

မသေမိစိတ်ချရသော တရားထူးရရန်

ကိုယ်စော့ချက်မြင်
ဒုက္ခသစ္စာထင်

နိဗ္ဗာန်ဝင် အလုပ်ပြတရား

နှင့်

နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ပွားများနည်း

မသေမိမိတ်ချရသော တရားထူးရရန်

ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်ဖြင့် ဒုက္ခသစ္စာထင် နိဗ္ဗာန်ဝင်

အလုပ်ပြတရား

နှင့်

စုတေခါနီး တရားထူးရရန်
နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ပွားများနည်း

၁၃၂၉-ခု၊ နှောင်းတန်ခူးလဆန်း ၁-ရက်
(၂၉ - ၃ - ၆၈)

ဣဒံမေ ဝမ္မဒါနံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။
ဣဒံမေ ဝမ္မဒါနံ အာသဝက္ခယံ ဝဟံ ဟောတု။

ဘာသာရေးဆိုင်ရာစာပေ ခွင့်ပြုချက် အမှတ် (၂၄၁၉)

မှတ်ပုံတင်(၀၀၄၈)

ပြည်သူ့အလင်း စာပေတိုက်

၁၀၇ - ဗိုလ်ချုပ်ဈေး၊ ရန်ကုန်မှ

ထုတ်ဝေသည်။

ပုံနှိပ် - ထုတ်ဝေသူ-ဦးစိန်ကြည်

ပဌမ နှိပ်ခြင်း

၁၉၆၈-ခု၊ သြဂုတ်လ

အုပ်ရေ - ၂၀၀၀

✱

စာခမဲ့ ရှာဖွေရန်ပါသည်။

မှတ်ပုံတင်(၀၀၄၇)

ပြည်သူ့အလင်း ပုံနှိပ်တိုက်

၅၅-ကျောင်းလမ်း၊ အလုံ-ရန်ကုန်မှ

ရိုက်နှိပ်သည်



ဝဏ္ဏကျော်ထင် - ဦးဘိုးစိန်
(အငြိမ်းစား) နိုင်ငံဝန်ထမ်း အကြီးတန်း
အုပ်ချုပ်ရေး အရာရှိဟောင်း
ဆဋ္ဌသံဂါယနာ ဝန်ဆောင်သံဃာအဖွဲ့

ဗုဒ္ဓသာသနံ စိရံတိဌတု

နိဒါန်း

ဤ “ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်မြင် ဒုက္ခသစ္စာထင် နိဗ္ဗာန်ဝင် အလုပ် ပြုတရား” ကျမ်းငယ်ကို၊ ဥပရိပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်၊ အာနာ ပါနဿတိသုတ်နှင့် မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ် တို့ကို၎င်း၊ မိုးကုတ် ဆရာတော်ဘုရားကြီး၊ မဟာစည် ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် အလုံ အောင်မင်္ဂလာ ဆရာတော် ဘုရားကြီး (ကသစ်ဝိုင် ဆရာတော် ကြီး၏တပည့်ကြီး) တို့၏ ဝိပဿနာ ဒေသနာ ဟောစဉ် တို့ကို မှီငြမ်းပြုပြီး စေတနာရှင် စွမ်းနိုင် သလောက် ပြုစု ရေးသား၍ ဓမ္မဒါန ပြုအပ်ပါကြောင်း။

ဤစာမူ၌ ပါဠိတော်နှင့် မညီညွတ်မှု များကို တွေ့ရှိသော ပညာရှင်များတို့သည်၊ ကျမ်းဂန်နှင့်ညီညွတ်အောင် သင့်လျော် စွာ နှလုံးသွင်းကြပါရန် လေးစားစွာ မေတ္တာရပ်ခံ အပ်ပါ ကြောင်း။

ဦးဘိုးစိန်

ဆောင်ပုဒ်

ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၊ ဟုတ်မှန်သားနဲ့၊ တရားမဝင်၊ အမှားမြင်
ဘို့၊ ငါးအင်ကာမ သဘာဝတို့၊ ပါပလွမ်းခြုံ အစွမ်းဟုန်ဖြင့်၊
မီးကုန် ယမ်းကုန် နည်းမျိုးစုံအောင်၊ ဖုံဖုံပစ်ခွင်း ဖြစ်လေခြင်း
ကြောင့်၊ မောင်မင်းနှင့်မယ် သံသာလယ်တွင်၊ သွယ်သွယ်ဒုက္ခ
(ဇာတိရလျက်) အိုကြအုံးမယ် နာအုံးမယ်ပေါ့၊ သေမယ်မယွင်း
သေနယ်တွင်းက၊ လွတ်ကင်းပြုတ်ရန် အဟုတ်ကြံမည် ရုပ်နာမ်
တွေမှ အေးလိမ့်နော်။

အို...ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် သူတော်စင် အပေါင်းတို့

- (က) ရုပ်နာမ်နှစ်ပါး၊ မှန်ငြားလျက်သာ
အမြင်ဖောက်ပြား၊ မှောက်မှားချက်နာ
လူ့ဘဝကဲ့၊ ရတံ့အခါ
လူလိုဘဲ၊ ဝေခွဲသိလိုက်ပါ။
- (ခ) ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ်၊ ပေါင်းစပ်ခါတည်
ယောကျ်ား၊ မိန်းမ၊ ခေါ်ကြပါသည်
သူဘဲ၊ ငါဘဲ၊ မှတ်လွဲပါပြီ
အတ္တစွဲ၊ သူဘဲသံသာရည်။
- (ဂ) မြင်မြင်သမျှ၊ မှတ်ကြရုပ်ပါ
မြင်တာသိက၊ မှတ်ကြနာမ်ပါ
ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်၊ စစ်တွက်မြင်လှာ
လူအစစ်၊ ဖြစ်တော့စဉ်မကွာ။

မသေမီ စိတ်ချရသော တရားထူးရရန်
ကိုယ်တွေ့ ဥာဏ်မြင်
ဒုက္ခသစ္စာထင်-နိဗ္ဗာန်ဝင်
အလုပ်ပြ တရား

နမောတဿ ဘဂဝတော အရဟတော သမ္မာ သမ္ဗုဒ္ဓဿ

ဘုန်းတော် အနန္တ၊ ဥာဏ်တော် အနန္တ၊ ကံတော် အနန္တ၊
တန်ခိုးတော်အနန္တ ကြီးမြတ်လှ၍ လောကသုံးပါး ပြိုင်စံရှား
သည့်၊ အတုမရှိ မနှိုင်းယှဉ်အပ် မြင့်မြတ်တော် မူသော ဗုဒ္ဓ
မြတ်စွာဘုရား၏ သာသနာတော်အတွင်း၊ သမ္မာဖြူစင် ဗုဒ္ဓဘာ
သာ--သာသနာဝင် ဖြစ်လာရခြင်းသည်၊ သံသရာဘေး တည်း
ဟူသော ဝဋ်ဆင်းရဲဒုက္ခအပေါင်းမှ လွတ်မြောက် ချုပ်ငြိမ်းရာ
မှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်သို့ မျက်မှောက် ပြုကြရန်၊ အတိတ် ဘဝကံ
ဟောင်းများကြောင့်ဖြစ်ပါ၍၊ လူဖြစ်ကျိုးနပ်ရန်၊ ဤဗုဒ္ဓသာ
သနာအတွင်းမှာသာ သင်အံ့ လေ့လာ ကြားနာ ပွားများရ

မည့် သဒ္ဓမ္မသဝန ဒုလ္လဘ တရားတော်ကို၊ မိမိတို့ စွမ်းအား ရှိသလောက် ပါရမီမြောက် ကြိုးစားကြရပါမည်။

သဒ္ဓမ္မသဝန အတိဒုလ္လဘ ဖြစ်သော ရုပ်နာမ်၊ ခန္ဓာ၊ အာယတန၊ ဓါတ်၊ သစ္စာ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နှင့် ဝိပဿနာတရား ကျင့်ကြံပွားများသော လိုကြသည် ဖြစ်သောကြောင့်၊ မြတ်စွာဘုရားဟောဖော် ညွှန်ပြ ဆိုဆုံးမတော် မူခဲ့သော သစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်း၍ သိစေနိုင်သော မဇ္ဈိမပဋိပဒါ အလယ်ဗဟိုလမ်း ဖြစ်သော၊ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံသော မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး ဝိပဿနာမြတ်တရားကို၊ ကျင့်ကြံ ပွားများကြ ပါလျှင်၊ မြတ်စွာဘုရားအား တရားနှင့် ပူဇော်ကန်တော့၍ ကျေးဇူးဆပ်ရာ ရောက်သည့် အကျိုးထူးကြောင့်၊ ဝိမုတ္တိသုခ အမတ ကြငှါနိုး နိဗ္ဗာန်နန်းသို့၊ တက်လှမ်းနိုင်ကြ ပါမည်။ ဗုဒ္ဓဘာသာ သမ္မာဒိဋ္ဌိန္ဒြိယဝင် သူတော်စင်အပေါင်းတို့ခင်ဗျား။

ဝိပဿနာ ပွားများနည်းမှာ၊ သမထယျာနိကနည်းနှင့် သုဒ္ဓဝိပဿနာ ယျာနိကနည်းဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

(က) သမထယျာနိကနည်း (လမ်းရှည်) ဆိုသည်မှာ၊ သီလအစ သမထအလယ်၊ ဝိပဿနာအဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

(ခ) သုဒ္ဓဝိပဿနာ ယျာနိကနည်း (လမ်းတို) ဆိုသည်မှာ၊ သီလအစ၊ သမထ ဝိပဿနာအဆုံး၊ လမ်းတိုလမ်းစဉ်ထုံး ဖြစ်ပါသည်။

နိဗ္ဗာန်ရောက်ဖို့ အရေးကြီးတယ်

နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် အရေးကြီးသဖြင့်၊ မသေမိကျန်းမာသည့် အခိုက်၊ မြတ်စွာဘုရား ဆိုဆုံးမဟောကြားတော်မူသော တရား စစ်တရားမှန်ကို ကြိုးစားအားထုတ် ကျင့်ကြံပွားများမှသာလျှင် နိဗ္ဗာန်ကို မျက်မှောက် ပြုနိုင်ပါမယ်။

နိဗ္ဗာန်ကို ဘယ်လိုပုဂ္ဂိုလ်များ ရရှိနိုင်ကြောင်း မိလိန္ဒမင်းကြီး က အရှင်နာဂသိန်မထေရ်အား “အရှင်ဘုရား နိဗ္ဗာန်ကိုအလုံး စုံသောပုဂ္ဂိုလ်များ ရရှိနိုင်ပါသလား” ဟု မေးလျှောက်တော့ “မင်းကြီးအလုံးစုံသောပုဂ္ဂိုလ်များမရနိုင်ပေဘူး” လို့ ပြေတယ်။ “ဒါဖြင့် ဘယ်လို ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးမှ ရရှိနိုင်ပါသလဲ ဘုရား၊ ရှင်းလင်း မိန့်ကြားတော် မူပါဘုရား” လို့ ထပ်မံ လျှောက်တော့၊ အရှင် နာဂသိန်မထေရ်က “မင်းကြီး-အဘိညေဃ၊ အဘိဇာနာတိ” တဲ့၊ ထိုးထွင်းပြီး သိရမဲ့ တရားကို ထိုးထွင်းပြီး သိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်မှသာ နိဗ္ဗာန်ရောက်နိုင်တယ်” လို့ ပြေကြားတော်မူတယ်။

အဓိပ္ပာယ်က ပိုင်းခြားပြီး သိရမဲ့ တရား၊ ပယ်ရမဲ့ တရား၊ မျက်မှောက်ပြုရမဲ့တရား၊ ပွားများရမဲ့ တရား လို့ ဆိုတဲ့ သစ္စာ လေးပါးတရားကို ထိုးထွင်းပြီးသိတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဆိုလိုပါတယ်။

သစ္စာလေးပါးတရားသဘော အကျဉ်း

ပိုင်းခြားသိရမဲ့တရား

၁။ မိမိသန္တာန်မှာ အမှန်ရှိက၊ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ် ဖြစ် ပျက်တရားသာရှိ၍၊ အို၊ နာ၊ သေရေး ဒုက္ခဘေး တို့မှ

မလွတ်ခြင်းကြောင့်၊ ဆင်းရဲ၏၊ ဒုက္ခသစ္စာ သာတည်း
ဟု မှတ်ထားပါ။

ပယ်ရမဲ့တရား

၂။ ထိုဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်သော ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ် တရား
တို့ကို ဒုက္ခဟုမသိ၍၊ မိမိလိုချင်တပ်မက်မှု တဏှာတည်း
ဟူသော အကြောင်း တရားကို (သမုဒယသစ္စာ)သာ
တည်းဟု မှတ်ထားပါ။

မျက်မှောက်ပြုမဲ့တရား

၃။ မိမိလိုချင်မှု တဏှာ သမုဒယကို မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် ပယ်ကာ
မိမိခန္ဓာဇာတိချုပ်သော ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းသော
တရားကို (နိရောဓသစ္စာ) နိဗ္ဗာန်ဟု မှတ်ထားပါ။

ပွားများရမဲ့တရား

၄။ ထိုသမုဒယကိုပယ်၍ ဒုက္ခကိုပိုင်းခြားသိလျက်၊ နိရောဓ
သစ္စာကို မျက်မှောက်ပြုရန် အမှန် မြင်သိဆုံးဖြတ်နိုင်ရန်
အားထုတ်မှု၊ အမြင်မှန်သိမှုကို (မဂ္ဂသစ္စာ)ဟု မှတ်ထား
ပါ။

ဒီလိုသစ္စာလေးပါးတရားကို ထိုးထွင်းသိပြီးမှ၊ နိဗ္ဗာန်ရနိုင်
တယ်လို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သစ္စာလေးပါးဆိုရင် များနေ ပါလိမ့်
မယ်။ (ဒုက္ခသစ္စာ)တပါး သိရင်၊ နိဗ္ဗာန်ကို ရောက်တယ်လို့
ကျမ်းဂန်၌ အထင်အရှား ရှိပါတယ်။ ကျန်သုံးပါးကို အလိုလို
သိလာပါလိမ့်မယ်၊ ကြိုးစားကြရန် တိုက်တွန်းပါတယ်။

သံယုတ်ပါဠိတော်မှာ—

“ယောဘိက္ခဝေ ဒုက္ခံ ပရိဇာနာတိ သမုဒယမ္ပိ
ပဇဟတိ နိရောဓမ္ပိ သစ္ဆိ ကရောတိ မဂ္ဂံပိဘာဝေတိ”

လို့ ဟောတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ထို့ကြောင့် တပါးလောက်တော့
မခံယဉ်းပါဘူး။ သည်းခံပြီး “ကိုယ်တွေ ဉာဏ်မြင် ဒုက္ခသစ္စာ
ထင်—နိဗ္ဗာန်ဝင် အလုပ်ပြုတရား” ကို ကြိုးစားကြ စေလိုပါ
တယ်။

အနက်ကား။ ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ယော-အကြင်သူသည်၊
ဒုက္ခသစ္စံ-ဒုက္ခသစ္စာကို (၀၇) ဖြစ်ပျက်အမှန်ကို၊ ပရိဇာနာတိ-
ဝိပဿနာဉာဏ်ဖြင့် ပိုင်းခြား၍ သိ၏။ သော-ထိုဒုက္ခသစ္စာကို
(၀၇) ဖြစ်ပျက်ကို ပိုင်းခြား၍ သိနေသောသူသည်၊ သမုဒယမ္ပိ-
အကြောင်း သမုဒယ သစ္စာ ကိုလည်း၊ ပဇဟတိ-ပယ်စွန့်၏။
နိရောဓမ္ပိ-နိရောဓသစ္စာကိုလည်း၊ သစ္ဆိကရောတိ-မျက်မှောက်
ပြု၏။ မဂ္ဂံပိ-မဂ္ဂသစ္စာကိုလည်း၊ ဘာဝေတိ-ပွားများ၍ နေ၏။

ဒုက္ခသစ္စာထင် - နိဗ္ဗာန်ဝင် - အလုပ်ပြုတရား

ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားရှင်၏ တရားတော်မှာ ဒုက္ခသစ္စာကို ထင်
အောင်၊ မြင်အောင်၊ သိအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ ဆိုတော့၊
အကြောင်းနှင့်အကျိုး ပေါ်မှသာမူတည်ကြောင်း၊ အကြောင်း
ရှိမှ အကျိုး ပေါ်လာတဲ့ တရား ဖြစ်ပါတယ်။ အကြောင်း
တရားက ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၊ ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးတရားက ပဋိစ္စ
သမုပ္ပန္နဖြစ်ပါတယ်။

ဥပမာ (က) မြင်စိတ်ပေါ်တယ် ဆိုပါစို့။ တစ်ခုတစ်ခု
 ကိုမြင်တော့ မျက်လုံးအကြည့်နဲ့ အဆင်းက
 ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်၊ ပေါ်လာတဲ့ မြင်စိတ်က—
 ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်။

အဲဒီတော့ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်တိုင်း မြင်စိတ်ပေါ်မယ်၊
 အဲဒီလို မြင်စိတ်ကလေး ပေါ်လာတိုင်း ဓမ္မကလေးပေါ်လာ
 ပေါ့၊ ပေါ်လာပေါ့နဲ့ ရှုရမယ်။ ဒီအတိုင်းကျန်တဲ့ ဒွါရငါးခု
 ကလဲ အကြောင်းတိုက်ဆိုင်ရင် ပေါ်မှာဘဲ၊ ဘယ်နေရာက ပေါ်
 ပေါ်၊ ပေါ်လာရင် (ဓမ္မကလေး) ပေါ်လာပေါ့ လို့သာ
 ရှုကြပါ။

