ်။  
ခံယူသုံးဆောင်ရာ၌ အတိုင်းအရှည်ကို သိတာရယ်-ဒီ ၂-မျိုး  
ကို အပ္ပိစ္ဆတာခေါ်တယ်။ အလိုနည်းခြင်းလို့ ဆိုလိုပါတယ်။  
အတြိစ္ဆတာ ပါပိစ္ဆတာ မဟိစ္ဆတာ ဆိုတဲ့ အလိုတွေကင်းယင်  
အပ္ပိစ္ဆတာခေါ်တဲ့ အပ္ပိစ္ဆာဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံတော့တာပါ။

အရှင်ပုဏ္ဏဟာ အဲဒီ အလိုနည်းတဲ့ဂုဏ်နှင့် ကိုယ်တိုင်လဲ  
ပြည့်စုံတယ်။ သူများကိုလဲ ပြည့်စုံအောင် တိုက်တွန်း  
ဟောပြောပေးတယ် တဲ့။ အဲဒီအရှင်ပုဏ္ဏလို့ ကျင့်ဘို့ပါတဲ့။

(၂) သန္တုဋ္ဌိဆိုတာ ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်းပါ။ ရဟန်းမှာ  
ဆိုယင် ဆွမ်း သင်္ကန်း ကျောင်းအိပ်ရာနေရာ ဆေးများကို  
အကောင်းအဆိုးမရွေးဘဲ ရရာနဲ့ အားရ ရောင့်ရဲ တာကို  
ယထာလာဘသန္တောသခေါ်တယ်။ မိမိ၏အင်အား ကျန်းမာ  
ရေးများကြောင့် မသုံးဆောင်နိုင်တဲ့ပစ္စည်းကို သင့်လျော်တဲ့  
ပစ္စည်းနှင့် လဲလှယ်ပြီး သုံးဆောင်တာကို ယထာဗလ-  
သန္တောသ ခေါ်တယ်။ ဥပမာ အားနည်းနေတဲ့ ရဟန်းမှာ  
အလွန်လေးတဲ့သင်္ကန်းကို မဝတ်မရုံနိုင်ဘူး၊ ဒါကြောင့် ပေါ့ပါး  
တဲ့သင်္ကန်းနဲ့လဲပြီး သုံးဆောင် ရတာမျိုးပါ။ ကောင်းမြတ်  
တဲ့ပစ္စည်းကို မိမိနှင့် မတော်ဘူးလို့ ယူဆပြီး အဲဒီ အကောင်း

ကို သူတပါးအား ပေးပြီးတော့ သူတပါးထံမှ အညွှန်ကို သုံးဆောင်တာကို ယထာဿာရပုဿန္တောသ ခေါ်တယ်။ အဲဒီရောင့်ရဲလွယ်ခြင်းသုံးပါးနဲ့ အရှင်ပုဏ္ဏမာ ပြည့်စုံတယ်၊ သူတပါးအားလဲ ဟောပြောတယ်။ အဲဒီ အရှင်ပုဏ္ဏလို့ ကျင့်ဘို့ပါတဲ့။

(၃) ပဝိဝေက ဆိုတာ ကင်းဆိတ်ခြင်းပါတဲ့။ အဲဒီကင်းဆိတ်ခြင်းက အဖော်မမှီး တပါးတည်းနေခြင်းဆိုတဲ့ ကာယ-ဝိဝေက က တပါး၊ ဈာန်သမာပတ် ဝိပဿနာစိတ်ဖြင့် နိဝရဏ ကိလေသာတို့မှကင်းဆိတ်ခြင်းဆိုတဲ့ စိတ္တဝိဝေကက တပါး၊ ဥပဓိအားလုံး ကင်းဆိတ်ခြင်းဆိုတဲ့ ဥပဓိဝိဝေကက တပါး၊ အဲဒီ ဥပဓိဝိဝေက ကတော့ နိဗ္ဗာန်ပါတဲ့။ အဲဒီပဝိဝေက သုံးပါးနှင့် ထိုက်သည်အားလျော်စွာ ကိုယ်တိုင်လဲ ပြည့်စုံဘို့ သူတပါးအားလဲ ပြည့်စုံအောင် ဟောပြောပေးဘို့ပါတဲ့။

(၄) အသံသဂ္ဂ ဆိုတာ ဝိသဘာဝ အာရုံများနှင့် မရောနှောခြင်းပါတဲ့။ အမနှင့်အဖို့ အချင်းချင်း မြင်ပြီး စွဲလမ်းနေတာကို ဒဿနသံသဂ္ဂခေါ်တယ်။ အဲဒီလို သံသဂ္ဂမဖြစ်ရအောင် မမြင်ရရာမှယောင်လဲ နေရမယ်၊ မလွဲမကင်းသာလို့ မြင်ပြန်ယောင် ရတစိုက်မကြည့်ဘဲ မြင်ရုံမျှတွင် ရပ်စေရမယ်၊ သို့မဟုတ် မြင်တိုင်း မြင်တိုင်း ရှုမှတ်နေရမယ်။ နောက်ပြီးတော့ ဝိသဘာဝပုဂ္ဂိုလ်၏ အသံကိုဖြစ်စေ၊ ဂုဏ်သတင်းကိုဖြစ်စေ ကြားပြီး စွဲလမ်း နေတာကို သဝန သံသဂ္ဂ ခေါ်တယ်။ အဲဒါကိုလဲ ကြားရုံမျှတွင် ရပ်စေရမယ်။ ဝိသဘာဝ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် စကားပြောရ၍ စွဲလမ်းနေတာကို သမုလ္လပနသံသဂ္ဂ ခေါ်တယ်။ အဲဒါလဲ မလွဲသာ၍ စကား ပြောရတဲ့ အခါ မစွဲလမ်းမိအောင် အထူးသတိပြုဘို့ပါတဲ့။ အမျိုးသား အမျိုး



ပိုင်း] သံသဂ္ဂလွတ်ကင်းပြီး မုတ္တုဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးတယ် ၁၈၁

သမီး ရဟန်းအချင်းချင်း၏ ပစ္စည်းကို သုံးဆောင်ရတာကို အကြောင်းပြုပြီး စွဲလမ်းတာကို သမ္ဘောဂသံသဂ္ဂခေါ်တယ်။ ယခုနေအခါမှာတော့ အမျိုးသမီးရဟန်းက မရှိတဲ့အတွက် အဲဒီသံသဂ္ဂတော့ ဖြစ်ဖွယ်မရှိဘူးလို့ ဆိုရမှာဘဲ။ ဒါပေမဲ့ သီလ ရှင်တို့ ထုလွှဲကုမာရီတို့ ဆိုတာတွေနဲ့လဲ ဒီသံသဂ္ဂက ဖြစ်နိုင် တာဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို ဝိသဘာဝပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် စပ်ပြီး ဒီသံသဂ္ဂ မဖြစ်အောင် အထူးသတိပြုဖို့ပါဘဲ။ ကာယသံသဂ္ဂ- ကိုယ်ချင်း ထိပါးခြင်းဆိုတာကတော့ ဝိနည်းသိက္ခာပုဒ်ဖြင့် စားမြစ်ထားပြီးဖြစ်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝိနည်းကို အလေးပြု နေယင် ဒီသံသဂ္ဂဟာ ဖြစ်ဖွယ်မရှိပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ မတော်တဆ ထိမိရာကနေပြီး ဒီသံသဂ္ဂ ဖြစ်ဘူးတာကို အဋ္ဌကထာမှာ ပြထားတယ်။ အဲဒါဟာလဲ ဝိနည်းအလေးမပြုလို့ ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုဘွယ်ရှိပါတယ်။ အဲဒီ သံသဂ္ဂငါးပါးလုံး ကိုယ်တိုင်လဲ ကင်းစေရမယ်။ သူတပါးအားလဲ ကင်းအောင် ဟောပြော ပေးရမယ်။

### သံသဂ္ဂလွတ်ကင်းပြီး မုတ္တုဖြစ်ဖို့ အရေးကြီးတယ်

ဒီသံသဂ္ဂငါးပါးနှင့် စပ်ပြီး အဋ္ဌကထာမှာ ပြထားတာ ကတော့ ဘိက္ခု-ရဟန်းကို၊ မနုဿာ-လူဝတ်ကြောင်တို့သည်၊ အာမိသေန ဥပလာပေတွာ-ဆွမ်းစသော ပစ္စည်းဖြင့် ဖြား ယောင်း၍၊ ဂဟဏဝသေန-ဖမ်းယူသည်၏အစွမ်းဖြင့်၊ ဥပ- သင်္ကမန္တိ-ချဉ်းကပ်ကုန်၏-တဲ့။ (ရဟန်းကို ကိုယ်အလိုသို့ ပါအောင် သွေးဆောင်သောအားဖြင့် ချဉ်းကပ်တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်)။ ဘိက္ခုပိ-အချဉ်းကပ်ခံရတဲ့ ရဟန်းကလဲ၊ ပုပ္ဖ- ဖလာဒီဟိ-ပန်း သစ်သီးစသည်တို့ဖြင့်၊ ဥပလာပေတွာ-

ဖြားယောင်း၍၊ ဂဟဏဝသေန-ဖမ်းယူသည်၏ အစွမ်းဖြင့်၊ ဥပသင်္ကမတိ-ချဉ်းကပ်၏-တဲ့။ (ရဟန်းက ကိုယ့်ကြည်ညိုတဲ့ ရင်းနှီးသူဖြစ်အောင် သွေးဆောင်တဲ့အနေဖြင့် ပန်းပေးခြင်း စသည်ကို ပြုပါသတဲ့)။ အယံ-ဤချဉ်းကပ်ခြင်းသည်၊ ဂါဟ-ဂါဟကော နာမ-လူဘက်ကလဲဖမ်း ရဟန်းဘက်ကလဲ ဖမ်းသော သံသဂ္ဂမည်၏။ ဝါ-အဖမ်းနှင့် အဖမ်း သံသဂ္ဂမည်၏။ အဲဒါက ၂-ဘက်လုံးမှ မစင်ကြယ်ပုံကို ပြတာပါဘဲ။ နောက်တခုကတော့ အကယ်၍ ရဟန်းက ဒက္ခိဏေယျ-အလှူခံ ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်၏ အဖြစ်ဖြင့် ချဉ်းကပ်လျှင် အဲဒါက ဂါဟမုတ္တက မည်ပါသတဲ့၊ လူဒကာဘက်ကသာ ဖမ်း၍ ရဟန်းဘက်က လွတ်ကင်းတဲ့ သံသဂ္ဂလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါကတော့ ရဟန်းဘက်က အပြစ်ကင်းပါတယ်။ နောက်တခုကတော့ မုတ္တဂါဟကတဲ့၊ လူဒကာဘက်က လွတ်ကင်း၍ ရဟန်းဘက်က ဖမ်းတဲ့ သံသဂ္ဂလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါကတော့ ရဟန်းဘက်က အပြစ်ရှိပါတယ်။ အဲဒီ ရောနှော ဆက်ဆံမှုမျိုးကိုတော့ ကင်းစေရမယ်။ နောက်တခုကတော့ မုတ္တမုတ္တက တဲ့၊ ၂-ဘက်လုံးမှ လွတ်ကင်းတဲ့ သံသဂ္ဂလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါကတော့ ၂-ဘက်လုံးမှာ အပြစ်ကင်းပါတယ်။ အကောင်းဆုံး ရောနှောဆက်ဆံခြင်းပါဘဲ။ အဲဒီ ၂-ဘက်လုံး အပြစ်ကင်းတဲ့ သံသဂ္ဂနှင့်စပ်ပြီး စူဠပိဏ္ဍပါတိယ တိဿမထေရ်ဝတ္ထုကို အဋ္ဌကထာမှာ ဒီလို ထုတ်ပြထားပါတယ်။

### စူဠပိဏ္ဍပါတိယ တိဿမထေရ်ဝတ္ထု

စူဠပိဏ္ဍပါတိယ တိဿမထေရ်ကို ဒကာမကြီးတယောက်က ၁၂-နှစ်ပတ်လုံး လှူဒါန်းပြုစုလုပ်ကျွေး နေပါသတဲ့။ တနေ့

သောအခါမှာ အဲဒီရွာကို မီးလောင်တယ်။ အိမ်တွေ မီးထဲပါ သွားတယ်။ အခြားရဟန်းများက သူတို့ရဲ့ ဆွမ်းခံအိမ်များကို သွားပြီးတော့ “ဘယ့်နှယ်လဲ ဒကာမကြီး၊ မီးမလောင်ဘဲ ပစ္စည်းများ ကျန်ပါသေးရဲ့လား” စသည်ဖြင့် မေးကြ အားပေးစကားပြောကြသတဲ့။ အဲဒါဟာ လောကဘက်ကနေ ကြည့်ယင် ပြုသင့်တဲ့ တာဝန် ဝတ်တရားပါဘဲ။ ယခုနေအခါ မှာ ဆိုယင် ရှာနဲ့ နီးတဲ့ ကျောင်းက ကိုယ်တော်အချို့ဟာ မီးလောင်နေတုန်းတောင် သွားပြီးတော့ စောင့်ရှောက်ကူညီ ကြတယ်လို့ ကြားဘူးပါတယ်။ အဲဒါဟာ လောကအမြင်နဲ့ ဆိုယင် ချီးမွမ်းဘွယ်လို့ ဆိုစရာပါဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီတုန်း က အိမ်နီးချင်းလူများက အမေကြီးရဲ့ ကိုယ်တော်ကတော့ စားချိန်ကျမှ လာမှာဘဲလို့ သရော်ပြီး ပြောကြသတဲ့။

စူဠပိဏ္ဍပါတိယ တိဿမထေရ်ဟာ နောက်တနေ့ ဆွမ်းခံ ချိန်ကျတော့ အခါတိုင်းလိုပင် ဒကာမကြီးအိမ်ကို ဆွမ်းခံကြ လာတယ်။ ဒကာမကြီးကလဲ ဂိုဒေါင်ရိပ်မှာ နေရာခင်းပြီး ပေးတယ်။ ဆွမ်းကိုလဲ အခါတိုင်းလိုပင် ပြုပြင်ပြီး ကပ်လှူ တယ်။ အဲဒီ မထေရ် ဆွမ်းဘုဉ်းပေးပြီးလို့ ပြန်ကြသွားတဲ့အခါ မှာ အိမ်နီးချင်းလူတွေက “ကျွန်တော်တို့ ပြောတဲ့အတိုင်းဘဲ၊ အမေကြီးရဲ့ ကိုယ်တော်က စားချိန်ကျမှ လာတာဘဲ”လို့ သရော်တဲ့အနေနဲ့ ပြောကြပြန်သတဲ့။ အဲဒီတော့ အဲဒီ ဒကာမ ကြီးက “နင်တို့ ကိုယ်တော်တွေဟာ နင်တို့နဲ့သာ တော်ပါ တယ်။ ငါ့မထေရ်က ငါနဲ့သာ တော်တာပါဘဲ”လို့ ရှင်းလင်း ဖြေကြားလိုက်ပါသတဲ့။

## ကိုးကွယ်လှူဒါန်းမှု စင်ကြယ်လျှင် အကျိုးကြီးကြောင်း

အဲဒီ ဒကာမကြီးရဲ့ စကားဟာ အလွန်လေးနက် တိကျပါတယ်။ “ရဟန်းသံဃာ ကိုးကွယ်တယ် ဆိုတာ သီလ သမာဓိ ပညာဂုဏ်ကိုသာ ကြည်ညိုပြီး ကိုးကွယ်ရတယ်။ လှူဒါန်းရတယ်။ ရဟန်းတော်များဟာ သီလစသည်နှင့် ပြည့်စုံတော်မူကြတယ်။ သီလစသည်နှင့် ပြည့်စုံတဲ့ ရဟန်းတော်များအား လှူဒါန်းယင် နောင်သံသရာတလျှောက်လုံးမှာ ချမ်းသာသွားနိုင်တယ်။ နိဗ္ဗာန်ကိုလဲ ရနိုင်တယ်” စသည်ဖြင့် ယုံကြည်အားကိုးပြီး လှူဒါန်းကြရတယ်။ အဲဒီလို လှူဒါန်းယင် ဆွမ်းတဇွန်၊ လှူတာနဲ့လဲ နတ်ပြည်ရောက်ပြီး ချမ်းသာသွားနိုင်တယ်။ ရာဇဂြိုဟ်မြို့က ဣဒ္ဓက ဆိုတဲ့ လူဟာ အရှင်အနုရုဒ္ဓါမထေရ်အား ဆွမ်းတဇွန်မျှ လှူတာနဲ့ တာဝတိံသာနတ်ပြည်ကို ရောက်ရတယ်။ အဲဒီ ရောက်တော့လဲ သာမန်နတ်မဟုတ်ဘူး။ အဲဒီ နတ်ပြည်က တန်ခိုးကြီးတဲ့ နတ်တွေနဲ့ တန်းတူတန်ခိုးကြီးတဲ့ နတ်ဖြစ်နေတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရား တာဝတိံသာမှာ အဘိဓမ္မာတရားကို ဟောစဉ်တုန်းက မြတ်စွာဘုရား၏ အနီးအပါး ရွှေဆုံးတန်းက ထိုင်ပြီး တရားနာရတယ်။

နှိုင်းယှဉ်ကြည့်စရာကတော့ အဲဒီအခါတုန်းက အင်္ဂုရ ဆိုတဲ့ နတ်သားဟာ အစက ဘုရား၏ အနီးမှာ ထိုင်နေတယ်။ နောက်အခါ တန်ခိုးကြီးတဲ့ နတ်တွေ ရောက်လာတော့ နေရာ ဖယ်ဖယ်ပေးရတဲ့အတွက် မြတ်စွာဘုရားနဲ့ ၁၂-ယူဇနာဝေးကွာတဲ့ အရပ် ရောက်သွားသတဲ့။ အဲဒီ အင်္ဂုရနတ်ဟာ လူ့ဘဝတုန်းက သာသနာပကာလမှာ သီလတောင်မရှိတဲ့ လူတွေကို လှူဒါန်းကျွေးမွေးလာခဲ့တယ်။ အချိန်ကာလ အပိုင်း



အခြားကတော့ အနှစ်တသောင်းပတ်လုံး လှူခဲ့တယ်။ နေရာ အကျယ်ကတော့ ၁၂-ယူဇနာရှိတဲ့ အရပ်မှာ ချက်ပြုတ်တဲ့ မီးဖို တွေဖြင့် ချက်ပြုတ်ပြီး ကျွေးမွေးလာခဲ့ပါသတဲ့။ အင်မတန် ကြီးကျယ်တဲ့ အလှူပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်တွေက သီလစသေ၊ ဂုဏ်မရှိတဲ့အတွက် အကျိုးပေးက သေးငယ်ရ တယ်။ ဣန္ဒကနုတ်ကတော့ ဆွမ်းတဇွန်းမျှကို လှူရပေမဲ့ သီလစသော ဂုဏ်တို့နှင့် ပြည့်စုံတဲ့ အနုရုဒ္ဓါ ရဟန္တာအရှင် မြတ်အား လှူရတဲ့အတွက် ကုသိုလ်က အကျိုးကြီးပါတယ် တဲ့။

