THANK YOU 426

ပါးစာအမှတ်(၁၇)
အတွဲ - ၃/၄

အနန္တကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာဇောဓိဖြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ရေးသားစီရင်တော်မူသည့်



ကောင်းစားချမ်းသာလိုသူများသို့

(သုသုဝေဒယိတ ကထာ)

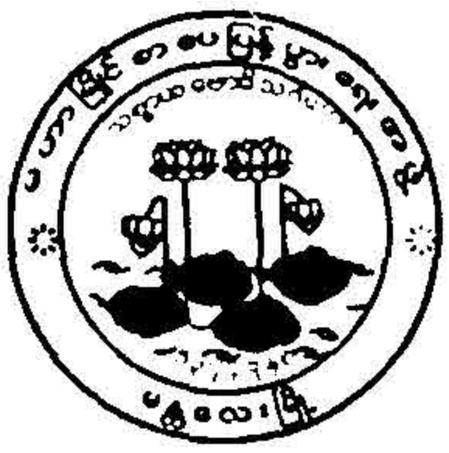
PJ

သာသနာ - ၂၅၅၇ ကောဏ - ၁၃၇၅ ရက် - ၂၀၁၃



မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

ပင်မပြန့်ချိုရေး



မဟာမြို့ဝင်
စာပေပြန့်ပွားရေးအဖွဲ့
မန္တလေးမြို့။

၀၉ - ၂၀၃၈၉၀၊ ၀၉ - ၉၁၀၂၄၇၉၀

၂၉၀၆၂

နမော တေ ဗုဒ္ဓ ဝီရတ္ထု

(လေခက္ခန္ဓကထာ)

ကျမ်းစာအမှတ် (၁၇) ၊ အတွဲ ၃ / ၄

အနန္တကျေးဇူးတော်ရှင်

မဟာဗောဓိမြိုင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး

၎ ရ း သ ၁ း စီ ရ င် အ ပ် ၎ သ ၁

ကောင်းစားချမ်းသာလိုအုပ်များဒို့...

(သု သု၃ ဝေဒယိတ ကထာ)

မ ဟာ မြို့ ၉ စာ ၎ ပ ပြ န့် ပွား း ၎ ရ း

လာသောဘုန်း ၊ ဖုန်းခေါ်ဆိုရန်နံပါတ်မှာ ၀၁၀၂၂၀၀ ၊ ဖုန်းပြင်ဆရာ
ဖြစ်ကြောင်းဖြေကြား၏။

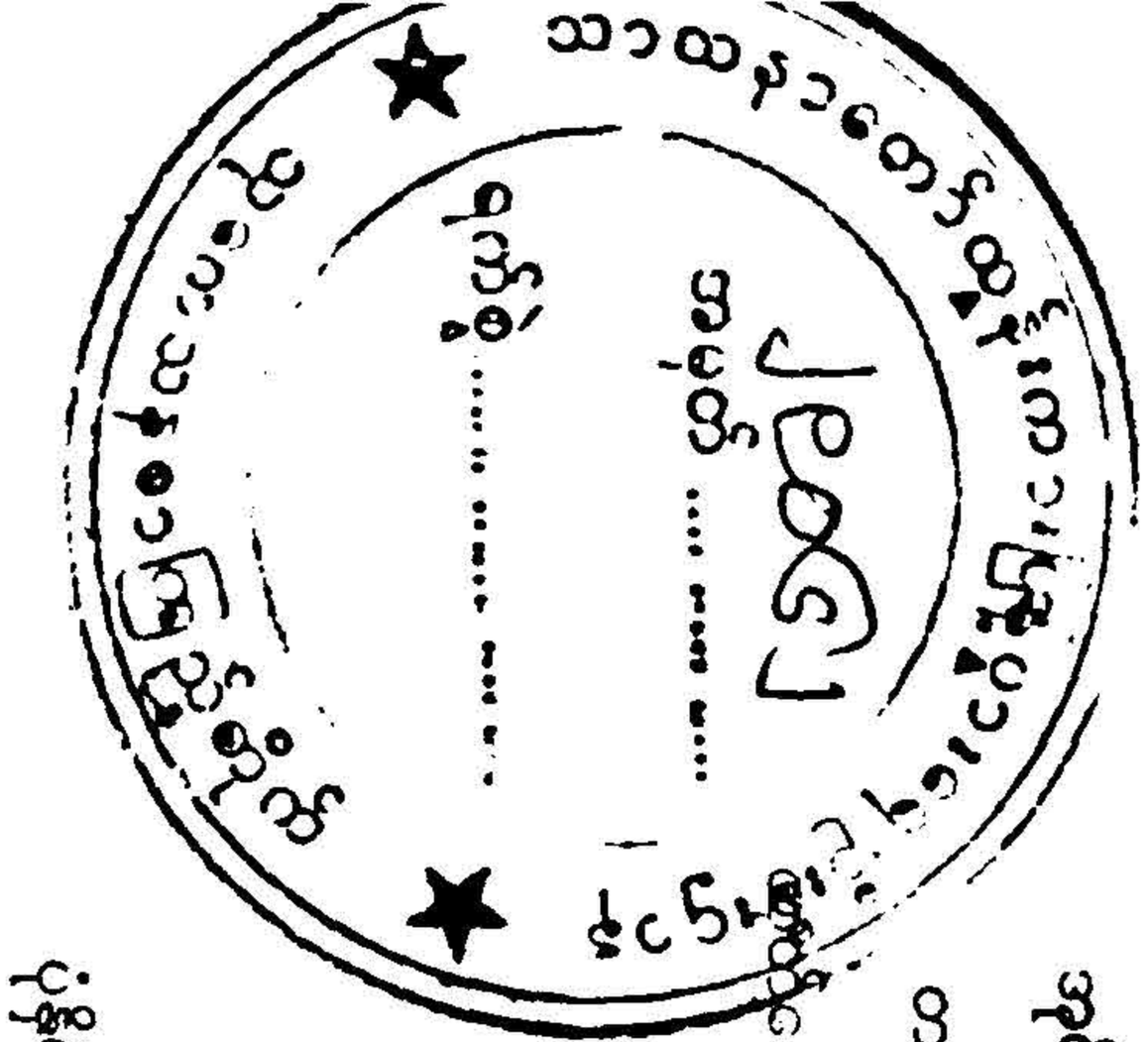
(ခ) ဘုန်းသည် ဖုန်းပြင်ခ ၂၀၀၀ ကျပ် ပေးခဲ့ရသည်။

(ဂ) ဘုန်းသည် ဖုန်းပြင်ခ (၅၀၀၀-၂၀၀၀) ကို ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ
ကုသမှုစရိတ်အဖြစ် ပေးခဲ့ရသည်။

(ဃ) ဘုန်းသည် ဖုန်းပြင်ခ ကို ၅ x ၅ စင်တီမီတာ အရွယ်
ရှိသော ပုံနှိပ်ထားသည့် ပြေစာတွင် ရရှိသည်။

(င) ဘုန်းသည် ဖုန်းပြင်ခ ကို ပြေစာတွင် ရေးသားထားသော
ဂဏန်းများဖြင့် ပေးခဲ့ရသည်။

(စ) ဘုန်းသည် ဖုန်းပြင်ခ ကို ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကုသမှုစရိတ်
အဖြစ် ပေးခဲ့ရသည်။



၃။ ဦးသိန်းဝေသည် ၂၀၂၁ ခုနှစ် ဇွန်လ ၁၄ ရက်နေ့တွင် ဘဏ်သို့
သွားရောက်၍ ငွေ ၁၀၀၀၀၀ (တစ်သိန်း) ကို ဘဏ်စာရင်းသို့
သွင်းလိုက်သည်။ ဘဏ်စာရင်းစာအုပ်တွင် ဦးသိန်းဝေ၏ ဘဏ်စာရင်း
နံပါတ်မှာ ၀၁၀၂၂၀၀ ဖြစ်သည်။

(ခ) ဦးသိန်းဝေသည် ဘဏ်သို့ ငွေသွင်းရန် ဘဏ်စာရင်းစာအုပ်
ကို ဘဏ်သို့ ယူဆောင်သွားသည်။

(ဂ) ဦးသိန်းဝေသည် ဘဏ်သို့ ငွေသွင်းရန် ဘဏ်စာရင်းစာအုပ်
ကို ဘဏ်သို့ ယူဆောင်သွားသည်။

(ဃ) ဦးသိန်းဝေသည် ဘဏ်သို့ ငွေသွင်းရန် ဘဏ်စာရင်းစာအုပ်
ကို ဘဏ်သို့ ယူဆောင်သွားသည်။

(င) ဦးသိန်းဝေသည် ဘဏ်သို့ ငွေသွင်းရန် ဘဏ်စာရင်းစာအုပ်
ကို ဘဏ်သို့ ယူဆောင်သွားသည်။

(စ) ဦးသိန်းဝေသည် ဘဏ်သို့ ငွေသွင်းရန် ဘဏ်စာရင်းစာအုပ်
ကို ဘဏ်သို့ ယူဆောင်သွားသည်။

ကျမ်းဖွဲ့စည်းမှု စာပေါင်းစု



* ဂန္ဆဝင်မင်း ကျမ်းစာရင်း
  အလျှင်းမပါသည့် ။

* လောကခန်းဝါ ဓမ္မတာ
  သူငါများစွာ၏ ။

* တစ်ခုမဟုတ် တစ်ခုဟုတ်
  ဇာတ်ထုပ်ဇာတ်လမ်းရှိ ။

* မကောင်းပုံမှီး ကောင်းပုံမှီး
  စုစည်းသည်မှာရှိ။

* သုတများလို ဉာဏ်ပွားလို
  ဤကို ဖတ်မှတ်ကြည့် ။

မဟာဗောဓိမြို့ဆရာတော်

မာတိကာ

- ကျမ်းဦးနိဒါန်း ၁
- ကောင်းစားချင်တဲ့အကောင် လက်ညှိုးထောင်လို့မျှား ဆိုခဲ့မိပါလျှင် ၃
- ချမ်းသာချင်တဲ့အကောင် လက်ညှိုးထောင်လို့မျှား ဆိုခဲ့မိပါလျှင် ၆
- အကြိုက်က ကိုက်သည်၊ စရိုက်က ခိုက်သည် ၉
- ဒါနအနုအရင့် အဆင့်သုံးဆင့်တို့ဖြင့် ခွဲခြားပါ ၁၁
- ဒါနလမ်းသို့ တန်းဝင်လာသော အပျော်တမ်း တပ်ဖွဲ့ကြီးများ ၁၆
- စေတနာတော့ သန်ပါ၏ သို့သော် ကံမပြင်မိခဲ့၍ ၂၆
- သတိမသုံးသဖြင့် ဆုံးရှုံးရမည့်အခွင့်အရေးများ ၃၁
- သုံးချက်လုံးကောင်းမှ သုံးကြောင်းလုံးပေါ်မည် ၃၅
- သုခဘဏ်၏ တာဝန်ခံငါးဦး ၄၅
- သီလဖြင့် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရယူပါ ၅၂
- စိတ်ဖြင့် သိမ်းထုပ် ထိုဥပုသ်ကား ၅၇

- သတိဖြင့်ကျောင်း အကောင်းချည်းစား ၆၄
- သတိဖြင့်စာန်စိတ်သွင်း အဟောင်းရောအသစ်ပါ
  လမ်းရှင်းမည် ၇၃
- စိတ်နှင့်အစွဲ အတွဲဖြုတ်နေရာသည် ဥပုသ် ၇၈
- သီလဖြင့် ရှိသမျှ နိဗ္ဗာန်တည်ဆောက်အံ့ ၈၂
- ကျမ်းပြီးနိဂုံး ၉၀
- ကျမ်းပေါင်းအားလုံး ကမ္မတ်ဖုံး နိဂုံးချုပ်လိုက်ပြီ ၉၃

ကျမ်းဦးနိဒါန်း

(သု သုခ ဝေဒယိတ ကထာ)

သုဋ္ဌု သုဘောဂ ဝေဒန္တော၊ ဒါနံ ဒါနေန သမံ ကတံ
သုခံ သုပ္ပတိ လဘန္တေ၊ သီလ သီလာယ သမံ ကတံ
တေသု သုဋ္ဌုံ ဒါနမယံ၊ သုခံပန သီလ မေဝ
တာယ သုညော နရော တုစ္ဆ၊ ကမ္မ ဘဂ်ိယ ဝါယမော
သုဋ္ဌု ဝါ သုခံ ကီ လဘသီ နုခေါ။

ဘောမနုဿ-အုဟ့ယောကျား အသင်လူသား၊ တွ-သင့် အဖို့၊ သုဋ္ဌုသုဘောဂ ဝေဒန္တော-ကိုယ်နေ ခေါင်းထား ကောင်းစားခြင်းမျာ်းကို ခံစားလိုလတ်သော်၊ ဒါနံ ဒါနေန သမံ ကတံ-ဒါနကို ဒါနနှင့်တူအောင် ပြုကျင့်တတ်ပါလေ။

သုခံ သုပ္ပတိ လဘန္တေ-ချမ်းသာစွာ အိပ်နိုးခြင်း သုခကို ရလိုလတ်ခဲ့သော်၊ သီလံ သီလာယ သမံကတံ-သီလကိုလည်း သီလနှင့်တူအောင် ပြုကျင့်တတ်ပါလေ။

တေသု-ဒါနမှူ သီလမှူ ထိုနှစ်ခုတို့တွင်၊ သုဋ္ဌု-ကောင်းစားခြင်းကိုကား၊ ဒါနမယံ- ဒါနကပင် တာဝန်ယူ၏။ သုခံပန-ချမ်းသာခြင်းကိုကား၊ သီလမေဝ-သီလကသာ တတ်နိုင်ရာ၏။

တာယ-ထိုဒါနမှူ ထိုသီလမှူ နှစ်ပါးစုမှ၊ သုညော-ကင်းဝေးနေသော၊ တုစ္ဆနရော-အနှစ်မဲ့လူသားအဖို့ကား၊ ကမ္မဘဂ်ိယ ဝါယမော-ကံဖျက်လျက် ရှိသော၊ တုစ္ဆနရော အချည်းနှီး လူသား အဖို့ကား၊ သုဋ္ဌုဝါ-ကောင်းစားခြင်းကိုလည်း၊ ကီလဘသိနုခေါ - အဘယ်သို့လျှင် ရနိုင်ပါတော့အံ့နည်း။ သုခံဝါ-ချမ်းသာခြင်းကိုလည်း၊ ကီ လဘသိနုခေါ-အဘယ်သို့လျှင် ရနိုင်ပါတော့အံ့နည်း။

✦

ကောင်းစားချင်တဲ့အကောင် လက်ညှိုးထောင်လို့များ ဆိုခဲ့မိပါလျှင် ...

လူသားတိုင်း ကောင်းစားလိုခြင်းကို ရှေ့ရှု၍ အလုပ်လုပ်နေကြ၏။ ကောင်းစားမည် ထင်ရသည့်အလုပ်ကိုချည်းလည်း ရွေးဆည်လုပ်ကိုင်နေကြ၏။

လူမှုမဟုတ်. . . ။

ခွေး၊ ဝက် အစထား တိရစ္ဆာန်ကောင် အမြောက်အများလည်း ကောင်းစားလိုခြင်းဆီသို့ စိတ်ပို့ထား၊ ကောင်းစားမည် ထင်သည့်အရာမျှားကိုချည်း လိုက်လံ ရှာဖွေနေကြပါ၏။

သို့တစေလည်း. . . ထို အားလုံးတို့ စံထားနေသော အကောင်းသည် အကောင်းကြိုက်မျိုး မဟုတ်လော၏၊ အကြိုက် ကောင်းမျိုးတွေချည်း ဖြစ်နေတော့ရာ ကြိုက်၍ကောင်းသော ကြိုက်ကောင်းတို့မည်သည် . . . အာရုံသွေးတိုး အဆန်း မရိုးခင် မျှသာဖြစ်၍ ရိုးပြီးဟောင်း မကောင်းဆီသို့သာ ထိုးဆင်းသွားလေ့ ရှိတော့ရာ ထမင်းပွဲမှ မစင်ခဲသို့ ပမာသာ ရှိတတ်လှစွာ၏။

နှစ်ဖက်ပျက်စီး တစ်စစကြီးရာမှ အရာက၊ လှရာမှလည်း ခဝါပြန်၊ အပျက်ရည်တို့ အစီးသန်မှသာ အရသာပေါ်လွင်လေ့ ရှိရာ မိဘအမွေပေးသော ရွှေခဲ၊ ငွေခဲ ထန်းရည်နှင့်လဲသောက် ရသည့်ပမာ ရှိတတ်လှစွာ၏။

တစ်ဖန် ကြိုက်၍ကောင်းရသော ထိုအကောင်းတွင် အချို့ အဆင်းလောက်သာ ကောင်းပြတတ်ကြပြီး အရသာ၌ကား မကောင်းသည်လည်း ရှိ၏။ အချို့ အနံ့လောက်သာ အမွှေးပြတတ်ကြပြီး အတွေ့၌ကား ဆိုးဝါးနေသည်လည်း ရှိ၏။ အချို့ အပြင်ဗန်းပြလောက်သာ အလှပြတတ်ကြပြီး အတွင်းလှမ်းရာ၌ကား ကျွမ်းပြန်နေသည်လည်း ရှိသေး၏။ သို့ကြောင့် ထိုကြိုက်ကောင်းမှန်သမျှ တစ်ခုကြိုက်ဖြင့် လိုက်ပေါင်းရခြင်း၊ တစ်ခုကောင်းဖြင့် ပေမှိတ်ပေါင်းရခြင်းများကြောင့် အကောင်းတစ်ခု ဆိုးမှုတစ်ရာ ရှိတတ်လှစွာ၏။

တစ်ဖန်လည်း ကြိုက်၍ကောင်းရသော ထိုအကောင်းတွင် မရမီ၊ ပေါင်းဆဲ၊ ပျက်ကျ ထိုသုံးခဏ၏ သုံးဘဝဖြစ်စဉ်တိုင်းမှာပင် မိမိရှိ စိတ်နှင့်အကြိုက် အပူတိုက်၍ လိုက်ပေးရခြင်း၊ သူ့အကြိုက် ကိုယ့်အကြိုက် အမှီလိုက်၍ ကိုက်ပေးနေရခြင်း၊ အာရုံနောက် စိတ်စိုက်နေရသဖြင့် သူ့နှိုက် ကိုယ့်နှိုက် အကြိုက်ရှိမရှိ မသိတတ် နိုင်တော့ခြင်းများဖြင့် . . . သုခတွေ့ တစ်စက္ကန့်အတွက် ဒုက္ခဖြည့် တစ်ရက်ခန့်မျှ ရင်းနှီးပေးနေရပါသည်။ လုပ်ခ တစ်မတ်ရဖို့အတွက် ဒုက္ခ တစ်ကျပ်သား၊ နှစ်ကျပ်သားမျှ ရင်းနှီးနေရပါသည်။ သို့ကြောင့် ထိုကြိုက်ကောင်းမှန်သမျှ ကောင်းလျက်က မကောင်း။

စင်စစ် ကောင်းစားခြင်းဟူသော စကားသည် ကိုယ်ချမ်းသာရေးကို တာဝန်ခံခြင်းပင်ဖြစ်ရာ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းမှုပြုရာ၌ မပင်မပန်း၊ ရွှင်လန်းချမ်းသာစွာဖြင့် စီးပွားဖြစ်ထွန်းစေခြင်းသည်သာ ကောင်းစားခြင်း ဆိုရပါမည်။

ခြေမွေးမီးမလောင် လက်မွေးမီးမလောင်ဖြင့် စားသောက်နိုင်ခြင်း၊ အသက်တောင့်တင်းခိုင်မာ၍ အသက်ရှူသာသောသက်တောင့်သက်သာ နေနိုင်ခြင်း၊ ထိုနှစ်ခင်းက မိန်းမကောင်းစား၊ ယောကျ်ားကောင်းပုံများကို စကားပြောနေကြပြီ။

ထိုသို့ ကောင်းစားရန် (အကောင်းစားနိုင်ရန်) အတွက် လူသားတိုင်း တော တောအလိုက်၊ မြို့ မြို့အလိုက်၊ ယောကျ်ား ယောကျ်ား အလိုက်၊ မိန်းမ မိန်းမအလိုက် လူလားမြောက်သည်နှင့် အသက်မွေးမှု အတတ်ပညာ လေ့လာသင်ကြားကြရ၏။

နှုတ်မှုပညာဖြင့် ဘဝပုံစံကို စာထဲမှနေ ကောက်ကြောင်းဆွဲကြည့်နေခြင်း၊ လက်မှုပညာဖြင့် ဘဝပုံစံကို ငါထဲမှနေ ကောက်ကြောင်း ခြစ်ကြည့်နေခြင်း၊ ထိုလူလားမြောက်၏ အထက်ပိုင်းရောက် ကာလဖြစ်သော ၂၀-ဝန်းကျင်ဆိုလျှင်ပင် အချို့တောသူငှေးတွေး တွေးနေ၏။ အချို့က မြို့သူငှေးတွေး၊ အချို့က အရာရှိတွေး၊ အချို့ ဆရာဝန်၊ အချို့ ဗိသုကာ အစာရာရာ ဝါသနာနှင့်တွဲ၍ ရည်မှန်းချက်၊ ယုံကြည်ချက်၊ ဦးတည်ချက် ထားလျက်က ရှိနေနှင့်ကြပြီ။

သို့တစေလည်း ထိုရည်မှန်း၊ ယုံကြည်၊ ဦးတည် အားလုံး တို့၌ပင် အကြောက်ကို ဦးခေါင်းဖြင့်ရွက်၍ အကြောက်၏ အထိုး အနှက်ကို ခံယူကာ သို့မဟုတ် မိမိ၏လူ့အရှိ၊ လူ့အသိဉာဏ် ကြောင်းကျိုးဆက်၍ ဝေဖန်ခြင်း ကင်းမဲ့နေသောကြောင့် ကောင်း တိုင်းလည်း မကောင်း၊ ပေါင်းတိုင်းလည်း မကောင်းချည်း ဖြစ်နေကြရပြီ။

ချမ်းသာချင်တဲ့အကောင် လက်ညှိုးထောင်လို့များ ဆိုခဲ့မိပါလျှင်

လူသားတိုင်း ချမ်းသာရေးကို ရှေးရှု၍ ဘဝကိုပြုစု ပျိုးထောင်ပေးနေကြ၏။ ချမ်းသာမည် ထင်သည့်အရာကိုချည်း ရွေးဆည်၍လည်း လုပ်ကိုင်ပေးနေကြ၏။

လူမှမဟုတ်။ ကျေးငှက်ကစ သတ္တဝါဟူသမျှတို့သည် လည်း မိမိတို့ပျော်ရွှင်ချမ်းမြေ့မည်ထင်သည့် နေရာဒေသကို လည်း ရွေးချယ်ကြ၏။ မျိုးတူ ရိုးတူများကိုလည်း ရွေးဆယ်ပေါင်း သင်းကြ၏။ ဓာတ်ဓမ္မတာ အာသာပြေစေမည့် အစားအစာများ ကိုလည်း ရွေးဆည်စားသုံးပေးနေကြ၏။

သို့တစေလည်း ထိုအားလုံးတို့စံထား၍ ရွေးချယ်နေသော ချမ်းသာခြင်းသည် ရွှင်၍မင်ရသော အရာမျိုးမဟုတ်ကြလေဘဲ

မင်ရာမှ ရွှင်ရသော အရာမျိုးတို့ချည်း ဖြစ်နေကြတော့ရာ ခမျာမျာ သံလျက်သွား ကြားမှ ပျားရည်စက် လျက်ရသည်ပမာ ချမ်းသာသော်မှ ဝမ်းမသာ သို့မဟုတ် ဘယ်လောက်ပင် ဝမ်းကသာသာ အချမ်းကားမလာပြီ။

မင်၍သာ ရွှင်နေရသော ထိုချမ်းသာမျိုးတို့မည်သည် ဝါသနာမှီ ဉာဉ်၊ စရိုက်တို့၏ လက်အောက်ခံအဖြစ်ဖြင့် မိမိစိတ်ကို ထိုဉာဉ်၊ ထိုစရိုက်၊ ထိုဝါသနာတို့အကြား ဦးခေါင်းထိုးပေးထားရာမှ ရသော အရသာမျိုးဖြစ်ချရာ ရွှင်သောဉာဉ်သည် သူ့ထဲဘာဝင်ဝင် ရွှင်လျက်ကချည်း လက်ခံနေတော့သည်။ ရွှင်သော စရိုက်သည်လည်း သူ့အား ဘာကလာတိုက်တိုက် အလိုက်သင့်ခံယူနေစေမည်။ ရွှင်သော ဝါသနာသည်လည်း သူ့ထံ ဘာလာလာ ကြည်သာလျက်ကသာ ဆက်ဆံမည်။

၎င်းတို့အလိုက္ခ လိုက်လံကာ ခံစားပေးရ၊ မှတ်သားပေးရ၊ တေ့ဆိုင်ပေးရ၊ ခေါင်းညိတ်ပြနေရသော စိတ်ကလေးမှာမူကား သူ့စီးနင်းထားရာ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက မတည့်သော ဓာတ်သက်ကြောင့် ဓာတ်ပျက် ပျက်သွားသည်နှင့် ၎င်းလည်းရောလျက်ပျက်၊ မသက်မသာပင်။ သူစီးနင်းထားရာ ရုပ်ကိုယ်ကြီးက တည့်သော ဓာတ်ဖက်ကြောင့် ဓာတ်ပျက် ပျက်သွားသည်နှင့် ၎င်းလည်း လိုက်၍ပျက် မသက်နှင့်မသာချည်းပင်။

စင်စစ် ဉာဉ်၊ ဝါသနာ၊ စရိုက်များနှင့် စိတ်ကိုတွဲဖက်၍

ချမ်းသာဘက် အရှာထွက်နေခြင်း မှန်သမျှ ခြေမငြိမ်ယောက်ျား လင်တော်ထားရသော မိန်းမသားပမာ ကောင်းသော်မှလည်း မချမ်းသာ၊ ပေါင်း နေရသော်မှလည်း ဝမ်းမသာ။

ချမ်းသာခြင်းဟူသော ဤစကားသည် မိမိ၏စိတ်နှလုံး ရွှင်လန်းချမ်းမြေ့ခြင်းကိုလျှင် တာဝန်ခံရရာ အသက်မွေးဝမ်း ကျောင်းမှု စီးပွားဥစ္စာများ ရှာဖွေရယူလာခဲ့ပြီးနောက် ထိုစည်းစိမ်များ ခံစားရာရှိ စိတ်ထားများပင်။

ထိုစိတ်ထား ကြောင့်ကြမှု အနှောက်မပါမှသာ ချမ်းသာကြမည်။ ထိုစိတ်ထား ဝန်တိုမိစ္ဆာ ဝင်မရမ်းမှ ငြိမ်းချမ်းမည်။

ဤသို့လျှင် ချမ်းသာစွာ (သောကကင်းဝေး) နေနိုင်ရေး အတွက် လူသားတိုင်း ကြိုးစားနေကြ၏။ သို့တစေလည်း ၎င်းတို့ ကြိုးစားချက် မှန်သမျှ ကိုယ်ချမ်းသာမှု ပစ္စည်းစုကိုသာ စိတ်နှစ်ထားခြင်း၊ ဉာဉ်၊ စရိုက်၊ ဝါသနာတို့အကြိုက် လိုက်လုပ်ပေးနေခြင်းများကြောင့် စိတ်ချမ်းသာခြင်းကား ဖြစ်မလာသည့်အပြင် ဖွပ်သထက်ညစ် ထဲသို့ပင် ထိုးဝင်သွားကြရလေပြီ။ ယနေ့ ချမ်းသာချင်ပါလျက်နှင့် မချမ်းသာလာခြင်းကား စိတ်ဖဝါး အထားမှား နေခြင်းကြောင့်တည်း။

✦

အကြိုက်က ကိုက်သည်၊ စရိုက်က ခိုက်သည်

လူသားတိုင်း သောကကင်းဝေးလို၏။ သို့သော် အကြိုက်ဝင်နေသမျှ သောကမစင်။ လောဘနှင့်သောကသည် ခွဲမရသော ရှေ့နောက်သွား ဦးထမ်း ပဲ့ထမ်းသမားနှစ်ဦးပမာတည်း။