ဘယ်ဓမ္မဖြစ်ဖြစ် အကြောင်းမရှိဘဲ၊ အာရုံဒွါရမရှိဘဲ မပေါ်
 ဘူး။ အဲဒီတော့ ပေါ်လာတဲ့ အသိစိတ်ကလေးဟာ အာရုံဒွါရ
 ဆိုတဲ့ အကြောင်းကြောင့် ပေါ်လာတဲ့ (နာမ်) အကျိုးတရား
 ကလေးဘဲလို့ သိကြရမယ်။ အဲဒီလိုသိရင် ဝိစိကိစ္ဆာလွတ်သွား
 ပြီ။ မြင်ဒါက ဓမ္မကလေးဘဲ၊ ငါ—သူတပါးမဟုတ်ပါကလေး
 လို့ သိတော့ ဒိဋ္ဌိကလွတ်သွားတယ်။ ခန္ဓာထဲမှာ ပေါ်လာတဲ့
 ဓမ္မကလေးက ပေါ်လိုက် ပျက်လိုက် ပေါ်လိုက် ပျက်လိုက်၊
 ပေါ်ပျက် ပေါ်ပျက်ချည့် တွေနေလို့ ရှိရင်၊ ငါ—သူတပါး
 ယောကျ်ား၊ မိန်းမ မတွေ့တော့ဘူး အဲဒီလိုတွေရင် ဒိဋ္ဌိကွာတာ
 ဘဲ၊ အဲဒီလို နှလုံးသွင်းမှန်မှုကြောင့်၊ ဒိဋ္ဌိဝိ—စိကိစ္ဆာ စင်သွားပြီ။

ဒုက္ခချည်းဘဲ ဒုက္ခသစ္စာပါကား

ဒီလို နှလုံးသွင်းမှန်မှန်နဲ့ အားထုတ်ရင် ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခကို မြင်ရ
 မယ်။ ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခကို မြင်မှုကြောင့် မဂ်ဝင်လာမယ်။ အဲဒီတော့

ပေါ်လာတဲ့ တရားက ခန္ဓာ၊ ပျက်သွားတာကို သိလိုက်တော့
ဒုက္ခကို သိတာဘဲ၊ မြတ်စွာဘုရားက သိခံတွေ့နု ပဉ္စပါဒါ
နက္ခန္ဓာပိ ဒုက္ခာလို့ ဟောတော် မူတယ်။ ဒီတော့ ဘာလာလာ
အားလုံးလာသမျှဟာ ဒုက္ခချည်းဘဲဆိုတာ မှတ်ကြပါ။

နှလုံးသွင်းမှန်တော့ ခန္ဓာ ကိုသိရတယ်။ အားထုတ် လိုက်
တော့ ပျက်သွားတဲ့ ဒုက္ခကို သိရတယ်။ အဲဒီတော့(ဒုက္ခသစ္စာ)
သိတဲ့ အဓိပ္ပါယ် ရှင်းသွားပြီ။

ဥပမာ (ခ) ကြားစိတ် ပေါ်တော့ ကြားတဲ့ အခါလဲ
ဝိညာဏက္ခန္ဓာပေါ်တာဘဲ၊ ပေါ်တဲ့ အခါမှာ
နှလုံးသွင်းမှန်ပြီး အားထုတ်လိုက်တော့ ပျက်
သွားတာကို တွေ့ရမယ်။ ပျက်သွားတာ တွေ့
တာဟာ ဒုက္ခသစ္စာ ကို တွေ့တာဘဲလို့ မှတ်
ကြပါ။

ဒုက္ခသစ္စာ သိတယ်ဆိုတာ၊ အသိစိတ်ဆိုတဲ့ ဝိညာဏက္ခန္ဓာ
ကလေး ဒုက္ခရောက်သွားတာဘဲလို့ မှတ်ကြပါ။

ဥပမာ (ဂ) အနံ့တခုခု နံတော့ နံစိတ် ဝိညာဏက္ခန္ဓာ
ပေါ်လာပြီး ပျက်သွားတာ ဒုက္ခသစ္စာဘဲလို့
သိရမယ်။ အဲဒီလို ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုမိုရှင်းရှင်း
သိတာ (ဇနိ)ဘဲဆိုတာ ဆုံးဖြတ်ချက် ချကြ
ပါ။

မိမိသန္တာန်မှာ ပေါ်လာတဲ၊ ဓမ္မမှန်သမျှကို စောင့်ကြည့်တဲ၊
သဘောနဲ့ လုပ်ကြရမယ်။ ဒါကြောင့် မပြတ်အောင် စောင့်
ကြည့်၊ မလွတ်စေနဲ့။

ခန္ဓာမှာ ဥာဏ်နဲ့ ရှုတော့ ဖြစ်ဒုက္ခနဲ့၊ ပျက်ဒုက္ခကို မြင်ရမယ်၊
အဲဒီရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ဒုက္ခက-ဒုက္ခသစ္စာ၊ မြင်တာက-မဂ္ဂသစ္စာ၊
မြင်တုန်းမှာ သမုဒယ သေတယ်။ အဲဒါ သမုဒယသစ္စာ။ သေ
တော့ ဒီနေရာမှာ နိရောဓ ပေါ်တယ်၊ အဲဒါ နိရောဓသစ္စာ
ဘဲလို့ မှတ်ကြပါ။

သုပြော-လူပြောမဟုတ်

ဒီဟာကို ခန္ဓာကပြလို့ ကိုယ်တွေ့ဥာဏ် မြင်သိရတဲ၊ သဘော၊
သုပြောလူပြောမဟုတ်ဘူး၊ ဒါကြောင့် ဘုရားရှင်က—

ဒိဋ္ဌဓမ္မော — ကိုယ်တိုင်မြင်အပ်ပြီးသော တရားရှိသည်။

ပက္ခဓမ္မော — ကိုယ်တိုင်ရောက်အပ်ပြီးသော တရားရှိသည်။

ဝိဒိတဓမ္မော— ကိုယ်တိုင် သိအပ်ပြီးသော တရားရှိသည်။
ဆိုတဲ့ အဓိပ္ပါယ်ကို ဟောတော်မူခဲ့တာဘဲ။ ဒီလိုသိတဲ့ အသိဟာ
သောတာပန်အသိ ဖြစ်သွားပြီလို့ မှတ်ကြတော့။

ဥပမာ (သ) စားတဲ၊ အခါ ဆိုပါစို့၊ ထမင်း စားတော့
ဇီဝှါပသာဒ၊ လျှာအကြည် ရုပ်နဲ့ အရသာ
ရုပ်ကိုအစွဲပြုပြီး လျှာအသိစိတ် ဆိုတဲ့ ဇီဝှါ
ဝိညာဏ် ဖြစ်ပေါ် လာတာဘဲ၊ နှလုံးသွင်း

(၁၁)

မှန်ပြီး အားထုတ်လိုက်တော့ ပျက်သွားတာ
ကိုတွေ့ရမယ်။ ပျက်သွားတာ တွေတာဟာ
ဒုက္ခသစ္စာ ဘဲလို့ မှတ်ပါ။

ဒါကြောင့်၊ ဒီစားသောက်တဲ့နေရာမှာ သတိကပ်ပြီးရှုမှတ်
ရမယ်။ “စားသိပျက် စားသိပျက်”လို့ ရှုပါ။ အဲဒီလို “စားသိ
ပျက်”ရှုရင် ‘ဗဿ-ဝေဒနာ’ တပြိုင်တည်း ချုပ်တယ်။ မရှုမိရင်
‘ဝေဒနာ-တဏှာ-ဥပါဒါနိ-ကံ’တွေ ဆက်တိုက် လာလိမ့်မယ်။
သတိမလွတ်စေနဲ့။

ဝေဒနာချုပ်တာနဲ့ တဏှာသေဒါနဲ့ တချက်ထဲဘဲ။ “ဝေဒနာ
နိရောဓါ၊ တဏှာ နိရောဓေါ နိဗ္ဗာနံ” ပါဘဲ။

ဥပမာ (c) ကိုယ်ပေါ်မှာ ယားစိတ်ကလေး ပေါ်လာလဲ
ဝိညာဏက္ခန္ဓာဘဲ။

စောင့်ကြည့် လိုက်တော့ သူလဲပျက်သွား တာဘဲ။ ယားတဲ့
သဘော ဆင်းရဲတာ တွေ့ရဒါဟာ ဒုက္ခသစ္စာ တွေ့ရတာဘဲ။
သံခိတ္တေန ပဉ္စပါဒါ နက္ခန္ဓာ ပိဒုက္ခာလို့ ဟောတော် မူတာဟာ
ပေါင်းပြီး ဟောဒါဘဲ။ အဲဒီလိုဟောပေမဲ့ ဒီလို ဓမ္မတခုတခု
ဖြစ်တာပျက်တာ မြင်ရရင် ငါတို့ အစိတ်စိတ် မြင်ရပါပေါ့ က
လားလို့ ဆုံးဖြတ်ချက် ချကြပါ။

ဒီလို ဓမ္မလေးတွေ ပေါ်လာတိုင်း အဆက် မပြတ်အောင်
ရှုနိုင်ဖို့အရေးကြီးတယ်။ အဲဒီလိုမပြတ်အောင် ရှုနိုင်ရင် (ဖြစ်
ပျက်နဲ့မဂ်) အဆက် မပြတ် တော့ဘူး။ ပေါ်လာတဲ့ ဓမ္မက-
ဖြစ်ပျက်၊ ရူဉာဏ်က-မဂ် ဖြစ်သွားတယ်။ ဒီအကြားထဲမှာ တဏှာ

မဝင်နိုင်တော့ဘူး။ တဏှာမဝင်လို့ မဝင်ဒါဘဲ ဆိုတာ မှတ်ကြပါ။

ဥပမာ (စ) ကြံစိတ်ကလေးပေါ်လာလဲ ခန္ဓာလေး ပေါ်ဒါဘဲ၊ သူ့ကိုစောင့်ကြည့် လိုက်တော့ ပျက်သွားတာဘဲ တွေ့ရမယ်။ ဒီခန္ဓာလေး ပျက်သွားလို့ ဆင်းရဲဒါ၊ ဒုက္ခသစ္စာဘဲ။ ဒီလိုဒုက္ခသစ္စာဘဲလို့ ဉာဏ်နဲ့ မြင်ရင်၊ ဘုရားဟောဒါ ကိုယ်တွေ့သိရဘိ၊ ကိုယ်တွေ့သဘော ကျတော့ ဒိဋ္ဌဓမ္မောဖြစ်တာဘဲ။ ဒိဋ္ဌဓမ္မော ဖြစ်ရင် သောတာပန် အသိဘဲဆိုတာ မှတ်ကြပါ။

ဥပမာ (ဆ) သွားတဲ့အခါ ဆိုပါတော့—သွားတယ် သွားတယ်၊ တလှမ်းပြီးတလှမ်း သွားနေတဲ့ လှုပ်ရှားမှုသဘော ဝါယောရုပ် (ဖေါဋ္ဌဗ္ဗရုပ်) ကိုလဲ ရှုနိုင်တယ်။ ရှုတဲ့အခါ ‘ဖြစ်ပျက်’ဘဲ ရှုရပါမယ်။

အဲဒီလိုစူးစိုက်ပြီး (ဂေါစရ သမ္ပဇဉ်အရ) မပြတ်ရှုမှတ်နေတဲ့ ယောဂီရဲ့သမာဓိဉာဏ် ရင့်သန်လာတော့၊ သွားချင်တဲ့ စိတ်ကိုလဲ ဖြစ်တိုင်းဖြစ်တိုင်း သိသွားပြီး တရွေ့ချင်း တောင့်တင်းလှုပ်ရှားတဲ့ ရုပ်နဲ့ နာမ်အဆင့်ဆင့် အဟောင်းပျက်၊ အသစ်ဆက်အဟောင်းပျက် အသစ်ဆက်ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားဒါဘဲ (သွားတတ်တဲ့ ငါကောင်—သူကောင်) မရှိပါတကားလို့၊ ရှင်းရှင်းကြီး သိသိသွားပါမယ်။ ဒီလိုအကြိမ်ကြိမ်သိပြီးနောက်၊ ရုပ်နာမ် အဖြစ်

အပျက် (အနိစ္စ, ဒုက္ခ, အနတ္တ) အချက်တွေကို ကွက်ကွက်ကွင်း
ကွင်း ရှင်းလင်းစွာသိသွားတာဟာ (အသမ္မောဟသမ္ပဇ်) ဖြစ်
ပါတယ်။ (အနတ္တ, ဒုက္ခသစ္စာပါဘဲ။)

ဒါကြောင့် သွားတဲ အခါ သွားချင်တဲ စိက်ကြောင့် တရွေ့
ချင်းတောင့်တင်း လှုပ်ရှားတဲ ရုပ်တွေ တလှမ်းပြီးတလှမ်း သွား
နေစဉ် ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက်(ဒုက္ခသစ္စာ)ပါဘဲ ‘သွားသိပျက် သွား
သိပျက်’ လို့ ရှုမှတ်ရပါမယ်။ အဲဒီလို ‘ဂေ ၂၈ ရ သမ္ပဇ်နဲ့
အသမ္မောဟသမ္ပဇ်’ ဆိုတဲ ဥာဏ် ၂-မျိုးဟာ တဆင့်ထက်တဆင့်
ရင့်သထက်ရင့်ပြီးသွားရင် ရုပ်နာမ်သင်္ခါရအားလုံး ဆိတ်သုဉ်း
ချုပ်ငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်သို့၊ မဂ်ဥာဏ်, ဖိုလ်ဥာဏ်ဖြင့် ဆိုက်ရောက်
သွားပါတယ်။

ဥပမာ (၉) အိပ်တဲ အခါ ထိုင်တဲ အခါ ဆိုပါတော့၊
ထွက်လေ၊ ဝင်လေ၊ သို့မဟုတ် ရှူစိတ်၊ ရှိုက်စိတ်
ရှိနေပါတယ်။ အဲဒီမှာဘဲ ရှုချင်ရှု၊ ရှုတဲ အခါ
‘ရှူစိတ် ဖြစ်ပျက်၊ ရှိုက်စိတ် ဖြစ်ပျက်’ ဘဲရှု၊
ထွက်လေ-ဝင်လေ သဘောမှာရှိတဲ လှုပ်ရှား
မှုသဘော ဆိုတဲ ဝါယောရုပ် (ဖေါဋ္ဌဗ္ဗရုပ်)
ကိုလဲ ရှုနိုင်တယ်။ ရှူတိုင်း ရှိုက်တိုင်း လှုပ်ရှားမှု
သဘော ဖြစ်ပျက်ဖြစ်ပျက်ဘဲရှု။

ကာယအကြည်နဲ့ တွေ့ထိသွားလို့ ဖေါဋ္ဌဗ္ဗရုပ် ကိုဘဲ ရှုလို့
ရတယ်။ ရှူတိုင်း ရှိုက်တိုင်း ကာယ အကြည်နဲ့ ထိတွေ့ ထိတွေ့ပြီး
လှုပ်ရှားမှု သဘောကလေး ဖြစ်ပျက်နေတာကို ဥာဏ်နဲ့ မြင်

အောင်ကြည့်၊ ဒီတော့လှုပ်ရှားမှု သဘောဆိုတဲ့ ဝါယောရုပ်
(ဖေါဠဗ္ဗရုပ်)ဟာ ဖြစ်ပေါ်ပြီး ပျက်သွားတာကို တွေ့မြင်ရမယ်၊
(ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားပြီး သိနေတာဘဲ)၊ ဒါသတိ မလွတ်
အောင် ဖြစ်ပျက် ဖြစ်ပျက်ရူပေး၊ ဘာရှုရူ တချက်ချက်မိအောင်
ရှုကြ၊ တဏှာတော့ မကူးကြစေနဲ့။

အဲဒီအခါမှာ ပေါ်လာတဲ့ ဓမ္မက-ဒုက္ခသစ္စာ၊ ရူဉာဏ်က-
မဂ္ဂသစ္စာ၊ အပိတ်အပင် အတားအဆီးမရှိတာက သမုဒယသစ္စာ၊
အပိတ်အပင် အဆီးအတား မရှိတဲ့ နေရာမှာ ပေါ်လာတာက-
နိရောဓသစ္စာ၊ အဲဒီလိုသစ္စာလေးပါး တပြိုင်နက်ပေါ်လာတယ်။

မဂ်ရအောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမှာလဲ

မဂ်ရဘို့အရေးဟာ ပွားများမှုသာ ရနိုင်မယ် ဆိုတာ မြဲမြဲ
မှတ်ထားကြပါ။ ပွားများတာက ဘယ်မှာ ပွားများရမှာလဲ
ဆိုတော့ ခန္ဓာဖြစ်ပျက် ကို ပွားရမှာပေါ့၊ ခန္ဓာက-ဖြစ်ပျက်၊
ပွားတာက-မဂ်၊ ဒီတော့ ပွားများနေတာ မဂ္ဂသစ္စာတခု ရနေ
တာဘဲ။

ဒီလိုပွားနေတာ ဘာကျေးဇူးရှိသလဲလို့ ဆိုတော့ ကိုယ်ခန္ဓာ
ကြီးမှာ ခင်တယ်တဲ့တဏှာ၊ ဘဝကိုနှစ်သက်တဲ့တဏှာတွေ ပါး
ပါးသွားတယ်။

ခင်တယ်တဏှာ ပါးပါးသွားတဲ့ ကျေးဇူးရှိတယ်လို့ မှတ်ကြ။
ဒီလိုပွားများတော့ ကိုယ် ခန္ဓာမဟုတ်လို့ ဖြစ်ပျက်ပြီး နေတာ
ဘဲ၊ ကိုယ် ခန္ဓာ (ကိုယ် အတ္တ) မဟုတ်လို့ ဖြစ်ပျက်ပြီး နေတဲ့

အနိစ္စသဘော၊ ဒုက္ခသဘော၊ အနတ္တသဘောတို့ဘဲ၊ မိမိနဲ့
မဆိုင်ဘူးဆိုတာသိတော့ ခန္ဓာမှာ သာယာ နှစ်သက်တဲ့ တဏှာ
ဟာ ပါးပါး သွားတယ်။

နဂိုရ်က ဒီအတိုင်း တောဝေ မိန်းမောပြီးနေတော့၊ လူ့ဘဝ
နတ်ဘဝ အကောင်းထင်လို့ ခင်မင်မိနှစ်သက်မိတယ်။ ဥာဏ်နဲ့
ကြည့်တော့ အနိစ္စဘဲ၊ ဒုက္ခဘဲ၊ အနတ္တ ဘဲလို့ သိ ရတယ်။ ဒီလိုသိ
တော့ခင်တယ်တာရောသွားတယ်။ ခင်တယ်တဲ့ တဏှာပါးသွား
တော့တယ်။ ဒီလိုမဂ္ဂသစ္စာနဲ့ ပွားနေတော့ ခန္ဓာကိုခင်တယ်တဲ့
သမုဒယ ကိလေသာတွေ အခိုက်အတန့်မျှ ချုပ်နေတယ်ဆိုတာ
မှတ်ရမယ်။