အဲဒီ အင်္ဂုရနှင့် ဣန္ဒကတို့၏ အကျိုးပေးချင်းကွာပုံကို ထောက်ဆကြည့်ယင် အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်၏ သီလအစရှိသော ဂုဏ် ကို အာရုံပြုပြီး လျှောက်တဟာ အင်မတန်မြင့်မြတ်ကြောင်းသိရ ပါတယ်။ လောကဘက်က မီးဘေးအတွက် လာပြီး မေးမြန်း တာ ကူညီတာတွေက ဘယ်လောက် တန်ဖိုးရှိမလဲ၊ ရာတန် ထောင်တန်ထက် များမှာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဟို ဒကာမကြီးလို သီလဂုဏ်စသည်ကို အာရုံပြုပြီး လှူတာကတော့ သိန်းသန်း မက ကုဋေမက အကျိုးများနိုင်ပါတယ်။ ဣန္ဒကနုတ်သားလို့ နတ်ချမ်းသာကို ဘဝပေါင်း များစွာမှာ ရနိုင်ပါတယ်။ နိဗ္ဗာန် ချမ်းသာကိုလဲ လျင်မြန်စွာ ရနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရဟန်း သံဃာကို ကိုးကွယ်ရာမှာ မျက်မှောက်အကျိုး မဖြစ်စလောက် ကို အာရုံမပြုဘဲ တသံသရာလုံး ရသွားမည့်အကျိုးကိုသာ အာရုံပြုပြီး စင်စင်ကြယ်ကြယ် ကိုးကွယ်ဆည်းကပ်ဖို့ လိုပါ တယ်။ ယခု ပြောလာခဲ့တာဟာ အသံသဂ္ဂကထာနှင့် စပ်ပြီး ပြောလာခဲ့တာဘဲ။

(၅) ဝီရိယာရမ္ဘကထာ ဆိုတာကတော့ လုံ့လဝီရိယကို အားပေးပြီး တင်းတင်းရင်းရင်း အားထုတ်မှုနှင့် စပ်ပြီး ပြော တဲ့စကားပါ။ ကိုယ်လုံ့လ၊ စိတ်လုံ့လ ၂-ပါးလုံး ပြည့်စုံစွာ အားထုတ်ဘို့ပါ။ သွားဆဲက ဖြစ်တဲ့ ကိလေသာကို ရပ်ရာ အထိ မပါစေရဘူး၊ ရပ်ဆဲက ကိလေသာကို ထိုင်ရာအထိ မပါစေရဘူး၊ ထိုင်ဆဲက ကိလေသာကို အိပ်ရာ၊ ရပ်ရာအထိ မပါစေရဘူး၊ ထိုထိုခဏမှာဘဲ ငြိမ်းသွားအောင် လုံ့လဖြင့် ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ပယ်သွားဘို့ပါ။ အဲဒါ ကိုယ်တိုင်လဲ ပြည့်စုံစေ ရမယ်၊ သူများကိုလဲ ဟောပြော တိုက်တွန်းပေးရမယ်။

(၆-၇-၈) သီလကထာ သမာဓိကထာ ပညာကထာဆိုတာ တွေကတော့ သီလ သမာဓိ ပညာများနှင့် ပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ဘို့ပါ။ အဲဒီမှာ သီလ ဆိုတာကတော့ ထင်ရှား နေပါပြီ၊ သမာဓိ ဆိုတာကတော့ စွမ်းနိုင်လျှင် ဈာန်သမာဓိ များကို ရအောင် အားထုတ်ဘို့ပါ။ ဈာန်ရအောင် အားမ ထုတ်နိုင်ယင်တော့ ဝိပဿနာခဏိကသမာဓိ ထက်ထက် သန် သန်ဖြစ်အောင် အားထုတ်ဘို့ပါ။ ပညာ ဆိုတာကတော့ ဝိပဿနာပညာ ဖြစ်ပွားပြည့်စုံအောင် အားထုတ်ပြီး အရိယ မဂ်ပညာအထိ ပြည့်စုံစေဘို့ပါ။ အဲဒါဟာ ဗုဒ္ဓသာသနာ တော်မှာ မူချဖြစ်ပွားစေရမည့် တရားတွေဘဲလို့ ကိန်းသေ မှတ်ထားကြရမယ်။

အဲဒီတော့ “တရားအားထုတ်ဖို့ မလိုဘူး”လို့ ပြောတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်နှင့် ဆန့်ကျင်ဘက် ပြော နေကြတာ။ သာသနာဖျက်စကားတွေဘဲ ဆိုတာ အလွန် ထင်ရှားနေပါတယ်။ စဉ်းစားကြည့်ပါ ဈာန်သမာဓိ ဆိုတာ

အားမထုတ်ပဲနဲ့ ရနိုင်ပါ့မလား၊ ဝိပဿနာသမာဓိ ဆိုတာလဲ မရှုမမှတ်အားမထုတ်ပဲနဲ့ ဖြစ်ပါ့မလား၊ အရိယမဂ်ပညာဆိုတာ ဝိပဿနာမပါဘဲ ဖြစ်နိုင်ပါ့မလား၊ မဖြစ်နိုင်ကြောင်း ထင်ရှားပါတယ်၊ ဒါကြောင့် အားထုတ်ဖို့မလိုဘူး ဆိုတဲ့ စကားကိုယုံကြည်တဲ့ သူတွေဟာ အားမထုတ်ပဲ ရှိနေလိမ့်မယ်၊ အားမထုတ်ယင် သမာဓိလဲ မဖြစ်၊ ဝိပဿနာပညာ မဂ်ပညာလဲ မဖြစ်ပဲ နေမှာ သေချာပါတယ်၊ သာသနာပပုဂ္ဂိုလ်တွေလိုဘဲ ဖြစ်နေတော့မှာပေါ့၊ အဲဒါ အထူးသတိပြုကြည့်ပါဘဲ။ ဒီ ရထဝိနိတသုတ်ဒေသနာတော်အလိုကတော့ အဲဒီသီလ သမာဓိ ပညာတွေကို မိမိမှာ ပြည့်စုံအောင်လဲ ကျင့်ရမယ်၊ သူများကိုလဲ ကျင့်ဘို့ ဟောပြောတိုက်တွန်းပေးရမယ်၊ ဒါဟာ ရထဝိနိတအကျင့်ပါဘဲ။

(၉) နောက်ပြီးတော့ ဝိမုတ္တိ ဆိုတာ အရိယဖိုလ်လေးပါးဘဲ၊ အဲဒီ ဖိုလ်လေးပါးနှင့် ကိုယ်တိုင်လဲ ပြည့်စုံစေရမယ်၊ သူများကိုလဲ ပြည့်စုံအောင် ကျင့်ဘို့ ဟောပြောတိုက်တွန်းပေးရမယ်၊ ဒါကတော့ ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့ သီလ သမာဓိ ပညာ အကျင့်ပြည့်စုံယင် ပြည့်စုံတော့တာပါဘဲ။

(၁၀) ဝိမုတ္တိဉာဏဒဿန ဆိုတာ အရိယဖိုလ်လေးပါး ရောက်ပြီးတော့ လွတ်မြောက်ပုံကို ပြန်ဆင်ခြင်တဲ့ ပစ္စဝေက္ခဏာ ဉာဏ်အမြင်ပါဘဲ၊ အဲဒီဉာဏ်ဖြစ်ပုံကို “ဝိမုတ္တသ္မိ” - လွတ်မြောက်လတ်သော်၊ ဝိမုတ္တမိတိ - ငါ့စိတ်လွတ်မြောက်သွားပြီဟု၊ ဉာဏ်ဟောတိ - အသိဉာဏ် ဖြစ်သည်” လို့ သုတ်ပေါင်းများစွာမှာ ဟောထားပါတယ်။ အဲဒီဉာဏ်ကတော့ အရိယဖိုလ်ရောက်ယင် အဲဒီ ဖိုလ်၏ နောက်မှာ သူ့အလိုလို ဆက်ပြီး ဖြစ်မြဲပါဘဲ၊

ဒါကြောင့် ဒီဉာဏ်အမြင်အတွက်ကတော့ သီးသန့်အားထုတ်ဖွယ် မရှိပါဘူး။

ကောရဏ္ဍကရွာမှ ဒကာကြီးက သူသားကို ရထဝိနီတအကျင့်နှင့် စပ်ပြီး ကြည်ညိုတာဟာ ယခု ပြောခဲ့တဲ့ ကထာဝတ္ထု ဆယ်ပါးထဲက အသံသဂ္ဂအကျင့်ကို ရည်ရွယ်တာပါ။ အဲဒီ အသံသဂ္ဂငါးပါးထဲမှာလဲ သမ္ဘောအသံသဂ္ဂကို ရည်ရွယ်ပါတယ်။ ဂါဟနဲ့ မုတ္တ ၂-ပါးထဲက မုတ္တဖြစ်ပြီး ဒကာဒကာမတို့နှင့် သံယောဇဉ် ပလိဗောဓကင်းနေပုံ၊ ဆွေမျိုးမိဘများကိုတောင်မှ အသိမပေးဘဲ သံယောဇဉ် ပလိဗောဓကင်းနေပုံကို ကြည်ညိုပြီး ကန်တော့တာပါ။ အဲဒီ ဒကာမကြီးက ဒီ အသံသဂ္ဂအကြောင်းကို စောစောက သိနားလည်နေတာဟာ အံ့သြစရာဘဲ။ ယခု တရားနာ ဒကာ ဒကာမတွေလဲ ဒီ ဂါဟနဲ့ မုတ္တအထိ သိနားလည်ကြရအောင် ဘုန်းကြီးက ရထဝိနီတပဋိပဒါခေါ်တဲ့ အကျင့်ကို တော်တော်စုံလင်အောင် ထုတ်ဖော်ပြီး ဟောပါတယ်။ နောက်ပြီးတော့ ဟိုစာသင်သား ဦးပဉ္စင်းက မိဘများအား အသိမပေးတာဟာ ဒကာ ဒကာမများဘက်ကလဲ မုတ္တဖြစ်ပြီး စင်ကြယ်အောင် ရည်ရွယ်ဟန်တူပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး မိဘအိမ်မှာ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးနေပါလျက် သူ့အကြောင်းကို ဖွင့်မပြောဘူး။ အဲဒီလို မပြောတဲ့အတွက် မုတ္တမုတ္တ ဖြစ်ပြီး ၂-ဘက်လုံးမှ စင်ကြယ်သွားပေတာဘဲ။

### နာလကပဋိပဒါ

နာလကပဋိပဒါ ဆိုတာ နာလကမည်တဲ့ ရဟန်းကျင့်တဲ့ မောနေယျအကျင့်ပါ။ အဲဒီ ရဟန်းဟာ သူမယ်တော်၏



အစ်ကို ဖြစ်တဲ့ အသိတလို့လဲ ခေါ်တဲ့ ကဏ္ဍဒေဝိလ ရသေ့ကြီးက ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ဘုရားအလောင်းတော် ဖွားမြင်တော်မူပြီးခါစကပင် ရသေ့ပြုခဲ့တယ်။ အဲဒီအခါတုန်းကတော့ ခပ်ငယ်ငယ် ရှိနေဟန်တူပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ အပြင်ထွက်ပြီး ကစားနေတုန်းမှာ သူ့ကို ခေါ်ပြီး ရသေ့ပြုစေတယ်။ ဆုံးမညွှန်ကြားခဲ့တယ်-လို့ သုတ္တန်ပါတ်အဋ္ဌကထာမှာ ပြဆိုထားတဲ့ အတွက်ကြောင့်ပါဘဲ။ အဲဒီတုန်းက အသက်တဆယ်ကျော် နှစ်ဆယ်အတွင်းရှိတယ် ဆိုကောင်မှ မြတ်စွာဘုရားက သက်တော် ၃၅ နှစ် ဘုရားအဖြစ်ရောက်ပြီးတော့ ဓမ္မစကြာတရား ဟောတော်မူပြီးတဲ့အခါမှာ အဲဒီ နာလက ရသေ့ဟာ အသက် ၅၀-ကျော်လောက်တော့ ရှိနေပါရော့မယ်။ ဘုရားဖြစ်ပြီးနောက် တရားဟောတဲ့အခါမှာ ဘုရားထံမှာ မေးပြီး တရားကျင့်ဘို့ သူဦးကြီး ဒေဝိလရသေ့ကြီးက မှာထားခဲ့တဲ့အတိုင်း နာလကရသေ့ဟာ ဗာရာဏသီ မိဂဒါ ဝုန်တောအရပ်သို့ လာရောက်ပြီးတော့ မောနေယျအကျင့်ကို ဟောကြားတော်မူပါလို့ လျှောက်ထား တောင်းပန်တယ်။ မောနေယျဆိုတာ မုနိ-ရဟန်း၏ ဥစ္စာဖြစ်တဲ့အကျင့်-ရဟန်းအကျင့်လို့ဘဲ ဆိုလိုပါတယ်။

အဲဒီ အကျင့်ကို မြတ်စွာဘုရားက (မောနေယျံ တေ ဥပညိဿံ) မောနေယျဆိုတဲ့ ရဟန်းအကျင့်ကို သင်အား ဖွင့်ပြဟောကြားမယ်-စသည်ဖြင့် မိန့်တော်မူပြီး ဂါထာ ၂၃-ပုဒ်တို့ဖြင့် ဟောကြားတော်မူပါတယ်။ ဒီမှာတော့ ရိပ်မိသိသာရုံ အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြရမှာဘဲ။ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်က အဦးအစဆိုတော့ အဲဒီအခါတုန်းက မယုံကြည်တဲ့သူတွေက မရိုမသေ

ပြောခြင်း ဆဲဆိုခြင်းလဲ ရှိနိုင်ပါတယ်။ ဘုန်းကြီးတို့ သတိပဋ္ဌာန် ရှုမှတ်နည်းကို ဟောခါစကတောင် မရှိမသေ ပြောတာတွေ တော်တော်များများရှိသေးတာဘဲ။ ဒါကြောင့် ဆဲဆိုတာနဲ့ ရှိခိုး တာကို အညီအမျှထားပြီး နှလုံးသွင်းရမယ်။ ဆဲဆိုတဲ့အတွက် လဲ အမျက်ဒေါသ မဖြစ်စေနဲ့၊ ရှိခိုးလို့လဲ စိတ်တက်ကြွခြင်း မဖြစ်စေနဲ့၊ ညီတူညီမျှဘဲ နှလုံးသွင်းရမယ်လို့ ဒီကစပြီး ဟော တော်မူပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ မေထုန်အမှုကို ပယ်ရမယ်။ တခြား ကာမဂုဏ်တွေလဲ ပယ်ရမယ်။ မိမိကိုယ်နှင့် နှိုင်းစာပြီး ကိုယ် ချင်းစာတရားဖြင့် သူတပါးကို မညှဉ်းဆဲရဘူး၊ မရသေးတာ ကိုလိုချင်မှု၊ ရပြီးမှာ တပ်မက်မှုများကို ပယ်ရမယ်။ အစာကို အတိုင်းအရှည်ဖြင့် လျှော့ပေါ့စားရမယ်။ ဆွမ်းခံစားပြီး နောက် တောအရပ်သို့ သွားရမယ်။ သစ်ပင်အောက်မှာ နေရ မယ်။ လောကီစျာန် လောကုတ္တရာစျာန်တို့ဖြင့် ရှုလျက် ဝင်စား လျက်နေရမယ်။ နံနက်လင်းတဲ့အခါ ရွာသို့ ဆွမ်းခံသွားရမယ်။ အဲဒီအခါ ပင့်ဖိတ်လှူတာ၊ လာပြီးပို့လှူတာကို လက်မခံရဘူး၊ အိမ်စဉ်အတိုင်းသာ ဆွမ်းခံရမယ်။ လာဘ်ရရေးနှင့် စပ်ပြီး စကားမပြောရဘူး၊ စကားမပြောတတ်တဲ့သူလိုပင် ဆွမ်းခံ ရမယ်။ ကောင်း ကောင်း ဆိုးဆိုး ရလာတာကို ကောင်းတယ် လို့ နှလုံးသွင်းရမယ်။ မရယင်လဲ ကောင်းတယ်လို့ဘဲ နှလုံး သွင်းနိုင်ရမယ်။ ပေးလှူတာ နည်းတဲ့အတွက်လဲ မရှုတ်ချ မကဲ့ရဲ့ ရဘူး၊ (သမဏ) ကိလေသာငြိမ်းသူ(ဘုရားရှင်)က ပြထားတဲ့ အကျင့်ပဋိပဒါတွေဟာ (ဒုက္ခပဋိပဒါ ဒန္တာဘိညာစသည်ဖြင့် အညံ့စား ၃-ပါး၊ သုခါပဋိပဒါ ခိပ္ပာဘိညာဆိုတဲ့ အမြတ်စား

၁-ပါးအားဖြင့်) အယုတ်အမြတ် အစားစားရှိတယ်။ ကိလေသငြိမ်းခြင်းဟူသောနိဗ္ဗာန်သို့ အရိယမဂ်တပါးဖြင့် နှစ်ကြိမ် မသွားရဘူး။ (ပဌမမဂ်ဖြင့် ငြိမ်းစေအပ်သော ကိလေသငြိမ်းခြင်းကို နှစ်ကြိမ် မငြိမ်းစေရ၊ တကြိမ်တည်းဖြင့် ပြီးသည်ဟု ဆိုလိုသည်) အဲ ကိလေသအားလုံး ငြိမ်းခြင်းကို အရိယမဂ် တကြိမ်တည်းဖြင့် ရောက်ရတာလဲ မဟုတ်ဘူး။ (မဂ်လေးပါးဖြင့် လေးကြိမ်တိုင်တိုင်ရောက်မှ ကိစ္စပြီးသည်ဟု ဆိုလို၏။ ဒီစကား ၂-ရပ် နက်နဲ၏) ဤသို့စသည်ဖြင့် ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

လိုရင်းအတိုချုပ်ကတော့ တောတခုမှာ တရက်သာနေရမယ်။ သစ်ပင်တခုမှာလဲ တရက်သာနေရမယ်။ နှစ်ရက်မနေရ။ ရပ်ရွာတခုမှာလဲ တရက်သာ ဆွမ်းခံရမယ်။ နှစ်ရက်ဆွမ်းမခံရတဲ့။ ဒါက လိုရင်းပါဘဲ။ အရှင်နာလကဟာ တတောမှ တတောသို့ သစ်တပင်မှ တပင်သို့ ရွာတခုမှ တခုသို့ ပြောင်းရွှေ့ ပြောင်းရွှေ့ပြီး ကျင့်နေယင်း ရဟန္တာဖြစ်သွားပါသတဲ့။ ဒီမောနေယျအကျင့်ကို အပြင်းအထန်ကျင့်ယင် (၇) လသာ အသက်ရှည်တယ်။ အလတ်စားကျင့်ယင် (၇) နှစ် အသက်ရှည်တယ်။ အနုစား လျော့လျော့ကျင့်ယင် (၁၆) နှစ် အသက်ရှည်ပါတယ်တဲ့။ အရှင်နာလက ရဟန်းကတော့ အပြင်းအထန်ကျင့်တဲ့အတွက် (၇) လကြာသောအခါ ဟိဂုံလတောင်မှာ ရပ်တော်မူလျက်ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံတော်မူပါသတဲ့။

ကောရဏ္ဍကရွာမှ ဒကာမကြီးက သူသား ဦးပဉ္စင်းအား ဒီမောနေယျအကျင့်ကို ကျင့်တဲ့ အရှင်နာလကနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပြီး

ကြည်ညိုတာဟာ ရောက်ရာရောက်ရာမှာ ငြိမ့်တယ်တာခြင်း မရှိတာကို အကြောင်းပြုပြီး ကြည်ညိုတာပါဘဲ။