လူသားတိုင်း ကောင်းစားချမ်းသာလို၏။ သို့သော် စရိုက်ဝင်နေသမျှ ကောင်းစားသော်မှ မချမ်းသာ။ စရိုက်နှင့်ကိလေသာသည် ခွာမရသော ရှေ့နောက်မွေး အမြွာညီအစ်ကိုလေးများပမာတည်း။

ထိုတွင် . . . အကြိုက်ကို ဒါနဖြင့် ကိုက်ဖြတ်ပစ်တတ်မှ စင်ပြီး၊ ထိုအကြိုက်(လောဘ) စင်သည်နှင့် သောကလည်း လုံးဝ မဝင်တော့သည်သို့ ရောက်စေနိုင်သည်။

စရိုက်ကိုလည်း သီလဖြင့် တိုက်ဖျက်ပစ်တတ်မှသာ ထို စရိုက် စင်ပြီး၊ ထိုစရိုက် စင်သွားသည်နှင့် ဆိုင်ရာကိလေသာများလည်း မဝင်ရသည်သို့ ရောက်စေနိုင်သည်။

သို့မဟုတ် တောင့်တမှုကို ဒါနဖြင့် ခွဲဖြတ်ပေးပါ။ကြောင့်ကြမှုကို သီလဖြင့် တွဲသတ်ပေးပါ။

အလိုကျ မကျဖြင့် တစ်ဖက်သတ်ဆန်ကာ ကောင်းစားခြင်းကို သူထံမှရယူခြင်း၊ ထိုတစ်ဖက်သတ် စိတ်ကြောင့် ချမ်းသာကင်းဆိတ် တထိတ်ထိတ် နေရခြင်းများသည် တိရစ္ဆာန်ပြည်၌ ပြဋ္ဌာန်း

သော ဥပဒေသများအရ အချင်းချင်း နှိုင်ရာစားများမှ ဆင်းသက်လာသော အမွေဆိုးများချည်းသာ။

အလိုဆိုး ကိုက်သဖြင့် အကြိုက်နာကျနေသော ထိုတိရစ္ဆာန် ကိုယ်လုပ် သူခံ၊ သူလုပ် ကိုယ်ခံ ဟူသော အပြန်အလှန် နားလည်မှု မရှိသောကြောင့်တည်း။ သူကျိုး၊ ကိုယ်ကျိုး မယွင်း သူနှင့်ကိုယ် ချမ်းသာစေခြင်း ဟူသော ကိုယ်ချင်းစာမှု မရှိသောကြောင့်တည်း။

တစ်ဖန် စရိုက်ဖိသဖြင့် အရှိုက်ထိနေသော ထိုတိရစ္ဆာန် အကြောင်းနှင့်အကျိုး၊ အကောင်းနှင့်အဆိုး ခွဲခြားသိ လုံးဝ မရှိသောကြောင့်တည်း။ အကျိုးရှိ အပြစ်မဲ့၊ အကျိုးမဲ့ အပြစ်ရှိ ခွဲခြားသိ လုံးဝ မရှိသောကြောင့်တည်း။

ထိုတိရစ္ဆာန် ဉာဉ်၊ စရိုက် လက်ခံ သိမ်းပိုက်မိထားကြသော လူသားများတွင် အမှန်တကယ် လူလိုကောင်းစား၍ လူလောက် ချမ်းသာလိုသူများကား ငါဖြို့ဖြင့် ရယူခြင်းအစား သူဖြို့ဖြင့် စွန့်လွှတ်ခြင်း ဒါနခန်းချ တရားပွားများနေရမည်။

တစ်ဖန် ငါကောင်းစား ပြီးကရောဖြင့် အကြိုက်ကျ အကြိုက်မကျတို့ဘက် တစ်ဖက်သတ် လိုက်လံပြုကျင့်နေမည့် အစား ကိုယ်ချင်းစာပွား တန်းတူထားနိုင်သော သီလခန်းချ တရားဖြင့် ထိုကြိုက် မကြိုက်များ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့ထားရမည်။

ဒါန၏ မူလသတ္တိသည် ငါ၊ ငှါပစ္စည်း၊ ငါပိုင်သည်ဟူသော ငါသုံးလုံးထပ် မာန ငါ၊ တဏှာငါ၊ ဒိဋ္ဌငါမျှားကို စွန့်ချ သတ်ဖြတ်ပစ်ရာ လက်နက်ထူးတည်း။

သီလ၏ မူလသတ္တိသည် ငါ၊ သူ၊ ယောက်ျား အတေးထား ကြောင့် ကြိုက်၊ မကြိုက်ထား အသိဉာဏ် မသိမှားမျှားကို အစောင့်ချ တားမြစ်ပေးရာ တံခါးမှူးကောင်းတည်း။

ထိုသို့သာ လက်နက်ကောင်း သတ္တိကောင်းမျှား သင်မွေးစားထားနိုင်ခဲ့သော် . . .

ဒါန အနုအရင့် အဆင့်သုံးဆင့်တို့ဖြင့် ခွဲခြားပါ

ဒါနသည် စွန့်လွှတ်ခြင်း။ ရယူခြင်းကား အလျှင်းမဟုတ်။ သို့ကြောင့် လှူစဉ်ကပင် . . .

၁။ **စာဂေါ** - မစင်စွန့်သို့ လွတ်လွတ်စွန့်ရမည်။

မစင်စွန့်ချပစ်ခဲ့ရာ၌ ငံ့လည်းမကြည့်၊ အနံ့လည်းမခံ၊ ငါ၊ ငှါမစင်၊ ငါပိုင်ဟူ၍လည်း အစွဲမထား။ ပြီးသည်နှင့် ဆုံးဖြင့် လုံးလုံးစွန့်ချထားခဲ့သည်ပမာ။ လှူတတ်မှ တဏှာ၊ မာန၊ ပပဉ္စမဝင်ကောင်းစားခြင်းသို့ ခေါင်းထိုးဝင်လိမ့်မည်။

၂။ **ပဋိနိသဿဂ္ဂါ** - အငြိအစွန်းမရှိ တိကန်ပြတ်တောက် စေရမည်။

အိမ်မွေးခွေးတစ်ကောင် သေသဖြင့် ရွာပြင်သို့ သွား ရောက် ပစ်ချခဲ့ရာ၌ ငါ၊ ငါ့ခွေး၊ ငါပိုင် အစွဲကင်း လက်က လွှတ်သည်နှင့် ချက်ချင်း အာလယကင်းသွားတော့သည်ပမာ။

ငါ၊ ဝတ္ထု၊ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ အငြိမပါ လှူတတ်မှ အကျိုးခံစားခွင့် ရရာ အခါတွင်လည်း ငါ့၌ခင်မင်နေတော့ခြင်း၊ သူ့၌ခင်မင်နေ တော့ခြင်း၊ ကြားခံအာရုံပေါ်၌ ခင်မင်နေတော့ခြင်းများ ကင်းပ ကာ ကောင်းစားခြင်းသို့ ခေါင်းထိုးဝင်သာမည်။

၃။ **မုတ္တိ** - ဝမ်းသာဝမ်းနည်း၊ ဆင်းရဲချမ်းသာ အာရုံပူဆာ များမှ အလွတ်ဖြစ်နေစေရမည်။

ရန်ကုန်မြို့တော်၏ လမ်းမကြီးများဘေးရှိ တိုက်ပိုင်ရှင်များ သည် တစ်နေ့တစ်နေ့ မိမိတို့တိုက်အိမ်ရှေ့မှ မသာအလောင်း ထား ကားများ တစ်စီးပြီးတစ်စီး ဖြတ်သွားနေသော်မှ မည်သို့မျှ မတုန်လှုပ်၊ ကိုယ့်စိတ်နှင့်ကိုယ် ငုတ်တုတ်နေနိုင်သည်ပမာ . . .။

မိမိ၏ငါစွဲလွတ် ငါ့ပစ္စည်းစွဲလွတ်များ မည်သို့သော ဘေးရန်ဖြင့် ပျက်ပြားသွားစေ၊ ငါ့လက်ကထုတ် ငါ့ပစ္စည်းမဟုတ်၊ သူ့လက်ကထုတ် သူ့ပစ္စည်းလည်းမဟုတ်ဟူသော အဟုတ်သိ ဉာဏ်ဝင် သမ္မဇဉ်ဖြင့် လှူတတ်မှသာ ဤဒါနမှ အကျိုးဖလ ခံစားခွင့်ရရာ၌လည်း သုံးစရာရှိသည်ကိုသာသုံး၍၊ မစွဲတော့

ခြင်းဖြင့် ကောင်းစားခြင်း ဟူသော လူ့ဘဝရောက် လူလောက် ခံစားခွင့် အသင့်ရစေသည်။

၄။ **အနာလယော** - ဤပေးကမ်း၊ လှူဒါန်းခြင်းကြောင့် ငါကိုယူက သို့မဟုတ် သူ့ကြောင့် ငါအား မည်သို့ မည်သို့သော အကျိုးထူးတရားများ ဆပ်ကိုးတိုးတက် အကျိုးဆက်ပေါ်လာလိမ့်ဦးမည်ဟူ၍ နည်းနည်းလေးမျှ မမျှော်အပ်။ အကျိုးပေးကား စေတနာ၊ အမျှော်ကား တဏှာ။

လယ်ရှင်သည် မိမိနှင့် ထွန်တပ်နွားများကို အသုံးချကာ လယ်ကိုထွန်ယက်ပြီး၊ ညှက်ပြီ မြေဆီတမန်း တက်နေပြီဆိုသော် အသင့်ပါလာသော မျိုးတို့ကို ကြဲချထားခဲ့ပြီး အိမ်သို့ ပြန်လာခဲ့တော့၏။ ဘယ်နေ့အရောက် ဘယ်နှစ်ပင် ပေါက်ရမည်ဟူ၍ အလိုဆိုးလည်း မရှိ၊ ခိုင်းတိုင်းလည်း ပေါက်ရိုးမရှိပမာ။

လယ်မြေနှင့်တူသော အလှူခံ၏သီလတည်ဖြင့် ဓမ္မဓာတ်ရည်တက်နေခြင်း၊ လယ်သမားနှင့်တူသော အလှူရှင်၏သီလတည်ဖြင့် သဒ္ဓါထက်မြက်နေခြင်း၊ ထွန်တပ်နွားများနှင့်တူသော အလှူဝင်ပစ္စည်းများက တရားသဖြင့် ရှာမှီးထားရာ ဖြစ်နေခြင်း၊ ထိုသုံးခင်းတို့ ဆုံရာအကြား၏ မျိုးပမာသော အလှူရှင်၏ စေတနာထားက ထက်မည် သန့်မည်ဆိုက ထိုစေတနာ၏ အထက် အသန့်တို့ အတိုင်းလျှင် စေတနာထက်ခြင်းက အဆင့်အတန်းများကို တာဝန်ခံ၏။ စေတနာ သန့်က အနှောက်အတား

ကင်းစွာ ခံစားရခြင်းများကို တာဝန်ခံ၏။

သို့ကြောင့် ရလိုမှု အာလယကို ဖြတ်တောက်၍ စွန့်လိုမှု စာဂဖြင့်သာ လက်မြောက်စေမှသာ ဒါနသည် စွန့်လွှတ်ခြင်း စကားနှင့်လည်း ညီမည်။ တောင့်တခြင်းကင်း အလိုလိုဖြစ်ထွန်းလာခြင်း ဟူသော ကောင်းစားခြင်းသို့လည်း စီးဝင်မည်။

လှူကတည်းက ချုပ်အောင်လှူမှ ကျိုးဖလလည်း သုံးပြီးမစွဲရှိချေသည်။ လှူကတည်းက ချုပ်အောင်လှူမှ ချုပ်ရာနိဗ္ဗာန်အထိလည်း တက်ခွင့်သာသည်။ ထိုသို့သောအလှူမျိုး လှူခွင့်ရစေသူများမှာ အကြောင်းအကျိုး အကောင်းအဆိုး ခွဲခြမ်းသိအသိရှိသူ လူသားဖြစ်မှသာ။ အကျိုးရှိ အကျိုးမဲ့၊ အပြစ်ရှိ အပြစ်မဲ့ခွဲခြမ်းသိ အသိရှိသူ လူသားဖြစ်မှသာ။

ထိုသို့မဟုတ်ပါက ပေါ့စေလို၍ ကြောင်ရုပ်ထိုး ဆေးကြောင့်ပင် အလေးတိုးပမာ အလှူမတတ် အာရုံပြုန့်လုံးသွင်းမအပ်စပ်သည်ကြောင့် အမြတ်ပြုတ် အယုတ်ပေါ်တတ်သည်။

ထိုအကြောင်း ကောင်းကောင်းသိလာရန် ဤဥ္စ ယခုလူတို့ပြုနေကျ ဒါနသရုပ် အခြေခံမျှ ထုတ်ပြမည်။ လူသားတို့ ဒါနမှုပြုလေရာဝယ် အချို့ကား အကြောင်းမဲ့သက်သက်၊ မျိုးရိုးဓမ္မတာဆက်ဖြင့် လက်သွက်နေကြ၏။ အချို့ကား စေတနာကသာအပြည့်ထား၊ ဉာဏ်ကား နည်းနည်းမျှ မဝင်စား။ အချို့ကား စေတနာလည်းအပြည့် ဉာဏ်ရည်လည်းထည့်ဖြင့် မိမိရရ။

ယင်းသုံးမျိုးတို့ကိုလျှင် အဟိတ်သွင်းဒါန၊ ဒွိဟိတ်သွင်းဒါန၊ တိဟိတ်သွင်းဒါန ဟူ၍ ဆိုရိုးပြုရသည်။

ဤဟိတ်(ဟေတု)ဟူသည် အကြောင်းခံ(အခြေခံ)ကိုပင် ဆိုရာ

၁။ အဟိတ်သွင်းဒါနကား ဆင်းရဲခြင်း၊ ဆိုးဝါးခြင်းများကို ဖြစ်စေသော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟငုတ်များကို နှုတ်ချွတ်မထားဘဲ ဒါနခန်း ချခြင်းတည်း။

၂။ ဒွိဟိတ်သွင်းဒါနကား ငါ၏အကောင်းစား အများလည်း ငါ့သို့ စားစေမည်။ သူဖြစ်နေသောဒုက္ခ ငါက တစ်ဝက်မျှ ခံမည်။ ထိုစေတနာထား (ထိုနှစ်ခုစလုံး ဒါန တစ်ခုတည်းမှပင် မိမိကိုယ်ကျိုး စွန့်လွှတ်လိုက်ခြင်း၊ သူတစ်ပါးကောင်းကျိုး တိုးစေခြင်းဖြင့် တာဝန်ယူလိုက်ခြင်းပင်) များဖြင့် ငါဘက်စိတ်မလား၊ သူဘက် စိတ်သွားခြင်းကြောင့် လောဘသတ်ပြီးသား ဖြစ်နေပြီ။ မိမိစိတ်တိုင်းကျ ပြုစီမံခွင့်ရခြင်းကြောင့် မကျေချမ်းမှု ဒေါသလည်း မဝင်လာ။ သို့တစေလည်း ငါ၊ သူ၊ ဝတ္ထုတို့အပေါ် ဖြစ်ပျက်မြင်ဉာဏ် မဝင်ဆံ့သဖြင့် မောဟကားမကင်း။

၃။ တစ်ဖန် တိဟိတ်သွင်းဒါနကား ထိုလောဘမကပ်၊ ဒေါသသတ် နှစ်မျိုးတို့အပြင် ငါ ၊ သူ၊ ဝတ္ထုတို့အပေါ်ဝယ်

ဖြစ်ပျက်မြင် ဉာဏ် ဝင်ဆံ့နေကာ မောဟပါသတ်ခြင်းပင်။
ထိုသို့ အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် သုံးမျိုးသုံးစား ကွဲပြားသွား ရခြင်းသည် ဒါနဘက်ကမဟုတ်၊ လူတို့၏ စေတနာထားဘက်က ချည်းသာ။ သို့မဟုတ် . . . အတွေးအခေါ် အတွေ့.အကြုံတို့ အပေါ် အခြေခံသော အသိအလိမ္မာ ဉာဏ်ပညာတို့၏ အနုံ အထက် အတိမ်အနက် လိုက်၍ ကွဲပြားရခြင်းတည်း။

✦

၁။ ဒါနလမ်းသို့ တန်းဝင်လာသော အပျော်တမ်းတပ်ဖွဲ့.ကြီးများ

ဘာသာဘာဝ ဟူသောစကားသည် ဓလေ့ထုံးစံကို စေ့ညွှန်း၏။ အရုပ်တို့ဖြင့် ပျော်ခြင်းသည် ကလေးတို့၏ ဘာသာ ဘာဝတည်း။ လူလူချင်း ချစ်တင်းနှာ၍ ပျော်ခြင်းသည် ကာလသားများ၏ ဘာသာဘာဝတည်း။

သည့်အတူလျှင် အချို့. မယားနှင့်ပျော်ခြင်း၊ အချို့.ကား အစားနှင့်ပျော်ခြင်းများမှသည် ဘာသာရေးပွဲများဖြင့် ပျော်ခြင်း များအထိ ပျော်စရာအဖုံဖုံ စုံလင်လျက်ရှိချေရာ . . . ဘာသာ

အသီးသီးတို့၏ မိမိတို့အထိမ်းအမှတ်ထားရာ ကာလ ရောက်လာကြပြီဆိုသည်နှင့် ပွဲအသီးသီး ရှုမငြီး ဆင်ယင်ကျင်းပကြလေကုန်၏။

ထိုပွဲများမှာ. . . မိမိတို့ကိုးကွယ်ရာသို့ရည်၍ လှူဒါန်းပွဲ၊ စေတနာနှိုး စိတ်အခိုး ပွင့်စေသော အဖွဲ့ကဗျာ စာပေများ သီဆို ကျူးရင့်ပွဲ၊ ထိုပွဲ ဤပွဲ များမှသည် ပျော်ပွဲ ရွှင်ပွဲ ကပွဲများအထိပါ၏။ ဒါနခန်းချ၏အဓိကဖြစ်သော စားခန်း၊ သောက်ခန်းကား ထိပ်ဆုံးမှပင် ပါဝင်၏။

ထိုထို စားသောက်ပွဲများတွင် အချို့ ကြက်ကိုသတ်လှက် က ယင်းကြက် မသာကိုပင် ဟင်းအဖြစ်ထား၍ ကျွေးမွေး၏။ အချို့ ဝက်ကိုသတ်၍ ယင်းဝက် မသာကိုပင် ဟင်းအဖြစ်ထားကာ ကျွေးမွေး၏။ အချို့ကား ကျွဲ၊ နွား၊ သိုး၊ ဆိတ် စသည့် အလောင်းကောင်များကို အမွှန်ဆုံး အမြတ်ဆုံးထားကာ ဟင်းအဖြစ် ကျွေးမွေးကြလေကုန်၏။

ထိုဘာသာရေးပွဲ တစ်ပွဲဝယ် ကြက်ဖြစ်သော် အကောင်များစွာ အလောင်းများစွာ၊ ဝက်ဖြစ်သော် သူထက်လျှော့၊ သိုး၊ ဆိတ်ဖြစ်သော် ပို၍လျှော့၊ ကျွဲ၊ နွားတို့ဖြစ်သော် တစ်ကောင်စ နှစ်ကောင်စ အနည်းဆုံး သေကြပျက်စီးကြရ၏။ သို့မဟုတ် လူတို့၏ ဘာသာရေးပွဲလယ်ခေါင်အတွင်း နစ်မွန်းသွားရှာသူများ။

ထိုပွဲလာ ဘာသာဝင်များကား. . . ယနေ့သည် အခါတိုင်း နေ့များထက်လည်း ပို၍မြူးတူးပျော်ရွှင်နေကြသည်။ သည့်အတူ အဝတ်ကောင်းများကလည်း ပို၍တောက်ပြောင်၏။ အစားကိုလည်း ပို၍စား၏။ ခါတိုင်းနေ့များထက်လည်း အမှေပို၏။ သို့ကြောင့် . . . ရယ်စရာပြော တသောသောဖြင့်လည်း ပွဲစည်စေ၏။ စကားတုဖက် အလုအယက်ဖြင့်လည်း ပွဲစည်စေ၏။ ထိုပွဲမျိုးတွင် အရှင်ဆုံးသောလူသား သမ္မပ္ပလာပခေါ် အရှော်အရွတ် မွတ်နေအောင် ပြောတတ်သောလူသား ထိုလူသားများတာစားသည်။

ထိုအလျှုမျိုး ပွဲတိုးနေသူ၏ စိတ်အစဉ်ကို လေ့လာရသော်။ ငါ ဦးစီးကျင်းပမည်ဟူသော ဒိဋ္ဌိကလည်း လည်ပင်း ကွင်းစွပ်ပြီးသား။ သူပါမှ ဖြစ်မည်ဟူသော တဏှာကလည်း ခြေကျင်းဝတ်စွပ်ပြီးသား။ ဘယ်လို ဘယ်လို စီမံဖန်တီးလိုက်မည် ဟူသော မာနဓာတ်ကလည်း ခါး ပတ်ပြီးသား။

ထို ငါ၊ သူ အဘယ်မူဖြင့်ဟူသော ပပဉ္စတရား၊ကိုယ်ကိုယ်မှာ လျှို့ထားပြီးသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် တစ်ဆက်တည်းပင် ကိုယ့်ကိုယ်ကို အထင်ကြီးရာမှ မြတ်နိုးလာခြင်း၊ သူ သူများအပေါ် အထင်ကြီးရာမှ မြတ်နိုးလာခြင်း၊ ဖန်တီးထားသော အရာဝတ္ထုများအပေါ် အထင်ကြီးရာမှ မြတ်နိုးလာခြင်းများနှင့် အတူ သာယာ တပ်စွဲခြင်းရာဂ တန်းမတ်စွာ ကျရောက်လာမည်။

ထမင်းခွက် မစင်တစ်စက် ကျသက်လာသည်ပမာ. . . ၊ အကျိုးပေးကာလ ကောင်းစားခြင်းကို ဖျက်ဆီးပစ်မည့် ကပ်ပါးပိုး ကျရောက်လာခြင်းတည်း။

ထိုစိတ်ကပ်ပါးပိုး သာယာတပ်စွဲခြင်း ရာဂနှင့်အတူလည်း ငါလုပ်လျှင် သူများထက်လည်းသာမှ သူများထက်လည်းကောင်းမှ ဟူသော အယူမှားကြောင့်၊ ဖန်တီးထားသော ပစ္စည်းဘက် စိတ်ရောက်က လောက်မှ လောက်ပါ့မလား၊ ပိုများနေမလား၊ လိုများပဲနေမလား ဝီစိကီစ္ဆာ မောဟတရားများ လွှားခနဲဝင်လာမည်။ ဖိတ်ခေါ်ထားသောသူဘက် စိတ်ရောက်သွားလေက လာမှ လာပါ့မလား၊ အချိန်မီမှ ရောက်ပါ့မလား၊ လူပို ပါလေဦးမလား ဝီစိကီစ္ဆာများ ဘွားခနဲ ဝင်လာမည်။

ထိုနှင့်တွဲဖက် ထိုနှင့်တစ်ဆက်တည်းပင်. . .

စိတ်တို့သည် ဂနာမငြိမ် ကွန်ဒြိုမရ၊ ထိုစိတ် ထိုးကျင့်သမျှ ကိုယ်လည်း ဟိုပြေးသည်ပြေး ပုံ့.ပူခြင်း ဥဒ္ဓစ္စ မောဟတရားများ ကလည်း ပေါက်ချလာဦးတော့မည်။

အကယ်တိတိ. . . သူအလိုကျရာ ဧည့်ခံပစ္စည်းဘက်က သော်လည်းကောင်း၊ ဧည့်သည်ဘက်ကသော်လည်းကောင်း၊ ထင်သလိုမဖြစ် အထစ်ထစ် အငေါ့ငေါ့ ဖြစ်လာခဲ့ပါသော်ကား ပြစ်မှားခြင်း ဒေါသစိတ်နှင့်အတူ နှလုံးမသာယာစိတ် ယိုဖိတ်လာမည်မှာ သေချာသွားတော့ပြီ။

ထိုပွဲတစ်ခုလုံး စာရင်းချုံး၍ တွက်ကြည့်သော် အလှူရှင်ကား အပျော်ကိုဖျာခင်း ငါ၊ သူ၊ ဝတ္ထုဖြင့် တလင်းခံထားခြင်း၊ အလှူ ဝတ္ထုကား ကွဲ၊ နွား၊ သိုး၊ ဆိတ် မသာပေါ်စေကာ ကြော်လှော် ချက်ပြုတ်ထားခြင်း၊ အလှူခံကား ကိုယ်လိုလားရာ မြတ်နိုးရာ ပုဂ္ဂိုလ်ပုံ၌သာ အာရုံချထားခြင်း၊ ထိုသုံးခင်းတို့ကို လက်ရင်းအဖြစ် တွေ့သိကြရမည်။

ထိုသုံးခင်း အရင်းတည်မှာရာမှ သာယာတပ်စွဲခြင်း၊ အလိုမကျ အားမရခြင်း၊ နှလုံးမသာယာခြင်း၊ ထိုတို့၏ အထိုးအနှက် ဒဏ်ကြောင့် စိတ်ပျံ့ကျဲနေတော့ခြင်း၊ ဝေခွဲမရခြင်း၊ နှလုံးမသာယာခြင်းတို့ကိုလည်း လက်ခွဲအဖြစ် တွေ့သိကြရမည်။ လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟ အရင်းထားသော ကံမြောက်တရားတည်း။

ထိုအလှူမျိုး. . .