ဥပမာ-ခန္ဓာကိုယ်ကို (နတ်သမီး)ထင်၍ အချစ်ပုံ (ဘီလူးမ)
ဟု သိရုံဖြင့် ချစ်စိတ်ကုန်ခမ်း သကဲ့သို့၊ ထို့အတူ ခန္ဓာငါးပါး
ရုပ်နာမ်တရားတို့၌ အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသဘောသာ တည်းဟု
ဒုက္ခသစ္စာကို အမှန်မြင်သိရင်၊ အဘယ်မှာလျှင် ဘဝတဏှာ ဖြစ်
နိုင်တော့မလဲ၊ ယင်းသို့ဘဝတဏှာမဖြစ်ခဲ့လျှင် အဘယ်မှာ ဘဝ
ဇာတိ ဖြစ်လိုစိတ်ဖြင့် ‘ကံ’ ကို ပြုတော့မလဲ။

ဒီအတိုင်းဆက်ပြီး ကြာကြာပွားတော့

မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားတော့ သမုဒယသစ္စာ ကို သူက ပယ်သွား
တယ်။ ပွားတဲ့ကိစ္စရှိတော့ ပယ်တဲ့ကိစ္စ အလိုလို ပြီးသွားတယ်။
ဒီအတိုင်းသာ ဆက်ပြီးကြာကြာပွား၊ ပွားပါများတော့ သမု
ဒယလုံးဝချုပ်တော့တာဘဲ၊ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်နဲ့ ကြည့်တော့တဏှာ-

ဥပါဒါန်—ကံတွေချုပ်တယ်။ ဒါတွေချုပ်ရင် ဇာတိ-ဇရာ-မရဏ
တွေလဲ ဇာတ်သိမ်းတာဘဲ၊ ဒီဟာ မဂ္ဂသစ္စာကို ပွားနေတာနဲ့
တဏှာပါး ပါးရာကနေပျောက်ကွယ်သွားတာဘဲလို့ မှတ်ကြပါ။

ရှုမှတ်ပွားများနေတဲ့ ယောဂီရဲ့ ဥာဏ်ထဲမှာ (ခန္ဓာ) မရှိ၊
အနိစ္စ၊ ဒုက္ခ၊ အနတ္တသာ ရှိပါကလားလို့ သိ၊ ဒီလိုသိတော့
ပျောက်ထွက်သွားတာဘဲ၊ ဒီလိုပျောက်ရဒါဟာ ဖြစ်ပျက်လာ
တိုင်း ပွားနေလို့ ဘဲဆိုဒါ မှတ်ကြတော့။ ဒါကြောင့် ပွားများ
မှုကို အထူးဂရုစိုက်ပြီး ကြိုးစားရမယ်။ ပွားရင် ကိလေသာ
ပါးသွားပြီး တချက်ချက်မှာ ပျောက်ထွက် သွားတော့ဒါဘဲ။

ပွားများမှု အလွန်အရေးကြီးတယ်

အဲဒီလို ပျောက်ထွက်သွားတော့ လက်ရှိ ခန္ဓာမျိုးကို လုပ်
မေးမဲ့ တဏှာ၊ ဥပါဒါန်၊ ကံတွေ မလာတော့ဘူး၊ ဒါတွေ
မလာတော့ နောက်ခန္ဓာ ဇာတိစတဲ့ တရားတွေမလာတော့ဘူး၊
မလာတော့ သမုဒယလဲချုပ် ဒုက္ခလဲချုပ်ကရော၊ ဒီလိုပွားများ
မှု ရှိရင် ခန္ဓာမှာ ရုပ်ကလေးတွေ၊ ဝေဒနာ ကလေးတွေ၊ စိတ်
ကလေးတွေ ဖြစ်ပြီးပျက်နေဒါကို တွေ့ကြရမယ်။ ဒါကြောင့်
ပွားများမှုဟာ အလွန်အရေးကြီးတယ်။ ကြိုးစား အားထုတ်
ကြပါလို့ အထူး တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

ကြိုက်နှစ်သက်ရာ တခုထဲကိုပွား

ပွားများတဲ့ အခါတော့ မိမိနှစ်သက်ရာ တခုထဲကိုပွားရ
မယ်။ ရုပ်ကိုကြိုက်ရင် ရုပ်၊ စိတ်ကိုကြိုက်ရင် စိတ်၊ ဝေဒနာကြိုက်

ရင် ဝေဒနာ တခုခုကို လာသမျှပွားပေး၊ ပွားပေးတော့ဖြစ်ပြီး ပျက်-ပျက်သွားဒါတွေချည်း တွေ့ရမယ်။ အဲဒီလိုတွေ့ရင် 'ငါ ခန္ဓာ' ဆိုဒါ မဟုတ်မှန်းသိလာမယ်။ ဒီလို အမှန်အကန် သိမြင် ရင် ခန္ဓာခေါ်မှာ ခင်တယ်တဲ့တဏှာ၊ ငါ့ကိုယ် (ငါ့အတ္တ) လို့ ထင်တဲ့ 'ဒိဋ္ဌိ' မရှိတော့ဘူး၊ ကွာသွားပြီဆိုဒါ မှတ်ကြပါ။

တဏှာဒိဋ္ဌိကွာအောင် မဂ္ဂက လုပ်ပေးတာ။ မဂ္ဂသစ္စာ ပွား တော့-ပွားများနေရင်းက သမုဒယကို ပယ်သွားတာ။ မဂ္ဂ သစ္စာကို ပွားများရင်၊ တဏှာ၊ ဥပါဒါန် ကံတွေလဲ ပျောက်၊ နောက်က ဇာတိစတဲ့ ဒုက္ခအစုတွေလဲပျောက်၊ သမုဒယနဲ့ ဒုက္ခ သစ္စာ ပျောက်တာ။ ဒုက္ခသစ္စာ ပျောက်တော့ ပျောက်တဲ့ နေရာမှ 'ဒုက္ခနိရောဓေါ နိဗ္ဗာန်' ဆိုတော့ နိဗ္ဗာန်ရောက်တာ။

ဘာကြောင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်သလဲ

ဘာကြောင့် နိဗ္ဗာန်ရောက်သလဲလို့ မေးရင်၊ မဂ္ဂသစ္စာ ကို ပွားလို့ဘဲ၊ နောက်ခန္ဓာ ပျောက်ပြီး နိဗ္ဗာန်ပေါ်လာ တာဟာ မဂ္ဂသစ္စာကြောင့်ဘဲလို့ သာ ဆုံးဖြတ်ချက်ချလိုက်ပါ။ မဂ္ဂသစ္စာ တခုထဲကို ပွားနေရုံနဲ့ ဒုက္ခသစ္စာ ကိုလဲ မြင်တယ်၊ သမုဒယ လဲ သေ၊ နိရောဓသစ္စာလဲ ရောက်လာတယ်။ နိဗ္ဗာန်ရချင်ရင်၊ မဂ္ဂ သစ္စာ ပွားယူမှရမယ်။ ဆုတောင်းနဲ့ မရဘူးဆိုတာ ဟာထင်ချ မှတ်လိုက်ကြ။ မဂ္ဂသစ္စာ ပွားလိုက် တာနဲ့ သမုဒယကလဲ သေ တယ်၊ ဒုက္ခလဲချုပ်တယ်၊ နိဗ္ဗာန်လဲ ပေါ်လာတယ်။

ဓမ္မတွေ ခန္ဓာထဲ လာတိုင်း လာတိုင်းပွား

ဖြစ်ပြီးပျက်တဲ့ ဓမ္မတွေ ခန္ဓာထဲမှာ လာတိုင်းလာတိုင်း ပွား
နေရုံပါဘဲ၊ ဒီလိုပွားနေရင် ခန္ဓာက ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်လာမယ်၊
ခန္ဓာက ဒုက္ခသစ္စာ အဖြစ်ကို ပြလာပြီးတဲ့နောက်၊ ဥာဏ်က
သိမြင်တာနဲ့ သမုဒယ သေတယ်။ ဒီနောက်မှာ နိရောဓလဲ
အလိုလိုရောက်လာတယ်။

မဂ္ဂသစ္စာပွားမှု ဖြစ်ပျက်ရှု

တရားအားထုတ်သောအခါဖြစ်စေ၊ နေရင်းထိုင်ရင်း သွား
ရင်းလာရင်း လုပ်ရင်းကိုင်ရင်း ဖြစ်စေ၊ ယားရင် နာရင် ဖြစ်
ပျက်ရှုပေး၊ သံသယဖြစ်ရင်လဲ ရှုပစ်၊ ငိုက်တဲ့ စိတ်ကလေးပေါ်
လာသံ ဖြစ်ပျက်ရှုပေး။ ဘာလာလာ၊ ဘာစိတ်ပေါ်ပေါ် ဖြစ်
ပျက်ရှုပစ်ဘို့ အရေးကြီးတယ်။ ဖြစ်ပျက်ကို မြင်အောင် ရှုပွား
နေတာဟာ ‘မဂ္ဂသစ္စာ’ဘဲ။

မဂ္ဂင်ပွားရန် ကိုယ် တာဝန် တရားတော်

မိမိသန္တာန်မှာ လာသမျှ မလွှတ်အောင်ရှု၊ လာတိုင်း လာ
တိုင်းပွားပေး၊ ဒီလိုပွားရင် ဒုက္ခသစ္စာ ဖြစ်တာ အမှန် အကန်
သိမြင်လာမယ်။ ဒီလိုသိလို့ ဒုက္ခသစ္စာ အဖြစ်ကို မြင်လေလေ၊
သမုဒယသစ္စာပါးလေလေဘဲ။ “ဒုက္ခသစ္စာ”အဖြစ် ‘အမြင်သန်
သလောက် သမုဒယသစ္စာ မြန်မြန်ပျောက်မယ်ဆိုတာ မှတ်လိုက်

ကြ။ ဒီအတိုင်း အရှု အပွား များရင် များသလောက် ဥာဏ် ထက်လာမယ်၊ ဥာဏ် ထက်သထက် ထက်လာရင် လောကုတ္တရာ မဂ် လာတာဘဲ။

ဥာဏ်ထက်လေလေ-ကိလေသာ ကုန်လေလေ

ဥာဏ်က ထက်လေလေ ကိလေသာကုန်လေလေ။ ဒုက္ခသစ္စာ အမြင်များလေလေ၊ သမုဒယ ပါးလေလေ၊ နိရောဓ ပေါ်လေ လေဘဲ၊ အဲဒါ ရှုပွားမှု တခုထဲကို လုပ်လို့ရကဲ့ အကျိုးတရား တွေဘဲ။

ဖြစ်ပျက်ဆုံးရှုံး ပွားမှုကိစ္စပြီးပြီ

မဂ္ဂသစ္စာ ပွားမှု တခုထဲသာ လိုရင်း အချက်ဘဲ၊ ဒီတော့ ဘယ်လောက်များ ပွားရမှာလဲ၊ ဘယ်အခြေရောက်အောင် ပွား ရမှာလဲဆိုတော့ ဖြစ်ပျက်ဆုံးရှုံးအောင်ပွားရမှာပါ။ ဖြစ်ပျက်ဆုံး ရင် နိရောဓ ပေါ်လာတော့ ကြည့်နေရုံဘဲ၊ ပွားမှုကိစ္စပြီးပါပြီ။ မဂ္ဂသစ္စာ ပွားဘဲ အလုပ်ဟာ သံသရာက ထွက်တဲ အလုပ်ဘဲ၊ သံသရာဝဋ်က ကျွတ်ချင်ရင် မဂ္ဂသစ္စာပွားဘဲ အလုပ်ကို လုပ်ကြရ ပါ့မယ်။ ပွားမှုကိစ္စလုပ်တဲ့အခါ ကိလေသာ မခြားရင် အများ ဆုံး ခုနှစ်ရက်နဲ့ တောင် နိဗ္ဗာန်မြင်နိုင်ကြောင်း ကျမ်းဂန်များမှာ အထင်အရှား ရှိပါတယ်။ ဒီတော့ကိုယ်ကျိုး ကိုယ် စီးပွားအစစ် ဖြစ်တဲ့ ဒီမဂ္ဂင်အလုပ်ကိုဖြင့် တကယ်တန်း မရ၊ ရအောင် အား ထုတ်ငတာမယ်ဆိုတဲ့စိတ် ပြင်းပြင်းထန်ထန်ပေးပြီး ကြိုးစားကြ ရန် စေတနာကောင်းနဲ့ တိုက်တွန်းပါရစေ။

တဏှာနဲ့စား၊ တဏှာနဲ့အိပ်၊ တဏှာနဲ့သွား၊ တဏှာနဲ့
 အဖေလိုလုပ်ပြီး တသံသရာလုံးလဲ ငါးပါးအာရုံ ကာမဂုဏ်ကိစ္စ
 တွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းပြီး လူစတုံးတဲ့ အလုပ် များကို ပါးနိုင်
 သလောက်ပါးအောင် ကြိုးစားပြီး ကျင့်ကြံ ပွားများ ကြ၍၊
 အလွန်ရခဲ ကြုံရခဲတဲ့ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာ သာသနာတော်အတွင်း မဂ္ဂင်
 လုပ်ငန်း သံသရာ စခမ်းသတ် အလုပ်ကို အားထုတ်ကြရန် မိတ်
 ဆွေကောင်း တယောက် အနေဖြင့် တိုက်တွန်း ပါကြောင်း
 သူတော်ကောင်း အပေါင်းတို့....

ဓမ္မဒါန စေတနာရှင် ဦးဘိုးစိန်



မသေမိ စိတ်ချရသောတရားထူး ရရန်

ပဋိပတ် ကျင့်စဉ်

သုဒ္ဓဝိပဿနာယျာနိက-နည်းလမ်း

၁။ ရှေးဦးစွာ မိမိခန္ဓာကိုယ် ပေါ်သို့ ဘုရားများပင့်တင် ထားရမည်။ ပင့်ပို့မှာ ဂင်္ဂါငြိသဲစုမက ပွင့်တော်မူကြပြီး သော အလုံးစုံသော ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး တို့သည်၊ တပည့်တော်၏ ခန္ဓာပေါ်သို့ ကြွရောက်ပြီး သိတင်းတော်မူကြ ပါ ဘုရား။

၂။ ဒုတိယ-သရဏဘုံ သုံးပါးကို ဤသို့ သက်ဝင်ယုံကြည် စွာ ဆည်းကပ်ရမည်။ ဆည်းကပ်ပုံမှာ မဂ်ဖိုလ်၊ နိဗ္ဗာန် ရောက် ရန် ယနေ့မှ စ၍၊ ပါဏုပေတံ အသက်ထက်ဆုံး-

ဗုဒ္ဓံ - မြတ်စွာဘုရားကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။

ဓမ္မံ - တရားတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာ ဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။

သံဃံ - သံဃာတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ - ကိုးကွယ်ရာ ဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ - ဆည်းကပ်ပါ၏။ (၃-ကြိမ်) သနာရေးဦးစီးဌာန

၇၀၇၂၃

စာကြည့်တိုက်
ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်

၃။ တတိယ-သီလခံယူ ဆောက်တည်ရမည်။ (ဆောက်တည်ပုံ) မဂ်, ဖိုလ်, နိဗ္ဗာန်ရောက်ရန် ယနေ့မှ စ၍၊ ပါဏပေတံ-အသက်ထက်ဆုံး အင်္ဂါငါးပါးနှင့် ပြည့်စုံသော ဂရုဓမ္မနိစ္စသီလ၊ (အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော အဋ္ဌကိဏ ဥပေါသထသီလ) တော်မြတ်ကို ခံယူဆောက်တည်ပါ၏။

(သတိ)-ပါဏပေတံ-အသက်ထက်ဆုံး မဆောက်တည်နိုင်လျှင်လည်း တရားအားထုတ်သော ကာလအတွင်း ခံယူဆောက်တည် နိုင်ပါသည်။

၄။ စတုတ္ထ-ဘုရားရှင်အား ခန္ဓာကိုယ်ကို လှူဒါန်းရမည်။ လှူပုံ-ဤခန္ဓာကိုယ် အသုဘ ကောင်းကြီးကို၊ အလုံးစုံသော ဘုရားရှင် အပေါင်းတို့အား လှူ ဒါန်း လိုက် ပါ၏ ဘုရား။ (၃-ကြိမ်)

၅။ ပဉ္စမ-ဘုရားရှင်ထံ ကမ္မဋ္ဌာန်းတောင်းရမည်။ တောင်းပုံ-အရှင်မြတ်တို့ဘုရား၊ ဘုရား တပည့်တော်အား သနားသဖြင့် ဝိပဿနာ ကမ္မဋ္ဌာန်းပေးတော်မူကြပါ ဘုရား။ (၃-ကြိမ်)

၆။ ဆဋ္ဌမ-သူတော်ကောင်း များအား တောင်းပန် ကန်တော့ရမည်။ တောင်းပန်ပုံ-ဘုရားအစ များလှသောင်းသောင်း သူတော်ကောင်းတို့အား ပြစ်မှားမိသမျှ၊ တောင်းပန်ဝန်ချပါ၏။ အပြစ်ဘေးမှ သည်းခံ၍ ချမ်းသာပေးတော်ကြမူပါ။ (၃-ကြိမ်) တောင်းပန်ပါ။

၇။ သတ္တမ-မိမိအပေါ် ပြစ်မှားသူများအား၊ အမျက်မပွားအပြစ်မှ ခွင့်လွှတ်ရမည်။ ခွင့်ပြုပုံ-သတ္တဝါအားလုံးတို့က မိမိ

အား ပြစ်မှားကျူးလွန်ထားသော အပြစ်များကို သည်းခံကြ
အေးပါ၏။ (၃-ခေါက်)

၈။ အဋ္ဌမ-မေတ္တာပို့ရမည်။ မေတ္တာပို့ပုံ - လုံးစုံများစွာ
သတ္တဝါ ကျန်းမာချမ်းသာကြပါစေ။ (၃-ခေါက်)

၉။ နဝမ-အမျှဝေ၍ မိမိအား စောင့်ရှောက်ဘို့ မေတ္တာ
ရပ်ရမည်။ အမျှဝေမေတ္တာရပ်ပုံ - ကျွန်ုပ်ပြုခဲ့သမျှ ကုသလ၏
အဘို့ဘာဂတွေကို အမျှ-အမျှ ပေးဝေငှလိုက်ပါ၏။ အမျှရ၍
ချမ်းသာကြပါစေ၊ ဝမ်းသာကြပါစေ၊ သင်တို့ဝမ်းသာကြသလို
ကျွန်ုပ်ကိုလည်း ဝမ်းသာရအောင်၊ သမာဓိ ခိုင်မြဲအောင် ကူညီ
စောင့်ရှောက်ကြပါကုန်လော့၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာအပေါင်း သူတော်
ကောင်းတို့-။