တုဝဋ္ဌကပဋိပဒါဖြင့် ဂုဏ်ပြုတာကတော့ ယခုဟောနေတဲ့ (ဂါမေစ နာဘိသဇ္ဈေယျ) ရှာ၌လဲ မကပ်ငြိမ့်တယ်တာရာ-ဆိုတဲ့ ဒေသနာအရ မိခင်ဖြစ်သူကိုတောင် တွယ်တာမှုမရှိတာကို အကြောင်းပြုပြီး ကြည်ညိုတာ ဂုဏ်ပြုတာပါဘဲ။

### မဟာအရိယဝံသပဋိပဒါ

မဟာအရိယဝံသအကျင့် ဆိုတာကတော့ သင်္ကန်း ဆွမ်း ကျောင်းဆိုတဲ့ ပစ္စည်းသုံးပါး၌ ရောင့်ရဲလွယ်တဲ့အကျင့်က သုံးပါး၊ ဘာဝနာမှာ မွေ့လျော်တဲ့အကျင့်က တပါး-ဒီလေး ပါးပါဘဲ။ အဲဒါကို ကြည်ညိုရအောင် ဘုရားဟောပုံကို ပါဠိနှင့် မြန်မာပြန်တဲ့ပြီး ရှုတ်ပြပါဦးမယ်။

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ဣဓ-ဤ သာသနာတော်၌၊ ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ဣတရိတရေန-ပံသုက္က ဖြစ်စေ၊ အခြားအဝတ် ဖြစ်စေ တမျိုးမျိုးသော၊ စိဝရေန-သင်္ကန်းဖြင့်၊ သန္တုဋ္ဌော-ရောင့်ရဲသည်၊ ဟောတိ-ဖြစ်၏၊ ဣတရိတရစိဝရသန္တုဋ္ဌိယာ စ ဝဏ္ဏဝါဒီ-တမျိုးမျိုးသော သင်္ကန်းဖြင့် ရောင့်ရဲခြင်း၏ ဂုဏ် ကျေးဇူးကိုလဲ ချီးမွမ်းလေ့ရှိ၏၊ န စ စိဝရဟေတု အနေသနံ အပ္ပတိရူပံ အာပဇ္ဇတိ-သင်္ကန်းကို အကြောင်းပြု၍ မလျော်သော ရှာကြံခြင်းသို့လဲ မရောက်ပေ၊ အလဒ္ဓါ စ စိဝရံ-သင်္ကန်း မရခြင်းကြောင့်လဲ၊ န ပရိတဿတိ-မပူပန် မစိုးရိမ်၊ လဒ္ဓါ စ စိဝရံ-သင်္ကန်းကို ရပြီး၍လဲ၊ အဂဓိတော အမုတ္တိတော-မမက်မော မတွေ့ဝေဘဲ၊ အနုဇ္ဈောသန္ဓော-မမျှမသိမ်းဘဲ၊ အာဒီ-



နဝ ဒဿာဝီ-အပြစ်ကို ရှုမြင်လျက်၊ နိဿရဏပညော-ထွက် သွားနိုင်အောင် ဆင်ခြင်ဉာဏ် ရှိသည်ဖြစ်၍၊ ပရိဘုဉ္ဇတိ-သုံး ဆောင်၏။ တာယ စ ပန ဣတရိတရစိဝရသန္တုဋ္ဌိယာ-သင်္ကန်း တမျိုးမျိုးဖြင့် ရောင့်ရဲသော ထိုအကျင့်ဖြင့်လဲ၊ နဝ အတ္တာ- နုက္ကံသေတိ နော ပရံ ဝမ္ဘေတိ-မိမိကိုယ်ကိုလဲ မမြှောက်ပင့် သူတပါးကိုလဲ မရှုတ်ချပေ။ အဲဒီလို ရရာသင်္ကန်းဖြင့် ရောင့်ရဲ ပြီးတော့ အဲဒီသင်္ကန်း၌ မမက်မော မတုန်တတ်တော့၊ အဲဒီ အကျင့်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကိုလဲ မမြှောက် သူတပါးကိုလဲ မရှုတ်ချ တာ၊ အပြစ်မြင်လျက် ဆင်ခြင်ပြီးသုံးဆောင်တာဟာ အရိယ ဝံသ တပါးပါတဲ့ တဲ့။

ထို့အတူပင် ရရာဆွမ်းဖြင့် ရောင့်ရဲတာ၊ ရရာကျောင်း အိပ်ရာ နေရာဖြင့် ရောင့်ရဲတာများဟာလဲ အရိယဝံသ တရား ၂-ပါးပါတဲ့။

နောက်ပြီးတော့ သမထ ဝိပဿနာဘာဝနာ၌ မေ့လျော့ တာ၊ အဲဒီအကျင့်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကိုမမြှောက် သူတပါးကိုလဲ မရှုတ်ချတာဟာလဲ အရိယဝံသ တပါးပါတဲ့။

ကောရဏ္ဍက ရွာသူ ဒကာမကြီးက သူသား ဦးပဉ္ဇင်းကို အရိယဝံသ အကျင့်နဲ့ ချီးကျူးတာကတော့ ဆွမ်း သင်္ကန်း စသည်ဖြင့် ရောင့်ရဲတာကို အကြောင်းပြုပြီး ချီးကျူးဟန် တူပါတယ်။ ဘာဝနာ၌ပျော်မေ့တာကိုလဲ မှန်းဆပြီး ချီးကျူး တယ်လို့ ဆိုယင်လဲ သင့်ဘွယ်ရှိပါတယ်။

ယခုပြောခဲ့တာတွေဟာ(ဂါမေ စ နာဘိသဇ္ဇေယျ)ရွာ၌လဲ မကပ်ငြိ မတုန်တတ်ရာ-ဆိုတဲ့ ဒေသနာစကားရပ်အရ မကပ်ငြိ

မတူယံတာပုံကို သာဓက ဝတ္ထုများနှင့်တကွ ဖော်ပြတာတွေ ပါဘဲ။ နောက် တပိုဒ်ကတော့—

### လာဘ်ရအောင် သွေးဆောင်မပြောရ

လာဘကမျှာ—လာဘ်လာဘကို ရလိုသဖြင့်၊ ဇနံ—ဒကာ ဒကာမကို၊ န လပယေယျ—နှူးညံ့သာယာ သွေးဆောင်ကာဖြင့် မပြောမဆိုရာ—တဲ့။

အဲဒီမှာ နှူးညံ့သာယာ သွေးဆောင်ကာဖြင့် ပြောဆိုပုံကို မဟာနိဒ္ဒေသမှာ အာလပနာ လပနာ စသည်ဖြင့် ဖွင့်ပြထား တယ်။ အဲဒီ အာလပနာ စသည်ကိုလဲ သူ့အဋ္ဌကထာမှာ**ရော**၊ ဝိသုဒ္ဓိမဂ်မှာ**ရော** ဒီလို ဖွင့်ပြထားပါတယ်။

အာလပနာ—စပြီး ဆွဲဆောင် ပြောဆိုခြင်းတဲ့။ အဲဒါက ဘယ်လိုလဲဆိုတော့ ကျောင်းသို့ ဒကာများ ရောက်လာယင် “ဘာကိစ္စအတွက် လာသလဲ၊ ပင့်ဘို့လာတာလား၊ ဒီလိုဆို ယင် သွားနှင့်ကြပေတော့၊ ရဟန်းများကို ငါ ပင့်လာခဲ့ပါ မယ်၊ ဘယ်နှစ်ပါး ပင့်ခဲ့ရမှာလဲ” စသည်ဖြင့် ပင့်စေရန် ကြိုတင်ဆွဲဆောင်ပြီး ပြောတာမျိုးတဲ့။ တနည်းအားဖြင့် “ငါက မည်သည့်ဆရာတော်ဘဲ၊ ငါ့ကို မင်းက ကြည်ညိုတယ်၊ မည်သည့်အမတ်ကြီး ဝန်ကြီးက ငါ့ကို ကြည်ညိုတယ်” စသည် ဖြင့် မိမိဂုဏ်ကို မမေးဘဲ ဖော်ပြပြောဆိုတာမျိုးလဲ အာလပ-နာဘဲ။ မေးလို့ ဖော်ပြပြောဆိုတာကတော့ လပနာတဲ့။ အဲဒီ ၂-မျိုးဟာ မပြောကောင်းတဲ့ စကားချည်းဘဲ။

ဒကာ ဒကာမတွေ ပျင်းမှာစိုးလို့ သူတို့ကိုလဲ ပြောခွင့်ပေး ပြီး ပြောဆိုတာကတော့ သလ္လပနာမည်တယ်တဲ့၊ အဲဒီ အပြော

မျိုးလဲ မပြောကောင်းဘူး။ “သေဌေးကြီး၊ စက်ပိုင်ကြီး၊ ဥက္ကဋ္ဌကြီး’ စသည်ဖြင့် မြင့်မြောက်ပြီး ပြောတာကတော့ ဥဗ္ဗဟနာ မည်တယ်။ အဲဒါမျိုးလဲ မပြောကောင်းဘူး။ ဒီနေရာမှာ အချို့ ဆရာတော်များကတော့ “ဦးဖြူ၊ ဒကာကြီး” စသည်ဖြင့် ဦး-ဆို တဲ့စကား၊ ကြီး-ဆိုတဲ့ စကားနဲ့ ပြောတာလဲ မြင့်မြောက် ပြောရာ ရောက်တယ်လို့ ယူဆပြီးတော့ ဦး-မပါဘဲ၊ ကြီး မပါဘဲ “ဒကာဖြူ၊ ဒကာ” စသည်ဖြင့် ပြောဆိုလေ့ရှိကြပါတယ်။ ဒီနေရာမှာ စဉ်းစားစရာကတော့ လာဘ်လာဘကို မမြော်လင့်ဘဲ ပြောရိုးပြောစဉ်အနေနဲ့ ပြောတာဆိုယင် အပြစ်ဖြစ်ဖူးမရှိ ပါဘူး။ သင့်တော်လောက်စရာရှိပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆို တော့ - မြတ်စွာဘုရားကိုယ်တော်တိုင်တောင်မှ သူခေတ်ကာလအား လျော်စွာ “မဟာရာဇ-မင်းကြီး” လို့ ခေါ်ဝေါ်ပြောဆိုတော် မူသေးတဲ့ အတွက်ကြောင့်ပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့ “ဒကာတို့၊ ရှေးနှစ်များက ဒီလိုအခါမှာ ကောက်သစ်အလှူ၊ ကိုလှူ၊ ခဲ့ကြတယ်။ ယခုနှစ်မှာမလှူကြတော့ ဘူးလား” စသည်ဖြင့် “လှူကြပါမယ်ဘုရား” လို့ ဝန်ခံသည့်တိုင် အောင် အဆင့်ဆင့်ရစ်ပတ်ချည်တုပ်ပြီး ပြောတာက ဥဗ္ဗဟနာ မည်တယ်တဲ့။ အဲဒီ အပြောမျိုးကိုလဲ ကြဉ်ရှောင်ရမယ်။ တနည်း ပြောဆိုပုံကတော့ - ကြံချောင်းယူလာတဲ့သူတွေကို မြင်ရတဲ့အခါ “ဒကာတို့ အဲဒီကြံကို ဘယ်ကယူလာသလဲ” လို့ မေးတယ်။ ကြံခင်းက ယူလာခဲ့တဲ့အကြောင်း ပြောတဲ့အခါ “အဲဒီ ကြံခင်းက ကြံဟာ ချိုရဲ့လား” လို့ မေးတယ်။ ဝါးစုတ်ကြည့် ယင် သိနိုင်ကြောင်း ဖြေတဲ့အခါ “ဒကာတို့၊ ရဟန်းမှာ ကြံ လှူပါလို့ မပြောကောင်းဘူး” လို့ ဆိုပြန်တယ်။ အဲဒီလို မရှောင်

သာအောင် အဆင့်ဆင့် ရစ်ပတ်ချည်တုပ်ပြီး ပြောတာလဲ ဥန္တဟနာပါတဲ့၊ အဲဒီလိုလဲ မပြောကောင်းဘူး။

နောက်ပြီးတော့ “ဒီအိမ်က ဒကာ ဒကာမများဟာ ငါ့ကို သာ သိကြတယ်၊ ဒီအိမ်မှာ လှူစရာရှိယင် ငါ့ကိုသာ လှူကြတယ်” စသည်ဖြင့် မြှောက်ပင့်ပြီး ပြောတာကို ဥက္ကာစနာ ခေါ်တယ်။ အဲဒီလို မြှောက်ပင့်ပြီး တော့လဲ မပြောကောင်းဘူး။ နောက်ပြီးတော့ လှူဒါန်းချင်အောင် ချိုသာ တဲ့စကားမျိုးကို တမင်ကြံစည်ပြီးတော့လဲ မပြောကောင်းဘူး။

တနည်းဖွင့်ပြပုံကတော့ မိမိကိုယ်ကိုနှိမ်ချပြီး ဒကာ ဒကာမတွေကို မြှောက်ပင့်ပြောတာလဲ လပနာတဲ့၊ ပြောပုံကတော့- သင်တို့ဟာ ငါ့အတွက် အလွန်ကျေးဇူးများကြပါတယ်၊ သင်တို့ကို အမှီပြုပြီးတော့ ငါ့မှာ ပစ္စည်းလေးပါး ပြည့်စုံရတယ်၊ အခြားလူတွေကလဲ သင်တို့၏ မျက်နှာကို ငဲ့ပြီး ငါ့အား လှူကြတယ်၊ ငါ့မှာ မိဘများက ဆင်းသက်လာတဲ့အမည်တောင် မထင်ရှားတော့ဘူး၊ မည်သူတွေရဲ့ဆရာဘုန်းကြီးလို့ သင်တို့နှင့် စပ်ပြီးတော့ အများက သိနေကြတယ် - စသည်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို နှိမ်ချပြီး ဒကာ ဒကာမတွေကို မြှောက်ပင့် ပြောဆိုတာ မျိုးပါတဲ့၊ အဲဒီ အပြောမျိုးလဲ မပြောကောင်းဘူး။

နောက်ပြီးတော့-မိမိကိုယ်ကို မြှင့်တင်ပြီး ဒကာဒကာမတွေကို နှိမ်ချပြောတာလဲ လပနာပါတဲ့တဲ့၊ ပြောပုံကတော့ ငါဟာ သင်တို့အတွက် အလွန်ကျေးဇူးများတယ်၊ သင်တို့ဟာ ငါ့ကိုမှီပြီး ဘုရားတရားသံဃာ ရတနာသုံးပါး ဆည်းကပ်တဲ့ သရဏဂုဏ်တည် ဥပါသကာ ဥပါသိကာမ ဖြစ်ကြရတယ်၊ သတ်ခြင်း ခိုးခြင်းစသည်မှ ကြဉ်ရှောင်ပြီး ငါးပါးသီလနှင့်



ပြည့်စုံကြရတယ်။ ငါက သင်တို့အား ပါဠိဒေသနာကို သင်ပေး  
တယ်။ အနက်အဓိပ္ပါယ် ဟောပြောပေးတယ်။ ရှစ်ပါးသီလ  
ဆောက်တည်စေတယ်။ သင်တို့၏ ကျောင်းကန်အဆောက်  
အအုံတွေကို စီမံပေးတယ်။ ငါ့ကို အမှီပြုပြီး နက်နဲတဲ့တရား  
တွေကို နာရတယ်-စသည်ဖြင့် မိမိကိုယ်ကို မြှင့်တင်ပြီး ဒကာ  
ဒကာမတွေ နှိမ်ချပြောတာလဲ လပနာပါဘဲတဲ့။ လာဘ်လာဘ  
ကို မြှော်ပြီးတော့ အဲဒီအပြောမျိုးကိုလဲ မပြောကောင်းဘူး။

ဆောင်ပုဒ်ကတော့- “လာဘ်ရစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်၊  
ဟန်ပန်ဆောင်၍ မပြောရာ”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

လာဘ်ရစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်၊ ဟန်ပန်ဆောင်၍  
မပြောရာ။

အဲဒီမှာ ဟန်ပန်ဆောင်၍ - ဆိုတဲ့စကားကတော့ သဒ္ဓါ၊  
မေတ္တာ ကရုဏာစသည်ဖြင့် ရိုးရိုးသားသား မဟုတ်ပဲ ပြော  
တာကို ဆိုလိုပါတယ်။ မိမိအား လှူစေရန် မရည်ရွယ်ဘဲ  
ဒကာ ဒကာမများအား ချီးမြှောက်ပြောသင့်တဲ့အခါ ပြော  
ဟောရတာလဲ ရှိပါတယ်။ မိမိ၏ အဆုံးအမကို ကောင်းကောင်း  
မလိုက်နာလို့ မေတ္တာ ကရုဏာဖြင့် ဒကာ ဒကာမများအား  
နှိမ်ချပြီး ရိုးသားစွာ ပြောရတဲ့အခါလဲ ရှိပါတယ်။ သဒ္ဓါတရား  
ပွားစေရန် ကုသိုလ်ပွားစေရန် ကျင့်သင့်တဲ့တရားကို ကျင့်စေရန်  
ဒကာ ဒကာမများကို မြှင့်တင်ချီးမွမ်းပြီးဖြစ်စေ၊ နှိမ်ချပြီး  
ဖြစ်စေ အဲဒီလို ရိုးသားစွာနဲ့ ပြောဆိုတာကတော့ အပြစ်မရှိ  
ပါဘူး။ ပြောသင့်တဲ့ စကားပါဘဲ။

ဒီကနေ့ တနင်္ဂနွေခင်းလောက်ရှိသွားပြီ၊ ဒီတွင်ဘဲ ရပ်ပြီး တရား  
သိမ်းကြစို့။ ဒီကနေ့ဟောတဲ့ ၁၄၊ ၁၅-ဂါထာ ၂-ပုဒ်၏ ဆောင်  
ပုဒ်များကို ဆိုပြီး သိမ်းရမယ်။

၁၄။ ကဲ့ရဲ့သော်လဲ၊ မလှုပ်ပဲ၊ မြှောက်လဲ မမြှောက်  
တည်ငြိမ်ရာ။

လောဘ ကောဓ၊ မစ္ဆေရာ၊ ဘေဒ·ဂိုးချော  
ကင်းစေရာ။

၁၅။ အရောင်းအဝယ်၊ စွပ်စွဲဘွယ်၊ ငြိတုယ်ရှာ၌  
မပြုရာ။

လာဘ်ရစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်၊ ဟန်ပန်ဆောင်၍  
မပြောရာ။

ယနေ့အဖို့၌ ကျွန်ုပ်တို့ ပြုစုပျိုးများအားထုတ်အပ်သော  
ဒါနကုသိုလ် သီလကုသိုလ် ဘာဝနာကုသိုလ် ဝေယျာဝစ္စ  
ကုသိုလ် တရားဟောသောကုသိုလ် တရားနာသောကုသိုလ်  
အစရှိသော ဤကောင်းမှုအပေါင်း၏ အဖို့ဘာဝကို အမိအဘ  
တို့အား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ပ။ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာ  
ကြပါစေ။

သာဓု

သာဓု

သာဓု။

တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် စတုတ္ထပိုင်း ပြီး၏။

# တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်

ပဉ္စမပိုင်း

(၁၃၃၇-ခုနှစ်၊ တပို့တွဲလပြည့်နေ့ ဟောသည်)