လောဘသည် လှူရာ၌ လိုလားနှစ်သက်ရုံမျှဖြစ်ပြီး ယူရာကျလျှင်ကား (အကျိုးပေးခံစားလှည့်ရလျှင်ကား) ပူဆာ၍ချည်းသာ နေတတ်လှသဖြင့် ကောင်းစားမည့်ဘဝ ရန်စမည့်အရာဟူ၍ မသိရှိသူတိုင်း၊ မလွတ်ကင်း။

ဒေါသသည် လှူရာ၌အလိုမကျ အားမရရုံမျှဖြစ်ပြီး ယူရာကျလျှင်ကား သူတကာပြုလုပ်ပေးသမျှ ဘာကိုမှ စိတ်တိုင်းမကျ၊ ထစ်ခနဲဆို တုတ်ပြ၊ ဓားပြဖြင့် ရန်စမည့်အရာဟူ၍ အသိမရှိ

သူတိုင်း မလွတ်ကင်း။

မောဟသည် လျှံရာ၌ ငေးရုံ၊ တွေးရုံ၊ ပြေးရုံမျှ ဖြစ်ပြီး ယူရာကျလျှင်ကား သူတကာလုပ်သမျှနောက် လိုက်လုပ်နေရခြင်း၊ သူ တကာပြောသမျှ သဘောကျနေတော့ခြင်း၊ သူတကာတို့ အပြောလည်း မလာ၊ အပြုလည်းမရောက် မိမိတစ်ကိုယ်တည်း နေရလေသောအခါ စိတ်ဟိုရောက် သည်ရောက်သော်လည်း ကောင်း၊ စိတ်မလှုပ်ရှား တွေစိတ်မျှားချည်းသော်လည်းကောင်း၊ ကြံရည်ဖန်ရည် ကင်းပ နမူး နထူးဘာဝဖြင့် ရန်စမည့်အရာဟူ၍ အသိ မရှိသူတိုင်း မလွတ်ကင်း။

စိုက်သောမျိုးအတိုင်း ပျိုးထလာမည်ကို သတိပြု။

အတိတ်အကြောင်းခံအတိုင်း ပစ္စုပ္ပန်အကျိုးဖြစ်လာမည်ကို သတိပြု။

လယ်မှန်သမျှ လူတို့အတွက် ဝမ်းစာကိုလည်းကောင်း၊ မျိုးထားကိုလည်းကောင်း၊ ကောင်းမှုကြိုးစားခြင်းကိုလည်းကောင်း တာဝန်ခံသောကြောင့် အကောင်းဟူ၍သာ ဆိုရပါမည်။

သို့တစေလည်း . . . ထိုလယ်ခင်းကြား ဆူးပန်းတောင်း၊ ပေါင်းမြက်၊ ကန်စွန်းနွယ်တို့ ရှုပ်ယှက်ခတ် ပေါက်ရောက်နေခဲ့သော် မကောင်းစာရင်း ထိုးသွင်းရသည်ချည်းပမာ။

လူဖြစ်ကြောင်း ဤဒါနကုသိုလ် အပေါင်းသည်လည်း မိမိ

လည်း တဏှာစွန့်ပြီး သူတစ်ပါးလည်း ကောင်းကျိုးပြီးစီး၊ ထို အကျိုးများကို ပြီးစီးစေနိုင်သောကြောင့် အကောင်းဟူ၍သာ ဆိုရပါသည်။

သို့တစေလည်း. . . ငါမနေသာ သူမှာဒုက္ခ မုချဖြစ်စေ တတ်သော လောဘ၊ ငါ့မှာ သွေးပျက် သူဘက်အကျိုးယုတ်စေ တတ်သော ဒေါသ၊ ငါလည်း ထိတ်လန့် သူလည်း စိတ်မသန့် စေသော မောဟ၊ ထိုသုံးမျိုးတို့ စိတ် စေတနာ၌ ဝင်တိုးနေခဲ့သော် မကောင်းစာရင်း ထိုးသွင်းကြရတော့မည်သာ။

ကောင်းခြင်း၏အကြောင်းခံကား မတောင့်တဘဲ ရစေခြင်း တည်း။ ကောင်းခြင်း၏ အကြောင်းခံကား အအေးကြားမှ ကြီးပွား စေခြင်းတည်း။ ကောင်းခြင်း၏အကြောင်းခံကား ရှေ့နောက်တိုင်း ထွာ ဉာဏ်ပညာကြားမှ ကြီးပွားစေခြင်းတည်း။

ထိုဆိုခဲ့ပြီး ကောင်းမှုမျိုးကား လူတစ်စုဖြင့်ဖြစ်စေ၊ မိသား တစ်စုနှင့်ဖြစ်စေ၊ တစ်ဦးတည်းဖြစ်စေ ပြုလုပ်လေတိုင်း မျိုးထား ရာ ရွက်မှော်ပါလေသည်ပမာ တဏှာလောဘ မကင်းသော ကြောင့်လည်းကောင်း၊ မျိုးထားရာ ဒိုက်သရောပါလေသည်ပမာ မာန၊ ဒေါသမကင်းသောကြောင့် လည်းကောင်း၊ မျိုးထားရာ အဖျင်းပါလေသည်ပမာ တွေဝေးဝေး မောဟ မကင်းသော ကြောင့်လည်းကောင်း ကောင်းကျိုးခံစားဖို့ရာ အကြောင်းခံ

ကင်းမဲ့သော အဟိတ်ဒါနမျိုးထဲ ထိုးဝင်သွားတော့ပြီ။

ထိုအဟိတ် ဒါန သတ္တိ၏ အကျိုးသည် တိရစ္ဆာန်နှင့်လူမျှ လောက်ကိုသာ တိုးဝင်နိုင်ရကား ငိုလ်ခွေး၊ အင်းခွေး၊ ကျောင်းခွေး စသည်များနှင့် ကျောင်းခို ကြက်၊ ဝက်၊ နွားများလောက်ကိုသာ. . . ။ ၎င်းတို့သည် တိရစ္ဆာန်ဖြစ်လင့်ကစား သခင့်အလိုက္ခ တစ်ဖက်သို့ လိုက်လံဖျက်ဆီးမပေးရခြင်း၊ သခင့်အလုပ်ဘာမှဝင်လုပ်မပေးရခြင်းကြောင့် ချမ်းသာကြ၏။ သို့သော် အကြောင်းခံကင်းသောကြောင့် မကောင်းစား။

တစ်ဖန် လူဖြစ်သော်မှလည်း လူအမည်ခံမျှထက်မပို။ ထိုအမည်ခံလူသားသည် တိရစ္ဆာန်အဖြစ်နှင့် နှိုင်းစာလျှင် ကိုယ်ပြီး၊ ကိုယ်ပိုင်ဘဝ စိတ်တိုင်းကျ နေခွင့်ရသောကြောင့် တိရစ္ဆာန်ထက်ကား အဆင့်သာ၏။ ချမ်းသာ၏။ သို့သော် မကောင်းစား။

လူတို့၏ဆင်းရဲ မွဲတေခြင်းသည် ဒါန နည်းပါး၍ကား မဟုတ်ကြပါ။ စင်စစ် ဒါနလွဲနေကြ၍ ချည်းသာ။ ထိုစဉ် စေတနာဦးစားမပေး၊ ငါ ဦးစားပေးခြင်းကား အမှတ်(၁) အလွဲအမှားတည်း။ စေတနာ ထက်အောင် မသွေး၊ ဝတ္ထုအကောင်းရွေးခြင်းကား အမှတ်(၂) အလွဲအမှားတည်း။စေတနာသန့်အောင်မမွေး၊ အလှူခံ ရွေးနေခြင်းကား အမှတ်(၃) အလွဲအမှားတည်း။

ဘာသာမှန်သမျှ အောက်ထစ်ဆုံး ကံယုံလောက်တော့

ရှိကြမြဲဖြစ်ရာ ဘာသာတိုင်း ဘာသာဝင်တိုင်းလျှင် ကံစွမ်းပြ ဒါန ခန်းကား ချကြစမြဲချည်းသာ။ ဒါနပယ်သော ဘာသာဟူ၍ မရှိ။ အောက်ထစ်စား နတ်သမားပင်လျှင် ဒါနဝတ် လက်ကမလွတ်။ မိမိတို့ အစဉ်အလာအရ ပုံမှန်အဖြစ် နေ့စဉ်၊ အထူးသဖြင့် အခါကြီး ရက်ကြီး များတွင် ဦးဆောင်လှူဒါန်းမြဲချည်း ဖြစ်ကြ၏။ လိုက်ပါလှူဒါန်းမြဲချည်းဖြစ်ကြ၏။ ပါဝင်လှူဒါန်းမြဲချည်းဖြစ်ကြ၏။ သို့စဉ်လျက် မွဲနေခြင်း (မကောင်းစားခြင်း) ကား လွဲနေကြ၍ပင်။

အကယ်တိုတိ. . . ထိုသို့ လှူဒါန်းရာ၌ စိတ်စေတနာကား အလွန်ထက် အလွန်သန်၏။ သို့ရာတွင် ထို၏အကြား ရာဂ၏ သာယာစိတ်၊ ဒေါသ၏အလိုမကျ အားမရစိတ်၊ မောဟ၏ ပုံ့တွေ ငေးမောစိတ်များ လမ်းသလားနေပါက စေတနာကြောင့် မျိုး ထားများ တိုးပွားကာ ပစ္စည်းရှိကောင်း ရှိလာမည်။ ဖျက်မျှင်းများ ကြောင့် ကိလေသာမှောင့် စိတ်ဖြောင့်ဖြောင့် ခံစားခွင့်မရပြီ။ ထိုလူသားမျိုးကား ပစ္စည်းရှိ လူဆင်းရဲမျိုး ကမ္ဘည်းထိုးရပြီ။

ကိုယ့်ကိုယ်ကို ခင်မင်မှုအားကြီးခြင်းရာဂ၊ သူ့အပေါ် ခင်မင်မှုအားကြီးခြင်း ရာဂ၊ အာရုံခံပစ္စည်းများအပေါ် ခင်မင်မှု အားကြီးခြင်း ရာဂတွင်း ဆင်းမိလျက်သား ဖြစ်နေကာ စိတ်မချ ခြင်း၊ ပုံ့.ပူခြင်း၊ နှလုံးမသာယာတော့ခြင်း ဆက်လက်ဖြစ်ပွား လာခြင်းသည် ပစ္စည်းရှိ လူဆင်းရဲသရုပ်တည်း။ သို့မဟုတ် သဲကျမုန့် ကောက်စားမိနေခြင်း။

ထိုနှင့်တစ်ဆက်တည်း. . . ကိုယ့်ကိုယ်ကို မည်သူနှင့်မျှ တန်သည်မထင်ခြင်း၊ ကိုယ့် ပစ္စည်းကို မည်သူ့မျှ မပေးလိုခြင်း၊ ကိုယ့်သားသမီး မည်သူနှင့်မျှ မရောစေလိုခြင်း၊ ကိုယ့်ကာမပိုင်ဇနီး (လင်) မည်သူနှင့်မျှ စကား မပြောစေလိုခြင်းမျှားသည်လည်း ယင်းပစ္စည်းရှိ လူဆင်းရဲသရုပ် ထုတ်ပြနေခြင်းပင်တည်း။

တောင့်တခြင်းသည် ကြောင့်ကြခြင်းကိုသာ အကျိုးပေး၏။ တပ်မက်ခြင်းသည်လည်း ငြိကပ်တွယ်တာခြင်းကိုသာ အကျိုးပေး၏။ ကောင်းကျိုးအရ စိတ်ချလက်ချ ခံစားခွင့်ရကိုကား မည်သို့မျှ တာဝန်မခံနိုင်။ မရိုးစေ့က သရက်ပင်ပေါက်လာပြီး သရက်သီးမှည့် မှည့်ပေးသည် မရှိခဲ့ဘူးသည့်ပမာတည်း။

ဘာကြောင့်နည်း။

ထို တောင့်တခြင်း၊ တပ်စွဲသာယာခြင်းမျှားသည် စွန့်လွှတ်ခြင်း (ပစ္စည်းစွန့်ပြီးသည်နှင့် ငါ့ပစ္စည်းစွဲပါ လက်လွှတ်ခြင်း) ဒါနကို ဆန့်ကျင်လျက် ဉာဉ်၊ စရိုက်၊ ဝါသနာတို့၏ နားသက်ရာ ကိလေသာ အပူမျှားနှင့် လက်ဆက်နေခြင်းမျှားကြောင့်တည်း။

"လှူတိုင်းလည်း အမြတ်မထွက်၊ လှူတတ်မှ အမြတ်ထွက်ကြမည်"။

✦

၂။ စေတနာတော့ သန်ပါ၏ သို့သော် ကံမပြင်မီခဲ့၍

တစ်ဖက်သို့ အာရုံပြု၍ ကောင်းမှုဆက်လျှင် စေတနာသဒ္ဓါဘက် သက်စေ၏။ မိမိဘက် အာရုံပြု၍ ကောင်းမှုဆက်သော် ဝေဒနာ တဏှာဘက် သက်စေ၏။

ချိန်ခွင်ဘောင်ဝယ်. . . ချိန်ခွက်ကသာ နှစ်ဖက်ရှိ၏။ လျှာကား တစ်ခုတည်းမျှရှိရာ ထိုလျှာကား အလေးသာသည့် ဘက်ထွက်ခဲ့မည်။ ပေါ့ရာဘက်ကိုကား နှုတ်မျှပင်မဆက်ဖြစ်။

သည့်ပမာလျှင်. . . ကောင်းမှုပြုရာ၌ စေတနာထားရာ အာရုံယူစိတ်ကား တစ်ခုတည်းမျှဖြစ်ပြီး အာရုံရှင်ကား သူနှင့်ငါဟူ၍ နှစ်ဖက်မျှရှိနေချေရာ အာရုံယူစိတ် သွားရောက်ကျက်စားရာဘက်မှာသာ စေတနာလည်း အလေးသာမည်။

ထိုသို့ အလေးသာရာ၌ . . . ငါ့အတွက် ယခုသော်လည်းကောင်း၊ နောင်သော်လည်းကောင်း ကောင်းစားရန်ဟူ မိမိဘက် အာရုံပြုကာ စေတနာ သက်မိသည်နှင့် ဉာဉ်၊ စရိုက်တွင်းအောင်းကိလေသာများ နှိုးထလာတော့ရာ စေတနာ သဒ္ဓါအစား ဝေဒနာတဏှာများကသာ ဖ်စီးလာတော့မည်။

အကယ်တိတိ သူတစ်ဖက် ဤကောင်းမှု အထောက်အပံ့

ကို ရယူ၍ ယခုအတွက် နောင်အတွက် သူအတွက် အများအတွက် အကျိုးသက်ရောက်စေမည့် အကျင့်များ ဖြည့်ကျင့်ရန်ဟူသွဘက်အာရုံပြုကာ စေတနာသက်မိသည်နှင့် ဉာဉ်၊ စရိုက်တွင်းအောင်း ကိလေသာများ အနည်ကျသွားစေသည်ပမာ မထလာတော့ရာ "ဝေဒနာ ပစ္စယာ တဏှာ"အစား "စေတနာ သဒ္ဓါ" တရားများကသာ ထွန်းကားလာတော့သည်။

တစ်ဖန် သူဆိုသော သူသော်မှ . . . ထိုကောင်းမှုဖန်၏ ကောင်းကျိုးခံ ပုဂ္ဂိုလ်ကိုမသုံးသပ်။ ယင်း ကျင့်သုံးနေသော သိက္ခာဓာတ် (ရန်နှင့်မိတ်ကို ပိုင်းခြားမြင်နေသော ပညာမဂ္ဂင်၊ ရန်ကိုဆီးတား သုတ်သင်နေသော သီလမဂ္ဂင်၊ ရန်ကို အပြစ်ဒဏ်ပေးနေသော သမာဓိမဂ္ဂင် ထိုသုံးရပ်တို့၏ နယ်သိမ်း လက်စွမ်းကြောင့် ငြိမ်းချမ်းနေသော ရုပ်ဓာတ် စိတ်ဓာတ်)သို့ အာရုံပြုတတ်မှသာ လရောင်အောက်သွား ထိုလူသားသို့ လ၏အအေးဓာတ်ပြေးလာဟပ်သည်ပမာ မိမိစေတနာ သဒ္ဓါ၌ အငြိမ်းဓာတ်ကိန်းတည်လာမည်။

သို့မဟုတ်ပါဘဲ . . . ကောင်းမှုဖန်၏ ကောင်းကျိုးခံထိုပုဂ္ဂိုလ်၏အပေါ် အထင်ကြီးခြင်း၊ အထင်ကြီးရာမှ မြတ်နိုးလာခြင်း၊ မြတ်နိုးရာမှ အားကိုးခြင်းတို့ဖြင့် မိမိသုံးစေလိုသောပစ္စည်းကို မိမိသုံးစေလိုသောပုဂ္ဂိုလ်က သုံးစားနေပါသည်ကို ကြည့်၍ ပီတိအားကျ နှစ်သက်ခြင်း၊ အားရခြင်း ကာမဇောများ

ကျနေခဲ့သော်၊ တစ်ဖန် ထိုပစ္စည်း ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကိုမှီ၍ မိမိသည်လည်း အခုလည်း ကောင်း၊ နောင်လည်း ကောင်းစေသော ကာမဆုတောင်းဖြင့် ရလိုကြောင်း မျှော်နေခဲ့သော် စေတနာသဒ္ဓါများ နောက်ဆုတ်မည်။ ဝေဒနာတဏှာများ အစားထိုးဝင်လာမည်။

ယင်းကိုထောက်၍ အာရုံထား မှန်ကန်ရေးသည် ကောင်းစားခြင်း၌ အဓိကဖြစ်နေသည်ကို သတိပြုလေ။

"သဗ္ဗေ ကုသလာဓမ္မာ ယောနိသော မနသိကာရ မူလကာ။

ကုသိုလ် ကောင်းမှု မှန်သမျှ နှလုံးသွင်းမှန်ကန်ခြင်းက အရင်း မူလ မဟုတ်လော။"

"သဗ္ဗေ အကုသလာဓမ္မာ အယောနိသော မနသိကာရ မူလကာ။

အကုသိုလ် မကောင်းမှု မှန်သမျှလည်း နှလုံးသွင်းမှားယွင်းခြင်းက အဓိက မဟုတ်လော။"

ထိုအကြောင်း ကောင်းကောင်းသိနေသော အလှူရှင်သည်

၁။ သောမန- စေတနာ သဒ္ဓါကြည်စိတ် ဖြစ်စေရန် အလှူခံ၏ အကျင့်ဂုဏ် အာရုံယူထားလိုက်ပြီ။

၂။ အသခီရိက-စေတနာ သဒ္ဓါထက်ဖြစ်စေရန် အချိန်အခါကြည့် အလိုက်သိသိ ပြင်ဆင်ထားလိုက်ပြီ။

သို့သော် စိတ်ကို သတိဖြင့် ထိန်းကျောင်းမထားမိခြင်း၊ အသိဖြင့် ဖြစ်ပျက်မြင် ဆင်ခြင်စိတ် သွင်းမထားမိခြင်းကား လစ်ဟင်းလျက်ရှိခဲ့ပြီ။ သို့မဟုတ် လောဘသတ်၊ ဒေါသသတ် ကား ပြုကျင့်ခဲ့ပြီးပြီ။ မောဟကား မသတ်မိခဲ့သေး။

သို့ကြောင့် စေတနာ သဒ္ဓါကိန်း ထိုစိတ် . . . လောဘ၊ သောကတို့ ပူဆာရာမှဖြစ်သော ယောက်ယက်ခတ်လောက် မဆိုးဝါးသော်မှ မိမိကိုယ်အနား သခင်ချစ်ခွေး အလားကဲ့သို့ ကပ်လျက်သားကား မရှိပြီ။

ငါ၊ ဝတ္ထု၊ ပုဂ္ဂိုလ်သို့ ဦးတိုက် အလိုက်သင့်သော်လည်း နေမည်။ ဆင်ခြင်စိတ် မန္ဒူးသဖြင့် ငိုးတိုးငိုင်တိုင်လည်း ဖြစ်ကောင်းဖြစ်နေမည်။ မြင်ရာ ကြားရာ စသည်နောက် ဖျောက်ခနဲ ဖျောက် ခနဲလည်း ရောက်ကောင်း ရောက်နေမည်။ မျိုးထား စပါး ထားစဉ် ကပ်၍ မစင်သောအလား ဖြစ်နေပြီ။

စပါးလယ်ခင်းတွင်း ဝင်ရောက်ပေါက်နေသော ဆူးပန်း တောင်း မကောင်းမှန်းသိလျက်နှင့် (လူအန္တရာယ်ပေးမည်မှန်း အသိသားနှင့်) မနုတ်ပယ်ခဲ့ပါမူ ယူရာ၌လည်း စူးမည်။ နယ်ရာ၌လည်း စူးမည်။ လူကိုကား မည်သို့မျှ ကောင်းကျိုးမပြု။

သည့်အတူပင်လျှင်. . . ဘဝတည်စ သံသရာအလည် ခရီး ကြွရန် ခံပေးထားသော အဝိဇ္ဇာမောဟကို ရေသောက်မြစ် မနုတ်နိုင်သော်မှ ငုတ်ရုံလေး မြုပ်မပေးနိုင်ခဲ့သော ထိုအလျှူသည်

. . . ကောင်းကျိုးရဘဝကား လူ့ဘဝ၊ နတ်ဘဝမျှသာ။ ကောင်းကျိုးပြခံစားရမူကား ငါ၊ သူမကင်း အချင်းချင်း ရစ်ပတ်ခြင်းမျှသာ။ ထိုအကျိုးပေးကား ဒွိဟိတ်ပဋိသန္ဓေ ဒွိဟိတ်စိတ်ထား မျှရှိသော လူအဖြစ် နတ်အဖြစ်မျှကြောင့်။

လောဘကင်းသဖြင့် တစ်ဖက်အပေါ် ရက်ရောမည်။

ဒေါသကင်းသဖြင့် တစ်ဖက်အပေါ် ကြည်ဖြူမည်။

သို့သော် သူ့အကျိုး ကိုယ့်အကျိုး ခွဲခြားမကြည့်တတ်။ ခုအကျိုး နောင်အကျိုးလည်း ခွဲခြားမသိတတ်။ ပင်ကိုယ်ဖြစ်စဉ် အကြောင်းခံ အပြင်အဆင်ကိုလည်း မမြင်တတ်။ သို့ကြောင့် ထိုလူသား လောဘ ဖယ်ရှင်း တောင့်တမှုကင်းသဖြင့် ကောင်းစားမည်။ သို့သော် တစ်ဖက် အလိမ်အညှစ် အစ်နေအောင် ခံနေရခြင်းကြောင့် မချမ်းသာလာ။

ဒေါသဖယ်ရှင်း ကြည်ဖြူစိတ် တင်းတင်းကြောင့်ကား ကောင်းစားမည်။ သို့သော် အလွဲမှားချည်း ဆုံးဖြတ်ချက်မှား မျှားနေခြင်းကြောင့် မချမ်းသာလာ။ အုန်းသီးရမျှောက် ကောက်ကြည့် မြှောက်ကြည့်ရုံဖြင့် ပြီးရမည့် ကိန်းတည်း။

✦

သတိမသုံးသဖြင့် ဆုံးရှုံးရမည့် အနွှင့်အရေးများ

သံသရာပတ်ခြင်းသည် အဝိဇ္ဇာ မောဟဖြင့် ချည်နှောင်၍ ရစ်ပတ် ပတ်ရခြင်းတည်း။ သံသရာပြတ်ခြင်းသည် ဝိဇ္ဇာသတိဖြင့် ဖြေချကာ ထစ်ပြတ် ပြတ်ရခြင်းတည်း။

မသိသောအသိသည် ဗီဇသတ္တိကို လန်းဆန်းစေ၏။

သိသောအသိသည်ကား ယင်းဗီဇသတ္တိကို ကျွမ်းစေ၏။

လူသားတိုင်း (ဗုဒ္ဓဝါဒီတိုင်း) "ဝဋ္ဋဘဝတိုတိုနှင့် မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်ကို ရ,ရပါလို၏"ဟူ၍ အစဉ်ဆုတောင်းလေ့ရှိ၏။ သို့သော် ဝဋ်လားဘဝကို တိုစေတတ်သော သတိကိုကား အသာထား၊ ဝဋ်ဘဝရှည်စေတတ်သော မေ့မေ့ပျော်ပျော်ကြားသို့သာ သွားလာနေတတ်ကြ၏။ တွေမှိန်း မှိန်းခြင်း၊ ပြန့်မှိန်း မှိန်းခြင်း၊ ငေးမှိန်း မှိန်းရခြင်းများကိုလျှင် အရသာ ထင်နေတတ်ကြ၏။

တစ်နေ့တာ ဘာလုပ်လုပ် ထိုမှိန်းတရားချည်းကိုသာ တွင်တွင်ပွားနေသော်၊ တစ်ညတာ ဘာလုပ်လုပ် ထိုမှိန်းတရားချည်းကိုသာ ပွားထုံနေပါသော် ထိုလူသား၏ဉာဉ်၊ စရိုက်၊ ဝါသနာအထားကား မောဟနယ်ခွင်ကြားချည်း ဖြစ်နေချေရာ ဒါန ကောင်းမှု ပြုရာ၌ပင် သူမပါ ပွဲမပြီး စေတော့ပြီ။ စိတ်အလိုလိုက် စိတ်တိုက်မည်ကို စိုးရိမ်၍ သတိမပါစေခြင်းပင်တည်း။ စိတ်အထွဋ်တပ် စိတ်မလွတ်လပ်မည်ကို စိုးရိမ်၍ သတိခေါ်

မလာခြင်းပင်တည်း။

ထိုအလှူ မည်မျှ သဒ္ဓါဖြူပါသည်ဆိုဆို ပျံ့ခြင်း၊ တွေခြင်း၊ ငေးခြင်း မောဟအနှောက် အဖောက် ခံထားရကား ဒါနဝိသုဒ္ဓိ အရာမဝင်နိုင်။

ထိုအလှူ လူ့အရာ၊ နတ်အရာကား ဝင်စေ၏။ သို့သော် လူကောင်းစား၊ နတ်ကောင်းစားလောက်မျှဖြင့်သာ ပြီးပြေရတော့ မည်ဖြစ်ရာ နိဗ္ဗာန်တံခါး သွားခွင့် မရှိ။

သို့ကြောင့် ထိုအလှူ့ရှင် ထိုအကျိုးပေးဘဝ ခံစားခွင့်ရစဉ် ကာလ၌ မိမိသည် အလှူ့ရှင်နေရာမှပင်နေကာ သီလဝန္တ အလှူခံ ပုဂ္ဂိုလ်ထား ကုသိုလ်ပွားတော့သည်။

မိမိကိုယ်တိုင်ကား သီလဝန္တအလှူခံအဖြစ်ကို လည်းကောင်း၊ စိတ်ကိုလည်း မည္ဘာ၊ ကိုယ်ကိုလည်း အနာခံထား သမထ ဝိပဿနာအရာများဖြင့် စျာန်လမ်း၊ ဉာဏ်လမ်း တက်ရောက်ခြင်းကိုလည်းကောင်း မည်သည့်ကာလမျှ စိတ်ကူးထည့် လိမ့်မည် မဟုတ်ပြီ။

ငေးစိတ်သည် လေးနက်သောကိစ္စတွင်း မဆင်းသောကြောင့်တည်း။ ပျံ့စိတ်သည် တည်ကြည်သော သမာဓိနှင့် မတည့်သောကြောင့်တည်း။ တွေစိတ်သည် တပ်အပ်သိပညာနှင့် သဘောထား ကွာနေသောကြောင့်တည်း။ သို့မဟုတ် ငေးခြင်း၊ ပျံ့ခြင်း၊ တွေခြင်း ထိုသုံးမျိုးတို့က သီလ၊ သမာဓိ၊ ပညာ သုံးသိက္ခာ

တို့ကို လိုက်လံနှောင့်ယှက်နေကြခြင်း။

အကယ်၍သာ. . . ဒါနမျိုးစေ့ချစဉ်ကာလဝယ် သတိလက်မလွတ်၊ ပုတီးလက်ကောက်ကဲ့သို့ စိတ်ဝယ်စွပ်လျက်ကလှုဒါန်းခဲ့ပါမူ၊ ထိုသတိကြောင့် ထိုစိတ် ငေးခြင်း၊ ပျံ့ခြင်း၊ တွေခြင်းသို့ မကူးတော့ပြီ။ ထိုသတိကြောင့် ထိုစိတ် ငါ၊ ဝတ္ထု၊ ပုဂ္ဂိုလ်ပေါ်သို့လည်း မကူးတော့ပြီ။ ထိုအလှူ မည်မျှ ဆူဆူပူပူဖြစ်နေစေ၊ စင်ကြယ်သော ဒါနဝိသုဒ္ဓိ တွင်း စာရင်းသွင်းရပြီ။ ထိုအလှူ လူအရာ၊ နတ်အရာထား လူကောင်းစား၊ နတ်ကောင်းစားမျှမဟုတ်။ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာတို့အပြင် နိဗ္ဗာန်အထိ ခရီးနှင်နိုင်သည်။

သို့ကြောင့် ထိုအလှူရှင်၏ ထိုအကျိုးပေးဘဝ ခံစားခွင့်ရစဉ်ကာလ၌ မိမိကိုယ်တိုင်လည်း သီလဝန္တအဖြစ် ခံယူ၏။ သီလဝန္တ ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်း ချဉ်းကပ်လှူဒါန်း၏။ နတ်ဖြစ်မူ စိတ်နှလုံးအလို တောင့်တတိုင်း အလိုလိုပြီးစီးစေသော ဝသဝတ္တီဘုံအထိ ခရီးပေါက်နိုင်၏။ အကျိုးပေး ခံစားရတိုင်းလည်း ရှာတုန်းက လောဘပိုး မဖောက် အလိုအလျောက်ရသည့် နည်းတူ. . . ခံစားစဉ်၌လည်း လောဘပိုး မဖက် ခံစားရုံသက်သက်ဖြင့် ပြီးပြေမည်။ ရှာတုန်းက ဒေါသပိုးမဝင် အလိုအလျောက်ပင်ရသည့် နည်းတူ. . . ခံစားရာကာလတွင်လည်း ဒေါသခိုး မထွက် ခံစားရုံ သက်သက်ဖြင့် ပြီးပြေမည်။ ရှာတုန်းက မောဟပိုးမကျ

အသိတရားဖြင့်ရသည့်နည်းတူ. . . ခံစားရာကာလတွင်လည်း မောဟမဖက် သတိ၊ အသိ တစ်ဖက်ဖြင့် ခံစားနေမည်။

အကယ်တိတိ ထိုလူ.ဘဝ နတ်ဘဝ ထိုစည်းစိမ်ခံဘဝဖြင့် မရပ်လိုဘဲ နိဗ္ဗာန်အထိ ဆက်လိုလျှင်လည်း သတိကြောင့် အငေးအငိုင် ရင်ဆိုင်မလာသောကြောင့် စိတ်ပါလက်ပါ ကျင့်ခွင့်သာ၏။ သတိကြောင့် အပျံ့.မသီလာဘဲ ၎င်း၏ဆန့်ကျင်ဘက် စိတ်တည် သမာဓိ ရင့်ကျက်လာ၏။ သတိကြောင့် တွေခြင်းမရှိဘဲ ဆရာ့ဟောကွက် ဉာဏ်ဝင်စွက်ရာ၌ဖြစ်စေ၊ မိမိရှုကွက် တွေ့.သိချက်၌ ဖြစ်စေ ရှင်းလင်းသိ သိစေ၏။ သတိပါသော အလှူရှင်၏ တန်ဖိုးတည်း။