တရားအားမထုတ်ဘဲ ပြုဘယ်ပုဗ္ဗကိစ္စ ၉-မျိုးတို့ကို ပြုလုပ်ပြီး
နောက်၊ ဆင်းရဲခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းရာမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်
ရန်အလုပ်၊ ဝိပဿနာတရား အားထုတ်တော့မည်ဟု ရှင်ကြည်
အားတက်သော စိတ်ဖြင့်၊ ထိုင်နိုင်သလောက် (အဓိဋ္ဌာန်ပြု၍)
မျက်စိကိုမှိတ်ပြီး ကြာကြာထိုင်နိုင်အောင်၊ ချမ်းသာသလို သေ
ဝပ်စွာထိုင်၍၊ အသက်ကို မှန်မှန် ရှူရှိုက်ပါ။

အထက်ပါအတိုင်း (ပုဗ္ဗကိစ္စ ၉ မျိုး)တို့ကို ပြုလုပ်ပြီးသည်
နှင့်တပြိုင်နက် (စိတ်)ကို ရင်မှာထားလိုက်ပါ။ (ခန္ဓာမှာ ဥာဏ်
စိုက်ထားပါလို့ ဆိုလိုပါတယ်) ဒီလိုဥာဏ်နဲ့ စူးစိုက် ကြည့်နေ
တော့၊ ခန္ဓာမှာအမှန်ရှိတဲ့ ရုပ်၊ နာမ်၊ ဖြစ်ပျက်ကို တွေ့မြင်ရ

မယ်။ အဲဒီလို ရုပ်, နာမ် ဖြစ်ပျက်ကို တွေ့မြင် နေတာဟာ
‘ဝိပဿနာ’ အစစ်ပါဘဲ။

ရင်မှာထားတဲ့ စိတ်ဖြင့်၊ ကိုယ်မှာပေါ်တာ ၅ မျိုးကို မှတ်
ပါ။ ၅ မျိုးကား— ပူတာ၊ အေးတာ၊ လှုပ်တာ၊ ဆင်းရဲတာ၊
ချမ်းသာတာပါဘဲ။

ဤကဲ့သို့စိတ်ကို ရင်မှာထားစဉ်၊ စိတ်က ဟိုရောက် ဒီရောက်
ဗဟိဒ္ဓ အပြင်အာရုံများပေါ်သို့ ပြန့်လွှင့်နေသော်၎င်း၊ ငိုက်၊
သမ်း၊ ပျင်း၊ ဝေ၊ မမှတ်ဘဲ အချောင်နေသော်၎င်း၊ သတိတရား
ပညာတရားတို့ဖြင့် လျှင်မြန်စွာ ပယ်ဖျောက်၍၊ စိတ်ကိုရင်မှာ
ပြန်ထားပါ။

မဆုတ်မနစ်သော ကာယိက ဝီရိယ၊ စေတသိက ဝီရိယတို့
ဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် အားထုတ်သော် တဖြည်းဖြည်း စိတ်တည်ငြိမ်
လာပါလိမ့်မည်။

(တနည်း—ဥပရိပဏ္ဏာသ ပါဠိတော်အရ၊ အထက်ပါပုဗ္ဗကိစ္စ
၉-မျိုးတို့ကို ပြုလုပ်ပြီးနောက်၊ အာနာပါနဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်း
ဖြင့် အားထုတ်သော်၊ ကြာကြာထိုင်နိုင်အောင် ချမ်းသာသလို
သေဝပ်စွာထိုင်၍၊ မျက်စိမှိတ်ပြီး အသက်ကိုမှန်မှန် ရှူရှိုက်ပါ။
ထွက်လေ ထွက်တိုင်း၊ ဝင်လေ ဝင်တိုင်း၊ နှာသီးဖျားမှာ ထိ၊ ထိ
သွားတာကို သိ၊ သိနေပါ။ အဲဒီလိုမဆုတ်မနစ်သော ကာယိက
ဝီရိယ၊ စေတသိက ဝီရိယဖြင့်၊ အကြိမ်ကြိမ် အားထုတ်တော့
တဖြည်းဖြည်း စိတ်တည်ငြိမ်လာပါလိမ့်မယ်။)

စိတ် တည်ငြိမ်လာ၍ (ခဏိက သမာဓိ) ရလာသော အခါ ကိုယ် နဲ့ နှုတ် လုံခြုံနေသဖြင့်၊ ကာယကံ ၃-ပါး၊ ဝစီကံ ၄-ပါး ရှောင်ကြဉ်ပြီး ဖြစ်သည့်ပြင်၊ ၎င်း ၇ ပါးတို့နှင့်တကွ ဖိစွဲအိမ်ပါ ဟူသော မကောင်းတဲ့ အသက်မွေးမှု မရှိသဖြင့်၊ သမ္မာဒါမာ၊ သမ္မာကမ္မန္တ၊ သမ္မာအာဇီဝ တည်းဟူသော (လောကီသီလက္ခန္ဓာ မဂ္ဂင် ၃ ပါး) လုံခြုံ၍၊ သီလဝိသုဒ္ဓိ ဖြစ်ရုံမက (ခဏိကသပာဓိ) နှင့် ပြည့်စုံသောကြောင့်၊ စိတ္တဝိသုဒ္ဓိ နှင့်ပြည့်စုံကာ “အာစာမု အရိယာ” အဖြစ်သို့ ရောက်နေပါတော့သည်။

ဆက်လက်၍ အားထုတ်သော်၊ ပေဂါတာ ၅-မျိုး အနက်၊ တမျိုးမျိုးသော်၎င်း၊ ၂ မျိုး ၃ မျိုးသော်၎င်း၊ ပေဂါလာတတ် ပါတယ်။ ဘယ်နေရာမှာဘဲ ပေဂါပေဂါ ထင်ရှား လွန်ကဲတဲ့ ဓါတ်ကိုသာ ရှုမှတ်ပါ။

ဥပမာ ပူတာပေဂါရင်၊ ပူတာ၊ ပူတာလို့ မှတ်နေပါ။ အေး တာပေဂါရင် အေးတာ၊ အေးတာလို့ မှတ်နေပါ။ လှုပ်တာပေဂါရင် လှုပ်တာ၊ လှုပ်တာလို့ မှတ်နေ ပါ။ ဆင်းရဲတာပေဂါရင် ဆင်းရဲတာ၊ ဆင်းရဲတာ လို့ မှတ်နေပါ။ ချမ်းသာတာ ပေဂါရင် ချမ်းသာ တာ၊ လို့ မှတ်နေပါ။

သင်္က (က) ဆင်းရဲဆိုသည်မှာ၊ ကျင်၊ နာ၊ တောင့်တင်း စတဲ့ ဒုက္ခဝေဒနာကိုဆိုလိုပါတယ်။

(ခ) ချမ်းသာဆိုသည်မှာ၊ ဒုက္ခဝေဒနာ မကပ်ရောက်ဘဲ၊ သုခဝေဒနာကိုဆိုလိုပါတယ်။

(ဂ) မူတာ အေးတာက— တေဇောခါတ်ပါဘဲ။

လှုပ်တာက — ဝါယောခါတ်ပါဘဲ။

မလျော့သော လုံ့လဖြင့်၊ ဆက်လက် ရှုပ္ပါးသော အခါ (ခဏိကသမာဓိ) ရင့်သန်လာ၍၊ သမ္မာဝါယာမ၊ သမ္မာသတိ၊ သမ္မာသမာဓိ တည်းဟူသော (သမာဓိခန္ဓာ မဂ္ဂင်သုံးပါး) နှင့် ညီညွတ်သဖြင့်၊ ပေါ်တာက-ခဏိက၊ ပေါ်တိုင်း လိုက်လိုက် သိတာက-သမာဓိ၊ ပေါ်သိ ၂-ပါး ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတာကို မြင်တာက ဝိပဿနာဖြစ်၍၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ သမ္မာသင်္ကပ္ပ တည်းဟူသော ပညာက္ခန္ဓာ မဂ္ဂင် ၂-ပါး ပြည့်စုံနေပါပြီ။

ပေါ်တာက-ရုပ်၊ သိတာက-နာမ်၊ ဖြစ် ပျက် သွားတာ မြင်တာက ဝိပဿနာ ဖြစ်သောကြောင့်။ ပေါ်, သိ, ပျက် က (ဒုက္ခသစ္စာ) ဖြစ်ဒုက္ခနဲ့ ပျက်ဒုက္ခကို မြင်နေရင် (ဒုက္ခသစ္စာ ကို ပိုင်းခြားပြီး မြင်နေတာဘဲ) ဒီလိုမြင်နေလို့ ရှိရင် “ငါ့ကိုယ်, ငါ့ဟာ, ငါ၏အတ္တ။ ငါ သူတပါး ယောက်ျား, မိန်းမဟု စွဲစရာ မရှိတော့ဘူး၊ မရှိလို့ မစွဲတော့ “သဿတ-ဥစ္ဆေဒ-သက္ကာယ ဒိဋ္ဌိ” ဆိုတဲ့ ဒိဋ္ဌိသုံးပါးနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာ စင်ကြယ် သွားပါ တော့ တယ်။ ဒီ-ဒိဋ္ဌိသုံးပါးနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာ စင်ကြယ်ပြီးမြင်တဲ့ အမြင် ဟာ သောတာပန် အမြင်ပါဘဲ။ ဒီလိုမြင်တာဟာ “ဝိပဿနာ ဥာဏ်လဲခေါ် သမ္မာဒိဋ္ဌိလဲခေါ်ရတဲ့ မဂ္ဂသစ္စာ”ပါဘဲ။

ဤကဲ့သို့ ပေါ်သိ, ပျက်ကို မြင်နေခိုက်(ရှုမှတ်နေခိုက်) နာမ် အင်္ဂါမှာ ပပေါ်လာရတဲ့ အပယ်ခံထားရတဲ့ အတ္တဒိဋ္ဌိ စတဲ့ ကိလေသာတွေက သမုဒယသစ္စာ ဖြစ်ပါတယ်။

အကြောင်း ကိလေသာတွေ ချုပ်ခြင်းကြောင့်၊ အသစ်မဖြစ်
ရဘဲ ဥပါဒါန် ကံ၊ ဘဝ၊ ဇာတိ၊ ဇရာ၊ မရဏ ချုပ်ငြိမ်းမှုက
နိရောဓသစ္စာ ပါဘဲ။

ဤလို ပေ၊ သိ၊ ဖြစ်၊ ပျက်ကို မြင်နေရင် “ဒုဿနအရိယာ”
အဆင့်သို့ ရောက်နေပါပြီ။ အာရုံခွ ဝိပဿနာ ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်၍၊
ဆက်လက်ပြီး အားထုတ်ခဲ့ပါလျှင်၊ ခန္ဓာကိုယ် တကိုယ် လုံး၌
အဖြစ်တွေကို မမြင်တော့ဘဲ၊ အပူမှုတွေ၊ အလှုပ်မှုတွေ၊ မမ္မ-
ရွှရွ-စိုးစိုး၊ စစ်စစ်-ဖြိုးဖြိုး၊ ဖြင်းဖြင်း ကလေးတွေ (ရုပ်ဓါတ်တွေ)
ဟာ ပေ၊ လာမစဲ ခဏမစဲ တသဲသဲ တလှုပ်လှုပ်၊ တဖြုတ်ဖြုတ်
နဲ့ ဖြစ်ပျက်နေတာတွေကို၊ ကိုယ်တိုင်ကိုယ်တိုင် ဝိပဿနာဥာဏ်
ဖြင့် ကြည့်နေတော့....

ရုပ်နာမ် မှန်သမျှဟာ....

မမြဲတဲ	—	အနိစ္စတွေပါတကား
ဆင်ရဲဘဲ	—	ဒုက္ခတွေပါတကား
အစိုးမရဘဲ	—	အနတ္တတွေပါတကား

အားကိုးစရာမရှိ၊ အားထားစရာ မရှိပါ တကားဟု သိမြင်
လေတော့၏။

ဤလိုအမှန်ကို မြင်ရသဖြင့်၊ ရုပ်၊ နာမ်တွေ အပေ၊ မှာ —
မြဲတယ်လို့ မှတ်၊ သိ ယူထားတာတွေ။

ချမ်းသာတယ်လို့ မှတ်၊ သိ ယူထားတာတွေ။

အစိုးရတယ်လို့ မှတ်၊ သိ ယူထားတာတွေ။

အားလုံးသော အမှားတွေဟာ စိတ်ထဲမှာ စင်သွားပါပြီ။

အဲဒီလိုခန္ဓာမှာ အမှန်တွေမြင်၊ အမှန်တွေ သိလာတော့၊ ရုပ်၊ နာမ် အပျက်တွေမြင်၊ ဘေးတွေဟုထင်၊ အပြစ်တွေမြင်၊ မုန်းဥာဏ်တွေဝင်၊ လွတ်ချင်တဲ့ သဘောတွေ၊ နာမ် အစဉ်မှာ ဝင်လာတော့တာပေါ့။ အဲဒီတော့ ဒီလိုမြင်သိနေတဲ့ ယောဂီဟာ စိတ်တား၊ စိတ်နေ ကိုယ်နေ၊ ကိုယ်ထား တွေလဲ ပြောင်းသွား လေ့သောကြောင့် “လိင်္ဂအရိယာ” လို့ ခေါ်ရပါတယ်။

ပျက်နေတဲ့ရုပ် နာမ်ကိုငြီးငွေ့ပြီး၊ ၎င်းဘေးက လွတ်ချင် တော့၊ အရိုး ကြေကြေ အရေ စုတ်စုတ် မဆုတ် မနစ် သော သမ္ပပ္ပခါနဲ့ ဝိရိယနဲ့ ဆက်လက်ပြီး လက္ခဏာချေး သုံးပါးဖြင့်၊ ထပ်ခါထပ်ခါရှုတော့၊ ဒီအပျက်တွေဟာ လေးလေး နှေးနှေး သေးသေးပြီး အပျက်ဆုံးတဲ့ (နိရောဓ သစ္စာ) လောကုတ္တရာ နိဗ္ဗာန်ကြီးကို ရောက်ပါလေတော့တယ်။

ဒီတော့မှ “ပဋိဝေဓ်အရိယာ” အစစ်ဖြစ်၍ အပါယ်တံခါး ပိတ်ခါ၊ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းသော သန္တိသုခနှင့်ပြည့်စုံသော အမတ ကြဌန်း နိဗ္ဗာန်နန်း၌ အေးငြိမ်းချမ်းသာစွာ နေရပေ လိမ့်မည်။

သို့ပါ၍ ဗုဒ္ဓ သာသနာတော် မြတ်နဲ့ တွေ့ကြုံတဲ့ အခါ ကောင်းကြီးကို လက်မလွှတ်ရအောင်၊ ရတနာသုံးပါးကို အဝဏ္ဏ ပသာဒဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်စွာဆည်း ကပ်ကြ၍၊ မကျိုးမပေါက် မပြောက်မကျားကုန်သော အရိယာ တို့ နှစ်သက်အပ်သောသီလတို့နှင့် ပြည့်စုံစေသော တည်ကြည်မှု သမာဓိကို ဖြစ်စေတတ်ကုန်သော သစ္စာလေးပါးကို ထိုးထွင်း၍

သိစေနိုင်သော အရိယာ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး မြတ်တရားကို (သုဒ္ဓ)
ဝိပဿနာယျာနိက ပဋိပတ် ကျင့်စဉ်အတိုင်း ကြိုးစား ကျင့်ကြံ
ပွားများကြ၍၊ ဓမ္မပူဇာအားဖြင့် မြတ်စွာဘုရားရှင်ကို ကျေးဇူး
ဆပ် ပူဇော်အပ်ပါကြောင်း၊ စေတနာကောင်းနှင့် တိုက်တွန်း
အပ်ပါသည်။ ဗုဒ္ဓ ဘာသာ သမ္မာဒိဋ္ဌိ^၁ နှယ်ဝင် သူတော်စင်
အပေါင်းတို့ ခင်ဗျား။

နိဗ္ဗာန်လမ်းစဉ် အကျဉ်းချုပ်

နာမ်ရုပ်၊ ဖြစ်ပျက်၊ အပျက်၊ အရပ်၊ နိဗ္ဗာန်လမ်းစဉ်မှတ်။

- (၁) ရှေးဦးစွာ - နာမ်ရုပ်ကို တွေ့ရမယ်။
- (၂) ဒုတိယ - နာမ်ရုပ် ၂-ပါး ဖြစ်ပျက် နေတာကို
တွေ့ရမယ်။
- (၃) တတိယ - နာမ်ရုပ် ၂-ပါးရဲ့ အပျက်ကိုချည်း
တွေ့ရမယ်။
- (၄) စတုတ္ထ - အပျက်ဆုံးတာကို တွေ့ရမယ်၊ အပျက်
ရပ်တာကို တွေ့ရမယ်။

ဓမ္မဒါန စေတနာရှင် ဦးဘိုးစိန်

စုတေခါနီး တရားထူးရရန်
နှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်နည်း

မြတ်စွာဘုရားရှင်သည်၊ သတ္တဝါများ အပေါ် လွန်ကဲမြင့်
မြတ်သော မဟာကရုဏာတော်ဖြင့် မသေမိစိတ်ချရသော တရား
ထူးကို ဟောကြားတော် မူပါသည်။ အကယ်၍ အကြောင်း
အမျိုးမျိုးတို့ကြောင့် အဆင် မပြေလို့ စိတ်မချရ သေးသော်၊
ကောင်းမွန်သော အာရုံဖြင့်၊ အာသန္နကံ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်ပွား
စေခြင်းငှါ၊ သေခါနီး မရုဏာသန္နဇော မတိုင်မီ ပွားများနှလုံး
သွင်းဆင်ခြင်ရန် သေနည်းကို မိန့်မြှောက်ဟောကြားတော် မူခဲ့ပါ
တယ်။ ဘယ်လိုနှလုံးသွင်း ဆင်ခြင်ရမလဲဆိုတော့—