## တရားအနုသန္ဓေ

တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားကို ပြာသိုလပြည့်နေ့ကစပြီး ဟောခဲ့တယ်။ လေးသီတင်းရှိသွားပြီ။ ဂါထာ ၂၀-ရှိတဲ့အနက် ၁၅-ဂါထာအထိတော့ ပြီးသွားပြီ။ ၅-ဂါထာဘဲ ကျန်တော့တယ်။ ဒီကနေ့ အပြီးသတ် ဟောရမယ်။ အဲဒီ ကျန်နေသေးတဲ့ ၅-ဂါထာထဲက အစဆုံး ဂါထာကတော့—

၁၆။ န စ ကတ္ထိကော သိယာ ဘိက္ခု၊  
န စ ဝါစံ ပယုတ္တံ ဘာသေယျ။  
ပါဂဗ္ဘိယံ န သိက္ခေယျ၊  
ကထံ ဝိဂ္ဂါဟိကံ န ကထယေယျ-တဲ့။

## အကြားအဝါ ကင်းပါစေ

ဘိက္ခု-ရဟန်းသည်၊ ကတ္ထိကော စ-ကြားဝါသည်လည်း၊  
န သိယာ-မဖြစ်ရာ တဲ့။

ဗုဒ္ဓသာသနာတော်က ရဟန်းတော်မှာ ကြားဝါခြင်း မရှိစေရဘူး။ မိမိမှာ မရှိတဲ့ဂုဏ်နဲ့ ကြားဝါ ပြောတာကတော့ လုံးလုံးကင်းရမှာဘဲ။ ရှိတဲ့ဂုဏ်နဲ့လဲ ရှိတာထက် ပိုပြီး

မကြွားမဝါသင့်ဘူး။ ဒါပေမဲ့ တချို့ကတော့ ကြွားဝါတဲ့ ဝါသနာရှိတတ်တယ်။ အမျိုးကြီး အမျိုးမြတ်မှ ရဟန်း ဖြစ်လာသယောင်ယောင်၊ ပစ္စည်းဥစ္စာ ပေါများတဲ့အမျိုးမှ ရဟန်းဖြစ်လာသယောင်ယောင်စသည်ဖြင့် ဟန်ဆောင် ဝါ ကြွားပြီး ပြောတတ်တယ်။ အဲဒီလို လောကဘက်ကဂုဏ်နဲ့ ဝါကြွားတာလဲ ကင်းစေရမယ်။ နောက်ပြီးတော့ သီလကို အလေးပြုသယောင်ယောင်၊ ဓုတင်ကျင့်ဝတ်များနှင့် ပြည့်စုံ သယောင်ယောင်၊ စာပေကျမ်းဂန်အရာမှာ အထူးတတ်ကျွမ်း သယောင်ယောင်၊ စျာန်အဘိညာဉ်များ ရသယောင်ယောင်၊ သူတပါးစိတ်အကြံကို သိသယောင်ယောင် ဟန်ဆောင် ဝါ ကြွားပြီး ပြောတဲ့သူလဲ ရှိတတ်တယ်။ အဲဒီလို တရားဘက်က ဂုဏ်နဲ့လဲ ဝါကြွားပြောဆိုတာ ကင်းစေရမယ်။ မိမိမှာ တကယ် ရှိနေတဲ့ ဂုဏ်တောင်မှ မလွဲမရှောင်သာလို့ ပြောရယင် ပြော သင့်တာလောက်သာ ပြောရတယ်။ ဝါကြွားပြောဆိုမှုမျိုးမှ တော့ လုံးဝကင်းစေရမယ်။

လူဝတ်ကြောင်ပေမဲ့ တရားကို ရှိသေလေစားတဲ့သူဆိုယင် ဝါကြွားပြောဆိုမှု ကင်းစေသင့်တာဘဲ။ လူဘဲဖြစ်ဖြစ် ရဟန်း ဘဲဖြစ်ဖြစ် ပကတိ ရိုးသားဖြောင့်မတ်တဲ့ပုဂ္ဂိုလ်ကတော့ ဟုတ် သလောက်သာ ရိုးသားစွာ ပြောလေ့ရှိပါတယ်။ အပိုအမို ပို ကြီးခဲ့ပြီး ဝါကြွားလေ့မရှိပါဘူး။ အဲဒီလို ဝါကြွားခြင်းကင်း ပြီး ဖြောင့်မတ်တိကျစေရမယ်တဲ့။ ဒါကတော့ ရှင်းနေပါပြီ။

နောက်ပြီးတော့-ပယုတ္တံ-ပစ္စည်းလေးပါးနှင့် ၊ စပ်သော၊ ဝါ-ပစ္စည်းရရေးနှင့် စပ်သော၊ ဝါစံ စ-စကားကိုလည်း၊ န ဘာသေယျ-မပြောမဆိုရာ-တဲ့။



ယခုနေအခါမှာ သင်္ကန်းက ရှားတယ်၊ ဒီကျောင်းက ရဟန်းများမှာ သင်္ကန်းမပြည့်စုံဘူးစသည်ဖြင့် ပစ္စည်းလေးပါး ရရေးနှင့် စပ်တဲ့စကားကို မပြောရဘူးတဲ့။ နောက်ပြီးတော့ ပစ္စည်းလေးပါးရအောင် လိမ်ပြောခြင်း၊ ဂုံးချောခြင်း၊ ဆဲဆို ကြိမ်းမောင်းခြင်း၊ ဒဏ္ဍာရီပုံပြင်ဝတ္ထုစသည်ကို ပြောဆိုရေး သားခြင်း-အဲဒီလို အပြောအဆိုတွေလဲ ကင်းရမယ် တဲ့။ ရိုးရိုးဟောရာမှာတောင် ကြည်ညိုပြီး ဓမ္မပူဇာစသည်အနေဖြင့် မိမိအား လှူဒါန်းကြအောင်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် မဟောရဘူး။ ဒါကြောင့် သံယုတ်ပါဠိတော် (ပ-၄၀၂-၃) မှာ ဒီလို ဟော ထား ပါတယ်။

### မစင်ကြယ်သော တရားဟောမှု

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ယော ဟိ ကောစိ ဘိက္ခု-အမှတ် မရှိ တပါးပါးသော ရဟန်းသည်၊ ဧဝံစိတ္တော-ဤသို့သော စိတ်အကြံရှိသည်ဖြစ်၍၊ ပရေသံ-သူတပါးတို့အား၊ ဓမ္မံ ဒေ-သေတိ-တရားကို ဟောငြားအံ့၊ (ဘယ်လိုကြံပြီး ဟောသလဲ ဆိုတော့) မေ-ငါ၏၊ ဓမ္မံ-ဟောသည့်တရားကို၊ သုဏေယျု- ကြားနားကြပါမူ၊ အဟောဝတ-ဪ ကောင်းလေစွ၊ သုတံ စ ပန-ကြားနာကြပြီး၍လည်း၊ ဓမ္မံ-ဟောသည့် တရား ကို၊ ပသိဒေယျု- ကြည်ညိုပါမူကောင်းလေစွ၊ ပသန္နာ- ကြည်ညိုကြပြီးလျှင်၊ မေ-ငါအား၊ ပသန္နာကာရံ စ-ကြည်ညို သူတို့၏ ပြုမူ အခြင်းအရာဟူသော လှူဒါန်းပူဇော်ခြင်းကို လည်း၊ ကရေယျု-ပြုကြပါမူ၊ အဟောဝတ-ဪကောင်း လေစွ၊ ဣတိ-ဤသို့စိတ်အကြံရှိ၍ ဟောငြားအံ့။ ဘိက္ခဝေ- ရဟန်းတို့၊ ဧဝံပဿ ဘိက္ခုနော-ဤသို့သော ရဟန်း၏၊

ဓမ္မဒေသနာ - တရားဟောခြင်းသည်၊ အပရိသုဒ္ဓါ ဟောတိ -  
မစင်ကြယ်ချေ။

တရားပူဇော်တဲ့အနေဖြင့် ပေးလှူပူဇော်ခြင်းကို ကြံစည်  
မြော်လင့်ပြီး ဟောယင် တရားကကောင်းပေမဲ့ စိတ်ထားမစင်  
ကြယ်တဲ့အတွက် အဲဒီလိုဟောပြောခြင်းဟာ မစင်ကြယ်ဘူး၊  
အဲဒီလို မစင်မကြယ်ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ စိတ်အကြံဖြင့် မဟောသင့်  
ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါဟာ ဓမ္မကထိကများအတွက်  
အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။

### စင်ကြယ်သော တရားဟောမှု

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ယော စ ခေါ ဘိက္ခု-အကြင်ရဟန်း  
သည်ကား၊ ဧဝံစိတ္တော-ဤသို့သော စိတ်အကြံရှိသည်ဖြစ်၍၊  
ပရေသံ-သူတပါးတို့အား၊ ဓမ္မံ ဒေသေတိ-တရားကိုဟော၏၊  
(ဘယ်လိုကြံပြီးဟောသလဲဆိုတော့) ဘဂဝတာ-မြတ်စွာဘုရား  
သည်၊ ဓမ္မော -- တရားကို၊ သွာက္ခာတော-ကောင်းစွာ ဟော  
အပ်ပေသည်၊ (သော-ထိုတရားသည်) သန္တိဋ္ဌိကော-မုက်  
မှောက်မှာပင် ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်နိုင်သော တရားပါပေတည်း၊  
အကာလိကော-အခါမလင့် ချက်ခြင်း အကျိုးပေးတတ်သော  
တရားပါပေတည်း၊ ဧဟိပဿိကော-လာကြည့်လှည့်ပါ ကျင့်  
လှည့်ပါဟု ဖိတ်ခေါ်ထိုက်သော တရားပါပေတည်း၊ ဩပနေ-  
ယျိကော-မိမိ၏စိတ်ထဲရောက်အောင် ကျင့်ဆောင်ထိုက်သော  
တရားပါပေတည်း၊ ဝိညူဟိ-တရား မြင်သိသည့် အရိယာ  
ပညာရှိတို့သည်၊ ပစ္စတ္တံ-အသီးအသီး ကိုယ်စီ ကိုယ်ငါ ခေဒိ-  
တဗ္ဗော-ခံစားရ သိရသော တရားပါပေတည်း၊ ဣတိ-ဤသို့

ဆင်ခြင်ပြီးလျှင်၊ မေ - ငါ၏၊ ဓမ္မ-ဟောသည့် တရားကို၊ သုဏ္ဏယျု-နာကြပါမူ၊ အဟောဝတ-ဪ ကောင်းလေစွ၊ သုတံ ၈ ပန - နာကြပြီး၍လည်း၊ ဓမ္မ-တရားကို၊ အာဇာ-နေယျု-သိနားလည်ကြပါမူ ကောင်းလေစွ၊ အာဇာနိတံ ၈ ပ န-သိနားလည်ကြပြီး၍လည်း၊ တထတ္တယ-ထိုတရားတော်အတိုင်း ဖြစ်ရန်အတွက်၊ ပဋိပဇ္ဇေယျု-ကျင့်ကြပါမူ၊ အဟောဝတ-ဪ ကောင်းလေစွ၊ ဣတိ-ဤသို့၊ ဓမ္မသု-ဓမ္မတံ ပဋိစ္စ-တရားတော်၏ တရားကောင်း အဖြစ်ကိုစွဲမှီ၍၊ ကာရုညံ ပဋိစ္စ-သနားခြင်းကိုစွဲ၍၊ အနုဒ္ဓယံ ပဋိစ္စ-ချီးမြှောက်ခြင်းကို စွဲ၍၊ အနုကမ္ပံ ဥပါဒါယ-စောင့်ရှောက်ခြင်းကိုစွဲမှီ၍၊ ပရေသံ - သူတပါး တို့အား၊ ဓမ္မံ ဒေသေတိ - တရားကို ဟော၏။ ဘိက္ခဝေ - ရဟန်းတို့၊ ဧဝရူပဿ ဘိက္ခုနော-ဤသို့သောရဟန်း၏၊ ဓမ္မဒေသနာ-တရား ဟောခြင်းသည်၊ ပရိသုဒ္ဓါ ဟောတိ-ထက်ဝန်းကျင်စင်ကြယ်ပါပေ၏တဲ့။

အဲဒါဟာ စင်ကြယ်တဲ့ ဟောပြောမှုပါဘဲ၊ အဲဒီလို စင်ကြယ်တဲ့ စိတ်ဖြင့် ဟောမှု တရားဟောရာမှာလဲ (ပယုတ္တဝါစာ-ဆိုတဲ့)ပစ္စည်းနဲ့ စပ်တဲ့ စကားမှ ကင်းလွတ်တယ်၊ ဒါကြောင့် တရားဟောရာမှာလဲ ပယုတ္တဝါစာ မဖြစ်အောင် နှလုံးသွင်း စင်ကြယ်ဘို့ အရေးကြီးပါတယ်။

ဒီ ပယုတ္တဝါစာကိုတော့ ဆောင်ပုဒ်ထဲမှာ ထည့်မထားဘူး၊ ဘာကြောင့်လဲ ဆိုတော့ သံပေါက်လင်္ကာအရ အက္ခရာပြည့်နေလို့ မထည့်သာတာကလဲ တကြောင်း၊ ရှေ့ဂါထာမှာ ပြထားတဲ့ လပနာနှင့် ခပ်တူတူ ဖြစ်နေတာကလဲ တကြောင်း ဒီ အကြောင်း ၂-ပါးကြောင့်ပါဘဲ။

### ကိုယ်နှုတ်စိတ်ကြမ်း မဆိုးသွမ်းရာ

နောက်ပြီးတော့ - ပါဂဗ္ဗိယံ - ကြမ်းကြုတ်ခြင်းကို၊ န သိက္ခေယျ-မပြုကျင့်ရာ-တဲ့။

ကြမ်းကြုတ်ခြင်း ဆိုတာက ကိုယ်ကြမ်း နှုတ်ကြမ်း စိတ်ကြမ်းအားဖြင့် သုံးမျိုးရှိတယ်။ ကိုယ်ကြမ်းတယ် ဆိုတာက သံဃာ့အစည်းအဝေးမှာ မရိုသေမှုပါဘဲ၊ မထေရ်ကြီးများကို တိုက်ခိုက်ထိပါးသွားတယ်၊ တိုက်ခိုက်ထိပါးလျက် ရပ်နေတယ်၊ ထိုင်နေတယ်၊ မထေရ်ကြီးများရဲ့ ရွှေမှာ ရပ်နေတယ် ထိုင်နေတယ်၊ မြင့်တဲ့နေရာ ကောင်းမြတ်တဲ့ နေရာမှာ နေတယ်၊ ခေါင်းကို ခြုံထားတယ်၊ ရပ်လျက် စကားပြောတယ်၊ လက်များကို ရမ်းလျက် စကားပြောတယ်၊ ဒူးကို လက်ဖြင့် ပိုက်လျက် လက်အာယောဂပတ်ဖွဲ့နေတယ်၊ ဒီလို မရိုသေမှုတွေဟာ ကိုယ်ကြမ်းကြုတ်မှုတွေပါဘဲ၊ အဲဒီလို ကိုယ်ကြမ်းကြုတ်ခြင်း မရိုသေခြင်းကို မပြုရဘူးတဲ့။ တချို့အရပ်မှာ ဆွမ်းဘုဉ်းပေးရန် စသည်အတွက် ပင့်ထားရာမှာ ရဟန်းငယ်များက လက်ဦးရောက်ပြီးတော့ နေရာကောင်းတွေမှာ ထိုင်နေကြတယ်၊ မထေရ်ကြီးများ ကြွလာတဲ့အခါ ဖယ်မပေးကြဘူး၊ မထေရ်ကြီးများက နေရာအညံ့မှာ ထိုင်နေကြရတယ်၊ အဲဒီလို နေရာဖယ်မပေးတာလဲ ကိုယ်ကြမ်းကြုတ်မှုပါဘဲ၊ အဲဒီလို ကြမ်းကြုတ်မှုလဲ ကင်းရမယ်။ နောက်ပြီးတော့ အများနဲ့အတူ ဆွမ်းစားနေရာမှာ စက်ဆုပ်ရွံရှာဘွယ် ကိုယ်အမူအရာတွေ ဆိုတာလဲ ရှိတယ်၊ တံတွေးထွေးလိုက် နှပ်ညှစ်လိုက် ချဲ့သလိပ်ဟပ်လိုက်နဲ့ ဒီလို အပြုအမူတွေဟာ စက်ဆုပ်ဖွယ်၊ အဲဒီလို စက်ဆုပ်ဖွယ် အပြုအမူတွေလဲ ကင်းရမယ်။



နှုတ်ကြမ်းတယ် ဆိုတာကတော့ ရိုသေထိုက်တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို မရိုမသေပြောတာ၊ သံဃာကို မရိုမသေနဲ့ ပြောတာ ဒီလိုဟာ တွေပါဘဲ။ သံဃာ့အစည်းအဝေးမှာ ဆိုယင် ပြောလိုပါက မထေရ်ကြီးကို ပန်ကြားပြီးမှ ပြောရတယ်။ တရားဟောချင် ယင်လဲ ပန်ကြားပြီးမှ ဟောရတယ်။ အမေးပြဿနာကိုလဲ ပန်ကြားပြီးမှ ဖြေရတယ်။ အဲဒီလို မပန်ကြားဘဲ ပြောတာ ဟောတာ ဖြေတာတွေဟာ မယဉ်ကျေးတဲ့ အမူအရာ ကြမ်း တမ်းတဲ့ အမူအရာတွေဘဲ။ အဲဒီလို နှုတ်ကြမ်းတာလဲ ကင်းရ မယ်။ နောက်ပြီးတော့ မြို့ထဲ ရွာထဲ သွားတဲ့အခါ ဒကာမ များကို “ဟဲ့ဘယ်သူရေ ဘာများ ရှိသလဲ၊ ယာဂု ရှိသလား၊ ဆွမ်း ရှိသလား၊ မုံ့ ရှိသလား၊ ကော်ဖီ လဘက်ရည် ရှိသလား၊ ငါတို့ ဘာစားရမလဲ၊ ဘာသောက်ရမလဲ၊ ဘာကပ်လှူမလဲ” စသည်ဖြင့် ပြောဆိုတာလဲ နှုတ်ကြမ်းတာဘဲ။ အဲဒီလို ဝိနည်း နှင့် ဆန့်ကျင်တဲ့ အပြောမျိုးလဲ ကင်းရမယ်။

စိတ်ကြမ်းတယ် ဆိုတာကတော့ စိတ်ကို မထိန်းသိမ်းဘဲ မကြံသင့်တာတွေ လျှောက်ကြံနေတာပါဘဲ။ အောက်တန်း စားအမျိုးမှ ရဟန်းဖြစ်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်က အထက်တန်းစား အမျိုးမှ ရဟန်းဖြစ်လာတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်နှင့် တန်းတူပြုပြီး ကြံတယ်။ ဒါကတော့ လောကအလိုလိုက်ပြီး ပြောရတာဘဲ။ ဣန္ဒြိယမှာ ဆိုယင် အမျိုးဇာတ်ခွဲခြားမှုက ရှိနေတယ်။ သီဟိုဠ် မှာလဲ ဇာတ်မရှိဘူးဆိုပေမဲ့ အမျိုးခွဲခြားမှုကတော့ ရှိနေတာ ဘဲ။ အထက်တန်း လူမျိုးရဟန်းကို အောက်တန်းလူမျိုး ရဟန်းက ကြောက်ရွံ့ရိုသေနေရတယ်။ တချို့ဆိုယင် အထက် တန်းလူမျိုး ရဟန်းရွှေမှာ စကားတောင် ကောင်းကောင်း