ဆိုခဲ့ပြီး ဒိဟိတ်ဒါနမျိုးသည်ကား သတိမစွက်၊ ဆားမပါသော ဟင်းပဲ့ပျက်မျိုး ပမာသော စိတ်စေတနာတို့၏ အထားကြောင့် ထိုအခွင့်အရေးမျိုး မရနိုင်။ ဘာလုပ်လုပ် ယတိပြတ်မဟုတ်၊ တွန့်ဆုတ် တွန့်ဆုတ်သာ ရှိမည်။ ဘာပြောပြော သဘောမပေါက်။ ဉာဏ်မျက်စိ မှောက်လျက်ကသာရှိမည်။ လွဲစရာရှိ ထိုသူမျိုးမှမလွဲ မည်သူသည် လွဲပါတော့အံ့နည်း။

လူသားတိုင်း ကောင်းစားချင်ကြ၏။ သို့သော် ကောင်းအောင်ကား မလုပ်တတ်ကြ။ လူသားတိုင်း ချမ်းသာချင်ကြ၏။ သို့သော် ချမ်းသာအောင်လည်း မလုပ်တတ်ကြ။

အကယ်တိတိ. . . ကောင်းစားချမ်းသာပြီးဖြစ်နေသူ

သီလဝန္တ၊ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟများ ခဝါချ၊ ကံပေးဥစ္စာ၊ ဉာဏ်ပေးဥစ္စာ၊ ဝီရိယပေးဥစ္စာ အတိတ်ရိက္ခာထုပ် ဖော်ထုတ်ကာ စားနေသူများက "ငါလိုကောင်းစား ချမ်းသာချင်ရင် မင်းလက်ထဲက လောဘကို ပုတ်ချပစ်လိုက်" ပြောလည်း မယုံရနိုး ယုံရနိုး နည်းနည်းမျှအတုမခိုး။ "ငါလိုရှာဖွေတောင့်တခြင်း ကင်းစွာဖြင့် ကောင်းကျိုးချမ်းသာ ခံစားချင်ရင် မင်းလက်ထဲက ဒေါသနှင့် မောဟတို့ကိုပါ ဖယ်ထုတ်ပစ်လိုက်" ပြောလည်း ပြောသူကိုသာ ငေးကြည့်၊ တစ်စိလေးမျှ မောင်းမထုတ်မိ။

အစွဲအလန်းကြီးရာမှ နိုးစပ်ခဲ့ရသော မယား(လင်)ကို ပြန်လည် ကွာရှင်းရမည်မှာ တော်ရုံတန်ရုံ နာကြည်းချက်ဖြင့် မဖြစ်နိုင်သည်ပမာ။ သံသရာထဲ တွဲလျှောက်ခဲ့ရသည်များ ဖြစ်နေကြ၍ ပုတ်မချ ဖယ်မထုတ်ရက်ခြင်းကား အဆိုးမဆိုသာ။

✦

၃။ သုံးချက်လုံး ကောင်းမှ သုံးကြောင်းလုံး ပေါ်မည်

ခရီးသွားရာ၌ ဖဝါး ဘယ်၊ ညာပါမှ လိုရာရောက်၏။ တစ်ဖက်ထားဖြင့် မသွားနိုင်။ စားသောက်ရာ၌ သွားနှင့်လျှာပါမှ ကိစ္စပြီးစီး၏။ တစ်ဖက် ရှိဖြင့် မမိနိုင်။

သည့်ပမာလျှင်. . . ကာမ၏ဂုဏ် အာရုံကို သုံးစွဲရာ၌ လည်းကောင်း၊ သံသရာမှ နိဗ္ဗာန်ဘုံမြို့သို့ ခရီးခဲ သွားရာ၌လည်း ကောင်း၊ သတိ၊ အသိသည် အရေးကြီး၏။ ကိုယ်နှင့်စိတ်လည်း အရေးကြီး၏။

မှတ်ကား မှတ်၏။ မသိက အရှိသို့ အတည့်မဝင်နိုင်။ သိကား သိနေ၏။ မမှတ်ကလည်း အရှိသည် ရှေ့မတိုးနိုင်။

လူသည် မိမိခံယူထားသော လူအမည်ပေါက်နှင့် လိုက်လျောစေကာ လူ့အရှိန့်နှင့် လူသိ သိလိုပါသော် အဘယ်နေရာမဆို ဘာကိစ္စ ကျင့်ကျင့် အသိပေါ်သတိဆင့် လူမှန်းသိ အကျင့် ကျင့်ရတော့မည်သာ။

ဝမ်းစာရှာခြင်မို့ဆိုကာ သတိအသိ လွှတ်မထားအပ်။ လွှတ်ထားသော် လူခွင်လည်းမတိုး။ မိမိစိတ် နောက်ကြောင်းရိုးထဲထိုးဆင်းသွားရော့မည်။

တစ်ဖန် အယုတ်ကျင့် ကျင့်နေဆဲမို့ဆိုကာ သတိ အသိ လွှတ်မထားအပ်။ လွှတ်ထားသော် ယုတ်ရာ၌စွဲ ယုတ်နှင့်စိတ် တွဲသွားပေရော့မည်။

တစ်ဖန်လည်း မြတ်ကျင့်ဖြစ်နေလို့ဆိုကာ ထိုသတိ ထိုအသိ လွှတ်မထားအပ်။ လွှတ်ထားသော် အမြတ်ဂုဏ်မှ မြတ်ပုံ မြတ်နည်း မသိ။ ထိုအမြတ်၌ ငြိနေပေရော့မည်။

ပမာဆိုရသော်. . .

စစ်စိတ် စစ်မာန်အပြည့် သတ္တိလည်းရှိသော စစ်သားကောင်း တစ်ယောက်ကို မွေးထုတ်ပေးနေရာ စစ်သားစုဆောင်းရေးတပ်မှ တပ်မမှူးသည် မိမိထံ လာရောက်အပ်နှံနေသော စစ်သားလောင်းတစ်ဦးအား အဝတ်အစား အဆင်အပြင်ဖြင့်လည်း ပုံစံခွက် သွင်းပေးနေရသည်။ အနေအထိုင် အစားအသောက်ဖြင့်လည်း ပုံစံခွက် သွင်းပေးနေရသည်။ စစ်ပညာရပ်စစ်ထိုးစစ်တက် အတတ်ဖြင့်လည်း ပုံစံခွက် သွင်းပေးနေရသည်။

ပုံစံခွက် အသွင်းခံနေရသော ထိုလူသားသည်ကား အစသော် အရပ်စိတ်နှင့် တပ်စိတ် ချိတ်မိနေသဖြင့် ယောင်နနသာရှိဦးမည်။ နောက်သော် စစ်စိတ်ဘက်က တာစား ငါစစ်သားပဲ စိတ်ဝင်လာသဖြင့် ဖျတ်လတ်လာသည်။ ကြာသော် စားစားသွားသွား နားနားနေနေ စစ်အမူအရာနှင့် မည်သို့မျှ မကွေမကွာပြီ။

သည့်ပမာလျှင် လူသားအမည်ရ လူသားသည်လည်း သတိ၊ အသိ ဘက်စုံဖြည့်ဖြင့် ခရီးလှည့်၍ချည်း အနေကြာလာသော် ဘာမဆို အလိုလိုသိနှင့်နေပြီ။ ကြည့်လိုက်ရုံနှင့် အကြောင်းဘယ်လို အကျိုးဘယ်သို့ ကွဲပြားစွာ သိနှင့်နေပြီ။ ကြားလိုက်ရုံနှင့် အကျိုးရှိ အကျိုးမဲ့ ကွဲပြားစွာ သိနှင့်နေပြီ။ တွေ့လိုက်ရုံနှင့် အပြစ်ကင်း အပြစ်ရှိ ကွဲပြားစွာ သိနှင့်နေပြီ။

တစ်ဖက်ရှိ အတိုက်အာရုံစဉ်တို့ရှိ ပုံရိပ်ဝယ် ထိုအာရုံရှင်၏ စိတ်နေသဘောထားများ အတိအလင်း ပါရှိနေချေရာ သတိဖြင့် မိမိစိတ်ကို စုစည်း၍ ထိုတည့်တည့် အလုံးအရင်းဖြင့် သိစေသော် ဘာမဆို အရှိအရှိအတိုင်း ပေါ်လာတတ်သောကြောင့်တည်း။

ထိုသို့ ကာမ ခေါင်းပြုထားသော အိမ်ထောင်မှု၏ ကောင်းမှု မကောင်းမှုတိုင်း သတိ၊ အသိတို့ဖြင့် သိုင်းဝိုင်းကာ မိမိကိုယ်နှင့်စိတ်ကို ခံစားစေ ပြုလုပ်စေပါသော် . . . မိမိအတွက် နောင်မျိုး၊ ရိက္ခာ၊ သူတစ်ပါးအတွက် ယခု ကောင်းစားရေး ဖြစ်သော ဒါနမှု၊ မိမိအတွက် ယခု ပါရမီစု၊ သူတစ်ပါးအတွက် ယခု ကောင်းကြောင်းပြုဖြစ်သော ဒါနမှု၊ ထိုဒါနမှုအထွေ ခံစား စေ၊ ပြုလုပ်စေရာ၌လည်း စစ်စွမ်းရည် ပြည့်ဝနေသော စစ်သား ကောင်းပမာ အမှတ်နှင့်အသိ (သတိနှင့်အသိ)ကား မခိုင်းဘဲနှင့် ပြုကျင့်ပေးနေလေပြီ။

သို့ကြောင့် ထိုဒါနမျိုး၌

၁။ မိမိစိတ် ရှေ့ရောက် နောက်ပြန်မရှိ၊ ပြုဆဲအရှိန်၌သာ သိသိ နေသောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ထိုပြုဆဲအရှိန်ပင် ငါ၊ ဝတ္ထု၊ ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ မငြို သိရုံလေးမျှ အသိဖြစ်နေသောကြောင့်လည်း ကောင်း၊ အလိုကျခြင်း၊ မကျခြင်းတို့ ဝင်ခွင့်မရ၊ အနည်မပါ သောက်ရေကြည်ပမာ၏ အဖြစ်ဖြင့် သောမနဿဇောများ ကျရောက်နေတော့ပြီ။

၂။ ပြုဆဲရှိ အာရုံယူရာသို့ သဲပုံပေါ် မိုးရေပေါက် ဆက်တိုက် ကျရောက်နည်းပမာသော သတိအသိတို့ စပ်ခြင်း၊ စိုက်ခြင်းများ စွာဖြင့် ဆက်တိုက်ကျလာနေသောကြောင့် အာရုံလှိုင်းများသည် လည်းကောင်း၊ အာရုံရှင်၏ ဝတ္ထုရုပ်များသည်လည်းကောင်း၊ ဖွားဖွားလှုပ်လှုပ် တစ်အုပ်စုဝင် တစ်အုပ်စုပြုတ် ပြုတ်ကျသွား သည်ချည်းသာ မြင်သိနေတော့ရာ ငါလည်းမဝင်၊ သူလည်း မမြင် တော့သော ဉာဏ်စဉ်ဖြင့် ဉာဏသမ္ပယုတ် စိတ်များချည်း ဖြစ်ပွင့် နေတော့ပြီ။

၃။ ဒါန၏အကျိုးအပြစ်၌ နစ်နစ်နာနာ မြင်ထားပြီးသူ သူတစ်ပါး အခိုင်းမစောင့်။ ဒါနမှုဖြစ်သော ကိုယ်၊ စိတ်တို့၏ ကြည်နူးမှုကို ခံစားဖူးပြီးသူ သူတစ်ပါး အလာကို မစောင့်။ ဒါန ကြောင့်ဖြစ်သော ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် ကျက်သရေအဆင့် ဖြစ်ပွင့်ပြီးသူ သူတစ်ပါးသို့ မတွယ်ကပ်။

ထိုသုံးချက်တို့ကြောင့် ထက်နေသော စိတ်စေတနာ အစဉ်တို့ဖြင့် ပြုကျင့်နေသော ထိုဒါနရှင်၌ အသခ်ီရိကစေတနာများ လည်း ကျရောက်နေချေပြီ။

ထိုစဉ် ဒုက္ခပေးတတ်သော လောဘ၊ ဒေါသ၊ မောဟများ၏ နေရာကို သုခဖြစ်စေသော သဒ္ဓါ၊ ပညာ၊ သမ္မာဝိတက်များဖြင့် အစားထိုးလိုက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အကြောင်းခံ သုံးချက်တို့ဖြင့် ပြုသော တိဟိတ်ဒါနမျိုးစုတည်း။

လယ်သမားသည် လယ်လုပ်တိုင်းလည်း စပါးမထွက်။ မြေ
မိုး၊ မျိုး ခြိန်ကိုက်တွက်ချက်၍ မျိုးချတတ်သူမှ စပါး ထွက်တိုးမည်။
ကုသိုလ်ရှင်သည်လည်း ကုသိုလ်ပြုတိုင်း ကုသိုလ်မဖြစ်။
သီလ၊ မေတ္တာ၊ စေတတနာတို့ကို ဉာဏ်နှင့်ယှဉ်၍ပြုကျင့်
တတ်သူမှ ကုသိုလ်စစ် ဖြစ်စေသည်။

ထိုစကား နေရာများစွာ ပြောကြားခဲ့ပြီးပါပြီ။ ထိုပြောကြား
ခြင်းကား ဤကုသိုလ်ပြုနည်းကိုရည်၍ ပြောကြားခြင်းပင်တည်း။

ထိုအကြောင်းခံသုံးချက်မိ တိဟိတ်ဒါနခန်းတွင်

၁။ သောမနဿ၏ တက်ကြွရွင်လန်းခြင်းသည် အပူလွတ်၊
လောင်းရိပ်လွတ်။ ထိုအပူနှင့် လောင်းရိပ်ကြားမှ ဘွားခနဲ
ထိုးတက်လာသော သစ်တစ်ပင်၏ တက်ကြွလန်းဆန်းခြင်းပမာ
သော စိတ်၏ရွှင်လန်းတက်ကြွခြင်းကို ဆို၏။ နန္ဒိရာဂ ငါ၊ ဝတ္ထု၊
ပုဂ္ဂိုလ်သို့ စေတနာချ၊ မိမိအလိုကျ ပြုကျင့်နေရသဖြင့် ဖြစ်လာ
သော အားရနှစ်သက်ခြင်း ပီတိမျိုးကို မဆိုလို။ ထိုကာမပီတိကား
ရေစိမ်သရက်သီး ကြီးထွားနည်းမျှသာ။

တစ်ဖန် ထိုအပူမသန်းသော လန်းစိတ်တွင် အလျှုခံပုဂ္ဂိုလ်
၏ အကျင့်ဂုဏ် အယုံမိရာမှဖြစ်သော ရွှင်ကြည်မှု။ ဒါနသတ္တိ၏
အာနိသင်မှ ထ၍ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရွှင်ကြည်မှု။ မိမိ၏အစွမ်း
သတ္တိပေါ် အယုံမိရာမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော ရွှင်ကြည်မှု။ ထိုသဒ္ဓါ
ဓာတ်အားများဖြင့်ပြီးသော ရွှင်လန်းတက်ကြွခြင်းမျိုးကိုသာ

ဤမဟာကုသိုလ်အရာ၌ သောမနဿ ဆိုရချေသည်။

၂။ ဉာဏသမ္ပယုတ်၏ ဉာဏ်ယှဉ်ခြင်းတွင်လည်း လိုလားရာ အကြားတို့မှ တိုးထွက်လာသောဉာဏ်၊ မလိုလားရာ အကြားတို့မှ တိုးထွက်လာသောဉာဏ် ထိုဉာဏ်နှိဉာဏ်နက် (လောဘနှင့်စိတ် ချိတ်မိနေစဉ် နှလုံးသွေး ချင်းချင်းနီခြင်း၊ ဒေါသနှင့်စိတ် ချိတ်မိနေစဉ် နှလုံးသွေး မဲမဲလှုပ်ခြင်းများကို ရည်ညွှန်း) များကို မဆိုလို။

စိတ်၏အသိ သတိနှင့်တွဲမိရာမှဖြစ်သော ငါဟူ၍လည်း မဆင်ခြင်မိ။ သူဟူ၍လည်း မမြင်မိ။ အလှူဝတ္ထုများက ဘာ ဘာ ဘာ ဟူ၍လည်း အစွဲသိ မဝင်မိခြင်းပင်လျှင် ဉာဏ်ယှဉ်သည် (ဉာဏ သမ္ပယုတ္တ) ဆိုရ၏။

စိတ်၏အရံ ထိုဉာဏ်ယှဉ်ခြင်း၌ပင်

(က) စိတ်နှင့်ကိုယ် ဖိုခွင်တင် ထမင်းတစ်အိုးတည်း၏ ကိုယ်ထည်နှင့် အဖုံးပမာ အရှိ တည့်နေရုံမျှသော သိ သိ သိ ဖြစ်စေခြင်း။

(ခ) တစ်ဖန် ထို သိ သိ သိ မျှဖြင့်မနေ၊ မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ မိမိနှင့် မိမိ၏ရှေ့ရှိ ငါ၊ ဝတ္ထု၊ ပုဂ္ဂိုလ် ဘာမဆို ဘာကို ကြည့်ကြည့် ရိပ်ရိပ်လှုပ် ပျောက်အထိ ဖြစ်ပျက်သိ အရာဝင် အာရုံဝယ် ထင်လာစေခြင်း။

(ဂ) တစ်ဖန်လည်း ထိုဖြစ်ပျက်မြင်မျှဖြင့်ပင်မနား၊ အာရုံနှင့် စိတ်အစိုက် ထိပ်တိုက်တွေ့မိကြရာတိုင်း . . .

အချို့နေရာ ရိပ်ရိပ်လှုပ်ပျောက်များ ရွှေ့လျားတောက်လျှောက် အရှေ့မှအနောက်ပမာ အဝင်နောက် အပျောက်ဆက်နေသည်ကို တွေ့သိရခြင်း။

အချို့နေရာ ထိုရိပ်ရိပ်လှုပ်ပျောက်များ ပေါ်လာလိုက်ပျက်ကျသွားလိုက် ပေါ်လာလိုက် ပျက်ကျသွားလိုက်ဖြင့် အပျောက်ထက် အပျက်က ပိုသန်နေပါသည်ကို တွေ့သိရခြင်း။

အချို့နေရာ ထိုရိပ်ရိပ်လှုပ်ပျောက်များကို သေသေချာချာစိုက်ကြည့်လေ ဘာမှမတွေ့ရလေ၊ သဲကွဲအောင် စိုက်ကြည့်လေမထင်ရှားတော့လေဖြင့် မည်သည့်အသွင် မည်သည့်ပုံစံမှ မရောသဘောမျှအဖြစ် တွေ့သိနေရတော့ခြင်း။

အရာဝတ္ထုတို့ရှိ အနိစ္စသဘာဝ၊ ဒုက္ခသဘာဝ၊ အနတ္တသဘာဝ သိခွင့်ရနေခြင်းတည်း။

ထိုသို့ စိတ်အကြံ သတိအရံဖြင့် သိစေရာ၌၊ . . .

အကယ်တိတိ. . . စိတ်၏အကူပေး သတိက အစွဲသိများအပေါ် ထိုးဖောက်အား မရှိ၊ ခုခံအားလောက်သာရှိနေသဖြင့် စိတ်ကလည်း သိ-သိ-သိမျှဖြင့် အလှူခရီး ပြီးစီးသွားရချေသော်၊ ထိုအလှူကား အနုစား တိဟိတ်ကုသိုလ်အဖြစ်သို့ တန်းဝင်စေပြီး၊ ထိုအလှူရှင်၏ အကျိုးခံစားခွင့်လည်း လူနှင့်နတ်ရှိ စည်းစိမ်များကို အနှောက်အတားကင်းစွာ ခံစားခွင့်သာစေသည်။ အကယ်တိတိ ထိုကုသိုလ်က သာသနာနှင့် ကြုံကြိုက်ချိန် အကျိုးပေးပါမူ

နောက်ခံသဒ္ဓါရှိန် အတွန်းကြောင့် နိဗ္ဗာန်အထိ အရောက် အပေါက် ကြိုးစားလိုလျှင် ဝီရိယပြင်းထန်လွန်းမှ ဝီရိယာဓိကဆု ရခွင့်ရှိသည်။

အကယ်တိတိ. . . စိတ်အကူပေးသတိက အစွဲသိမ္မားကို ဖိနှိပ်ဖြိုချပစ်ရာ၌ စည်းလုံးသော အရှိန်ကောင်းသော စေ့စပ်အား စူးစိုက်အားမျာ သုံးစွဲသဖြင့် သတိနောက်တွင် ဉာဏ်အသိပါဝင်ရောက်လာတော့ကာ သို့မဟုတ် စူဠပန်အလောင်း၊ ယသအလောင်းတို့ကဲ့သို့ ဆင်ခြင်ဉာဏ်ပါဝင်ရောက်လာကာ၊ အရာဝတ္ထုတို့ (၎-ဝတ္ထု-ပုဂ္ဂိုလ်တို့) ငြိမ်ရာ လူပ် ဖြစ်ပျက်သရုပ်အထိ မြင်သိခွင့်ရလာပါမူကား ထိုအလှူ အလတ်စားတိဟိတ်ဆိုရပြီ။

ထိုအလှူရှင်လည်း အကျိုးခံစားခွင့်မျာ ကာမအရာသန့်ပြန့်စင်ကြယ်စွာ လူအဖြစ် နတ်အဖြစ်ဖြင့် အရ သာစေပြီး ဓမ္မအရာကိုလည်း နိဗ္ဗာန်အထိ အရ သာစေ့မည်။ သို့သော် ထိုနိဗ္ဗာန်ခရီးကား ဆန္ဒာဓိကဆုဖြင့် အတော်ကြီး ပြင်းထန်ပေးရမည်။

အကယ်တိတိ. . . စိတ်အကူပေးသတိက အစွဲသိမ္မား အပေါ် ဖိနှိပ်ဖြိုချပစ်ရုံမှ့ မဟုတ်လေဘဲ မိမိ၏အားအစွမ်း ပြသသောအားဖြင့် ရှေ့အရှိ တည့်သမ့အရာတွင်း ထုတ်ချင်း ထွင်းဝင်ရောက်ထိုးဖောက်ပေးထားကာ အသိလက်ကုန်သိ သိစေရာမှ သူတို့အရှိ လက္ခဏာသုံးကွက် တစ်ကွက်မမိ တစ်ကွက်မိဖြင့်

ထွင်းသိ သိစေပါမူကား. . . ထိုအလှူ အထက်စား တိဟိတ် ဆိုရပြီ။

ထိုအလှူရှင်လည်း ကာမ ဓမ္မ အကျိုးခံစားခွင့်ရ အားလုံး တို့ကို လူအဖြစ် နတ်အဖြစ် အရိယာအဖြစ်တို့ဖြင့် တောင့်တခြင်း ကင်း ပွဲနေပွဲထိုင် ထမင်း၊ ဟင်း နှိုက်စားရသည့်ပမာ စားသာပြီ။ ကြောင့်ကြခြင်းကင်း စမ်းချောင်းရေ ဆင်းခပ်သောက်ရသည် ပမာ စားသာပြီ။ လောဘ၊ သောက ဒလန်မဖက် ကံအကျိုးပေး သက်သက် ခံစားခွင့် ရနေခြင်းများတည်း။

ထိုမျှသာ မကပါသေး။

နိဗ္ဗာန်သို့ ထိုအလှူရှင် စိတ်ညွှတ်ခဲ့ပါလျှင်လည်း သက် တောင့် သက်သာအကျင့်ဖြင့် လျင်လျင်မြန်မြန် ဉာဏ်ပွင့်စေခြင်း ပညာဓိကဆုပါပင် ဘိသိက်ခံခွင့်ရှိသည်။ သင့်လက်ထဲရှိ သတိ တစ်လုံး နိဗ္ဗာန်အထိ အသုံးကျခြင်း၏ ဖြတ်ထုံးတည်း။

လူသားတိုင်း ကောင်းစားချင်ကြ၏။ သို့သော် ကောင်းစား ရိုး မတိုးလိုချင်။ လူသားတိုင်း ချမ်းသာချင်ကြ၏။ သို့သော် ချမ်းသာရိုး မတိုးလိုချင်။ ထိုကောင်းစားခြင်း ချမ်းသာခြင်းများ သည် တိရစ္ဆာန်ဉာဉ်ကဲထားသော စွဲစိတ်ကို လူစဉ်မီ မှတ်စိတ်ဖြင့် လဲမှသာရနိုင်၏။

ထိုသို့ လဲယူရာမှာ . . . စျေးသည်နှင့် စျေးဝယ်တို့၏ အလဲအလှယ်မျိုးသို့ ပစ္စည်းယူ ငွေပေးမျိုးမဟုတ်။ သည်ဘက်က

မသာအလောင်းကောင် မြေမြှုပ်၍ တစ်ဖက်က လူစဉ်မီ တစ်ယောက် မြေမှဖော်ထုတ်ရယူမျိုး ဖြစ်ရကား ကိုယ်ကိုညှာ၍ စိတ်သက်သာရာ ကြိုက်သူများ ထိုကောင်းစား ချမ်းသာရာတို့ အကြား ခရီးမသွားဝံ့ကြတော့ပြီ။

✦

သုခဘဏ်၏ တာဝန်ခံငါးဦး

ကောင်းစားခြင်းနှင့် ချမ်းသာခြင်းတို့ကို အရယူလိုကြသော ဘုရားကဖွား ဘုရားရှင်၏ သားတော် သမီးတော်ကြီးများသည် ဒါနကောင်းမှု ပြုစုမိလေတိုင်း အောက်ပါ သပ္ပုရိသမူဝါဒ ငါးချက် လက်ကိုင်မပျက် ရှိစေကြရမည်။ ယင်းတို့မှာ

၁။ သဒ္ဓါဒါန - ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟမဖက် စိတ်ကြည် သက်သက် ဖြစ်နေနှင့်စေရသည်။

၂။ ကာလဒါန - အချိန်ခါကြည့် အလှူခံနှင့်ပစ္စည်း ကွက်တိ အံဝင် သူသုံးချင်ရာ ဖြစ်ရသည်။

၃။ သက္ကစ္စဒါန - တလေးတစား အလှူခံနှင့်ပစ္စည်းများအား အလေးထားရသည်။

၄။ အနဂ္ဃဟိတဒါန - အလှူပစ္စည်းပေါ် စိတ်မငြိ၊ လွတ်လွတ် စွန့်ကြဲမိရသည်။

၅။ အနုပဟစ္စဒါန - အလှူချင်းထိပါး အပြိုင်အဆိုင်ထားမှ လွတ်ကင်းစေရသည်။

ဤသို့ ငါးမျိုးရှိရာတွင် ဒါန၏သတ္တိသည် ထက်မထက် သန့် မသန့် ဟူသော မူကွဲဖြင့် ကောင်းရာမွန်ရာ မျိုးရိုးနှင့် အကျိုး ဖလထဲသို့ ဘဝကိုပစ်ချပေးတတ်ပြီး၊ ထို့နှင့်အတူ ပါလာကြလေသော သဒ္ဓါ၏သတ္တိကား ရုပ်အဆင်းအဂီါ သွင်ပြင်မူရာ လက္ခဏာများ လှပစေ၏။ ကာလ၏သတ္တိကား အကျိုးပေးရာ၌ အရွယ်ကောင်း ကာလကို ထိုအကျိုးရစေ၏။ သက္ကစ္စ၏သတ္တိကား မိမိ၏ ပြောစကား အမှားက ရိုသေစွာ နာခံမှတ်သားကာ လိုက်နာစေရ၏။ အနဂ္ဃဟိတ၏သတ္တိကား ပစ္စည်းဒ္ဒ်အစွဲမရှိ အကောင်းစားချည်း မိမိသုံးခွင့်ရစေ၏။ အနုပဟစ္စ၏သတ္တိကား ရန်သူမျိုးငါးပါး အနှောက်အတားများမှ ကင်းရှင်းစေ၏။