၁။ မကျန်းမာသော အခါ ဖြစ်စေ၊ မသေမိ ကောင်းစွာ
သတိရှိနေစဉ်ဖြစ်စေ၊ စုတေခါနီး၌ ကောင်းသောကံ သင်္ခါရ
အကျိုးပေးခွင့် ရစေခြင်းငှါ၊ ကောင်းမွန်သော အာရုံဖြင့်
အာသန္နကံ ကုသိုလ်စိတ်ဖြစ်ပွားစေရန် အောက်ပါပုဗ္ဗကိစ္စတို့ကို
လေးစားစွာ ပြုလုပ်ပြီး မြတ်စွာဘုရား၏ တရားတော်ကို ရိုသေ
စွာဖြင့် ကြားနာနှလုံးသွင်း၍၊ ခန္ဓာဖြစ်ပျက်ကို ပွားများရပါ
မည်။

(က) ပဋ္ဌပရောဠာသော မြတ်စွာဘုရားကို ဤသို့ပင့်ထားရပါမည်။

“မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်ကြီး ဘုရား.... ဘုရားတပည့်တော်၏ ခန္ဓာပေါ်သို့ ကြွရောက် သီတင်းသုံးတော်မူပါဘုရား။ (၃-ကြိမ်)

(ခ) ဒုတိယ-တပည့်တော်၏ ခန္ဓာကိုယ်ကို မြတ်စွာဘုရားအား အပ်နှင်း လှူဒါန်းပါ၏။

တပည့်တော်၏ ခန္ဓာကိုယ်ကို တရားတော်အား အပ်နှင်း လှူဒါန်းပါ၏။

တပည့်တော်၏ ခန္ဓာ ကိုယ်ကို သံဃာတော်အား လှူဒါန်းပါ၏။ (၃-ကြိမ်)

(ဂ) တတိယ-သရဏံ သုံးပါးကို ဤသို့ သက်ဝင် ယုံကြည်စွာ ဆည်းကပ်ရမည်။

မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန် ရောက်ရန် ယနေ့မှ စ၍ ပါဏုပေတံ အသက်ထက်ဆုံး-

ဗုဒ္ဓံ မြတ်စွာဘုရားကို၊ သရဏံ-ကိုးကွယ်ရာ ဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ-ဆည်းကပ်ပါ၏။

ဓမ္မံ တရားတော်မြတ်ကို၊ သရဏံ- ကိုးကွယ်ရာ ဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ-ဆည်းကပ်ပါ၏။

သံဃံ-သံဃာတော် မြတ်ကို၊ သရဏံ ကိုးကွယ်ရာ ဟူ၍၊ ဂစ္ဆာမိ-ဆည်းကပ်ပါ၏။ (၃-ကြိမ်)

(သတိ) သရဏဂုံသုံးပါးကို အဝစ္စပသာဒဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည်စွာ သဒ္ဓါတရားနဲ့ သေလို့ရှိရင် မသေမီ ကလေးမှာ သောတာပန် တည်၍၊ နတ်ပြည်ရောက်ကြောင်း မြတ်စွာဘုရား မိန့်မြွက်တော်မူပါသည်။ (ပါဠိတော်ကို နောက် ဆက်ပဲ့ 'သာဓက'ပိုင်းမှာ ကြည့်ပါလေ)

(သ) စတုတ္ထ ဂရုဓမ္မနိစ္စသီလကို၊ ဤသို့ခံယူ ဆောက်တည် ရပါမည်။

မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန် ရောက်ရန် ယနေ့မှ စ၍၊ ပါဏပေတံ အသက်ထက်ဆုံး—

သူတပါး၏အသက်ကို သုတ်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။
သူတပါး၏ပစ္စည်းကို ခိုးယူခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။
သူတပါး၏သားမယားကို ကျူးလွန် ခြင်းမှ ရှောင် ကြဉ်ပါ၏။

မုသားပြောဆိုခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ၏။

သေရည် သေရက်ကို သောက်စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ် ပါ၏။

မကောင်းတဲ့ အသက်မွေးမှုမှ ရှောင်ကြဉ် ပါ၏။

(၃-ကြိမ်)

(သတိ) ဤကဲ့သို့ သရဏဂုံ သုံးပါးနှင့် ငါးပါး သီလကို အဝစ္စပသာဒဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက် ဝင်ယုံကြည်စွာ သဒ္ဓါတရားဖြင့် ခံယူဆောက်တည်

သွားရင်၊ နိဗ္ဗာန်ရောက်သည် တိုင်အောင် ဘယ်
တော့မှမဆင်းရဲတော့ဘူး၊ အပါယ်မကျတော့ဘူး၊
သေရင် နတ်ပြည် ရောက်တယ်။ (ပါဠိတော်ကို
'သဘဏ'ပိုင်းမှာ ကြည့်ပါလေ။)

- (င) ဗုဒ္ဓမ-သုတော်ကောင်းများအား ဤသို့ တောင်းပန်
ဝန်ချ ကန်တော့ရပါမည်။

“ငါးပါးနန္ဒ၊ သီလသမာ၊ ပညာအသက်၊ ကိုယ်ထက်
ကြီးမား ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ကျေးဇူးရှင်သုတော်ကောင်း
တို့အား ပြစ်မှားမိသမျှ ဝန်ချ တောင်းပန်ပါ၏။ အပြစ်
များကို သည်းခံ၍ ခွင့်လွှတ်တော်မူကြပါ” (၃-ကြိမ်)

- (စ) ဆဋ္ဌမ-မိမိအပေါ် ပြစ်မှား ကျူးလွန်မိသူ များအား
ဤသို့အပြစ်မှ ခွင့်လွှတ် ရမည်။

“သတ္တဝါ အားလုံးတို့က မိမိအား ပြစ်မှားကျူးလွန်
ထားသော အပြစ်များကို သည်းခံ ကျေအေးပါ၏”
(၃-ကြိမ်)

- (ဆ) သတ္တမ-ရှေးဦးစွာ မိမိပြုလိုသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု
တခုခုကိုပြုလုပ်ပါ။

ဥပမာ-စုတေခါနီး၌ ကောင်းစွာ သတိရှိနေစဉ် ဖြစ်စေ၊
ရက်အတော်ကြာက ကြိုတင်၍ ဖြစ်စေ၊ မြတ်စွာ
ဘုရားအားရည်စူး၍ ဆွမ်းဘောဇဉ်၊ သောက်တော်

ရေချမ်း၊ ပန်း၊ ဆီမီး၊ ဓာတ်မီး စသည်တို့ကို ပူဇော်
ရပါမည်။

- (၉) အဋ္ဌမ-မိမိပြုခဲ့သမျှ (မှတ်မိသလောက်) အရေးကြီး
သော ကုသိုလ်ကောင်းမှု တခုခုကို အာရုံ ပြုပါလေ။
အဲဒီလိုအောက်မေ့သော သတိဖြင့်၊ ဝမ်းမြောက်ဝမ်း
သာ အာရုံဖြစ်နေပါလျှင်၊ ထိုကံသည် (အာစိဏ္ဏကံ)
ဖြစ်နေပါသည်။ ၎င်းကံကို(၎င်းကုသိုလ်ကောင်းမှုကို)
သေဇော ၅ ကြိမ် မတိုင်မီ ထပ်ခါထပ်ခါ သတိဖြင့်
ဝမ်းသာစွာ အာရုံ ရောက်နေရင်၊ ကောင်းမွန်သော
အာသန္နကံ ကုသိုလ်စိတ် ဖြစ်သွားပါတော့သည်။ သို့ပါ
၍အောက်ပါ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတခုခုကို အာရုံရောက်
နေရပါမည်။

(ဥပမာ)

၁။ မြို့နယ်အတွင်း ဂိုဏ်းခွဲသော သံဃာတော်များ စည်းလုံး
ညီညွတ်စွာ သံဃာသ မဂ္ဂိ အဖြစ် ပေါင်းသင်း ဆက်ဆံ၍ ဗုဒ္ဓ
သာသနာတော်၏ အကျိုးစီးပွားအလို့ငှါ၊ သာသနာရေးလုပ်
ငန်းများ စုပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အတွက်၊ နှစ်ပက္ခ ဂိုဏ်းကွဲ
သံဃာများ အဟူတကွ သိမ်ဝင်ကြ၍၊ ကံဆောင်ခြင်းကိစ္စတို့ကို
အောင်မြင်စွာ ပေါင်းစည်းနိုင်ခဲ့သည့် ထူးမြတ်သော သာသနာ
ပြု မဟာကုသိုလ် ကောင်းမှု။

၂။ မြို့နယ်အတွင်း သံဃာဂိုဏ်း တဂိုဏ်း တဖွဲ့တည်း(ဘုရား
ဂိုဏ်းတဂိုဏ်းတည်း) ဖြစ်မြောက်အောင် ဆောင်ရွက် သဖြင့်၊

ညီညွတ်စွာ တကိုဏ်း တဖွဲ့တည်း ဖွဲ့စည်း နိုင်ခဲ့သည့် ကုသိုလ်
ကောင်းမှု။

၃။ မြို့နယ်လုံးကျွတ် သံဃာတော်များ ဝိနည်း စာပြန်ပွဲကို
စည်းကမ်း တကျ အောင်မြင်စွာ ကျင်းပနိုင် ခဲ့သည့် ကုသိုလ်
ကောင်းမှု။

၄။ ပရိဘောဂဇေတီထိုက်သော ‘ဗောဓိပင်’များ စိုက်ပျိုး
ခဲ့သည့် ကောင်းမှု။

၅။ ဓမ္မဇေတီထိုက်သော ပိဋကတ် ကျမ်းစာအုပ် များနှင့်
သင်္ကန်း စသော ပစ္စည်း တို့ကိုသီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာနှင့် ပြည့်စုံ
သော သံဃာတော်မြတ်ကြီး များအား သင်္ခါရဓမ္မတင်၍ ဓမ္မဒါန
အဖြစ် စွန့်လွှတ် လှူဒါန်းသည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု။

၆။ ဇေတီတော် တည်ဆောက်ခြင်း၊ သိမ်ဆောက်လှူဒါန်း
ခြင်း၊ ဘုန်းတော်ကြီး ကျောင်း၊ တန်ဆောင်း၊ မွေခုံ၊ ဇရပ်
ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းခြင်း၊ ပြင်ဆင်ခြင်း၊ ရေကွင်းရေကန် တူး
ဖော်လှူဒါန်းခြင်း၊ ကသိန်ခင်း လှူဒါန်းခြင်း စသည့် ကုသိုလ်
ကောင်းမှု။

၇။ သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သိက္ခာသုံးပါးတို့နှင့် ပြည့်စုံသော
သံဃာတော်များအား ကျောင်း၊ သင်္ကန်း၊ ဆွမ်း၊ ဆေး စသည့်
တို့ကို သင်္ခါရ ဓမ္မတင်၍ စွန့်လွှတ် လှူဒါန်းခြင်း။

၈။ သားများ၊ မြေးများနှင့် ကိစ္စိပသားများအား ရှင်
သာမဏေ အဖြစ်ပြင့်၎င်း၊ ဥပသမ္ပဒကံဆောင် ရဟန်းခံစသော
သာသနာ့အမွေခံ ကုသိုလ်ကောင်းမှု။

၉။ ဒုက္ခခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ရန် မိမိကိုယ်တိုင် ဝိပဿနာတရား အားထုတ်ခဲ့ခြင်း၊ ရုပ်နာမ်-ဖြစ် ပျက် မြင်ခြင်း(ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားထင်ထင်)ကိုယ်တွေ့ ဥာဏ် ဖြင့် တွေ့သိရသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု။

၁၀။ အများလွယ်ကူစွာ သွားလာနိုင်၍၊ ဘုရားဖူးကြည်ညို နိုင်ရန် ဘုရားသွားလမ်းများနှင့် ရိုးရိုးလူသွားလမ်းများ ဖောက် လုပ်၊ တံတားများ ဆောက်လုပ်ခဲ့သည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု။

၁၁။ ဂရုဓမ္မ နိစ္စသီလကို၊ ရာသက်ပန် အဓိဋ္ဌာန်ပြု၍စောင့် ထိန်းခဲ့သည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု။

၁၂။ အင်္ဂါရှစ်ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော အဋ္ဌင်္ဂ ဥပေါသထသီလ ကို ရက်လရှည်စွာနှင့် တက့၊ ဝါတွင်းသုံးလ ပတ်လုံးနှင့် ရံဖန် ရံခါ အချိန် အခါအားလျော်စွာ စောင့်ထိန်းခဲ့သည့် ကုသိုလ် ကောင်းမှု။

၁၃။ နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်းတရား လူအများ အားထုတ်နိုင် ရန်ဝိပဿနာကမ္မဋ္ဌာန်းရိပ်သာအဖွဲ့တဖွဲ့ ဖွဲ့စည်းပြီး ယောဂီများ ချမ်းသာစွာ တရားအားထုတ်နိုင်ရန် စားသောက်ရေးကိစ္စကို အဖွဲ့ဝင်များနှင့်တကွ စီမံ၍ လှူဒါန်းခဲ့သည့် ကုသိုလ်ကောင်းမှု။

၁၄။ သီလ၊ သိက္ခာနှင့် ပြည့်စုံသော သံဃာတော်ဟပါး ပါး၏ ဟောကြားသော ‘ဓမ္မစကြာ ပဋ္ဌာန်းဒေသနာ’ စသော တရားသံကို ကြားနာ၍ နှလုံးသွင်းရပါမည်။

(၈၂) နဝမ-ဤသို့ အမျှဝေ မေတ္တာပို့ရန်။

“ယနေ့ယခုပြုသမျှနှင့် နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း ပြုခဲ့သမျှ ကုသလတို့၏ အဘို့ ဘာဂတွေကို ဝေနေယျ သုခိတဒုက္ခိတ သုတ္တဝါအား အမျှပေးဝေငှလိုက်ပါ၏။ ကြားကြားသမျှ အမျှရကြ၍ ချမ်းသာကြပါစေ-ဝမ်းသာကြပါစေ”

“လုံးစုံများစွာ သုတ္တဝါ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ကျန်းမာချမ်းသာ ကြပါစေ-” (၃-ကြိမ်)

၂။ အထက်ပါပုဗ္ဗကိစ္စတို့ကို ပြုလုပ်ပြီးသည်နှင့် တပြိုင်နက်၊ ကောင်းစွာ သတိရှိနေစဉ်၊ မိမိခံယူ ဆောက်တည် ထားသော သီလနှင့်တကွ မှန်ကန်သောအောက်မေ့မှု သတိရှိသည် ဖြစ်၍၊ မိမိခန္ဓာကိုယ်မှာ ဥာဏ်နှင့်ကြည့်ပေးပါ။ ဒီလို ဥာဏ်နဲ့ စူးစိုက်ကြည့်ပေးရင် ခန္ဓာမှာအမှန်ရှိတဲ့ ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် “ဝေဒနာ” တခုခုတွေ့မြင်ရမယ်။ သူ့ကို ဥာဏ်နဲ့ အကြိမ်ကြိမ် စိုက်ကြည့်၊ အဖန်ဖန် သုံးသပ်တော့ မမြဲတဲ အဖြစ်ကို တွေ့မြင်ရမယ်။ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပျက်သွားတဲ့ သဘောဘဲရှိတယ်လို့ ဥာဏ်နဲ့ မြင်ရမယ်။ အဲဒီလိုမမြဲတဲ့သဘောဟာ အစိုးမရ အလိုသို့မလိုက်သော ကြောင့် (အနတ္တ)ဘဲလို့ မှတ်ပါ။ ဒီတော့ ခန္ဓာမှာ ဥာဏ်နဲ့ တွေ့မြင်ရတဲ့ ဝေဒနာကို “ဝေဒနာ အနတ္တ”လို့ ဥာဏ်လိုက် ပေးရမယ်။

၃။ ဤခန္ဓာကိုယ်ရရှိလို့ - ဒီလို ဒုက္ခ ဝေဒနာလာနိုင်တာဘဲ၊ နှိပ်စက်နိုင်တာဘဲ၊ ခန္ဓာချုပ်ရင် ဒီလိုဝေဒနာ မလာနိုင်ဘူး၊ မနှိပ်စက်နိုင်ဘူး၊ ဤခန္ဓာနှင့် တူတဲ့ ဒုက္ခမည်သည်မရှိ။ ဒီခန္ဓာဟာ

ပထဝီ-အာပေါ-တေဇော စသော အဋ္ဌကလာပ် ရုပ်ဓာတ် ရှစ်
ပုဒ်ကိုဖွဲ့စည်းထားတဲ့ ကလာပသန္တတိအစဉ်၊ စိတ္တသန္တတိအစဉ်
အဟောင်းပျက် အသစ်ဆက် ဖြစ်ပျက် ဖြစ်ပျက် သာတည်း။
ဒီခန္ဓာသည် ‘ခံစားမှု ဝေဒနာ’ရဲ့ တည်ရာ ဖြစ်သဖြင့်၊ ဒုက္ခဝေ
ဒနာဟူသမျှကို ခံယူတတ်တဲ့ သဘော ရှိတယ်။ (ဒုက္ခသစ္စာပါ
တကား) ခန္ဓာ၏အပြစ်ကို မြင်အောင်ကြည့်၊ မြင်အောင်ကြည့်၊
ငြီးငွေ့အောင် ကြည့်၊ ငြီးငွေ့အောင် ကြည့်၊ ပဋိစ္စ သမုပ္ပါဒ်
တရားတော်အရ အသိဉာဏ်နဲ့ ရူပာစောဒ္ဓါ ဒီခန္ဓာဟာ (အဝိဇ္ဇာ
တဏှာ-ဥပါဒါန်-ကံ) စသော အကြောင်းတရား တို့ကြောင့်
ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ အကျိုးတရား “ရုပ်နာမ်” ဖြစ်ပျက်သာတည်း။
ဒီ ‘ခံစားမှုဝေဒနာ’ဟာလဲ (အဝိဇ္ဇာသင်္ခါရ)ကြောင့် ‘ဝိညာဏ်-
နာမ်ရုပ်-သဠာယတန-ဗဿ အကြောင်းခံ၍ ဖြစ်ပေါ်လာပြီး
ပျက်သွားတာဘဲ (ဖြစ်လဲ ဖြစ်တယ်-ပျက်လဲ ပျက်သွားတာဘဲ)
ဟု ကိုယ်တွေ့ဉာဏ်မြင် တွေ့သိနေမယ်။ ဒီလိုတွေ့သိနေရင် ဒိဋ္ဌိ
ဓမ္မော (ဒုက္ခသစ္စာကို ပိုင်းခြားပြီး မြင်နေတာဘဲ) အဲဒီလို မြင်
နေတော့ (ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ-ငါ-သူတပါး ယောကျ်ား၊ မိန်းမ)
ဟု စွဲစရာမရှိတော့ဘူး၊ မရှိလို့ မစွဲတော့ (သဿတ-ဥစ္ဆေဒ-
သက္ကာယဒိဋ္ဌိဟု ဆိုသော ဒိဋ္ဌိသုံးပါးနှင့် ဝိစိကိစ္ဆာ) စင်ကြယ်
သွားတာဘဲ၊ အဲဒါ (သမ္မာဒိဋ္ဌိဉာဏ်အမြင်၊ မင်္ဂအမြင်၊ ငသာ
တပန်အမြင်) ဖြစ်ပါတယ်။ (ဖြစ်ပျက်-ဖြစ်ပျက်)လို့ ရှုနေပါ။