မပြောရဲဘဲ ရှိနေတယ်။ လူဝတ်ကြောင်ကပေမဲ့ အောက်တန်း၊ လူမျိုး ရဟန်းကို အရိုအသေမပြုချင်ဘဲ ရှိနေတယ်။ အထက်တန်းလူကို အောက်တန်းလူမျိုး ရဟန်းက ရိုသေရဦးမလိုလို ဖြစ်နေတယ်။ အဲဒီလို ခွဲခြားမှုရှိတဲ့ လောကအလိုလိုက်ပြီး ခုတင်က ကြံပုံကို ပြောရတာပါဘဲ။ အမှန်စင်စစ်ကတော့ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်မှာ ရဟန်းဖြစ်လာယင် သာကီဝင်မျိုးချည်း ပါဘဲ။ အထက်အောက် အကွဲအပြား မရှိတော့ပါဘူး။ ထေရ်ဝါဒကြီးအငယ်နှင့် သီလ သမာဓိ ပညာ ပရိယတ် ပဋိပတ် ဂုဏ်ဖြင့်သာ အကွဲအပြား ရှိပါတယ်။

ဒါကြောင့် ဒီစိတ်ကြမ်းပုံအရာမှာ ကျမ်းဂန်တတ် မတတ် စသည်ဖြင့်သာ ခွဲခြားယူသင့်ပါတယ်။ စာပေမတတ်တဲ့ ရဟန်းက စာပေတတ်ကျွမ်းတဲ့ ရဟန်းနှင့် တန်းတူပြုပြီး ကြံတယ်။ ကိုယ်က ခုတင်မကျင့်နိုင်ပါဘဲ ကျင့်တဲ့ ရဟန်းနှင့် တန်းတူထားပြီး ကြံတယ်။ ဈာန်မရပါဘဲနဲ့ ဈာန်ရသူနှင့် တန်းတူထားပြီး ကြံတယ်။ ယခုနေအခါမှာ တချို့တောထွက် ရဟန်းကြီးများက စာပေကျမ်းဂန်တတ် မထေရ်ကြီးများကို သူတို့နဲ့ အတူတူဘဲလို့ ထင်မြင်တာ၊ သူတို့ ကျင့်သမျှ ပဋိပတ်ဖြင့် သူတို့လောက် နေရာမကျဘူးလို့ ထင်တာမျိုးတွေလဲ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလို မရိုမသေကြံတဲ့ စိတ်ကြမ်းမျိုးတွေ ကင်းရမယ်။ တရားရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီမှာတော့ ဒီလို မသင့်လျော်တဲ့စိတ်ကြမ်းမျိုးတွေဟာ ဖြစ်ဖွယ်မရှိပါဘူး။ သို့သော် ဥဒယဗ္ဗယ ဉာဏ်ရောက်တဲ့အခါ အထင်ကြီးပြီး ဖြစ်တတ်တာကတော့ ရှိပါသေးတယ်။ အဲဒီလို ဖြစ်ပေါ်လာယင် အဲဒီ စိတ်ကြမ်းကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်သွားရုံပါဘဲ။

နောက်ပြီးတော့-ဝိဂ္ဂါဟိကံ ကံထံ-ငြင်းခုံစကားကို၊ န ကထယေယျ-မပြောမဆိုရာတဲ့။ ဒါကတော့ တရားဆွေးနွေး ပြောဆိုတဲ့အခါမှာ ဒီတရားကို သင်မသိပါဘူး၊ ငါ သိတယ် စသည် သူတပါးကို နှိပ်၍ ငြင်းခုံခြင်းပါဘဲ၊ အဲဒီလို ငြင်းခုံမှု မျိုး ကင်းရမယ်၊ တရားအားထုတ်နေဆဲ ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဆိုယင် ငြင်းခုံမှု လုံးဝကင်းနေတာ အကောင်းဆုံးပါဘဲ၊ ဒါကြောင့် ငြင်းခုံစရာအကြောင်း ပေါ်လာယင် ဈာန်ကို ဆက်ပြီး မပြော ဘဲ ရပ်ထားရမယ်၊ ပြောချင်တဲ့စိတ်ပေါ်လာယင်လဲ အဲဒီစိတ် ကို ရှုမှတ်ပြီး ပယ်ရမယ်။ ဒီဂါထာအတွက် ဆောင်ပုဒ်ကတော့ “ဝါကြွား ကိုယ်ကြမ်း၊ နှုတ်-စိတ်ရမ်း၊ ဆိုးသွမ်း ငြင်းခုံ မပြု ရာ”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁၆။ ဝါကြွား ကိုယ်ကြမ်း၊ နှုတ်-စိတ်ရမ်း၊ ဆိုးသွမ်း၊  
ငြင်းခုံ မပြုရာ။

ဝါကြွားခြင်းကိုလဲ မပြုရ၊ ကိုယ်ကြမ်း နှုတ်ကြမ်း စိတ် ကြမ်းမှုများကိုလဲ မပြုရ၊ ငြင်းခုံမှုကိုလဲ မပြုရ-လို့ ဆိုလိုပါ တယ်၊ ဆိုးသွမ်း ဆိုတာကတော့ ကာရန်လဲ ရနေလို့ ထည့် ထားတာပါဘဲ၊ ဆိုးသွမ်းတဲ့ ငြင်းခုံမှုလို့လဲ ယူနိုင်ပါတယ်။ နောက်တဂါထာကတော့-

၁၇။ မောသဝဇ္ဇေ န နိယေထ၊  
သမ္ပဇာနော သဌာနိ န ကယိရာ။  
အထ ဇီဝိတေန ပညာယ၊  
သီလဗ္ဗတေန နာည'မတိမညေ။

### မုသာဝါဒမှ ကြည်ရှောင်ရမည်

ဘိက္ခုနာ-ရဟန်းသည်၊ မောသဝဇ္ဇေ-မဟုတ်မမှန်သည်ကို ပြောဆိုခြင်း၌၊ န နိယေထ-မိမိကိုယ်ကို မဆောင်အပ်ရာ၊ ဝါ-မိမိစိတ်ကို မဆောင်ပို့ရာ တဲ့။ မဟုတ်မမှန်တဲ့ စကားကို မပြောရဘူးလို့ ဆိုလိုတာပါ။ အဲဒါက ထင်ရှားနေပါပြီ၊ ချဲ့ထွင် ပြောဘို့ မလိုပါဘူး။

### ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲ ကင်းရမည်

သမ္ပဇာနော-မိမိမှာ မရှိမှန်းသိပါလျက်၊ သဌာနိ-ရှိလေယောင် ဟန်ဆောင်၍ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသော ပြောဆိုမှုတို့ကို၊ န ကယိရာ-မပြုရာ-တဲ့။

မိမိမှာ ရှိတဲ့အပြစ်ကို မရှိလေယောင် ဟန်ဆောင်ဖုံးကွယ်ပြီး လှည့်စားတာကို မာယာခေါ်တယ်။ အဲဒီလှည့်စားမှုမာယာကို မပြုအပ်ကြောင်း အမှတ် ၁၂-ဂါထာမှာ ဟောခဲ့ တယ်။ မိမိမှာ မရှိတဲ့ဂုဏ်ကို ရှိလေယောင် ဟန်ဆောင် ပြောတာကို သာဠေယျခေါ်တယ်။ အဲဒီ သာဠေယျဆိုတဲ့ ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲမှုကိုဘဲ ဒီမှာ သဌာနိ-လို့ ပြဆိုထားတယ်။ မိမိက သိလဲကို အလေးမပြုဘဲ အလေးပြုလေယောင်၊ မိမိမှာစိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိမရှိဘဲ ရှိလေယောင် ဟန်ဆောင်ပြောဆိုတာဟာ သာဠေယျဘဲ၊ ယခုနေအခါမှာ “သမထ ဝိပဿနာ ဘာတရားကိုမျှ အားမထုတ်ဘဲနဲ့ မိမိစိတ်ကို လောဘ ဒေါသ စသောကိလေသာများနှင့်မယှဉ်ဘဲ သန့်ရှင်းအောင်ထားနိုင်တယ်၊ တည်ငြိမ်အောင် ထားနိုင်တယ်” ဆိုတဲ့ ပြောဆိုမှုတွေဟာ ဒီ သာဠေယျဖြစ်၊ မဖြစ် စဉ်းစား ကြည့်ကြရမယ်။



“သမထ၊ ဝိပဿနာအလုပ်ကို အားမထုတ်ပဲ ကာမစွန့်စသော နိဝရဏတွေမှ စိတ်ကိုစင်ကြယ်အောင် ထားနိုင်တယ် တည်ငြိမ်စေနိုင်တယ်” ဆိုတာ ဘုရားဟောတရားလဲ မရှိဘူး၊ အဋ္ဌကထာ ဂ္ဂိကာလဲ မရှိဘူး၊ ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့စမ်းကြည့်ယင်လဲ မဖြစ်နိုင်ဘူး ဆိုတာ အလွန်ဆင်ရှားပါတယ်။ အဲဒီလို ထင်ရှားနေပါလျက် “ဘယ်ဘာဝနာကိုမျှ အားမထုတ်ပဲ စိတ်ကိုစင်ကြယ်စေနိုင်တယ်၊ တည်ငြိမ်စေနိုင်တယ်” လို့ ဟောပြော ဝန်ခံနေကြတာဟာ သာဠေယျ ဖြစ်ကြောင်းထင်ရှားပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ တရားအားထုတ်နေဆဲ ယောဂီ ဆိုယင် မိမိရှုမှတ်အားထုတ်နိုင်သလောက် မိမိတွေ့ရ သိရသလောက် သာ ဆရာသမားထံ မှန်ကန်စွာ ပြောကြားရတယ်။ အဲဒါဟာ အလွန် အရေးကြီးပါတယ်။ ဒါကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက အင်္ဂုတ္တရပါဠိ (ဒု-၅၇) မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသပါဠိ (၂၉၈) တို့၌ ပဓာနိယဂံ ငါးပါးကို ပြရာမှာ -

အသဌော-မကောက်ကျစ် မစဉ်းလဲသည်။ ဝါ-မိမိမှာမရှိတဲ့ ဂုဏ်ကို မပြောတတ်သည်။ အမာယာဝီ-မလှည့်စား တတ်သည်။ ဝါ-မိမိမှာ ရှိသောအပြစ်ကို မဖုံးကွယ် တတ်သည်။ ဟောတိ-ဖြစ်၏။ သတ္တရိ ဝါ - ဆရာဘုရားထံ၌ သော်၎င်း၊ ဝိညုသု ဝါ သဗြဟ္မစာရီသု-သီတင်းသုံးဘော် ပညာရှိများ ဆရာသမားတို့ထံ၌ သော်၎င်း၊ အတ္တနံ - မိမိကိုယ်ကို၊ ယထာဘူတံ - ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ၊ အာဝိကတ္တာ - ထင်ရှားပြတ်ပေသည်-လို့ ဟောကြားတော်မူပါတယ်။

မိမိမှာ စိတ်တည်ငြိမ်မှု သမာဓိမရှိပါဘဲ ရှိလေယောင် ဟန်ဆောင်ပြောနေယင် အဲဒီလိုပုဂ္ဂိုလ်မှာ သမာဓိ အစစ်အမှန်

မဖြစ်တော့ဘူး၊ မိမိမှာ ရုပ်နာမ်ကို ပိုင်းခြားသိတဲ့ ဉာဏ်၊ အဖြစ် အပျက်ကို သိတဲ့ဉာဏ်၊ “ဖြစ်ဖြစ်ပြီး ပျောက်ပျောက်သွားလို့ မမြဲတဲ့တရားတွေဘဲ”လို့ သိတဲ့ဉာဏ် ဒီလိုဉာဏ်တွေ မဖြစ်ဘူး ပါဘဲ ဖြစ်တဲ့ အနေဖြင့် ဟန်ဆောင် ပြောနေယင်လဲ အဲဒီလို ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ဝိပဿနာ ဉာဏ်အစစ် ဖြစ်ခွင့်မရှိတော့ဘူး၊ ဝိပဿနာ မဖြစ်ယင် မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ကိုလဲ မရောက်နိုင်တော့ဘူး၊ အဲဒါကို ကိန်းသေမှတ်ထားရမယ်၊ အဲဒီ ၂-ပိုဒ်ကို “ကောက် ကျစ်ကင်းပါ၊ မလိမ်ရ”လို့ ဆောင်ပုဒ်မှာ ကာရန်ငဲ့ပြီး ရှေ့ နောက် ပြန်လျက် စိသားတယ်။

နောက်ပြီးတော့-အထ-ထို့ပြင်၊ ဇီဝိတေန-အသက်မွေး မှုဖြင့်၎င်း၊ ပညာယ-အသိဉာဏ်ပညာဖြင့်၎င်း၊ သီလဗ္ဗတေန- သီလနှင့် ကျင့်ဝတ်ဖြင့်၎င်း၊ အညံ-သူတပါးကို၊ န အတိ- မညေ- မထိမဲ့မြင်မပြုရာ-တဲ့။

မိမိက ဘုန်းကြီးပြီး စားဝတ်နေရေးပြည့်စုံနေယင် မပြည့် စုံတဲ့သူကို အထင်သေးပြီး မထိမဲ့မြင် ပြောဆိုတတ်တယ်၊ မိမိက ခေတ်ပညာ ပရိယတ်စာပေပညာနှင့် ပြည့်စုံယင် မပြည့် စုံတဲ့သူကို အထင်သေးပြီး မထိမဲ့မြင် ပြောဆိုတတ်တယ်၊ မိမိက သီလနှင့် ခုတင်ကျင့်ဝတ်နှင့် ပြည့်စုံယင် မပြည့်စုံတဲ့သူကို အထင်သေးပြီး မထိမဲ့မြင် ပြောဆိုတတ်တယ်၊ အဲဒီလို မထိမဲ့ မြင် မပြုရဘူး တဲ့။ ယခုနေအခါမှာ အချို့က ဂိုဏ်းဂဏအရှိန် အဝါဖြင့် ဂိုဏ်းမတူဘဲသူကို ဘယ်လိုပင် သီလနှင့် သုတနှင့် ခုတင်ကျင့်ဝတ်နှင့် သမထဝိပဿနာနှင့် ပြည့်စုံစေကာမူ မထိမဲ့ မြင်ပြုနေတာလဲ ရှိတတ်တယ်၊ အဲဒါကတော့ ဒီဒေသနာအရ မသင့်တဲ့ အမှုပါဘဲ။ ဒီဂါထာအတွက် ဆောင်ပုဒ်ကတော့

ပိုင်း] စွပ်စွဲကဲ့ရဲ့ခံရသော်လဲ အကြမ်းပတ်မ်းမချေပလင့် ၂၁၁

“ကောက်ကျစ်ကင်းပ၊ မလိမ်ရ၊ နှိမ်ချ အထင်မသေးရာ”တဲ့။  
အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁၇။ ကောက်ကျစ်ကင်းပ၊ မလိမ်ရ၊ နှိမ်ချ အထင်မသေးရာ။

ခုတင်က ပြောခဲ့တဲ့အတိုင်း မလိမ်ရဘူး၊ ကောက်ကျစ်  
စဉ်းလဲမှု ကင်းရမယ်၊ သူတပါးကို အထင်သေးပြီး မနှိမ်ချရ  
မထိမဲ့မြင်မပြုရ မပြောရဘူးတဲ့။ ဒါကတော့ ထင်ရှားနေပါပြီ။  
နောက်တဂါထာကတော့—

၁၈။ သုတူာ ရုသိတော ဗဟံ ဝါစံ၊  
သမဏာနံ ဝါ ပုထုဇနာနံ။  
ဖရုသေန နေ န ပဋိဝဇ္ဇာ၊  
န ဟိ သန္တော ပဋိသေနိ’ ကရောန္တိ တဲ့။

စွပ်စွဲကဲ့ရဲ့ခံရသော်လဲ အကြမ်းပတ်မ်း မချေပလင့်

သမဏာနံ ဝါ—ရဟန်းတို့၏ သော်၎င်း၊ ပုထုဇနာနံ ဝါ—  
လူအများစုတို့၏ သော်၎င်း၊ ဗဟံ ဝါစံ—များစွာသော ကဲ့ရဲ့  
စွပ်စွဲစကားကို၊ သုတူာ—ကြားရသော်လဲ၊ ရုသိတော—ကဲ့ရဲ့စွပ်  
စွဲခံရသော ရဟန်းသည်၊ နေ—ထိုကဲ့ရဲ့စွပ်စွဲသူတို့ကို၊ ဖရုသေန—  
ကြမ်းတမ်းသော စကားဖြင့်၊ န ပဋိဝဇ္ဇာ—တုံ့ပြန်၍ မပြောဆို  
မချေပရာ—တဲ့။

ဒီမှာ သမဏ—ရဟန်းဆိုပေမဲ့ ဗုဒ္ဓသာသနာဝင်ရဟန်းကို  
မဆိုလိုကြောင်း၊ ဗုဒ္ဓသာသနာအပြင်က ရသေ့ရဟန်းများကို  
ဆိုလိုကြောင်း မဟာနိဒ္ဒေသမှာ ဖွင့်ပြထားပါတယ်။ ဒီ တုဝဋ္ဌက  
သုတ်ကို ဟောတာက သာသနာတော် အဦး အစပိုင်းက

မြတ်စွာဘုရား လေးဝါရက ဟောတဲ့ တရား ဖြစ်တယ်။ အဲဒီ အခါတုန်းက သာသနာ့ အပြင်ဘက်က ရသေ့ရဟန်းများစွာတို့ ကလဲ ဗုဒ္ဓသာသနာတော်ကို ကဲ့ရဲ့ကြ စွပ်စွဲကြတယ်။ အဲဒီ ရသေ့ရဟန်းတွေရဲ့ တပည့်ဖြစ်ကြတဲ့ မင်းပုဏ္ဏားအစရှိတဲ့ လူ တွေကလဲ ကဲ့ရဲ့ကြ စွပ်စွဲကြတယ်။ သူတို့ကို ယုံကြည်တဲ့ အချို့ နတ်တွေကလဲ ကဲ့ရဲ့ကြ စွပ်စွဲကြတယ်။ အဲဒီ သာသနာပရသေ့ ရဟန်းတွေနဲ့ သာသနာပလူတွေ နတ်တွေကို တုံ့ပြန်ပြီး ချေပ ဘို့ မလိုကြောင်း ဖော်ပြတာပါ။ အထူးအားဖြင့်တော့ ရှင်းလင်းပြသတဲ့အခါလဲ ကြမ်းတမ်းတဲ့ စကားဖြင့် မဖြေရှင်း ဘို့ ညွှန်ကြားပါတယ်။