ထိုသို့ အကျိုးပြုရာ၏ သဒ္ဓါသည်ကား ဆိုခဲ့ပြီးသော တိဟိတ်တန်းဝင် ခြောက်ပစ်ကင်းသဲလဲစင် သဒ္ဓါမျိုးသာ။ ထိုသို့ အကျိုးပြုရာ၏ ကာလသည်လည်း ရှိတိုင်းလှူသော အလှူမျိုးလည်းမဟုတ်၊ ပြီးပြီးရော အလှူမျိုးလည်းမဟုတ်။

ဒါနသည် စွန့်လွှတ်ခြင်းဆိုသော်လည်း ထိုစွန့်လွှတ်ခြင်းသည် အလှူခံနှင့် အံဝင်မှ သင့်မည်ဖြစ်ရာ နေပူထဲက လာရသူ အေးစေ၊ မြစေသော အလှူပစ္စည်းဖြင့် ခရီးဦးကြိုဆိုရသည်ပမာ။ မိုးရွာထဲက လာရသူ နွေးထွေးစေသော အလှူပစ္စည်းဖြင့်

ခရီးဦးကြိုဆိုရသည်ပမာ၊ **ကာလ** - အချိန်အခါကာလ လိုက်၍ လည်း ဉာဏ်ဖြင့်စီမံခန့်ခွဲတတ်ရသည်။ **ဒေသ** - နေရာဓလေ့ လိုက်၍လည်း ဉာဏ်ဖြင့် ချင့်ချိန်တိုင်းထွာတတ်ရသည်။ **ပယောဂ** - မိမိ၏ဓနအင်အား လိုက်၍လည်း ဉာဏ်ဖြင့် ပြုစီရင်တတ်ရသည်။ ဌာနာဌာန ကောသလ္လဉာဏ်ခေါ် သူ့နေရာနှင့်သူ လိုက်မလိုက်ကြည့် အလိုက်သိပြီးနောက် ပြီးမြောက်စေသော ဒါန မျိုးသန့်တည်း။

ထိုသို့ အကျိုးပြုရာ၏ သက္ကစ္စသည်လည်း အလှူခံဘက်ရှိသူတောင်းစား၊ ခွေး စသည်များကို ရိုသေစွာ ရှိခိုးပြီးစီးလေမှ လှူရမည်မဆိုလို။

(က) မိမိလှူလိုသော ပစ္စည်းဖြစ်လျှင် ပစ္စည်းဘက်က ညံ့သည်ဖြစ်စေ၊ ကောင်းသည်ဖြစ်စေ စိတ်၌ကား အမွန်အမြတ်ထားပြီး အလှူခံပုဂ္ဂိုလ်အပေါ် ရိုသေဘိသို့ ရိုသေရမည်။

(ခ) မိမိလှူလိုသော ပုဂ္ဂိုလ်ဖြစ်လျှင်လည်း အလှူခံဘက်က သူတောင်းစားပင်ဖြစ်ပါစေ စိတ်မပျဉ်တပါ အရာဝင် မပေးချင့် ပေးချင့် (မကျွေးချင့်ကျွေးချင့်) မျိုးမဟုတ်သော လှိုက်လှဲပျူငှာစွာ ဆက်ဆံနည်း (တည်ကြည်လေးနက်စွာ ဆက်ဆံနည်း)များ ဖြစ်စေရမည်။

ထိုသို့ အကျိုးပြုရာ၏ အနုဂ္ဂဟိတသည်လည်း မိမိ လှူလိုသော ဝတ္ထုပစ္စည်းတို့အပေါ် အငြိအစွဲဖြတ်တောက်ချလျက်က

ငါ့လက်ကလွတ် ငါ့ပစ္စည်းများ မဟုတ်ကြတော့ ဆင်ခြင် စိတ်ဖြင့် လက်လွှတ်လိုက်ခြင်းမျိုးပင်။

ထိုသို့ အကျိုးပြုရာ၏ အနုပဟစ္စသည်လည်း မိမိ၌ ဖြစ်ပေါ်နေသော စေတနာ၏အထားအလိုက် မိမိ၌ လက်မိ လက်ရရှိနေသော ပစ္စည်းအင်အားအလိုက် ချင့်တိုက်၍ လှူနည်းမှ တစ်ပါး အခြားမရှိစေရ။ ငါလှူလျှင် သူများထက်သာမှဟူသော 'သာမအလှူ' မဖြစ်စေရ။ ငါလှူလျှင် သူများနှင့်မတူ ရှက်စရာကြီးဟူသော 'အရှက်လှူ' မဖြစ်စေရ။ သည့်အတူ ဘယ်သူတွေ ဘယ်လိုပြုနေသည်၊ ငါကား ဘယ်လို ပြုလိုက်မည်ဟူ၍ တစ်ဖက်၏စေတနာလမ်းကြောင်း ကိုယ်စောင်းဝင် မတိုက်မိစေရ။ ကုန်ကုန်ပြောရလျှင်. . . မိမိယခင်လှူခဲ့ဖူးရာ ဝတ္ထုနှင့် စေတနာတို့ကိုပင် သွားရောက်ကာ မထိပါးစေသင့်။

ယခု ပစ္စက္ခ မိမိပိုင် သက်ရှိသက်မဲ့ပစ္စည်းများ ရေကြောင့် မီးကြောင့် ပျက်စီးဆုံးရှုံးရခြင်း၊ မင်းကြောင့် သူခိုးကြောင့် ပျက်စီးဆုံးရှုံးရခြင်း၊ အိမ်တွင်းရှိ သားဆိုး သမီးဆိုးကြောင့် ပျက်စီးဆုံးရှုံးရခြင်းများသည် အတိတ်က(သည်ဘဝရရန် ကံပြုစဉ်က) တစ်ဖက်စေတနာ တိုက်ခိုက်မိရာမှ ဖြစ်ပေါ်လာသော စေတနာ ပူးသတ်ပူးခွာမှု၏ သက်သေခံများချည်းပင်။

ထိုငါးမျိုးတို့ကြောင့်ရသော အကျိုးထူးတရားမှာ. . .

တဏှာကင်းစင်သော သဒ္ဓါကြောင့် ရေစိမ်သီးကဲ့သို့ ပွယောင်းယောင်း ပုကွကွမျိုးမဟုတ်လေဘဲ အချိုးအစားပြေပြစ် မျက်နှာသွင်ပြင် ကြည်သစ်၍ချည်း နေစေသည်။

ဒေါသကင်းစင်သော သဒ္ဓါကြောင့် (သောက ဒေါမနစသည်အပါအဝင်ကင်းကြောင့်) ပိုးကိုက်သီးကဲ့သို့ ကောက်ထစ်ထစ် ရုံ့မဲ့မဲ့များနှင့် မဲတူတူမျိုး မဟုတ်လေဘဲ ဝါဝင်းသောအသား၊ အေးမြသောမျက်နှာ၊ ပျူငှာသောအပြုံးချည်း ဖြစ်စေသည်။

မောဟကင်းစင်သော သဒ္ဓါကြောင့် (ဥဒ္ဓစ္စ၊ ဝိစိကိစ္ဆ အပါအဝင်ကင်းကြောင့်) မြူတင်ဘီးကဲ့သို့ မွဲခြောက်ခြောက်၊ ညိုးမှိန်မှိန်မျိုး မဟုတ်လေဘဲ စိုပြည်သောအသား ကြည်လင်သော မျက်နှာ သွက်လက်ချက်ချာသော အမူအရာချည်း ဖြစ်စေသည်။

ထိုသုံးမျိုးစုံ ကင်းစင်နေသော သဒ္ဓါကြောင့်ကား စိတ်ထား ဖြူစင် ကိုယ်အင်္ဂါများလည်းဖွံ့.ဖြိုး ဘုန်းကျက်သရေများပါ တိုးတက်စေသည်။

အချိန်အခါနှင့်ချင့်၍ လှူခြင်းကြောင့်ကား . . . သက်တမ်းကာလသည် ခုနစ်ဆယ့်ငါးနှစ်တမ်းဖြစ်ခဲ့သော် အစ အလယ်နှစ်ခုရှိ မွေးသည်မှ ငါးဆယ်တွင်း အကျိုးခံစားခွင့် ရစေသည်။

အကယ်တိတိ. . . အချိန်အခါမကြည့် လှူရပြီးရော အသိ

ဖြင့် လျှဒါန်းမိပါမူကား အရွယ်လွန်ခြောက်ဆယ်ကျော် သေခါနီး ကျလေမှ အကျိုးအခွင့် ရစေသည်။

သက္ကစ္စကြောင့်ကား မိမိပြောစကား အများကပင်ရိုသေစွာ လိုက်နာကြရ၏။

ဤပစ္စက္ခ အရိုသေ မခံရခြင်းများမှာ အတိတ်ကံပြုစဉ်က စိတ်ပစ္စလက္ခတ်၊ စေတနာ ပစ္စလက္ခတ်တို့ဖြင့် ဖြစ်ကတတ်ဆန်း လျှဒါန်းမိခြင်းများကြောင့်ပင်။

ထိုအရိုသေခံရခြင်းကား . . . ပစ္စည်း ရှိ၊ မရှိနှင့်မဆိုင်။ ပစ္စည်း ရှိ၊ မရှိကား ဒါနသတ္တိ၏ စေတနာ ထက်၊ မထက်နှင့်သာ ဆိုင်၏။ ဤအရိုသေ ခံရခြင်း၊ မခံရခြင်းကား သက္ကစ္စ ရှိ၊ မရှိနှင့်သာဆိုင်၏။ (ဒါနနှင့်သက္ကစ္စ အကျိုးပေးကား ဤသို့ ခွဲတမ်းကျ၏။)

အနဂ္ဃဟိတကြောင့်ကား. . . ရှိပစ္စည်းအပေါ် နှမြောတွန့်တိုမရှိ၊ အရာရာငြိမနေတော့သောကြောင့် စမ်းကျရေ ခပ်ယူသုံးစွဲနေရပါသည်ပမာ အသုံးအဆောင်ကောင်း၊ နေရာကောင်း၊ အိမ်ကောင်း ယာကောင်းများချည်းသာ သုံးစွဲခွင့်သာစေသည်။

ပစ္စည်းအပေါ် ခင်မင်မှုအားကြီးသူများ၏ အမှုအကျင့်ဖြစ်သော အချိန်လွန်အထိ ဆုပ်ကိုင်ထားခြင်း၊ အရွယ်လွန်အထိ ချုပ်ကိုင်ထားခြင်းများနှင့်အတူ သိုးကုန်ပုပ်ကုန်ဖြစ်က သိုးပုပ်

ပျက်စီးခြင်း၊ အခန့်ပစ္စည်းဖြစ်က မြုပ်ကွယ်ရစ်ခြင်းမျိုးမရှိ၊ အဝင်အထွက်မှတ သုံးတိုင်းပြည့် ပြည့်တိုင်းသုံးဖြင့် အရာရာပြည့်စုံစေကာ လိုရာရာ သုံးဆောင်ခွင့်ရစေခြင်းပင်။

အနုပဟစ္စကြောင့်ကား . . . ဇောတိကပစ္စည်း သူမပေးက မည်သူမျှ ဖျက်ဆီးခွင့်မရသည်ပမာ မိမိ၏စေတနာသူတစ်ပါးနှင့်ရောရာ မဟုတ်သောကြောင့် မိမိ၏အကျိုးပေးလည်း သူတကာနှင့် ရောထွေးခြင်းမရှိ။ သူတစ်ပါး၏စေတနာမိမိဖာသာ သွားရောက်ကာ မစော်ကားမိသောကြောင့် မိမိအကျိုးခံစားခွင့် ရလာရာ၌လည်း မိမိဖာသာပင် သုံးခွင့်ရစေ၏။ မိမိကမှ မဖျက်ဆီး မိမိပိုင်ပစ္စည်း မည်သို့မျှ ပျက်စီးဆုံးရှုံးခြင်း မရှိပြီ။

ထိုသပ္ပါရိသ မူဝါဒငါးချက်နှင့်အညီ လှူတတ်ရန်မှာ ဆိုခဲ့ပြီး တိဟိတ်တန်းဝင် ဒါန၏ စိတ်စင်ကြယ်ခြင်း-သောမနဿ၊ ဉာဏ်အမြင်စင်ကြယ်ခြင်း-ဉာဏသမ္ပယုတ္တ၊ အလှူစင်ကြယ်ခြင်း-အသခ်ါရိက ဤမူသုံးချက်တို့ဖြင့် ပြုစီရင်မှသာ ဖြစ်နိုင်မည်။

ကောင်းစားခြင်းသည် စေတနာ အညွှန့်တိုးဖြင့် အလိုလို ဖြိုးကြွယ်လာခြင်းကို ဆို၏။ ချမ်းသာခြင်းကား အတွင်းအပြင် အနှောက်တားကင်း ခံစားလာရခြင်းကို ဆို၏။

ထိုကောင်းစား ချမ်းသာခြင်း ဤတိဟိတ်ဒါနကမ္မမသွင်း

မည်သည့်အရာက သွင်းပေးနိုင်မည်နည်း။ ထိုဒါနမှ ဒါနနှင့်မတူ မည်သည့်ဒါနသည် ဒါနနှင့်တူပါမည်နည်း။

✦

သီလဖြင့် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရယူပါ

ဒါနတော ဘောဂဝါ- ဒါနကြောင့် စီးပွားကို ဖြစ်စေသည်။ သီလတော သုခိတာ - သီလကြောင့် ချမ်းသာခြင်းကို ဖြစ်စေသည်။ ဘာဝနာတော နိဗ္ဗုတာ - ဘာဝနာကြောင့်ကား နိဗ္ဗာန်အထိ ဖြစ်စေသည်။ သို့ဆိုထားရာ ချမ်းသာချင်လျှင် သီလကို သီလနှင့်တူအောင် ထူထောင်ဖို့ပင်။

သီလဟူသည် စောင့်စည်း ပိတ်ဆို့ခြင်းကို ဆို၏။

ပြင်ပအာရုံတို့နောက်မှ ပညတ်ဖော် အစွဲသီဖြင့် ကပ်ပါလေ့ရှိသော ကိလေသာများကို ဆိုင်ရာတံခါးအကြား သတိအစောင့်များ စည်းစောင့်ချထားပေးခြင်း။ အတွင်းအာရုံဟောင်းများမှ အတေးဖော် အတွေးသီဖြင့် ထကြွလေ့ရှိသော စိတ်နှင့် ကိလေသာများကို ဆိုင်ရာတံခါးထိပ် သတိ အစောင့်အိပ်ဖြင့် ပိတ်ဆို့ထားပေးခြင်း။ သို့မဟုတ် စိတ်နှင့်ကိလေသာ အတွင်းထ

နှင့်အပြင်ချ မတွဲမိစေရန် စောင့်စည်းပိတ်ဆို့ရခြင်းများတည်း။ သို့ကြောင့်လျှင် သီလသည် နတ်ပြည်တက်ရာ၏ စောင်းတန်းလျှောကား ဆိုရ၏။ သို့ကြောင့်လျှင် သီလသည် နိဗ္ဗာန်၏တံခါးပေါက်ဆိုရ၏။

ဤ၌ သီလကို စောင့်စည်းခြင်းဖြင့် အထွဋ်အထိပ်ထားရာထိုသီလကား လူကျင့်မျှဖြစ်စေသော ကာမသီလခေါ် ရိုးရိုးငါးပါးသီလမျိုးမဟုတ်၊ ဗြဟ္မာ့သီလ အရိယာသီလ အမည်ရသော ဥပုသ်တော် သီလမျိုးသာ ဖြစ်သင့်ရာ၏။

ငါးပါးသီလသည် လှန်ဝှေ့ကြိုးတွင်းက ခိုင်းနွှားကြီးတစ်ကောင်၏ ကျင့်သုံးနည်းပမာ မိမိတစ်ပိုင်တစ်နိုင်အတွင်းရှိကာမပိုင်လင် ကာမပိုင်မယား များနှင့် အတားအဆီးမရှိခြင်း၊ စိတ်ဖြင့်ထုံ အာရုံခံစားခွင့် လွှတ်ပေးထားခြင်းများကြောင့်တည်း။

ထိုဥပုသ်တော် သီလသော်မှလည်း . . .

၁။ သမရိုးကျ မိရိုးဖလာ ကျင့်သုံးနည်း။

၂။ ပညတ် သရဏဂုံပွားထုံလျက်က ကျင့်သုံးနည်း။

၃။ ပရမတ် သရဏဂုံပွားထုံလျက်က ကျင့်သုံးနည်းဟူ၍ သုံးမျိုးရှိခဲ့ရာ ဤနောက်ဆုံးသော ဥပုသ်တော် ကျင့်သုံးနည်းသည်သာ တန်းဝင်သီလ ဆိုရမည်။

ထိုတွင်. . . သမရိုးကျ ရွာရှောင် ကျောင်းကပ်သီလ ကား

အာရုံကိုလည်း မသိမ်းဆည်း၊ စိတ်ကိုလည်း မစုစည်းဘဲ လွန်ကျူး စရာမရှိသော နေရာကြား သွားရောက်ထားရုံမျှ ဖြစ်နေခြင်း ကြောင့် ဂေါသီလ(နွားအကျင့်) နှင့် ဘာမှမခြားနား။

နွားသည် သက်သတ်လွတ်ကိုသာ စား၏။ သို့သော် ကိုယ်ချင်းစာ မေတ္တာထား စေတနာများကား မပါ။ နွားသည် နေ့ပိုင်းမျှသာ စားသုံး၏။ သို့သော် အချိန် မကုန်မချင်းလည်း စား၏။ မိမိစားသောက်ရမည့်အတိုင်းအရှည် ပမာဏကိုလည်း သူမသိ။ နွားသည် ညဝယ်အအိပ်အနေ နည်းပါး၏။ သို့သော် စားမြိုချပြန်နေသည်။ သည့်ပမာလျှင် ထိုသမရိုးကျသမားလည်း ကျောင်းသွားမည် ပြောလျက်ကပင် ကျောင်းသို့ရောက်သော် စိတ်ကိုလည်း မထိန်းကျောင်း၊ အာရုံကိုလည်း မောင်းမထုတ်။

ထိုမျှသာမကသေး . . . သြကာသ စသည် ဆိုနေကျ ဆိုရိုး ဝါးလုံးထိုး နှုတ်မှ ထိုးဆောင့် ထွက်လာစေပြီး ဆရာ တိုင်တည်ပေးသောအတိုင်း သီလတောင်းခံ၏။ ဆရာ တိုင်တည် ပေးသောအတိုင်း သရဏဂုံစဉ် နှုတ်တင် တင်၏။ ဆရာ တိုင် တည်ပေးသောအတိုင်း သီလပုဒ်စဉ် နှုတ်တင် တင်၏။ပြီးသည် နှင့် ဆရာက သည်သရဏဂုံပွား၍ သည်သီလ လုံခြုံစေရမည် ဖြစ်ခြင်းကြောင့် 'ဒကာတို့ သည်သရဏဂုံကို သတိဖြင့် ပွားထုံခြင်း ကိစ္စ မမေ့ကြပါနှင့်' ဆိုလိုက်ရာ 'အာမဘန္တေ' သံပြိုင်အော်၍

တော်လိုက်ကြရာ. . . ထိုဆရာလည်း ဥပုသ်ဇရပ်မှ ပြန်အကြွ အားလုံးလည်း စကားပျိုး ရိုးတိုးရွတ။ ထိုဆရာက ဆွမ်းစားရန် အချက်ပေးရော အားလုံးလည်း အစားအမျိုးမျိုး အတိုးချ။

သို့ကြောင့်. . . သမရိုးကျသမား ထိုဥပုသ်သည်များ၏ ထို ဥပုသ်နေ့တစ်နေ့တွင် ညစာမစားရမည့်အရေး တွေးပူကာ ခါတိုင်းထက် ပို၍ပင် စားကြလေကုန်၏။ အများရှေ့ စားပြရမည် ဖြစ်သဖြင့် ခါတိုင်းနေ့များထက် ပို၍ကောင်းကောင်း ချက်၏။ အများရှေ့ သွားပြရမည်ဖြစ်သဖြင့် ခါတိုင်းနေ့များထက်ပင် အဝတ်အစား တောက်ပြောင်၏။ ယနေ့အားလပ်ရုံမျှမက လူပါစုံ နေသောကြောင့် ခါတိုင်းထက် စကားလည်း ပိုပြော၏။ ထိုစကား ကား ရွာစကား လယ်စကား လောကီတွင်းဆင်း အတင်းအဖျင်း များချည်းသာ။

သို့ကြောင့်. . . ဥပုသ်ဟူသော ထိုတစ်နေ့သည် မအိပ် သောနွား စားမြုံ့ပြန် နည်းများပမာသော အသောစကားဖြင့် ကိလေသာ ပွားစီးခြင်း ပိုများမည်။ ကိုယ်ကျင့်ဖြင့်ပြီး စိတ်ကျင့် မမှီးခြင်းကြောင့် ထိုသီလမှ အကျိုးပေးဘဝ ပါရမီခန်း တက်လို ကြလျှင် စရဏာမျှဖြင့် ပြီးပြေမည်။ သတိစောင့်စည်းမှု ကင်းလေသူ စိတ်အောင့်အည်းမှု ကူရမည်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ထိုသီလမှ အကျိုးပေးဘဝတွင် စိတ်တွင်းထ ကိလေသာ အားကြီးခြင်းနှင့်

အမြဲအကောက်ထားခြင်းများ အားကြီးမည်။

ရာဇဝတ်မှုခင်း လွန်ကျူးမိရာမှ အချုပ်ကျနေကြရသော အချုပ်ကျသမား ရာဇဝတ်သင့်သားများသည် ထောင်နံရံအတွင်း ကျောခင်းလျက်က အတွေးဆက်သမျှ ဟင်းချ၍ချည်းသာ နေရပါသည်။ ဟင်းချခြင်းနှင့်အတူ ချုပ်တည်းခြင်းဖြင့်လည်း အခြိန် ကုန်လွန်စေရပါသည်။ စိတ်နောက်ကိုပြန်တိုင်း ထန်လာတတ်ပြီး စိတ်ရှေ့သို့ ပြေးတိုင်းလည်း ထောင်ကထွက်လျှင်တော့ လား ဟူသော အတေးက လုံးထွေးပြီးသား ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

သည့်ပမာလျှင်. . . ကိုယ်သာလျှင် ကျောင်း သွင်း၊ စိတ်ကို ကား ကျောင်းခြင်း မရှိသော ထိုသမရိုးကျသမားလည်း အဟုတ်ရ ထိ ပန်းမဝင်၊ သရုပ်ပြ အထိပင် မပန်ဆင်၊ အချုပ်ကျဖြင့်ပင် တစ်ရက်တာကာလ ပြီးဆုံး ကြရသည်ချည်းဖြစ်ရာ. . .

တောစကား တောင်စကားနှင့်စ လက်ပံပင် ဇရက်ကျ လျက်က နေကြပြီ။ တောစား တောင်စားစား ဘီလူးအစားကြူး နည်းများဖြင့် အားမွေးနေကြပြီ။ တောအိပ်၊ တောင်အိပ် အိပ် နဂါး အိပ်နည်းဖြင့် အိပ်၍ စခန်းသိမ်းခဲ့ရပြီ။

✦

၁။ စိတ်ဖြင့်သိမ်းထုပ် ထိုဥပုသ်ကား

ယောပါပေဟိ ဥပဝတ္တော၊ ဝါသောသဒ္ဒိ
ဂုဏောဟိသော ဥပဝါသောတိ ဝိဥ္ဉေယျော၊
သဗ္ဗဘောဂ ဝိဝဇ္ဇိတော။ ။

ဥပုသ်(ဥပဝါသ) ဟူသော စကားသည် . . . အာရုံလုံခြင်း အာရုံများမှ ဆိတ်သုဉ်းခြင်းကိုလျှင် ဆိုချေရာ. . .

အကုသလစု မကောင်းမှုမှ ကြဉ်ရှောင်ခြင်းဖြင့် စိတ်ဖြူစင် စေရမည်။ ယောပါပေဟိ ဥပဝတ္တော။

ရတနာ့ဂုဏ်နှင့်စိတ် အတူတွဲထားပေးခြင်းဖြင့် အာရုံများမှ လုံခြုံစေရမည်။ ဝါသောသဒ္ဒိ ဂုဏောဟိသော။

လက်မိလက်ရ ရှိသမျှစည်းစိမ် အကုန်စွန့်လွတ်ခြင်းဖြင့် အာရုံ ဆိတ်သုဉ်းစေရမည်။ သဗ္ဗဘောဂ ဝိဝဇ္ဇိတော။

ထိုသုံးချက်နှင့်ညီသူသည်သာ ဥပုသ်သုံးသူ ဥပုသ်ဆောင် ဝင်နေသူ ဟူသော အမည်ခံယူထိုက်ချေ၏။ ထိုတွင် အကုသလ ကမ္မပထ-အကုသိုလ်ကံမြောက်ရာ အကုသိုလ် သွားလမ်းပမာ သော ကြိုက်ခင်း၊ မကြိုက်ခင်း၊ မသိခင်းတို့ဖြင့် စိတ်မှလည်းနှိုး၊ နှုတ်မှလည်း တိုး၊ ကိုယ်ကလည်း ချိုး၊ တစ်ဖက်သတ် အလုပ်မျိုး ကြိုးစားနေပါက စိတ်မဖြူစင်စေနိုင်။ မဲတူနေသော ထိုစိတ်၊

မည်သို့မျှ ငြိမ်ဆိတ်လိမ့်မည်လည်း မဟုတ်။

တစ်ဖန် ထိုအကုသိုလ်ကံတွင်း ကွင်းမဆင်းဘူးပဲထား။ ကြိုက်၊ မကြိုက်၊ မသိ စသည်အုပ်စုများ အာရုံတို့အကြား အမြဲအနှိုင်ကျင့်ခံထားရသောစိတ်ကို ယနေ့ ၎င်းတို့ မချဉ်းကပ်ရဲရာဘုရားဂုဏ်၊ တရားဂုဏ်၊ သံဃာ့ဂုဏ် ထိုဂုဏ်တို့၏သဘောစုသတ္တိကြား စိတ်ပို့လွှတ်မထားပါကလည်း အာရုံမလုံခြုံစေနိုင်။ ကိလေသာတို့နှင့် ငြိနေသောစိတ် အာရုံ၏အတို့အဆိတ် မည်သို့မျှ ရှောင်နိုင်လိမ့်မည်လည်း မဟုတ်။

တစ်ဖန် ရတနာတို့ဖြင့် တခမ်းတနား စိတ်ကို ဆင်ယင်သည်ပဲထား။ ကာမစည်းစိမ်၏ တည်းအိမ်ပမာသော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လောကီရတနာများ စုဆောင်းရာ အရောင်းအဝယ် အလုပ်အကိုင်များနှင့် မိမိနေမြဲ အခြံအရံ နေအိမ်တိုက်တာ စသည်များ မစွန့်လွှတ်ဘဲ ထိုအထဲမှာပင် နေပါကလည်း အာရုံမဆိတ်သုဉ်း။ တွေ့နေက္ခ ထိနေက္ခ အတိုက်အခံချင်း ခတ်ကွင်းထဲ အတူသွင်းခံထားရသောစိတ် မည်သို့မျှ အာရုံမှ ဆိတ်လိမ့်မည် မဟုတ်ချေပြီ။

သို့ကြောင့် ယင်းသုံးချက်တို့နှင့်ညီသော ဥပုသ်သည် ဖြစ်လိုလတ်သော်

၁။ ဦးစွာ မိမိ၏စိတ်ကိန်း ကိုယ်ခန္ဓာကြီးကို မကောင်းမှု

ပြုကျင့်နေကျနေရာများမှ တော၊ သစ်ပင် ဆိတ်ငြိမ်အရပ်သို့ ပြောင်းပို့ပေးထားပါ။

၂။ ထို့နောက် ဆိတ်ငြိမ်မှုရ ထိုသုံးဒေသသို့ရောက်လျှင် စိတ်ပါဆိတ်ငြိမ်မှုရလာရန် အာရုံခြောက်ပါးကြားမှ အာရုံသုံးပါးကြား ပြောင်းပေးနေပါ။

၃။ ထိုကိုယ် ထိုစိတ် သတ်မှတ်ချိန် သတ်မှတ်ရက်အတွင်း ကာမဂုဏ်ကြီးစိုး ခြောက်ပါးတိုးမှ ကင်းရှင်းနေစေရန် ပေါင်းနေကျစားကျက် အဆက်ဖြတ်ထားပါ။ သို့မဟုတ် မိသားစုအလုပ်ငှာန မည်သည့်အရာနှင့်မျှ မနီးစပ်ပါစေနှင့်။