၄။ အမှန်သစ္စာအားဖြင့်၊ ဒီခန္ဓာဟာ စုတိပြီး ပဋိသန္ဓေလာ
မှတ်။ စုတိစိတ် ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတဲ့ နောက် ပဋိသန္ဓေစိတ်
ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတာဘဲ၊ စုတိဒုက္ခနောက် ပဋိသန္ဓေဒုက္ခရောက်
တာဘဲ၊ ဒီသဘောဟာ သင်္ခါရ-ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အမှန်ဖြစ်ပျက်

နေတဲသဘော၊ ဖြစ်ရပျက်ရမဲ သဘာဝဘဲလို့ ဥာဏ်နဲ့ သုံး
သပ်ဆင်ခြင်ပါ။ (စတုကနိပါတ် အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်)

၅။ အော်-နှိပ်စက်တဲ့ တရားပါကလား၊ နှိပ်စက်တာကေန
ဖြစ်လို့၊ ဘဝရဲ ဒုက္ခတရား (ဒုက္ခကြီးပါတဲ) ဒုက္ခသစ္စာပါ
တကား။

၆။ ဒီဒုက္ခတရား၊ ဒုက္ခသစ္စာလဲ မမြဲပါဘူး (ဖြစ်ပြီး ပျက်
သွားတာဘဲ)

၇။ အားလုံး ဖြစ်ပေါ်သမျှ တရားတွေဟာ ပျက်ကြရတာ
ချည့်ဘဲ။ “ဝယခမ္မာသင်္ခါရာ၊ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေတ” ရုပ်
နာမ်ဓမ္မ သင်္ခါရ တရားတို့သည် ပျက်စီးခြင်းသဘော ရှိကုန်၏။
မမေ့မလျော့ဘဲ ကောင်းသော သတိနှင့် ပြည့်စုံရစ်ကြကုန်ဟု
မြတ်စွာဘုရား ပရိနိဗ္ဗာန် စံတော် မူခါနီး အချိန်၌ နောက်ဆုံး
မိန့်မြွက်ဟောကြား ဆုံးမတော်မူခဲ့ပါတယ်။ ဖြစ်ပျက် ဖြစ်ပျက်
လို့ ရှုနေပါ။

၈။ ဖြစ်ပြီး ပျက်သွားတဲ ဖြစ်ပျက်အစဉ်မှာ (ဥာဏ်)ရောက်
နေရမယ်။ အဲဒီလို ခန္ဓာဖြစ်ပျက်ကို ပွားလို့ (ဥာဏ်)ရောက်
နေရင် (ခန္ဓာက-ဖြစ်ပျက်၊ ပွားတာက-မဂ်) ဒီတော့ ပွားများ
နေတာ (မဂ္ဂသစ္စာ) တခုရနေတာဘဲ၊ (အဲဒါ ဗောဇ္ဈင် တရား
ခုနစ်ပါး) ပွားများခြင်းလဲ မည်ပါသဖြင့်၊ စွဲကပ်သောရောဂါ
မှာ ချက်ခြင်းပျောက်သွား ပါလိမ့်မယ်။ အကယ်၍ သက်တမ်း
စေ့သဖြင့်၊ သေချိန်ရောက်လာလို့ ဝေဒနာမသက်သာခဲ့သော်၊
သမ္ပပ္ပဓာန်လို့ လဖြင့် ဆက်လက် ရှုပွားတော့ (ဖြစ်ပျက်နဲ့ မဂ်)

အဆက်မပြတ်အောင် ဥာဏ် လိုက်သွားနိုင်ရင် ဤဝေဒနာသည် မမြဲ၊ ဆင်းရဲ၊ အစိုးမရ၊ သူ့သဘာဝ အနိစ္စသည် ဒုက္ခ၊ အနတ္တ သာတည်း။ ငါ့ကိုယ် ငါ့ဥစ္စာ ငါ၏ အတ္တ မဟုတ်၊ ငါ-သူ တပါး ယောကျ်ား-မိန်းမ မဟုတ်၊ ဒုက္ခ သစ္စာ ပါ တကားဟု ဟုတ်မှန်သည့် အတိုင်း ‘ကိုယ်တွေ့ဥာဏ်မြင်’ ဖြင့် ရှုမြင်သော်၊ ဤခံစားနေရသော ဝေဒနာ၌ ငြီးငွေ့ပြီး တပ်မက်မှု ကင်း၍ ကိလေသာ မှ လွတ်တော့ သဖြင့်၊ ဪ...ဝေဒနာ ချုပ်ရာ ဒုက္ခအပေါင်း၏ ချုပ်ဆုံးရာ ဖြစ်ဘဲ နိဗ္ဗာန်ဟာ အလွန်လျင်အေး မြဲ ချမ်းသာလှပေတယ် ‘အချမ်းသာဆုံး ဖြစ်ပေတယ်’ဟု ရှုပွား နေရင်း၊ ဝေဒနာ ချုပ်သွားပါလိမ့်မယ်၊ ဝေဒနာချုပ်ရင် ဒုက္ခ ချုပ်တာဘဲ။ (ဝေဒနာနိရောဓါ-တဏှာနိရောဓေါ။)

၉။ ဝေဒနာ ချုပ်တဲ့နောက်၊ တဏှာ အလိုလို သေတယ်၊ ဒီတော့ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဒီတွင်ဘဲပြတ်၊ ပြတ်တော့ ‘ဒုက္ခနိရောဓေါ-နိဗ္ဗာန်’ လာတာဘဲ။

၁၀။ ဤကဲ့သို့ မမေ့ မလျော့သောသတိဖြင့်၊ အစ၊ အလယ်၊ အဆုံး ကောင်းခြင်း သုံးရပ်နဲ့ ညီညွတ်တဲ့ သစ္စာ ထိုက်သော တရားတော်ကို ပွားများအားထုတ်သောကြောင့်၊ ကောင်းမြတ် သော အာရုံဖြင့် မတွေ့ဝေဘဲ ငြိမ်သက်စွာ ‘စုတိကမ္မဇရုပ်’ ချုပ် သွားပါလိမ့်မယ်။ ဒီလိုစုတေက္ခယလွန်သွားရင်၊ ဖဂ္ဂုဏမထေရ် မကျန်းမာစဉ်၊ မြတ်စွာဘုရားရှင် ကိုယ်တော်တိုင် ဟောကြား တော် မူသည့်၊ အစ-အလယ်--အဆုံး ကောင်းခြင်း သုံးရပ်နဲ့ ညီညွတ်တဲ့ တရားတော်ကို ကြားနာသွားရသဖြင့်၊ မက္ခယလွန်မီ အောက်မဂ်သုံးပါးကို မျက်မှောက်ပြုသွားသည့် သာကေထိုးကို

ထောက်၍၊ ဤအစ-အလယ်-အဆုံး ကောင်းခြင်း သုံးရပ်နဲ့ ညီညွတ်တဲ့ တရားကို ပွားများအားထုတ်သောကြောင့်၊ မသေမီ ကလေးမှာ (မရဏာသန္ဓဇော) မတိုင်မီ အောက်မဂ် များကို မျက်မှောက် ပြုသွားနိုင်ပါကြောင်း သူတော်ကောင်းတို့။

သတိ။ အားမကိုးထိုက်ကြဘူးလား။ သို့ပါ၍ ပဒို-မနာ-မသေမီ ကြိုတင်၍ ရတနာသုံးပါးနှင့် ငါးပါးသီလကို အဝေပသဒဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်ဝင် ယုံကြည်စွာ သဒ္ဓါတရားနှင့် ဆည်းကပ် ဆောက်တည် ၍၊ ဤဝိပဿနာ ဘာဝနာ တရားကို ပွားများ ကြ ပါကုန်။

အထူးသတိ။ စုတိကမ္မဇရုပ် မချုပ်မီ ငြိမ်သက်စွာ တရားကို ပွား များ နှလုံးသွင်းဆင်ခြင်နေစဉ်၊ မည်သူမျှ အနီး အနားမှာ ငိုကြွေးပူဆွေးခြင်း လက္ခဏာ မပြကြ ရန် အထူးသတိပြုပါလေ။ (အနီးအနားမှ ဖယ် ရှားနေကြပါ)။

ဓမ္မဒါန စေတနာရှင်-ဦးဘိုးစိန်

အငြိမ်းစား နိုင်ငံဝန်ထမ်း (အေးကြီးတန်း)
ဆဋ္ဌသံဂါယနာဝန်ဆောင် သံဃာအဖွဲ့
အုပ်ချုပ်ရေး အရာရှိဟောင်း

နောက်ဆက်တွဲ သာဓက

ဖဂ္ဂုဏ မထေရ်အကြောင်း

သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော် မှာ ဘုရားရှင် သီတင်းသုံး နေတော်မူတဲ့အခါ၊ ဇေတဝန် ကျောင်းတော်နှင့် မနီးမဝေးမှာရှိတဲ့ ကျောင်းတဆောင်၌ ဖဂ္ဂုဏ အမည်ရှိတဲ့ ရဟန်းတော်တပါး နေထိုင်လျက်ရှိတယ်။

အဲဒီ ဖဂ္ဂုဏ ရဟန်းတော်ဟာ တနေ့ကျတော့ မကျန်းမမာ ဖြစ်လာတယ်။ ဟော်တော်ကြာတော့ ဝေဒနာဟာ မသက်သာ တဲ အသဲအသန် ဖိစီးလာတယ်။ အဲဒါနဲ့ အရှင်အာနန္ဒာ မထေရ်က အကဲခတ်ပြီး “ဒီ ဖဂ္ဂုဏမထေရ်ဟာဖြင့် အခုအနေ မှာ အားကိုးအားထားစရာ ဘာတခုမျှ မရသေးဘူး၊ မရဏာ သန္တ အသေဝကသဲနီးနေပြီ၊ ဒီတော့ မိတ်ဆွေကောင်းအဖြစ်နဲ့ ဆောင်ရွက်အုံးမှတ်” လို့ စဉ်းစားပြီး ဘုရားသခင်ထံသွားပြီး အကြောင်းစုံ လျှောက်ထားတယ်။

ဒီတော့ မဟာကရုဏာတော်ရှင် မြတ်စွာဘုရားသခင်သည် ကိုယ်တော်တိုင် ဖဂ္ဂုဏထံသို့ ကြွရောက်ပြီး “ချစ်သား-ဝေဒ

နာဟာ ဘယ်လိုများနေသလဲ”လို့ မေးတော့၊ ဗဂ္ဂုဏ ရဟန်းက “မှန်လှပါ-ဝေဒနာတိုးပါတယ်ဘုရား” လို့ လျှောက်တယ်။ ဒီတော့ ဘုရားရှင်က တရားအချက်ကို ဟောကြားမိန့်ပြန်တော်မူတယ်။

- (က) “ချစ်သား ဗဂ္ဂုဏ-ခန္ဓာရှိလို့သာ ဝေဒနာလာနိုင်ဒါတဲ့၊ ခန္ဓာရှိနေရင် ဝေဒနာလာနိုင်မယ်၊ နှိပ်စက်နိုင်မယ်၊ ခန္ဓာသာမရှိရင် ဝေဒနာ မလာနိုင်ဘူး၊ ခန္ဓာချုပ်ရင် ဝေဒနာချုပ်တာတဲ့။
- (ခ) ခန္ဓာဟာ ဒုက္ခဟူသမျှတို့ ခံယူတတ်တဲ့ သဘောရှိတယ်။ ခန္ဓာဟာ ဒုက္ခရဲ့ စုဝေးရာတဲ့၊ ခန္ဓာဟာ ဒုက္ခစုရာ ဆင်းရဲ အမှန်ဖြစ်တဲ့ (ဒုက္ခသစ္စာ) တဲလို့ သိရမယ်။
- (ဂ) အဲဒီ ဒုက္ခအချက် ဆင်းရဲနက်ကို မပြတ်ရှု၊ နှလုံးသွင်း၊ ဉာဏ်နဲ့ ရှင်းအောင် ကြည့်လေလော့။
- (ဃ) ချစ်သား -ခန္ဓာမရှိရင် ဒုက္ခဟူသမျှ မလာနိုင်၊ ခန္ဓာချုပ်ရင် ဒုက္ခအစုချုပ်တာတဲ့၊ ခန္ဓာရှိနေသမျှ ဒုက္ခရမှာတဲ့။ (ရုပ်၊ ဝေဒနာ၊ သညာ၊ သင်္ခါရ၊ ဝိညာဏ်) ဆိုတဲ့ ခန္ဓာအပြစ်ကို မပြတ်ရှု ဆင်ခြင်လော့”

ထို့နောက် ဆက်လက်၍ ဟောတော်မူပြန်တယ်။

- (က) “ချစ်သား -ဗဂ္ဂုဏ၊ ကောင်းစွာ နှလုံးထားလော့၊ ဒီ ခန္ဓာအစုဟာ အပူကပေးတဲ့ ဒုက္ခကိုလဲ ခံယူတတ်

တယ်။ အအေးကပေးလဲ ခံယူတတ်တယ်။ အခါးက ပေး၊ အစပ်ကပေး-ပေးသမျှ ဒုက္ခအစုကို သူက ခံယူတတ်တယ်။

(ခ) ဒါကြောင့် ဒီခန္ဓာကို ဆင်းရဲအမှန်တရား (ဒုက္ခ သစ္စာ) လို့ ခေါ်ဆိုရတယ်။ မိမိက မကြိုက်တာ မနှစ်သက်တာ ဟူသရွေ့ သူက အကုန်လက်ခံတတ် တဲ့ သဘောရှိတယ်။ သူနဲ့ ကြာရှည် နေရလေ မကောင်းလောက် ဆိုတဲ့ အချက်ကို ဥာဏ်သက် အောင် အမြဲနှလုံးသွင်းလေတော့။

(ဂ) ခန္ဓာချုပ်ရာ နိဗ္ဗာန်တရားဟာ အချမ်းသာဆုံးဖြစ် ပေတယ်။ ခန္ဓာချုပ်ရာ ဒုက္ခအပေါင်း၏ ချုပ်ဆုံး ရာ ဖြစ်တဲ့အတွက်၊ နိဗ္ဗာန်ဟာ အလွန်လျှင် အေး မြ ချမ်းသာလှပေတယ်။ ချမ်းသာစစ်-ချမ်းသာမှန် ကေန် မှန်လှပေတယ်။ သန္တိသုခနဲ့ ပြည့်စုံပါပေ တယ်-ချစ်သား”

စသည်အားဖြင့် ဟောကြားဆုံးမတော်မူတယ်။ ဒီလို ဟော ကြားပြီး အတန်လောက်ကြာရင်ဘဲ ဖဂ္ဂုဏ မထေရ်ဟာ စုတိ ကမ္မဇရုပ် ချုပ်သွားရှာတယ်။

အဲဒီအခါမှာ အရှင်အာနန္ဒာက ကြည့်ရှုအကဲခတ်ပြီး ဘုရား ရှင်ထံ ပြောဆို လျှောက်ထားသည်မှာ “အရှင်ဘုရား-ဖဂ္ဂုဏ မထေရ်ဟာ ဣန္ဒြေ ကြည်လင် လှပါတယ်၊ ဣန္ဒြေ ကြည်လင် သလောက် ချို့ယွင်းဖောက်ပြန်ခြင်း လုံးဝကင်းပြီး အေးဆေး

တည်ငြိမ်ဘဲ အသွင်လက္ခဏာ ရှိပါတယ်ဘုရား” လို့ လျှောက်ထားတယ်။ ဒီလိုလျှောက်ထားတော့ ဘုရားရှင်က “ချစ်သား အာနန္ဒာ-ဖဂ္ဂုဏဟာ ဣန္ဒြေအမှုအရာကြည်လင်မှာပေါ့၊ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့- ငါဘုရား တရားတော်ကို အစ၊ အလယ်၊ အဆုံး ကောင်းခြင်းသုံးရပ်နဲ့ ညီညွတ်တဲ့တရားတော်ကို ကြားနာသွားရ ပေတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လဲ ဖဂ္ဂုဏဟာ အောက်မဂ်သုံးပါးကို မျက်မှောက်ပြု၍ သွားနိုင်ခဲ့တယ် -အာနန္ဒာ”လို့ ဖွင့်ဟ မိန့်ကြားတော်မူလိုက်တယ်။

“ဒါကြောင့် ဖဂ္ဂုဏဟာ ကောင်းမြတ်သော သေခြင်းနဲ့ သေသွားတယ်လို့ ဆိုရတယ်။ ဒီနည်းနဲ့ သေရင် ချို့ယွင်းဖောက်ပြန်ရိုးထုံးစံမရှိပေဘူး၊ ကြည်လင်သန့်ရှင်းစွာ ဣန္ဒြေ အမှုအရာ မျိုးရှိစမြဲ ဓမ္မတာပေ ဘဲ ချစ်သားအာနန္ဒာ”လို့ မိန့်ကြား ပြောဆိုတော်မူတယ်။

သာ ဓု က

(က) ပါဠိတော်၊ ယေကေစိ ဘိက္ခဝေ မယိ၊ အဝေစ္စပသန္နာ သဗ္ဗေတေ သောတာပန္နာ။

အနက်ကား=ဘိက္ခဝေ-ရဟန်းတို့၊ ယေကေစိ-အမှတ်မရှိ ခပ်သိမ်းကုန်သော သူတို့သည်၊ မယိ-ငါဘုရား၌၊ အဝေစ္စ ပသန္နာ-မတုန်မလှုပ် သက်ဝင် ယုံကြည်သဖြင့် ကြည်ညိုကြကုန်၏။ တေသဗ္ဗေ-ထိုအလုံးစုံသော သူတို့သည်၊ သောတာပန္နာ-