### မိမိကိုယ်တိုင် သည်းခံကျင့်သုံးခဲ့ပုံ

ဘုန်းကြီးဟာ ၁၃၀၀-ပြည့်နှစ်က မိမိတို့အရပ် ရွှေဘိုမြို့ နယ် ဆိပ်ခွန်ရွာမှာ စပြီး သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်း တရားကို ဟောခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီတုန်းက မဟာစည်ကျောင်းနှင့် ကပ်လျက် တည်ရှိနေတဲ့ သူကြီးကျောင်းက ဘုန်းကြီးက ဘုန်းကြီးဟောတဲ့ တရားကို မလိုလားဘူး၊ ဒါပေမဲ့ ဘုန်းကြီး ၏ ပရိယတ္တိပညာအရည်အချင်းကို သိတာနဲ့ အထင်အရှား တော့ အပြစ်မပြောဝံ့ဘူး။ မျက်ကွယ်မှာတော့ သူက ကဲ့ရဲ့ရှုတ် ချပြောဆိုနေတာ။ သူ့ကို ထောက်ခံ အားပေးတဲ့ အချို့ ရဟန်းများလဲ ရှိပါတယ်။ လူဝတ်ကြောင်ထဲကလဲ ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့က မျက်မှောက်မှာတော့ မပြောရဲကြပါဘူး။ မျက် ကွယ်မှာဘဲ ကဲ့ရဲ့ကြ အပြစ်ပြောကြတယ်။ အဲဒီလို ပြောကြတဲ့ စကားကို ကြားရပေမဲ့ ဘုန်းကြီးက သူတို့ကို တုံ့ပြန်ချေပခြင်း မပြုခဲ့ပါဘူး။ ကိုယ့်တရားကိုသာ ဟောမြဲ ဟောနေပါတယ်။



ဘုန်းကြီးက ကိုယ်တိုင်တွေ့ သိမြင်နိုင်တဲ့ တရားကို ဟောနေတာ ဆိုတော့ ဘယ်သူက ဘာပြောနေနေ တုန်လှုပ်စရာမရှိပါဘူး။ တရားအားထုတ်ပြီး ကိုယ်တိုင်တွေ့ သိမြင်ရလို့ ခိုင်ခိုင်မြဲမြဲ ယုံကြည်သဘောကျတဲ့ တပည့်တွေက တနေ့တခြား များများ လာတာပါဘဲ။

ကဲ့ရဲ့အပြစ်ပြောနေတဲ့ အဲဒီ သူကြီး ကျောင်းဘုန်းကြီး ဟာ လေးငါးခြောက်နှစ်လောက် အတွင်းမှာဘဲ မာတုဂါမ တယောက်နဲ့ ဖောက်ပြန်ပြီး လူ့ ဘောင်ရောက်သွားတယ်။ လူ့ ဘဝမှာ လေးငါးနှစ်လောက်ရှိတော့ ကွယ်လွန်သွားရှာတယ်။

ဘုန်းကြီး ရန်ကုန်ရောက်ခါစဆီကလဲ သတင်းစာတစောင် က ဘုန်းကြီးဟောနေတဲ့ သတိပဋ္ဌာန် ဝိပဿနာ အလုပ်တရား ကို အပြစ်တင်ဝေခန့်ပြီး ရေးနေတယ်။ ဘုန်းကြီးက ပြန်လည် ချေပခြင်းမပြုခဲ့ပါဘူး။ အဲဒီကနောက် အရိယာဘုံသွား ဉာဏ် လှေခါးဆိုတဲ့ စာအုပ်ကြီးတခုလဲ ထွက်လာတယ်။ အဲဒီ စာအုပ်ကြီးထဲမှာ ဘုန်းကြီးဟောနေတဲ့ တရားလုပ်ငန်းစဉ်ကို ပုတ်ခတ်ထားချက်တွေ အများကြီး ပါပါတယ်။ နောက်ပြီး တော့ သတင်းစာတစောင်ထဲမှာလဲ ပုတ်ခတ်တဲ့ ဆောင်းပါး တွေ နေ့စဉ်လိုဘဲ အဲဒီတုန်းက ပါနေတယ်။ အဲဒါတွေကိုလဲ ဘုန်းကြီးက တုန့်ပြန်ချေပခြင်း မပြုခဲ့ပါဘူး။ “တရားတော်က ဘုရား၏ တရားဘဲ၊ ကိုယ်တပါးတည်းနဲ့ ဆိုင်တဲ့ တရားမဟုတ် ဘူး။ ဒီက ဟောတာကို ကြိုက်တဲ့သူတွေ ဒီကိုလာကြမှာဘဲ။ သူတို့ဟောတာကို ကြိုက်တဲ့သူတွေ သူတို့ထံ သွားကြလိမ့် မယ်။ သွားကြပါစေ”လို့ စိတ်အေး လက်အေးဘဲ သဘော ထားပြီး ကိုယ့်တရားသာ ဟောမြဲ ဟောလာခဲ့ပါတယ်။ ဘုန်း

ကြီး၏ တရားလုပ်ငန်းမှာ ဆုတ်ယုတ်ခြင်း မရှိပါဘူး။ တနှစ်ထက် တနှစ် တိုးတက် လာတာကိုသာ တွေ့ရပါတယ်။ ၁၃၁၁-ခုနှစ်က ဒီ (ရန်ကုန်) သာသနာ့ရိပ်သာကို ယောဂီ ၂၅-ယောက်မျှနဲ့ စပြီး ဖွင့်ခဲ့ရပါတယ်။ ယခုတော့ ယောဂီများတဲ့ နွေရာသီမှာ ရဟန်း ရှင်လူ ယောဂီ ၁၀၀၀-ကျော်ရှိပါတယ်။ ယောဂီနည်းတဲ့ ဆောင်းရာသီမှာတောင် ရဟန်း ရှင်လူ ယောဂီ ၂၀၀-ကျော်တော့ ရှိနေသေးတာဘဲ။ အဲဒါဟာ ဆုတ်ယုတ်ခြင်းမရှိဘဲ တိုးတက်လာပုံ ခိုင်လုံတဲ့ သာဓကပါဘဲ။ အဲဒီလို တိုးတက်လာခြင်းဟာ “(န ပဋိဝဇ္ဇာ)တုံပြန်၍ မပြောဆို မချေပရာ”ဆိုတဲ့ သြဝါဒတော်ကို အရိုအသေ လိုက်နာပြီး ကျင့်သုံးလာခြင်း၏ အကျိုးလို့လဲ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

အဲဒီ စာပိုဒ်အတွက် ဆောင်ပုဒ်ကတော့-“စွပ်စွဲခံရ၊ ကြားလတ်က၊ ချေပ ကြမ်းကြုတ်မပြုရာ”တဲ့။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁၈။ စွပ်စွဲခံရ၊ ကြားလတ်က၊ ချေပ ကြမ်းကြုတ်မပြုရာ။

စွပ်စွဲကဲ့ရဲ့ခံရပြီးတော့ အဲဒီစွပ်စွဲကဲ့ရဲ့စကားများကို ကြားရလို့ရှိယင် အဲဒီ စွပ်စွဲကဲ့ရဲ့တဲ့သူတွေကို ကြမ်းတမ်းတဲ့ စကားဖြင့် တုံ့ပြန်ချေပခြင်းမပြုပါနဲ့တဲ့။ “ဖြေရှင်းသင့်တဲ့အချက်ကို ဖြေရှင်းတောင် နူးညံ့သိမ်မွေ့တဲ့စကားဖြင့်သာ ဖြေရှင်းရမယ်”လို့လဲ ဆိုလိုပါတယ်။ ဘာကြောင့် မချေပရသလဲလို့ ဆိုတော့-

ဟိ-မချေပသင့်ခြင်း၏ အကြောင်းကား၊ သန္တော-ကိလေသာငြိမ်းသော သူတော်ကောင်းတို့သည်၊ န ပဋိသေနိ-ကရောန္တိ-တုံပြန်တိုက်ခိုက်ခြင်းကို မပြုကြကုန်၊ ဝါ၊ တုံပြန်တိုက်ခိုက်ရိုးမရှိကြသောကြောင့် ပေတည်း-တဲ့။ အဲဒီအပိုဒ်ကိုလဲ

“ကိလေငြိမ်းလျှင်၊ တုံ့ပြန်ချင်၊ စိတ်ပင်မဖြစ် ငြိမ်းသည်သာ”  
လို့ ဆောင်ပုဒ်စီထားတယ်။ အဲဒါကိုဆိုကြရမယ်။

ကိလေငြိမ်းလျှင်၊ တုံ့ပြန်ချင်၊စိတ်ပင် မဖြစ် ငြိမ်းသည်သာ။

(ဘိက္ခု၊သမဏ)ရဟန်းဆိုတာဟာ ကိလေသာငြိမ်းအောင်  
ကျင့်ရတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ပဲ။ သူတော်ကောင်းဘဲ၊ တကယ်ကျင့်ပြီး  
ကိလေသာငြိမ်းတဲ့ သမဏအစစ် ဖြစ်နေယင်တော့ တုံ့ပြန်  
တိုက်ခိုက်လိုတဲ့ စိတ်ပင် မရှိဘဲ ငြိမ်းနေရမယ်။ ဒါကြောင့်  
သမဏ-ကိလေသာငြိမ်းသူလို့ ဝန်ခံနေတဲ့ရဟန်းဟာ ကဲ့ရဲ့စွပ်စွဲ  
တဲ့ သူတွေကို ကြမ်းတမ်းတဲ့စကားဖြင့် တုံ့ပြန်ချေပခြင်း မပြုရ  
ဘူးလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ ၊

ဒီကနောက် ဂါထာ ၂-ပုဒ်ပဲ ရှိပါတော့တယ်။ အဲဒီ ၂-ဂါ  
ထာကတော့ နိဂုံးချုပ်သဘောလက္ခဏာရှိပါတယ်။ ဖော်ပြခဲ့  
ပြီးတရားအတိုင်း ကျင့်သုံးသွားဘို့ ညွှန်ကြားတဲ့သဘောပါဘဲ။  
အဲဒီ ၂-ဂါထာထဲက ပဌမဂါထာကတော့ -

၁၉။ တေဉ္စ ဓမ္မမညာယ၊

ဝိစိနံ ဘိက္ခု သဒါ သတော သိက္ခေ။

သန္တိတိ နိဗ္ဗုတိံ ဥတု၊

သာသနေ ဂေါတမဿ န ပမဇ္ဇေယျ။

အမြဲမပြတ် ရှုမှတ်ကျင့်ပါ

တေဉ္စ ဓမ္မ အညာယ-ယခု ဟောခဲ့သော သီလ သမာဓိ  
အကျင့်တရားကို သိနားလည်ပြီး၍လည်း၊ ဘိက္ခု-သံသရာ  
ဘေးကို ရှုမြင်၍ သံသရာမှ လွတ်မြောက်ရန် ရည်သန် ကျင့်

သုံးနေသော ရဟန်းသည်၊ ဝိစိနံ - စူးစမ်း ဆင်ခြင်လျက်၊ သဒါ-နေရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း၊ သတော-ဖြစ်တိုင်းသော ရုပ်နာမ်ကို အမှတ်ရလျက်၊ သိက္ခေ-ကျင့်ရာတော့သတည်း။

အမှတ် (၇) ဂါထာဖြင့် ပါတိမောက်သီလအကျင့် သမာဓိ အကျင့်ကို ဟောစေချင်ပါသည်လို့ နိမ္မိတရုပ်ပွား ဘုရားရှင်၏ တောင်းပန်ချက်အရ အမှတ်(၈) ဂါထာစသည်ဖြင့် စက္ခုန္ဒြေကို စောင့်စည်းရေးမှ စပြီး သီလအကျင့်ကို ဟောကြားခဲ့တယ်။ စာယီ - စာန်ဝင်စားရမယ် - ရှုရမယ် စသည်ဖြင့် သမာဓိ အကျင့်ကို ဟောကြားခဲ့တယ်။ အမှတ် (၁၈) ဂါထာအရ ကြမ်းတမ်းသော စကားဖြင့် တုံ့ပြန်ချေပ မပြောဆိုရ ဆိုတဲ့ စကားရပ်အထိ ဟောကြားခဲ့တဲ့ သီလအကျင့် သမာဓိအကျင့် များကို နာကြားလျက် သိနားလည်ပြီးတော့ ဒီမျှတွင် ရပ်မနေ ရသေးဘူး၊ အမှတ် (၂) ဂါထာမှာ သဒါ သတော သိက္ခေ-လို့ ဟောခဲ့တဲ့အတိုင်း နေရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း မပြတ်ရှုမှတ် လျက် ကျင့်ရမယ်-လို့ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါကို ဆောင်ပုဒ်မှာ “ဤတရားသိလျှင်၊ ရှုဆင်ခြင်၊ အစဉ်မှတ်လျက် ကျင့်ရာသည်” လို့ ဆိုထားတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

၁၈။ ဤတရားသိလျှင်၊ ရှုဆင်ခြင်၊ အစဉ် မှတ်လျက် ကျင့်ရာသည်။

နိဗ္ဗုတိံ - ကိလေသာ၏ ငြိမ်းခြင်းကို၊ သန္တတိ - အငြိမ်း ခာတ် နိဗ္ဗာန်ဟူ၍၊ ဥတုာ - သိ၍။ ဂေါတမဿ - ဂေါတမ (ဘုရား) ၏၊ သာသနေ - အဆုံးအမ သာသနာ၌၊ န ပမဇ္ဇေယျ - မမေ့ရာ တဲ့။



ပိုင်း] နိဗ္ဗာန,သန္တိလက္ခဏာအရ တရားကိုယ်အတူတူပင် ၂၁၇

နိဗ္ဗာန,နိဗ္ဗုတိ,သန္တိ,သန္တိလက္ခဏာ အရတရားကိုယ်အတူတူပင်

အဲဒီမှာ နိဗ္ဗုတိ - ပုဒ်ကို ရာဂဿ နိဗ္ဗုတိ - စသည်ဖြင့် ရာဂ ဒေါသ မောဟ အစရှိသော ကိလေသာတို့၏ ငြိမ်းခြင်း ကို သန္တိ-ဟု သိရန် ဖွင့်ပြထားတယ်။ အဲဒီစကားရပ်ဖြင့် ကိလေသာ ငြိမ်းခြင်းသည်ပင် သန္တိခေါ်တဲ့ (သန္တိလက္ခဏာ) အငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်မည်ကြောင်း ပြပါတယ်။ ကိလေသာ ငြိမ်းယင် ကိလေသာမှ ဆက်ဖြစ်မည့် ကံနှင့် အကျိုး ရုပ်နာမ် သင်္ခါရဆင်းရဲတွေလဲ အကုန် ငြိမ်းတော့တာဘဲ။ ကိလေသာ ငြိမ်းတယ်ဆိုတာကလဲ အရိယမဂ်၏ အစွမ်းကြောင့် ကိလေ သာတွေ ဖြစ်ခွင့်မရှိတော့ဘဲ လုံးဝ ကင်းငြိမ်းသွားတာကို ဆို တယ်။ ခေတ္တခဏမျှ ကိလေသာမဖြစ်ပဲ ကင်းနေတာကို ဆို တာမဟုတ်ဘူး။ ဒါကြောင့် အရိယမဂ်ဖြင့် ကိလေသာဖြစ်ခွင့် မရှိတော့ဘဲ လုံးဝငြိမ်းတာကို သန္တိခေါ်တဲ့ အငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်ဘဲဆိုတာ သိနားလည်ရမယ်။ အဲဒီလို သိနားလည်ပြီး တော့ အဲဒီ အရိယမဂ်ဖြင့် ကိလေသာ ငြိမ်းသည်တိုင်အောင် မမေ့မလျော့ အားထုတ်သွားရမယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ အဲဒါ ကို “ကိလေငြိမ်းတာ၊ သန္တိပါ။ သိကာ မမေ့ရှိရာသည်”လို့ ဆောင်ပုဒ်မှာ ဆိုထားပါတယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ကိလေငြိမ်းတာ၊ သန္တိပါ။ သိကာ မမေ့ ရှိရာသည်။

အဲဒီလို ကိလေသာ ငြိမ်းတာကလဲ ဂေါတမ ဘုရားရှင်၏ သာသနာမှာသာ ရှိတယ်။ အခြား ဘာသာဝါဒ သာသနာ တွေမှာ မရှိဘူး။ ဒါကြောင့် ဂေါတမဿ သာသနေး-ဂေါတမ ဘုရား၏ အဆုံးအမ သာသနာ၌ မမေ့မလျော့ အားထုတ်ရ

မယ်လို့ ညွှန်ကြားတော်မူပါတယ်။ အဲဒီ ညွှန်ကြားချက်ဟာ အမှတ် (၅) ဂါထာမှာ (အဇ္ဈတ္တ မေ ဝုပသမေ၊ န အညတော ဘိက္ခု သန္တိ မေ သေယျ) “ကိုယ်တုန်း၌သာ၊ ငြိမ်းစေရာ၊ ပြင်မှာ မရှာသင့်သည်သာ” ဆိုတဲ့ စကားနှင့် ထပ်တူပါတဲ့။ အဲဒီခေတ် တုန်းက လူတွေ နတ်တွေ အချို့က “အခြား ဘာသာဝါဒဖြင့် ဆင်းရဲငြိမ်းပြီး အမြဲတမ်းချမ်းသာသွားနိုင်တယ်” လို့ ယုံကြည် နေကြတယ်။ တချို့ကလဲ ယုံမှား တွေးတောနေကြတယ်။ “ဖန်ဆင်းတဲ့ နတ်ဘုရား ကိုးကွယ်ပူဇော်တာနဲ့ ကောင်းကင်ဘုံ ရောက်ပြီး အမြဲတမ်း ချမ်းသာ သွားတယ်” လို့ ယုံကြည်နေကြ တာလဲ ရှိတယ်။ အဲဒီလို ယုံကြည်ကြတဲ့အတိုင်း မဟုတ်ဘူး။ မိမိသန္တာန်မှာ အရိယမဂ်ဖြင့် ကိလေသာငြိမ်းမှ ဆင်းရဲ ခပ်သိမ်း ငြိမ်းတယ်။ အဲဒီလို ငြိမ်းအောင် ကျင့်ပုံကလဲ တခြား မှာ မရှိဘူး။ ဂေါတမ ဘုရား သာသနာမှာသာ ရှိတယ်။ ဒါ ကြောင့် “ဂေါတမဘုရား၏ အဆုံးအမ သာသနာမှာ အရိယ မဂ်ဖြင့် ကိလေသာ ငြိမ်းသည် တိုင်အောင် မမေ့မလျော့ အားထုတ်သွားရမယ်” လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

မီးတောက်ငြိမ်းတာမြင်ရသလို ရာဂစသည်ငြိမ်းတာကို  
မြင်ပါသလား

ဒီနေရာမှာ မေးစရာအချက်တခု ရှိပါတယ်။ အရိယမဂ်ဖြင့် ကိလေသာငြိမ်းတဲ့ သန္တိခေါ် အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ကို တွေ့မြင် တဲ့အခါမှာ မီးတောက်ကလေး ငြိမ်းသွားတာကို တွေ့ရသလို “ရာဂငြိမ်းသွားတယ်၊ ဒေါသငြိမ်းသွားတယ်၊ မောဟ ငြိမ်း သွားတယ်၊ ဒိဋ္ဌိဝိစိကိစ္ဆာ ငြိမ်းသွားတယ်” စသည်ဖြင့် မူလက ရှိနေတဲ့ ရာဂစသည် ပျောက်ငြိမ်းသွားတာကို တွေ့မြင်ရ