ဤသည်မှာ ဥပုသ်သုံးလိုသူတစ်ဦး၌ ရှေ့ပြေးစီမံချက်များပင်တည်း။

သို့ကြောင့် . . . ဥပုသ်တော်သီလတွင် ဥပုသ်သည် စိတ်ကို တာဝန်ခံ ထိန်းကျောင်းပေးနေရသော အလုပ်ဟူ၍ မှတ်ခဲ့ပါ။ သီလသည် ကိုယ်နှင့်နှုတ်တို့ကို တာဝန်ခံ ထိန်းကျောင်းပေးကြရသော အလုပ် မှတ်ခဲ့ပါ။ သို့မဟုတ် ကိုယ်ဖြင့်သီလထိန်း၍ စိတ်ဖြင့် သီလစင်ကြယ်စေရခြင်းတည်း။

ဤ၌ ဥပုသ်ဟူသောစကား သီးခြားနုတ်လျက် ဆက်ဦးစို့။

ဥပုသ် (ဥပဝါသ - ဆိတ်သုဉ်းလျက်က နေထိုင်ခြင်း) ဆိုသည်မှာ. . . "အာရုံတို့သည် အိပ်ရာနိုးထ ဆင်ခြင်စိတ် စမိ

သည်နှင့် မိမိ၏ ခန္ဓာတံခါး အတွင်းထား၊ အပြင်ထား အားလုံး တို့၌ပင် တစ်ခု မဟုတ်တစ်ခု တိုးလျက်က တိုက်နေမည်ချည်းသာ ဖြစ်ရာ အဘယ်သို့ ဆိတ်သုဉ်းစေရပါမည်နည်း။" မေးသင့်၏။ ညအိပ်မောကျရာ ဆင်ခြင်စိတ်မထား၊ ဘဝင်စိတ်ဖြင့် ခြားထား သော်မှ အိပ်မက်ဖြင့် လာတိုးသေးရာ နိုးထချိန်မှာကား အစုလိုက် အပြုံလိုက် သို့မဟုတ် တစ်ခုချင်း လာရောက်တိုက်ခိုက်နေကြ သည်သာ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် . . . ။

ဤ၌ ဥပုသ်သည်တစ်ဦး၏ အာရုံဆက်ဆံနည်းမှာ အဆင်း အာရုံဝင် မြင် မြင်ရုံသာဖြင့် သူ့ခရီး ပြီးစီးသွားရမည်။ အသံအာရုံ ဝင် ကြား ကြားရုံသာဖြင့် သူ့ခရီး ပြီးစီးစေရမည်။ သည့်အတူ အနံ့၊ အရသာ၊ အတွေ့၊ အတွေး ကိုယ်ခိုက် စိတ်တိုက် မည်သည့် အာရုံတို့က လာတိုက်တိုက်၊ ထိုသူတိုးရာ တိုက်ရာ တံခါးဝမှာပင် သူ့ကိစ္စ သူ့ခရီး ပြီးစီးစေရမည်။ အမြင်မှစ၍ အာရုံမျှင် အတွင်းမွှေ အပြင်လျှောက် မရောက်စေရ။ အကြား စသည်မှ ထ၍ အာရုံအပြ စိတ်ဖြင့်လိုက်လံ မပို့ချစေရ။

ထိုသို့ နေရာမှာပင် ပွဲချင်းပြီးစေရန်မှာ တုန်ခါသံ မထွက် စေလိုသော ဆိုင်းဝိုင်းကြီးသံ စန္ဒရားသံတို့ကို တီးခတ်ရာ၌ တီးလျက်က ချက်ချင်း(လက်ဖနောင့်ဖျားဖြင့်) ပိတ်ဆို့ထားခဲ့ရပါ သည့်ပမာ၊ မြင်လျက်ကပင် မြင်သည်ဟူသော မှတ်ချက်ဖြင့်

အတွေးအမျှင် မဝင်စေရန် ဖြတ်တောက် ချထားနိုင်ရပါမည်။ အသံ စသည့်နည်းတူ။

ထိုသို့သာ အမြင်အရှိ မြင်သိဖြင့်သာ ပြီးပြေသော် (အကြား စသည်လည်း နည်းတူပင်) ဝေဒနာနောက် တဏှာ မရောက်နိုင်တော့ပြီ။ တဏှာပျောက် ဥပါဒါန်လည်း မကပ်ရောက်တော့ပြီ။ ပညတ်ဖြင့်တွဲ အစွဲမဝင်လာသောကြောင့်။

ဥပုသ်သည် ခမျာလည်း . . . မျက်စိရှိ၍ မြင်သည်၊ ထို့ထက်မပိုပြီ။ အပြရှိ၍ ကြည့်မိသည်၊ ထို့ထက်မပိုပြီ။ နားရှိ၍ ကြားမိသည်၊ အသံပေး၍ နားမွေးထိသည်၊ ထို့ထက်ကား ပိုမလာပြီ။

အကယ်တိတိ. . . ပြင်ပနေ မျက်စိ စသည် တံခါးများကို လည်းကောင်း၊ အတွင်းနေ မနောတံခါးကိုလည်းကောင်း သတိအစောင့်မထား ဆင်ခြင်စိတ် ဘဝင်စိတ် နှစ်ပါးချည်း လွှတ်ပေးထားမိသော် အမြင်မိ ဘာလဲ ဟူသော စုံစမ်းသိက ဝင်ကြည့်ပေးတော့မည်။ အကြားရှိ ဘယ်လိုလဲ ဟူသော စုံစမ်းသိက ဝင်ရောက် နားထောင်ပေးတော့မည်။

ထိုစုံစမ်းခြင်း သမ္မဋ္ဌိဏ်း ညွှတ်ကိုင်းလာသည်နှင့် ခံစားခြင်း၏နောက်တွင် မှတ်သားခြင်း၊ အားစိုက်ခြင်း၊ ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ အစွဲခန္ဓာစဉ်များသည်လည်းကောင်း၊ တစ်ဖန် ထိုစုံစမ်းခြင်း၏

နောက်တွင် ဆုံးဖြတ်ခြင်း၊ အာရုံယူရန်ထခြင်း၊ အာရုံယူ ခံစားတော့ခြင်း၊ နောင်တွေ့ မမေ့ရန် ထပ်မံ အာရုံပြုခြင်းများ တသီတတန်းကြီး ကျရောက်လာတော့ရာ စိတ်လည်းမဆိတ် ဥပုသ်ရိပ်ထိုသူ ခိုဝင်ခွင့်မရရှာ။ ကိုယ်လည်း ထိတ်ထိတ် အာရုံရိပ် မှေးမှိတ်နေတော့မည်သာ။

သို့ကြောင့် ဥပုသ်စောင့်(အာရုံကိုသတိဖြင့်စောင့်)တော့မည်ဆိုလျှင် မျက်စိရှိ မြင်မည်သာ။ သို့သော် ဘာလဲဟူ၍ မစုံစမ်းမိစေရ။ နားရှိကြားမည်သာ။ သို့သော် ဘာလဲဟူ၍ သွားရောက်မတီးခေါက်မိစေရ။ ထိုအခါ အမြင်သည် အမြင်ဖြင့် သာ သူ့ခရီးပြီးဆုံးသွားပါမည်။ ထိုအခါ စိတ်စဉ်မပြောင်း ဥပုသ်သည်ကောင်းတစ်ဦး ဖြစ်ခွင့်ရှိသွားပြီ။ အကြား စသည်များလည်း အရှိန်မပြင်းသော မိုးရေစီး သဲဖုတ်ချောင်းထဲ ထိုးဝပ်ပမာ ချည်းသာ။

ဆိုခဲ့ပြီးသော သတိမထား၊ သမရိုးကျ ဥပုသ်သမား သည်ကား သီလ ရကောင်းရမည်(စင်ကြယ်သည်မဆိုလို) ဥပုသ်ရဖို့ကား ခဲယဉ်းသည်။ သီလသည် ကိုယ်နှင့်နှုတ် ငြိမ်ဝပ်ပိပြားရန် တာဝန်ခံဖြစ်ရာ ထိုမျှလောက်ကား အိပ်နေရုံနှင့်ရပြီ။ (အိပ်သူ၌ ကာယ၊ ဝစီ၊ သောင်းကျန်းခြင်းကင်းနေ၍)

သရဏဂုံဖြင့် စိတ်ကိုမကျောင်းဘဲ အာရုံမလုံနိုင်။အာရုံမလုံခြုံပါက ဥပုသ်မရစေနိုင်။ ဥပုသ်မရပါက စင်ကြယ်သော

လိုသူတိုင်း သီလဖြင့် လက်ဦး၊ ဆိုးကံ ဖယ်ကြဉ်ပေးဖို့ အထူး အရေးကြီးသည်။

တစ်ဖန် သီလဖြင့် ဆိုးကံ ဖယ်လိုသူတိုင်းလည်း သတိ အပြင်အဆင်ဖြင့် သရဏာဂုံတင် မိမိစိတ် ဥပုသ်ဆောင် ဝင်ရန် မမေ့သင့်။

အချုပ်ဆိုရသော် . . . ကံတက်ရန်အတွက် ကံဟောင်း ကို ဖာခြင်း၊ ကံသစ်ကိုတည်ခြင်းဟူသော ဒါနမှု၊ သီလမှု ပြုလိုသူ တိုင်း ထိုဒါန ဝိသုဒ္ဓိဒါန အဖြစ်ဖြင့် ဒါနနှင့် တူစေခြင်း၊ ထိုသီလ လည်း ဝိသုဒ္ဓိသီလ အဖြစ်ဖြင့် သီလနှင့် တူစေခြင်း မျဉ်းပြိုင်ဆင်း ရမည်။

ထိုမျဉ်းပြိုင်ဆင်းရာ၌ သရဏာဂုံပွားမှ အာရုံလုံ၊ အာရုံလုံမှ ဥပုသ်ရ၊ ဥပုသ်ရမှ သီလစင်၊ သီလစင်မှလည်း ပြုသမျှ ဒါန မြေကောင်းပေါ် ကြဲချသော မျိုးစေ့ကောင်းပမာ သန်ခြင်း သန့်ခြင်းကို ဖြစ်စေရာ၊ သင်ကျင့်သုံး ဆောက်တည်ထားသော သီလ သီလနှင့်တူစွာ စောင့်စည်းပါလေ။ သီလနှင့်တူသော သီလဖြစ်လိုလျှင် သရဏာဂုံစိတ်အလုပ်ဖြင့် ဥပုသ်ဆောင် ဝင်ပါ

၂။ သတိဖြင့်ကျောင်း အကောင်းချည်းစား

ကျောင်းသည် ကောင်းစိတ်များ ကျက်စားရာ၏ စားကျက်တည်း။ သို့ကြောင့် မကောင်းစိတ်တို့ ဖြေသိပ်ရာ အာရုံတို့ကို ဆိတ်သုဉ်းရန် ဆိုင်ရာတံခါးများမှ စောင့်စည်းပိတ်ဆို့ရမည်ဆို ကျောင်းကိုသာ သွားရိုးထုံးစံပြုကြသည်။

ထိုသွားခြင်းကား ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်မနိုင်သေးသူတို့၏ အလုပ်သာ။ အကယ်တိတိ မိမိရှိ စွဲစိတ်ထက် မိမိ၏မှတ်စိတ်က နိုင်နင်းနေပါမူကား ကျောင်းမနီးလည်း ကျောင်းပြီးသား။ ကျောင်းမှီးလည်း ကျောင်းပြီးသားပင်။

အကယ်တိတိ. . . ကိုယ့်စိတ် ကိုယ်မနိုင်၊ နိုင်အောင်လည်း ကိုင်လိုစိတ်မရှိပါမူကား ကျောင်းစားကျက်ရောက် ပို၍ပင် ပေါက်လွတ်ပဲစား ပစ်ထားချေရော့မည်။

သို့ကြောင့် . . . အာရုံကို ဆိတ်သုဉ်းစေရမည့် ဥပုသ်နေ့သို့ ရောက်လေလျှင် နွားကျောင်းသားပမာသော သတိကို အထူးအရေးပေးရသည်။

နိဂ္ဂဏ္ဌောယျ သကံစိတ္တံ၊ ကိဋ္ဌာဒိဝိယ ဒုပ္ပသုံ၊
သတိမာ သမ္ဗဇာနော၀၊ စရေ သဗ္ဘိရိယာပထေ။
တစ်ဖက် လယ်ယာ စသည် သူ့စွာသို့ သွားရောက်ခိုးစား

လေ့ရှိတတ်သော နွားရိုင်း နွားပျက်ကို တုတ်၊ နှင်တံတို့ဖြင့် ပစ်ပေါက်ဆုံးမရသည်ပမာ၊ တစ်ဖက်အာရုံထား သွား၍ ခိုးစားတတ်သော မိမိစိတ်ရိုင်းကိုလည်း သတိဖြင့် မှတ်ရာပေးခြင်း၊ ထိုမှတ်ရာပေး အရှိ ခဲခြားသိ သိခြင်းများဖြင့် သွားလို့နေနေ ရပ်လျက် ဖြစ်ဖြစ် ထိုင်လျက်ထားထား အိပ်လျက်အနေအထားပင် ဖြစ်ပါစေ အကျင့်ဝတ် လက်ကမလွတ်ရာ။

သတိသည်ကား နွားကျောင်းသား လက်ကိုင်တုတ်။

သင်သည်ကား စိတ်ကျောင်းသမား နွားကျောင်းသား။

သည်ဘက်စားကျက်ဝင် နွားများသည် ခေါင်းဖော်၍ အဝေး မျှော်ကြည့်လေရာ ဟိုမှာဘက် မြက်က သည့်ထက်စို၊ သည့်ထက်များ၊ သည့်ထက်အကောင်းစား ထင်မိ၏။

တစ်ဖန် ဟိုဘက်စားကျက်ဝင် နွားများကလည်း ခေါင်းဖော်၍ မော်ကြည့်မိကြလေရာ သည်မှာဘက် မြက်က သူတို့စားခွင့်ရ မြက်ထက် နှစ်သက်စရာကောင်း ထင်နေကြပြန်၏။

အဝေးကြည့်၌ အရှိ ချဲ့.ကားခြင်း၏သရုပ်တည်း။

ထိုသို့ မျှော်ကြည့် မော်ကြည့်ကြရာမှ အာရုံဆွဲ အထိမခံနိုင်သော နွားများသည် အချို့.ခြေလှမ်းပြင်ကြ၏။ အချို့. လှန်ကြိုးကို အတင်းရုန်းကြည့်နေကြ၏။ အလွတ်တို့ကား ခြေသွက်၍ လှန်ကြိုးမိတို့ကား အငြိဖြေရဆဲဖြင့် နေး၏။

ထိုစဉ် နေပူအောက် ခမောက်လုံလုံဆောင်းထားသူ နွားကျောင်းသားသည် မမှီသေးသော် အအော်ဖြင့်ငေါက်၍ ခြောက်လှန့်ရ၏။"ဟိုနွားကြီး ဘယ်သွားမှာလဲ"ဟူ၍။ အနီးရှိသော် ပြောပြောဆိုဆို တုတ်ဖြင့်ပေါက်၍ တန့်စေရ၏။ "ကဲဟယ် . . . သည်လောက် ကဲသည့်နွား"ဟူ၍။လက်ထဲမိသော် အပြာလည်းပါ ကျောမှာလည်း တုတ်တင်ပေးရ၏။ "ကဲဟာ သည်မှာ ကောင်းကောင်းမစားသည့် နွား"ဟူ၍။

ထိုအခါ ထိုနွား တစ်ချီတွင် ငြိုငြင်သောမျက်နှာသွင်ဖြင့် ငြိမ်ပေးလိုက်ရ၏။ တစ်ချိန့်စ်ချိ ကြိုးစားကြည့်၍မှ ထွက်ခွင့်မရပါသော်ကား ခြေကြားမှမြက် တွင်တွင်စားသုံးပြီ။ မိမိ၏ခြေခွင်ကြားထား မြက်သို့ ချည်းသာ စိတ်အလုံးရင်းထား စားသုံးနေခြင်း၊ စိတ်ချလက်ချထား စားသုံးနေခြင်း၊ သုံးသပ်စိတ်ထား စားသုံးနေခြင်းဖြင့် ကိုယ့်ဘက်ရှိ စားကျက် ဇယ်ဆက်ဘိသို့ စားသုံးမိလာသော ထိုနွား၊ ကိုယ့်ခြေကြား မှ အကောင်းစား ဘွားခနဲသွားတွေ့တော့ရာ ခေါင်းမဖော်သာအထိ မြိန်ယှက်စွာစားသုံးပြီ။

ကိုယ့်ထဲမှကောင်းသော အကောင်း၊ မည်သည့်နေရာမှ မရှိ။ မိမိဓာတ်ဖြင့်နှပ် မိမိဓာတ်ဖြင့်တစ်ထပ်တည်း ဟပ်မိနေသောကြောင့်တည်း။

ကိုယ့်တစ်ကိုယ်တည်း ကောင်းသောအကောင်း မည်သူနှင့်မျှ စပ်ဟပ်၍မရ။ ကိုယ့်ချည်းကောင်း တစ်ဖက်နှင့်တစ်ဖက်

အပေးအယူဖြင့်လည်း ပေါင်းနေစရာမလို။ သဘောထားချင်း ရော နှီးနှောနေစရာလည်း မလိုတော့သောကြောင့်တည်း။

ထိုသည့်နွား မည်သည့်စားကျက်ကြားမှ သွားရောက် မခိုး စားပြီ။ ထိုသည့်နွား ခြေမငြိမ်ပြေးလွှား စားကျက်ဌားဖြင့် မပျော်ပါးလိုပြီ။ ထိုသို့ နွားကသာ စားကျက်ငြိမ်နေပါလျှင် မြက်ကား မြက်ထက် ပိုကျွံမလာပြီ။ မြက်ကို နွားကသာကြိုက်၏။ လယ်နှင့်ယာတို့ကား မကြိုက်ကြပါ။ မြက်ကို နွားကသာရွေး၏။ လယ်နှင့်ယာတို့ကား မရွေးချယ်ကြပါ။

သို့ကြောင့် သည်ဘက်လယ် ကန်သင်းရိုးမှ မြက်များ ဟိုဘက် လယ်ကန်သင်း သွားရောက် မပျော်ပါး။ ဟိုဘက် လယ်ကန်သင်းများမှ မြက်များကလည်း နည်းတူသာ။

ထိုမျှသာ မကသေး။ သည်ဘက်လယ်မြေ၌ စိုက်ချထား သော ကောက်ပင်များလည်း ပိုင်ရှင်မမြင်ခင် ဟိုဘက်လယ်ထဲ သွားရောက်မနား။ ဟိုဘက်လယ်များမှ ကောက်ပင်များကလည်း နည်းတူ။

သည့်ပမာလျှင်. . . သက်ရှိ၊ သက်မဲ့တို့မှ ခွဲဖြာထွက်လာ ကြသော အာရုံသည် အာရုံမျှသာပင်။

မိမိစိတ်ကမှ မ,ကစား၊ အာရုံထားကား ကစားပြသည်မရှိ။ တစ်ဖန် သူ့ဘက်ကလည်း သူ့စိတ်ကမှ မ,ကလက်၊ အာရုံထားက ကလက်ပြနေသည်မရှိ။

ထိုသို့ဖြစ်လာရန်မှာ မိမိသို့ကပ်ပြောနေသော အစွဲသိမ်းကို သတိဖြင့် နှုပ်ကွပ်ပေးမှသာ ဖြစ်နိုင်မည်။ သတိကိုင်၍ နိုင်သောအခါ မိမိစိတ် အသိဖြင့်ပါ တွဲချိတ်ပေးမှ ဖြစ်နိုင်မည်။ ချမ်းသာခြင်းတရား သီလဖြင့် ရယူခံစားခြင်းတည်း။

ဤအပိုင်းသည် ဆိုခဲ့ပြီး သမရိုးကျသီလထက် အဆင့်မြင့်တက်လာသော ဗြဟ္မာ့သီလခန်းပင်ဖြစ်၏။ ဗြဟ္မာတို့ကဲ့သို့နေခြင်းဖြင့် ဗြဟ္မာတို့ကဲ့သို့ မြတ်ခြင်းကို ဖြစ်စေသော သီလပင် ဖြစ်၏။ မြတ်ခြင်းသည် မဆုံးခြင်းနှင့် မရှုံးခြင်းကို တာဝန်ခံ၏။

အမြတ်ရစေသော ထိုနေနည်းများမှာ သတိရှိနေသဖြင့် ငါ၊ သူမဝင် အားလုံးအပေါ် တန်းတူမြင်၊ မေတ္တာယှဉ်နေတော့ခြင်း။ သတိရှိနေသဖြင့် ချစ် မုန်းမဝင် အားလုံးအပေါ် ကိုယ်ချင်းစာမြင်၊ ကရုဏာယှဉ်နေတော့ခြင်း။ သတိရှိနေသဖြင့် အာရုံမမင် အားလုံးအပေါ် အမြင်ကြည်၊ မုဒိတာယှဉ်နေတော့ခြင်း။ သတိရှိနေသဖြင့် အတွေးမဝင် အားလုံးအပေါ် အမှီမပြု၊ ဥပေက္ခာယှဉ်နေတော့ခြင်း။

ထိုလေးမျိုးသော ဗြဟ္မစိုရ် အလိုလိုဝင်နေသော သတိထိန်းစိတ် အကြိုက်မှဖြစ်သော ကြွေး ပေးစရာမရှိတော့ပြီ။ အမုန်းမှဖြစ်သော ကြွေး ပေးစရာမရှိတော့ပြီ။ မေ့ရာမှ တင်သော ကြွေး ပေးစရာမရှိတော့ပြီ။ ယှဉ်ပြိုင်မိရာမှ တင်သောကြွေး ပေးစရာမရှိတော့ပြီ။ ကြွေးကင်းလျှင် ဘာလုပ်လုပ် ကိုယ့်ဖို့ချည်း အဖတ်

တင်မှာ သေချာပြီ။ ကိုယ့်စိတ်ကလေးကိုယ်ပိုင် ကိုယ်လိုရာအာရုံကြား သွားရောက်ထားနိုင်ပြီ။ သတိတည်ရုံမျှဖြင့်ရသော အခွင့်အရေးများတည်း။

ဤဖြဟ္မာ့အလုပ်ဖြင့် ဖြဟ္မာ့ဥပုသ်စောင့်လိုသူသည် မိမိစောင့်သုံးလိုသော အချိန်၊ နေ့၊ ရက်များ ကောင်းစွာမှတ်သားပြီးလျှင် ဆရာ့ထံ ကတိဝန်ခံသောအားဖြင့် ရှစ်ပါး၊ ကိုးပါးနှင့် သရဏဂုံများ တောင်းခံရမည်။

ထိုသို့ခံယူစဉ် ဆရာက "ယမဟံ ဝဒါမိ သမ္မာဒေထ" သဘောသွားကို သတိဖြင့် တွဲဖက်ပေးလျှင်လည်း သတိမရှိသေးသူပီပီ "အာမဘန္တေ"ခံဖြင့် ယူလိုက်ရမည်။ ဆရာက "တိသရဏဂမနံ မဟာပရိပုဏ္ဏံ" သဘောသွားကို သတိဖြင့် တွဲဖက်ပေးလျှင်လည်း ထိုနည်း၎င်းပင်။ တစ်ဖန် ဆရာက နောက်ဆုံးပိတ် "ဓမ္မံ အပ္ပမာဒေန သမ္မာဒေထ" တရားလက်မလွှတ်စေနှင့်တော့ သဘောသွားပါသတိဖြင့် သတိပေးပြန်လျှင်လည်း မိမိ၌သတိမရှိသေးသည့်အတိုင်း မဆိုင်းမတွ "အာမဘန္တေ"ခံဖြင့် ယူလိုက်ရမည်။

"ယမဟံ ဝဒါမိ"ကား သရဏဂုံတည်ရန် သတိတစ်လုံးပေးလိုက်ခြင်း၊ "တိသရဏဂမနံ"ကား သရဏဂုံပွားများလာရန် သတိတစ်လုံး ဆင့်ပေးလိုက်ခြင်း၊ "အပ္ပမာဒေန"ကား သရဏဂုံတင်မှ ကိုယ်တိုင်သရဏဂုံရှင် ဖြစ်လာရန် သတိတစ်လုံးထပ်မံ၍

ဆင့်ပေး ပေးလိုက်ခြင်းတည်း။

ဆရာပေးလိုက်သော ထိုသတိ၌ မမေ့ရခြင်း၊ မလျော့ရခြင်း၊ မပျေ့ရခြင်း၊ မဆရခြင်း ဟူ၍ တာဝန်လေးချက် ပါဝင်နေ၏။ ထိုစဉ် မမေ့ခြင်းဖြင့် ထိုသတိ ခံစစ်ကို ပိုင်နိုင်စွာ ထိန်းထားနိုင်ရသည်။ အာရုံရစ်လှည့် အစွဲသိသည် တစ်ချက်မှေ့၊ ထိုမေ့သော အပေါက်ကပင် ထိုးဖောက်ဝ့ေ့ဝဲ စိတ်အုပ်စု ခွဲပစ်တတ်သောကြောင့်။

မလျော့ခြင်းဖြင့် ထိုသတိ ထိုးစစ်ကို ပိုင်နိုင်ရန် တာဝန်ခံရသည်။ အဓိပတိတပ်ထားသော သတိဖြင့် အဟောင်းကိုလည်း မြှုပ်၊ အသစ်လည်း ခြေကုပ်မရစေဘဲ အာရုံစဉ် စစ်တလင်း သတိခြေချင်းထပ်နေမှ နိုင်မည်ဖြစ်သောကြောင့်။

မပျေ့ခြင်းဖြင့် မြွေပွေးမျိုးမှန်းသိ မွေးကင်းစပင်ဖြစ်ပါစေ၊ မရိုမသေထား မကစားရဘိသို့၊ မည်သည့်အာရုံကိုမဆို ခြင်္သေ့မင်း၏ ဝီရိယထားအလား (ခြင်္သေ့သည် ဆင်မို့လို့အားပိုမသုံး၊ ကြွက်မို့လို့ အားလျှော့မသုံး တစ်တန်းတည်းနှုန်း ဆို၏) သတိနောက် ကြောင့်ကြစိုက် ဝီရိယထားဖြင့် အာရုံမှန် ဆိုက်စေရသည်။ ဝီရိယစိုက် သတိအား စပ်နေအောင်လိုက်မှ ရန်သူတိုက်အငိုက်မမိမည် ဖြစ်သောကြောင့်။

ချိန်ဆမနေတော့ခြင်းဖြင့် အတွေးဟောင်း ခေါင်းမဖော်သာပြီကို တာဝန်ခံရသည်။ တိုက်ပွဲကြား ချက်ကောင်းမစောင့်

စားဘဲ ရန်သူ ခေါင်းမဖော်သာ ပြီးရောဖြင့် မိရာဖမ်း လှမ်း၍ပစ် ခတ်နည်းပမာ စားချိန်မို့ သွားချိန်မို့ စသည် အချိန်ဆွဲမထား လေဘဲ သည်နေရာက ဖြစ်သောရန် သည်နေရာမှာပင် အပြီးသတ်မှ အောင်ပွဲရတတ်သောကြောင့်။

ထိုလေးမျိုးတို့ဖြင့် သီလခံယူပြီးကတည်းက နေ့၊ ည၌ပတ် လုံး အချိန်ကုန်ဆုံးသည့်တိုင် ဘုရားဂုဏ် အာရုံယူလျက်ကလည်း စိတ်အဆိုး အခိုးပြယ်စေရသည်။ သံဃာ့ဂုဏ် အာရုံယူလျက် ကလည်း စိတ်အရိုင်း နဂိုရ်အတိုင်း ဖြစ်စေရသည်။ ကြွင်း ကမ္မဋ္ဌာန်းတရား ပွားများလျက်ကလည်း စိတ်အညစ် အဖြူဖြစ်စေ ရသည်။