သောတာပန်တို့ သာတည်းဟု ဘုရား ဟော
တော်မူ၏။

(သတိ) သရဏဂုံသုံးပါးလုံးတည်တဲ့သူမှာ အဘယ်ဆိုဘယ်
ရာ ရှိပါအံ့နည်း။

ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာ သုံးပါး ဆိုတာ ၃၁—ဘုံတွင်
အထွဋ် အထိပ် အမြင့် အမြတ်ဆုံး ဖြစ်တယ်။ အဲဒီရတနာ မြတ်
သုံးပါးအား အဝေစ္စပသဒ ဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်
ဝင်ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါတရားနဲ့ ဆောက်တည်ပြီး သရဏဂုံတည်
တဲ့ သူရဲ့ အပေါ် ကျရောက်လတ် ဖြစ်သော ဘေးရန် ခပ်သိမ်း
ကိုယ်ဆင်းရဲ၊ စိတ်ဆင်းရဲကို ပယ်ဖျက်တားမြစ်တတ်တဲ့ အပြင်၊
သေသည်နှင့်တပြိုင်နက် မင်္ဂုလ်ကိုရသဖြင့်၊ သောတာပန် တည်
သွားပြီး နတ်ပြည်သို့ ရောက်သွားပါတယ်။

(ခ) သရဏဂုံ တည်လို့ မင်္ဂုလ်ရကြောင်း

ဘုရားရှင် လက်ထက်တော်က ဘုရားရှင်၏ ဆွေတော် မျိုး
တော်ထဲက ရတနာသုံးပါးကို အသဲစွဲမျှ ကြည်ညိုသဖြင့် (သရ
ဏဂုံ)တည်လို့ သူ့ကို (သရဏဥပါသကာ) လို့ ခေါ်ကြတဲ့
သူဟာ နုပျိုစဉ် ကာလက သေရည် အရက်လဲ သောက်တယ်၊
စုတေခါနီးမှ သတိရ၍ လူ့ သိက္ခာကို စောင့်ထိန်းလျက် စုတေ
လေ့သည်။ သူသေတဲ့အခါ မြတ်စွာ ဘုရားက၊ သူ—နတ်ပြည်
ရောက်တယ်လို့ ဟောတယ်။ သို့သော်လဲ ဆွေတော် မျိုးတော်
များက သူ—နတ်ပြည်ရောက်တယ်ဆိုတာ ဘယ်သူမှ မယုံကြည်
ကြောင်းကို မဟာနာမ်မင်းက ကြားသိသဖြင့်၊ မြတ်စွာဘုရား

ထံ သွားလျှောက်ထားတယ်။ အဲဒီတော့ ဘုရားရှင်က (သရဏ ဥပါသကာ)ဟာ သရဏဂုံတည်နေတာကြာလှပြီ။ သူက အဝေစ္စ ပဿာဒဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ်သက်ဝင်ယုံကြည်တဲ့ သဒ္ဓါ တရားကိုရတယ်။ သေသည်နှင့်တပြိုင်နက် မဂ်ဖိုလ်ကို ရသဖြင့်၊ သောတာပန် တည်သွားပြီး နတ်ပြည်သို့ ရောက်သွား တယ်လို့ မိန့်တော်မူပါတယ်။

‘အဝေစ္စပဿာဒ’ဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်ဝင် ယုံ ကြည်တဲ့သဒ္ဓါတရားဆိုတာ ဘယ်လိုအနေအထားပါလဲဆိုတော့ ဥပါသ-အခြားသူ တယောက်ယောက်က ‘သရဏ ဥပါသကာ’ အား-ဘုရားကို ဘုရားမဟုတ်ဘူး၊ တရားကို တရားမဟုတ်ဘူး၊ သံဃာကို သံဃာ မဟုတ်ဘူးလို့ ပြောလျှင်ပြော၊ မပြောလျှင် သင်၏ဦးခေါင်းကို ဖြတ်မယ်ဟု ပြောသော်လဲ သူက ဖြတ်လျှင် ဖြတ်၊ ဘုရားကို ဘုရားမဟုတ်ဘူး၊ တရားကို တရားမဟုတ်ဘူး၊ သံဃာကို သံဃာ မဟုတ်ဘူးလို့ ငါမပြော ဝန်ဘူး၊ ဤကဲ့သို့ အသက်ကိုစွန့်လွှတ်ပြီး ရတနာသုံးပါးကို ယုံကြည်တယ်။ အဲဒီလို ယုံကြည်ခြင်းကို ‘အဝေစ္စပဿာဒ’ လို့ ဆိုလိုပါတယ်။

(ဂ) သရဏဂုံတည်လို့ နတ်ပြည်ရောက်ခြင်း

အနှစ် ၅၀-ပတ်လုံး တံငါအလုပ်နှင့် အသက် ဂွေးလာတဲ့ ဒမိဋ္ဌဆိုသော ဒါယကာတယောက်သည်၊ တနေ့သော အခါမှာ ဝေဒနာ စွဲကပ်သဖြင့်၊ အိပ်ရာမှ မထနိုင်ဘဲ၊ သူ၏ဇနီးသည်က ခြေဆုပ်လက်နယ် ပြုလုပ်နေတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ရဟန်းတပါး ကြွလာတယ်။ ဇနီးဖြစ်သူက အိမ်ရှေ့မှာ ရဟန်းတပါး ကြွ

ရောက်လာတယ်လို့ သူ၏ခင်ပွန်း ဒမိဋ္ဌအား ပြောတယ်။ အဲဒီအခါမှာ ဒမိဋ္ဌဒါယကာက ဒီရဟန်းကို မမြင်ဘူးဘူး၊ ငါကလဲ သူ့ကိုမသိဘူး၊ သူကလဲငါ့ကိုမသိဘူး၊ ငါ့ကျေးဇူးလဲ သူ့မှာမရှိဘူး၊ သူ့ကျေးဇူးလဲ ငါ့မှာ မရှိဘူး၊ သွားပြောချေလို့ ခိုင်းလိုက်တယ်။ ဇနီးက ရဟန်းထံသွားပြီး (ခင်ပွန်း ပြောသလို မပြောဘဲ) ‘ကန်တော့ပါသေးဘုရား’ လို့ လျှောက်ထားလိုက်တယ်။ အဲဒီအခါ ရဟန်းတော်က ဒါယကာ ဘယ်နှယ်နေသေးလဲလို့ မေးတယ်။ အလွန် အားနည်း နေပါတယ်ဘုရား၊ ဒီဝေဒနာမှ ထမြောက်နိုင်မှာ မဟုတ်ပါဘူးလို့ လျှောက်ထားပြီး ဒမိဋ္ဌထံ ပြန်သွားတယ်။ ရဟန်းက လိုက်သွားပါတယ်။ နေရာခင်းပေးတော့ ထိုင်ပြီး၊ ဒါယကာ-သီလများ မဆောက်တည်လို့ ဘူးလားလို့ မေးတယ်။ ဒါနဲ့ ရဟန်းငယ်က သီလပေးရာ၊ ငါးပါး သီလမရောက်မီ သရဏဂုံ တည်ပြီးမှာပင် နစ်ပြီး သေသွား ရှာတယ်။ သေသည်၏အခြားမဲ့၌ နတ်ပြည်ရောက်တဲ့ အခါ၊ ငါ-ဘာကြောင့် နတ်ပြည် ရောက်လာရပါလိမ့် မလဲလို့ စဉ်းစားဆင်ခြင် ကြည့်လိုက်တော့၊ သရဏဂုံ ဆောက်တည် ရသော ကောင်းမှုကြောင့် ရောက်လာကြောင်း သိလာတယ်။ အဲဒီတော့မှ ဪ-ဒီရဟန်းတော်ရဲ့ ကျေးဇူး ကြီးလှပါကလား၊ ဒီအရှင် သရဏဂုံ ပေးလို့သာ ငါ သရဏဂုံ ဆောက်တည်ခဲ့ရ သဖြင့်၊ နတ်ပြည် ရောက်ရပေတယ်၊ ကျေးဇူး ကြီးလှပါ တကား ဆိုပြီး နတ်ပြည်မှ ဆင်းလာကာ အဆိုပါ ရဟန်းတော်အား ဖူးမြော် ကန်တော့တယ်။ ဒီတော့ရဟန်းတော်က ‘ဘယ်သူလဲ’လို့ မေးတယ်။ “အရှင်ဘုရား သရဏဂုံ ပေးခဲ့တဲ့ ဒမိဋ္ဌ ဒါယကာပါ ဘုရား” လို့ လျှောက်ထားတယ်။ သင် ယခုဘယ်ရောက် နေသလဲ

လို့ မေးတော့ တပည့်တော် အထက်နတ်ပြည် ရောက်နေပါ တယ်ဘုရား၊ အရှင်ဘုရား ငါးပါးသီလအထိ ပေးတော်မူပါ လျှင် အထက်အထက် နတ်ဘုံများသို့ ရောက်နိုင်ပါတယ်။ ယခု တော့ သရဏဂုံမို့လို့ (အောက်ဆုံး စတုမဟာရာဇ် နတ်ဘုံမှာ ပင်) နေရပါတယ်ဘုရားလို့ လျှောက်ထား ရှိခိုးကန်တော့၍ ပြန်သွားတယ်။

ဒီလောက် ဆိုးသွမ်းသော သူများတောင် သရဏဂုံ ဆောက် တည်လို့ နတ်ပြည်ရောက်သူ မဂ်၊ဖိုလ် ရသူများ ရှိသေးတယ်။ ဒါကြောင့် သရဏဂုံ ဟာ အလွန်အကျိုးကြီးမြတ်တယ်၊ အလွန် လဲ အားကိုးရတယ်။

ဒါကြောင့် မဒိ၊ မနာ၊ မသေမိ ကောင်းစွာ သတိရှိနေစဉ် ဖြစ်စေ၊ သေခါနီး သတိရှိနေစဉ်ဖြစ်စေ၊ သရဏဂုံ သုံးပါးကို (အဝေပသဒ) ဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်ဝင်ယုံကြည် တဲ့ သဒ္ဓါတရားနဲ့ ဆောက်တည်ကြရန် တိုက်တွန်း နှိုးဆော် အပ်ပါကြောင်း သူတော်ကောင်းတို့....။

(ဃ) သရဏဂုံ တည်သော အမျိုးသားအကြောင်း

အနာမဒဿီ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူရာ အခါ၌ မျက် မမြင် မိဘတို့ကို လုပ်ကျွေးနေသော လူလင် တယောက်သည် သရဏဂုံ သုံးပါးကို တသက်လုံး မပျက်အောင် ဆောက်တည်ခဲ့ လေသည်။ သေလွန်လျှင် တာဝတိံသာနတ်ပြည်၌ ထိုသရဏဂုံ သုံးပါးကို ဆောက်တည်မှုကြောင့် နတ်သား ဖြစ်ရလေသည်။

ထိုနတ်သား~~အ~~ ထိုဘဝမှ စ၍ အပါယ် ၄-ပါး မလှားရဘဲ နတ်
မင်းစည်းစိမ်၊ လူမင်းစည်းစိမ်ကို အကြိမ်များစွာ ခံစား၍ ဂေါ
တမ မြတ်စွာဘုရား ပွင့်တော်မူလာသောအခါ သာဝတ္ထိမြို့ဝယ်
သုဋ္ဌေးမျိုး၌ ဖြစ်လာလေသည်။ ၎င်းနောက် ရဟန္တာတပါးက
သရဏဂုံ သုံးပါးကို ပေးလေလျှင် ရွေးရွေးက ဝါသနာပါလာ
သဖြင့် ၇-နှစ်သား၏ အရွယ်မှာပင် ရဟန္တာ ရဟန်းတော်
ကလေး ဖြစ်ရလေသည်။ (သုဘူတိဝဂ္ဂ သမဏဂမနိယ ထေရ
အပဒါန် ပါဠိတော်)

(က) သီလအကျိုး(ဘုရားဟော)

“ပိယမနာ ပါဒယော အာသဝက္ခယ ပရိယောသာနာ
အနေကာ သီလာနိသံသာ ဝုတ္တာ”

လို့ မိန့်ဆိုတော်မူတယ်။

ပိယမနာပါဒယော—သိတင်းသုံးဘော် မိတ်သင်္ဂဟတို့၏ ချစ်
မြတ်နိုးအပ်ခြင်း၊ စိတ်နှလုံးကို ပွားစေတတ်ခြင်း အစရှိကုန်
သော၊ အာသဝက္ခယ ပရိယောသာနာ—အာသဝေါ ကုန်ရာ
အရဟတ္တမဂ်လျှင် အဆုံးရှိကုန်သော၊ အနေကာ—များစွာကုန်
သော၊ သီလာနိသံသာ—သီလ၏ အကျိုးတို့ကို၊ ဝုတ္တာ—ဟော
တော် မူအပ်ကုန်၏။

ချစ်သားတို့—သီလ လုံခြုံလို့ရှိရင် သိတင်းသုံးဘော် မိတ်
သင်္ဂဟတို့၏ ချစ်မြတ်နိုးအပ်သောသူ ဖြစ်ခြင်း၊ စိတ်နှလုံးကို
ပွားစေတတ်သောသူဖြစ်ခြင်း၊ ကျောက်ထီးတန္တု အလေးပြုအပ်

သူဖြစ်ခြင်း၊ ချီးမွမ်းခံရသူဖြစ်ခြင်း၊ ရဟန္တာတိုင်အောင် ဖြစ်ခြင်း၊ ဤအကျိုးတရားများလည်း ရနိုင်သည်။

ကဿပဘုရား လက်ထက်တော်က ခိုးသား ၅၀၀-တို့သည် အလွန်ဆိုးသွမ်း သောင်းကျန်းနေရာ၊ ရွာသူရွာသား လူအများက မခံမရပ်နိုင်တော့သဖြင့် ၎င်းတို့၏ ဘေးရန်မှ ကင်းရှင်းရန် ၎င်းခိုးသား ၅၀၀-တို့အား သတ်ဖြတ်ရန် တိုင်ပင်ပြီး ဝိုင်းကြသည်ကို ၎င်းခိုးသားတို့ သိကြ၍ အလွန် ကြောက်ရွံ့ ထိတ်လန့်ပြီး တောတွင်း၌သိတင်းသုံးနေထိုင်သော ရဟန်းတော်ထံ ချဉ်းကပ်၍ ကယ်တော်မူရန် အကူအညီတောင်းရာ၊ ၎င်းခိုးသားတို့သည် ပြုခဲ့သော ဒုစရိုက်ကံကြောင့် အမှန်သေကြမည်ကို သိသဖြင့်၊ ရဟန်းတော် အရှင်မြတ်က “ရွာသားများ-သင်တို့ကို သတ်ကြမှာ အမှန်ဘဲ၊ ၎င်းတို့ကို ပြန်မသတ်ပါဘူး” ဟု ‘ပါဏာတိပါတကံ’ ကို မတုန်မလှုပ် ထိန်းကြရန် သြဝါဒပေးသည့်အတိုင်း ထိန်းသိမ်းကြ၍ သေကြသောအခါ၊ နတ်ပြည်ရောက်ကြပြီး ဂေါတမဘုရားရှင် လက်ထက်တော်မှာ ရဟန္တာ ဖြစ်ကြ၍၊ နိဗ္ဗာန်ဝင်စံကြပါသည်။ (ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ-ကပိလပစ္ဆာဝတ္ထု)

သတိ- ကံငါးပါးအနက်၊ ‘ပါဏာတိပါတကံ’ တပါးကို အဝေဇ္ဇပသာဒ ဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်ဝင် ယုံကြည်စွာ ထိန်းသိမ်းသဖြင့်၊ သေသည်နှင့် တပြိုင်နက် နတ်ပြည်ရောက်ပြီး ရဟန္တာ ဖြစ်ကြပြီး နောက်၊ နိဗ္ဗာန်ဝင်စံသွားကြပါသည်။ ကံငါးပါး

လုံး ထိန်းသိမ်းထားလျှင် အဘယ်ဆိုဘွယ်ရာ ရှိပါ
အံ့နည်း။

(ခ) သီလရှိသူ နတ်ပြည်စံရပုံ

အနောမဒဿိ^၁ မြတ်စွာဘုရား လက်ထက်တော် လုလင်
တယောက်သည် ဆင်းရဲနွမ်းပါး၍ အလုပ်သမားဘဝဖြင့် နေရ
သော်လည်း၊ ရဟန္တာတပါး၏ အထံ၌ ငါးပါးသီလ ခံယူ၍
အမြဲလုံခြုံအောင် စောင့်ထိန်းခဲ့လေသည်။ တသက်လုံး ထိုသီလ
ကို စောင့်ထိန်း၍ သေခါနီးသော် ထိုသီလကိုပင် အမှတ်ရစွာ
စုတေကာဖြင့် တာဝတိံသာ နတ်ပြည်၌ ဖြစ်ရလေသည်။ ထို
နတ်သားသည် အပါယ် ၄-ပါး မလားရဘဲ နတ်စည်းစိမ်ကို
အကြိမ်များစွာ ခံစား၍ ဂေါတမ မြတ်စွာ ဘုရား လက်ထက်
တော်၌ ဝေသာလီမြို့ဝယ် အထက်တန်း အမျိုး၌ ဖြစ်လာလေ
သည်။

ထိုသူငယ်သည် ငါးနှစ်သား အရွယ်သို့ ရောက်သော် မိဘ
နှစ်ပါးတို့ ငါးပါးသီလ ခံယူသံကိုကြားရ၍ ရှေးဝါသနာ ပါ
လာသောကြောင့် ထိုနေရာမှပင် သူ၏ သီလကို သတိရသဖြင့်
ရဟန်းပြုကာ ရဟန္တာတပါး ဖြစ်သွားလေသည်။ (သုဘူတိဝဂ္ဂ၊
ပဉ္စသီလ သမာဒါနိယ ထေရအပဒါန် ပါဠိတော်)

(ဂ) ကာလ အပိုင်းအခြား ဥပုသ်

ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား သက်တော် ထင်ရှား ရှိစဉ် တနေ့
သောအခါ၊ အနာထပိဏ် သူဌေး၏ အလုပ်သမား တယောက်