ပါသလားလို့ မေးစရာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီလို တွေ့မြင်ရတာတော့ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အဲဒီ အရိယမဂ် ဖြစ်ပေါ်တဲ့ အနီးကပ်အချိန်မှာ ရာဂ ဒေါသ စသည်က ဖြစ်ပေါ်လျက် ရှိနေတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ အရိယမဂ် မဖြစ်မီမှာ ဖြစ်နိုင်ခွင့် ရှိရုံမျှလောက်ပါဘဲ၊ အဲဒီ ဖြစ်နိုင်ခွင့် ရှိတယ်ဆိုတာကလဲ မီးတောက်ကလေးလို အစိုင့်အခဲနဲ့ ရှိနေတာ မဟုတ်ပါဘူး၊ ဒါကြောင့် အရိယမဂ် ဖြစ်ပေါ်တဲ့အချိန်မှစပြီး အဲဒီ ရာဂ စသည် ဖြစ်ခွင့်မရှိတာကို မီးတောက်ကလေး ပျောက်သွားတာလို မတွေ့မြင်နိုင်ပါဘူး။ ဒါဖြင့် ဘယ်လို တွေ့မြင်ပါသလဲ ဆိုတော့-ကံလေသာတွေ့ရော ရုပ်နာမ် သင်္ခါရတွေ့ရော ကင်းဆိတ်နေတဲ့ သဘောကိုသာ တွေ့မြင်ရ သိရပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီလို တွေ့မြင်ပုံ သိပုံကို မိလိန္ဒပဉ္စာ(၃၁၁)မှာ ဒီလို ပြဆိုထားပါတယ်။

### နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် တွေ့ပုံ

တဿ တံ စိတ္တံ အပရာပရံ မနသိကရောတော  
ပဝတ္တံ သမတိက္ကမိတွာ အပ္ပဝတ္တံ ဩက္ကမတိ၊ အပ္ပဝတ္တု-  
မနုပ္ပတ္တော မဟာရာဇ သမ္မာပဋိပန္နော နိဗ္ဗာနံ သစ္စိ  
ကရောတိတိ ဝုစ္စတိ။

အပရာပရံ-အဆင့်ဆင့်၊ မနသိကရောတော-နှလုံးသွင်း ရှုမှတ်နေစဉ်၊ ဝါ-ရှုမှတ်နေသော၊ တဿ-ထိုယောဂီ၏၊ တံ စိတ္တံ-နှလုံးသွင်း ရှုမှတ်နေသော ထိုစိတ်သည်၊ ပဝတ္တံ-မကုန် မဆုံးနိုင်အောင် မပြတ်ဖြစ်နေသော ရုပ်နာမ်အယဉ်ကို၊ သမ-တိက္ကမိတွာ-လွန်မြောက်၍၊ အပ္ပဝတ္တံ-မပြတ်ဖြစ်နေသော

ရုပ်နာမ်အယဉ်မှ ပြောင်းပြန်ဆန့်ကျင်သော သဘောသို့၊ ဝါ-  
 ဖြစ်မှုကင်းသောသဘောသို့၊ ဩက္ကမတိ-သက်ရောက်၏။ မဟာ  
 ရာဇ-မြတ်သော မိလိန္ဒမင်းကြီး။ သမ္မာပဋိပန္နော-နည်းလမ်း  
 မှန်စွာကျင့်ခဲ့သည်ဖြစ်၍၊ အပ္ပဝတ္တံ အနုပ္ပတ္တော-ဖြစ်မှုကင်းသည့်  
 သဘောသို့ ဆိုက်ရောက်သောပုဂ္ဂိုလ်ကို၊ နိဗ္ဗာန် သစ္စိကရေ-  
 တိတိ--အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုသည်၊ မျက်  
 မှောက်တွေ့မြင်သည်ဟူ၍၊ ဝုစ္စတိ-ပြောဆိုအပ်ပေသည်-တဲ့။

အရိယမဂ်ရအောင် ဝိပဿနာရှုနေတဲ့ ယောဂီဟာ ထိသိမှု  
 ကြံသိမှု ခံစားမှု မြင်မှု ကြားမှုစသော ရုပ်နာမ်တွေကို (သဘော  
 သိက္ခေ) “အမှတ်ရလျက် ကျင့်ရမယ်”လို့ ညွှန်ကြားတဲ့  
 အတိုင်း မပြတ်လိုက်ပြီး ရှုမှတ်သိနေရတယ်။ အဲဒီ ထိသိမှု ကြံ  
 သိမှု ခံစားမှု မြင်မှုကြားမှု စသည်တွေဟာ မပြတ်ဖြစ်နေတဲ့  
 သဘောတရားတွေဘဲ၊ တခုပြီးတခု အဆက်မပြတ် ဖြစ်နေတယ်။  
 ဒါကြောင့် အဲဒီ မပြတ်ဖြစ်နေတဲ့ ထိသိမှု ကြံသိမှုစသော ရုပ်  
 နာမ်သဘောတွေကို ပဝတ္တ-မပြတ်ဖြစ်နေတဲ့ ရုပ်နာမ်အယဉ်  
 လို့ ခေါ်တယ်။ ရေဟောင်း ရေသစ် မပြတ်သွားနေတဲ့ ရေစီး  
 ကြောင်းကို ရေယဉ်လို့ ခေါ်သလိုပါဘဲ။ ယောဂီပုဂ္ဂိုလ်၏ ရှု  
 မှတ်စိတ်ဟာ ရှုသိတိုင်း ရှုသိတိုင်း အဲဒီ မပြတ်ဖြစ်နေတဲ့  
 ရုပ်နာမ်အယဉ်ပေါ်မှာချည်း ကျရောက်ကျရောက် နေတယ်။  
 အဲဒီလို ရုပ်နာမ်အယဉ်ပေါ်မှာချည်း ကျကျနေရာက အထူး  
 သွက်လက်လျင်မြန်တဲ့ သင်္ခါရပေက္ခာနဲ့ အနုလောမညဏ်များ  
 ဖြစ်ပြီးတဲ့အခါ အဲဒီ ရုပ်နာမ်အယဉ် ကင်းဆိတ်ပြတ်စဲတဲ့  
 သဘောသို့ ကျရောက်သွားတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ရှေးကလို ဖြစ်  
 ပျက်တဲ့သဘောတရားကို မတွေ့ရဘူး၊ ဖြစ်ပျက်တဲ့ ရုပ်နာမ်



လုံးဝကင်းဆိတ်တဲ့ သဘောကိုသာ တွေ့ရတယ်။ အဲဒါဟာ အငြိမ်းဓာတ်နိဗ္ဗာန်ဘဲ။ အဲဒီ ရုပ်နာမ်ကင်းဆိတ်တဲ့ သဘောမှာ ရာဂစသည့်လဲ ကင်းဆိတ်နေတာဘဲ။ ဒါကြောင့် အဲဒီ ရုပ်နာမ်ကင်းဆိတ်တဲ့ သဘောကို တွေ့တဲ့သူဟာ နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်ပြုတာပါဘဲတဲ့။

အဲဒီလို အရိယမဂ်ဖြင့် အငြိမ်းဓာတ် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက်တွေ့မြင်သွားယင် အဲဒီ အချိန်မှစပြီး ငြိမ်းသင့်တဲ့ ကိလေသာတွေဟာ ဖြစ်နိုင်ခွင့်မရှိတော့ဘဲ လုံးဝ ငြိမ်းသွားတယ်။ သောတာပတ္တိမဂ်ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုယင် သက္ကာယဒိဋ္ဌိ ဝိစိကိစ္ဆာ သီလဗ္ဗတပရာမာသဆိုတဲ့ သံယောဇဉ်သုံးပါး ကင်းငြိမ်းတယ်။ အပါယ်ကျစေနိုင်အောင် အားကြီးတဲ့ ရာဂဒေါသမောဟတွေလဲ ကင်းငြိမ်းတယ်။ ဒါကြောင့် သောတာပန်ဟာ အပါယ်ကျရောက်စေနိုင်တဲ့ သတ်ခြင်း ခိုးခြင်းစသော ဒုစရိုက်တွေကို မပြုနိုင်တော့ဘူး။ အပါယ်လေးပါးလဲ မကျရောက်နိုင်တော့ဘူး။ ကာမသုဂတိဘုံမှာလဲ ခုနစ်ဘဝထက် ပိုလွန်ပြီး မဖြစ်ရတော့ဘူး။

သကဒါဂါမိမဂ်ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုယင် ကြမ်းတမ်းတဲ့ ကာမရာဂ ဗျာပါဒတွေ ကင်းငြိမ်းသွားတယ်။ ကာမဘုံမှာ နှစ်ဘဝထက် ပိုလွန်ပြီး မဖြစ်ရတော့ဘူး။

အနာဂါမိမဂ်ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုယင် သိမ်မွေ့တဲ့ ကာမရာဂ ဗျာပါဒတွေပါ ကင်းငြိမ်းသွားတယ်။ ကာမဘုံမှာ မဖြစ်ရတော့ဘူး။ ရူပ အရူပဘုံများမှာသာ ဖြစ်ပြီး ပရိနိဗ္ဗာန်ဝင်စံရမယ်။

အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် မျက်မှောက်ပြုယင်တော့ ရူပရာဂ အရူပရာဂ မာန အစရှိသော ကိလေသာတွေ အကုန်လုံး ကင်းငြိမ်းသွားတယ်။ ဒါကြောင့် လက်ရှိရုပ်နာမ်အစဉ် ပြတ်စဲသွားတဲ့ အခါ ဘဝသစ်ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေ မဖြစ်ရတော့ဘူး။ အဲဒီလို ဘဝသစ် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေ မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ ငြိမ်းသွားတာကို ပရိနိဗ္ဗာန်စံတယ်လို့ ပြောဆိုရတာ။ အဲဒီလို ဘဝသစ် ရုပ်နာမ်ခန္ဓာတွေ မဖြစ်ပေါ်လာတော့ဘဲ ငြိမ်းသွားမှ အိုခြင်း နာခြင်း သေခြင်း အစရှိသော ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အကုန်ငြိမ်းတယ်။ အဲဒီလို မဟုတ်ပဲ ကောင်းကင်ဘုံမှာ ဖြစ်နေယင်လဲ တချိန်ကျတော့ အဲဒီဘုံဘဝက သေရဦးမှာ။ အဲဒီလို သေပြီးတော့ လူ့ဘဝ ငရဲတိရစ္ဆာန် ပြိတ္တာဘဝတွေမှာလဲ ဖြစ်နိုင်သေးတာ။ ဖြစ်ရာ ဖြစ်ရာဘဝမှာ အိုရ နာရ သေရမယ်။ ကိုယ်ဆင်းရဲ စိတ်ဆင်းရဲ အမျိုးမျိုးနဲ့လဲ ယခုတွေ့နေရသလိုပင် တွေ့နေရဦးမှာ။ ဒါကြောင့် အဇ္ဈတ္တ-ကိုယ်ထဲမှာသာ ကိလေသာ ငြိမ်းစေရမယ်။ အပြင်မှာ ဆင်းရဲငြိမ်းခြင်းကို မရှာရဘူး။ ကိလေသာဆင်းရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲတွေ အကုန်ငြိမ်းတဲ့ အငြိမ်းဓာတ်ကို တွေ့မြင်အောင် ကျင့်နည်းဆိုတာကလဲ ဂေါတမဘုရား၏ သာသနာမှာသာရှိတယ်။ ဒါကြောင့် အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် ကိလေသာအားလုံး ငြိမ်းသည်တိုင်အောင် ဂေါတမဘုရား၏ အဆုံးအမသာသနာမှာ မမေ့ မလျော့ ကျင့်ရမယ် လို့ ညွှန်ကြားတော်မူတာပါ။ အဲဒီဆောင်ပုဒ်ကို ထပ်ပြီး ဆိုကြရမယ်။

၁၉။ ဤတရားသိလျှင်၊ ရှုဆင်ခြင်၊ အစဉ် မှတ်လျက်  
ကျင့်ရာသည်။

ကိလေသာငြိမ်းတာ၊ သန္တိပါ၊ သိကာ မမေ့ရှိရာသည်။

အဲဒီ ဆောင်ပုဒ်မှာ အပြည့်အစုံ ဆိုယင်တော့ “ဂေါတမ၏ သာသနာ၌ မမေ့ရှိရာ သည်” လို့ ဆိုဘို့ပါဘဲ။ ဒါပေမဲ့ သံပေါက် လင်္ကာ စီနည်းအရ အက္ခရာက ပြည့်နေတာနဲ့ “ဂေါတမ၏ သာသနာ၌” ဆိုတဲ့ ၂-ပုဒ်ကို ထည့်လို့ မဖြစ်တဲ့အတွက် မထည့်ဘဲ ချန်ထားရပါတယ်။

### - ပါဠိပညာရှင်များ စဉ်းစားရန်

အဲဒီမှာ ဂေါတမဿ သာသနော-ဂေါတမ၏ သာသနာ၌ ဆိုတဲ့စကားဟာ ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင်က မိန့်ဆိုတော်မူတဲ့စကားဟုတ် မဟုတ်၊ နိမ္မိတဘုရား၏ စကားဖြစ်သင့် မဖြစ်သင့် စဉ်းစားစရာ ရှိပါတယ်။ အခြား သုတ်များမှာတော့ ဘုရားကိုယ်တော်တိုင်က မိမိကိုယ်ကို ထုတ်ဖော် ညွှန်ပြယင် တထာဂတ-ပုဒ် သတ္ထု-ပုဒ်များဖြင့် ညွှန်ပြလေ့ ရှိပါတယ်။ ဒီဂါထာမှာတော့ မိမိကိုယ်ကို ဂေါတမဿ-လို့ ညွှန်ပြလျက် ရှိနေပါတယ်။ အဲဒါဟာ ဘုရားကိုယ်တော်တိုင် မိန့်ဆိုတဲ့ ဂါထာ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလား။ နိမ္မိတဘုရားက ထောက်ခံပြီး မိန့်ဆိုတဲ့ ဂါထာ ဖြစ်လေသလားလို့ ပါဠိပညာရှိများ အတွက် စဉ်းစား ဆင်ခြင်စရာ ဖြစ်နေ ပါတယ်။ နိမ္မိတဘုရားက ထောက်ခံပြီး မိန့်ဆိုတဲ့ ဂါထာဆိုယင် ပိုပြီး သင့်လျော်တယ် လို့ ဆိုဖွယ်ရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ မဟာနိဒ္ဒေသမှာ တေနာဟ-ဘဂဝါ-ထို့ကြောင့် မြတ်စွာဘုရားက မိန့်တော်မူသည်လို့ ဖွင့်ပြထားချက်ရှိနေတဲ့အတိုင်း ဘုန်းကြီးကလဲ မြတ်စွာဘုရားက ဟောတော်မူတဲ့ ဂါထာအနေဖြင့် ဒီမှာ အနက်အဓိပ္ပါယ် ဖော်ပြရတာပါဘဲ။

အဲဒီ တေနာဟ ဘဂဝါ အရာ၌ တေနာဟ နိမ္မိတော လို့ ရှိမယ်ဆိုယင်တော့ ဒီဂါထာကို နိမ္မိတဘုရား ရုပ်ပွားတော်က ချီးကျူးထောက်ခံတဲ့အနေဖြင့် မိန့်ဆိုတော်မူတယ်လို့ ယူနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလိုဆိုယင် ပိုပြီးစကားချောဖွယ်ရှိပါတယ်။ မူလရင်းပါဌ်က အဲဒီအတိုင်း ရှိမယ်ဆိုယင်လဲ ရှိနိုင်ပါတယ်။ အကြောင်းကတော့ သီဟိုဠ်၌ ဘေးကြီးဖြစ်စဉ်က အဲဒီမဟာနိဒ္ဒေသကျမ်းကို ဒုဿိလရဟန်းဘဝါးသာလျှင် အာဂုဏ်ဆောင်ထားလျက်ရှိကြောင်း၊ အဲဒီရဟန်းထံမှ မဟာတိပိဋကမထေရ်၏ အမိန့်အရ မဟာရက္ခိတမထေရ်က သင်ယူခဲ့ရကြောင်းကို ဝိနည်းအဋ္ဌကထာ ဒုတိယသိက္ခာပုဒ်အဖွင့် (နှာ-၂၇၄) မှာ ပြဆိုထားချက်ရှိပါတယ်။ အဲဒီအဆိုကို ထောက်ဆကြည့်ယင် အဲဒီအခါတုန်းက ဒုဿိလရဟန်း ဆောင်ထားတဲ့ ပါဠိဟာ ချွတ်ယွင်းချက် အနည်းငယ်တော့ ရှိမယ်ဆိုယင် ရှိနိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် နိမ္မိတော-အရာ၌ ဘဂဝါ-ဟု ချွတ်ယွင်းလာခဲ့လေ သလားလို့ စဉ်းစားဖွယ် ရှိနေပါတယ်။

နောက်ပြီးတော့ နိမ္မိတရုပ်ပွားဘုရား၏ စကားဆိုတာကလဲ ပကတိမြတ်စွာဘုရား၏ အလိုတော်အတိုင်း မိန့်ဆိုထားတဲ့ စကားပင် ဖြစ်ပါတယ်။ ဘယ်ဟာလိုတုန်းဆိုယင် တာဝတိံသာမှာ အဘိဓမ္မာတရားကိုဟောစဉ်က နိမ္မိတရုပ်ပွား ဘုရားဟောတဲ့ တရားမျိုးပါတဲ့။ ဒါကြောင့် နိမ္မိတရုပ်ပွားဘုရား၏ စကားဟာလဲ ပကတိဘုရားရှင်၏ စကားလိုပင် လေးနက်ပါတယ်။

နောက်ဆုံးဂါထာကတော့ ယခု ဟောပြောခဲ့ပြီးဖြစ်တဲ့အမှတ် ၁၉-ဂါထာမှာ သာသနော ဂေါတမဿ န ပမဇ္ဇေယျ-ဂေါတမ၏ သာသနာ၌ မမေ့မလျော့ကျင့်ရမယ် ဆိုတဲ့ စကားအရ



မမေ့မလျော့ကျင့်သင့်ခြင်း၏ အကြောင်းကို ဖော်ပြတဲ့စကား ပါဘဲ၊ ဖော်ပြပုံကတော့—

၂၀။ အဘိဘူ ဟိ သော အနဘိဘူတော၊  
သက္ခိဓမ္မ၊ မနိတိဟ၊ မဒဿိ။  
တဿှာ ဟိ တဿ ဘဂဝတော သာသနေ၊  
အပ္ပမတ္တော သဒါ နမဿ၊ မနုသိက္ခေ-တုံ။

ဟိ-ဂေါတမဘုရား၏ သာသနာ၌ မမေ့မလျော့ ကျင့်သင့်ခြင်း၏ အကြောင်းကား၊ သော-ထိုမမေ့မလျော့ ကျင့်သောသူသည်၊ (အဲဒါက ရှေးဆရာများ ပြန်ထားသော အနက်ပဲ၊ ဘုန်းကြီးသဘောကျတဲ့ အနက်ကတော့-သော-ထို ဂေါတမဘုရားသည်-လို့ ပြန်ချင်ပါတယ်၊ နိမ္မိတရုပ်ပွား ဘုရားက မိန့်ဆိုတဲ့ ဂါထာလို့လဲ ဆိုချင်ပါတယ်၊ ပိုပြီးတော့ ချောလဲချော၊ သင့်လဲ သင့်ပါတယ်) အဘိဘူ-အဆင်းအာရုံ စသည်တို့ကို လွမ်းမိုးနိုင်ပေ၏၊ အနဘိဘူတော-အာရုံ ၆-ပါး တို့၏ လွမ်းမိုးခြင်းကို မခံရပေ၊ အနိတိဟံ-ဤသို့ ဖြစ်သတတ်ဟု ဆိုရုံမျှ သိရုံမျှဖြင့် ကိစ္စမပြီးသော၊ သက္ခိဓမ္မ-ကိုယ်တိုင်တွေ့ မျက်မြင်တရားကို၊ အဒဿိ-မြင်လေပြီ။