ထိုသို့ သရဏဂုံအလားဖြင့် တရားမကင်း အာရုံသစ် (ရတနာ့ဂုဏ်အာရုံသစ်) စားကျက်တွင်း စိတ်ရိုင်းနွား သွင်း ကျောင်း ကျောင်းထားပါလျှင် စားတော့လည်း နွား၊ ကျွဲ၊ သိုး၊ ဆိတ် မဝင်၊ အစာမှာတွင် စိတ်ရပ်နေပြီ။ သို့မဟုတ် ချို ချိုသည် စသည်၌သာ စိတ်ရပ်နေပြီး စွဲစိတ်အစား မှတ်စိတ်က လက်ဦး ထားလိုက်ပြီ။ ကြည့်တော့လည်း ငါ သူ မဝင်၊ အမြင် အမြင်မှာ တွင် စိတ်ရပ်နေပြီး စွဲစိတ်နေရာ မှတ်စိတ်တို့က အသာဝင်နေ လိုက်ပြီ။

ဤသို့ဖြင့် . . . စားစား သွားသွား နားနား နေနေ နိုးစိတ် ဖြစ်နေသမျှ သတိက ရုံ၍ ကြပ်မတ်ကာ လိုက်ပါနေသောအခါ

စိတ်သည် သူ့ဘက်မနား ကိုယ့်ဘက်မှာချည်း နားသက်နေပြီ။ သူ့အကြောင်း မဝင်ဆံ့၊ ကိုယ့် အကြောင်းနှင့်ကိုယ်သာ ဝင်ဆံ့နေပြီ။ သူ့အကြောင်းကြည့်ရန် ဝါသနာမရှိ၊ ကိုယ့်အကြောင်း ကိုယ်ကြည့်ရန် ဝါသနာရှိလာပြီ။ ထိုစိတ်မျိုး ၁၅ မိနစ်သာရှိ၊ အတွင်းထ ကိလေသာများ အားမခိုတော့ပြီ။ ထိုစိတ်မျိုး တစ်ရက်သာပြည့်၊ အတွင်းထ ကိလေသာများ အားမရှိတော့ပြီ။ စိတ်သည် မြင်သိ၊ စားသိ၊ မူလအသိမှ ပတ်လှည့် လှည့်ခွင့် မရတော့သောကြောင့်။

အတွင်းထ ကိလေသာ မထခိုနှိုရှိ ကိုယ်၊ စိတ်နှစ်ပါးတို့၏ ငြိမ်းချမ်းခြင်းအရသာကား မည်သည့်ကာမအရသာတို့နှင့်မျှမတူသော အရသာတည်း။

တာဝန်လေးချက်ပါ ထိုအပွမာဒသတိ တည်ရုံလေးမျှဖြင့်ပင် အတွင်းကိန်း အဟောင်း အဟောင်းသော အစွဲနာကြီး ကိလေသာအပင်ကြီးလည်း ရေလောင်းမခံရသော သစ်တစ်ပင်ပမာ တစ်စစ ပွားရာမှပါး ပါးရာမှနည်း နည်းရာမှ စဲစေသည်။

အပြင်ကူ အသစ်အသစ်သော အစွဲမီးထိုး အကြိုက်ကြီး မျိုးထစေသည့် ကိလေသာရေများလည်း မိုးခေါင်ကာလ အိုင်တွင်း ရေမကျပမာ သတိဖြင့်စုစည်းပေးထားသော စိတ်တန်ခိုး စိတ်သတ္တိ၏အရှိန်ကြောင့် တစ်စစခန်း တာဝန်ပြည့်မထမ်းတော့။

ထိုသတိကြားမှ ဖွားသစ်ရသော သီလသည်လည်း သရဏကုံ ပွားထုံနေတော့၍ အာရုံလုံခြင်း၊ အာရုံလုံနေတော့၍ စိတ်မဆော့ခြင်းများကြောင့် စိတ်ကုန်ခြေရှိသလောက် သီလဝိသုဒ္ဓိ အဖြစ် ရောက်တော့သည်။ အာရုံကိုချိတ် စိတ်ဖြင့် မပြစ်မှားခြင်း သည်ပင် ဝိသုဒ္ဓိ(အထူးစင်ကြယ်) ဆိုရပြီ။

✦

သတိဖြင့်ဈာန်စိတ်သွင်း
အဟောင်းရော အသစ်ပါ လမ်းရှင်းမည်

သတိတစ်လုံးတည်းဖြင့် ကိလေသာလည်း ပယ်ပြီးသား။ အဟောင်းခဏပယ် အသစ်ရှောင်ပယ်ဖြင့် ပယ်နေပါသည်။ သိစရာလည်း သိပြီးသား။ သူ့အားရှိသလောက် သူ့အသိ သိသိနေပါသည်။ ကိုယ့်စိတ်ကိုယ်လည်း ပိုင်ပြီးသား။ ခဏိကသမာဓိဖြင့် ခဏမျှ တည်ပေးနေပါသည်။

ထိုသို့ သတိတစ်ချက်တစ်ချက်လျှင် အလုပ်သုံးမျိုး သုံးမျိုးကျ လုပ်ပေးနေရာ စပ်သောသတိဖြင့် သမာဓိဈာန် (သမထဈာန်) ပွင့်ထွန်းစေပါမည်။ စိုက်သောသတိဖြင့် လက္ခဏာဈာန်

(ဝိပဿနာစျာန်) ပေါ်လွင်စေပါမည်။

သို့ကြောင့် ဥပုသ်ဆောင်ဝင်ခြင်းသည် စျာန်ဝင်စားရန် ဟူ၍ မှတ်လိုက်ပါ။ သို့ကြောင့် သရဏာဂုံပွားစေခြင်းသည် ကမ္မဋ္ဌာန်းအထိုင်ခိုင်းခြင်းဟူ၍ မှတ်လိုက်ပါ။

ဥပုသ်နေ့(အာရုံနှင့်ကင်းပြတ်ရမည့်နေ့)သင် ဥပုသ်ဆောင်ဝင်သည်နှင့် ဆင်ခြင်သတိဖြင့် ရှေ့လောဘ နောက်လောဘတို့ကို ဖြတ်တောက်ချထားခဲ့လျက်က၊ ဆင်ခြင်သတိဖြင့် ရှေ့သောက နောက်သောကတို့ကို ဖြတ်တောက်ချထားခဲ့လျက်က အာရုံဝင်ရာ တံခါး ငါးပေါက်ပိတ်၊ အာရုံနှင့်ရာ မနောတံခါးပေါက်သတိဖြင့် အစောင့်အရှောက်ထား၍ အာရုံကင်းဆိတ်သစ်တစ်ပင် ဝါးတစ်ပင် အရိပ်သို့ ချဉ်းကပ်ခဲ့ပါလေ။ တောတောင်သစ်ပင် အကုမရ၊ လူသူကင်းပရာ နေရာမျိုး ခေါင်းထိုးနေပါလေ။

ထိုသို့ နေရာရွေးချယ်ပြီးသော် ကိုယ် ငြိမ်သက်စေပြီး ကြာကြာထိုင်နိုင်သော ထိုင်နည်း၊ စိတ်ကိုငြိမ်သက်စေပြီး သွေးမလှုပ်ရှားစေသော အာရုံခံ၊ ထိုနှစ်ခုတို့ကို စီမံပြီး . . . အတွင်း အပြင် တာဝန်ခံ သတိနှစ်မျိုးတို့ကို အတွင်းတွန်း အပြင်တွန်း ဝိရိယနှစ်မျိုးတို့ဖြင့် ထားရာအာရုံခန်း တန်းမတ်စွာ ထိုးဝင်နိုင်ရမည်။

ဆိုကြပါစို့။

စိတ်မနိုးထ သွေးမကြွစေသော အာရုံခံဟူသည် ဓမ္မာရုံ

အတွင်းရှိ ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာများပင်ဖြစ်ရာ ဗုဒ္ဓါနုဿတိ ကမ္မဋ္ဌာန်းဖြစ်သော် ပုံတော်နှင့်ဂုဏ်(သံဃာလည်းနည်းတူ)၊ ဓမ္မာနုဿတိဝယ် အာနာပါနဖြစ်သော် နှာဝနှင့်လေ၊ ကသိုဏ်းဖြစ်သော် မျက်စိ နှင့် ကသိုဏ်းဝန်း၊ မေတ္တာ စသည် ဖြစ်ခဲ့ပါသော် မိမိမနောနှင့် တစ်ဖက်ပို့လိုရာ သူ။ ထိုသို့ အာရုံခံများ အစားစား ရှိရာတွင် အများသုံးအာနာပါန ဆိုပါစို့။

ပြင်ပက ပွားပို့မှုသတ္တိ၊ ပြင်ပလေ နှာဝတို့အထိနှင့် ပူးမိတွဲမိနေစေရန် ပြင်ပတွန်း ဝိရိယသည် လေကိုအားယူ၍ ရှူသွင်းရှိုက်ထုတ် အလုပ်လုပ်ပေးနေရသည်။

အတွင်းနေ အောက်မေ့မှုသတိ ရှုစရာနှင့်သတိ တစ်စပ်တည်းတည်း ကပ်မိထပ်မိနေစေရန် ထိုအောက်မေ့မှု သတိ နောက်မှနေ၍ မပြတ်ကြောင့်ကြစိုက် အလုပ် လုပ်ပေးနေရသည်။ ဝိရိယအတွန်းမပါသော အမှတ် ထားလိုရာ၌ အပ်ကျ မတ်ကျ မထပ်မိတတ်သောကြောင့်။ မှတ်ရုံသာ မှတ်နေတတ်သော သတိ၊ ဝိရိယအကူမရှိက ရှေ့သို့ဆက်လက် ဖိတက် မတက်နိုင်သောကြောင့်။

ဝင်လေ၌ ဝိရိယကရှေ့သွား သတိကနောက်ကူ။

ထွက်လေ၌ သတိကရှေ့သွား ဝိရိယကနောက်ကူ။

ထိုသို့ ဝိရိယနှင့်သတိ(အတွင်းရော အပြင်ပါ) အတွဲမပျက်၊ အခြိုက်အဆက်မိနေလျှင် ပြင်ပသတိက ပညတ်ကို မနားတမ်း

မြုပ်ပေးနေတော့သည်။ အတွင်းသတိက ပရမတ်ကို မနားတမ်း ဖော်ပေးနေတော့မည်။

သည့်အတူလျှင် ပြင်ပနေ ပွားပို့မှုသတိက အာရုံခံ၏ အာရုံမှန် တစ်ခုတည်း ပေါ်လွင်ထင်ရှားလာရန် မပြတ်ထိုးတင်ပေး၊ အတွင်းထား ရှုကွက်ကပ် အောက်မေ့မှုသတိက ထိုပေါ်လွင်လာသော အာရုံမှန် ကြာကြာခံနိုင်ရန်အတွက် ဆက်လက်စောင့်ရှောက်ဖြင့် လင်နှင့်မယားတို့၏ စီးသည့်ရေဆယ်သည့်ကန်သင်း ပမာ ဝီရိယနှင့်သတိ၊ တစ်ဖန် သတိချင်းလည်း အတွင်းနှင့်အပြင် အပေးအယူမိနေခဲ့ပါသော် ဓမ္မာရုံအမည်ရ လေ နှာဝတို့၏ အတွေ့မှုဖြစ်သော အာရုံလည်း လုံခြုံစေပြီ။ ကာမဂုဏ်အမည်ရ အတွေးအငေးမှပေါ်သော အာရုံတိုးများလည်း လုံခြုံစေပြီ။ တစ်ခုက မလွတ်သောအားဖြင့် လုံခြုံခြင်း၊ ကျန်တစ်ခုက မဝင်စေသောအားဖြင့် လုံခြုံခြင်း။

ထိုသို့ ထားလိုသော အာရုံတစ်ခုတည်း သတိဖြင့် လုံလုံခြုံခြုံထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ထားနိုင်ခြင်း၊ မထားလိုသော အာရုံခင်း သတိဖြင့်ပင် ဖယ်ရှင်းကာ လုံလုံခြုံခြုံ ကာကွယ်ထားနိုင်ခြင်း အပြည့်ရှိနေလျှင် အာရုံလုံသဖြင့် ဥပုသ်ရသွားပြီ။ ဥပုသ်အဟုတ်ရသွားလေသူ သီလ မဖြူစင်မှာ မပူပါနှင့်တော့။ ငါသီလ စင်လား မစင်လား တွေးပင် မနေပါနှင့်တော့။

ထိုဥပုသ်သည် (အာရုံလုံကို အချိန်ပြည့်သယ်ဆောင်သွားနိုင်သူ)သည်ကား သူတကာတို့အပေါ် ရာဂတွေး ဒေါသတွေးဖြင့် အရေးမဖေါ်မိသောကြောင့် မေတ္တာစျာန်တွင်း ချဉ်းနင်းမိနေပြီ။ ကိုယ့်အောက်ထားများအပေါ် သဝန်တိုတွေးဖြင့် အရေးမဖော်မိသောကြောင့်လည်း ကရုဏာစျာန်တွင်း ချဉ်းနင်းမိနေပါပြီ။ ကိုယ့်ထက်ထားများအပေါ် မနာလိုတွေးဖြင့် အရေးမဖော်မိသောကြောင့်လည်း မုဒိတာစျာန်တွင်း ချဉ်းနင်းမိနေပါပြီ။ ကိုယ်နှင့်အများ၊ သူ၊ ငါ ဘက်ခွဲတွေးများဖြင့် စိတ်ကစားခြင်း အလျှင်းမရှိသောကြောင့်လည်း ဥပေက္ခာစျာန်တွင်း ချဉ်းနင်းမိသွားပြီ။ သို့ကြောင့် ထိုဥပုသ်သည် လူအရှင်လတ်လတ်ကပင် ငြဟ္မာမြတ်အဖြစ် သတ်မှတ်ခံရပြီ။

လူသည် သာမန်လူ၊ အများတို့အားကိုးရာ နတ်ဖြစ်လူ၊ အများတို့ထက် မြတ်ရာ ငြဟ္မာဖြစ်လူ ဟူ၍ လူသုံးပါးရှိချေရာ ထိုဥပုသ်သည်ကား လူသုံးမျိုးတို့တွင် ထိပ်ဆုံးရောက်လူသားတည်း။

ဤသို့သာ တစ်ရက်လုံးလုံးနေနိုင်လျှင် တစ်ရက်ခံ ငြဟ္မာတည်း။

ဤသို့သာ တစ်သက်လုံးလုံးနေနိုင်လျှင် တစ်သက်ခံ ငြဟ္မာတည်း။

ဤသို့သာ ကိုယ့်စိတ်နှင့်ကိုယ် သေနိုင်လျှင် အထက်စံ ဖြဟ္မာတည်း။

✦

စိတ်နှင့်အစွဲ အတွဲဖြုတ်နေရာသည် ဥပုသ်

ဆိုခဲ့ပြီးသောအတိုင်း စိတ်၌အမိ အစွဲငြို၊ အစွဲသိ အားလုံးတို့ကို သတိဖြင့် ဖြတ်တောက်ချလျက်က မိမိစိတ် ဖြူစင်သထက် ဖြူစင်စွာ ဆေးကြော သုတ်သင်ခဲ့ပါလျှင် သံသရာပါ ဥဉ် လက်ငုတ်တို့ မလူပ်သဖြင့် ပါရမီသို့ တန်းဝင်စေကာ သီလနှင့် ပါရမီ အတွဲမိစေပါမည်။

မွေးရာပါ အစွဲအထုံးတို့ လုံးလုံးကြီး မဝင်သာသဖြင့် သုံးရုံသာသုံး၍ အစွဲမပါသော ခံစားနည်းအတိုင်း ခံစားတတ်လာပါမည်။ ထိုဥပုသ်တော်သီလကား တစ်ရက်ဆို ဆိုသလောက် ခရီးရောက်စေပြီ။

ဒါန၌ အဟိတ်ဒါန၊ ဒွိဟိတ်ဒါန၊ တိဟိတ်ဒါန ဟူ၍ အဆင့်သုံးဆင့် ခွဲခဲ့သည့်နည်းတူ ဤသီလ၌လည်း စိတ်လွတ်သီလ၊ စိတ်သတိကပ်သီလ၊ စိတ်ဝယ်သတိ၊ အသိ နှစ်ဖက်ညှပ်သီလ ဟူ၍ အဆင့်သုံးဆင့်ခွဲမည်။

ထိုတွင်. . . ဆိုခဲ့ပြီး ရိုးရိုးကား စိတ်လွတ်သီလ၊ ယခုဆိုဆဲ

ကား သတိကပ်သီလဖြစ်ရာ သတိတစ်ခုဖြင့်ပင် စွာန်အရာဝင်စေ
ပြီး၊ သတိတစ်ခုဖြင့်ပင် စိတ်ကိုစင်ကြယ်စေခဲ့ပြီ။ စိတ်နှင့်အစွဲ
သတိဖြင့် ထိုးခွဲပစ်လိုက်ခြင်းတည်း။

ထိုသီလမျိုး ပစ္စက္ခဋ္ဌ ဘေးဆိုးအမျိုးမျိုးတို့၏ အထိုးအနှက်
များမှ ကင်းစေသည်။ သီလကြောင့် စိတ်တန်ခိုး စိတ်သတ္တိ
အရှိန်တောက်ထခြင်း၊ ကိုယ်စောင့်နတ် ကံထိန်းနတ်များနှင့်တကွ
ဆိုင်ရာနတ်များ လိုက်ပါ စောင့်ကြပ် နေကြရခြင်းကြောင့်တည်း။

သံသရာဋ္ဌ ကာမဘေးဆိုး အမျိုးမျိုးတို့၏ အထိုးအဆွများ
မှ ကင်းပစေမည်။ သေခါနီးသတိမလွတ် သရဏာဂုံမချွတ်သဖြင့်
ငြဟ္မာဘုံရပ် ငြဟ္မာဇာတ်သား ဖြစ်ရခြင်းကြောင့် ထိုသီလရှင်မျိုး
သည်သာ အမြတ်ရသော နေခြင်းတည်း။

ထိုသီလရှင် ယခု ပစ္စက္ခမှာဖြစ်စေ၊ နောင် သည်သီလက
အကျိုးပေးရာဘဝမှာဖြစ်စေ. . . အကယ်၍များ မဂ်ဖိုလ် နိဗ္ဗာန်
တောင့်တရည်သန်ပြီး ဆင့်တိုးကြိုးစားမည်ဆိုသော် သတိ ဝီရိယ
တို့၏ တွန်းအားမှဖြစ်သော စိတ်တန်ခိုး စိတ်သတ္တိတို့၏ အရှိန်
ကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဥပုသ်တော်သီလတို့၏ အရှိန်မှ ဆက်
သော စေတနာ၏အဟုန်တိုးအားကြောင့်လည်းကောင်း၊ အတား
မှန်သမျှ ထိုးဖောက်၊ ကိလေသာအစုန်တို့မှ လွန်မြောက်နိုင်
တော့သည်သာ။

အကယ်တိတိ . . . အရိယာဇာတ်သားအမည်ခံ နိဗ္ဗာန်မှ

တစ်ခါပြန်အထိ မသွားလိုသေးဆိုပါလျှင်လည်း အရိပ်ပမာလိုက်ပါနေသော ဤဥပုသ်တော်သီလ၏အရှိန်ကြောင့် လူအဖြစ်၊ နတ်အဖြစ်၊ ဗြဟ္မာအဖြစ် ဟူသော အထက်တန်းစား ဘဝကောင်းများဖြင့် မိမိမှန်းရာဆု ပါရမီစုနိုင်ခွင့် ရှိနေတော့သည်သာ။

ထိုမျှလောက်မျှ ဓမ္မအပေါ် မချစ်မနှစ်သက်၊ ကာမလောက်သာ အားသစ်နေခဲ့ပါမူ ကိုယ်လုပ်နှုတ်ဖွင့် သူတကာတို့နှင့် ဆက်ဆံခွင့်ရလေတိုင်း ကိုယ်နှင့်စိတ်မှာ သတိထက်ကြပ်ပါနေတော့ခြင်းကြောင့် ကိုယ်အမှုအရာ နှုတ်အမှုအရာ မကလက်တည်ကြည်လေးခန့်သော လူကြီးလူကောင်းဆက်ချည်း အသက်ဝင်နေရကား ဆက်ဆံသူတိုင်း၏ ယုံကြည်ခြင်းကို ခံယူခွင့်ရသည်။ ဆက်ဆံသူတိုင်း၏ အားကိုးမှုကိုလည်း ခံယူခြင်း ရသည်။

သို့ကြောင့် ကာမဂုဏ်ရေစုန်လိုက်နေလျှင် မင်းအဖြစ်ဖြင့်လည်း တိုင်းပြည်ခေါင်းဆောင်၊ သူဌေးအဖြစ်ဖြင့်လည်း စီးပွားရေးခေါင်းဆောင် ဖြစ်ခွင့်ရှိသည်။ ကာမဂုဏ် ရေစုန်မလိုက်လျှင် မင်းဆရာဘုန်းကြီး၊ တိုင်းပြည်၏ဆရာ ဘုန်းကြီးအဖြစ်ဖြင့် ဘာသာရေးခေါင်းဆောင် ဖြစ်ခွင့်ရှိသည်။

ထိုအခွင့်အရေးများသည် မြစ်ရေပမာ အလျှဉ်မပြတ်သော စိတ်အစဉ်ကို သတိဖြင့် စည်းလုံးပေးခြင်း၊ သတိဖြင့်ပင် သန့်စင်ပေးခြင်းများမှ ဖြစ်ပေါ်စီးဆင်းလာသော အရှိန်အဟုန်များပင်။

ဓားစောင်းထက် လေစောင်းက ပိုထက်၏။ ဓားကား သံ၏

မာကြောခြင်းတစ်ခုဖြင့်ပြီးရပြီး၊ လေကား အဆက်ဆက် တိုက်ခိုက်သော အရှိန်အဟုန်အမျှားစုမှ ဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကြောင့် တည်း။

တစ်ဖန် လေစောင်းထက် ရေစောင်းက ပို၍ထက်၏။ လေကား အရှိန်လွှတ်မမှန်၊ မသိပ်သည်း။ ရေကား အရှိန်လွှတ်လည်းမှန် သိပ်သည်းမှုလည်း ရှိနေပြန်သောကြောင့်တည်း။

ထိုစောင်းမျှားထက် မနောစောင်းက ပို၍ပို၍ထက်၏။ ထိုရုပ်စောင်းမျှားသည် သက်မဲ့ဖြစ်သဖြင့် စေတနာထည့်မှ ရှိရသော တန်ခိုးသတ္တိကင်းဆိတ်နေခြင်း၊ သတိ၊ အသိ အထွဋ်တင် စွာန်အား ဗိုလ်အား စသည်မျှား ကင်းဆိတ်နေခြင်း၊ ဥတု၏ တွန်းအားလေးမျှဖြင့်သာ တွန်းပို့နေရခြင်းမျှားကြောင့် စေတနာ စသည် အစာသွင်းထားသော မနောစောင်းကို မမှီနိုင်။

ထိုမနောစောင်းကား ကောင်းကင်သို့ ပစ်တင်ခဲသည် ခဲချိုသူ၏တွန်းလွှတ်ပို့အား အတိုင်းလျှင် အရှိန်အဟုန်လွှင့်မြင့်ထက်မြင့်ရာသို့ တက်ခွင့်သာသည်ပမာ။

သီလရှင်(ဒါနရှင်၊ ဘာဝနာရှင်)၏ သတိ ဝီရိယ ပစ်တင်အားနှင့်တကွ စေတနာသဒ္ဓါဆန္ဒအား၊ ဗိုလ် ဗောဇ္ဈင် မဂ္ဂင်အားများကလည်း အားသန်လျှင်သန်သလောက် အချို့ နိဗ္ဗာန် အထိ ပေါက်ရောက်နိုင်စေပြီ။ အချို့ နတ်ရွာ ဗြဟ္မာရွာများအထိ ပေါက်ရောက်နိုင်စေပြီ။

ထို မနောစောင်း စောင်းထက်လာရခြင်းများကား သတိ(ဝီရိယ)အထိန်းအကျောင်း ကောင်းသဖြင့် အဟောင်းနှင့် အသစ် ကိလေသာတို့ စိတ်ဝယ် မရစ်ပတ်၊ အဟောင်းလည်းရပ် အသစ်လည်းမကပ်သာရာမှ စိတ်အေးငြိမ်းခြင်း၊ အေးငြိမ်းရာမှ တည်ကြည်ခြင်း၊ တည်ကြည်ရာမှ တစ်ဖက်အာရုံရိုင်းများနှင့် လိုင်းမပူးခြင်းများ ဖြစ်ထွန်းလာကာ စိတ်တန်ခိုး စိတ်သတ္တိများ ပြန့်ကားလာရာမှတည်း။ သို့မဟုတ် သီလနှင့်တူသော သီလကြောင့်။

✦

၃။ သီလဖြင့် ရှိသမျှ နိဗ္ဗာန် တည်ဆောက်အံ့

ရဟန်းတို့. . . အတူနေများ၏ ချစ်ကြည်လေးစားမှုကို ခံယူလိုလျှင် သီလကိုသာ အားကိုးရာ၏။ သေဆုံးသူ မိဘဆွေမျိုးများ ဘဝကောင်းသို့ ပို့လိုလျှင် ထိုသီလကိုသာ အားကိုးရာ၏။ မိမိသည်ပင် တောတောင်ဝင်၍ တရားအားထုတ်ရာ၌ နတ်တို့၏အကူ ရလိုလျှင်လည်းကောင်း၊ မိမိသည်ပင် ဈာန်အရာ မဂ်အရာ ဖိုလ်အရာ တည်လိုလျှင် လည်းကောင်း ထိုသီလကိုသာ လျှင် အားကိုးရာ၏။ (အာကခ်ေယျသုတ်မှ လိုရင်းကောက်နှုတ်ချက်)

ဘုရားရှင် ခြိုးမွမ်းသော ထိုသီလသည် သတိ အသိ ဥိးစီး သော ဤသီလကိုပင် ရည်၏။ သိက္ခာတင် သီလခေါ် ခန္ဓာခွင်ပေါ် သတိတင်ကာ ကျင့်လျက်ကသိ သိလျက်က ကျင့်နေသော ဤသီလကိုပင် ရည်၏။ ပါရမီရှင်ဝင် သီလဖြစ်သော အစွဲလန်၍ သတိချည်းကျန်စေသော ဤသီလကိုပင် ရည်၏။

စိတ်ဝယ် သတိ၊အသိညှပ်၍ အစွဲပြတ်စေသော ဤသီလ သည်သာ အတိတ်ရှိ ကံရိက္ခာထုပ် စျာန်ရိက္ခာထုပ် ဉာဏ်ရိက္ခာ ထုပ်များနှင့် ပစ္စုပ္ပန်ရှိ ကံ၊ စျာန်၊ ဉာဏ် ရိက္ခာထုပ်များ ဆက်သား ရစေသောကြောင့်တည်း။

စိတ်ဝယ် သတိ၊ အသိညှပ်၍ အစွဲရပ်စေသော ဤသီလ သည်သာ အတိတ်ကံပါ ကိလေသာများနှင့် ပစ္စုပ္ပန်ရှိ ကိလေသာ မှား အဆက်ပြတ်စေသောကြောင့်တည်း။

ထိုသီလသည် အရိယာသီလသာ ဖြစ်သင့်ရာ၏။

သမရိုးကျ စိတ်လွတ်သီလဖြင့်လည်း ထိုသတ္တိခန်း အစွမ်း မပြနိုင်။ ဆိုခဲ့ပြီး စိတ်သတိကပ် သီလဖြင့်လည်း ထိုသတ္တိခန်း အစွမ်းမပြနိုင်။ ကာမ၊ ဗြဟ္မာ့လောက် ကျသက်စေနိုင်သော ထို သီလမျိုးများ၏ အားသည် ကမ္ဘာခြို သံသရာခြို အညှိများကို ထိုးဖောက်ရာ၌ ထုတ်ချင်းမပေါက်နိုင်သောကြောင့်တည်း။

ထိုအရိယာသီလ ကျင့်သုံးဆောက်တည်ရာ၌ ဥိးစွာ

ကံစောင့်အရာဝင်သော သိက္ခာပုဒ်များကို ဆရာ့ထံမှ ခံယူကြရ၏။

ထိုသို့ ခံယူရာတွင်လည်း သတိအရှိန်ဖြင့် စုစည်းပေးထားသောစိတ် တစ်ဖန် ပြန်လည် ပြန့်ကြဲမသွားတော့စေရန် ဘဝင်လေပူဖြင့် သွေးကို ချက်၍ သွေးပွက်ပွက်ဆူ နှလုံးသွေးနှင့်တကွ အတွင်းထားများပါ လှုပ်ချူ၍ ကာမဂုဏ် အစာ အရသာ ယူရသော လင်ခန်း မယားခန်းများ ဖြတ်တောက် ထားခဲ့ရုံမျှဖြင့် မလုံလောက်။ (ထိုလင်ခန်း၊ မယားခန်းကိစ္စများသည် အတွင်းရှိသွေးလေများ ချောက်ချားစေကာ စိတ်ပူခြင်း ပျံ့ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။)