သည့် ဥပုသ်နေ့ လယ်ထွန်သွားပြီးနောက် ပြန်လာ၍၊ သူများ ဥပုသ်စောင့်ကြောင်း သိရကား ထိုနေ့အစားမစားတော့ဘဲ နေ့ တဝက်မျှ ဥပုသ်စောင့်စဉ် လေနာထ၍စုတေသော်၊ ရုက္ခဇိုင်းနတ် ဖြစ်ရလေသည်။ ထို့ကြောင့်တသက်လုံးမစောင့်နိုင်လျှင် လ၊ ရက် အချိန် ပိုင်းခြား၍ စောင့်ကောင်းပါ၏။ (သက်ဝင် ယုံကြည် စွာ စောင့်ထိန်းကြပါရန် တိုက်တွန်းပါကြောင်း)

စုတေခါနီး အရေးကြီးပုံ

မစုတေမီ နာရီဝက်၊ တနာရီခန့်လောက်ကစ၍ စိတ်ကောင်း ဇောကောင်းရဘို့ အရေးကြီးလှ၏။

ဥပမာ (က) ရှေးတုန်းက ရဟန္တာအရှင် သောဘဏ၏ ခမည်းတော်ဖခင် ဒကာကြီးသည်၊ ငယ်စဉ် က မုဆိုးကြီးဖြစ်၍၊ ကြီးမှရဟန်းပြု၏။ စုတေ ခါနီးသော် (မိနစ်အတော်ဝေးဝေးကပင်) ခွေးကြီးတွေ သူ့ကို ကိုက်မည့်ဟန် ထင်နေ သဖြင့် “သားရဲ့ချောက်ပါဟဲ့၊ ချောက်ပါဟဲ့” ဟု အော်သတဲ့၊ အရှင်သောဘဏက “ဦး ပဉ္စင်းကြီးမှာ ငရဲနိမိတ်ထင်နေပါပကော” ဟု တွေးတော၍ချက်ခြင်း ပန်းတွေကိုရှာစေ ပြီးလျှင်၊ ဘုရားရင်ပြင်တော်မှာ (ပန်းမွှေ ရာခင်း)၍ ထိုဦးပဉ္စင်းကြီးကိုခုတ်နှင့်တကွ ယူသွားပြီး “ဦးပဉ္စင်းကြီး ကြည်ညိုလိုက်၊ ကြည်ညိုလိုက်၊ ဦးပဉ္စင်းကြီး အတွက် ပန်း

တွေ့လူထွားတယ်” ဟု ပြောသည့် အခါ သတိရလာပြီး ဘုရားကို အာရုံပြုလျက် ပန်းများကို လှူဒါန်းစဉ် မြောမေ့ သွားပြန်ရာ၊ နတ်သမီးတွေထင်လာသဖြင့် “ဟဲ့—သားရဲ့ နေရာ ဖယ်ပေး လိုက်ပါ ဖယ်ပေး လိုက်ပါ သားရဲ့၊ မိထွေးကလေးတွေ လာနေတယ်” ဟု ယောင်ပြန်ရာ “အင်း....နတ်ပြည် ဂတိ နိမိတ် ထင်လာပေါ့ကိုး” ဟု အောက်မေ့ တုန်းမှပင်၊ ဦးပဉ္စင်းကြီး ဘဝဆုံး၍ နတ်ပြည် ရောက်သွားလေသည်။

ဥပမာ (ခ) ဘုရားလက်ထက်တော်တုန်းက၊ ဓမ္မိက ဥပါသကာသည်၊ ဥပါသကာပေါင်း များစွာကို ခေါင်း ဆောင် လျက်၊ သူတော် ကောင်း အဖြစ်ဖြင့် နေထိုင်လေသည်။ စုတေခါ နီး လတ်သော်၊ ရဟန်းတော် များ၏ တရားကို နာယူစဉ် (နတ်ပြည် ၆—ထပ်မှ) နတ်ရထား ၆—စင်းတို့ ကောင်းကင်၌တည်ပြီးလျှင် “သူ့ ရထားတင်မည်၊ ငါ့ရထား တင်မည်” ဟု ပြောဆိုနေကြသံကို တရားနာနေသော ဓမ္မိက ဥပါသကာသည် မြင်လည်းမြင်ရ၊ ကြားလည်း ကြားရ၏။ ထို့နောက် မကြာခင် စုတေ၍ (တုသိတာ နတ်ရထား)၌ နတ်သား အဖြစ်ဖြင့် ပါသွားလေသည်။

(ဂ) စုတေခါနီး ပြုပြင်ပေးရပုံ

မကျန်းမာသူသည် ရောဂါမှ လွတ်နိုင်တော့မည် မထင်လျှင် လူမမာ၏အနီးအပါး၌ သန့်ရှင်းနိုင်သမျှ သန့်ရှင်းအောင် ပြုပြင်ကြရမည်။ ဘုရားကို ရည်စူး၍ ပန်းများကို ရေမွှေး ကောင်းကောင်းဆွတ်ဖြန်းလျက် လူဒါန်းပူဇော်ထားရမည်။ ညဉ့်အခါ ဖြစ်လျှင် ဆီမီးခါတ်မီးတွေ ထိန်ထိန်လင်းနေအောင်ထွန်းထားရမည်။

ဂီလာန ကိုလည်း ပန်းတွေ၊ ဆီမီးတွေ (အမေ့ အတွက်၊ အဖေ့ အတွက်၊ သားအတွက်၊ သမီးအတွက်) ပူဇော် ထားပါသည်။ “ကြည်ညိုပါ ဝမ်းမြောက်ပါ” ဟု ပြောပြရမည်။ အရွတ်အဖတ်ကောင်းကောင်းနှင့် “စမ္မုစကြာတရား၊ ပဋ္ဌာန်းတရား” စသည်တို့ကို ရွတ်ဖတ်ရမည်။ ထိုအခါ တခုခု မပျောက်ခင်ပင် စုတေစိတ်ကျရောက်သော်၊ ဘုရားကိုကြည်ညိုခြင်း၊ တရားသံကို ကြားနာရခြင်း၊ ပန်းဆီမီး၊ ဓာတ်မီး အစရှိသည်တို့ပူဇော်သော ကုသိုလ်ကံကြောင့်၊ သူဂတိသို့ ကေန့်ရောက်တော့မည် ဖြစ်ပါသည်။ စုတေခါနီး ကောင်းစွာ သတိရှိနေစဉ် ဖြစ်စေ၊ ရက်အတော်ကြာကဖြစ်စေ ကြိုတင်၍ မိဘ-ဆရာကောင်း၊ ဆွေကောင်း၊ မျိုးကောင်းများက ပြုပြင်ပေးကြရန် လိုအပ်ပါသည်။

(ဃ) နိဗ္ဗာန်တိုင် ရောက်အောင် အကြောင်းအကျိုး အဆက်အသွယ်

နိဗ္ဗာန်တိုင်ရောက်အောင် အကြောင်းအကျိုး ဆက်သွယ်တာကတော့ သည်လိုတဲ-

- ၁။ သီလစောင့်လို့ရှိရင်၊ မျက်နှာ ရှင်ရှင်ပျပျ ဖြစ်ခြင်း-
အဝိပ္ပဋ္ဌိသာရအကျိုး။
- ၂။ အဝိပ္ပဋ္ဌိသာရ အကြောင်းရင်းခံ၍ ဝမ်းမြောက် ဝမ်း
သာရှိခြင်း--ပါမောဇ္ဇအကျိုး။
- ၃။ ပါမောဇ္ဇကြောင့် နှစ်သက်ခြင်း-ပီတိအကျိုး။
- ၄။ ပီတိကြောင့် စိတ်ချမ်းသာခြင်း-ပဿဒ္ဓိ^၁ အကျိုး။
- ၅။ ပဿဒ္ဓိ^၁ကြောင့် ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ ချမ်းသာခြင်း-သုခ
အကျိုး။
- ၆။ သုခကြောင့် စိတ်တည်ငြိမ်ခြင်း-သမာဓိအကျိုး။
- ၇။ သမာဓိကြောင့် ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာသိခြင်း-ယထာဘူတ
ဉာဏ် အကျိုး။
- ၈။ ယထာဘူတ ဉာဏ်ကြောင့် လောကကြီး တခုလုံးကို
ငြီးငွေ့ခြင်း-နိဗ္ဗာ^၂ ဉာဏ်အကျိုး။
- ၉။ နိဗ္ဗာ^၂ ဉာဏ်ကြောင့် ရာဂကင်းခြင်း-မဂ်ဉာဏ် အကျိုး။
- ၁၀။ မဂ်ဉာဏ်ကြောင့် ရာဂမှ လွတ်မြောက်ခြင်း-ဖိုလ်ဉာဏ်
အကျိုး။
- ၁၁။ ဖိုလ်ဉာဏ်ကြောင့် ဆင်ခြင်ခြင်း- ပစ္စဝက္ခဏာ ဉာဏ်
အကျိုး။
- ၁၂။ ပစ္စဝက္ခဏာဉာဏ်ကြောင့်-နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော အကျိုး
သို့ပါ၍ နိဗ္ဗာန်ကိုလိုချင်လျှင် သီလကိုလုံခြုံအောင် ဆောက်
တည်ကြပါလို့၊ စေတနာ ကောင်းနှင့် တိုက်တွန်း အပ်ပါ

ကြောင်း ဗုဒ္ဓဘာသာ သမ္မာဒိဋ္ဌိနယ်ဝင် သူတော်စင် အပေါင်း
တို့....

သတိ။ မဂ်ဖိုလ်နိဗ္ဗာန်ကို ရရန် ရောက်ရန်ရည်သန်ဟောင့်တ
ပြီး ဆောက်တည်တဲ့သီလကို (ပဏိတသီလ)အမြတ်
ဆုံး သီလလို့ ဆိုလိုပါတယ်။ သို့ပါ၍ သီလ ခံယူ
ဆောက်တည်တဲ့အခါ ဘဝသမ္ပတ္တိ၊ ဘောဂသမ္ပတ္တိကို
မဟောင့်တဘဲ၊ နိဗ္ဗာန်ကိုသာ ရည်စူးရန် ဆိုလိုပါ
သည်။

သစ္စာမမြင်သူ သေဘေးကြောက်သည်။

သစ္စာမြင်သူ သေဘေးမကြောက်။

သေရမှာ ကြောက်တဲ့သူဟာ အကြောင်း တရား အချက်
လေးမျိုးကို မစွန့်ပယ်နိုင်လို့ ကြောက်တာဘဲ။

ထိုအချက် ၄-ချက်မှာ

၁။ သူ့မှာရိတ်၊ သားသမီးနဲ့ ပစ္စည်းကို ဒုက္ခသစ္စာဟု မသိ
ရှာသူ။

၂။ မိမိခန္ဓာရဲ့ ဝိပရိဏာမ ဖြစ်ပျက်ဒုက္ခကိုမပွားလို့ မသိသူ။

၃။ ပဓါန အလုပ်မလုပ်ရသေးသူ၊ ကုသိုလ်လိုသေးသူ။

၄။ ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ်မသိလို့ ဝီစိကိစ္ဆာနဲ့ သေသူ။

ဒီအချက် လေးခုအနက်၊ တခုခုကိုစွဲလမ်းချက်ရှိရင် သေတဲ့
အခါ ကြောက်ဒူးတုန်ပြီး သေရမှာဘဲ၊ ကြောက်သေ ဆို့တာ

ဒေါသ-ဒေါမနဿနဲ့ သေရတာ၊ ဒေါသနဲ့ သေရင် ငရဲပြည် ဆိုတာ သေချာပြီးသားလို့ မှတ်ပါလေ။

“သစ္စာမြင်တဲ့ သူကတော့ သေဘေးကို လုံးဝ မကြောက် တော့ဘူး၊ ဝမ်းမြောက်စွာနဲ့ သေခြင်း တရားကို ရင်ဆိုင်ဝံ့ တယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ရုပ်နာမ်သင်္ခါရတို့ရဲ့ ဖြစ်တတ် ပျက်တတ်တဲ့ သဘောကို အမှန် သိလို့ဘဲ၊ သစ္စာသိတဲ့ သူက “အော် ...စုတိပြီး ပဋိသန္ဓေလာမှာဘဲ၊ စုတိစိတ် ဖြစ်ပြီး ပျက် ဆွားတဲ့နောက်၊ ပဋိသန္ဓေစိတ်ဖြစ်ပြီး ပျက်တာဘဲ၊ စုတိ ဒုက္ခ နောက် ပဋိသန္ဓေ ဒုက္ခရောက်တာဘဲ၊ ဒီသဘောဟာ သင်္ခါရ ရုပ်နာမ်တို့ရဲ့ အမှန်ဖြစ်ပျက် နေတဲ့ သဘော၊ ဖြစ်ရ ပျက်ရမဲ့ သဘာဝဘဲ” လို့ ဉာဏ်နဲ့ သုံးသပ်ဆင်ခြင်နိုင်ပါတယ်။ (စတုက နိပါတ် အင်္ဂုတ္တိုရ်ပါဠိတော်)

နိဂုံး

ရုပ်နာမ်၏ မမြဲမှု၊ ရုပ်နာမ်၏ ဆင်းရဲမှု၊ ရုပ်နာမ်၏ အစိုးမရမှု ကို သိမြင်တဲ့ ဝိပဿနာဉာဏ် အလင်းဓါတ်သည်၊ ဗုဒ္ဓ သာသ နာဟော်တွင်းသာ ပေါ်ထွန်းသည်။ ကျွန်တော်များ ဝိပဿနာ ကို အားမထုတ်ရင် ရုပ်နာမ်ကိုမသိ၊ ဝိပဿနာဉာဏ် အလင်း ဓါတ် မပေါ်ဘဲ မဂ်ဖိုလ်ကိုမရနိုင်သဖြင့်၊ ဗုဒ္ဓသာသနာတွင်း၌ လူဖြစ်ကျိုးမနပ်၊ အသက်တရာရှည်အောင် နေရသော်လဲမမြတ်၊ ဝိပဿနာတရားကို အားထုတ်၍ ရုပ်နာမ် ဖြစ်ပျက်ကို သိမြင်ကာ တနေ့တရက်မျှ အသက်ရှည်၍ နေရခြင်းက မြတ်သေးသည်ဟု မြတ်စွာဘုရား ဟောတော်မူပါသည်။

ယောစ ဝဿသတံ ဇီဝေ၊ အပဿံ ဥဒယဗ္ဗယံ
ဧကောဟံ ဇီဝိတံ သေယျော၊ ပဿတော ဥဒယဗ္ဗယံ။
(ဓမ္မပဒ ပါဠိတော်)

ဥဒယဗ္ဗယံ - ရုပ်နာမ်တို့၏ အဖြစ် အပျက်ကို၊ အပဿံ
အပဿန္တော-မသိမမြင်သော၊ ယောစ-အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်
ကား၊ ဝဿသတံ-အနှစ်တရာ ကာလပတ်လုံး၊ ဇီဝေ-အသက်
ရှည်ကြာ တည်နေငြားအံ့၊ နသေယျော-မမြတ်၊ ဥဒယဗ္ဗယံ-
ရုပ်နာမ်တို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို၊ ပဿတော ပဿန္တဿ-သိမြင်
သော ပုဂ္ဂိုလ်၏၊ ဧကောဟံ-တနေ့တရက်မျှ၊ ဇီဝိတံ-အသက်
ရှည်၍ နေရခြင်းသည်၊ သေယျော-မြတ်သေးသည်သာတည်း။

ရုပ်နာမ်ဖြစ်ပျက် ဂ္တေအောင် အားထုတ်ကြရန် တိုက်တွန်း
ပါကြောင်း။

ယုတ်စွာအဆုံး ရတနာသုံးပါးနှင့် ငါးပါးသီလကို အဝေစွ
ပသာဒ ဟု ဆိုအပ်သော မတုန်မလှုပ် သက်ဝင် ယုံကြည်စွာ
သဒ္ဓါတရားနဲ့ ဆောက်တည်ကြပါရန် စေတနာကောင်းဖြင့်
တိုက်တွန်းနှိုးဆော်အပ်ပါကြောင်း သူတော်ကောင်းတို့....

ဣဒံမေ ဓမ္မဒါနံ အာသဝက္ခယံ ဝဟံ ဟောတု၊
ဣဒံမေ ဓမ္မဒါနံ နိဗ္ဗာနဿ ပစ္စယော ဟောတု။

ဓမ္မဒါန စေတနာရှင် ဦးဘိုးစိန်

သတိ- ဤစာမူကို အလိုရှိက မည်သူပဆို တဆင့်ပုံနှိပ်၍ ဓမ္မဒါန
ပြုနိုင်ပါကြောင်း။

သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇာနာတံ

ကွယ်လွန် အနိစ္စရောက်ကြကုန်သော ကျေး
 ဇူးရှင် မိဘနှစ်ပါး၊ ဘိုးဘွား၊ ဆရာသမား၏
 ဂုဏ်ကျေးဇူးကို ရည်စူး၍၊ ဤဝိပဿနာ တရား
 တော် ကျမ်းငယ်ကို ပြုစုရေးသားပြီး ဓမ္မဒါန
 အဖြစ် လှူဒါန်းသည့် ကောင်းမှု ကုသိုလ်ကံ
 ကြောင့်၊ လူမိုက်၊ လူယုတ်မာ များနှင့် မတွေ့
 မမြင်၊ မပေါင်းသင်း ရဘဲ၊ ပညာရှိ သူတော်
 ကောင်းများနှင့် တွေ့ဆုံပေါင်းသင်းရပြီး၊ သမ္မာ
 ဒိဋ္ဌိဉာဏ် အမြင်မှန်ရ၍၊ သစ္စာလေးပါး အမှန်
 တရား သိပြီး၊ မဂ်ဉာဏ်၊ ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့် နိဗ္ဗာန်
 သို့ ရောက်ရပါလိမ့်။

ပဉ္စဂုဏ် အဟံ ဝန္တာမိ သဗ္ဗဒါ

ငါးပါး နန္ဒ၊ သီလ သမာ၊ ပညာ
အသက်၊ ကိုယ်ထက် ကြီးမား၊ ပုဂ္ဂိုလ်
များနှင့် ကျေးဇူးရှင် များအား၊ ဤ
“ကိုယ်တွေ့ ဉာဏ်မြင် ဒုက္ခ သစ္စာထင်
နိဗ္ဗာန်ဝင် အလုပ်ပြုတရား” ကျမ်းငယ်
ကို စေတနာရှင် စွမ်းနိုင်သလောက် ပြုစု
ရေးသားအပ်သောတရားဖြင့် (ကျေးဇူး
ဆပ်၍) ပူဇော်ကန်တော့ပါ၏။