သော-ထိုမမေ့မလျော့ ကျင့်သောသူသည်-လို့ ပြန်တဲ့ အနက်အရ အဓိပ္ပါယ်ဖော်ရယင် မြင်ရတဲ့ အဆင်းအာရုံ ကြားရတဲ့ အသံအာရုံ အစရှိသော သဘောတရားတွေကို မရှုမသိကြတဲ့ သာမန်ပုဂ္ဂိုလ်တွေမှာ အာရုံကောင်းတွေကို နှစ်သက်သာယာပြီး အဲဒီ အာရုံတွေနောက် လိုက်ပါနေကြရတယ်၊ အာရုံဆိုးတွေကို ပြစ်မှားစိတ်ဆိုးပြီးတော့လဲ အဲဒီ

အာရုံတွေရဲ့ အနှိပ်စက်ခံနေကြရတယ်။ မြင်တိုင်း ကြားတိုင်း တွေ့တိုင်း သိတိုင်း မပြတ်ရှုပြီး မမေ့မလျော့ ကျင့်နေတဲ့ သူမှာတော့ မြင်ပြီး ပျောက်သွား၊ ကြားပြီး ပျောက်သွား စသည်ဖြင့် သိမြင်ပြီး အနိစ္စ ဒုက္ခ အနတ္တ သဘောကိုသာ သိသိနေတယ်။ ဒါကြောင့် အဲဒီ အာရုံတွေနောက်သို့ လိုက်ပြီး ရာဂ ဒေါသ စသည်တွေ မဖြစ်ရဘူး။ အဲဒါဟာ အာရုံတွေ၏ အနှိပ်စက် အလွှမ်းမိုး မခံရဘဲ အာရုံတွေကို အနိုင်ရနေတာဘဲ။ အဲဒီလို အရှုံးမရှိဘဲ အနိုင်ရနေတာကို အဘိဘူ-လွှမ်းမိုးနိုင် တယ်။ အနဘိဘူတော-လွှမ်းမိုးခြင်း မခံရဘူး-လို့ ဆိုပါတယ်။ အဲဒါကို ဆောင်ပုဒ်မှာ နိုင်သာနိုင်ပေ၊ မရှုံးချေလို့ ဆိုထားပါ တယ်။ နောက်ပြီးတော့ အနိတိဟံ သက္ခမေ အဒဿိ ဆိုတဲ့ ပါဠိကို “မြင်လေ မျက်မှောက် တရားတော်” လို့ ဆောင်ပုဒ်မှာ ဆိုထားပါတယ်။ မျက်မှောက် မြင်တွေ့ပြီး သိသင့်တဲ့ တရားကို မြင်တွေ့သွားပြီလို့ ဆိုလိုတာပါဘဲ။ အဲဒီ ဆောင်ပုဒ်ကို ဆိုကြ ရမယ်။

၂၀။ နိုင်သာ နိုင်ပေ၊ မရှုံးချေ၊

မြင်လေ မျက်မှောက် တရားတော်။

အာရုံ ၆-ပါးကို အရှုံးမရှိဘဲ အနိုင်သာရပြီး မျက်မှောက် မြင်တွေ့သင့်တဲ့ တရားကို မြင်တွေ့သွားပါပြီ-လို့ ဆိုပါတယ်။

တဿာ ဟိ-ထိုသို့ ကိုယ်တိုင် မျက်မှောက် တွေ့မြင်အပ် သောတရားကို တွေ့မြင်ပြီး ဖြစ်သောကြောင့်ပင်လျှင်၊ တဿ ဘဂဝတော - ထိုဂေါတမဘုရား၏၊ သာသနေ - သာသ နာတော်၌၊ အပ္ပမတ္တော - မမေ့ မလျော့သည် ဖြစ်၍၊ သဒါ-နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါ ခပ်သိမ်း၊ န မဿ-ရှိခိုးလျက်။

အနုသိက္ခေ-ရိုသေလိုက်နာ ကျင့်သုံးသွားရာ တော့သတည်း-  
တဲ။

အဲဒီမှာ ကိုယ်တိုင်မျက်မှောက် တွေ့မြင်အပ်သော တရား  
ကို တွေ့မြင်ပြီး ဖြစ်တယ် ဆိုတာဟာ ဥက္ကဋ္ဌ နည်းအားဖြင့်  
ဘုရား ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်သာ ဖြစ်တယ်။ အဲဒီတော့ ရဟန္တာဖြစ်  
ပြီး ပုဂ္ဂိုလ်အား အခါခပ်သိမ်း မမေ့မလျော့ကျင့်ဘို့ ညွှန်ကြား  
တိုက်တွန်းရန် လို မလို စဉ်းစားစရာ ရှိလာပါတယ်။

ယေ တေ ဘိက္ခဝေ ဘိက္ခု အရဟန္တာ ခိဏာသဝါ  
။ပ။ သမ္မဒညာဝိမုတ္တာ၊ တထာရူပါနာဟံ ဘိက္ခဝေ  
ဘိက္ခုနံ န အပ္ပမာဒေန ကရဏီယန္တိ ဝဒါမိ။ တံ ကိဿ  
ဟေတု၊ ကတံ တေသံ အပ္ပမာဒေန၊ အဘဗ္ဗာ တေ  
ပမဇ္ဇိတုံ။ (မဇ္ဈိမပဏ္ဏာသ ကိဋ္ဌာဂိရိသုတ်-၁၄၂)

ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ယေ တေ ဘိက္ခု-အကြင်ရဟန်း  
တို့သည်၊ အရဟန္တာ-ရဟန္တာ တို့ပေတည်း၊ ခိဏာသဝါ-  
အာသဝေါကိလေသာ ကုန်ကြ ကင်းကြလေပြီ၊ ပ။ သမ္မဒညာ-  
ဝိမုတ္တာ-အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် မှန်စွာသိ၍ လွတ်မြောက်ကြ  
ပေကုန်ပြီ။ ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ တထာရူပါနံ-ထိုသို့သဘော  
ရှိကုန်သော၊ ဘိက္ခုနံ-ရဟန္တာ ဖြစ်သော ရဟန်းတို့အား၊  
အပ္ပမာဒေန ကရဏီယန္တိ-မမေ့မလျော့မှုဖြင့် ပြုကျင့်အပ်  
သည်ဟူ၍၊ အဟံ-ငါသည်၊ န ဝဒါမိ-မဆို-မဟောပေ။ တံ-  
ထိုသို့မဟောခြင်းသည်၊ ကိဿဟေတု-အဘယ် အကြောင်း  
ကြောင့်နည်းဟူမူ၊ တေသံ-ထိုရဟန္တာ ရဟန်းတို့သည်၊ အပ္ပ-  
မာဒေန-မမေ့မလျော့မှုဖြင့်၊ ကတံ-ပြုကျင့်အပ်ပေပြီ။ တေ-

ထိုရဟန္တာတို့သည်၊ ပမဇ္ဇိတုံ-မေ့လျော့ခြင်းငှါ၊ အဘဗ္ဗာ-  
မဖြစ်ထိုက်ကြတော့ပြီ၊ တဿာ-ထို့ကြောင့်ပေတည်း တဲ့။

အဲဒီ ဒေသနာတော်အရအားဖြင့် ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အား  
မမေ့မလျော့ကျင့်ရေးအတွက် ညွှန်ကြားတိုက်တွန်းရန် မလို  
ကြောင်းထင်ရှားပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဒီနောက်ဆုံး ဂါထာ  
ကိုလဲ နိမ္မိတရုပ်ပွားဘုရားက ချီးကျူးထောက်ခံတဲ့ အနေဖြင့်  
မိန့်ဆိုတယ်လို့ ယူပြီးတော့ -

ဟိ-ဂေါတမဘုရား၏ သာသနာ၌ မမေ့မလျော့ ကျင့်သင့်  
ခြင်း၏အကြောင်းကား။ သော-ထို ဂေါတမဘုရားသည်၊  
အဘိဘူ-အာရုံဟူသမျှကို လွှမ်းမိုးတော်မူနိုင်ပေ၏၊ အနဘိ-  
ဘူတော-၆-ပါးသော အာရုံတို့၏ လွှမ်းမိုးခြင်းကို မခံရတော်  
မူပေ၊ အနိတိဟံ-ဤသို့ဟောသတဲ့၊ ဒီလိုတဲ့ဟု ကြားသိရုံမျှ  
ဖြင့် ကိစ္စမပြီးသော၊ သက္ခိဓမ္မ-ကိုယ်တိုင် တွေ့မြင်အပ်သော  
တရားကို၊ အဒဿိ-မြင်တော်မူခဲ့ပေပြီ၊ ဝါ-မြင်တော်မူပြီး၍  
ဟောကြားညွှန်ပြတော်မူပေသည်။ တဿာ ဟိ-ထိုသို့အာရုံဟူ  
သမျှကို အနိုင်သာရ၍ မရှုံးသည့်ပြင် မျက်မှောက် ကိုယ်တိုင်  
တွေ့ တရားကိုလည်း အပြည့်သိအစုံမြင်ပြီးမှ ဟောကြားညွှန်ပြ  
တော်မူသောကြောင့်၊ တဿ ဘဂဝတော-ထို ဂေါတမဘုရား  
၏၊ သာသနေ - သာသနာတော်၌၊ အပ္ပမတ္တော- မမေ့မ  
လျော့သည်ဖြစ်၍၊ သဒါ-နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း၊ နမဿံ-  
ရှိခိုးလျက်၊ အနုသိက္ခေ-သင့်လျော်ညီညာ ရှိသေစွာဖြင့်လိုက်  
နာကျင့်သုံးသင့်လှပါပေတော့သတည်း-လို့-

ဒီလိုအနက်ပြန်လျှင် ပိုပြီး ချောမော ပြေပြစ် ပါတယ်၊  
အသင့် ယုတ္တိလဲ ပိုပြီးရှိပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ယခုလက်ရှိ မဟာ



နိဒ္ဒေသပါဠိစာအုပ်မှာ ဒီဂါထာအရာ၌လဲ “တေနာဟ ဘဂဝါ” ဟူ၍ပင် ရှိနေတဲ့အတွက် ပကတိမြတ်စွာဘုရားက မိန့်ဆိုတော် မူတဲ့အနေဖြင့်ပင် ရှေးဦးစွာအနက်ပြန်ပြခဲ့ပါတယ်။ (မိမိတို့နှစ် သက်သလိုယူနိုင်ကြပါတယ်) ဒီနောက်ဆုံး ဂါထာမှ တသ္မာဟိ- အစရှိတဲ့အဆုံးပိုင်း ၂-ပိုဒ်အတွက် ဆောင်ပုဒ်ကတော့- “ထို့ ကြောင့်အမြဲ၊ မမေ့ဘဲ၊ ရှိလဲ ခိုးလျက် ကျင့်ရာသော်” လို့ စီထား တယ်။ အဲဒါကို ဆိုကြရမယ်။

ထို့ကြောင့် အမြဲ၊ မမေ့ဘဲ၊ ရှိလဲ ခိုးလျက် ကျင့်ရာသော်။

တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်ပါဠိကို မြန်မာပြန်ပြီး အဓိပ္ပာယ် ဖော်ပြချက်ကတော့ ပြည့်စုံလောက်ပါပြီ။ အဋ္ဌကထာမှာ နောက်ဆုံးပိုင်းအနေဖြင့် ဝေဘန်ဖွင့်ပြထားချက် ရှိပါတယ်။ အဲဒါကို ထုတ်ပြရုံလောက်ပဲ လိုပါတော့တယ်။

### အဋ္ဌကထာ အဆုံးပိုင်း ဝေဘန်ချက်

အမှတ်(ဂ)ဂါထာမှာ (စက္ခုဟိ နေဝ လောလ’ဿ)ဆိုတဲ့ ပါဠိစသည်ဖြင့် စက္ခုမြွေခေါ် မျက်စိစသည်ကို စောင့်ရှောက် ရတဲ့ ဣန္ဒြိယသံဝရသီလကို ပြပါတယ်တဲ့။

အမှတ်(၁၀)ဂါထာမှာ ရလာတဲ့ ဆွမ်းစသည်ကို သိမ်း မထားရဘူးလို့ ဆိုတဲ့စကား စသည်ဖြင့် ပစ္စည်းလေးပါး သုံးဆောင်မှုနှင့် စပ်တဲ့ သီလကို ပြပါတယ် တဲ့။

အမှတ်(၁၂)ဂါထာမှာ မေထုန်ကို ပယ်ရန် ပြထားတဲ့ စကား၊ အမှတ်(၁၄) ဂါထာမှာ ဂုံးချောစကားကို ပယ်ရန် ပြတဲ့စကား၊ အမှတ်(၁၇) ဂါထာမှာ မုသာဝါဒကို ကြဉ်ရန် ပြတဲ့စကား စသည်တို့ဖြင့် ပါတိမောက်သီလကို ပြပါတယ် တဲ့။

(အဲဒီပါတိမောက်သီလကိုတော့ ဒီသုတ်မှာ အကျဉ်းချုပ် မျှသာ တိုက်ရိုက်ဖော်ပြထားပါတယ်။ တိုက်ရိုက် ဖော်ပြ မထားတဲ့ ပါတိမောက်သီလများကိုတော့ အမှတ် (၁၅) ဂါထာမှာ(ဥပဝါဒံ ဘိက္ခု န ကရေယျ ကုဟိဉ္စိ) ဆိုတဲ့စကား ဖြင့် သိမ်းကျုံးပြီး ပြကြောင်းကို ဘုန်းကြီးက အဲဒီ အပိုဒ် ဟောစဉ်က သိမ်းသွင်းပြခဲ့ပါပြီ။ အဲဒီသိမ်းသွင်းချက်လဲ ဒီ အဋ္ဌကထာဝေဘန်ချက်ထဲမှာ စသည်ဆိုတဲ့ စကားဖြင့် ပြသွား တယ်လို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။)

အမှတ်(၁၃)ဂါထာမှာ အာထဗ္ဗဏကို ပယ်ရန်ပြတဲ့ စကား စသည်ဖြင့် အာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလကို ပြပါတယ် တဲ့။

အမှတ် (၁၃) ဂါထာမှာ သမထဈာန် ဝိပဿနာဈာန်တို့ အလို ရှုရန်ပြတဲ့ ဈာယီ-ဆိုတဲ့စကားဖြင့် သမာဓိကိုပြပါတယ် တဲ့။

အမှတ်(၁၉)ဂါထာမှာ ဝိစိနံ-စူးစမ်းဆင်ခြင်လျက်-ဆိုတဲ့ စကားဖြင့် ပညာကို ပြပြီးတော့၊ (သဒါ သတော သိက္ခေ) ဆိုတဲ့ စကားဖြင့် သိက္ခာသုံးပါးကို ကျင့်ရန် တဖန်ထပ်ပြီး ပြပါ တယ်တဲ့။(အဲဒီဂါထာဟာ နိမ္မိတရုပ်ပွားဘုရား၏ ချီးကျူး ထောက်ခံပြီး မိန့်ဆိုချက်ဖြစ်တယ်လို့ ဆိုယင်တော့ ပကတိ ဘုရားရှင်၏ စကားကိုပင် ထောက်ခံပြီး မိန့်ဆိုချက်လို့ ဆိုရ မှာဘဲ)။

အမှတ် (၁၁၊၁၂) ဂါထာများမှာ အသံတိတ်ဆိတ်တဲ့ ကျောင်း၌ နေရန်၊ အအိပ်နည်းပါးစေရန် စသည်ကို ညွှန် ကြားတဲ့စကားတို့ဖြင့် သီလ သမာဓိ ပညာတို့နှင့် စပ်၍

ကျေးဇူးပြုတတ်တဲ့ အထောက်အပံ့ အကူအညီများကို မှီဝဲရန်၊ အကျိုးမဲ့ဖြစ်စေတတ်တဲ့ အရာများကို ပယ်ရှားရန် ပြုပါတယ် တဲ့။

အဲဒီလို စုံလင်စွာပြုတဲ့အတွက် နိမ္မိတရုပ်ပွားဘုရားက မေးထားတဲ့ သီလ သမာဓိအကျင့်များကို အပြည့်အစုံဖော်ပြ ခြင်း ပြည့်စုံသွားပါတယ်။ အဲဒီလို ပြည့်စုံသွားပြီ ဖြစ်တဲ့ အတွက် ဒီ တုဝဋ္ဌကသုတ် ဒေသနာတော်ကို အရဟတ္တဖိုလ်ဖြင့် အထွတ်တပ်ပြီး နိဂုံးကမ္ပတ် အပြီးသတ်တော်မူပါတယ် တဲ့။

အဲဒီလို နိဂုံးကမ္ပတ် အပြီးသတ်တော်မူတဲ့အခါမှာ ဒီ တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်ကို ရိုသေစွာ နာယူနေကြတဲ့ နတ် ဗြဟ္မာတွေထဲက အရဟတ္တမဂ်ဖိုလ်ရောက်ပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်သွား ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေဟာ ပုရာဇာဒသုတ်ကို ဟောစဉ်ကလိုပင် ကုဋေတသိန်းရှိပါတယ်။ သောတာပန် သကဒါဂါမ် အနာဂါမ် ဖြစ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေကတော့ မရေမတွက်နိုင်လောက်အောင် ပင် များပါတယ်တဲ့။

ယခုပြောခဲ့တာဟာ အဋ္ဌကထာ၌ နောက်ဆုံး ဝေဘန် ဖော်ပြချက်စကားပါဘဲ။ ဒီတော့ တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော်နှင့် စပ်ပြီး ပြောစရာ ပြည့်စုံသွားပါပြီ။ ဒါကြောင့် ယခု အမျှဝေ ပြီး နိဂုံးချုပ်ကြစို့။

ယနေ့အဖို့၌ ကျွန်ုပ်တို့ ပြုစုပျိုးများ အားထုတ်အပ်သော ဒါနကုသိုလ် သီလကုသိုလ် ဘာဝနာကုသိုလ် ဒီသုတ်တရားကို ဟောရတဲ့ကုသိုလ် နာရတဲ့ကုသိုလ် ဝေယျာဝစ္စကုသိုလ် အစရှိ သော ဤ ကောင်းမှုအပေါင်း၏ အဖို့ဘာကို အမိအဘတို့

အား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အဆွေအမျိုးတို့အား အမျှပေး  
 ဝေပါကုန်၏။ ဤအရပ်၌ ရောက်ရှိနေသော လူပုဂ္ဂိုလ်သတ် နတ်  
 ပုဂ္ဂိုလ်သတ်အပေါင်းအား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အလုံးစုံသော  
 သတ္တဝါအပေါင်းတို့အား အမျှပေးဝေပါကုန်၏။ အလုံးစုံ  
 သော သတ္တဝါအပေါင်းတို့သည် ဤ ကောင်းမှုအပေါင်း၏  
 အဖို့တာဝန်ကို အညီအမျှ ရကြ၍ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာ  
 ကြပါစေ။

အမျှ အမျှ အမျှ ယူတော်မူကြပါကုန်လော့။

သာဓု သာဓု သာဓု။

တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် ပဉ္စမပိုင်း ပြီး၏။

တုဝဋ္ဌကသုတ်တရားတော် ဤတွင် ပြီး၏။



သာသနာရေး ဦးစီးဌာန သို့  
အရှင်ကောဝိဒ မှ  
လွှဲ ဖုန်း ပါ သည်။