ထိုလင်ခန်း မယားခန်းနှင့်တကွ ကာမဘောဂီ လောကီအရာများကို လိုသလိုလည်းခဲ့ထွင်၊ လိုသလိုလည်း ပြီးစီးစေသောရွှေ၊ ငွေများကိုပါ ဖြတ်တောက်ချထားခဲ့ရမည်။ သဗ္ဗဘောဂဝိဝဋ္ဋတော-အရာအားလုံး အလွတ်ရုန်းခဲ့ရမည်မဟုတ်လော။

ထိုသို့ ကံစောင့်များ(သိက္ခာပုဒ်များ)ကို ကာယ ဝစီတံခါးများမှ ဦးစွာ အစောင့်ချထားပြီးစီးသော် ဆိုခဲ့ပြီးသောအတိုင်း အာရုံများများကိုဖယ်ရှား၊ အာရုံမှန်တစ်ခုတည်း ကျန်တည်နေစေရန် မိမိစိတ်အတွင်းနေ အပြင်ထားသတိများဖြင့် ကျူးသွင်းပေးနေရမည်။ အတွင်းလိုက် အပြင်လိုက် ဝီရိယနှစ်ပါး အကူ

လည်း ရယူရမည်။ သတိသည် မှတ်ခြင်း၊ အမှတ်ရခြင်းမျှဖြစ်ပြီး ဝီရိယကမှ မတွန်း ရှေ့မတိုး။ အသိသည် သိခြင်း၊ ခွဲခြားခြင်းမျှ ဖြစ်ပြီး သတိ (ဝီရိယ)ကမှ မစူးစိုက် ရှေ့မဆိုက်။

ဝင်လေကို ဝီရိယက ဆွဲ၍လိုက်ပြီ၊ သတိကလည်း ဝင်သည် မှတ်လိုက်ပြီ။ ထိုသို့ ဝီရိယ သတိတို့က ပြင်ပကနေ အာရုံမှန်တစ်ခု ဖန်တီးပေးလိုက်သည်နှင့် ဝင် ဘယ်လိုလဲ သတိက ဆင်ခြင်ပြီ။ ဝီရိယကလည်း ၍စရာနှင့်ရှုတာ ကပ်ပေးထားပြီ။ ထိုအခါကျလေမှ ကိုယ်ပိုင်သိက ဘယ်လိုလေးပဲဖြင့် မှတ်ချက်ပေါ် မှတ်ချက်ချနိုင်သည်။

ထွက်လေနှင့်တကွ ကျန်ကမ္မဋ္ဌာန်းများလည်း နည်းတူပင်။

အပြင်နေ ဝီရိယ သတိတို့က လင်ညီအစ်ကို စီးပွားရှာပို့သမား၊ အတွင်းထား သတိ ဝီရိယနှစ်ပါးက လင်ညီအစ်မ ရပစ္စည်းမလွတ်တမ်း ဖမ်းထိန်းများ၊ အသိကား စီးပွားတိုးပမာသာ။

အတွင်းနှင့်အပြင်၊ အပြင်နှင့်အတွင်း ထိုသို့ အချင်းချင်း အတွဲညီသော် ရှုစရာနှင့်သတိတို့သည် ထိပ်တိုက်ဆုံပမာ တွဲခနဲ စီးခနဲ ဖြစ်လာစေပါသည်။ ရှုကွက်နှင့်ရှုချက် အံကိုက်အဖြစ် လိုက်ဖက်နေခြင်း။

ထိုအခါ လေတိုးသဖြင့် နှာဝရုပ် တဖြုတ်ဖြုတ် ပြုတ်ကျနေပါသည်ကိုလည်းကောင်း၊ နှာဝရုပ်၏အခုအခံကြောင့် တိုက်ခိုက်

သောလေများ တဖွားဖွား ကျဆုံးသွားပါသည်ကိုလည်းကောင်း၊ ထိုနှစ်ပါး တစ်ပါးပါး ရှုကွက်ကြားမှ ဘွားခနဲ တွေ့သိခွင့်ရလာစေတော့ရာ အပူကင်းသော ထိုအတွေ့ဝယ် မမေ့လောက်အောင် စိတ်မွေ့သွားစေပြီ။ သည်လောက် အတွေ့ကလေးကတောင် သည်လောက်ချမ်းသာနေသေးလျှင် သည့်ထက်များ ပိုတွေ့လာလျှင်ဟူသော သဒ္ဓါ၏ယုံကြည်ချက်များ ဝီရိယ(ရဲတင်းချက်)ဘက်လက်ဆက်လာနေပြီ။

ထိုယုံကြည်အားကြောင့် စိတ်ရှင်သွက်လာစေပြီး မိမိအလုပ်၌ ဝန်မလေးတော့ပါလျှင် ပေါ်ထင်ပြချက်များကလည်း သည့်ထက်သည် တိုးတက်လာချေပြီ။

ထိုအခါ မိမိ၏သီလခေါ်အကျင့်၌ နှစ်လိုအားရ သဘောကျလာတော့ခြင်းများ ဆက်လိုက်လာမည်။ ပီတိဖြင့် ဗျာပါဒခေါ်ပူစိတ်ကို နှင်ထုတ်ခြင်း။

ထိုနှင့်တစ်ဆက်တည်း သီလအကျင့် ကျင့်ရာ၌ စိတ်ပေါ့သလောက် ကိုယ်ပေါ့လာကာ ကိုယ်ကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာနေမည်။ သုခဖြင့် ပျံ့စိတ် ပူစိတ်များ ဖယ်ရှားလိုက်ခြင်း။

ထိုနှင့်တစ်ဆက်တည်း မိမိစီးပွားဖြစ်သောအလုပ် ခေါင်းမြုပ်လျက်က ကျားကုတ်ကျားခဲပမာ မိမိရှုကွက်ကြားမှတစ်ပါး စိတ်တပိုတပါးမသွားတော့ပြီ။ ဥပေက္ခာဖြင့် ကာမစ္ဆန္ဒခေါ် ကွန်ဒြေ

ပျက် စိတ်ကလက်ကို ဖျက်ထုတ်လိုက်ခြင်း။

ထိုသီလမျိုးသည်သာ အာရုံလုံရုံမျှမက အာရုံမှန်ရ စိတ် ဖြူဆွတ်ပါ အသားကျစေနိုင်သောကြောင့် သီလနှင့်တူသော သီလဆိုရ၏။ ချမ်းသာမှုကိုပေးစေသော သီလလည်း ဆိုရ၏။

ထိုချမ်းသာမှုသည် တစ်ချက်ကောင်း ဆောင်းပေးရုံမျှ မဟုတ်။ အတိတ်ရိကွာထုပ် အပေါင်းကိုလည်း တောင်းပေးသေး၏။ လူချမ်းသာ နတ်ချမ်းသာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာများသို့လည်း လမ်းကြောင်းပေး၏။

ထိုအရာများသည် မလိုချင်မှရသော အရာများဖြစ်၏။ ဘာမှ မလိုချင်တော့လေ လိုလေသေးမရှိ ပြီးပြည့်စုံလေလည်း ဖြစ်၏။ သို့ဖြစ်ရာ ထိုသဘာဝ ဤသီလက ဖြည့်ဆည်းပေးလိုက်သောအခါ ထိုချမ်းသာများ သီလဖြင့် အလိုလိုတည်ထားပေးပြီးသား ဖြစ်စေခဲ့လေပြီ။ သီလက ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟများကို ဖယ်ရှားပေးသောကြောင့်။

ထိုသီလမျိုး ယခုပင်လျှင် နိဗ္ဗာန်သို့ ထိုးဝင်နိုင်စွမ်း ရှိသည်။ ထိုသီလမျိုး ယခုပင်လျှင် လောကီ၊ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာ သုခပြည့်ဝစေသည်။ သီလနှင့်တူရုံမျှမက အထူးသို့အထိ ကျေးစေသောကြောင့်တည်း။

ဆိုခဲ့ပြီး သီလသုံးမျိုးတို့သည်ကား လောကီသီလ (သာသနာပ သီလ)၊ မဂ်လေးဆင့်တို့သည်ကား လောကုတ္တရာ

သီလ (သာသနာတွင်း သီလ)၊ ထိုသို့ သီလနှစ်မျိုးရှိနေချရာ လောကီမကျေဘဲ လောကုတ္တရာနယ်မြေ မရောက်နိုင်။ လောကီကာမ လောကီသီလဖြင့် မဖြတ်ကျော် လောကုတ္တရာလည်း မပေါ်နိုင်။ လောကုတ္တရာ မဂ်သီလမပေါ်သေးသမျှ သာသနာတွင်း သာဝကလည်း မဖြစ်နိုင်သေး။

တက္ကသိုလ်ပညာ ထူးချွန်သူကိုလေ့လာလျှင် အခြေခံမူလတန်းကတည်းက ထူးချွန်လာသည်ကို တွေ့ကြရမည်။

သဘင်ရည်ဝနေသော အနုသုခုမ အကပညာရှင်များကို လေ့လာလျှင်လည်း အခြေခံ လက်ချိုး ခြေထိုးစကပင် ထူးခြားနေသည်ကို တွေ့ကြရမည်။

သည့်အတူလျှင် လောကုတ္တရာသီလခေါ် မဂ်များဖြင့် ထူးချွန်ခွင့်ရသူများလည်း ကံသုံးပါး အမှားကင်းစင်ရေး ကံသုံးပါးကြား အမှား မသွားသာရေးများအပေါ် စောင်းပေးရသော ဤလောကီ သီလများ ထူးချွန်ပြောင်မြောက်နေမှသာ ဖြစ်နိုင်မည်။

မဂ်သည် အောက်ခြေသိက္ခာတို့ ထိုးပို့လိုက်သော အကွက်ဖျက်ပေးရုံလေးသာ။ အောက်ခြေသိက္ခာများကသာ အဟောင်းဖယ်ရှား အသစ်တားဖြင့် အားစိုက်ပေးရသည်သာ။

သို့ကြောင့် အဆင့်မြင့်ချမ်းသာသုခကို လိုလားသူတိုင်း အခြေခံအုတ်မြစ်ပမာသော ဤဒါနခန်း သီလခန်းများကို ကျွမ်းနှီး

လိမ္မာခြင်း၊ ခြေကုပ်လုပ်၍ အဆင့်ဆင့်အားထုတ်ခြင်း၊ အကျင့်နှင့်အသိ ဘက်စုံညီသောအားဖြင့် ပြုကျင့်ရာ၌ အသိလိုက်ခြင်းများ မုချပြုတတ်ရသည်သာ။

ဒါနကို ဒါနနှင့်တူစွာ မပြုကျင့်နိုင်ပါလျှင် ကောင်းကျိုးအပြင် ဆိုးကျိုး၊ ဆိုးပြစ်များပင် ပါဝင်ပတ်သက် လာတတ်ရာ ကိုယ့်တုတ်ဦးဖြင့် ကိုယ့်နဖူး အရိုက်ခံရသည်ထက် အထိနာကြမည်။

ထိုကိစ္စ ယနေ့ ကံအချိုးကျ ရနေပါလျက်က ရှေ့ကြိုတွေးနောက်ပြန်တွေးများဖြင့် ဒုက္ခခံနေရခြင်း၊ အပူဆိုက်နေသဖြင့် နောက်ကံများ မလိုက်သာတော့ခြင်း၊ အလိုန့ှပ်စက်သဖြင့် တစ်ဖက်နှင့် မိတ်ပျက်ရခြင်းများက သက်သေခံနေကြပါပြီ။

တစ်ဖန် သီလကို သီလနှင့်လျော်ညီစွာ မပြုကျင့်နိုင်ပါလျှင်လည်း ချမ်းသာသုခအစားပြင် ဆင်းရဲဒုက္ခများပင် ပါဝင်ပတ်သက်လာတတ်ပြန်ရာ ကိုယ့်ခါးကြားကမား ကိုယ့်ဗိုက်သားထိုးမိသည်ထက် ခံရချက် နာကြတော့မည်။

ထိုကိစ္စ ယနေ့ ရန်ဒဏ်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းနေပါလျက်က သောကမကင်းခြင်း၊ မိမိ၏အခြွေအရံနှင့် စည်းစိမ်အပေါ် စိတ်မချ ခြင်း၊ အတွင်းမိတ် အပြင်မိတ်တို့အပေါ် မယုံကြည်ခြင်း၊ တစ်ခု မဟုတ်တစ်ခုဖြင့် ရန်များခြင်းများက သက်သေခံနေကြပါပြီ။

သို့ကြောင့် ဒါနမှူ သီလမှူ သင်အမှန်တကယ်ပြုတတ်ရန် ဒါနသည် ရယူခြင်းမဟုတ်၊ စွန့်လွှတ်ရခြင်းဆိုသည်ကို အမြဲ အစွဲသဘောပေါက်ပါလေ။ သီလသည် လွှတ်ထားခြင်းမဟုတ်။ စောင့်စည်းခြင်းဆိုသည်ကို မြဲမြံစွာ လက်ကိုင်ပြုပါလေ။ ဒါနသည် အနှစ်မပါပစ္စည်းကို အနှစ်ပါစေတနာများဖြင့် လဲလှယ်နေခြင်း။ သီလသည် အနှစ်မပါ ကိုယ်ခန္ဓာကို အနှစ်ပါသီလသိက္ခာဖြင့် လဲလှယ်နေခြင်း။

✦

ကျမ်းပြီးနိဂုံး

ပုည ဖလ ဝေဒယိတာ၊ သုဒ္ဓိဒါနေန သိဒ္ဓတိ၊
တေန ဒါနေ နေဝ ဘောဂံဝါ၊ ကာယသုခံ ပဝတ္တိတော။
သုခဖလ ဝေဒယိတာ၊ သုဒ္ဓိ သီလေန သိဒ္ဓတိ၊
တေန သီလေနေဝ ဘဝံဝါ၊ စိတ္တ သုခံ ပဝတ္တိတော။
ကုလပုတ္တာ ဟေ ဝေတသ္မာ၊ ဒါနံ ဒါ!နေန ကာတဗ္ဗံ၊
သိက္ခိတဗ္ဗံ ယမ္ဟိ သီလံ၊ တဒေတံ ဒ္ဝိန္နု နိဗ္ဗာနံ၊
လောကိယမ္ဟိ လောကုတ္တရံ၊ဝေဒယိသဲ ဧကန္တေန။ ။

ပုညဖလ ဝေဒယိတာ-ကောင်းကျိုးခံစားခွင့်ရစေခြင်းကား၊ သုဒ္ဓိ ဒါနေန သိဇ္ဈတိ-ငါမပါ သူမစွက် စင်ကြယ်သော ဒါန စေတနာ သက်သက်ဖြင့်သာ ပြီးစီးစေ၏။ သုခဖလ ဝေဒယိတာ-ချမ်းချမ်းကျိုး ခံစားခွင့်ရစေခြင်းကား၊ သုဒ္ဓိ သီလေန သိဇ္ဈတိ-စိတ်အတွေး အငေး မစွက် စင်ကြယ်သော အကျင့်သက်သက်ဖြင့်သာ ပြီးစီးစေ၏။

ကဿာ-ဘာ့ကြောင့်လဲ မေးခဲ့ပါသော် . . .

တေန ဒါနေနေဝ-ထိုဒါန စေတနာကသာလျှင်၊ ဘောဂံ ဝါကာယသုခံ-စည်းစိမ်ဥစ္စာနှင့် ကိုယ်ချမ်းသာမှုကို၊ ပဝတ္တိတော- ဖြစ်ပွင့်စေတတ်သောကြောင့်တည်း။

တေန သီလေ နေဝ-ထိုသီလ စေတနာကသာလျှင်၊ ဘဝံဝါ စိတ္တသုခံ-လူ၊ နတ်၊ ဗြဟ္မာနှင့် စိတ်ချမ်းသာမှုကို၊ ပဝတ္တိတော-ရစေဖြစ်စေတတ်သောကြောင့်တည်း။

ဟေ ကုလပုတ္တာ-ဟယ် အမျိုးကောင်းသား အမျိုးကောင်းသမီးတို့ရဲ့၊ တဿာ-ထိုသို့ ကောင်းစား ချမ်းသာနှစ်ဖြာကို ထိုဒါန သီလတို့က ပေးနေသောကြောင့်၊ တုမှေ-သင်တို့သည်၊ ဝေ-စင်စစ်၊

ဒါနံ ဒါနေန ကာတဗ္ဗံ-အလှူဆို အလှူလိုဖြစ်အောင် ကြိုးစားပေးကြစမ်းပါ။

သီလံ သီလေန သိက္ခိ တဗ္ဗံ - သီလယူ သီလနှင့်

တူအောင် စောင့်စည်းပေးကြစမ်းပါ။

ဇာတိယဲ့တဲ့-ထိုထိုကျိကျိ အဆင့်မီဒါနမျိုး၊ သီလမျိုး ချခဲ့မိပါသော်၊ ဒွိန္နံပိ-ဒါနကျိုး သီလကျိုးများကိုလည်း၊ ဧကန္တေန -မလွဲမသွေ၊ ဝေဒယိဿံ-ခံစားရပါအံ့။ နိဗ္ဗာနံပိ-နိဗ္ဗာန်ကျိုးကိုလည်း၊ ဧကန္တေန- မလွဲမသွေ၊ ဝေဒယိဿံ-အဆစ်ရပါအံ့။

လောကိယမ္ပိ- လူဘဝ နတ်ဘဝ ကာမသုခကိုလည်း၊ ဝေဒယိဿံ-ခံစားခွင့် သာစေပါအံ့။

လောကုတ္တရမ္ပိ-ဓမ္မအရသာ ဝိမုတ္တိ အရသာကိုလည်း၊ ဧကန္တေန- မလွဲမသွေအားဖြင့်၊ ဝေဒယိဿံ-အတိုးအညွှန့် ခံစားရပါဦးအံ့ . . . ။

မဟာဗောဓိမြို့ဆရာတော်
၁၃၆၂ ခုနှစ်၊ တန်ခူးလဆန်း ၁၃ ရက်၊
(နှစ်ဆန်းတစ်ရက်နေ့)
မောနေယျတော။

ကျမ်းပေါင်းအားလုံး ကမ္ဘတ်ဖုံး နိဂုံးချုပ်လိုက်ပြီ

လေခက္ခရေဟိ လီပိကံ၊ အကာသီနုရူပံ ဓမ္မံ၊
ယေနာကာရေန သောအဟံ၊ မာပတ္ထိ ကိတ္တိ
ယံ လာဘံ။
နာ ဒက္ခာ နစ ဝါသနာ၊ ပနတထာပိ ဗောဓါနံ၊
ဗောဓိယာ ပဂ္ဂဏှိ တုကာမော၊ ဉာဏောပိ
ဝိကသိတု ဓေ၊
ယေ ပသံ ဓမ္မံ ဝိဗျန္တ္တာ၊ ပတ္ထယာမီတိ ဣမိနာ။

လေခက္ခရေဟိ-မင်သက်အက္ခရာတို့ဖြင့်၊
အနုရူပံ ဓမ္မံ-တရားနှင့်အလိုက်သော၊ လီပိကံ-စာစုပေစုရေးရာမှုကို၊ အကာသီ-စိတ်တွေးလမ်းဖောက် မဖြစ်စလောက်ဖြင့် ကောက်ခါ ထောက်ရှု စုရင်းပြု ပြုရင်းစု ပြုခဲ့မိ စုခဲ့မိပါချေပြီ။

သောအဟံ-စာစုပေစု ကျမ်းအဖြစ် ပြုစီရင်သော ထိုငါသည်၊ ယေနအာကာရေန-အကြင်ကျမ်းငယ် ကျမ်းစုစီရင်မှုအတတ်ဖြင့်၊ ကိတ္တံစ-ထင်ပေါ်ကျော်ကြား လူသိများလိုခြင်းကိုလည်း၊ မာပတ္ထိ-မတောင့်တခဲ့ဘူးသည်မှာ အမှန်ပါ။

လာဘ်စ-ဘုန်းလာဘ်ပိုမို စိုပြေလိုခြင်းကိုလည်း၊ မာပတ္ထိ-မမျော်လင့်ရိုး အမှန်ပါ။

စ-နောက်တစ်ချက်မှာ၊ သောအဟံ-ထိုငါသည်၊ ဒက္ခာဝါ-စာပေရေးရာ ကျွမ်းနှီးလိမ္မာခြင်းကြောင့်လည်း၊ န-မဟုတ်။ ဝါသနာ ယစ-ရေးသားမှုဘက် ဝါသနာထက်လွန်း၍ လည်း၊ န-မဟုတ်။

ပနတထာပိ-ထိုသို့ပင် ဟုတ်ဘူး ဟုတ်ဘူး ပြောင်လိမ်ဘူး သုံးနေပါသော်လည်း၊ ဓေ-အမှန်ဝန်ခံရပါမူ၊ ဗောဓာနံ-သိထိုက်သူ လူအပေါင်းတို့အား၊ ဗောဓာနံ-အသိ ပေးထိုက်နေသူ လူအပေါင်းတို့ကို၊ ဗောဓိယာ-သစ္စာဉာဏ်ဖြင့်၊ ပဂ္ဂဏှိတုကာမော-ကူထောက်ပို့ကြို၊ ချီးမြှောက်လို၍လည်းကောင်း၊ ဗောဓာနံ-အသိပေးထိုက်သူ လူအပေါင်းတို့၏၊ ဉာဏောပိ-အသိဉာဏ်သည်လည်း၊ ဝိကသိတုကာမော- ပွင့်စေလို၍လည်း ကောင်း၊ လေခဉ္စရေဟိ-စာမျက်နှာထက် မင်အကျအစက်တို့ဖြင့်၊ လီပိကံ-ရေးသားမှုကို၊ အကာသိ -ပြုကျင့်မိခဲ့ပါပြီ။

ဣမိနာ-ထိုထိုကျမ်းစု ဤမည်သော ရေးသားမှုကြောင့်၊ ဣမိနာ-မှန်သည်ကိုကား ဝန်ခံ မမှန်သည်ကို ငြင်းဆန်ရခြင်းကြောင့်၊ ဣမိနာ -မှန်သောစကား အရှိအရှိအတိုင်း ပြောကြားရခြင်းကြောင့်၊ သောအဟံ -ထိုငါသည်၊ ပတ္ထယာမိ-ရလိုသောဆု သစ္စာပြု၍ တောင်းပါ၏။

တံ-ထို ငါတောင်းလိုရာဆုသည်ကား၊ ယေ-စာကိုလည်း ဖတ် အမြတ်လည်းရှာ ဘာသာကိုလည်း ယုံကြည်ကြပါကုန်သော အကြင် ဘုရားသားတော် သမီးတော်အပေါင်းတို့သည်၊ လီပိတ်-စာကို၊ ပဿံ -ရှုကြည့်လျက်က၊ ဓမ္မံပိ-စာကပြောကြား သဘော တရားမျာကိုလည်း၊ ဝိဇ္ဇန္တု-ကိုယ်ပိုင်ဉာဏ်သွင်း ရှင်းရှင်းလင်း ဖြင့် ဘွင်းဘွင်းကြီးပေါက် ထိုးဖေါက်သိ သိကြပါစေကုန်ဟူ၍။

ငါတို့သည်ကား တောရပ်ကိုမှီ တောဝသီဖြင့် နေလေ့ရှိပါကုန်၏။ စာရေးရန်ဆန္ဒမရှိ၊ ရေးနိုင်လောက်သော အင်အားလည်းမရှိ။ ရေးလည်းမရေးတတ်ခဲ့။ မရေးတတ်ဘဲ ဘာကြောင့် ရေးသလဲ မေးစရာရှိ၏။

ဖြေရှင်းလိုသည်မှာ. . . ငါတို့နှင့် ပတ်သက်စပ်ဆက် လျက်ရှိကြပါကုန်သော ဘုရားသားတော်သမီးတော်များ သူတော် ကောင်းအစားစားတို့သည် မြို့.ကိုလည်းမဝင် ရွာတွင်လည်း မကပ်။ ဟောပြောခြင်း ပြသခြင်းများကလည်း အလွန် ပြတ်လပ်။ သည်သို့သာ ကပ်ကလည်းမကပ် ပြတ်ကလည်းပြတ်ဖြင့် ရေးရာ မမှူ ဥပေက္ခာပြုထားခဲ့သော် . . .

ငါတို့သည်လည်း သာသနာ့ဝန် တာဝန်မကျေရာ ရောက် တော့မည်။ သူတို့သည်လည်း ပစ္စည်းသာထောက် အားကိုး သလောက် ခရီးမရောက် ရှိခဲ့တော့မည်။

ဤအချက်များသည် မတတ်ရာက မတတ်စာဖြင့် (ကပ်လာသူများအား ရေးပေးရာအတိုင်း အဖတ်ခိုင်းနေသော) ကိုင်းနှင့်ကျွန်း လွန်းပျံ၏အချက်များတည်း။

ထိုသို့ရေးသဖြင့် ခရီးသွားလာရာရွှေ့ ခြေထိုးသဖွယ် ဖြစ်သော လူရွှပ်၊ လာဘ်ပေါ၊ ကျော်ဇော၊ ခွေရံ ဤလေးတန်တို့ကို ငါတို့သည် မတောင့်တမိ။

တောင့်တမိသည်မှာ ငါတို့ရေးသားပေးပို့ခဲ့သမျှ စာပေတို့ကို ဖတ်ကြားမိသူအားလုံး စာပေအကွာရာများကို ဉာဏ်ဖြင့် ထိုးဖောက်၍ ထိုစာလုံးတို့နောက်ဝယ်ရှိ အယူအဆ ရေးရာ အဖြာဖြာတို့ကို သဘောပေါက်စေလိုခြင်းပင်။

စကားနောက်မှာတရားပါ ပါးလွှာဉာဏ်ဖြင့် ကြည့်တတ်သိတတ်ကြပါစေ . . . ။

မဟာဇောဓိမြို့ဆရာတော်

လေခန္ဓကထာ

ကောင်းစားချမ်းသာလိုသူများသို့ ...

ဘောမနုဿ - အိဟဲယောက်ျား အသင်္ခလဿူး တံ - သင့် အဖို့၊
သုဠုသုဘောဂ ဝေဒန္တော - ကိုယ်နေ ခေါင်းထား ကောင်းစားခြင်း
များကို ခံစားလိုလတ်သော်၊ ဒါနံ ဒါနေန သမံ ကတံ - ဒါနကို
ဒါန နှင့် တူအောင် ပြုကျင့်တတ်ပါလေ၊
သုခံ သုပ္ပတိ လဘန္တေ - ချမ်းသာစွာ အိပ်နိုးခြင်း သုခကို
ရလိုလတ်ခဲ့သော်၊ သီလံ သီလာယ သမံကတံ - သီလကိုလည်း
သီလနှင့်တူအောင် ပြုကျင့်တတ်ပါလေ၊
တေသု - ဒါနမှု သီလမှု ထိုနှစ်ခုတို့တွင်၊ သုဠု - ကောင်းစားခြင်း
ကိုကား၊ ဒါနမယံ - ဒါနကပင် တာဝန်ယူ၏၊ သုခံပန - ချမ်းသာခြင်း
ကိုကား၊ သီလမေဝ - သီလကသာ တတ်နိုင်ရာ၏၊
တာယ - ထိုဒါနမှု ထိုသီလမှု နှစ်ပါးစုမှ၊ သုညော - ကင်းဝေးနေသော၊
တုဿနရော - အနှစ်မဲ့လူသားအဖို့ကား၊ ကမ္မ ဘဂိယ စိယမော -
ကံဖျက်လျှက် ရှိသော၊ တုဿနရော - အချည်းနှီး လူသား အဖို့ကား၊
သုဠုဝါ - ကောင်းစားခြင်းကိုလည်း၊ ကိလဘသိနဓါ - အဘယ်သို့
လျှင် ရနိုင်ပါတော့အံ့နည်း သုခံဝါ - ချမ်းသာခြင်းကိုလည်း၊ ကိ လဘ
သိနဓါ - အဘယ်သို့လျှင် ရနိုင်ပါတော့အံ့နည်း။